

ЛЮДЯМ О ЛЮДЯХ. ИНТЕРЕСНО. ПОЛЕЗНО. МОДНО.

ISSN 2523-4994

Teens &
people
magazine

героиня номера

**Инна
Голяндина**

казахстанский дизайнер
и друг журнала о семье и
работе

Ринг Екатерина
Life-коучинг стр. 22

Жанар Дугалова
и **L'arte Moda**
стр. 28

Дмитрий и Марина Нам
в рубрике **Lifestyle**
стр. 86

RONCATO
V



г. Алматы, ул. Кабанбай батыра, 65
+7-727-317-01-32, +7-707-270-83-90
@roncato_official_kz
www.roncato.kz

Heaven club

База отдыха Heaven club расположена в 20 км от г. Капшагай и является лидером среди баз отдыха по наличию собственного оборудованного пляжа, теннисных кортов, бассейнов, охраняемого въезда и парковки, комфортабельных условий проживания. Единственный в регионе владелец конно-спортивного комплекса. Проводит тимбилдинги и корпоративные мероприятия.

Heaven club – это

- конюшня с профессиональными тренерами
- пляжный волейбол
- спортивный бассейн (25 м)
- теннисный корт
- пирс (самый большой на северном побережье)
- бассейн с банным комплексом



+7-708-119-64-53

+7-708-805-00-83

@heaven_club_kapchagai



*Unlock the beauty
secret of your car*

- ✓ Опыт более 10 лет
- ✓ Гарантия на работу
- ✓ Официальная гарантия на материалы от производителей



г. Алматы, ул. Ньютона, 1
+7-702-317-65-56
+7-777-215-30-26
@gmask_auto
www.gmask.kz

Профессиональный
уход и защита
вашего автомобиля

#gmaskauto

POLOGARAGE



г. Алматы, ТЦ "ГУМ" АГ-03
+7-775-414-21-24
@pologarage_ala

YELLOWKORNER

Международная галерея авторской фотографии

UR
BAN



- PARIS
- NEW-YORK
- TORONTO
- HONG KONG
- SYDNEY
- ST PETERSBURG
- BARCELONA
- LOS ANGELES
- BRUSSELS
- MUNICH
- MEXICO
- SINGAPORE
- STOCKHOLM
- MADRID

г. Алматы, ТРЦ Dostyk Plaza, 2 эт.
@yellowkornr_kazakhstan



Главный редактор
Ассистенты издателя

Выпускающий редактор
Редактор
Арт-директор
Корректор
Журналист
Фотографы

Визажисты

Менеджеры
по развитию
Руководитель отдела
продаж
Старший менеджер
Менеджеры по работе
с клиентами

Александр Гребенников
Асет Исабаев
Дмитрий Андреев
Виталий Кирсанов
Сергей Бутрым
Валерия Максименко
Ирина Дмитрова
Екатерина Цимбал
Роман Анашкин
Виталий Кирсанов
Арина Палатова
Александр Сахар
Erlan Ainabekov Studio

Руфина Мусаева
Мухамеджан Кумарбаев

Алма Мустафаева
Анжелика Казакова

Владимир Сесёлкин
Мәлдір Чаганова
Инкар Кисамеденова
Самал Мерекеқызы
Береке Тауекелова

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

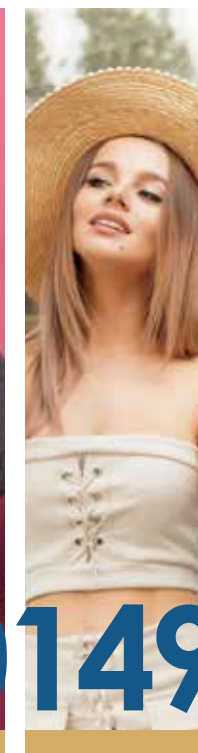
Журнал «Teens and People» № 3 (11) июль-август 2018 г.
Периодичность 1 раз в два месяца
Собственник/издатель: ИП А-Press Гребенников А.Н.
Свидетельство о постановке на учет журнала «Teens and People» № 16030-Ж от 09.06.16 г.

Зарегистрированный тираж 5000 экз.
Редакция: г. Алматы, ул. Жамбыла, 94.
+7-727-339-89-85
director@tpeople.kz
www.tpeople.kz

Отпечатано в типографии:
ТОО А-Три Принт, г. Алматы, ул. Макатаева, 127/3
www.a3print.kz

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

СОДЕРЖАНИЕ ИЮЛЬ-АВГУСТ '18



- 16 Инна Голяндина. Героиня номера
- 22 Ринг Екатерина. Life-коучинг
- 28 Интервью с Жанар Дугаловой
- 34 VR виртуальная реальность от Thousand
- 58 Прямой сезон от Камиллы Досовой
- 80 Пластический хирург Магзум Онгаров
- 83 Рубрика Lifestyle

- 94 Doberman tattoo
- 120 Медиа центр Muzzone
- 144 Кандидат юридических наук Салтанат Есетова
- 149 Блогер Дарья Александрова
- 164 Рубрика «Интересная личность»
- 168 Счастливое детство заслуживает каждый ребенок
- 172 Проект «Преображение»

Teens & **people** free magazine

Главный редактор

Александр Гребенников
@alexander_van2

Дорогие друзья, я рад приветствовать Вас на страницах нашего журнала. Как проходит Ваше лето? Мы всем коллективом журнала Teens and People съездили в отпуск, решив начать свое лето с отдыха. И, набравшись сил, приступили к работе. В этом номере для Вас мы постарались подготовить как можно больше интересных материалов: интервью с Жанар Дугаловой, рубрику доктора Онгарова, спецпроект о брендах, проект «Преображение», Lifestyle и, конечно, еще много всего. Я повторюсь и снова скажу, что нам интересно Ваше мнение о журнале, Ваши предложения и идеи, пишите нам director@tpeople.kz. Уже в августе мы представим новое издание, гляцевую газету, с которой Вы сможете познакомиться в кофейнях, салонах красоты и других коммерческих учреждениях. А осенью мы отметим наш день рождения и будем рады видеть Вас в числе гостей. Спасибо за то, что Вы с журналом Teens and People.



образ Inmode
@inmode.man.almaty

Если жизнь не представляется тебе огромной радостью, значит, твой ум ложно направлен.

Лев Толстой

ДОМА Я ДОБРАЯ, ЛЮБЯЩАЯ ЖЕНА, МУДРЫЙ И МЯГКИЙ НАСТАВНИК, ДРУГ ДЛЯ СВОИХ ДЕТЕЙ

На этот раз героиней номера стала женщина, которая умеет творить! Инна Голяндина – казахстанский дизайнер, чью одежду любят и хотят носить женщины. Беседа с ней получилась невероятно теплой. Как и в своих коллекциях, Инна показала себя настоящей, искренней и откровенной.

Инна, поделитесь, испытываете ли Вы какие-то особые чувства, осознавая, что Вы являетесь героиней номера и блистаете на обложке?

– Приветствую всю команду журнала Teens and People, я рада вновь пообщаться с вами. Мне, безусловно, приятно быть героиней июньского номера и блистать на обложке.

– Наша беседа будет о работе и о семье. Как удастся всё совместить, не нарушая баланса? Есть ли четкий алгоритм?

– Я обожаю свою семью и люблю свою работу. Чтобы достичь баланса, я научилась делать несколько дел одновременно – например, ехать в машине и слушать аудиокнигу, размышлять над завершением платья и придумывать, что вкусенького приготовить на ужин. Я живу и делаю всё с удовольствием и с улыбкой. Как писал Лев Толстой: «Если жизнь не представля-

ется тебе огромной радостью, значит, твой ум ложно направлен».

– Давайте проведем разделение: Инна Голяндина – любящая мама и жена, и Инна Голяндина – бизнесвумен. В чем различие?

– По натуре я лидер. Мои основные качества лидера – разум и сердце. В работе я требовательная, открытая и честная. Не люблю однообразие, и поэтому любой рабочий процесс наполнен атмосферой осознанности, гармонии и взаимопонимания. В процессе создания моделей я становлюсь Творцом, это очень увлекательное, трепетное и сокровенное действо для меня. В такие моменты я погружаюсь в свой мир, в котором происходят чудеса. Для меня важен процесс и конечный результат. Не люблю останавливаться на достигнутом: «Если вы хотите иметь то, что никогда не имели, вам придется делать то, что никогда не делали». В семье Инна Голяндина – женщина! Дома я добрая, любящая жена, мудрый и мягкий наставник, друг для своих детей. В моей семье нас объединяют безусловная любовь друг к другу, умение радоваться и быть благодарными.

– Вы успешный дизайнер одежды. Многие видят уже результат. Случались ли такие моменты, когда хотелось всё бросить? Если да, то как удавалось не сдаваться и идти дальше?

– Благодарю! В начале моего творческого пути были страхи и сомнения. Когда вкладываешь частичку своей души в то, что ты делаешь с любовью, то понимаешь, что можешь получить не только восхищение и благодарность, но и жесткую критику. В такие моменты очень важно не предавать себя и желание творить. Я сердечно благодарю своих близких и свою команду за поддержку и веру в меня! На сегодняшний день я принимаю благодарность и слова восхищения, когда вижу сияющие глаза женщины, одетой в мое платье, чувствую, как внутреннее состояние и внешний образ совпали на 100% – в это мгновение счастливы все! Именно такие моменты вдохновляют двигаться вперед!

– **Последнее интервью у нас с Вами было полгода назад. Что изменилось за это время на рабочем поприще? Появились ли новые коллекции, идеи и планы?**

– Всё это время я и моя команда работаем в полную силу и радуем моих любимых клиентов новыми моделями каждую неделю. В планах развиваться, расширяться и открыть концептуальные бутики с мономаркой InnaGolyandina.

– **В последнее время стало модно создавать коллаборацию между дизайнерами и брендами. Думали ли Вы об этом? Как смотрите на тандем двух людей искусства?**



– Коллаборация – это хороший способ заполнить внимание новой аудитории, повысить узнаваемость бренда и, как следствие, увеличить продажи. На данный момент я это не планирую, так как занимаюсь развитием своего бренда.

– У каждого дизайнера одежды существует свой индивидуальный стиль. Как бы Вы охарактеризовали свой?

– Стиль от Инны Голяндиной – это элегантная, комфортная, многофункциональная одежда. Силуэты, которые показывают истинную красоту женской фигуры и одинаково хорошо идут как совсем юным девушкам, так и дамам. Я считаю, что стиль рождается изнутри! В одежде от Инны Голяндиной ваш наряд будет носить отпечаток вашей личности.

– Есть ли у Вас учителя и авторитеты в моде?

– Да! Габриэль Шанель! Безусловно, уникальная женщина – настоящая, смелая, безукоризненно разобралась в моде, мужчинах и красоте.

– Кем Вы видите себя через 5–10 лет в профессиональном плане?

– Я хочу сохранить это в тайне, чтобы ожидаемое стало приятным сюрпризом.

– Кто она – современная женщина от Инны Голяндиной?



– Современная женщина от Инны Голяндиной – это красивая, уверенная в себе, сексуальная, естественная без особых усилий и совершенная.

– Где наши читатели смогут приобрести одежду от бренда InnaGolyandina?

– Одежду от InnaGolyandina вы можете приобрести в бутиках EVONA, в ТЦ «Мега Алма-Ата», в ТЦ «Достык Плаза». А также сделать заказ через инстаграм @i.g_store



ЖИЗНЬ

в стиле
life-коучинг

Интервью с коучем Екатериной Ринг – о том,
как развернуть свою жизнь на 180°

– Екатерина, для начала расскажите, какой вы коуч. На что вдохновляете?

– Задача профессионального коуча – помочь человеку определить свои истинные цели. Но могу сказать, что вдохновить на что-то конкретное невозможно. Все мы разные, и у каждого из нас индивидуальные потребности. Далеко не каждый их осознает. Задача коуча – помочь осознать истинные цели и желания, это разговор по душам.

– Многие до сих пор не знают, что такое «коучинг». Определений множество. Какое из них ближе всего вам?

– Если сказать просто, коучинг – это искусство научить человека ставить цели и с удовольствием их достигать. Пожалуй, это самое понятное и единственно верное определение.

– В этой беседе хотелось бы более подробно поговорить о лайф-коучинге, помогающем поставить цели, определить пути их достижения, мотивируя самого себя. Как часто к вам обращаются люди с просьбой помочь наладить свою жизнь?

– Основное правило коучинга: у всех всё o'key! Как бы ни обстояли ваши дела сейчас, вы получаете подарок от жизни. Если всё делается верно, то у вас дела идут отлично, а если же на вашем пути трудности, это повод задуматься, что было сделано хорошо и как нужно действовать лучше

в следующий раз. Именно так нужно подходить к любым жизненным вопросам. Не отчаиваться, а делать работу над ошибками. Первая задача коуча – дать понять, что жизнь прекрасна. Всё, что мы делаем, мы создаем своими руками и мыслями, а потом получаем обратную связь от жизни.

– Есть ли какие-то основные принципы достижения цели? И чего не нужно делать в погоне за своей мечтой?

– Если цель поставлена верно, то она принесет лишь положительные эмоции: радость, счастье и позитив. Здесь важно не забывать критерии SMART: цель должна быть конкретной, определенной по времени, экологичной, то есть не причиняющей вреда другим в зоне личного влияния. Нужно разбить цель на шаги, определить исполнение по времени и выполнять свой план. Цель может быть не одна, находиться в разных сферах личностных интересов. Важно определить степень важности каждой цели и построить план реализации каждой. Таким образом, человек может точно понять, чего он хочет, как он своего добьется. Он живет по плану, в котором всё ясно, это приносит радость, исключает возможность потратить время зря. Это и есть жизнь в стиле коучинг. Здесь не может быть погони, это уже звучит как насилие. Мечты сбываются: важно воплотить их в цель и планомерно к ней двигаться.

– Помимо занятий с коучем человек должен еще самостоятельно работать над собой. Как известно, меняться очень сложно. Должно ли это доставлять удовольствие? Или должно быть трудно, болезненно и через сопротивление?

и что-то изменить. Коуч работает с людьми, которые уже готовы взять ответственность за свои поступки на себя и принимать самостоятельные решения. Именно такие люди чаще всего и появляются в нашей мастерской успеха. Как только приходит осознание



– Выход из зоны комфорта всегда неприятен и вызывает внутреннее сопротивление. Вся печаль в том, что большинство людей живет именно так. Их что-то не устраивает, но им проще жаловаться тащить свою неприятную ношу, чем выйти из зоны комфорта

своей жизни, появляются радость и удовольствие от достижения целей. Это не в тягость. В такие моменты человек осознает, что счастье – это жизнь здесь и сейчас.

– **Екатерина, как человеку понять, на каком этапе жизни он не справ-**

ляется со своими проблемами и что ему нужна помощь? Где эта грань? Ведь часто случается, что люди долгое время тянут «ляжку жизни», так и не добившись того, чего когда-то хотели.

– Я таких людей называю спящими или плывущими по течению. Когда человек опускает руки, главное – не впасть в уныние, а сказать себе: «Стоп! Что я делаю не так?» и «Как я могу это изменить?». На этом этапе и нужен коуч, который поможет, применяя технику «Колесо баланса» и другие интересные методики, развернуться на 180 градусов и раскрасить свою жизнь яркими красками!



+7-776-555-76-66
г. Алматы, ул. Жарокова, 292, оф. 127
@ekaterina.ring
www.dostigator.kz



FISH RESTAURANT

EST. **DEL MAR** 2015



VILLA Boutiques & Restaurants
Проспект аль-Фараби, 140А
+7-701-070-17-77



«ЖИЗНЬ – ЭТО БОЛЬШЕ, ЧЕМ СЦЕНА!»

ЖАНАР ДУГАЛОВА

одежда и обувь: *L'arte Moda boutique* @larte_moda +7-771-496-00-96

украшения: *YELAI* @yelai_jewelry +7-701-202-22-02

Беседовала Екатерина Цимбал

Казахстанская поп-дива Жанар Дугалова удивительным образом сочетает в себе красоту, наблюдательный ум, открытость, доброту и женскую мудрость. С ней хочется говорить бесконечно. Певица поведала о том, как создаются хиты, о своем депутатском кресле и взглядах на жизнь.

Жанар, уже с пяти лет вы принимали участие в вокальных конкурсах и выигрывали их, но какими были ваши детские мечты? Кем вы мечтали стать? Знаменитой певицей или кем-то другим?

– В моей семье не было никаких сомнений, что я стану певицей. Ведь уже с

пяти лет я на сцене, я на ней выросла. Всё начиналось с городских площадок, затем республиканских, с 8–9 лет я уже начала ездить по миру с мамой, принимая участие в международных конкурсах детского творчества. Поэтому всегда все знали, что я стану только певицей. Но, помимо этого, я также очень люблю режиссировать. В детстве организовывала концерты во дворе, дома. Мы с моими братьями, сестрами и друзьями снимали клипы, фильмы. Поэтому я всегда мечтала быть еще и режиссером. Эта мечта вполне осуществима, и всё у меня впереди!

– В какой момент пришло осознание, что музыка приведет вас к популярности и успеху?



– Как такового осознания не было, потому что у меня с детства был успех. Я была такая маленькая «звездочка» Павлодара. Мое имя мелькало в газетах, журналах, на телевидении. Я даже как-то и не заметила этого переломного момента. Я никогда особого удовольствия от своей популярности в жизни, в быту не получала. Мне нравится петь, быть на сцене, быть известной певицей, но популярность в школе, среди друзей меня напрягала. Я не очень люблю быть в центре внимания, когда я не на сцене. Вы знаете, я считаю, если человек занимается своим делом, предан ему, вкладывает душу, он обязательно будет успешен.

– **Есть ли у вас желание и планы покорить не только казахстанскую сцену?**

– Конечно, у меня, как и у любого артиста, есть амбиции. Я хотела бы покорить не только казахстанскую сцену, но с каждым годом этих амбиций становится всё меньше, и это нормально. Если будет какой-то конкурс, например, Евровидение, я бы с удовольствием поучаствовала. Знаете, сейчас я не готова вкладывать все силы для того, чтобы покорять зарубежную сцену. Лет 5 назад, да. У меня очень поменялся взгляд на жизнь, и я понимаю, что то, чем я занимаюсь, не самое главное в

жизни человека. Жизнь – это больше, чем сцена.

– В 2016 году вы баллотировались в депутаты мажилиса. Оказавшись в этом кресле, какой вклад внесли бы в жизнь казахстанцев?

– Я попыталась бы работать во благо культуры Казахстана. Нужно развивать культурное образование со школьной скамьи, больше просвещать детей. Также хотелось бы привить публике любовь к театру. Ведь театр – это мощнейшее оружие в воспитании зрителя.

– Жанар, что касается работы, вы жуткий перфекционист. Как считаете, это ваш плюс, или без этого качества было бы легче?

– Насчет перфекционизма вы правы, и слово «жуткий» тоже уместно. Я считаю, что в моем случае это все-таки минус. Это мешает и мне, и работающим со мной людям. Честно говоря, я ни одному врагу не пожелаю такой «участи». Поэтому я работаю над этим, но пока результаты оставляют желать лучшего (*смеется*). Но, к счастью, «жуткий перфекционист» я только в работе, в быту это в меру. Иначе мне пришлось бы уйти жить в лес, стать отшельником (*смеется*).

– В какой обстановке создаются ваши песни? Опишите свою рабочую атмосферу.

– Она всегда разная, но диктофон всегда под рукой! Я могу лететь в самолете, и вдруг во мне просыпается вдохновение, нужно это сразу же записывать в ежедневник или на диктофон. Приходя домой, я сажусь за синтезатор, играю, напеваю. Обычно в моей голове рождаются и текст, и музыка вместе, зачастую припевы, а куплеты дорабатываю позже. Поэтому моя рабочая обстановка везде, главное, чтобы блокнот, ручка или диктофон были под рукой, я могу забыть всё что угодно дома, но не это.

– Расскажите о своем самом большом счастье в жизни. Что делает Жанар Дугалову счастливой?

– У меня счастливая жизнь! Я благодарна богу за то, чем он меня одарил! Я счастливая дочь, сестра, у меня замечательные друзья и родители. Я довольна своей жизнью. Но надеюсь, что самое большое счастье ждет меня впереди – это рождение детей. Я живу в предвкушении этого счастья, которое испытаю, когда стану мамой. Я представляю, как это прекрасно отразится на моем творчестве и какие, например, я смогу писать песни, пребывая в эйфории от материнских чувств.

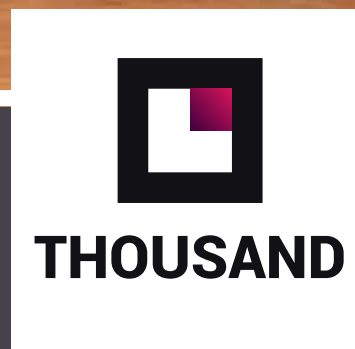
@janar_dugalova

mua @aizhan_begasyl
loc @umami_almaty





Технологический прогресс не остановить, и не за горами то будущее, когда инновационный тип устройств, потрясающих воображение, станет частью повседневной жизни, покорив умы и опустошив кошельки покупателей.



Данияр Галымов – руководитель разработки AR & VR в Thousand IT Company.

Данияр, в сегодняшнем интервью хотелось бы поговорить о виртуальной реальности (VR) и дополнительной (AR). Именно сейчас за прогрессом в этих сферах пристально следят миллионы людей. Скажите, почему вы решили войти в индустрию AR & VR? Что вас заинтересовало?

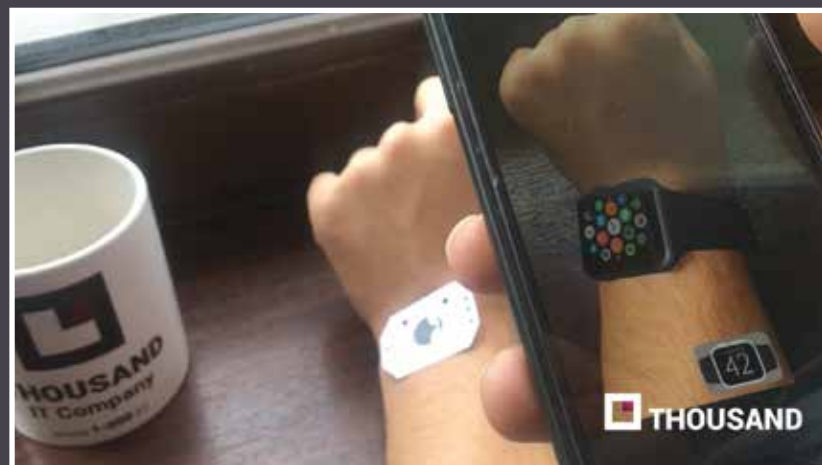
– Первый раз технологию, подобную AR&VR, я видел в фантастических фильмах о будущем – таких, как «Матрица». Тогда я думал, что подобные технологии появятся в далеком будущем и что, к сожалению, мы родились слишком рано. Но когда начались исследования в этой сфере и появились разные проекты и гарнитуры AR & VR, я понял, что это станет одной из основных тенденций в сфере IT. По моему мнению, гарнитуры AR & VR в ближайшие 5 лет заменят смартфоны и телевизоры, подобно тому, как 10 лет назад кнопочные телефоны вытеснили радио и стационарные телефоны. Убедившись в перспективах AR & VR, я решил сформировать команду и начать движение в этом направлении.

– Отводится ли должное внимание VR & AR в Казахстане?

– Думается, нет достаточного внимания со стороны пользователей. Я имею в виду, что в Казахстане только-только узнают о данной технологии. В технологически развитых странах инструменты AR & VR уже прочно заняли свое место в телефонах пользователей и широко используются. Многие товары, от продуктов питания

до бытовой техники, имеют свои AR-приложения, демонстрирующие визуальную дополнительную информацию о продукте, как нужно его использовать и т.п. Подобные дополнения вызывают у людей восхищение.

С точки зрения результатов уверенно можно сказать, что компании, применившие AR, увеличили конверсию в продажах в несколько раз. Я думаю, что наша страна будет развиваться в этом направлении наряду с теми странами, которые уже



применяют передовые технологии. Но пока у нас всё на уровне живых сказок и раскрасок.

– Разрабатывает ли ваша IT-компания приложения для VR или AR?

– Да, разрабатывает. Год назад мы начали изучать эту сферу, создавая экспериментальные проекты и приложения для телефонов. Убедившись в наших возможностях, запустили новое направление развития внутри компании. Кроме своих проектов начали делать проекты,

позиционируя на рынке как аутсорсинг-компания. Хочу отметить, что эта сфера прогрессирующая, и каждый день появляются новые среды разработки и открытия. Делая проекты, мы всегда стараемся применять более свежие и обновленные технологии. По дополненной реальности разрабатываем кросс-платформенные приложения с метками и без них. Это отличное решение для визуализации объектов в сфере строительства, промышленности, образования и медиа. Планируется сотрудничество с представителями шоу-индустрии Казахстана в целях организации мероприятий с инструментами AR. К примеру, подобное интересное решение было реализовано по инициативе известного рэп-исполнителя Eminem на фестивале Coachella. С проектами можно ознакомиться более подробно на сайте www.1-000.kz.

– Какая основная трудность в развитии такой реальности в нашей стране?

– Преград нет. Это дело времени. Масштабирование мировых проектов, игр в нашу страну дает большие возможности в плане реализации собственных продуктов. Буквально два года назад игра Pokemon GO охватила большое количество пользователей во всем мире. Преимуществом является быстрое масштабирование и эмоции, которые будут получены в ре-

зультате. Очень важно делать продукты в расчете на мировую аудиторию. Создание только локальных продуктов не приведет к ожидаемым результатам. Для этого необходимо думать с точки зрения виральности продукта.

– Есть ли перспективы развития у VR, AR как образовательного инструмента в высших и средних образовательных учреждениях?

– Технологию VR на данный момент широко применяют в образовательных целях. Например, при приеме на работу сначала обучают в симуляторе и проводят тест, предлагая разные ситуации, это значительно снижает риск ошибки. Более того, новый персонал так готовится к решению своих задач. Также VR-симуляторы популярны при военной подготовке. Также можно будет применять их в начальных классах в развивающих целях, так как информация очень легко воспринимается детьми. Вообще, довольно много сфер деятельности, где технология VR приносит большую пользу.

Беседовал Сергей Бутрым

www.1-000.kz
+7-707-254-81-47
+7-778-395-90-26

Айгерим Нурабаева – нумеролог-диагност, рекомендованный консультант международных школ Ю. Снеговой и Н. Сидоровой, основатель центра развития личности «Ресурс», коуч в сфере личностного развития и выхода из кризисных ситуаций, ведущая трансформационной игры-тренинга «22 аркана», основатель курса «Психология цифр», ведущая семинаров «Родители и дети», «Мужчина и женщина», участник благотворительных проектов по реабилитации особенных детей.

Я ЗНАЮ СПОСОБ, КАК НАЙТИ СЕБЯ

Айгерим Нурабаева

Айгерим, все слышали, что такое нумерология. А для вас, как для специалиста в этой области, что это значит?

– Да, нумерология сейчас набирает большие обороты, становится популярным и очень актуальным направлением самопознания. И, скажу вам, это наикратчайший путь к себе. Для меня, как для специалиста, это один из результативных современных и быстрых инструментов достучаться до другого человека. С помощью психологии цифр можно дотронуться до самой сущности человека – увидеть эту тонкую

грань между тем, кто есть человек и кем хотел бы быть. Это инструмент, способный показать пути развития. Если, конечно, попадет в надежные руки.

– Нумерологи утверждают, что психология цифр имеет огромное влияние на жизнь человека. Как это происходит?

– Да, это так. Влияние цифр на нашу жизнь уже доказано столетиями назад. Сейчас же мы все больше и больше утверждаемся в актуальности этого влияния. С самого рождения нас окружают цифры. Заметьте, мы все изменяем цифрами, задавая вопросы «Сколько тебе

лет?», «Через какое время вернешься?», «В каком классе ты учишься?», «Сколько у тебя детей?». Первое, что схватывает наше сознание, – это ответы на вопрос «Сколько?». Замечали? Время, месяцы, годы, даты – всё это один большой цифровой эгрегор. Познав хотя бы, кто ты по дате рождения, можно быть уверенным, что непременно начнет меняться мир вокруг тебя. Знаете, я вижу это так: с 90-х до 2000-х годов было время выживания, и только сейчас мы начинаем присматриваться к окружающему обществу, к себе. Учимся впускать в себя знания, делиться ими, заниматься любимым делом, учимся выбирать,

что хочется. Именно поэтому нумерология становится столь популярной. Ведь она дает ответы на любые жизненные вопросы. Особенно глубоко затрагиваются темы «Кто я?», «Чего хочу?», «Куда идти?». Когда человек встречается с глазу на глаз со своими внутренними ресурсами и готов их признать, он непременно идет в рост. Я всегда говорю на своих курсах, что мы пришли с «рюкзаком», ровно настолько наполненным, сколько должны сделать. Ни больше, ни меньше.

– Дает ли какое-то преимущество знание психологии цифр своего партнера?

– Разумеется! Ведь мы учимся принимать партнера со всеми его плюсами и минусами. Снижаем уровень требовательности к нему. Учимся взаимодействовать путем полного понимания его ресурсов. Мы сможем увидеть, как правильно «подобрать ключик» к своему партнеру. Через

мудрость, через чувства, на уровне ощущений. Вообще, психология цифр ориентирована на то, чтобы взаимодействовать с любым человеком. Она помогает в построении взаимоотношений. Зная особенности своего брака, можно обойти острые углы и сделать сильными слабые стороны.

– А как быть с детьми? Можно ли с помощью цифр выстроить правильные взаимоотношения с ребенком?

– Тема «родители и дети» актуальна во все времена. И психология цифр очень корректно и своевременно может помочь повлиять на растущее поколение. Это как цветок поливать вовремя, чтоб распускались бутоны. Поколение детей 2000-х менее контактно, но больше генерирует идеи. Этих детей нельзя тормозить, их нужно слышать. Нужно понимать их посыл и идеи. Они наши учителя, а мы их. Наша задача – своевременно увидеть внут-

ренний потенциал и помочь детям развить свои ресурсы. Они зачастую пришедшие придумывать, «начальники» своего рода, а исполнители их идей мы. Не стоит забывать, что именно мы можем помочь нашим детям, ведь в нас больше знания жизни, сострадания и милосердия.

– Бывало ли на вашей практике такое, что человек, который обратился к вам, кардинально менял свою жизнь?

– Это сопровождает меня буквально на каждом шагу. Часто люди после консультации говорят о том, что их жизнь изменилась. Находят работу, улучшают отношения в семьях, с родителями, близкими, выходят замуж и женятся, в конце концов. Больше всего меня радуют перемены, связанные с рождением детей. Я всегда говорю, что мои баби-прогнозы работают. Желание иметь ребенка при наличии блока к рождению – это

большое препятствие к реализации. Такую проблему тоже можно решить путем обращения к себе. Проверено!

– Расскажите, пожалуйста, о счастливых цифрах. Существует ли код удачи в судьбе каждого человека?

– Нельзя сказать, что на человека действует какое-то определенное число. Человек – многомерное, сложное существо с множеством слоев информации. Если не задействовать внутренние ресурсы, не познать себя, не изменять пространство вокруг, то ни одно счастливое число на тебя не сработает. То же самое касается и «финансового кода», который недавно произвел бум в соцсетях. В числах всё не так примитивно, как кажется. Психология цифр глубока и обширна, и во все времена она будет привлекать к себе пристальное внимание, вызывая и восторг, и скептицизм одновременно.



+7-701-571-60-09

@aigerim_nurabayeva2169

aigerim_nurabaev@mail.ru



М А С Т Е Р ТАТУ

Андрей, на протяжении какого времени вы занимаетесь татуировкой?

– Этим делом я увлечен уже восемь лет. Умение приходило с опытом. Сначала всё делал бесплатно, потом брал деньги только за расходный материал, ну а дальше больше: пришло время, когда мой труд начал оплачиваться полностью. А первые татуировки я набил в армии, когда проходил службу.

– В каком стиле предпочитаете работать?

– Я набиваю тату разных стилей. Но ближе всего мне Black and Grey Realism.

– Что можете сказать о нынешних трендах? Что сейчас модно?

– Приходит большое количество людей, и у всех абсолютно разные желания. Бьют абсолютно всё: начиная с цветочков и заканчивая черепами. Но как бы то ни было, у меня сначала происходит беседа с клиентом: что он хочет, на какой части тела и т.п. Подход к каждому клиенту у меня индивидуальный, отталкиваемся больше от личных предпочтений.

– Многие тату-мастера не берутся набивать чужие эскизы. Как у вас обстоят дела с этим?

– На самом деле у меня нет такой практики – отказываться набивать эскизы, которые клиенты скачали в интернете или же взяли у другого тату-мастера. Во время беседы мы обсуждаем все нюансы, бывает, вносим и свои коррективы в эскиз, чтобы все-таки присутствовала индивидуальность. На крайний случай у меня есть и свои наброски.

– Что вы испытываете, когда беретесь за дело?



– Прежде всего удовольствие, которое получаешь в процессе нанесения рисунка на тело. И еще одним плюсом работы тату-мастера является знакомство с новыми интересными личностями.

– Какое самое болезненное место на теле?

– Это места сгибов, а также места, где кость максимально близко расположена к коже. Некоторые мастера используют анестетики для снижения боли, но это нежелательно, потому что, когда кожа грубеет, пигмент хуже ложится, соответственно, поверхность кожи больше травмируется, заживает дольше и хуже. К тому же может произойти анафилактический шок, способный привести к остановке сердца.

– Приходилось ли отговаривать от какой-либо татуировки?

– Приходилось, и не раз. Причины бывают разные: неправильно подобран рисунок, нужно же учитывать анатомическое строение тела: как ляжет рисунок, как это будет смотреться именно на вашем теле. А люди просто качают картинки и думают: раз у него или у нее это смотрится отлично, то и у меня будет точно так же. Бывает и такое, что я отказываюсь набивать тату, в таких случаях мне не нравится эскиз или же просто отсутствует связь с клиентом.

– Обучаете ли вы новичков? И как проходит сам процесс обучения?

– Да, обучение провожу. Ученик приходит ко мне на протяжении месяца, и по два-три часа в день мы занимаемся. Вначале проходим теорию, начиная от дезинфекции, а заканчиваем работой на модели.

– Может ли каждый желающий стать профессионалом в этой сфере?

– Конечно, не каждый. Обязательное условие: человек должен уметь рисовать. Иначе он будет набивать только надписи и остановится в развитии.

– Сейчас модно набивать тату, и также актуальна процедура по выведению тату. Занимаетесь ли вы этим?

– Да, удаляю лазером. Количество сеансов при выведении зависит от того, какая татуировка: какими пигментами забита, на какую глубину и какова особенность кожи клиента. Если тату было набито без шрамов, то и удаляется так же.

г. Алматы, ул. Жарокова, 148,
уг. ул. Сатпаева салон «Лесоруб»
@tattoo_kraken





make up/hair @erlan_ainabekov_studio

Идеальный бизнес

для Сабиры Есеевой, успешной бизнесвумен, владелицы сети бутиков Isabel Garcia – это сочетание высокой доходности и удовольствия.

Первый вопрос у нас всегда философский: что для вас идеальный бизнес? – В первую очередь необходимо получать истинное удовольствие от того, чем занимаетесь. Идеальный

бизнес должен не просто приносить деньги, но и быть делом всей вашей жизни. Лично для меня идеальный бизнес – это сочетание высокой доходности и получаемого от него удовольствия. Еще один немаловажный плюс



для меня – это то, что мы занимаемся бизнесом с сестрами. Всегда есть на кого положиться и быть на 100% уверенной, что тебя не подведут. Ну и, конечно же, как для матери троих деток, для меня важно, что не надо сидеть в офисе пять дней в неделю с 9:00 до 18:00.

– Сабира, ваша работа связана с миром моды и стильной одеждой. Сегодня у вас свой бутик. Где представлена одежда марки Isabel Garcia? Скажите, почему выбор пал именно на этот бренд?

– Впервые об этом бренде я узнала в декабре 2011 года – случайно зашла в бутик Isabel Garcia, и мне, конечно же, понравились платья. Очень порадова-

ло, что размерная сетка начиналась с моего размера XXS, это для меня было большой находкой, так как раньше мне было крайне сложно найти платья данного размера. Я примерила одно, оно идеально село, потом второе, третье... Перемерила практически всё, что было. Конечно же, без покупок я не ушла. Потом я и мои сестры «подсели» на этот бренд, и теперь мы заказываем платья онлайн. Однажды моя сестренка предложила завезти бренд в Казахстан, эту идею поддержали и остальные сестры, так и появился бренд Isabel Garcia в Казахстане. В итоге функционирует 7 официальных магазинов Isabel Garcia в нашей стране.

– На кого ориентирована одежда этого бренда? – Наша героиня – современная женщина 25–40 лет, которая уже разобралась в своей индивидуальности, она уверена в себе, открыта миру и любознательна. Ей нравится быть нежной, роскошной и выражать свою индивидуальность в непринужденной и естественной форме при помощи платья, которое она выбирает.

– Компания следует принципу «Прямо с подиума в гардероб». Часто и оперативно ли новые коллекции появляются в бутике?

– Да, конечно, наш бренд выпускает две основные коллекции в год, а также в течение года различные дополнительные «капсулы» с креативными нарядами для любого случая.

– Что самое сложное в вашем бизнесе?

– В любом бизнесе самое сложное – это иметь терпение для достижения поставленных целей.

– А какую одежду предпочитаете носить сами? Каков ваш стиль?

– Если бы вы задали мне этот вопрос лет 10 назад, я бы не раздумывая ответила, что в моем гардеробе преобладают платья, брючные костюмы и туфли на высокой шпильке. Сейчас же ситуация немного поменялась, в повседневной жизни я ношу удобные вещи: джинсы, топы, кожанки, кроссы, летом легкие сарафаны с босоножками, те же джинсы. Но хотя бы раз в неделю, не считая мероприятий, я надеваю платье, встаю на каблуки. Обожаю носить платья в пол, и если есть повод надеть такое, я непременно этим воспользуюсь. Согласитесь, нет ничего женственнее длинного платья, подчеркивающего ваш силуэт.

– Есть ли у такой занятой бизнесвумен, как вы, хобби, которое расслабляет?

– Я очень люблю спорт и даже периодически им занимаюсь. Бегать по утрам я начала лет так с двенадцати, последние пару лет занимаюсь кроссфитом, наверное, потому что там присутствует дух соперничества. Все тренировки проходят на время, и для меня очень важно прийти к финишу первой.

– Сабира, расскажите о вашей семье. Часто ли удается проводить время с детьми?

– Для меня крайне важно, чтобы мои дети не оставались надолго без меня.



Нередко бывает, что я по работе выезжаю за границу и не вижу детей неделями. Но когда я в городе, то каждые выходные мы выбираемся на прогулку. Это может быть поход в горы или в кино. Можем просто устроить пикник в парке. По сути, неважно, чем мы занимаемся, главное – вместе с семьей.

г. Алматы, Dostyk Plaza Trade center
Самал 2, дом 111
+7-701-777-55-84
www.isabel-garcia.kz
[@isabel_garcia.kz](https://www.instagram.com/isabel_garcia.kz)



Студия

красивого
настроения

украшения @ukrasheniya_kamilla
платья @saramelshop_almaty

Быть роскошной красавицей мечтает каждая женщина. Если даже не роскошной, то с ухоженными волосами, гладкой кожей лица и стильной прической, гармонирующей со всем образом. Реализовать это желание можно разными способами, но, пожалуй, самый действенный путь – это возможность обратиться к профессионалам.

Арт-директор студии Zlateline Злата Шевчук рассказала журналу Teens and People о своей необычной студии красоты.

Злата, для начала расскажите о себе и о вашей деятельности.

– По образованию я дизайнер, окончила художественную школу. Мне всегда нравилось рисовать, поэтому я начала свою деятельность с макияжа. Впоследствии обучилась мастерству перманентного макияжа – прошла обучение у лучших мастеров Китая и России. В 2015 году основала свою школу-студию Zlateline. Вступила в ассоциацию преподавателей Nonprofit Partnership International League of Permanent Make-up Professionals в Москве. Также участвовала в международных конгрессах и чемпионатах New PM Technologies в Санкт-Петербурге и в Москве. В 2016 заняла первое место в открытом чемпионате по перманентному макияжу в Алматы в номинации «Микроблейдинг». Участвовала в чемпионате мира в Голландии и обучилась лучшим технологиям перманентного макияжа World Wide Rotterdam. Обучению я посвятила большую часть своей жизни и не останавливаюсь на достигнутом. Главным и основным в beauty бизнесе для меня является качество во всем: в работе команды специалистов, в уровне обслуживания клиентов, в используемой косметике, в оснащении школы-студии рабочими материалами и оборудованием.



– Расскажите о вашей команде. Кто работает с вами?

– Я благодарна судьбе за то, что вокруг меня люди, с кем мне интересно и приятно находиться рядом. Со мной работают настоящие профессионалы своего дела, люди мыслящие, думающие и развивающиеся в жизни.

Я доверяю их профессионализму на 100 процентов и всегда с удовольствием предлагаю услуги салона Zlateline, потому что уверена в том, что мы делаем. А именно в качестве услуг, которые оказывает салон, в мастерах, в уровне сервиса и косметики. Мастера-преподаватели уделяют большое внимание ученикам нашей школы, давая много теоретических понятий, закрепляемых на практике. Ведь это наиболее важно для новичка в этой сфере. Курсы представляют собой как базовое обучение перманентному макияжу, так и повышение квалификации с использованием разных техник ПМ.

– Какие процедуры оказывают в доме красоты Zlateline?

– Большая гордость нашего салона – это высококвалифицированные мастера-бровисты и мастера перманентного макияжа, которые выполняют все процедуры по высшим стандартам технологий, ориентируясь на ультрамодные тенденции: архитектуру бровей, Brow Paste, Brow Nenna, пудровое напыление Microblading, лазерное и безлазерное удаление некачественного татуажа. Также в нашем салоне применяется техника Light brows, являюсь ее автором. Это совмещение аппаратных технологий с мануальными техниками перманентного макияжа. Такая процедура дает высокий натуральный эффект. Со

всеми видами работ можно ознакомиться в нашем Инстаграме.

Помимо этого мы предлагаем процедуры по уходу за лицом: массаж, уход за областью вокруг глаз, чистку, массаж лица, криомассаж, лифтинг, омоложение кожи. Косметологи работают на косметике Gernetic из Франции. После консультации наши клиенты могут приобрести эту косметику и использовать ее в домашних условиях.

Визаж, наращивание ресниц, бикини-дизайн, депиляция – все эти процедуры делают в нашем салоне тоже. Не забываем и о такой важной процедуре как маникюр. Совсем недавно мастера студии повысили свой уровень в рамках курса «Аэрография на ногтях: OneAir: first stage».

Наш дом красоты предоставляет услуги стилиста – он поможет подобрать любой женщине совершенно новый свежий образ.

Хочу также отметить, что в Zlateline царит невероятно приятная атмосфера: каждый клиент после всех процедур может насладиться чашечкой кофе на нашей террасе с видом на красивейший сад. Ждем всех к нам в гости.

г. Алматы, ул. Исаева, 127
+7-777-342-19-58, +7-777-973-39-39
@zlateline

*С любовью.
Ваша студия Zlateline*

make up/hair @kamalimakeup
loc @marrone_rosso

НАРАСТИ И УДИВИ!

←.....
Казалось бы, отрезать волосы легко, а вот нарастить... К счастью, beauty индустрия не стоит на месте, и уже сейчас можно не ждать долгие месяцы, а то и годы, чтобы ваш волос оказался нужной длины. Дарья Миллер знает в этом толк.

ТРЕОПЛЕ СПЕЦИАЛИСТ

Дарья, как долго вы занимаетесь наращиванием волос?
– Уже 6 лет. Сама не верю, что время так быстро пролетело.

– Почему выбрали именно это направление?

– Когда-то я начинала работать свадебным стилистом. Успешно отработала два сезона, за это время поняла, чего не хватает всем нашим невестам: качественного продукта на рынке, как минимум накладных или нарощенных волос. Все приходило с одной и той же проблемой, всем нужны были длинные и густые волосы, чтобы можно было оформить красивую прическу. Кстати, тогда и не было такого выбора причесок на короткие волосы, и все гнались за длиной. Так и развился мой интерес к данной процедуре.



Тогда я и задумалась о том, что хочу изучить всё касательно данного направления, и, если затянет, остаться здесь надолго, создав лучший бренд на рынке.

– **Это основное ваше поле деятельности или хобби?**

– После того как меня окончательно затянуло, это перестало быть хобби. Уже через четыре месяца работы клиенты сами находили меня, поскольку у меня даже не было рекламы. А сейчас это любимая работа, которая занимает большую часть моего времени.

– **Какой вид наращивания вы делаете? И какой самый востребованный?**

– В моей студии мы используем все самые популярные техники наращивания. А вот самым востребованным остается моя авторская технология – микронаращивание, над которой я до сих пор продолжаю работать сама и обучаю этому других мастеров. Востребованной она стала не только в Казахстане, на сегодняшний день мы медленно, но верно завоевываем сердца наших клиентов из стран СНГ и Европы.

– **Расскажите о материале, который используете в своей работе.**

– На самом деле в материале нет ничего необычного, все материалы доступны абсолютно для каждого мастера. Здесь главное – не экономить на своих клиентах. Всё дело в технике, над которой, повторюсь, работаю до сих пор.

– **Женщины приходят к вам наращивать волосы, отдавая дань моде или же решая какие-то проблемы?**

– В нашу студию приходят по разным причинам: кому-то хочется выделиться, кто-то решает серьезные проблемы с волосами, а кто-то наращивает, потому что считается, что длинные волосы – это необходимая часть образа. Но я всё же ловлю себя на мысли, что большая часть моих клиентов – это девочки, с которыми мы решаем задачи разного характера – начиная от нехватки недостающих длины или объема и заканчивая серьезными проблемами с кожей головы или гормональными изменениями.

+7-775-302-06-36
г. Алматы, ул. Маркова, 39
@almaty_imperia.volos.

КАЖДЫЙ ПРОЕКТ – НАША ГОРДОСТЬ

make up/hair @erlan_ainabekov_studio *Александра Косарева*



*Хотите жить в квартире или в доме своей мечты, но не знаете, как превратить простую комнату в плод ваших мечтаний, – смело обращайтесь к мастерам своего дела! Диалог состоялся с дизайнером интерьера и владелицей студии **Raido Interiors** *Александрой Косаревой*.*

Александра, вы по профессии дизайнер интерьера, являетесь основателем собственной студии. Скажите, вы сразу начали работать на себя? И здесь же добавлю: как долго вы на рынке Казахстана?

– После учебы в Международном университете управления и опыта работы в двух строительных компаниях в 2015 году я учредила бизнес-компанию по отделке помещений. В процессе я увлеклась дизайном и, изучив специфику,



набрала специалистов узких профильных специальностей – так мы начали заниматься дизайном интерьеров.

– **На чем специализируется ваша студия: интерьеры домов, квартир? Или это офисы, кофейни, рестораны?**

– Мы специализируемся на дизайне домов и квартир.

– **Кто в вашей команде?**

– Основной состав: архитектор, дизайнеры и проектировщик. Также есть прорабы, с которыми мы сотрудничаем на постоянной основе.

– **Какими проектами гордитесь больше всего?**

– Каждый проект – наша гордость.

– Допустим, к вам обратился заказчик, но он не имеет представления, какой дизайн кухни или, например, спальни он хочет. Как складывается процесс работы?

– Необходимо личное знакомство для понимания образа жизни и привычек заказчика и его семьи, этого достаточно на начальной стадии. После ознакомления мы готовим общую концепцию интерьера, планировочное решение и эскизы, в этом процессе желательно, чтобы клиент просто комментировал результат и прислушивался к советам дизайнеров.

– **Что любят казахстанцы в обустройстве своих жилищ?**

– Пышные интерьеры отошли на второй план, и сейчас больше всего ценится функционал, большое количество мест для хранения, гардеробные комнаты, прачечные. И всё это в современных классических интерьерах без лишней роскоши, всё тонко и со вкусом.

+7-707-200-71-87

г. Алматы, ул. Бухар жырау, 26,
БЦ Evolution, 4 эт., 31 офис
@aleksandra_rem

ПРЯЖНЫЙ СЕЗОН

Камилла Досова – создатель уникального проекта по производству пряжи рассказала Teens and People об успехе в своем деле.

Камилла, расскажите о своей деятельности.

– Моя основная работа – это производство трикотажной пряжи. Мы были первыми в Казахстане, кто решился открыть именно это дело. Изначально такую пряжу рукодельницам приходилось завозить из России и Турции, что весьма невыгодно. Поэтому и появилась мысль о создании нашего бизнеса. Мы пошли ва-банк. Было внутреннее ощущение, что этот проект будет людям интересен. Так и вышло. Собственное производство запущено полтора года назад.

– Как происходит создание изделий, что в них уникального?

– Я изначально создаю эксклюзивные модели – это моя цель. Трикотажная пряжа очень хорошо держит форму и отлично подходит для создания таких изделий, как корзины, сумки, ковры и т.п. О конкретных сроках изготовления сложно сказать. Если ты вдохновлен, то можешь связать что-то за три часа. На то, чтобы связать сумку, которую делать никогда еще не пробовал, уйдет, конечно, больше времени. Но в нашем деле, как говорится, «если ты ни разу не распустила свое изделие, значит что-то с тобой не так». Во мне, несомненно, всегда присутствует желание выполнить работу как можно лучше. Сейчас я стараюсь всё делать сама, но бывают «жаркие» периоды, например, в праздничные дни, или же появляются большие проекты, – тогда приходится привлекать команду.

– Камилла, откуда черпаете вдохновение для создания изделий?

– Бывает, ты просто берешь моток пряжи,



make up/hair @erlan_ainabekov_studio
loc @angelinuscoffee_kz



видишь цвет, и в голове уже складывается интересная картинка.

– В чем плюсы и минусы вашего дела?

– Единственный минус в самом производстве. Оно очень пыльное, и всегда нужно быть в респираторах, иногда даже в очках и спецодежде, чтобы не навредить здоровью. А плюсов, конечно, миллион. Помимо приятной финансовой части мы счастливы получать восторженные отзывы от наших клиентов. Я ежедневно принимаю сообщения о том, как им нравится наша пряжа, наша палитра, какие классные получаются изделия.

– Что обязательно следует знать новичку при открытии своего бизнеса?

– Помимо того, что должен быть финансовый фундамент, человек также должен обладать «сумасшедшинкой». Быть сгазу, чтобы не бояться. Необходимо всё делать с душой! Вряд ли что-то получится, если кроме денег тебя не будет ничего увлекать. Тем более если бизнес основан на творчестве. У меня были опасения, что мой продукт может не понравиться людям. Но в первую очередь нужно быть уверенным в себе, и тогда ты найдешь свою нишу.

– В вашем бизнесе какой вид рекламы самый актуальный?

– Наиболее движущая сила – это Инстаграм. Мои изделия и пряжа являются именно инстаграмным продуктом. Благодаря своей странице мы собрали собственную аудиторию. Несмотря на то, что у нас есть сайт, заказы всё равно идут в основном через Инстаграм. Существует четкая закономерность: выкладываешь пару постов в день – есть продажи, не выкла-

дываешь – нет продаж. Поэтому мы за этим тщательно следим.

– Где можно приобрести вашу пряжу и изделия?

– По пряже в Алматы три точки продажи. Головной магазин находится по адресу: ул. Ауэзова, 104б. Здесь же можно купить, а также заказать мои сумки DOSSOVA. Кроме того, магазины располагаются у станции метро «Жибек жолы» и в микрорайоне. По Казахстану в крупных городах у нас есть представительства, где можно приобрести товар по той же цене, что и в Алматы.

Беседовала Екатерина Цимбал

@happytiaknit

@happytia.yarn

+7-776-755-22-10



«Там, где есть большие трудности, открываются большие возможности!»

Эльмира Есмаханова



Эльмира Есмаханова – владелица крупнейшей сети магазинов корейской косметики, арт-галереи и массажного салона.

Эльмира, Asian Cosmetics и Nature Republic – одни из самых больших и успешных сетей магазинов корейской косметики. Возникает вопрос: думали ли вы когда-нибудь, что ваш бизнес будет настолько успешен?

– Конечно! Как говорит мой муж: «Самый большой риск маленького бизнеса в том, что он когда-нибудь станет большим».

– Какой у вас был старт? Вы открыли один магазин или сразу несколько?

– Старт был 200 тысяч тенге с онлайн продаж в соцсетях. Через месяц создали сайт и открыли первый магазин в центре города Алматы. Через полгода – второй магазин в Астане. И за четыре года мы открыли 20 магазинов Asian Cosmetics и 7 магазинов Nature Republic по всему Казахстану.

– Что было самым сложным? И сталкиваетесь ли вы с трудностями сейчас?

– Самое сложное – это начать и не бояться! Верить в себя, в свою идею и никого не слушать. Трудности бывают всегда, причем разные. Они же нас и мотивируют.

– Вы также владеете массажным салоном Beauty Face Massage и арт-галереей Yellow Korner (о второй немного позже). Почему именно массажный салон?

– Попробовав один раз массаж лица, мне очень понравился его результат: подтянутость и свежесть. И мне захотелось, чтобы и наши клиенты тоже это ощутили.

– Какие виды массажа можно сделать?

– Японский традиционный, лифтинг-массаж, скульптурно-буккальный, испанский и французский массаж лица.

– Расскажите об арт-галерее Yellow Korner – этом уникальном проекте. Чьи работы представлены в галерее, и можно ли что-то приобрести?

– Это единственная международная арт-галерея в Казахстане, прибывшая из Парижа, где представлены эксклюзивные работы наиболее известных и популярных фотографов со всего мира. В Yellow Korner можно увидеть мир

во всем его многообразии: это пейзаж, мода, городская жизнь, путешествия, спорт и техника, знаменитости и музыка. Каждый гость нашей галереи не уходит без эмоций. Настолько картины живые, что в них невозможно не влюбиться. Конечно, можно купить. Идея галереи проста: за счет увеличения числа копий оригинальной фотографии каждый может приобрести полюбившиеся работы по доступной цене.

– Как вы находите эти уникальные фотографии?

– Мы их не находим. Это франшиза, где целая комиссия из представителей разных стран и основатели галереи проводят конкурс и отбирают лучшие работы. Одно из условий франшизы позволяет нашим местным фотографам выставить собственные работы в галерее Yellow Korner. Для этого к письму о себе необходимо приложить 5–10 своих фотографий.

– Чем вы себя мотивируете?

– Развитием. Постоянно совершенствуюсь в личностном плане и обучаюсь профессионально. Всегда ищу ответы на свои вопросы. Изучаю рынок, стараюсь идти в ногу со временем.

– Насколько выросла ваша команда?

– Помнится мне, как мы начинали наше дело вдвоем со снохой,



make up/hair @erlan_ainabekov_studio

Стараюсь возвращать своих людей, сколотить свою армию – таких, кто со мной пойдет и в огонь, и в воду.



обходя все офисы с полной сумкой продукции. А сейчас нас 50 человек, правда, теперь по офисам не ходим, хотя можно эту практику возобновить (*смеется*). Стараюсь возвращать своих людей, сколотить свою армию – таких, кто со мной пойдет и в огонь, и в воду.

– В чем заключается ваша миссия?

– Сделать всех женщин счастливыми и красивыми. Создавать новые проекты, которые будут радовать не только нас, а в первую очередь нашего потребителя.

– Можете дать совет тем, кто не может найти себя и определить, чем заниматься?

– Найти свой талант. Подумать, в чем ты лучше всего разбираешься, и развивать

этот талант в себе. Главное, чтобы это доставляло удовольствие. И никогда не бросать и не останавливаться на начатом. Трудности всегда будут. Там, где есть большие трудности, открываются большие возможности!

– Поделитесь планами на будущее?

– О, планов много, в голове столько идей и проектов. К данному моменту, например, разработали собственный бренд корейской косметики ELAUD премиум-класса по доступной цене. В июле планируется открытие еще пяти магазинов Asian Cosmetics в разных городах Казахстана. График очень плотный. Наша цель – масштабирование своей деятельности. Абсолютно каждый может стать нашим партнером, главное – иметь желание.

@asiancosmeticsinkz
@beauty_face_massage

@nature_republic_kazakhstan
@yellowcorner_kazakhstan



Мода – штука серьезная, глупо это отрицать, но относиться к ней чересчур серьезно еще глупее. Мода, как феномен, напрямую имеет отношение к вопросу отсутствия или наличия вкуса. Установлено, что вкус имеет условно объективные и субъективные корни, а потому находится с модой в довольно неоднозначных взаимоотношениях.

Как часто мы сталкиваемся с тем, что индивид с невыраженным личным вкусом прикрывается образами модных домов... Для таких людей мода и декларирующие ее бренды мировых подиумов выступают дикторами, которые через агрессивную рекламу зачастую на бессознательном уровне формируют тягу к логотипам и брендам при желании прикрыть себя дорогой маркой или через нее возвысить свой статус и уровень притязаний в жизни.

Для человека с развитым вкусом мода скорее пространство игры и даже реальная знаковая система со своими правилами и законами, которым можно не только следовать, но которые иногда хочется красиво нарушить, не опасаясь мести. Постоянно «проверяя границы дозволенного» в общественных вкусах, мода постепенно трансформирует вкусы конкретных людей. В этом сезоне в тренде вновь логомания. Мы решили не отставать от духа времени и немного поглумились над этим веянием в нашей съемке для Teens and People.

идея и фото Александр Сахар
@sahar_fashion



MOSCHINO

McDonald's





VERSACE



Dior

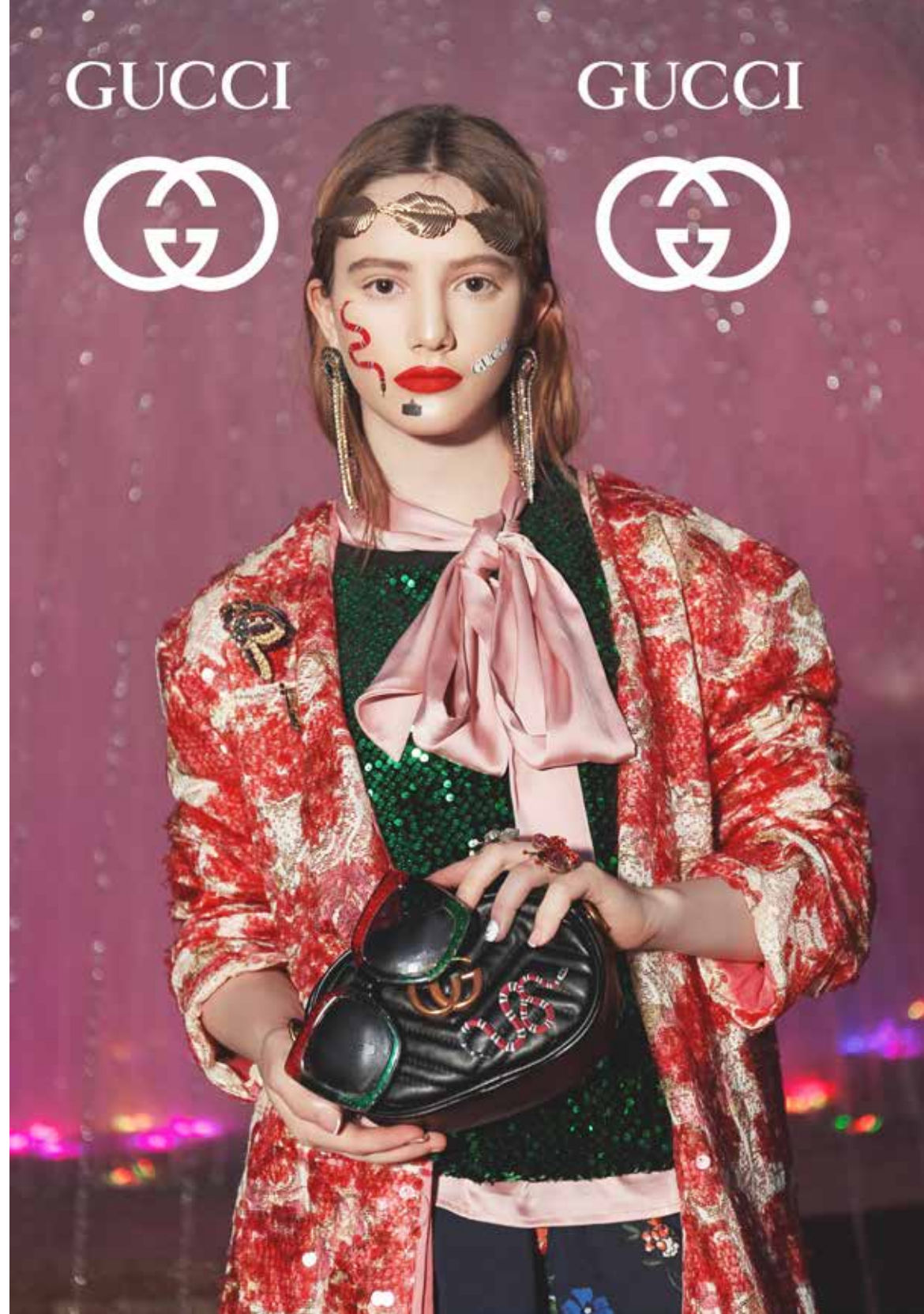


CHANEL



YVES SAINT LAURENT





COSTA



VILLA
Boutiques & Restaurants

Хирургия – дело творческое

Глаза – зеркало души. И по-настоящему всю тайну глубины женской души можно узнать только по очаровывающему взгляду, ведь не зря так много песен посвящено этой теме.

Сегодня мы поговорим о блефаропластике – весьма популярной косметической операции, позволяющей изменить азиатский тип век, избавиться от ограничения обзора и нависания век, а также устранить возрастные изменения. На данный момент существуют два метода блефаропластики, характеризующихся отсутствием и наличием разреза.

В первом случае делается прошивка верхнего века, так называемая операция Сингапури, или деориентирующая блефаропластика – создание европейской складки верхнего века, которая применяется в ограниченных случаях.

И второй вид – открытая блефаропластика, имеющая более широкие возможности и преимущества, но более травматичная по сравнению с первой.

Современные стандарты красоты рисуют нам картину больших европейских глаз с углубленной складкой верхнего века и открытым внутренним уголком. «Приобрести» такие глаза несложно, но, тем не менее, немногие решаются на данное оперативное вмешательство или же долго «запрягают сани» на пути к пластическому хирургу.

Давайте рассмотрим основные вопросы



@dr.ongarov
+7-701-870-66-63

данной темы, которые волнуют наших пациентов.

Первое, что волнует женщин, – это конечный результат.

На самом деле женщины испытывают вполне оправданное беспокойство, так как в настоящее время с ростом количества пластических хирургов возрастает и риск оказания некачественной услуги, которую иной раз можно исправить, проведя не одну попытку коррекции. Область век – это тонкая зона кожи, поэтому при проведении косметической операции хирургу необходимо подходить со всей ответственностью к своей работе и учитывать

возраст, национальность, анатомические особенности, желаемый результат, а также многие другие факторы.

Второй волнительный момент – это симметрия.

Симметрия – один из важных признаков красоты, а многие пациенты приходят с асимметричными глазами. Проблему решает только отлаженная техника, большой стаж «оперирующих рук» и организм

Это основные вопросы, с которыми нам приходится сталкиваться, но мало кто понимает другие важные моменты данной операции, по поводу которых необходимо отдавать себе отчет в полной мере. Нужно понимать, что блефаропластика (как бы она легко ни переносилась) – это оперативное вмешательство, которое требует затрат определенного времени на пути к конечному результату, ведь каждый человек индивидуален, и наличие анатоми-



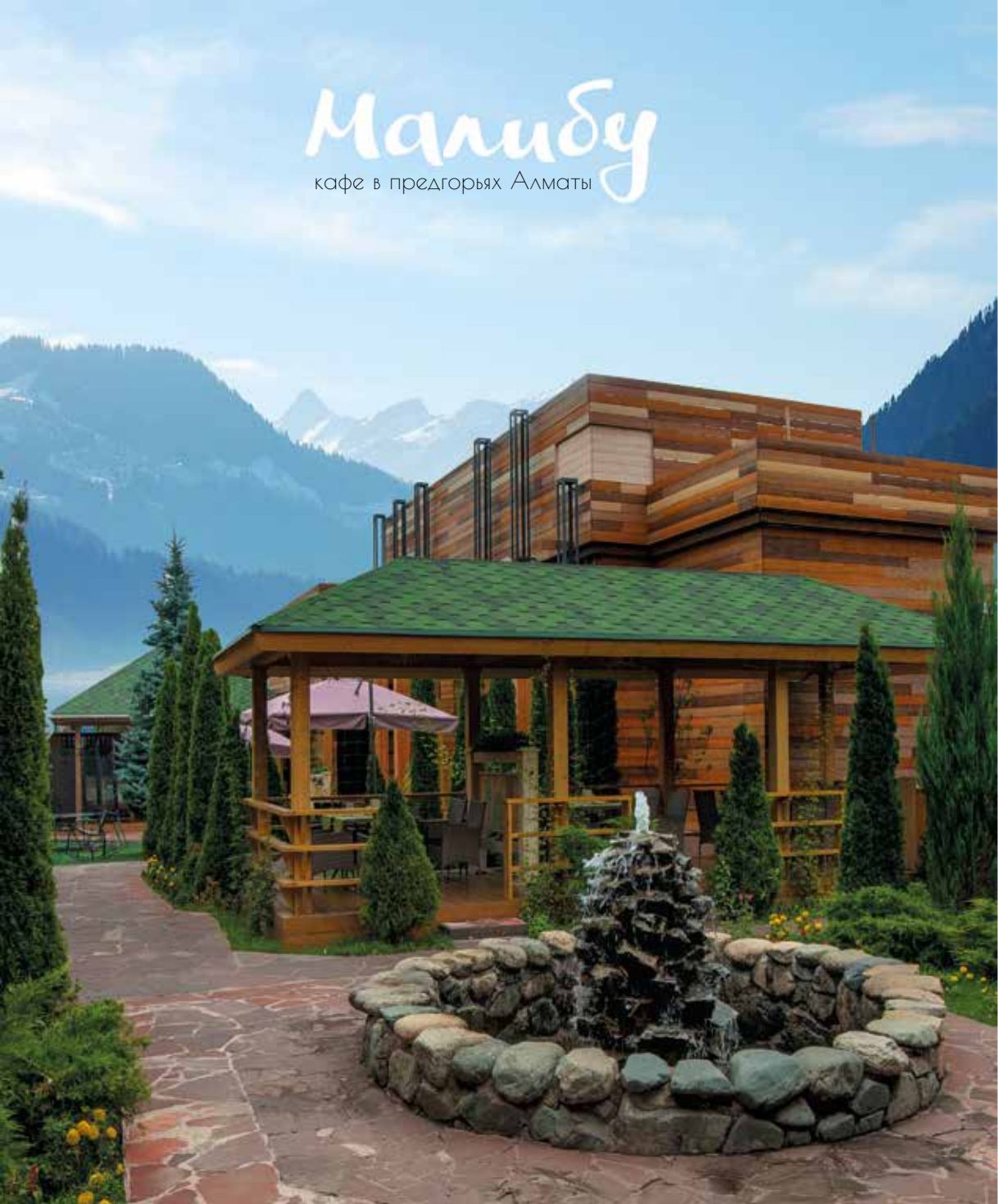
пациента, ибо не существует алгоритмов и формул для установки симметрии. Хирургия – дело творческое.

И последний из основных вопросов наших красавиц, немаловажный и для самого хирурга, – это **комфорт и реабилитация.**

Как правило, операция проводится под местной анестезией, когда пациент находится в полном сознании, но боли не чувствует и способен идти домой сразу после операции без какой-либо дополнительной помощи. Боль и после окончания операции не возникает, а пациенту остается лишь ухаживать за послеоперационной раной, обрабатывая ее антисептиками. Швы снимаются на пятые сутки после операции.

ческих и физиологических различий – это абсолютно нормальная вещь. Поэтому период реабилитации может варьироваться у каждого по-разному и в некоторых редких случаях может достигать до шести месяцев. Многие желают мгновенного результата, но так не бывает, для «посадки глаз» в среднем требуется до одного месяца. Также существуют такие последствия операции, как слезотечение, воспаление конъюнктивы или роговицы глаза, неполное смыкание века и другие. Всё это ожидаемые и нормальные последствия оперативного вмешательства, подлежащие лечению у опытного хирурга, который всегда распознает и дифференцирует каждый клинический случай.

Малибу
кафе в предгорьях Алматы



ул. Хан-Тенгри, 149А, +7-727-229-34-88, +7-705-777-58-58, @kafe_malibu

Lifestyle

ИЗМЕНИ СЕБЯ К ЛУЧШЕМУ

.....

Если вы задумывались о том, что в вашей жизни пора что-то поменять, то эта рубрика для вас. Мы собрали специалистов, которые помогут сделать первые шаги к изменению себя и повысить качество жизни. В каждом выпуске проекта они будут освещать конкретный аспект и раскроют секреты о том, как поменять вашу жизнь в лучшую сторону.

.....

**Первый шаг к
совершенству**

Жизнь – прекрасная штука!

Эльмира Байменова – магистр традиционной народной медицины, целитель, ясновидящая, психолог для рубрики Lifestyle

«Жизнь – прекрасная штука!» – так я всегда начинаю свои статьи. А прекрасна она, потому что в ней много возможностей, только нужно уметь разглядеть их и воспользоваться ими. В человеке всё должно быть прекрасно: душа и тело, намерения и мысли, слова и действия. Должна быть гармония во всем, и тогда вы будете чувствовать себя здоровым и счастливым. Так с чего же начинается путь к счастью? Как добиться общего баланса и гармонии в своей жизни? Человек состоит из нескольких принципиально различных частей, каждая из которых имеет свое проявление в жизни, в поведении и в назначении. Этими составляющими являются тело, психика, душа, разум и духовность.

Как правило, мы начинаем с тела, так как оно является физической составляющей нашего существа. И о том, что тело должно быть здоровым, должно подвергаться физическим нагрузкам, должно отдыхать и быть тщательно ухожен-

Нужно записать план ваших действий, потому что, двигаясь однобоко, вы получите однобокий результат.

ным, вам расскажут другие специалисты данного проекта. Я же в этой рубрике буду освещать моменты, которые помогут со-

держивать тело в нужной форме и в должном порядке. Ведь на физическое состояние человека огромное влияние оказывают его мысли, реакции, эмоции. Каждая мысль, если она плохая (а это страхи, сомнения, тревоги, зависть, злость, нервозность), оказывает негативное влияние, травмирует тело и подрывает здоровье. Наша внутренняя психическая атмосфера, гармоничное взаимоотношение с самим собой – вот что очень важно для здоровья! Хочу вас уверить, что невозможно добиться положительных результатов при работе с телом, если ваша голова забита «мусором». Итак, как начать этот увлекательный путь к оздоровлению души и тела?

Во-первых, нужно определить цель и поставить задачу: чего вы именно хотите и для чего это вам нужно? Что это вам даст? И нужно ли для этого напрягаться и трудиться? Потому что работа над собой – это увлекательный, но в то же время нелегкий труд! Хочу заметить, что если ваш посыл положительный, к примеру, вы хотите похудеть для здоровья, стать красивее, примерить новую одежду, изменить имидж – это хороший настрой, и результат не заставит себя ждать. А если вы хотите назло кому-нибудь доказать что-то по причине стресса или зависти, то начнете свой проект в негативной низкочастотной энергии, и результат, может, и будет, но тяжелый, способный повлечь за собой заблуждения.

Во-вторых, требуется намерение. К примеру, я хочу скинуть 10 кг или постройнить до меньшего размера, или выиграть соревнования. Тогда следует



четко сформулировать и прописать ваши мысли. И почувствовать, как это переключается с вашим внутренним Я.

В-третьих, нужно записать план ваших действий, потому что, двигаясь однобоко, вы получите однобокий результат. План – это и разработанная легкая или сложная диета, и занятия спортом, фитнесом, плаванием, и подключение массажа. И, конечно же, большое значение имеет духовное (не религиозное) самовоспитание, когда вы очища-

ете свои мысли и душу от негативных мыслей, переживаний. А вот в этом помогу вам я. В каждом номере журнала я буду освещать проблему и показывать пути решения, давать рекомендации и помогать в оздоровлении души и тела. Сегодня начните с самоорганизации, сбросьте лень и улыбнитесь солнечному свету. Главное – поверить в свои силы. Попробуйте! И у вас обязательно всё получится!

+7-701-712-25-26
@elmira_baimenova



ПОЛУЧИТСЯ У КАЖДОГО

Дмитрий и Марина Нам специально
для рубрики Lifestyle

Мы занимаемся сетевым бизнесом в партнерстве с компанией NL International. В бизнесе полтора года, и на сегодняшний день являемся топ-лидерами Казахстана с командой более 1 000 человек! Если кто-ни-

будь полтора года назад сказал бы нам, что мы будем заниматься сетевым бизнесом сейчас, мы бы просто рассмеялись ему в лицо.

Дмитрий: я проработал в найме 12 лет, на последнем месте работы был руководителем сред-

неазиатского рынка по продаже элитной сантехники. Марина у нас дизайнер, она брала заказы на дом, так как находилась в декретном отпуске и сидела сутками за монитором. Приход в НЛ был, наверное, случайным (хотя, говорят, случайностей не бывает). У Марины после вторых родов сильно отекали ноги, и нам подарили чай, который в скором времени помог. Но нужно было купить еще, и тут я узнал, что этот чай продается в сетевой компании. Я очень не хотел туда ехать! Ведь в моей голове сложился определенный стереотип в понимании данного бизнеса, а именно представлялись бабушки, сумки с продуктом и каталог в зубах. Но так как продукт был нужен, я все-таки поехал, и для меня провели встречу, вернее, просто рассказали, как устроен бизнес и откуда берутся деньги. Посмотрев маркетинг-план, я захотел разобраться в нем и увидел перспек-

тиву в данной модели бизнеса. Мы с Мариной начали пробовать и сразу вышли на первый результат, хоть и небольшой, но было все равно приятно – в первый месяц работы, уделяя бизнесу два часа в день, мы заработали 178 000 тенге, и меня это удивило! Начали вникать больше, учиться вести социальные сети, поменялись внешне (в лучшую сторону, как нам сказали). Нашим результатом начали интересоваться знакомые и наши подписчики в Инстаграме. Мы учились у лидеров нашей структуры проводить встречи, работать с людьми, а самое главное – учить людей зарабатывать, ведь в этом основная суть бизнеса – научить людей зарабатывать с нуля без инвестиций и риска! На самом деле, когда ты вовлечен во что-то новое и тебе это нравится, ты начинаешь думать немного по-другому – шире! Мы вышли из зоны комфорта, в которой находились, и нам

захотелось развиваться дальше! В какой-то момент мы поняли, что жили без цели долгое время, а еще поняли, что без конкретных целей живет 90% населения. Когда люди приходят к нам и говорят «а вдруг у меня не получится, я не такой, как вы, у меня нет столько подписчиков», в этот момент я верю в человека больше, чем он верит в себя. И, как показывает практика, тот, кто действительно хочет и готов действовать, добивается успеха, ну а мы всегда готовы ему помочь и обучать его всему тому, что знаем сами. Все лидеры, которые находятся сейчас у нас в команде, тоже начинали с нуля. И мы вместе идем к следующей нашей цели: у каждого она своя, но вот направление одно. На наших глазах пришедшие к нам люди меняются как внешне, так и внутренне, у них становится яснее взгляд. В общем, меняться нужно, и это не страшно, а очень интересно! Нужно выходить

из зоны комфорта, так как если ничего не предпринимать, то можно всю жизнь просидеть и не узнать, что можно жить иначе: быть свободнее, увидеть мир, получить большие возможности. Только мы сами ограничиваем себя в рамки, оправдывая свое бездействие общественным мнением, незнанием многих вещей и просто боязнью выйти из своей зоны комфорта!

**У нас получилось, получится у каждого!
Ведь, если вдуматься, условия-то у всех равные!**

+7-777-779-11-19
@wowkoreec



Самое главное – здоровье!

Ирина Платонова – массажист
для рубрики Lifestyle

Зачастую близким людям мы желаем доброго и крепкого здоровья, так как это основное условие счастливой жизни. Ведь именно здоровье помогает нам выполнять наши планы, решать жизненные задачи, преодолевать трудности и значительные перегрузки. Хорошее здоровье,

сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь. И ни для кого не секрет, что массажная терапия давно уже стала неотъемлемой частью здорового образа жизни человека. Благодаря массажу происходит мобилизация защитных сил организма, стимулируются

обменные процессы и налаживается работа как отдельных внутренних органов, так и их систем. Это как раз то, что поможет нам на начальном этапе на пути к совершенству. Многочисленные исследования позволили досконально выяснить и уточнить все целебные эффекты, которые

обеспечивает курс общего массажа: нормализует артериальное давление, уменьшает частоту сердечных сокращений, устраняет мышечное напряжение, успокаивает и расслабляет нервную систему, нормализует сон. В целом систематический общий массаж тела способствует регулированию и приведению в баланс всех важных внутренних процессов и повышению работоспособности. Профессиональная и правильная массажная техника абсолютно безопасна и несет в себе только пользу, однако есть противопоказания. Массаж – очень полезная процедура, но не панацея от всех недугов. Именно поэтому при сильных болях в той или иной части тела, я рекомендую сначала обратиться к врачу для диагностики.

Я трепетно отношусь к телу человека, и массаж не является для меня средством для «заколачивания» денег, хотя делаю я его за деньги. Хотелось бы сказать об одном частом заблуждении. Считается, что массаж должен быть чувствительно болезненным, тогда он выполнен правильно. Я вас разочарую, мои дорогие. Правильно выполняемый массаж не должен быть болезненным, потому что тело расслабляется и разогревается специальными приемами в несколько этапов, для того чтобы в дальнейшем можно было с ним уже работать как с пластилином или тестом. Если тело хорошо подготовлено и разогрето, то больно вам не должно быть – это первое. Второе. Массажист всегда чувствует напряжение в теле человека

и всегда знает, где сейчас будет больно, при условии, конечно, что он мастер своего дела. Да, существует болезненный массаж, по рекомендации врача, например, после перенесенных травм и операций. Такой массаж делается при медицинских центрах или поликлиниках под наблюдением лечащего врача, а не в массажных салонах.

Виды массажа, которые делаю я: общий классический, стоунтерапия (массаж горячими камнями), баночный массаж, медовый, даосский. Даосскому виду массажа я обучаю.

+7-777-648-55-51
@massaglife
@irina_platonova

разгоняет метаболизм, очищает, регулирует температуру тела, помогает в сбрасывании веса, уменьшает чувство голода и смягчает суставы.



Шаг 2. Питание. Всего лишь отложи очередную печеньку!

Важным

элементом является то, что мы постараемся исключить из своего привычного рациона совсем немного – только «мусор». Как только мы его исключим, сразу же почувствуем разницу в состоянии организма: вам станет легче передвигаться, улучшится настроение, внешний вид, вы перестанете чувствовать тяжесть в желудке. К тому самому «мусору» относятся сдоба, конфеты, чипсы, фастфуд, сладкие газированные напитки. Отказ от этих продуктов – уже большой шаг к улучшению своего здоровья. Многие зададутся вопросами: а что тогда есть и чем

баловать себя? Ешьте больше овощей, фруктов, добавьте натуральные продукты: рыбу, морепродукты, мясо, курицу, пейте фруктовые соки. Сахар нужно заменить на мед, снизить потребление соли. И питаться нужно пять раз в день. Пятиразовое питание дает разгон метаболизма, все процессы в организме начинают происходить быстрее. Это благотворно влияет на весь организм.

Шаг 3. Прогулка. Бег.

Бывает сложно заставить себя проснуться и побежать, и мы готовим себя к этому очень долго. Но я расскажу об одной альтернативе: давайте совершать прогулки перед сном! Выходите вечерами на улицу, в парк и уделяйте 30 минут обычному шагу. В этот момент вы можете наслаждаться чем угодно: музы-

кой, природой, своими мыслями. Почувствовав особое удовольствие от вечерней прогулки,

Мотивация – то, что помогает начать. Привычка – то, что помогает продолжить.

вы можете попытаться проснуться с утра, и, сделав пробежку после пробуждения, получить заряд

бодрости на весь день. Вообще, бег – это большой общий плюс для всего организма. Занятия бегом способствуют очищению организма от шлаков и вредных токсинов. Пробежка помогает избавиться от лишних калорий. Бег повышает кровообращение, насыщает кислородом все органы и ткани. Он тренирует сосудистую систему и предотвращает многие болезни сердца.

Шаг 4. Мотивация – мы должны себя «включить».

Если вы относитесь к таким людям, которых не вдохновляют восторженные рассказы о похудении или наборе мышечной массы, мотивируйте себя сами. Вы идете к здоровому образу жизни, вы идете к здоровью, вы очищаете свой организм. Всё это вам уже дает уверенность в себе, потому что вы постепенно начинаете трансформироваться. Можно использовать метод «Кнут-пряник». Например, девушки отказываются от вредной еды, чтобы потом надеть красивое платье. Можете даже приобрести одежду на размер меньше – тогда появится стимул ее надеть. В начале пути не ждите от себя сногшибательных результатов, иначе, не оправдав ожиданий, бросите заниматься собой. И запомните еще один мой совет. Мотивация – то, что помогает начать. Привычка – то, что помогает продолжить.

@olgabegusova
+7-702-153-00-47

Желание – ключ к изменению

Ольга Бегусова – дипломированный тренер для рубрики Lifestyle

Ну что? Ты еще не решил-ся на первый шаг? Может, ты просто не знаешь, с чего начать? Или думаешь, что у тебя не получится? Тогда тебе точно сюда!



Шаг 1. Вода.

Да-да, как говорится, «просто добавь воды!». И это не шутка. Больше воды, чем обычно, и главное – чистой, негазированной. До трех литров в день. Вода удаляет шлаки,

Как перестать страдать и стать счастливым

Ирина Загурская
для рубрики Lifestyle

Так обычно бывает: люди живут, и чаще всего жизнь их не устраивает. Жалуются на всё: на людей, на семью, жену, мужа, доход. **Master Kit** помогает начать жить той жизнью, о которой вы мечтаете. Люди берут Master Kit, когда это касается отношений, денег, здоровья и предназначения. Возьмем, к примеру, отношения. Когда мы вступаем в них, то испытываем разный спектр эмоций, боль тоже присутствует. Бывает даже такое, что если и хочется быть в отношениях, то страшно и (или) невозможно их завязать. Иногда умная полноценная девушка или женщина не может найти для себя достойного мужчину,

а если и находит, то отношения превращаются в рутину, где двое становятся заложниками обыденности.

Как вы представляете себе идеальные отношения? Ведь на самом деле только вы знаете, какие они. Главное – ваше счастье!

Почему так происходит? Из-за негативных установок: нормальных мужчин нет, все мужчины изменяют женам, всем мужчинам нужен только секс. Имея ряд похожих

установок, вы будете проходить мимо достойных мужчин, даже не замечая их. А если и вступите в отношения, то живущий внутри вас негатив быстро начнет реализовываться в жизни. Создайте список своих требований к мужчинам на отдельном листке. Вы знаете, что с этим делать? Что нужно поменять в себе и в своих установках? Если жить с убеждением, что вы никому не нужны, не достойны богатого, классного, симпатичного и амбициозного мужчины – так и случится. Люди чувствуют ваше отношение к себе и относятся к вам соответственно. Вы знаете, как поднять свою самооценку, укрепить веру в себя и начать любить себя?

Одна из главных причин, почему нет счастья в личной жизни, в том, что мужчина вам просто не нужен. Вам не хватает чего-то важного, и кажется, что мужчина и есть решение всех проблем. Но в первую очередь нужно научиться ладить с собой и решать внутренние проблемы самостоятельно. Влюбиться в себя, ощутить свою индивидуальность. Вы знаете, как этого достичь? Как ощутить внутренний баланс, гармонию ресурсного состояния?

Именно со всеми этими вопросами помогает разобраться **Master Kit**: трансформировать то, что не



make up/hair @erlan_ainabekov_studio

нравится, и получать то, о чем мечтаешь.

И еще вопрос: как вы представляете себе идеальные отношения? Ведь на самом деле только вы знаете, какие они. Главное – ваше счастье! Главное – понять, чего вы хотите. Попробуйте разобраться в себе, и тогда в вашу жизнь незамедлительно придут те отношения, которые принесут вам гармонию и покой.

сфотографируй qr код и получи подарок



+7-701-732-31-20
www.podsoznanye.kz
@zagurskaya_irina

О том, куда движется современная татуировка, почему сейчас так ярко выражено это направление и как создать свой неповторимый почерк, рассказал один из лучших тату-мастеров Казахстана Доберман.



DOBERMAN
TATTOO STUDIO

Доберман, как вообще возникло желание заниматься тату?

– Это произошло случайно. Рисовал подруге эскиз обычным маркером на руке. Она и предложила идею: что, может, мне стоит попробовать себя в качестве тату-мастера. По рекомендациям устроился в салон красоты. Так и началось мое развитие.

– Многие тату-мастера выбирают один стиль и работают только в этом направлении. Вы так же категоричны в этом?

– Нет! Я считаю, что мастер должен попробовать себя в различных стилях. Есть простые для начинающих. Есть более сложные. В итоге саморазвитие должно привести мастера к созданию своего почерка, а может, и стиля. А работать в одном или в нескольких – это уже дело вкуса.

– По какому принципу происходит принятие решения: бить или не бить? Проще говоря, какую татуировку вы никогда не будете делать?

– Это, конечно, мое личное мнение. Я не отношусь к татуировкам как к простому художественному рисунку. Я передаю в эскизе пожелания и предпочтения, некую психологию заказчика. Но можно заменить любой дизайн эскиза, который мне не нравится, на другой. Поговорив с человеком, можно понять, чего он хочет, и предложить

лучший вариант рисунка. Есть знаки эзотерического характера, о которых очень мало информации. Такие работы я делаю, пользуясь только проверенными источниками или достоверной информацией от заказчика.

– Есть ли в вашей копилке татуировок самая необычная за всё время вашей работы?

– Все работы, с учетом того, что я не повторяю ни одну свою татуировку, являются эксклюзивными, так как это история конкретного человека, перенесенная на кожу. И все тату уникальны!

– Расскажите о процессе самой работы: сначала к вам обращается клиент, что дальше?





– Затем происходит знакомство и консультация, это стандартная процедура. После начинается самое интересное: понять клиента, узнать больше сторон его внутреннего мира и душевного состояния, так сказать, «храма души»: украсить в нем «стены» и курировать последующий процесс заживления. Татуировка готова! До следующей реставрации.

– Куда, как вы думаете, движется современная татуировка сегодня? Становится ли она более свободной? Или в нее по-прежнему закладывают сакральный смысл?

– На татуировку нельзя повесить ярлык времени. Она существует вне его, вне зависимости от временного

пространства! К сожалению, основной процент мастеров ведет тату-направление по коммерческому пути. И лишь единицы развивают культуру. Ну а смысл в любой период времени, будь то сакральный или иной, вкладывает не мастер, а именно заказчик.

– Интересно ваше мнение как профессионала своего дела. Почему сейчас такой бум на татуировки? Выйдя на улицу, можно с уверенностью сказать, что ты встретишь как минимум пять человек с рисунком на теле.

– Бум на тату, как к доступной экзотике, развил интернет. И замечать людей с татуировками мы стали больше. Я всегда сравниваю этот момент с тем, что, когда ты покупаешь машину, появляется ощущение, что во всем городе только эта марка автомобиля. Так работает и наше ежедневное восприятие, связанное с интернетом, телевидением, журналами и с людьми. На сегодняшний день поменявшие стиль и образ жизни люди мелькают в публичном пространстве гораздо чаще. Конечно, в наше время многие медиа, СМИ, фешн-индустрия, видео, да и маркетинг в разных сферах стали делать акцент на тату. Но сказать, что тату стало совсем свободным, нельзя. Даже люди, которые уже имеют тату, не всегда хотят их демонстрировать, а это значит, что и они сами держат тату за занавесом, называемым «табу».

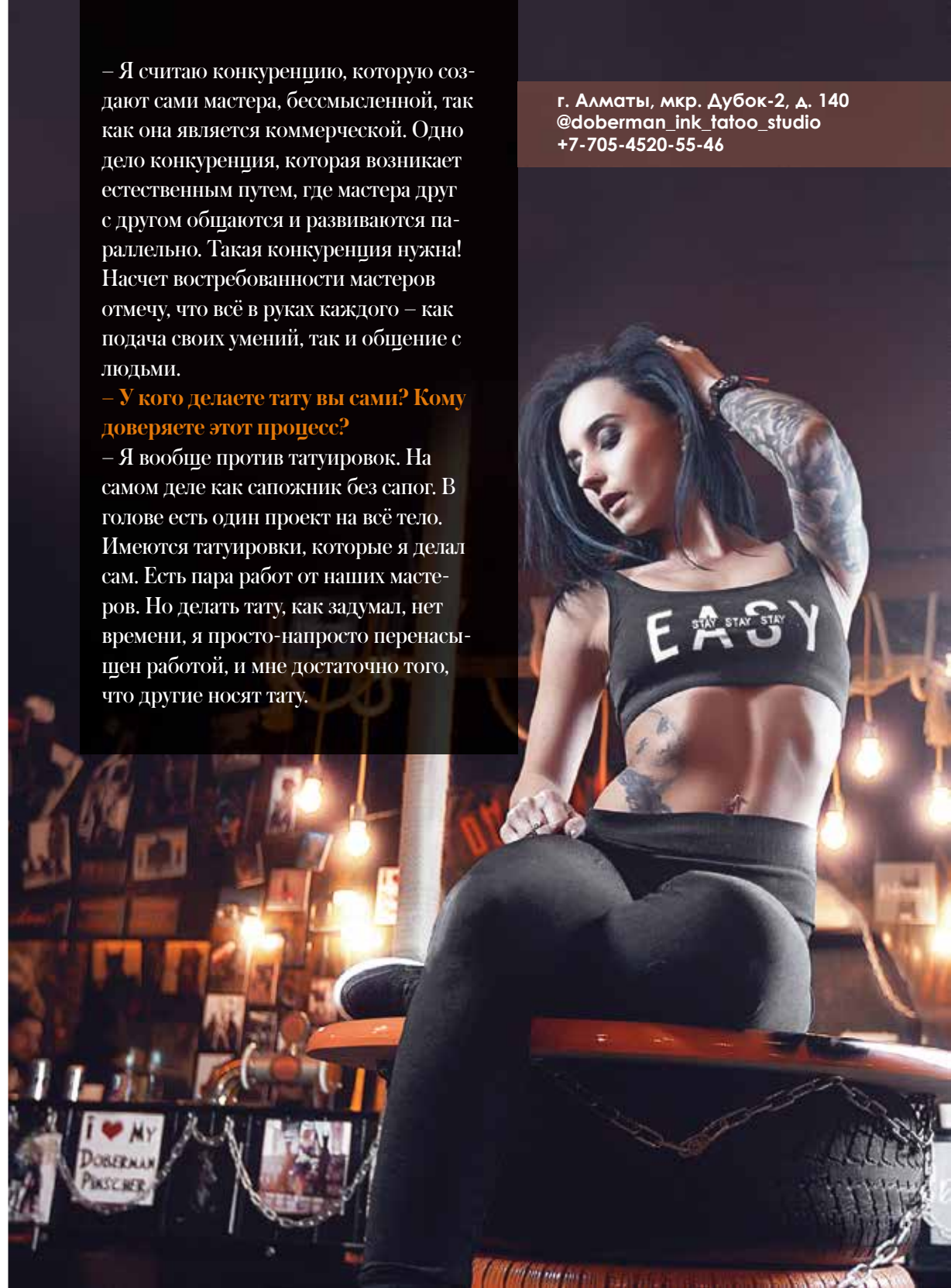
– Поговорим о конкуренции. Есть ли она в этом направлении? И как стать востребованным мастером?

– Я считаю конкуренцию, которую создают сами мастера, бессмысленной, так как она является коммерческой. Одно дело конкуренция, которая возникает естественным путем, где мастера друг с другом общаются и развиваются параллельно. Такая конкуренция нужна! Насчет востребованности мастеров отмечу, что всё в руках каждого – как подача своих умений, так и общение с людьми.

– У кого делаете тату вы сами? Кому доверяете этот процесс?

– Я вообще против татуировок. На самом деле как сапожник без сапог. В голове есть один проект на всё тело. Имеются татуировки, которые я делал сам. Есть пара работ от наших мастеров. Но делать тату, как задумал, нет времени, я просто-напросто перенасыщен работой, и мне достаточно того, что другие носят тату.

г. Алматы, мкр. Дубок-2, д. 140
@doberman_ink_tattoo_studio
+7-705-4520-55-46



T&People ОТДЫХ

День рождения, девичник или встреча старых друзей – каким бы ни был повод, всегда возникает вопрос: где провести мероприятие так, чтобы о нем остались только приятные воспоминания. Мы поговорили с директором караоке-холла Rock Crystal Евгенией Кожаренко и уверены: нам есть чем вас порадовать.

– Уже четыре года караоке-холл Rock Crystal является одним из лучших в Алматы. Мы рады принимать в стенах нашего заведения ценителей самого высокого уровня обслуживания. Но, конечно, в караоке ключевым фактором является техническое оснащение: все наши залы оснащены профессиональной аппаратурой, которая создаст превосходную акустику для комфортного пения. Обновление списков песен проводится каждый месяц, поэтому отсутствие любимого хита в плей-листе сведено к нулю. Помимо двух общих залов и девяти vip-кабинок с различным интерьером и вместимостью у нас имеются банкетные залы, где можно проводить корпоративные и торжественные мероприятия. Приятным бонусом нашего заведения является гибкая система лояльности: мы дарим своим гостям накопительные карты. Караоке-холл Rock Crystal – идеальное место для любителей комфорта, сервиса и качества. Если Вы ищете место для отличного отдыха, то смело выбирайте наше заведение.



Режим работы караоке-бара Rock Crystal:
пн.-сб. с 19:00 до 06:00, вс. с 17:00 до 06:00
@rockcrystal_almaty
+ 7-701-761-38-08

Жазира и Жадыра Бабалиевы

ОТКРЫТЬ БУТИК ОДЕЖДЫ БЫЛО НАШЕЙ МЕЧТОЙ

– Жазира, у вас свои бутики женской и детской одежды. Почему вы решили заниматься именно этим видом бизнеса? Расскажите об этом.

– Открыть магазин одежды для модных девушек всегда было нашей мечтой. Мы с сестрой по вечерам перед сном лежали и мечтали, как будем с любовью принимать в своем магазине покупательниц. Нам очень нравилось комбинировать вещи, создавать интересные образы, и мы хотели быть не просто продавцами, а настоящими стилистами, которые сразу видят, что украсит девушку и подчеркнет ее природную красоту. Наверное, это было хорошее желание, так как уже через пять лет после того, как мы начали мечтать, у нас появились деньги, и мы сделали большой шаг в неизвестность. У нас было небольшое помещение в городе со средней проходимостью, полное отсутствие опыта, энтузиазм и деньги на первую партию одежды. Когда все документы были оформлены, вопрос покупки одежды встал во всей своей красе. Мы долго изучали магазины одежды в Турции и в Пекине. И, как оказалось позже, это было ключевым моментом на пути к достижению успеха. Эти поездки дали нам многое – опыт,



loc @landmark_almaty



новые знакомства, новые идеи и вдохновение для великих свершений. Люди, которые работали с нами, – настоящие профессионалы своего дела. Одним словом, мы были просто очарованы ими и нашими перспективами.

– Какая одежда представлена в бутиках женской одежды?

– Изначально было задумано продавать одежду для самозанятых девушек, но, просмотрев множество сайтов и изучив рынок, мы поняли, что продвигаться в такой узкой области будет довольно сложно: все-таки подавляющее большинство девушек в нашем городе работают в различных структурах. В конце концов, решили ориентироваться на покупательницу 22–35 лет, которая хочет приобрести что-то удобное, но в то же время модное и уместное на работе. Мы с сестрой выбрали 50% базовых вещей и 50% модных. Разбавили ассортимент ультрамодными и яркими платьями для выхода и также купили красивые блузки, юбки и брюки. И получился внушительный по объему и сумме заказ, но мы уже предвкушали, как будем предлагать покупательницам всю эту прелесть, и это был вклад в наше будущее. Я чувствовала настоящую эйфорию от осознания того факта, что наша мечта наконец-то сбылась. Но если бы мы взяли за торговлю некачественными

вещами, вряд ли слава о нашем магазине так быстро облетела бы весь город.

– А сложно ли заниматься детской одеждой?

– Да, сложно, так как конкуренция очень серьезная, требования к детской одежде высокие. Но мы не сдаемся, наоборот, стараемся угодить нашим маленьким клиентам. У нас есть постоянные клиенты, и это успех. На сегодняшний день мы владеем своим магазином уже два года. За это время у нас было много радостей и печалей, смешных событий и интересных знакомств. Дело продвигается, ассортимент одежды расширяется и обновляется каждую неделю, нам некогда расслабляться и наслаждаться победой, самые большие дела еще впереди!

Радует, что мы абсолютно ни от кого не зависим, и это ощущение свободы окрыляет и придает сил, даже когда усталость овладевает и телом, и душой. Теперь мы мечтаем о целой сети магазинов одежды и верим, что нашли свое предназначение – делать девушек, женщин и детишек красивыми.

@mommi_fashion
@mommi_fashion_kids
7-747-777-04-38
7-701-100-63-41, 7-702-780-14-61



ВТОРОЕ
ИЗДАНИЕ

Мади Бекдаир

ШЕСТЬ ШАГОВ К СОВЕРШЕННОМУ СТИЛЮ

ПЕРВЫЙ УЧЕБНИК ПО СТИЛИСТИКЕ И ИМИДЖЕОЛОГИИ В КАЗАХСТАНЕ

www.madibekdair.com

INSPIRING STAYS



INTERNATIONAL STANDARDS, LOCAL FLAVOURS

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



ROYAL TULIP
LUXURY HOTELS

ALMATY

CONCIERGE@ROYALTULIPALMATY.COM
WWW.ROYALTULIPALMATY.COM



**ЖАНАРА СМАГУЛОВА:
«БРОШКИ НОСЯТ ТЕ, КОМУ
ЕСТЬ ЧТО СКАЗАТЬ!»**

Жанара является талантливым мастером по созданию эксклюзивных брошей.

– Жанара, занятие hand made – это очень кропотливая и ювелирная работа, не у каждого есть такая усидчивость. Что вас вдохновляет часами вкладывать столько сил в создание украшений?

– Тренды и эксклюзивность! Сегодня такое время, когда каждая модница ищет для своих образов нестандартные акценты. Броши в линейке аксессуаров всегда стояли особняком. Только девушки с особым вкусом находят им выигрышное применение. Заметьте, броши носят те, кому есть что сказать. Поэтому броши не считаются товаром массового потребления – как серьги, цепочки или кольца.

– Кто они, девушки, которые носят броши?

– Мне нравится создавать не для клиенток, а ради фанатов моих украшений. Девушки, которые носят брошки, никогда не остаются незамеченными – от них веет свободой фантазии. У броши нет правил, ее носят на любой части одежды: на лацкане пиджака, жабо, тюрбане, сумочке, туфельке, беретке и не только.

– Помимо того, что вы занимаетесь hand made, у вас есть и основная работа. Так сколько же времени уделяется созданию броши?

– На создание одной броши уходит 6–8 часов, то есть полный рабочий день. Я использую всевозможные материалы: натуральные камни, хрусталь, кристаллы, бисер, пайетки, блестки, перья и булавки. Каждая деталь пришивается вручную. Вообще, созданием эксклюзивных брошек занимаюсь давно, но на рынок их выпустила только 6 месяцев назад. Я благодарна своим близким и друзьям, которые подтолкнули меня к этому решению и поддержали в социальных сетях. Сегодня заказы поступают регулярно и благодаря курьерским службам все они доставляются в любой город прямо до квартир своих обладательниц.





make up/hair @erlan_ainabekov_studio



**Вы готовы петь всю ночь и не платить за время?
Тогда мы вас ждем!**

С 1 июня по 1 сентября караоке Grand Opera дарит прекрасное времяпровождение в 20 VIP кабинках вместимостью от 8 до 50 человек. Караоке с полностью обновленным каталогом песен совершенно бесплатно!

**ул. Кабанбай батыра, 132/1, уг. ул. Наурызбай батыра
+7-778-588-13-28**



**ЖАННА СЕЙДИКЕРИМОВА –
ХУДОЖНИК С НЕВЕРОЯТНО
УНИКАЛЬНЫМ ТАЛАНТОМ**

– Жанна, вы занимаетесь росписью одежды и аксессуаров. Хочется узнать, любовь к рисованию у вас с детства? И как вообще пришла идея заниматься росписью?

– Лет с 6–7 я начала увлекаться рисованием, с тех пор моя любовь к творчеству неизменна. Как пришла идея росписи? Любой человек, рано или поздно перебирая свой гардероб, находит пару-тройку наскучивших серых вещей, которые хочется обновить, сделать ярче. Я просто применила свой навык, и это было больше медитацией. А перевела это увлечение в профессиональное русло совсем недавно.

– Это ваше хобби или все-таки основная деятельность?

– Сейчас много направлений в искусстве, перепробовала из них половину, точно. И, в конце концов, решила: если



ты готов отдаваться делу с головой, бесплатно, не за деньги, а с любовью, если такое дело вдохновляет, то оно должно быть моим!

– Какие рисунки чаще всего вы наносите?

– У меня нет каталога шаблонных рисунков. Каждая роспись – это нечто новое. Она создается, исходя из индивидуальных пожеланий заказчика. Обычно люди просят изобразить своих любимцев.

– Сколько времени занимает работа?

– Мои мини-проекты обычно длятся от двух дней до недели. Сроки зависят от объема и сложности исполнения рисунка.

– В ближайшем будущем вы хотите открыть художественную студию. Расскажите о ней. Что там будет?

– Студия будет не только для детей, но и для взрослых. Так как сейчас время скоростей, будем работать в технике alla prima, изготавливая картину за 2–3 часа. Сейчас также популярны курсы скетчинга – быстрого рисунка. Будем осваивать как sandy – «вкусные» иллюстрации, архитектуру, так и акварель без карандаша. Скрапбукинг предполагает создание поздравительных открыток и конвертов. Займемся валянием из войлока, чтобы каждый почувствовал себя немного скульптором. Конечно же, я поделюсь опытом в области росписи, раскрою определенные «фишки». К этому курсу будут прилагаться fashion-иллюстрации. Не хочу оставлять какое-то одно направление, у меня много идей и желания творить. Человеку необязательно быть богатым талантами, нужно желать быть многогранным. Поэтому я ввела еще «Эльфийскую флористику». Если я зажгу в ком-то любовь к рукоделию, моя миссия будет выполнена. Это очень по-женски, интересно и красиво!

– Мы поняли, что вы девушка с особым вкусом и чувством стиля. Расписываете ли вы что-нибудь для себя?



– У меня всего пара вещей с росписью. Раньше это был проект для души, не для заработка. Поэтому многие знакомые просили подготовить вещь с росписью для своих близких в качестве подарка. Мне нравится сам процесс, ведь вещь преобразуется. Самое главное для меня – получить эмоции от людей после того, как их привычная вещь становится яркой, неповторимой! Чтобы нести что-то прекрасное в окружающий мир, нужно носить это прекрасное внутри себя!

+7-747-320-76-57
@jannakerim
@bud_kak_dali

make up/hair @erlan_ainabekov_studio
loc @angelinuscoffee_kz

ТОЛЬКО ОТ ЛЮКСОВОЙ КОСМЕТИКИ ВЫ УВИДИТЕ ЭФФЕКТ

Салтанат Осконбаева

Салтанат, с чего начался ваш путь визажиста?

– Сейчас очень сложно найти женщину, которая ни разу в своей жизни не пользовалась косметикой, поэтому я и выбрала профессию визажиста, которая дает возможность не только творить, но и приобретать полезные связи. Визажист – это мастер, создающий красоту. Опытный профессионал сможет сделать красивым любого клиента, потому что в современной индустрии красоты нет ничего невозможного. Я всегда любила делать макияж – красила подружек, знакомых. И все меня спрашивали, почему я не занимаюсь этим профессионально. Я

решила отучиться. Сначала пошла на курсы «Сам себе визажист», через некоторое время обучилась мастерству визажа. Профессия визажиста подходит креативным и коммуникабельным людям. Особенно важно при этом заботиться о собственной внешности: визажист должен быть ухоженным и аккуратным. Навыки общения с людьми и знание психологии станут преимуществом.

– Что вы испытываете, когда берете в руки кисти и начинаете творить? Откуда берется вдохновение?

– Источник моего вдохновения – это музыка, изобразительное искусство, мои любимые актрисы! Я люблю свою работу, люблю людей, люблю творить красоту и отличное настроение. Если ты даешь человеку добрые эмоции, помогаешь ему отвлечься в процессе общения от всего негативного, а после ухода оставляешь теплые воспоминания о себе – значит ты на своем месте! С уверенностью могу сказать, что я на своем месте. Об этом говорят отзывы моих клиенток и комментарии.

– У каждого визажиста есть свои «фишки», которые и создают его неповторимый почерк. Какие «фишки» есть у вас?

– Моя главная «фишка» в макияже – ухоженная кожа моих клиентов. Часто видишь на мероприятиях излишки тонального средства на лицах. Так вот, я забочусь о коже моих клиентов и предвзрительно делаю им массаж лица. Так кожа оказывается более подготовленной к этому процессу, и тон ложится лучше. Только после этого приступаю к нанесению необходимого количества тональных средств. Потратьте хотя бы пару минут на то, чтобы «разбудить» свою кожу – не пожалеете.

– Многим будет интересно узнать: можно ли краситься не люксовой косметикой и при этом выглядеть круто?

– Думаю, нет. Даже на примере тонального средства скажу: на нем лучше не экономить. Сюда же относятся консилеры, корректоры. Конечно, можно намазать лицо дешевым средством, так как я знаю все тонкости макияжа и свойства косметики, но зачем мне работать с обычной косметикой, если на рынке много профессиональной? При наличии молодой и здоровой кожи, умелых рук и вкуса можно сделать хороший макияж из косметики масс-маркет. А при отсутствии данных составляющих и люкс особо не поможет.

– На чем нельзя экономить в косметике?

– Конечно же, на тональной основе лучше не экономить. Мне кажется, лучше покупать тональное средство люксовых марок, тем более что расходуется оно медленно. Подбирать цвет на руке не имеет смысла, так вы увидите только текстуру, лучше пробовать прямо на лице и в зоне декольте, потому что в родном варианте мы покрываем лицо, шею и уши. Иногда

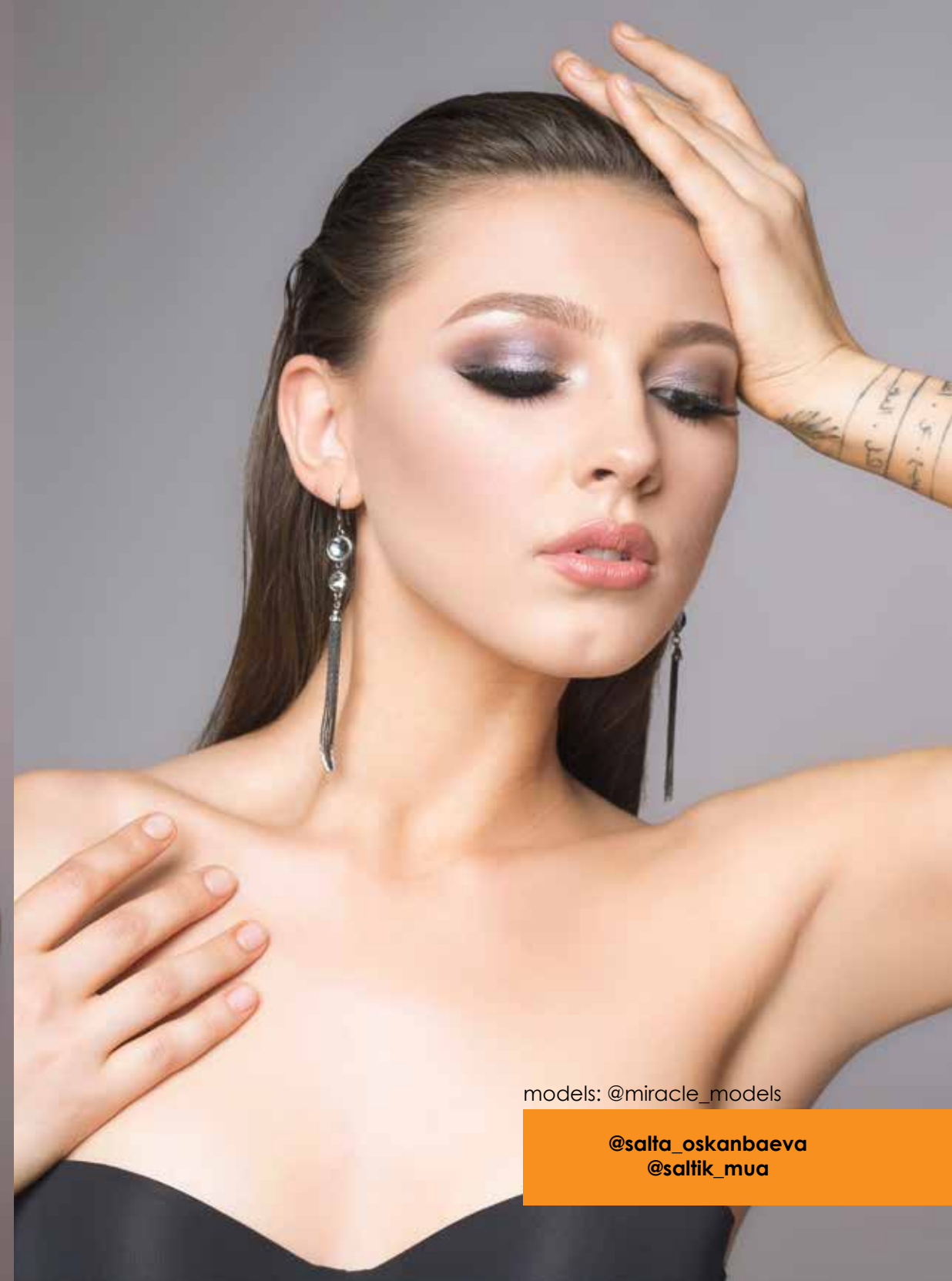


советую брать тон чуть темнее, чтобы выглядеть загорелой. Но темный оттенок будет выглядеть как маска и сделает лицо старше. Также не стоит экономить на пудрах и тенях.

– Какие бывают сложности в работе?

– Когда приходит клиент с фотографией фотомодели и говорит: «Хочу так». Супер-модели все худые и скуластые, а у клиентки кругленькое личико, тонкие брови, скул нет. И макияж супермодели не сделаешь, только если к хирургу идти. Конечно, я могу нарисовать многое, но это будет смотреться неестественно. И тут нужно уметь разговаривать и спокойно всё объяснить. Это основная трудность в работе с частными клиентами.

+7-775-275-01-90
@salta_oskanbaeva
@saltik_mua



models: @miracle_models

@salta_oskanbaeva
@saltik_mua

EA

E R L A N A I N A B E K O V

ЮЛЯ МУХАМЕДОВА –

топовый визажист Казахстана. В 2016 году прошла базовый курс в школе Адель Ардашировой. Через некоторое время начала работать и вести обучение в салоне Adel Ardashirova. Является участницей различных конкурсов по визажу. Повышение квалификации проходила у Яны Панфиловской, Гоар Аветисян, Ольги Томиной, Натальи Павловой. Также прошла множество мастер-классов у профессионалов за рубежом. Сейчас является мастером-преподавателем в студии красоты Ерлана Айнабекова. Ведет базовый курс «Салонный мастер», «Сам себе визажист», «Архитектура бровей». Сотрудничает со многими звездами казахстанского шоу-бизнеса.



ЕРЛАН АЙНАБЕКОВ – парикмахер-стилист, мастер международного класса, владелец сети салонов Erlan Ainabekov Studio, главный стилист Kazakhstan Fashion Week, главный парикмахер-стилист глянцевого журнала Teens & People, официальный партнёр телеканала Almaty TV в передаче Life Studio, главный стилист СНГ Fashion Fest 2018 Astana, главный стилист на международном музыкальном фестивале Star of Asia 2018 Almaty, в 2012 году победитель конкурса Londa inspiration, самый креативный участник и выбор журнала «Академия стиля» 2014, участник международного конкурса Estel, в 2013 финалист Wella Trend Vision Awards, в 2015 победитель Wella Trend Vision Awards, участник международного конкурса Wella Trend Vision Awards Berlin Germany, бронзовый призер Hair Tatto Kazakhstan, чемпион Казахстана по женским креативным стрижкам и окрашиванию.



В 2016 чемпион Азии в номинации «Женская прическа», бронзовый призер Азии в номинации «Женская стрижка и окрашивание». В 2017 серебряный призер фестиваля «Невские берега» в Санкт-Петербурге в номинации «Женская креативная стрижка и окрашивание».

г. Алматы, ул. Кабанбай батыра, 142,
+7-747-332-38-32, +7-778-680-67-07
@erlan_ainabekov_studio

Быть в тени – это немодно! Модно – быть с нами!

Привет! Если ты остановился на этой странице, то это не просто так. Ведь это не случайно, не так ли?

Ты давно мечтаешь о том, чтобы быть у всех на виду, интервьюировать медийных личностей и освещать модные события? Мы угадали?

Если же да, тогда тебе в медиа центр Muzzone.

Медиа центр Muzzone – это кузница талантов. Именно здесь тебя обучат всем тонкостям работы на телевидении, привьют телевизионную этику общения, помогут избавиться от страха перед камерой и воплотят твои мечты в реальность. Такие предметы, как ораторское искусство, тележурналистика, видеопробы, стилистика, make up & hair style разовьют в тебе таланты, о которых ты и не подозревал. Сильные преподаватели найдут подход к каждому учащемуся, а мастер-классы с именитыми персонами Казахстана вселят в тебя уверенность. Студенты нашего медиа центра задействованы сразу в трех проектах, которые транслируются в эфире главного музыкального телеканала страны Muzzone. Пока ты думаешь, кто-то уже пробует!



Преподаватели по телемастерству
и тележурналистике

Диля Шарафутдинова и Елена Орловская





МЕДИА ЦЕНТР



MUZZONE

+7-707-408-16-98 (Whats'App-автоинформатор)

@muzzone_media

www.muzzonemedia.com



VIVALDI
караоке

Гости и жители города Алматы, специально для вас гостинично-развлекательный комплекс Vivaldi проводит все виды банкетов по привлекательным ценам! Богатый ассортимент блюд, отличный сервис и приятная атмосфера!

ул. Айманова, 208А
+7-702-345-20-19

R&P PROF

Был создан для таких же профессионалов, как я

Надежда Ксенофонтова – международный тренер по депиляции и производитель органической пасты для шугаринга R&P PROF

– Надежда, вы занимаетесь производством пасты, которая используется в шугаринге. Скажите, как возникла сама идея?

– Идея возникла из потребности недорогой, но качественной продукции. Сделав мониторинг рынка, я заметила много ввозимой продукции, отечественные производители оставляли желать лучшего в качестве. Так появился R&P PROF.

– Трудно ли было наладить сам процесс производства?

– Говорят, что путешествие в тысячу миль начинается с одного шага. Но, если точнее, оно начинается с намерения сделать этот шаг. Всё у нас в голове. Надо просто верить в себя и в успех. Конечно, были сложности, они есть и сейчас, но всё решаемо. Я очень благодарна моим близким за то, что они поверили в меня, оказали моральную помощь. Без этого было бы тяжелей.

– Из каких компонентов состоит ваша паста?

– Только из органических продуктов. Я сама аллергик, и хорошо понимаю вред химии. Выпуск всей продукции PROF находится под моим личным контролем.

– Пользуются ли пастой для шугаринга R&P PROF наши казахстанские мастера? А возможно, и те, кто находится за пределами нашей страны?

– R&P PROF – это казахстанское производство. Сейчас мы полностью обеспечиваем казахстанских мастеров депиляции, производим регулярные поставки в Россию, Кыргызстан, Белоруссию. Наша паста есть на рынке Израиля, стран Африки, Азербайджана, Турции. PROF вошел в топ популярных казахстанских производителей на территории России и занял первое место.

– Вы работаете только со своей продукцией или используете также иную?

– Я, как международный мастер, могу работать на любой продукции любого

make up/hair @erlan_ainabekov_studio





производителя. Но PROF разрабатывался на основе моих требований как мастера и полностью им соответствует. Мое сердце и душа принадлежит моему бренду! Мои силы брошены на развитие и разработки!

– **Вы сами являетесь профессиональным мастером по депиляции, а также этому делу обучаете. Расскажите о ваших курсах.**

– Они направлены на развитие женщины. Каждая на этих курсах может найти себя. У нас сотни женщин сидят в декрете, без работы. Они могут вырваться из дома, из быта только на один-два часа. Курсы дают им моральную и финансовую поддержку, независимость и уверенность.

– **Что входит в программу курсов? Чему научатся девушки, закончив обучение?**

– Мы даем полный курс практики, а также медицинскую теорию. Наши ученики должны иметь представление о бизнесе, которым хотят заниматься. Мы готовим профессиональных мастеров в сфере услуг.

– **Много ли девушек по окончании обучения начинают заниматься этой деятельностью на профессиональном уровне?**

– 80% мастеров после окончания обучения легко устраиваются в салоны. Наши ученики занимают призовые места на чемпионатах, становятся

успешными преподавателями, ведут активную профессиональную деятельность.

– **А есть ли те, кто обучается только для себя?**

– Конечно. Но, как правило, многие из них начинают работать профессионально. Депиляция – занятие достаточно прибыльное и актуальное в наше время.

– **В чем, по вашему мнению, преимущество шугаринга по сравнению с обычным воском?**

– На самом деле это две стороны одной медали. Это две процедуры, направленные на достижение одного результата – удаление нежелательных волос здесь и сейчас.

– **Чуть ли не каждый день возникают новые технологии в beauty индустрии. Как вы считаете, как долго будет актуален шугаринг?**

– Пока женщина хочет оставаться красивой. Пока мужчинам нравятся ухоженные женщины. Пока существует beauty индустрия.

г. Алматы, ул. Манаса, 22б, оф. 25
+7-747-501-25-55
@sugarpasteprof

МЕРУЕРТ БИМУРЗАЕВА

искусно владеет кистью и является одним из самых востребованных визажистов Казахстана



– Меруерт, с чего начался ваш путь профессионального визажиста?

– С управления Salon Spa Fitness «Platinum». Окончив университет и получив профессию финансиста, не успев устроиться на работу, я попала в салонную сферу. Думала, временно поработаю, по профессии еще успею. Сотрудницы ежедневно делали мне укладку, маникюр-педикюр и т.д. Конечно, это мечта любой девушки, и тогда же я поняла, что это моё! Что нашла себя, что мне нравится всё! Это я восприняла не как сферу обслуживания, а как сферу красоты. От любви к работе могла трудиться без выходных, 24/7. Но на месте стоять нельзя, и уходить из салона мне не хотелось, тогда я выбрала профессию визажиста. К тому же я восхищалась этой профессией. Позже стала бровистом, начала делать татуаж и ресницы. Обучалась в Москве, в Баку. И прошла повышение квалификации у разных мастеров международного класса. На данный момент даже выпускаю своих учениц!

– Это основная профессия?

– Основная! Так как я фанат своего дела, принимаю по записи и рано утром, и поздно вечером. И ни капли не устаю. Когда я крашу, у меня нет чувства, что я работаю, а ощущение, будто я развлекаюсь и просто хочу удивить клиента своим талантом. Просто переполняют эмоции, когда вижу восхищенные взгляды! Персонал салона состоит из творческих, креативных, очень интересных людей. Клиенты

очень разные. Встречаешь и школьников, и студентов, и очень крутых профессионалов из разных сфер деятельности. В салоне всегда атмосфера праздника. Невесты, именинницы, выпускницы и девушки со светящимися глазами, идущие покорять любую вечеринку. Я никогда не променяла бы такую атмосферу на офис с компьютером!

– Давайте поговорим о трендах. Что сейчас модно: четкие линии или растушевка? Блеск или матовый эффект?

– Тренды совершенно новые! Во-первых, никаких хайлайтеров. Во-вторых, прощаемся с розовыми румянами. Ну и убираем подальше любимую матовую помаду. Мода на естественность по-прежнему на пике популярности. Тем более летом, когда перегружать кожу макияжем совершенно не хочется. Делайте ставку на идеальную кожу. Вооружитесь базой под макияж, bb или cc-кремом, консилером и румянами. А вот хайлайтер отложите – этим летом он вряд ли пригодится. Недостаточно ровного тона кожи и акцента на щеках? Тогда легкими штрихами прорисуйте брови или подкрасьте реснички коричневой тушью. Губы лучше оставить нетронутыми или нанести на них капельку прозрачного блеска. Массивные стрелки – еще один модный тренд в макияже этого лета. Возможно, они будут «тяжеловаты» для ежедневного будничного макияжа, но на выход самое то. Создаются такие стрелки по принципу раскраски:

сначала нужно прорисовать подводкой четкие контуры от внутреннего уголка глаза почти до внешнего края брови, а потом закрасить пространство внутри. Растушевку можно тоже отложить.

– Каждый ли клиент знает, какой макияж ему необходим?

– Не всегда, зачастую приходят и говорят: «Я доверяю вам, видела вашу работу на какой-нибудь знакомой». И такие слова всегда вдохновляют, потому что не все клиенты показывают на фотографиях тот make, который им подходит. Идеальный макияж получается тогда, когда его не копируешь, а подбираешь под глаза и лицо клиента. Ну и, конечно, ориентируешься по возрасту тоже. Совсем молодых или женщин в возрасте ярко красить не всегда красиво.

– Как вы считаете, какой минимальный набор косметических средств должен быть в сумочке каждой девушки?

– Пудра и помада для поддержания макияжа в течение дня. В жаркую погоду советую носить термальную воду, а краситься с утра до выхода. Хороший макияж держится целый день. А также советую носить всегда влажные салфетки, пробник духов и пилку. Пилка для ногтей на все случаи жизни (*смеется*), во многих случаях выручает.

– Без каких средств не обходится макияж Меруэт Бимурзаевой?

– На самом деле мой макияж отличается от работы других визажистов почерком.

Это отмечают мои клиенты. Макияж может быть суперярким, но вульгарно не смотрится, всегда нежно. И не обходится без натуральных и нюдовых помад. Ну и, конечно, мой конёк – это брови! С начала моей карьеры визажиста сделанные мною брови всегда вызывали восторг и похвалу клиентов! И большинство клиентов после одного макияжа приходили на татуаж бровей и просили такую же форму.

– В нынешнее время профессия визажиста очень популярна. Соответственно, конкуренция повышается. Как остаться востребованным мастером?

– Возможно, правильный ответ был бы связан с востребованностью через Инстаграм, сейчас это мощное рекламное оружие. Но я сама редко сижу в Инстаграме, и рабочую страницу очень слабо веду. Я остаюсь востребованным мастером за счет своих чистых работ. Хотя раз попробовав, мой клиент всегда возвращается и всегда советует меня своему окружению. И конкурентов я не вижу, у меня много подруг-визажистов, но у каждой свои клиенты, сейчас красятся все – от школьниц до пенсионерок. И макияж в наше время настолько востребован, что многие девушки и женщины уже красятся не только на выпускной вечер и свадьбу, но и для встреч по работе.

+7-707-816-70-95

+7-727-245-52-60

г. Алматы, ЖК "Алтын Орда",

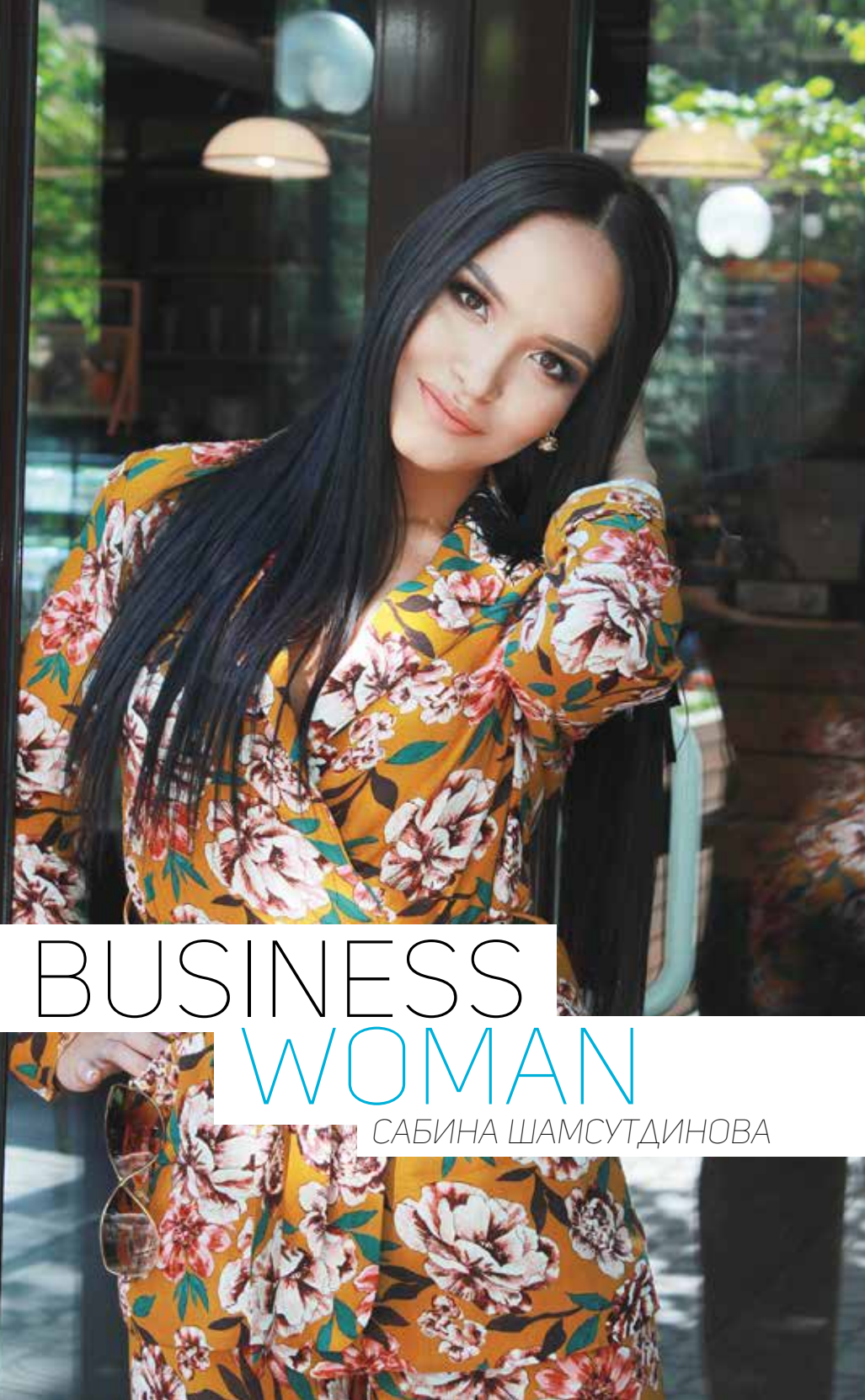
ул. Ходжанова, 81/3

@makeup_mikabb

@platinum_salon_spa_fitness

loc @chinagold.kz





BUSINESS WOMAN

САБИНА ШАМСУТДИНОВА

Сабина, расскажите о себе, о своем бизнесе. Что послужило толчком к жизни в стиле business woman?

– Толчком послужила сама жизнь и моя мама. Точнее, ее неиссякаемая жизненная энергия. Ее отношение к жизни и к работе всегда мне давало понять, что невозможное может стать реальностью. Я научилась отбрасывать всё лишнее, чтобы набирать высоту. Предпринимательская жилка у меня благодаря, опять же, маме, она ведь такой профессионал *(смеется)*! В детстве я пообещала себе, что буду добиваться того, чего захочу! Я обещала, что моя мама будет мной гордиться! Так и случилось. У меня много идей и планов, которые реализовываются благодаря поддержке моей семьи. Мы живем в восточной стране, где мужчина не всегда дает женщине расти и развиваться, но, к счастью, мне повезло. Я не отношусь к числу женщин, которые могут просто быть женами, я не могу сидеть сложа руки. Я люблю свою работу! С удовольствием общаюсь с клиентами, которые с годами стали уже друзьями. Сейчас нашими бутиками одежды S Style занимается полностью моя мама, а я вот уже как два года курирую деятельность студии ногтей. Но в данное время готовлю вновь совместный проект.

– Какая одежда представлена в ваших бутиках?

– В наших бутиках представлена полная линейка женской одежды: от нижнего белья, аксессуаров до платьев на выход и шуб. Мы напрямую работаем с фабриками, цены у нас «народные». Клиенты все постоянные и любимые!

– Помимо бутиков у вас имеется свой салон, который специализируется на ногтях. В чем его отличие от других – ведь сейчас у девушек огромный выбор различных студий?

– Моя студия – это не хобби! Сейчас стало модно иметь салон красоты, но, так и не добившись успеха, этот салон закрыть. Но моя студия растет и развивается! У меня работают профессионалы, которые много лет в этой сфере, и они знают, что такое отличный результат. Стажеров я не беру – у меня только сильные мастера. Работаем мы на французской продукции, и на этом я никогда не экономлю! Всегда стараюсь прислушиваться к просьбам, запись веду сама с первого дня открытия. Наши клиенты знают, что для меня главное – стерильный маникюр: перед каждым клиентом мы вскрываем крафт-пакет со стерильными инструментами. Это важная часть в маникюре, владелец любого салона должен знать это, ведь ответственность за здоровье клиентов несем именно мы!



– **Сабина, как вам удается всё совмещать? Вы владелица сети магазинов одежды, студии ногтей, жена, мама.**

– В жизни самое главное – поддержка и вера. У меня замечательная семья! Я дочь, жена. Мама, и это, конечно, самый главный статус в моей жизни! Я считаю, что каждый способен развиваться, главное – ощущать поддержку. У меня нет няни, но мне очень помо-

гает мама, за что ей огромное спасибо! Старшая дочь ходит в сад, а младшая занимается вместе со мной делами.

– **Что было самым сложным в развитии бизнеса?**

– Смена и, как я считала раньше, предательство коллектива. В моей студии работают одни девушки, у каждой свой характер. Начались недопонимания –



ведь все мы не идеальны. Сейчас я стараюсь отпускать ситуации, поскольку негатив нас разрушает. А когда открыла студию ногтей S Style Nails, моя дочь только родилась, времени для присутствия в бизнесе катастрофически не хватало. Понимание в коллективе было утеряно – нам пришлось расстаться. За жизнедеятельностью студии нужно следить 24/7: сейчас у нас дружный коллектив, и это большая совместная работа. Я получаю удовольствие от обстановки, созданной на текущий момент, и работа приносит радость!

– **Верите ли вы в то, что наши мысли материальны?**

– Да, верю. И на сегодняшний день я убедилась в этом на деле. Единственное, что хотела бы подчеркнуть: нужно понимать, что мысли бывают как позитивные, так и негативные. Это понимание очень важно! В моем случае всегда имеет место позитивный взгляд на жизнь, а также здоровые амбиции и достойные цели.

**Ногтевая студия @s_style_nails
Бутики: @showroom_s
+7-701-907-99-17**

make up/hair @erlan_ainabekov_studio

С ВЫБОРОМ ПРОФЕССИИ
Я НЕ ОШИБЛАСЬ

Жанна Досанова

Изучение рынков, анализ деятельности конкурентов, составление планов по продвижению товара – это то, чем занимаются маркетологи. О развитии маркетинга в нашей стране мы поговорили с профессионалом в своем деле – Жанной Досановой.

Жанна, у вас большой опыт работы в сфере маркетинга, расскажите, пожалуйста, насколько у нас востребована эта профессия и развита сама область.

– Да, я являюсь маркетологом с более чем 10-летним опытом работы в сферах машиностроения, строительства, retail и образования. Цель любой экономической системы – это улучшение уровня жизни граждан путем удовлетворения потребностей при минимальном использовании ресурсов. И, конечно же, основная цель маркетологов – это разработка эффективной маркетинг-стратегии, способствующей достижению данной цели. Согласно современному определению маркетинг, прежде всего, является стратегической бизнес-функцией, которая создает ценность, стимулируя и удовлетворяя спрос потребителей. В данное время маркетинг в нашей стране эволюционирует и учитывает все изменения в развитии социально-экономического сектора. И в этом плане можно говорить о глобализации, интернационализации, развитии информационных технологий, робототехники и т.п.

В нашей стране сравнительно быстрыми темпами развивается рынок сетевой розничной торговли, и, соответствен-

но, большое внимание уделяется развитию маркетинговых Digital коммуникаций. При существующих технологиях количество информации растет в геометрической прогрессии, количество данных накапливается, оцифровывается и автоматизируется в алгоритмы. И это радует, потому что теперь изучать рынок, целевую аудиторию, предугадывать потребности людей можно намного эффективнее и быстрее. Согласно научным исследованиям вследствие происходящих изменений на казахстанском рынке происходит интеграция процессов стратегического и оперативного планирования. Активно развиваются такие области, как формирование имиджа брендов и маркетинг-коммуникаций, разрабатываются новые продукты, улучшается уровень обслуживания. В связи с этим основные актуальные направления, которые, я считаю, имеют большой потенциал в будущем, – это сфера цифрового маркетинга (Digital), маркетинга в социальных сетях (SMM), устойчивое развитие бренд-менеджмента, безусловно, интернет-маркетинга, маркетинговые исследования и аналитика, мерчендайзинг и трейд-маркетинг, PR продвижение и связи с общественностью. Думаю, сегодня профессия «маркетолог» является одной из самых востребованных специальностей, и уверена, что ее ждет большое будущее.

– **Жанна, обладаете ли вы специальным образованием? Необходимо ли оно?**

– Я получила степень бакалавра делового администрирования в области маркетинга в лучшем вузе страны и во всей центральной Азии – в университете КИМЭП и сразу же решила продолжить обучение в США для получения степени магистра. Я выбрала США, чтобы осуществить свою заветную мечту – получить опыт и знания на родине маркетинга. Позже, после получения диплома MBA, я начала свою карьеру в компании Mercedes-Benz как начинающий специалист отдела маркетинга и продаж. Наблюдая за всем, что происходит в отделе продаж по планированию – за созданием и развитием тактики маркетинговых стратегий, продвижением бренда и определением уровня услуг для потребителей, я поняла, что сделала правильный выбор профессии. Считаю, что получила бесценный опыт, поработав за рубежом, и, безусловно, могу сказать, что эта специальность требует глубоких знаний, опыта и, конечно же, постоянного изучения трендов и саморазвития. Маркетолог – это профессия, которая требует большой ответственности,



внимательности, любви к продвигаемому бренду и способности креативно мыслить.

– **Вы являетесь менеджером по внешним связям и маркетингу. Скажите, в чем заключается ваша работа?**

– Сейчас я работаю в сфере образования и отвечаю за организацию всех внешних и внутренних мероприятий,

направленных на набор и продвижение программ Центра Знаний Руководителя университета КИМЭП. Я горжусь нашими программами, ведь в настоящее время повышение квалификации в области менеджмента приобретает особое значение. Бизнес строится на взаимоотношениях людей. Иными словами, люди – фундамент любого предприятия, и только грамотное управление этим ресурсом позволит компании добиться эффективных результатов. Основные преимущества программ – это, безусловно, повышение навыков управления сотрудников, улучшение бизнес-показателей предприятия, внедрение успешных инструментов и бизнес-стратегий для решения определенных задач при ведении бизнеса.

– **О работе и профессии поговорили. Имеется ли у вас какое-либо хобби?**

– Да, я с детства профессионально занимаюсь танцами. Являюсь выпускницей школы современной хореографии Хьюстонского университета США, участницей шоу талантов «American Idol» и республиканских чемпионатов по восточным танцам. Я очень благодарна своим родным и близким за воспитание и поддержку, особенно моим бабушке и дедушке. Ведь в свободное от учебы время именно они неустанно возили меня на все тренировки, соревнования и чемпионаты, приви-



вая любовь к спорту и к творчеству. Я думаю, что спорт – это важный стимул при достижении целей, создающий необходимый тонус и поддерживающий здоровье.

Zhanna.dossanova@gmail.com
@marketingvibes_kz
@matays_kz

В свои годы вы добились того, чего не могут достичь за всю свою карьеру многие педагоги. Расскажите, в чем секрет вашего успеха.

– Я просто люблю свою работу. В детстве мечтала стать учителем истории. Училась отлично, память была феноменальная, и генетика сказалась. Сложилось так, что наш малокомплектный деревенский класс оказался перед угрозой закрытия, пришлось поступать в первый попавшийся колледж. Им оказался Уральский строительный техникум (политехнический колледж). Мне очень повезло: педагоги оказались настоящими мастерами своего дела, я полюбила профессию бухгалтера, позже знания, полученные в колледже, не раз выручали и позволяли выходить из трудных жизненных ситуаций. После колледжа был Западно-Казахстанский Государственный университет. Новую специальность для нашего региона получила ради интереса, чтобы проверить свои возможности. И снова судьба мне улыбнулась – я стала юристом. Учиться было сложно и захватывающе: весь поток состоял из отличников, и конкуренция была невообразима! После окончания вуза мне предложили остаться в его стенах преподавателем, и я согласилась. Так воплотилась моя детская мечта, и так определилась вся моя дальнейшая карьера. Я вела занятия по теории права и государства, активно

занималась молодежной политикой, возглавляла молодежные и профсоюзные организации вуза, города, области. Было интересно, но со временем встал вопрос: как вырасти в науке? Поступила в Казахский Национальный университет имени аль-Фараби. И снова колоссальная удача! Моим научным руководителем стала доктор наук, профессор Алуа Саламатовна Ибраева. Своим примером, бесконечной любовью к профессии она вдохновила меня, и в достаточно короткие сроки мной были подготовлены и успешно защищены магистерская и кандидатская диссертации, завершена работа над докторской. Сейчас руководжу коллективом кафедры «Экономика, бизнес и право» Евразийского технологического университета. И здесь меня окружают замечательные люди, мастера своего дела, настоящие учителя. Рядом с ними хочется расти, учиться, развиваться. Особое уважение и восхищение всего коллектива вызывают проректор по академическим вопросам Гульнара Байболовна Нурпеисова и директор Академического департамента Таиров Аманжан Тельманович – как пример академической честности и настоящего профессионализма. Так что секрет простой: любовь к своему делу и хорошее окружение, которое не дает тебе топтаться на одном месте.

– **Что вам больше всего нравится в вашей преподавательской деятельности?**

Салтанат Есетова о выборе профессии, образовательных реформах и качествах настоящего педагога

make up/hair @erlan_ainabekov_studio

Лауреат Государственной научной стипендии для талантливых молодых ученых Министерства образования РК (2008); обладатель звания «Лучший преподаватель вуза» (2014). Награждена медалью национального бизнес-рейтинга «За профессионализм» (2017). Кандидат юридических наук, ассоциированный профессор. Многодетная мать.





– Возможность каждый день узнавать что-то новое и общение со студентами. Обучение – процесс обоюдный. Я учу и учусь. И всегда остаюсь при этом молодой (смеется).

– **Какими качествами должен обладать профессиональный педагог?**

– Стрессоустойчивостью, мне кажется. Жизнь стремительно меняется. Студенты все разные. Руководство тоже часто меняет требования и стиль управления. Нужно помнить, что главный наш судья студент. Постоянно учиться. И расти самому, естественно.

– **Вы довольно много выступали со своими научными работами и сотрудничали с зарубежными университетами. Как вы думаете, чего не хватает в высшем образовании нашей страны?**

– Стабильности нам не хватает и последовательности в реформах, преемственности в руководстве. И не только в высшем образовании, а во всех сферах. Не успеешь перейти на один формат работы, как новые требования. Реформы вроде бы интересные, но все какие-то половинчатые, непродуманные. Иногда возникает ощущение, что над нами просто издеваются – и над обучающимися, и над педагогами.

– **Помимо научной литературы какие художественные книги вы читаете?**

– Я всеядная в плане чтения. С детства читаю все от корки до корки. Но люблю классику, научную публицистику, юмористические зарисовки, поэзию.

– **Сейчас всем выпускникам школы предстоит ЕНТ, дальше они будут поступать в высшие учебные заведения. Как не ошибиться в выборе специальности? Почему многие выпускники вузов не работают по специальности?**

– Надо слушать свое сердце. Задуматься о том, что мы хотим изменить в этом мире. Не идти на поводу у родственников и друзей. У нас много талантливых ребят учится на топовых специальностях. Все хотят быть начальниками. А в глубине души у многих страх, что не получится, неприятие собственной будущей профессии. Потому что выбирали не по призванию, а по другим соображениям. Отсюда трудности в устройстве на работу, новые поиски. Не нужно выбирать будущую профессию из соображений престижа, зарплаты и т.д. Это же на всю жизнь в большинстве случаев. Нужны и важны всякие профессии, и, если вы любите свое дело, то придут и признание, и уважение. А главное – испытывать удовлетворение и легкость на душе.

– **Что вы пожелаете всем выпускникам Казахстана?**

– Удачи на экзаменах. Хорошего старта. Радости в жизни. Настоящих друзей. Мирного неба над головой. И главное – найти свое призвание.

+7-705-184-06-17

Дарья Александрова



г. Алматы, ул. Макатаева, 88
+7-700-780-93-03
@toxa_amarok
@amarok_tattoo
@tattoo_studio_amarok

**«...я на собственном примере хочу
показать, что «сделать» себя реально,
даже после родов»**

hair @erlan_ainabekov_studio
loc @angelinuscoffee_kz

Мы взяли интервью у известной актрисы, блогера и певицы Дарьи Александровой. Даша рассказала о том, как создаются ее посты, сколько времени на это уходит и как ее супруг относится к ее «пикантным» фото в Инстаграме.

Дарья, многие казахстанцы знают вас как актрису, певицу и телеведущую. Как так получилось, что вы освоили профессию блогера?

– На самом деле у меня не было конкретной цели стать блогером. Я просто понимала, что это для меня будет интересным, так как я люблю постить, писать, нести что-нибудь полезное и интересное. На какое-то время я забросила это дело, так как находилась в положении. Рождение ребенка вызвало большой резонанс, потому что я не афишировала свою беременность. Пост с новостью о том, что я родила, набрал самое большое количество лайков и комментариев на моей странице. С этого-то всё и началось.

– **Начинающие блогеры чаще всего бросают свою деятельность, объясняя это тем, что нет времени на ту самую регулярную периодичность выкладывания постов. Что послужило мотивацией не забросить это дело через месяц?**

– У меня получилось не забросить это дело, так как это всё было от души.

Потому что я только родила, и это была моя единственная отдушина. Я общалась со своими подписчицами, некоторые из них тоже мамы, мы обменивались взаимным опытом. И в какой-то момент меня начали считать блогером, приглашать на мероприятия, и я к этому начала относиться более серьезно. Я помню, у меня начался переломный момент, потому что ничего не шло, именно когда я начала продумывать стилистику блога, написание постов. И тогда я взяла паузу в четыре дня. За это время поняла, что буду делать так, как могу, как мне нравится, как получается, не подстраиваясь ни под кого.

– **Сколько в среднем уходит времени на создание поста? Как выбирается тема?**

– В продолжение к предыдущему ответу скажу: я больше темы не выбираю. Хотя есть блогеры, которые чуть ли не за месяц продумывают весь свой контент. Я так не могу. Если у меня, к примеру, сегодня определенное настроение, и я хочу об этом написать, я напишу об этом за десять минут. Я как-то пробовала целенаправленно идти в кофейню, продумывать всё наперед, но из этого ничего хорошего не вышло. Поэтому я пишу день в день.

– **К интересным постам в Инстаграм вы подбираете фотографии. Некоторые из них очень даже откровенные. Ответьте уже всей вашей аудитории: как на такие фото реагирует ваш муж? Для многих это уяч.**



– Как любой уверенный в себе мужчина, он не реагирует как-то негативно. Я сделала свое тело сама, раньше я была не в лучшей физической форме, а сейчас хочу на собственном примере показать, что «сделать» себя реально, даже после родов. Знаете, так как я актриса, я иногда целуюсь в кино. Но я знаю границы дозволенного, а мой муж знает, что я верна ему. Мне даже как-то писали: «А как будет реагировать твоя дочь, когда вырастет и увидит эти фотографии?». Да она будет гордиться! Вот так! И ей я не буду выстраивать какие-то границы, ведь главное, чтобы человек был счастлив.

– **Чувствуете ли вы ответственность перед читателями? Ведь многие могут брать с вас пример.**

– Конечно, чувствую. И если я пишу на тему здоровья, об аптечке, уходе за ребенком, то сначала досконально изучаю тему, обязательно ссылаюсь на достоверные источники.

– **Быть матерью – это счастье и радость или всё же усталость, недосып и раздражительность?**

– Это и то, и другое (*смеется*). Но если рассуждать глобально, то, конечно, это радость, которая ни с чем не сравнится. Это твой самый родной человек. Недосып, раздражительность, гормоны, бессонные ночи – это всё того стоит. Эти мелочи года через два забудутся. С появлением дочери я начала по-другому смотреть на жизнь, стала более активной и даже более женственной.

– **И пару слов для тех, кто хочет быть любящей, стройной, подтянутой, желанной мамой и женой в декрете.**

– Знаете, я являюсь автором собственного марафона. В нем мамочки работают над своим телом, становятся счастливыми, мы работаем не только над телом, но и над сознанием. Появляются новые друзья, единомышленники. Хочу сказать многим, кто думает, что после того как вы стали мамой, невозможно себя проявить в чем-то. Не верьте этому! Через это проходила и я, но вы на моем примере можете убедиться, что всё возможно. Заходите ко мне в Инстаграм и убедитесь сами.

[@dariya_aleksandrova](#)



PHOTOGRAPHER
VITALIY KIRSANOV
@KIRSANOV CZ

О термосумках нам рассказала
владелица интернет-магазина
Tacosa Ольга Пак.

– Ольга, как зародилась идея
появления интернет-магазина
по продаже термосумок?

– Я, как и многие офисные
работники, всегда носила с собой
еду в пакете. Для меня это было
нормально и естественно. Как-то
раз моему мужу назначили лечеб-
ную диету, и мне приходилось
готовить для него диетические
блюда. В один из дней я про-
вожала его на работу. Когда он
ушел, выглянула в окно и увидела
такую картину: он, весь такой
статный, в костюме, галстук,
туфлях и... с пакетиком, в кото-
ром у него эта диетическая еда.

– И о чем в тот момент вы поду-
мали?

– Тогда я поняла, что так не
пойдет. В интернете начала ис-
кать, где можно купить хорошую
стильную термосумку. Результат
меня, конечно, огорчил: сумки
были несолидные. Именно в тот
момент ко мне и пришла идея
этого бизнеса: завозить качес-
твенные стильные термосумки,
с которыми было бы не стыдно
выйти на улицу и появиться в
офисе даже тем, кто занимает

СТИЛЬНЫЕ ТЕРМОСУМКИ ДЛЯ ЕДЫ



высокую должность. Вот таким образом и открылся наш интернет-магазин.

– Где изготавливаются термосумки?

– Наши сумки очень хорошего качества, из плотного материала, разного дизайна и формы. Сумки производятся в Китае, но это не тот Китай, который принято считать «ширпотребом». На данном этапе у нас разрабатываются модели эксклюзивных сумок ручной работы, на которых можно будет вышить даже свои инициалы. Ведь каждому из нас приходилось носить еду с собой: у кого-то диета, правильное питание, у кого-то финансовые затруднения, у кого-то рядом нет приличной столовой. В общем, ситуации разные. Я недавно с мужем была в Италии и заметила, что те люди, которые берут еду с собой, носят ее именно в термосумках, не в пакетах. Нам хочется выработать у наших сограждан эту цивилизную привычку носить еду в специальных сумках, а не в пакетах, так как мы живем в экономически развитой стране.



+7-727-971-95-97
+7-708-971-95-97 WhatsApp
@tacosa.kz
инста-прайс @tacosa.kz_price
www.tacosa.kz



Ваша внешность - мой профессионализм

Дана Такенова

make up/hair @erlan_ainabekov_studio

Дана, вы являетесь востребованным специалистом в области косметологии. На протяжении какого времени вы этим занимаетесь? С чего всё началось?

– С раннего детства я мечтала быть врачом. Закончив школу, в 2006 году поступила в Казахский Национальный медицинский университет имени С. Д. Асфендиярова. Получив специальность врача, я продолжила повышать квалификацию в КазМУНО (Казахском медицинском университете непрерывного образования). Мой врачебный стаж 6 лет. Так как я девушка, а практически каждую девушку волнует вопрос красоты, то решила заняться именно косметологией.

– В данный момент вашим местом работы является Академия красоты Royal Med. Как вы туда попали?

– Я хотела работать в передовой медицинской клинике. Моя подруга и моя коллега позвала меня в Royal Med. Я долго думала, но приняла решение пойти и посмотреть. Когда вошла в клинику, то поняла: это мое! Мне понравилось всё: чистота, комфорт, дизайн, расположение клиники.

– На чем специализируется данная клиника?

– Наша клиника специализируется в двух основных отраслях: косметологии и пластической хирургии. Команда профессионалов всегда следит за новыми тенденциями и открытиями в beauty индустрии. Мы смело можем заявить, что наша клиника оборудована инновационными аппаратами, которые используются в Голливуде.

– Какие специалисты с вами работают?

– Все наши специалисты являются сертифицированными врачами, постоянно повышающими свою квалификацию. В клинике работают пластические хирурги, дерматокосметологи, отоларингологи, гинекологи, эстеты по телу.

– Почему ваши пациенты возвращаются к вам снова и снова? В чем секрет?

– Благодаря профессионализму наших врачей мы наработали большую клиентскую базу и уверены, что, придя в нашу клинику, клиент получает эстетическое удовольствие как во время, так и после



процедуры. Если клиенты приходят к нам с детьми, они вполне могут доверить их чуткому персоналу. В нашем Spa профессиональные массажисты и эстеты по телу помогут вам отдохнуть от ежедневной рутины и забот, а также обрести фигуру, о которой вы мечтаете!

+7-701-111-35-24
@beauty_doctor1989



make up/hair @erlan_ainabekov_studio
loc @angelinuscoffee_kz

**ВСЁ, ЧТО ПРОИСХОДИТ С
ВАМИ, – РЕЗУЛЬТАТ ВАШИХ
ПОДСОЗНАТЕЛЬНЫХ ЖЕЛА-
НИЙ!**

Айнұра Кернебаева рассказала журналу Teens and People о том, какой нужен инструмент, чтобы по-настоящему стать счастливым. Она убеждена, что все проблемы только у нас в голове.

Айнұра, как вы познакомились с методикой Master Kit?

– У меня были проблемы: я много раз открывала бизнес, который не шел вверх. И очень долго искала именно практический инструмент, который поможет изменить мои жизненные установки. Однажды мне отправили книгу «Как впустить в свою жизнь большие деньги» Дарьи Трутневой. Когда я ее прочла, то сразу же поняла, что наконец-то нашла практический инструмент!

– Итак, вы приобрели методику Master Kit. Что вы делали дальше?

– Я училась правильно делать проработки, работать с собой. И, конечно же, первым делом я начала прорабатывать через тренажер тему денег, определяя, что значат для меня деньги, что для меня богатство, что для меня легкие деньги. Проработав, я начала получать первые «плоды» через две недели.

– После тренажера на деньги что вы начали устранять дальше?

– Далее я начала работать над отношениями с мужем и детьми. Раньше у меня с дочерью были разногласия, случалось, она мне врала. Меня это жутко раздражало. Но после работы с подсознанием я поняла, что окружение нас постоянно «зеркалит». Как только я это проработала и нашла абсолютную силу в этом качестве, дочь перестала врать.

– Приобретая методику, ею нужно пользоваться постоянно? Или это уже образ жизни?

– Это как зубная щетка. Это культура. Мы чистим зубы каждый день, мы и прорабатываем какие-то подсознательные установки каждый день.

– Когда вы ощутили первые и последующие результаты? Что делали дальше? Давали советы друзьям, родным, близким?

– Конечно, я, даже проходя обучение, не получив еще ни единого результата, начала советовать эту методику, потому что в обучающем пособии Дарьи Трутневой, создательницы методики, рассказывала о чувстве вины. О том, что это чувство – «системная» ошибка. Живя с этим чувством, мы манипулируем людьми. В тот момент я проанализировала свою жизнь и поняла, что это абсолютная правда. Для меня это было



– Айнура, есть ли у вас своя команда единомышленников?

– Да, есть! Это мои подруги, знакомые, которые первыми купили методику. Раньше, когда мы собирались, разговоры были по большей части направлены не в позитивное русло. Зато сейчас иначе. К тому же я являюсь акционером компании Super Ego. В моей структуре сейчас более 7 000 человек.

– Проводите ли вы тренинги?

– Да, мне нравится этим заниматься, я объездила практически весь Казахстан благодаря Master Kit. Как-то жила в Москве два месяца и проводила мастер-классы. Знаете, это парадокс: Master Kit – российский продукт, но в России люди не знают, что уже существует эффективный и практический тренажер по работе с мышлением.

– Читаете ли вы дополнительно какую-нибудь специализированную литературу?

– Что касается литературы, то недавно вышла четвертая книга Дарьи Трутневой «Как перестать страдать и стать счастливым». Очень часто мы привязываемся к своей цели и, чем больше придаем ей важности, тем дальше она будет уходить от нас, а мы будем чувствовать себя «неклассными». Книга очень интересная, советую прочитать ее абсолютно всем.

+7-707-810-04-24
ул. Айманова, 140
@ainurasaparovna
www.super-ego.info/master-kit/freedom

открытием. И тогда я начала рассказывать об этом своим подругам, позже они тоже приобрели методику. Но когда у меня уже были первые результаты, и я понимала, что это работает, хотелось абсолютно каждому об этом рассказывать.

– Сколько уходит времени на проработку тренажера?

– Вначале я уделяла этому по часу каждый день. Затем начала сокращать время: 30 минут, 20 минут. Сейчас мне достаточно пяти минут. Навыки нарабатываются на каждую конкретную ситуацию. Я поняла, что реальность «пластилиновая». Мы сами создаем события в нашей жизни. 30 000 человек уже ощутили помощь Master Kit.



МИХАИЛ



Михаил Гуторов – профессиональный фокусник-иллюзионист. Уже 5 лет он выступает на свадьбах, юбилеях, презентациях, корпоративных и детских праздниках. На его счету более 2 000 выступлений в рамках четырех разных шоу-программ по доступным ценам. В 2015 году Михаил, представляя Казахстан, стал призером международного фестиваля иллюзионистов в Шанхае. Также ему довелось поработать с российскими иллюзионистами – братьями Сафроновыми.

Каждый праздник – это море теплых воспоминаний. Михаил сделает Ваш праздник незабываемым! К чуду прикоснется каждый!

+7-705-190-10-06

@gutorov.kz

www.gutorov.kz

ЕЛЕНА



Лена Черри – топ-стилист, колорист. Владение сложными современными техниками окрашивания, знание тенденций и вкусовых предпочтений клиентов – невероятный талант и бесконечное погружение в свое дело. «Признание профессионалов и счастье моих клиентов вдохновляют меня на ежедневное совершенствование себя и поиск новых подходов к окрашиванию волос», – поделилась мастер. Ее работа направлена на создание женственных образов, нежного перелива цвета на локонах при безупречном качестве волос. Стилист Лена Черри имеет дипломы IBCo Санкт-Петербурга, Академии L'Oreal Москвы, Revlon Professional.

+7-702-250-37-47

@lenacherryhair

ГУНЧАМ



Гунчам Алимжановна – героиня рубрики «Интересная личность». Ей 36 лет, и она мама троих детей. Гунчам – известный диетолог, которая помогла тысячам женщин сбросить лишний вес и изменить их жизнь. Работает в сфере диетологии более четырех лет. Является создателем проекта «Жиру нет! Жору нет!». В этом проекте она собирает в группы людей, которые хотят вместе скинуть лишний вес. На протяжении всего проекта диетолог дает консультации по питанию, спортивным нагрузкам, а также мотивирует. Гунчам любит свою работу, так как получает удовольствие от того, что делает людей красивыми и счастливыми. Сама ведет здоровый образ жизни, занимается спортом, увлекается путешествиями.

@gulcha32
+7-702-153-50-56
+7-707-909-90-62

МАРЗИЯ



Марзия Бекайдар является женским консультантом, психологом и НЛП-практиком. Сейчас обучается на арт-терапевта. Марзия замужем, воспитывает троих детей. Что касается рода деятельности, то она занимается благородным делом – «спасает» семейные пары. Благодаря ей множество семейных пар стали жить счастливой. «Я очень люблю разбираться в семейных делах, могу non-stop говорить на тему гендерных отношений», – говорит Марзия. Марзия также проводит семинары, вебинары, тренинги для женщин. У нее даже есть идея фикс: помочь каждой женщине, которая в семейных отношениях находится в тупике.

@marziya_bekaidar

Шаг навстречу!

СЧАСТЛИВОЕ ДЕТСТВО ЗАСЛУЖИВАЕТ КАЖДЫЙ РЕБЕНОК

Мы привыкли думать, что ребенок с инвалидностью – это изгой в обществе. Об этом говорят все: и те, кто рядом с ним, и те, кто по другую сторону «стен», отделяющей инвалидов от здоровых людей. Мы же считаем, что эта стена искусственно выстроена и состоит она из незнания. Вспомните, как редко мы раньше видели детей с инвалидностью в обществе. Для них с рождения предоставлялись иные условия – условия изоляции в спецучреждениях, спецшколах, специнтернатах. «Спец» было характерно для советского прошлого – с обществом без диагнозов, без секса, без алкоголизма, без инвалидности, в котором нам



Жанерке, 2 года
Аида, 8 лет

Фотограф: Татьяна Янсберг; локация: фотостудия «Два стула»



Жизнь с диагнозом не отменяет детства.

Фотограф: Татьяна Янсберг; локация: фотостудия «Два стула»



Мухамедали, 5 лет
Қазыбек, 7 лет; Айқын, 5 лет

Фотограф: Татьяна Янсберг; локация: фотостудия «Два стула»

навязывали ложные стереотипы. Мы с детства привыкли считать нормальным только того, у кого нет никаких проблем со здоровьем или внешних отличий. Только с приходом в нашу жизнь других ценностей, одной из которых является доступность полноценной жизни в социуме для всех, в том числе и для людей с инвалидностью, мы начали встречать тех людей, которым пришлось столкнуться с серьезными проблемами в здоровье. Поверьте, им тоже приходится жить с той же мыслью, что они вне нормы. Наверное, именно это понимание заставляет их сторониться здоровых людей, а здоровых – людей с инвалидностью. Наверное, именно это понимание отдаляет нас так сильно друг от друга. Это будет продолжаться до тех пор, пока мы с вами не начнем обоюдно разрушать эти стереотипы.

Воспитывая растущее поколение, мы, взрослые, должны дать полноценную возможность расти детям с различными диагнозами рядом со здоровыми детьми. Чтобы и те, и другие понимали, что каждый из них – неотъемлемая часть целого общества.

Наша фотосессия «Шаг навстречу» несет именно эту идею и ведет именно к этой цели. Быть вместе. Сделать друг другу навстречу всего один шаг.

Знаете, как нашим ребятам было интересно рядом провести этот день?

А посмотрите, какие искренние снимки получились, какой интерес и какие эмоции друг к другу!

Да, было и нескрываемое удивление. Но завтра один ребенок, увидев другого на коляске, не будет испуганно глазеть на него, а повзрослев, спешно отводить взгляд, потому что он его уже знает. И, отбросив мысли о внешнем несоответствии ребенка с диагнозом, он найдет общие интересы и повод улыбнуться ему.



Красота внешняя - ценность временная.
Красота души же - бесконечна и бесценна...

Фотограф: Татьяна Янсберг; локация: фотостудия «Два стула»



Елизавета, 3 года
Акниет, 5 лет

Фотограф: Татьяна Янсберг; локация: фотостудия «Два стула»

КАРДИНАЛЬНОЕ ПРЕОБРАЖЕНИЕ

прическа: **@hair_corporation**
make-up: **@azamatsergali_art_studio**
одежда: **@merymer_collection**
ЛОКАЦИЯ: **@mkgroup_photostudio_almaty**
СТИЛИСТЫ: **Butterfly Effect @b_ef_kz**
сумки: **@gepherrini.kz**
украшения: **@japanese_corner @tengri_soul**

Проект «Преображение» от журнала Teens and People не перестает дарить новую жизнь участницам, которых выбирают посредством заявок на сайте глянца. На этот раз счастливицей стала Айгуль Кенжеева. Девушка поделилась увлекательной историей о том, как она попала в наш проект. Племянница Айгуль пила кофе в одной из кофейен города Алматы и, листая наш журнал, случайно наткнулась на фотографии «преображенки» предыдущего выпуска. Этой информацией она поделилась с тётей, и они вдвоем поведали нам о том, как же Айгуль хочет внести в свою жизнь что-то новое, изменив свою внешность.



Героиня до преобразования

Визажист:

С макияжем для Айгуль я полностью угадал. Задача была сделать нашу героиню моложе с помощью Anti-age макияжа. Использовалась исключительно профессиональная косметика. Была сделана легкая коррекция лица, чтобы создавался эффект лифтинга, нанесен хайлайтер, именно он всегда освежает взрослую кожу, и многослойная коррекция лица жидкими и сухими корректорами для стойкости макияжа. Также были задействованы натуральные коричневые тени, а глаза я выделил пышными ресницами, чтобы поднять веко.

Азамат Сергали



За стрижку и укладку отвечали профессионалы из студии Hair Corporation.

Сначала мы изучили образ жизни героини. Поняв, что она очень активная гостеприимная девушка, мы немного освежили образ, высветлив ее волосы на несколько тонов. Так как ее база была теплая, даже рыжая, мы перебили пигмент, и получился натуральный нейтральный оттенок. Также подчеркнули естественную кудрявую текстуру благодаря нашим стайлингам и определенной технике накрутки, чтобы образ был легким, современным и стильным.

Hair Corporation

Одежда для проекта предоставлена магазином **Lenazh**, в котором благодаря широкому ассортименту каждая девушка сможет найти для себя что-нибудь элегантное и неповторимое.



LENAZH
одежда @merymer_collection



Маленькое черное платье – пожалуй, самый популярный и проверенный временем предмет женского гардероба. Доиграли образ жакетом в стиле оверсайз, маленькой сумочкой цвета металлик, оригинальной брошью, и вечерний образ готов.



Флористический принт придает женственности и мягкости любому образу, сыграйте на контрастах: в противовес нежным цветам добавьте обувь в спортивном стиле. Завершите образ сумкой оригинального дизайна, и вы будете неотразимы.



Уже несколько сезонов подряд пижамный стиль не оставляет равнодушными наших женщин. В данном образе платье в пижамном стиле декорировано перьями, которые являются трендом нынешнего сезона. Самый лучший комплимент этому платью – нить жемчуга, которая добавила шарма и изысканности образу.



Полиграфическая компания А3 Print



Мы можем все и даже больше!

Цифровая печать, офсетная печать, печать способом шелкографии, UV печать, лазерная гравировка, мультикам, наружная реклама, дизайн любой сложности.



+7-727-328-30-68, +7-727-354-76-24, +7-727-328-34-88, +7-727-296-03-38.

 **marrone rosso**



*Готовь тело к лету
вместе с Marrone Rosso*

Астана қ.

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

пр. Кабанбай Батыра, 62,
ТРЦ MEGA Silk Way
+7-717-273-87-86

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

Алматы қ.

ул. Розыбакиева, 263,
ТРЦ MEGA-2
+7-727-331-09-09

Горный курорт
"Шымбулак",
ул. Горная
+7-727-330-70-15

пр. Нурсултан
Назарбаев, 149
+7-727-261-39-54

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

 marronerosso.kz

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

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

NASOMATTO



Black
Afgano

lalibella **LAGUNA**
Selective Boutique parfumes

@laguna_parfumes
www.laguna-parfumes.kz
+7-747-515-13-36