

# good news

О ЕДЕ, СОБЕСЕДНИКАХ И НЕ ТОЛЬКО



М А Д И Н А

СТР. 12-14

ВЕЧЕРА В ТАЙГЕ, НОЧИ В ВЕНЕЦИИ, ЗЕЛЕННЫЕ ЧЕЛОВЕЧКИ И ВЫСОКИЕ ИДЕИ  
В НОВОМ НОМЕРЕ



**Soul of Nomad (SON)** – ультра премиум бренд платформа для современных путешественников и предпринимателей, основанная в Калифорнии.



Компания Soul of Nomad была основана в 2015 году в Кремниевой долине, Калифорния. Изначально она функционировала как специализированная мастерская по производству джинсов, предлагая основателям и руководителям технологических компаний удобные, прочные и стильные джинсы для дальних поездок. С расширением бренда небольшая мастерская превратилась в центр для разнообразной группы предпринимателей, руководителей и творческих художников, что в конечном итоге дало рождение концепции Club Nomad – современной платформы для путешествий, предлагающей тщательно подобранную коллекцию универсальных продуктов и услуг, отвечающих разнообразным потребностям современных путешественников и людей, постоянно находящихся в движении.

## НАША МИССИЯ

SOUL OF NOMAD – это не просто товары и услуги, это целая экосистема для современного кочевника. Мы интегрировали физические и цифровые продукты в одно целое – лайфстайл бренд платформу нового поколения. Товарами и услугами бренда пользуются – Илон Маск, Марк Кьюбан, Дана Вайт, Геннадий Головкин, Киану Ривз, Наталья Водянова, Эштон Кутчер, Энн Хэтэуэй и другие.



## СЛОВО ИЗДАТЕЛЯ



«Beauty, healthy-lifestyle и гастрономия»: в новом долгожданном выпуске рассказываем одну историю на всех — о любви к своему делу. Рестораны сместили показы мод, шефы — новые рок-звезды. Гастрономия медленно, но неотвратимо занимает отдельное место в умах и сердцах миллионов!

– Динара Дос  
издатель газеты Good News.  
[@DINARA\\_DOS](#)



На Мадине здесь и  
слева: очки Sportmax,  
водолазка со  
стразами Sportmax,  
брюки Max Mara

## МАСТХЭВ

Издатель

Динара Дос @dinara\_dos

Выпускающий редактор

Амина Болат @bolatamina

Фотографы:

Дана Суханберли

@danalikenirvana

Красота

Сулейманова Динара

@Dinaravisage

Оралкен Алия @oralken\_aliya

Дизайн

motif design group

Бухгалтер

Алия Чумакаева

Тираж:

1000 экземпляров

Печать:

Типография Print House Gerona

г. Алматы, ул. Сатпаева,

30а/3, офис 124.

Периодичность:

4 номера в год

Телефон для рекламодателей:

+7 (701) 8005525

следите за нами:

[WWW.INSTAGRAM.COM/  
GOODNEWS.KZ/](http://WWW.INSTAGRAM.COM/GOODNEWS.KZ/)

[WWW.INSTAGRAM.COM/  
GOODPROJECT.KZ/](http://WWW.INSTAGRAM.COM/GOODPROJECT.KZ/)

[WWW.GOODPROJECT.KZ/](http://WWW.GOODPROJECT.KZ/)

## МЕНЮ НОМЕРА

СТР. 3 – PERSONNEL:  
СОДЕРЖАНИЕ, МАСТХЭВ  
И СЛОВО ИЗДАТЕЛЯ

## АПЕРЕКТИВ

СТР. 4 – ЧЕКАНИН X SELFIE

СТР. 5 – АЗАМАТ И EVA

СТР. 6 – ДВЕ РЕКИ ЯРОСЛАВА

СТР. 7 – LILOU X MALÈNA X  
PERRIER

СТР. 7 – НА КРЫШЕ  
НОВЕНЬКИЙ

СТР. 7 – ASTANA GLOBAL  
GASTRO

## ГОРЯЧЕЕ

СТР. 11 – GOOD TIME: АФИША

СТР. 12-14 – COVER STORY:  
«КРАСОТА БЕЗ МАСОК»

СТР. 16 – АЛЬБИНА МУХТАР О ТАЈ

стр. 18 – НОВОЕ ЛИЦО: АЙНУР  
ХАСЕНОВА

стр. 20 – A LONG TIME AGO IN  
ARGENTINA

## МОЖНО СЧЕТ?

СТР. 19 – АДРЕСА И  
КОНТАКТЫ



# ДА БУДЕТ СЕТ!

■ [@CHEKANIN\\_EVGENIY](#)  
[@SELFIEVASTANE](#)



**ШЕФ-ПОВАР РЕСТОРАНА  
SELFIE ASTANA  
ЕВГЕНИЙ ЧЕКАНИН  
О СВОЕМ АВТОРСКОМ СЕТЕ  
«ВЕТРА ОТ СЕВЕРА НА ЮГ»**

Под авторским сетом понимается набор блюд от шефа, объединенных концептуальной задумкой. Формат этот в последние годы набирает всё большую популярность во всем мире, так как именно знакомство с сетом позволяет гостю составить комплексное впечатление о кухне заведения, оценить не только технические навыки шеф-повара, но прежде всего его концептуальный подход к еде.

Каждое блюдо стараниями шефа превращается в чистое искусство, а сам

## **В МЕНЮ:**

**БАУЫРСАК С ЧЕРНОЙ ИКРОЙ И ЧАЕМ ИЗ СМОРЧКОВ,  
ТАРТАР ИЗ КОНИНЫ С ЧИПСАМИ ИЗ ЛЬНА,  
КАРАМЕЛИ С ТЫКВОЙ И КОНИНОЙ,  
БАЛХАШСКИЙ СУДАК СО СВЕЖИМИ ОВОЩАМИ,  
ФИЛЕ МИНЬОН ИЗ ГОВЯДИНЫ С СЕРДЦЕМ КОНЯ,  
МЕРЕНГА СО СМЕТАННЫМ МОРОЖЕНЫМ,  
ЧАЙ С МОЛОКОМ И ІРІМШІК,  
КОНФЕТЫ ИЗ СМОРЧКОВ**

шеф выступает творцом прекрасного, закладывая в каждый курс глубокий и сложный смысл. Считается, что смысл дегустационного сета — показать самые важные блюда шеф-повара и представить его стиль.

В своем авторском дегустационном сете я стараюсь познакомить гостя с бескрайними казахстанскими просторами, приглашая в путешествие с попутным ветром с севера на юг.

Источником вдохновения для меня послужили поездки по некоторым

регионам Казахстана, погружение в Казахскую культуру и литературу. Боровое, Усть-Каменогорск, Балхаш, Астана и Алматы — вся эта география отражена в 8 курсах, где нашлось место и тар-тару из конины, и балхашскому судаку и сердцу коня, овощам и корнеплодам. Но это не финал — в сет входит три десерта: меренга со сметанным мороженым, чай с молоком и ірімшіком и конфеты из сморчков.

# АЗАМАТ РАХМЕТУЛЛАЕВ, шеф-повар Eva wine cafe, бренд-шеф сети Good Project, ОБ УЧАСТИИ В ФЕСТИВАЛЕ ДИКИХ УЖИНОВ И ГАСТРОЛЯХ В ТАЙГУ



■ @AZAMAT.R.K  
@EVA.WINECAFE

На вкус еды влияет множество факторов, включая окружающую среду, настроение, музыку, свет и прочее. Для меня любая еда на открытом воздухе становится в разы приятнее и вкуснее. Мы с су-шефом Карлыгаш в июне этого года отправились в Сибирь провести ужин с их локальными продуктами в сочетании с нашими местными специалитетами. Гости гастрольного ужина в Тайге смогли испытать уникальный гастрономический опыт

уровня fine dining. Накануне фестиваля сразу после своего прилета в Красноярск мы ходили в лес с ботаником собирать дикоросы. Как раз начался сезон, когда в лесу появились побеги сосновых, кислица, листья дикой смородины — всё это мы задействовали в нашем сете. Мы собрали те ингредиенты, которые внесли финальные аккорды в наши блюда, дополнив вкусовую концепцию. Часть ингредиентов забрали с собой в Казахстан и сразу

по прилёта приготовили небольшой ужин из 6 курсов для гостей в Eva wine cafe. По мнению Азамата, выезды на гастрольные ужины позволяют постоянно расширять кругозор и вкусовую палитру, плюс ко всему выезды на гастроли позволяют плотно закрепить свои позиции в сообществе шеф-поваров.





**КАЗАХСТАН СЛАВИТСЯ СВОЕЙ МНОГОНАЦИОНАЛЬНОСТЬЮ И МУЛЬТИКУЛЬТУРНОСТЬЮ, В БУДУЩЕМ АВТОРСКОМ СЕТЕ**



**ХОЧУ ОБЪЕДИНИТЬ ПРИВЫЧНЫЕ БЛЮДА КАЗАХСКОЙ И РУССКОЙ КУХНИ В АВТОРСКОМ ПРОЧТЕНИИ.**

## АНДРЕЕВ ЯРОСЛАВ

**БРЕНД-ШЕФ РЕСТОРАНА ДВЕ РЕКИ, РАССКАЗАЛ О СВОЕМ ПУТИ В МИРЕ ГАСТРОНОМИИ И О ПЛАНАХ В РЕСТОРАНЕ «ДВЕ РЕКИ»**

■ [@\\_ANDREEV\\_CHEF\\_](#)  
[@DVEREKI.REST](#)

В гастрономии я уже 7 лет, свой путь начал с помощника повара. Первый опыт работы был связан с японской кухней, позже открыл для себя все секреты европейской и средиземноморской кухонь. В нескольких проектах был су-шефом, позднее возглавил паназиатский ресторан. В стремлении развиваться решил переехать в Москву для работы в мишленовском ресторане White Rabbit, где, кстати, в первое время был на должности бригадира, а через год стал су-шефом. Получил колоссальный опыт и новое видение в профессии, очень много ездил по всему миру, готовил с топовыми шефами, перенимал их опыт.

В Усть-Каменогорске уже четыре месяца ресторан «Две Реки» является флагманским в городе, невероятно красивый интерьер и техническое оснащение. На данном этапе у меня есть большое желание внести свою

лепту в развитие ресторана, использовать больше локальных ингредиентов в своих блюдах. Меню ресторана «Две Реки» comfort food направления. Постепенно добавляя в меню позиции с новыми вкусами и интересными сочетаниями начинаем развивать гастрообразованность у наших гостей.

Локальность и сезонность два главных правила любого уважающего себя шефа. Совсем недавно я провел гастрономический ужин в честь пятилетия ресторана. В сэт-меню удивлял гостей авторским паштетом из копченного казы, а также специально в этот день готовил суши из конины. Очень хочется продемонстрировать гостю новый взгляд на привычные вещи. В планах разработка авторского сета. Казахстан славится своей многонациональностью и мультикультурностью, в будущем авторском сете хочу объединить привычные блюда казахской и русской кухни в авторском прочтении.



# LILOU X MALENA X PERRIER



■ @ELAMOON\_HS  
@BAR\_LILOU  
@BAR\_MALENA

**ШЕФ-БАРМЕН ДВУХ БАРОВ  
LILOU И MALENA ЕЛАМАН  
БАЙБУРИН О КОЛЛАБОРА-  
ЦИЯХ В КОКТЕЙЛЬНЫХ КАР-  
ТАХ ДВУХ БАРОВ.**

В барах Lilou @bar\_lilou и Malèna сети @goodproject.kz бренд-бармен Еламан Байбурин запустил авторскую коктейльную карту на основе воды Perrier inspired by The World's 50BestBars В меню 4 коктейля cucumber spritz,

mojito, mango/passionfruit highball, truffle old fashion.

Байбурин Еламан Шеф-бармен двух баров Good Project — Лилу и Малены, в индустрии миксологии с 2015. Свою карьеру в Good Project начал в 2021 с позиции старшего бармена бара Lilou, позднее его же и возглавил. Совсем недавно в 2024 году Еламану возглавил Lilou и Malèna на должности шеф-бармена.

## LOVE IN EVERY SIP



50  
BEST  
RESTAURANTS™



# НОВЫЙ ШЕФ-ПОВАР ресторана НА КРЫШЕ — ЖАНИБЕК ДИЯРОВ

## о стремительном развитии карьеры и о локальной столичной гастрономии.

■ @NAKRY SHE.REST  
■ @JOHNNYDIYAR



**СВОЮ КАРЬЕРУ ЖАНИБЕК НАЧАЛ В 2011 В СВОЕМ РОДНОМ ГОРОДЕ АКТОБЕ, ВСЕ ЭТО ВРЕМЯ ШЕФ ИСКАЛ СВОЕ НАПРАВЛЕНИЕ, ОТКРЫВАЯ НОВЫЕ ГРАНИ МНОГОГРАННОГО МИРА ГАСТРОНОМИИ.** В 2019 году в стремлении развиваться дальше принял решение переехать в Астану и устроился в ресторан Selfie Astana, где проработал на горячем цеху до 2023 года, далее около года в позиции су-шефа работал в Eva wine safe и спустя 5 лет в Good Project, получил предложение возглавить кухню ресторана На Крыше.

Жанибек считает, что в мире гастрономии очень важно иметь постоянное вдохновение от коллег по цеху, друзей. Признается, что часто вдохновляется локальными брендами, демонстрирующими

высокий профессионализм и мастерство, а также сезонными продуктами на пике своего вкуса.

Сейчас шеф планирует новые сезонные позиции для осеннего меню ресторана На Крыше и строит планы на будущий год.

Вдохновляется мировыми мэтрами кулинарной индустрии и, конечно же, своей командой, которая каждый день делает колоссальную работу, чтобы поднять индустрию на уровень выше.

В уютном ресторане На Крыше уже можно попробовать авторские блюда Жанибека. Уникальное место, где слилось воедино стильный интерьер, восхитительное меню и потрясающий вид на столицу.



# ASTANA GLOBAL GASTRO



АМИНА БОЛАТ, PR GOOD PROJECT О ASTANA GLOBAL GASTRO

■ @BOLATAMINA  
■ @GOODPROJECT.KZ

ОБЪЕДИНЕНИЕ МИРОВОГО ОПЫТА ГАСТРОНОМИИ В САМОМ СЕРДЦЕ ЕВРАЗИИ — ASTANA GLOBAL GASTRO.

ASTANA GLOBAL GASTRO ПРЕДСТАВЛЯЕТ ИЗ СЕБЯ ЕЖЕГОДНЫЙ ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ, КОТОРЫЙ ВКЛЮЧАЕТ УЖИНЫ ЗВЕЗДНЫХ ШЕФОВ СО ВСЕГО МИРА В СТОЛИЦЕ КАЗАХСТАНА — В АСТАНЕ. С НАЧАЛА ОСНОВАНИЯ ПРОЕКТА 2023 ГОДА БЫЛО ПРОВЕДЕНО 11 ГАЛА-УЖИНОВ.

Мы можем похвастаться лучшими из лучших и представить вашему вниманию шефов-участников проекта. Многие фамилии красуются в рейтингах The World's 50 Best и Michelin уже не первый год:

10.03.  
2023



**АРТЕМ ЕВСТАФЬЕВ**

Artest  
Москва, Россия  
inst: @artest.rest  
🌟🌟 Michelin 2021  
92% La Liste

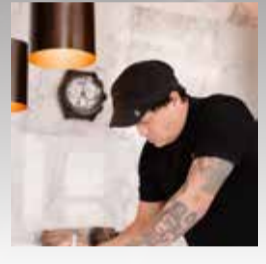
19.05  
2023



**YVES MATTAGNE**

La Villa Lorraine  
Brussels, Belgium  
@villalorraine  
🌟🌟 Michelin  
96% La Liste

24.06.  
2023



**ALVARO CLAVIJO**

Restaurant El Chato  
Bogotá, Colombia  
@elchato\_rest  
· Лучший ресторан в Колумбии по версии Latin America's 50 Best Restaurants 2022  
· 2 место по версии Latin America's 50 Best Restaurants 2023  
· 33 место The World's 50 Best Restaurants 2023

21.09.  
2023



**АНАТОЛИЙ КАЗАКОВ**

Selfie, Гвидон  
Москва, Россия  
@selfiemoscow @gvidon.rest.wrf  
🌟 Michelin 2021 (Selfie)  
· 90 место The Best Chef 2021

21.09.  
2023



**TON THITIT**

Le Du  
Bangkok, Thailand  
@ledubkk  
🌟 Michelin  
· 1 место Asia's 50 Best Restaurants 2023  
· 15 место The World's 50 Best Restaurants 2023

6.10.  
2023



**НИКОЛАЙ БОБРОВ**

Tunguska  
Красноярск, Россия  
@tunguska.restaurant  
· 12 место WHERETO EAT RUSSIA  
· 1 место WHERETO EAT SIBERIA  
· 8 место в shortlist Restaurant & Bar Design Awards Best regional restaurant по версии GQ Russia Шеф года 2022 по версии WHERETO EAT RUSSIA

27.10  
2023



**PACO PEREZ**

Miramar  
Girona, Spain  
@pacoperezmiramar  
@enotecapacoperez  
🌟🌟 Michelin - Miramar  
🌟🌟 Michelin - Enoteca  
· 87 место в The Best Chef

15.11.  
2023



**CHIARA PAVAN**

Venissa Tenuta  
Venice, Italy  
@chiarapavan\_cheffe  
@venissa\_tenuta  
🌟🌟 Michelin  
· Climate Smart Chefs Advisory Board Member  
· 9 место в Top 100 The Best Chef

08.12.  
2023



**MAKSUT ASKAR**

Neolokal  
Istanbul, Turkey  
@neolokal @maksutaskar  
🌟🌟 Michelin  
👍👍👍 Gault&Millau  
· 63 место в The World's 50 Best Restaurant 2022 88 место в The Best Chef

15.12  
2023



**HIMANSHU SAINI**

Trèsind Studio  
Dubai, UAE  
@tresindstudio  
🌟🌟 Michelin  
👍👍👍 Gault&Millau guide  
· 2 место в MENA's 50 Best Restaurants 2023  
· 11 место в The World's 50 Best Restaurants 2023 27 место в The Best Chef list

16.02.  
2024



**ВЛАДИМИР МУХИН**

Krasota  
Dubai Москва, Россия  
@whiter  
@abbitscow  
@krasota.restaurant.dubai  
🌟 Michelin 2021  
👍👍 Gault&Millau guide



# BIOLOGIQUE RECHERCHE

PARIS

## О BIOLOGIQUE RECHERCHE

За почти 50 лет работы **Biologique Recherche** завоевала неоспоримую репутацию благодаря своей эффективной, эксклюзивной методологии, основанной на клиническом подходе к уходу за кожей, который обеспечивает как немедленные, так и долгосрочные результаты.

Бренд разрабатывает линейку средств по уходу без искусственных ароматизаторов в собственной лаборатории во Франции. В сочетании с тщательно подобранными процедурами, эти целевые продукты восстанавливают эпидермис.

**Biologique Recherche** является надежным партнером для эксклюзивных Спа-салонов, Medi-spa и отелей класса **Luxury** более чем в 80 странах.

**Biologique Recherche** имеет собственные **Ambassades** в Париже, Риме, Брюсселе, Стокгольме, Шанхае и Лос-Анджелесе.



### КЛЕТОЧНОЕ СТАРЕНИЕ

Естественный процесс, при котором клетки перестают делиться, но не погибают. Подобно клеткам-зомби, они чрезмерно накапливаются, ускоряя процесс старения кожи.

### CUTANEOUS RE-NEW SERUM

**Progeskin** борется с видимыми признаками старения кожи. Его формула двойного действия основана на двух белках, участвующих в этом явлении:

- **Progerin**, индикатор клеточного старения.
- **Klotho protein**, маркер клеточного долголетия.

**-26%**

экспрессия прогерина\*



Кожа становится более упругой, подтянутой и наполненной. Черты лица разглаживаются, морщины и морщинки заметно уменьшаются. Рекомендует ся Skin Instants© подверженной старению кожи.

Отсканируйте  
чтобы получить  
больше информации



# GOOD TIME

ВКУШАЙ ЛЕТО

24.08,  
12:00 - 23:00

ТРЦ Сарыарка

## ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ CHEF'S POINT

Цель фестиваля Chef's Point заключается в том, чтобы продемонстрировать гостям, что высокая гастрономия в Казахстане действительно существует, а также предоставить возможность познакомиться с выдающимися шеф-поварами города. На фестивале у всех желающих будет шанс попробовать изысканные блюда, приготовленные шефами, а также задать любые вопросы, которые их интересуют.

Кроме того, свои навыки продемонстрируют опытные шеф-бармены, которые смогут приготовить разнообразные коктейли, настойки и многое другое. Атмосферу мероприятия создадут диджеи, обеспечивающие отличное настроение и позитивные эмоции для всех гостей.

Вход платный

28.09

Astana Ballet, Астана

## BALLET GALA

Театр «Астана балет» представляет концертную программу «Ballet Gala», приуроченную к открытию XII театрального сезона. Это событие станет настоящим праздником для любителей балета. В программе зрители увидят разнообразные фрагменты из ярких постановок репертуара театра, которые продемонстрируют великолепие танцевального искусства. Концертная программа позволит насладиться красотой и выразительностью танца, а также познакомиться с лучшими достижениями театра «Астана балет».



25.08

Дворец мира и согласия  
Казахстан, Астана

## КОНЦЕРТ TYNDA MUSIC: DISNEY MUSIC WORLD

Disney Music World — это симфоническое празднование музыки и анимации Disney, которое продолжается 100 лет! Оркестр Tynnda music исполнит знаковые моменты и саундтреки из фильмов компании. Концерт обещает создать волшебную атмосферу с живым исполнением и визуальными эффектами на большом экране. Это событие подарит воспоминания о детстве и мечтах. Если мечтаете окунуться в мир Disney, это идеальное место для вас.

17.08

Astana Opera

## НОЧЬ В ВЕНЕЦИИ

Веселая комедия положений с музыкой Иоганна Штрауса-сына, «Ночь в Венеции» основана на обманах, переодеваниях и подменах, характерных для карнавальных действий. Спектакль полон скандалов, интриг, расследова-



ний и любви. Эта новая жемчужина в репертуаре КАТМК сочетает легкость, шарм, бравурность, яркость, тонкий юмор и неподражаемую мелодичность, за что меломаны так любят оперетту.

до 28.08

Kulanshi Art Space

## «НЕИЗБЕЖНОЕ СЧАСТЬЕ»

Forte Kulanshi Art Space приглашает на выставку «Неизбежное счастье» Бахтияра Смагула. В экспозиции представлены более 40 живописных и графических работ, созданных за последние шесть лет. Основные сюжеты посвящены общечеловеческим ценностям, таким как любовь, семья и дружба. Автор через гиперболизированные и карикатурные образы иллюстрирует истории своей жизни, делая их интуитивно понятными каждому.

Фотографии: архив прес-служб

КРАСОТА

БЕЗ

МАСОК



арт-директор и стилист Айман Курманова @CURATEDBYAIMAN  
фотограф Дана Суханберли @DANALIKENIRVANA  
образы Max Mara @GG.ASTANA  
красота Сулейманова Динара @DINARAVISAGE  
волосы Оралкен Алия @ORALKEN\_ALIYA  
@SANDRA\_KAZAKHSTAN/

@DR.AUBAKIROVA.M  
 @SEVIL\_KIDS  
 @SEVIL\_HOME\_CLINIC



## АУБАКИРОВА МАДИНА: ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ, ОСНОВАТЕЛЬ ДЕТСКОЙ СТОМАТОЛОГИИ “SEVIL KIDS”

*Мадина, расскажите о вашем профессиональном пути, почему вы выбрали медицину и что привело вас в стоматологию?*

С самого детства я мечтала стать доктором, несмотря на то, что в нашей семье не было врачей. Я любила играть в доктора, проводила процедуры на игрушках, не боялась флоры и фауны, всегда находилась в тесном контакте с окружающей средой, это в дальнейшем повлияло на мою любовь к биологии и успешную сдачу экзаменов во время поступления в университет.

Что касается стоматологии, выбор был сделан еще в школе, в 10 классе меня вдохновила подруга моей тети, её профессионализм и уверенность в себе так сильно меня впечатлили, что я без сомнений решила, что хочу стать стоматологом.

Очень важно иметь пример для подражания, «role model», на кого можно опираться в жизни. Эта женщина стала моим примером, и я решила следовать ее пути, чтобы стать успешным стоматологом.

*Стоматология, наверное, одна из самых технологичных областей медицины. Какие новшества вы считаете самыми значимыми в вашей области?*

Ежегодного список нашего технического оборудования пополняют новомодные гаджеты и приспособления, это всё, безусловно, совершенствует прием у врача, облегчает и ускоряет процесс лечения. Цифра проникла во все сферы, и цифровая стоматология не исключение. Цифровые сканеры позволяют за доли секунд смоделировать весь процесс лечения, продемонстрировать прогнозы пациенту, в перспективе и с каждым днём цифровизация наших процессов ускоряет процесс лечения в разы и это очень радует. Но, как и во многом, в стоматологии значительную роль играет человеческий фактор. Стоматолог просто обязан обладать высокими мануальными навыками и клиническим опытом. Чем больше опыта, тем лучше будет результат. Поэтому ключевой фигурой в вопросе лечения полости рта является сам стоматолог.

*Ваша профессиональная практика требует много времени и сил. Какими можете поделиться секретами в поддержании work-life balance?*

Я не хочу быть какой-то super-woman и этим я хочу поделиться с женщинами, особенно с коллегами по цеху, которые как и я пытаются улучшить сферу медицины, демонстрируя и оказывая каждый день высочайший сервис, искреннюю заботу, удобство, комфорт и качество. Соблюдать work-life balance не просто. Я обычный человек, и хочу попросить чтобы никто в погоне за Мега-крутостью не изматывал себя, хочу чтобы люди умели относиться ко всему с любовью. Всегда и во всём важно иметь мотивацию и миссию. Моей миссией является преумножение здоровых людей в нашем обществе, я очень хочу вывести стоматологию на более высокий уровень в качестве, хочу чтобы в нашем обществе было больше осознанных пациентов. То благо, которое я несу своим пациентам раз за разом — моя главная мотивация, моя работа меня заряжает, дает мне больше сил.

*На что стоит обратить внимание начинающим стоматологам?*

Студенты, заканчивающие медицинские вузы сейчас, обладают совершенно другим уровнем осознания, нежели мы в наше время. Начинающие специалисты намного осознаннее, они знают зачем идут в профессию, знают что и как хотят, прописывают для себя стратегии, знают о мировом протоколе лечения и о необходимости применения зарубежного опыта, знают всех светил медицинского общества, и самое главное идут в практику гораздо раньше, после 1-2 курсов. Я, как специалист со стажем, советую никогда не забывать о ценности здоровья пациента и о важности клинического мышления, наша профессия гораздо выше финансовой мотивации, нужно быть готовым к высокому уровню ответственности.

*Мадина, что вас вдохновляет и помогает развиваться?*

Меня вдохновляет постоянное развитие в моей сфере, внедрение



**«НЕОБХОДИМОСТЬ УЧИТЬСЯ ЧЕМУ-ТО НОВОМУ И АКТУАЛИЗИРОВАТЬ СВОИ ЗНАНИЯ ОДИН ИЗ КЛЮЧЕВЫХ ФАКТОРОВ РАЗВИТИЯ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ВРАЧЕЙ.»**

современных протоколов лечения. Вдохновляет процесс обучения, я стараюсь как можно чаще выезжать на лекции к зарубежным профессорам. Необходимость учиться чему-то новому и актуализировать свои знания один из ключевых факторов развития квалифицированных врачей. Огромную дозу вдохновения я получаю от нашей команды — мы все единомышленники со схожими ценностями и целями. Мотивируют и вдохновляют отзывы пациентов, искренне довольных лечением и благодарных за красивую улыбку. Вдохновляют люди из нашей индустрии, из сообщества стоматолога, которые как и я горят своим делом. Очень много вдохновения вокруг, на самом деле.

*Хотелось поговорить с вами об Instagram, у вас там довольно большая аудитория, насколько важен личный бренд в вашей индустрии?*

Мы стараемся развивать бренд клиники и присутствуем онлайн на многих площадках, это уже просто необходимость — присутствовать онлайн, совсем недавно мы также запустили подкаст. На моей собственной странице я просто публикую то, что мне нравится, делаю, как чувствую, мой личный бренд и те ценности, которые я транслирую на своей странице — откликаются в душах и сердцах моих пациентов, и это закрепляет нашу связь, новых пациентов это тоже вдохновляет при выборе врача. Личный бренд в медицине, особенно в стоматологии очень важен в наше время, пациент идет на доктора, это важно понимать.

*Любимый ваш миф как стоматолога?*

Два мифа. Первый, вышедший еще со временем СССР о том, что стоматологи — не врачи или

недоврачи. Со времен студенчества мы с одногруппниками только и слышали от лечебников и педиатров о том, что «курица – не птица, стоматолог – не врач». Нас до сих пор называют коммерсантами, считают, что стоматологи получают «легкие» деньги, это, кстати, второй миф. Наша работа сложная и крайне кропотливая – тяжелая и физически, и умственно, и морально.

*Что для Вас успех?*

Как сказал Ричард Бренсон: „Жизнь слишком коротка, чтобы делать не то, что нравится!“ успех для меня — делать то что тебе нравится, наслаждаться своей жизнью и соблюдать во всем баланс.

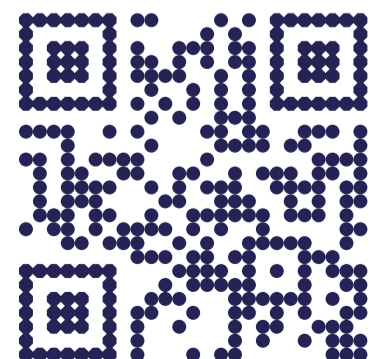
И быть в спокойствии, если это возможно (*смеётся*)

*Какие ваши главные правила в уходе за собой и за здоровьем?*

- Сохранение спокойствия и холодного разума — мое важнейшее правило. В любых ситуациях я стараюсь не поддаваться провокациям и сохранять непоколебимость.
- Второе, но не менее важное правило — спорт. Спорт для меня основа основ, в здоровом теле здоровый дух.
- Регулярный чекап уже как данность для врачей, но и часть заботы о себе. Обязательное правило.
- Отдых, развлечения, время с друзьями и подругами, выходы в свет: всё это очень заряжает.
- К себе с любовью. Никогда не погружаться в вину и себя не «виноватить», как специалист могу сказать, что это очень сложно, важно позволять себе расслабляться.
- Уход за собой: регулярный массаж, спа, посещение бань (кстати, отличный иммуностимулятор)
- Периодическое уединение с природой (очень полезно для ментального здоровья).

# LIFT BUSTE 3D

PUSH-UP SERUM





## « В НАЧАЛЕ БЫЛО СЛОВО...»

СЛОВО – ЭТО УДИВИТЕЛЬНЫЙ ИНСТРУМЕНТ, КОТОРЫЙ МЫ ВСЕ ИСПОЛЬЗУЕМ ЕЖЕДНЕВНО, ЧАСТО НЕ ЗАДУМЫВАЯСЬ О ЕГО ИСТИННОЙ ЗНАЧИМОСТИ. СЛОВО МОЖЕТ ВДОХНОВИТЬ, СМОТИВИРОВАТЬ И ИЗМЕНИТЬ МИР ВОКРУГ НАС.

■ **@ALBINAMUKHTAR**  
**@THETAJMAGAZINE**

**ВСПОМНИТЕ ТЕ МОМЕНТЫ, КОГДА ВЫ СЛЫШАЛИ ИЛИ ПРОЧЛИ СЛОВА, КОТОРЫЕ ИЗМЕНИЛИ ВАШЕ НАСТРОЕНИЕ, ВАШЕ ОТНОШЕНИЕ К ЧЕМУ-ЛИБО, А ВОЗМОЖНО ВЫ ОБРЕЛИ МЕЧТУ.**

Слово обладает уникальной способностью проникать в самую глубину нашей души, вызывая эмоции, пробуждая мысли и побуждая к действиям. Одно вдохновляющее слово может разжечь в сердце огонь, который будет гореть долгое время, освещая путь к достижению целей.

Гоняясь за осознанностью, мы редко задумываемся с каким окрасом и сколько слов проходит ежедневно через нас.

Если мы хотим создавать креативную индустрию, развивать искусство, культуру и туризм — то необходимо, чтобы наша нация читала, внимала и смотрела лучшее, что было создано человечеством. Мы должны поощрять любовь к чтению, поддерживать мероприятия разных

масштабов, создавая условия для творческого самовыражения. Только через обогащение нашего внутреннего мира мы сможем достигнуть новых высот и оставить значимый след в мировой культуре.

Так родилась идея создания диджитал издания taj.kz Издания, посвященного культуре во всех ее проявлениях и современной жизни на глобальном уровне. ТАJ предлагает контент высокого качества, сочетающий в себе визуальную концепцию и глубокие тексты от талантливых индивидуалистов; стремящихся повысить планку мировосприятия.

ТАJ ставит перед собой амбициозную цель – привлечь внимание общественности к вопросам культуры, искусства, гастрономии, моды, литературы, и вдохновить творческих оптимистов на новые мечты. Наше издание стремится создать благодатную почву для их роста и предоставить локальную площадку для творческих свершений. Мы рассматриваем различные темы

через призму смежных областей искусства и феноменов современной поп-культуры, предлагая уникальный взгляд на происходящее в мире.

ТАJ стремится объединить всех, кто ценит искусство и культуру, создавая сообщество единомышленников, готовых делиться своими идеями и вдохновением. Диджитал издание предлагает удобную навигацию и множество разделов, позволяющих легко находить интересующие материалы и быть в курсе последних новостей из мира культуры.

Давайте будем помнить, что наши слова могут стать той самой искрой, которая разожжет в ком-то желание к действию, к созданию, к улучшению. Пусть наши слова будут источником силы и вдохновения, дарящим веру в собственные силы и открывающим новые горизонты.

*Альбина Мухтар*  
*Основательница ТАJ*



# ТАЈ

ДИДЖИТАЛ ИЗДАНИЕ  
О КУЛЬТУРЕ ВО ВСЕХ ПРОЯВЛЕНИЯХ  
И СОВРЕМЕННОСТИ ГЛОБАЛЬНО

ПРОЕКТ С КОНТЕНТОМ ВЫСОКОГО КАЧЕСТВА  
В ВИДЕ ВИЗУАЛЬНОЙ КОНЦЕПЦИИ, НАРАВНЕ  
С ГЛУБИНОЙ ПИШУЩИХ  
АВТОРОВ РАСКРЫВАЕТ И ПОВСЕМЕСТНО ПОВЫШАЕТ  
ПЛАНКУ МИРОВОСПРИЯТИЯ



ТАЈ.KZ

## АЙНУР ХАСЕНОВА НА СТРАЖЕ «ЗЕЛЕННОЙ ПОВЕСТКИ»

В МИРЕ, ГДЕ ВОПРОС ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КАТАСТРОФЫ ПРИОБРЕЛ В ПОСЛЕДНИЕ ГОДЫ ДОСТАТОЧНУЮ ОСТРОТУ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ НА ГЛОБАЛЬНОМ ПЛАНЕТАРНОМ УРОВНЕ, ВСЁ БОЛЬШЕЕ ЧИСЛО КОМПАНИЙ СТРЕМИТСЯ СОКРАТИТЬ ОТХОДЫ СВОЕГО ПРОИЗВОДСТВА ДО МИНИМУМА, ПРИБЕГАЯ К НОВЫМ МЕТОДАМ ПЕРЕРАБОТКИ МАТЕРИАЛОВ.

■ @AINURA\_KHASSE  
@RECYCLE.ME.KZ

**Айнур — основатель компании «Recycle me», деятельность которой направлена на предотвращение и минимизацию попадания пластика в окружающую среду, рассказала о проекте и поделилась международными примерами для подражания в области переработки.**

**У «Recycle me» есть глобальная цель — изменение сознания населения в сторону бережливого потребления и осознанного отношения к окружающей среде.**

*Айнур, расскажите как давно вы пришли к идее своего проекта?*

Идея проекта, как сейчас принято говорить, появилась из боли. Помню конкретный кейс, который зародил во мне травму и в дальнейшем повлиял на создание «Recycle me». В школьные годы, во время субботника, мы с классом заблудились в лесу и наткнулись на опушку, засоренную мусором. Этот ужасающий вид меня потряс и разочаровал. Меня поразило, что человек способен так беззащитно засорять свой дом. Этот вопрос не переставал волновать меня из года в год, и постепенно я начала изучать, как происходит процесс утилизации мусора во всём мире, в частности в Японии, Америке и Европе. Так родилась идея проекта, возникшая из моего болезненного осознания проблемы.

*Существуют ли для вас мировые примеры, чья неравнодушная деятельность в области переработки является для вас образцом?*

Да, Токио, у них очень эффективная система переработки отходов. Весь сгораемый мусор в Токио сжигается, дым ликвидируется фильтром, а зола используется в производстве цемента. Благодаря этой технологии крупнейший город в мире не имеет ни одной свалки. Или Нидерланды, там используют переработанный пластик для строительства дорог: модули укладывают на дорогу, как ламинат. Пластиковая дорога не уступает по прочности привычной асфальтовой дороге, но при этом имеет срок службы в два-три раза дольше.

*С каких трех шагов стоит начать путь каждого к осознанному потреблению?*

1. Определение своих ценностей и приоритетов. Первый шаг к осознанному потреблению — понять, что действительно важно, а что пустая трата ресурса
2. Изучение вопросов устойчивого потребления и экологически ответственного образа жизни. Важно обращать внимание на то, как покупки влияют на окружающую среду и общество в целом. Ищите способы сделать свое потребление более устойчивым и соответствующим вашим ценностям.
3. Замена пластиковых изделий на экологичные альтернативы и уменьшение использования пластика в повседневной жизни



Taste of Things.

Бутик Kulturist - концептуальный магазин уникальных предметов. Для себя, для дома, для друзей

[@KULTURIST.SHOP](https://www.kulturist.shop)

Астана, ул. Кайым мухамедханова 11/2 нп-5



## A LONG TIME AGO IN ARGENTINA

В 2012 ГОДУ СЛУЧАЙНОЕ ОТКРЫТИЕ НЕОБЫЧНЫХ СОБЫТИЙ, КОТОРЫЕ ВЕКА НАЗАД СВЯЗАЛИ СЕМЬИ МАРИНЫ СЕРСАЛЕ И СЕБАСТЬЯНА АЛЬВАРЕС МУРЕНА, ВДОХНОВИЛО ИХ НА СОЗДАНИЕ НОВОЙ КОЛЛЕКЦИИ ДУХОВ, КОТОРУЮ ОНИ НАЗВАЛИ ALTAIA.



ALTAIA - аббревиатура от «A Long Time Ago In Argentina» - это праздник любви Марины и Себастьяна к искусству парфюмерии и силы повествования через аромат, а также экстраординарных обстоятельств их общего прошлого.

Каждая аромат содержит обонятельные элементы, вызывающие воспоминания, связанные с нитью их переплетённого прошлого и настоящего, с любовью созданные для создания ароматов, которые одновременно неподвластны и современны.

Для упаковки ALTAIA Марина и Себастьян создали современный, элегантный и минималистский дизайн, чтобы побудить владельца открыть каждый аромат по-своему и, в конечном счете, позволить ароматам говорить самим за себя.

Открой и ты для себя их историю..



ONE GOGA  
SHOWROOM  
BY GAUKHAR  
KASSEN

**OG**  
**ONE GOGA**  
showroom

КАЙЫМ МУХАМЕДХАНОВА 4  
БЛОК В



@ONE\_GOGA\_SHOWROOM



# НА КРЫШЕ

р е с т о р а н

СОВСЕМ НЕДАВНО В РЕСТОРАНЕ «НА КРЫШЕ» СДЕЛАЛИ РЕКОНСТРУКЦИЮ. МЫ ПРИГЛАШАЕМ ГОСТЕЙ ПРИЯТНО ПРОВЕСТИ ВРЕМЯ В ОБНОВЛЕННОМ ИНТЕРЬЕРЕ.

г. Астана, мкрн. Акбулак, 3,  
ул. Жалаири, 2, тел: +7 (777) 8080909

## АДРЕСА

### ЗАВЕДЕНИЯ GOOD PROJECT

— Ресторан «На крыше»  
г. Астана, мкрн. Акбулак, 3,  
ул. Жалаири, 2, тел: +7 (777) 8080909

— Ресторан «Selfie»  
г. Астана, ул. Достык 16, Ритц Карлтон,  
18 этаж, тел.: +7 777 000 05 15

— Ресторан «Две реки»,  
г. Усть-Каменогорск, Набережная Славского,  
60/2,

— Бар Malena,  
г. Астана, проспект Рахымжана Кошкарбаева, 2,  
Highvill, блок С-2, тел.: +7 777 715 9977

— Бар Lilou  
г. Астана, ул. Керей, Жанибек хандар 32, +7 701  
027 97 97

— Eva Wine Cafe  
г. Астана, ул. Ахмет Байтурсынулы, 3  
Highvill, блок В-1, +7 (705) 219-97-77

### НАШИ ПАРТНЕРЫ

#### style

— Магазин MaxMara тел: +7(7172) 79 53 45  
Weekend MaxMara тел: +7(7172) 79 55 11

MAX&Co тел: +7(7172) 79 53 06  
Marina Rinaldi тел: +7(7172) 79 55 07  
г. Астана, ТРЦ «Керуен», 2 этаж,  
Talan Towers, Достык, 16

— Бутик Kuluturist,  
г. Астана, ул. Кайым Мухамедханова, 11/2  
нп-2, тел.: +7 701 3442583

— ONE GOGA showroom  
BY GAUKHAR KASSEN  
Кайым Мухамедханова 4  
+7 705 114 4584

#### услуги здоровье

— Persona Dubai Image Lab,  
Дубай, The Residences at Marina Gate 1

— Biologique Recherche. The St. Regis  
Astana. Info. The St. Regis Astana. нр. Кабан-  
бай батыра 1 +7 701 272 8872

— Sevil home clinic,  
Проспект Мангилик Ел, 37  
+7-705-584-54-79  
+7-775-888-84-74  
+7-700-330-19-03

— Активный коралловый  
кальций, Beverlee Life, тел:  
+7 (701) 513 09 53.

RIVAMBELLE – это вселенная услуг, созданная, чтобы делать семьи счастливее. Это fine dining ресторан, где вкусно и детям, и взрослым. Это программа мероприятий, в которой дети раскрывают свои творческие способности, а взрослые узнают новое о себе и друг о друге. Это незабываемые семейные праздники, во время которых несколько поколений одной семьи становятся ещё ближе и роднее. Это кондитерская, где можно заказать торт для любого случая или сладкий букет цветов для любимой бабушки просто так. RIVAMBELLE – это место, куда хочется возвращаться, потому что счастье здесь становится традицией.

# RIVAMBELLE



Астана, ул. Достык, 16. Галерея  
"Talan Tower". Этаж 3.  
Телефон : +7 (771) 779-11-55



инстаграм: [orangegroup.kz](https://www.instagram.com/orangegroup.kz), сайт: [orangegrp.kz](https://www.orangegrp.kz), телефон: +7 747 987 42 28

