

LIFE. TIME



Marc O'Polo



KHAN SHATYR MAGAZINE
MARCH - APRIL 2023



ACCESSORIZE

LONDON



MONSOON

MONSOON.CO.UK

Тел.: +7 (707) 947 48 46

Instagram: @fashionretailkz

Хан Шатыр, 1-ші қабат, орталық кіреберіс.

Хан Шатыр, 1-й этаж, центральный вход.

Contents

- 6 KHAN SHATYR БОЙЫНША ШАПШАҢ ГИД.
БЫСТРЫЙ ГИД ПО KHAN SHATYR.
QUICK GUIDE KHAN SHATYR.
- 8 ОСЫ КӨКТЕМДЕ СӘНДЕ НЕ ҰСЫНЫЛАДЫ?
ЧТО В МОДЕ ЭТОЙ ВЕСНОЙ?
КОКТЕМ FASHION.
- 10 2023 АЯҚ КИІМ ТРЕНДТЕРІ.
ОБУВНЫЕ ТРЕНДЫ 2023.
SHOES 2023.
- 14 QURAQ PODCAST ҚОНАҚ БАҒАНАСЫ. ҚАЗАҚСТАНДАҒЫ
ҒАШЫҚТАР КҮНІ.
ГОСТЕВАЯ КОЛОНКА QURAQ PODCAST. ДЕНЬ
ВЛЮБЛЕННЫХ В КАЗАХСТАНЕ.
- 18 КОСТЮМ ЖӘНЕ ОНЫ ҚАЛАЙ КИЮ КЕРЕК.
КОСТЮМ И КАК ЕГО НОСИТЬ.
- 28 КӘСІБИ МАМАНМЕН СҰХБАТ. ДЕРМАТОКОСМЕТОЛОГ.
БАРЛЫҒЫ СІЗДІҢ ТЕРІҢІЗ ТУРАЛЫ.
ИНТЕРВЬЮ С ПРОФЕССИОНАЛОМ.
ДЕРМАТОКОСМЕТОЛОГ. ВСЁ О ВАШЕЙ КОЖЕ.
INTERVIEW WITH PRO. DERMATOCOSMETOLOGY.
- 30 2023 ЖЫЛЫ КӨЗІЛДІРІКТІ ТАҢДАУ: БАТЫЛ СТИЛЬДЕР
МЕН ОЗЫҚ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫ ПАЙДАЛАНУ.
ВЫБОР ОЧКОВ В 2023 ГОДУ: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
СМЕЛЫХ СТИЛЕЙ И ПЕРЕДОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.
- 34 КӨКТЕМГЕ АРНАЛҒАН СПОРТ ТҮРІН ТАҢДАҢЫЗ.
КӨКТЕМДЕ НЕМЕН АЙНАЛЫСУҒА БОЛАДЫ?
ВЫБИРАЕМ СВОЙ ВИД СПОРТА НА ВЕСНУ. ЧЕМ
ЗАНЯТЬСЯ ВЕСНОЙ?
SPRING SPORTS.
- 36 2023 ЖЫЛДЫҢ КӨКТЕМІНЕ АРНАЛҒАН СӘНДІ
АКСЕССУАРЛАР: ГАРДЕРОБЫҢЫЗҒА ЖАРҚЫН ТҮСТЕР
ҚОСЫҢЫЗ!
МОДНЫЕ АКСЕССУАРЫ НА ВЕСНУ 2023: ДОБАВЬТЕ
ЯРКИХ КРАСОК В СВОЙ ГАРДЕРОБ!

Бас редакторы: Тамерлан Ким

Нөмірді шығаруға атсалысқандар: Нурсила Қуншыгарова, Рамина Ошакбаева

Дизайн: Дарья Онучка

LIFE TIME журналы «Хан Шатыр» СОО меншігі болып табылады. Журнал «Хан Шатыр» СОО, Rixos President Astana, Rixos Khan Shatyr Residences таратылады. Редакция жарнамалық материалдардың мазмұнына жауап бермейді. Редакцияның пікірі автордың пікірімен сәйкес бола бермейді. Сурет дереккөзі: Internet ресурстары. Таралымы: 2000 дана. Алматы қ., «Print House GERONA». E-mail: marketing@khanshatyr.com Тел: +7 (7172) 57-26-26

Журнал LIFE TIME является собственностью ТРЦ «Хан Шатыр». Журнал распространяется в ТРЦ «Хан Шатыр», Rixos President Astana, Rixos Khan Shatyr Residences. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов. Источник фото: Internet ресурсы. Тираж: 2000 экземпляров. «Print House GERONA», г. Алматы. E-mail: marketing@khanshatyr.com Тел: +7 (7172) 57-26-26



РЕДАКТОРДАН ХАТ

ПИСЬМО ОТ РЕДАКТОРА

Құрметті журналымыздың оқырмандары, Сіздерді көктемнің келуімен құттықтаймыз!

Қысқы суық басылып, жылулық орнады, табиғат оянады, саяхат жаңа жолдармен басталады. Ендеше, осы өсу маусымын жаңа, сөзбен айтып жеткізе алмайтын саяхатқа құштарлықпен және ашық жүрекпен қарсы алайық. 2023 жылдың көктемі – жаңа бастамаларды, қайта құру мүмкіндігін әкелетін өзгерістер маусымы.

Қар еріп, гүлдер мен шөптердің гүлденуіне жол ашылғанын мен өзім де асыға күтудемін.

Қысқы киімнің сансыз қабатын шешіп, жеңіл киіммен көшеде жүруге болады. Ал ол үшін жаңа көктемгі сәнді киім сатып алу керек.

Ал Khan Shatyr Сізді күтуде және көктемгі жаңа топтамалармен және тамаша көңіл-күймен қуантуға дайын!

Дорогие читатели нашего журнала, поздравляем Вас с приходом весны!

Зимний холод отступил и воцарилось тепло, природа пробуждается, начинается путешествие по новым тропам. Итак, давайте примем этот сезон роста с открытыми сердцами и жаждой новых несказанных путешествий. Весна 2023 года – сезон перемен, приносящий новые начинания, шанс перестроиться.

Сам жду не дожусь, когда растает весь снег и откроется путь цветам и травам расцветать.

Можно будет снять с себя бесчисленные слои зимних одеяний и расхаживать по улицам в легкой одежде. А для этого нужно прикупить новый весенний наряд.

А Khan Shatyr уже ждёт Вас и готов порадовать новыми весенними коллекциями и отличным настроением!

KHAN SHATYR БОЙЫНША ШАПШАҢ ГИД.

Көктем – табиғаттың және барлық тірі жандардың гүлдену мезгілі.

Суық қыс тізгінді тапсырып, баршаға жылы уақыт келеді.

Табиғат-Ана ережелерді белгілейді, ал оның балалары – барша тірі жандар, бұл ережелерді сөзсіз орындауы керек.

Сондықтан жануарлар түлейді, ағаштар бүршік жарады, ал біз гардеробымызды жаңартамыз!

Біз мерекелерге дайындалып, күшімізді жинап, яғни сатып алуға дайындалатын және Khan Shatyr-ға баратын кез келді!

Әлемдегі ең үлкен шатыр Сізге әйгілі брендтердің ең жаңа топтамаларын сатып алуға және барлық көктемгі мерекелерге сыйлықтар сатып алуға мүмкіндік береді.

Весна – время расцвета природы и жизни всех существ.

Холодная зима передаёт бразды правления и наступают тёплые времена для всех.

Мать природа диктует правила, а все живые существа, её дети, должны беспрекословно им следовать.

Поэтому животные сбрасывают шерсть, деревья обрастают листвой, а мы обновляем наш гардероб!

Готовимся к праздникам и собираемся с силами, а это значит, что пора готовиться к покупкам и идти в Khan Shatyr!

Самый большой шатёр в мире подарит Вам возможность приобрести новейшие коллекции знаменитых брендов и закупиться подарками ко всем весенним праздникам.

Киім дүкендері / Магазины одежды: DeFacto, Monsoon, Estimo, Marc O'Polo, Tommy Hilfiger, Koton, Colin's, Zara, Guess, Rinascimento, Intimissimi, Calzedonia, Calvin Klein, EA7, Pentti, Massimo Dutti, Oysho, Timberland, Armani Exchange, Motivi, Geox, Mexx, Jack&Jones, The North Face, Pull&Bear, Bershka, Stradivarius, Mango, LC Waikiki, Lacoste, Camicissima, New Yorker, O'stin, O'stin Kids, LC Waikiki Kids, Intertop, adidas Kids, FLO, Mandarino, MAKK, Poletto, Gina, Glasman, Sasha Fabiani, Tacco, Magnat, Milavitsa, Gemelli, Waggon, Lichi, Manzoni, Bogozza, Qazaq Republic

Аяқ киім дүкендері / Магазины обуви: Baldi, Aldo shoes, Cassava, Bruх, Respect, Rieker, Немецкая обувь, Tekiner, Tiflani, New Balance, AY.

Аксессуарлар дүкендері / Магазины аксессуаров: Miniso, Lady Collection, Aldo accessories, Accessorize, Shapo, Charles and Keith, Carpisa, Call It Spring, K-Optic, Avtochehly, Petek, Bagforus, Vilermo, Lentofur, Korean Optical, Swiss Time, Watch Avenue.

Спорттық тауарлар мен киім / Спортивные товары и одежда: adidas, Under Armour, Sportmaster, Reebok, Bruх.

Тұрмыстық техника және электроника / Бытовая техника и электроника: Bork, SULPAK, Freedom mobile, Alser.

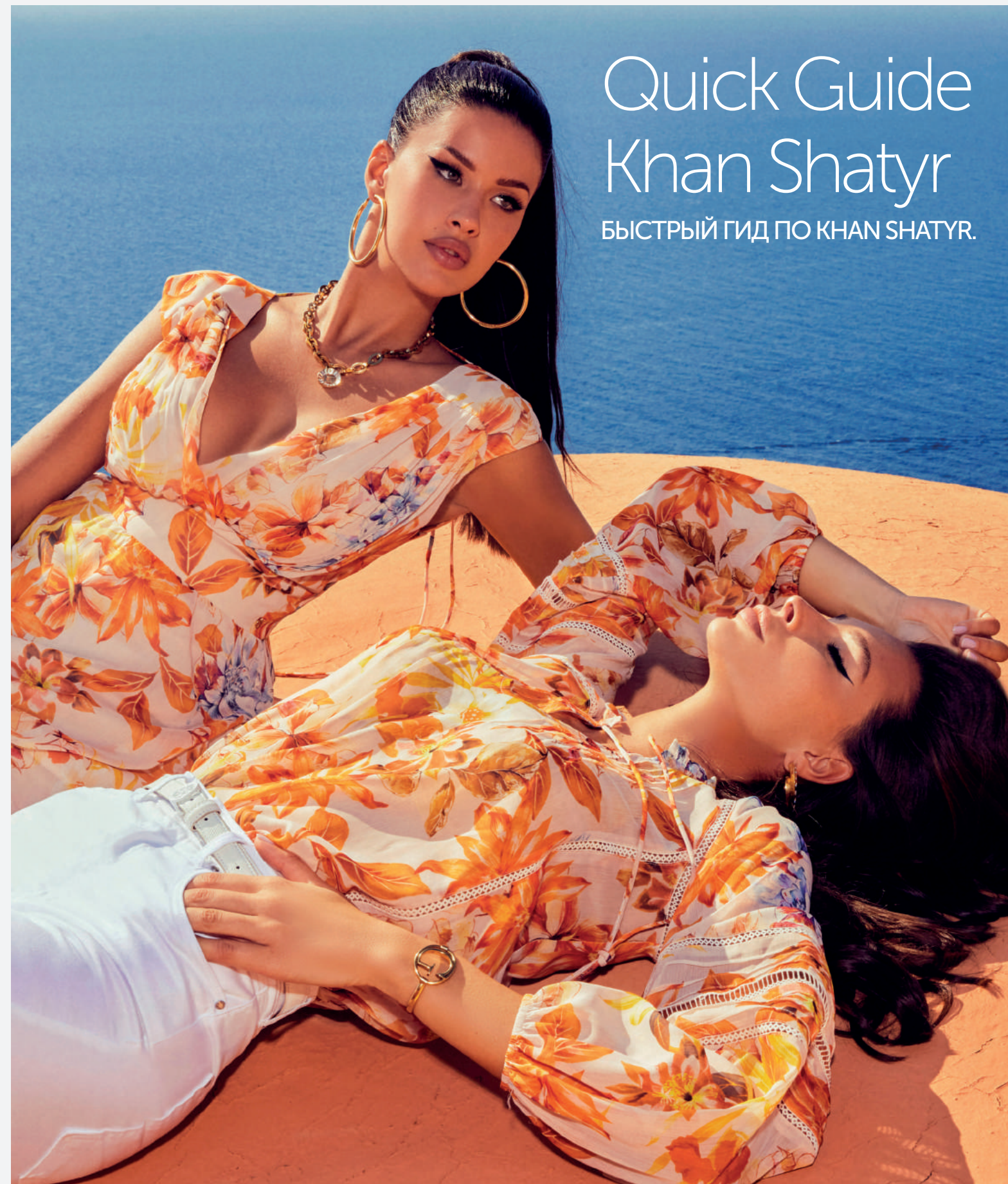
Косметика: Flormar, Mon Amie, Yves Rocher, KOKO, Nature Republic, L'Occitane, Beautymania, MAC, Secret perfume by Kandak, Royal Perfume, Eyfel Perfume.

Зергерлік бұйымдар / Ювелирные изделия: Swarovski, ЭПЛ Diamond, SilverGold, Rebecca, Topaz, Pandora, Serebroff, Royal Jewellery, Dimash Silver, Seterling Silver.

Үйге арналған тауарлар / Товары для дома: Zara Home, English home, Lux Home, Askona, Madame Coco.

Ойын-сауық және басқалар / Развлечения и прочее: Marwin, Унция, National souvenirs, Safi, Zooland, DK, TADD, Аптека Цветная, Tortiks, Candy shop, Детский мир.

Қызметтер / Услуги: Ваш размер, Золотые руки, Modern barbershop, Key Service, Car wash, Rose Flower Studio, Kodak, VIVA, Activ, KCell, Tele2, Phone Service, PSP kiosk, The Cobbler, Shell service, Eco Clean, PHOTO SOUVENIR.



KOKTEM FASHION

Бұл қарапайым сұраққа біздің редакция жауап береді.

Жаңа маусым – жаңа гардероб! Ескертпелерімізді жинап, ауа-райына көңіл қоя Khan Shatyr-ға сатып алу үшін барамыз. Ал, сән әлемін мұқият қадағалап, мерзімді басылымдарымызды оқытындар 2023 жылдың жаңа түсі Viva Magenta кармин қызыл екенін біледі.

Әрине, Coperni Француз сән үйінің 2023 жылғы көктем-жаз шоуында көрсетілген сұйық мақта көйлегін алуға кеңес бермейміз, бірақ жаңа технологияның көрсетілімін интернеттен қарауды ұсынамыз.

Былғары көйлектерге көбірек көңіл бөлуді ұсынамыз. Көктемгі-жазғы желісінен кейбір заттарды қазір де киюге болады. Жаңа үлгілердің ішінде бір иыққа ғана киілетін, иық баусыз қыпша бел модельдерді, сурет басылған көйлек-футболкалардың екі түсті түрлерін таба аласыз. Былғары көйлек әрдайым әсерлі және қымбат көрінеді, сондықтан мұндай затты алты айдан кейін немесе қазірден бастап тиімді және маңызды сатып алу деп санауға болады.

Дәл осы трендке біз ерлер мен әйелдерге арналған былғары жейделер мен шалбарларды қосамыз.

Қайнатылған деним – атақты және ерекше орын алатын «джинса» әрқашан сұранысқа ие, бірақ осы маусымда осы материалдан жасалған киімдерді мұқият қарауды ұсынамыз.

Мөлдір жеңіл жамылғы. Жеңіл топ немесе футболканың үстіне мөлдір жамылғыны киген өте ыңғайлы.

Viva Magenta 2023-пен бірге Very Peri 2022 де әсіресе қыста әрқашан сұранысқа ие екенін ұмытпаңыз. Күлгін реңктері бар көк түс көктемгі гардеробыңызда ұзын пальто түрінде керемет көрінеді, бұл, айтпақшы, көктем мезгілінің сенімді серігі болып табылады.

Үлкен қалталары бар киімдерді, сондай-ақ жылан суреті басылған заттарды қарап көріңіз. Сән деген талғамға байланысты, бірақ бұл барлық сән басылымдарда айтылғандықтан, оны сынап көру өте лайықты.

Бас редактор Миуччи Праданың мыжылған киімдерінің трендін атап өтіп: «Енді мен Астанадағы ең басты сәнгер боламын», – деді.

Мәртебелі Khan Shatyr Сізді сауда орталығының дүкендеріне келіп көктемгі киімдердің, аяқ киімдердің, аксессуарлардың, зергерлік бұйымдардың жаңа топтамалары мен басқа да заттарды қарауға шақырады!



ОСЫ КӨКТЕМДЕ СӘНДЕ НЕ ҰСЫНЫЛАДЫ?

ЧТО В МОДЕ ЭТОЙ ВЕСНОЙ?

На этот незамысловатый вопрос наша редакция подскажет ответ!

Новый сезон – новый гардероб! Собираем заметки, учитываем погоду и отправляемся в Khan Shatyr за покупками. А те, кто внимательно следят за миром моды и читают наши периодические выпуски, знают, что новый цвет 2023-го года Viva Magenta карминовый красный.

Конечно, платье из жидкого хлопка Французского модного дома Coperni, которое продемонстрировали на показе весна-лето 2023, мы советовать не будем (да и не можем), но посмотреть в интернете на демонстрацию новой технологии настоятельно рекомендуем.

Больше всего внимания мы предлагаем акцентировать на кожаных платьях. Некоторые вещи из весенне-летних линеек можно носить уже сейчас. Среди новинок можно найти модели на одно плечо, приталенного кроя без бретелей, платья-футболки с принтом и двухцветные вариации. Кожаное платье всегда смотрится эффектно и дорого, а потому такой предмет гардероба можно считать выгодной и важной покупкой через полгода или уже сейчас. К этому же тренду мы добавим кожаные рубашки и брюки для мужчин и женщин.

Вываренный деним – великая и знаменитая «джинса» всегда пользуется спросом, но в этом сезоне можно присмотреться к одежде из этого материала повнимательнее.

Прозрачные легкие накидки. Очень удобно комбинировать прозрачную накидку поверх легкого топа или легкой футболки.

Не забываем, что кроме Viva Magenta 2023 Very Peri 2022 всегда пользуется спросом особенно весной. Голубой цвет с фиолетовым оттенком отлично будет смотреться в Вашем весеннем гардеробе в виде длинного пальто, которое, кстати, тоже является верным спутником весеннего сезона.

Попробуйте приглядеться к одежде с большими накладными карманами, а также к вещам со змеиным принтом. Мода – это дело вкуса, но раз об этом твердят изо всех модных источников, то и попробовать – не грех.

Главный редактор отметил тренд со смятой одеждой от Миуччи Прада: «Теперь буду самым главным модником в Астане».

Его величество Khan Shatyr приглашает Вас в магазины торгового центра приглядеться на новые весенние коллекции одежды, обуви, аксессуаров, ювелирных изделий и не только!

2023 АЯҚ КИИМ
ТРЕНДТЕРІ.

SHOES

2023

ОБУВНЫЕ ТРЕНДЫ
2023.



Гардеробты жинағаннан кейін аяқ киім шкафын толтыру керек. Аяқ киім – бұл Сіздің сұхбаттасыңыздың және өзіңіздің көзіңізге түсетін алғашқы нәрселердің бірі. Сондықтан аяқ киімді таңдау туралы мұқият ойлануды ұсынамыз, ал біз Сізге көмектесеміз.

Біз барлық сәнді подиумдарға бармасақ та, олардан шабыт аламыз. Көбінесе біз «жаңа деген – жақсы тазартылған немесе ұмытылған ескі» деген қалыптасқан сөзді естиміз, ал сән әлемінде бұл көптеген жағдайларда айтылатын сөз. Ең алдымен етік пен ботфорт қайтадан танымал бола бастағанына назар аударайық.

Жаңа маусымда былғары пальто мен тренчтермен, сондай-ақ жеңіл көйлектер және шорттармен 2000 жылдардың стиліндегі етік пен жалпақ немесе екшелі ботфортты кию керек. Жабық аяқ киім әсіресе жеңіл киімдермен сәнді көрінеді, оларды біз әдетте босоножка, сандал және мюлимен үйлестіреміз.

Биік платформадағы және өкшесі бар биік платформадағы аяқ киім. Көбісі «үйлесімсіз және ыңғайсыз» деп айтады, бірақ олар мұны өздері киіп көрмейінше қаншалықты қателескенін түсінбейді. Биік платформада көктем мен жазға арналған сәнді аяқ киім адамды сұңғақ көрсетеді. Әрине, мұндай аяқ киімге аздап үйреніп, абай болу керек, алайда жаңа «тәпішкеге» бізден артық кім қуансын.

Енді кроссовкалар тренді ғаламшарлар орбитасынан шыққанға дейін ешқашан өзгермейді. 80, 90 және 2000 жылдардағы «сникерхед» аңыздары New Balance 574 және adidas Superstar сияқты өмір сүреді және жанданады. Баскетболшылардың киімдеріне мұқият қараңыз, өйткені Майкл Джордан өзінің кроссовкаларымен көпшіліктің көңілінен орын алды! Айтпақшы, бұл аяқ киім киюдің ең жайлы түрі – стильді, ыңғайлы, әрі керемет.

Күтпеген жерден дизайнерлер аяқ киімге стандартқа жатпаған материалды – атласты пайдаланды. Одан стильді сабо, батильон, тіпті ботфорт жасалды. Мұндай аяқ киім практикалық жағынан ерекшеленбейді, бірақ құрғақ көктемде және жазда оларды қала көшелерінде жеңіл көйлектер немесе джинсы шортымен киілгенін көз алдына елестетуге болады және бұл өте жақсы көрінеді.

Сол жинаққа металлик стилінде жасалған аяқ киімді қосыңыз. Классикалық қара модельдерге стильді балама кез келген киімге үйлесімді түрде сәйкес келеді. Босоножкалар немесе сандалдар жеңіл көктемгі және жазғы киіммен жақсы үйлеседі. Редактордан: прогрессивті трендтерден қайта өңделген пластиктен жасалған аяқ киімді қараңыз. Идеологиялық тұрғыдан бұл тренд өте жоғары саналады.

После того как собрали гардероб, нужно заполнить свой обувной шкаф. Обувь одна из первых вещей, что бросается в глаза Вашим собеседникам и Вам самим. Так что предлагаем хорошенько подумать над выбором обуви, а мы поможем Вам с этим.

Не будем запрыгивать на все модные подиумы, но подчерпнём вдохновение. Чаще всего мы встречаемся с тем выражением, что «новое – это хорошо почищенное или забытое старое», так и в мире моды – это применимое выражение во многих случаях.

Начнём с того, что сапоги и ботфорты снова набирают популярность. Сопровождать кожаные пальто и тренчи, а также легкие платья и шорты в новом сезоне будут сапоги в стиле нулевых и ботфорты на плоском ходу или каблук. Закрытая обувь особенно стильно смотрится с легкими нарядами, с которыми обычно мы сочетаем босоножки, сандалии и мюли.

Обувь на высокой платформе и с каблуком на высокой платформе. Многие скажут «несуразно и неудобно», но как же они будут неправы, пока сами не попробуют и не увидят. Модная обувь на весну и лето на высокой платформе делают силуэт стройнее. Конечно, к такой обуви нужно немного привыкнуть и быть поосторожнее, но кому как не нам радоваться новым «тапкам».

Теперь тренд на кроссовки точно никогда не потонет, пока планеты не сойдут с орбит. Легенды «сникерхедов» 80-ых, 90-ых и 2000-х живут и здравствуют, как New Balance 574 и adidas Superstar. Присмотритесь повнимательнее и к тому, что носят баскетболисты, ведь Майкл Джордан построил целый культ на своих кроссовках. Это кстати самый комфортный вариант ношения обуви – стильно, удобно, офигенно.

Неожиданно дизайнеры использовали нестандартный для обуви материал – сатин. Из него получилось создать стильные сабо, ботильоны и даже ботфорты. Практичностью такие пары отличаться не будут, но в сухую весеннюю и летнюю погоду их можно представить на улицах города в компании легких платьев или джинсовых шорт и выглядеть это будет совершенно прекрасно.

В эту же копилку добавим отделку обуви в стиле металлик. Стильная альтернатива классическим черным моделям гармонично впишется в любой аутфит. Босоножки или сандалии будут отлично сочетаться с легким весенним и летним нарядом. От редактора: Из прогрессивных трендов, присмотритесь к обуви из переработанного пластика. Идеологически – этот тренд на абсолютной высоте.

**Аяқ киім дүкендері / Магазины обуви:
New Balance, Rieker, Respect, Tiflani, Intertop, Zara, Massimo Dutti, Oysho, Brux,
Lacoste, Немецкая обувь и т.д.**

ӨЗ ӘЛӘМІНДІ
ЖАҒА
СОЗДАЙ *СВОЙ* МИР



2 | қабат
этаж

adidas



Quraq подкастында Жансая Алиева мен Сания Ибуллаева қазақ мәдениетін, салт-дәстүрлерін талқылайды.

Әр 15 сәуірде Қазақстанда ғашықтар күні атап өтіледі. Бұл мереке қазақтың әйгілі «Қозы Көрпеш – Баян Сұлу» эпосының кейіпкерлеріне арналған.

Қозы Көрпеш пен Баян Сұлудың махаббат хикаясы.

Ежелгі жыр бала шақтарынан дос болған Сарыбай мен Қарабайдың балалары тұмай тұрған кезден екеуін атастырып, құда болғаны туралы баяндайды.

В своём подкасте Quraq Жансая Алиева и Сания Ибуллаева обсуждают казахскую культуру, обряды и традиции.

Каждое 15-ое апреля в Казахстане отмечается собственный День влюбленных. Этот праздник посвящен героям знаменитого казахского эпоса «Козы Корпеш – Баян Сулу».

История любви Козы Корпеш и Баян Сулу.

Древняя легенда рассказывает, как однажды двое друзей детства Сырыбай и Карабай решили поженить своих детей, которых обручили еще до появления на свет.

Өкінішке орай, Сарыбай ұлының дүниеге келгенін көре алмай, аң аулап жүріп қаза табады. Есейген Қозы мен Баян танысып, ата-аналарының қуанышына орай бір-біріне ғашық болды. Алайда уақыт өтіп, Баян Сұлудың әкесі Қарабай ең жақын досына берген антын бұзып, өз шешімін өзгертеді. Ол қызын жергілікті балуан (қара күш балуан) Қодарға ұзатпақшы болады.

Қодар ғашықтардың арасына тосқауылға айналды, осы махаббат үшбұрышында аяулы Баянның сүйіктісі – Қозы қаза болады. Жүрегі жараланған қыз қулыққа барып, Қодардан кек алуға бел буады. Ол жігітке бұлақ суы бар құдық қазып берсе, оған тұрмысқа шығуға уәде береді. Қодар Баянның ұзын бұрымынан ұстап, құдықты терең қаза бастайды. Бір кезде қыз кенет бұрымын кесіп тастайды да, құдықта қалған Қодар өледі. Сөйтіп, Баян Сұлу сүйіктісі Қозы Көрпештің кегін қайтарады.

Қозы мен Баян есімдері сан ғасырлар бойы ажырамас аңызға айналды, олардың тарихы шынайы қарым-қатынас, нағыз махаббаттың үлгісі болып табылады.

Жаңа ұлттық мерекені тойлаудың бірінші жылында Алматы аспанына үш мыңнан астам адам әдемі қағаз шамдарын ұшырды және бұл шара Қазақстандағы ең үлкен флешмобтардың біріне айналды.



автор: instagram @carpediem.ann

QURAQ PODCAST ҚОНАҚ БАҒАНАСЫ. ҚАЗАҚСТАНДАҒЫ ҒАШЫҚТАР КҮНІ



автор: instagram @o.tsay_

К сожалению, Сырыбай, не дождавшись рождения сына, умер во время охоты. Подрастающие Козы и Баян познакомились и, на радость своим родителям, влюбились друг в друга. Однако проходит время, и отец Баян Сулу Карабай меняет свои планы, нарушив клятву, данную лучшему другу. Он решает отдать свою дочь за местного палуана (силача, борца) Кодара.

Кодар становится преградой между влюбленными, и в этом любовном треугольнике погибает возлюбленный Баян Козы. Убитая горем девушка решает отомстить Кодару, прибегая к хитрости. Она обещает парню, что выйдет за него замуж, если он выроет для нее колодец с ключевой водой. Кодар принимается за работу, копая колодец всё глубже и держась за длинные косы Баян. В какой-то момент девушка неожиданно отрезает косы и оставленный в колодце Кодар умирает. Таким образом Баян Сулу отомстила за своего возлюбленного Козы Корпеша.

Имена Козы и Баян неразделимы на протяжении многих веков, а их история является своего рода образцом настоящих, искренних отношений.

В первый год празднования нового национального праздника более трех тысяч человек запустили в небо Алматы красивые бумажные фонарики, и это событие стало одним из крупных флешмобов в Казахстане.



QURAQ
PODCAST

A woman with long brown hair is riding a dark brown horse through a vineyard. She is wearing a light-colored, long-sleeved jacket with fringed cuffs and a matching skirt. The man stands next to the horse, wearing a light-colored vest over a striped shirt and sunglasses. The background shows a clear blue sky and rolling hills with cypress trees.

Camicissima

M I L A N O

ITALIAN SHIRTS SINCE 1931

ТРЦ «Хан Шатыр», 1 этаж
Тел.: +7 707 777 27 48
+7 7172 67 74 40

D'OR RE

*Asaletin
Altın Çağı*



ASSOS

Тел.: 87021390803
Instagram: @assos_umai_sulu
Хан Шатыр, 2-ші қабат

КОСТЮМ ЖӘНЕ ОНЫ ҚАЛАЙ КИЮ КЕРЕК.

КОСТЮМ И КАК ЕГО НОСИТЬ.

Костюм, оны көптеген оқушылар мен кәсіпкерлер күн сайын киетініне қарамастан, әдемі және ерекше нәрсе болып табылады. «Пенжек пен шалбар қалай отыруы керек?», «Екі түймелі күртешенің ілгегін қалай салуға болады» деген көптеген сұрақтар туындайды, оларға қарапайым жауаптар бар.

Ережелер қарапайым болса да, олардың өз ерекшеліктері бар:

- Сапалы аксессуарларды қолданыңыз: жейделер, сағаттар, аяқ киім, белдіктер, жеңілгектер;
- Шұлықтар костюмнің түсіне сәйкес келуі керек. Мысалы, қызыл өрнекті шұлықтар классикалық сұр немесе қара костюмнің әсерін бұзады. Егер костюм консервативті түстердегі маталардан жасалған болса, өрнекті шұлықтар қолайлы болады. Комбинациялардың үйлесуі өте маңызды;
- Галстуктерді әдеттегідей байлау керек немесе виндзор түйінін жасаған дұрыс. Галстук белбеудегі ілмекті жауып тұруы керек, ал галстуктың жіңішке ішкі шеті жуан сыртқы бетінен ұзын болмауы керек;
- Орамалды қалтаңызға салғанда оның тек шеті ғана шығып тұрсын;
- Пенжек жеңінің астынан көйлек манжетінің шамамен 3 см көрінуі керек;
- Иықтар сәл көлбеу бұрышта болуы керек;
- Киген кезде қолды жоғары көтеріп, өзіңізге қарау керек, жеңдерді түзету қажет болуы мүмкін;
- Пенжек арқаның жоғарғы бөлігін жабуы керек;
- Шалбардың төменгі жиегі аяқ киімнің негізгі бетін жауып сәл бүгілуі керек.

Әсер қалдыру үшін заманауи костюм сатып алыңыз. Ал жақсы заманауи костюмді Сіз біздің дүкендерден таба аласыз.

Khan Shatyr Ерлерге арналған костюмдер дүкендері: Altinyildiz, Bogachi/e, Tudors, Waggon, Kanzler, Zara, Massimo Dutti және т.б.

Костюм – вещь элегантная и специфичная, несмотря на то, что множество школьников и бизнесменов носят их практически каждый день. И часто рождается множество вопросов с простыми ответами: «Как должны сидеть пиджак и брюки?», «Как застегивать пиджак с двумя пуговицами?».

А правила просты, но и в них кроются тонкие детали:

- Пользуйтесь качественными аксессуарами: рубашки, часы, обувь, пояса, запанки;
- Носки должны сочетаться с костюмом по цвету. Например, красные носки с рисунком испортят впечатление от классического серого или темного костюма. Допустимы носки с узором, если костюм сшит из тканей консервативных цветов. Важно, чтобы сочетания были уместны;
- При завязывании галстуков лучше всего делать обычный или виндзорский узел. Галстук должен закрывать пряжку от пояса, а узкий внутренний конец галстука не должен быть длиннее широкого внешнего;
- Положите в карман платочек так, чтобы из него выглядывал только краешек;
- Из-под рукава пиджака должно быть видно примерно 3 см манжета рубашки;
- Плечи должны находиться под небольшим углом наклона;
- При надевании нужно поднять руки вверх, посмотреть на себя, не исключено, что нужно будет поправить рукава;
- Пиджак должен покрывать верхнюю часть тыльной стороны туловища;
- Нижний край брюк должен закрывать основную поверхность обуви и слегка сгибаться.

Чтобы произвести впечатление, купите современный костюм. А найти хороший современный костюм Вы сможете в наших магазинах.

Магазины мужских костюмов Khan Shatyr: Altinyildiz, Bogachi/e, Tudors, Waggon, Kanzler, Zara, Massimo Dutti и т.д.





Marc O'Polo

Тел.: +7 (701) 078 33 78
Instagram: @marcopolokz
Хан Шатыр, 1-ші қабат, атриум.
Хан Шатыр, 1-й этаж, атриум.

КӨКТЕМДЕГІ ТЕРІ КҮТІМІ

Қыста тері құрғап, осал болады. Температураның ауытқуы, жел мен жауын-шашын оның сезімталдығын арттырады және табиғи қорғаныс тосқауылын бұзады. Бірақ жылы күндер басталғанда бәрі өзгереді. Сондықтан қоршаған ортаның өзгеруіне байланысты күтім өнімдерінің әсері де өзгереді:

- Сіз қыста қолданған текстуралар қазір тым ауыр болып көрінеді;
- мұрын мен иектің айналасы жылтырай бастайды;
- витаминдер мен микроэлементтердің жетіспеушілігінен тері күңгірт болып көрінуі мүмкін;
- ультракүлгін сәулелерден қорғау қажеттілігі артады.

Осының бәрін ескере отырып, дерматологтар көктемде және күзде бьюти-арсенал қорын қайта қарауға кеңес береді.

Сарапшылардың пікірінше, суық және құрғақ қыстан кейін, сондай-ақ жылыту құрылғыларының кері әсерінен көктемде теріге күшейтілген ылғалдандыру қажет. Әсіресе көктемде ағзада көптеген микроэлементтер мен дәрумендер жетіспейді.

Температура 0°C-тан жоғары көтерілгеннен кейін, құрамы ауыр және тығыз өнімдерді біртіндеп төменде көрсетілгендей жеңіл өнімдерге ауыстыру керек:

- антиоксиданттар,
- гиалурон қышқылы, сквалан немесе глицерин сияқты ылғалдандыратын компоненттер,
- қанттар,
- табиғи майлар мен өсімдік экстракттары.

Өзін-өзі күтуге арналған пайдалы кеңестер:

- теріңізге пилинг жасап отырыңыз,
- көбірек су ішіңіз,
- сыртта күн сәулесінің көп болуына байланысты жоғары SPF деңгейі бар кремдерді қолданыңыз,
- көбірек жемістер мен көкөністерді қосып, тағам мөлшерін жақсартыңыз,
- теріңізді ылғалдандырыңыз,
- спортпен айналысыңыз,
- маскалар мен сарысуларды қолданыңыз,
- макияж жаққыштары мен спонждарды тазалап немесе өзгертіп отырыңыз.

Зимой кожа становится более сухой и уязвимой. Колебания температур, ветер и осадки повышают ее чувствительность и нарушают естественный защитный барьер. Но с наступлением тепла все меняется. Поэтому с изменением окружающей среды меняются и эффекты от уходовых средств:

- текстуры, которыми Вы пользовались зимой, сейчас кажутся слишком тяжелыми;
- зоны вокруг носа и на подбородке начинают блестеть;
- из-за недостатка витаминов и микроэлементов кожа может выглядеть тусклой;
- повышается необходимость защиты от ультрафиолета.

Учитывая все эти обстоятельства, дерматологи советуют весной и осенью проводить ревизию бьюти-арсенала.

Эксперты считают, что после холодной и сухой зимы, а также из-за отопительных устройств коже весной требуется усиленное увлажнение.

Особенно в весенний период организм испытывает недостаток множества микроэлементов и витаминов.

После повышения температур выше 0°C необходимо постепенно менять тяжелые и плотные средства на более лёгкие, которые содержат в составе:

- антиоксиданты,
- увлажняющие компоненты, вроде гиалуроновой кислоты, сквалана или глицерина,
- сахара,
- натуральные масла и экстракты растений.

Дельные советы по уходу за собой:

- отшелушивайте кожу;
- пейте больше воды;
- используйте кремы с большим уровнем SPF из-за того, что на улице становится больше солнечного света;
- улучшайте Ваш рацион, добавляя в него больше фруктов и овощей;
- увлажняйте кожу;
- занимайтесь спортом;
- используйте маски и сыворотки;
- очищайте или меняйте ваши кисти и спонжики для макияжа.



SPRING SKINCARE

ВЕСЕННИЙ УХОД ЗА ВАШЕЙ КОЖЕЙ.

Косметикалық күтім дүкендері:

Nature Republic, Yves Rocher, L'Occitane, Mon Amie, Beautymania және т.б.

Магазины уходовой косметики:

Nature Republic, Yves Rocher, L'Occitane, Mon Amie, Beautymania и т.д.

SPRING HAIRCARE

Әдеттегідей жыл мезгіліне байланысты қоршаған ортаның Сіздің денеңізге әсер етуіндегі айырмашылықтарды ескере отырып, бүкіл денеге ерекше күтім қажет.

Көктемгі температураның өзгеруі шаштың күйіне де қатты әсер етеді, сондықтан біздің журналды оқып, шаш күтімі бойынша кеңестерді ескереміз.

Қысқа кеңестер тері күтімі туралы жазылған ұсыныстарға ұқсас, себебі олар күтім негізін құрайды:

- жақсы тамақтаныңыз – тағамның мөлшері мен түрлерін өзгертіп тұрыңыз, құрамында витаминдер мен минералдар көп тағамдарды қосыңыз;

- тар, қатты қысатын бас киім кимеңіз – бұл шашқа қан ағымын азайтудың салдарынан оттегі мен қоректік заттардың жетіспеушілігіне әкеліп соғады;

- терінің және шаштың күйіне қатты әсер ететін қантты аз жеңіз. Дерматологтар мен гастроэнтерологтар бұл ережені қатты ұстанады, өйткені қант Сіздің асқазан-ішек жолы микрофлорасының күйіне қатты әсер етеді, ал ол бас терісінің күйіне жауапты витаминдердің өндірісіне әсер етеді.

Как и всегда в зависимости от времени года всему телу нужен особенный уход, учитывая различия воздействия окружающей среды на Ваш организм.

Весенние перепады температур тоже сильно влияют на состояние волос, поэтому читаем наш журнал и берём на заметку советы по уходу за волосами.

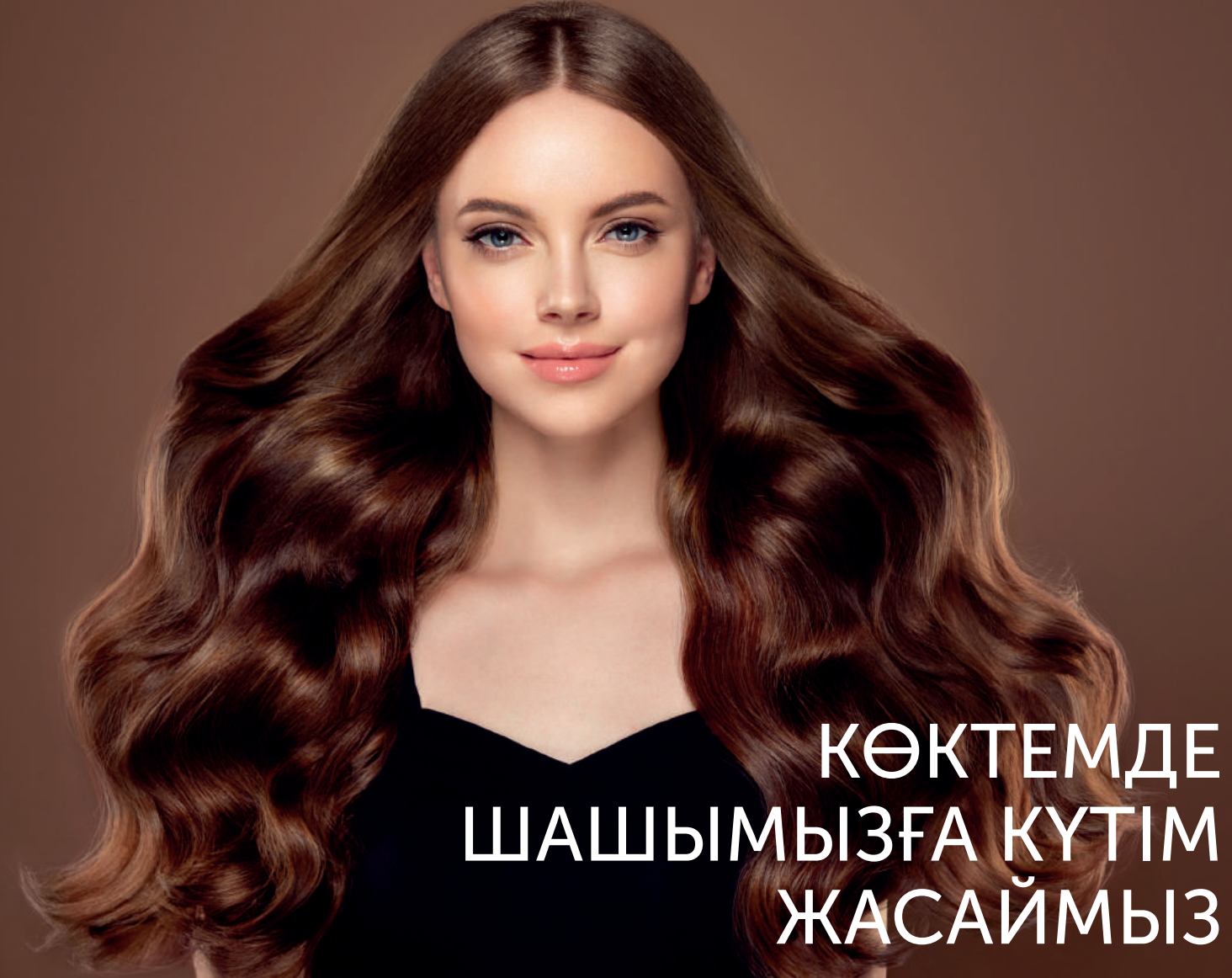
Короткие советы схожи с теми, что пишут и об уходе за кожей, но это и есть основы:

- хорошо питайтесь - разнообразьте свой рацион, включая в него пищу, содержащую больше витаминов и микроэлементов;

- не носите узкие сдавливающие шапки - они уменьшают кровоток к волосам, от чего те страдают от недостатка кислорода и питательных элементов;

- ешьте меньше сахара, который сильно влияет на состояние кожи волос. Дерматологи и гастроэнтерологи чтят это правило, как завет;

- ведь сахар сильно влияет на состояние микрофлоры Вашего ЖКТ, которая влияет на выработку витаминов, отвечающих за состояние кожи головы.



КӨКТЕМДЕ ШАШЫМЫЗҒА КҮТІМ ЖАСАЙМЫЗ

БЕРЕЖЁМ СВОИ ВОЛОСЫ В ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

Ал енді көктемде шаштың сұлулығы мен денсаулығын сақтауға көмектесетін маңызды кеңестерге көшейік:

- шашыңызды екі күнде бір реттен жиі жумаңыз;
- нәрлендіретін сусабындарды қолданыңыз;
- шаш кептіргішті пайдалануды тоқтатыңыз.
Немесе онсыз болмаса, жұмсақ салқын және жылы режимдерді пайдаланыңыз.

Бұл шашқа термиялық әсер ететін барлық ыстық күтім мен процедураларға қатысты:
- керісінше, суық ботоксты жасаған жақсырақ, өйткені бұл күтім «шаршаған» шашты өте жақсы нәрлейді;
- шашты гиалурон қышқылы, глицерин немесе мочевина бар маскалар мен бальзамдармен ылғалдандырыңыз;
- шашыңыздың ұштарын қиыңыз. Шаштың ұзындығына қатысты көзқарасыңызды шектемеңіз. Қаншалықты қынжыларлық болса да, бөлінген ұштарды сақтамаңыз және шаш үлгісінің өзгеруіне жол беріп отырыңыз.

Көптеген бүлінген шаш үлгісі мен зақымдалған шаштар туралы жазылған оқиғалары ескере отырып ұсынылған қарапайым кеңестерді орындаңыз және жарқыраған шашыңызбен біздің әлемді жайнатуды жалғастырыңыз.

А теперь перейдём к важным советам, которые помогут Вам сохранить красоту и здоровье Вашей шевелюры весной:

- мойте голову не чаще, чем раз в два дня;
- пользуйтесь питательными шампунями;
- исключите влияние фена на волосы. Или же если без него никак - используйте более щадящие прохладные и тёплые режимы.

То же относится и ко всем горячим уходом и процедурам с термическим воздействием на волосы:
- холодный ботокс как раз-таки, наоборот, делать желательно, поскольку этот уход очень хорошо питает "уставшие" волосы;
- увлажняйте волосы масками и бальзамами, в составе которых есть гиалуроновая кислота, глицерин или мочевина;
- отстригите концы волос. "Если любишь - отпусти" относится и к длине Ваших волос. Как бы не было жалко, секущиеся концы необходимо "отпустить" и дать Вашей причёске раскрыться по-новому.

Следуйте простым советам, которые были писаны историей множества погибших причёсок и убитых волос, и продолжайте дальше сиять и освещать наш мир своей блистательной шевелюрой.

КӘСІБИ МАМАНМЕН СҰХБАТ. ДЕРМАТОКОСМЕТОЛОГ. БАРЛЫҒЫ СІЗДІҢ ТЕРІҢІЗ ТУРАЛЫ.

ИНТЕРВЬЮ С ПРОФЕССИОНАЛОМ.
ДЕРМАТОКОСМЕТОЛОГ. ВСЁ О ВАШЕЙ КОЖЕ.

Қабылдауға барар кезде косметолог туралы не білуіңіз керек. Мен интернетте косметологқа өте «сәтсіз» сапарларды жиі көремін, бұл кейде дәрігерлерге бару қорқынышын оятады. Өз маманыңызға қалай сенімді болуға болады?
Дерматокосметолог – жоғары медициналық білімі бар, дерматолог/дерматокосметолог маманының сертификаты бар дәрігер. Маманды таңдағанда, дипломдарға, сертификаттарға, тәжірибеге және сипаттамаларға назар аударыңыз.

Өзіңізді акне мен безеулерден қалай қорғауға болады. Оған не әсер етеді?
Акне (безеу) – тері майының артуының нәтижесі.
Негізгі алдын алу шаралары:

- проблемалы теріге күтім жасау ережелерін сақтаңыз: күніне екі рет теріні нәзік гельмен немесе көбікпен тазалаңыз, халықтық емдеу әдістерінің орнына клиникалық дәлелденген тиімділігі бар белгілі дәріхана косметикасын қолдану маңызды,
- Бактерияларға қарсы құрамында салицил қышқылы, триклозан, АНА-қышқылдары бар проблемалы теріге қолайлы күтім құралдарын таңдаңыз;
- агрессивті (қатты сілтілі) теріні кептіретін заттардан аулақ болыңыз,
- ылғалдандыруды ұмытпаңыз – сусызданған майлы тері себумның одан да қарқынды өндіреді. Сусын ішу режимін сақтаңыз,
- терінің зақымдануы кезінде «қара нүктелерді» сықпаңыз – қабыну процесіне әкеліп соғады,
- SOS құралын қолданыңыз
- дұрыс тамақтаныңыз: бөртпелердің алдын алу үшін диетаны А және С дәрумендерімен, май қышқылдарымен, антиоксиданттармен, бета-кератинмен және талшықтармен, В дәрумендерімен және мырышпен байытыңыз,
- ультракүлгін сәулесінің әсерінен қосымша зақым келтірмеу үшін майлы, проблемалы теріге күн сайын күннен қорғайтын крем жағыңыз,
- қолдарыңызды бет терісіне жиі тигізбеңіз – бұл себумның көбеюіне және тері тесіктердің бітелуіне себеп болады.

О чем нужно знать о косметологе, чтобы идти к нему на прием. Часто вижу в интернете очень «неудачные» походы к косметологу, что иногда становится страшно вообще ходить к врачам. Как быть уверенным в своём специалисте?
Дерматокосметолог – врач с высшим медицинским образованием, имеющий сертификат специалиста дерматолога/дерматокосметолога. При выборе специалиста обратите внимание на дипломы, сертификаты, стаж и отзывы.

Как уберечь себя от акне и угревой сыпи. Что на это влияет?

Акне (угри) – результат избыточного появления кожного сала.

Основные меры профилактики:

- Проблемалы теріге күтім жасау ережелерін сақтаңыз: күніне екі рет теріні нәзік гельмен немесе көбікпен тазалаңыз, халықтық емдеу әдістерінің орнына клиникалық дәлелденген тиімділігі бар белгілі дәріхана косметикасын қолдану маңызды;
- Бактерияларға қарсы құрамында салицил қышқылы, триклозан, АНА-қышқылдары бар проблемалы теріге қолайлы күтім құралдарын таңдаңыз;
- агрессивті (қатты сілтілі) теріні кептіретін заттардан аулақ болыңыз;
- ылғалдандыруды ұмытпаңыз – сусызданған майлы тері себумды одан да қарқынды өндіреді. Су ішу режимін сақтаңыз;
- терінің зақымдануы кезінде «қара нүктелерді» сықпаңыз, – бұл қабыну процесіне әкеліп соғады;
- SOS құралын қолданыңыз;
- дұрыс тамақтаныңыз: бөртпелердің алдын алу үшін диетаны А және С дәрумендерімен, май қышқылдарымен, антиоксиданттармен, бета-кератинмен және талшықтармен, В дәрумендерімен және мырышпен байытыңыз;
- ультракүлгін сәулесінің әсерінен қосымша зақым келтірмеу үшін майлы, проблемалы теріге күн сайын күннен қорғайтын крем жағыңыз;
- қолдарыңызды бет терісіне жиі тигізбеңіз – бұл себумның көбеюіне және тері тесіктердің бітелуіне себеп болады.

Бүгінгі таңда косметологтардың қандай сұлулық процедуралары мен қызметтерін қажет / таптырмайтын деп санауға болады?

Барлық косметикалық процедуралар көрсеткіштер бойынша орындалады, сұраныс та ескеріледі. Ең алдымен, маманның кеңесіне жазылу қажет, әңгімелесу мен тексеруден кейін барлық көрсеткіштер мен қарсы көрсеткіштерді ескере отырып, аллергиялық анамнезді, процедуралар хаттамасын жасау ұсынылады. Өзекті процедуралар: ботулинотерапия; бет пен еріннің контурлық пластикасы; аппараттық құралдар (SMAS lifting, RF, IPL), мезотерапия (гиалурон қышқылы негізіндегі препараттар, PDRN); эстетикалық (бет массажи, ультрадыбыстық тазалау).

Жүктілік кезінде қандай процедураларды жасауға болады, ал қайсысын жасауға болмайды?

Барлық инъекциялық косметологиялық процедуралар мен химиялық пилингтер жүкті әйелдерге жасалуға тыйым салынған, ал эстетикалық процедуралар (массаж, тазарту, маскалар) көрсеткіштерге сәйкес жүзеге асырылады.

Пластикалық бет массажи дегеніміз не және оның инвазивті емес косметикалық процедуралардан айырмашылығы неде? Артықшылықтары мен кемшіліктері қандай?

Беттің пластикалық массажи – әсер ету әдістерін қолданатын массаж: илеу, түрту, дірілдеу, сипау, басу және бекіту (жеңіл және терең), беттің массаж сызықтары бойымен жасалады.

Әдісі күрделі, ол жай косметикалық массаждан ерекшеленеді және дененің маңызды нүктелеріне әсер етеді. Оны сертификаты бар мамандар жүзеге асырады, өйткені асқынулардың алдын алу маңызды, соның ішінде бұлшықет ығысуын болдырмау. Бет пен мойынның белгілі бір нүктелеріне әсер еткенде қан айналымын және лимфа ағынын жақсарту арқылы жасуша мен ұлпалардың қалпына келу процестері басталады.

Инъекциялық косметологиялық процедуралар мен пластикалық массаж бір-бірін алмастыратын әдістер емес.

Менде қайызғақ мәселесі бар. Шартты Head & Shoulders, Clear басқа ештеңе көмектеспейді. Медициналық сусабындардың әсері қолдану басталғаннан кейін бір айдан кейін өтеді. Сіз не ұсынасыз?

Қайызғақ – себореялық дерматиттің симптомы, онда шаштың терісінде диффузды орналасқан құрғақ қабыршақтар немесе майлы қабыршақтар пайда болады, әдетте оған әр түрлі дәрежедегі қышу қосылады. Бұл аурудың дамуында Malassezia саңырауқұлақтары басты рөл атқарады. Себореялық дерматит диагнозын дерматолог дәрігер қояды, псориаз, атопиялық дерматит, розацея сияқты аурулармен дифференциалды диагноз қойылады

Какие бьюти процедуры и услуги косметологов можно считать необходимыми/незаменимыми сегодня?

Все косметологические процедуры выполняются по показаниям, так же учитывается запрос. В первую очередь необходимо записаться на консультацию к специалисту, после беседы и осмотра, учитывая все показания и противопоказания, аллергологический анамнез, рекомендуется протокол процедур. Актуальные процедуры: ботулинотерапия; контурная пластика лица и губ; аппаратные (SMAS лифтинг, RF, IPL), мезотерапия (препараты на основе гиалуроновой кислоты, PDRN); эстетические (массаж лица, УЗ чистка).

Какие процедуры можно делать во время беременности, а какие нельзя?

Все инъекционные косметологические процедуры и химические пилинги противопоказаны беременным женщинам, эстетические процедуры (массаж, чистки, маски) проводят по показаниям.

Что такое пластический массаж лица и чем он отличается от неинвазивных косметологических процедур? В чём преимущества и недостатки?

Пластический массаж лица – массаж при котором используются техники воздействия: разминание, постукивания, вибрации, поглаживания, прижим и фиксация (поверхностные и глубокие), вдоль массажных линий лица.

Методика сложная, отличается от обычного косметологического массажа затрагивает важные точки организма. Выполняется сертифицированными специалистами, т.к. важно не допустить осложнений, в т.ч. смещения мышечной ткани. При воздействии на определенные точки лица и шеи, запускаются процессы регенерации клеток и ткани, за счет улучшения кровообращения и лимфатического дренажа.

Инъекционные косметологические процедуры и пластический массаж – не взаимозаменяемые методы.

У меня проблема с перхотью. Ничего кроме условных Head&Shoulders и Clear не помогают. А эффект от медицинских шампуней проходит после месяца с начала использования. Что Вы посоветуете?

Перхоть – это симптом себорейного дерматита, при котором на коже волосистой части головы образуются диффузно расположенные сухие хлопья или жирные чешуйки, как правило, сопровождаются зудом различной степени выраженности. Важную роль в развитии данного заболевания играют грибы Malassezia. Диагноз себорейный дерматит выставляет врач дерматолог, проводится дифференциальный диагноз с такими заболеваниями как: псориаз, атопический дерматит, розацеа.

Емдеуді де дерматолог дәрігер тағайындайды. Емдеудің негізгі принциптері: құрамына салицил қышқылы, мырыш пиритионы, күкірт кіретін саңырауқұлаққа қарсы, кератолитикалық сусабындар.

Себореялық дерматит – созылмалы ауру, жиі қайталанады, сондықтан сусабындарды қысқа мерзімді қолдану тиімсіз. Егер Сіз қайызғаққа алаңдасаңыз, міндетті түрде дәрігерге барыңыз.

Маған сепкілдер ұнамайды. Өзімізді олардың пайда болуынан қалай қорғауға болады немесе олар пайда болған кезде қалай «тазартуға» болады.

Сепкілер (эфелидтер, ephelides) - мөлшері 1 мм-ден 2 мм-ге дейін, әртүрлі реңктегі - қоңырдан алтын сарғышқа дейін, бірінші және екінші фототипті адамдарға (тері, шаштары және көздері ашық) тән, әдетте балаларда 6 жастан бастап пайда болады, олар көктемде, негізінен бет пен иықта жарқырап, күзде жоғалады. Күн лентигосынан ажырату маңызды, ол сонымен қатар ультракүлгін сәулелердің әсерінен пигментация болып табылады, бірақ көбіне егде жастағы адамдарда пайда болады. Сепкілге бейім адамдар күн лентигосына ауысқан кезде терінің күйіп қалу қаупі өте жоғары.

Сепкілдерді қалай кетіруге болады?

Тексеру, дерматоскопия (пигментация түрін нақтылау үшін) жүргізетін, күннен қорғайтын крем теріңіздің түрін ескере отырып, сепкілдерді жеңілдететін дәрілерді тағайындайтын дерматологпен кеңесу керек.

Бүгінгі таңда тиімді емдеу әдісі IPL терапиясы (Жарық импульстары) болып табылады, кең жолақты жарыққа ұшыраған кезде пигмент қызады және жойылады, содан кейін теріден шығарылады. Бұл әдістің артықшылықтары: ауыртпалықсыз, жанама әсерлері жоқ, қауіпсіз, кепілдендірілген нәтиже (бірнеше курстар қажет, процедуралар санын емдеуші дәрігер анықтайды). Тек сертифицирталған лазерлік аппараттарда жұмыс істейтін сертифицирталған мамандарға хабарласыңыз.

Пшембаева Сауле Амангельдиновна. Жоғары санатты дерматолог дәрігер, дерматокозметолог, медицина ғылымдарының кандидаты.

Врач дерматолог высшей категории, дерматокозметолог, кандидат медицинских наук.

Тері ауруларын диагностикалау, емдеу, ісіктердің дерматоскопиясы, косметологиялық қызметтердің барлық түрлері.

Диагностика, лечение кожных заболеваний, дерматоскопия новообразований, все виды косметологических услуг. Тел.: +7 701 521 11 05



Лечение также назначает врач дерматолог. Основные принципы лечения: противогрибковые, кератолитические шампуни в состав которых входит салициловая кислота, пиритион цинка, сера.

Себорейный дерматит – хроническое заболевание, с частыми рецидивами, поэтому кратковременное использование шампуней неэффективно. Если вас беспокоит перхоть обязательно посетите врача.

Мне не нравятся веснушки. Как уберечь себя от их появления или «вычистить», когда они уже появились.

Веснушки (эфелиды, ephelides) – это пигментные пятна, размером от 1мм до 2 мм, разного оттенка – от коричневых до золотисто-бежевых, характерны для людей первого и второго фототипов (светлая кожа, волосы, и глаза), как правило появляются у детей с 6-летнего возраста становятся ярче весной в основном на лице и плечах и исчезают в осеннее время. Важно дифференцировать с солнечным лентиго, которое также представляет собой пигментацию, возникающую из-за воздействия УФ-лучей, но у более взрослых людей. У лиц, склонных к веснушкам, большой риск ожога кожи с переходом в солнечное лентиго.

Как убрать веснушки?

Необходимо обратиться к врачу дерматологу, который проведет осмотр, дерматоскопию (для уточнения типа пигментации), назначит средства, которые способствуют осветлению веснушек, солнцезащитный крем учитывая Ваш тип кожи.

На сегодняшний день эффективным методом лечения является IPL терапия (световые импульсы), при воздействии широкополосного света, пигмент нагревается и разрушается, далее выводится из кожи. Плюсы данного метода: безболезненный, без побочных эффектов, безопасный, гарантированный результат (необходимо несколько курсов, количество процедур определяет лечащий доктор). Обращайтесь только к сертифицированным специалистам, работающим на сертифицированных лазерных аппаратах.


K-OPTIC



SEE THE WORLD
BRIGHTER



ӘЛЕМДІ ЖАРҚЫН КӨРУГЕ КӨМЕКТЕМЕСІЗ!

ПОМОЖЕМ УВИДЕТЬ МИР ЯРЧЕ!

Тел.: +7 (708) 119 95 07

Instagram: @k_optic_nursultan

Хан Шатыр, 1-ші қабат, орталық кіреберіс.

Хан Шатыр, 1-й этаж, центральный вход.

КӨКТЕМГЕ АРНАЛҒАН СПОРТ ТҮРІН ТАҢДАҢЫЗ. КӨКТЕМДЕ НЕМЕН АЙНАЛЫСУҒА БОЛАДЫ?

Қыс аяқталды – сондықтан ашық аспан астындағы іс-шараларды ұнататындар бәрі жайдарыланып, сыртта спортпен немесе жай ғана белсенді ойын-сауықпен жақсы уақыт өткізе алады.

Қар ериді және біздің сүйікті асфальт пен кірпіш қалау көріне бастайды.

Егер Сіз ұмытып қалсаңыз, онда Сіздің денсаулығыңыз тек жақсы тамақтанумен ғана емес, сонымен қатар физикалық белсенділікпен де нығайтындығын естеріңізге сала отырып, көктем мен жазда жаттығуларға не қолайлы екендігі туралы кеңес береміз!

Жеңіл атлетика – спорт ханшайымы.

Жүгіру – ең қарапайым, қолжетімді және танымал спорт. Сізге тек спорт дүкенінен кроссовкалар, жеңіл киім сатып алып, сыртқа жүгіру керек. Біздің adidas, Reebok, Under Armour және Sportmaster дүкендерінде Сіз ең жақсысын таба аласыз, ал электроника дүкендерінде Сіз өзіңіздің жетістіктеріңізді бақылау үшін фитнес білезігін сатып ала аласыз.

Велосипед тебу – пайдалысын жағымдымен үйлестіруді ұнататындар үшін ең жақсы ұсыныс. Физикалық жүктемеден басқа, қаланы шарлау өте ыңғайлы. Тек осы мақсатта Сізге велосипед сатып алу керек, ал арнайы жабдықтар артықшылық етпейді.

Секіргішпен секіру. Иә, мұны кішкентай қыздар ғана емес, көптеген салмақты спортшылар да өздерінің жаттығу бағдарламасына қосады. Сізге ең қарапайым гимнастика құралдары мен Сіздің күш-қуатыңыз қажет болады. Зерттеулер көрсеткендей, бір сағат секіру арқылы 1200 ккал-ға дейін жоюға болады.

Баскетбол. Бүгінгі таңда бұл кәсіби спорттың ең беделді және танымал түрлерінің бірі деп айтуға болады. Допты дұрыс ала жүруді үйреніңіз, лақтыру жылдамдығы мен дәлдігін жаттықтырыңыз, пас беруде кәсіби болыңыз! Астанада қыста да көше алаңдарында баскетболшыларды байқауға болады!

Бұл футбол мен волейболға да қатысты. Спорттық жетістіктерден басқа, Сіз алаңға шыққан достарыңыз бен әріптестеріңізбен жақын таныса аласыз.

Би. Би сабақтары буындарды, бұлшықеттерді жаттықтырып қана қоймайды, жүрек пен қан тамырларын нығайтады, сонымен қатар жақсы көңіл-күй сыйлайды. Спорттық жабдықтар дүкеніне стильді би киімдері үшін барыңыз және музыкамен дұрыс қозғалуды үйреніңіз!

Зима закончилась - поэтому любители активностей под открытым небом точно смогут разойтись на всю и отлично провести время на улице, занимаясь спортом или просто активными развлечениями.

Снег тает и появляется наш любимый асфальт и кирпичная кладка.

Если Вы забыли, то Ваше здоровье укрепляется не только хорошим питанием, но и физической нагрузкой, поэтому мы посоветуем то, что лучше подходит для занятий весной и летом!

Легкая атлетика - королева спорта.

Бег - самый простой, доступный и популярный спорт. Всё, что Вам нужно - это закупиться лёгкой одеждой с кроссовками в спортивном магазине и выйти бежать на улицу. В наших магазинах adidas, Reebok, Under Armour и Sportmaster Вы найдете самое нужное, а в магазинах электроники сможете приобрести фитнес браслет, чтобы следить за своими успехами.

Велоспорт - лучшее предложение для тех, кто любит совмещать полезное с приятным. Кроме физической нагрузки, очень удобно перемещаться по городу. Только для этого нужно приобрести велосипед и не помешает специальная экипировка.

Прыжки на скакалке. Да, таким занимаются не только маленькие девочки, многие серьезные спортсмены включают это упражнение в программу тренировки. Вам понадобится простейшее оборудование для гимнастики и ваша энергия. Исследования показали, что за час прыжков можно сжечь до 1200 ккал.

Баскетбол. Можно сказать, что сегодня это один из самых престижных и популярных видов профессионального спорта. Научитесь правильному ведению мяча, тренируйте свою скорость и точность броска, станьте профи в отдаче пасов! В Астане можно заметить баскетболистов на уличных площадках даже зимой!

То же относится и к волейболу с футболом. Помимо спортивных достижений, Вы сможете лучше узнать своих друзей и коллег, с которыми вышли на поле.

Танцы. Занятия танцами не только тренируют суставы, мышцы, укрепляют сердце и сосуды, но и дарят хорошее настроение. Вперёд в магазин спортивного оборудования за стильной одеждой для танцев и учимся правильно двигаться под музыку!



Барлық қажетті жабдықтарды біздің Khan Shatyr дүкендерінен ала аласыз!

Біз Спортмастерге керемет нәрселер алу үшін жүгіреміз, Under Armour-дан кроссовкалар аламыз, adidas, Reebok және басқа дүкендерден футболка, шорт және трико аламыз.

Сондай-ақ, Sulpak, Freedom Mobile және басқа да электроника дүкендерінде қолсағаттар мен динамикалары бар сымсыз құлаққаптар сияқты фитнес керек-жарақтарын сатып алыңыз!

Всю необходимую экипировку Вы сможете купить в наших магазинах Khan Shatyr!

Бежим в Спортмастер за великом, берём кроссовки в Under Armour, покупаем футболки, шорты и трико в adidas, Reebok и других магазинах

Также, в Sulpak, Freedom Mobile и других магазинах электроники приобретайте такие аксессуары для фитнеса, как наручные часы и беспроводные наушники с колонками!

«2023 ЖЫЛДЫҢ КӨКТЕМІНЕ АРНАЛҒАН СӘНДІ АКСЕССУАРЛАР: ГАРДЕРОБЫҢЫЗҒА ЖАРҚЫН ТҮСТЕР ҚОСЫҢЫЗ!»



«МОДНЫЕ АКСЕССУАРЫ НА ВЕСНУ 2023: ДОБАВЬТЕ ЯРКИХ КРАСОК В СВОЙ ГАРДЕРОБ!»

Көктем келді, гардеробыңызды соңғы сән трендтерімен жаңарту уақыты да келді. Бейнені жаңартудың ең қарапайым және тиімді әдістерінің бірі – сәнді аксессуарлар қосу. Осы маусымда аксессуарлар батыл түстермен, ойнақы өрнектермен және тартымды дизайнның арқасында басты орын алып отыр.

2023 жылдың көктеміндегі ең сәнді аксессуарларды қарастырайық.

Батыл әшекейлер.

Үлкен сәнді алқалар, үлкен білезіктер және үлкен (оверсайз) сырғалар – бұның барлығы осы көктемде сәнді. Батыл зергерлік бұйымдар – кез келген киімді сәндеудің және өзіңізді көрсетудің тамаша тәсілі.

Керемет күннен қорғайтын көзілдірік.

Күннен қорғайтын көзілдірік тек функционалды ғана емес, сонымен қатар Сіздің дененізді әдемілей түседі. Биылғы көктемде ойнақы түстері мен өрнектері бар үлкен және дөңгелек көзілдірік жақтаулары сәнде. Сіз ашық, бір түсті немесе қызықты ала-құла түсті көзілдірікті таңдасаңыз да, күннен қорғайтын көзілдірік осы маусымда міндетті аксессуар болып табылады.

Әсерлі түрлі-түсті сөмкелер.

Бейтарап түстермен қоштасыңыз да, батыл түсті, көркем сөмкелерді қарсы алыңыз! Осы көктемде бастысы – керемет сөмкенің көмегімен киіміңізге жарқын түстер қосу. Сіз түрлі-түсті сөмкені немесе түсі көз тартатын кроссбодиді таңдайсыз ба бәрібір, әсерлі сөмке – бұл Сіздің бейнеңізді бірден жақсартатын көңілді және функционалды аксессуар.

Шарфтар мен палантиндер.

Шарфтар мен палантиндер – бұл киімді безендіру немесе ықшамдау үшін қолдануға болатын әмбебап аксессуар. Осы көктемде бас киім, мойын орамал немесе тіпті белбеу ретінде киюге болатын жеңіл және әсерлі, көркем түрлерін таңдаңыз.

Қорытындылай келе, аксессуарлар – көктемгі гардеробыңызға түс пен стиль қосудың жеңіл және қолжетімді әдісі. Сондықтан аксессуарлардың соңғы трендтерімен батыл тәжірибе жасаңыз және сән таңдауыңыздан ләззат алыңыз! Сәтті шопинг тілейміз!

Аксессуарлар дүкендері: Charles&Keith, Aldo, Monsoon, Accessorize, Zara, Bershka, Pull&Bear, Oysho, Tommy Hilfiger және т.б.

Наступила весна и пришло время обновить свой гардероб последними тенденциями моды. Одним из самых простых и эффективных способов обновить свой образ - это добавить модные аксессуары. В этом сезоне аксессуары занимают центральное место благодаря смелым цветам, игривым узорам и привлекательному дизайну.

Давайте взглянем на некоторые из самых модных аксессуаров весны 2023 года.

Смелые украшения.

Крупные эффектные ожерелья, массивные браслеты и серьги оверсайз - все это в моде этой весной. Смелые украшения - идеальный способ добавить изюминку любому наряду и заявить о себе.

Обалденные солнцезащитные очки.

Солнцезащитные очки не только функциональны, но также добавляют колорита Вашему образу. Этой весной в моде большие и круглые оправы с игривыми цветами и узорами. Независимо от того, выбираете ли Вы яркий однотонный цвет или забавный принт, солнцезащитные очки - обязательный аксессуар в этом сезоне.

Красочные сумки.

Попрощайтесь с нейтральными цветами и привет смелым, ярким сумкам. Этой весной главное - добавить ярких красок в свой наряд с помощью эффектной сумки. Независимо от того, выбираете ли Вы яркую сумку или игривый кроссбоди, красочная сумка - это забавный и функциональный аксессуар, который мгновенно улучшит Ваш образ.

Шарфы и палантины.

Шарфы и палантины - это универсальный аксессуар, который можно использовать для украшения или уменьшения наряда. Этой весной ищите легкие и красочные варианты, которые можно носить как повязку на голову, шейный платок или даже пояс.

В заключение, аксессуары - это простой и доступный способ добавить красок и стиля в свой гардероб этой весной. Так что смело экспериментируйте с последними тенденциями в области аксессуаров и получайте удовольствие от своего выбора моды! Удачных покупок!

Магазины аксессуаров: Charles&Keith, Aldo, Monsoon, Accessorize, Zara, Bershka, Pull&Bear, Oysho, Tommy Hilfiger и т.д.



CHARLES & KEITH

ITZY

GLOBAL BRAND AMBASSADOR
SPRING SUMMER 2023 CAMPAIGN COLLECTION



CHARLES & KEITH

ITZY

GLOBAL BRAND AMBASSADOR
SPRING SUMMER 2023 CAMPAIGN COLLECTION



Тел.: +7 (707) 947 48 46
Instagram: @fashionretailkz
Хан Шатыр, 1-ші қабат, блок В.
Хан Шатыр, 1-й этаж, внутренний круг, блок В.

MY FRIEND COFFEE

Тұтқын мен күзетшінің достығы туралы «Зеленая миля» көркем фильміңдегі кадрлар бірден есімізге түседі. «Менің атым Джон Коффи. Сусын сияқты, тек басқаша жазылады».

Көптеген адамдар үшін кофе тек сергітетін сусын емес, ең жақсы дос және сыр.

Мысалы, көптеген фильмдер мен сериалдарда бейнеленген Starbucks-тағы танымал кофе мен ноутбук схемасын алайық. Бұл қазірдің өзінде нағыз кино үлгісі!

Кофеин – көңіл-күйді көтеретін және мидың жұмысын жақсартатын керемет нейростимулятор.

Дәнді кофеде, аты айтып тұрғандай, тұтас дәндерді пайдаланады, олардың құрамында кофеин ғана емес, сонымен қатар кофеиннің кері әсерін тудыратын теобромин да бар. Сондықтан Сіз сусын ішкеннен кейін жарты сағаттан бір сағатқа дейін шаршау мен ұйқышылдықты сезінетінімізді байқай аласыз. Дененің қан тамырлары кеңейеді, қысым төмендейді, бірақ бүйректегі тамырлар керісінше тарылып, бүйрек жұмыс істей бастайды. Сондықтан жақсы мейрамханалар бүйректегі шиеленісті жеңілдету үшін эспрессо немесе капучиномен бірге бір стакан су береді.

Сразу вспоминаются кадры из художественного фильма "Зелёная миля" о дружбе заключенного и надзирателя. "Моё имя Джон Коффи. Как напиток, только пишется по-другому".

Для многих кофе - это не просто тонизирующий напиток, но лучший друг и таинство.

Возьмём к примеру популярную схему кофе и ноутбук в Starbucks, которую изображают во многих фильмах и сериалах. Это уже целый киношаблон!

Кофеин - отличный нейростимулятор, который поднимает настроение и улучшает мозговые функции.

В зерновом кофе используются, как и написано цельные зёрна, в составе которых есть не только кофеин, но и теобромин, который вызывает обратные эффекты от кофеина. Именно поэтому можно заметить, как через полчаса или час после употребления напитка, мы можем чувствовать усталость и сонливость. Кровеносные сосуды организма расширяются, давление падает, но сосуды в почках, наоборот, сужаются и почки начинают работать в усиленном режиме. Именно поэтому в хороших ресторанах вместе с порцией эспрессо или капучино подают стакан воды для того, чтобы ослабить напряжение в почках.

Чаще всего Вы берёте пачку "100% арабика" не задумываясь, поскольку это один из самых популярных видов кофейных зёрен. Да, именно благодаря арабике Вы знаете кофе как крепкий, кисло-горький и крепкий напиток. Но кроме арабики существуют ещё и другие сорта со своими вкусовыми особенностями.



МЕНИҢ ДОСЫМ КОФЕ!

МОЙ ДРУГ КОФЕ!

Робуста – өндіріс көлемі мен танымалдығы бойынша кофеңің екінші түрі.

Либерика – күшті хош иісі, бірақ әлсіз дәмдік сипаттамалары бар. Либериканың дәндері көбінесе астық қоспалардағы дәмді жақсарту үшін қолданылады.

Эксцельса – бұл шын мәнінде либериканың бір түрі. Ол көбінесе ауруларға және неғұрлым мәнерлі органолептикалық қасиеттерге керемет төзімділігіне байланысты жеке түр ретінде қабылданады. Будандастыру және кофеңің жаңа, төзімді сорттарын жасау үшін белсенді қолданылады.

Стенофила – арабикадан айырмашылығы – Стенофиланың піскен жидектері қою күлгін түсті. Дәмі бойынша арабикадан асып түсуі мүмкін.

Бұл арабикадан кейінгі ең көп таралғандары – түптеп келгенде, басқалардың толық тізімі бар, бірақ кейбір дүкенде кофеңің мұндай түрлерін кездестіру Республика даңғылының бойында пілге мініп жүргенмен тің. Мұның бәрі өндіріс шығындарына және кофе ағаштарының арабика сияқты бұршақтарды жақсы өндіру қабілетіне байланысты.

Бірақ арабика мен робуста қоспасы бар кофеңің дәмін татып сынап көру – бұл өзі керемет экспириенс.

Сондықтан өзімізді қашықтан жұмыс жасайтын бизнес-менеджер деп сезініп, ноутбугымызды алып, Starbucks, CoffeeBoom немесе Espresso дүкендеріне барып, кофе ішеміз, сонда ұзақ отырып, бәрінің дәмін татамыз.

Робуста - второй по объемам производства и популярности вид кофе, более горький.

Либерика - имеет мощный аромат, но слабые вкусовые характеристики. Зерна либерики часто используют для усиления аромата в зерновых смесях.

Эксцельса - на самом деле является разновидностью либерики. Часто принимается за отдельный вид благодаря своей поразительной устойчивости к болезням и более выразительным органолептическим свойствам. Активно используется для гибридизации и создания новых, более устойчивых сортов кофе.

Стенофила - в противоположность арабике спелые ягоды стенофилы темно-фиолетового цвета. Может превосходить арабику во вкусовых качествах.

Это только самые распространённые после арабики - ведь есть ещё целый список, но встретить эти виды кофе в каком-нибудь магазине сродни прокатиться на слоне по проспекту Республики. Всё это связано с производственными издержками и способностью кофейных деревьев плодить зёрна так хорошо, как это делает арабика.

Зато попробовать кофе со смесью арабики и робусты - уже целый экспириенс.

Поэтому строим из себя делового менеджера на удалёнке, берём свой лэптоп и идём в наши Starbucks, CoffeeBoom или Espresso за своей чашкой кофе, чтобы посидеть там подольше и хорошенько всё распробовать.

СТР CHICKEN ҚОСЫМШАСЫ АРҚЫЛЫ КАФЕ ІШІНДЕ КЕЗЕК КҮТПЕЙ ТАПСЫРЫС БЕРІҢІЗ

ПРОФИЛЬДІ ҚОСЫМША
АРҚЫЛЫ ТОЛТЫРУ КЕЗІНДЕ
5000 ТГ БОНУСТЫҚ ШОТҚА
АЛЫҢЫЗ

ҚОСЫМША АРҚЫЛЫ
БІРІНШІ ТАПСЫРЫСҚА
20% ЖЕҢІЛДІК

5% КЭШБЭК
ТАПСЫРЫС ҮШІН



ҚОСЫМШАНЫ ЖҮКТЕП
АЛЫҢЫЗ
ЖӘНЕ ӘР ТАПСЫРЫСТАН
ПАЙДА АЛЫҢЫЗ



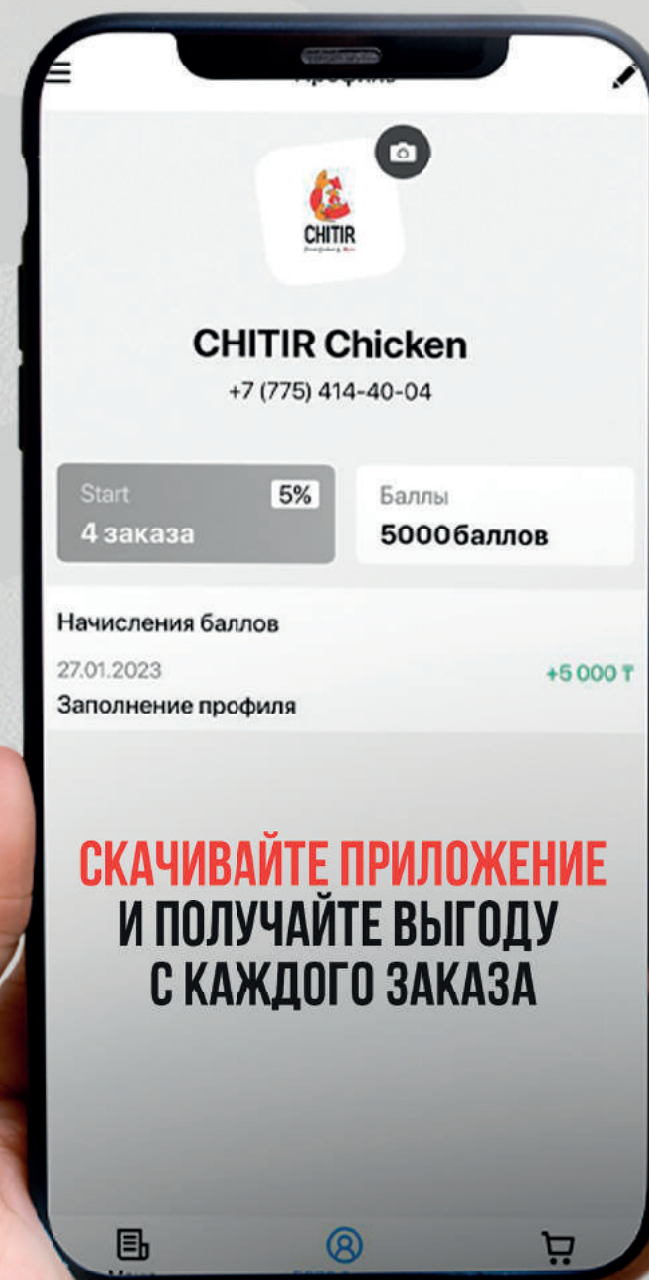
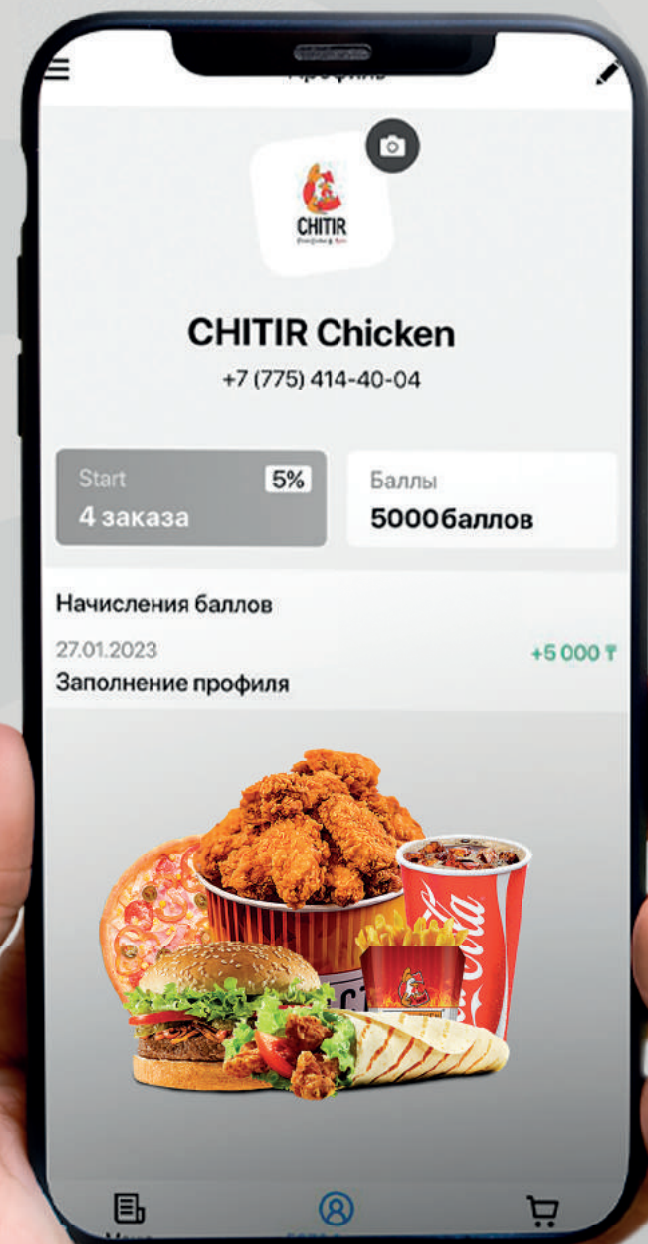
ЗАКАЖИ ЕДУ В ЗАЛЕ В ПРИЛОЖЕНИИ СТР CHICKEN

ПОЛУЧИ

НА БОНУСТНЫЙ СЧЕТ
5000ТГ. ПРИ ЗАПОЛНЕНИИ
ПРОФИЛЯ

+20% СКИДКУ
НА ПЕРВЫЙ ЗАКАЗ
В МОБИЛЬНОМ
ПРИЛОЖЕНИИ

+5% КЭШБЭК
ОТ ЗАКАЗОВ



Біз ай сайын iPhone 14 ұтыс ойынын өткіземіз, ал 23 наурызда біз бас жүлде – Chevrolet Cobalt автокөлігінің ұтыс ойынын өткіземіз!

14 қаңтарда біз iPhone 14-тің екінші ұтысын өткіздік және жеңімпаз Аруна алған әсерімен бөлісті:

«Мен балаларыма Marwin-нен ойыншықтар сатып алдым. Сатып алулар 30000 теңгеге шықты, мен тек бір купонға жинадым және оны сынап көруді шештім. Мен әрқашан әртүрлі акциялар мен ұтыс ойындарына қатысамын, өйткені мен ұйымдастырушылардың адалдығына сенемін, сондықтан мен купонды толтырып, барабанға лақтырдым. Мен бұрын қайда қатыссам да ешқашан жеңген емеспін, бұл жолы мен сене алмадым. Жүргізуші маған қоңырау шалғанда, мен бұл жағдайдың дәл қазір менімен болып жатқанын ұзақ уақыт түсінбедім, бұны түсіну аздап уақыт қажет етті. Содан кейін мен бір ғана купонмен осындай үлкен ұтыс ойынында жеңімпаз болғанымды түсініп қуана бастадым! Мен тікелей эфирді көрмедім, сондықтан мен қатты таңғалдым, бірақ қошемет естігеннен кейін бұл шынымен жүргізуші екеніне сендім. Мен ұтып алған iPhone 14 сыйлығын сатып алған ойыншықтар сияқты балаларыма беремін, ал өзім ескі телефонымды қолданамын. Барлығына сәттілік тілеймін, жеңіске сеніңіз де, қатысыңыз!»

Chevrolet Cobalt соңғы супер-ұтыс ойынын 23 наурызда сағат 16:00-де Khan Shatyr атриумында өткіземіз.

Купондар 23 наурыз сағат 15:45-ке дейін қабылданады.

Біздің дүкендерде жалпы сомасы 20 000 теңгеге заттарды сатып алыңыз және бірінші қабаттағы Khan Shatyr атриумындағы үстелде қатысу купонын алыңыз. Купондар саны шектеусіз.



AVTO & IPHONE

Каждый месяц мы разыгрываем iPhone 14 и 23-го марта мы разыграем главный приз – автомобиль Chevrolet Cobalt!

14-го января мы провели второй розыгрыш iPhone 14, и победительница конкурса Аруна поделилась своими впечатлениями:

«Я купила игрушки в Marwin своим детям. Покупки вышли на 30000 тенге, получается я набрала только на один купон и решила попробовать. Я всегда участвую в разных акциях и розыгрышах, потому что доверяю в честность организаторов, так что просто заполнила и закинула купон в барабан. Раньше я ещё ни разу не выигрывала, где бы ни участвовала, но в этот раз просто не могла поверить. Когда мне позвонил ведущий, я очень долго не осознавала, что это происходит сейчас со мной, нужно было немного времени. Потом я уже начала понимать и радоваться тому, что я стала победителем в таком большом розыгрыше всего с одним купоном! Прямой эфир я не смотрела, поэтому была сильно удивлена, но после того, как услышала аплодисменты, то поверила, что это действительно ведущий. Выигранный iPhone 14 я скорее всего тоже отдам детям, как и игрушки, которые я купила, а сама буду пользоваться своим старым телефоном. Желаю всем удачи, верьте в победу и участвуйте!»

Последний супер-розыгрыш Chevrolet Cobalt мы проведём 23-го марта в 16:00 в атриуме Khan Shatyr.

Купоны принимаются до 15:45 23-го марта

Совершите покупки в наших магазинах в общей сумме на 20000 тенге и получайте купон участия на нашей стойке в центре атриума Khan Shatyr на первом этаже. Количество купонов неограниченно.



Camiciissima

MILANO

ITALIAN SHIRTS SINCE 1931

ТРЦ «Хан Шатыр», 1 этаж

Тел.: +7 707 777 27 48

+7 7172 67 74 40



Sky Beach Club

Тел.: +7 701 883 9625, +7 (7172) 577-787

Instagram: @skybeachclubastana

Хан Шатыр, 5-ші қабат.

Хан Шатыр, 5-ый этаж.



Sky Beach Club – әлемдегі ең үлкен шатырдағы Астананың эксклюзивті, әрқашан жылы жасанды курорты. Жылдың кез келген уақытында Астананың қақ ортасындағы тропикалық атмосфера, жылы су, табиғи құм және тірі өсімдіктер!

- Солтүстік қыста температура 29-31 градус және құмды жылыту.
- Тегін шезлонгтар.
- Балалар мен ересектерге арналған бар және ас үй.
- Фин саунасы.
- Тұрақты патрульдеу және барлық аймақтардың қауіпсіздігі.

Sky Beach Club – это эксклюзивный вечно тёплый искусственный курорт Астаны в самом большом шатре мира. Тропическая атмосфера, тёплая вода, натуральный песок и живые растения в самом центре столицы в любое время года!

- Температура 29-31 градус в северную зиму и подогрев песка.
- Бесплатные шезлонги.
- Бар и кухня для детей и взрослых.
- Финская сауна.
- Постоянное патрулирование и безопасность всех зон.

DINOPARK

Астана қ., Тұран даңғылы, 37, "Хан Шатыр" СОО, 4 қабат

г. Астана, проспект Туран, 37, ТРЦ «Хан Шатыр», 4 этаж



Төрт «Л» бауырластығы
Шығарылым күні: 2023 жылғы 9 ақпаннан бастап

Барлық сынақтардан бірге өту үшін жиналған балалар үйінің төрт баласы туралы жеңіл әзілімен әсерлі, шабыттандыратын, рухты көтеретін фильм. Олардың еркелігі мен достығы туралы.

«Егер батыл болсаң, маған ғашық бол», «Түймелердің соғысы» және «Жаман қыз» сияқты жоғары рейтингтегі фильмдердің авторы – режиссер Ян Самуэльден.

Жақсы өмір табамын деген үмітпен балалар үйінен қашқан ажырамас төрт достың достығы мен олардың шытырман оқиғалары туралы.

Братство четырёх «Л»
Дата релиза: С 9 февраля 2023

Трогательный, воодушевляющий, духоподъемный фильм с легким юмором о четверых мальчишках из приюта, которые сплотились, чтобы вместе пройти все испытания. Про их проделки и дружбу.

От режиссера Яна Самуэля – автора таких рейтинговых картин, как «Влюбись в меня, если осмелишься», «Война пуговиц» и «Дрянная девчонка».

История дружбы и приключений четырёх неразлучных друзей, которые сбегают из приюта в надежде найти лучшую жизнь.

Абизудың арбауы
Шығарылым күні: 2023 жылғы 9 ақпаннан бастап

Жас ерлі-зайыптылар сәбилі болуды асыға күтуде. Бірақ оның туылғанын Абизу жыны асыға күтіп жүр, еврей мифологиясы бойынша, оның құрбандары – жүкті әйелдер мен сәбилер. Клэр мен оның жұбайы осы зұлымдық уылдырығымен ұзақ уақыт күресіп келе жатқан қоғамдастыққа түседі.

Фильм Оливер Парк Хэнк Хоффманның сценарийі бойынша Хоффман мен Джонатан Юнгердің Абизу туралы еврей ертегісіне негізделген әңгімесі негізінде түсірген.

Заклятие Абизу
Дата релиза: С 9 февраля 2023

Молодая супружеская пара с нетерпением ждёт ребенка. Но ещё больше его появления ждёт демон Абизу, жертвами которого, согласно иудейской мифологии, являются беременные женщины и младенцы. Клэр и ее супруг оказываются в общине, которая ведёт давнюю борьбу с этим порождением зла. Фильм снят Оливером Парком по сценарию Хэнка Хоффмана по рассказу Хоффмана и Джонатана Юнгера, основанному на еврейской сказке об Абизу.



Сыбайлас жемқорлыққа қарсы вакцина
Шығарылым күні: 2023 жылғы 23 ақпаннан бастап

Қазақстандағы сыбайлас жемқорлыққа қарсы күрес мақсатында Сыбайлас жемқорлыққа қарсы күрес ұйымы (СЖҚҚҰ) және елдің үздік вирусологтары қатыгез жемқорлардан «сыбайлас жемқорлық вирусын» табады және оған қарсы вакцина жасайды. Енді олар мұның бәрін сынап тексеруі керек. Осындай күрделі экспериментке екі үміткер табады: қаланың бас прокуроры, ірі паракор Ардақ пен елдегі ең адал адам, қарттар үйінің директоры Руслан.

Вакцина от коррупции
Дата релиза: С 23 февраля 2023

В целях борьбы с коррупцией в Казахстане организация по борьбе с коррупцией (ОБКОР) и лучшие вирусологи страны находят в крови у безжалостных коррупционеров «вирус Коррупции». И создают против неё вакцину. Теперь им нужно всё это проверить. Для эксперимента находят двух кандидатов: Ардак – генпрокурор города, крупный взяточник, и Руслан – директор дома престарелых, самый честный человек в стране.

Ата-аналардың танысуы
Шығарылым күні: 2023 жылғы 9 ақпаннан бастап

Екі жас үйленуді және ата-аналарын бір-бірімен таныстыруды шешеді. Бірақ бұл кездесуде ата-аналар жай ғана таныс емес, сонымен қатар бір-бірінен жасырғандары, жас жұбайлардан да көптеген құпия сақтағандары белгілі болады. Құпияның бәрі айқын болады! Жексенбі кешіне арналған, актерлік құрамы керемет таңдалған Голливудтың жаңа комедиялық мелодрамасы.

Бұрын жеке ойнаған жұлдызды құрам, енді бірге - бұл киномадар үшін нағыз ләззат.

Знакомство родителей
Дата релиза: С 9 февраля 2023

Молодая пара решает пожениться и, наконец, познакомить своих родителей друг с другом. Но на общей встрече оказывается, что родители не просто знакомы, а имеют множество пикантных секретов как друг от друга, так и от молодожёнов. Все тайное станет явным!

Свежая голливудская комедийная мелодрама для воскресного вечера с отличным актёрским составом.

Такой звёздный состав, игравший раньше по одиночке, теперь вместе - это настоящая отдушина для киномана.



Дуа. Бірінші діні міндеттеме алу
Шығарылым күні: 2023 жылғы 23 ақпаннан бастап

1980-і жылдар. Жаңадан келген Сара жасөспірімдер тобына сай болуға тырысады. Бір күні кешке ол олармен бірге түнгі клубқа барады, ал үйге қайтып бара жатқанда достары қолында қуыршақ ұстаған кішкентай қызды кездестіреді, ол бірінші қауымдастыққа арналған ескі көйлек киген. Сара қаланың қорқынышты аңызына айналған елес қыз туралы әлі ештеңе білмейді. Бұл қыз өзінің жолын кесіп өту бақытсыздығына тап болған кез келген адамнан кек алуға дайын. Осыдан кейін оны түнгі қорқынышты аяндар мазалап, провинцияның қараңғы құпиялары ашыла бастайды.

Заклятье. Первое причастие
Дата релиза: С 23 февраля 2023

1980-е. Новенькая Сара пытается вписаться в компанию подростков. После похода в ночной клуб дороге домой друзья встречают маленькую девочку с куклой в руках, одетую в старомодное платье для первого причастия. Сара ещё не знает леденящую городскую легенду о девочке-призраке, готовой отомстить любому, кому не посчастливится пересечь её путь. После этого её начинают преследовать кошмарные видения, а тёмные тайны провинциальной глубинки всплывают на поверхность.

Құмырсқа адам және аралар: Квантмания
Шығарылым күні: 2023 жылғы 16 ақпаннан бастап

Өлшемді кішірейтіп, үлкейтуге мүмкіндік беретін костюмнің иесі болған бұрынғы ұсақ қылмыскер Скотт Лэнгтің шытырман оқиғалары туралы, Скотт серіктесі Хоуп ван Дайн – құмырсқа адам костюмін жасаған әйгілі физик және энтолог Хэнк Пимнің қызымен бірге әлемді келе жатқан қауіптен тағы да құтқарады. Marvel кино әлемінің қаһармандық эпопеясы аясында басты кейіпкерлер тарихының тамаша жалғасы.

Человек-муравей и Оса: Квантомания
Дата релиза: С 16 февраля 2023

О приключениях бывшего мелкого преступника Скотта Лэнга, ставшего обладателем костюма, позволяющего уменьшаться и увеличиваться в размерах. Вместе с напарницей Хоуп ван Дайн, дочерью известного физика и энтолога Хэнка Пима, разработавшего костюм человека-муравья, Скотт вновь спасает мир от предстоящей угрозы. Отличное продолжение истории главных героев в рамках героической киноэпопеи киновселенной Marvel.





CHARLES & KEITH

ITZY

GLOBAL BRAND AMBASSADOR
SPRING SUMMER 2023 CAMPAIGN COLLECTION

Тел.: +7 (707) 947 48 46
Instagram: @fashionretailkz
Хан Шатыр, 1-ші қабат, блок В.
Хан Шатыр, 1-й этаж, внутренний круг, блок В.