

МОЙ ОКРУГ



№ 11 (019) /// Вторник, 29 августа 2023 г. ///

/// Королёв ★ Мытищи ///

Торты с эффектом «Вау!»

Гость номера – кондитер Лилия Шунк

/с. **4-5**

Завтрак для предпринимателей

Важные вопросы – за чашкой чая

/с. **3**

Караоке Quiz. Теперь в Королёве!

Состоялась первая игра

/с. **7**

/// МАЯКИ

Ксения АРАКЕЛЯН: Мой бренд – это я сама!

Прекрасной половине Королёва хорошо знакома школа-студия Ксении Аракелян. Интернет-адрес brovivkoroleve – забавно звучит, легко запоминается, у многих на слуху. Саму же Ксению – задорную, красивую, энергичную – скорее пригласишь за студентку-практикантку, чем за опытную предпринимательницу. Тем не менее в индустрии красоты она – с 2014 года. О том, как вести бизнес в этой сфере, ей, безусловно, есть что рассказать.

НУЖЕН БИЗНЕС-ПЛАН!

– Ксения, помните тот момент, когда решили стать предпринимательницей?

– Всегда хотела иметь свой бизнес. Я выросла в семье предпринимателей. Моя мама открыла своё дело в начале 90-х. Она для меня пример. Я понимала, что когда вырасту, тоже захочу делать так же.

– Не было сомнений?

– Бизнес – это шаг в неизвестность. Никто не гарантировал, что ты начнёшь своё дело, и всё пойдёт. Кроме того, хотелось попробовать себя и по основной профессии – я окончила факультет экономики и управления Смоленского государственного университета. Но когда ушла в декретный отпуск, стала думать о том, что мне нужен дополнительный заработок.

– Побороли страх?

– Нужно было сделать выбор. Всегда есть обстоятельства, когда хочется стабильности, меньше риска. Особенно, когда у тебя ипотека. Но я решила развивать своё дело. Сейчас понимаю, что нахожусь в большом плюсе. Во-первых, по доходам. Во-вторых – занимаюсь тем, что меня вдохновляет, и имею график, который составляю сама.

– Что бы вы посоветовали тем, кто только начинает?

– Ничего не должно идти по наитию. Нужен чёткий бизнес-план. А если что-то не срастается, не пугаться, а уметь быть гибким, подстраиваться под жизненные реалии. В бизнесе всё очень индивидуально. В каждой сфере – свои нюансы.

– В сфере красоты, где заняты вы, – какие особенности?

– Ценовая категория очень зависит от материала. Разница может быть от рубля до миллиона. Главное – выбрать своё направление. Кто-то работает на очень дорогостоящих материалах и позиционирует себя как VIP. Другие начинают с чего-то попроще. Определитесь и... планируйте.

ТОЛЬКО ФИРМЕННЫЕ БЛЮДА!

– Расскажите, пожалуйста, о вашей школе-студии. Что отличает её от других?

– Мы не распыляемся на объёмы. У нас не так много услуг. Но всё, что мы предлагаем, – высокого качества и безопасно. Как в дорогом ресторане – нет фоллиантов с меню, только фирменные блюда. При этом всё необыкновенно стильно и вкусно. Наши клиентки ощущают особенное отношение к себе. Мы объясняем, подсказываем – что лучше сделать и когда. Люди верят нам, и это моя большая гордость.



/ стр. 2

8 СЕНТЯБРЯ
В 19:00

Семейный клуб «К12.01»

в Королёве
КАРАОКЕ
QUIZ

★★★★

Игра, на которой вы сможете классно провести время **со своей компанией**, выиграть подарки, спеть и потанцевать под любимые хиты.

Вас ждут музыкальные загадки на логику, знакомые мотивы и море караоке!

Регистрация: 8 (916) 312-58-75
(ведущая – Анна)



/// КОРОЛЕВ

Вызовы на орбите



Ряда соглашений достигла РКК «Энергия» на форуме «Армия-2023». Были подписаны документы о сотрудничестве с ООО «Газпром СПКА» и АО «Газпром космические системы». Помимо этого, соглашения о стратегическом партнёрстве в сфере трансфера технологий заключены с Национальным центром физики и математики и АО «Русатом РДС».

«Планируем реализовать совместные проекты на Российской орбитальной станции. Нас ждёт много прикладных задач: от отработки новых космических и атомных технологий до производства в космосе», – отметил заместитель гендиректора по программам и стратегии Владимир Волик.

Фото – vk.com/presscentre.energia

В рамках нацпроекта

Производитель пищевых продуктов «ТОПФУД» из Королёва подвёл итоги участия в нацпроекте «Производительность труда» за три месяца. Компания занимается переработкой сушёных овощей, трав, грибов, пряностей и круп. В качестве пилотного потока был выбран процесс переработки и стерилизации.

«Рабочая группа выявила порядка 90 проблем. Устранив их, компания планирует снизить время протекания процесса на 20 процентов, количество запасов в потоке на 20 процентов, выработку на одного работника увеличить минимум на 10 процентов», – рассказала пресс-служба Мининвеста региона.

На королёвском фундаменте



ООО «Королёвский завод свай» приняло участие в Open Village 2023 – выставке загородных домов. Она прошла в подмосковном коттеджном посёлке «Грин Лаундж». По словам организаторов, мероприятие посетило 11 тысяч человек.

«Мы представили сразу несколько своих проектов: построили свайные фундаменты под дома и стенды партнёров, а также под объекты общего пользования – качели, дом с комнатой матери и ребёнка и домик у дерева. Имел успех и наш стенд с презентацией различных свай и изделий в стиле loft», – сообщили в компании.

Фото – kzs.ru/news

Ксения АРАКЕЛЯН:

Мой бренд – это я сама!



Школа-студия Ксении Аракелян в соцсетях

Продолжение. Начало – стр. 1

– Какие услуги оказываете?

– Одна из основных – это перманентный макияж. Все зоны – и брови, и губы, и межресничка, и стрелочки. Работаем исключительно в технике натурэль. Не стремлюсь соответствовать каким-то трендам. Стараюсь в каждой женщине разглядеть индивидуальную черту и подчеркнуть именно её.

Посетительницы иногда спорят. Увидят что-то новое у подруги, приходят и говорят: «Хочу так же». Если это им не подходит, на эскизах доказываю – вы гораздо лучше! Редко кто не соглашается!

– В соцсетях у вас много фото разноцветных ресниц, что это за процедура?

– Нарастивание. Здесь у нас просто полёт фантазии! Особое внимание – ресницам. Опять же, наращиваем максимально натуральные эффекты. Мне интересно экспериментировать. Считаю, что одной из первых в нашем городе ввела активные добавки цветов. Услуга стала очень востребованной. Знаю, что многие девочки в телефоне меня так и записывают – «Ксения. Арт-наращивание».

– Что ещё предлагаете?

– В своё время привезла процедуру микролифтинга. Это долгосрочное тонирование кожи. Позволяет скрыть постакне, проблемные участки. Клиентки с осторожностью относятся к ней. Возможно, потому, что результат с первого раза не достигается. После пятой процедуры, как минимум. А в Королёве хотят всё и сразу. Но от тех, кто попробовал, отзывы хорошие.

Также удаляю некачественный перманент, работаю со щёлочью и кислотными ремуверами. Сотрудничаю с салоном-студией красоты лазерного удаления татуажа – там, где не помогает лазер, за дело берусь я.

В СВОЙ КУРС ВЛОЖИЛА МАКСИМУМ

– Как менялись тренды в области макияжа, наращивания ресниц? Что сегодня в моде?

– Перемены колоссальные, и меня это радует. Когда мы начинали работать, были совсем другие материалы. Как раз последствия этого периода сегодня и приходится исправлять. Другие требования и к мастерам – постоянно нужно совершенствоваться, нельзя останавливаться.

Сейчас посетительницы стремятся аккуратно подчеркнуть индивидуальность. Мне это нравится, потому что такое направление когда-то выбрала для себя, несмотря на то, что порой приходилось спорить и отстаивать свою позицию. Кому-то мои естественные линии казались недоработанными. «Хочу как у Маши, вот у неё брови так брови!» – говорили мне. Были моменты, разочаровывалась, выгорала. Казалось, что я что-то не так делаю. Но сегодня услуга в том виде, как я предлагала изначально, стоит в разы дороже.

– Для предпринимателей бьюти-сферы большое значение имеет личный бренд. Вы также активно его развиваете. Расскажите, пожалуйста, о вашем бренде, что лежит в его основе?

– Мне очень важно, как выглядит мой бренд, потому что это сама я. Конечно, всё должно быть на достойном уровне. Но это не значит – дорого с точки зрения финансов. Самое главное – нравиться себе. Только тогда смогу привлечь людей, которые будут мне доверять.

Люблю находиться на виду. Быть интересной, полезной. И в соцсетях пишу не только о работе, но и о каких-то своих внутренних состояниях. Считаю, если у человека гармония в душе, то и внешне он может проявить самые лучшие качества.

Всё, что мы предлагаем, – ВЫСОКОГО КАЧЕСТВА и безопасно

– В Интернете можно найти отзывы, в которых вас благодарят ваши воспитанницы – как наставницу. Каким знаниям и навыкам вы обучаете в своей школе?

– На тему профессионального обучения могу говорить долго, потому что в свой курс вложила максимум. От основ до каких-то секретов, которыми можно делиться уже в процессе повышения мастерства. К каждой ученице – практически индивидуальный подход, больше двух человек в группу не беру. Составляем удобный график. Это позволяет убедиться в том, что ученик максимально воспринимает предложенную информацию. И потом подтверждает свои знания на практике.

– Сколько длится обучение?

– До тех пор, пока не увижу, что результат есть. Иногда ученицы остаются со мной до трёх-четырёх месяцев, порой до полугода. Отрабатываем, согласовываем, берём дополнительные модели... Некоторые мастера, из тех, кто преподаёт, говорят, что я не жалею своего времени. Люди оплачивают один курс, а обучение длится, как пять. Но мне приятно, когда у человека получается, а я ему в этом помогаю.

СДЕЛАТЬ ПЕРВЫЙ ШАГ

– На вопрос «Что главное в жизни?» в соцсетях вы отвечаете так – «Совершенствование мира». Каким образом, на ваш взгляд, этого можно достичь?

– Каждый из нас – частичка мира, и мы не должны никогда об этом забывать. Когда речь идёт о совершенствовании мира – это значит, что каждый из нас должен начать со своего внутреннего «я». Сможете изменить себя – станете другим и ваше окружение.

Небезразличных людей много. Просто кому-то бывает сложно сделать первый шаг. Поехать в детский дом или в



приют для животных, предложить помощь. «Что там буду делать одна, что смогу?» – задают себе вопросы. Все мы нужны, каждый из нас! Надо лишь найти своё сообщество. И начать помогать – даже для самой себя.

– Наш традиционный вопрос для всех собеседников: представьте, что вы можете провести реформу для поддержки предпринимательства у нас в стране, но только одну. Что бы вы хотели изменить?

– Могу отметить, опираясь на опыт и свой, и моей семьи – а у меня родная сестра тоже довольно успешно занимается предпринимательством, – сегодня условия в стране для бизнеса практически идеальные. У нас часто возникают дискуссии по этому поводу, когда собираемся вместе. Есть государственная поддержка, много информации. Я – самозанятая, даже налоги, на мой взгляд, для нашей категории комфортные. Что же касается индустрии красоты, то здесь, в первую очередь, усилила бы контроль над качеством оказываемых услуг. Люди приходят к «специалисту» без достаточных профессиональных навыков, доверяют ему, а получают порой такой результат, что это просто боль.

– На вопрос, что вас вдохновляет, в соцсетях вы отвечаете – сын. На ваш взгляд, как нужно правильно воспитывать мальчика – больше доверять или держать в строгости?

– У меня есть и кнут, и пряник. Я воспитываю ребёнка одна, мне приходится быть и мамой, и папой. У нас есть чёткий график. Сын закончил первый класс. Занимаемся дополнительно в спортивной школе – единоборствами, в английской школе. Везде похвальные грамоты, первые места.

Считаю, с ребёнком должны быть доверительные отношения. Чтобы не опасался что-то рассказать. Самое главное – детьми нужно заниматься, заинтересовывать их. Нет, я ничего не навязываю. Но предложить варианты, на основе которых можно сделать выбор, безусловно, должна.

– Знаем о ваших музыкальных предпочтениях – это русский рок. Кто из исполнителей нравится? Назовите строку из песни, которую бы вы могли сделать своим девизом, если была бы необходимость?

– Назову «Кино», «Сплин». Ещё «Пикник» – сейчас ехала на интервью, слушала эту группу. Из женского состава – Линду. Всё то, на чём выросла.

Что касается строки, сразу пришло в голову: «Следи за собой, будь осторожен». Наверное, это больше всего меня характеризует. «Следи за собой» – то есть каждый в ответе за то, что он делает или говорит. «Будь осторожен» – не забывай о внимательности и задумывайся о своих действиях.

Беседовал Денис МАКЕЕВ

/// СОБЫТИЕ



Главная цель – создать дружелюбную, благоприятную, экологичную обстановку



Ирина Галич

/// МЫТИЦЫ

Вместе с бизнесом



Глава городского округа **Юлия Купецкая** встретила с представителями местного отделения «Опоры России».

«Обсудили вопросы, в решении которых активно участвует организация. В частности, поговорили о формировании благоприятных политических, экономических, правовых и других условий для развития предпринимательской деятельности, о конструктивном взаимодействии бизнес-сообщества и органов власти», – сообщила Юлия Купецкая в соцсетях.

На встрече напомнили о мерах поддержки бизнеса, которые предоставляются в регионе. Ещё одной важной темой диалога стал сбор гуманитарной помощи для поддержки военнослужащих в зоне СВО.

Фото – t.me/juliakupetskaya

Предпринимателей Королёва пригласили на завтрак

Важные вопросы обсудили в дружеской обстановке, за чашкой чая

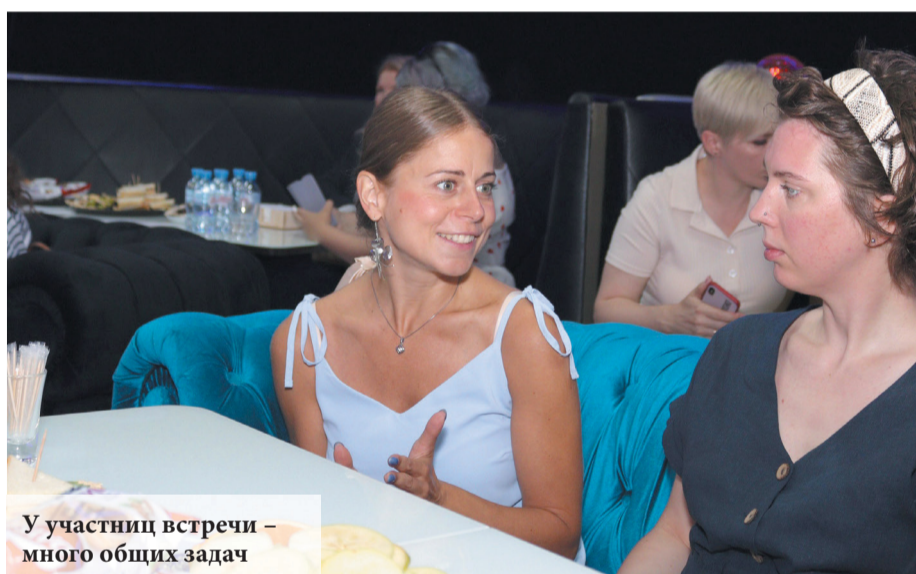
Бизнес-завтрак для предпринимательского сообщества наукограда провели 18 августа в семейно-досуговом центре «K12.01». Организаторами выступили Торгово-промышленная палата города Королёва, местное сообщество «Нежный бизнес» (лидер – **Татьяна Боярова**) и АО «Альфа-Банк».

Президент ТПП города Королёва **Людмила Козлова** обозначила основную тему встречи – меры поддержки для субъектов малого и среднего бизнеса в Московской области. Это возмещение затрат на приобретение оборудования, получение компенсаций за оплату услуг маркетинговых, субсидии для социального бизнеса и многое другое.

«Всегда возникают вопросы – как подать заявку, как оформить документы, куда подойти? Сегодня во время бизнес-завтрака в ходе открытого диалога в этом уютном семейном клубе мы ответим на многие из них», – сказала Людмила Козлова.

Руководитель проекта «Нежный бизнес», президент НКО Союз «Содействие женскому предпринимательству» **Наталья Муравьёва** назвала такие мероприятия хорошей возможностью для предпринимателей.

«Главная цель – создать дружелюбную, благоприятную, экологичную обстановку в «Нежном бизнесе», в Торго-



У участниц встречи – много общих задач

во-промышленной палате, чтобы мы все были друг у друга покупателями товаров, услуг. Потому что здесь самое качественное, полезное, можно найти всё», – отметила Наталья Муравьёва.

Бизнес-завтрак прошёл в формате нетворкинга. Предпринимательницы рассказывали о себе и своём деле, демонстрировали образцы производимой продукции.

«Я познакомилась со многими интересными людьми. В частности, с пред-

Здесь самое качественное, полезное, МОЖНО НАЙТИ ВСЁ!

ставителями социального бизнеса. У нас много общих задач – мы делимся друг с другом, участвуем в различных выставках, мероприятиях, проводимых в нашем городе», – поделилась **Татьяна Асташкина**, руководитель детского языкового центра «Team».

По словам руководителя клуба «K12.01», председателя Центра поддержки предпринимателей ТПП города Королёва **Ирины Галич**, подобные встречи планируется проводить на регулярной основе. Такие пожелания поступили, в том числе, от самих участников.

«Будем приглашать самых интересных спикеров, обсуждать актуальные темы. Также в календаре клуба много других новых семейных и развлекательных мероприятий, которые, уверена, понравятся нашим гостям», – отметила Ирина Галич.

Николай КАТАЕВ



Слева направо – Наталья Муравьёва, Людмила Козлова, Татьяна Боярова

За счёт инвесторов

Два инвестиционных детсада откроются в Мытищах накануне Дня знаний. Дошкольные учреждения появятся в ЖК «Скандинавский» – на 240 мест, и в ЖК «Мытищи Парк» – на 200 мест.

«В Подмосковье активно возводят детские сады, как по госпрограмме, так и силами инвесторов-застройщиков за счёт внебюджетных источников финансирования в рамках строительства ими новых жилых кварталов», – сообщили в пресс-службе Минжилполитики региона.

Всего к началу учебного года в регионе планируется открыть 12 новых детских садов.

Выбираем самокат



В Мытищах с начала сезона зафиксировано свыше 700 тысяч поездок на самокатах. Каждый день арендуется более 1,5 тысяч штук.

«Среднее время аренды на территории округа составляет 13 минут. Среднее расстояние – два километра. Самая длинная поездка, зафиксированная в Мытищах, составила 32 км», – рассказали в областном Минтрансе.

Всего в городском округе к аренде доступно порядка 4 тысяч электросамокатов.

/// «НЕЖНЫЙ БИЗНЕС»:
ДЕНЬ ЗА ДНЁМ

Знакомства, кофе и эффективные практики



Нетворкинг «Предприниматель раз-
умный. Эволюция НеУспеха» пройдёт в
городском округе 24 сентября. Органи-
зует мероприятие местное отделение со-
общества «Нежный бизнес».

«Мы возобновляем встречи пред-
принимателей, чтобы познакомиться,
развлечься и, конечно, обсудить новые
проекты. У каждого предпринимателя
за плечами провалы, ошибки, долги и
бессонные ночи! Об этом не принято го-
ворить, но мы попробуем», – рассказала
Лидия Никогосян, со-лидер сообщества
«Нежный бизнес» городского округа
Мытищи.

**«МЫ
ВОЗОБНОВЛЯЕМ
встречи
предпринимателей,
чтобы
познакомиться,
развлечься
и обсудить новые
проекты»**

Участники нетворкинга обсудят
истории провалов знаменитостей, рас-
скажут о своих ошибках и проведут над
ними работу под руководством психоло-
га Александры Завьяловой.

«Никакой скучной теории – только
эффективные практики, а также аро-
матные чай или кофе и вкусные десерты.
Будет атмосферно, весело и познаватель-
но», – подчеркнула Лидия Никогосян.
Место проведения – лофт «Кулибин»,
начало – 17 часов.

Организаторы отмечают – количество
мест ограничено.

Информационные партнёры меро-
приятия – портал «140 солнц» и газета
«Мой округ».



Зарегистрироваться
для участия
в нетворкинге

/// ДЕЛО ВКУСА



Лилия ШУНК: Сделаю триста пирожных и хожу уставшая, но довольная

Начну с главного – всё, что Лилия делает, необыкновенно вкусно! Торты, капкейки, пирожные, имбирные пряники, зефир, бизе... Пробовал лично, ручаюсь! «Я не просто пеку, а проектирую образ и реализую его в сладкую действительность», – говорит сама Лилия.

Кондитерским делом она занимается уже десять лет. Саму профессию кондитера называет призванием. Отдельно хочется сказать о таких её качествах, как ответственность и порядочность. Невозможно представить, чтобы она подвела, или отнеслась к заказу спустя рукава.

Если вы по какой-то причине ещё не слышали о Лилии Шунк, самое время исправить это недоразумение.

ПЕРВЫЙ ТОРТ – ПАРОВОЗИК ИЗ МУЛЬТФИЛЬМА

– Лилия, насколько я знаю, по профес-
сии вы – педагог. Когда решили сме-
нить сферу деятельности?

– Да, по специальности я – учитель
немецкого и французского языков. Вна-
чале какое-то время работала в школе.
Но в 2013 году ушла в декрет и стала
печь торты. Сначала угощала свою се-
мью, друзей. А первые клиенты пришли
с BabyBlog – портала матерей и бере-
менных женщин.

– Какой торт делали для первого за-
каза?

– Это был такой 3D торт – паровозик
из мультфильма. Очень волновалась,
особенно по поводу схожести с мульти-
пликационным прототипом. Но всё по-
лучилось. Тогда были популярны торты
из мастики, тренировалась на них.

– Как в семье отнеслись к вашему
выбору?

– Поддержали. Первые кондитер-
ские курсы спонсировал муж. Мама
поначалу с недоверием восприняла
мои начинания, но тоже выразила
поддержку, когда увидела первые ре-
зультаты.

ДАРЮ ЭМОЦИИ!

– Расскажите о вашем бизнесе! Что
он из себя представляет?

– Специализируюсь на тортах и де-
сертах. Но если это торты – то с эф-
фектом «Вау!». А если пеку их для де-
тей – то это, как правило, 3D-формы,
сказочные или мультипликационные
персонажи.

Много раз думала, как правильнее
себя презентовать. Решила – самое глав-
ное то, что через свою продукцию я дарю
людям эмоции. Даже в соцсетях, в шапке
профиля, написала: «Делаю ваши эмо-
ции слаще!».

– В чём ещё ваша особенность?

– В организации работы. Конкурен-
ция очень большая. Стараюсь быстро
отвечать заказчикам, не затягивать об-
суждение на несколько дней. Всегда при-
слушиваюсь к пожеланиям, но добавляю
свою изюминку.

– Названия для своего производства
не придумывали?

– В качестве бренда использую имя и
фамилию – Лилия Шунк, хорошо запо-
минается.

– Да, в перспективе звучало бы
красиво – «Кондитерский дом Лилии
Шунк». А у вас какое видение дальней-
шего развития?

– Моя мечта – студия свадебных тор-
тов. И сейчас заказы к свадьбам у меня
в приоритете. Сама отвожу торты, такую
работу не всегда можно доверить курье-
рам. А так, пробовала разные варианты.
Например, организовывала мастер-клас-
сы, но это не совсем моё.

ВЫХОДНЫЕ ДЛЯ МЕНЯ – РАБОЧИЕ ДНИ

– Сколько времени занимает ваша
деятельность?

– По-разному. Бывает, вся неделя за-
гружена. Выходные, как правило, для
меня рабочие дни. Понедельник и втор-
ник – более или менее, но в эти дни идёт
подготовка к выполнению следующих
заказов.

– Много сейчас клиентов? Есть ли се-
зонность в вашей работе?

– Сейчас как раз свадебный сезон, по-
этому заказов достаточно. Люблю боль-
шие объёмы – корпоративные заказы. У
меня есть опыт в их выполнении. Сделаю
триста пирожных и хожу уставшая, но
довольная (смеётся – прим. ред). Сотруд-
ничаю с учреждениями, финансовыми и
общественными организациями. Мою
продукцию уже многие знают, но хоте-
лось бы, чтобы знали больше.

– С корпоративными клиентами ра-
ботать проще, чем с частниками?

– Они обсуждают заказы не так де-
тально. Обговаривается, допустим,
цветовая гамма, чтобы попадала в тон
мероприятию, а дальше – насколько
хватит моей фантазии. Больше возмож-
ностей для творчества. Но частные за-
казы носят личный характер. Каждый
хочет донести до адресата что-то своё,
сакральное.

– В частном порядке кто, в основ-
ном, заказывает?

– Мамы, которые хотят порадовать в
день рождения своих детей. Мужчины,
бывает, тоже, но очень редко.

СЛОЖНЫЕ ЗАКАЗЫ – САМЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ!

– В вашей сфере меняются тенден-
ции?

– Сегодня чаще заказывают неболь-
шие торты – на полкило. Раньше, ког-
да в моде была мастика, больше пекли
торты весом в два с половиной – три
килограмма. Связываю изменения со
стоимостью продукции. Ингредиенты
постоянно дорожают. Цена торта
подчас за неделю увеличивается на сто
рублей, и это существенно. Я полгода
не повышаю цены. При этом заменять
компоненты на более дешёвые аналоги
тоже не хочу.

– Наверное, ваша семья никогда не остаётся без тортов и пирожных?

– Наоборот. Сын иногда говорит: «Мама, ну ты же кондитер! Почему у нас ничего дома сладкого нет?». Потому что у меня безотходное производство. Пеку что-то вкусненькое для семьи только к праздничным датам.

– Как повышаете квалификацию?

– Неоднократно проходила кондитерские курсы, приобретала видеоуроки. Каждый сезон появляется что-то новое. Особенно это касается свадебных тортов. За всем, конечно, не успеть, но я стараюсь. Также читаю истории других кондитеров, о том, как они шли к успеху.

– Были заказы, от которых вы отказывались?

– Любой заказ беру в работу. Соглашусь, а потом думаю, как это воплотить в жизнь. Перелопачиваю сайты. Сейчас очень много всего в открытом доступе. Сложные заказы – самые интересные. А я очень люблю декорировать, это моя отдушина. Могу это делать часами. Раньше ночами сидела...

ТОЧНО НЕ ОФИС!

– Что бы вы посоветовали тем, кто только начинает своё дело?

– Обязательно должен быть бизнес-план. Лично мне порой не хватает финансовой грамотности, структурированности в работе. Преобладает творчество, но без этого в кондитерском деле никуда. Хорошо, если бы был наставник, который подскажет, как вести дела.

– На ваш взгляд, возможно в ребёнке воспитать предпринимательские качества?

– Для этого должны сложиться определённые обстоятельства. Вполне можно привить бережливое отношение к деньгам. Научить правильно их тратить.

– Если не кондитерское дело, какую сферу бизнеса могли бы освоить?

– Возможно, что-то связанное с хореографией. Или фотографией. В любом случае, она была бы творческой. Точно не работа в офисе.



С днём рождения!

Сын иногда говорит:

**«МАМА, НУ ТЫ ЖЕ
КОНДИТЕР!»**

Почему у нас ничего
дома сладкого нет?»



Праздничные
наборы
макарун

– Чем ещё увлекаетесь?

– Занимаюсь йогой, танцами. В Королёве есть сообщество «Женская лига», где общаются предпринимательницы, делятся полезной информацией. Вхожу в него. Многие сидят на сериалах, но у меня они, скорее, идут фоном, во время работы. Одно время интересовалась нумерологией. Даже курсы окончила! Тренировалась на своих друзьях, родственниках. Вообще я очень увлекающийся человек!

Сергей ВАСИЛЬЕВ

Сладкий подарок
к 8 Марта

/// СЕКРЕТ КОНДИТЕРА

Галета с ягодами и фруктами

Рецепт от Лилии Шунк

Самый лёгкий десерт!
Вкусно, ароматно и хочется
ещё кусочек!



ИНГРЕДИЕНТЫ

Тесто:

- мука – 180 г,
- холодное сливочное масло – 150 г,
- сахар – одна столовая ложка,
- щепотка соли,
- холодная вода – пять столовых ложек.

Начинка:

- клубника, земляника, абрикосы, персики, можно микс (например, черешни и клубники – испробовано лично!),
- кукурузный крахмал – одна столовая ложка,
- сахар – две столовых ложки.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- соединяем в миске муку, сахар и соль,
- нарезаем в эту смесь холодное сливочное масло мелкими кусочками (можно натереть на крупной тёрке),
- перетираем масло с мукой руками в крошку, работаем быстро, добавляем холодную воду, скатываем тесто в шар и убираем в холодильник на полчаса,
- в это время нарезаем ягоды или фрукты,
- разогреваем духовку до 200 градусов,
- охлаждённое тесто раскатываем в круг, посыпаем крахмалом, выкладываем клубнику или фрукты, оставляя по краям 2-4 см,
- посыпаем начинку сахаром, заворачивая края, смазываем их желтком,
- отправляем в духовку на 30-35 минут до золотистой корочки.

Приятного аппетита!

Советую
готовить сразу

**ДВОЙНУЮ
ПОРЦИЮ!**



Лилия Шунк
в Интернете



140солнц
НАС ЧИТАЕТ ПОДМОСКОВЬЕ!

города, люди, бизнес, мнения

/// СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОЛОГИЯ



Ольга БУЯНОВА,
коуч-наставник,
психосоматолог,
трансформационный подход

Программы рода, или «Долги» наших предков

Что такое родология и кто такой родолог? Сначала будет сложно, но я постараюсь изложить все простым языком.

Родология – новая область знаний, изучающая законы развития Рода как системы. Она базируется на основах генеалогии, генетики, психогенетики, психологии, антропологии, культурологии, физики, математики, эзотерики.

Очень много всего интересного, но основное не разобравшись.

Родолог – это человек, который находит негативные программы рода и помогает их убрать.

Зачем убирать этот негатив, думаю, понятно.

Также родолог помогает каждому разобраться в своих проблемах через изучение истории своего рода. Ведь не зря говорят «на роду написано».

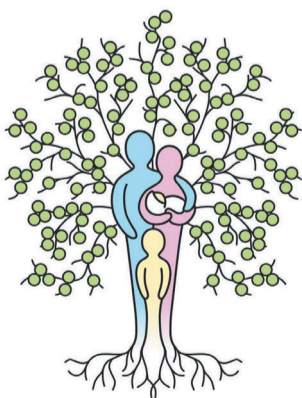
Почему важно разобраться в этом вопросе?

Родолог – это человек, который находит негативные программы рода И ПОМОГАЕТ ИХ УБРАТЬ

Недостаточное внимание к роду приводит к отрыву от родовых корней и усложнению отношений человека с материальным миром. На определённом этапе духовного развития всегда появляется задача, без решения которой творить счастливую жизнь становится невозможно – это взаимодействие с родом.

Каждый из нас является звеном в цепи поколений. Порой нам приходится, к собственному удивлению, «оплачивать долги» наших предков. Это своеобразная нить подталкивает нас к неосознанному повторению радостных или печальных событий, которые происходили ранее в нашей семье.

Задумывались ли вы, кем являетесь в этой системе и что вам досталось?



Ольга Буянова
в соцсетях

/// ПРОЕКТ В РАЗВИТИИ

Будет здоровье – будут и силы

Конференция «Женское здоровье» прошла в Мытицах

Мероприятие, организованное сообществом «Нежный бизнес» (лидер – Татьяна Яцкова), состоялось 11 августа в комфортном конференц-зале отеля «Лекко». Его посетили более пятидесяти женщин-предпринимателей, перед которыми за четыре часа выступили шесть профессионалов в различных областях: психология, гинекология, эндокринология, а также нутрициология.

Гармоничное развитие женщины в современном мире невозможно без укрепления здоровья, как физического, так и ментального. Необходим разносторонний подход и, соответственно, привлечение различных специалистов. Именно такую цель преследовали организаторы мероприятия. Гости конференции смогли не только послушать спикеров, но и пообщаться с ними в формате «вопрос-ответ».



Ольга Буянова

Ольга Буянова выступила с авторской лекцией «Секреты успеха Современной женщины и Энергия рода». Благодаря ей посетители конференции узнали, что мешает и помогает женщине быть в ресурсе, балансе и гармонии. Также обсудили одну из популярных в настоящее время тем – трансформационные программы предков, которые негативно влияют на нас в настоящем, и поговорили о силе рода.



Тамара Горгидзе

Главный врач клиники «Мать и дитя» в городе Мытищи, акушер-гинеколог, врач УЗИ Тамара Горгидзе рассказала о необходимости регулярных профилактических осмотров, а также как правильно к ним подготовиться. С вопросами эндокринологии помогла разобраться Альфина Латипова, эндо-



кринолог клиники. Альфина выступила с лекцией «Влияние стресса на женское здоровье».

После перерыва выступала Александра Завьялова – магистр психологии, специалист медицинского гипноза в клинике внутренних болезней, телесно-ориентированный терапевт, клинический психолог. В своей лекции «Психология здоровья женщины» Александра затронула такие важные темы, как базовая по-



Александра Завьялова

требность женщины, из-за которой возникает хронический стресс; физиология стресса и его польза; влияние женщин из вашего окружения на ваше тело; когда и почему включается конкуренция с женщинами.

Следующая тема – вопросы правильного питания. С лекции «Питание и образ жизни по конституции тела» выступила Александра Шведченко – женский, детский и спортивный нутрициолог, специалист по микробиоте. Участницы мероприятия получили не только много интересной и полезной информации, но и на практике попробовали определить свою конституцию тела, а также получили практические советы и рекомендации от Александры.

«Женщина, занимающаяся предпринимательством, должна быть здоровой. Будет здоровье – будет и бизнес развиваться так, как нужно, будут и силы,



Александра Шведченко

и возможности, и желание. Огромная благодарность лидерам сообщества в городском округе Мытищи за такое мероприятие. Подобные конференции мы проведём во всей Московской области, во всех муниципалитетах», – отметила Наталья Муравьева, руководитель проекта «Нежный бизнес», президент НКО Союз «Содействие женскому предпринимательству».

Гармоничное развитие женщины в современном мире невозможно БЕЗ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Вторая конференция «Женское здоровье» пройдёт в городском округе Мытищи уже 11 ноября. Организаторы выражают благодарность партнёрам мероприятия: салону оптики «Око», клинике «Мать и дитя», отелю «Лекко», производственной студии десертов «Лоломи», проекту «Life. Love. Business», а также за информационную поддержку конференции – portalу «140 солнц», газете «Мой округ» и ГК «Мособлреклама».

Лидия НИКОГОСЯН,
со-лидер сообщества
«Нежный бизнес» г.о. Мытищи
Фото Инессы ГРУШКО

/// ЧТО-ТО НОВЕНЬКОЕ

А для знакомства я спою!

Первый караоке-квиз провели в Королёве

«Караоке-Quiz» – командная викторина нового формата. Она сочетает в себе интеллектуальные и музыкальные задания. В минувшие выходные мелодичный «Караоке-Quiz» пришёл в Королёв. Первая игра состоялась в семейно-досуговом центре «K12.01».

Как рассказала организатор мероприятия Анна Хлюстова, идея познакомить жителей наукограда с новой викториной возникла у неё два года назад. Подобные квизы с успехом проводились в Челябинске, и Анна всерьёз рассматривала возможность приобрести франшизу, искала инвестора. Сложилось всё только в этом году. За это время Анна приобрела большой опыт проведения интеллектуальных викторин. Её хорошо знают любители квизов в Королёве, Мытищах. И вот – что-то совсем необычное, оригинальное.

Отправной точкой стало знакомство с клубом «K12.01». «Настоящее открытие! Клуб порадовал атмосферой – очень тёплой и уютной, по-настоящему семейной. Меня пригласили в команду и предложили осуществить свою задумку, оказали огромную поддержку. Я нашла своё идеальное место для самореализации», – рассказывает Анна.

Участниками первого «Караоке-Quiz» стали пять команд. Анна Хлюстова – один из членов проекта «Миссис Королёв», поэтому не стоит удивляться тому, что в одной из команд были представительницы организаторы и победительницы этого конкурса прошлого сезона, в другой – участницы сезона-2023 и т.д.

Сама игра состояла из знакомства-распевки и пяти туров. Звучали вопросы на музыкальную логику, аудиовопросы, караоке-загадки. А в финале был блиц, во время которого нужно было угадать исполнителей по изображениям.



Сама игра состояла из знакомства-распевки и пяти туров



Селфи на память о первой игре

«Первая игра – пилотная, её не анонсировали. Готовились тщательно, и получили самые восторженные отзывы. Могу сказать с уверенностью – мы го-

Готовились тщательно, и получили самые ВОСТОРЖЕННЫЕ ОТЗЫВЫ

товы запускать новый проект! Теперь Караоке-Quiz будет проходить в клубе «K12.01» на регулярной основе», – отметила Анна Хлюстова.

Она поблагодарила партнёра проекта – прачинную студию «У Топора», предоставившую подарки призёрам и победителям первой игры. Следующая музыкальная викторина, по её словам, должна пройти 9 сентября. Следите за анонсами в соцсетях клуба! Такое мероприятие нельзя пропустить!

Сергей ВАСИЛЬЕВ

/// ЗВЁЗДНАЯ
КАРТА



Что в планах у Вселенной

Приветствую всех моих Лунных читателей! Меня зовут Елена Зацепина, и я практикующий Восточный Астролог. Уже более четырёх лет я помогаю людям разобраться в себе с помощью астрологии. Провожу личные и онлайн консультации для детей и взрослых. Работаю старшим Куратором в Школе Астрологии и являюсь наставником для людей, начинающих изучать эту волшебную науку.

Лето красное пропели, оглянуться не успели, а уже сентябрь на носу. Что ждёт нас на астрологическом небосводе? Давайте посмотрим.

Месяц начинается с ещё одной ретро-планеты. Да, мы думали что трёх нам уже с лихвой, ан нет. Получите четвертую ретроградную планету на небе, Юпитер. Планета закона, правил и норм, финансов и всех видов юридических сделок 4 сентября начинает пятиться назад. И эти приключения аж до конца года.

Видимо, у Вселенной планы заставить нас доделать дела, закрыть оставшиеся гештальты, завершить ненужные отношения и проекты, навести порядок во всех сферах. Хорошо хоть, вечером этого же дня Венера перестанет идти назад вместе и начнёт свой, пусть медленный, но всё-таки ход вперёд. Дадим ей пару-тройку дней на набор скорости, и наконец-то сфера чувств, красоты и отношений вернётся в нормальное русло.

Новую Луну В ЗНАКЕ ДЕВЫ встречаем 15 сентября

Новую Луну в знаке Девы встречаем 15 сентября (в 04.39 по московскому времени). Период, когда нужно составлять чёткие планы действий, прописывать шаги к достижению целей и начать заниматься своим здоровьем.

В этот же день Меркурий также перестаёт быть ретроградным. И ещё минус один. В чат вернутся адекватность восприятия информации, нормальные коммуникации и нормальная работа техники.

Солнышко покидает свой знак Льва и переходит в дотошный знак Девы 17 сентября. С таким Меркурием и Солнцем и учёба пойдет легче. Много рутинных дел, забота о здоровье, планирование и структурирование.

День осеннего равноденствия отметим 23 сентября. Это время, когда осень на полную входит в свои владения. Завершает месяц 29 сентября моё любимое, волшебное Полнолуние в знаке Рыб. Время загадывать желания и делать практики на привлечение любви и гармонии.

Рыбы – про Вселенский мир во всем мире! Чего я вам от всего сердца желаю! До новых встреч!



Фото команды победителей. Справа – организатор и ведущая караоке-квиз Анна Хлюстова



Елена Зацепина
в соцсетях

ЦИУНЬ
торгово-развлекательный центр

МУЛЬТИВЫХОДНЫЕ

СОЮЗ МУЛЬТФИЛЬМ

с 3.09 по 19.11

Интерактивные программы и мастер-классы

КАЖДОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ
с 16.00 до 18.00

0+

ТРЦ «Июнь», ул. Мира, стр. 51

*Посещение мероприятий бесплатное
КОЛИЧЕСТВО МЕСТ НА МАСТЕР-КЛАССЫ ОГРАНИЧЕНО

/// ИНТЕРЕСНЫЙ ВЫХОДНОЙ

Встретиться с детством

ТРЦ «Июнь» в городе Мытищи и студия «Союзмультфильм» запускают совместный офлайн-проект для детей – «Мультивыходные с любимыми героями»

Каждое воскресенье, с 3 сентября по 19 ноября, гостей торгового центра ждут встречи с любимыми анимационными героями, которых знают у нас в стране все без исключения взрослые и дети.

Студия «Союзмультфильм» в рамках нового совместного проекта с торгово-развлекательным центром «Июнь» представит обширную программу, разработанную специально для маленьких мытищинцев и гостей города. В программе мероприятий бесплатные творческие мастер-классы, а также весёлые игры с героями всем известных мультфильмов. За время проведения «Мультивыходных с любимыми героями» в ТРЦ «Июнь» дети познакомятся с уже полюбившимися героями таких мультсериалов как «ЛуддВилль», «Крутиксы», «Зебра в клеточку», «Оранжевая корова», и многих других. Родители же получат уникальную возможность встретиться с детством, вспомнить и пообщаться с героями из «золотой коллекции» мультфильмов студии «Союзмультфильм» – «Ну погоди!», «Малыш и Карлсон», «Простоквашино», «Бременские музыканты» и другими.

Посещение мероприятий БЕСПЛАТНОЕ

«Благодаря своей долгой истории «Союзмультфильм» обладает волшебной способностью объединять детей и

взрослых, которые одинаково любят наших мультгероев, и очень здорово, когда этот диалог происходит с помощью творчества и активных игр. Это один из лучших вариантов для семейного досуга», – отметил **Борис Машковцев**, генеральный директор киностудии «Союзмультфильм».

По словам исполнительного директора торгово-развлекательного центра в городе Мытищи **Ирины Соколовой**, в ТРЦ «Июнь» старт проекта ожидают с большим волнением.

«Работа с легендарной советской и российской киностудией мультипликационных фильмов «Союзмультфильм» приносит нам массу положительных эмоций, возвращая воспоминаниями в беззаботное детство. Мы рады, что на площадке нашего торгового центра будет реализован такой масштабный проект и у всех желающих появится уникаль-

Количество мест на мастер-классы

ОГРАНИЧЕНО

ная возможность соприкоснуться с творчеством киностудии, чьи работы являются частью культурного наследия страны», – рассказывает Ирина Соколова, исполнительный директор ТРЦ «Июнь».

В рамках «Мультивыходных с любимыми героями» будет

проведено двенадцать тематических мероприятий. По воскресеньям с 16 до 18 часов в центральной галерее торгово-развлекательного центра юных посетителей ждёт двухчасовая насыщенная программа, состоящая из творческого мастер-класса и игр с аниматорами-героями мультипликационных фильмов. Там же, в месте проведения мероприятий, установлена тематическая фотозона «Умка» с самым трогательным и искренним популярным мишкой и его друзьями.

По информации ТРЦ «Июнь»

Проведение бесплатных мероприятий для детей стало традиционным для торгово-развлекательного центра «Июнь» в г. Мытищи. Ранее в ТРЦ уже проходили «Миссия для юных инженеров» (посвящена изобретательской деятельности); «Миссия для юных экологов», «Путешествие по странам» и «Маленькие профи».

ГОРОДСКАЯ ИНФОРМАЦИОННАЯ ГАЗЕТА

МОЙ ОКРУГ

№ 11 (19) ВТОРНИК, 29 августа 2023 г.

Главный редактор –
Макеев Д.В.

Электронная версия газеты: 140suns.ru

Учредитель и издатель – Макеев Д.В.
Адрес редакции: 141008, Московская область,
г. Мытищи, ул. Матросова, д. 8, помещ. 2
Адрес издателя: 141195, Московская область,
г. Фрязино, ул. Барские Пруды, д. 3, кв. 91
Телефон для связи: +7 (965) 328-21-95; e-mail: 140suns@mail.ru

Газета зарегистрирована в Управлении федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по

Центральному федеральному округу.

Свидетельство о регистрации – ПИ № ТУ 50-02995 от 24 сентября 2021 г.

Письма и рукописи, присланные в редакцию, не рецензируются и не возвращаются. Мнение авторов публикуемых статей может не совпадать с мнением редакции. Авторы несут ответственность за точность приведенных фактов, цитат, собственных имен и т. д. За достоверность публикуемых объявлений отвечает только рекламодатель.

® – материалы, публикуемые на коммерческой основе. Возрастной ценз: 12+

Время подписания в печать по графику – 15:00, фактически 15:00

Газета отпечатана в АО «Красная звезда». 117342, г. Москва,

Севастьяковский проспект, 56/40с1

Печать офсетная. Объем 4 п. л. Тир. 10 000 экз. Цена договорная. Зак № 5009-2023