

GENERATION NEXT

KAZAKHSTAN 2019 №1



YOU

ДЛЯ МЫСЛЯЩЕЙ МОЛОДЕЖИ



KAZGUU
LAW SCHOOL

Высшая
школа
права

Специальности

Международное
право

Юриспруденция

Правоохранительная
деятельность

Программы сертификации

Английское право

Право и бизнес

Немецкое право

Legal IT



Высшая
школа
ЭКОНОМИКИ

Специальности: Экономика; Менеджмент; Туризм; Финансы; Учет и Аудит; Переводческое дело; Психология; Маркетинг; Гостеприимство; Управление людскими ресурсами HR; Предпринимательство; Информационные технологии в бизнесе; Бизнес психология;

Программы сертификации: Международные отношения; Управление проектами; Бухгалтерский и Управленческий учет; Бизнес и право; Связи с общественностью; Бизнес журналистика; Исламские финансы; Гостеприимство; Маркетинг; Управление персоналом; Информационные технологии; Экскурсоведение; Финансы; Предпринимательство и инновации;

Международные аккредитации



DAAD

Deutscher Akademischer Austausch Dienst
Servicio Alemán de Intercambio Académico

CIMA

Chartered Institute of
Management Accountants





АГЕНТСТВО «ZDG»
ПОМОЖЕТ ВЫБРАТЬ И ПОСТУПИТЬ
В ЧАСТНЫЕ ШКОЛЫ, ШКОЛЫ-ПАНСИОНАТЫ,
ВУЗЫ И ЯЗЫКОВЫЕ ШКОЛЫ ВЕЛИКОБРИТАНИИ,
ОАЭ, США И ДРУГИХ СТРАН.

НАШИ УСЛУГИ:



индивидуальный
подбор
учебного заведения



полная коммуникация
с учебными
заведениями



помощь в подготовке,
оформлении
и подачи документов
в учебные заведения



организация
ознакомительной
поездки для детей
и взрослых



содействие
в сборе документов
для визы



помощь
при выборе опекунской
компании



сопровождение студента
в течение
всего времени обучения



абсолютная поддержка
студента
во всех вопросах



+77071707861



zdgagency@gmail.com



zdg_agency

GENERATION NEXT

KAZAKHSTAN

Над номером работали

Издатель \ Publisher
Динара ЗАКИЕВА

Директор проекта \ Project director
Гульнар АРЫСТАНОВА

Редактор \ Redactor
Алла ГАВРИНА

Дизайнер \ Designer
Екатерина ТУЛЯКОВА

Авторы статей:

Алия НАРИКБАЕВА
Амина НАРИКБАЕВА
Амир МАХМЕТ
Ибрахим НАРИКБАЕВ
Нурай КАРАТАЕВА
Амина КАРАТАЕВА
Нуржанат ОРАЗБЕК
Томирис ХАТИМ
Сайды ТУРГУЛЬДИНОВА
Дана КАБДУЛЛИНА

GN платформа
Gnext.kz

Присоединяйтесь к нам @gn_news

Реклама в GENERATION NEXT
Тел: +7 707 170 78 61

Учредитель: ТОО «Generation Next»
Адрес редакции: 010000, Астана
Коргалжинское шоссе, 8

Журнал зарегистрирован в Министерстве информации и коммуникаций РК
Свидетельство №16069-Ж от 11.07.16

Тираж – 10 000 экземпляров
Издается с 2017 года

Все права защищены.

Статьи, рубрики и другие редакционные страницы журнала Generation Next являются справочно-информационными и аналитическими материалами. Запрещается полностью или частично воспроизводить опубликованные в журнале Generation Next статьи, материалы, фотографии и другие результаты интеллектуальной деятельности.

www.gn-magazine.com

МАЗМҰНЫ СОДЕРЖАНИЕ CONTENTS #4\2018



LETTER OF GENERATION NEXT INSPIRERS



FOR
CARING
GENERATION

HELLO AGAIN!

This is Alilya speaking, welcome to the 4th edition of Generation next magazine. This magazine is a special one, filled with a bunch of information teens now a days need. This magazine is called 'YOU' because it is focused all on you. This year is a very important year for Generation next as in Kazakhstan it's announced as the year of 'youth' and we presented our project and social media gnex. kz to the president Nursultan Nazarbayev at the youth forum.

Hope you'll enjoy it and keep growing with us.

И СНОВА ПРИВЕТ!

Это Алия, добро пожаловать в 4-ый выпуск журнала Generation next. Это уникальный журнал, который несет в себе полезную информацию для молодого поколения. Выпуск журнала называется «Ты», потому что мы старались все сделать именно для тебя. Текущий год очень важен для команды Generation next, так как 2019 год объявлен годом молодежи в Казахстане, мы презентовали свой проект и социальную платформу gnex.kz Президенту страны Нурсултану Назарбаеву в ходе молодежного форума.

Надеюсь, вам понравится и мы будем расти вместе!

2019 Жыл - жастар жыны





Нұрсұлтан Назарбаевқа Қазақстанның алғашқы ерекше **gnext.kz** әлеуметтік желісі тәністырылды

Жас буын өкілдері қоғамның қозғаушы қүші екенін ескерсек, 2019 жылы жастарға бұдан да көп көніл бөлінеді. Биылғы жылдың қаңтар айында өткен Жастар форумында жастардың жобалары мен тың иделарының жүзеге асуына мемлекет басшысы Н.Назарбаев қолдау білдіруді тапсырды. Атамыш форумда Generation Next журналының авторлары Елбасы алдында жобаны тәністырып, алдағы жоспарларымен тәністырғанын мақтандыспен айта аламыз. Мәселен, жоба барысында Generation Next әлеуметтік желісі іске қосылды. Бұл арқылы еліміздің жастары пайдалы ақпарат пен маңызды жаңалықтарын бөлісе алады. Сонымен қатар, түрлі кастинг, онлайн оқу сабактары, яғни, тұтастай жастар контенті қамтылады. Бұған тек қазақстандық қана емес, әлем елдерінің жастары қатыса алады.

«GN Events» бөлімінде Қазақстанда және шетелде өткізілетін жастар іс-шараларын және оқиғаларын таба аласыз. «GN News» - жас үргапақ туралы қызықты жаңалықтар мен жастардың түрлі саладағы жетістіктері баяндалатын бөлім. «GN Magazine» - жас авторлар мен редакторлардың мақалалары жарияланатын онлайн-журнал. Сондай-ақ, порталда «GN психология» бөлімі арқылы онлайн көмек алуға болады.

«GN Educates» - әртүрлі пән бойынша үздік білім беру ресурстары мен онлайн-сабактар орналастырылған бөлім. «Қазақстан туралы» бөлімінде еліміз, тарихымыз, мәдениет пен дәстүрлеріміз туралы қызықты ақпараттар бар.

«GN-мен демалу» - пайдалы кітаптар, фильмдер мен мультфильмдердің тізімі жарияланатын бөлім. Жалпы, аталмыш әлеуметтік желі арқылы жастар пайдалы да қызықты ақпаратпен бөліссе алатынына жоба авторлары бек сенімді.

Гүлнар АРЫСТАНОВА, жоба жетекшісі:

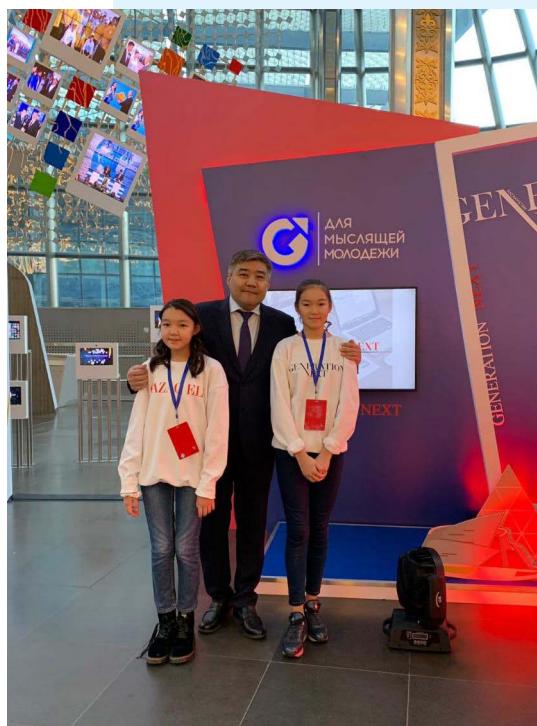
Журналдың негізін қалаушылар кәсіби журналистер емес, жастар болып табылады. Олар өздерінің толғандырған тақырыптары бойынша мақала жазып, танымал адамдардан сұхбат алады. Жуырда журналдың мобиЛЬДІК қосымшасы да іске қосылады.

Бекарыс ЕРЛАНҰЛЫ, жас журналист:

13-14 жастағы балалардың кең, ауқымды мақалалар жазғандары мен үшін қызық болды басында. Сөйтіп, менің де мақалалар жазуға деген ынтам пайдады. Сондықтан, оларға қосылып, үжымның мүшесіне айналдым.

Нұржанат ОРАЗБЕК, жас журналист:

Осы жобаға бір жылдай уақыт қатысып жүрмін. Өзіме үнайды. Сұхбат алып, мақала жазуды үйреніп жүрмін. Айтпақшы, журналдың осы шығарылымында алғашқы мақалам жарық көрді. Оқып шығуға кеңес беремін.



БІРІККЕН АРАБ ӘМІРЛІКТЕРІНІҢ ЖАСТАР ІСІ ЖӨНІНДЕГІ МИНИСТРІ ШАММА ӘЛ МАЗРУИ ХАНЫММЕҢ СҰХБАТЫ

.....

ИНТЕРВЬЮ С МИНИСТРОМ ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ ОАЭ Г-ЖОЙ ШАММОЙ АЛЬ МАЗРУИ

**YOUTH IS THE FOUNDATION OF EVERY NATION.
BUILD ON THAT FOUNDATION, REACH NEW HEIGHTS.
MAKE YOUR NATION PROUD.**

MOHAMMED BIN RASHID AL MAKTOUM & MOHAMMED BIN ZAYED AL NAHYAN



Алия:

**ҚҰРМЕТТІ ШАММА ӘЛ МАЗРУИ ХАНЫМ, ҮАҚЫТЫҢЫЗДЫ БӨЛІП, СҰХБАТҚА КЕЛІСКЕНІҢІЗ
ҮШІН АЛҒЫСЫМЫЗДЫ БІЛДІРЕМІЗ. ЖАС КЕЗІҢІЗДЕН БАСТАП, ЕЛІҢІЗДІҢ ДАМУЫНА
АТСАЛЫСҚАНЫҢЫЗ БІЗДІ ТАҢҒАЛДЫРЫП, ШЫНЫМЕН ДЕ ЖІГЕРЛЕНДІРЕДІ.**

.....

УВАЖАЕМАЯ Г-ЖА ШАММА АЛЬ МАЗРУИ! СПАСИБО БОЛЬШОЕ ЗА УДЕЛЕННОЕ ВАМИ ВРЕМЯ,
МЫ ОЧЕНЬ РАДЫ И БЛАГОДАРНЫ ЗА ВОЗМОЖНОСТЬ ВСТРЕТИТЬСЯ С ВАМИ. ПРИМЕР ТОГО,
ЧТО ВЫ, В СТОЛЬ ЮНОМ ВОЗРАСТЕ, ДЕЛАЕТЕ ДЛЯ СВОЕЙ СТРАНЫ ОЧЕНЬ ВООДУШЕВЛЯЕТ И
ДАЕТ МОТИВАЦИЮ РАЗВИВАТЬСЯ ДАЛЬШЕ.

Шамма Әл Мазруи:

Рахмет, мен де сіздермен көрісkenіме қуаныштымын.

Спасибо большое за ваш визит, это большая честь для меня встретится с вами.

Ибрахим:

**БАЛА КЕЗІҢІЗДЕ НЕ ТУРАЛЫ ЖӘНЕ КІМ
БОЛУДЫ АРМАНДАДЫҢЫЗ?**

О ЧЕМ ВЫ МЕЧТАЛИ И КЕМ ХОТЕЛИ
СТАТЬ, КОГДА БЫЛИ МАЛЕНЬКОЙ?

Шамма Әл Мазруи:

Қай сала болса да әрқашан халқым үшін қызмет етуді қаладым. Сонда да экономика, қаражы, бағалы қағаздар, ЖІӨ тақырыптары мен көбірек қызықтырғандай болды. Жалпы айтқанда, бір елдің басқа елден табысты әрі бай болуының сырын білгім келген. Ол үшін адами немесе табиғи ресурстар қалай әсер етү мүмкін дегенді сараладым. Сөйтіп, қаржыгер мамандығын менгеріп, Wall Street-те жұмыс істеп, банкир боламын деп ойладым.

Я всегда хотела работать во благо своего народа, в любой сфере жизни, но меня вдохновляли и интересовали экономика и финансы. Мне очень нравились рынок бумаг, экономика, ВВП и все то, что делает страну успешнее и богаче, чем другие страны. Меня интересовало, какие для этого нужны ресурсы, человеческие или природные. И я изучала финансы потому, что хотела стать банкиром и работать в финансовой системе, на Уолл стрит, торговать облигациями.

Алия:

**ӨЗ ӨМІРІНІЗ ТУРАЛЫ АЙТЫП КЕТЕ
АЛАСЫЗ БА?**

РАССКАЖИТЕ ПОЖАЛУЙСТА О СВОЕЙ ЖИЗНИ?

Шамма Әл Мазруи:

Мен Оксфорд мектебін бітіріп, мемлекеттік саясатқа да қызықтым (экономикадан кейін). ЖОО-нын тәмемдап, Егеменді қорда жұмыс істей бастадым. Аталмыш қор жеке капиталмен, яғни банкроттыққа ұшыраган компаниялармен жұмыс істейді; ол осындаи компанияларға инвестиция салып, қайта жаңғыруға және қайтадан пайда табуға көмектесіп отырады. Қазіргі таңда жекеменшік компаниялардың саны өте көп. Егемен қор олардың болашақ жоспарларын саралай отырып, компаниялардың дамуы үшін қаржы құралдарын қолданылады.

Я закончила школу в Оксфорде и стала изучать государственную политику, но до этого я изучала экономику и финансы, потому что хотела работать в этой сфере. Сразу после того, как я закончила университет, я стала работать в Суверенном фонде. Фонд работает с частным капиталом, то есть, компаниями, стоящими на грани банкротства; он вкладывает деньги в такие компании, помогая им держаться на плаву и стать вновь выгодными. Существует очень много частных компаний и используется много финансовых инструментов для понимания того, как можно вкладывать средства Суверенного фонда для помощи этим компаниям, в долгосрочной перспективе.

Алия:

МИНИСТРЛІККЕ ТАҒАЙЫНДАЛҒАННАН КЕЙІН ҚАҢДАЙ ҚЫЫНДЫҚТАР БОЛДЫ? ОЛАРДЫ ШЕШУ ҮШІН НЕ ИСТЕДІҢІЗ?

.....

КАКИЕ ТРУДНОСТИ ИЛИ СЛОЖНОСТИ
ВЫ ВСТРЕТИЛИ ПОСЛЕ ВАШЕГО
НАЗНАЧЕНИЯ МИНИСТРОМ И ЧТО ВЫ
ДЕЛАЛИ ДЛЯ ИХ РЕШЕНИЯ?

Шамма Эл Мазруи:

Мен әрбір қыындықты жаңа туған мүмкіндік ретінде қарастырамын. Елімізде тұрып жатқан әр адамның ойы да дәл осындаидай. Бұл ел шөл дала, бірақ бай табиғи ресурстардың көмегімен біз осындаидай жоғары көрсеткіштерге қол жеткіздік. Өзге елдерде де дәл сондай табиғи байлық бар, өкінішке қарай сол елдердің дамуы көніл көншітеді. Мениң ойымша, Араб Әмірліктерінің қарқынды дамуы тікелей дана басшысына байланысты. Ол кез-келген қыындықты мүмкіндік ретінде бағалайды. Қай сала болмасын біз де дәл осылай жасауымыз қажет деп ойлаймын. Шынымды айтсам, тағдырдың маған ұсынған қыындықтарын жақсы көремін, ақыры сынақтан өтіп, сол қыындық жақсылыққа үласады.

Я родилась в стране, где мы смотрим на сложности как на возможности и используем их как двигатель, толкающий вперед. Эта страна, она была пустыней, а посмотрите вокруг сейчас, и мы добились всего этого не потому, что у нас есть богатые природные ресурсы. Ведь другие страны, имеющие больше ресурсов, не добились того, чего добились ОАЭ. Я думаю, здесь дело в мудром лидере и том, что он видит в любой трудности возможность и шанс к улучшению страны. Поэтому вокруг нас очень много таких шансов и возможностей, и не важно где и в какой сфере мы работаем. По правде сказать, я люблю такие вызовы судьбы, они пытаются сломать нас, но в конечном итоге делают лишь лучше.

Амина:

БҰЛ ЛАУАЗЫМҒА ӨТҮГЕ СІЗДЕН БАСҚА БАӘ-НІҢ ВИЦЕ-МИНИСТРІ МЕН ПРЕМЬЕР- МИНИСТРІНІҢ ДЕ ӨТІНІШТЕРІ БОЛҒАНЫН БІЛЕМІЗ. МИНИСТРЛІККЕ ӨТҮГЕ СІЗДІҢ ТОЛЫҚТАЙ МУМКІНДІГІЗ БАР ЕКЕНИН ЕСТИГЕН КЕЗДЕ ҚАҢДАЙ СЕЗІМДЕ БОЛДЫҢЫЗ?

.....

КАК ВЫ ЧУВСТВОВАЛИ СЕБЯ УЗНАВ, ЧТО
НАХОДИТЕСЬ В ЧИСЛЕ НОМИНАНТОВ
НА ЭТУ ПОЗИЦИЮ НАРЯДУ С 3
МУЖЧИНАМИ И 3 ЖЕНЩИНАМИ, СРЕДИ
КОТОРЫХ БЫЛИ ВИЦЕ-МИНИСТР И
ПРЕМЬЕР-МИНИСТР ОАЭ?

Шамма Эл Мазруи:

Мен бұл сәтті ешқашан да үмітпаймын. 2016 жылдың ақпан айы еді. Ол кезде мен Абу-Дабиде жоғарыда айтқан Егеменді қордың инвестициялық кеңесшісі ретінде жұмыс істедім. Мені арнағы сұхбатқа шакырганда нақты не үшін екенін білмедім. Сұхбат кезінде қызықты сұрақтар қойылды, сонда да мені таңдауы мүмкін деп еш ойламадым. Құдайдың қалауы білсін дедім. Ең бастысы өз жұмысымды абыраймен атқарсам деген үтамда болдым. Елім үшін қызмет ету мен үшін үлкен құрмет пен қуаныш деп зор сеніммен айта аламын.

Я никогда не забуду этот момент. Это был февраль 2016 года, я тогда работала в Абу-Даби консультантом по инвестициям в Суверенном фонде и мы работали над большим проектом по одной компании с частным фондом. Когда мне позвонили для проведения интервью я даже не знала для чего конкретно проходила его. Я не была полностью вовлечена в работу государственного сектора. Меня больше интересовали финансы и все то, что касается моей работы. Со мной провели интервью, задавали очень интересные вопросы. Для меня весь этот процесс не носил характер соревнования и я даже не думала о том, выберут меня или нет. Если Богом что-то предназначено человеку, то он должен делать это; будут ли это финансы или государственный сектор, и я думала, что не важно где я буду, что я буду делать, но я должна приложить все усилия и делать все с душой. Когда человек делает что-то с душой, то всегда остается победителем. Для меня это честь и радость быть избранной для служения народу своей страны.



Амина:

**«ІОО КҮН» БАҒДАРЛАМАСЫНЫң ЖУЗЕГЕ АСЫРЫЛАУЫ ЖӘНІНДЕ АЙТЫП
КЕТИҢІШІ, ӨЗІҢІЗГЕ БҰЛ БАҒДАРЛАМА ҚАНШАЛЫҚТЫ ҰНАЙДЫ?**

.....
**РАССКАЖИТЕ ПОЖАЛУЙСТА О ПРОГРАММЕ ИОО ДНЕЙ, КАК ОНА
РЕАЛИЗУЕТСЯ И НРАВИТСЯ ЛИ ОНА ВАМ?**

Шамма Әл Мазруи:

Министрлікке тағайындалғаннан кейін Президент жастарға бағытталған ИОО құндік жұмыс жоспарымды көргісі келді. Біріккен Араб Әмірліктеріндегі жастарға 15 жастан 30 жасқа дейінгі жандар кіреді, кейбіреулері 35 жасқа дейінгілерді де жастар санатына жатқызады. Жастар еліміздің 50 пайызын құрайды. Сонымен, нәтижесі қандай болды? Біз әртүрлі Әмірліктерден келген жастарды жинап, келіссөздер жүргіздік. Студенттер, мектеп оқушылары, жұмыссыз және мемлекеттік қызметте жүрген жастарға қалай көмек көрсете алатынымыз туралы сұрақтар қойдық. Осылайша ИОО құндік жоспардың мазмұны пайда болды. Яғни, бұл жеке мениң бастамам емес, тұтас жастар қауымының ұсынған бастамасы болып шықты. Сондықтан бұл жоспардың нәтижелі болатынына көзіміз жетті.

После моего назначения Король захотел увидеть план работы на ИОО дней, мои планы работы с молодежью от 15 до 30 лет, которой больше 50% от общего количества населения ОАЭ, а некоторые относят к молодежи людей до 35 лет. Что получилось в итоге?! Мы собрали всю молодежь из разных Эмираторов, сели с ними за стол переговоров и сказали: Вы – молодежь учащаяся в университетах, вы – молодежь учащаяся в школах, вы – работающая молодежь, вы - безработная молодежь, вы - сотрудники государственных органов, чем мы, государство, можем вам помочь? Что мы можем сделать для отражения ваших стремлений в законах, правилах, инициативах, и план ИОО дней стал восхитительным. Он не пришел от меня, он стал отражением огромного количества молодежи страны, а когда План отражает нужды и желания людей - это лучший способ его составления.

Алия:

ЖАСТАР САЯСАТЫ СТРАТЕГИЯСЫ МЕН ЖОСПАРЛАНҒАН МӘДЕНИ ШАРАЛАРЫ ТУРАЛЫ АЙТЫП КЕТИҢЗШІ?

Шамма Әл Мазруи:

Иә, әрине. Араб Әмірліктерінің өзіндік кезінде, барлық стратегияларды жүзеге асыруға тырысады. Біз әлемдегі ең озық мемлекеттердің бірі болғымыз келеді, 2071 жылға дейін даму жолдарының барлық стратегияларымен пайымдаулар жүргізілді, оның ішінде маңызды жұмыс -жастармен тығыз қарым-қатынаста болу. Араб Әмірліктерінің азаматы болу, болмауы шарт емес, жастардың белгілі бір жас ерекшеліктеріне мән беріп, 5 басты негізді қолданамыз. Мемлекет жастарға бар мүмкіндікті жасағысы келеді және олардың қоғамға, қоршаған ортага үлестерін қоса отырып, өздерінің де болашақ мамандығына еркін жетуін қалаіды. Яғни, біздің алдымызда тұрған бар мәселе жастарға мемлекет тарапынан қандай көмек көрсете аламыз. Сонымен қатар, біз жастардың рухани дамуына, деңсаулықтарының жақсаруына, қауіпсіздігіне алаңдаймыз. Жастардың кәсіпкерлік рухы пайда болғанын қалаймыз. Және де шындыққа жақ болса дейміз. Тіпті, мемлекеттік қызмет атқаратын болса да, шыншыл, жылдам және кез-келген іске тез бейімделетін, аударайтын тосын-сыйына төтеп бере алатын, өзгерістермен жаңа дәүірге аяқ, басуға дайын болуарын қалаймыз. Стратегиямыздың жарты белгілі осы жастардың әлемдегі өзгерістерге қалай дайындаі алатынымыз жайында болмақ. Өткен аптада мен Финляндия азаматының қолына арнағы қондырығы орнатқанын көрдім, оны хирургиялық ота арқылы орнатқан екен. Атальыш қондырығы арқылы жол ақысын төлең жүреді. Біздің елде жетістіктерге қол жеткізу үшін, жастарға осындаі мысалдарды көрсете отырып, оларға инновациялық дүниелерді жасау үшін, ең алдымен құқықтық заңдарды қарастыруымыз керек. Екінші аспект - жауапкершілік пен тұрақтылық. Біз, жастардың тұтастай жауапкершілік алуға үйреткіміз келеді, сәйкесінше мемлекетте тұрақтылық болғанын қалаймыз. Адамдардың алған қойған мақсатына үмтүлісін тоқтатпай, өзіне де мемлекетке де, отбасының мүшесі ретінде пайда әкелсе екен дейміз.

ПОЖАЛУЙСТА, РАССКАЖИТЕ ПРО СТРАТЕГИЮ МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ И ПЛАНАХ МЕРОПРИЯТИЙ.

Шамма Әл Мазруи:

Да конечно. У Арабских Эмиратов есть Видение, такая стратегия 2021 - это то, что Правительство намеревается реализовать до 2021 года. Мы хотим быть в числе лучших стран мира, а также в этом Видении есть стратегия развития до 2071 года, и наша работа это - определение стратегии работы с молодежью. Под определением молодежь, имеется в виду та часть людей определенного возраста, которая живет в Эмиратах, являются они гражданами Эмиратов или нет не имеет значения. У нас есть 5 основ, которые мы хотим использовать. Мы хотим, чтобы молодежь была вовлечена, имела возможность делать свой вклад в развитие общества, имела возможность стать теми, кем хотят они сами, будь то предприниматель, писатель, певец. То есть перед нами стоит вопрос, как мы, государство, можем помочь молодежи реализовать свой потенциал. Также мы хотим, чтобы молодежь была здоровой, как физически, так и душевно, и жила в безопасности. Мы хотим, чтобы у нее был развит дух предпринимательства. Мы хотим, чтобы молодежь была проворной. Даже если кто-то работает на государственной службе, тем не менее, они должны быть проворными, быстрыми, уметь быстро адаптироваться к любым изменениям при входжении в новую эру, со всеми изменениями вокруг нас, будь то искусственный интеллект или изменение климата. Часть стратегии как раз таки и охватывает вопрос о том, как мы можем подготовить нашу молодежь к этим изменениям, происходящим в мире. Буквально на прошлой неделе я видела человека с чипом в руке. Ему вживили его посредством проведения хирургической операции. Этот чип как проездная карта для поезда. Этот человек оплачивает свой проезд просто поднося руку к терминалу. Человек, к слову, сам из Финляндии. В данном случае вопрос, который стоит перед нами, как мы можем мотивировать нашу молодежь создавать подобные инновации, а мы, в свою очередь, какие законы и правила можем принять, чтобы наша молодежь имела все возможности для реализации своего потенциала.

Другой аспект - это ответственность и стабильность. Мы хотим, чтобы наша молодежь была ответственной в целом, а государство было стабильным. Мы не хотим говорить людям - не ставьте цели, - или - Не будьте террористами, мы хотим чтобы они делали свой вклад, приносили пользу государству как члены семьи, общества, нации.



Амина:

**КЕҢЕС МУШЕСІ БОЛЫП ҚАЛАЙ
ТАҒАЙЫНДАЛҒАНЫҢЫЗ ЖАЙЫНДА
АЙТЫП БЕРСЕҢІЗ? БҰЛ КЕҢЕС НЕ
ЖАЙЫНДА?**

.....
**РАССКАЖИТЕ, ПОЖАЛУЙСТА О ТОМ, КАК
ВЫ СТАЛИ ЧЛЕНОМ МОЛОДЕЖНОГО
СОВЕТА. РАССКАЖИТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, О
САМОМ СОВЕТЕ.**

Шамма Эл Мазруи:

Мен үшін бұл үлкен тәжірибе болды. Бізде
түрлі жастар кеңесі бар, бірақ соның ішінде
ерекшесі – 7 адамнан құрапған Араб
Әмірлігіндегі жастар кеңесі. Кеңестің 7 мүшесі
жастарға бүгінгі таңда не керек екендігін
құлағдар етіп отырады.

О, это вообще великолепный опыт в моей
жизни. У нас очень много молодежных
советов и самый главный из них это -
Молодежный Совет Эмиратов, в который
входят всего 7 человек. Эти 7 членов
консультируют всех министров и советы по
делам с молодежью.

Ибрахим:

АТАЛМЫШ КЕҢЕС МУШЕЛЕРІ ҚАЛАЙ ІРІКТЕЛЕДІ?

КАК ИЗБИРАЮТСЯ ЧЛЕНЫ В ДАННЫЙ СОВЕТ?

Шамма Әл Мазруи:

Жоғарғы кеңеске іріктелу үшін онлайн тіркеу және конкурсқа қатысу мүмкіндігі бар. Иріктеу жыл сайын өткізіліп, оған кез-келген адам қатыса алады. Негізі, іріктеу кезеңі өте қыын және жіті бақыланады. Ұсынылған адамның мемлекетке өзіндік үлесін қосу үшін нақты бағыты болып, ұлгерімі жоғары, мемлекеттік істердің қалай жүргізілетіндігінен хабардар болуы қажет.

Существует онлайн форма регистрации и подачи на участие в конкурсе на члена в Высший Совет. Отбор происходит каждый год и любой человек может подать свою анкету. Сам процесс отбора очень тщательный и сложный. Кандидат должен вносить вклад в развитие страны и общества, иметь хорошие баллы по учебе и конечно понимать устройство государства и то, как оно работает.



Амина:

СІЗДІ ЕРЕКШЕ ҚЫЗЫҚТЫРАТЫН ЖОБАЛАР БАР МА?

ЕСТЬ ЛИ ПРОЕКТЫ, ИНТЕРЕСУЮЩИЕ ВАС БОЛЬШЕ ВСЕГО?

Шамма Әл Мазруи:

Ия, қазіргі таңда «Жастар қофамы» атты өте қызықты жобамен жұмыс істеп жатырмын. Менің ойымша, Қазақстанда да осында үқсас жобалар бар. Біздің едә белгілі бір салага қызығушылығы мен талпынысы мол жастар көп. Мысалға, біреу ән айтқанды жақсы көреді, дәл ол сияқты ән айта алатын немесе айтқысы келетін адамды мен тауып беруге көмектесе аламын.

Бұл жоба барлық Әмірліктегі тұрғындарды қалай біріктіре алатынмыз жайында. Мысалға, менде адамдармен таныса алатын мобильдік қосымша бар, сәнгерлерді белек таңдап, ол арқылы жастардың қанша белігі сәнмен айналысатынын анықтап, өзіме серіктес таба аламын. Мұндай қофамды біз қалай құра аламыз? Силикон алқабына қарап көрініш. Ол өздігінен Сан-Францискода құрылған жоқ. Оны сол жерде тұратын адамдар жасады. Бұл идея адамдарды біріктірді, дәл Гугл мен Эплды ойлап тапқан адамдар секілді. Олар талантты адамдарды бір ортаға қоса білді.

Да, сейчас я работаю над очень интересным проектом под названием "Молодежное общество". Я думаю, что в Казахстане есть аналогичные проекты, ведь в наше время столько молодежи с интересными стремлениями и желаниями. Например, кто-то любит петь, как я могу помочь ему/ей встретить таких же людей, умеющих петь. Мы создаем общество/клэстер по интересам. То есть, этот проект о том, как мы можем объединить людей из всех Эмираторов. Например, у меня есть приложение, через которое я могу познакомиться с человеком, интересующимся модой, я могу увидеть список молодежи, занятой в индустрии моды, и через эту сеть я могу найти себе партнеров. Как мы можем создать такого же рода сообщество? Посмотрите на Силиконовую долину. Она не была создана сама по себе в Сан-Франциско, просто потому что это особое место. Нет, ее создали люди, живущие там. Это люди и их связи, люди, которые могли создать Гугл и Эпл. Как-то же они смогли собрать вместе талантливых и мудрых молодых людей.

Амина:

**АЛ ӨМІРІНІЗДЕ СІЗДІҢ
ҚАЛАҒАНЫҢЫЗДАЙ БОЛМАҒАН
СӘТТЕРДЕ, СІЗ ҚАЛАЙ ШЕШІМ
ТАБАСЫЗ?**

.....

А БЫЛИ ЛИ МОМЕНТЫ КОГДА ВСЕ
ШЛО НЕ ТАК, КАК ВЫ ХОТЕЛИ,
И КАК ВЫ СМОГЛИ РАЗРЕШИТЬ
СЛОЖИВШУЮСЯ СИТУАЦИЮ?

Шамма Әл Мазруи:

Менің ойымша, өмірде біздің
ойлағанымыздай болмайтын сәттер
жкі болады, ол қалыпты жақдай. Бұл
өмірде адамдар барлығын бір қалыпты
қабылдауы қажет деп ойлаймын.
Бірде жеңіске жетіп, бірде құлайтын
кездер де болады. Ешкім мінсіз
емес, сондықтан әр адамның өз-
өзін дамытуы қажет. Өмірдің барлық
соққысынан, сабақ ала білу керек.

Я думаю, что в жизни всегда есть
моменты, когда все идет не по плану
и иногда это нормально, когда все
идет именно своим чередом и
совсем не так как хотите вы сами.
Это жизнь, и людям нужно принять
это и понять, что не все всегда идет
по ровной прямой. Всегда есть и
взлеты и падения, и признание того,
что ты не идеален и никто не идеален
- есть качество, которое каждый
должен в себе развивать. Всегда есть
необходимость учиться всему тому, что
жизнь преподнесет, как бы трудно это
ни было.

Алия:

ҚЫЗМЕТИҢІЗДІҢ ЖАҚСЫ ЖАҚТАРЫ ҚАНДАЙ?

.....

ЧТО БЫ ВЫ ОТМЕТИЛИ САМЫМ ЛУЧШИМ
В ВАШЕМ НАЗНАЧЕНИИ МИНИСТРОМ ПО
ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ?

Шамма Әл Мазруи:

Шынымды айтсам, қызметтің жоғарылауы
манызыды емес. Мен сіздерді біздің жас үжыммен
тәныштырамын. Барлығымыз бір іспен айналысамыз.
Халық үшін жұмыс істейміз, министр немесе
оның көмекшісі, жоба менеджері болсаңыз да, сіз
мемлекеттік қызметкер болғандықтан, жұмысыңыз
қоғамның ілігі үшін болуы керек. Жұмысыңдағы
ең сүйікті ісім ол - адамдармен жұмыс істеу. Менің
бұрынғы жұмысым қаржыгер еді, ол жерде тек
қаржының кіріс шығысы қызықтыруышы еді. Эрине, ол
жұмыс та халық үшін еді, алайда халықпен бірге емес.
Бұл жerde менің басқа Әмірліктері адамдармен
жұмыс істеу мүмкіндігін пайда болды. Қазіргі
қызметтің өмірінді түбегейлі өзгерту дей аламын.
Сонымен қатар, біздің топ арнайы олимпиада үшін
ғимарат дайындауға жауапты.

Арнайы олимпиада мүмкіндіктері шектеулі адамдар
үшін үйімдастырылады. Әлемде мүмкіндігі шектеулі
адамдар бар, олардың көптігін тек біріктіргенде,
олар үшін және ата аналары үшін пайдалы бір ортаға
жинағанда байқауға болады. Менің жұмысының
ұнайтын түсі да осы деп айттар едім.

Если честно, я не думаю, что статус - это что-то
важное. Наша команда, с которой я с радостью
познакомлю вас, вся состоит из молодых людей.
Мы все занимаемся одним и тем же делом. Мы
работаем во благо народа, являешься ты министром
или помощником, или проектным менеджером, в
конце концов, ты государственный служащий и твоя
работа - служба во благо общества. Наверное, моя
любимая часть - это то, что здесь я связана с людьми.
В финансах меня интересовали только капитал,
какую прибыль мы можем получить. Та работа была
за столом с финансовыми документами. Конечно,
там также работа во благо людей, но без работы с
самими людьми. Здесь у меня появилась возможность
встретиться с людьми со всех Эмиратов, со всего
мира, выполняющими свою великолепную работу.
Это все изменило мою жизнь. Мы, наша команда,
отвечает за здание для проведения специальной
олимпиады. Знаете, что это?

Специальная олимпиада - это олимпиада для людей с
ограниченными интеллектуальными возможностями.
В мире столько разных типов ограничений
интеллектуальных способностей, но это заметно,
когда существуют возможности объединить людей
в сообщество и понять каким образом мы можем
работать и во благо их самих и родителей. Я думаю,
что в своей работе я ценю это больше всего.

Ибрахим:

БОС ҮАҚЫТЫҢЫЗДА НЕМЕН АЙНАЛЫСАСЫЗ?

А ЧТО ВЫ ДЕЛАЕТЕ В СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ?

Шамма Әл Мазруи:

Бос үақытымда?! Спортпен айналысқанды, кітап оқығанды, ата әжеммен үақыт өткізгенді жақсы көремін. Біздің мәдениетте, салт-дәстүрде, тіпті дінімізде отбасына үақыт бөлу өте маңызы. Мен отбасыммен үақыт өткізгенді өте қатты ұнатамын.

Свободное время? Я люблю заниматься физическими упражнениями, я люблю спорт, я люблю читать книги, я люблю проводить время со своими бабушкой и дедушкой, со своей семьей. В нашей культуре, традициях и даже религии, очень важно уделять время своей семье. Это как работа, т.е. ты работаешь, проводишь время там, так же нам нужно постоянно поддерживать связи с семьей. Я очень люблю проводить время со своей семьей.

Амина:

ЖАС ҰРПАҚҚА ҚАНДАЙ АҚЫЛ-КЕҢЕС АЙТАР ЕДІНІЗ?

КАКОЙ СОВЕТ ВЫ МОЖЕТЕ ДАТЬ МОЛОДОМУ ПОКОЛЕНИЮ?

Шамма Әл Мазруи:

Өмірде алға қойған мақсатының болуы қажет, Құдайға сену де өте маңызы. Өмірде әрқашан профессор, мұғалім, дастарыңыз немес әріптерлеріңіздің арасында сыйлы болуға талпыну керек, ал Құдайдың махаббаты шексіз. Ол ештеңені де талап етпейді. Құдай бізді қандай жағдай болмасын, қателіктеріміз болсада бізді жақсы кереді. Ол өте мейірімді және кешірімді. Сол үшін біз бір-бірімізді әрдайым кешіріп, жақын болуымыз керек. Біздің істеген әрбір іс-әрекетімізді біреу үшін емес, тек Құдайдың разылығы үшін істеуімізді ұмытпау керек. Шынайы болу маңызы.

Не скажу, что мои советы самые лучшие, но это так важно понимать нашу цель в жизни и верить в Бога. Потому что в жизни постоянно нужно добиваться уважения со стороны других или любви со стороны учителя, профессора, друзей или коллег, но существует один, не человек, а кто-то, чьей любви не нужно добиваться – это Бог. Бог любит нас любыми и любит все наши достоинства и все наши ошибки. Бог – самый милостивый и милосердный и любит нас не смотря ни на что. Вот как мы можем постоянно прощать, быть близкими к тому, что Бог научил нас, как мы можем верить в него, но в конце концов забывать, что все, что мы делаем, мы делаем ради Него, а не ради людей, окружающих нас. Быть искренним в том, что мы делаем очень важно.



Ибрахим:

БОЛАШАҚА ҚАНДАЙ ЖОСПАРЛАРЫҢЫЗ БАР?

.....
КАКИЕ У ВАС ПЛАНЫ НА БУДУЩЕЕ?

Шамма Эл Мазруи:

Менің жоспарым өте көп, жеке өмірімде де, кәсібімде де. Кәсібімде мен өзімнің және жұмыс істеп жатқан ұжымның Біріккен Араб Әмірлігінің дамуына үлес қосып жатқанымыз жайында сенімді болуым қажет. Біз жастар үшін ең мықты деген орталықтар ашқышымыз келеді, болашақта олардың оң нәтиже көрсете алғындығына сенімді бола отырып, біз жұмысты жағастыра аламыз. Адамдар жиі артықшылық үғымын шатастырып жатады. Олардың айтуынша, басқалардан мықты болу үшін, жарысу қажет деп, бірақ ол дұрыс емес. Артықшылық - кешегі өзінен бүгінгі сенің өзгерісің. Мысалы, сен бүгін бір дүниені жаттап алдың, ал ертең одан да күшті жаттауды есінде сақтауын қажет немесе керемет бір затты қағып алуың керек және кешегі өзінен мықты болуың керек, басқамен жарысудың қажеті жоқ.

У меня много планов, и в личной и профессиональной жизни. В профессиональном плане я бы хотела быть уверенной, что и я сама и команда, с которой мне посчастливилось работать, сможем продолжать работать во благо молодежи ОАЭ. Мы хотим построить лучшие молодежные центры и сделать так, чтобы они на самом деле работали для разной молодежи и в будущем я хотела бы знать, что мы продолжаем работать и совершенствоваться. Люди постоянно путают понятие превосходство. Они говорят, что чтобы быть лучше всех надо соревноваться, быть лучше других и это не правда. Превосходство - это когда ты сегодняшний лучше себя вчерашнего. Например, сегодня ты выучил что-то, завтра надо выучить что-то лучшее или научиться чему-то лучшему и стать лучше себя вчерашнего, а не соревноваться с другими.

Балалар / Дети:

ПАЙДАЛЫ ӘРІ ҚЫЗЫҚТЫ СҰХБАТЫҢЫЗ ҮШІН АРҒЫСЫМЫЗДЫ БІЛДІРЕМІЗ!

.....
СПАСИБО ВАМ БОЛЬШОЕ ЗА ДОБРУЮ И ПОЛЕЗНУЮ БЕСЕДУ!

Шамма Эл Мазруи:

Сіздерге де рахмет. Барлық сұрақтарыңызға жауап бердім деп ойлаймын.

Спасибо и вам. Надеюсь, я ответила на все ваши вопросы.

Сұхбатты жүргізген Амина, Алия және Ибрахим Нәрікбаевтер
Интервью проводили Амина, Алия и Ибрахим Нарикбаевы

Bucket List for teens

ТОП 100 ПУНКТОВ ДЛЯ ИХ ВЫПОЛНЕНИЯ В 2019 ГОДУ

от Нуржанат ОРАЗБЕК, 16 лет

ДО ТОГО, КАК ЗАКОНЧИТСЯ ЗИМА,
УСПЕТЬ:

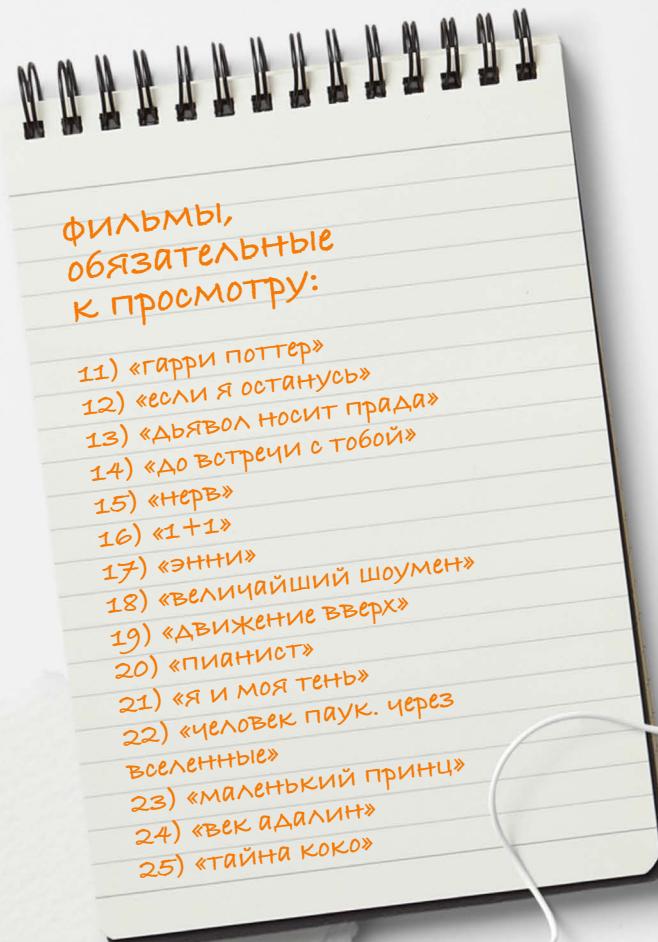
- 1) СЛЕПИТЬ СНЕГОВИКА;
- 2) ИСПЕЧЬ ПЕЧЕНЬКИ;
- 3) ПОДЕЛАТЬ СНЕЖНОГО АНГЕЛА;
- 4) УСТРОИТЬ ПИЖАМА-НОЧЕВКУ С БЛИЗКИМИ ЛЮДЬМИ;
- 5) ЧИТАТЬ/РИСОВАТЬ У КАМИНА;
- 6) ПИТЬ ДОМАШНЕЕ, ГОРЯЧЕЕ КАКАО;
- 7) ПОСЕТИТЬ УЛИЧНЫЙ КАТОК;
- 8) ПОСЕТИТЬ ЛЕДЯНОЙ ГОРОДОК;
- 9) ПРИГОТОВИТЬ УЖИН ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ;
- 10) УСТРОИТЬ КИНО-НОЧЬ С ПОПКОРНОМ.

ДЛЯ ПОСЕЩЕНИЯ:
КОНЦЕРТЫ 2019 ГОДА:

- 26) SKRIPTONIT - 20 АПРЕЛЯ (АСТАНА)
- 27) T-FEST - 22 НОЯБРЯ (МОСКВА)
- 28) PLACIDO DOMINGO - 17 ОКТЯБРЯ (МОСКВА)
- 29) THE NEIGHBOURHOOD - 14 ФЕВРАЛЯ (МОСКВА)
- 30) BASTA - 7 АПРЕЛЯ (АЛМАТЫ)
- 31) TRAVIS SCOTT - 8 ФЕВРАЛЯ (ЛОС-АНДЖЕЛЕС)
- 32) DC JAZZ FESTIVAL - 8 ИЮНЯ (ВАШИНГТОН DC)
- 33) KENDRICK LAMAR - 5 МАРТА (БЕРЛИН)
- 34) IMAGINE DRAGONS - 25 АПРЕЛЯ (ОСЛО)
- 35) KATY PERRY - 29 МАЯ (ПАРИЖ)
- 36) ED SHEERAN - 12 АВГУСТА (ВАРШАВА)
- 37) SAM SMITH - 11 МАЯ (МИЛАН)
- 38) KHALID - 14 ИЮЛЯ (ЛОНДОН)
- 39) PARTYNEXTDOOR - 1 МАРТА (СТОКГОЛЬМ)
- 40) MACKLEMORE - 11 АПРЕЛЯ (БРЮССЕЛЬ)

ФИЛЬМЫ,
обязательные
к просмотру:

- 11) «Гарри Поттер»
- 12) «Если я останусь»
- 13) «Дьявол носит прада»
- 14) «До встречи с тобой»
- 15) «Нерв»
- 16) «1+1»
- 17) «Энни»
- 18) «Величайший шоумент»
- 19) «Движение вверх»
- 20) «Пианист»
- 21) «Я и моя тень»
- 22) «Человек паук. Через вселенные»
- 23) «Маленький принц»
- 24) «Век Адалин»
- 25) «Тайны Коко»



интересные города:

- 41) санторини;
- 42) сицилия;
- 43) Каппадокия;
- 44) лугано;
- 45) Амстердам;
- 46) Флоренция;
- 47) Париж;
- 48) Лондон;
- 49) Бостон;
- 50) Будапешт;

Посетить удивительные места Казахстана:

- 51) Чарынский каньон;
- 52) Заилийское Алатау;
- 53) Озеро Балхаш;
- 54) Большое Алматинское Озеро;
- 55) Озеро Кайнды;
- 56) Мавзолей ходжа Ахмет Яссави;
- 57) Катон-Карагай;
- 58) Боровое;
- 59) Мертвое озеро;
- 60) Маркаколь;
- 61) Плато Устюрт;
- 62) Поясная Гора;
- 63) Алтайские горы;
- 64) Пик Хан-Тенгри;
- 65) Коккольский водопад;

для воспоминаний:

- 91) завести личный дневник;
- 92) делать и распечатывать фотографии;
- 93) попробовать петь, играть на инструменте, танцевать или рисовать на виду у людей;
- 94) устроиться на подработку;
- 95) заняться благотворительностью;
- 96) участвовать на мастер классах;
- 97) присмотреть университеты для себя;
- 98) устроить «приключение» в своём городе с друзьями;
- 99) проводить больше времени с любимыми людьми;
- 100) составить свои планы на 2019 год!

ЗАПИСАТЬСЯ НА КУРСЫ:

- 66) журналистики;
- 67) ораторского искусства;
- 68) фортецино;
- 69) арт;
- 70) верховой езды;
- 71) нового языка;
- 72) актерского мастерства;
- 73) вокала;
- 74) театрального кружка;
- 75) кулинарии;
- 76) скрипки;
- 77) мейк-ап;
- 78) бокса;
- 79) фотографии;
- 80) фигурного катания;

КНИГИ ДЛЯ ЧТЕНИЯ:

- 81) «Отбор» - Кира Касс;
- 82) «Граф Монте-Кристо» - Александр Дюма;
- 83) «Луна с неба» - Грегори Хьюз;
- 84) «путешествие к центру земли» - Жюль Верн;
- 85) «цветы для Элджернона» - Дэниел Киз;
- 86) «над пропастью во ржи» - Джером Д. Слинджер;
- 87) «замок из стекла» - Дженнет Уоллс
- 88) «мы с истекшим сроком годности» - Стейс Крамер
- 89) «убить пересмешника» - Харпер Ли;
- 90) «1000 и 1 ночь»





TIME MANAGEMENT TECHNIQUES

It's stressful to feel like you have too much to do and not enough time to do it. Spending a lot of time on things that aren't important to you also leads to stress. Time management can help you feel more in control of how you spend your time. When you feel in control, you reduce your stress.

Time management helps you find the time for all the things you want and need to do. It helps you decide which things are urgent and which can wait. Learning how to manage your time, activities, and commitments can be hard. But it can make your life easier, less stressful, and more meaningful.

To make the most of your time and reduce stress

PRIORITIZE TASKS AND ACTIVITIES.

This means you decide which tasks are most important to you.

CONTROL PROCRASTINATION.

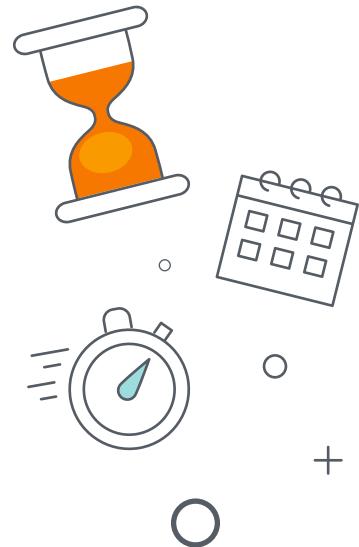
Procrastination is putting things off until the last minute or missing deadlines because you have waited too long to start or finish something.

MANAGE COMMITMENTS.

A commitment is a promise to do something. To manage them, you need to be able to say "no" to things that aren't important to you.

PRIORITIZE

TIME MANAGEMENT TECHNIQUES



Make a list of all your school, home, and social tasks and activities for the day or week. Then rate these tasks by how important or urgent they are.

Unimportant tasks are ones that don't need to be done or that aren't important to you, your parents, or your school.

Important tasks are those that are meaningful or important to you, such as doing well in school, going out with your friends, or practicing piano. Important tasks are also tasks you must do for others, such as getting your homework or house chores done on time.

Urgent tasks are those that must be done right away to avoid a major problem. For example, if you have not studied for a big test, you must study now or you might fail the test. Many urgent things are important things that you put off doing. When things become urgent, they become stressful.

After you have your list and have rated the items, think about how you spend your time. Do you spend a lot of time on things that aren't important? Do your important tasks often become urgent? What can you do to change things? For example, if you study for 30 minutes every night for a few days before a test, you won't have to cram for the test the night before.

CONTROL PROCRASTINATION

TIME MANAGEMENT TECHNIQUES

When you wait until the last minute to do things, you are more likely to stress out. Try these tips:

USE YOUR LIST. You've made a list of what's important to you. Now get a day planner or notebook to plan your day or week. Write down the important and urgent things you need to do. Write down when you'll do them and how much time you think they'll take. Just writing down what you have to do and seeing it can help you get things done.

FIND OUT HOW LONG LARGER PROJECTS OR TASKS WILL TAKE. List all the steps you'll need to take to finish the project and how long each step will take. See how much time you have every day for the project. Then count backward from the due date. This is when you'll need to start.

BREAK UP LARGE TASKS. Some things take a long time, but you don't always have to do them at one time. For example, if your parents want you to wash and vacuum out the car, wash it one day and vacuum it the next. Or if your teacher gives you three chapters to read by the end of the week, read a chapter every day.

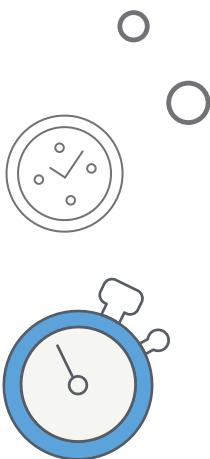
KNOW YOURSELF AND YOUR HABITS. If you know a little about yourself, you can plan your time better. For example, if you can't focus until later in the morning, don't plan to study early in the morning. To get started, ask yourself questions like:

What time of day am I at my best? When do I focus well and feel alert?

How long does it take me to get ready for school?

How long can I focus on one thing?

What grabs my attention? If I study with a radio on, will I be able to do a good job?



MANAGE YOUR COMMITMENTS

TIME MANAGEMENT TECHNIQUES

You may have a lot going on: school, sports practice, a job, family, and friends. But too many commitments can result in stress.

LET GO OF SOME COMMITMENTS. This doesn't mean giving up. It means that you are learning what's important to you and that you can't do everything.

DON'T COMMIT TO THINGS THAT ARE NOT IMPORTANT TO YOU. If you're no longer interested in a certain activity, it might be time to let it go.

When you want or need to let go of something, imagine tying it to a helium balloon, releasing the balloon, and watching it float away.

ACCEPT THAT YOUR LIFE IS A WORK IN PROGRESS. You don't have to finish every project or meet every goal in your life by tomorrow or even next week. If one of your goals is less important, you can work on it later in your life.

CONCLUSION

TIME MANAGEMENT TECHNIQUES



Staying organized and on track is something a lot of teens struggle with, but if they can make a habit out of these time management techniques, they will feel more confident, less stressed, and perform better in their academics overall.

DEVELOP MORE HOBBIES

To be able to be busy, and not sit on the phone all day, you should develop more fun and useful hobbies! Even if you don't feel like it, you should at least try, and I'm sure that you could find something fun and useful you really love to do!

So What Are The Hobbies ?

So by hobbies I'm not talking about sleeping or sitting on the phone all day, which aren't really USEFUL hobbies, I'm talking about the fun, adventurous, interesting hobbies that I'm going to suggest to you now! Also remember if you don't know what hobbies to do, and which one's you like, try them all! And you can find something you never really knew was your favorite thing to do!

Diving

So very recently I tried out diving in turkey, only one word...AMAZING! So it was my very first time and I was very nervous at first, I didn't know how was I going to feel, would it be hard or scary, and I certainly didn't know that that was going to be one of my favorite things to do yet! Alhamdullillah.mashallah! So see if I hadn't tried maybe I would've never known how sea turtles or fish close up looked like!



So now the original hobbies, for example reading! It's most likely that you have already read a book before, maybe thought it was boring, or maybe you thought it's the best thing ever, either way remember to pick good, fun, useful and age appropriate books to read! If you think reading is boring maybe it had a lot to do with the book you read. Also reading helps with your logical, imagination and writing skills! In my opinion, reading is the best thing ever, I think it's so cool that you can pick whatever good, useful book you like and read! One time at school we had to pick CCA's (Co Curricular Activities) and I was slowly looking through the list and then I saw "Relaxed Reading" and I got so happy!! I love to read and I think people should read more then sit on their phones! We have to be grateful to god that he gives us books to read!

So writing to me is just as fun as reading, it's so fun to make up your own stories, play with your vocabulary, and get your imagination working! Writing is very useful for your mental and even physical health, so don't zone out on your writing lessons, have fun with it! The best part is you can write in many different ways, you can write stories, poems, songs, essays etc.

Writing

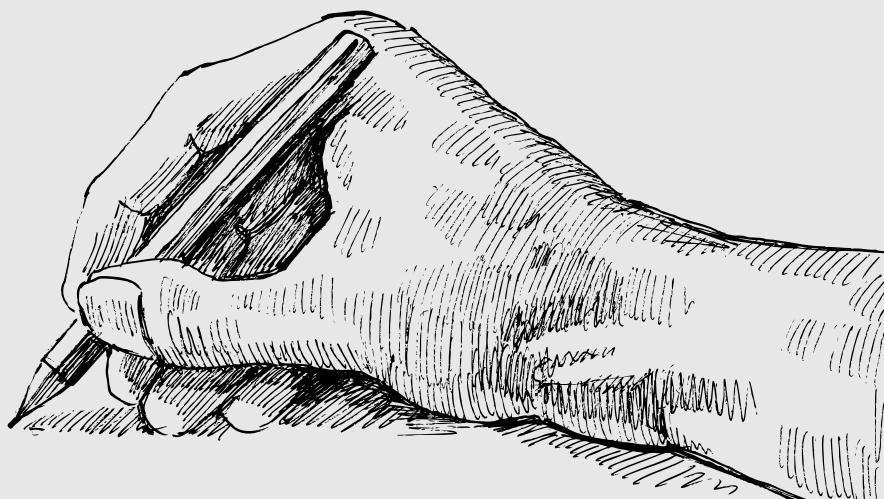


Singing

What if you have a very good singing voice and nobody knows about it? Have you ever tried singing? These questions you have to ask yourself to be able to try new things! I myself do singing lessons, and have a lot of fun with it! My teacher is very nice and helps me find suitable songs for my voice. If you think your voice is bad but you want to sing, just go to singing lessons and become better! Any way, it's worth a try! Singing helps a lot with your voice, strengthens your confidence and self-esteem.

Drawing

Drawing is very fun, you can use all your imagination on what you want to draw, how you want to draw, anything! There are many options for drawing too, you can draw with paint, markers, crayons, pencils, pens, felt tips and so on. You can even pick a style of drawing it could be upside-down drawing, or connected-line drawing, or sketch, so basically anything you want to do. It's very interesting to me that there are so much things to drawing, like technique, or texture, and style. There's a lot to come to drawing to be able to be an advanced artist or painter, but if you don't want to do art seriously then you can just draw by yourself how YOU want to draw. There are other options too, you can take art lessons but just for fun, to make fun pictures for you or your family. Creating art relieves stress, encourages creative thinking, increases brain plasticity, and provides many other mental health benefits. And anyone can do it.





Probably everyone knows what chess is, it's a logical game where you need to use all your thinking skills to be able to put Check Mate to the king (main figure) of your competitor. If you have never played chess then it's very healthy for you to try. Games such as chess that challenge your brain actually stimulate the growth of dendrites. The bodies that send out signals from the brain's neuron cells. Playing chess also sparks your creativity, and increases problem-solving skills. If you have never played chess you most likely don't know how to play, but of course you can learn. You can take chess lessons, or if your parents or someone you know can play chess then you can ask them. Playing chess may be hard at first, but the more you do it the more fun it'll get. Remember if it doesn't work try, try again.



Language lessons

Learning new languages is fun but also a great, healthy challenge for your brain. If you only speak one language then your brain might get a little confused with learning something it's not used to, so it might be a little challenging, but that's okay! I love a great challenge and I know you will too! Just try! I personally love the idea of learning new languages. I find it very cool that someone could be saying the same exact thing but in a whole other way. Languages can help you communicate and relate to many people around the world.

Stop reading right now and go find an interesting, fun musical instrument that you would like to try. Even if you don't want to, still find an instrument and take lessons. I take piano lessons and I'm very glad! It's very fun and it's a big pleasure learning new classics and melodies on the piano. Research has shown that playing a musical instrument can improve your memory and accuracy skills.

So there are way more hobbies out there for you to try, but I hope you enjoyed my list of some of them. You should know that there are a lot of great things that you can do, and to be able to find a hobby you love, just try all!

Нелёгкий выбор :)))

Привет, я Томирис Хатим, студентка первого года программы A-Level, Abbey College, Cambridge. Хочу поделиться с вами как я поняла, что хочу быть юристом.

Даже не буду смягчать ничего, скажу честно, в 17 лет, определиться со специальностью очень трудно! И даже если ты определился, и уже казалось уверен в своем выборе, все может быстро поменяться, даже из-за маленького фактора.

С самого детства, почти все взрослые тебя спрашивают: «А кем ты хочешь стать, когда вырастешь?». Знакомо? Я поменяла за последние 10 лет множество профессий своей мечты, начиная с ветеринара, певицы, актрисы, потом просто хотела зарабатывать деньги, и выбрала «Бизнес», ну и в конце концов пришла к тому, к чему готовлюсь сейчас в колледже.

Если по порядку:

1. Юриспруденция. 3 года назад я очень хотела стать юристом. На мое решение тогда повлиял сериал “Форс-мажоры”. До сериала, я не совсем понимала, кто такие юристы. Мне нравилось, что в сюжетах сериала, главными героями рассматриваются разные кейсы: и криминальные, и дела компаний.

2. Бизнес. С другой стороны, я смотрела на своего папу и удивлялась, как он работает так много, любит то, чем занимается, зарабатывает достаточно, и обеспечивает нас всех. Я объявила родителям о своем решении и два года назад точно знала, что буду учиться на специальность «Бизнес».

Выбор колледжа на программу A-level сделала по рейтингу в списке колледжей, чьи выпускники были сильными. Начала учёбу в сентябре 2018, с предметами: бизнес, экономика, математика, и история.

Все было хорошо, но примерно 2-3 недели спустя, я стала понимать что меня что-то не устраивает. Несмотря на то что я всегда нормально успевала в математике, в программе у меня не получалось догнать всех в моем классе. Признаюсь, это была моя вина, так как за все лето, я ни разу не вспомнила о математике. Но, не это основная причина, а то, что даже исправив ситуацию, мне все равно не нравилось это делать. Тогда я стала задумываться, на самом ли деле это то, что я хочу делать всю свою оставшуюся школьную и университетскую жизнь.

«*А кем
ты хочешь
стать, когда
вырастешь?
Знакомо?*





3. И снова Юриспруденция, понимая, что интерес к ней у меня не исчез. Посоветовалась с некоторыми профессорами в колледже, объяснила ситуацию. Они подсказали, что дальше возможно будет ещё сложнее, и если некомфортно, то лучше на старте поменять дисциплины.

Представляя себя в роли юриста, идея поменять все кардинально пока это возможно, мне начала нравится все больше и больше. И ещё я осознавала, что у меня есть примеры успешных юристов в семье: мой аташка Максут Нарикбаев - знаменитый юрист, у папы второе образование юриспруденция, мама юрист и дяди юристы. В итоге я поменяла урок Математики на Английскую литературу; Бизнес на Политику. У меня ещё были «Экономика» и «История». Как только я стала посещать новые классы, мир поменялся. Мне стало интересно на уроках и слушать учителя было совсем не скучно.

*Как только я
стала посещать
новые классы, мир
поменялся...*

И самое главное, я поняла, что я стала ходить на занятия более веселая и энергичная. В программе, которую я делаю (A Level) нужны минимум 3 дисциплины или же максимум 4, чтобы выпуститься с дипломом.

Поэтому я изначально взяла 4 предмета, посмотреть какие 3 у меня больше всего будут получаться. Сдавая экзамены, я получала достаточно хорошие оценки по всем предметам, кроме Истории. Конечно меня это расстраивало, но, думаю что здесь не только от меня все зависело. Учитель, который тебе преподает, тоже играет

большую роль. Я люблю «Историю», но здесь опять что-то не получалось. И опираясь не только на свой случай, я знаю что у моих друзей тоже были предметы, которые им очень сильно нравились, но после неудачно попавшегося преподавателя этот интерес пропадал.

Понимая, что я теряла мотивацию, я решила отказаться от Истории и сконцентрироваться на оставшихся трёх - Политика, Экономика, Английская Литература.

Сейчас, видя свое расписание, я знаю что мой выбор был правильным. У меня достаточно теперь времени глубоко изучать то, что мне нравится.

Две недели назад, в нашем колледже началась программа - называется Pre-Degree Diploma (PDD). Здесь студентов распределяют по группам, в зависимости от выбранной для университета специальности.

Группе презентуют специальность, рассказывают особенности профессии, помогают в выборе университета, который более соответствует твоим запросам, помогают в подготовке документов

для поступления в университет. Завершается программа большой презентацией самих студентов перед всей школой, где студенты делятся со всеми тем, что узнали о своей профессии. Эта программа очень полезная так как она сильно помогает в подготовке личной заявки - портфолио студента, на качество и контент, которого университеты очень сильно обращают внимание. Благодаря PDD, я намного больше знаю про юриспруденцию и рада, что выбрала именно её, и уже знаю в какие университеты хочу поступить.

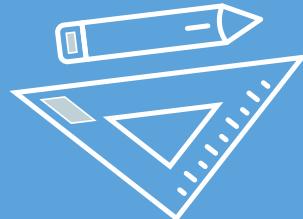
Сегодня я чувствую себя хорошо, и уверена в правильности своего выбора. Поняла что, чтобы достичь успеха, важно чтобы тебе нравилось то, чем ты занимаешься. И если тебя что-то не устраивает или просто не складывается с предметами, которые ты выбрал, не надо ждать что все само наладится, а нужно исправить или поменять. Так как занимаясь тем, что тебе не нравится, это только тратит времени, и вряд ли приведёт к успеху. Я поняла, что не нужно подтягивать то, в чем ты слаб и не уверен, а лучше сконцентрируйся и совершенствуй то в чем ты сильный.

Даже если в старших классах школы, ты ещё сомневаешься, чем именно хочешь заниматься, то альтернативное решение может быть Gap Year. Во всем мире, много выпускников школ, не уверены в профессии, поэтому берут год академического отпуска. Год, когда выпускник школы устраивается на работу, проходит стажировку, может пройти короткие образовательные курсы, или заняться чем-то полезным, чтобы разобраться чему бы он хотел посвятить свою жизнь.

А если вы закончили школу, но с предметами с которыми не можете подать на выбранный курс, то есть программа под названием International Foundation Programme (IFP), которая длится один год. Вы ровно год готовитесь по предметам необходимым вам в университете по вашей специальности. IFP делают очень многие выпускники Казахстана, которые уезжают учиться за границу, так как у нас в стране всего II классов и многие университеты просят сдачу одного дополнительного года. Еще одна причина почему некоторые люди берут курс IFP, может быть из-за того, что они начали двухлетний курс например IB (International Baccalaureate) или же A Level, который либо им не подошел или результаты не устроили. В таком случае можно уйти после первого года и закончить 12-ый год с IFP дипломом.

Как видите, есть много способов, которые помогут определиться с профессией. Например, можно пройти производственную практику в компании, которая вам интересна. Находясь непосредственно на предприятии,

*чтобы достичь
успеха, важно
чтобы тебе
нравилось то,
чем ты
занимаешься*





по статистике,
в одной только
Англии 96%
людей меняют
свои профессии
до 24 лет.



вы точно поймете нравится ли вам это. Так же можете пройти разные образовательные курсы, которые обычно делятся неделю или две, а может даже и целое лето, например мини МВА для бизнеса. Главное найти то, чем вы хотите заниматься, и что вам доставляет удовольствие. Но при всём при этом не стрессовать, так как по статистике, в одной только Англии 96% людей меняют свои профессии до 24 лет. Даже взрослые люди, может и ваши родители,

работают не там, на кого учились изначально и уже поменяли несколько профессий за свою жизнь. Никогда не поздно что-то менять. Важно, чтобы вам нравилось то, чем вы занимаетесь, тогда и будет приходить истинный успех.

Томирис ХАТИМ, 17 лет

IF YOU DON'T
LIKE SOMETHING,
CHANGE IT.
IF YOU CAN'T
CHANGE IT,
**CHANGE YOUR
ATTITUDE.**

- Maya Angelou

ACTION is
the foundational
key to all success.

- Pablo Picasso

Be you
don't try
to be someone
else
cause you are
good enough
already.

WHAT OTHER
PEOPLE THINK
OF ME IS
**NONE OF MY
BUSINESS**

TO ACCOMPLISH GREAT THINGS
WE MUST NOT ONLY ACT,
BUT ALSO **DREAM**;
NOT ONLY PLAN,
BUT ALSO **BELIEVE**

- Anatole France

**GET YOU
THE MOST COURAGEOUS ACT
IS STILL TO THINK FOR YOURSELF.
ALOUD.**

- Coco Chanel

If you wait,
all that happens
is that you
get older.

- Mario Andretti

DON'T CRY
BECAUSE ITS
OVER;
SMILE
BECAUSE IT
HAPPENED

- Dr. Seus

There's nothing
more beautiful and attractive
than a person
who knows who they are.

THE MOST
COMMON WAY
PEOPLE GIVE UP
THEIR POWER
IS BY THINKING
THEY DON'T HAVE
ANY

- Alice Parker

**SOME OF MY FAVORITE
MOTIVATIONAL QUOTES**

By Alilya Narikbayeva, 14 years old

MARKS ARE NOT EVERYTHING...



.....
Hmm, what do I mean by that?



Well, it basically means it's ok if you get bad grades sometimes, but it totally doesn't mean you should stop working hard to get good grades.

It just means don't get stressed because of that, don't miss your important 8 hours of sleep for that.

Your health is much more important than those numbers and letters.

Marks don't measure your abilities and talents. They only show you how you learned and understood a specific topic. It's better to do something wrong once, then review it and do it better second time, than do it wrong 10 times without reflection.

A person defines his own success. If he/she has discipline, passion and dedication, he/she will bask in the glory of success.

If you asking about marks been a factor to judge one's smartness then No...

Every person is unique with unique perceptions. There are multiple ways of solving a complex problem and people are really talented enough to come up with way to solve it if he/she puts enough effort to solve it in their own way....

By Alilya Narikkayeva, 14 years old



GET ORGANIZED

Helping your teenagers understand how to have secure and successful financial futures is one of the most rewarding things for you as a parent. By working with your teenagers learn and follow these tips, you'll give them more experience and confidence in money management. These tips will start them down a better financial road their whole life.

1. MAKE SURE THEY HAVE STEADY INCOME.

The first element in helping a teenager learn about money management is to work with them to establish income. One of the best ways is to encourage them to get a job. Or, if they are highly involved in sports or other high school activities and don't have time to work, set them up with a weekly or monthly allowance.

2. LIMIT THEM TO SPENDING "THEIR" INCOME.

Once your teenager has income, make sure they use it for most of their personal expenses. This helps them understand that they have to control their spending, and not go over their budget. If you give them too much extra money, they won't understand they have to limit their spending.

3. START A SAVINGS OR CHECKING ACCOUNT.

By having a bank account, you can teach your teenager how to make regular deposits, save money and keep their bank balance away from overdrafts. In addition, it can help your teenager learn about online banking and using ATMs.

Help them set up a budget.

Sit down with your teenager and help them set up a budget that fits their income. A budget will help them understand that randomly spending money isn't a good approach. By creating a realistic budget, they can also set short- and long-term financial goals.

4.

Encourage savings.

Learning to save is one of the most important elements of money management. Sit down with your teenager and recommend they save 5 percent to 10 percent of their income. Help them understand that by saving money now, they'll have less financial worries in the future, and will have funds to help make major purchases, such as a car or college tuition.

5.

Cut back on spending when possible.

Give your teenager a new perspective on spending. Help them understand that, if possible, it's a smart approach to spend less. An example would be instead of spending \$25 on too much of a restaurant dinner, they could limit it to just \$15, and have \$10 to add to their savings.

7.

Recommend they save when shopping.

Another great way to help your teenagers learn about saving is when you're with them at a store. Help them look for the best value items, lower prices and even use coupons. In addition, have them go online and see if they can find even lower prices. It's also good to recommend that sometimes they wait to buy an item until it goes on sale.

6.
8.

Focus on planned purchases, reduce impulse purchases.

Encourage your teenager to shop with a specific list of items they need. This avoids impulse buying, which can lead to much higher expenses for things they really don't need.

Set goals.

It's important to spend time with your teenager to help them decide what their future goals are, and how they can achieve them financially. By having a specific plan, they'll have a much better opportunity to meet their goals.

9.

Review their financial statements.

Teach your teenager that each month, they should go over the details on their savings or checking account statement. This will help them understand and analyze their spending habits, and will help them make changes that allow them to reduce spending and increase savings.

10.

Discuss family finances.

A great way to give your teenager a bigger picture of financial management is to talk to them about your household finances. Talk about your income and how you manage it, including monthly expenses, daily costs and saving for retirement with your 401k or other retirement plan.

Recommend they start their retirement savings as early as possible.

It's beneficial to let your teenager know it's never too early to think about retirement. Encourage them to sign up for a retirement saving plan at their first career job. Explain to them that the younger they start, even depositing small amounts, can eventually add up to a wealthy, secure retirement.

Encourage them to keep debt low.

One of the worst financial conditions is having extremely high credit card debt and other loan debt. Explain to your teenager that it's important not to take on any debt that isn't absolutely necessary. By keeping debt low, they'll be in a much better, long-term financial situation.

THE MORE YOU TALK TO YOUR TEENAGERS ABOUT MONEY MANAGEMENT, THE BETTER DECISIONS THEY'LL MAKE. USE THE TIPS LISTED HERE TO GET STARTED, AND KEEP TALKING TO YOUR TEENAGER ABOUT ALL KINDS OF FINANCIAL TOPICS.

GET
ORGANIZED

By Aliliya Narikbayeva, 14 years old

MANAGE YOUR MONEY

TAKE CHARGE OF YOUR MONEY

Want to know the secret to being good with money? In just a few simple steps, you can take control of your money, instead of feeling like it controls you. Whether you have a little money or a lot, following steps will help you to manage your money:

TRACK your day-to-day spending

COMPARE money in and money out

PRIORITISE where you want your money to go

ACT to make your money work for you



STEP 1:

TRACK YOUR DAY-TO-DAY SPENDING

WHERE IS MY MONEY GOING DAY-TO-DAY?

You may think spending up on big things is what gets you into trouble with money. But often it is the everyday little things that end up costing more over time. Where does your cash go each day? It's easy to lose track of 1000 tenge here, 2000 tenge there.

DO A SPENDING DIARY

The way to find out where your money is going is to do a spending diary. Make a note of everything you spend for one pay period or at least a week. This will only take a few minutes a day. You can do this just for yourself.

GET TO KNOW YOUR HABITS

Tracking your spending is a reality check. It's not about judging yourself, it's about getting to know yourself better. By looking closely at your daily money habits, you will be able to make realistic choices about where you want your money to go.

TRACK YOUR SPENDING

- ✓ Understand your daily spending habits

CHOOSE HOW LONG TO TRACK Decide how long to track your spending. The important thing is to do it every day.

GET A NOTE PAD OR APP Get a small notepad to use as your spending diary. Take it with you wherever you go. Or, if you have a smartphone, download any app (for example, TrackMySPEND app).

RECORD WHAT YOU SPEND Record everything you spend. Do this straight away. Keep receipts if you buy a few things at once. Don't try to alter your spending habits. Just notice where your money goes.

ADD IT UP At the end of the tracking period, add up everything you have spent. Now you have a good snapshot of your current day-to-day spending.

STEP 2:

COMPARE MONEY IN AND MONEY OUT

WHERE IS MY MONEY GOING MONTH-TO-MONTH?

Now you know where your cash is going day-to-day, the next step is to look at where your money is going month-to-month.

HOW MUCH MONEY IS COMING IN? HOW MUCH IS GOING OUT?

Think about where your money goes each month: weekly basics like food, groceries, transport, phone, spending like clothing, cinema, eating out with friends etc.

DO A BUDGET

The best way to take control of finances is to do a budget. That helps you understand the money going in and out. It shows you if you are spending more or less than you can afford. You can then take action to find the right balance between spending and saving.

HOW TO PLAN THE BUDGET?

- ✓ Gather details of your income
- ✓ Gather details of your expenses
- ✓ Compare your income and expenses

Is your income higher or lower than your expenses? That is, are you living within your means or spending more than you can afford?

○ I am spending less than my income

That's great, now you know how much money you have to put towards your goals and lifestyle choices. Your next step is to fine-tune the balance between your spending and saving. See STEP 3 for guidance on how to do this.

○ I am spending more than my income

This is not the end of the world, but you do need to take action to fix this. Your next step is to reduce your expenses to an affordable level. See STEP 3 for guidance on this. When you've got that sorted, you'll be able to move on to planning for your future goals.

STEP 3:

PRIORITISE WHERE YOU WANT YOUR MONEY TO GO

HOW DO I MAKE MY MONEY GO WHERE IT MATTERS MOST?

The next step is to refine your budget and direct your money to where it matters most. This will help you find the right balance between spending and saving.

MONEY IN	MONEY OUT	
	NEEDS	WANTS
All income	basic necessities – need these to live on	lifestyle choices – want but could live without
Family payment	daily living expenses food, groceries, transport, health care, education, clothes	your spending choices holiday, eating out, entertainment, personal spending, gifts, brand clothes

WHERE IS MY MONEY GOING DAY-TO-DAY?

You may think spending up on big things is what gets you into trouble with money. But often it is the everyday little things that

SWITCH Are there memberships or subscriptions you could cancel or get for a lower cost?

- ✓ gym, clubs
- ✓ magazines

Is there a cheaper mobile phone plan?
Can you shop around for a better deal?

SAVE What can you get for free or cheaper elsewhere?

- ✓ use the internet
- ✓ go from store to store
- ✓ make phone calls to check prices

Can you reduce your spending on eating out?
✓ make lunch instead of buying takeaway

LIST YOUR SAVINGS AND CUTS

Make a note of all the items you could cut out or cut back. Then check:

- ✓ Is this realistic?
- ✓ Do you need to cut back on all of these items, or just some?
- ✓ What are the most obvious ones to start with?

Even if you need to reduce your expenses a lot, try not to cut out everything in your ‘wants’ bucket. By allowing yourself a treat now and then, you will find it much easier to stick to your budget.

SET GOALS FOR THE FUTURE

Set goals for the future and make a plan to achieve them. Having worked out ways to reduce your expenses and save money, you are ready to start planning your future goals. What do you want from life? Why? Setting goals for yourself – whether large or small, short or long-term – is exciting and motivating. You may surprise yourself with how much you can achieve when you put your mind to it!

Think for a moment, then write down some possible goals. Now:

- ✓ What is your top priority?
- ✓ How much will it cost?
- ✓ When would you like to achieve it?

Be specific about what you want to achieve, how much you intend to save, and by when.

WHERE IS MY MONEY GOING DAY-TO-DAY?

You may think spending up on big things is what gets you into trouble with money. But often it is the everyday little things that end up costing more over time. Where does your cash go each day? It’s easy to lose track of 1000 tenge here, 2000 tenge there.

DO A SPENDING DIARY

The way to find out where your money is going is to do a spending diary. Make a note of everything you spend for one pay period or at least a week. This will only take a few minutes a day. You can do this just for yourself.

GET TO KNOW YOUR HABITS

Tracking your spending is a reality check. It’s not about judging yourself, it’s about getting to know yourself better. By looking closely at your daily money habits, you will be able to make realistic choices about where you want your money to go.

HOW TO REDUCE YOUR EXPENSES?

First, highlight the most important things in your budget – your needs or basic necessities. Then, identify the things you want but could do without, if you had to. What can you cut out or cut back?

STEP 4:

ACT TO MAKE YOUR MONEY WORK FOR YOU

HOW DO I MAKE MY BUDGET HAPPEN?

Now that you have your budget working, it is time to take the final step and put it into action. The trick is to make this as easy as possible for yourself, by making things happen automatically. That way you won't have to work at your budget – you will make your money work for you.

In order to make your money work for you, you can open your own small business or invest your money into someone's business.

Starting a small business is an immense undertaking that requires courage, determination, invention, and motivation. Many teenagers have great ideas and are highly motivated, but simply don't know where to begin when it comes to starting their own business. With some time, research and a little help from others, it is possible for any teenager to turn their great ideas, into a successful business:

- ✓ Brainstorm Ideas
- ✓ Conduct research
- ✓ Implement your Plan

Another way of making money work for you is investing. Investing is really about "working smarter and not harder." We often work long hours, which requires sacrifice and adds stress. Taking some of our hard-earned money and investing for our future needs is a way to make the most of what we earn.

CONCLUSION

If you keep your budget going, you can progressively achieve bigger goals. Taking charge of your money means less stress, more control – and a feeling of moving forward with confidence and ease. Now you know the secret to being good with money. A few simple steps really do make a difference.

By Dana Kabdullina, 16 years old

DON'T BE FRIEND-CENTERED PARADIGM

First off, do you know what a paradigm is?

Well a paradigm is the way you see something; it's your point of view, frame of reference, or belief. Sometimes our paradigms are way off mark, and as a result they create limitations. For example you think you won't be able to pass your tests. If that is your paradigm you are most likely not to pass them, because your belief is holding you back from trying to study or even care about your test. Paradigms are like glasses. When you have incomplete paradigms about yourself or life in general, it's like wearing glasses with wrong prescription.

it's
your
point
of
view....

Now that we know what paradigms are lets talk about being too friend centered. I used to be friend centered and it was tiring. I constantly changed my plans just to make my friend happy. Now I know that that was a mistake because I never thought about myself, I didn't put myself first but I put my friend first, I didn't think about school, and if my friend asked me to go somewhere but I had other plans I still went with my friend. **Friends are important but should never become your center.** Why? You may ask, well because now and then they're fake. Sometimes they talk behind your back or develop new friendships and forget yours. They move on. They have mood swings. One day when you'll grow up and finally graduate out of school (I actually like school, high five if same!) friends will not be the biggest thing in your life. You will have other responsibilities. You can have friends but don't be centered and surround yourself only with friends that build you, make you a better person, and are most important happy for you. Don't build your life on them. It's an unstable foundation. People will change, and you will change. Some day you might find better friends. Like my mom said she used to have a friend they did everything together but they got older and they moved to different cities. Now they don't talk anymore. They have a different group of friends. They changed.

LEARN TO SAY "NO"

When I was younger I always had trouble to say no to people, because I thought they'd not want to be my friend anymore and get mad at me. That was my biggest fear. So when I was scared to do something they wanted me to do, believe it or not I did it anyways. Sometimes it was fine but sometimes I regretted it. Sometimes friends do it to make you not scared of something anymore they force you in a good way for example: you can do it, I believe in you. Also they would make you feel more confident, but some friend's force you in a bad way like: I dare you to do this if you don't ill tell the whole school about. that's an example.

Why is it important to say "no":

1. Other peoples priorities will take up our time
2. They will crowd out our time with family and friends
3. We will not have time for ourselves
4. We will end up frustrated and stressed
5. We won't be able to say yes to the very important things

EVERTIME WE SAY "NO" TO SOMETHING THAT ISN'T IMPORTANT WE SAY "YES" TO SOMETHING THAT IS IMPORTANT



MBA KIDS KAZAKHSTAN

.....

2018 ЖЫЛДЫҢ 22 ЖЕЛТОҚСАНЫНДА АСТАНА ҚАЛАСЫНДА АЛҒАШ РЕТ MBA KIDS KAZAKHSTAN ХАЛЫҚАРАЛЫҚ КӘСІПКЕРЛЕР МЕКТЕБІ ҚҰРЫЛДЫ. МҮНДА КЕЗ-КЕЛГЕН БАЛА ӨЗІН НАҒЫЗ ЛИДЕР-КӘСІПКЕР СЕЗІНЕ АЛАДЫ. АШЫЛУ САЛТАНАТЫНА АТАЛМЫШ ЖОБАНЫҢ ЖЕТЕКШІСІ НИКОЛАЙ ДОРИЧЕНКО КЕЛІП, GENERATION NEXT ЖУРНАЛЫНА СҮХБАТ БЕРДІ.

22 ДЕКАБРЯ 2018 ГОДА, В АСТАНЕ ОТКРЫЛАСЬ ПЕРВАЯ МЕЖДУНАРОДНАЯ ШКОЛА ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА MBA KIDS KAZAKHSTAN, ГДЕ ДЕТИ МОГУТ ПОПРОБОВАТЬ СЕБЯ В РОЛИ НАСТОЯЩЕГО ЛИДЕРА-ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯ. В ЭТОТ ДЕНЬ ПРИЛЕТЕЛ ОДИН ИЗ СОВЛАДЕЛЬЦЕВ MBA KIDS НИКОЛАЙ ДОРИЧЕНКО, НАМ УДАЛОСЬ ВСТРЕТИТЬСЯ С НИМ И ЗАДАТЬ ИНТЕРЕСУЮЩИЕ ВОПРОСЫ.

Саида Тургульдинова:

НИКОЛАЙ, КАК РОДИЛАСЬ ИДЕЯ СОЗДАНИЯ MBA KIDS KAZAKHSTAN?

.....

НИКОЛАЙ, КАК РОДИЛАСЬ ИДЕЯ
СОЗДАНИЯ MBA KIDS KAZAKHSTAN?

Николай Дориченко:

Жобаны іске асыру аса қынға соқпады. Мен бизнес оқыту саласында жүргенім біраз болды. Нақтырақ айтсам, 14 жылдан бері ТОП менеджерлер мен басшылық қызметтегі адамдарға арнап түрлі бизнес бағдарламаларды дайындаپ, мол тәжірибе жинақтадым. Кейін дә осы бағдарламалар балаларға қалай өсер ету мүмкін деп ойланған бастадым. Осылан дейін менің ойындағы жобаны ешкім жүзеге асырып көрмепті. Біз балаларға арнап бизнес білім тақырыптары төнірегінде тренингтер мен сабактар үйімдестіра бастадық. Осылайша, 5,5 жылдың ішінде Украина (Киев), Азербайджан (Баку), БАӘ (Дубай), Бразилия (Сан-Пауло) сынды мемлекеттерде Халықаралық мектептеріміз жұмыс істейді. Енді міне Астанада да балаларға арнаны орталық ашып, қуанып отырмыз.

Идея возникла очень просто, я в бизнес образовании достаточно давно, уже 14 лет, и на каком-то этапе, когда я видел как эти программы формируются и как я сам их формировал для ТОП менеджеров, для управленцев, мне все больше и больше становилось интереснее как это может сработать для детей. На этом поле, т.е бизнес образовании для детей, практически никого не было, мы начинали с небольших мастер классов и вот за 5,5 лет это уже выросло в Международную школу, которая представлена начиная с Украины (Киев), Азербайджана (Баку), ОАЭ (Дубай), Бразилии (Сан-Пауло), и вот теперь здесь, в Астане, почему мы очень рады.

Саида Тургульдинова:

НЕГЕ АТА-АНАЛАР БАЛАЛАРЫН ДӘЛ СІЗДІҚ МЕКТЕБІҢІЗГЕ ЖІБЕРУІ КЕРЕК ДЕП ОЙЛАЙСЫЗ? Т

.....

ПОЧЕМУ РОДИТЕЛИ ДОЛЖНЫ ОТПРАВЛЯТЬ
СВОИХ ДЕТЕЙ ИМЕННО К ВАМ?

Николай Дориченко:

Біз әрқашан сапалы жұмыс істеп, үлкен белестерді бағындыруға тырысамыз. Эр ісімізді жүйелеп, аяғына дейін жеткізуі жән санаймыз. Біз сияқты жұмыс істеу деңгейіне ешкім жеткен жоқ деп сеніммен айта аламын. Мәселен, бір жылдық оқыту курстары бар. Эр бала қыркүйек пен мамыр айары аралығында сенбі, жексенбі күндері келіп, білім ала алды. Жүйелік оқытуда балалар жеке жобаларды жасауды үйреніп қана қоймай дамиды. Осылайша, баланың даму үдерісіне мән береміз. Мысалы, қыркүйек айында келіп, оқу жылының соңына бала қалай өзгергенін сараптап, оның ойлау қабілетін басты назарға аламыз. Осыдан кейін нақты өзгерістерді байқауға болады. Кейде «оқу бағдарламаларының тым қымбат» деп айтып жататындары да болады. Сонда, дәл осындағы оқытуды, бірақ арзанын тауып көріңіздер деп жауап береміз. Айтақшы, біздің оқыту бағдарламасы қымбат емес дер едім. Егер сіз нақты нәтижеге көз жеткізгіңіз келсе, онда білімді мамандармен жұмыс істеуіңіз керек қой. Біз сапалы өнім үшін қызмет етеміз.

Никто не делает то, что делаем мы, у нас всегда стоят высокие и серьезные планки. Мы делаем все глубинно, системно, кстати, у нас есть один из основных обучающих продуктов - это годовая учебная программа, где ребенок приходит к нам в сентябрь и учится до мая каждую субботу или воскресенье. Это слитная и системная вещь, в которой ребенок не просто учится каким-то навыкам, не просто учится делать какие-то свои проекты. Мы всегда сравниваем динамику роста каждого ребенка до и после. Когда он пришел к нам в сентябрь и каким он стал к концу обучения, каким стало его мышление, о чем он думает и что он делает. Затем ты начинаешь понимать, что это 2 совсем разных человека, это главная причина. Нам часто говорят «А почему у вас так дорого?». Мы им отвечаем: «Найдите подешевле, то же самое, но дешевле». У нас кстати недорого, надо просто понимать, что такое дорого. У нас есть такая поговорка в Украине «Дешевая рыбка - плохая юшка», если вы хотите результатов, ну странно тогда ожидать их от непрофессионалов, я бы не хотел конечно же употреблять это слово, но все такие это есть. Для нас все должно быть круто и результативно, мы не хотим делать другого качества, иначе теряется весь смысл и все, что мы туда закладывали.

Саида Тургульдинова:

МВА KIDS МЕКТЕБІНІҢ БАСТЫ МІНДЕТІ ҚАНДАЙ?

.....
КАКОВА МИССИЯ ШКОЛЫ МВА KIDS?

Николай Дориченко:

Біз – көшбасшылық пен кәсіпкерлікті дамытатын мектеппіз. Біз үшін кәсіпкерлік ақша табудың амалы емес, бұл жаңа белестерді бағындыруға көмектесетін сала. Кәсіпкерлікпен айналысатын жандар түрлі жодармен өздерінің тың, идеалары мен көкейіндегі ойларын жүзеге асыруға тырысады ғой. Сонымен, біздің мақсатымыз – 6 мен 17 жас аралығындағы жастар да заман талабына сай бәсекеге қабілетті жан бола алғатынын үйрете, көрсете білу.

Мы - школа предпринимательства и лидерства. Для нас предпринимательство - это нечто большее, чем способ зарабатывания денег. Предпринимательство – это способность видеть возможности там, где их не видят другие, способность оценить насколько эти возможности тебе нравятся и ты хотел бы их брать, или ты хотел бы от них отказаться, в целом это способ реализовать свои знания, навыки, методику, с помощью которых, ты можешь взять и сделать ту идею, ту мечту, ту мысль, которая не дает тебе покоя. Соответственно миссия это - показать ребятам разного возраста от 6 до 17 лет, что это возможно, и не просто возможно, а как именно это возможно, как ты сможешь это сделать, стать более эффективным, стать более конкурентоспособным.

Саида Тургульдинова:

АЛДАҒЫ ЖОСТАРЛАРЫҢЫЗБЕН ТАНЫСТЫРЫП ӨТІҢІЗШІ? ҚАНДАЙ БАҒДАРЛАМАЛАРМЕН ТАҢГАЛДЫРАСЫЗДАР?

.....
РАССКАЖИТЕ ЧТО НАМ ОЖИДАТЬ ОТ ВАС, А ИМЕННО, КАКИЕ ПРОГРАММЫ, КУРСЫ, ИНТЕНСИВЫ ВЫ ПЛАНИРУЕТЕ ПРОВОДИТЬ?

Николай Дориченко:

Қаңтардың із-нен бастап арнағы кәсіпкерлік бағдарламамызды ұсындық. Айта кетейін, 3 апта сайын тақырыптар жаңарып отырады. Біздің жобамыз баланың ой-өрісін дамытып, өмірін өзгертуге көмектеседі. Егер сіз де бұған көз жеткізгіңіз келсе, біз сізді асыға күтеміз.

13 января уже стартовала предпринимательская программа и буквально каждые 3 недели начинается новая программа с интересными заготовками. Мы очень ждем тех, кто присоединится и попробует, потому, что это точно стоит того, это может поменять жизнь ребенку и убедиться, что заниматься данной сферой определенно нужно.

Саида Тургульдинова:

ҚЫЗЫҚТЫ ДА ТАНЫМДЫ АҚПАРАТПЕН БӨЛІСКЕҢІЗ ҮШІН РАХМЕТ АЙТАМЫЗ. GENERATION NEXT ҰЖЫМЫ СІЗГЕ АЛДАҒЫ ҮАҚЫТТА ТЕК СӘТТІЛІК ТІЛЕЙДІ!

.....
БОЛЬШОЕ СПАСИБО ЗА ИНТЕРЕСНУЮ И ПОЛЕЗНУЮ ИНФОРМАЦИЮ.
КОМАНДА GENERATION NEXT ЖЕЛАЕТ ВАМ ДАЛЬНЕЙШИХ УСПЕХОВ!

Саида ТУРГЕЛЬДИНОВА, 18 лет



Nuray Karatayeva, 14 years old

THOUGHTS ALOUD

School can be hard, for different people in different ways. I think we all know that. With all these cool trends and new themes, it's hard to keep up with society, isn't it? Many teenagers feel this way, me included. We feel like we don't belong and that we don't have any actual friends. Do you often think that people around you consider you weird? Well, that is actually normal. Almost every single teenager goes through that at some point in their life. Yeah, even the most popular girl or guy in your class once felt the same way as you do right now. My mum always told me that it is better to be alone, than with someone who just uses you and isn't actually your friend. I listened to her advice and now guess what, I feel really good about myself. Sometimes, people can try to put you down, this might be because they are insecure in themselves, or because they are just jealous of you. Once I stopped talking to these "friends", people started taking an interest in me and I started making more and more good friendships. You see, the thing is, when I was with them, I never got the chance to talk to other people. I spent my whole time with them, but once we stopped being friends, I had more free time which I used to study, read books and just focus on myself. I didn't ever regret my decision, trust me. Maybe you won't have friends for a little while, but it will soon all work out and everything will be good. Just don't stick around the wrong people, it won't turn out good.

КОМАНДА GN ПОСЕТИЛА №79
ШКОЛУ ЛИЦЕЙ Г.АСТАНА
И ПОБЕСЕДОВАЛА С
ЗАМЕСТИЛЕМ ДИРЕКТОРА
ПО УЧЕБНОЙ ЧАСТИ МАРАЛОМ
БЕРМАГАНБЕТОВЫМ. ТРИ ГОДА
НАЗАД ШКОЛА ЗАПУСТИЛА
АКЦИЮ «ТВОРИ ДОБРО»,
ОСНОВАТЕЛЯМИ КОТОРОЙ
ЯВЛЯЮТСЯ УЧАЩИЕСЯ
МЛАДШИХ КЛАССОВ.



Амина:

ЗДРАВСТВУЙТЕ, МАРАЛ ТОЛЕГЕНОВИЧ.
БЛАГОДАРЮ ВАС ЗА ТО, ЧТО УДЕЛИЛИ
ПАРУ МИНУТ ДЛЯ БЕСЕДЫ. МНЕ
ПОНРАВИЛАСЬ ВАША АКЦИЯ «ТВОРИ
ДОБРО». СКАЖИТЕ, КАК РОДИЛАСЬ ЭТА
ИДЕЯ?

Марал Бермаганбетов

В нашей школе данная акция существует с 2015 года. Идею предложили сами дети и родители, а учителя младших классов поддержали. Целью акции является, во первых, бережное отношение к природе. Во вторых, милосердие к братьям нашим меньшим, то есть к птицам, кошкам и так далее. Это предложили дети, ну естественно наша школа поддержала данную акцию.

Амина:

СКОЛЬКО ВСЕГО СКВОРЕЧНИКОВ БЫЛО СДЕЛАНО В ПЕРИОД АКЦИИ?

Марал Бермаганбетов

Наша акция длится уже три года. Только в этом году мы сделали уже 200 скворечников. Если считать с прошлым годом, то общее их количество составляет свыше 400 скворечников.

Амина:

ИЗ ЧЕГО ДЕЛАЕТСЯ СКВОРЕЧНИК И ОТКУДА БЕРЕТСЯ МАТЕРИАЛ?

Марал Бермаганбетов

У нас при школе создана творческая мастерская. Спонсорами этой мастерской являются родители наших учеников. Эта творческая мастерская и сам проект «Твори Добро» создан для учеников младших классов, именно их родители являются помощниками детей, они сами делают скворечники в творческой мастерской. Творческая мастерская сделана на базе наших кабинетов технологии и труда. Именно там из дерева, из остатков материалов, чтобы все это не выбрасывать дети делают разные поделки с помощью родителей.

Амина:

СКОЛЬКО ДЕТЕЙ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ В АКЦИИ?

Марал Бермаганбетов

Сейчас у нас более 900 учеников в начальных классах и они все участвуют в акции «Твори Добро» по мере возможности.



Амина:

ГДЕ ВЫ РАЗМЕЩАЕТЕ СКВОРЕЧНИКИ?

Марал Бермаганбетов

За три года мы несколько раз выезжали для того, чтобы разместить скворечники, не только скворечники, наши дети делают еще кормушки для птиц, чтобы зимой можно было кормить этих птиц. А еще дети делают домики для бездомных кошек и собачек. Это тоже своего рода акт милосердия. За три года участники акции съездили в Боровое, на территории разместили несколько десятков скворечников и кормушек для птиц. Кроме этого в прошлом году мы разместили скворечники в центральном парке в городе Астана и в этом году буквально недавно прошло мероприятие, где все мы ездили в президентский парк, чтобы разместить скворечники, кормушки и домики. Также в нашей школе учащиеся собирают макулатуру и сдают ее. На вырученные деньги помогают детям с онкологическими заболеваниями. Это очень полезное дело. С маленьких лет дети учатся быть добрыми и ответственными.

Амина:

ЗДОРОВО! КОМАНДА GN ЖЕЛАЕТ ВАМ УСПЕХОВ В ТАКОМ ПОЛЕЗНОМ ДЛЯ ОБЩЕСТВА ДЕЛЕ. СПАСИБО!

Амина Каратаева, 9 лет

Try, try again

**So this chapter
is all about trying,
and trying
and not giving up!**

if you have started doing something, for example dance lessons, and you can't do one dance move, don't give up! Keep on trying and trying and trying, until you finally get it right. Also don't drop things straight away, be determined and don't give up. Look at people like Coco Chanel, or Joy, people made fun of them, didn't like their ideas, but they still didn't give up and later it was all worth it. So if you're doing something that is good for yourself and others then do your best and make it happen, and don't give up!

**Always have
courage!**

By Amina Narikbayeva



YOU ARE UNIQUE, YOU ARE SPECIAL

It's true you are unique and you are special. Each one of us are unique and special in our own way and we can all decorate this world and make it better by our differences. So don't start judging people if he or she is different somehow from you instead try seeing the benefits of him/her being different.

Some tips for not judging:

1.BE MINDFUL

- For all people judgment is a natural instinct when we see something out of the ordinary. Before you speak or send nasty messages and do any harm to that person sitting behind the screen that will start regretting what he/she posted or wrote, try to catch yourself. You can't get your words back. Try to think a little bit about what you are trying to do.

See if you can understand where the person may be coming from. Try to rephrase your critical internal thought into a positive one, or at least a neutral one. After all, like that dog in the trap, we really don't know the reasons for someone's behavior.

3.REAPEAT THE MANTRA "JUST LIKE ME"

- In some ways we are actually more alike than different. When you feel like criticizing someone, remind yourself that that person loves his/her family just like you do and wants to be happy and not suffer just like you do and wants the best for his family just like you do, has problems just like you do and most important he/she makes mistakes just like you do.

2.LOOK FOR BASIC GOODNESS

- This might take a little time, as our minds usually scan for negative thoughts, but if we try to set our minds to think only good about other people, we see only good in everything.

4. FEEL GOOD ABOUT YOURSELF

- People who don't feel good about themselves or are jealous of someone are the ones who find themselves criticizing others or making them feel bad about themselves, just to make themselves feel stronger and better. You are wonderful in your own way and have you ever thought how bad that person feels. You should work on developing positive attitude, confidence, and embrace your individuality basically be you and be unique.

**REMEMBER
YOU ARE
UNIQUE
AND YOU
ARE
SPECIAL!**

By Alilya Narikbayeva, 14 years old



«ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ
ЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ КАК В КИНО»

Чувствовать себя как в кино... Вы наверное спросите, что нужно для этого делать? - для начала, начать любить самого себя. Без этого, процесс не будет набирать обороты. А чтобы начать себя любить, вы должны принять себя такими, какие вы есть и начать развиваться и ухаживать за собой. Думайте о том, как бы вы себя видели со стороны и представляйте себя главным героем фильма или какого-нибудь клипа. Ведь на самом деле, вы - главный герой СВОЕЙ жизни. Я часто пытаюсь запечатлеть прекрасные моменты в своей памяти. Когда сижу за столом и вокруг народ, который смеётся над одной шуткой. Или когда еду в машине, льёт дождь и сижу в наушниках на заднем сидении. Лечу в самолете, плачу в комнате, иду по улице, читаю книгу, играю на фортепиано и так далее. Вот они, моменты, на которые мы просто перестали уделять внимание. А ведь из таких вот моментов и строится вся жизнь и пока вы будете жить только одними мыслями и целями, жизнь пролетит быстро-быстро и совсем незаметно.

А так же, МЕЧТЫ. Без них точно никуда. Верить в чудеса как ребёнок, мечтать, пускай и не реалистично, почему бы и нет? Во всей жизненной суete, вряд ли это Вам навредит. А так же, найдите что-то, что будет Вас вдохновлять. Рисование, музыка, кино, книги, люди, улица, магазины, это может быть что угодно... Главное, чтобы Вам это было по душе.





Проайдемся по пунктам:

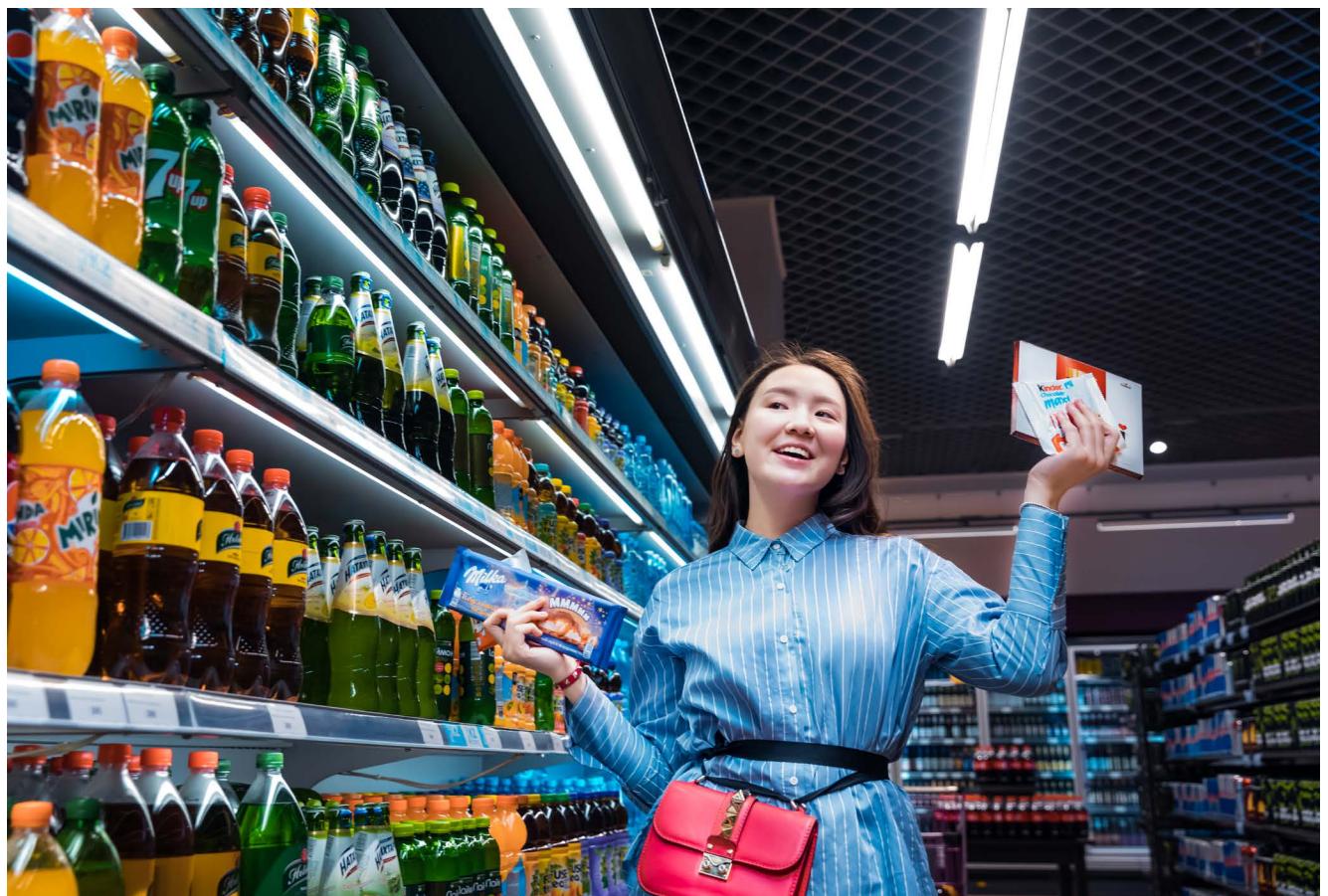
- 1) Любовь к себе;
- 2) Внимание мелочам;
- 3) Мечтать;
- 4) Вдохновение.

Возможный план на день, чтобы почувствовать себя как в кино (по-крайней мере, на меня это действует):
Проснитесь пораньше. Зарядка, водичка с лимоном, душ с масками и маслами. После, идите и не думая о том, что подумают люди, наденьте то, что всегда хотели. Элегантная шляпа, длиннущее пальто, платье, да что Вам угодно. И прям так же, соберитесь и у зеркала не леняясь, накрасьтесь, приведите себя в порядок! И вот, наденьте наушники включив любимые песни, пешком дойдите до уютной кофейни. Но, не забудьте взять красивый блокнот с ручкой для записей! Закажите кофе с круассаном или ещё чего-нибудь, но обязательно будьте добры с персоналом и проходящими людьми! Посидите, расслабьтесь. Достаньте блокнот и напишите там ваши планы на день, на год, на месяц или свои идеи, мечты, рассказы, да что угодно. Далее, прогуляйтесь по знакомым улочкам. Присмотритесь вокруг, на все мелочи приглядитесь, на которые вы не уделяли

должного внимания. Оттуда можете пойти по магазинам, или в музей, в галерею, в парк, куда-нибудь, где бы вы предпочли побывать наедине с собой. Можете на обед пригласить лучшего друга или человека, который вас вдохновляет, ну или маму, в общем кого-то, с кем вы любите проводить свободное время. Посидите, поговорите и не забывайте о мелочах. Присмотритесь, как появляются морщинки возле глаз, когда этот человек прекрасно улыбается или как увлечённо рассказывает о вчерашнем дне или как сосредоточено выбирает себе обед в меню...? Попрощавшись, сходите в ваш любимый супермаркет. Приобретите все ваши любимые вкусности. И идите обратно домой. Приберитесь дома, подготовьте себе уютный уголочек, возможно взяв мягкий плед или включив светильники. Разложите ваши вкусности в самые красивые посуды, которые у Вас имеются, включите ваш любимый фильм, мультфильм, сериал или программу. А после просмотра, просто сядьте у окна. Вот, посмотрите вокруг. Всё такое разное, красивое, но в то же время обычно-необычное. И вот лягте, наденьте свою любимую пижаму и почитайте возможно книжку или журнал. Потом выключите свет и подумайте о том, о сём. Да обо всём. Помечтайте. Порадуйтесь тому, что вы - часть этого прекрасного мира. Вы - его дополняете, а мир - дополняет Вас.

Надеюсь, моя статья Вам понравилась, была полезной и разбудила в вас хоть немного вдохновения!

*Всегда любите себя
и всё вокруг!
Будьте собой
и следуйте за мечтой!*



USEFUL, INTERESTING BOOKS AND MOVIES

What do you do on a rainy cozy day? Well for me, is watch a movie! My mom showed me a lot of interesting, useful and fun movies that I would love to share with you!

List of useful, interesting and fun movies YOU should watch!



JOY

JOY is a 2015 American, biographical comedy-drama film, written and directed by David O Russel and Starring Jennifer Lawrence as Joy Mangano ; a self-made millionaire who created her

own business empire. This movie is very fun and inspiring of how a young lady from a poor family made her invention famous.



COCO CHANEL

Coco Chanel is a 2008 film directed by Christian Duguay. This movie shows the story behind the very famous fashion designer Gabrielle (Coco) chanel . Chanel went through a lot of obstacles along the way to had've been able to come to the famous brand "Chanel". I think this movie can teach a lot of things to anyone. Her determination and hard work was very inspiring to me.



JULIE & JULIA

Julie & Julia is a 2009 American comedy-drama film written and directed by Nora Ephron starring Meryl Streep, Amy Adams, Stanley Tucci, and Chris

Messina. The film contrasts the life of Chef Julia Child in the early years of her culinary career with the life of young New-Yorker Julie Powell who wants to cook all 524 recipes in Child's cookbook in 365 days, which is a challenge she described on her popular blog that made her a published author.

This movie was very funny, interesting and fun to watch and I totally recommend!!



WONDER

Wonder is a 2017 American drama film directed by Stephen Chbosky, and written by Jack Thorne, Steve Conrad and Stephen Chbosky, based on the 2012 novel "Wonder" by R.J Palacio. The film is about a child who has a face deformity and has been home-schooled all his life, so his parents decide to put him into school for the first time. At school he goes through a lot of tough situations. This film was very touching and heart-warming and I think that this film is suitable for anyone to watch.

List of useful, Interesting books

WONDER

Wonder is a heart-warming, touching book about a child (August Pullman) who has a face deformity and has been homeschooled all his life, so his parents decide to put him into school for the first time, where he tries to fit in and goes through a lot of tough situations. Wonder is a best-selling book that has been published in 2012.

AUGGIE & ME

The book "Wonder" goes through a lot of perspectives, for example the perspective of Auggie's friends, sister, mother etc. So "Auggie & me" book is like a bonus of three more perspectives from people who play an important role in Auggie's life. This book was published in 2015.

HABITS OF HAPPY KIDS

The 7 habits of happy kids by Sean Covey is the same thing as "The 7 habits of highly effective teens" just in a more simpler, fun way for kids.

RICH DAD POOR DAD

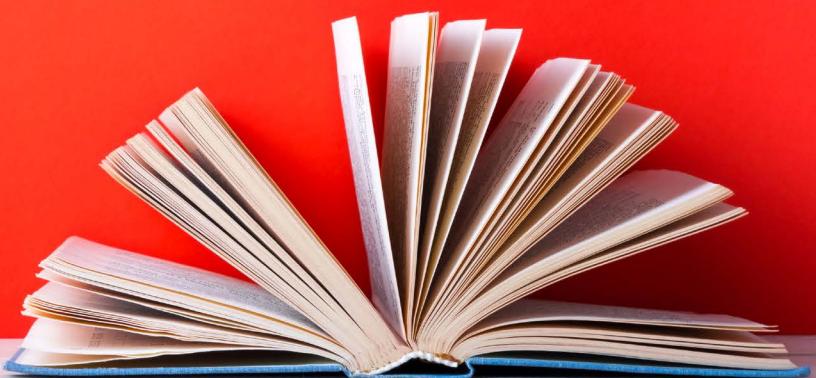
Rich dad poor dad is a book written by Robert Kiyosaki and Sharon Letcher. This book teaches kids and teens about financial economics and investment. I found this book very interesting. It's also like a story of about how young Robert and his friend wanted to earn money, so they asked rich dad (which is his friend's dad) to teach them.

MIND POWER

Mind power is a book written by John Kehoe. Best-selling author John Kehoe has helped millions reach their full potential using Mind power. The book itself is about the power of our mind, how we think and what should we think to be able to be our best selves. He teaches us that you can achieve anything you want to achieve especially with the help of mind power.

3.7 HABITS OF HIGHLY EFFECTIVE TEENS

The 7 habits of highly effective teens by Sean Covey is like a help guide or advice book for teens. Most importantly it teaches teens the 7 habits which are: (1) Be Proactive (2) Begin with the end in mind (3) Put first things first (4) Think "win-win" (5) Seek first to understand, then to be understood (6) Synergize (7) Sharpen the saw. So in this book Sean Covey explains each habit very clear and easy for teens to understand. All these habits are very important and teach a lot.





THERE ARE MANY CATEGORIES TO STAYING HEALTHY
FOR EXAMPLE: PHYSICAL, MENTAL, EMOTIONAL, AND
BEHAVIORAL HEALTH

But these are what teens really need to take care of:

Physical health: taking care if your body

Exercise regularly

DON'T BE LAZY; it's not that hard. As advantages it will make you feel better that you accomplished something as well as your body. It can also be really fun!

.....

A FEW TIPS ON HOW TO MAKE EXERCISING FUN:

GRAB A BUDDY- it makes training more fun. You can come up with new ideas on how you can modify your exercises or make your runs more interesting. For example instead of doing normal sit-ups you could throw a ball back and forth to each other while doing them. Before you know it, time will pass by in an instance. Now you can be proud of yourself you've done something important with a friend.

YOU PUSH EACH OTHER

When you feel like giving up, your partner can motivate you to keep going. A sporting challenge among friends can help you to push each other and stretch your limits.

JOIN A CLASS - there are many fun classes you can attend to stay fit like aerial arts, dance classes, football, baseball, cricket, basketball, swimming, etc. I do dance and for me its always way more fun when there are other people in the group as well it just makes me want to push myself more. As always working alongside someone makes tough workouts seem to go by quicker.

CRANK THE TUNES - save the silence for yoga and meditations. Workouts are meant to be full of energy, so create a playlist with your favorite songs. Then turn the music up and get better results and more fun doing it.

LOSE THE DREAD - its best to start the most challenging moves in the beginning of your workout, don't feel pressure to kick things off with your most dreaded moves, workouts should be fun not dreadful. Right? Similarly, it's not motivational for you to make it to the end of your workout if you leave the toughest for the last. Sandwich the really tough exercises with something more enjoyable and the whole workout will seem much more pleasant.

GET COMPETITIVE - nobody likes to be a loser. Whether it's competing against personal goals or with a friend, creating an opportunity to win can help make a workout more enjoyable and more effective. I personally love competing because it just makes me want it more and motivates me to keep going.

Eating healthily

By Alilya Narikbayeva



HERE ARE A FEW TIPS
ON HOW TO EAT HEALTHILY.
OFCOURSE IT'S HARD
TO KEEP TRACK
BUT IT WILL HELP YOUR BODY AND YOUR
HEALTH.

1. Base your meals on starchy carbohydrates - they include potatoes, bread, rice, pasta, and cereals.
2. Eat lots of fruits and vegetables - five portions of variety of fruits and vegetables (its easier than it sounds). Chop some bananas over your cereal.
3. Eat more fish - fish is a good source of protein and contains many vitamins.

Aim to eat at least two portions a week, including at least one portion of oily fish. Oily fish contains omega-3 fats, which may help to prevent heart disease.

Oily fish include: / Salmon / Mackerel / Trout and etc.

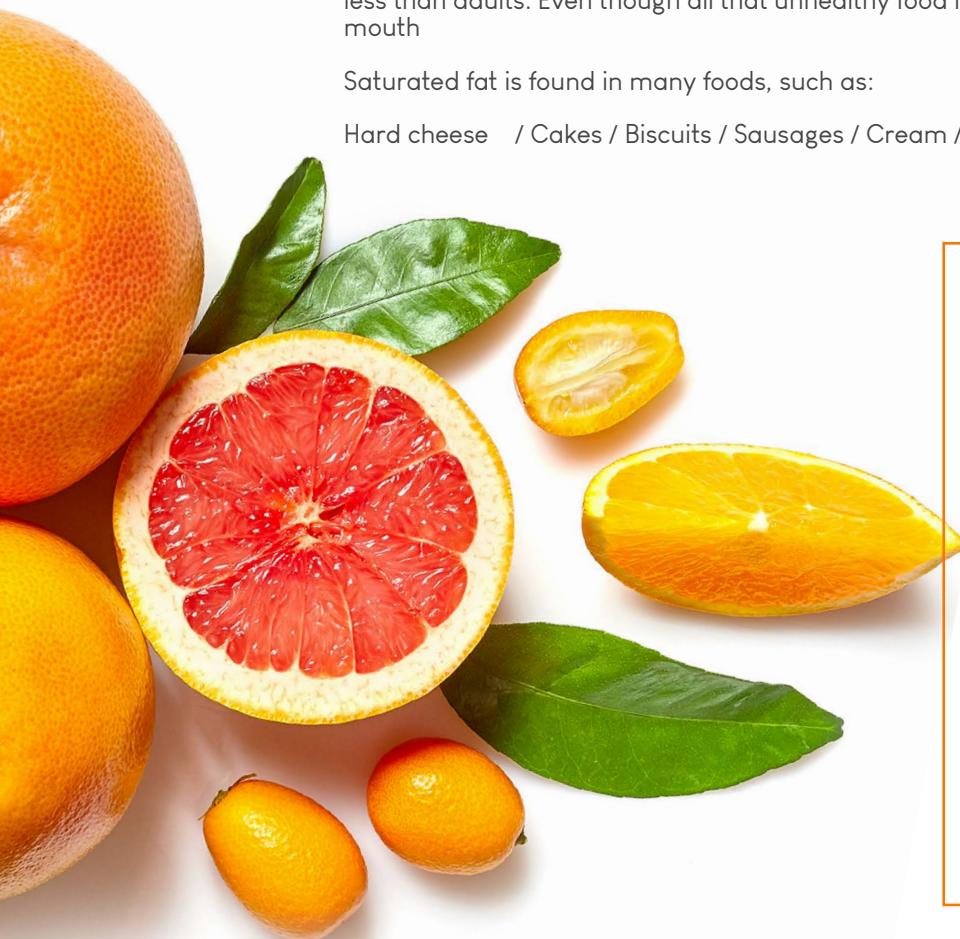
CUT DOWN ON SATURATED FAT AND SUGAR

Too much saturated fat can increase the amount of cholesterol in the blood, which increases your risk of developing heart disease.

The average man should have no more than 30g saturated fat a day. The average woman should have no more than 20g saturated fat a day, and children should have less than adults. Even though all that unhealthy food is yummy and just melts in your mouth

Saturated fat is found in many foods, such as:

Hard cheese / Cakes / Biscuits / Sausages / Cream / Butter / Lard / Pies.



DON'T GET THIRSTY

when I don't drink in of water I get really thirsty and my head starts to hurt and I get really dizzy. I have been told we should drink 6-8 cups of water everyday to stay hydrated. Especially when it's a hot day and you're working out you may need even more water.

WATER IS LIFE!

DON'T SKIP BREAKFAST

I know as a teen we usually skip breakfast because we're in a rush and don't think that breakfast is the most important meal of the day or they think that it will help them lose weight but it doesn't.

Breakfast has also been shown to have positive effects on children's mental performance and increase their concentration throughout the morning. So you probably would get better grades. Don't skip breakfast it is literally your best friend.

UHH THIS IS TIRING, RIGHT? To stay healthy there are so many rules and tips you should follow. Don't get too scared though it's fine to have a chocolate but just not too much.

IN ADVANTAGE YOU'LL STAY HEALTHY AND FIT. HOPE THIS HELPED YOU. I feel hungry now if you feel the same go checkout cooking with Amina on page 67 she'll share with you some healthy recipes.

Cooking with Amina



Hello! It's Aminah!! I love cooking, do you? I hope you do because I will write all about it now! Also I have a cooking channel "Amina GN Cooks" make sure to watch some videos on there.

**SO LET'S START! I WILL SHOW YOU
SOME EASY, YUMMY AND MOST
IMPORTANTLY HEALTHY RECIPES
YOU SHOULD TRY!**



RECIPE 1

Pumpkin ginger Spice granola bars

These are the perfect grab-and-go snacks, so if you're hungry and craving for a treat then this is your go-to. This recipe contains teaspoon of added sugar per serve. Also this contains nuts so if you're allergic to them then avoid doing this recipe!!!

160 c 30-40 minutes

Prep

2 cups (240g) roughly chopped mixed almonds, cashews, pecans, walnuts and pumpkin seeds (preferably activated)	2 cups (120g) coconut flakes	7 tablespoons chia seeds
2 cups (200g) rolled oats	cup (100g) coconut oil (or butter, or a mixture of both)	
cup (175ml) rice malt syrup	1 cup (250ml) Pumpkin puree	1 teaspoon ground cinnamon
1 teaspoon ground allspice	1 teaspoon ground ginger	½ teaspoon ground cloves

Preheat the oven to 160 c (gas 3). Line a rectangular baking tray with baking paper. Combine the nuts, oats, coconut flakes and chia seeds in a large bowl.

Stir the coconut oil, rice malt syrup, Pumpkin puree and spices together in a saucepan over medium heat and bring to a gentle boil. Remove from heat and stir into the nut mixture until well combined.

Press the mixture evenly into the prepared baking tray and bake for 30-40 minutes, or until golden and firm to touch in the centre.

Remove from the oven and allow to cool before slicing into bars. Store in an airtight container in a cool dry place for 1-2 weeks.



RECIPE 2

Carrot, coconut and pineapple muffins

Carrot and coconut together make deliciously moist muffins! As they have a high fruit content, these muffins are best stored in the freezer.

Prep	Total	Servings
15 min	14 minutes (mini) / 8 regular muffin	24 mini / 8 regular

Prep

150 g (5 oz) wholemeal flour or 75 g (2 1/2 oz) plain flour		
1/2 tsp bicarbonate of soda	1/2 tsp ground cinnamon	1/2 tsp salt
60g (2 1/4 oz) drained canned crushed pineapple		1 egg
1 tsp baking powder	1 tbsp pineapple juice (from the can)	1 tsp vanilla extract
85 g (3 oz) butter, melted	1 medium carrot, finely grated	
50 g (1 oz) desiccated coconut	100 g (3 1/2 oz) soft light brown sugar	50g (2 oz) raisins

Pre-heat the oven to 180c/350f/gas 4/fan 160c. Line two mini-muffin tins with paper cases (or eight holes of a regular muffin tin.)

Mix together the flour, baking powder, bicarbonate of soda, cinnamon and salt in a bowl. In a separate bowl mix together the melted butter, vanilla, egg, carrot, pineapple and juice, coconut and sugar. Mix the wet ingredients into the dry ones, along with the raisins.

Spoon the mixture into the paper cases (three quarters full) and bake for 12-14 minutes (for mini-muffins) or 20 minutes (for larger muffins), until risen and firm to the touch. Cool on a wire rack.

RECIPE 3

Blackberry-lemon scones

This is more on the sugary side so don't have TOO much!! But they are very delicious and a good dessert for anyone!!



Prep Total Servings
15 min 45 min 8

Prep

2 cups Gold Medal™ all-purpose flour		
½ cup unsalted butter, frozen	¼ tsp baking soda	½ tsp salt
1 container (6 oz) fresh blackberries		1 tsp baking powder
1 tbslp grated lemon peel	½ cup sour cream	1/3 cup sugar
1 container (6 oz) fresh blackberries	1 tbslp sugar	1 egg

1. Heat oven to 204 c (400 f). Line cookie sheet with cookie parchment paper.
2. In large bowl, mix flour, 1/3 cup sugar, baking powder, salt and baking soda. Grate butter into flour mixture, then work in with fingers until mixture looks like coarse meal. In small bowl, beat sour cream, egg and lemon peel with whisk or fork. Add sour cream mixture and blackberries to flour mixture. Stir until dough comes together (some berries may be slightly crushed).

3. On cookie sheet, pat dough into 7-inch round. Cut into 8 wedges; separate slightly. Sprinkle evenly with 1 tablespoon of sugar.

4. Bake 14-16 minutes or until light golden brown. Cool 5-10 minutes.



RECIPE 4

Berry delicious chia pudding



This berry, chia pudding is very yummy as well as very healthy and easy to make! If you don't have a lot of time and are rushing somewhere then this is your recipe!!

Prep

- ½ teaspoon vanilla powder or 2 teaspoons vanilla extract
- ½ cup (75 g) chia seeds
- ½ cups (575 ml) milk (any kind)
- Pinch of granulated stevia, to taste
- 4 tablespoons berries, fresh or frozen

Combine all the ingredients except the berries in a bowl. Divide between two jars. Place puddings in the fridge overnight.

In the morning, top with berries and store in a cooler bag or lunchbox.

RECIPE 5

Yoghurt dough scrolls

Super yummy recipe, that everyone will love!! especially yoghurt lovers!

Prep 15 min	Total 25 min	Servings 6-8
----------------	-----------------	-----------------

Dough

1 ½ cups (165g) self-raising flour.

Plus extra for dusting

1 cup (250ml) Greek Yoghurt

- 1. Preheat the oven to 180c (gas 4). Line a baking tray with baking paper.*
- 2. For the dough, mix the flour and the yoghurt in a bowl until they start to come together in a ball.*
- 3. Turn the dough out onto a well-floured surface and knead for about 5 minutes. Divide into six or eight equal portions. Flatten out a little with your hands; add more flour as needed to keep dough from sticking. Take a portion and roll into a long thin rectangle - about a centimetre thick.*
- 4. Top dough with your chosen filling and roll dough into a scroll. Place on baking tray.*
- 5. Repeat process until all the dough is gone. Sprinkle additional ingredients of your choice on top of scrolls and bake for 25 minutes or until golden and cooked through.*

*So this comes to the end of Cooking with Amina!!
I hope you enjoyed making all these fun, interesting
recipes as much as I did!*

By Amina Narikkayeva





ЮНЫЕ РЕДАКТОРЫ ЖУРНАЛА НАЧИНАЮТ СВОЙ ЛИЧНЫЙ БИЗНЕС

Амир Махмет 6-и кратный рекордсмен Казахстанской книги рекордов КИнЭС, 2-х кратный мировой рекордсмен по силовому экстрему. Чемпион мира по Джиу-Джитсу, победитель и призёр многих международных турниров. Помимо спортивных достижений Амир отлично проявляет себя в учебном процессе, занимая призовые места в районных и республиканских олимпиадах. Родился и вырос на родине легендарного борца-палуана Кажымукана Мунайтпасова.

Друзья! Хочу Вас познакомить с моим первым бизнес проектом! Скажу Вам, этот старт даётся не просто, ведь у меня и так загружен с разными мероприятиями, учебой, тренировками, и т.д. В данном проекте впрочем, как и всегда меня поддерживает мой отец.

Надеюсь, что данный проект будет успешным.

Мы долго разрабатывали узоры, выбирали дизайн и подбирали достойную кожу, и вот наш старт. Современные ремни из натуральной кожи в казахском национальном стиле.

Для чего это нужно? В первую очередь, чтобы своевременно оплачивать и полноценно посещать тренировки, ездить на все необходимые турниры, без затруднений приобретать нужную экипировку для себя, моих близких и друзей.

Проводить еще больше спортивных мероприятий тренировок, а также турниры для всех желающих ребят.

Я сам из простой многодетной сельской семьи, и знаю не понаслышке, что порой бывает непросто.

Пять процентов от общего дохода «Ремней» будет сразу уходить на благотворительность и поддержку простых детей и спорта в Аулах.

Может для начала это будет небольшая сумма, но зато будет от души, и в будущем, даст Всевышний, мы сможем оказывать более значимую поддержку.

С уважением Ваш, Амир!
Амир Махмет, 19 лет

КОМАНДА GN



Авторы статей:

Алия НАРИКБАЕВА
Амина НАРИКБАЕВА
Амир МАХМЕТ
Ибрахим НАРИКБАЕВ
Нурай КАРАТАЕВА
Амина КАРАТАЕВА
Нуржанат ОРАЗБЕК
Томирис ХАТИМ
Санды ТУРГУЛЬДИНОВА
Дана КАБДУЛИНА



M. NARIKBAYEV

KAZGUU
UNIVERSITY

Мы **СЛУЖИМ** людям путем
предоставления качественного
и доступного образования!



FOUNDED IN 1994

2019