

코리아일보

КОРЕ ИЛЬБО

7 (2007) 13 ФЕВРАЛЯ 2026 ГОДА



Instagram



Telegram



koreilbo.com

О корейских
лошадях и пляжах
на острове Чеджу



стр. 12

평생 배우며
성장하는 삶의 원칙



стр. 10

뿌리를 잊지 말자

БУДЬТЕ БЛИЖЕ К ИСТОКАМ

В И З Ы

для этнических корейцев

О Б Ъ Е Д И Н Е Н Ы



С 12 февраля вступают в силу изменения в визовый режим и порядок пребывания этнических корейцев с иностранным гражданством в Республике Корея. Визы для этнических корейцев (H-2, F-4) объединяются в единую визу «для этнических корейцев (F-4)». Прекращается выдача виз H-2. Перечень документов для подачи на визу представлен на сайте Генерального консульства Республики Корея в Алматы.

стр. 3

2026 병오년, 질주보다 중요한 것은 방향

2026년은 병오년(丙午年)이다. 병(丙)은 불(火), 오(午)는 말(馬)을 뜻한다. 올해 말의 해는 2월17일에 시작된다. 불과 말이 만난 해는 예부터 ‘붉은 말의 해’라 불렸다. 불은 밖으로 뻗어 나가는 에너지이고, 말은 끊임없이 움직이는 존재다. 그래서 병오년은 도약과 변화, 확장의 이미지를 지닌다. 다만 중요한 것은 방향이다. 불은 따뜻하지만 통제하지 않으면 모든 것을 태우고, 말은 힘차지만 고삐를 놓치면 낭떠러지로 달려갈 수 있다.

카자흐스탄 역시 새로운 도전과 기회의 갈림길에 서 있다. 경제 구조 다변화, 산업 현대화, 디지털 전환, 인공지능 시대에 맞는 제도 개혁 등 국가적 과제가 동시에 추진되고 있다. 중앙

아시아 최대 경제 규모를 가진 국가로서의 잠재력은 분명하다. 풍부한 자원, 젊은 인구, 지정학적 위치는 강점이다. 그러나 속도만이 능사는 아니다. 필요한 것은 균형과 판단력이다. 어디에 힘을 집중하고 어떤 분야를 전략적으로 키워갈지에 대한 냉철한 선택이 중요하다.

병오년은 질주를 상징하지만 무모한 돌진을 의미하지는 않는다. 불은 길을 밝히는 햇불이 될 수도 있고, 통제하지 못하면 위기가 될 수도 있다. 말 역시 힘과 추진력을 상징하지만 그 힘을 어떻게 쓰느냐에 따라 결과는 달라진다.

2026년이 카자흐스탄에 있어 방향을 잃지 않는 도약의 해, 안정 속에서 성장의 속도를 높이는 한 해가 되기를 기대한다. 신중한 선택이 더 밝은 미래로 이어지기를 기대한다.



Кредиты

- Низкая ставка
- Без лишних переплат
- Прозрачные условия

Депозиты

- Выгодные условия
- Капитализация
- Гарантирован КФГД

SHINHAN BANK
KAZAKHSTAN

тел. +7 (727)356-96-00

г. Алматы пр. Достык 38, БЦ "Кен-Дала"

лицензия на проведение банковских и иных операций №1.1.258 от 03.02.2020 г. выдана Агентством Республики Казахстан по регулированию и развитию финансового рынка.

Сейфовое хранение Переводы

- Доступ по отпечатку пальца
- Конфиденциальность
- Современная система безопасности

- Быстрые переводы
- Низкие комиссии
- Отправка по всему миру

Референдум по проекту новой Конституции назначен на 15 марта 2026 года

Президент Республики Казахстан Касым-Жомарт Токаев подписал Указ о проведении республиканского референдума по проекту новой Конституции страны. Голосование состоится 15 марта 2026 года.

Решение принято в соответствии с подпунктом 10 статьи 44 Конституции Республики Казахстан и статьей 18 Конституционного закона «О республиканском референдуме». На всенародное голосование выносятся проект новой Конституции Республики Казахстан.

Формулировка вопроса, который будет предложен гражданам, утверждена в следующей редакции: «Принимаете ли Вы новую Конституцию Республики Казахстан, проект которой опубликован в средствах массовой информации 12 февраля 2026 года?»

Согласно Указу, сам документ и проект Конституции подлежат официальному опубликованию 12 февраля 2026 года в официальных СМИ.

Подготовка и проведение референдума возложены на Центральную избирательную комиссию Республики Казахстан, которая будет выполнять функции Центральной комиссии референдума, а также на территориальные и участковые избирательные комиссии.



фото: akorda.kz

10 февраля 2026 года под председательством Главы государства состоялось расширенное заседание правительства Республики Казахстан. В центре обсуждения – социально-экономические итоги, темпы реформ и конкретные задачи на ближайший период. Тон выступления Президента был предельно прагматичным: результативность, дисциплина исполнения и персональная ответственность.

Главная цель – ощутимые результаты Прошло расширенное заседание правительства

Глава государства подчеркнул, что Казахстан вступил в этап углублённой модернизации, где ключевым становится не декларация намерений, а измеримый эффект для граждан. Особое внимание уделено диверсификации экономики, развитию обрабатывающей промышленности, поддержке малого и среднего бизнеса, а также расширению экспортного потенциала. Правительству поручено обеспечить устойчивый экономический рост с опорой на реальные сектора и новые технологии.

Отдельный блок поручений касался цифровой трансформации. Президент отметил необходимость ускоренного внедрения искусственного интеллекта в систему государственного управления, здравоохранение, образование и сферу услуг. Цифровизация должна не просто автоматизировать процессы, а повысить прозрачность, снизить бюрократическую нагрузку и минимизировать коррупционные риски.

Серьёзный акцент сделан на социальной политике. В числе приоритетов – поддержка занятости, повышение качества образования, модернизация системы здравоохранения, развитие инфраструктуры в регионах. Президент напомнил, что социальная стабильность напрямую зависит от эффективности экономики и справедливого распределения ресурсов.

Важной темой стало укрепление финансовой дисциплины и оптимизация бюджетных расходов. Глава государства потребовал более строгого контроля за реализацией государственных программ, исключения дублирующих функций и повышения управленческой ответственности на всех уровнях.

Особое внимание уделено региональному развитию. Президент подчеркнул, что дисбаланс между центром и регионами должен быть сокра-

щён за счёт развития производств, инфраструктурных проектов и создания новых рабочих мест. Региональная политика рассматривается как ключ к укреплению внутреннего рынка и социальной устойчивости.

Расширенное заседание продемонстрировало чёткий управленческий сигнал: Казахстану необходима новая культура исполнения – с ориентацией на результат, эффективность и открытость. Поставленные задачи вписываются в стратегический курс на построение справедливого, технологически развитого и конкурентоспособного государства.

Начатые в стране политические преобразования демонстрируют системный подход государства к решению вопросов – налицо глубокая трансформация, успех которой напрямую зависит от активного участия каждого гражданина.

В Астане расширена программа поддержки курсов корейского языка

С 3 февраля Культурный центр Посольства Республики Корея приступил к реализации проекта поддержки курсов корейского языка в первом полугодии 2026 года. Инициатива направлена на развитие языкового образования и укрепление интереса к культуре Кореи среди школьников столицы.

В этом году программа реализуется сразу в трёх образовательных учреждениях Астаны – Alramys School, Республиканской физико-математической школе и Neotech Digital School. Проект рассчитан на четыре месяца и продлится с февраля по май.

Напомним, впервые инициатива была запущена в пилотном формате в ноябре 2025 года на базе школы Alramys School. Тогда занятия проводились

в течение двух месяцев. Устойчивый интерес учащихся и положительная обратная связь со стороны школ стали основанием для расширения программы в 2026 году.

В рамках проекта центр направляет преподавателей корейского языка непосредственно в образовательные

учреждения. Такой формат позволяет не только обеспечить высокий уровень преподавания, но и сделать занятия более доступными для школьников. Программа ориентирована на удовлетворение растущего спроса на изучение корейского языка и культуры Кореи в Казахстане.



Директор Корейского культурного центра Ку Бон Чхоль отметил:

– Интерес к Корее в Казахстане продолжает расти, что отражается в увеличении числа образовательных организаций, обращающихся с запросами на проведение курсов корейского языка. В связи с этим в первом полугодии текущего года проект был расширен. Мы рассчитываем, что программа станет важным шагом на пути к внедрению регулярных занятий корейским языком в образовательных учреждениях Казахстана.

Расширение проекта свидетельствует о системной работе по продвижению корейского языка и культуры, а также о формировании устойчивой образовательной инфраструктуры, способной обеспечить долгосрочное сотрудничество между Казахстаном и Республикой Корея в сфере образования.

Визы для этнических корейцев объединены

Как говорится в официальном сообщении Генерального консульства, правительство Республики Корея в целях обеспечения стабильного пребывания и поддержки адаптации этнических корейцев с иностранным гражданством вносит следующие изменения в визовый режим и порядок пребывания, которые вступают в силу с 12 февраля (четверг).

Этническим корейцам из стран СНГ, находящимся по краткосрочным визам (В-1, В-2, С-1, С-3, С-4), если у них ранее была выдана виза для посещения (С-3-8, Н-2, F-4), при подтверждении статуса этнического корейца разрешается изменить визу внутри страны (в Корее).

Расширены сферы трудоустройства по визе «этнический кореец (F-4)». Разрешено трудоустройство по 10 профессиям. С учётом защиты рабочих мест граждан и нехватки рабочей силы в промышленности из ранее ограниченных 47 профессий разрешено трудоустройство по 10 следующим профессиям: строительные рабочие (без квалификации), рабочие в горнодобывающей отрасли (без квалификации), рабочие по ручной упаковке, рабочие по ручной маркировке, операторы автозаправочных станций, работники по выкладке и упорядочению товаров в магазине, парковочные регулировщики, обслуживающий персонал торговых автоматов, грузчики и рабочие по погрузке (без квалификации), прочие рабочие по погрузке и разгрузке. Если при переходе с Н-2 человек работал в сфере, остающейся ограниченной, он может продолжить работу в той же компании при получении разрешения на деятельность вне статуса. При

добровольном уведомлении о начале работы штраф за несвоевременную подачу отчёта не применяется.

Независимо от возраста (совершеннолетний или несовершеннолетний) этнического корейца, находящегося в Корее по статусу F-4, его отец или мать, не являющиеся этническими корейцами, могут изменить визу на «визит с проживанием» (F-1-9).

Дополнительная информация от пресс-службы KGN

Обладатели действующей Н-2 могут находиться в Корее до окончания установленного срока либо подать заявление на смену статуса. До 31 декабря 2027 года госпошлина за смену Н-2 на F-4 (100 000 вон) отменена. Оплачивается только карта резидента (35 000 вон).

Подача возможна онлайн – через сайт HiKorea (рекомендуется), по записи в миграционном офисе и через аккредитованные агентства.

С 2026 года требования к знанию корейского языка для заявителей на визу F-4 будут поэтапно повышаться. До 31 декабря 2026 года достаточно подтверждения 1-го уровня, в 2027–2028 годах потребуется 2-й уровень, а с 1 января 2029 года – не ниже 3-го уровня. Подтвердить знание языка можно через программу социальной интеграции (КИР), экзамен TOPIK, сертификат Седжон-хактан или сертификат Корейского образовательного центра – при условии соответствия установленной ступени.

Смерть ради красоты – статистика по Корее

Департамент судебной медицины Республики Корея опубликовал данные, которые вновь ставят под сомнение безопасность индустрии эстетической медицины. Согласно исследованию, за 2016-2024 годы в стране зафиксировано 50 случаев смертей, связанных с косметическими процедурами, по которым проводилось вскрытие. Почти половина из них была связана с анестезией.



Как следует из отчёта, ежегодно в среднем погибали около 5,6 человека, и число таких случаев растёт. Среди умерших 41 женщина и 9 мужчин. Средний возраст женщин – 29 лет, причём 60% приходится на возраст 20-40 лет. У мужчин средний возраст составил 50 лет. 64% смертей произошли в столичном регионе, причём 28% погибших были иностранцами.

Наиболее «опасными» оказались операции на лице и шее – ринопластика и блефаропластика составили 52% случаев. Далее следуют липосакция (22%), интимная пластика (12%), операции на груди (8%), пересадка волос (4%) и инъекции филлеров (2%).

Почти половина всех смертей связана с анестезией. В 74% таких случаев причиной стала непосредственно сама анестезия, ещё в 26% – её сочетание с хирургическими факторами или хроническими заболеваниями пациента. В 65% эпизодов использовался пропофол.

Показательно, что почти каждый из летальных исходов, связанных с анестезией, произошел в небольших клиниках, а не в университетских больницах. При этом участие профильного анестезиолога фиксировалось лишь в некоторых случаях.

Отдельную тревогу вызвали данные по интимной пластике: в 83% таких смертей причиной стала тяжёлая лёгочная эмболия после введения филлеров на основе гиалуроновой кислоты и коллагена.

Исследователи подчёркивают, что реальные масштабы проблемы могут быть значительно выше, поскольку в статистику включены только случаи, направленные на судебно-медицинскую экспертизу. Смерти, оформленные без вскрытия или без установления прямой связи с процедурой, в расчёты не попали.

Авторы исследования настаивают: даже малые косметические вмешательства должны проводиться по стандартам полноценной операционной, с обязательным мониторингом жизненных показателей, участием анестезиолога и жёстким протоколом экстренной помощи.

Источник: «Вся Корея»

В Казахстане статистики о смертельных исходах из-за пластических операций не обнаружено, однако ежегодно в СМИ публикуются новости о смерти пациентов во время косметических процедур. Во многих случаях летальные исходы происходят из-за неквалифицированных специалистов и клиник. В некоторых инцидентах проводившие операцию врачи остаются безнаказанными.

ЭТО ТВОЙ ВАЙБ!

В Италии проходят XXV зимние Олимпийские игры

В ночь с 6 на 7 февраля на стадионе «Сан-Сиро» в Милане стартовали XXV зимние Олимпийские игры. Церемония открытия, проходившая гигантским мультимедийным форматом (чуть ли не на четырёх площадках одновременно), стала одной из самых смелых в истории зимних Игр. Казахстан на Олимпиаде представляют 36 спортсменов в 10 зимних дисциплинах – 18 мужчин и 18 женщин.

Особенностью нынешних зимних Игр стало зажжение двух олимпийских огней – в Милане и Кортине-д'Ампеццо. Основная церемония проходила на миланском стадионе «Сан-Сиро», однако отдельные ее элементы происходили в Кортине, Ливиньо и Предаццо. Всего в церемонии приняли участие 92 национальные делегации.

Как и принято, не обошлось без сравнения нынешнего открытия Олимпиады с предыдущими. В частности, многие отметили, что церемония прошла не так эпатажно, как в Париже, но имела свои фишки

– она стала самой длинной в истории зимних Игр – открытие длилось три с половиной часа. Организаторы уделили много внимания историческому и культурному наследию Италии – с отсылками к композиторам, модельерам и писателям, что сделало мероприятие самобытным и дало возможность почувствовать «свой вайб»!

Ну как же не блеснуть в столице мировой моды парадными спортивными формами? что многие сборные и сделали. Зрители выделяли формы Монголии и Гаити с их неповторимыми образами и культурными кодами. Вместе с тем не все были впечатлены формой сборной Казахстана и в сети

многие неслестно и с иронией высказывались по этому поводу. Зато на нынешних играх Казахстан показал удивительный баланс по гендеру.

Среди претендентов на олимпийские награды и казахстанская шорт-трекистка Яна Хан, у которой наша газета брала интервью буквально за несколько дней до начала соревнований. К сожалению, выступая 10 февраля в забеге на 500 метров, казахстанская спортсменка упала и финишировала последней, что не дало ей возможность выйти в четвертьфинал и продолжить бороться за награды. Пожелаем удачи Яне на других дистанциях!

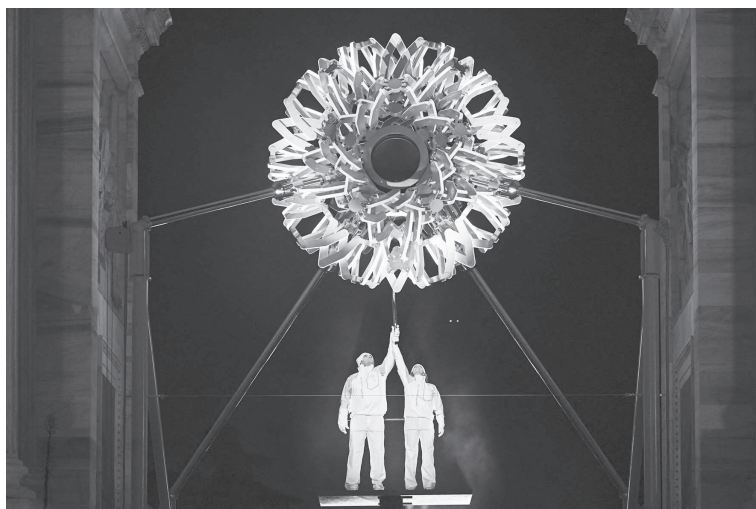


Фото: CNN

Назначение почетных волонтеров Friends of Korea

Посольство Республики Корея в Республике Казахстан провело церемонию открытия 5-го набора волонтеров Friends of Korea. Посольство поставило цель на усиление сотрудничества между государственным и частным секторами для развития культурного обмена и диалога. Friends of Korea – это организация общественно-дипломатических волонтеров, желающих продвигать корейскую культуру.

Мадина ТЕМИРХАН, Астана

Посольство Республики Корея в Казахстане успешно провело церемонию открытия 6 февраля. В мероприятии приняли участие 25 волонтеров, которые возьмут на себя роль посредников для развития культурного обмена между Казахстаном и Кореей. Волонтеры Friends of Korea играют важную роль в поддержке дипломатической деятельности Посольства Республики Корея и в продвижении различных культурных ценностей через разнообразные инициативы, мероприятия, акции, семинары и т.д.

Участники программы будут задействованы в различных культурных ивентах и дипломатических программах, чтобы повышать понимание корейской культуры и продвигать ключевые инициативы посольства.

Временно исполняющий обязанности посла Республики Корея Шин Кю Хо в своём приветственном слове подчеркнул:

– Мы надеемся, что благодаря деятельности общественно-дипломатических волонтеров больше людей смогут лучше понять дипломатические отношения между Казахстаном и Кореей и почувствовать большую близость между нашими странами.

Консул по вопросам общественной дипломатии Чжи Хэ Сун отметил:

– Мы будем всесторонне поддерживать волонтеров Friends of Korea, чтобы они могли активно участвовать в деятельности посольства и в сфере общественной дипломатии. Кроме того, мы приложим все усилия для обеспечения системного обучения и управления, чтобы волонтеры могли глубоко понимать дипломатическую деятельность и выполнять свою роль на практике.

Волонтеры Friends of Korea планируют активно участвовать как в онлайн-, так и в офлайн-продвижении. Церемония открытия стала еще одним этапом в развитии культурной и дипломатической взаимосвязи. Посольство Республики Корея в Казахстане глубоко понимает важность общественной дипломатии и планирует продолжать укреплять отношения с Казахстаном посредством реализации разнообразных программ.



Знания, спасающие жизнь Мастер-класс по первой помощи для МДК

7 февраля состоялся очередной актив Молодежного движения корейцев, который в этот раз прошел в необычном формате и был весьма полезен. Гостями встречи стали студенты Казахского национального медицинского университета имени С. Д. Асфендиярова, подготовившие для участников молодежи специальный мастер-класс по оказанию первой помощи.



Ксения ХАН, Алматы

Инициатива проведения тренинга принадлежала образовательному сектору МДК. В качестве спикеров и инструкторов выступили как сами будущие врачи, так и глава сектора Юлия Ли. Такой формат позволил не только дать профессиональную теоретическую базу, но и адаптировать материал для молодежной аудитории. Темой встречи стала первая доврачебная помощь – навык, который необходим каждому человеку, а особенно социально активной молодежи. В экстренной ситуации именно грамотные действия очевидцев в первые минуты часто становятся решающими.

Студенты-медики доступно и наглядно объяснили участникам МДК алгоритмы действий при самых распространенных жизнеугрожающих состояниях. Ребята разобрали, как правильно помогать при удушье, узнали методы остановки различных видов кровотечений, а также изучили технику сердечно-легочной реанимации при потере сознания и остановке дыхания.

Мероприятие прошло динамично, в теплой и дружеской атмосфере. Ребятам дали возможность не просто слушать теорию, но и сразу же закрепить знания на практике. В ход пошли как профессиональные манекены, так и моделирование ситуаций пострадавший – спасатель друг на друга.

Одной из ведущих тренинга выступила Камилла Турсунова, студентка 4-го курса факультета педиатрии КазНМУ:

– Хочу выразить благодарность Молодежному движению корейцев Казахстана за возможность провести это мероприятие. Для меня это был новый опыт, и я осталась очень довольна. Ребята отлично давали обратную связь в течение всего тренинга. Было весело и живо, особенно когда мы разыгрывали сценки. Мне очень понравилось взаимодействие с участниками.

Такие встречи не только дают жизненно важные прикладные знания, но и укрепляют сотрудничество между молодежными организациями и вузами города.

Фестиваль корейской культуры Meet Korea состоялся в астанинском IT-университете

Фестиваль «Встречайте Корею» был организован Корейской культурной ассоциацией и приурочен к предстоящему лунному Новому году – Соллаль, чтобы объединить студентов в атмосфере творчества, традиций и современной поп-культуры.

Миён ПАК, Астана

В течение дня на открытой площадке работала интерактивная зона и ярмарка, где продавались тематические сувениры и изделия ручной работы. Также был организован мастер-класс по традиционным корейским ремеслам, где участники узнали о декоративно-прикладном искусстве.

Кулинарной программе было уделено особое внимание. Один мастер-класс прошел при поддержке кулинарного клуба и со-

стоялся в одном из университетских актовых залов. Студентам были предоставлены все необходимые материалы, было приготовлено несколько порций кимпаба, одного из самых популярных корейских блюд. Второй мастер-класс прошел в «королевской



кухне» Корейского культурного центра, где сотрудники обучали студентов приготовлению ттокпокки. Наряду с корейской кухней посетители фестиваля попробовали уху, которая стала символом культурного и кулинарного обмена.

Мероприятие представляло собой га-ла-концерт в актовом зале университета. Программа сочетала различные жанры и формы: зрители участвовали в gandom dance (случайный танец) с розыгрышем призов, были представлены танцевальные и театральные представления, а также живые хоровые и вокальные выступления. Особой популярностью пользовалась юмористическая сцена с использованием корейской притчи. Интерактивная игра Mingle дала участникам возможность сыграть персонажей популярного телесериала Squid Game и побороться за призы.

Фестиваль Meet Korea вновь подтвердил популярность корейской культуры среди молодежи. Мероприятия студенческого клуба Корейской культурной ассоциации – это не только развлечение, но и ценный уровень межкультурной коммуникации, творческого самовыражения и международного обмена.

«Без лица»

Критика дискриминаций
в новом детективе
от режиссера
«Поезд в Пусан»

22 января в казахстанском кинотеатральном прокате прошел релиз фильма «Без лица» режиссера Ён Сан Хо, известного публике по его франшизе «Поезд в Пусан». Основанный на одноименной графической новелле режиссера, выпущенной в 2018 году, фильм «Без лица» рассказывает историю маленькой семьи, состоящей из отца и сына. Сорок лет спустя они узнают о смерти жены и матери, которая, как они были убеждены, бросила семью. В этой статье попробуем разобраться, насколько удачным получился новый проект мастера зомби-боевиков.



фото: www.imdb.com

София ПАК

Им Ён Гю – корейское «живое чудо». Будучи слепым, он десятилетиями работает мастером по дереву и изготавливает печати. Вместе с сыном Им Дон Хваном он держит мастерскую. Во время съемок документального фильма, посвященного Им Ён Гю семья узнает, что полиция обнаружила останки тела Чон Юн Хи, матери Дон Хвана. Семья решает провести похоронную церемонию, однако когда Дон Хван просит у кого-то из членов семьи

социальное высказывание: критики иерархий, эксплуатации на рабочем месте, сексуализированного насилия и дискриминации по внешним признакам.

К кому бы Дон Хван и Су Джин не пришли с расспросами о жизни Чон Юн Хи, все как один твердили о ее неказистой внешности. От её сестер Дон Хван узнает, что та в юном возрасте ушла из дома, избитая собственной матерью.

Позднее не отличавшаяся внешней привлекательностью Юн Хи становилась жертвой травли на рабочем месте, с ее мнением не считались, и даже выйти замуж за незрячего Ён Гю ей удалось лишь потому, что ее коллеги жестоко подшучивали над мастером и уверяли его в ее исключительной красоте. В браке Юн Хи тоже не повезло, она оставалась главной кормилицей в семье даже после рождения сына, пока ее муж пытался заработать небольшие деньги на своем ремесле. Все обострилось, когда Юн Хи решила заступиться за коллегу, которая пережила насилие со стороны начальника их фабрики. Юн Хи увольняют за наглое поведение, но она пытается добиться справедливости. Тогда начальник решает ее припугнуть и нанимает громил, чтобы «принести ей некоторые увечья». Однако, прибыв на место, наемники понимают, что с этой задачей без них справился выпивший супруг Юн Хи. В порыве пьяного гнева он убивает жену.

Отдельного внимания заслуживает операторская работа Пхё Сан У, который мастерски разделяет события прошлого и настоящего: несмотря на объединенные одной сине-зеленой и оранжевой цветовой гаммой, сцены флэшбеков отличаются от современных. Эпизоды воспоминаний, в которые окунаются Дон Хван и Су Джин, походят на приглушенные неосевшей пылью узкие коридоры фабрики. Они утопают в свете слабо мерцающих над столами ламп. Пространство в этих кадрах почти осязаемо: грязный мутный воздух внутри рабочих помещений и скромных жилых комнат лишней раз напоминает героям об их месте в социальной иерархии.

Однако при всей роскоши визуального языка и важных социальных комментариев фильм разбивается об отсутствие убедительного конфликта. Журналистка Ким Су Джин, снимавшая документальный фильм о мастере по дереву, вдруг увлекается пропажей его жены и даже убеждает свое начальство, что эта история поднимет рейтинг. Расследование Дон Хвана и Су Джин проходит удивительно гладко: бывшие коллеги Чон Юн Хи охотно делятся с абсолютно незнакомыми людьми постыдными воспоминаниями о ней; коллега, за

которую Юн Хи вступает перед начальником, хранившая много лет свою тайну, вдруг ни с того ни с сего раскалывается перед журналистами; Пэк Джу Сан, начальник фабрики, за 50 тысяч вон рассказывает внезапно явившимся к нему домой незнакомцам об убийстве сорокалетней давности.

Последним гвоздем в гроб посредственного сценария становится кульминационный диалог отца и сына: даже после признания Ён Гю в убийстве собственной жены, которую он презирал, Дон Хван стирает с флэш-карты все записи, свидетельствующие против отца, и просит Су Джин выпустить о нем положительный материал. Между моралью и статусом он выбирает статус.

Пройдя долгий путь расследования смерти собственной матери, узнав о тяжелой судьбе, выпавшей на ее долю, в том числе по вине отца, герой продолжает принимать его сторону и динамика их отношений не меняется, ведь отец убеждает сына в исключительном долге перед ним.

«Без лица» – эдакая попытка режиссера Ён Сан Хо ненадолго отойти от привычных ему жанров – боевика и фантастики. Путь к успешному детективу с элементами драмы преграждают однобокие персонажи и отсутствующая трансформация главного героя.



фото: www.imdb.com



фотографию мамы, чтобы поставить в рамку для церемонии, оказывается, что у нее не было ни одной фотографии. На вопрос почему? те отвечают, что мать Дон Хвана была слишком уродлива. Это сеет в Дон Хване массу сомнений. Тогда он вместе с Ким Су Джин, журналисткой, снимающей фильм о его семье, решает провести собственное расследование, чтобы восстановить события последних лет жизни его матери.

Сам режиссер Ён Сан Хо признается, что воплотить этот проект его подтолкнуло желание сделать социальный комментарий. И в действительности «Без лица» похож на одно большое

ОБЩЕСТВО

Влияние реплик корейской косметики на рынок Казахстана

За последние годы корейская косметика стала одним из самых динамично растущих сегментов бьюти-рынка Казахстана. Вместе с ростом популярности увеличился и объём контрафакта. Реплики подрывают доверие покупателей, наносят ущерб официальным поставщикам и формируют негативный потребительский опыт.

Миён ПАК,
студентка 3-го курса
цифровой журналистики

По данным Национальной палаты предпринимателей РК «Атамекен», объём контрафактной продукции в стране ежегодно растёт на 7–10%. Эксперты связывают это с недостаточным контролем поставок и слабой ответственностью онлайн-площадок.

Директор магазина «ИКСО» Анастасия Хо отмечает, что особенно уязвимы покупатели, которые только знакомятся с корейскими брендами. По её словам, подделки бывают раз-

ного уровня качества, и при высокой степени имитации отличить их от оригинала внешне крайне сложно – даже профессионалу. В таких случаях решающим становится опыт и знание поставщиков.

Проблема подтверждается и личными историями потребителей. Одна из покупательниц рассказала о приобретении крема бренда Axis-Y на маркетплейсе Kaspi. После использования у неё возникла серьёзная реакция кожи. В официальном магазине ей предоставили сертификаты соответствия и помогли сравнить продукцию – оказалось, что ранее был приобретён контрафакт. После покупки оригинального средства негативной реакции не последовало.

Теперь она выбирает только проверенные магазины и готова переплачивать за гарантированное качество. По её мнению, из-за популярности онлайн-покупок риск столкнуться с подделкой остаётся высоким, а многие потребители не знают реальной стоимости оригинальной продукции.

Предприниматели, работающие с официальными поставщиками, вынуждены выстраивать комплексную систему подтверждения подлинности товара: демонстрировать прямое сотрудничество с производителями, предоставлять сертификаты и соблюдать требования государственного декларирования косметической продукции. Некоторые магазины проводят мини-презентации с участием представителей брендов, повышая осведомлённость клиентов.

При этом полностью устранить контрафакт в нынешних условиях практически невозможно. Подделки появляются на рынке уже через месяц после выхода нового продукта – и это глобальная проблема, характерная даже для самой Южной Кореи.

Несмотря на рост числа реплик, на рынке формируется и обратная тенденция – повышение осознанности покупателей. Всё больше клиентов требуют сертификаты, интересуются происхождением товара и выбирают сертифицированные точки продаж.

Готовность потребителей платить за оригинальную продукцию создаёт возможности для добросовестного бизнеса и формирует основу для более прозрачного и безопасного бьюти-рынка Казахстана.



И Куаң Су жырындағы агитациялық «Соллаль»

Корей әдебиеті ХХ ғасыр басында сан түрлі бағытқа бөлінді. Атап айтқанда: ұлттық әдебиет, ағартушылық әдебиет, дәстүршілдік, модернистік және идеологиялық әдебиет болып топтасты. Осы бағыттардың алғы шебінде жүрген ақын, жазушы И Куаң Су (1892-1950) бастапқы кездері дәстүршіл әрі ұлттық бағытта қызмет еткенмен, кейіннен идеологиялық бағытқа ауысты. Қаламгердің 1944 жылы 1 қаңтарда «Мэиль Шинбо» газетінде жарияланған «Жаңа жыл» өлеңін қазақшалап, алдарыңызға ұсынып отырмаймыз.



Талғат ШАЙХЫҒАЛИТЕГІ

Жаңа жыл келді!

Жер жүзі бұрын-соңды кездестірмеген ұлы Жаңа жыл! Азғындық атаулының тамұғы іспеттес ескі әлем құлдырап, адамгершілік пен ізеттілікке толы жаңа әлемнің іргетасы қаланатын Жаңа жыл! Тынық мұхит толқыны қайтадан тыным тауып, Азияның көк аспанында, қасиетті қара жерінде мәңгі өркендеудің мыңжылдық дауысы қуатты дабылдай қайта қағатын Жаңа жыл!

Қуан, халқым, шаттан бәрің, осы бір Жаңа жылды өз көзіммен қарсылап алғаныма шексіз шаттанамын! Әлем пайда болғаннан бері ұшырасқан ұлы Жаңа жылды әндету – менің бақ-таланым!

Жүз миллион менің бауырластарым, бұл Жаңа жыл – тағы да қажырлы еңбек пен адал маңдай терді талап ететін жыл!

Алқапта дихандар егінін қопсытады, бақшасын баптайды, жерін өңдейді; кеншілер жер астын қазады, керегінше қиратады, оны шығаруға күш салады; шеберлер зауытта темірден түйін түйеді, қызған кезде соққылайды; балықшылар теңізге тор салады, еппен аулайды, олжасын жағаға шығарады; қызу тірлікке араласқан ер мен әйел, еңкейген қарт, еңбектеген бала – жүз миллион жүректің тоқтаусыз төккен тері қуатты Отанымыздың жерін гүлдендірген кезде ғана даңқымыз асып, жеңіске жетеміз! Міне, оны – жүз миллиондық жауынгерлік мекен немесе әскери шепті күшейту деп атайды. Жарқыраған Жаңа жыл – бұл біздің ұлы Жаңа жыл!

Батыл да ержүрек ұлдарымыз қаруларын асынып, майданға аттанады, әсем де сұлу қыздарымыз жұмыс киімін киіп, зауытқа, егістікке шығады. Жылқы мен сиыр адамзат тілінде сөйлей алмаса да, ел мүддесіне қызмет етіп жүрген жоқ па?! Не үшін? Мыңжылдық бейбітшілік пен әділеттіліктің әлемін орнату үшін!

Біздің патшамыздың әмірін орындауға асыққан қауым: «Иә, жасасын!» деп үйінен шығады. Соллаль күнінде бүтін түбектегі үш мың ли жердегі қуаныш толқыны ұшан-теңіздей болады. Бұның бәрі – шексіз даңқ пен үмітке толы ұлы Жаңа жыл үшін!

ИДИОМА

깨가 쏟아지다 (кке-га со-да-джи-да/ kkae-ga sso-da-ji-da)

Буквальное значение: высыпать семена кунжута.

Когда используется: жить счастливо; пара очень счастлива друг с другом и прекрасно проводит время вместе.

История этой идиомы заключается в том, что при сборе семян кунжута нужно потрясти растение, чтобы появились семенные коробочки. Даже при самом лёгком встряхивании стручки с семенами легко опадают. Поэтому для многих людей сбор семян кунжута – это весёлое расслабляющее и приятное занятие. Выражение 깨가 쏟아지다 обычно используется для описания пары, которая подобно процессу сбора семян кунжута очень счастлива, весёла и расслаблена.

A: 결혼하니까 좋아요?

B: 네. 너무 좋아요.

A: 사진 보니까 아주 깨가 쏟아지던데요.

– Как в браке, счастлив?

– Да, безумно!

– Судя по фотографии, вы прямо такими счастливыми выглядите!

A: 신영 씨 요즘 행복하겠어요?

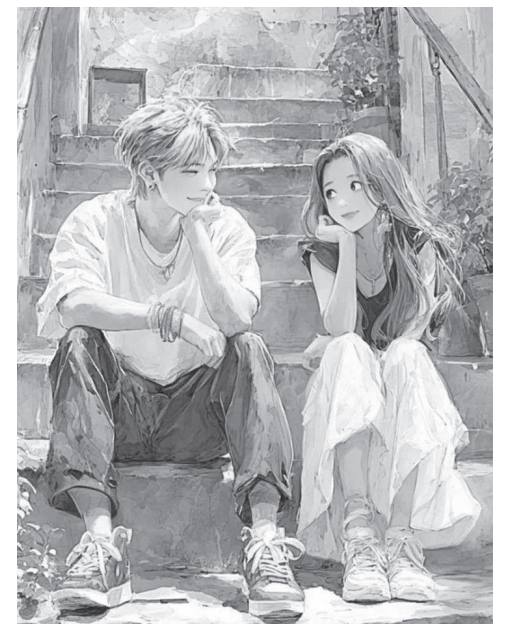
B: 아휴, 요즘 남편이랑 맨날 싸워요.

A: 왜요? 깨가 쏟아지는 신혼에 왜 싸워요.

– Шин-ён, у тебя, наверное, сейчас счастливое время!

– Какой там! Почти каждый день ссоримся с мужем.

– Почему? У молодоженов это время, когда всё в розовом свете, разве нет?



독립 이후 35년, 카자흐스탄 헌법 개편의 분기점

카자흐스탄은 1991년 12월 소련으로부터 독립한 이후 국가의 정체성과 통치 구조를 확립하는 과정에서 여러 차례 헌법을 개정해 왔다. 2026년 3월 15일 실시될 예정인 새 헌법 국민투표는 이러한 헌정사의 연장선에서 가장 큰 폭의 제도 개편으로 평가된다.



AI로 구성된 이미지

예상되었으나 공론화 과정에서 개정 범위가 크게 확대되었다. 이에 따라 2026년 1월 21일 대통령령으로 헌법위원회가 공식 출범했다. 1월 31일 첫 번째 신헌법 초안이 공개되었고, 이후 추가 논의와 보완을 거쳐 2월 12일 수정·보완된 두 번째 초안이 공식 발표되었다.

이번에 공개된 신헌법 초안은 기존 헌법 조문의 약 84%를 수정 대상으로 포함하고 있으며, 이는 독립 이후 최대 규모의 헌법 개편이다. 형식적으로는 개정이지만 실질적으로는 거의 새로운 헌법에 해당한다는 평가가 나온다.

독립 직후인 1993년 채택된 첫 헌법은 주권 국가의 기본 틀을 마련하는 데 의미가 있었다. 그러나 정치적 안정성과 권력 구조의 명확성 측면에서는 한계를 드러냈고 1995년 국민투표를 통해 새로운 헌법이 채택되었다. 1995년 헌법은 강력한 대통령 중심제를 확립하며 국가 운영의 안정성을 우선시했다. 대통령 권한이 대폭 강화되고 의회는 양원제로 재편되었으며, 이후 2007년과 2017년, 2019년 개정을 거치면서 일부 권한 조정이 이루어졌지만 기본 구조는 유지되었다.

중대한 전환점은 2022년 개헌이었다. 당시 국민투표를 통해 대통령 친인척의 공직 진출 제한, 일부 권한의 의회 및 정부 이양, 헌법재판소 부활, 인권 보호 조항 강화 등이 이루어지며 권력 분산과 제도적 균형 강화가 추진되었다.

정부 설명에 따르면, 2026년 개편안은 국가 권력 구조와 기관 간 권한 배분을 보다 체계적으로 재설계하는데 초점을 두고 있다. 대통령의 권한과 책임 범위를 재정립하고, 입법부 기능을 강화하며 헌법 기관의 독립성과 역할을 확대하는 방향이다. 동시에 정치 제도의 예측 가능성과 안정성을 높이려는 목적도 담겨 있다.

카자흐스탄의 헌법 변천은 국가 발전 단계와 밀접하게 연결되어 왔다. 1993년은 독립 국가의 기틀을 세운 시기였고, 1995년은 강력한 통치 구조를 통해 안정성을 확보한 단계였다. 2022년은 권력 구조의 균형을 모색한 시기였다면 2026년 개편은 제도의 구조적 현대화를 지향하는 단계로 해석된다.

중앙아시아 최대 경제 규모를 가진 국가로서 정치 제도의 안정성과 제도적 신뢰를 투자 환경과 국제 협력에도 직접적인 영향을 미친다. 이번 새 헌법 국민투표는 향후 국가 운영 방식과 정치·경제적 방향성을 가늠하는 중요한 분기점이 될 전망이다.

독립 이후 35년간 점진적 개정을 이어온 카자흐스탄은 이제 또 하나의 중대한 헌정적 전환점에서 있다.

동포 비자 제도 개편... H-2 폐지, F-4로 통합



대한민국 법무부는 2026년 2월 12일부터 ‘재외동포 통합 체류자격’ 정책을 시행한다고 11일 발표했다. 이에 따라 방문취업(H-2)과 재외동포(F-4) 비자 체계가 사실상 재외동포(F-4) 단일 자격으로 통합된다.

법무부의 공식 보도자료에 따르면 이번 제도 개편은 출신 국가에 따라 상이했던 동포들의 체류 조건 차이를 해소하고 현재 한국에 거주 중인 약 86만 명의 동포들에게 보다 안정적인 장기 체류 및 취업 여건을 마련하기 위한 조치다.

다시 말해, 이번 제도 개편은 해외 동포들의 안정적인 체류를 보장하고 한국 사회 정착을 지원하기 위한 조치다. 특히 CIS 국가 출신 동포 가운데 단기비자(B-1, B-2, C-1, C-4)로 한국에 체류 중인 경우, 과거 C-3-8, H-2, F-4 비자를 발급받은 이력이 있고 동포 신분이 확인되면 출국 없이 국내에서 F-4 비자로 체류 자격을 변경할 수 있게 된다. 이는 절차 간소화 측면에서 의미가 크다.

현재 H-2 비자로 체류 중인 경우에는 반드시 F-4로 체류 자격 변경 신청을 해야 하며, 자동 전환은 이루어지지 않는다. 다만 2027년 말까지는 체류 자격 변경에 따른 수수료가 면제된다.

F-4 비자의 취업 가능 범위도 일부 확대된다. 내국인 일자리 보호와 산업 현장의 인력난을 고려해, 기존에 제한되었던 직종 가운데 10개 직종에 대해 취업이 허용된다. 여기에는 건설 및 광업 분야의 비숙련 노동, 수작업 포장·라벨링, 주유소 종사자, 매장 상품 진열·정리, 주차 관리, 자판기 관리, 하역·적재 관련 업무 등이 포함된다.

또한 F-4 비자의 체류 기간은 한국어 능력에 따라 달라진다. TOPIK(한국어능력시험) 합격 또는 사회통합프로그램 이수 시 최대 3년 체류가 가능하며, 한국어 능력이 확인되지 않을 경우 1년 단위로만 허가된다. 이는 단순한 취업 목적을 넘어 동포의 장기 정착과 언어 습득을 유도하려는 정책 방향을 반영한 것으로 해석된다.

아울러 F-4 자격으로 체류 중인 동포의 부모가 비동포일 경우에도 일정 요건을 충족하면 방문동거(F-1-9) 비자로 체류 자격을 변경할 수 있도록 허용된다. 가족 체류 측면에서도 제도가 완화된 셈이다.

관련 서류와 세부 안내는 주말마티 대한민국 총영사관 공식 홈페이지에서 확인할 수 있다.

이번 제도 개편은 해외 동포 정책이 단기 취업 중심에서 장기 체류와 사회 통합 중심으로 전환되고 있음을 보여주는 조치로 해석된다.

사회

설날은 한인에게 가장 중요한 명절 가운데 하나다. 올해 설날은 음력으로 2월 17일에 맞이한다. 설날은 한반도에 거주하는 한국인뿐만 아니라 전 세계 곳곳에 살고 있는 수백만 한민족이 함께 기념하는 날이다. 카자흐스탄의 고려인들 역시 오랜 세월 동안 이 날을 맞아 한자리에 모여 전통 과자와 음식을 나누고 노래와 춤으로 명절의 기쁨을 함께해 왔다. 붉은 말의 해인 올해 역시 이러한 전통은 변함없이 이어지고 있다.

김 알렉산드라

아스타나에서는 카자흐스탄 고려인협회 지부가 새로운 형식의 설날 행사를 준비하고 있다. 이번 행사는 관람 위주의 프로그램을 넘어 참가자 모두가 직접 어울려 명절을 체험할 수 있도록 구성될 예정이다.

알마티에서는 2월 22일, 국립 아카데미 고려극장에서 음력설 기념 공연 ‘설날-2026. 달의 실에 얹힌 전설’이 무대에 오른다.

심켄트에서는 2월 21일 Saukele Ballroom에서 설날 행사가 열린다. 공연 요소를 가미한 격식 있는 축하 행사로 진행될 예정이며, 자세한 문의는 +7 701 755 5994 (타이시아)로 하면 된다.

아티라우에서도 한국식 설날을 맞는다. 2월 20일, 지역 고려인 문화센터의 활동가들과 시민들이 ‘로템’ 레스토랑에 모여 큰 명절상을 함께할 예정이다. 예약 문의는 +7 771 114 8081번이다.

카라간다에서는 ‘우정의 집’(샤호터르 대로 64번지)에서 설날 행사가 열린다. 무용단 ‘기쁨’, 민속 앙상블 ‘무궁화’, 사물놀이, 현대무용 등 다채로운 공연이 준비돼 있으며, 누구나 자유롭게 관람할 수 있다.

서카자흐스탄주(우랄스크시) 고려인 민족문화센터는 2월 26일 ‘쿠르멧’(Құрмет) 레스토랑에서 시민들을 초대해 설날을 기념한다. 참가 신청은 +7 707 868 3434 (나데즈다)로 가능하다.



파블로다르에서는 2월 21일, 우정의 집 (마슈후르 주슈 거리 35/1) 강당에서 설날 기념 프로그램 ‘겨울의 기억’이 열린다.

콕세타우에서는 고려인 민족문화센터 ‘친선’이 2월 22일 ‘루빈’ 카페에서 설날 행사를 개최한다. 티켓 문의는 +7 701 383 1171 또는 +7 707 313 0863번이다.

타라즈에서도 2월 21일 설날 행사가 마련된다. 잠빌주 고려인협회 산하 예술단체들이 선보이는 공연 프로그램이 중앙 콘서트홀 ‘발라사군’(Баласағун)에서 진행되며, 입장은 무료다.

우스티카메노고르스크에서는 동카자흐스탄주 고려인 민족문화센터가 2월 21일 ‘팔루바’(Палу-

ба) 레스토랑에서 설날 행사를 준비했다. 예약 문의는 +7 705 500 6641번이다.

한편 크즐오르다, 코스타나이, 악토베, 악타우, 페트로파블롭스크에서는 설날 행사가 비공개 형식으로 진행될 예정이다.

마른 몸 트렌드의 귀환?



90년대에는 동료 모델들과 비교했을 때 유난히 마른 체형으로 큰 인기를 얻었던 케이트 모스의 등장과 함께, 패션계뿐만 아니라 전반적인 미의 기준에도 새로운 흐름이 생겨났다. 바로 ‘헤로인 시크’이다. 전 세계 수많은 여성들이 병적으로 마른 몸을 동경하기 시작했고 그런 모습이 연약하고 세련돼 보인다고 믿었다. 그러나 시간이 지나면서 이 트렌드는 점점 부정적인 결과를 낳기 시작했다. 점점 더 많은 여성들이 거식증을 겪게 되었고 많은 모델들이 몸무게를 유지하기 위해 스스로를 극단적으로 굶기기 시작했다. 그러던 중 2010년대에 들어서면서 새로운 흐름이 힘을 얻기 시작했는데, 바로 바디포지티브(body positive)이다. 플러스 사이즈의 사람들이 자신감 있게 “M 사이즈보다 커도 아름답다”는 메시지를 내기 시작했고 다양한 체형이 미디어에 등장해야 한다는 목소리가 커졌다.

하지만 지금은 이미 2020년대 후반으로 접어들었다. 바디포지티브 담론은 여전히 존재하지만 셀러브리티, 특히 K-pop 아이돌들은 점점 더 마르고 작아지고 있다. 왜 이 현상이 중요한지, 그리고 앞으로 어떤 결과를 가져올 수 있는지에 대해 이 글에서 이야기해 보고자 한다.

‘헤로인 시크’라는 개념은 단순한 이름이 아니다. 실제로 강한 약물을 사용하는 사람들은 식사를 거의 하지 않게 되고, 그 결과 건강하지 않은 마른 몸을 가지게 되는 경우가 많다. 90년대에는 실제로 많은 연예계 인물들이 다양한 약물에 노출되어 있었고 그 상태로 ‘마른 몸’을 유지하는 모습이 미디어를 통해 보여졌다. 이런 이미지들은 일반 대중에게도 영향을 미쳤다. 자신이 좋아하는 스타처럼 보이고 싶어서 약물에 손을 대는 사람들도 있었고 단순히 이상적인 몸을 만들고 싶어서 극단적인 방법을 선택하는 사람들도 있었다. 이것이 신체와 정신 건강에 얼마나 큰 해를 끼쳤는지는 말할 필요도 없다. 많은 젊은 사람들이 결국 중독을 이겨내지 못했다.



최근에는 다시 마른 몸이 트렌드가 되고 있다. 하지만 이번에는 ‘헤로인 시크’가 아니라 ‘오썸픽’이 중심에 있다. 오썸픽은 원래 당뇨병 환자를 위해 개발된 의약품이다. 그러나 체중 감소 효과가 알려지면서 과체중 환자들에게 처방되기 시작했고, 이후 셀러브리티들이 사용하기 시작하면서 대중적으로도 빠르게 퍼졌다. 그리고 늘 그렇듯, 셀러브리티가 사용하기 시작하면 일반 사람들도 따라 하기 시작한다. 문제는 이번에는 피해가 단순히 사용자 개인에게만 있는 것이 아니라는 점이다. 이 약이 정말로 필요한 당뇨 환자들까지 영향을 받게 된다. 수요가 급격히 늘어나면서 한때는 약을 구하기 어려운 상황까지 생겼고 그로 인해 치료를 지속하지 못하는 환자들도 생겼다.

또한 이 약을 다이어트 목적으로 사용하는 셀러브리티에게도 부작용이 없지는 않다. 체중이 빠르게 줄어들면서 얼굴이 눈에 띄게 노화되어 보이고 탄력이 떨어지는 경우도 많다.

그렇다면 한국은 어떨까. 한국에서는 원래부터 마른 몸에 대한 선호가 강했다. 그러나 최근 몇 년 사이에는 그 기준이 정상 범위를 넘어선 것처럼 보이기도 한다. 마른 체형이 아닌 셀러브리티를 거의 찾아볼 수 없기 때문에, 사회 전반적으로 큰 사이즈 자체를 거의 인정하지 않는 분위기가 형성되고 있다. 한국의 의류 매장에서 사이즈 선택 폭이 매우 제한적인 것도 그 예이다. ‘프리 사이즈’라고 적혀 있어도 실제로는 S, 많아야 M 정도를 의미하는 경우가 많다. 코리아 헤럴드의 한 기사에 따르면 한국 여성의 약 40%가 저체중 상태에 해당한다고 한다. 이는 건강한 체형에 대한 다양한 재현이 부족한 것도 큰 원인이다.



아이돌들 역시 이 문제에서 자유롭지 않다. 신체적으로뿐만 아니라 정신적으로도 큰 압박을 받고 있다. 예를 들어, 에스파의 지젤이 급격하게 살이 빠진 이후 팬들이 걱정하기 시작했다. 그녀는 자신을 더 말라 보이게 하는 각도로 몸을 찍는 이른바 ‘바디 체킹’을 하는 모습도 자주 보여주었다. 바디 체킹은 종종 섭식장애의 신호로 여겨지는 행동이다. 물론 많은 사람들은 “건강하게 살을 뺄 것일 수도 있다”고 말하며 문제를 크게 보지 않으려 한다. 하지만 어린 셀러브리티들의 실제 비율과 체형을 보면 그 마름이 얼마나 극단적인지 놀라지 않을 수 없다.

체중에 대한 고민은 언제나 사람들을 따라다니는 주제이다. 그리고 미디어가 만들어내는 미의 기준은 그 고민에 직접적인 영향을 준다. 건강한 예시가 부족할수록 사람들은 왜곡된 몸의 기준을 당연한 것처럼 받아들이게 된다. 특히 한국에서는 이 문제가 더 크게 나타나고 있지만 사회적으로 충분히 논의되지 않는 경우가 많다. 비현실적인 아름다움의 기준이 계속해서 반복되는 한, 많은 사람들의 정신적 건강 역시 쉽게 나아지기 어렵다.

/ 서유나 기자 /

한국에서 지금 대유행중인 디저트는 두쫘쿠?

허지원

요즘 한국에서 가장 유명한 디저트가 무엇이나고 누군가 묻는다면, 한국 사람들은 모두 다같이 ‘두쫘쿠’라고 말한다. 여기서 ‘두쫘쿠’란 무엇일까? 바로, ‘두바이 쫘득 쿠키’의 줄임말이다. 이 쿠키는 2025년 말부터 2026년 초까지 전국적으로 퍼지면서 오픈 현상까지 부르고 있다,

도대체 이게 무엇이길래 이렇게까지 유행을 할까? 아마 두바이 초콜릿의 피스타치오 스프레드와 마시멜로우의 쫘득함이 섞인 이 맛이 한국인의 입맛을 사로잡았기 때문일 것이다. 재미있는 사실은 이름은 두바이 쫘득 쿠키지만 두바이에서 유래된 쿠키는 아니라 한국에서 개발되었다는 것이다.

두바이 쫘득쿠키의 원조는 경기도 김포 구래동에 위치한 ‘몬트쿠키’이며, 이 디저트는 본래 중동 ‘두바이 초콜릿’에서 시작된 한국에서 변형된 제품으로, 한 개당 가격대는 기본 6000₩~7000₩ 사이로 알려져 있다. 두바이 쫘득 쿠키의 열풍이 불어지면서, 점점 많은 카페에서도 두바이 쫘득 쿠키를 만들어 판매하고 있으며, 현재 두바이 쫘득 쿠키의 가격대는 기본 5000₩ 이상에서 10000₩ 이하로 형성되어 있다. 이렇게 비싼 가격에도 불구하고 사람들은 가게가 문을 열기 전부터 줄을 서서 구매하는 오픈런 현상까지 나타났다.

500원 동전만한 사이즈의 쿠키가 그 어떤 디저트의 가격보다도 비싸 현재까지도 가격에 대해서는 많은 논란이 되고 있다. 그렇지만 여전히 그 인기는 절정에 달하고 있으며 지금은 한국에서 만들어진 두쫘쿠가 오히려 두바이로 역수출되어 두바이에서는 한쫘쿠(한국 쫘득 쿠키)로 불린다고 한다. 가격은 한 개에 29디르함으로, 약 1만 1000원 수준이다.

이렇게 비싸고 화제가 되는 디저트라면, 과연 맛은 어떨까?

이러한 궁금증에 나는 요즘 한국에서 화제가 되고 있는 두바이 쫘득쿠키를 직접 만들어 보았다.

현재 글쓴이는 한국에 살고 있지 않아 카다이프가 포함된 피스타치오 스프레드를 구하지 못해, 직접 스프레드를 만들기로 했다.

준비물은 마쉬멜로우 1팩 (대략 350g), 카카오 파우더, 피스타치오 250g 2개, 화이트 초콜릿 3개 150g, 올리브오일 50-60g, 카다이프 400g, 무염버터 90g, 탈지분유 40g, 코코아파우더 60g, 소금 3g이다.

첫번째로, 카다이프 400g을 175℃ 오븐에서 10분을 구워준다. 한 번 섞은 뒤 다시 10분을 구워주고, 골든브라운 색이 나오면 완전히 식혀 준다.

피스타치오 페이스트를 만들어 보자. 피스타치오 250g 2개를 110℃ 오븐에서 20분 구워준다.

그 다음, 믹서기에 넣어준다. 이때 올리브오일 50-60g을 넣고 갈아준다.

화이트 초콜릿 150g을 불에 담고 전자레인지에 30초씩 끊어가며 녹여준다.

구운 카다이프, 피스타치오 페이스트, 소금 3g, 그리고 화이트 초콜릿을 모두 섞어 주면 두바이 쫘득쿠키 속은 끝난다.



다 섞은 후, 냉장고에 대략 30분 정도 넣어 둔다.

차가워진 피스타치오 카다이프를 꺼내 동글동글 뭉쳐주고, 마쉬멜로우를 녹이는 동안 카다이프 속이 녹지 않게 냉장고에 넣어둔다.

무염버터 90g을 팬에 넣고 버터가 녹아갈 때쯤 마쉬멜로우 350g을 넣어준다. 약불로 녹여줘야 타지 않는다. 50%-60%정도 녹았을 때 불을 꺼주고, 코코아 파우더 60g, 탈지분유 40g을 넣고 섞어준다.

트레이드 위에 테프론 시트를 깔고, 그 시트 위에 기름을 발라준다.

기름을 바른 테프론 시트 위에 녹인 마쉬멜로우를 모두 부어 넓게 펼쳐준다.

완전히 식혀준 후, 마쉬멜로우 피를 얇게 펼쳐준다. 그리고 얼려두었던 피스타치오 스프레드를 안에 넣고 동글동글 말아준다.

이 모든 작업이 끝난 후, 코코아 파우더를 위에 솔솔 뿌려주면 완성이다 (코코아 파우더는 생략이 가능하다).



글쓴이가 직접 만들어본 결과, 두바이 쫘득 쿠키는 단순한 유행 디저트로 치부하기에는 손이 많이 가는 디저트였다. 재료비와 제작 과정을 고려했을 때, 기본 가격인 6,000원~7,000원이 결코 과하다고 느껴지지 않았다. 특히 제작 과정이 만두를 빚는 것과 비슷하고 단계마다 하나하나 정성이 들어가는 디저트라는 인상을 받았다.

많은 논란 속에서도 두바이 쫘득 쿠키가 인기를 끄는 이유는 분명하다. 한국 음식과는 다른 독특한 식감과 이국적인 맛, 그리고 정성이 들어가 있기 때문일 것이다. 또한 한국에는 없는 두바이 초콜릿에서 영감을 받기는 했지만 한국에서 새롭게 재탄생한 두바이 쫘득 쿠키는 어쩌면 한국인의 창의력과 응용력을 단면으로 보여주는 것이 아닐까 싶다. 이런 한국인의 창의력과 응용력은 현재 두바이 초코빙수, 두바이 도넛 등 다른 디저트분야로까지 확산되고 있다. 과연 이 ‘두바이 시리즈’의 열풍은 어디까지일까?

사회 분위기상 ‘힘들다’ 표현 못해… 결국 극단적 선택에 이르는 카자흐스탄의 남성들

그간 본지에서도 여러 차례 다룬 바 있듯 카자흐스탄은 오늘날 세계에서 자살률이 가장 높은 국가들 중 하나로 꼽히고 있다. 세계보건기구(WHO)가 가장 최근 발표한 국가별 자살률 현황 통계(2021년)에 따르면 카자흐스탄의 자살 사망자 수는 인구 10만 명당 14.6명으로 세계 17위(한국은 10만 명당 20.6명으로 12위, 러시아는 21.4명으로 11위)를 기록하고 있다.

카자흐스탄의 자살사망자 성비를 살펴보면 남성 자살자의 수(10만 명당 24.4명)가 여성(5.3명)보다 압도적으로 많은데, 이는 무려 5배 가량 차이가 나는 수치다(한국의 경우 남성 28.2, 여성 13.6). 지난해 말 카자흐스탄 정부가 발표한 자료에 따르면 2025년 1월부터 8월 사이의 기간 동안 집계된 국내 2천 134명의 자살사망자와 2천 127명의 자살시도자 전체를 통틀어 과반이 30대 이상의 남성이었던 것으로 드러났다.

물론 남성 자살자의 수가 여성 대비 더 많은 것은 전세계 모든 국가들에서 공통적으로 보여지는 현상이기는 하나, 카자흐스탄을 포함한 구 소련권/동유럽 국가들에서는 그 차이가 5~8배 수준에까지 이르고 있는 실정이다.

서구권은 물론, 한국을 비롯한 현대의 동아시아 국가들과 비교해서도 ‘남성은 강인해야 한다’, ‘남자는 결코 약점을 드러내서는 안 된다’는 식의 사고방식이 아직 강하게 자리 잡혀 있는 까닭일까. 오늘날 이처럼 카자흐스탄의 남성들을 극단적 선택으로 내모는 요인들은 무엇인지, 그들이 사회적으로 어떠한 중압감을 안고 살아가고 있는지에 대해 현지 언론에서 심층적으로 접근하여 다룬 내용을 소개한다. 현대의 카자흐스탄 사회에서는 자국 남성들의 자살 문제를 어떻게 바라보는지, 또 이에 대한 해결책으로는 무엇을 제시하고 있는지 살펴본다.

**아래 내용은 카자흐스탄 매체 ‘Tengrinews’에서 발췌하여 우리말로 재구성한 것이다.*

좁혀서 힘든 심정을 토로하기 힘든 문화 속에서 살아가는 남성들의 ‘우울장애’

자살예방 상담전문가로 활동하는 예카테리나 미로노바(Екатерина Миронова) 정신건강의학과 의사는 카자흐스탄의 남성들에게서 정신건강과 관련한 문제들이 대개 표면적으로 잘 드러나지 않는 까닭에 대해 다음과 같이 설명한다.

“우리나라 남자들의 경우 정신건강상의 문제들은 대체적으로 ‘말’이 아닌 ‘행동’을 통해 드러납니다. 그들은 여성들과 비교해 평소 ‘힘들다’, ‘아프다’ 등의 표현을 하는 빈도가 상대적으로 적습니다. 어려서부터 연약함을 드러내지 않고 고통을 참는 것에 길들여졌기 때문이죠.”

미로노바 전문의는 남성들의 우울장애는 흔히 ‘눈물’ 대신 짜증, 분노 표출, 냉담한 태도 등으로 표출되거나 소통을 피하는 대신 과도한 업무, 스마트폰 사용, 음주, 운동 등에 몰두하는 형태로 드러나는 경우가 흔하다고 설명하면서 이러한 내면 상태에 처한 남자들은 날 서있고 참을성 없는 모습, 모든 것을 과도하게 통제하고 지나치게 비판적인 행동을 보이기도 하는데, 이는 실제로 주변인들에게 화가 나 있는 것이 아니라 심리적으로 자신만의 ‘영역’을 잃을 것 같은 두려움에 직면해 있기 때문이라고 부연한다.

그러면서 그녀는 “카자흐스탄에서 자살에 방상담센터 및 관련 전문가들을 찾는 사람들은 왜 대부분 여성인가”라는 질문에 다음과 같이 답변한다.

“대체적으로 남성들은 우울장애를 겪는 자신에 대해 ‘부끄럽고 수치스럽다’는 감정을 가지기 때문이죠. 많은 남성들은 정신적 고통, 우울장애 등과 관련된 문제들을 오히려 스스로 극복하고 해결해야 한다고 굳게 믿고 있습니다. ‘외부에 도움을 요청한다는 것은 곧 스스로 약하다는 사실을 인정하는 꼴’이라고 인식하는 것이지요. 이 때문에 많은 남자들이 끝내는 주변 사람들과의 관계가 무너지며 건강이 악화되고 사회·직장생활 상에서도 문제가 생길 때까지 우울감을 억누르며 참습니다. 이처럼



남성들은 고통을 토로하는 것은 스스로의 ‘무능함’을 드러내는 것과 다를 없다고 여기면서 제 3자에게 도움을 청하는 대신 술, 마약류 및 기타 향정신성약물에 의존하는 방식으로 현실 도피를 시도하는 경우가 많고, 상황은 계속 악화되어 중국에는 극단적인 선택으로까지 이어지는 것이지요.”

한편 미로노바 전문의는 자살과 관련하여 사회적으로 만연해 있는 ‘위험한’ 인식에 대해서도 지적한다.

“사회적으로 ‘평소 스스로 자살을 예고하는 사람들은 실제로 이를 실행에 옮기지 못한다’는 식의 인식이 자리 잡혀 있는데, 이 같은 누군가의 자살 암시 행위를 ‘진실성’ 혹은 ‘공갈성’ 등의 잣대로 구분 짓는 것은 적절하지 않습니다. 그러는 사이에도 술한 생명들이 결국 유명을 달리하고 있으니 까요. 그것이 어떤 형태로 표출되건 간에, 누군가의 입에서 나오는 자살에 관한 언급 혹은 암시는 그 자체로 ‘도움’을 청하는 외침이며, 결코 이를 묵인해서는 안 되는 것입니다.”

미로노바 전문의는 극단적인 선택을 놓고 갈등하는 남성들에게서 흔히 나타나는 몇 가지 ‘위험 신호들’에 대해 아래와 같이 소개하면서 “남성들의 자살 충동은 제 3자가 육안으로 뚜렷하게 포착할 수 있는 성격의 것이 아니며, 대개의 경우 특정 어휘를 사용한 언어적 표현과 감정 표출, 행동의 변화 등 다양한 요소들의 조합으로 나타난다”고 설명한다.

- 자살을 고민하는 남성들은 ‘차라리 내가 존재하지 않는 편이 낫겠다’, ‘더 이상 못하겠다’, ‘더는 견디기 힘들다’, ‘조만간 나에 대해 신경 쓸 필요가 없어질 것이다’, ‘다음번엔 나는 이 활동에서 빠지겠다’ 식의 표현과 같이 삶에 대한 의욕이 없음을 직·간접적으로 내비칠 수 있다. 이 같은 표현은 덤덤한 어조나 농담처럼 나올 수 있으므로 무심히 지나치지 않도록 주의할 기울일 필요가 있다.

- 자살을 생각하는 남성들은 스스로의 ‘내면 동굴’ 안으로 들어가 외부 세계와의 소통을 피한다. 무언가를 결심한 듯 평소와는 다른 조용하면서도 결연한 행동으로 일관할 수 있으며, 평소 아끼던 물건을 주변에 나누어 주거나 신변을 정리하는 모습을 보일 수 있다. 불면증과 식욕 저하, 피로감, 집중력 저하, 결정 장애 등이 눈에 띄게 드러나기도 한다.

- 수시로 심리적 위축과 불안감, 죄책감 등의 감정, 자존감 하락과 미래에 대한 의미 상실을 느낀다.

그녀는 자살 가능성이 있는 남성들이 예외 없이 뚜렷한 징후를 보이는 것은 아니지만, 상기한 것과 같이 일련의 ‘위험 신호’들이 동시에 발적으로 감지된다면, 그것은 당사자가 단순히 ‘기분이 나쁜’ 상태에 있는 것이 아니므로 그가 혼자 있도록 내버려두지 말고 그 곁에서 수시로 상태를 살피고 챙길 필요가 있다고 설명한다.

또다른 정신건강의학과 의사이자 남성 자살예방 상담전문가인 누릿진 압둘라예프(Нуритдин Абдуллаев) 또한 비슷한 의견을 보

인다. 그는 미로노바 전문의와 마찬가지로 “남자들은 자살충동 문제와 관련해 너무 늦은 시기에 도움을 청한다”고 지적하면서 “우리나라의 남성들은 본인들이 겪는 문제에 관해 이야기하는 것에 익숙하지 않은데, 결국 이것이 높은 남성 자살률의 주 원인으로 작용하는 것”이라고 목소리를 높인다.

“개인적으로 그동안 자살예방 관련 상담을 하면서 반복적인 상황을 마주해 왔습니다. 남자들이 도움을 받기 위해 찾아오는 시기를 보면, 그동안 이미 갖은 정신적 고통으로 인해 삶이 피폐해지고, 주변인들과의 관계가 망가졌으며 자살충동이 더 이상 단순히 생각에서만 그치지 않고 실제 시도까지 하는 단계에 와 있는 경우가 빈번합니다. 이 문제는 현재 국가적인 차원에서 매우 심각한 상황입니다.”

사실 남성보다 여성들 사이에서 더 빈번히 나타나는 자살 충동 및 시도… 그러나 실제 죽음에 이르는 경우는 남성이 압도적으로 높아

여기서 짚고 넘어갈 점은 본 기사의 주제는 남성의 자살 문제이지만, 그와는 별개로 카자흐스탄의 여성들이 남성들에 비해 우울장애와 자살충동을 더 쉽게 극복한다는 것은 결코 아니라는 사실이다. 오히려 오늘날 카자흐스탄을 포함한 전 세계적인 자살 시도자 실태 통계를 살펴보면 남성보다 여성의 비율이 높은 사실을 확인할 수 있다. 즉, 자살 시도자 수에서는 여성이 많으며 실제 죽음에 이르는 ‘자살 사망자’의 경우 남성의 수가 압도적으로 많다는 것이다. 남성들은 자살을 결심하기 전까지 제 3자에게 상담이나 도움을 청하는 경우가 드물고, 극단적 선택 시 물리적으로 확실한 사망에 이르는 방법을 동원하기 때문이라는 것이 전문가들의 설명이다.

압둘라예프 정신건강의학과 전문의는 남성들이 정신건강과 관련해 직면한 가장 큰 문제는 고민을 혼자서 끌어안는 것에서 비롯된다고 지적한다.

남성들이 가지고 있는 ‘혼자 해결해야만 해’, ‘내 가족을 실망시킬 순 없어’, ‘약자로 보이고 싶지 않아’ 등과 같은 강박이 장기간에 걸쳐 위기감, 불면증, 짜증·분노, 알코올 의존증, 삶에 대한 의욕 상실 등을 누적시키고, 이 모든 것이 어느 순간 극단적 선택이라는 결말로 귀결된다는 것이다.

결국 침묵은 ‘살인자’다. 술한 남성들의 자살은 ‘주변인들 누구도 예상치 못했던 충동적 선택’이 아닌, ‘외로움이라는 길고 긴 여정의 결말’인 것이다. 이제 카자흐스탄 사회도 ‘남성의 침묵’을 미덕으로 여기던 풍조에서 벗어나야 한다는 것이 압둘라예프 전문의의 의견이다. 남자들에게도 이제 ‘정신 차려’라는 말 대신 ‘내가 곁에 있어’, ‘같이 도움 받을 수 있는 방법을 찾아보자’ 등의 말을 건네야 한다는 것이다. 그리고 자신이 처한 정신적 고통을 극복하기 위해 주변에 도움을 청하는 남자는 ‘비웃음의 대상’이 아니라 ‘존경 받아 마땅한 대상’이라는 것이다.

“혹시 주변인 중에 스스로 소외되고 뚜렷한 이유 없이 분노를 표출하거나 과도하게 술에 기대며 만사에 의욕이 없음을 내비치는 남성이 있다면 그에게 다가가 조용히, 그러나 직접적으로 질문을 던져보세요. ‘괜찮아?’하고 말이죠. 대개의 경우 이것 하나만으로도 우울감을 겪는 남성으로 하여금 자신이 혼자가 아니라는 것을 느끼게 할 수 있습니다.”

남성들의 정신건강을 증진시킬 수 있는 방법은?

미로노바 전문의는 “평소 정신건강을 챙기려면 단순히 상담 전문가의 도움을 받는 것만으로는 충분치 않다”고 말한다. “소위 남성의 ‘멘탈 강화’는 여러 난관들을 무식 같은 단단함으로 견뎌냄으로써 얻어지는 것이 아니라 그들에게도 ‘살아있는 사람’으로 존재할 수 있기를 허용해 주는 것에서 비롯된다”고 강조하는 그녀는 특히 “무엇보다 감정을 억압하지 않고, 그

때 그때 생기는 감정들을 세밀히 느끼고 그것들의 정제·피로감, 분노, 두려움, 혼란스러움, 무력감 등-를 구별해내는 법을 배우는 것이 중요하다”고 힘주어 말한다.

“감정을 억누르지 않는다면 우선 내면·정신이 파괴적인 영향에 노출되지 않고, 외부적으로도 공격적 언행, 무기력 또는 각종 질병으로 이어지지도 않지요.”

그녀의 설명에 따르면 남성들이 스스로의 정신건강을 굳건히 지키고 자살충동을 느낄 만큼의 큰 감정소모 단계에 이르는 것을 방지함에 있어 가장 효과적인 것은 평소시 ‘가장 기본적인 수칙’들을 지키는 것이다. 미로노바 전문의와 압둘라예프 전문의는 공통적으로 다음과 같은 지침을 제시한다.

- 건강한 ‘적정성’ 지키기: 남성들은 업무 과중으로 인한 스트레스보다 그들의 노력과 기여가 인정받지 못하는 느낌에서 의욕상실과 우울감을 느낀다. 사회생활 시스템으로 감당할 필요가 없는 책임은 처음부터 떠맡지 않고 결단력 있게 거절하는 법을 체득할 필요가 있다.

- 적절한 운동과 신체활동을 통해 일상에서 축적된 아드레날린, 노르에피네프린, 코르티솔 등의 스트레스 호르몬을 해소하기

- 지나친 음주 삼가기: 남성들의 경우 특히 알코올 섭취량과 자살충동의 상관관계가 뚜렷하게 입증된 바 있으므로 주의가 필요하다.

- 삶의 의미 재조명: 단순한 생존 목적의 ‘해야만 한다’ 식의 범주를 넘어 ‘나는 무엇을 위해 살고, 무엇을 위해 노력하는가?’라는 질문을 스스로에게 던져보기. 가정을 포함한 여러 공동체 내에서의 역할, 봉사활동 등 스스로 누군가에게 필요한 존재라는 것과 보람을 느낄 수 있는 활동 등이 도움이 될 수 있다.

- 도움이 필요할 때에는 당당히 요청하기: ‘남자라면 스스로 문제를 해결해야 한다’는 식의 낡은 가치관에서 벗어나 가까운 이들에게 도움을 청하는 것을 스스로에게 허용하기. 도움을 구하는 것은 ‘나약함’이 아니라 스스로를 위하고 챙기는 용기다. 자살예방 상담전화부터 전문의 상담, 우울증·무기력 극복을 위한 남성들의 온·오프라인 모임 등을 활용하는 것도 큰 도움이 될 수 있다.

- 죄책감 없이 충분히 쉬기. 휴식은 오랜 과로 끝에 취하는 것이 아닌, 주기적으로 제때 시간을 내어 실천하는 행위가 되어야 한다. 만성 피로는 남성들에게 짜증과 분노, 소외감, 공허감을 느끼도록 하는 주범이다.

그저 남성이라는 이유만으로 늘 강하고 침착하며 이성적이어야 하는 의무가 지워져서는 안 된다. 연약함, 자기회의, 주변인들의 지지를 바라는 마음상태는 성별과 무관하게 인간이라면 누구나 가질 수 있는 지극히 자연스러운 요소이다.

한편 압둘라예프 전문의는 단순하고 과묵한 남성들의 특성상 때로는 어린 시절의 기억까지 충충이 파헤치고 분석하는 과정에 임해야 하는 상담과정 대신 같은 성별끼리 경험을 공유하는 선에서 부담감 없이 심리치료를 진행할 수 있는 남성 전용 모임을 활용하는 것만으로도 우울장애 극복에 매우 큰 도움을 받을 수 있다고 소개한다.

“평소 저를 찾아오는 남성분들에게 늘 말합니다. ‘작은 한발짝에서부터 시작하라’고 말이죠. 우선 주변인들 중 한명에게 ‘내가 지금 힘들다’라고 말해보라는 겁니다. 또 술은 줄이고, 일 주일에 세 번 정도만이라도 산책을 나가보라고요. 문득 ‘내가 존재하지 않는 편이 낫겠다’하는 생각이 들면, 이를 직접 말로써 의사나 친구, 또는 전화상담을 통해 내뱉어 보세요. ‘말’, 그리고 ‘대화’는 정신건강을 지키는데 있어 가장 효과적이며 확실한 첫걸음입니다.”

다음 편에서는 현재 우울장애를 극복하고 자살예방을 목적으로 활동하고 있는 카자흐스탄 남성들의 자조모임에 대해 알아보도록 한다. (다음 호에 계속)

평생 배우며 성장하는 삶의 원칙

수학교사이자 교육 행정가로서 평생 학습을 실천해 온 김 라드밀라의 이야기

우리는 오늘 과학이 비약적으로 전진하는 세계에서 살고 있다. 인공지능과 정보기술이 과학의 선두에 서서



사진=코스타나주 문화관리국 국가창작주문실현부 부서장 케제 갈리비마간베토프가 공화국 독립기념일을 맞아 김 라드밀라 교사에게 영예표창장을 수여하고 있다.

때로는 우리가 믿기 어려운 현실을 보여주고 있다. 이에 따라 정보기술을 여러 가지 방법으로 왜곡하면서 우리의 생활에 해를 끼치는 세력도 고개를 들고 있다. 때문에 우리 각자가 정보기술 안전에 대한 초보적 지식을 갖추고 경각성을 높여야 하는 것은 물론이다.

이런 견지에서 볼 때 코스타나 시 <세레크> 컬리지(전문대학) 교무주임 김 라드밀라 아나톨리에브나는 교육 분야에서 시대의 요구에 발맞추어 나가면서 기본 직업인 수학교사의 임무만 착실히 수행하는 것이 아니라 스스로도 끊임없이 배우며 시야를 넓혀 학생들에게 필요한 추가적 지식을 제공하는 데 힘쓰고 있다.

...라드밀라는 아버지가 외과의사이고 어머니는 프랑스어 교사인 지식인 가정에서 1977년에 태어났다. 원

래 수학에 관심이 많은 라드밀라는 중학을 졸업한 후 고향 도시 코스타나이의 바이투르시노프 명칭 국립대학교 경제·수학과(수학교사 전공)에 입학하였다. 대학교 졸업 후 코스타나 시 제 6호 중학교에서 수학 교사로 근무하였다. 한 때 김 라드밀라 야꼬블레브나는 졸업한 대학교에 되돌아와 수학교사로, 정보화 센터 전문가로 근무하기도 했다.

그녀가 대학 재학 시절에 가르침을 받았던 일부 교수들이 여전히 그 대학에서 근무하고 있었다. 그들은 젊은 수학교사 라드밀라를 반갑게 받아들였다.

향학열이 강한 라드밀라 아나톨리에브나는 기회가 나타나기만 하면 시간을 쪼개가면서 학업에 계속 열중하였다. 그녀는 2005~2007년에 코스타나 공학·경제 대학교 학사 과정을 이수하고 학사학위를 받았다. 시대에 발맞추어 나가야 한다는 것을 잘 인식하는 라드밀라 교사는 또한 코스타나 시 바이투르시노프 명칭 국립대학교 정보기술 학부(2014~2016)를 자연과학 석사 과정을 최우등 성적으로 마쳤다. 그녀는 또한 게.엔.노소프(Г.Н. Носов) 명칭 러시아 마그니토고르스크 국립종합대학 자격향상 연수를 이수하고 현대 정보기술 프로그램 관련 수료증을 받았다.

김 라드밀라 아나톨리에브나가 이미 가정을 이루고 자식들을 자라게 하며 직장을 다니면서 이러한 학업 과정을 이수한 것을 볼 때 그녀의 향학열과 근면성에 감탄하지 않을 수 없다. 그 뿐인가- 모국어에 대한 그녀의 애착심은 얼마나 깊은가!

라드밀라는 학교에 입학할 때까지 할머니네 집에서 살았다. 그러니 당연히 할머니와 고려말을 하게 되었지만 시간이 흐름에 따라 잊히게 된 것도 자연스러운 일이었다. 그러나 민족전통, 모국어를 되살리기 위한 운동이 시작되어 카자흐스탄의 곳곳에서도 한글을 가르치기 시작하자 라드밀라도 한국어 강습을 열심히 다니기 시작했다. 그것이 1996년이였다. 한국에서 온 교사가 직접 한글을 가르쳤다. 강습생 32명 중 2명이 러시아인이고 나머지는 다 고려인들이었다. 그동안 라드밀라 야꼬블레브나는 두 번 한국에 연수를 다녀왔고 그녀의 한국어 지식이 2급으로 평가되었으며 그녀에게는 한글교사 자격증도 있다.

이상에서 지적한 바와 같이 견식을 넓히는 것은 라드밀라 교사의 삶의 철칙이 되어 있다. 2024년에 카자흐스탄 교육부는 <21세기 리더> 강습을 개설하자 그녀는 즉시 이 강습을 다니기 시작했다.

교육 과정은 세 단계로 구성되어 있으며, 마지막 네 번째 단계는 교육부 대표와의 담화로 이루어졌다. 라드밀라는 네 단계를 성공적으로 통과하고 <리더 1000명>이라는 공화국 간부 예비 명단에 포함되었다. 교육부는 간부

예비를 조성할 목적으로 이 강습을 조직했다.

- 이런 학업은 나 자신에게도 극히 필요합니다. 예를 들어 중요한 직책에 임명할 때에 이것을 고려하거든요. 내가 컬리지 교무주임의 직책에 임명될 때에 그랬습니다- 라드밀라 야꼬블레브나가 말한다.

김 라드밀라 야꼬블레브나가 전문대학 교무주임인 만큼 맡은 과목 외에 여러가지 행정·조직 문제도 담당하게 된다. 컴퓨터, 인터넷 망의 정상적 운영 보장, 정보 및 디지털 시스템 도입, 원격 교육 운영 등 문제들이다.

그 외에 현대에 가장 중요하고 절박한 문제들 중 하나인 정보기술 안전의 예방과 보장, 개인정보보호도 교무주임의 의무에 속한다. 때문에 그녀는 경찰서 직원을 비롯하여 여러 전문가들을 초대하여 실례를 들면서 컬리지 교사들이 수업을 효과적으로 진행하도록 협력하고 있다.

김 라드밀라 아나톨리에브나가 또 한 가지 중요한 일을 지적하고 싶다. 2025년에 언어 교과서를 발행했는데 거기에는 한국어, 아르메니아어, 바스키리아어가 포함되어 있다. 한글 부분은 라드밀라 교사가 집필했다. 교과서는 모국어를 배우기 시작하는 초등 학생들을 대상으로 한 것이다.



우리의 머릿속에서는 라드밀라 교사가 어떻게 이 모든 일에 시간을 얻어내는가 하는 생각이 계속 맴돌았다. 그 외에 자식들을 둔 어머니로서 가정에도 시간을 할애해야 하는 것은 물론이다.

라드밀라는 변호사로 근무하는 남편 김 알렉산드르와 자식들을 키웠는데 딸 울리야는 의대를 졸업하고 클리닉 심리학 의사로 근무하고 있고, 자동차도로 전문대학 기계제작 학부에서 공부하는 아들 드미트리는 미래 엔지니어이다.

김 라드밀라 야꼬블레브나는 한 때 사회사업에도 몸담았었다. 그녀는 코스타나주 고려문화 센터의 부회장으로, 책임비서로 몇 년간 활동했다.

임의의 사업을 빈틈없이 성실하게 하는 라드밀라 야꼬블레브나는 카자흐스탄 공화국 독립 30주년 메달, 카자흐스탄 민족회 30주년 경축 메달을 받았고 구청과 시청에서 받은 영예표창장도 여러 차례 수여받았다.

- 라드밀라 야꼬블레브나, 그렇게 긴장한 나날을 보내면서 여가 시간은 어떻게 보내십니까?

- 한국어 실력도 더 늘릴 겸 가끔 한국 드라마도 보고요. 시간이 허락하면 가족들과 소풍을 나가 아름다운 자연 속에서 휴일을 보내기도 합니다.

남정자



Особенности социальных танцев

Как известно, любое движение даёт стимул к жизни, а общение с другими людьми повышает настроение. Именно поэтому психологи рекомендуют заниматься социальными танцами. Здесь нет ограничений по возрасту и по комплекции. Самое главное – это ваше желание двигаться в такт музыке. И именно последнее может направить вас в определённую школу танцев. В Алматы таких школ множество, сегодня познакомимся с двумя: школой-студией TODO TANGO и ONE FLICK, где танцуют бачату.

Людмила СТРАКОВСКАЯ,
Алматы

Вспоминает Лариса Тен, организатор студии TODO TANGO:

– В 2014 году мы организовали еженедельную вечеринку, чтобы танцевать самим. Стали собирать людей, занимающихся аргентинским танго в различных школах, чтобы улучшить взаимодействие людей на вечеринках. Мне очень нравилось делать то, что приносит людям радость. На следующий год открыли собственную школу. Собралось 3-4 пары заинтересованных людей, и мы начали оттачивать свое преподавательское мастерство. Через два года нам стало тесно в маленьком зале, искали большие помещения для школы и танцевальных вечеров. Каждую среду придумывали тему вечеринки, украшали зал и ждали гостей.

С 2021 года большая танцевальная площадка в 300 квадратных метров бывает полностью заполнена танцующими людьми. Сюда приходят из разных танцевальных клубов по праздникам. Люди дружат,

разделяя грустные и радостные моменты.

Лариса Тен вспоминает, что любовь к танцам проявлялась у нее с детства. И когда в фитнес-клубах появились первые танцевальные программы, она не пропускала эти занятия. Тем не менее выступать, волнуясь и переживая за медаль, не любит, поэтому вместо соревнований подготавливает мероприятия. Самое популярное – встреча Нового года, именно тогда есть возможность танцевать всю ночь для собственного удовольствия.

Дмитрий Квон, организатор школы-студии ONE FLICK:

– После переезда из Атырау в Алматы я однажды увидел бачату вживую, на Open Air. В тот момент я окончательно убедился, что хочу заниматься именно этим направлением. Однако к первому уроку я пришёл лишь спустя два года. Танцевальную студию мы открыли в 2020 году во время карантина. Пандемия сильно изменила планы и стала серьёзным испытанием. Приходилось учиться всему одновременно: преподаванию, организации процессов, работе

с людьми. Были ошибки и сомнения, но именно они научили ответственности, терпению и умению доводить начатое до конца.

На сегодняшний день вокруг студии сформирован круг постоянных участников, которые стали настоящими друзьями. В сообществе можно встретить представителей самых разных профессий и возрастов – это живой пример того, как танцы объединяют людей. Дмитрий, как профессиональный танцор, не раз занимал призовые места на соревнованиях. И ученики студии на последнем фестивале в Алматы завоевали 11 призовых мест. Это лучший показатель качества работы студии, как считает ее основатель.

Социальные танцы – для таких занятий термин неслучайный. Часто это парный танец (бывают и исключения). Бачата и танго чётко раскрывают роли в паре: мужчина учится вести и брать ответственность, а женщина – доверять и следовать, сохраняя гармонию. Такие танцы развивают тактильность, чувствительность и эмоциональную открытость.



Танцующие учатся слышать и понимать друг друга, доносить свои чувства через движение. Это не просто занятия, это философия, образ жизни.

– Танец помогает снять внутренние зажимы, стресс и напряжение, накопленные в повседневной жизни. Со временем человек начинает лучше чувствовать своё тело, становится увереннее и спокойнее. Это положительно отражается не только на здоровье, но и на его внутреннем состоянии. В одном танце эмоции могут меняться от куплета к припеву – от мягкости и спокойствия до силы и энергии. Бачата помогает раскрепоститься и научиться быть в моменте, – замечает Дмитрий.

– Конечно, здесь все, как в обычной жизни. Люди встреча-

ются, знакомятся, влюбляются. Но здесь сложнее ошибиться в настоящих чувствах. Ведь все начинается с объятий и только потом все остальное. А когда ты обнимаешь человека, то сразу понимаешь, что он может для тебя значить – будет ли это короткая интрижка или долгие и серьезные отношения, либо пылкая страсть, но только в танце, который не захочется портить другими отношениями, – рассказывает Лариса.

Занимаясь танцами, у участников появляется еще дополнительная возможность – путешествия. Ведь во всём мире проводятся фестивали социальных танцев, на которых можно и соревноваться, и посещать вечеринки, и знакомиться с интересными людьми по всему миру.



TODO TANGO CLUB



О КОРЕЙСКИХ ЛОШАДЯХ И ПЛЯЖАХ НА ОСТРОВЕ ЧЕДЖУ

(из путевых заметок)

Остров Чеджу-до имеет вулканическое происхождение. Потухший вулкан Халласан, извержение которого произошло миллионы лет назад, когда-то дал начало его образованию. Нынешний Халласан является самой высокой горой Южной Кореи, и его вершину видно из любой точки острова. Из Сеула до Чеджу лететь самолетом около часа, и такая близость делает его излюбленным местом отдыха корейцев.

Ирина КИМ, Алматы

Помимо священной горы Халласан Чеджу знаменит своими бабушками-ныряльщицами, лошадьми и мандаринами. Обо всем этом обязательно расскажу вам. А в преддверии наступающего года Огненной Лошади поговорим подробнее о корейских лошадаках.

Когда монголы завоевали Корею, то выяснилось, что в стране негде пасти коней из-за отсутствия свободных земель. Если пасти их на крестьянских полях, то корейцы умрут от голода или, скорее всего, разом восстанут, перебьют всех коней и заодно перережут всех захватчиков. Но и без лошадей монголы не могли существовать!

Пустые обширные равнины с сочной травой, пригодные для скотоводства, были только на острове Чеджу-до, где местные жители издавна выращивали собственных лошадей. Монголы завезли своих и организовали там большой центр коневодства. Со временем монгольские породы смешались с местными и получилась корейская лошадь – чеджума.

Основу породы чеджума составляют, конечно, монгольские лошади – это невысокие крепкие и выносливые животные с большой головой, длинным туловищем и толстыми копытами, которые не нужно подковывать. Из-за небольших размеров их относят к пони, но они больше похожи на низкорослых казахских степных лошадей. Подобно им они отлично переносят зимние холода и могут круглый год жить без укрытия. Окрас у них разнообразный. Ранее чеджума использовались для сельскохозяйственных работ, сейчас в основном для конных прогулок и скачек.

Лошадиная тема прослеживается в малых архитектурных формах, установленных по всему острову. Недалеко от аэропорта есть пляж, на котором имеются два маяка в форме лошадей. Пляжи на Чеджу-до почти все благоустроенные – с туалетами, кафе и местами для пере-

одевания. Все желающие могут купаться и загорать.

Мы были на двух пляжах, в том числе на считающемся самым лучшим – Чунмуне, и нам этого хватило. Сразу скажу, что поплавать всласть не удастся, так как бдительные местные спасатели не позволят вам войти в воду глубже, чем по шею. Полежать на прибрежном песочке тоже навряд ли получится. Он почти постоянно мокрый из-за высоких приливов и отливов по два раза в день с разницей в высоте воды между ними в метр и более. Во время прилива часть пляжа заливает водой, потом вода отступает, оставляя долго сохнущие лужи.

Поэтому на пляжах лучшие места – это платные навесы на сваях, а отдыхающие, которым посчастливилось их занять, поглядывают на чужаков с видом превосходства. Взрослые мало купаются, а в основном спят или кушают под навесами.

Мы окунулись в воду недалеко от берега в окружении стаи шумных детишек в надувных спасательных жилетах. Мне кажется, что без спасательного жилета

пейцев, которых только что с позором вытащили из воды корейские спасатели, потому что глупым иностранцам взбрело в голову зайти в воду в неполюженном месте. То ли там было глубоко, то ли под водой торчали острые вулканические камни, мы не поняли. И под влиянием этого зрелища решили вернуться в отель, бассейн которого выглядел теперь гораздо привлекательнее пляжа. Думаю, что ценителям именно пляжного отдыха на Чеджу-до навряд ли понравится.

Зато тематический конный парк The Ma Park представлял удивительное для Кореи зрелище. Он довольно большой, и в нем ежедневно проводятся конные шоу. Наездники из Монголии показывают чудеса верховой езды и целые костюмированные представления. Но туристов из Казахстана это, естественно, впечатляет не так сильно, как представителей других безлошадных стран.

Селившиеся на острове с древних времен монголы передали местным и свои вкусовые пристрастия. Здесь издавна едят конину. В древности жители

конину маринуют для хе или сашими. Японцы, впрочем, предпочитают есть ее сырой, обильно сдобренной перцем и приправами.

Поскольку на Чеджу-до действует безвизовый въезд для подавляющего большинства иностранцев, то китайцы и японцы составляют львиную долю посетителей всех кафе и ресторанов. Кстати, на территории острова функционирует элитное казино только для иностранцев, куда специально прилетают играть зажиточные китайцы и другие заморские игроки. Гражданам Кореи официально запрещено посещать игорные заведения.

Скаковой тотализатор – это для корейца, вероятно, единственный способ предаться греховному увлечению азартной игрой. Ипподром, на котором проводятся скачки, – место кипящих страстей. Специально для скачек сюда завезли английских чистокровных лошадей, которые считаются самыми быстрыми в мире. В результате их смешения с чеджума образовалась новая порода, которую назвали халла. Был момент, когда лошадей породы чеджума осталось всего 150 особей. Государство спешно объявило породу национальным достоянием и стало стимулировать местных фермеров разводить чистокровных чеджума. Принятые меры позволили довести численность лошадей исконно корейской породы до 2000 голов. Кроме того, проводилась научная селекция с целью сохранения выдающейся выносливости, холодоустойчивости, маленьких размеров и возможности универсального использования этих лошадей – для конных прогулок и скачек. Благодаря этому порода чеджума успешно восстановлена и охраняется государством как «памятник природы».



корейских детей вообще в море не пускают. У мутноватой воды был какой-то странный зеленый оттенок. Купаться расхотелось.

Потом мы посидели на больших нагретых камнях по соседству с группой немного растерянных молодых евро-

Чеджу-до поставляли к королевскому двору конину как лечебное средство, которое улучшает состояние опорно-двигательного аппарата и нервной системы. В настоящее время из нее варят супы и готовят жаркое, хотя в туристических ресторанах гораздо чаще

160 ТЫСЯЧ РУК

ФОТОПРОЕКТ
АРБАЙТЩИКА В КОРЕЕMEDIA
SARAM

Выбрать несколько фотографий помог фильм «День сурка», посмотреть который меня позвали друзья 2 февраля (этот день повторялся в фильме). Отсматривая снимки дороги, сделанные из машины утром и вечером, заметил повторяющуюся вертикаль – высокую металлическую конструкцию. Её предназначение мне неизвестно, но именно она зацепила взгляд и помогла подвести размышления – о чём писать ко «дню сурка».

Наверное, для многих, кто работает в Корее, дни не сильно отличаются друг от друга. Поэтому выражение «день сурка» здесь часто можно услышать. Испытал это состояние и я. Несмотря на ежедневное: что я упустил и не сфотографировал на повторяющемся

участке дорога-работа-дорога-душ, ощущение, что находишься в каком-то круговороте, настигло меня и не покидало уже после двух месяцев на арбайте. Музыка, аудиоподкасты, редкие встречи с друзьями, безусловно, отвлекали и скрашивали дни. Но дорога и работа – оставались теми же. Менялось небо. Свет солнца был то резким, то мягким из-за облаков, и это заставляло повторяющиеся за окном здания, ограждения, машины и сам воздух выглядеть по-другому. Я доставал фотоаппарат и пополнял архив новыми кадрами, сделанными в дороге.

Расчёт в конце рабочего дня – радовал. Теперь домой... Вечерний солнечный свет давил на веки, водитель

– на газ, и мы, утомлённые вдогонку ещё и солнцем, засыпали. Десятитысячные зелёные купюры после магазина убывали, превращаясь в сине-голубые одно-тысячные. Изображённый в холодных тонах философ И Хван (이황) настраивал смотреть на убывание денег по-философски спокойно. Это получалось. Но больше, наверное, от усталости. Вспоминается менеджер, который каждое утро довозил до завода, а вечером обратно. Добрый, участливый человек – с улыбкой на невыспавшемся лице сквозь усталость. Что же до состояния, когда каждый день похож на вчерашний, – оно исчезает. Один из ответов в фильме.

Владимир ХАН



Почему песня Golden не заслужила «Грэмми»

Хит Golden из «Кей-поп-охотниц на демонов» получил «Грэмми», установив исторический рекорд для K-POP – именно так громко формулируют заголовки многие новостные издания. Заявление спорное.

Элина ИСКАКОВА

Мультфильм «Кей-поп-охотницы на демонов» похвалили за актуальность экспансии корейской культуры, рисовку и совмещение несколько избитых жанровых тропов. Его сравнивают с китайским «Нэчжи», американским Totally Spies!, но тут речь скорее про футуристично-неоновый пример очередного продукта, завирусившегося за счет трендов. «Кей-поп-охотницы» буквально проходятся по верхам всего корейского – чхусок, ханбок, рамен, айдолы – как любят иронизировать зумеры, «все корейское из корейской Кореи».

История о герлз-бэнде, воюющем с нечистой, мгновенно завоевала зри-

рые не хотели в ней особо разбираться и уж тем более углубляться в детали. Музыкой занимался Марсело Зарвос – бразильский пианист греческого происхождения. К написанию саундтреков привлекли именитого американского продюсера Дженну Эндрюс. В этом смысле «Кей-поп-охотницы на демонов» и их составляющие – насквозь американский продукт с присущей ему тягой к упрощению и глобализации.

Важную роль в успехе сыграл глобальный охват фильма. На выходе получился мультфильм, ориентированный, прежде всего, на аудиторию поклонников K-POP, ведь именно он используется как сюжетный мотив. Если стрим вернувшихся из армии BTS в секунды преодолевает порог в миллионы



тельские симпатии, неплохо показала себя в рейтинге среди всей продукции Netflix и получила сомнительно отличные оценки от критиков, а хитовый саундтрек Golden подвинул BTS в чартах американского Spotify.

Дальше все по накатанной: на 68-й церемонии вручения премии «Грэмми» в Лос-Анджелесе композиция Golden победила в категории «Лучшая песня, написанная для визуальных медиа». Снова даже BTS – самые известные в мире K-POP-артисты – ранее не смогли одержать победу, несмотря на номинации в трех разных категориях. Проблема в том, что эта победа в целом рассматривается как прорыв для K-POP, но сама песня не является классическим K-POP-релизом, основанном на настоящей корейской айдол-системе.

За создание мультфильма «Кей-поп-охотниц на демонов» отвечал молодой американский режиссер Крис Аппельханс и дебютантка Мэгги Кан, в пять лет эмигрировавшая из Южной Кореи в Канаду. Производство взяла на себя студия Sony Pictures Animations, выпустившая «Человека-паука». В общем, мультфильмом занимались люди, далекие от корейской культуры, кото-

зрителей, то нет ничего удивительного в том, что «Кей-поп-охотницы на демонов» мгновенно вырвались в топ по просмотрам. При этом, будем честны, в момент выхода у них не было ни одного достойного конкурента.

То, что что-то связанное с K-POP впервые получило «Грэмми», безусловно, имеет значение. Хотя и эта категория не относится к основным и обладает меньшим символическим весом. Но не создается ли ощущение, что сейчас



виртуальные фигуры обесценивают колоссальный труд айдолов? Факт остается фактом, Golden – это американская поп-песня. А «Кей-поп-охотницы на демонов» – это проект, созданный в США, который лишь включает корейские клише. С музыкальной точки зрения, даже сама структура – с EJAЕ в роли ведущей вокалистки, а не традиционное распределение в айдол-группе, – не характерна для K-POP.

Победа Golden, по сути, свидетельство трансформации жанра в более глобализированную форму поп-музыки. Эта песня содержит больше английских слов, чем корейских, что, вероятно, и сделало ее более доступной и коммерчески успешной. Однако вместе с признанием усиливаются и опасения: не размываются ли теперь границы жанра K-POP, не оказывается ли под вопросом его уникальность, не теряется ли идентичность и присущая ему эмоциональная специфика.

«Кей-поп-охотницы на демонов» действительно могли бы стать большим хитом – проектом, который не только развлекает, но и по-новому показывает Корею, предлагая зрителю небанальный посыл. Американцы решили сделать анимацию про глубоко локальный азиатский феномен, но остаться в рамках американской мечты.

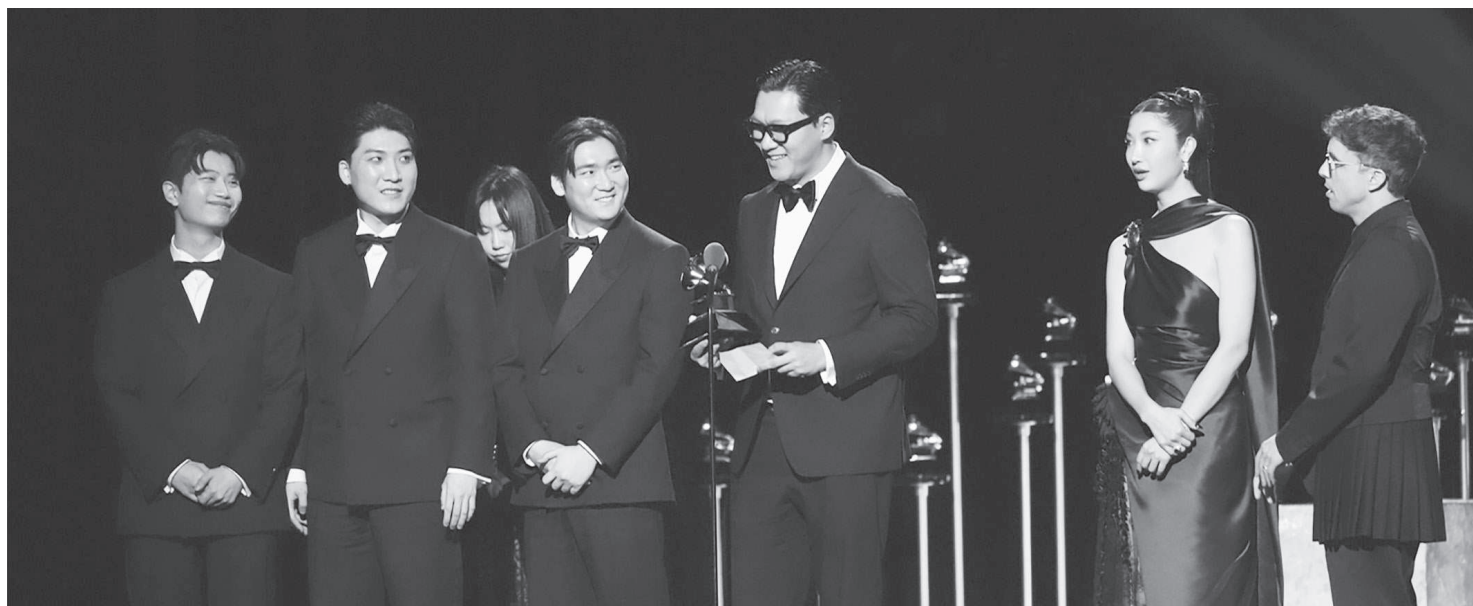
В 2к26 я отказываюсь признавать песню с одним-единственным (ни капли не критическим и хотя бы около релевантным) посылом – да, музыка обязательно спасет мир. В конце концов от

шоу с корейской тематикой всегда ждешь критического решения – и K-POP здесь приходится как нельзя кстати. Одно из самых коммерческих и капиталистических направлений в индустрии, торгующее мерчем, проходками, упаковками рамена с лицами айдолов и коммерциализирующее вообще все на свете.

Из слушателя же Golden лепит избалованного, малоосведомленного и в общем-то ненасмотренного человека. Фильм действует по тем же правилам, что и устоявшиеся традиции диснеевского кино: популярная тема, яркая обложка, жутко заедающий саундтрек и счастливая концовка в подарок. В этом он хуже, чем корейский кинематограф – тот по крайней мере не выдает фальшивку за оригинал.

Вывод один: Golden – может и хорошая песня, чтобы скоротать вечер, если вы переслушали всю остальную музыку K-POP мира. Красивая, броская и с банальным посылом. Возможно, в этом году мы просто не сошлись во мнении с жюри и публикой. Лучше послушать ART (ROSÉ & Bruno Mars).

Любое K-POP произведение обречено на сравнение с BTS, почти любое K-POP-произведение (кроме парочки песен BLACKPINK) обречено BTS проигрывать. Только вот даже режиссер не понимал, что женский протагонист – это не под копирку списанный мужской. Не говоря уже о том, сингл Golden виртуальной девчачьей группы Huntrix копирует название одноименного альбома Чонгука.







Rinnai

Правильная техника для дома и бизнеса



UNIDOM

Официальный дистрибьютор в
Центральной Азии, Казахстане
и Армении

+7 (708) 973-15-62
+7 (727) 225-19-44

www.rinnai.kz

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



Более 100 лет на
рынке газового
оборудования



Учет специфики
условий эксплуатации



Широкая линейка
мощностей



Авторизованные
сервисные центры



Высокий КПД
(93-97%)



Экономичность
и безусловное
качество оборудования



Тройная система
контроля качества



Уникальная
технология
модуляции
мощности



Заводы
в 17 странах



Многоуровневая
система защиты
оборудования

Корейско-американские истории:
СТЫД И ГОРДОСТЬ

ДВЕНАДЦАТЫЙ ВЫПУСК ЖУРНАЛА KISTORY «КОРЕЙЦЫ МИРА»

Журнал можно получить в редакции газеты "Коре ильбо" по адресу: г. Алматы, ул. Гоголя, 2, Корейский дом, офис 6 или читайте электронную версию на сайте koreilbo.com

КОМПЛЕКСНЫЕ CHECK-UP ПРОГРАММЫ в Korean Medical Center Almaty

Полноценный чек-ап по южнокорейским протоколам: системный, точный и ориентированный на раннее выявление рисков. Получите полную картину своего здоровья за один день.

SMART система обследований на базе цифровых технологий

Наглядный smart-отчет для легкого понимания результатов обследования и надежное хранение медицинских данных

Комплексная One-Stop система обследования

Всё в одном месте (обследование - диагностика - интерпретация результатов - организация лечения)

Консультация врача из Южной Кореи

После прохождения чек-апа результаты обследований интерпретируются нашим главным врачом из Южной Кореи на итоговой консультации



ШИРОКИЙ ВЫБОР ЧЕК-АП ПРОГРАММ

- Программы для любого пола и возраста;
- Учет наследственных рисков;
- Инновационное оборудование (MPT Tesla 3.0, КТ, эндоскопические и маммологические системы);
- Персональный медицинский куратор.



КОНСУЛЬТАЦИЯ ВЕДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

- Врачи международного уровня (Корея и Казахстан);
- Более 20 узких специализаций (кардиология, гинекология, эндокринология, травматология и другие);
- Комплексный подход;
- Возможность телемедицины с профессорами из Южной Кореи.



СОБСТВЕННАЯ ЛАБОРАТОРИЯ

- Двухэтажный лабораторный комплекс (лабораторные и молекулярные диагностики, патоморфология);
- Реагенты и оборудование из Южной Кореи;
- Высочайшая диагностика (в том числе онкоскрининг);
- Быстрая готовность результатов.

OPEN Healthcare | Адрес: г.Алматы, ул. Яссауи, 13 | Для записи: +7707 355 4100 | Чек-ап программы: +7771 779 3998 | www.ohc.kz



navien

ЛУЧШИЙ БРЕНД КОТЛОВ ИЗ КОРЕИ

ГАРАНТИЯ С КАЧЕСТВЕННЫМ СЕРВИСОМ

www.navien.kz

8 (727) 376 82 75

8 (727) 376 81 45

ДЛЯ СЕРВИСА: 8 8000 700 222

ОФИЦИАЛЬНЫЙ
ДИСТРИБУТОР
КАЗАХСТАНА

SILO
ENERGY

