

ОБЛЫСТА ОНЛАЙН-БРИФИНГ ӨТТІ

БҮГІНДЕ АЛМАТЫ
ОБЛЫСЫНДА
КОРОНАВИРУСПЕН
АУЫРҒАНДАР САНЫ 2479
БОЛСА, ОНЫҢ 1290-Ы
ЖАЗЫЛЫП ШЫҚҚАН.
ОСЫ ЖӘНЕ ӨЗГЕ ДЕ
АҚПАРАТТАР ЖӨНІНДЕ
АЛМАТЫ ОБЛЫСЫ
ӘКІМІНІҢ ОРЫНБАСАРЫ
БАТЫРЖАН
БАЙЖҰМАНОВ ОНЛАЙН-
БРИФИНГТЕ НАҚТЫ
МӘЛІМЕТ БЕРДІ.



Брифинг барысында Батыржан Құлаймергенұлы елімізде, оның ішінде Алматы облысында індеттің тұрғындар денсаулығына қауіп туғызуда екенін және оған қарсы шаралар жалғасып жатқанын атап өтті.

— Қазақстан Республикасы Президенті жанындағы Мемлекеттік комиссия шешіміне сәйкес, республикада 5 шілдеден бастап 14 күндік карантиндік шектеулер енгізілді. Барлық қабылданған шектеулер облыста эпидемиологиялық жағдайды тұрақтандырады деп сенеміз,— деді ол.

Спикердің айтуынша, соңғы аптада өңірде инфекцияның өсу қарқыны 4 пайызды құраған. Жалпы 5581 адам медициналық бақылауда, оның ішінде 2583 науқас стационарлық емдеуде, симптомсыз үй бақылауында 895, үй карантинінде 2103 адам бар. Инфекциялық бөлім реанимациясында 41 пациент ауыр және өте ауыр жағдайда. Оның 15-і өкпені жасанды жолмен желдету аппаратымен тыныс алуда. Ал қазіргі таңда облыстағы стационарда пневмониямен 2517 пациент емделіп жатыр. Бұл көрсеткіш өткен жылмен салыстырғанда 2 жарым есеге жоғары. Сондай-ақ, соңғы аптада провизор бөлімінен 618 адам ауруынан айыққан. Жалпы алғанда күн сайын 200-ге жуық

науқас емханаға түссе, 150-ден астам адам емделіп шығады екен.

Жалпы қазір облыс көлемінде 165 жедел жәрдем бригадасы жұмыс істейді. Биылғы жылдың 6 айында олар 300 мыңнан астам шақыруға қызмет көрсеткен. 2019 жылдың сәйкес мерзімімен салыстырғанда шақырулар саны 2 есеге өсіпті. Спикердің мәліметінше, жалпы облыс бойынша жедел медициналық көмек бригадасы күніне 3 мыңға дейін шақыртуға қызмет көрсетуде.

— Қазір жедел жәрдем қызметкерлерінің жүктемесі ауыр болып отыр. Сондықтан облыс әкімі бригада санын арттыру туралы шешім қабылдады. Мысалы, жыл соңына дейін қосымша 100 жедел жәрдем көлігін жеткізу күтілуде. Оның 70-і лизингімен, 30-ы жергілікті бюджеттен сатып алынған. Аталған көліктер келесі айдан бастап жеткізілмек. Сол сияқты медициналық жедел жәрдем көліктерін жабдықтау үшін республикалық бюджет есебінен өкпені жасанды желдету портативті аппаратының 57 бірлігі әкелінді,— деп атап көрсетті облыс әкімінің орынбасары.

Жалпы коронавирус инфекциясымен күрес шараларына Алматы облысында 3,5 мыңнан

астам медицина маманы тартылған. Оның 851-і — дәрігерлер, 2514-і — орта және кіші медициналық персонал. Провизорлық бөлімдердегі төсек қорын ұлғайту есебінен кадр жетіспеушілігі туындап, қазіргі кезде қажеттілік 156 дәрігерді құраған. Осыған оған байланысты бүгінгі күні резидентура бойынша оқудан өткен дәрігерлер мен медициналық жоғарғы оқу орындары мен колледждердің бітірушілері тартылуда.

Спикердің айтуынша, дәрігерлердің барлығы жеке қорғаныс құралдарымен толықтай қамтамасыз етілген. Қазіргі кезде облыста жеке қорнағыс құралдарының 1 айға жететін артық қоры жасақталған. Атап айтқанда, 850 мың бетперде, 150 мың жұп қолғап, 45 мың жиынтық бір реттік қорғаныс костюмі бар. Күні-түні тынбай еңбек етіп жүрген ақ халаттыларға қаржылай да қолдау көрсетілген. Нақтырақ айтсақ, үш айдың ішінде облыстағы 3 мыңнан астам медицина қызметкері жалпы сомасы 1,2 млрд. теңге болатын бекітілген үстемақы алып, жергілікті бюджет есебінен 1023 медицина қызметкеріне жалпы сомасы 137 млн. теңге сыйақы берілген.

ӨЗ ТІЛШІМІЗ

НЕГЕ?



Соңғы уақыттарда Қазақстанда тәж вирусын жұқтырушылар саны едәуір көбейген. «Жау жағадан алғанда, бәрі етекпен» демекші, бұған қоса елде пневмония да өршіп кетті. Маусым айында тап осы дерттен 628 адам қайтыс болып, ауырғандар саны артқан. Қазіргі сәтте елде 28 мың адам пневмония диагнозымен стационарда емделуде.

Бұл тұста індетке шалдығып, ауруын асқындырып алудан үрейленген жұртшылықтың арасында дәрі-дәрмекке деген сұраныс еселей өсті. Сеңдей соғылысқан халық дәріхана табалдырығын тоздырып, сағаттап кезекте тұрса да, іздеген дәрісін таба алмауда. Елде антибиотиктер мен парацетамол, аспирин, цитрамон сынды дәрілердің жеткіліксіз екені байқалды. Осы сала мамандарының мәліметінше, індеттен сақтану мен қорғануға қажетті дәрі-дәрмектер уақытылы жеткізілуде. Әрі бірден қабылданып, сәлерегее шығарылған дәрілер дереу сатылып жатыр екен.

— Әлеуметтік желілерде антибиотиктер мен вирусқа қарсы дәрілермен емделгені туралы жалған, нақты емес ақпараттар көбейген. Осыған сенген адамдар ол дәрілерді қажеттілігі болмаса да көптеп алып жатыр. Мұндай фейк ақпараттар халықты адастырады,— дейді мамандар.

Ал Президент Қасым-Жомарт Тоқаев республикалық телеарналар арқылы елімізде қалыптасқан ахуалға байланысты жасаған үндеуінде халықты дәрі-дәрмекпен

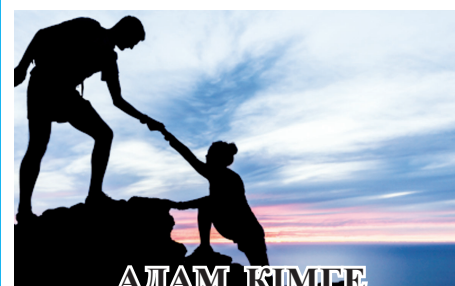
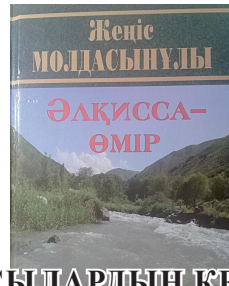
қамтамасыз ету мәселесі шешімін табатынын жеткізді.

Осындай қысыл-таяң тұста дәрі-дәрмек бағаларын негізсіз қымбаттату былай тұрсын, тегін берілетін дәрілерді заңсыз сатқан алаяқтар мен алыпсатарлардың қарасы көбейген. Тұрғындардың бірі дерт жұқтырып, денсаулығымен әлек боп жүргенде, қара басының күйін құйттеп, табыс табудың соңына түскендердің ісі әшкере болуда. Мәселен, бір күннің ішінде республика бойынша дәрі-дәрмектерді алып-сатумен айналысқан 76 адам ұсталған. Денсаулық сақтау министрі Алексей Цойдың айтуынша, дәрілерді заңсыз сату фактілері Нұр-Сұлтан, Алматы, Шымкент қалаларында, Ақмола, Атырау, Шығыс Қазақстан, Жамбыл, Қарағанды, Қызылорда, Павлодар, Түркістан облыстарында тіркелген екен.

— Іс-шаралар жалғасып жатыр. 6 шілдеде полицияға 76 адам жеткізілді, олардан 20864 дәрілік зат, оның ішінде глюкоза мен ферсинол тәркіленді. 2600-ден аса ацетилосалицилол қышқылы, оның 654 орам парацетамол және тағы басқа дәрілер алынды,— деді ол.

Алайда, елде қатерлі дерттің беті қайтпай, билік індетке қарсы шараларды барынша қолға алып жатқан осындай тұста жұрт болып жұмылудың орнына, халық арасында жалған ақпарат таратып, елді дүрліктіргендер мен адами қасиеттен айырылған алаяқтар көбейді. Неге?

Лина АЙДЫНҚЫЗЫ



И БУДЕМ ВЕЧНО МОЛОДЫМИ...

Продолжение. Начало на 3 стр.

кровь доноров в возрасте от 18 до 30 лет.

Недавние исследования показали, что состояние пожилых людей в результате улучшается. Пациент в ранней стадии Альцгеймера вновь обрел способность самостоятельно одеваться и мыться, а также выполнять простые домашние обязанности.

Эти исследования еще продолжаются, а вот американский стартап Ambrosia уже предлагает пожилым пациентам переливания крови доноров в возрасте от 16 до 25 лет. Стоимость одной такой процедуры — 8 тысяч долларов.

Представители компании говорят, что переливания могут "разбудить" заснувшие клетки пожилого организма, улучшить состояние пациента с ранней степенью Альцгеймера и даже сделать волосы 60-летнего менее седыми.

Отчет об исследовании "Амброзии", однако еще предстоит опубликовать в одном из рецензируемых научных журналов. Скептики уже критикуют его за то, что, по их мнению, он не учитывает эффект плацебо.

Однако существует ряд исследований

на животных, из результатов которых можно предположить, что подобные методы терапии вполне могут иметь под собой биологическое обоснование.

В 2013 году эксперименты ученых Гарвардского института исследований стволовых клеток продемонстрировали, что мышечная сила у мышей может быть увеличена с помощью найденного в крови молодой особи компонента GDF11, однако этот результат пока не удалось воспроизвести.

В противоположность лабораторным подходам некоторые исследователи утверждают, что продолжительность жизни можно увеличить, просто потребляя меньше калорий.

А как насчет того, чтобы вылечить... от смерти? Как известно, некоторые прибегают к криогенной заморозке только что умершего тела — в надежде на то, что однажды наука научится воскрешать мертвых. Понятно, что на сегодняшний день никто из клиентов компаний, предлагающих услуги по заморозке, еще не вернулся к жизни.

Известный американский изобретатель и футуролог Рей Курцвейл предлагает другой вариант бессмертия, предсказав появление "постчеловека": "У нас будут

небиологические тела. Мы сможем создавать тела с помощью нанотехнологий, мы сможем создавать виртуальные тела и виртуальную реальность, которая будет полностью реалистичной благодаря тому, что виртуальные тела будут настолько же детальны и убедительны, как настоящие".

Подобные идеи очень легко счесть безумными, отнести их к (не) научной фантастике. Но каким бы путем человечество ни пришло к умению продлевать жизнь (а то и к бессмертию отдельного человека), для общества это может превратиться в большую проблему.

Увеличение жизни может привести к серьезной перенаселенности нашей планеты. Ди Грей говорит, что его часто спрашивают: а не станет ли технология продления жизни инструментом в руках богатей и правителей-тиранов? Или слишком долгая жизнь может просто наскучить осчастливленным ею людям...

Ди Грей считает, что на помощь во всех этих случаях придут другие технологии, с помощью которых будут созданы искусственные продукты (например, мясо), человечество научится гораздо более эффективно использовать солнечную энергию и

все остальные природные резервы, что позволит большему количеству людей долго и благополучно жить на нашей маленькой планете.

Однако слабость доводов Ди Грея состоит в том, что он в своих прогнозах полагается на технологические прорывы, о будущей эффективности которых мы только догадываемся — помогут ли они в действительности, мы не знаем.

Правда, следует помнить, что если бы мы всегда руководствовались подобными опасениями и из-за этого блокировали исследования ученых, которые изобрели вакцинацию и антибиотики, то средняя продолжительность жизни современного человека не превышала бы 40 лет.

Достижения медицины последних двух столетий научили нас тому, что мы в состоянии победить болезни, угрожающие человечеству. Возможно, нам удастся это сделать и со старостью...

Список использованных источников:
1) BBC Future
2) bbc.com.
3) Wikipedia, открытая энциклопедия

СОБ.КОРР.

ВОЗ

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ – ЭТО НЕ ТОЛЬКО ОТСУТСТВИЕ ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ. ОНО ЯВЛЯЕТСЯ НЕОТЪЕМЛЕМОЙ ЧАСТЬЮ ЗДОРОВЬЯ. ВЕДЬ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО, БЕЗ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ НЕТ ЗДОРОВЬЯ.

Психическое здоровье определяется рядом социально-экономических, биологических и относящихся к окружающей среде факторов. Для укрепления психического здоровья существуют эффективные по стоимости межсекторальные стратегии и мероприятия общественного здравоохранения.

Психическое здоровье является неотъемлемой частью и важнейшим компонентом здоровья. В Уставе ВОЗ говорится: «Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов». Важным следствием этого определения является то, что психическое здоровье — это не только отсутствие психических расстройств и форм инвалидности.

Психическое здоровье — это состояние благополучия, в котором человек реализует свои способности, может противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно работать и вносить вклад в свое сообщество. В этом позитивном смысле психическое здоровье является основой благополучия человека и эффективного функционирования сообщества.

Психическое здоровье и благополучие имеют важнейшее значение для нашей коллективной и индивидуальной способности в качестве разумных существ мыслить, проявлять эмоции, общаться друг с другом, мероприятия в раннем детстве (например, посещения на дому беременных женщин, дошкольные психосоциальные мероприятия, комбинированная помощь в области питания и психосоциальных аспектов для групп населения, находящих-ся в неблагоприятном положении);

- поддержка детей (например, программы по приобретению навыков, программы

- по развитию детей и молодых людей);
- предоставление социально-экономических возможностей женщинам (например, улучшение доступа к образованию и схемы микрокредитования);
- социальная поддержка пожилых людей (например, инициатива по организации знакомств, местные дневные центры для престарелых людей);
- программы, нацеленные на уязвимые группы населения, включая меньшинства, коренные народы, мигрантов и людей, пострадавших от конфликтов и стихийных бедствий (например, психосоциальные мероприятия после стихийных бедствий);
- мероприятия по укреплению психического здоровья в школах (например, программы по внедрению экологических изменений в школах и школы с благоприятными условиями для детей);
- мероприятия по укреплению психического здоровья на рабочих местах (например, программы по профилактике стресса);
- стратегии в области жилищных условий (например, улучшение жилищных условий);
- программы по предотвращению насилия (например, ограничение доступа к алкоголю и оружию);
- программы развития отдельных сообществ (например, инициативы «Сообщества, которые заботятся», комплексное сельское развитие);
- уменьшение масштабов нищеты и социальной защита неимущих;
- антидискриминационные законы и кампании;
- укрепление прав и возможностей лиц с психическими расстройствами и заботы о них.

Уход и лечение в области психического



здоровья

В контексте национальных усилий по разработке и осуществлению политики в области психического здоровья крайне важно не только защищать и укреплять психическое благополучие граждан, но также решать проблемы, связанные с потребностями лиц с определенными психическими расстройствами.

В течение минувшего десятилетия значительно улучшилось понимание того, что необходимо делать в отношении растущего бремени психических расстройств. Растет объем информации, свидетельствующей о результативности и эффективности с экономической точки зрения важнейших мероприятий по приоритетным психическим расстройствам в странах с различными уровнями экономического развития. К примерам таких действий, которые являются эффективными с экономической точки зрения, выполнимыми и доступными по стоимости, относятся:

- лечение эпилепсии при помощи антиэпилептических лекарственных средств;

- лечение депрессии с помощью психотерапии и в случае депрессии средней или тяжелой степени антидепрессантами (генериками);
- лечение психозов применявшимися ранее антипсихотическими средствами в сочетании с психосоциальной поддержкой;
- налогообложение алкогольных напитков и ограничение их продажи и рекламы.

Кроме того, существует ряд эффективных мер для предотвращения самоубийств, предотвращения и лечения психических расстройств у детей, предотвращения и лечения деменции, а также лечения расстройств, вызванных употреблением психоактивных веществ. В рамках программы действий ВОЗ по ликвидации пробелов в области психического здоровья (mhGAP) разработаны основанные на фактических данных руководящие принципы для неспециалистов, с помощью которых они смогут выявлять и вести ряд приоритетных расстройств психического здоровья.

Бейсенбі - Четверг, 16 шілде

ҚАЗАҚСТАН

06.05 «24 сағат табиғат аясын-да»
06.45, 20.00, 01.00 AQPAPAT
07.15 Т/х «Айналайын»
08.25 «Таланттан тарту» Талант Аргынғалидың концерті
10.00, 18.00 Т/х «Шексіз сезім»
12.00 «Теледәрігер» Тікелей эфир
13.00, 02.00 «Келбет»
13.30 «Жақсыдан шарапат»
Деректі фильм
14.00, 21.30 Т/х «Ғажайып дәрігер»
15.00, 22.20 Т/х «Өмірші әйел»
16.10 Т/х «Өмірдің өзі»
17.15 «Қызық екен»
20.30 «Ashyq алап». Қоғамдық-саяси ток-шоу. Тікелей эфир
23.30 Т/х «47 баланың анасы»
01.35 «Ashyq алап». Қоғамдық-саяси ток-шоу.
03.00 «Жақсыдан шарапат»
Деректі фильм
03.25 «Konil tolqyny»

КТК

07.05 Кешкі жаңалықтар
07.25 «КТК web»
08.00 Мерекелік концерт
08.45 Т/х «Саодат»
10.00 Новости
10.30X/ф «У вас будет ребенок»
11.30X/ф «Шеф»
13.30 X/ф «Худшая подруга»
15.30 Т/х «Улы тамшылар»
17.30 Т/х «АСЛЫ-ФЕРХАТ»
19.30 Кешкі жаңалықтар
20.00 «Астарлы ақиқат»
21.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
21.30 X/ф «Худшая подруга»
23.20 X/ф «Шеф»
01.00 X/ф «У вас будет ребенок»
01.50 Т/х «Сүйікті Дениз»
02.50 «Мерекелік концерт»
03.30-04.00 «КТК web»

ЖЕТИСҮ

07.30 «Таңжарық» /тікелей эфир/
09.00 Жаңалықтар
09.30 Новости
10.00 «Ұлт пен рух»
10.30 «Бүгін»
11.00 «Әнтыңдайық» /онлайн-концерт/
11.30 Д/ф «Әлемніңмәдениқазынасы»
11.50 «Қазақхандары»
12.00 «Қателік»
12.35 «Абай-175»
13.00 «Әсемәуен»
14.00 «Монолог»
14.30 «Спорт-тайм»
15.00 «Әсемәуен»
16.30 Д/ф «Кеңауқымда»
17.00 Жаңалықтар
17.20 Новости
17.35 Д/ф «Әлемніңмәдениқазынасы»
18.00 «Әсемәуен»
19.00 «Сегодня» /тікелей эфир/
19.30 «Білек пен жүрек»
20.15 «Абай-175»
20.30 Жаңалықтар
21.00 «Жетісужұмбақтары»
21.30 Новости
22.00 «Әнтыңдайық» /онлайн-концерт/
22.30 Д/ф «Таңғажайыптабиғат»
23.00 Жаңалықтар
23.30 Новости

ХАБАР

06.00, 07.30 «Менің тағдырым»
07.00 Жаңалықтар
07.20 «Індетпен күрескен Қазақстан»
08.00 Новости
08.20, 18.25 Т/х «ПӨЛЕНШЕЕВТЕР»
10.30, 17.10 Т/с «Разия»
11.45, 19.15 Т/х «Тракторшының махаббаты».
12.30 «Баспаханаға бағыт»
13.00, 22.25 Т/х «Ана жүрегі»
14.40, 21.40 Т/с «Жестокий Стамбул».
15.25 Сериал «Большая ма-ленькая ложь»
20.00 Итоги дня
20.30 «Нородный контроль»
прямой эфир
21.00 Қорытынды жаңалықтар
23.50 «Кел шырқайық»
01.25 Т/х «Сүйе білсең»

АСТАНА

06.00 «Ән мен әзіл»
06.30 «Күлдірген»
07.00 «Үздік әзілдер»
08.00, 14.30 М/ф «Маша и медведь»
10.00, 22.00 Т/х «Кулфи»
10.50, 22.40 «Кекеш келін»
11.20, 21.00 Т/х «Сүлеймен сұлтан»
12.30, 23.10 «Ханзада Жумонг»
корей телехикаясы
14.00 Елорда лайф
14.10 М/ф «Буба»
14.55, 00.30 Т/х «Таңдауым сен»
16.00 «АЙТАРЫМ БАР»
16.55 «Қош келдіңіз!»
18.00 Т/х «КЕК»
20.00, 01.10 ASTANA TIMES
20.30 «Отбасы»
01.40 «Шімән апаның хикая-лары»
02.10 «Әзілстан» жасырын камера
02.30 «Біреудің есебінен»
деректі драма
03.15 «KazNet» ғаламторға шолу
03.35 «Домашние войны»
ситком

31 КАНАЛ

06.00 Ризамын
06.50 Информбюро
07.55 Т/с «Ганга»
10.00 М/с «Лунтики»
10.30 М/с «Аладдин»
11.25, 21.10 Сериал «ЗНАХАРЬ»
13.45 «Экстрасенсы детективы»
15.00 «Кел, татуласайық»
18.00 Сериал «Вижу-знаю»
20.00 Информбюро
23.10 Сериал «Махаббатым, кеш мені»
01.20 Сериал «ИНТЕРНЫ»
03.00 Алдараспан, Нысана, Шаншар әзілдері
03.30 Ризамын
04.00 Әзіл студио

ЕВРАЗИЯ

06.00 Т/х «Қарлығаш ұя салғанда»
06.45 «Той заказ»
07.15 «Басты Жаңалықтар»
08.00 «Доброе утро»(каз/рус)
11.00 «МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ»
12.00 «QOSLIKE»
бағдарламасы.
15.40 «На самом деле»
16.45 «Пусть говорят»
18.45 «Basty prime»Тікелей эфир
20.00 «ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ»
20.45 Т/с «Знахарь»
22.00«П@УТИНА»
22.50 Т/с «Знахарь» Заключение-

7 КАНАЛ

06.00 «Қыздар арасында»
07.00, 05.15 «Гу-гулет»
07.30, 14.50, 01.50 «Келесі кім?»
08.00, 22.00, 03.45 «Элиф»
09.00 М/с «Фиксики»
09.15 М/с «Леди Баг и Супер кот»
09.45 Т/с «Вольная грамота»
10.00 «О самом главном»
12.00, 17.50 Т/с «Охотник за головами»
13.00, 00.30 Т/с «Замужем за мафией»
14.00, 15.40, 01.30 Скetchком «Q-Eлі»
15.20 Т/х «БАК»
16.40 Т/х «Побег из аула-3»
18.50, 23.00 Т/с «Слуга народа»
20.15 Т/х «Жолдамалы қалыңдық»
21.10 Т/х «Ұлы дала жанұясы»
02.30 Айнаонлайн»
04.00 «Жеңіп көр»

Жексенбі - Воскресенье, 19 шілде

ҚАЗАҚСТАН

06.05, 02.50«24 сағат табиғат құшағында»
06.45 «Қазақ даласының құпиялары»
07.10 «Толағай»
07.45 Т/х «Томпақ»
08.45 « Ұлттық арнада-ұмытылмас әндер»
10.00, 18.00 Т/х «Шексіз сезім»
12.00, 01.30 «Бір пьесаның ізімен»
12.30 Концерт
14.00, 21.30 Т/х «Ғажайып дәрігер»
15.00 М/ф «Алдар Көсенің көңілді хикаялары»
15.15 К/ф «Суперкеліншек»
17.15 « Қызық екен...»
20.00«Күмәс көмей» Дәстүрлі музыкалық-танымдылық бағдарлама
20.45«Әзіл әлемі»
22.20 К/ф «Ва - банк»
00.00 «Жайдарман»
01.55 «Жақсыдан шарапат»

ХАБАР

02.20 «Ауылдастар»
03.30 «Көңіл толқыны»

АСТАНА

06.00 Концерт «Армандаған достық»
08.00 Т/х «Ана жүрегі»
11.00 X/ф «Районы»
12.30 Кино «Чудо»
14.30 Д/ф «Звезда по имени Тен»
14.45 Ледовое шоу «Друзья Дениса»
17.00 Мегахит «Охотник на лис»
19.15 «Жұлдызды жекпе-жек»
21.00 Мегахит «Короче»
23.15 Сериал « Шерлок»
00.45 «Пәленшеевтер»

АСТАНА

06.00, 03.25 «Ән мен әзіл»
07.00«KazNet»ғаламторға шолу
07.30, 03.15«Әзілстан»

Жұма - Пятница, 17 шілде

ҚАЗАҚСТАН

06.05 «24 сағат табиғат құшағында»
06.45, 20.00, 01.00 «Aqparat»
07.15 Т/х «Айналайын»
08.25 «Мен-Сырдариямын» Еле-на Абдыхалыкованың концерті
10.00, 18.00 Т/х «Шексіз сезім»
12.00 «ТЕЛЕДӨРІГЕР» Тікелей эфир
13.00, 02.25 «Иман өзегі»
13.30, 03.05 «Жақсыдан шара-пат» Деректі фильм
14.00, 21.30 Т/х «Ғажайып дәрігер»
15.00, 22.20 «Өмірші әйел»
16.10 Телехикая «Өмірдің өзі»
17.15 «Қызық екен»
20.30, 01.30«Ашық алаң»
23.30 телехикая «47 баланың анасы»
01.55«Жан жылуы»

КТК

07.05Кешкі жаңалықтар»
07.25, 03.40 «КТКвеб»
08.00, 03.20 Мерекелік концерт
08.45 Т/х «Саодат»
10.00 Новости (повтор)
10.30,01.20 X/ф «У вас будет ребенок»
11.30 X/ф «Шеф»
13.30 X/ф «Худшая подруга»
15.30«Улы тамшылар»
17.30 Т/х «Аслы-Ферхат»
19.30 Кешкі жаңалықтар
20.00 «Үйтіп-бүйтіп»
21.00 Вечерние новости
21.30 Т/с «Там, где нас нет»
02.10 Т/х «Сүйікті Дениз»

ЖЕТИСҮ

07.05 «Әсемәуен»
07.30 «Таңжарық» /тікелей эфир/
09.00 Жаңалықтар
09.30 Новости
10.00 «Жетісужұмбақтары»
10.30 «Сегодня»
11.00 «Әнтыңдайық» /онлайн-концерт/
11.30 Д/ф «Әлемніңмәдениқазынасы»
12.00 «Білек пен жүрек»
12.35 «Абай-175»
13.00 «Әсемәуен»
14.00 «Арнайы репортаж»
14.30 С.Бахтыңшығармалары
15.00 «Әсемәуен»
16.30 Д/ф «Кеңауқымда»
17.00 Жаңалықтар
17.15 «Әсемәуен»
17.20 Новости
17.35 Д/ф «Әлемніңмәдениқазынасы»
18.00 «Әсемәуен»
19.00 «Бүгін» /тікелей эфир/
19.30 Д/ф «Батысқақарайаққанөзен»
20.15 «Абай-175»
20.30 Жаңалықтар
21.00 «Жетісуадалдықалаңы»
21.30 Новости
22.00 «Болмыс» ток-шоуы
22.30 Д/ф «Әлемніңмәдениқазынасы»
23.00 Жаңалықтар
23.30 Новости

ХАБАР

06.00, 07.30 «Менің тағдырым»
07.00 Жаңалықтар
07.20, 20.50 Как боролись с эпидемиями в Казахстане
08.00 «Новости»
08.20, 19.25 «Пәленшеевтер»
10.30, 17.10 Т/х «Разия»
11.45 Т/х «Тракторшының махаб-баты»
12.30 «Баспанаға бағыт»
13.00, 22.25 Т/х «Ана жүрегі»
14.40, 21.40 Сериал «Жестокий Стамбул»
15.25 Сериал «Большая, мален-кая ложь»
18.25 «Қоғамдық талқылау»
20.00 «Итоги дня»
21.00 Қорытынды жаңалықтар
00.00 Концерт «Армандаған достық»

АСТАНА

06.00 «Ән мен әзіл»
06.30 «Күлдірген»
07.00, 16.55 «Үздік әзілдер»
08.00, 14.35 М/ф «Маша и Мед-ведь»
10.00, 22.00 Үнді телехикаясы «Кулфи»
10.50, 22.40 Үнді телехикаясы «Кекеш келін»
11.20, 21.00 Т/х «Сүлейман Сұлтан»
12.30, 23.10 Т/х «Ханзада Жумонг»
14.00 COVID-19
14.15 М/ф «Буба»
14.55,00.30 X/ф «Таңдауым сен»
16.00 «Қош келдіңіз!»
17.50 Т/х «Кек»
20.00, 01.10 «Астана таймс»
20.30 «Отбасы»
01.40 «Шімән апаның хикаялары»
02.10 «Әзілстан» жасырын камера
02.30 «Біреудің есебінен»
03.15 «KazNet» ғаламторға шолу
03.35 «Домашние войны»

31 КАНАЛ

06.00 «Ризамын»
06.50, 20.00 «Информбюро»
07.55Сериал «Ганга»
10.00 М/с «Лунтики»
10.30 М/ф «Аладдин»
11.25 «Знахарь»
13.45 «Экстрасенсы-детективы»
15.00 «Кел, татуласайық!»
18.00 Сериал «Вижу-знаю»
21.05 «Неге?»
22.40X/ф «Профессионал»
01.20 Алдараспан, Шанашар, нысана әзілдері
03.00 Ризамын
05.00 «Әзіл студио»

7 КАНАЛ

06.00 «Қыздар арасында»
07.00, 05.15 «Гу-гулет»
07.30, 14.50 «Келесі кім?»
08.00,03.45 Т/х «Элиф»
09.00 М/с «Фиксики»
09.30 М/с «Леди Баг и Супер кот»
10.00 «О самом главном»
10.40, Сериал «Вольная грамо-та»
12.00, Т/с «Охотник за головами»
13.00 Сериал «Замужем за мафией»
14.00, 15.40 Скetchком «Q-елі»
15.20 Т/х «Бақ»
16.10 «Субботний вечер»
17.40 «Юморина»
19.00 «Дизель шоу»
20.15 Сериал «Жолдамалы қалыңдық»
21.10 X/ф «Келинка тоже чело-век-2»
22.40 X/ф «Ва-банк»
00.20 X/ф «Районы»
01.40 «Айнаонлайн»
04.30 «Жеңіп көр»

ЕВРАЗИЯ

06.00Т/х «Қарлығаш үй салғанда»
07.00, 18.00 «Басты жаңалықтар»
07.45 «Жұма уағызы»
08.00 «Доброе утро»
11.00 Мужское/женское
12.00 «Қос лайк»
15.40 «Давай поженимся»
16.35 «Непутевые заметки»
16.00 «Жди меня» Казахстан»
18.45, 02.45 «Заң сөйлесін»
20.00 «Главные новости»
20.45 «Поле чудес»
22.00, 00.00 Сериал «Веское основание для убийства»
23.00, 02.00 «П@utina»
03.45 «Той заказ»
04.10 «Ұшқалақ»

ЕВРАЗИЯ

08.00 М/ф «Маша и Медведь»
10.00 «TeleBingo»
10.25, 22.00 Т/х «Кулфи»
11.15, 22.40 Т/х «Кекеш келін»
11.45, 21.00 Т/х «Сүлейман Сұлтан»
12.50, 23.10 Т/х «Ханзада Жумонг»
14.20 X/ф «Статья на двоих»
16.10 «Алдараспан»
17.50 Т/х «Кек»
20.00 «Үздік әндер»
00.30 «Ел ауызында»
01.10«Той жыры»
01.35X/ф «Үмітінді үзбе»

ЕВРАЗИЯ

05.00, 03.50 Т/х «Жалғыз жауқазын»
06.40, 03.05 «Тамаша city»
07.25 «Той заказ»
07.50 «Ұшқалақ»
08.45 «Воскресные беседы»
09.00 сериал «Затмение»
13.00 «Неке сыры»
14.40 «Видели видео?»
17.20 «Лучше всех»

ЖЕТИСҮ

19.00 X/ф «Заложники»
20.50, 23.00 Сериал «Найти мужа Дарье Климовой»
22.00,02.20 «П@utina»
03.50 «Жалғыз жауқазың»

КТК

07.05«Ән мен әнші»
08.10« КТК-да Қабатов»
09.20 «Смеяться разрешается»
11.00 X/ф «Цена молчания»
14.30 X/ф «Свадебное платье»
16.30 «Аталар сөзі»
18.20 «Алдараспан»
21.00X/ф «Полюби меня такой»
00.30 «Спасите нашу семью»
02.00 К/ф «Құтқарындар, ғашық болып қалдым»
03.45 «Көріпкел-2»

Сенбі - Суббота, 18 шілде

ҚАЗАҚСТАН

06.05 , 02.15 «24 сағат табиғат құшағында»
06.45, 02.55 Д/ф «Қазақ даласының құпиялары»
07.15 «Aqparat»
07.45Т/х «Томпақ»
08.45 «Жұлдызым» Мәдина Садуақасованың концерті
10.00, 18.00 Т/х «Шексіз сезім»
12.00, 01.10 «Nur Tiley»
12.35 М/ф «Қос батырдың хикаясы»
14.00, 21.30 Т/х «Ғажайып дәрігер»
15.00 «Тұлға» деректі фильм
15.30 Нұрболат Абдуллиннің концерті
17.15 «Қызық екен»
20.00, «Әзіл әлемі»
22.20 К/ф «Суперкеліншек»
00.10 «Жайдарман» Үздік әзілдер
01.45 «Ауылдастар»
03.25 «Көңіл толқыны»

КТК

07.05 «КТК қоржынынан»
07.30 «Кеттік тойға»
08.00 «Үлкен үй-3»
09.00 X/ф «Там, где нас нет»
13.00 X/ф «Пока смерть не разлучит нас»
16.30 «Аталар сөзі»
18.30 «Гүл сыйлайық анаға»
ән-шашу
21.00 Вечерние новости
22.00 «Цена молчания» крими-нальная драма
01.20 «Спасите нашу семью»
02.50-04.10 К/ф «Жетінші қабат»

ЖЕТИСҮ

07.05 «Әсемәуен»
07.30 «Таңжарық»
09.00 Жаңалықтар
09.30 Новости
10.00 «Жетісуадалдықалаңы»
10.30 «Бүгін»
11.00 «Болмыс» ток-шоуы
12.00 «Балдәурен»
12.35 «Абай-175»
13.00 «Әсемәуен»
14.00 «Ұлт пен рух»
14.30 С.Бахтыңшығармалары
15.00 «Әсемәуен»
16.30 Д/ф «Кеңауқымда»
17.00 Жаңалықтар
17.20 Новости
17.35 «Сильныедухом»
18.00 «Зерде»
19.00 Д/ф «Кең ауқымда»
19.30 «Жүрексөзі»
20.00 «Ауылдағыағайын»
20.30 Жаңалықтар
21.00 «Ғибрат»
21.30 Новости
22.00 «Әнтыңдайық» /онлайн-концерт/
22.30 «Әсемәуен»
23.00 Жаңалықтар
23.30 Новости

ХАБАР

06.00 «Тамаша»
07.15 Концерт
09.00 «Как устроена Вселен-ная»
09.45 М/с «Малышарики»
10.00 «От всего сердца»
11.00 «Қызық таймс»
12.00 «Жұлдызды жекпе-жек»
13.45 Т/х «Тракторшының махаббаты»
16.40 Спецпроект «Димаш шоу Окружение»
17.30 Кино «Чудо»
19.30 Кино «Районы»
21.00 Мегахит «Охотник на лис»
23.15Сериал «Шерлок»
00.45Т/х«Пәленшеевтер»

АСТАНА

06.00, 03.15 «Ән мен әзіл»
06.30, 02.55 «Әзілстан»
07.00 «Үздік әзілдер»
08.00 М/ф «Маша и Медведь»
10.00, 22.00 Т/х «Кулфи»
10.50, 22.40 Т/х«Кекеш келін»
11.20, 21.00 Т/х «Сүлейман Сұлтан»
12.30, 23.10 Т/х «Ханзада Жумонг»
14.00 X/ф «Экипаж»
17.00 «Алдараспан»
18.00 Т/х «Кек»
20.00 «Үздік әндер»
20.55 «Loto 6/49»
00.30 «Azil keshi»
02.10 «Той жыры»
02.35 «KazNet»

31 КАНАЛ

06.00, 02.00 «Әзіл студио»
07.00, 03.30 «Ризамын»
08.00 «Бауржан шоу»
09.00 «Готовим с Адель»
09.30 «Битва экстрасенсов»
12.00 «Тамаша лайв»
12.30 «WhatsApp?»
13.30X/ф «Алиса в зазеркалье»
16.15 X/ф «Профессионал»
19.00 X/ф «Рэйдер»
21.00 X/ф «Призрачный гон-щик-2»
23.00 Концерт
04.30 «Алдараспан, Нысана, Шаншар әзілдері»

7 КАНАЛ

06.00 «Парижден мені іздеп тап»
07.00 «Қуырдақ»
07.30, 05.15 «Гу-гулет»
08.00 м/с «Бак»
09.00 «Субботний вечер»
11.00 «Дизель шоу»
12.20 X/ф «Ва банк »
14.10 X/ф «Келинка тоже человек-2»
16.00, 03.45 Скetchком «Q-елі»
17.30 Т/х «Ұлы дала жануясы»
21.00 X/ф «Брат или брак-2»
23.00 X/ф «Я здесь»
01.00 X/ф «Бизнесмены»
02.30 «Айнаонлайн»
04.30 «Жеңіп көр»

ЕВРАЗИЯ

06.00, 03.20 Т/х «Жалғыз жауқазын»
06.40, 02.35 «Тамаша city»
07.25 «Той заказ»
07.55 «Басты жаңалықтар»
08.40 Сериал «Затмение»
12.35 «Фабрика грез»
13.00 «Неке сыры»
14.40 X/ф «Невеста с за-правки»
16.45 «Лучше всех»
18.35 Шоу «Қызық лайв»
20.00, 22.00 Сериал «Лишний»
21.00, 01.50 «П@utina»
23.45 Ночной кинотеатр «Мо-сква, я терплю тебя»
04.00 «Ұшқалақ»

КТК

10.30 «Сильныедухом»
11.00 «Әнтыңдайық» /онлайн-концерт/
11.30 Д/ф «Әлемніңмәдениқазынасы»
12.00 «Жүрек сөзі»
12.30 «Ауылдағыағайын»
13.00 «Зерде»
14.00 «Туржорық»
14.30 С.Бахтыңшығармалары
15.00 «Түрксой» оркестрінің концерті
16.30 Д/ф «Кең ауқымда»
17.00 «Полицейская служба»
17.20 «Әсемәуен»
18.00 «Зерделі отбасы»
19.00 «Спорт-тайм»
19.30 «Киноман»
20.30 Апта /каз/
21.30 Апта /рус/
22.05 С.Жолбарыстың концерті

31 КАНАЛ

06.00, 03.50 «Әзіл студио»
07.30, 04.50 «Ризамын»
08.30 «Бауыржан шоу»
10.00 «Готовим с Адель»

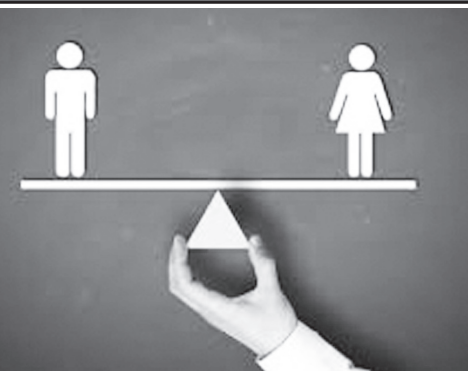
КТК

10.30 «Неге?»
12.15 X/ф «Алиса в зазеркалье»
14.50 X/ф «Рэйдер»
17.00 X/ф «Призрачный гон-щик-2»
19.00 X/ф «Феномен»
21.30 «Последние 24 часа»
22.30 X/ф «Танцор диско»
01.30 «Алдараспан, Нысана, Шаншар әзілдері»

7 КАНАЛ

06.00 «Келесі кім?»
07.00 «Қуырдақ»
07.30, 05.15 «Гу-гулет»
08.00 М/ф «Бақ»
09.00 М/с «Фиксики»
10.10 Сериал «Ложь во спасе-ние»
14.00 «Юморина»
16.00, 03.45 Скetchком «Q-елі»
16.40 Сериал «Жолдамалы қалыңдық»
21.00 X/ф «Бизнесмены»
23.00 X/ф «Районы»
00.40 X/ф «Я здесь»
02.20 «Айнаонлайн»
04.30 «Жеңіп көр»

ҚҰҚЫҚ



Гендерлік саясаттың даму тарихының шығуы XIX ғасырда басталды деп есептеуге болады. Батыс Еуропа және АҚШ елдерінде екі жыныстылардың теңдігі туралы феминистік қозғалыс пайда болды. Бұның негізгі бағыты – әйелдердің сайлау құқығы туралы күрес болды.

ГЕНДЕРЛІК ТЕҢДІК МӘСЕЛЕСІ

Әлемдегі әрбір мемлекет өзінің Конституциясына сәйкес сыртқы және ішкі саясатпен айналысатыны белгілі. Өзінің атауы айтып отырғандай, сыртқы саясат – шет мемлекеттермен жүргізілетін қарым-қатынас, ал ішкі саясат – мемлекеттің тәуелсіздігін нығайтып, жаһандану процесінен қалмай, алға қарай даму үшін қажетті тетіктердің бірі. Ал соңғы жылдары ішкі саясаттың бір құрылымы ретінде «гендерлік саясат» деген ұғым көп айтылып жүр. 2000 жылғы қыркүйекте өткен Мыңжылдық саммитте әлемнің көптеген елдерінің лидерлері БҰҰ Мыңжылдық декларациясын қабылдады, оның сегіз мақсатының бірі гендерлік теңдікті қолдау болып айқындалған. Бұл мәселеге БҰҰ Бас ассамблеясының «Әйелдер 2000 жылы: әйелдер мен ерлер арасындағы теңдік, XXI ғасырдағы даму және әлем» атты 23-ші арнайы сессиясы арналды. Осы сессияға қатысушы үкіметтерге әйелдердің өмірдің барлық салалары мен барлық деңгейлеріне тең қол жеткізуді және толық ауқымда қатысуын қамтамасыз ету жөнінде шаралар қабылдауды ұсынды.

Осы мақсатта Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2003 жылғы 27 қарашадағы N 1190 қаулысымен бекітілген «Қазақстан Республикасындағы гендерлік саясат тұжырымдамасы» қабылданды. Тұжырымдама Қазақстандағы гендерлік саясаттың негізгі қағидаттарын, басымдықтарын мен міндеттерін белгілейді. Гендерлік саясаттың негізгі қағидаттары Қазақстан Республикасының Конституциясымен кепілдік берілген әйелдер мен ерлердің тең құқығы мен еркіндігін белгілейді. Қазақстандағы гендерлік саясаттың міндеттеріне әйелдер мен ерлердің билік құрылымдарында теңдестірілген қатысуына қол жеткізу, экономикалық тәуелсіздіктің барлық тең мүмкіндіктерін қамтамасыз ету, өз бизнесін дамыту және қызмет бабында ілгерілеу, отбасында құқықтар мен міндеттерді тең жүзеге асыру үшін жағдайлар жасау, жыныстық белгісі бойынша зорлықтан еркін болу жатқызылады.

Соңғы жылдары әйелдердің үкіметтік емес ұйымдарының қызметтерінде маңызды өзгерістер болды. Бастапқы кезде барлық ұйымдар бала және әйелді әлеуметтік жағынан қорғау, көп балалы және жалғыз басты аналардың, мүгедек аналардың және т.б. құқықтарын қорғаумен қатар психологиялық және заңдық көмек көрсетеуді қамтамасыз етумен айналысса, ал қазіргі таңда олардың қызметі әйелдердің саяси белсенділігінің деңгейін көтеруге, саяси процестегі сұрақтарды шешуде олардың теңқұқылы қатысуына, саяси қатынастарда әйелдердің теңқұқылы субъект болуына бағытталған. Бұрын саясатқа ер адамдарға қарағанда әйелдер саяси тәжірибелері аз денсаулық сақтау, білім салаларынан келетін болатын, бірақ соңғы кездерде жағдай өзгерді, қазір саясатта саяси тәжірибесі өте жоғары заңгер, бизнесмен әйелдер саны өсіп келеді.

Айгүл КӨЛПЕБАЕВА,
Талдықорған мамандандырылған ауданаралық
әкімшілік сотының судьясы

ТӘРБИЕ

ЕЛ БОЛАМЫН ДЕСЕҢ, БЕСІГІНДІ ТҮЗЕ

Тәрбие мәселесі қай ұлттың болмасын аса қадірлеп қарайтын ұлы қағидаларының бірі. Қазақстан Республикасының елбасы Н.Ә. Назарбаев: «Біздің алдымызда бабаларымыздың игі дәстүрлерін сақтайтын күллі әлемге әйгілі, әрі сыйлы, өз елінің патриоттары болатын ұрпақ тәрбиелеу міндеті тұр»-деген болатын.



Тәрбие адам тағдырын шешетін ұлы іс. Заманымыздың заңғар жазушысы Мұхтар Әуезов, «Ел болам десен бесігіңді түзе», – деп емірене айтқан. Ұлы істің бастау бұлағы, қайнар көзі – отбасы. Отбасындағы тәрбие -тағылым мен үлгі өнегенің бастауы. Ұлы ғұлама, әлемнің екінші ұстазы Әбу Насыр Әл-Фараби бұдан мың жылдан аса уақыт бұрын «Адамға ең бірінші білім емес, тәрбие керек. Тәрбиесіз берген білім адамзаттың қас жауы» - деген.

Әркім өз жолын тауып кететіндей бала тәрбиесі жеңіл нәрсе ме? Жоқ. «Бала тәрбиесі – өнер, жеке бір ғылым иесі болуды тілейтін өнер»,– деген екен М.Жұмабаев. Қандай тауып айтылған даналы сөз десеніңізші. Тәрбие арқылы адам тағдыры шешілетінін, оның білімді тұлға болып қалыптасатынын, елдің берік тірегі болатынын көрсетеді.

Бала тәрбиесіне, келер ұрпақ тәрбиесіне қай кезеңде болса да, қай елде, қай ұлтта болмасын үлкен мән берілген ғой. Өйткені бала – біздің болашағымыз. Бала тәрбиесіндегі негізгі де маңызды роль ата-аналарда. Бау бақшаны баптап, күтіп суарсаң ғана жемісіне кенелесің. Жас шыбық қалай майыстырсаң солай иіледі, жас бала да еліктегіш, әр нәрсені қабылдағыш.

Ендеше ата-ана өз іс әрекетімен, отбасында өзара түсіністік, қарапайымдылық, бір-біріне құрметпен қарау сияқты әдетті берік ұстанған жағдайда ұрпағына үлгі болады.

Ата-ана отбасында өздерінің күнделікті жұмысы, тындырған ісі туралы бала шағасының алдында айтып әңгіме дүкен құрады. Бірте-бірте балалары да өз жаңалықтарын ортаға салып айта бастайды. Осылайша отбасында сенім, сүйіспеншілік, достық,

сыйластық қалыптасады. Ата-ана баламен тілдесуде мейірімді, табиғи, жылы, ақылды сөздер айтып сырласа білсе тәрбиеде табысқа жетеді. Сол сияқты баланың араласатын достарын жете тани білу, баланың қызығушылығын, нені қалайтынын, баланың теріс мінездерін үнемі қадағалап сырласа білу ашық сөйлесу, түзету-қоршаған ортаның, яғни ата-ана мен ұстаздардың міндеті. Өмір шындығына жүгінсек, тәрбие бастауы, оның қайнар көзі, ананың сүтінен нәр алып өскен ортасына байланысты. «Тәрбие басы– тал бесік», «Ұядан не көрсен, ұшқанда соны ілерсің» – деген қазақтың мағыналы сөздерінде үлкен астар бар сияқты. Кейде ата-аналар баланы тамақпен киіммен қамтамасыз етумен ғана шектеліп, тәрбиені естен шығарып алады. Сондықтан баланың ең әуелгі өсетін ортасы, отбасы тәрбиесіне өте терең көңіл бөлу керек. Егер отбасында жақсы тәрбие алған болса, өскенде сол тәрбиенің ізімен баруы сөзсіз. Тәрбиенің түп тамыры – ұлтты қадірлеу, ұлттық әдет-ғұрыпты дамыту, ұлттық дәстүрді жандандыру, ұлтаралық достық қарым-қатынасты нығайтуға үйрету. Сабақ та, тәрбие де осы бағытта болса ғана баланы ортаға қарап тәрбиелеген боламыз, сонда ғана оның адамгершілігі қалыптасады.

Сонымен қатар өскелең ұрпақты тәрбиелеуде шешуші буын мектеп болғандықтан ұстаздарға қойылатын талап, зор жауапкершілік артуда. Бала тәрбиелеуде ата-анамен ұстаздар бірігіп атқаратын жұмыстарын жан-жақты қарастырып ынтымақтаса жұмыс жүргізсе, қазақ халқының ғасырлар бойы өз ұрпағын тәрбиелеудегі озық ой, даналығын, парасаттылығымен адамгершілік құндылықтарды бала бойына сіңіре білу саналы білім жақсы тәрбие алуларына сара жол ашады. Ең әуелі ұрпағымызды бала кезінен -ақ ұлттық тәлім тәрбиеге, адамгершілік әдетке, рухани мәдениетке баулу керек. Сонда жас ұрпақ елі үшін елең қағар азамат, имандылық қасиеттерді бойына сіңіріп, намысшыл, өр мінезді, қайсар азамат болып қалыптасады. Осы орайда балаларды сүйетін және өзінің ісіне берілген балаларға тиісті көңіл бөле отырып, олармен санаспай білетін ұстаз ғана мейірбан, келешектің шын жанышыры, елдің арқа сүйер азаматтарын тәрбиелеп шығаруға, жеке тұлғаның қалыптасуына көмек көрсетуге қабілетті. Жемісті тәрбиенің сыры- шәкіртке құрметпен қарауда. Ата –ана мен ұстаз арасындағы сыйластық, өз ара түсіністік пен ауыз біршілік бағбанның мәуелі байтерегіндей жайқалып тамыры терең, берік, өскелең елдің өрелі ұрпағын тәрбиелейтіні сөзсіз.

Зарина СӨКЕНОВА,
Өтенай ауылындағы мектепке дейінгі шағын орталығы бар №21 орта мектебінің қазақ тілі мен әдебиеті пәнінің мұғалімі

Қазіргі жаз айында өрт қаупі өте күшті. Әсіресе, бұл кезде орман алқаптарын өрттен көздің қарашығындай сақтауға тура келеді.

«ОРМАНДЫ ӨРТТЕН САҚТАЙЫҚ»

Орман шаруашылығының жұмысында өрт қауіпсіздігі – бірінші кезектегі мәселе. Орман шаруашылықтарының барлығында орманды өрттен қорғау жоспары болады. Ормандағы өрттердің бәрі сыртқы себептерден болады. Себебі, орманның ішінде өрттің көзі жоқ. Рас, абайсыз жағылған



от, сөнбей қалған шоқ, орманның жануы кейде найзағайдан да болатын апат. Орман өрті көбінесе құрғақшылық жылдары, ерте көктемде және күзде болады. Оның негізгі себебі ауыл шаруашылығы қылдыратын өртеген кезде қауіпсіздік талаптарының бұзылуынан туындайды.

Орман өртін сөндіру оңай шаруа емес. Сондықтан оған жол бермеудің алғы шарттарын қатаң сақтау қажет. Орман өрті жедел өтеді және тез таралады. Қалың ағаш ішіндегі өрт минутына 3-4 метр жылдамдықпен таралып, 10-15 сағатта үлкен аумақты алуы ықтимал. Оның ішіне кіру де өрт сөндіру техникаларын енгізу де -қиын шаруа. Орманда өрт шығу себептері көбінесе адамдардың өз қателігінен болатыны анық. Сондықтан орманда өрт қауіпсіздігі ережелерін үйрететін үгіт-насихат жұмыстарын тек орман шаруашылығы қызметкерлері ғана емес, ауылдық округ әкімдіктері, білім беру мекемелері және т.б мекемелер жүргізуі тиіс. Қазақстанның әрбір азаматы өзі өмір сүріп отырған жердің табиғатын қорғауға және таза ұстауға міндетті. Бір сөзбен айтқанда табиғат ананы өрттен қорғайық.

А.ҚҰТБАЕВ,
«Жоңғар орман шаруашылығы» КММ-нің
орман шебері

ОЙШҚЫН

ӨЗГЕ ТІЛДІҢ БӘРІН БІЛ, ӨЗ ТІЛІҢДІ ҚҰРМЕТТЕ



«Өркениет өнегесі – өз тіліңмен өмір сүру» деп Елбасымыз Нұрсұлтан Әбішұлы айтқандай, қазіргі күнде мемлекеттік тілге деген құрмет артып, үлкен бетбұрыс жасалып отыр. Барлық мемлекеттік мекемелер іс қағаздарын жүргізуді мемлекеттік тілге көшірді.

Мемлекеттік қызметкерлер мен тұрғындарға мемлекеттік тілді тегін оқыту үшін арнайы курстар ашылып, қазақ тілінің дамуына баса назар аударылып отыр. Мемлекеттік тілді жетілдіру туралы қажетті нормативтік құқықтық актілер қабылданған оны іске асыру мақсатында әділет органдары жүйесінде мемлекеттік тілді дамыту бойынша нақты бағыттарда мақсатты жұмыстар атқарылуда.

Дей тұрғанмен, кей жағдайда орыс тілі мемлекеттік тілден басым түсіп жатады. Сонымен қатар,

кейбіріміз «ресми қолданыстағы орыс тілі» деудің орнына көбіне «ресми тіл» дегенді жиі қолданады. Ресми тіл деген тіл жоқ, тек Конституцияда «орыс тілі ресми түрде қазақ тілімен тең қолданылады» – деп жазылған. Осы тұрғыда орыс тілінің қолдану механизмін тіл мәртебесімен шатастырмауымыз керек.

Кеңес дәуірінде жоғарғы оқу орындарында білім тек орыс тілінде жүргізіліп, осы тілде дәріс алды, онда ешкімге сен орыс тілін үйрен, орыс тілін оқыту үшін арнайы курстар ашып, ауылдан барған қай қазақтың баласына, тап қазіргідей жағдайлар жасалды дейсіз. Өзіне жасалған жоқ, десек те, алдыңғы буын ағалар сол кезде жан жақты ізденіс нәтижесінде сол тілде білім алып, сол тілді ғылым докторлары тағы басқа дәрежелерге қол жеткізді емес пе? Ал біздің, өз ана тілімізде сөйлеу үшін орталықтар ашып тіліміздің мәртебесін көтерейік деп ұран салуымызға жол болсын. Қазақ баласының қазақ тілін білмеуі дегенді айтудың өзі ерсі сияқты, себебі ананың ақ сүтімен балаға берілетін құдіретті ана тілін қалай ғана білмеуі мүмкін деген ой келеді. Олай болса оған кім кінәлі? – деген сауал тағы өзі сұранып тұр. Яғни оған кінәлі өзіміз, отбасы тәрбиесін уыстан шығарып алдық, кезінде мән бермедік, ал бүгін орны толмас кемшіліктерге тіреліп отырмыз. Сондықтан, өзіміз ана тілімізде

сөйлемейінше, өзге ешкім де бұл тілді құрметтей қоймайтындығын да түсінуге тиіспіз.

Кезінде біздің ауылды жерлерде неміс, шешен, орыс, грек балалары таза ауылдың балаларының ортасында өсіп, мектептерде оқып, кейбіреулері қазақша білім алды, алайда олардың үйлерінде ата-аналары мен іні-қарындастары, туыстары арасында өз тілдерінде сөйлесіп отыратындығын көріп өстік, қазір, олар неге өз тілдерінде сөйлейді десем, олардың ата-аналары шет жерде жүрсе де өздерінің ана тілін келешек ұрпаққа үйретіп, ұлттарының жоғалып кетпей сақталуын ойлаған хам қарекеттері екендігін түсіндім. Оның дәлелі сен биік шың басына шығып алып жүз жерден қазақпын деп басқа тілде ұран салсаң да, өзіңнің қазақ екендігіңді дәлелдей алмайсың, себебі сенің ана тілің болмаса ұлтың жоғалады. Қазақтың қазақ екендігінің басты белгісі – қазақ тілінде болса, ендеше үйде де, түзде де, баласымен де, барлық тұма-туысымен де, қазақ тілінде сөйлесуі тиіс.

Ақын ағамыз Қадыр Мырза Әли айтқандай: «Өзге тілдің бәрін біл, өз тіліңді құрметте». Ендеше, ана тілімізде сөйлеп, тілімізге құрмет көрсетейік.

Аңсар НҰҒЫМАНОВ,
Кербұлақ ауданы
Көксу орта мектебінің түлегі.

ҚҰНДЫЛЫҚ

*Бұрындары,
адамдар адамға,
яғни бір-біріне
бағынышты
кейінте өмірлері
қалыптасып,
тағдыр
тауқыметін
көп көрмеді де,
сезінбеді деуге бо-
лады. Өйткені,
жұмыссыз адам
деген болмайтын.
Міндетті түрде
қандай бір білім
алып, біреулері
жоғарғы оқу орын-
дарында қабілет-
таланты бойынша
оқып, мемлекеттің
қамқорлығымен
білім алатын.*

Оқу, білім алу мен жұмыс орныңыз, қоғамда ұлттық идеология (негізінен ұлы орыс елі дегенге мәжібүрлей дәріптейтін) ұрып тұратын. Әйтеу бір алған біліміңе сай бір жұмыс тауып беруі заңмен қарастырылған. Сонымен күнделікті наның, бір киетін киімің бар біреуден ілгері, біреуден кейін өмірің 100 пайыз үкіметтің бақылауында өтіп соңғы демің біткенде о дүниеге кете баратын заман еді... Ол заманда адамдар тірлік иесі екенін білгенімен, тіршілік етудің жолын өзі таңдау мүмкіндігі шектеулі болды. Ондай мүмкіндік билік иелері мен сол адамдардың жақтас, жекжат, сыбайлас, дос-жарандарында ғана болды.

Ол заманда сыйынатын құдірет күшіңіз коммунист партия еді. Сондықтан да, сіз жаратылыс пен табиғаттың, өмірдегі жазылған заңдарға бағынбайтын тылсым күштерінен мақұрым қалдыңыз. «Бай мен кедей, еркек пен әйел тең болады» деген жалған ұранға сенім арттыңыз. Бұл екеуі де адамзат пайда болғаннан бері жаратылыс заңы бойынша қалыптасып келе жатқан ешқашан тең бола алмайтын қағида заңдылық. Бүгінге дейін қаз қалпында келеді. Келешекте де сол жаратылыс заңы бойынша сіз, анаңыздың құрсағында пайда болған сәтте Алланың берген несібесі бойынша

жалғаса береді. Өміріңізде қалай жүзеге асып, сізге құт боп қонуы ол алған біліміңіз бен қабілет іліміңізге сай адами қасиетке тікелей қатысты өрбіп өнегеніз болып қалыптаса бермек. Еркек пен әйелдің болмыс-ұстанымы тең болуы мүмкін емес. Еркек үстемділікте болуы керек деген де ұғым емес. Әйел заты өзін ерлерден бір саты төмен ұстап құрмет көрсетуімен өзінің де, әлемнің де құндылығын арттыра алатын қылығына сай тек әйел затына тән қасиет қана екенін жаратылыс заңдылығы айшықтап берген ұғым. Оны әйел заты өздері жақсы біледі, ерлер мойындайды. Өкінішке орай кеңес одағы теңестіреміз деп жағымпаз жиркенішті сезімге бой алдыра «жаратылыстың заңдылығын» бұзды.

Нәтижесінде өркөкіректік сезім ұялатқан кейбір әйелдер шектен шыққан қылықтарымен бүгінге дейін қоғамда да, отбасында да ойран салып озбырлық танытуда. Әйел заты тек қызықтырар қылығымен ғана әлемді тербей алатынын ғалымдарда, қоғам да мойындайды. Ашық айту сөз тіркесін тура тауып жазған жан бар-жоғын айтудан қиын іс... Әйелдің айқай-шу, ұрыс жанжал шығаруы тек өзінің асыл жан деген ардақты да абыройлы атағына дақ түсіруі. Мұндай жағдай отбасында жиі қайталана берсе ері өз өзіне қол жұмсауы немесе шаңырағы шайқалуы әбден мүмкін. Сол үшін де әрбір әйел өзінің «Ана» деген асыл атына заты сай болып жүргеніне, ал мемлекет те отағасы және ерлер қауымы бар мүмкіндік қамқорлықты жасай білгеніне не жетсін. Ел мен жер тыныштығы басты мәселе десек, түйіні осы.

Бүгінгі қоғамда адамдар Алла Тағалаға сенімді-сезімділік пен бой ұсынып «шүкіршілік» етіп өмірдің салауатты салиқалығына сабыр ете тірлік-тіршіліктерін діттейтін жаңа ғасырда өмір сүріп жатыр. Ендеше, ғасырлар бойы талай нәубет



қасірет тартқан қазақтар енді күпірлік пен азғындыққа бой алдырмаса екен. Жаңадан шыққан байлар мен билік өкілдері қарапайым халықтан алшақтап кетпесе екен. Адамдардың арнамысы аяққа тапталып аналар қауымы көшеге шықпаса екен. Қолы жеткендер имандылық-ибалылық дегенді ұмытып, адамгершіліктен ада кеткен қылықтарымен халықтың наразылығын тудырмаса екен. Ұрлық жасау, адам өлтіру, тонау, әлімжеттік жасау, заң органдары әділетсіздік таныту дегендер жаңа қоғамда мүлдем болмай-ақ қойса екен. Адамдар бір-біріне дұшпан болып мәнсіз тірліктен жеріп көрсеқызарлық, іштарлық, қызғаныш дертіне шалдығып сөз қуған ұрыншақ болып кетпесе екен. Жаңа қоғамда бай мен кедейлердің, билеуші мен бағыныштылардың арасындағы айырмашылық жер мен көктей болмаса екен деп тілейік ағайын!

Жаңа ғасырда енді дәуірлеп келе жатқан мына заман күпірлік пен сенімсіздіктен, азғындық пен алаяқтардан арылатын жүйе қалыптастырып, жолы мен бағытын сілтейтін, ұлттық идеология ұлылығын дәріптеп, халықтың санасына

сіңіретін қажеттілік өз-өзінен туындап тұрғанын күн өткен сайын ескертіп тұрғандай. Әйтпесе азғындықтың небір түрі етек алып, әрбір пенденің «адам» деген қасиетті атауынан басқа құндылықтары жойылып барады.

Әрбір пенденің санасына сілкініс жасауға ықпал ете білу барлық адамның жастармен ұрпақ алдындағы парызы мен міндеті. Ал, тірліктегі жасап жүрген қызмет, жұмысың ол күнделікті нан тауып отбасы, бала-шаға мен жеке басыңыздың қамы үшінгі еңбектенуіңіз. Сол үшін айлық жалақы аласыз. Мысалыға, сіз мықты іскер әкім немесе мекеме басшысы адал азамат болуыңыз әбден мүмкін. Ол сол кездегі еңбегіңізбен ғана ел есінде қалары сөзсіз. Бірақ та халық «Бәрің ақшаның құдірет күшімен жасады, өзі қомақты үлес алуын көздеп шет елдік кәсіпкерлерден миллиардтаған қаражат инвестиция тартқаны ел игілігіне аспай қалды» немесе «жұмысқа, қызметке ылғида өзі жақтас, сыбайластарын, яғни командасын тартты, талай білікті, білімді жандар ескерілмей қала берді» деп те баға беруі әбден мүмкін. Бұл болып та жатқан тірлік... Кейде

өмірдің шынайы шындығы да жоқ емес. Өйткені, қазіргі ақпараттың ашықтығы сан алуан жолдарымен түрлене айшықталған заманда халықтан жасырын қылықтар қалыс қалу мүмкіндігі өте аз. Ал атам қазақ «халық айтса қалт айтпайды» деп ықылым заманнан-ақ ескерткені шындыққа үйлеседі.

Сондықтанда, сіз жасыңыз бен адами қасиет-құрметіңізге, білім-біліктілігіңізге, адамгершілік тұлғаңызға, дарын-талантыңызға, қарекет-қабілетіңізге, адалдық-қамқорлығыңызға сүйене отырып еліңіз бен елжұрт мүддесі үшін белсенділік танытып ел ертеңіне деген өз ұстаным, пікір-ұсыныс, тілектеріңізді айтып, үн қосудан қалыс қалсаңыз, болашақ ұрпақ алдындағы парызыңыз мүлдем орындалмағаны деп біліңіз. Яғни ел арасында «атыңызға затыңыз сай» болып қалмайтынына заман талабына сай көңіл бөліңіз, сіздің тірлігіңіз бағынышты болса да, адами тіршілік тілеуіңіз ешкімге бағынышты емес, ағайын!

**Құрметбек
САНСЫЗБАЙҰЛЫ,
әлеуметтік-еңбек
саласының үздігі,
саясаттанушы.**

РАВЕНСТВО



ВАЖНОСТЬ ГЕНДЕРНОЙ ПОЛИТИКИ

МОЖНО СЧИТАТЬ, ЧТО ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ГЕНДЕРНОЙ ПОЛИТИКИ НАЧАЛАСЬ В XIX ВЕКЕ. ФЕМИНИСТСКОЕ ДВИЖЕНИЕ ЗА ГЕНДЕРНОЕ РАВЕНСТВО ВОЗНИКЛО В ЗАПАДНОЙ ЕВРОПЕ И СОЕДИНЕННЫХ ШТАТАХ. ОСНОВНОЕ ВНИМАНИЕ БЫЛО УДЕЛЕНО БОРЬБЕ ЗА ИЗБИ-

РАТЕЛЬНОЕ ПРАВО ЖЕНЩИН. В 60-Х ГОДАХ XX ВЕКА ПОЯВИЛАСЬ НОВАЯ КОНЦЕПЦИЯ ГЕНОВ. В ЭТО ВРЕМЯ В НАУКЕ НАЧАЛИ ОПРЕДЕЛЯТЬ ПОНЯТИЕ «ПОЛ». РАССМАТРИВАЕТСЯ КАК ОСОБЕННОСТЬ СОЦИАЛЬНОЙ РОЛИ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН В ОБЩЕСТВЕ, СФОРМИРОВАННОЙ НА ОСНОВЕ БИОЛОГИЧЕСКОГО ПОЛА. ОСНОВОЙ ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ЯВЛЯЕТСЯ ТО, ЧТО ПРОИСХОЖДЕНИЕ МУЖЧИНЫ ДОМИНИРУЕТ, А ЖЕНЩИНЫ – ПРОЯВЛЯЮТ ПОКОРНОСТЬ. ВОТ В ЧЕМ ПРОБЛЕМА. НО ГЕНЫ ИМЕЮТ ГОРАЗДО БОЛЕЕ СЛОЖНУЮ СТРУКТУРУ, ЧЕМ БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОЛОВЫЕ ПРИЗНАКИ. СЕКСУАЛЬНАЯ БИОЛОГИЯ, ГЕНДЕРНАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ, ГЕНДЕРНЫЕ ИДЕАЛЫ СОСТОЯТ ИЗ НЕСКОЛЬКИХ КОМПОНЕНТОВ СЕКСУАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ. РАЗЛИЧИЯ В ИСПОЛНЕНИИ ОПРЕДЕЛЕННЫХ СОЦИАЛЬНЫХ РОЛЕЙ ДВУХ ПОЛОВ, В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ, ОБУСЛОВЛЕННЫ ТЕМ, ЧТО ОДИН ПОЛ ПРИНАДЛЕЖИТ ДРУГОМУ ПОЛУ, ХАРАКТЕРИЗУЮТ ОПРЕДЕЛЕНИЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ. ЖЕНЩИНЫ И МУЖЧИНЫ РАССМАТРИВАЮТСЯ КАК СОЦИАЛЬНЫЕ ИНДИВИДЫ В ГЕНДЕРНОМ АСПЕКТЕ, ТО ЕСТЬ ИМЕЮТ ОПРЕДЕЛЕННЫЙ СТАТУС, ИНТЕРЕСЫ, ПОТРЕБНОСТИ И СОЦИАЛЬНУЮ СТРАТЕГИЮ ПОВЕДЕНИЯ.

Таким образом, важность гендерной политики заключается в обеспечении гендерного равенства во всех сферах жизни, ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин, их политической социализации. Социальная дискриминация происходит во всех сферах жизни общества. Это особенно верно в политике. Можно считать, что активное развитие гендерной политики в Казахстане началось после обретения независимости Республики в 90-х годах, и продолжается по сей день. Можно с уверенностью сказать, что это является положительным развитием.

Однако, на вопрос, какой из двух полов менее защищен, ответ до сих пор един: женщины. Во всем мире создано много организаций, которые создаются для защиты женщин. Они очень много работают для достижения своих целей. Что касается мужчин, то они всегда за-

нимают высокое место в политике и в обществе в целом. Но об этом позже.

Политики действительно не нуждались в женщинах из-за психологической разницы: женщины ценятся меньше, чем мужчины. Это основано на недооценке мужчин и женщин. Сейчас психологическое выздоровление женщины отчетливо видно. На современном этапе социально-политическая адаптация женщин очень эффективна. Сегодня среди женщин наблюдается гражданская активность.

В стране существует более 150 женских неправительственных организаций, занимающихся проблемами женщин. Сегодня существуют известные организации, образованные женским движением, такие как Ассоциация деловых женщин, Феминистская лига, Алматинская ассоциация одиноких матерей и другие. Женские НПО являются индикатором гендерной политики.

Первоначально все организации обеспечивают социальную защиту детей и женщин, многодетных и одиноких матерей, матерей-инвалидов и т.д. Помимо защиты прав, они также предоставляют психологическую и юридическую помощь, и сегодня их деятельность направлена на повышение уровня политической активности женщин, их равного участия в политических процессах и политических отношениях.

В прошлом женщины приходили в политику с меньшим политическим опытом, чем мужчины, в области здравоохранения и образования, но в последнее время ситуация изменилась, и теперь число женщин-юристов и бизнесменов растёт.

В 1998 году была создана Коалиция женских инициатив, а в 1999 году Женский избирательный блок начал свою общественно-политическую деятель-

ность. В соответствии с требованиями статьи 2 Конвенции о ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин проводится национальная экспертиза национального законодательства.

Женщины играют разные роли в семье, что очень трудно связать с политикой, но это возможно: они являются членами семьи, работают по дому, и их основной работой является уход за детьми. Мы видим, что у женщин много силы воли, терпения, и мы не можем сказать, что они больше не могут заниматься политикой. Исследования также показывают, что женщины-лидеры придерживаются другого стиля, чем мужчины: женщины более чувствительны к потребностям избирателей, более склонны к компромиссу и более демократически настроены в политике. А вот стиль ведущих мужчин является иерархическим и технократическим.

Много сделано и для борьбы с насилием в отношении женщин. Если до 1998 года этим вопросом занимались только НПО и международные организации, то с 2010 года он рассматривается на национальном уровне.

Внедрение гендерной политики, стабилизация политических процессов в Казахстане в интересах женщин, принятие законодательства, направленное на ликвидацию дискриминации в отношении женщин и увеличение числа женщин в представительных органах, предотвратят будущие социально-политические скандалы. Сегодня Казахстан является одной из лидирующих стран в мире, в развитии гендерных институтов и ликвидации дискриминации. Надеемся, что в будущем станет еще лучше, прогрессивней, и неравенство искоренится вовсе – навсегда...

СОБ.КОРР.

ИМУЩЕСТВО

ОСНОВНЫЕ ОШИБКИ В ОФОРМЛЕНИИ НАСЛЕДСТВА

Вопрос о принятии наследства может оказаться актуальным для каждого человека. Поэтому, предлагаю уважаемому читателю внимательно ознакомиться с этой статьей.

Наследование - это переход имущества умершего гражданина (наследодателя) к другому лицу (лицам) – наследнику (наследникам). Причем этот переход, другими словами получение наследства, целый процесс, требующий участия, времени, ответственности наследника (наследников). И результат этого процесса будет зависеть от действия или бездействия наследника.

Самое главное, на что нужно обратить внимание наследнику: по-

сле смерти наследодателя, как только будут улажены все неотложные дела, обратитесь к нотариусу за получением консультации. Нотариус ознакомится с нюансами вашего дела, изучит документы и расскажет о дальнейших действиях.

В моей практике очень часто наследники совершают одну ошибку: обращаются к нотариусу после истечения шести месяцев со дня смерти наследодателя – таким образом пропустив установленный действующим законодательством срок для принятия

наследства или отказа от наследства. Конечно, даже в этом случае наследство может быть оформлено, но гораздо более хлопотно для наследника. Есть и еще одна часто встречающаяся ошибка наследников: не заглядывая в правоустанавливающие документы ошибочно полагают, что имущество принадлежит одному наследодателю, в то время как собственников может быть два и более на основании права общей совместной собственности. Обязательно нужно смотреть, кто указан в качестве собственника (собственников) в документах на имущество.

Эта статья целенаправленно написана без цитирования кодексов и законов простым доходчивым языком,

понятным любому гражданину, не имеющему юридического образования или опыта в вопросах наследования. Главная информация, которую читателю необходимо вынести из этой статьи, состоит в следующем: если у вас, уважаемые читатели, возникнет жизненная ситуация, требующая оформления наследства, обратитесь по телефону 8 701 757 4661 или любому опытному нотариусу за квалифицированной помощью и оформите все документы правильно. Желаю всем крепкого здоровья и благополучия!

Элеонора АЛБАКОВА,
нотариус.

ЖЕКПЕ-ЖЕК

Отандасымыздың UFC-дегі жеңісі

Аралас жекпе-жектен әлемдегі ең беделді әрі танымал спорттық ұйым саналатын UFC-мен жуырда ғана келісімшарт жасасқан қазақстандық спортшы қыз Мария Агапова UFC on ESPN 10 турнирінде алғашқы жеңісіне қол жеткізді.



Бүгінде аталған ұйымның кез келген жекпе-жек кеші әлемнің түкпір-түкпірінен жүздеген телеарна арқылы миллиондаған жанкүйер жинайтын ауқымды шараға айналған. Көптеген мықты кәсіпқой ережесіз жекпе-жек шеберлері осы ұйым аясында бақ сынауды мақсат тұтатыны жасырын емес. Асқақ арманын ақиқатқа айналдырған 23 жастағы жігерлі қыз

Лас-Вегас қаласында көрерменсіз өткен турнирде америкалық Ханна Сайферсті 3 минуттың ішінде тізе бүктірді. Осылайша, Мария спорт жолындағы тоғызыншы, UFC алаңындағы бірінші жеңісін тойлады. Ал АҚШ өкілі үшін бұл әйгілі спорттық ұйымдағы алтыншы кездесу. Аталған промоушн аясында ол төртінші рет октагонда жеңіліске ұшырап отыр.

Бұл жекпе-жек әу баста бас-тапқы кардта өтеді деп жоспарланды. Алайда кейін оны негізгі кардқа ауыстыру туралы шешім қабылданды. Жекпе-жектен кейін ұйымдастырушылар мұндай шешім шығарғанына еш өкінбейтінін айтты. Өйткені қос файтер кездесу барысында тамаша өнер көрсетті.

Әлемдегі атақты промоушен аясында алғаш рет өнер көрсетіп жатқанына қарамастан, қазақстандық спортшы өзін жақсы қырынан таныта білді. Ол қарсыласын қылқындыру әдісімен жеңді. Мария Агапова бұл жеңісінің арқасында 20 мың доллар пайда тапты. Оның қарсыласы Сайферс 35 мың доллар алды. Ал ең көп гонорарды кештің басты жекпе-жегінде америкалық Джессика Айды жеңген Синтия Кальвильо иеленді (110 мың доллар).

Айта кетейік, негізінде Агапова бразилиялық спортшы Мелисса Гаттомен кездесуі керек болған. Бірақ қарсыласы АҚШ-қа уақытында виза ала алмаған соң күтпеген жерден Сайферспен жолы түйісті. Тартысты кездесуде жеңіске жеткен Мария өзінің командасына ерекше алғысын білдірді. Одан бөлек, UFC-дегі алғашқы қазақстандық қыз америкалық Шэна Добсонды жекпе-жекке шақырды.

А. ЖҰМАШ

ФУТБОЛ

Алғашқы ойын Алматыдағы орталық стадионда өтті. Жергілікті «Қайрат» пен талдықорғандық «Жетісу» командалары арасындағы ойын алаң иелерінің жеңісімен аяқталды. «Қайрат» футболшылары Алмат Бекбаев қорғаған қақпаға жауапсыз үш гол соқты.

«ҚАЙРАТ» КӨШ БАСТАДЫ



Ойынның 11-минутында Камо Оганесян «Қайратты» алға шығарса, 56-минутта польшалық легионер Конрад Вжещиньский есепті еселеді. Ал ойын аяқталар тұста Артур Шушеначев қорытынды есепті 3-0-ге жеткізді. Осылайша, «Қайрат» командасы турнир кестесінде көш басына шықты.

Петропавл қаласында өткен ойында «Қызылжар» көкшетаулық «Оқжетпес» клубымен кездесті. Ойын барысында қонақтар сапынан Жасұлан Молдақараев 28-минутта есеп ашты. Одан кейінгі үш голды алаң иелері соқты. Алдымен Габрьел Энаке таразы басын теңестірсе, 76-минутта көкшетаулық Пламен Димов өз қақпасына гол соғып алды. Кездесудің 87-минутында Тимур Мульдинов ойынның нүктесін қойды. «Қызылжар» өз алаңында 3 ұпайға қол жеткізіп, турнир кестесіндегі жағдайын жақсартты.

Ал қостанайлық «Тобыл» осы жылы Премьер лигаға қосылған «Каспий» командасын 2:0 есебімен жеңді. Ойынның 84-минутында Азат Нұрғалиев, 89-минутында

Оралхан Өміртаев көзге түсті.

Стойчо Младенов жаттықтыратын қызылордалық «Қайсар» командасы «Тараз» командасымен тең түсті. Бұл кездесуде алаң иелері қатарынан 41-минутта Думан Нәзілдаев есеп ашса, 49-минутта «Тараз» ойыншысы Тони Сильва таразы басын теңестірді. Ал Шымкентте «Ордабасы» командасы Қарағандының «Шахтерін» қабылдады. Бұл кездесуде қарағандылық клуб сапынан 64-минутта Жереми Манзорро соққан жалғыз гол кездесу тағдырын шешті. «Шахтер» сырт алаңда 1:0 есебімен жеңіске жетті.

Енді 4-тур ойындары 5 шілде күні өтеді. Бұл турда «Жетісу» мен «Ордабасы», «Тараз» бен «Оқжетпес», «Шахтер» мен «Қайсар», «Тобыл» мен «Астана», «Каспий» мен «Қайрат» командалары кездеседі.

Абылайхан ЖҰМАШ

ВОЛЕЙБОЛ

ҚАЗАҚСТАНДЫҚ ВОЛЕЙБОЛ СПОРТЫНЫҢ ШЕБЕРІ СӘБИНА АЛТЫНБЕКОВА ИТАЛИЯНЫҢ А1 ЛИГАСЫНДА БАҚ СЫНАЙТЫН «ВОЛАЛТО КАЗЕРТА» КЛУБЫМЕН 2 ЖЫЛДЫҚ КЕЛІСІМШАРТ ЖАСАСТЫ.

ИТАЛИЯДА ӨНЕР КӨРСЕТЕДІ

23 жастағы отандасымыз осыдан алты жыл бұрын жоғары ойын мәнерімен және өз сұлулығымен Азия құрлығын тамсандырған болатын. 2014 жылы Тайпейде өткен жасөспірімдер арасындағы волейболдан 17-ші Азия чемпионатында қандасымызды жергілікті БАҚ турнирдің ең сұлу спортшысы деп таныды. Сол-ақ екен Тайвань, Жапония және тағы басқа Азия елдерінің телеарналары Сәбина Алтынбекова туралы арнайы репортаж жасап, әп-сәтте бүкіл әлемге танымал болды. Сол жылы Қазақстан жасөспірімдер құрамасы Азия біріншілігінде 6-орын алды.

Осы чемпионаттан бастап Алтынбекованың жұлдызы жанды десек, артық айтқандық емес шығар. 2015 жылы ол Жапонияның «GSS Sunbeams» командасында бір жыл өнер көрсетіп, кейіннен елге оралды. 2016-2019 жылдар аралығында Алтынбекова «Алматы» клубында ойнаса, былтыр БАӘ-нің «Al wasl» командасының намысын қорғады. Енді міне, күні кеше көріқұрлықты бағындырды. Алдағы екі жылда отандасымыз Италия чемпионатында бақ сынайды.

EGEMEN.KZ

ӘЛЕМ ФУТБОЛЫ

Каталониялық «Барселона» клубының басшылары команданы капитаны Лионель Мессидің жалақысын қысқартпақшы, деп хабарлайды El Chiringuito.

МЕССИДІҢ ЖАЛАҚЫСЫН ҚЫСҚАРТПАҚШЫ

Аргентиналық футболшы клубпен қазіргі келісімшарты бойынша жылына 8,3 миллион еуро алады. Енді клуб жетекшілері жалақыны 5-6 миллион еуроға дейін қысқартуды ойластырып отыр. Бұл жаңалықты Мессиге клубтың қазіргі президенті Жо-зеп Бартомеу алдағы уақытта ресми айтады.

Мессидің «Барселона» клубымен 2021 жылдың жазына дейін келісімшарты бар. 33 жастағы шабуылшы клубпен келісімшартын ұзартуға әлі асығар емес. Бейресми мәлімет бойынша, Месси алдағы жазда командадан кетуді де ойластырып жатқан көрінеді. Оған италиялық «Ювентус» пен ағылшындық «Манчестер Сити» клубтары көз тігіп отыр.

Биылғы маусымда Месси «Барселона» сапында Испания біріншілігінде 29 кездесуге қатысып, 22 гол соғып, 20 нәтижелі пас берген.

EGEMEN.KZ

ТРИАТЛОН

КЕЙІНГЕ ШЕГЕРІЛДІ

Триатлоннан BI Group Ironman Kazakhstan және BI Group Ironman 70.3 Astana халықаралық додалары келесі жылға ауыстырылды.Бұл туралы Olympic.kz сайты хабарлады.



Коронавирус пандемиясына байланысты триатлон бәсекесі 2021 жылдың 15 тамызына шегерілді. Айта кетерлігі, былтыр аталған додаға 50 елден 1400 спортшы жиналған болатын. Елордада өткен бәсекеге барлығы 20 Pro санатындағы спортшылар қатысты.

Қатысушылар әуелі 1,9 шақырым жүзіп өтіп, 90 шақырым велосипедпен, ал жүгіру бойынша 21 шақырым қашықтықты бағындырды. Қазақстандықтар ішінде ең үздік көрсеткішкен «Астана» велокомандасының менеджері Александр Винокуров қол жеткізген болатын. Ол барлығын 4 сағат 9 минут 8 секундта бағындырған.

24.kz

ВЕЛОСПОРТ

ЕКІНШІ КЕЗЕҢІ ӨТТІ



Велоспорттан виртуалды «Тур де Франс» додасының екінші кезеңі өтіп жатыр.

Қазақстандық «Астана про тим» командасы жарысқа қатысып, команда сапынан Уга Уль спортшылар ара-

сында үздік нәтижеге қол жеткізді. Екінші кезеңде із кесу бойынша 29,5 км қашықтықты құрады. Бұл велошабандоздар үшін қиын жол болды.

Жарыс өте тез басталып, «Астана про тим» командасының мүшесі Мануэле Боаро алғашқы километрлерде үздіктер қатарында болды. Кейін лидерлер қатарына Юрий Натаров қосылды. Ал жарыс аяқталуға жақындағанда ізкесушілер бірнеше топқа бөлініп, Уго Уль олардың қатарынан табылды. Айта кетерлігі, веложарыстың 3-ші және 4-ші кезеңдері келесі демалыста өтеді.

Olympic.kz

БАЛАЛАР ТУРИЗМІ

ЖАС ҰРПАҚТЫ ТӘРБИЕЛЕУДІҢ ЕҢ ТИІМДІ ТӘСІЛІ

Туризм саласын дамытуға үлес қосу аясында,әрбір ауыл, аудан, облыстың тарихи-этнографиялық, демографиялық, салауаттық әлеуетінің көтерілуіне ықпал жасау және оларды түрлі шаралар арқылы жетістіктерін көрсету. Тәуелсіздік тұғырын бекітудегі мәңгі ел мұраты әрбір адамның жауапкершілігі мен адами болмысына тікелей байланысты. Ел дамуына да ықпалды күш— адам және оның әлеуеті. Уақыт ешкімді күтпейтінін ескерсек, бүгінгі мүмкіндікті пайдалана алмаған, ертеңгі несібесін қолынан шығарып алуы да ғажап емес. Сондықтан да жаһандану әлемінің заңдылығы да, заманауилығы да күн санап өзгеріске ұшырауда. Қазақ перзентінің әлемдік кеңістікте алатын еншісі мол, тек батыл да жігерлі еңбек арқылы несібесіне қол жеткізу.

Балалар туризмі — адамзат жинаған өмірлік тәжірибесін өскелең ұрпақтың санасына сіңірудің, құндылыққа бейімделуді қалыптастырудың, ұлттық адамгершілік қалпына келтірудің тиімді тәсілі болып табылады. Туризм балалардың түрлі талпыныстарын қанағаттандыра алады. Онда әр бала өзіне сол қиындықты, оның ұмтылыстарына, мүмкіндіктеріне ықпал ететін жорықтардың түрін таңдайды.Ең бастысы—бала бойындағы қабілет пен икемділіктің ашылуы. Жорықта өз жерінің тамаша табиғаты мен жер қойнауы байлықтарымен танысып қана қоймай, осындай жорықта өзінің бойына да жігерлілік пен қайсарлық, табандылық пен тәзімділік, достық пен өзара көмек

көрсету қасиеттерін тәрбиелеп, қалыптастырады. Туризм мектепке дейінгі және мектеп жасындағы балалардың дене тәрбиесінде жетекші орын алады. Білім беру мүмкіндіктерін жүзеге асыру қосымша білім беру педагогтарға байланысты. Туризм бойынша жұмыс еңбек пен ерік дағдыларын дамытуға қолайлы жағдай жасайды. Жаяу жорықта турист кедергілерді жеңуді және аумақты бағдарлай білуді үйренеді. Туған жер— әркімнің кіндік қаны тамған, бауырында еңбектеп, талпынып аяғына тұрып қаз басқан қасиетті мекені, талай жанның өмірбақи қоныстанатын өлкесі. Бұл туған өлкенің табиғи байлығы, тарихи өткендігі туралы білімді алу, ең қызықты нысандармен, ерекше

табиғи кешендермен танысу, балалармен бақылауларды ұйымдастыру және өткізу дағдыларын қалыптастыру, оларды кейінгі өңдеумен және талдаумен байланыстыру өлкетануды зерттеу және өлкетану бақылауларын жүзеге асыру оқыту мен тәрбиені бір процесте ұштастыруға ықпал етеді. Текелі қаласының балалар мен жасөспірімдердің туристік және өлкетану орталығы 2015 жылы ашылып келесі бағыттар бойынша өз жұмысын атқаруда. Осы жылдарда орталықтың атқарып келе жатқан игілікті істері жайлы Текелі қаласындағы балалар мен жасөспірімдер туристік және өлкетану орталығының директоры Самат Жаңбырбаев әңгімелеп береді. — Атап айтқанда, туристік бағытта тау, жаяу туризм, жас туристер сияқты үйірмелер бар.Осы бағыттағы оқушыларға біз әр түрлі қызықты және танымдық экскурсиялар, саяхаттар мен экспедициялар ұйымдастырамыз.Жорықтар түрлері: демалыс күндері, санатты және дәрежелі жорықтар.Жорықтардың қиындықтағы байланысты баланың жасына қарай жорықтар ұйымдастырылады. Жорықтардың басты құндылығы - туған жерінді білу және зерттеу. Жазда мезгіліне

тұрақты және ауыспалы құрамға сабақ кестесі құрылады. Өлкетану бағыты бойынша оқушылар ғылыми-зерттеушілік жұмыстарымен айналасады. Қалалық, облыстық және республикалық «Дарын» және КҒА конкурстары сондай-ақ Алматы қаласының Қазақ спорт және туризм Академиясы ұйымдастырған «Гүлдене бер, Қазақстан!» атты республикалық конкурста үнемі қатысып жүлделі орындарға иеленуде, — дейді ол. Спорттық бағытта жартасқа өрлемеу, спорттық бағдарлау мен туристік көпсайыс үйірмелері бар. Туристік көпсайыстан Қазақстан Республикасының екі дүркін чемпионы атағына ие болдық. 5 жыл ішінде СШҰ (спорт шеберіне үміткер) спорттық дәрежесіне 13 оқушы қол жеткізді. Ал, 2019 жылдың мамыр айында халықаралық жарыста шәкірттеріміз бірінші орынға иеленіп спорт шебері нормативін орындады. Педагогикадағы кез-келген іс-әрекет сияқты, туризм бойынша балалармен жұмыстың да өзіндік мәні бар: •бірінші балалар таза ауада кез-келген ауа-райында шұғылданады, бұл ағзаның шынығуына ықпал етеді және денсаулықты жақсартады. Баланың денесі табиғи жағдайларда

шыңдалады, оның шыныққан шымыр болып өсуіне мүмкіндік береді. • кіші Отанмен, жануарлар және өсімдіктер әлемінің ерекшеліктерімен танысу, оларға жыл мезгілдері туралы, табиғаттағы өзгерістер туралы, тірі табиғат және жансыз табиғаттағы өзгерістерге тәуелділігі туралы жалпылама түсініктер қалыптасады. Осылайша, балалар туризмі, балалармен жұмыс жасауда қозғалыс қызметінің құралы ретінде шыныққан шымыр және салауатты тұлғаны, берік отбасын, демек мызғымас мемлекетті құрудың тиімді құралы болып табылады. Сайып келгенде, заманауи кезеңнің басты талабы-адамзат өркениетіне ұлттық тарихымызбен, заманға бейімделген ұлттық сана-мызбен, қазақы болмысымызбен кірігу. Басқаша айтқанда тұлпардың мәреге жетуі, оның бабына байланысты. Елдік-елі арқылы сыналады. Ал халықтың намыс пен жігер күш— «Мәңгілік Ел» идеясының ұлы істер дәуіріне жетелейді. «Мәңгілік Ел» —мәңгілік ел атану біздің-болашақ ұрпақтың қолында. Сондықтан жас ұрпақты білімді де білікті, қайратты да қажырлы етіп өсіруде туризмнің мүмкіндіктерін молынан пайдаланғанымыз абзал. Ш. ХАМИТОВ.

ОБЛЫСТА

СТАЦИОНАРЛАРДА ТӨСЕК САНЫ 3 ЕСЕГЕ ҰЛҒАЙТЫЛДЫ

Қазіргі індеттің таралу жағдайында ауруы асқынған пациенттер санының өсуіне байланысты Алматы облысындағы инфекциялық стационарда төсек саны 3 есеге, яғни 17 стационарлық мекемеде 150-ден 500-ге дейін арттырылды.



Пневмониямен ауыратын науқастарды емдеу үшін 31 стационарда төсек саны мыңнан үш мыңға дейін көбейтілді. Бұл туралы бүгін онлайн режимде брифинг өткізген облыс әкімінің орынбасары Батыржан Байжұманов айтты,— деп хабарлайды Алматы облысы әкімінің баспасөз қызметі. Мәселен, Талдықорған қаласында 300 төсек инфекциялық стационар облыстық аурухана базасына көшірілді. Тері-венерологиялық диспансер базасында 85 провизорлы төсек орын ашылды.Сонымен қатар, бүгіннен бастап облыстық фтизио-пульмонология орталығында 120 төсектік провизорға науқастарды қабылдау басталды. Талдықорған қаласы бойынша барлығы 532 провизорлы төсек бар. Қазіргі уақытта жұқпалы аурулар ауруханасының жүктемесі —56%, провизор— 86%. Жалпы стационарда ем алып жатқан адамдардың басым көпшілігі 50 жастан асқан егде азаматтар, оның 90 пайызы қан қысымы, жүрек тамыр, қант диабеті, обыр ауруларымен ауырғандар. Сондықтан Б.Байжұманов жасы үлкендерді, созылмалы аурулары бар науқастарды денсаулықтарына аса жауапты болуға, санитарлық талаптарды қатаң сақтауға шақырды. Сонымен бірге, дәрігерлердің ескертулерін тыңдап, карантиндік шектеулерді сақтап отырған адамдарға алғыс білдірді.

«АЛАТАУ-АҚПАРАТ»

БАҒДАРЛАМА АЯСЫНДА

2020 жылы Алматы облысы бойынша 46 116 жаңа жұмыс орнын ашу жоспарланған. 2020 жылдың 1 шілдесіндегі жағдай бойынша, жаңа кәсіпорындар ашу, шағын бизнесті дамыту есебінен 28 645 жаңа жұмыс орны құрылса, оның 11 092-сі — тұрақты жұмыс орны. Бұл жөніндеАлматы облысы әкімінің баспасөз қызметі нақты мәліметтер берді.

46 МЫҢНАН АСТАМ ЖҰМЫС ОРНЫ ҚҰРЫЛАДЫ

Облыстық жұмыспен қамтуды үйлестіру және әлеуметтік бағдарламалар басқармасының мәліметінше, 2017-2021 жылға арналған нәтижелі жұмыспен қамтуды және жаппай кәсіпкерлікті дамытудың «Еңбек» бағдарламасын жүзеге асыру үшін 2020 жылы 18,2 млрд. теңге бөлінген. Бірінші бағыт бойынша 4040 адамды кәсіби оқытуға 2281,1 млн.теңге бөлінсе, оның ішінде 1535 адамға тегін кәсіби техникалық білім беруге 1703,0 млн.теңге, 2505 адамды қысқа мерзімдік кәсіби оқытуға 578,1 млн.теңге қарастырылған. 2020 жылдың 1 шілдесіне 881 адам қысқа мерзімдік оқытуға жіберіліпті. Екінші бағыт бойынша 5695,6 млн. теңге бөлініп, оның 4791,3 млн.теңгесі - 1094 әлеуетті қатысушыға шағын несие беруге, 90,0 млн.теңгесі — қалалар мен ауылдарда шағын несиелерді кепілдендіруге, 10 млн. теңгесі шағын қаржылық ұйымдардың операциялық шығындарын субсидиялауға жұмсалмақшы. Бүгінгі күні ауылдық жерлерде 857,6 млн.теңге сомалық 210 микрокредиттер берілсе, қалаларда 2019 жылдың қаржысы есебінен 9 адам 97,5 млн.теңге сома шағын несие алған. «Бастау Бизнес» жобасы бойынша 2900 адамды кәсіпкерлік негіздеріне оқыту жоспарланған. Қазіргі таңда оған 1217 адам бағытталды. Жаңа бизнес-идеяларды дамытуға 1645 адамға



жалпы сомасы 804,3 млн. теңге мемлекеттік гранттар бөлу жоспарланып, қазірге дейін 247,4 млн.теңге болатын 462 грант берілген. Үшінші бағыт бойынша 10,2 млрд.теңге бөлінген. Оның ішінде әлеуметтік жұмыс орындарына 1078 адамға 240,7 млн. теңге бөлінді, биылғы жылдың 1 шілдесіндегі жағдай бойынша, 1181 адам бағытталған. Жастар практикасына — 1912 бітірушіге 760,3 млн.теңге, 780 бітіруші жіберіліп, қоғамдық жұмысқа — 27774 адамға 9173,0 млн.теңге, 13633 жұмыссыз азамат жұмысқа орналастырылды.

«АЛАТАУ-АҚПАРАТ»

ЗАҢ АЯСЫНДА



ҚОЛҒА ТҮСТІ

Бір миллион теңгеден астам қаражатпен бағалы заттарды ұрлап шетел асқан Тәжікстан азаматы қолға түсті. Облыстық полиция департаметі баспасөз қызметінің мәліметінше, бұл оқиға 2019 жылдың наурыз айында орын алған. Осыдан соң Қарасай ауданының полиция басқармасына сол ауданның 37 жастағы тұрғыны шағымданып 1 миллион теңгеден астам ақшасы мен жеке заттарының ұрланғаны туралы арыз жазған.

Бұл істі ҚР ҚК 188 бабы 2 бөлігінің 3 тармағы бойынша тіркеуге алған полиция қызметкерлері оқиға орнына барып күдіктінің кілт таңдау арқылы пәтерге кіргенін анықтаған. Алайда сол пәтерді жалдап тұрған 29 жастағы Тәжікстан азаматы тәртіп сақшыларының күдігіне ілінгенімен дереу оқиға орнынан ізі суытқан. Күдікті қолды еткен бір миллион теңгеден астам қаражатпен бағалы бұйымдарды өз Отаны Тәжікстанға барып қажетіне жұмсаған. Жақында ол Қазақстанға оралып, Нұр-Сұлтан қаласындағы құрылыс нысандарының бірінде жұмыс жасап жүрген жерде қолға түскен. Жауап алу кезінде күдікті ұрлық жасағанын бірден мойындап, ол ұрлық ұмтытылып кетті деп ойлап қайта оралғанын айтқан. Қазір сот бұйрығымен бұлтартпау шарасы аясында қамауға алынған күдіктіге қатысты тергеу аяқталуға жақын.

ӨЗ ТІЛШІМІЗ

ПРЕНЕБРЕЖИМОЕ СТАРЕНИЕ

И БУДЕМ ВЕЧНО МОЛОДЫМИ...

ВСЕ МЫ МЕЧТАЕМ ОСТАВАТЬСЯ ЮНЫМИ, ДАЖЕ В ПРЕКЛОННОМ ВОЗРАСТЕ ВЫГЛЯДЕТЬ СВЕЖО, ДА И ВОВСЕ ХОТИМ НЕ СТАРЕТЬ. В ПОИСКАХ РЕШЕНИЯ ДАННОЙ ЗАДАЧИ, МЫ ПЕРЕПРОБОВАЛИ ВСЁ: ОТ ВИТАМИНОВ ДО СПОРТА. ОДНАКО, ВСЁ-ТАКИ ВОЗМОЖНО ЛИ ЭТО? И ЧТО НУЖНО, ЧТОБЫ ОСТАВАТЬСЯ ВЕЧНО МОЛОДЫМ? ОБО ВСЁМ ПО ПОРЯДКУ.

В медицине есть такой термин, как пренебрежимое старение. Его ввёл американский учёный-геронтолог — Калев Финч. Пренебрежимое старение обозначает темп старения, который трудно статистически отличить от нуля в масштабах данной выборки, а также «нестарение» — нулевую корреляцию между возрастом и вероятностью смерти. Проще говоря, это когда трудно определить возраст, вероятность смерти, старение в общем, по виду и т.д. Другими словами, речь идет о случаях потенциального бессмертия для видов, особи которых демонстрируют огромную максимальную продолжительность жизни (МПЖ), ввиду чего невозможно визуально наблюдать признаки их старения.

Этот феномен традиционно является одним из сильнейших научных аргументов за концентрацию усилий человечества в борьбе за радикальное продление человеческой жизни и победу над человеческим старением.

Отсутствие увеличения темпа смертности и заболеваемости с возрастом после полового созревания, снижения темпа размножения и ряд физиологических показателей — это всё признаки пренебрежимого старения. При таких свойствах стареют так медленно, что зафиксировать какие-либо возрастные изменения было бы практически невозможно.

После выявления многих видов животных, обладающих пренебрежимым старением, некоторые учёные на основании

— максимальной продолжительности жизни 400 лет. А сколько еще существуют видов, неизвестных медицине.

Что касается людей, по мере того как мы стареем, наши клетки перестают работать как прежде, что приводит к раку, сердечным заболеваниям, артриту, болезни Альцгеймера и т.д.

Болезни, связанные с возрастом, каждый день уносят жизни 100 тыс. человек, и во всем мире тратятся огромные деньги на то, чтобы как-то замедлить процесс старения наших невечных тел.

Тем не менее некоторые исследователи считают, что наш взгляд на старость в корне неверен. По их мнению, мы должны начать лечить старение организма точно так же, как мы лечим болезни. Старость, по их словам, это то, чего можно избежать, что можно вылечить.

Надежды этих специалистов базируются на последних открытиях, исходя из которых можно предположить, что биологическое старение лечится.

С биологической точки зрения, организм, в зависимости от генетических и экологических факторов, может стареть с разной скоростью. Маленькие сбой накапливаются в нашей ДНК, и клетки начинают функционировать с ошибками, которые также накапливаются, что ведёт к повреждениям ткани.

Степень таких перемен, происходящих в организме, имеет своим результатом либо то, что мы называем здоровой старостью,



продолжительности жизни.), своими опытами продемонстрировала, что круглые черви, если у них изменить всего одну букву в генетическом коде, начинают жить в два раза дольше (шесть недель вместо обычных трех).

Один из самых известных в мире специалистов, изучающих возможность продления жизни, британский геронтолог Обри Ди Грей рассказал Би-би-си, как подобное увеличение длительности жизни может стать возможным и для человека.

Ди Грей — председатель и директор по науке Фонда SENS (Strategies for Engineered Negligible Senescence, "стратегии достижения пренебрежимого старения инженерными методами"). Как он объясняет, цель фонда — разработать терапевтический комплекс для людей среднего и пожилого возраста, который поможет им вернуться к физическому и умственному состоянию человека, которому нет и 30.

"Естественно, не стирая памяти", — добавляет он.

Ди Грей говорит, что "хочется избавиться от того, что нам не нравится в тех переменах, которые происходят, когда мы стареем — между 30 и 70 годами".

По мнению Ди Грея, существует семь основных биологических факторов, ответственных за клеточные повреждения, сопровождающие старение, и лежащих в основе болезней, развивающихся с возрастом.

Один из таких факторов — когда клетки в тканях перестают восстанавливаться достаточно быстро. Другой — когда клетки начинают бесконтрольно делиться (как в случае рака). Третий — когда клетки не умирают, когда им положено (также имеет отношение к раку).

Четвертый — повреждение ДНК митохондрий, крошечных энергетических станций наших клеток. Пятый — накопление продуктов распада внутри клеток. Шестой — продукты распада, накапливающиеся вне клеток. И седьмой — увеличение жесткости межклеточного вещества, внеклеточной матрицы, которая отвечает за способность тканей растягиваться и гнуться.

Ди Грей и коллектив исследователей SENS говорят, что обнаружили способы, с помощью которых возможно победить каждый из перечисленных факторов — применяя разработанную ими терапию.

"Первую проблему можно победить терапией стволовыми клетками", — говорит Ди Грей.

Ткань организма получает свежие, молодые клетки, которым заменяются старые, погибающие в результате старения.

В других случаях — например, когда клетки не умирают когда положено — требуются более сложные решения.

"В принципе мы могли бы применить такое целенаправленное воздействие на гены, после которого в организме появятся

"гены-самоубийцы" — те, которые будут вырубать белки, просто убивающие клетку", — объясняет Ди Грей.

Проблема, однако, в том, чтобы получить гены, которые бы создавали смертельный белок только для тех клеток, которые уже не нужны организму.

Как считает Ди Грей, перечисленных методов недостаточно для того, чтобы полностью остановить старение, но они могут продлить жизнь лет на 30.

Он вполне предвидит будущее, в котором применение "омолаживающих технологий" будет прописываться пожилым людям, чтобы вернуть их клеткам способность функционировать как в молодости.

Например, 60-летнего человека можно будет вернуть в биологический возраст 30 лет. Однако клетки этого человека все равно через 30 лет вернутся к 60-летнему возрасту.

Но к тому времени, как надеется Ди Грей, терапия можно будет повторить. В результате такого подхода клетки этого человека не достигнут состояния 60-летнего организма до тех пор, пока человеку не исполнится 150 лет.

Впрочем, к таким обещаниям надо относиться с большой осторожностью. Нет никаких доказательств, подтвержденных экспериментами, что наш организм положительно и без осложнений воспримет такой "программный апдейт".

Как и в случае с компьютерами, слишком большое количество апдейтов может привести к зависанию всей системы.

Но Ди Грей считает, что такой образ мысли (который он называет гипнозом неизбежности старения) только мешает развиваться технологиям.

Проблема в том, говорит он, что мы, люди, традиционно воспринимаем старение как нечто неизбежное. И поэтому все попытки предотвратить старость, победить ее часто воспринимаются как антинаучные, как шарлатанство.

Ди Грей — не единственный, кто считает, что болезни, связанные со старением, можно победить. Джордж Черч, генетик из Гарварда, считает неправильным подход некоторых своих коллег, которые говорят о невозможности излечения многих таких заболеваний, поскольку это якобы слишком сложно.

"Если вы научитесь управлять экологией и генетикой, то в результате у вас будут люди, проживающие свою жизнь здоровыми и в состоянии молодых, и жизнь эта будет гораздо длиннее, чем сейчас", — говорит он.

Один из способов продлить здоровую жизнь известен под пугающим названием "вампирическая терапия". Пациентам, страдающим старческим слабоумием, переливают



статистических данных (первые из которых появились еще в 1939 году) пришли к выводу, что феномен пренебрежимого старения есть и у людей, доживших примерно до 90-100 лет, после достижения которых их шанс дожить до каждого следующего года не уменьшается с годами; кроме того, все дожившие до этих лет, имеют черты генетического сходства между собой. Следовательно, задача для современных разработчиков геропротекторов может быть сформулирована как «достижение наступления стадии пренебрежимого старения у человека в трудоспособном возрасте».

Список видов, для которых характерно пренебрежимое старение:

Алеутский морской окунь — максимальная продолжительность жизни 205 лет; черпаха коробчатая каролинская — максимальная продолжительность жизни 138 лет; морской ёж Красного моря — максимальная продолжительность жизни 200 лет; двусторчатый моллюск исландская циприна

либо старость, отягощенную хроническими заболеваниями.

Ученые, надеющиеся затормозить и даже вылечить человека от старости, пока еще находятся на периферии медицинского научного пейзажа.

Однако в мире уже существует достаточное количество исследовательских центров, где сделали эту задачу приоритетной. Опыты на животных показали, что продолжительность жизни можно довольно сильно увеличить. Появилась надежда, что такое возможно и с человеком.

Например, известное лекарство от диабета метформин во время исследований продляло жизнь у грызунов.

В начале 1990-х Синтия Кеньон, в настоящее время — вице-президент исследовательского центра Calico Labs (подразделение компании Alphabet, принадлежащей Google, где пытаются применить новейшие технологии для того, чтобы понять, как именно биология человека контролирует

ИНДЕТ

СОҢҒЫ ЖЫЛДАРЫ ҚАЗАҚТЫҢ
ТОЙЫ ТӘРБИЕЛІК МӘНІНЕН
АЙЫРЫЛЫП, БАҚТАЛАСТЫҚ
ПЕН БӘСЕКЕЛЕСТІКТІҢ,
ЫСЫРАПШЫЛДЫҚ ПЕН
АСТАМШЫЛЫҚТЫҢ АЛАҢЫНА
АЙНАЛДЫ. ОЛАЙ ДЕЙТІНІМІЗ
БҮГІНДЕ КӨРПЕСІНЕ ҚАРАЙ
ЕМЕС, ЖҰРТТЫҢ СӨЗІНЕ ҚАРАЙ
КӨСІЛІП ЖҮРГЕН ҚАЗАҚТАР
ШАМАСЫ ЖЕТСІН-ЖЕТПЕСІН,
КРЕДИТКЕ БЕЛШЕДЕН БА-
ТЫП, ДҮБІРЛЕТІП ТОЙ ЖА-
САЙДЫ. ҚАЗАҚ ТОЙЫНДАҒЫ
ЫСЫРАПШЫЛДЫҚ – ҚОҒАМДА
БҰРЫННАН ҚЫЗУ ТАЛҚЫҒА
ТҮСІП ЖҮРГЕН ӨЗЕКТІ ӘРІ ЖАУ-
ЫР БОЛҒАН ТАҚЫРЫП ЕДІ.
АЛ, МЫНА АТЫ ЖАМАН АУРУ
КЕЛГЕЛІ ҚАЗАҚТЫҢ ҚАЗЫНАСЫ
ДЕП КЕЛГЕН ТОЙЫНА ДА
ТЫЙЫМ САЛЫНДЫ. КАРАН-
ТИН КЕЗІНДЕ ТОЙ ТОҚТАП,
ЫСЫРАПШЫЛДЫҚ АЗАЯР МА
ДЕП ЕДІК, ОЛАЙ БОЛМАЙ ТҰР.
ТЫҒЫЛЫП ТОЙ ЖАСАҒАН,
АС БЕРГЕН, ТУҒАН КҮН
ТОЙЛАҒАНДАР ӘЛІ ТЫЙЫЛАР
ЕМЕС. СТАТИСТИКА БОЙЫНША
ӘР МЕРЕКЕЛІК ШАРАДАН СОҢ
ОРТАША ЖИЙРМА АДАМ КО-
РОНАВИРУСПЕН АУРУХАНАҒА
ТҮСЕДІ ЕКЕН.

Жақында ғана Президентіміз Қасым-Жомарт Тоқаевтың дәл осы тойға қатысты пікірі әлеуметтік желілер мен баспа беттерінде кеңінен тарады. – Қазір «Тойың тойға ұлассын» деп әндегіп, той тойлап жүретін уақыт емес. Бүгінгідей технологияның заманында той-томалақтың әңгімесін айтып, бір-бірін асыра мақтап, ас ішіп, аяқ босатқанға риза кейіпте жүру әдетінен арылу керек. Тіпті осындай қауіпті пандемия кезінде кейбір азаматтарымыз маған хат жазып, той өткізуге мүмкіндік беру керек деп талап қояды. Сондықтан еңбек ету – өмір сүру салтына айналып, басты міндет саналуға тиіс. Той қуалайтын емес, ой қуалайтын кезеңмен бетпе-бет келдік. Бұл дәуір – ақыл-ойдың, ғылым мен білімнің, еңбектің дәуірі, – деді мемлекет басшысы.

Иә, «той десе қу бас домалайды» деген сөзді кез келген қазақтың аузынан естиміз. Бар тапқан-таянғанын тойға шашатын да, үйінде ас-ауқат алатын соңғы ақшасын тойға апаратын да – қазақ. Несие алсақ та, той жасауға ақша тауып, дүбірлетіп жіберетін кезіміз көп. Тіпті, бұрын сенбіде ғана той жасайтын қазақ қазір аптаның жеті күнінде де тойдан босамайды. Ал «үйлену оңай, той жасау қиын» заманда бұл қуаныш қанша шығынға батырады? Бақауатты адамға той жасау түк емес. Өзінің ет жақын туыстарының басын қосып, қуанышын бөлісу үшін емес, барын көрсетіп мақтану, шені үлкен, шекпені қымбат қонақтарға құрмет көрсету үшін той жасайтындар көбейіп барады. Кедей байғұс ше? Қатарынан қалмау үшін қарызға батып, өмір бойы банктің үстеме пайызын төлеп жүргендерді кім санамалап көріпті?! Кейде бізді «пәленшеден қалмайық, түгеншеден асайық» деген пасық психология құртып жатқанға ұқсайды.

Қазір жалпақ әлем коронавирус індетімен бел шешіп күресуде. Одан біз де тысқары қалып отырған жоқпыз.



Елімізде екі айға жуық төтенше жағдай жарияланып, тұрғындардың бәрі үйде отырды. Қызық-думанның бәрі сап тиылып, мейрамханалар мен кафелер жабылды. Осы уақытқа жоспарланған той-томалақ тоқтатылды. Алайда, өзін де өзгені де ойламай, тойларын жасап, құдаларын күтіп жүргендер де табылды. Ол жандардың қоғам алдында жауапкершілігі жоқ деп де айтуға болатын шығар. Жоғарыда айтылған статистикаға қарасақ бір жиынан жиырма адам ауру жұқтырса, қанша адам той тойлаймын деп жүріп көз жұмды екен?

Ауыл-аймақтарда той жасап, туған күн тойлағандар көп кездеседі қазірде. Оған дәлеле жақындарымыздың той тойлап ауылға қыдырып кетіп жатқаны. Әлеуметтік желілерде де тойдың қамын жасап жатқан түрлі видеоелар мен суреттер көреміз. Әйтсе де, бүгінде көп жандар жауапкершілікті түсініп, тойларын тоқтатуда. Солардың бірі жақында ғана шаңырақ көтерген Дархан мен Гүлнұр есімді жас отбасы. Олардың үлкен тойлары шілде айына белгіленген еді. Алайда, елдегі жағдайға байланысты барлық жоспарларын тоқтатқан.

– Біздің тойымыз өткен аптада болуы керек еді. Бірақ біз алдын ала тойымызды болмайды деп шешіп, барлық жақындарымызға хабар бердік. Арамызда тойларын тоқтатпай, өткізіп жатқан адамдар өте көп болды. Бірақ біз қатты қорықтық. Біздің тойымыздан адамдар бір-біріне ауру жұқтырып, артынша көз жұмса біз кінәлі боламыз ғой. Той деген деніміз сау болса кейін де бола жатады. Ешкім де, ештеңе де біз той жасамағаннан өзгеріп кеткен жоқ. Алайда, той болса қиындықтар болу мүмкін еді. Біз еш өкінбейміз. Алда тойларымыз көп болатынына сенеміз. Ең бастысы мына дерттен аман-есен құтылсақ болар еді, – деген жас отбасы той жасаудың ешқашан кеш емес екенін айтады.

Ал, тоймен өз күндерін көріп жүрген асабалар басында карантинге аса мән бермегенмен, кейіннен жағдайдың шынымен қиын екенін түсінгендерін жеткізді. Тіпті көп ысарапшылыққа жол берген қазақ елі үшін, бұл бір сабақ болды дейді ол.



– Ашаршылық пен жоқшылықтан шыққан халық дастарханды тағаммен толтыруды әдетке айналдырғанын көрдім. Өз басым мұны «ашаршылық синдромы» деп атаймын. «Ашаршылық синдромы» қазақтың тойы тұрмақ, өлім-жітіміндегі асқа да жетті. Дастарқанды майыстырып жасау артық ысырапты көбейтті. Тойға шақырған уақытта келмеу дәстүрге айналды. Қияста жоқ нәрселерді жасап атын шығарғысы келетіндер пайда болды. Беташарды үйде жасап, онан соңүлкен тойда тағы бір жасайтын деңгейге жетіп қалдық. Кейде осындай тойлардан қазақтыңөзі жалыққандай көрінеді. Бұл індет таяуда тоқтай қоятынға ұқсамайды. Ұзаққа созылатын болса, той мәдениетіміз белгілі бір өзгеріске ұшырайтыны анық. Бұрынғыдай 500 адам емес 100 адам не одан да аз адаммен той жасауға болатынын түсінетін шығармыз. Дарақы тойдың заманы өтті, – дейді белгілі асаба Марат Тоқашбаев.

Қазақ «Той десе, қу бас домалайды» дегенді жақсы мағынада айтқан. Той деген сөздің өзі адамға қуаныш, мереке сыйлайды. Өмірден ерте өткен Төлеген Айбергеновтің «Бір тойым болатыны сөзсіз менің» деп жырлағаны да бекер емес. Әрбір адамның жарықдүниеге келіп, жер басып жүргеннен кейін бір ұлан-асыр

тойды күтіп жүретіні рас. Тойдың да түр түрі көп. Бесік той, сүндетке отырғызу, қыз ұзату, келін түсіру... осылай кете береді. Байқасаңыз, бұрын қазақтың тойы ұлттық тәрбиенің, мәдениеттің, әдет-ғұрып пен салт-дәстүрдің қайнары болды. Қазір де біз ата-бабамыз ұстанған дәстүрден, құндылықтан ажыраған жоқпыз. Бірақ жаңа заман, жүйрік уақыт өз жаңалығын әкелді. Уақытқа қарсы тұру да мүмкін емес. Бүгінде тойдың мән-мағынасы өзгеріп, дақпырт, даңғазалық көбейді, ысырапшылдыққа жол беріп қаламыз. Әрине, әрбір ата-ана баласының өмірдегі бір қызығы үшін қолда барын аямайды. Бірақ әр нәрсенің шегі бар, кейде біз одан асып кетеміз.

Осы індеттің қазақтың қазынасының құнын көрсетіп, шынайы қуаныштың қалай өту керек екенін түсіндіретін сыңайлы. Той халық қазынасы дегенмен, оныәркімнің шама-шарқына қарай жасалғаны абзал. Сондықтан да той үшін кредит алып, даурықпа, даңғой, даңғазалыққа, ысырапқа барғаннан гөрі, керісінше ұлтымыздың құндылығын, ысыраптың обал екендігін ұғынып, сауапты іс жасағанымыз әлдеқайда дұрыс шығар.

Г. ЕРДАУЛЕТОВА

ЖАНАЙҚАЙ

ЛУДОМАНИЯ, ГЕМБЛИНГ, ИГРОМАНИЯ, ҚҰМАР ОЙЫНӘУЕСТІГІ, ҚҰМАРОЙЫНШЫ – МҰНЫҢ БАРЛЫҒЫ ӘЛЕМ БОЙЫНША ЖАЙЫЛЫП КЕЛЕ ЖАТҚАН ДЕРТ АТАУЫ. ОСЫНДАЙ АСА ҚАТЕРЛІ ДЕРТТІ ЕСТУІҢІЗ БАР МА? ТӘНІҢІЗ АУЫРЫП, ЖАНЫҢЫЗ ЖАПА ШЕКПЕСЕ ДЕ, САНАҢЫЗДЫ УЛАП, АЙРАНДАЙ ҰЙЫП ОТЫРҒАН ОТБАСЫНЫ ТАС-ТАЛҚАН ЕТУГЕ ҚҰДІРЕТІ ЖЕТЕДІ. МЕЙЛІ, ОТБАСЫЛЫ БОЛМАСА ДА, «БОЙДАҚПЫН» ДЕП АЛШАҢ БАСҚАННЫҢ ДА ТҰМСЫҒЫН ТАСҚА ТИГІЗГЕН.

Ойынға Ыссыз Құмар



Игромания – ол құмар ойынға деген тәуелдік. Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы бұл ойындардың психикалық ауытқуға әкеп соқтыратынын мәлімдеп, адам денсаулығына аса қауіпті сырқат қатарына жатқызып, дабыл қаққанды. Ол ресми түрде психикалық ауытқу ретінде танылып, алкоголизм, наркомания, токсикомания сынды дертпен пара-пар. Десе де, спорттық бәсекеге бәс тігіп, рулетка, карта ойнап, лотерея билеттерін сатып алатын әрбір адам лудоман болып саналмайды. Бірақ, кез келген сәтте тоқтамаса, соңы

өзінде спортқа бәс тігуге арналған 14 мекемені таба аласыз. Бұл бәлекеттен алыс адамдарға лудомания болмашы дүниедей көрінуі мүмкін. Десе де, құмар ойындарға құмарлықтан шаңырақ та шайқалып жатыр. Саны күннен күнге көбеймесе, азаяр емес.

Бүгінде ұстаз ретінде оқушыларға білім нәрін сусындатып жүрген Жаннұр есімді кейіпкеріміздің бұрынғы жолдасы игромандар қатарын толықтырған екен. «Таныстығымыздың алғашқы күнінен бастап мен оның құмар ойынға жақындығы, тәуелдігі барынан

оқуына, дипломына, сессиясына керек деп ақша сұрататын болды. Маған айтпай ата-анасынан қаражат алып жүргенін біліп, менің оқуыма қажет еместігін ақырын айтуға тырыстым. Балалы болған соң бәрі өзгерер деген пікірде жүрдім. Осы ойыма сендім. Құдайға шүкір, ұлымыз аман-есен дүниеге келді. Ана болғаныма бақыттан басым айналып жүрдім. Бірақ... Лудоман жолдасым әлі өзгермеді, өзгертін түрі де жоқ сияқты. Ол мен ұрып-соғып, жалынып-жалбарынғаныма да, жылаған балаға да қарамай үйдегі бар ақшаны, алтындарды алып кетіп, басына су құйып қайтып келеді. Бір күні ұялы телефонымды да тартып алып, карта ойынына бәске қойып, ұтылып келді. Қайда болғанын сұраймын деп басым бәлеге қалып, көк ала қойдай таяқ жедім, – деп әңгімесін жалғаған Жаннұр 2 жылдан аса уақыт төзіп келгенін айтты. Өйткені, олардың Алла алдында ақ некесі қиылған, ол – қанша жерден игроман болса да оның Құдай қосқан қосағы.

Терең ой үстіндегі үнсіздікті үстел бетіне тамған Жаннұрдың көз жасы бұзды. «Бір уақытта бұл дертпен күресу мүмкін еместігін түсіндім. Сол кезде көну не болмаса одан кету деген екі таңдау тұрды алдымда. Шырылдаған балама қарадым да, мұның ары қарай жалғаса беруге болмайтынын түсіндім. Бар киімімді жинап, үйден кетіп қалдым. Ертеңінде сотқа барып заңды түрде ажырасуға өтініш өткіздім. Жарты жыл дегенде некеміз қиылды. Бүгінді ұлымның тәтті қылығы жаныма түскен жараның емі», – деп әңгімесін аяқтаған кейіпкеріміз.

Құмар ойыншы өзіне, айналасындағыларға ғана емес, мүлде бейтаныс жандарға да кесірін тигізеді. Көңіл-күйінің тез құбылмалылығы мен өзін-өзі ұстай алмауынан кез келгенге қол көтеріп, дөрекі сөйлеп, жеңілісінің өшін алуы мүмкін. Кейде ішімдікпен басып жатады.

«Игромания» диагнозын адамға қою үшін бірнеше белгілері сәйкес келуі керек екен. Бұл туралы психолог Алтын Науқанова баяндады. Оның айтуынша, қанағаттанбаушылық, жалғыздық, жұмыс істемей байып кету және психикалық дертке жақындығы бар

адамдар «лудоман» қатарын толтыруы бек мүмкін.

– Адам құмар ойынға тәуелді болмас бұрын бірнеше кезеңнен өтеді. Бастапқы кезең – жеңіс фазасы. Бұл кезде бірнеше рет асығы алшысынан түсіп, оңай олжалы болу деген ой санасын жаулап алады. Жеңіс фазасында бәс құны аз болғанымен, ойынға жұмсайтын ақша мен уақыт жылдам өсе бастайды. Бұл жеңіліс фазасына әкеліп соғады. Онда қомақты қаржы «конға» қойылып, лудоман қарызға, несиеге ақша алады. Ақыр соңында белшесінен қарызға батып, жұмысынан да айырылады. Мұның барлығы көңілсіздік фазасына келіп тіреліп, туған-туыстармен қарым-қатынасы нашарлап, отбасынан айырылады. Ойынға құмарлығы тоқтамаса, қылмыстық жолмен қаражат табу схемасы ойластырыла бастайды. Дер уақытында ем-дом шараларын бастамаса, дерт соңғы кезеңге жетеді. Яғни, шарасыздық фазасында науқас алкоголизм, наркомания дертін қосып қана қоймай, қамаққа алынып, өзін-өзі қол жұмсайтындай халге жетеді, – деген психологтың айтуынша, лудоманияны емдеудің негізгі тәсілі – психотерапиялық методика. Науқастың емделіп шығамын деген ұмтылысы мен келісімі аса маңызды. Емдеу кезеңі қиын әрі көп уақытты талап етеді. Бойынан бірінші фазаның белгілерін байқаған адамға көмек пен қолдау қажет. Өйткені, білікті психолог пен психотерапевтке жолығып, топтық психотерапияға сеанстарына барған уақытта ғана нәтижеге қол жеткізеді екен.

Ата-бабамыз «Ойынға ойсыз құмар» деп дөп басып айтқан. Бабалар тарихына үңілсек, құмар ойнау деген ұғым қазақ танымында болған емес. Тіпті, дінімізде де бәс тігуді құп көрмейді. Қазақ тілсіз жау деп өрт пен суды атаса, бүгінгі қоғам бейнесіне қарап, өз тұжырымымызда үшінші жау ретінде «Лудомания» дертін де қосуға болады. Бұл дерттің өрттен несі кем? Үнсіз келіп адами құндылықты өрттей жалмап, талай жастың ғұмырын жалындай шарпиды. Сондықтан, бәс тігіп бас қатырмауға тырысайық, оқырман!
ӨЗ ТІЛШІМІЗ



дертке ұласуы мүмкін.

Соған қарамастан тәуліктен букмекерлік кеңселерді торылдаған жастарға тосқауыл боларлық күштің жоқтығы қынжылтады. Тіпті технологияның дамуымен казиноға бару немесе ойын автоматтарын іздеуге деген сұраныс жоқ. Өйткені, қазір телефон арқылы да лудомания атты тұзақтан шыға алмай жүр. Желіден керегінді іздеп, тіпті, кино көрейін десең де, «Интернет арқылы бәс», «Интернет казино» деген жарнама алдыңнан атып шығады. Көрмейін десең, фильмің қосылмайды.

Телефон немесе интернетке кіретін трафик болмаса да, түнімен істейтін букмекерлік орталықтар бар. Қазіргі төтенше жағдай уақытында жұмыстары тыйылып, тоқтап қалды демесеңіз, Талдықорған қаласының бір

бейхабар болдым. Ол өзінің лудоман, игроман екенін қасиетті де қастерлі «Намазбен» жасырды. Бірінші танысқанымызда Жұма намазға кіріп шығайын дегені әлі есімде. Ата-анасымен таныстырғанда да шаруа жолымен жүретін, 5 уақыт намазын қаза қылмайтын жандар екені көрініп тұрды. Ата-анама осындай құда-құдағи мен күйеубала болса екен деп армандайтынмын. Сол арманның жетегінде кетіп, қалай алданғанымды да білмей қалдым», – деген кейіпкеріміз ерлі-зайыпты ретіндегі алғашқы апталарында жолдасының өтірігі сыртқа шыға бастағанын жеткізді. Уақыт өте келе Жаннұр Құдай қосқан қосағының үйге кеш қайтатынын, орнында тұрған ақша мен алтындардың шетінен жоғала бастағанын байқайды.

– Тіпті, ата-анасына Жаннұрдың

Дүйсенбі - Понедельник, 13 шілде



ҚАЗАҚСТАН

06.00, 04.20 Әнұран
06.05 «24 sagat tabygat qushagynda»
06.45 «Ұлы дала дүбірі»
Деректі фильм
07.10 Т/х «Айналайын»
08.20, 03.40 «Konil tolquny»
10.00, 18.00 Т/х «Шексіз сезім»
12.00 «Теледәрігер» Тікелей эфир
13.00 «Өркениет шырақшысы». Деректі фильм
13.30 «Қазыналы Қазақстан»
Деректі фильм
14.00, 21.30 Т/х «Ғажайып дәрігер»
15.00, 22.20 Т/х «Әмірші әйел»
17.15 «Қызық екен»
20.00, 01.00 AQPAPAT
20.30 «Ashyq alan». Қоғамдық-саяси ток-шоу.
02.25 «100 жапа esim»
02.35 «Қазыналы Қазақстан»
Деректі фильм
02.55 «Азамат» Деректі фильм

ХАБАР

06.00, 02.00 ҚР Әнұраны
06.00, 07.30 «Менің тағдырым»
07.00 Жаңалықтар
07.20 «Новый курс»
08.00 Новости
08.20 Мегахит. «Миссия невыполнима: Племя изгоев», в ролях: Том Круз, Ребекка Фергусон, Саймон Пегг
10.35, 18.25
«ПӨЛЕНШЕЕВТЕР»
11.45, 19.15 Т/х
«ТРАКТОРШЫНЫҢ МАХАБ-БАТЫ»
12.30 «Баспаханаға бағыт»
13.00, 22.25 Т/Х «Ана жүрегі»
14.40, 21.40 «Жестокий Стам-бул». Т/с
15.25 Тс «Большая маленькая ложь»
17.10 Т/с «Разия»
20.00 Итоги дня
20.30 «Біздің назарда». Тікелей эфир
21.00 Қорытынды жаңалықтар
00.00 «Кел шырқайық!»
01.35 Т/х «СҮЙЕ БІЛСЕҢ»



АСТАНА

06.00 «Ән мен әзіл»
06.30 «Күлдірген»
07.00,17.10 «Үздік әзілдер»
08.00, 14.35 М/ф «Маша и медведь»
10.00, 22.00 Т/х «Кулфи»
11.20, 21.00 Т/с «Сүлеймен сұлтан»
12.30, 23.10 Т/х «Ханзада Жумонг»
14.00 Специальный репортаж
14.15 М/ф «Буба»
14.55, 00.30 Т/с «Тандауым сен»
16.00 «Aitaym bag»
16.55 «Арнайы репортаж
17.50 Т/х «Кек»
20.00,01.10 ASTANA TIMES
20.30 «Отбасы»
01.40 Шіман апаның хикая-лары
02.10 «Әзілстан» жасырын камера
02.30 «Біреудің есебінен» деректі драма
03.15 «KazNet» ғаламторға шолу
03.35 «Домашние войны» ситком

ЕВРАЗИЯ

06.00 Т/х «Қарлығаш ұя салғанда»
06.45 «Той заказ»
08.00 «Доброе утро»
11.00 «МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ»
12.00 «QOSLIKE» бағдарламасы.
15.40 «На самом деле»
16.45 «Пусть говорят»
18.00 «Басты Жаңалықтар»
18.45 «Basty prime»Тікелей эфир
20.00 «ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ»
20.45 Т/с «Знахарь»
22.00 «П@УТИНА»
22.50 Т/с «Знахарь» Продол-жение
00.25 Ночной кинотеатр «Ли-ния света»
02.20 «П@УТИНА»
03.05 «Basty prime»
04.05 «Той заказ»



КТК

07.00 ҚР ӘНҰРАНЫ
07.05 «КТК WEB»
07.30 «Мерекелік концерт»
08.30 Т/х «Саодат»
09.50 «Комната с видом на огни» остросюжетная мело-драма (повтор)
11.50 «Каткино поле» мело-драма (повтор)
15.30 Т/х «Ұлы тамшылар»
17.30 Т/с «Аслы-Ферхат»
19.30 Кешкі жаңалықтар
20.00 Астарлы ақиқат
21.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
21.30 «Худшая подруга» мело-драма
23.20 «Шеф» остросюжетная детектив
01.00 «Комната с видом на огни» остросюжетная мело-драма (повтор)
02.30 Т/х «Сүйікті Дениз»
03.30-04.00 KTK WEB (қайталау)

ЖЕТИСУ

07.05 «Әсемәуен»
07.30 «Таңжарық» /тікелей эфир/
09.00 Апта /қаз/
10.00 Апта /рус/
11.00 «Спорт-тайм»
11.20 «Бағбан»
12.00 Д/ф
«Батысқақарайаққанөзен»
12.45 «Жетісудыңбатырлары»
13.00 «Зерделіотбасы»
14.00 «Жетісуадалдықалаңы»
14.30 «Полицейскаяслужба»
15.00 «Әсемәуен»
16.30 Д/ф «Кеңауқымда»
17.00 Жаңалықтар
17.20 Новости
17.35 Д/ф
«Әлемніңмәдениқазынасы»
18.00 «Әсем әуен»
19.00 «Әдебиет пен адамзат»
19.30 Д/ф
«Батысқақарайаққанөзен»
20.15 «Абай-175»
20.30 Жаңалықтар
21.00 Д/ф «Кеңауқымда»
21.30 Новости
22.00 «Әнтыңдайық» /онлайн-концерт/
22.30 Д/ф «Ғажайыпмәдениет»
23.00 Жаңалықтар
23.30 Новости



31 КАНАЛ

05.58 ҚР Әнұраны
06.00 «Ризамын» (қаз)
06.50 Информбюро (повтор)
07.55 Т/с «Ганга»
10.00 М/ф «Лунтик»
10.30 М/ф «Аладдин»
11.00 Х/ф «Знамение»
13.50 Мистическое шоу «По-следние 24 часа» (повтор)
15.00 «Кел, татуласайық» (қаз)
18.00 Т/с «Вижу-знаю»
20.00 Информбюро
21.10 Т/с «Знахарь»
23.10 Т/с «Махаббатым, кеш мені»
01.20 Т/с «ИНТЕРНЫ»
03.00 Алдараспан, Нысана, Шаншар әзілдері
03.30 «Ризамын»
04.00 Әзіл студио (қаз)



7 КАНАЛ

06.00 «Қыздар арасында»
07.00 Юбилейный концерт
«Шымкент шоу 10 жыл»
09.00 М/ф «Фиксики»
10.00 Т-с «Три дороги»
14.00 Скetchком «Q-елі»
14.50 «Юморина»
16.50 Т/с «Вольная грамота»
17.50 Т/с «Охотник за голова-ми»
18.50, 23.00 Т/с «Слуга народа»
20.15 Т/х «Жолдамалы қалыңдық»
21.10 Т/х «Ұлы дала жанұясы»
22.00, 03.45 Т/х «Элиф»
00.30 Т/с «Замужем за мафи-ей»
01.30 Х/ф «Гоголь страшная месть»
03.00 Айнаонлайн»
04.30 «Жеңіп көр»
05.15 «Гу-гулет»

Сейсенбі - Вторник, 14 шілде



ҚАЗАҚСТАН

06.00, 03.00 Әнұран
06.05 «24 sagat tabigat qushagynda»
06.45, 20.00, 01.00 AQPAPAT
07.15 Т/х «Айналайын»
08.25 «Отаным десем »
Досымжан Таңатаровтың концерті
10.00, 18.00 Т/х «Шексіз сезім»
12.00 «ТЕЛЕДӘРІГЕР» Тікелей эфир
13.00 «Өркениет шырақшысы» Деректі фильм
13.30«Қазыналы Қазақстан»
Деректі фильм
14.00, 21.30 Т/х «Ғажайып дәрігер»
15.00, 22.20 Т/х «Әмірші әйел»
17.15 «Қызық екен...»
20.30, 01.00 «Ashyq alan»
02.20 «Азамат» Деректі фильм
02.40 «Қазыналы Қазақстан»
Деректі фильм

ХАБАР

06.00, 02.00 ҚР Әнұраны
06.00, 07.30 «Менің тағдырым»
07.00 Жаңалықтар
07.20 «Как боролись с эри-демиями в Казахстане»
08.00 Новости
08.20, 18.25 Т/х
«Пёленшеевтер».
10.30, 17.10 Т/с «Разия»
11.45, 19.15 Т/х
«Тракторшының махаббаты»
12.30 «Баспаханаға бағыт»
13.00, 22.25 Т/х «Ана жүрегі»
14.40, 21.40 «Жестокий Стамбул». Сериал
15.25 Т/с «Большая малень-кая ложь»
20.00 Итоги дня
20.30 «Народный контроль»
Прямой эфир
21.00 Қорытынды жаңалықтар
00.05 «Кел шырқайық!»
01.40 Т/х «Сүйе білсең»



АСТАНА

06.00 «Ән мен әзіл»
06.30 «Күлдірген»
07.00 «Үздік әзілдер»
08.00, 14.35 М/ф «Маша и медведь»
10.00, 22.00 Т/х «Кулфи»
10.50, 22.45 Т/х «Кекеш келін»
11.20, 21.00 Т/с «Сүлеймен сұлтан»
12.30, 23.10 Т/х «Ханзада Жумонг»
14.00 «COVID-19»
14.15 М/ф «Буба»
14.55, 00.30 Т/х «Тандауым сен»
16.00 «АЙТАРЫМ БАР»
16.55 «Қош келдіңіз!»
17.50 Т/х «КЕК»
20.00,01.10 ASTANA TIMES
20.30 «Отбасы»
01.40 «Шімен апаның хикая-лары»
02.10 «Әзілстан» жасырын камера
02.30 «Біреудің есебінен» деректі драма
03.15 «KazNet»
03.35 «Домашние войны»



ЕВРАЗИЯ

06.00 Т/х «Қарлығаш ұя салғанда»
06.45 «Той заказ»
07.15 «Басты Жаңалықтар»
08.00 «Доброе утро»
11.00 «МУЖСКОЕ/ЖЕН-СКОЕ»
12.00 «QOSLIKE» бағдарламасы.
15.40 «На самом деле»
16.45 «Пусть говорят»
18.00«Басты Жаңалықтар»
18.45 «Басты прайм» тікелей эфир
20.00 «ГЛАВНЫЕ НОВО-СТИ»
20.45 Т/с «Знахарь»
22.00 «П@УТИНА»
22.50 Т/с «Знахарь» Про-должение
00.25 Ночной кинотеатр «Ли-ния света»
02.20 «П@УТИНА»



КТК

07.00 ҚР ӘНҰРАНЫ
07.05 Кешкі жаңалықтар

07.20 «КТК web»
08.00 «Мерекелік концерт»
08.45 Т/х «Саодат»
10.00 НОВОСТИ (повтор вечернего выпуска)
10.30 «У вас будет ребёнок» мелодрама
11.30 «Шеф», остросюжет-ный детектив (повтор)
13.30 «Худшая подруга» мелодрама (повтор)
15.30 Т/х «Ұлы тамшылар» субтитрами на русском языке
17.30 Т/с «Аслы-Ферхат» субтитрами на русском языке
19.30 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР
20.00 «Астарлы ақиқат»
21.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
21.30 «Худшая подруга» мелодрама
23.20 «Шеф», остросюжет-ный детектив
01.00 «У вас будет ребёнок» мелодрама (повтор)
01.50 Т/х «Сүйікті Дениз»
02.50-03.00 «КТК веб» (қайталау)



ЖЕТИСУ

07.00 Әнұран
07.05 «Әсемәуен»
07.30 «Таңжарық» /тікелей эфир/
09.00 Жаңалықтар
09.30 Новости
10.00 Д/ф «Кеңауқымда»
10.30 «Әдебиет пен адам-зат»
11.00 «Әнтыңдайық» / онлайн-концерт/
11.30 Д/ф
«Әлемніңмәдениқазынасы»
12.00 Д/ф
«Батысқақарайаққанөзен»
13.00 «Әсемәуен»
14.00 «Ғибрат»
14.30 «Монолог»
15.00 «Әсемәуен»
16.30 «Кең ауқымда»
17.00 Жаңалықтар
17.20 Новости
17.35 Д/ф
«Әлемніңмәдениқазынасы»
18.00 «Әсемәуен»
19.00 «Сегодня» /тікелей эфир/
19.30 «Оқырман»
20.15 «Абай-175»
20.30 Жаңалықтар
21.00 «Арнайы репортаж»
21.30 Новости
22.00 «Әнтыңдайық» / онлайн-концерт/
22.30 Д/ф
«Таңғажайыптабиғат»
23.00 Жаңалықтар
23.30 Новости



31 КАНАЛ

05.58 ҚР Әнұраны
06.00 «Ризамын» (қаз)
06.50 Информбюро (повтор)
07.55 Т/с «Ганга»
10.00 М/ф «Лунтик»
10.30 М/ф «Аладдин»
11.25, 21.10 Т/с «Знахарь»
13.45 «Экстрасенсы детек-тивы»
15.00 «Кел, татуласайық» (қаз)
18.00 Т/с «Вижу знаю»
20.00 Информбюро
23.10 Т/х «Махаббатым, кеш мені»
01.20 Т/с «ИНТЕРНЫ»
03.00 Алдараспан, Нысана, Шаншар әзілдері (қаз)
03.30 «Ризамын»
04.00 Әзіл студио (қаз)



7 КАНАЛ

06.00 «Қыздар арасында»
7.00 «Гу-гулет»
07.30 «Келесі кім?»
08.00 Т/х «Элиф»
09.00 М/с «Фиксики»
09.15 М/с «Леди Баг и Супер кот»
09.45, 16.50 Т/с «Вольная грамота»
12.00, 17.50 Т/с «Охотник за головами»
13.00, 00.30 Т/с «Замужем за мафией»
15.20 Т/х «БАК»
15.40 Скetchком «Q-елі»
16.10 Т/с «Побег из аула-3»
18.50, 23.00 Т/с «Слуга на-рода»
20.15 Т/с «Жолдамалы қалыңдық»
21.10 Т/с «Ұлы дала жанұясы»
01.30 Айнаонлайн»

Сәрсенбі - Среда, 15 шілде



ҚАЗАҚСТАН

Телерадио хабарларын тарату орталығындағы профилактикалық жұмыстарға байла-нысты 17.00-ге дейін «QAZAQSTAN» Ұлттық телеарнасының хабарла-ры көрсетілмейді.
17.00, 04.10 Әнұран
17.05 «100 жаңа есім»
17.15 «Қызық екен»
18.00 Т/х «Шексіз сезім»
20.00, 01.00 «AQPAPAT»
20.30 «ASHYQ ALAN»
Қоғамдық саяси токшоу
Тікелеи эфир
21.30 Т/х «Ғажайып дәрігер»
22.20 Т/х «Әмірші әйел»
23.30 Т/х «47 баланың анасы»
01.30 «ASHYQ ALAN»
Қоғамдық саяси токшоу
02.25 «Jan jyluu».
Әлеуметтік тележурнал
02.45 «24 sagat tabigat qushagynda»
03.30 «Konil tolquny»



ХАБАР

Профилактика
17.00, 02.00 ҚР Әнұраны
17.00 «Індетпен күрескен Қазақстан»
17.10 Т/х «Разия»
18.25 Т/х
«ПӨЛЕНШЕЕВТЕР»
19.15 Т/х «Тракторшының махаббаты».
20.00 Итоги дня
20.30 «Біздің назарда»
Тікелей эфир
21.00 Қорытынды жаңалықтар
21.40 Т/с «Жестокий Стам-бул».
22.25 Т/х «Ана жүрегі».
00.05 «Кел шырқайық»
01.40 Т/х «Сүйе білсең»



АСТАНА

Технический перерыв до 17.00
17.10 «Үздік әзілдер»
17.50 Т/с «КЕК»
20.00, 01.10 ASTANA TIMES
20.30 «Отбасы»
20.55 Loto 6/49. Прямой эфир
21.00 Т/с «Сүлеймен сұлтан»
22.00 Т/х «Кулфи»
22.40 Т/х «Кекеш келін»
23.10 Т/х «Ханзада Жу-монг»
00.30 «Қош келдіңіз!»
01.40 «Шімен апаның хикаялары»
02.10 «Әзілстан» жасырын камера
02.30 «Біреудің есебінен» деректі драма
03.15 «КазНет»
03.35 «Домашние войны» ситком



ЕВРАЗИЯ

Уважаемые телезрители! Приносим извенения за перерыв в эфире до 17.00 в связи с профилактиче-скими работами.
17.00 «На самом деле»
18.00 «Басты Жаңалықтар»
18.45 «Басты прайм»
Тікелей эфир
20.00 «ГЛАВНЫЕ НОВО-СТИ»
20.45 Т/с «Знахарь»
22.00 «П@УТИНА»
03.05 «Басты прайм»
04.05 «Той заказ»



КТК

Техническая профилактика
17.00 ҚР ӘНҰРАНЫ
17.05 Мерекелік концерт
17.30 Т/х «АСЛЫ-ФЕРХАТ»
19.30 Кешкі жаңалықтар
20.00 «Астарлы ақиқат»
21.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
21.30 «Худшая подруга» мелодрама
23.20 «Шеф» остросюжет-ный детектив
01.00 «Үйтіп-Бүйтіп» (қайталау)
01.50 Т/х «Сүйікті Дениз»
02.50 «Мерекелік концерт» (қайталау)
03.30 «КТК web»



ЖЕТИСУ

07.00 Әнұран
07.05 «Әсемәуен»
07.30 «Таңжарық» /тікелей эфир/
09.00 Жаңалықтар
09.30 Новости
10.00 «Арнайы репортаж»
10.30 «Сегодня»
11.00 «Әнтыңдайық» / онлайн-концерт/
11.30 Д/ф
«Әлемніңмәдениқазынасы»
11.50 «Қазақхандары»
12.00 «Оқырман»
12.35 «Абай-175»
13.00 «Әсемәуен»
14.00 «Ел мен жер»
14.30 «Монолог»
15.00 «Әсемәуен»
16.30 Д/ф «Кеңауқымда»
17.00 Жаңалықтар
17.20 Новости
17.35 Д/ф
«Әлемніңмәдениқазынасы»
18.00 «Әсемәуен»
19.00 «Бүгін» /тікелей эфир/
19.30 «Қателік»
20.00 «Тарихтағытұлғалар»
20.15 «Абай-175»
20.30 Жаңалықтар
21.00 «Ұлт пен рух»
21.30 Новости
22.30 Д/ф
«Ғажайыпмәдениет»
23.00 Жаңалықтар
23.30 Новости
23.55 Әнұран



31 КАНАЛ

Технический перерыв
16.58 ҚР Әнұраны
17.00 «Экстрасенсы детек-тивы»
18.00 Т/с «Вижу-знаю»
20.00 Информбюро
21.05 Т/с«ЗНАХАРЬ»
23.05 Т/с«Махаббатым, кеш мені»
01.10 Т/с«ИНТЕРНЫ»
02.50 Алдараспан, Нысана, Шаншар әзілдері
03.30 Ризамын
04.00 Әзіл студио



7 КАНАЛ

Профилактика
17.00 Т/с «Вольная грамота»
17.50 Т/с «Охотник за голо-вами»
18.50 Т/с «Слуга народа»
20.15 Т/х «Жолдамалы қалыңдық»
21.10 Т/х «Ұлы дала жанұясы»
22.00, 03.45 Т/х «Элиф»
00.30 Т/с «Замужем за мафией»
01.30 Скetchком «Q-Елі»
02.30 «Айнаонлайн»
04.30 «Жеңіп көр»
05.15 «Гу-гулет»

МАМАН МІНБЕРІ

ПНЕВМОНИЯДАН ҚАЛАЙ САҚТАНУ КЕРЕК?

Пневмония, өкпе қабынуы – өкпе тінінің қабынуынан немесе басқа аурулардың асқынуынан болатын өкпенің жұқпалы ауруы. Пневмония дегеніміз не және бұл аурудың алдын алу шаралары туралы ҚР ДСМ Қоғамдық денсаулық сақтау ұлттық орталығының баспасөз қызметінің таратқан мәліметіне құлақ түрсек.

Пневмония көбіне қызылша, көкжөтел, тұмау, бронхит, демікпе сияқты тыныс ауруларын немесе әсіресе жас балалар мен қарт адамдарда болатын қатаң аурулардан кейін пайда болады. Сонымен қатар ол СПИД-пен ауырған кезде де болуы мүмкін. Ауруды әр түрлі вирустар (аденовирус, риновирус), бактериялар (пневмококк, стафилококк, стрептококк) қоздырады. Аурудың дамуына дененің қатты

желдетіп отыру және таза ұстау;
– қозғалыс режимін сақтау: таза ауада серуенмен бірге қалыпты дене жүктемелері аурудың ықтималдығын төмендетеді;
– жалпы нығайтатын іс-шараларды жүргізу: профилактикалық массаж, шынығу, су процедуралары;
– салауатты өмір салтын ұстану: зиянды әдеттерден бас тарту, қалыпты дене жүктемелерімен толыққанды демалысты ауыстыру;

ету;
– АИТВ инфекциясының алдына нәлужәнежүргізу.
Сонымен қатар, Нұрбала Бақтиярқызы пневмония – бүкіл әлемдегі балалар өлімінің басты себебі болып табылатын ауру екенін атап өтті. Егер тиімді шаралар кең ауқымда қолданылса және халықтың неғұрлым осал топтарын қамтыса, бес жасқа дейінгі балалардың қайтыс болуы жағдайларының көпшілігінің алдын алуға болар еді.

– Қазақстанда вакцинацияның бірегей күнтізбесі бар, онда кең таралған ауруларға қарсы барлық белгілі вакциналар бар. Соның ішінде ең озық 13 – валентті пневмококкты инфекцияға қарсы вакцина бар, ол 13 аса патогенді серотиптерді, яғни пневмококкты қамтиды. Әр елдің өзінің бекітілген профилактикалық егу күнтізбесі болады. Еліміздің өмір сүру деңгейі жоғары болған сайын, егу жүргізілетін жұқпалы аурулардың тізімі кеңірек болады, – дейді маман.

Сондай-ақ, оның айтуынша, Қазақстанда профилактикалық екпе салудың ұлттық күнтізбесі ДДҰ ұсыныстарына сай келеді және Австрия, Израиль, Бельгия, Ұлыбритания, Германия, Түркия, Жапония елдеріндегі имундау кестесімен бірдей.

– Иммуитетті нығайту, вакцинация, жедел респираторлық вирустық инфекцияның алғашқы белгілері кезінде дәрігерге уақытылы қаралу және ағзаны қорғаудың қосымша шаралары жөнінде емдеуші дәрігерден кеңес алу қажет. Азаматтардың денсаулығы 10% жағдайда ғана денсаулық сақтау жүйесіне, ал 50% жағдайда адамдардың өз денсаулығына деген қамқорлығына байланысты екенін ұмытпағанымыз жөн. Сондықтан денсаулығыңызды күтіп, сақтаңыз, өзіңізге қамқор болыңыз. Пневмониямен және де кез келген аурумен күресудің ең тиімді әдісі – алдын алу шаралары екенін ұмытпаңыз, – дейді Н.Бақтиярқызы.

– тоңазудан аулақ болу;
– тыныс алу органдарының созылмалы ауруларын емдеу курсынан уақытында өту.

Н.Бақтиярқызы, Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы (ДДҰ) мәліметтеріне сүйене отырып, соңғы 20 жылда пневмониямен күрес және алдын алу шараларының тиімділігі туралы нақты деректер жинақталғанын атап өтті. Төмендегі шаралар пневмониядан болатын өлім-жітімді азайту ісінде табыс әкелетіні көрсетілді:

– вакцинациялау, соның ішінде *streptococcus pneumoniae* және *Haemophilus influenzae* типті инфекцияға қарсы вакциналарды пайдалану;
– баланы алғашқы алты айында тек қана емшек сүтімен емізу;
– туылған кезде дене салмағының төмендігін алдын алу және тамақтануды жақсарту;
– үй-жайлардағы ауаның ластануына қарсы күрес және салауатты ортаны қамтамасыз

мұздауы, ауыр жұмыс пен жүйкелік-психик. күш түсу, улану, т.б. факторлар әсер етеді. Мұны ҚР ДСМ Қоғамдық денсаулық сақтау ұлттық орталығының жұқпалы аурулардың алдын алу департаментінің маманы Нұрбала Бақтиярқызы да растайды.

– Пневмония – негізінен альвеолдарды зақымдайтын өкпе тіндерінің қабынуы. Пневмонияның басты себептерінің бірі-пневмококк инфекциясы, ал оның қоздырғышы – пневмококк. Ауру дене қызуының жоғарылауымен, кеуде тусының ауыруымен, қақырық мол бөлінетін жөтел сияқты белгілермен басталады. Диагностиканың негізгі әдісі флюорография-өкпенің рентгенографиясында қара жарықтар, сондай ақ қақырық дақтары болуы мүмкін, – дейді ол.

Маманның айтуынша, пневмонияның алдын алу үшін:
– тұрғын үй-жайды үнемі

Кейінгі уақытта менің достарымның, жақындарымның және туыстарымның көбісі коронавируспен ауырып жатыр. Олардың көбінде инфекция жеңіл түрде өтуде. Араларында ауыр жағдайда жан сақтау бөлімінде болғандары да бар. Ауру дендеп, күн санап науқастар саны көбейіп жатыр. Ақыр соңында көптеген адам коронавирустың ойдан шығарылмағанын, шындық екенін түсінгендей.

КОРОНАВИРУС ИНФЕКЦИЯСЫНЫҢ ЗАРДАБЫ ҚАНДАЙ?

Әрине, кейбіреулер маған дәрігер ретінде кеңес алу үшін жүгінеді. Мен оларға міндетті түрде маска тағуды, әрдайым қолды жуып, арақашықтықты сақтауды айтамын. Ең дұрысы, үйде отырып, барлық қарым-қатынасты шектеген жөн.

Инфекция жұқтырған жағдайда ең алдымен отбасы мүшелерінен және басқа адамдардан оқшауланған абзал. Сондай-ақ, инфекция жұқтырғандарға мүмкіндігінше лимон қосылған жылы суды көп ішіп, ауыз және мұрын қуысын жиі жуып-шайып тұруды ұсынамын. Бұл вирустың ағзадағы концентрациясын төмендету үшін қажет, ол неғұрлым жоғары болса, айналадағыларға вирусты жұқтыру және асқынулар соғұрлым жоғары болады.

Коронавирус инфекциясының симптомдары пайда болған кезде асқынудың алдын алу үшін дәрігерлердің нұсқауын қатаң сақтау керек. Егер жоғары температура, әлсіздік, тұмау мен жөтел сияқты симптомдар сақталса, онда оқшауланды тоқтатпау керек.

Коронавирустың көптеген дене мүшелеріне әсер етіп, қабынуды, қанның ұюын, жүрек, неврологиялық және басқа жүйелік бұзылыстарды тудыратыны белгілі. Коронавирустың негізгі көрінісі – өкпенің қатерлі қабынуына әкеп соғатын вирусты пневмония. Өдетте оны көкірек қуысына компьютерлік томография жасау арқылы анықтайды. Менің әріптесім, біраз жыл ЖИТС-пен қарсы күрестің жаһандық бағдарламасын басқарған әйгілі бельгиялық профессор Питер Пиот коронавирус инфекциясының ауыр түрімен ауырды. Оның айтуынша, бұл аздап әлсіздік пен құрғақ жөтелден басталып, арты ауыр пневмонияға ұласқан көрінеді. Бақытына орай, дәрігерлер оның өмірін құтқарып қалды.

Айта кететін жайт, ауру өкпенің толық зақымдануына әкеліп, көбіне өліммен аяқталады. Жақында Чикагодағы америкалық дәрігерлер коронавирус инфекциясы бар жас пациенттің қос өкпесін трансплантациялады. Науқастың аурудан зардап шеккені сонша, оның өмірін сақтап қалудың

жалғыз жолы осы болатын. Он сағаттық күрделі операциядан соң, науқас өзін жақсы сезіне бастаған.

Коронавирус пандемиясы туралы айтқанда, басты назарды вирусты жұқтырғандарға және инфекциядан қайтыс болған адамдардың санына аударады. Ал аурудан айыққандар жайлы сирек айтылады. Қазіргі кезде әлемде коронавирустан миллионнан астам адам жазылып шықты. Қазақстанда 10 мыңнан асты.

Олар коронавирустан толығымен айыға ала ма? Алдында науқастар сауығып кеткеннен кейін де, біраз уақытқа дейін олардан коронавирус анықталатыны жайлы ақпарат болған еді. Жақында Оңтүстік Кореяда жасалған зерттеу нәтижесінде, бұл фрагменттер өлі вирустың бөлшектері екенін көрсетті. Яғни, иммун жүйесі ағзадағы коронавирусты тазартуға қабілетті.

Әйтсе де адамдар бұл індеттен айығып шыққанмен, коронавирустың салдары орасан зор. Кейбір адамда өкпенің, жүректің, бүйректің және де басқа мүшелердің бұзылыстары сақталады, ал бұл ұзақ мерзімді емдеуді қажет етеді. Аурудан айыққандар өлі де әлсіздікке, еңтігуге, ес сақтау қабілетінің жоқтығына, иістерді ажыратудың нашарлығына шағымданады екен.

Алаңдайтын ең негізгі нәрсе – өкпе фиброзы. Қарапайым тілмен айтқанда, бұл өкпедегі тыртықтар. Мұндай тыртықтар өкпенің толық тыныс алу мүмкіндігін шектейді.

Келесі жазбаларымда мен дұрыс тыныс алудың аурудан айыққаннан соң қалпымызға келуге, өкпе, жүрек, жүйке және басқа да дене мүшелерінің ауруларының алдын алу үшін маңызы туралы айтамын. Біздің тыныс алуымыз күйзелісті жөнуді, өмір сапасы мен ұзақ өмір сүруді қамтамасыз ету үшін шешуші рөл атқарады.

Алмаз ШАРМАН,
медицина ғылымының
профессоры

КЕРЕК ДЕРЕК

МЕДИЦИНАЛЫҚ МАСКАНЫҢ 4 КЕРІ ӘСЕРІ

Ғалымдар медициналық масканы ұзақ уақыт тағу қалай әсер ететіні туралы зерттеу жүргізді. Зерттеу The Conversation журналында жарияланған. Медициналық масканы тағу кезінде оның 4 түрлі әсер ететінін есте сақтау қажет.

Пельцман құбылысы

Пельцман құбылысы бір қауіпсіздік шарасы өзге қауіпті іс-әрекетке себеп болуын білдіреді. Медициналық маска таққан адамдар өзін қауіпсіз сезінгендіктен тым босаңсып, өзге қауіпсіздік ережелерін сақтамауы мүмкін.

Масканы дұрыс тағу

Медициналық маска жұмысын дұрыс атқару үшін оны дұрыс тағу қажет. Көбінде науқастар масканы тағу барысында оның дұрыс тұрған-тұрмағанына аса мән бермейді.

Ауру тудырғыш микробтардың қайнар көзіне айналуы мүмкін

Ағзаға қауіпті вирус түсуден қорғаудан бөлек, басқа

микробтардың жиналатын ортасына айналуы ықтимал. Масканы дұрыс тақпау, тым ұзақ қолдану, тазаламау қауіпті микробтардың жиналуына себеп болады.

Экологияға әсері

Егер әлем халқы бір сәтте медициналық масканы пайдаланатын болса, оның арты үлкен экологиялық проблемаға соқтыруы ықтимал. Бір Ұлыбританияның өзінен 42 мың тоннаға жуық қайта өңдеуге келмейтін қалдық шығады дейді ғалымдар.

Сол үшін Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымы барынша бір реттік медициналық масканың орнына ұзақ уақыт қолдануға болатын масканы тағуға кеңес береді.

Бір үзік сыр

«Әлқисса-өмір» –жастық шақта журналист-жазушы болсам деп, армандаған, бірақ өмір ағыны басқа арнаға бұрып, Алматыдағы Халық шаруашылығы институтын экономист мамандығы бойынша бітіріп, осы салада еңбектің көрігін қыздырып, «Қарғалы-шұға» комбинатының бас экономисі, партия ұйымының хатшысы қызметтерін де абыроймен атқарған, бүгінде жетпістің бес белесін бағындырған Жеңіс Молдасынұлының өмірін өлеңмен өрнектеген туындысы. «Әлқисса-

ұлылықты ұлықтап өткен Жамбыл бабасының кім екенін ұрпаққа таныстыру да өнегелі іс. Жекең «Жамбыл баба» жырында алдымен: «Келешек сенің ұрпағың, «Жамбыл деген кім?» десе, Сонда өзің не дерсің? деген шешендік сауал тастап: «Былай деп, жауап берерсің» – деп, жыр алыбының өнері мен өнегесін, шешендігі мен ақындығын ұрпаққа паш етеді.

Үлгі қылып ұрпаққа,
Батыры мен данасын,
Өткізіп ой-санадан,
Арғысы мен бергісін,
Зерделеген елінің.
Өткен-кеткен ұлы ісін.
Көрсетіп кетті ұрпаққа,

Жақсылардың

өмірді» қолымызға алғаннан-ақ автордың ақынжанды болмысын біртіндеп тани түстік.

Жекең шабыты келіп шамырқанғанда арғы-бергі тарихты тереңнен толғап, сұңғыла жырдың сойы Сүйінбай бабасындай термелеп, төкпелеп те кетеді екен.

«Қазақ деген елімнің,
Керей, Жәнібек хандары,
Ордаласқан Алатау,
Ұлдары мен қыздары,
Елден асқан Алатау
Көсемі мен шешені,
Мен биікпін деген-ді,
Белден басқан Алатау»,– деп толғап-толғап алып, қазақтың үш жүзінің шежіресінен де сыр шертіп, батыры мен бағланын, биі мен шешенін, ақыны мен ардағын бір алқап, Сүйінбайдай наркескен ақын бейнесін Жамбыл бабасының сүре айтыстарының сүрлеуімен сомдайды:

Данышпан елдің ерлігін,
Күні-түні жырласа,
Жалықпаған Сүйінбай,
Бұқара қамын ойлаудан,
Тарықпаған Сүйінбай,
Өлең жырға келгенде,
Арындаған Сүйінбай,
Намысын сәл кір шалса,
Төре менен ханға да,
Бағынбаған Сүйінбай,
Өтірік мақтау айтуға,
Хан алдында болса да,
Бара алмаған Сүйінбай,
Халқын тілмен қорғаса,
Асқақтаған Сүйінбай,
Намыс үшін өл десе,
Қас қаппаған Сүйінбай...
«Менің пірім – Сүйінбай» деп,

Даналықтың үлгісін.
Міне, осындай данаңыз,
Жамбыл деген бабаңыз!

Майбұлақ ауылының іргетасын қалаған ақсақалдарға бүгінгі ұрпағы қарыздар болса, олардың еңбегі мен ерлігін аңызға айналған ардагер қариялардың өнегесін жарқыратып көрсетіп, келешек жасөспірім – көкерімге үлгі тұту парызым деп түсінген Жеңіс Молдасынұлы:

Олар жайлы айтылады жыр-аңыз.
Өрқайсысы бір шежіре, бір аңыз.
Бәрін бірдей айтып өту мүмкін бе,
Сайлыбай би дара тұлға, дүр абыз.

Жеңіс Молдасынұлыныңатасы Айқым Сайлыбай би өз кезеңінің атақты, әділ биі,жыр алыбы Жамбылмен жас айырмашылығына қарамастан сыйлас болған адам. Жекең ата-бабасы, аналары, ағайын туғаны туралы жазса олардың өрнекті, өнегелі ісін, елге сіңген еңбегін ұрпаққа өнеге ете суреттейді. Артық мақтау, орынсыз дәріптеуге бармайды. Әкесі мен анасының бойындағы әжеттік пен қайсарлық, парасаттылық пен сабырлылық көркем мінез, асыл қасиеттерін сағыныштың құндағына бөлей жырлайды. Ақиқаты мен адалын айтып, ағайын-туғандары жайлы толқыныс, тебіренісін боямасыз ақтарып, ағынан жарылады.Жұбайы Розаға, жездесі Мұқтар Әбділдабековке, туғаны Төлегетай мен Ақбұрымға арнаған өлеңдерінің өн бойынантаңғы шықтай таза, дертіңе дауа жылулықпен бауырмалдықты, ізет мен ілтипатты жаныңмен сезінесің.

Соғыстан кейінгі жылдардың



қиындықтары мен таршылығын көріп, еңбекпен шыңдалып ержеткен сол кезеңнің жастары үшін басты құндылықтар азға қанағат қылу, барды бағалай білу, үлкеннен үлгі алу, кішіге жол көрсету болғаны анық. Жастайынан әке тәрбиесін көріп, ана ақылын тыңдап өскен Жекең жақсы менен жаманның, ащы менен тәттінің парқын айырып өсті. Оны жырларына арқау етті.

Жақсыныңпейілі ақ, көңілі таза,
Мінезідархан келер аңқылдаған,
Жақсыға бір іс айтсаң

тындырымды,
Ешқашан жақсы істен тартынбаған.
Жаманның бір белгісі сондай

болар,
Пайдасы өз басынан артылмаған.

Білімдінің қадірін біле бермей,
Тайталасып жүреді талай надан.

Жекеңнің де көңіліне қаяу түсірген, «пайдасы өз басынан артылмаған» жамандары Абайдың «Баста ми, қолда малға талас қылған» надандарды сынауымен іштей үндесіп жатса,

«Жақсыдан туған жамандар,
Ата жолын құмайды.

Жаманнан туған жақсының,
Не ата тегінде, не ана тегінде,

Бір жақсысы болған-ды», – деп Асан қайғы бабадан Ақтамберді жырауға дейінгі толғау жанрының сарынына жаңаша реңк беріп, жаңғырта жырлайды. Бата тілек айтудың өзі де

адамның білімі мен білігінің, көргені мен тоқығанының шынайы көрінісі. Миллион жол жырды жатқа білген Жекеңнің ұрпағы Жекең де аталы сөзге шүлендігін танытып, әр отырыс, басқосудың ретіне қарай бата-тілектерін, дастарханға ықыласын, жастарға деген ізгі ниетін суырыпсалма жырмен өрнектеп береді екен.

Заманыңа қарай сәнің болсын,
Өуеніңе сай әнің болсын,
Айтар сөзіңнің мәні болсын,
Алладан тілегеніңнің бәрі болсын,
Басыңа бақыт құсы қонсын!
Қораңа мал толсын,
Қойныңа жан толсын,
Ниетің дұрыс,
Пейілің кең болсын!...

Асыл сөздің бар десек, ақ ниеті,
Ата-баба қалдырған өсиеті,
Күйеу –жүз жыл болғанда,

құда – мың жыл,
Құдалықта тектілік қасиеті... – деп бір қайырып,

Төрде отырған екі жас,
Өмірлеріңді жалғасын,
Өрлей берсін әрқашан,
Қанаттары талмасын,
Қиын да болса, өмірде,
Адамгершілік жолын таңдасын!
– деп түйіндейді. «Баталы құл арымас, батасыз құл жарымас» деген дана халқымыз. Атақты шығыстанушы ғалым Радлов «Бата–қазақ поэзиясының шағын түрі (жан-

ры)» деп бағалаған ғой. Сырт көз – сыншы. Ақындығымен талайды тамсандырған, толғауы тоқсан ауыз қызыл тілмен, қара қылды қақ жарған туралығымен, тап басып айтқан тапқырлығымен, ердің құнын екі ауыз сөзбен шешкен, шешендігімен елге тұлға болған бабалар жолын жалғастырған ақсақалдарды көргенде көңілің бір өсіп, сара сөздің сарқыты қалғанына тәубе дейсің. Сондықтан да Жеңіс Молдасынұлы өзі жазғандай:

Қадірлісін қазағым «қария» дейді,
Ел-жұртының ол адам қамын жейді.

Өнегелі іс істеп, тағылым айтып,
Ұрпақтарын кейінгі тәрбиелейді.
Ондай адам халықтың қазынасы,
Ел-жұрты мұндайды қастерлейді.
«Ақылды қария–ағынды дария»,
ағысы кең арналы, суы сарқылмас
дарияның жағасы сулы, нулы, елге

сыпырып, ащы шындықты жаны ауыра жайып салады.Қара сөзге де, айтысқа да дес бермеген марқұм, қазақтың Есенқұлы бұл хатқа жауап жаза келіп: «Жеңіс аға! Білуімізше сіздің мамандығыңыз–экономист. Экономист бола тұра, айтыс өнеріне жанашырлық білдіріп отырсыз. Шіркін, біздің ауылдың... Сүйінбай, Жамбыл елінің әрбір азаматы әдебиетпен сіз сияқты «ауруы» керек шығар» –деп ризашылық сезімін білдіріпті.

Жекең қазіргі кездегі қазақ кино өнерінің табыстары «Жаужүрек мың бала», «Біржан сал», «Кеш келген махаббат», «Ағайындар», «Сырғалым», «Сұңқар» фильмдерінің замана сұранысына лайық туындылар екенін, дегенмен «заманға жаман күйлемектің» кебін киіп, жаңашылдық деген осы екен деп, кино мен телеарналарды жаулап алған мазмұны саяз,

Кеудесі алтын сандық

тигізер пайдасы да зор. Дария кеуде, тау мүсін қарттардың өмірден жиған, түйген ғибратты ойлары тасқа басылса– ұрпағына өнеге, өсиет.

Айтыс өнеріне жаны ашыған Жекең Жамбыл аудандық «Атамекен» газетінде істеп жүрген інісі, ақын Есенқұл Жақыпбекке «Ақындар елі, батырлар елі» атанған елден бір жақсы айтыс ақыны шықпағанына жаны ауырып, көңілі құлазып, өлеңмен хат та жазған екен кезінде.

Аруағы Сүйінбайдың қайда бүгін?
Ақындары ауылымның майда бүгін.

Қайда бүгін Жамбылдың ұрпақтары,

Қалғаны ма дөні кетіп ұнтақтары?
–деп шамырқанады. Айтыс қазақтың төл өнері. Табан астында суырып салып өлең шығарудан қазақ алдына жан салған емес. Айтыс– тек тыңдап, қызықтауға ғана керек өнер емес, айтыс елдің елдігін, бірлігін, батыр мен балуанын, ақыны мен әншісін, салсерісін елге үлгі тұтып, тұлғаларын асқақтатар, халықтың арманы мен аңсарын жеткізер құдіретті өнер. Айтыс–«бас кеспек болса да, тіл кеспек» жоқ деп, тіл өнерін қастерлеген ақиқатты сүйген елдің шар болатқа шындалған алдаспаны. Сондай текті өнердің іздеушісі мен жоқтаушысы болмай, жастардың бойына қонбай сұйылып бара жатқанына налыған Жекеңнің хаты – нағыз жанашырлық, жан айқайы, азаматтық үні.

Осылай өз-өзіммен құрдым кеңес,
Өркім де ақындықтан кенде емес.
Намысын негр жалдап қорғататын,
Бұлайтысеуропалықфутболемес,
– деп, доп додасында белең алып кеткен келеңсіздіктің де бетпердесін

мағынасы жұтаң, ұлттық ұстанымнан, халықтық дәстүрден жұрдай, (сюжеті де өзге жұрттан ұрланған (Ж.М.) өзге ұлтқа ғашық болған қазақ қызы, әкесі бір, шешелері бөлек жастардың бір-біріне ғашық болуы, т.с.с. сорақылықтарды экранға шығарған кинотүсірушілердіда сын тезіне алады. «Ағайынды адамдардың қосылғанынан азғын туатынын қазақтың ата-бабасы сонау ықылым заманнан біліп, жеті атаға дейін некелесуге шек қойса, қазір оны ғылым да дәлелдеген жоқ па? «Ал біздің киноқоюшылар ата-бабамыз азғындыққа жол бастайды деп, тапқан әрекеттерді дәріптеп жүргені қай далбаса, қай сасқандық?»– деп, қынжылады.

Жекең қатарлас, қаламдас достарының жазғандарында қалт жібермей оқып, орайы келсе, ізгі тілегін жолдап, жылатып айтар дос пейілдің сынында: «Жалпы мен көркемөнер, ол әдебиет, бейнелеу немесе музыка болсын жаныңды тітірентіп, арқанды шымырлататын болса ғана құнды деп ойлаймын»– деп, әдеби сынның қисынының (теориясының) қиюын келтіре шынайы жанашырлық ниетпен жазып жүреді екен. Енді бірде шерін қысқа да нұсқа «Бір кем дүние» ізімен «Бір кемістік» деп, Майлаяқ атты күшіктің туған жеріне оралғандағы қуана шапқылағанын қызықтап, туған жерді тәрк етіп, қатынынының артынан Германияға кеткен қандасымыздың қылығынақынжылып, «Ер туған жеріне, ит тойған жеріне»– деп жатушы еді біздің қазақ. Бұл арада керісінше болды»– деп іштегі шерді Шерағаңша тарқатады.

Жекеңнің сарабдал сындарымен қоса, әдемі әзілдері де аз емес. «Жолдасханмен әзілдесу», «Ақын келіншек Мөкенмен әзілдесу», «Жомартқа», «Палуан құдағиға» арнаған әзілдер зілсіз, құрдастардың қалжыңы, жеңге мен қайынның қағытпасы, балдыздардың بازیнасы– бәрі орынды.

Қымызды кім ішпеген... Жекеңнің де жастық шағында жазған бір шоғыр өлеңі тақырыбынан-ақ талай сырды аңдатады. «Сағыныш», «Аңсау», «О, менің перизатым», «Есіміңді айтшы маған» тәрізді үздіккен жүректің сырларын жайып салған жырлар қайран жиырма бестің қайта оралмас сәттерінен үзіліп түскен шуақты шумақтарға толы.

«Бетіңнен самал өпкенде,
Мені есіңе алдың ба?

Қалықтап қаздар өткенде,
Мені есіңе алдың ба?

Алатаудың самалы,
Жайыққа ұшып жетті ме?
Мен жіберген сәлеммен,
Бетіңді сенің өпті ме?
Жайықтан қайтқан қаздардан,
Маған сәлем айттың ба?
Көктемде кеткен сол қаздар,
Жайықтан бүгін қайтты ма?
Көктем сайын қаздарды,
Шығарып салып тұрармын,
Күзде қайтқан кезінде,
Жайықта жүрген күлім көз
Аман ба? –деп сұрармын».

Жетпісінші жылдар жастарының Төлеген мен Мұқағалиға, Тұманбай мен Қадырға еліктемегені жоқ шығар, сірә. Алматы түнін тебірентіп жан сырын жолдаған бозбаланың жыры да – сондай әсерден туған сағыныш сазы. Жастықтың жалынды жылдарында Алматыдағы «Тоқыма өнеркәсібінің кешкі техникумында» саяси экономиядан дәріс оқыған Жекеңнің «Женис Молдасынович» деген аты-жөнін бұрмалап, орыс қыздары «Интересное имя. Даже можно сказать, женис на молодую»– деп әзілдейді екен. (Р.Терлікбаевтің жазғанынан) Сол сұлуларға Жекең де қарыздар болып қалмаған тәрізді. Өлібек құдасынша «Сердце моё не камень» деполарға орыс тілінде төгілтіп, бірнеше жыр арнапты.

Сердце моё горит в огне,
Потуши огонь дыханием,
Сердце мое горит в огне,
Потуши огонь шептанием.
Пошепчи мне ласково,
О любви, только о любви.
Задремала любовь

в сердце твоём,
Разбуди её, разбуди,
немесе,

Ты цветок радости,
Ты создание солнечной лучи.
Ты воплощение нежности,
И душевной красоты,
И мечты,
Всё это ты!

«Өлең, шіркін, өсекші жұртқа жаяр» (Абай). Сергіз қырлы бір сырлы Жекеңнің жастық шақтағы сырын сыртқа жая бермейік.

Адамның түсінің жылылығы – оның ішкі мәдениеті мен алған өнеге тәлімінің айнасы іспеттес. Адам сөйлескенше. Жүз таныс боп, шүйіркелесе келе ойы мен сөзінің тігісін жатқызып, сауалы мен жауабын әдіптеп айтатын ақсақалмен алғаш таныстығымыз Жаңашар ауылында тұратын Өлібек құда мен Жаңылсын құдағиымыздың қызы Әйгерімнің ұзатылу тойында, зор қуаныштың,құдалықтың дастарқанында басталып еді.Өмір

жайлы, өнер жайлы әңгімеміз жарасып, ескі таныстардай, тез тіл табысып, тонның ішкі бауындай бауыр басып кеттік.

Өр адамның өмірі – бір-бір дастан. Автор өзі қолтаңбасын жазып ұсынған«Әлқисса-өмірді» тартымды көркем шығарма оқығандай бір деммен оқып шықтым. Себебі, өзі жүріп өткен жолда өзін дәріптемей, ата-баба ұлағатын, халықтың салт-дәстүрін, жақсылардың өнегесін ұрпаққа үлгі тұта орамды ой, жатық тілмен жазып шығыпты.

Ұлы жеңіс тойынан екі ай өткенде дүниеге келген Жеңіс Молдасынұлы– соғыс зардабының сызы әлі жіби қоймаған ауыртпалығы мол жылдардың, белі қатпай жатып еңбекке араласқан, шындалып өскен ұрпақтың белді өкілі. Оқыды, ізденді, талпынды.«Талаптың мініп тұлпарын, тас қияға өрледі». (Абай). Қандай қызмет дәрежесінде болса да, аспады, таспады, атақ, даңқ кумады. Адал еңбек етсең, абырой-атақ өзі іздеп табатынын ерте түсінді. Бірде көңіл хошы келгенде, бірде көңілі толқығанда, бірде көңілі толмағанда қолына қаламын алды. Ақындық жолын кумады, ақынмын деп ешкімге тіс жармады. Ақ жүрек, ақ көңілден туған ақжарма сыр, ақиқат ой аққағазға өрнектеліп түсіп жатты. Көргені, оқығаны, тоқығаны өмірінің шежіресіндей хатталып, жинақталып тасқа басылды. Бұл «Әлқисса - өмір» – бастауы, жалғасы да жазылып жатқан болар.

Сайлау ҚАЖЫБЕКҰЛЫ,
филология ғылымдарының
кандидаты