

С НАСТУПАЮЩИМ НОВЫМ ГОДОМ!

СОДЕРЖАНИЕ:

Поздравление с наступающим Новым Годом
председателя ЦП КОС А.С. Наурызбаева

ВАЖНОЕ В ЖИЗНИ СТРАНЫ

Вопросы реализации мер в области социальной защиты
лиц с инвалидностью обсудили в МТСЗН РК

В МТСЗН РК состоялось заседание Общественного совета

На 28% вырастет численность рабочей силы
в Казахстане к 2050 году – аналитики

НОВОСТИ КОС

Почетному члену КОС В.В. Ивановскому – 85 лет

Нусипбаев М. Республиканский турнир по шахматам
и шашкам среди членов КОС

Иминова М. Р. Оставил в памяти свой след.
О Сапелкине А.Ф.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

Сколько наличных денег нужно отразить в декларации,
казахстанцам напомнили в КГД

ОБЩЕСТВО И ЛЮДИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

3 декабря во всем мире отмечается День лиц с инвалидностью

Почти 40 тыс. лицам с инвалидностью были оказаны
меры поддержки занятости

Карлыгаш Бекенова. День рождения DeFacto FM

ИНТЕРВЬЮ

Инвалидность не мешает работать в школе.
Учитель из Алматы Акбота Онгарова делится опытом.

РОДИТЕЛИ И ДЕТИ

Пилотный проект по реабилитации детей с инвалидностью
в домашних условиях запущен в Казахстане

Еркеш Керей. Интересный случай из логопедической практики.
«Девочка алфавит»

Марлен Джакупов. Психосоматика в нашей жизни

ИСТОРИЯ

16 декабря в Казахстане – День Независимости

Нурлан Нурышов. Шесть героев Декабрьских событий

ПРОЗА

Дулат Исабеков. Әңгіме. Бонапарттың үйленуі

«КУХНЯ НА ОЩУПЬ»

Владимир Ивановский. Приглашение друзей

Антистресс-диета: 3 рецепта для борьбы с тревожностью

СПОРТ

Спортивная программа объявлена для Азиатских Паралимпийских Игр 2026
в Аичи-Нагоя

ПУТЕШЕСТВИЕ

Петроглифы Тамгалы-тас: что они могут рассказать о прошлом

КТО-ТО КОГДА-ТО СКАЗАЛ

*** **

**Уважаемые друзья!
Члены Казахского общества слепых!**

Примите сердечные поздравления и наилучшие пожелания в связи с наступающим 2024 годом! Традиционно встреча Нового года связана с надеждой на лучшее и верой в будущее.

В преддверие наступающего года особенно верится в то, что наш мир должен стать лучше, добрее. Хочется надеяться, что счастье и успех непременно придут в каждый дом и в каждую семью. Уверен, что в наших силах подарить своим близким и родным самое дорогое – это тепло, понимание и любовь!

Общественное объединение «Казахское общество слепых» – это практически единственная в государстве организация, которая создает рабочие места, защищает трудовые права лиц с инвалидностью, создает условия филиалам КОС для плодотворной работы на благо общества.

Работа не останавливается ни на один день. В настоящее время продолжаем трудиться в режиме ориентированности на текущие события в обществе, следуя статьям Устава ОО «КОС».

Сегодня в 19 филиалах ОО «КОС» числятся на учете 11 471 человек. Районных представительств – 83.

Мы продолжаем работу над перспективными проектами, сосредотачиваем усилия на выполнение важнейших задач. Только общими усилиями мы сможем обеспечить стабильность и развитие нашего Общества.

Я же хочу пожелать вам большого и крепкого здоровья и удачи! Пусть Новый Год поможет в исполнении самой заветной мечты, укрепит веру в будущее, пусть успех сопутствует всем вашим начинаниям всегда и во всем! С новым годом! Счастья, мира и благополучия Вам и Вашим семьям!

Наурызбаев А.С., председатель ЦП КОС

ВАЖНОЕ В ЖИЗНИ СТРАНЫ

Вопросы реализации мер в области социальной защиты лиц с инвалидностью обсудили в МТСЗН РК

Министр труда и социальной защиты населения РК Светлана Жакупова провела итоговое в 2023 году заседание Координационного совета в области социальной защиты лиц с инвалидностью (Координационный совет).

В мероприятии приняли участие депутаты Парламента РК, представители центральных и местных государственных органов, неправительственных организаций и советники акимов областей и городов республиканского значения.

На заседании были подведены итоги работы рабочих групп Координационного совета по направлениям и презентованы планы работ на 2024 год, а также обсуждены предложения по развитию института советников.

В своем выступлении Светлана Жакупова проинформировала о текущей ситуации по реализации задач, озвученных на прошлом заседании Координационного совета в сентябре текущего года.

Так, с 15 декабря запущен пилотный проект по созданию парков технических средств реабилитации (ТСР) в 4 регионах: Абайская, Павлодарская, Кызылординская области и г. Шымкент, где в рамках первого этапа участвуют дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

«Как вы знаете, в настоящее время при установлении группы инвалидности технические средства реабилитации выбираются лицами с инвалидностью (ЛСИ) самостоятельно через Портал социальных услуг. При этом ЛСИ, а также члены их семей, часто испытывают трудности при выборе. Поэтому мы планируем в будущем процесс подбора ТСР осуществлять через индивидуальный подбор. И данный пилот направлен на апробацию и решение этой задачи.

В этих же регионах совместно с общественным фондом «Қазақстан халқына» будет реализован проект «Домашняя реабилитация». Соответствующий меморандум с Фондом подписан 15 декабря. Основная цель проекта – улучшение качества жизни детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата через непрерывную реабилитацию и индивидуальный подбор инновационных ТСР», – рассказала Светлана Жакупова.

Министр также сообщила, что в целях перезагрузки системы оказания специальных социальных услуг (ССУ) прорабатываются законодательные поправки по вопросу консолидации на республиканский уровень бюджетов центров оказания специальных социальных услуг и лицензирования их деятельности.

«Для обеспечения прозрачности деятельности центров оказания ССУ начат пилот по оцифровке деятельности центров в Карагандинской и Восточно-Казахстанской областях, разработан соответствующий программный продукт», – добавила глава МТСЗН.

Кроме того, разработаны новые профессиональные стандарты по социальным работникам.

Также Светлана Жакупова отметила, что для обеспечения нового импульса инновационного развития и повышения научного, кадрового потенциала сферы социальной защиты страны создан Национальный научный центр развития социальной сферы.

В ходе заседания представители центральных государственных органов проинформировали о проделанной работе в рамках реализации Плана работы Координационного совета на 2023 год и презентовали проекты планов работ на 2024 год по: обеспечению социальной защиты и занятости лиц с инвалидностью, доступности медицинской помощи и реабилитации, инклюзивному образованию, созданию доступной среды, цифровой инклюзии, туризму и спорту, обеспечению жильем, поддержке общественных объединений лиц с инвалидностью, обеспечению доступа в ВУЗы.

Также были обсуждены предложения по выработке Стратегии развития института советников.

Напомним, Координационный совет – это консультативно-совещательный орган, деятельность которого направлена на выработку предложений и рекомендаций по усовершенствованию государственной политики в области социальной защиты, реализации прав и улучшения качества жизни лиц с инвалидностью.

В МТСЗН РК состоялось заседание Общественного совета

Министр труда и социальной защиты населения РК Светлана Жакупова провела итоговое в 2023 году заседание Общественного совета по вопросам труда и социальной защиты населения. В мероприятии приняли участие руководитель аппарата МТСЗН РК Болат Токежанов, 17 членов Общественного совета, директора департаментов ведомства. В ходе заседания были обсуждены вопросы трудоустройства социально уязвимых слоев населения, введения специальной социальной выплаты для лиц, работающих во вредных условиях труда, и подведены итоги работы совета.

Директор Департамента занятости населения МТСЗН РК Аскар Ниязов подробно проинформировал о проводимой работе по трудоустройству лиц с инвалидностью. Так, для работодателей предусмотрены налоговые льготы в размере 882 месячных расчетных показателей (3 млн 43 тыс. тенге) в годовой ставке, субсидирование от 60 до 70% заработной платы работников с инвалидностью на первые три года. Возмещение затрат до 300 МРП (1 035 000 тенге) на приобретение, монтаж и установку оборудования для оснащения постоянных специальных рабочих мест, соответствующих стандартам рабочего места для лиц с инвалидностью, и субсидирование до 70% размера заработной платы специальных рабочих мест, созданных неправительственными организациями.

«В настоящее время в Казахстане проживает 719,3 тыс. лиц с инвалидностью. Из них 385,8 тыс. трудоспособного возраста, работают 138,8 тыс. Для обеспечения занятости людей с особыми потребностями акиматами утверждаются квоты в размере от 2 до 4% от общего количества работников на трудоустройство в организациях и предприятиях со штатной численностью свыше 50 человек. В рамках квоты на сегодня трудоустроено 15,7 тыс. лиц с инвалидностью. В целом 3,7% (3,5 млрд тенге) от общей суммы финансирования мер обеспечения занятости населения направлено на трудоустройство лиц с инвалидностью», – отметил Аскар Ниязов.

В свою очередь, заместитель директора Департамента труда и социального партнерства МТСЗН РК Маржан Жаумитова разъяснила основные механизмы внедрения специальной социальной выплаты для лиц, работающих во вредных условиях труда.

«Обязательными условиями назначения спецсоцвыплаты являются: достижение 55-летнего возраста и наличие профессиональных пенсионных отчислений в ЕНПФ не менее 7 лет. Специальная социальная выплата будет состоять из нескольких компонентов и осуществляться из четырех источников: специальное профессиональное пособие из республиканского бюджета в размере 2 прожиточных минимумов (далее – ПМ); из компаний по страхованию жизни в размере 1 ПМ; за счет средств работодателей в размере 1 ПМ, из ЕНПФ за счет обязательных профессиональных пенсионных взносов. Кроме того, работникам предоставляется право получения выплат из ЕНПФ за счет обязательных пенсионных взносов с учетом имеющихся пенсионных накоплений», – сообщила она.

Выплата будет осуществляться до пенсионного возраста. Для ее получения нужно будет уйти с работы с вредными условиями труда. Работники могут перевестись на легкую работу, тогда они будут получать зарплату и выплату, или выйти на отдых и получать спецсоцвыплату до назначения пенсии.

Претендовать на спецсоцвыплату в 2024 году смогут более 37 тыс. работников, в 2030 году – свыше 58 тыс., в 2035 году – более 95 тыс.

В следующем году средний размер данной выплаты в целом составит более 208 тыс. тенге. Размер выплаты для каждого работника будет зависеть от накоплений в ЕНПФ. При этом ежегодно размеры спецсоцвыплаты будут расти в связи с увеличением размера ПМ.

В завершении заседания председатель Общественного совета Ольга Кузовлева доложила о проделанной работе за 2023 год. В течение года активно велась работа по взаимодействию с министерством, обсуждались актуальные вопросы социально-трудовой сферы. В результате чего рассмотрено 89 нормативно-правовых актов, дана 31 рекомендация.

<https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/677530>

На 28% вырастет численность рабочей силы в Казахстане к 2050 году – аналитики

В соответствии с Демографическим прогнозом до 2050 года, подготовленным экспертами АО «Центр развития трудовых ресурсов» (ЦРТР), в наиболее вероятном сценарии уже к 2026 году численность рабочей силы в Казахстане стабилизируется на уровне 9,5 млн человек, активно начнёт расти с 2028 года и к 2050 достигнет 12 млн.

«Ожидается, что до 2027 года показатель численности рабочей силы будет иметь небольшой прирост или его отсутствие, что связано с объективными факторами. Более-менее активный рост рабочей силы у нас ожидается примерно начиная с 2028 года. Уже к 2031 году мы приблизимся к 10 млн человек, к 2040 – к 11 млн. Таким образом, рабочая сила будет прирастать примерно на 100 тыс. человек в год. К 2050 году мы возьмем планку в 12 млн человек, это означает, что в сравнении с 2023 годом (9,256 млн) прирост составит 28%», – рассказал директор Департамента прогнозирования и исследований ЦРТР Дмитрий Шумеков.

В разрезе регионов в первую очередь рост численности рабочей силы ожидается в мегаполисах, в том числе в столице, где к 2050 году прирост может составить 2,4 раза. Практически удвоится рабочая сила в Алматы, на 80% вырастет ее количество в Мангистауской и Алматинской областях.

«При этом существует риск сокращения рабочей силы в Северо-Казахстанской области на целых 45%. Также в списке регионов, в которых ожидается снижение – Костанайская (-29%), Абай (-25%), Павлодарская (-24%) области.

Под вопросом остается Жетысу. На данный момент недостаточно данных, чтобы точно определить, куда «склоняется» область – к сокращению или росту. Пока что прогнозы там говорят о сокращении», – рассказал аналитик.

Также в рамках прогноза было отмечено, что к 2050 году незначительно снизится доля населения трудоспособного возраста (с 59% до 57%), за счет более быстрого роста населения младше и старше трудоспособного возраста.

При этом натуральное число лиц трудоспособного населения к 2050 увеличится на 33% и достигнет 15,68 млн. Население младше трудоспособного возраста вырастет на 36%, до 8,18 млн, а старше трудоспособного – на 68%, до 3,7 млн.

В целом к 2050 году ожидается, что население республики составит порядка 27,5 млн человек, две трети из которых будут проживать в мегаполисах и южных регионах.

Подробнее о показателях и вероятных сценариях развития можно узнать в Демографическом прогнозе до 2050 года на сайте ЦТРП.

<https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/679229>

НОВОСТИ КОС

Почетному члену КОС В.В. Ивановскому – 85 лет

7 декабря Почетный член Казахского общества слепых, поэт Владимир Венедиктович Ивановский отметил 85-летие со дня рождения.

В честь юбиляра Казахским обществом слепых был организован праздничный дастархан, куда были приглашены члены КОС, друзья, соратники Владимира Венедиктовича. А 8 декабря состоялась презентация книги В.В. Ивановского, сборника стихотворений «Жить без любви поэзия не может», Алматы, 2023, 424 с.

В сборник вошли более 200 стихотворений автора. Тематика стихов Владимира Венедиктовича разнообразная, все взято из нашей повседневной жизни. Стихи, посвященные Великой Отечественной войне, великой Победе, о нашем времени, о современниках, о любви к Родине, матери, детям, внукам, друзьям, природе, животным – обо всем, что трогало его душу.

В предисловии «От автора» он пишет: «Родился я в 1938 году 7 декабря в городе Красноярске в Сибири. Мама родилась и выросла в крестьянской семье, отец – рабочий, по профессии металлист. Незадолго до моего рождения мама нечаянно упала в глубокий проруб (они строили свой дом), и я родился с закрытыми глазами. Через две недели мне сделали операцию и открыли глаза. Но я от сильного удара потерял зрение, став на всю жизнь инвалидом 1 группы по зрению.

Все годы передо мной на столе лежит книга – мой самый близкий, с которой я часто «разговариваю».

Долгое время не поднималась моя рука, чтобы взять в руки ручку и начать писать. Иногда писал стихи только по просьбе друзей, для именинников, юбиляров, к свадебным вечерам и, к сожалению, иногда их не сохранял. Однажды, на рубеже моих 70-лет пригласили меня друзья на вечер поэзии и сказали: «ведь ты неплохо пишешь стихи, вливайся в наш дружный коллектив, дерзай и все получится». Так я открыл свою первую тетрадь. Сейчас их уже около 60-ти. Дорогой мой читатель! Если тебе понравится хотя бы несколько моих стихов, то значит я не зря взялся за перо».

Книга В.В. Ивановского направлены во все специальные библиотеки, а в планах спецтипографии КОС напечатать ее рельефно-точечным шрифтом, и возможно озвучить в

исполнении самого автора.

От души поздравляем Владимира Венедиктовича с юбилеем! Ждем новых сборников.
Прилагаем ко всем пожеланиям стихи Марьям Иминовой «Не такой как все».

Редактор

Не такой как все

К 85-летию В.В. Ивановского

Судьба дарует и итожит
Года минувшие и дни,
А время в летописи сложит,
Что песне хорошей сродни.

У тебя особый юбилей,
Чтоб торжествами поделиться
Ты пригласил к себе друзей,
Праздник в сердце твоё стучится.

Не жалею о былом, друг,
Этим жизнь твоя полнилась,
Под сердца волнующий стук
В прошедшие годы сложилось.

Правда? Не трудно жить?
Когда работа, долг и любовь,
Не надо юлить и хитрить,
Кусая губы синие в кровь.

Дети и внуки с тобой,
Семья заботами согрета.
Ты прошёл дорогою прямой,
Спасибо судьбе за это.

Оставайся всегда таким
Под песни и новые строки,
Миг времени неуловим,
Не мы диктуем ему сроки.

Желаю тебе многие лета,
Живи, твори и нас смеси
С душою юного поэта
На отдых старцем не спеши!

Республиканский турнир по шахматам и шашкам среди членов КОС

Физическая культура и спорт имеют важное значение для социальной, психологической и физической реабилитации инвалидов. Если рассматривать проблему с этой точки зрения, то занятия спортом более важны для инвалидов, чем для здорового человека. Необходимо рассматривать инвалида как вполне здорового человека, у которого отсутствует или затруднена важнейшая функция человека - способность самостоятельно передвигаться. Потеря этой функции ведет к психологическому напряжению, которое затрудняет или даже исключает возможность социального контакта с окружающим миром. Развивается комплекс неполноценности, который характеризуется возникновением тревога за свое будущее, потерей личного достоинства и уверенности в себе, возникает чувство жалости к самому себе.

Активные занятия физкультурой и доступными видами спорта восстанавливают утраченный контакт с окружающим миром, создают психологические установки, необходимые для успешного воссоединения инвалида с обществом, Спортивные соревнования среди инвалидов, в свою очередь, являются самым эффективным способом пропаганды физической культуры и спорта среди инвалидов. занятия инвалидов спортом являются просто необходимым фактором.

6-9 декабря т.г. на базе ДО «Спутник им. Бейсекова» прошел Республиканский турнир по шахматам и шашкам среди инвалидов по зрению, членов Общественного объединения «Казахское общества слепых».

Данный турнир, был запланирован ЦП ОО «КОС» как и другие культурные мероприятия, целями которых является объединение членов Общества, реабилитация людей с инвалидностью. Принимали участие 72 спортсмена от 19-ти филиалов ОО «КОС». В турнире, согласно «Положению» были разыграны призовые места в четырех группах.

Победители и призеры по видам спорта: шахматы – мужчины: 1 место – Утениязов Амир, Павлодар; 2 место Нурхаев Ерлан, ЗКО; 3 место – Кабыжанов Булат, Семей; 4 место – Жамалидин Кадыр, Кызылорда; 5 место – Рахимов Орал, Кокшетау.

Шахматы – женщины: 1 место – Ташенова Айнагуль, СКО; 2 место – Амантаева Батес, Семей; 3 место – Егембаева Енлик, Тараз; 4 место – Виноградова Любовь, Алматы; 5 место – Токубаева Майраш, Астана.

Шашки «64» – мужчины: 1 место – Гайнулин Данил, Павлодар; 2 место – Медьяров Рамазан, Алматы; 3 место – Ергамбетов Салимжан, Актобе; 4 место – Мигай Сергей, Караганда; 5 место – Искаков Бейсен, Семей.

Шашки «64» - женщины: 1 место – Бейсембаева Сауле, ВКО; 2 место – Ершова Софья, Костанай; 3 место – Хайрулина Жаныл, СКО; 4 место – Терехова Зинаида, Алматы; 5 место – Уразжанова Бигайша, Жетысу.

ОО «Казахское Общество Слепых» ежегодно проводит мероприятия в целях реабилитации членов Общества. При планировании данных мероприятий учитывается проявленный интерес самих участников. Виды и темы согласовываются с филиалами. Проводя эти мероприятия, еще раз убеждаемся, что наш культурный, спортивный потенциал безграничен и полон талантами и сильными духом личностей.

В 2023 году на базе ДО «Спутник» было проведено три мероприятия республиканского масштаба: Республиканский конкурс исполнителей на музыкальных инструментах; Республиканский конкурс пародии на тему РЕТРО-ХИТЫ, популярных исполнителей; Республиканский турнир по шахматам и шашкам.

Все мероприятия: расходы на организацию, проезд, проживание, питание участников, расходы на поощрения призеров финансируются из бюджета ОО «КОС». Это стало возможным благодаря улучшению благосостояния и экономики ОО «КОС».

Нусипбаев М.С.

Оставил в памяти свой след

Сегодня особенный день. К назначенному времени приглашённые гости и сотрудники Республиканской библиотеки для незрячих и слабовидящих граждан собираются в читальном зале. Сразу возникает вопрос почему на таком очень важном мероприятии присутствуют только

отдельные сотрудники, тогда как молодым специалистам было бы очень полезно окунуться в информационное поле прошлого, настоящего и будущего наших специализированных библиотек и специальных библиотек России.

Сегодня 21 ноября 2023 года проводится Международная онлайн-конференция «Человек высокой морали и безупречного принципа», посвящённая 85-летию Александра Филипповича Сапелкина: первого руководителя РБНСГ, организатора библиотечной сети Республики Казахстан, председателя общественного благотворительного фонда «Көмектес», общественного деятеля Казахского общества слепых.

Трудно представить, что уже второй год его нет с нами. До последней минуты жизни он все силы и здоровье отдавал людям.

Международная конференция как бы завершает целый комплекс мероприятий, посвящённых Александру Филипповичу Сапелкину. До этого был проведён шахматный турнир, в котором приняли участие его ученики. Спонсором турнира выступил сын Александр Александрович Сапелкин, проживающий в Астане. Отделом библиотечного развития, библиографии и тифлологии был выпущен биобиблиографический указатель, посвящённый 85-летию первого директора РБНСГ А.Ф. Сапелкина и др.

К этому онлайн-мероприятию была оформлена книжная выставка «Оставил в памяти свой след». На ней были представлены материалы о жизни и деятельности А.Ф. Сапелкина. До 1998 года Центральным Правлением Казахского общества слепых издавался журнал «Еңбек таңы-Заря труда». Когда был выпущен последний номер этого журнала, я, будучи сотрудником отдела тифлологии РБНСГ, написала статью «Тридцать восемь восходов и один закат». Как я помню, во многих номерах журнала, популярного среди людей с инвалидностью КОС, выпускались статьи автором которых являлся Александр Филиппович Сапелкин. Они посвящались не только проблемам РБНСГ и библиотечной сети РК, но и популяризации спорта, бальных танцев, пропаганде чтения по Брайлю и т.д. Это свидетельство того, что Сапелкину А.Ф. было не всё равно как живут, трудятся, чем занимаются, увлекаются люди с инвалидностью и их семьи.

Когда мне предоставили слово, хотелось вспомнить о многом, но времени было мало. Поэтому я сконцентрировала своё выступление на деятельности ОБФ «Көмектес», который был организован по инициативе А.Ф. Сапелкина в 1995 году одним из первых в Казахстане. Проекты, реализованные для людей, помогли сохранить контингент читателей, который стремительно угасал из-за кризиса 90-х годов. Например, «Чайхана милосердия» позволил в течение двух лет устраивать ежедневное питание для 50-60 читателей. В это время проводились беседы, обзоры новинок, дополнительная информация, полезная и нужная. Вторым наиболее запоминающимся моментом был грант, позволивший приобрести компьютеры и организовать курсы для наших детей. С того времени сохранилась фотография, на которой моя дочь пятиклассница учится компьютерному рисованию. На экране парусник, плывущий по волнам. В 2025 году Фонду «Көмектес» исполнится 30 лет. Хотелось бы пожелать нашему фонду, его новым руководителям сохранить и приумножить завоёванный авторитет, память об Александре Филипповиче Сапелкине.

Для всех присутствующих в читальном зале РБНСГ было приятно осознавать, что не только специальные библиотеки РК, но также руководители российских библиотек откликнулись, чтобы принять участие в данной конференции, отдать дань памяти и уважения Александру Филипповичу, а также выразить благодарность за встречи и плодотворную совместную работу.

Из всех выступлений гостей мне запомнились воспоминания директора Калужской областной специальной библиотеки для слепых имени Н.А. Островского Коноваловой Марии Павловны «Специальная библиотека как место сохранения культурного наследия страны». Она искренне благодарила за сегодняшнюю встречу, приглашение и возможность отметить стремление Александра Филипповича налаживать мосты для сотрудничества, обмена опытом работы. При этом не забывать труд ветеранов библиотечного дела, их вклад в выполнение просветительской, воспитательной, образовательной и других направлений работы.

Данная конференция позволила нам – участникам актуального диалога узнать не только о прошлых достижениях специальных библиотек Республики Казахстан, но и о новых методах и формах работы с применением современных инновационных технологий. Например, выступление Ермоленко Екатерины Васильевны на тему «Реализация проекта «Час сказок и

историй» и конкурса «Komiks book», как средство формирования мотивации к чтению у детей с нарушением зрения привлекло внимание тем, что в данной библиотеке уделяется внимание детскому читателю с применением передовых современных форм библиотечной работы.

Мы, сидящие в читальном зале увидели и услышали семнадцать выступлений по различным темам. Все выступающие тепло отзывались об Александре Филипповиче Сапелкине как о руководителе, коллеге, общественном деятеле, внёшем большой вклад в достижения Казахского общества слепых, в развитие спорта, художественной самодеятельности среди детей и взрослых. Об этом с теплотой и благодарностью вспоминали Абибулаева Сара Мажиевна, Курмашева Назира, Никифоров Геннадий Александрович и др. Уже было поздно, когда онлайн-конференция завершила свою работу и все её участники поспешили закончить сегодняшний рабочий день. Но я уверена, что последующие дни мы ещё долго будем жить и работать под впечатлением этого памятного мероприятия.

Мариям Иминова

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

Сколько наличных денег нужно отразить в декларации, казахстанцам напомнили в КГД

В рамках всеобщего декларирования его участники должны указать в декларации свои активы и обязательства, в том числе наличные деньги в сумме не более 10 000 МРП.

В Казахстане полным ходом идет всеобщее декларирование. С 1 января 2024 года в нем примут участие индивидуальные предприниматели, а также учредители и руководители юридических лиц и их супруги.

При этом в первый год они должны будут подать декларацию об активах и обязательствах по форме 250. В ней нужно будет отразить информацию об имуществе, которое имеется на момент подачи документа.

Это также касается денег. Как напомнили в Комитете государственных доходов (КГД), наличные средства казахстанцы должны задекларировать самостоятельно. Причем тут есть потолок – сумма не должна превышать 10 000 месячных расчетных показателей (МРП), или 34,5 млн тенге в 2023 году.

А вот информацию о деньгах, которые хранятся на счетах и депозитах физических лиц в казахстанских банках второго уровня (БВУ), в налоговые органы будут передавать сами БВУ. Такое требование прописано в Налоговом кодексе РК. Как утверждают в КГД, оно не противоречит нормам Конституции, которая гарантирует тайну личных вкладов и сбережений, так как ограничения этого права допускаются в случаях и в порядке, прямо установленных законом, например, в целях налогообложения.

Стоит отметить, что приходить домой к гражданам и проверять правильность указанной суммы наличных денег никто не будет. Однако, если они не были отражены, а затем были потрачены на какую-либо дорогостоящую покупку, то гражданину придется объяснить источник происхождения ранее незадекларированных средств.

Таким образом, основной задачей всеобщего декларирования является обеспечение справедливого налогообложения граждан исходя из размера их доходов. Выявление лиц, уклоняющихся от уплаты налогов, позволит снизить уровень теневой экономики.

<https://news.mail.ru/economics/58977605>

ОБЩЕСТВО И ЛЮДИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

3 декабря во всем мире отмечается День лиц с инвалидностью

На сегодняшний день население мира составляет более 7 миллиардов человек. Более 1 миллиарда человек, что соответствует 15 процентам населения мира, имеют ту или иную форму инвалидности, из них 80 процентов живут в развивающихся странах.

Международный день лиц с инвалидностью отмечается во всем мире ежегодно 3 декабря в соответствии с резолюцией 47/3 Генеральной Ассамблеи от 14 октября 1992 года. Его цель – продвижение прав лиц с инвалидностью во всех сферах общественной жизни, а также привлечение внимания широкой общественности к проблемам лиц с инвалидностью.

Принятие Конвенции о правах лиц с инвалидностью в 2006 году стало логическим продолжением многолетней работы ООН в этой области. А Повестка дня в области устойчивого развития до 2030 года, и ряд основных глобальных стратегий в области развития закрепляют основы деятельности по дальнейшему продвижению прав инвалидов.

180 стран ратифицировали Конвенцию о правах лиц с инвалидностью. 7 задач целей в области устойчивого развития (ЦУР) напрямую затрагивают инвалидов.

Сегодня в Казахстане проживают более 719 тыс. людей с особыми потребностями. Этот день является поводом для того, чтобы вспомнить о достижениях граждан с инвалидностью, их вкладе в развитие общества.

Несмотря на инвалидность многие казахстанцы смогли добиться успехов в различных сферах. Сегодня граждане с особыми потребностями являются депутатами Парламента Республики Казахстан, областных и городских маслихатов, работают госслужащими, учителями, врачами, инженерами, юристами, артистами и т.д.

Эти люди доказывают, что их возможности вовсе не ограничены и что, они могут вести полноценную жизнь: активно занимаются общественной деятельностью, развивают собственный бизнес, достигают высот в различных видах спорта, занимаются танцами и фитнесом, катаются на скейте и ездят верхом.

Люди с инвалидностью активно участвуют в качестве экспертов в обсуждении тех или иных проблемных аспектов жизни. Такая практика положительно сказывается на принятии эффективных решений и способствует дальнейшему совершенствованию системы социального обеспечения наших граждан.

В последние годы в системе обеспечения прав и социальной защиты лиц с инвалидностью произошли и происходят значимые изменения. Казахстан ратифицировал Факультативный протокол к Конвенции о правах инвалидов, который позволяет нашим гражданам направлять индивидуальные обращения на рассмотрение в Комитет ООН по правам инвалидов. В стране действует Социальный кодекс и другие законы, которые гарантируют людям с особыми потребностями право на образование, работу, медицинское обслуживание, социальную помощь и т.д. Принимаются меры по трудоустройству и созданию специальных рабочих мест для людей с инвалидностью. Открываются реабилитационные центры для взрослых и детей с инвалидностью. Совершенствуется система оказания специальных социальных услуг. Во всех регионах республики ведется работа по созданию безбарьерной среды.

В Казахстане будет продолжена работа по развитию инклюзивного общества, в котором каждый чувствует себя полноправным членом независимо от пола, возраста, этнической принадлежности, физических особенностей и любых других характеристик.

Четыре кандидата в депутаты с инвалидностью от четырех партий прошли в мажилис РК на прошедших выборах, и теперь должны представлять во власти интересы этой группы граждан. Событие беспрецедентное: все депутаты с инвалидностью известны своей работой в гражданском секторе.

Самый молодой депутат с инвалидностью – 25-летняя **Динара Наумова** из Астаны. Она прошла в парламент в составе партии Respublica. Многие знают сложную семейную историю

девочки с ДЦП, которую воспитала бабушка со стороны отца. Об этом Динара часто рассказывала в СМИ и своих соцсетях, а также о сложных операциях и реабилитации, которые позволили ей встать с коляски и ходить с помощью трости.

Технолог химической промышленности по образованию Динара стала социальным предпринимателем, открыв инклюзивный сельский центр, где есть детская зона для занятий ЛФК. В поселке Кабанбай батыр Акмолинской области, где она выросла, проживают много детей, нуждающихся в лечебной физкультуре, а возить их в Астану на реабилитацию родители просто не могут. Девушка шла к созданию центра много лет, искала поддержку в разных проектах. С открытием центра проблемы не закончились. девушке пришлось убеждать местных чиновников в необходимости адаптации входа в здание к нуждам людей с инвалидностью, и это была целая история, которая, благодаря упорству предпринимательницы, завершилась благополучно.

Многие интернет-пользователи знают Динару Наумову благодаря проекту на Ютьюб “1+1”, который стал площадкой для обсуждения проблем инклюзии и мотивирования молодежи на саморазвитие. В декабре 2021 года Динара Наумова получила грант “Тәуелсіздік ұрпақтары” от президента страны.

Тансауле Сериков депутат от партии “Ауыл” из Астаны был внештатным советником министра науки и высшего образования. Многие знают его как преподавателя технического университета в Караганде. Сейчас Тансауле Сериков профессор Казахского агротехнического университета. Он разработал концепцию доступности высшего и послевузовского образования для граждан с инвалидностью. В своих предвыборных обращениях в соцсетях Тансауле Сериков выступал за введение практики инватакси в сельской местности и усиление поддержки семей с детьми с инвалидностью. Депутат активно ведет свои страницы в соцсетях на казахском языке.

Кенжегул Сейтжан, член Народной партии Казахстана из Алматы, незрячий предприниматель. Многие помнят историю, как он приютил в своем хостеле мужчину, оказавшегося на улице без документов после ампутации. Кенжегул двадцатый ребенок в семье. Он окончил вуз по специальности “история, основы права и экономики”, а позже продолжил обучение в магистратуре Англии. Кенжегул Сейтжан владеет несколькими иностранными языками. Он основал успешный проект “Спорт без границ” и был также участником проекта и по финансовой инклюзии ныне покойного правозащитника Вениамина Алаева. В прошлом году несколько банков страны проиграли Кенжегулу Сейтжану в суде. Теперь банкоматы популярных банков доступны для самостоятельного пользования людьми с ограничениями или с отсутствием зрения.

Ерлан Абдиев из Кентау прошел в мажилис от партии АМАНАТ. Мужчина передвигается на коляске, руководит объединением “Инклюзивное сообщество экспертов “Право на город” и является внештатным советником акима Туркестанской области по вопросам граждан с ограниченными возможностями. По образованию Ерлан Абдиев горный инженер и магистр делового администрирования (МВА). Он часто поднимает вопросы безбарьерной среды - участник рабочей группы по адаптации германского СНиПа (строительные нормы и правила) для применения в Казахстане. Его также волнует доступность общественного транспорта и инватакси в Туркестане.

Ерлан Абдиев активен в соцсетях, свои страницы ведет на государственном языке. В СМИ Абдиев рассказывает о результатах государственных программ улучшения жизни людей с инвалидностью. Он против стереотипов о беспомощности людей с инвалидностью и уверен, что при желании все преодолимо и для человека на коляске. В декабре прошлого года Ерлан Абдиев стал обладателем государственной премии “За силу духа и стремление к победе”.

Вместе с сенатором Ляззат Калтаевой, первый депутат Сената Парламента РК с инвалидностью в истории Казахстана, теперь в парламенте пятеро депутатов с инвалидностью. Большая часть из них на коляске. Нет среди парламентариев сложных в интеграции людей с проблемами слуха и речи, с ментальными нарушениями. Из пятерых депутатов с инвалидностью трое – мужчины.

<https://malim.kz/kto-predstavlyayet-lyudei-s-invalidnostyu-v-mazilise-19232>

Почти 40 тыс. лицам с инвалидностью были оказаны меры поддержки занятости

По состоянию на 1 декабря 2023 года различными мерами поддержки занятости были охвачены 39,7 тыс. лиц с инвалидностью (ЛСИ), 31,8 тыс. из которых стали участниками Национального проекта по развитию предпринимательства (Нацпроект), а 7,9 тыс. трудоустроены по квоте рабочих мест. Всего же, согласно сведениям Информационной системы Министерства труда и социальной защиты населения РК, на сегодняшний день занятыми являются 138 тысяч ЛСИ (28,6%).

По состоянию на 1 декабря 2023 года в Казахстане проживает 719,3 тыс. лиц с инвалидностью или 3,5% от общей численности населения, 622 тыс. из которых трудоспособного возраста.

Согласно Социального кодекса РК местные исполнительные органы устанавливают квоту рабочих мест для ЛСИ в размере от 2 до 4% от общей численности работающих (при общей численности наемных работников не менее 50 чел.), без учета рабочих мест на тяжелых работах, работах с вредными, опасными условиями труда. На 1 декабря 2023 года в рамках квоты трудоустроено всего 7,9 тыс. ЛСИ.

В рамках реализации Нацпроекта по состоянию на 1 декабря т.г. на постоянные рабочие места были трудоустроены 7,9 тыс. человек, на молодежную практику – 640 человек, на социальные рабочие места – 921 человек, на общественные работы – 6,6 тыс. человек, по проекту «Первое рабочее место» – 191 человек, по проекту «Серебряный возраст» – 694 человек, по проекту «Контракт поколений» – 3 человека.

Краткосрочным профессиональным обучением было охвачено 426 человек, обучением основам предпринимательства по проекту «Бастау бизнес» – 12,5 тыс. человек. Кроме того, получили гранты на реализацию новых бизнес-идей 1,9 тыс. человек.

Также с 2018 года с учетом международного опыта внедрен порядок субсидирования затрат работодателей, связанных с оснащением специального рабочего места для трудоустройства лиц с инвалидностью. В 2023 году создано более 80 специальных рабочих мест.

<https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/675827>

День рождения DeFacto FM

Признание в обществе и в медиасфере не только области Жетысу, но и всей республики давно по праву заслужил инклюзивный информационный портал DeFacto FM за три года своего существования.

На днях информационный портал отметил свой день рождения. В здании центра обслуживания молодежи города Талдыкорган состоялась конференция для представителей разных сфер деятельности. Здесь присутствовали представители городского акимата, Карьерного центра, служащие сферы культуры и спорта. Были приглашены спонсоры и те, кто верил в создание проекта, поддержав в нужный момент. На протяжении трех лет люди видят, как растет и развивается инклюзивный портал. Работа всех, кто задействован в проекте, доказывает: инклюзия и молодежная инициатива могут быть сильными силами для перемены и прогресса. От руководителя проекта Гульвиры Таубалдиновой каждому гостю преподнесли благодарственные письма за вклад в формировании особенного портала. Красочную атмосферу дополнил духовой оркестр воинской части "Жетысуский гарнизон в/ч 18404 штурмовых войск десанта"

На базе общественного объединения инвалидов "Мейірім" несколько лет назад основан проект инклюзивного портала DeFacto FM. О том каким был путь к успеху, как быть полезными обществу, востребованными, об истории становления DeFacto FM рассказала Гульвира Таубалдинова

– Это история о том, как страстью и упорством превратили идею в реальность, и как наша организация стала тем, чем мы гордимся сегодня. Все началось в 2019 году, когда я осознала, что существует потребность в чем-то новом, вдохновляющем для нашего инклюзивного общества. Я видела какие вызовы стоят передо мной и понимала, что я могу внести свой вклад в решение этих проблем я собрала команду людей, разделяющих мои идеи и ценности, и начала работать над

тем, что стало нашим проектом. Мы с командой взялись за это дело с энтузиазмом и решимостью, несмотря на все трудности, с которыми мы сталкивались.

Преодолев все сложности, команда DeFacto-вцев включилась в рабочий процесс. На данном этапе есть авторские программы, постоянные выпуски новостей и много познавательной информации. Всем этим ребята делятся в социальных сетях. В коллективе работают представители молодежи и лица с инвалидностью. Их объединяет любовь к творчеству. Очень важно выделить ребят с особыми потребностями, которые, несмотря на свой недуг живут полноценной жизнью и дарят свет людям по ту сторону экрана. Их упорству и воле творить может позавидовать каждый человек.

И вот так три года трудится сплоченная команда DeFacto FM во благо народа.

Карлыгаш Бекенова

ИНТЕРВЬЮ

Инвалидность не мешает работать в школе.

Учитель из Алматы делится опытом

Молодая учительница Акбота Онгарова из Алматы – единственный педагог с инвалидностью в школе №204. Обучение на дому не помешало ей получить высшее образование, как и ревматоидный полиартрит не мешает преподавать английский язык и радоваться успехам своих учеников.

– Акбота, как вы пришли в педагогику?

– В университет я поступила не сразу после окончания общеобразовательной школы. В 12 лет мне поставили диагноз, и с 6-го по 11-ый класс я обучалась на дому. В те годы, в 2000-е, нужные мне препараты государство не выдавало бесплатно, поэтому в тот период у меня здоровье было намного слабее, чем сейчас. После окончания общеобразовательной школы я отучилась четыре года в художественной школе имени Кастеева. Пару лет участвовала в выставках, продавала картины на аукционах. После поняла, что искусство, живопись в Казахстане не приносят доход. Хотелось чего-нибудь серьезного.

Мне всегда хорошо давались языки. Я на литературном уровне владею родным языком, русским владею. И я вдруг подумала, хотя мне на тот момент было уже 25 лет, что нужно получить высшее образование и стать преподавателем английского. Год я готовилась к КТА (экзамен для выпускников колледжей, поступающих не по смежным специальностям – Ред.) Я хотела именно преподавать, работать в школе, поэтому выбрала профессию учителя без колебаний.

– А как ваши близкие отнеслись к решению работать?

– Я единственный ребенок в семье, живу с мамой. Она прекрасно отнеслась к моему решению. Мама очень хотела, чтобы я работала именно в государственной школе, чтобы у меня был коллектив, чтобы я общалась, вносила свой вклад в развитие общества. Мое преподавание началось еще задолго до получения степени бакалавра - на третьем курсе преподавала английский онлайн в образовательном центре по подготовке к поступлению в НИШ (ред. Назарбаев интеллектуальные школы).

– Помните ваш первый день в школе?

– В первый раз я пришла в школу во время практики в университете. Было некое облегчение от того, что четыре года учебы позади. Но до этого был момент, когда меня вроде как не хотели брать на практику в школу в Алматы. Обычно же вуз распределяет практикантов, а тут мне из университета позвонили и говорят: “Акбота, ты можешь где-то поближе к своему району

сама найти школу?» Намекнули, что дети и школа – это сложно. Я сказала: “Моя инвалидность не будет влиять на качество образования, которое я буду давать детям. Тем более у меня опыт есть”. Меня все же пристроили в одну школу, и там меня очень хорошо приняли.

– Как дети воспринимают ваши особенности? Говорите ли вы с ними на темы инвалидности, инклюзии?

– Моя инвалидность заметна – кисти рук сильно деформированы. Я сама себе голову помыть не могу, в резинку волосы собрать. Когда нужно написать число на доске, я прошу учеников, так как у меня до самого края доски не достает рука – плечевые суставы не позволяют. Ученики спокойно реагируют на мои просьбы о помощи.

В государственной школе я не чувствую необходимости говорить об инвалидности – спроса от детей нет. Был как-то вопрос от мальчика на перемене: «А что у Вас с руками?» Я объяснила, что это из-за заболевания. Его любопытство буквально минуту продлилось, так как это перемена. Я преподаю в старших классах – они все уже взрослые ребята. Но если будут вопросы, я точно не буду уходить от ответа. А так, реакция детей самая обычная, такая же, как дети принимают любого новенького учителя.

– Были ли сложные моменты при трудоустройстве?

– Я социально активна, помимо школы работаю в социальной организации Ten Qogam в Алатауском районе. Я показываю через соцсети, что это люди с разной инвалидностью, что мы ходим на концерты, я им преподаю английский. Возможно, так мои коллеги узнают об этой стороне моей общественной жизни.

Пока я единственный учитель с инвалидностью в этой школе. Когда я устраивалась, у меня был период обострение болезни – бывает один-два раза в год. Я приходила в школу на коляске. Но никаких вопросов не было. Я даже больше скажу: когда я искала работу, помимо этой школы мне еще от двух школ пришло приглашение на собеседование. Я через конкурс прошла, как и все мои коллеги. Просто у меня был релевантный опыт и рекомендательное письмо от организации, где я готовила учеников в НИШ. Инвалидность свою в резюме указывала, но работодателей это не смутило.

Коллектив пошел мне на встречу. Я медленно поднимаюсь по этажам, и когда 5-минутная перемена, никак не успеть быстро-быстро из кабинета в кабинет прийти. Коллеги это учли и дали возможность преподавать только на первом этаже, ученики сами приходят ко мне. Наша школа новая, пандусы есть – ученица, которая на коляске, приходит на уроки и тоже без проблем передвигается.

– Что самое сложное в вашей работе?

– Сложно, когда ученики хотят быстрых результатов. Они часто сравнивают себя с другими учениками и спрашивают: «Почему у нее такая оценка, а у меня такая?» Объясняю, что сравнивать лучше себя с самим собой - с тем, каким ты был вчера, и каким становишься сейчас. Я в этом году даже на больничный зимой не выходила. Видимо от радости, что я работаю, даже не простудилась.

– А что еще нужно, чтобы учителям с инвалидностью было комфортнее работать, чтобы школы стали еще инклюзивнее?

– Я поняла, что школам нужны специалисты по сурдопереводу, чтобы работать с детьми с проблемами слуха. Очень важно сейчас готовить кадры среди учителей без инвалидности. В Казахстане таких специалистов мало. Я бы и сама освоила жестовый язык, но у меня пальцы деформированы. В целом могу сказать, что сейчас спрос на вакансии в школах вырос сильно. Этого не было пять лет назад, когда я только поступала на бакалавриат.

– Какими достижениями вы гордитесь?

– Я не только преподаю английский, но и участвую с учениками в разных конкурсах - читаем стихи, рисуем. Мои ученики занимали вторые места на школьной олимпиаде. Не так давно один из учеников сказал мне: “С тех пор, как вы начали преподавать, я начал строить предложения на английском”. Конечно, меня радуют такие признания. Успехи детей – лучшая мотивация оставаться работать в школе.

Беседовала Айсулу Асан

<https://malim.kz/invalidnost-ne-mesaet-rabotat-v-skole>

РОДИТЕЛИ И ДЕТИ

Пилотный проект по реабилитации детей с инвалидностью в домашних условиях запущен в Казахстане

Министерство труда и социальной защиты населения РК, Национальный научный центр развития сферы социальной защиты и общественный фонд «Қазақстан халқына» заключили Меморандум о сотрудничестве по запуску пилотного проекта «QH Реабилитация детей с инвалидностью в домашних условиях» в 4 регионах страны.

Данный проект актуален в контексте динамичного роста численности детей с инвалидностью, особенно с заболеваниями нервной системы и нарушениями опорно-двигательного аппарата. Его реализация направлена на улучшение качества жизни детей с инвалидностью в домашних условиях, а также на повышение их реабилитационного потенциала.

Пилотный проект охватит 4 региона: Абай, Кызылординскую, Павлодарскую области и г. Шымкент. Он будет реализован филиалами Национального научного центра развития сферы социальной защиты, которые функционируют на базе учреждений, подведомственных местным исполнительным органам.

В рамках 1 этапа проекта в 4 филиалах уже открыты отделения для подбора технических средств реабилитации (далее – ТСР), где будет проводиться обучение по их использованию, а также по технике безопасности для детей с инвалидностью и их законных представителей. Демонстрационные залы представят различные модели ТСР.

На 2 этапе мультидисциплинарные команды филиалов будут проводить оценку функционального состояния и окружающей среды детей с инвалидностью, а также подбирать технические средства реабилитации на основе медико-социальных показаний и противопоказаний. После обучения рекомендованные ТСР будут переданы в безвозмездную аренду детям для проведения реабилитации в домашних условиях на период установленного курса, зависящего от состояния каждого ребенка.

Реализация проекта предоставит детям с инвалидностью возможность более полного участия в жизни общества и повысит их самостоятельность.

<https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/672489>

Интересный случай из логопедической практики

«Девочка алфавит»

Не так давно ко мне на диагностику привели девочку 6 лет, по направлению ПМПК (Психолого-медико-педагогическая комиссия – это такое государственное учреждение, куда родители приводят детей, если сомневаются в нормальном развитии своего ребенка, где собраны такие специалисты, как психолог, логопед, педагог, невропатолог, психиатр и другие специалисты, которые по очереди проводят свою диагностику ребенку, а потом совместно ставят диагноз и дают рекомендации родителям, о состоянии их ребенка).

По заключению ПМПК, девочке рекомендовали позаниматься с логопедом год, и пройти повторно комиссию для дальнейшего направления ее в первый класс.

После диагностики можно сказать, что у девочки интеллектуальных проблем нет, но речь очень невнятная, очень много звука нарушений присутствуют в речи, поэтому нужна длительная коррекция речи.

После пары занятий было решено, что параллельно с коррекцией речевых нарушений, я буду обучать ее чтению и письму, чтобы подготовить ее в первый класс. При изучении алфавита, я заметила, интересную вещь, что ребенок, который при речи, искажает в слове звуки, такие как: С, Ш, Ж, Л, но когда проговаривает звуки отдельно, то говорит их четко, что вызывает повышенный интерес к данному речевому нарушению, такой случай у меня впервые.

Ведь обычно если при разговоре ребенок в слове искажает звуки, то, когда он проговаривает каждый звук отдельно у него он выходит так же, но не у нее.

Так же можно отметить, что у ребенка повышенный интерес к новым знаниям, выполняет все домашние задания, активна на занятии, стремится всегда к новому, что очень облегчает задачу при ее обучении, ее легко заинтересовать, что сейчас большая редкость, потому что сейчас современные дети все больше уходят в виртуальный мир гаджетов и мессенджеров, что приводит почти к нулевой мотивации к обучению, а это в свою очередь в последствии влияет на получение результата.

Поэтому с данным ребенком заниматься одно удовольствие, на данный момент коррекция речи продолжается, уже поставлен один свистящий звук С, на этом мы не останавливаемся, а идем дальше к новым победам и думаю, что через год мы увидим нашу девочку в рядах первоклашек в обычной массовой школе.

Еркеш Керей

Психосоматика в нашей жизни

«Все болезни - от нервов, и только пять - от любви»

Дорогие читатели в этой статье речь пойдет о психосоматике. Давайте разберемся, что такое психосоматика?

Психосоматика – это наука, которая изучает связь психологических, эмоциональных и социальных явлений с телесными болезнями. С медицинской точки зрения психосоматические расстройства – целая группа заболеваний, которые обычно начинаются на фоне стресса или депрессии.

В последнее время психологи и врачи стали сотрудничать в лечении болезней, которые когда-то считались соматическими (телесными).

Существует несколько причин возникновения болезней:

генетическая или конституциональная предрасположенность органа;

стресс, психотравмы;

внутренний конфликт.

Ниже представлены основные психологические причины возникновения болезней.

Стоит заметить, что это не универсальная таблица и она не заменит традиционную медицину, но может стать хорошим подспорьем в обретении гармонии духа и тела.

Аллергия

Протест, ненависть к близкому, конфликт родителей.

Ожирение

Страх, нерешенные проблемы, самозащита, скрытый гнев.

Бессонница

Вина, тревога, нежелание признавать жизненные реалии.

Воспалительные процессы

Гнев, страх, разочарование, ярость.

Вегетативная дистония

Инфантильность, заниженная самооценка, склонность к сомнениям и самообвинению

Глазные патологии

Недовольство собственной жизнью, высокомерие, злорадство, жесткость, боязнь будущего.

Болезни горла

Творческий кризис, невозможность выразить гнев, злость, подавленные эмоции, ненависть к одному из родителей.

Головные боли, мигрень

Зависть, стремление избежать ошибок, ревность, заниженная самооценка, ненависть, сексуальные страхи, обиды.

Заболевания ушей

Нежелание слушать, неприятие, неуступчивость, изоляция.

Кардиологические нарушения

Черствость, дефицит в жизни любви и радости, трудоголизм, амбициозность.

Как лечить психосоматические болезни?

Принято при лечении психосоматических болезней использовать комплексный подход с участием различных специалистов.

Психотерапия. Применяют индивидуальные и групповые методы для разрешения внутренних конфликтов. Действенными являются семейная, когнитивно-поведенческая терапия, креативная визуализация, психоанализ, гипноз, гештальт-терапия, символдрама (метод кататимного переживания образов), нейролингвистическое программирование, телесно-ориентированные техники, терапия искусством (арт-терапия), танцевально-двигательная терапия. В процессе лечения пациент не просто разрешает имеющиеся проблемы (последствия травм, конфликтов, стрессов), но и прорабатывает способы сопротивления тяжелым жизненным ситуациям в дальнейшем. После этого возобновляется способность контролировать состояние здоровья.

Фармакотерапия. Помогает ослабить проявления болезни и улучшить психологическое состояние пациента. Для временного купирования симптомов может быть показано использование психостимуляторов, успокоительных препаратов, антидепрессантов, медикаментов со снотворным эффектом, анксиолитиков, стресс-протекторов или корректоров нарушения поведения. Лекарства необходимы для борьбы с органическими поражениями (например, при гипертонии, артрите, инфекциях).

Вспомогательные способы. Так как главная причина болезни связана со сдерживанием отрицательных эмоций и внутренних переживаний, то врачи могут рекомендовать пациенту один из методов нетрадиционного лечения. Это может быть медитация, терапия рисованием, музыкой, массаж, различные техники для релаксации, йога. Благоприятно на психологическом состоянии больного сказываются спортивные тренировки (акваэробика, плавание, бег на свежем воздухе), а также общение с животными, например, с дельфинами или лошадьми.

Реабилитация. К процессу восстановления здоровья человека с психосоматическими нарушениями должны подключаться его родные. Усилия близких должны быть направлены на психологическую поддержку и помощь, выстраивание продуктивных, эмоционально открытых отношений, разрешение разногласий.

Как вывод, в здоровом теле – здоровый дух, но также можно сказать и наоборот: в здоровом духе – здоровое тело. Здоровье тела и души взаимосвязанные явления в обоих направлениях. Достижение гармонии возможно при учете духовного (психологического), душевного (психического) и физического здоровья.

Марлен Джакупов

Источники

Говорил ли Ги де Мопассан: «Все болезни от нервов, и только сифилис от удовольствия»? <https://pikabu.ru/story>

Таблица соответствия болезней психологическим нарушениям <https://asgardmed.ru>

Психосоматические заболевания и их лечение <https://hronos-center.ru>

ИСТОРИЯ

16 декабря в Казахстане – День Независимости

Шесть героев Декабрьских событий

В истории казахского народа было совершено немало героических подвигов. Героическими эти подвиги делали люди, чья безграничная любовь к родной земле, к родному народу сохраняла в них решительное желание принести себя в жертву на пути к равенству и свободе казахов.

Некоторые сведения говорят о 10 тысячах, другие перебивают и утверждают, что не меньше 50 тысяч человек собралось на площади. Сегодняшняя молодежь должна знать героические поступки героев дней минувших. В тот день на площадь кроме мужчин вышли и молодые девушки. Их слова и действия навсегда останутся в памяти народа.

Кайрат Рыскулбеков

Кайрат Рыскулбеков родился 13 марта 1966 года в Мойынкумском районе Жамбылской области. Кайрат учился в школе-интернат для детей скотоводов Шуского и Мойынкумского районов. Еще в детстве от отличался пытливым умом и чрезмерной активностью, что поспособствовало его принятию в ряды комсомола в 7-м классе. Позже он был выбран секретарем комсомольской ячейки школы. Ответственность, с которой он выполнял все возложенные на него обязательства, была высоко оценена иными партийцами. В школе совсем еще юный Кайрат увлекался борьбой, а дома становился заботливым старшим братом для своих младших братьев. После окончания школы К. Рыскулбеков пошел служить в армию, откуда вернулся лишь весной 86-го года. При возвращении Кайрат поступил в Алматинский строительный институт.

Будучи первокурсником своего университета, он был избран председателем студенческого совета своего общежития. Услышав о событиях 16-го декабря он, посоветовавшись с одним из своих преподавателей и убедившись в правоте своих намерений, всю ночь агитировал молодежь своего общежития, а на утро повел их за собой на площадь. По дороге к нему присоединились студенты Алматинского трикотажного комбината (АТК).

По словам очевидцев тех дней, в тот момент за ним следовало около 2 тысяч человек. Итогом декабрьских событий в Алма-Ате 1986 года было 99 осужденных человека, двоих из которых приговорили к высшей мере наказания. Одним из них был молодой Кайрат Рыскулбеков. Под давлением цивилизованных стран и отдельных общественных деятелей его приговор был смягчен и Указом Президиума Верховного Совета СССР был заменен на 20 лет лишения свободы. Однако Советская власть все равно привела свой приговор в действие – при конвоировании к Кайрату подсаживают убийцу, который исполняет подлый вердикт. Мало кто верит в случайность трагического конца молодого патриота, но после его смерти еще долгое время место его захоронения оставалось неизвестным.

Күнөдан таза басым бар,
Жиырма бірде жасым бар,
Қасқалдақтай қаным бар,
Бозторғайдай жаным бар.
Алам десең, алындар.
Қайрат деген атым бар,
Қазақ деген затым бар,
Еркек тоқты құрбандық.

Атам десең атыңдар! – с этими словами он стойко встретил приговор суда.

Сабира Мухамеджанова

Мухамеджанова Сабира Есимбекқызы родилась 1 января 1970 года в ауле Акмектеп Тарбагатайского района Восточно-Казахстанской области. В 1977 году она переступил порог 1-го класса восьмилетней школы. Эту школу она окончила на «отлично» в 1984 году и поступила в Усть-Каменогорское педагогическое училище.

Вести о Декабрьских событиях не могли остаться лишь в пределах Алма-Аты. Они распространились и на другие города – Жезказган, Шымкент, Караганда. Молодежь Усть-Каменогорска также собралась на мирный митинг на площади. Однако, через полчаса на площадь прибыли сотрудники правоохранительных органов и стали массово избивать молодежь. Около пятнадцати студентов были арестованы. В ходе следствия мнения молодежи не были услышаны. Их действия рассматривались в одностороннем порядке, их обвиняли в национализме. По итогам следствия Сабира Мухамеджанова была признана организатором националистов-противников советского общества. Конечно, шестнадцатилетняя девочка не смогла вынести такого обвинения. Юная девочка пошла на площадь в надежде на счастливое будущее своего народа, пошла с большой верой в справедливость, требуя народного вождя казаха.

Она не смогла стерпеть бесчинства сотрудников правоохранительных органов, и 26 декабря 1986 года она погибла, выпрыгнув с пятого этажа общежития в Усть-Каменогорске. Сабира – одна из первых жертв на пути к независимости. Жертве декабрьских событий Сабире Мухаметжановой было присвоено звание «Почетный житель Тарбагатайского района».

Ербол Сыпатаев

Молодой Ербол Сыпатаев умер от побоев, полученных на площади во время декабрьских событий. Он родился в 1964 году в ауле Коктал Талдыкорганской области, а во время Декабрьских событий учился на 2-ом курсе Алматинского энергетического института.

Родителей у юноши не было, только родственники. Справку о смерти из больницы получил вовсе сотрудник КГБ. Затем он же в сопровождении милиции повез тело погибшего студента на захоронение к родственникам. Прибыли они ночью, их встретили ранее оповещенные родственники. Прибывшие объяснили, что избитого Ербола нашли на площади, а факт смерти зафиксировали уже в больнице. К этому добавили, что убийца студента неизвестен и делом занимается прокуратура. Прокуратура, к слову, действительно возбудила дело, но не о его смерти, а об его участии в декабрьских событиях.

Ербол в разодранной одежде и со взъерошенными волосами укрывал за собой двух девушек от человека с дубинкой, он сумел увернуться от дубинки и поставить подножку стражу порядка, чем свалил последнего на землю. Он крикнул девушкам «Давайте пробираться!» и побежал в сторону многоэтажки, схватив их за руки.

Спускаясь вниз по узкой улочке он оглянулся на грозный голос позади и увидел двух человек в форме. Ербол сказал девушкам: «Бегите, не оглядывайтесь». В это время двое в форме уже догнали и полезли в драку с Ерболом. Ербол долго отбивался, но вдруг его ударили по голове, у него потемнело перед глазами, он споткнулся и упал. Те двое набросились на Ербола, браня на чем свет стоит, били и пинали. От побоев Ербол потерял сознание. Что было дальше он не помнил. Когда пришел в себя и смог еле-еле открыть глаза увидел вокруг себя людей в белых хаталах. Угасающий взгляд Ербола спрашивал: «Спаслись ли девушки?». Но последними

его мыслями были «Я же не шел на площадь за смертью. Что ж теперь будет с родиной?». Ербол Спатаев умер в больнице 23 декабря 1986 года, ему было всего 22 года.

Ляззат Асанова

Ляззат Асанова родилась в июле 1970 года в ауле Акжазык (ныне Айдарлы) Панфиловского района Талдыкорганской области. Окончив школу с отличием, приехала поступать в Алматы. В 1985 году она поступила в музыкальное училище имени П. Чайковского, а в 1986-м стала жертвой декабрьских событий. Она была одной из первых, кто вышел на площадь Брежнева (ныне площадь Республики). Она подбадривала молодежь словами: «Казахи! Хватит жить в неволе! Мы станем свободными лишь тогда, когда завоюем независимость!».

К сожалению, шестнадцатилетнюю девочку задержали сотрудники правоохранительных органов, ее обвинили по ст.65 УК КазССР и отправили в тюрьму. Через несколько дней ее труп был обнаружен в общежитии музыкального училища, был распространен слух, что «она упала с пятого этажа общежития». После обретения независимости благодаря Алтынай Асановой, сестре Ляззат, храбрая девушка была реабилитирована Генеральной Прокуратурой РК.

Шора Карабаев

Шора Карабаев родился в 1951 году на станции Мерке Меркенского района Жамбылской области в семье железнодорожника. Шора окончил исторический факультет КазГУ. За участие в декабрьских событиях 1986 года был осужден на 6 лет по ст.4 УК, из которых отбыл 3 года. Он был одним из тех преподавателей, кто поддерживал дух молодежи во время декабрьского восстания. После отбытия наказания он вместе с коллегами Х. Кожа Ахмет, А. Налибаевым открыл организацию «Желтоксан», организовывал голодовки, участвовал в освобождении оставшихся в тюрьме желтоксанцев. Он также помогал им в решении жилищных вопросов и др. Он приходил раз в месяц к каждому осужденному с какой-нибудь посылкой.

Кайыргельды Кузембаев

Кайыргельды Кузембаев родился в 1959 году в городе Степняк Кокчетавской области. В 1979-81 гг. отслужив в армии, в 1983 году приехал в Алматы. Там он поначалу работал в домостроительном комбинате, затем в СМУ-40. 17 сентября 1986 года спортсмен-дзюдоист пришел на площадь принять участие в освободительном движении. От своего бригадира Азима он услышал, что студенты вышли на площадь. Позже Азим в зале суда выступал за оправдание.

18-го числа он вместе с рабочими вышел на площадь. Затем около 9-10 часов на пересечении улиц Абая и Байсеитовой они помогли девушкам отбиться от преследовавших их военных. Далее с песней «Менің Қазақстаным» они вступили на площадь. Кайыргельды арестовали, когда он возвращался с работы, не дав даже попрощаться с семьей. По решению суда Кайыргельды Кузембаев был осужден на 14 лет лишения свободы.

Кайыргельды Кузембаева в полной мере можно назвать настоящим героем, который во имя справедливости, оставив свою семью, вышел на площадь чтобы защитить казахских девушек и парней.

Нурлан Нурышов

<https://e-history.kz/ru/news/show/4393>

Дулат Исабеков
Бонапарттың үйленуі
(Өңгіме)

Балаға ат қоюға келгенде қазақтан өткен «нахал» ешкім жоқ. Олар дүниежүзілік есімдердің қожасындай оның төбесіне шығып отырып алады да, «мынау ананыкі екен, мынау мынаныкі екен» деп бас қатырып жатпай, қайсысы аузына түссе сонысын алып баласына жапсыра салады. Ол есім жақсы ма, жаман ба, қазақ топырағына үйлесе ме, үйлеспей ме, үйлесе қалған күнде дәл соның баласына келісе ме, келіспей ме – онымен ісі де болмайды. Тіпті, сол өзі құрметтеп отырған адам кім болған, не істеген, ұлты қайсы, қазаққа оның қатысы болып па еді, болмап па еді, оны да ойлап бас қатырып жатпайды. Ат па – ат, сондай біреу болды ма – болды, бола ма – болады, басқасының оған керегі шамалы. Тіпті, әлгі адам бүкіл өмірін қазаққа қарсы жұмсап жүріп сарып етсе де ол оның атын баласына қоюдан тайынбайды. Егер он миллион қазақты аралап шыға алсаңыз дүниежүзіндегі барлық ұлттар мен тайпалардың аттарын түп-түгел кездестіре алатыныңызға кәміл сенемін. Қазақтар үшін дүниежүзілік есімдерді емін-еркін иемдену ХХ ғасырдың 30-60 жылдары аралығында ерекше дамыды. Американың алғашқы президентінен бастап Қараспандағы базарком Оқапқа дейінгі аттар Қазақстанда тың жерлерді игеру науқанындай кең ауқымда емін-еркін игерілді. Дүниежүзілік есімдерді иемдену науқаны барлық үлкен жаңалықтар секілді әр жерде әртүрлі жүрді де, кейбір алыс түпкірлерге тым кеш жетіп, кеш аяқталды. Сол кездегі саяси оқиғалардың тірі көрсеткішіндей Октябрь, Социал, Аврора, Потемкин, Рева, Люция, Коммуна, Стахан, Чапай, Шорс, Роман, Роллан, Максим, Маркс, Энгельс есімді балалар көше-көшелерде құлындай шауып жүрді. Тіпті, бүтін бір мемлекеттер мен астаналардың атына ие боп қалған қара домалақ балалар да аз кездеспейді. Бүкіл республика шетелдік аттарға біршама тояттап, басын астаудан көтеріп, күйіс қайырып тұрған шақта «Жиделі» колхозына бұл науқан енді ғана жетіп еді. Жалпы, бұл ауылға жаңалық біткен жұрттың ең соңынан жететін әдеті, тіпті, совет үкіметі де Сырдан кешіп өтіп, Алланың уысындағы алыс ауылды табамын дегенше де екі жыл жүрген. Совет үкіметі дегенді бұл ауыл кенеттен естіді. Бес қанат қара үйдің алдында қатпа қара кемпір жайбарақат жабағы жазып отырған, екі атты жерден шыққандай табан асты сау ете қалды. Сау ете қалды да ал кеп бұның аты-жөнін, әкесінің атын, қайдан шыққанын, кімнен туғанын, кіммен тұратынын, саяси көзқарасын, бала-шағасын түп-түгел сұрап шықты. Сұрап болған соң: «енді сіз совет адамы боласыз» деді де, аттарына отырып басқа үйлерге кетті. Қара кемпір түкке түсінбей қалды. Феодализм кезінде түткен жүнін социализм кезінде де жалғастырып, қаннен-қаперсіз отыра берді. Бүтін бір дәуірден бүтін бір дәуірге жүн түтіп отырып-ақ аттап кеткенін ол ойлаған да жоқ. Ертесіне де ойламады, өйткені ойланатындай ештеңе де өзгермеді: сол ауыл, сол адамдар, сол үй, сол жүн, сол тіршілік, сол күлкі, сол мұң. Тек бір жарым айдан соң ғана бір қараша үй қызыл отау деп аталып, маңдайшасында: «Жолсы билер жасын кедлер» деген ешкімге түсініксіз бір жазу мен орысша боқтай алатын «көзі ашық» мұртты қазақ пайда болды. Әлгі қызыл полатнайда қандай сөз жазулы тұрғанын ол үш күннен соң кешке қарай он шақты қиқы-жиқы адамды жинап алып түсіндіріп берді. Сөйтсе, ол ұран екен. Ұран болғанда да кісінің зәре иманын ұшырататын ұран боп шықты. «Жойылсын байлар, жасасын кедейлер!» Міне, гәп қайда! Ал бұлар осындай үзілді-кесілді саяси ұранның астында үш күн бойы (!) мамыражай өмір сүріп келген!

Жұрт жұмылып іске кірісті де кетті. Алты күннің ішінде бай жойылып, кедейлер ғана қалды. Келесі айда ұранның «Жолсы билар» деген жартысы өшіріліп, «жасын кедлер» деген екінші жартысы ғана қалды. Сөйтіп, бұл өңірде жаңа өмір – кедейлер өмірі басталды.

Сол қатпа қара кемпірдің бүгінгі ұрпағы Әбдәшім қазір осы ауылда падашы. Оның он бір баласы бар, бесеуі қыз, алтауы ұл. Соның алтыншы ұлы, яғни, ұлдан кенжесі туылғанда бүкіл ауыл боп оның атын бір ауыздан Бонапарт қойды. Баяғы осы ауылда алғаш пайда болған орысша боқтай алатын мұртты қазақтың бүгінгі ұрпағы бұл баланы осылай атаса өте дұрыс болады деп шешті. Бонапарттың кім екенін білінкіремей бір топ қиқы-жиқы қазақ дағдарып қалды.

«Бонапарт – француз деген елдің патшасы. Олардың күшті әскері болған, бұл соның командирі, – деп дәлелдеді ол ойын.

– Немене, балаң Бонапарттай болса тақияңа тарлық қыла ма?»

Баланың әкесі Әбдәшім: – Тарлық қылмайды ғой, – деп күмілжіді. – Бірақ, тым шетел екен. Осы өзіміздің совет мәмләкәтінен сол сияқты ешкім жоқ па?

– Бар, – деді осы ауылға алғаш орысша боқтауды үйреткен қазақтың тұқымы. – Котовски бар, Шорс бар, Чапай бар. Бірақ олардың бәрі қойылып жүр. Біз ешкімде жоқ жаңасын алайық. Өскесін балаң да бәрімізге риза боп жүрсін.

– Тым шетел екен-ау... – Несі бар шетел болса! Ұлттық тар шеңберде қалмай кеңірек, биігірек ойлау керек. Олар да біздің аттарымызды алып жатыр ғой. – Қандай аттарды? – Бүкіл әмірика мен неміс елін алып қараңдаршы, Конрад деген фамилиядан аяқ алып жүре алмайсың. – Конрад? – Иә, Конрад! Ол кәдімгі сіз бен біздің руымыз! – Қоңырат па? – Енді қалай? Қоңырат! Қиядағы бір елдер бізді сыйлап, руымызды фамилия қылып алып жатқанда біздің томаға тұйық жатқанымыз ұят емес пе? Олар да ел, олар да мәмләкәт. Бонапарт та бір елдің азаматы. Есіте қалса ұрпағы қуанар, естімесе әруағы разы болар.

Мұртты қазақтың бүгінгі ұрпағы логикалық жағынан жұртты жеңіп кетті де, Әбдәшімнің баласы Бонапарт деп аталды. Той тойланды, азан шақырылды, ат қойылып, ресми бекіп кетті.

Әбдәшімнің сол кенже ұлы үйленетін бопты деген хабар шыққан кезде шағын ауылдың жігіттері бір дүрлігіп қалды. Дүрліккенде, үйленген адамды көрмей жүргендіктен немесе Бонапарттың жігіт болғанына керемет қуанғандықтан емес, просто тойдың арақсыз өтпейтінін ойлап қуанысты. Жаушы жіберу, құда болу, бетке ұн жағысу, қызға белгі салу т.с.с. толып жатқан жоралғылар артта қалып, той күні белгіленді. Ерігіп жүрген ешкім жоқ, жұрттың бәрінің шаруасы бар, сондықтан той болатын күнді жұртқа күні бұрын хабарлау қажет болды. Сөйтіп, аттай бір айдан соң Бонапарт келіншегін алып келу керек боп шешілді.

Тойға аттай бір ай қалғанда, кешке қарай Әбдәшімнің үйі кенет абыр-сабыр болды да қалды. Әйелдер сыбырлай сөйлесіп, ауладан балалар аласталып, иттер ұясына қуып тығылды. Айрықша күтпеген оқиға кезінде жиналатын ауылдың бес-алты шал-шауқаны мен көзқарақты төрт-бес еркегі Әбдәшімнің түпкі үйіне кіріп алып, ұзақ кеңесті.

– Қырсық! – деді әлден соң орта жастағы Дөржан ашық тұрған терезеден жартылай шегілген папирасын шиыра лақтырып. – Туғаннан қырсық еді, әлі қырсығып келеді. – Масқара! – деді қалпе шал көзін жұмып. – Енді ел-жұртқа не дейміз! – деді Дөржан терісіне сыймай.

Дөржан – бұларға екі атадан барып қосылатын ағайын, яғни Бонапарттың немере ағасы боп келеді. Жас жағынан алғанда ол Әбдәшімнен бес жас кіші, бірақ, әкесі Әбдәшімнің әкесінен үлкен, сондықтан ол бұлардан өзін биік ұстауға, ақыл-кеңес беруге, керек жерінде дауыс көтеруге, тіпті, азаматтық право жағынан төмен тұрған бұлардың кейбір шектен шығыңқырап бара жатқан тентектеріне ауық-ауық қол жұмсап қоюына, тіпті, шешелерінен боқтауға да қақысы бар.

– Құдд-аның күдіреті!... – деді Рәт ақсақал өзімен-өзі ақылдасқандай аспанға қарап. Жерге жайылған кең дастарқан төңірегіндегі адамдар тағы үнсіз қалды. Ауыр ойдан бәрінің еңселері түсіп, алдарына қойған кеседегі шайларының әлдеқашан суып қалғанына ешқайсысы да мән берген жоқ. «Төтенше комиссия» Әбдәшімнің үйінде ерекше оқиғаны талқылап жатқан шақта бүкіл ауыл колхоздың басқарма мүшелерінен бастап мектептің педсоветіне дейін дүрлігіп, сол жақтан келетін хабарға құлақ түрумен болды. Ауылды аяғынан тік қойып, құлақ біткенді қалқайтып кеткен не еді соншалықты? Мәселе... Қысқасын айтқанда, бір айдан кейін келіншек әкелетін боп отырған Бонапарт сүндетке отырғызылмаған боп шықты. Бұл күтпеген оқиға еді. Оның әсері төбеден жай түскеннен бір де бір кем болған жоқ.

– Қап! – деп тағы бір күрсінді Дөржан ішін өртеп бара жатқан күйікке шыдай алмай. – Қап! Айналдырған алты балаға жөндеп қарай алмай!.. Әй, адам алты бала емес, алдындағы алты жүз қойдың да қайсысы қалай екенін біліп жүреді ғой. Немене, алтыншы балаңа келгенде албасты басып қалды ма бәріңді!.. – Енді... тірлік, тірлік деп жүріп... Қалай ұмытып кеткенбіз... басым жетпейді, – деп күмілжіді Әбдәшім. – Тіршілік бәрімізде де бар. Осы отырғандардың біреуі бос емес, – деп Дөржан отырғандарды қолымен сыпыра көрсетіп шықты. – Ал, мына ақсақалдың тоғыз ұл, он алты немересі бар. Шаруасы сенен де көп. Бірақ ол бірде-бір баласын ұмытып сен секілді масқара болған жоқ. Солай ма, ақсақал? – Құдай бетін аулақ қылсын, – деп шал сақалын ашулана сипады. – Ал, сен ұмыттың... балалар ұмытты, ана қатының қайда қарап жүр? – Ол да... Жұмыс... бала көп... Масқара боп. – Масқара! Масқараның көкесі әлі алда! – деді бұларға ұрысуға

да, кей сәтте қол жұмсауға да моральдық правосы бар Дөржан. – Бұл хабар ертең құдалардың құлағына шалынсын, масқараның көкесін сонда көреміз.

Бұлардың ашу-ызасы қанша қатты болғанымен осы кезге шейін өз іштерінде еді, Дөржан кеп қазанның қақпағын ашып қалғанда оның тұншыққан буы аспанға атылып, шудасы әп-сәттің арасында бұларға әләзір сын көзбен қарап отырған құдалар ауылына қарай шұбатылып жүре берді. Онсыз да тығырықтан жол таппай амалы құрып отырған дастарқан басындағылар мынадай келеңсіз әңгіменің құдалар ауылына жетпей тынбайтынын ойлағанда әрқайсысы отырған-отырған орнында қара жерге кіріп кете жаздады. – Ал, енді не амал бар? – деді Дөржан отырғандарға түгел қарап шыққан соң «бәленің бәрі сенде» дегенді танытып Әбдәшімге қала қарап: – Не айтасың? – Не айтушы ем... Масқара болдық. Бір албасты басыпты...

Өлі тыныштық қайта орнады. Ол тым ұзаққа созылып, еңсені езіп бара жатыр еді, кенет Масақбайдың үні естілді. – Осы уаққа шейін түк сезбей келіп-келіп, дәл бүгін қалай біле қойдыңдар? – деді ол жұрттың бәрін кінәлаған дауыспен. – Нені? – деді өз қиялымен өзі боп отырған Әбдәшім, әуелгіде түкке түсінбей. – Нені болушы еді, әлгіні де! Балаңның бәлесін айтам! Жүріп-жүріп кеп дәл әйел алатын кезде!.. – Ол мырс етіп теріс айналды. – Ақыры ұмытқан екенсіңдер, сол бойы ұмытып жүре бермедіңдер ме? Енді кеп табан асты елді дүрліктіріп. Солай-ақ жүре берсе... балаларының аузы қисық болады деп пе едіңдер. Отыр ғой анау теміржолдың ар жағында бір қора орыс. Дау да жоқ, дамай да жоқ, балаларының бәрі балапандай сүп-сүйкімді. Ал, қыздары қандай сұлу, үріп ауызға... – Әй, Масақбай, не оттап отырсың! – деп Дөржан оның сөзін бөліп жіберді. – Кімнің сұлу, кімнің албасты екенін сенен біреу сұрады ма? – Енді... сұрамаса айтпау керек пе? – Ал, құдаларға не дейміз? Соны ойласайық та. – Е, оларға не деу керек? Ештеңе демейміз. Олардың... біздің ішкі шаруамызда несі бар? Тексереді дейсің бе?

Ол суып қалған шайын ұрттағаны сол еді, ойына қайдағы бір бәлелер түсіп пысқырып кеп жіберді. Бүркілген шай жамбастап жатқан Дөржан мен ең үлкен ақсақал Рәттің бетін жуды да кетті. Әлдене дегелі аузын аша берген Дөржан мен ауыл басына туған мынадай ауыр жағдайдан жол табу үшін дамылсыз сақалын салалап отырған Рәт суға түскен мысықтай пысқырынып, табан асты өздерімен өздері әлек болды да кетті. Рәт ақсақал жұқа шапанның ішкі қалтасынан шаршысын алып, көзін тарс жұмған бойы бет-аузын сүрте бастап еді, үй иесі Әбдәшім есік жаққа қарап өрт шыққандай айғай салды. – Су, су әкеліңдер! Тез!

Күні бойы тек осы жарлықты ғана аңдып есік алдында тапжылмай отырғандай қағылез қара бала жез шылапшын мен жез құманды алып үйге жалаңдап кіріп келді. Оның шапшаң қимыл-әрекеті мен жарқ-жұрқ еткен көз жанарына қарап, қолға су құю үшін емес, біреу-міреудің кесілген басын алып кету үшін келген екен деп ойлап қалуға болар еді. Тым болмаса айыбымды осымен жуайын дегендей Масақбай да жалаңдап тұрған баланы Рәт пен Әбдәшімге қарай жалмажан итере қойды. Бетіне шай бүркілген екеуі кезек-кезек шайынып алды.

– Харамы тірлік! – деді Рәт ақсақал бетін орамалмен сүртіп жатып. – Бұл кәпірдің аузынан шашыраған шайдан харам судың иісі шығады дүр!.. – Бә-сс-се! – деп Дөржан Масақбайға ызбарлана қарады. – Неғып бұл табан асты лепіре қалды десем, бір бәленің доғы бар екен ғой. Таң атпай қайдан ішіп жүрсің ей, а?

Масақбай тас керең адамша мелшиіп отыра берді. – Әй, айтсаңшы, таң атпай қайдан ішіп жүрсің? Бүкіл ауылда бір тамшы арақ жоқ еді ғой.

Ол жұмған аузын ашпады. – Вот партизан! – деді Дөржан ызаланып. – Қайдан таптыңдар деймін! – Иә, қайдан іштің? – деп Әбдәшім де сұраққа араласты. – Түсіп пе? – Ол иегімен дүкен жақты мегзеді. Масақбай басын болар-болмас изеді де: – Жаңа ғана, – деді күбірлеп.

Рәт ақсақалдан басқа еркектердің бәрінде белгісіз бір шыдамсыздық пайда боп қозғалақтай бастады. – Сөзбұйдаға сала бермей тез шешейік – деді Дөржан әлгі хабардан соң кенет жұртты асықтырып. – Көп езіп отыратын не бар, кессек кесейік, кеспесек осы бойы жүре берсін.

Сөйтіп, ауылдағы «төтенше комиссияның» шешімі бойынша Бонапарт сүндетке отырғызылатын болды. Ол көп ұзамауы тиіс, бүгін, лажы болса жұмыстан шақырып келіп түске шейін-ақ тындырып тастау керек деп шешілді. Мұндай асығыстық биылғы жылғы ауа райының аса қолайсыз боп, күннің тым ысып тұрғанына байланысты еді... «Төтенше комиссия» мүшелері осындай аптап кезінің өзінде де кесілген дененің ары кетсе он бір, он екі күнде жазылатынын, тым болмады дегенде Бонапарттың басқасын былай қойғанда жолға жүруге жарап қалатынын анық есептеп алып, асығыс бата жасады. Рәт ақсақал өз шешімінің ләззатына шомып оңаша үйде шай ішуге қалды да, орта жастағылар Масақбайды алға сап колхоз дүкеніне қарай шұғыл

аттанды. Есік алдында тұрған үш аяқты екі мотоциклдің біреуі өрістен мал алып келуге, екіншісі Бонапартты әкелуге кетті.

Аула ішіндегі балалар жататын жаздық киіз үй түгел босатылып Бонапартқа берілді. Арада екі сағаттай уақыт өткенде операция басталып кетті: киіз үйдің ішінде Рэт ақсақал Бонапартты сүндетке отырғызып, бастырма астында Масақбай мен Дөржан қара қошқардың терісін сыпырып жатты.

Бонапарт, әрине, бос жүрген адам емес, ол да өзгелер секілді коммунизмнің материалдық-техникалық базасын жасауға белсене атсалысып, бөлімшенің шеберханасында мотористің көмекшісі қызметін атқарып жүрген. Бір емес екі күн қатарынан жұмысқа келмеген соң шеберхана меңгерушісі Испанәлі мен моторшы Вьетнамбек үшінші күні кешке қарай Әбдәшімнің үйіне келді. Екеуі аулаға кіргені сол екен Әбдәшім оларды күні бойы андып тұрғандай қақпа алдынан қағып алып, ай-шайға қарамай түпкі үйге кіргізіп жіберді. Төрде дастарқан жаюлы тұр екен. Дастарқан үстінде ашылмаған екі бөтелке «пшеничная» мен грузин коньягін көріп, жұмыс бабымен келген екеуінің ресми жүзіндегі сұстылық табан асты сұйылып сала берді. – Жата берсін, – деді түн жарым ауа аяғын шалыс басқан Испанәлі ауладан шығып бара жатып. – Әбден жазылғанша жатсын, – деді Вьетнамбек Бонапарттың халін өз көзімен көріп тұрып. – Есейген кезде... бұл деген... қиын болады. Нишево! – Ол көзі балпыып жатқан Бонапарттың шашын ұйпалап қойды. – Менің... әйелімнің ағасы... үй... үйленген соң барып нетілген... оған қарағанда сен... сен қайда-а... енді үйленгелі ғана жатсың...

Ертесіне дәрігер Оскар (Асқар) келді. Ол да әйелімен таң ата кетті. – Жата берсін, – деді ол да. – Қанша уақытқа болса да, бюллетень дайын, маған десе екі ай жатсын! – Біреу-міреу тексеріп келе қалса ауруханадан бүгін әкелдік деңіздер, – деп әйелі де оларға ақыл-кеңес берді.

Сонан соң парторг, агроном, бас инженер келді. Сонан соң колхоз бастығы келді. Әбдәшім мен әйелі қонақ күтуден әбден қажып, жиған-терген қаражатын тойға дейін-ақ бітіруге айналды. Келген қонақтардың бәріне ортақ бір-ақ нәрсе айтылды, ол – бұл оқиғаны жан адамға айтпау. Бәрі де уәде берді.

Бонапарт бір жеті жатты – жазылмады, екі жеті жатты – жазылмады. Әбдәшімнің үй-іші әбіржи бастады. Дөржан болса құдайдың құтты күні жұмыстан келе салып Бонапарт жатқан қараша үйге кіреді де: – Қалайсың? – дейді. Ол үндемейді, немере ағасына қарап есі ауысқан адамдай балпыып жатады да алады. Ертесіне тағы келіп. – Қалай? – деді. Ол иығын қозғады. – Қалайсың ей? – деді екі күннен соң. Үшінші күні: – Қалайсың ей, иттің баласы? – деді ашуланып. – Неге жазылмайды о бәлең! – Қайдан білейін... – Сен білмегенде кім біледі, айдалада жүрген мен білем бе? – Енді қайт дейсің. Ойнап жатқан жоқпын ғой. – Сен бәле жұмыстан қашып әдейі жатқан шығарсың. Ары кеткенде он күнде жазылып кететін нәрсе еді ғой. – Сенбей тұрсың ба? – Әрине. Дайын тамақ, салулы төсек. Ей, мынауың не? – Дөржан оның жастығының астынан аузы қылтиып тұрған бөтелкені суырып алды. – Қайнаған су ғой... – деді Бонапарт күмілжіп. – Қайдағы қайнаған су? Оның саған не керегі бар?

Бонапарт не дерін білмей күмілжіп қалды. Дөржан да қазымыр бәле екен, бөтелкенің тығынын ашып иіскеп көрді. Мұрнына сенбегендей тіліне бір-екі тамызды. Енді оның шын арақ екеніне көзін жеткізіп алмақ болғандай жұтып алды да: – Арақ қой мынауың, – деді оған зекіп. – Мұның не? – Жігіттер тез жазыласың деген соң...

Дөржан ойланып отырды да, бөтелкеден тағы да екі рет жұтты. Зоотехникпен таңға шейін ішкен Дөржанның арақсінді денесі әлгі үш-төрт жұтымнан соң-ақ бойы қызып шыға келді. – Ей, сенің мына жатысың жатыс емес, – деді оған төне сөйлеп. – Айтшы, не ойлап жатсың? Бір айдан соң... тойыс, он төрт күннен соң қалыңдығыңды алып келуге барасың... Ал сенің мына гәупек басыңа түк те кіріп-шығатын емес. – Енді не дейсің маған. Өздерің ғой... – Оңбаған, жатып ішер. Ей, баяғыда өзіміз, – ол тағы ұрттап алды, – үш-ақ күнде тұрып кеткенбіз, білдің бе? – Ол баяғыда. Қазір басқа заман. – Мына мисыздың айтып жатқанын қарашы ей, немене, заман өзгерді деп адамның жаратылысы да өзгереді деп пе ең? Терің жаман! Терісінің жамандығы нағашыларына тартып туар ма бұ бәленің. – «Жігіттің жақсылығы нағашыдан» деген. – Жат тыныш, уәж айтады тағы да. Не бетіңмен мақалдатып жатсың. – Енді менің не кінәм бар? – Әкең де оңбаған, сен де оңбағансың! – Дөржан күйікке шыдай алмай арақтан молдау-молдау екі жұтты да, оны қайтадан жерге қоюдың керегі болмас дегендей бөтелкені қолынан шығармаған бойы әңкілдей сөйлеп кетті. – Бәрің оңбағансыңдар! Жүріп-жүріп кеп үйленуге бір ай қалғанда ойлауың! Болды, үндеме! – Ол әлдене дегелі келе жатқан! Бонапарттың аузын аштырмады. – Ертең тағы келем. Тырыссайшы. Жазылам деген ниет жоқ қой өзіңде. – Ол арақтың қалғанын қағып салды да,

бөтелкені ешкім көрмесін деп омырау қалтасына салып қойды. – Ішіңнен құдайға сиын! Бонапарт! Садаға кет сен Бонапарттан. Ол кенет қарқылдай күлді. – Бонапарттарының «Жиделі» колхозында қандай халде жатқанын француз бейшаралар естісе қалай болар екен,ә! Естігенімен қоймай келіп көрсе!.. Ах-ха-ха! Бонапартқа да сол керек! Ол есікке жете беріп кері бұрылды да: – Ішпе арақты! Сені құртып жатқан сол! – деді де тәлтіректтей басып шығып кетті.

Бонапарттың жайы ағайын-туысты шынымен әбігерге түсірді. Қалыңдыққа баруға он күн қалғанда ауылдағы баяғы «төтенше комиссия» Әбдәшімнің үйіне сәскеге жуық тағы жиналды. «Комиссияның» шешімі бойынша Бонапарт молдаға қаралды, кешкілік ақ тауықпен аласталды, қара қой сойылып еті жұртқа таратылды, әулиенің басына түнетілді, үй сыртынан мылтық атылды. Бәрі зая кетті. Ағайын-туыстың амалы таусылып, енді не істерлерін білмей салдары суға кетіп отырғанда үйге Масақбай кіріп келді. – Бір сағаттан соң орталық телевизиядан Кашпировскийдің сеансы беріледі. Ол деген нағыз әулие. Қырық жыл жатқан салды орнынан тұрғызып, таздарға шаш шығарып жатыр. Телевизорды Бонапарт жатқан үйге шығарайық. – Онда розетка жоқ – деді Әбдәшімнің барлық жағдайдан жақсы хабардар кенже қызы тақ етіп. – Жоқ болса о бәлені сүйемелдеп телевизор тұрған бөлмеге әкелу керек. Дәл солай етілді... Сеанс басталуға он минут қалғанда Дөржан мен Масақбай Бонапартты телевизор алдына әкеп жатқызды да, осы сеансты баяғыдан көрмек боп жүрген бала-шаға мен қыз-қырқын, кемпір-кешек түгел көрші үйге көшірілді. Сеанс басталды. Кашпировский әсер етті ме, әлде өздеріне ғана белгілі бір күйдің әлдінен бе, әлден соң Масақбай мен Дөржан қалғып-мүлгуге кірісті. Сеанс сиқырына енген адам әдетте арнайы бұйрық алғанша оянбау керек еді, бірақ, бұл екеуі ауық-ауық селт етіп, Кашпировскийге бір, көзі балпып жатқан Бонапартқа екі қарап қойып, ара-арасында сөйлеп отырды. – Қалай? – деді Дөржан бір оянып кеткен кезінде немере інісіне қарап. Бонапарт үндемеді. – Әсері бар ма? – деді Масақбай жақсы жауап алуға зарыққан үнмен. Ол тағы үндемеді. Кашпировский сөзін жалғастырды: «Мен аурулардың атын атамаймын. Менің сөздерімдегі белгісіз құдірет ауру атаулының бәрін өзі тауып жатады. Адам организмінде біз білмейтін тылсым қуат бар. Мен соған сенемін. Ол күшті біз ешқашан анық айта алмаймыз. Менің сөздерімнен кейін сіздердің бойларыңыздағы сол ғажайып қуат оянады. Оянады да тәндегі кесел атаулымен өзі күреседі. Сеанс кезінде сіздер ештеңе ойламаңыздар, бойдағы кесел жайлы ұмытып кетуіңізге де болады. Сонда да сеанс құдіреті ауруды өзі іздеп табады. Мен жайлы не ойласаңыздар да еріктеріңізде. Мен оны көңіліме алмаймын. Өйткені мен сіздерге жақсылық қана тілеймін...»

– Сен неге ұйықтамайсың ей, – деді Дөржан тағы бір селт ете түскенде інісіне кейіп. – Тұмшалап жауып апсың, ашып отыр, ашып отыршы, – деді Масақбай Бонапарттың үстіндегі жұқа көрпені төмен ысырып. – Ұялма. Еркектер ғана отырмыз ғой. Во, осылай... Ол Бонапартты жалаңаштап қойды.

«Сеанс кезінде сіздер өз тірліктеріңізбен айналыса беріңіздер. Үйге көршілеріңіз келсе, немесе отта тұрған шәйнек қайнап кетсе, бала жыласа – телевизор, алдынан тұрып кете беруге болады. Сеанс құдіреті бәрібір сізді іздеп табады. Енді ояна бастаңыздар. Команда беремін. Онға шейін санаймын. Бір. Екі. Үш. Сіздердің ұйқы құшағына еніп, белгісіз бір құдіреттің әсерінде отырғандарыңыз – жақсылықтың нышаны. Төрт. Бес... Енді ояна бастаңыздар. Алты. Жеті...»

Сеанс біткен соң Дөржан мен Масақбай Бонапартты қараша үйге қайта апарып тастады. – Енді жазыласың, – деді екеуі қосарлана сөйлеп. Дөржан жастықтың астына қолын жүгіртіп көріп еді, іздеген нәрсесі жоқ боп шыққанына іштей налып қалды. – Жоқ па, әлде тығып қойдың ба? – деді Дөржан, інісі төсекке жайғасып болған соң. – Анау, керегеде ілулі тұрған грелканы ал... – Маладес! – деді Масақбай әйелі ұл тапқандай қуанып. – Алқаш, – деді Дөржан грелканың аузын ашып жатып. – Бүйте берсең өмірі жазылмайсың, арақ сіңген теріге бір емес он Кашпировский де түк істей алмайды, білдің бе?

Көршіге кеткен бала-шаға мен келін-кепшіктер шуылдап аулаға кіргенде, Дөржан мен Масақбай грелканы қойындарына тығып қараша үйден атып-атып шықты.

Әбдәшімдер әулеті келген қонақтардың бәрінен бұл оқиға туралы жан адамға тіс жарып айтпауын қанша қадағалап тапсырғанмен, ел құлағы елу, күйеу жігіттің мынадай маскара күйде жатқаны жайлы хабар сыздықтап отырып құдалар жағына да жеткен еді. Әуелгіде олар сенбеді. Қауесет ұлғайып бара жатқан соң қыз әкесі түнделетіп Әбдәшім аулына бір жансызын жөнелтті. Ертесіне ол қайтып келді. «Не болды? деп анталаған жұртқа ол: – Маскара болдық, рас екен, – деді салы суға кетіп. Әйелдер бетін шымшып, еркектер үнсіз күрсінуге болды. Қалыңдық түпкі үйге кіріп алып ағыл-тегіл жылады. Сол күні түнде бұлардың да үйінде «төтенше комиссияның»

жиналысы өтті. Мынандай бұрын-соңды болмаған қорлыққа төзе алмаған қыз әкесі ет жақын ағайындарымен бір түнде Сырдың ар жағындағы жаңа ашылып жатқан совхозға көшті де кетті.

Бұл екі арада Бонапарттың да беті бері қарап, атқа отыруға жарап қалып еді. Әбдәшімнің үй-іші мен жақын туыстары Бонапарттың аман-есен жазылғанына қатты қуанып, Аллаға разылық білдіріп жұма намаз күні қара тоқты сойып той жасады. «Әуелі құдай, сонан соң Кашпировский! – деп Масақбай өзеуреп қоймады. – Оған телеграмма жолдамасаң адамгершіліктен айрыламыз». Кашпировскийге телеграмма жолданды.

Дөржан мен Масақбай Бонапарттың жазылғанын жұртқа көрсету үшін кешқұрым оны тор атқа мінгізіп алды да, ауылды бір айналып шықты. Қайтар жолдарында совхоз кеңсесіне соғып, оның алдында тұрған Держинскийдің ескерткішіне гүл қойды. Бұлар ескерткіш қасына келгенде водовоз айдайтын Маркен ескерткіштің шаңын жуып болып, әлдекімді сыбап боқтап, шлангаларын жинап жатыр екен. – Кімді боқтап жүрсің ей? – деді Дөржан оны қорқытпақ боп. – Кімді болушы еді, әйтеуір сен емессің. – Енді кімді? – Бәрін. – Онда мен де кеттім ғой. – Кетсең кет, өзгелерден әулиемісің? – Көппен көрген ұлы той, жарайды, кеттім, – деді Дөржан мынандай қуанышты күні дарқандық танытып. – Атам заманғы милицияның бастығына ескерткіш қойып, – деп бұрқылдады су тасушы, – бұл біздің ауылға келген жоқ, біздің ауыл оны танымайды да, сөйтіп оған ескерткіш қояды. Қойса қойсын-ау, жууын айтсайшы. Өзін шинелімен қойыпты, қатпар-қатпарына тұрған шаңды кетіру құдайдың бір азабы. – Оған нең кетті, суды шашасың да кетесің. – Нем кетуші еді, уақытым кетеді. Бұл үшін совхоз директоры маған бір тиын да төлемейді. Ал мен бір рейсті кем жасаған боп шығам.

Ол сөздің аяғын орысша-қазақша боқтаумен бітірді де машинасына отырды. – Маркен, біздің Бонапарт жазылды, – деді Масақбай ат үстінде қыздай сызылып отырған жігітке сүйсіне қарап. – Жазылмайтын ол СПИД деп пе едің, әрине жазылады. – Жүз граммға қалайсың? – Жоқ. Тағы бір рейс жасауым керек. Мынаған кеткен уақытымды өтемесем болмайды, – деп ол Держинский ескерткішіне қарап қойды. – Бүрсігүні құдалыққа барамыз, қаласаң бірге жүр. – Қайдағы құдалық? – Не, білмейтін бе ең? – Білем, бірақ бармайсыңдар? – Неге? Не деп тұрсың өзің? – Сол, бармайсыңдар. Құдаларың көшіп кеткен. Алдыңүні «үйленуге бір ай қалғанда сүндетке отырғызылып жатқан жындыға беретін қызымыз жоқ» деп олар әулетімен Сырдың ар жағына көшіп кетті.

Осыны айтты да Маркен есігін сарт жауып жүріп кетті. Төбелерінен жай түскендей бұлар бір-біріне қарап сілейіп тұрды да қалды. Сол күні түнде бұл хабардың рас-өтірігін анықтап білу үшін Әбдәшім құдалар ауылына бір жансызын аттандырды. Ертесіне ол қайтып келіп, анталап тұрған оларға: – Масқара болдық, рас екен! – деді салы суға кетіп. Ағайындар арасында дау-жанжал бұрқ ете қалды. Бәрі Әбдәшімді жерледі, «есек» деді, «шошқа» деді, «мисыз» деді, теңемеген жан-жануарлары қалмады. Оны біржола илеп болған соң баласына ауысты. Оны да «ит» деді, «шошқа» деді, «терің адамның терісі емес, доңыздың терісі» деп ұрысты. «Жалпы, біздің тұқымға тартпағансың» деп келіп, нағашы жұртына да тіл тигізіп өтті.

«Төтенше комиссия» түнделетіп тағы бас қосты. Сол комиссияның шешімі бойынша ел-жұртқа масқара боп отыра берудің енді орынсыз екені айтылып, Әбдәшім ең жақын туыстарымен бірге Созақтың мидай даласына жеті отар қой алып, өз бетінше арендалық әдіске көшіп тынды. Көшкен кезде олар Бонапарт жатқан қараша үйді жұртқа тастап кетті, «барлық қырсық – осыдан» деп жорыды.

Бұл екі арада Кашпировскийдің кезекті сеансы телевизордан тағы берілді. Сеанс кезінде ризашылық білдірген көп телеграмманың бірі етіп, ол Бонапарттан барған мағынасы жат, сөзі бұлдыр телеграмманы оқып өзі де таң қалды. Телеграмма мынандай түрде беріліп еді: «Аса құрметті Анатолий Михайлович! Сіз – жер бетіндегі ең ұлы адамсыз. Сізге дүниежүзіндегі әрбір үй есігінің алдына бір-бір ескерткіш қоюлары керек. Мен, Бонапарт, әке-шешемнің салақтығынан үйленуге бір ай қалғанда сүндетке отырғызылып едім. Есебіміз бойынша ары кеткенде бір жарым жетіден соң жазылып, үйленуге жарап қалуым керек еді. Бірақ жағдай біз ойлағандай болмай шықты. Терім жаман ба, әлде Рәт ақсақалдың ұстарасы дезинфекцияланбаған ба, сүндетім үш жетіде де жазылмай қойды. Құдалар мен қалыңдығымның алдында енді масқара болғалы тұрған жерімде сіз мені құтқарып алдыңыз. Сіздің бір сеансыңыздан соң мен құлан-таза сауығып, атқа мініп шабатын болдым. Екі күннен соң қалыңдығымды әкелуге барамын. Сізге мың да бір рахмет. Қолыңыз тисе біздің ауылға келіңіз. Сізге табынушы – Бонапарт».

Сеанс үстінде ештеңеге түсінбей Кашпировскийдің өзі де тұтығып қалды. – Ғажап! – деді ол әлден соң барып. – Жер беті ғажайыпқа толы деген осы. Жолың болсын, Бонапарт! Үйленуге

көмегім тигені үшін аса қуаныштымын.

Арада он күн өткен соң Әбдәшімнің жұртында қалған қараша үйдің сыртқы жағына қылжақбас жігіттер мынандай жазуы бар тақта іліп кетіпті: «Бұл үйде 1989 жылы 8 июль мен 28 июль аралығында Бонапарт сүндетке отырғызылған». Бұл жазуды көрген адам күлмей өтпейтін болды. Қазақ боп өмір сүру қызық сияқты.

«КУХНЯ НА ОЩУПЬ»

Приглашение друзей

Кто не любит побывать у друзей в гостях дома или быть приглашенным в кафе, а то и в ресторан на праздничный обед в честь друга-юбиляра или по какому либо другому случаю. Я думаю, хорошие друзья всегда с удовольствием откликнутся на это приглашение.

И мы, незрячие товарищи, тоже непротив побывать в хорошей компании, вкусно покушать, поздравить виновника торжества, попеть, пошутить, одним словом хорошо отдохнуть. Именно, на эту тему я и хочу поговорить с вами, наши милые читатели.

Я не мало в своей жизни самых разных формах проводил торжества, связанные с обедами и ужинами на таких торжествах и мне хочется поделиться с вами своими наблюдениями в этой области. Я приведу вам несколько случаев из своей жизни, из жизни своих друзей связанных с такими походами. Дело в том, что тотально незрячие люди или те, у которых очень слабое остаточное зрение нередко сталкиваются с некоторыми неудобствами.

Однажды, я пригласил друзей в кафе на свой юбилей и включил в меню обеда заливную рыбу. Я потом понял, да и мне об этом сказали друзья, лучше бы ты взял мясное из блюд. Рыбу конечно кушали, но для нас это было не очень комфортно: рыба была мокрая, жирная и очень костистая.

Был и такой случай, нам подали блюдо, а рядом с тарелочками не были положены салфетки, а лежали только ножи и вилки. У нас больше половины в кафе пришли люди совершенно незрячие, для которых пришлось попросить, чтобы принесли ложечки, а ножи так и были не востребованы.

Сталкивались мы иногда и с таким фактом, когда приходилось напоминать ленивым аффициантам о их обязанностях – кому-то что-то налить, кому-то переменить блюдо... Для людей без остатка зрения требуется проявить большое внимание, за ними надо наблюдать, чтобы не навязчиво почти не заметно подлить соку или подать хлеба, предложить то, что находится на столе.

Любой организатор, кто проводит такое мероприятие, должен тщательнейшим образом продумать и правильно организовать все тонкости дела на высоком уровне: составить такое меню, чтобы до максимума обеспечить комфортность инвалиду во время обеда. Обязательно положить ложечки, которыми он наверняка воспользуется.

В самом начале необходимо помочь снять верхнюю одежду, затем тихо и спокойно всех рассадить по местам. В конце мероприятия помочь всем собраться, проверить чтобы никто ничего не забыл. Во время обеда, надо попросить обслуживающий персонал, чтобы они должным образом смогли ухаживать за незрячими людьми.

Еще мне хочется сказать о ниже следующем, если вы хотите хорошо организовать и провести подобный вечер так, чтобы люди получили огромное удовольствие лучше всего его провести либо на своем предприятии или в Доме культуры или в клубе. Дело в том, что в настоящее время имеется все условия заказать любое меню непосредственно, чтобы его доставили туда, куда вам надо. Такой подход в решении этого вопроса позволяет больше

разнообразить проведение такого вечера. Наши незрячие товарищи без всякого стеснения как у себя дома могут танцевать и плясать, петь песни и частушки, проводить игры, конкурсы и другие развлечения.

Уважаемые организаторы, дерзайте и проводите такие вечера с хорошим настроением, чтобы они запомнились надолго. Пусть горит зеленый огонек такому отдыху для наших незрячих членов КОС и тех не инвалидов, кто находится рядом с нами. Они те только смогут прекрасно сами отдохнуть, но и оказать посильную помощь нам. Мне остается только пожелать организаторам таких мероприятий доброго пути в хороших делах!

Владимир Ивановский

Антистресс-диета: 3 рецепта для борьбы с тревожностью

Наряду с продуктами, которые усиливают чувство беспокойства – кофе, алкоголь, энергетики – есть те, которые помогают нам держать тревожность под контролем. Связь между едой, настроением и психическим состоянием все больше интересует ученых. Возможно, скоро появится такое понятие, как пищевая психиатрия.

Магний. Улучшает работу нервной системы и помогает нашему организму бороться со стрессом. Продукты, богатые магнием, избавят от бессонницы, беспокойства и головных болей. Этого витамина много в крупах: пшенице, овсянке, гречке, коричневом рисе; зелени, сырых овощах, фруктах и орехах.

Яблочно-овсяная каша с фундуком. Ингредиенты: 1 стакан овсяных хлопьев; 1 крупное или 2 небольших яблока; 2 столовых ложки сливочного масла; 1 чайная ложка молотой корицы; ¼ чайной ложки молотой гвоздики; 100 граммов фундука, грецких или любых других орехов; 1 столовая ложка меда; Соль по вкусу; 2 столовых ложки лимонного сока.

Приготовление: Растопи ложку сливочного масла, добавь к нему замоченную с вечера овсянку и 4 стакана воды. Накрой крышкой и вари, пока каша не загустеет. Яблоки измельчи в блендере или на мелкой терке. Добавь в пюре корицу, гвоздику и соль. Орехи измельчи и немного обжарь с медом. Добавь к ним ложку сливочного масла, яблочное пюре и вари 5 минут. Смешай яблочно-ореховую смесь с овсянкой и добавь к ним лимонный сок.

Пробиотики. Исследование, опубликованное в журнале *Psychiatry Research*, выявило связь между употреблением продуктов с пробиотиками и снижением тревожности. Кефир, йогурт, мягкие сыры, квашеная капуста укрепят твой иммунитет, улучшат пищеварение и помогут психическому здоровью.

Салат с квашеной капустой, яблоком и сельдереем. Ингредиенты: 300 гр. квашеной капусты; 100 гр. сельдерея; зеленый лук по вкусу; 2 некрупных яблока; оливковое масло; соль, молотый перец по вкусу.

Приготовление: Капусту слегка промой, отожми и дай жидкости стечь. Мелко нарежь сельдерей и зеленый лук. Яблоко натри на крупной терке вместе с кожурой. Смешай все ингредиенты с капустой, добавь оливковое масло и специи.

Витамины группы В. Витамины группы В, которые содержатся в банане, яйцах, авокадо, миндале и других продуктах, стимулируют высвобождение серотонина и дофамина. Включи их в рацион и получишь простой и безопасный способ управлять своей тревогой.

Тосты с авокадо и сыром. Ингредиенты: 1 авокадо; 4 куска ржаного хлеба; 100 гр. твердого сыра; 2 зубчика чеснока; майонез; соль, перец по вкусу.

Приготовление: Хлеб поджарь в тостере или духовке и натри зубчиком чеснока. Авокадо очисти от кожуры, избавь от косточки и натри на мелкой терке или разомни вилкой (если очень спелый). Добавь к нему тертый сыр, майонез и специи. Перемешай и намазывай на хлеб. Можешь вместо твердого сыра использовать творожный – так паста получится еще нежнее.

<https://lublu.bb.lv/antistress-dieta-3-recepta-dlya-borby-s-trevozhnostyu>

СПОРТ

Спортивная программа объявлена для Азиатских Пара Игр 2026 в Аичи-Нагоя

Азиатский паралимпийский комитет (АПК) и местный организационный комитет (AIPAGOC) объявили 18 видов спорта, которые будут представлены на Азиатских Пара Играх, которые пройдут в городе Нагоя в префектуре Айти с 18 по 24 октября 2026 года.

В отличие от предыдущих Игр, все 18 видов спорта включены в программу Паралимпийских игр.

Ожидается, что около 3600-4000 спортсменов из 45 азиатских НПК будут соревноваться на тех же площадках, что и на Азиатских Пара Играх за несколько недель до этого. Это будут пятые по счету Азиатские Пара Игры, которые являются крупнейшим пара спортивным событием после Паралимпийских игр.

Полный список видов спорта: пара стрельба из лука; пара легкая атлетика; пара бадминтон; футбол для слепых; бочча; пара велоспорт (трек и шоссе); голбол; пара дзюдо; пара пауэрлифтинг; пара пулевая стрельба; пара плавание; настольный теннис; пара тасквондо; волейбол сидя; баскетбол на колясках; фехтование на колясках; регби на колясках; теннис на колясках.

Президент АПК Маджид Рашед сказал: "Мы рады объявить полный список видов спорта, который даст уверенность спортсменам и НПК, планирующим Азиатские Пара Игры в Айти-Нагое. Проходящие через два года после Парижа 2024 и на два года раньше Лос-Анджелеса 2028, наши Игры позволят спортсменам по-настоящему проверить свой прогресс в масштабной мульти спортивной среде. Они также помогают поддерживать интерес и волнение к пара спорту, так как ожидается много освещения в СМИ для НПК, которые не могут отправить большие делегации на Паралимпийские игры. Мы безмерно гордимся нашими региональными играми, их масштабом и охватом. Они играют жизненно важную роль в развитии паралимпийского движения в Азии".

<https://paralympic.kz>

ПУТЕШЕСТВИЕ

Петроглифы Тамгалы-тас: что они могут рассказать о прошлом

Уже более полутора столетий учёные не могут раскрыть тайну, скрытую за Тамгалы-тас (каз. Таңбалы тас). Кем были те тайные художники, что вырезали эти непонятные рисунки на скалах и какую цель они преследовали, оставив свой след на века? Все эти вопросы остаются без ответов... Но это лишь подогревает интерес к загадочным петроглифам, и туристы со всего мира продолжают приезжать в урочище Тамгалы-Тас, чтобы собственными глазами увидеть наскальные изображения животных, людей, буддистских божеств и почувствовать вечность...

По словам итальянского археолога Рената Сала, урочище Тамгалы-тас является уникальным природным и историко-культурным объектом, где прослеживается история человечества начиная от эпохи бронзы и заканчивая VIII-IX веком нашей эры.

Урочище Тамгалы находится сравнительно недалеко от Алматы. Всего 114 км на север и путешественник из современного мегаполиса попадает в седую древность. Более 4 000 петроглифов и рунических надписей, представляющих большой культурный срез нескольких исторических периодов.

Само название – «Тамгалы» интерпретируется, как «камень со знаками». Ущелье состоит из сланцевых пород и имеет достаточно крутые вертикальные склоны. На многих выходах сланца отчётливо видны выбитые изображения фигур, относящихся к различным эпохам. Это не только период ранней бронзы (3 500 по 2 500 лет до н.э.), для которого было характерно

нанесение изображений, в основном животных: верблюдов, быков, оленей. Знаки более поздних периодов составляют сцены охоты, совершения различных обрядов на которых можно различить фигуры как мужчин, так и женщин. Эти петроглифы предоставляет учёным чрезвычайно ценную информацию о ежедневных занятиях, верованиях, и жизни людей той эпохи.

В ущелье также имеются множество буддийских рисунков, а также надписи, выполненные рунами на древнетюркском. Предположительно они были нанесены представителями народности кипчаков в конце VIII начале IX веков.

Исторический объект «Петроглифы археологического ландшафта Танбалы» является первым памятником наскального искусства в Центральной Азии, который в 2004 году был внесен в Список Всемирного Наследия ЮНЕСКО.

Знаменитый на весь мир археологический комплекс стал национальным символом Казахстана, ведь он уникален по своей композиции и не имеет аналогов в мире. Здесь создан заповедник-музей «Танбалы».

Примерно в 4 километрах от урочища Танбалы туристов ждет небольшой визит-центр. Здесь есть возможность познакомиться с небольшой коллекцией находок святилища. Большинство добытых археологами экспонатов и артефактов отправлены в крупные музеи Казахстана. При входе в урочище установлена подробная карта туристического маршрута. У самых интересных мест святилища находятся подробные указатели. На относительно небольшой территории урочища Танбалы сосредоточено более ста памятников, происхождение которых относится к различным эпохам. Самыми известными являются петроглифы, но еще большой интерес для археологов и туристов представляют могильники, жертвенники, культовые сооружения древних племен, курганы, древние каменоломни. Археологический комплекс содержит исторические сведения и объекты, первые из которых появились в этом месте более трех тысячелетий тому назад. Самые древние рисунки относятся к бронзовой эпохе. Согласно результатам научных исследований установлено, что диапазон нанесения петроглифов составляет период, начиная от бронзового века до XIII–XIV веков нашей эры. Средний возраст петроглифов Танбалы превышает четыре тысячи лет. Наиболее значимой частью комплекса является каньон. На его скалах ученые насчитали почти три тысячи петроглифов. Древнейшие из них, созданные во времена жителей культа солнцепоклонников, высекались на поверхности скал, ориентированные только в определенном направлении. Перед каждой из крупных скал этого каньона есть место в долине, откуда можно увидеть все рисунки бронзовой эпохи одновременно. Сами рисунки Танбалы при этом образуют сложные композиции.

Эти композиции из петроглифов образуют цельное художественное повествование, раскрывающее все подробности древней мифологии племен, которые проживали здесь в эпоху бронзы. Многие из этих рисунков уникальны и встречаются только в этом месте Центральной Азии. Вторая особенность петроглифов – их строгая определенная последовательность. Художники древности воплощали свое искусство по строгой системе и только в определенной экспозиции. Многие петроглифы подверглись реставрации. Некоторые из них были собраны по частям и заново склеены, на некоторых убраны следы вандализма. Одни из самых известных рисунков – изображения «солнцеголовых» людей. Сцены охоты также часто встречаются среди петроглифов. Потребность в искусстве была развита у людей еще с древних времен, о чем напоминают многочисленные сцены танцев. Кроме изображений обитавших здесь животных, таких как пятнистый бык и олень, можно встретить рисунки мифических животных, например, единорогов. Известным является рисунок, который называют «Философ» или «Мудрец». Петроглифы более поздних веков дополнены надписями, выполненными древнетюркскими рунами. На некоторых скалах можно увидеть с одной стороны наскальные изображения бронзовой эпохи, с другой – надписи, нанесенные участниками первых буддийских миссий в Казахстане.

<https://mk-kz.kz/culture/o-chem-rasskazyvayut-drevnie-petroglify-tambaly>

КТО-ТО КОГДА-ТО СКАЗАЛ

Вне зависимости от того, о чем вы мечтаете – начинайте над этим работать! И тогда в вашей жизни начнут происходить самые настоящие чудеса. – Гёте

Красота есть во всем, но не всем дано это видеть. – Конфуций

Единственный способ делать великие дела – любить то, что вы делаете. – Стив Джобс.

Ограничений не существует – чем больше ты стремишься к чему-то, тем дальше сумеешь продвинуться. – Майкл Фелпс

...Дорог было две... Я решил на ходу: туда, где протоптано меньше, пойду, – и все изменилось с тех пор навсегда. – Роберт Фрост (из поэмы «Неизбранная дорога»)

2019 жылы 30 қаңтарда Қазақстан Республикасы Ақпарат және коммуникация министрлігінің Ақпарат Комитетінде тіркелді, № 17491-Ж

Поставлен на учет в Комитете информации Министерства информации и коммуникаций Республики Казахстан 30 января 2019 года, № 17491-Ж

Ақпарат-қоғамдық, көркем / Информационно-общественный, художественный
Айына бір рет шығады / выходит один раз в месяц
Тираж 150

ISSN: 2707-3629

Жазылу индексі/подписной индекс: 26142

Бас редактор / главный редактор Гулбаршин Балгожина
Брайль редакторы / редакторы по Брайлю Марлен Джакупов, Асыл Ажибеков
Брайль корректоры / корректор по Брайлю Ирина Афендулиди

Әдеби кеңес/ Литературный совет:

Әбетхан Тоқтаған

Владимир Ивановский

Мариям Иминова

Ермахан Әбдіраман

Қазақстан Республикасы, 050012, Алматы қ., Мұратбаев көш., 136
(Бөгенбай батыр көшесі қиылысы)

Республика Казахстан, 050012, г. Алматы, ул. Муратбаева 136

(уг. ул. Богенбай батыра)

bgrbarshin@mail.ru