

ҚАЗАҚ ЗАҒИПТАР ҚОҒАМЫ ОРТАЛЫҚ БАСҚАРМАСЫНЫҢ ЖУРНАЛЫ  
ЖУРНАЛ ЦЕНТРАЛЬНОГО ПРАВЛЕНИЯ КАЗАХСКОГО ОБЩЕСТВА СЛЕПЫХ

**АЛТЫ НҮКТЕ**  
наурыз-март, 2026 (98)

**МАЗМҰНЫ**  
**СОДЕРЖАНИЕ:**

**МАҢЫЗДЫ – ЕЛ ӨМІРІНЕН**  
**ВАЖНОЕ В ЖИЗНИ СТРАНЫ**

Президент Ата заңға қол қойды

Қазақстандағы әлеуметтік қызметтер ЖИ  
және проактивті форматқа көшуде

Какие объекты цифровой инфраструктуры  
включены в цифровое правительство

**БІЛУ КЕРЕК**  
**НУЖНО ЗНАТЬ**

Портал социальных услуг расширяет доступ  
к мерам поддержки для лиц с инвалидностью

Инватакси через агрегаторы: услуги получили  
более 38 тысяч раз

**ҚАЗАҚ СОҚЫРЛАР ҚОҒАМЫ ӨМІРІНЕН**  
**ИЗ ЖИЗНИ КОС**

Қазақ зағиптар қоғамы кәсіпорындары:  
2025 жыл қорытындысы

**ҚОҒАМ ЖӘНЕ МҮГЕДЕКТІГІ БАР АДАМДАР**  
**ОБЩЕСТВО И ЛЮДИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ**

Еңбекминінде жұмысқа орналастырудың жаңа  
тетіктері мен мүгедектігі бар адамдардың құқықтарын  
қорғауды жетілдіру мәселелері талқыланды

**АРНАЙЫ ТЕХНОЛОГИЯЛАР –**  
**ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ЛИЦ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ**

Лучшие средства чтения для слабовидящих  
в 2025 году

**АТА-АНА МЕН БАЛА**  
**РОДИТЕЛИ И ДЕТИ**

Қазақстанда «Ерте жастан еңбекке және кәсіпке  
баулу» пилоттық жобасы іске қосылды

В школах Казахстана вводят педагогическое сопровождение для детей из группы риска

Названы ошибки родителей, которые уничтожают зрение детей

Ақыл-ойды шыңдайтын 20 пайдалы әдет

## **ИСТОРИЯ**

### **8 марта – Международный женский день**

История возникновения 8 Марта

Казахстанские женщины-первооткрывательницы, вошедшие в историю

## **ПРОЗА**

Ықылас Ожайұлы. Наурыз – тек жыл басы ғана емес, ізгілік пен жаңару мерекесі

### **«ГОВОРЯЩИЕ КАРТИНЫ»**

"Увидеть картину" без зрения: как музеи адаптируют коллекции для незрячих людей

Художник из Караганды помогает слабовидящим слышать и писать картины

### **«КУХНЯ НА ОЩУПЬ»**

Слепой повар: маленькие секреты больших успехов

## **СПОРТ**

Новая инициатива: женщины в спорте объединяются при поддержке ООН

Ерболу Хамитову присвоено звание «Заслуженный мастер спорта РК»

## **ПУТЕШЕСТВИЕ**

Лучшие страны для путешествий незрячих

\*\*\* \*\*

### **Президент Ата заңға қол қойды**

Референдум бітті, енді алда сайлау күтіп тұр. Халқымыз көп ұзамай Құрылтай депутаттарын таңдайды. Президент саяси науқанның жаңа сессияға дейін өтетінін мәлімдеді. Ал оған дейін кезек күттірмейтін заң жобаларын қазіргі Парламент әзірлей береді. Бүгін Ақордада Қасым-Жомарт Тоқаев Ата заңға қол қойды. Енді Халық Конституциясы 1 шілдеден бастап ресми түрде күшіне енеді. Ал 15 наурызды мемлекеттік мереке ретінде жыл сайын атап өтеміз. Басты құжаттың игілігі бұқараға қашан тиеді?

Қазақстан – жаңа тарихтың табылдырығын аттады. Ал Ата заң айналасындағы алашапқанның нүктесі Ақордада қойылды. Енді елдің тұрмысы да, тынысы да тың құжатқа бет бұрады. Ауқымды жұмыстың ақырғы рәсімі жаңа Конституцияны салтанатты түрде ортаға алып шығумен басталды. Халық Конституциясы. Ел арасында құжатты осылай сипаттап жүргендер бар. Себебі соңғы шешімді қалың қараша қабылдады. Жұртшылық дауыс беріп, таңдау жасады. (ГРАФИКА) 9 млннан аса отандасымыз тағдыршешті таңдау жасады. Бұл барлық электораттың – 73 пайызы. Нәтижесінде 8 млнға жуық адам Жаңа Конституцияны қолдаса, 800 мыңнан астамы қарсы болған. Ал 146 мың бюллетень жарамсыз деп танылды. Референдумға қатысу құқығы бар – 12 482 613 дауыс беруге қатысты – 9 127 192 / 73,12% / Жақтағандар – 7 954 667 / 87,15% / Қарсы болғандар – 898 099 Жарамсыз деп танылған бюллетень – 146 558.

Нұрлан Әбдіров, Орталық референдум комиссиясының төрағасы: – Республикалық референдум заңнамасындағы еліміздің 20 өңіріндегі 3/2-сінде дауыс беруге қатысқан азаматтардың дартысынан астамының оң шешімді жақтап дауыс беру туралы талап сақталды. Сондықтан Жаңа Конституция қабылданды деп танылды. Ал бұл Қазақстанның Жаңа Конституциясы.

Президент Ата заңға һәм Конституцияны іске асыру жөніндегі шаралар туралы Жарлыққа қол қойып, ортақ шешімге негізделген дәуірдің іргесі қаланды. Бұдан кейін Президент барша халықты мерейлі сәтпен құттықтады. Құжаттың жобасы шамамен екі жыл бұрын пысықтала бастағанын еске салды. Кейін мұқият талқыланып, зерделенді. Осылайша, табанды ұжымдық еңбектің нәтижесі ақталды. Президент ілікімді істің жауапкершілігі жайлы бүй деді.

Қасым-Жомарт Тоқаев, Қазақстан Республикасының Президенті: – Біз Халық Конституциясын келешек ұрпақ алдындағы жауапкершілігімізді терең сезіне отырып қабылдадық. Ата заң – қуатты, күшті, бәсекеге қабілетті Қазақстанның жаңа Жарғысы. Жаңа Конституция – көне заманнан бері бабаларымызға бағдар болған дала заңдарының бүгінгі жалғасы, ұрпақтар арасындағы сабақтастық көрінісі. Ата заңда жеріміздің тұтастығы, еліміздің Тәуелсіздігі мен егемендігі, азаматтардың құқығы мен бостандығы қорғалған. Әділет пен заң үстемдік құратыны жазылып, білім, ғылым, инновацияға басымдық берілген.

Қасым-Жомарт Тоқаев жаңа Конституция Қазақстанның жаңа дәуіріне жол ашады деп, енді дамудың даңғыл жолына түсеміз деп мәлімдеді. Ал депутаттардың айтуынша, оның игілігін халық көп ұзамай көре бастайды.

Мұрат Әбенев, ҚР Парламенті Мәжілісінің депутаты: – Медицина саласын ғана айтайық. Барлығын бизнеске шығарып жіберген, тек қана мемлекет берген тізіммен сені емдейді деген. Денің сау болуға құқылысың дейді. Қазір мемлекет айтады сенің денің сау болғанына мен кепілдік беремін. 30 жылда 70 пайыз ауыл ауруханалары жабылып қалған бізде. Енді мемлекет қайтып ашады. Себебі, мемлекет кепілдік береді. Ал мемлекет басшысы жиындағы қауымға нақты жоспар бар, көп созбай оны іске асыруға кірісу керек деді. Осы ретте, Қасым-Жомарт Тоқаев алдағы сайлауды жаңа сессияға дейін өткізу керек деп есептейді.

Қасым-Жомарт Тоқаев, Қазақстан Республикасының Президенті: – Көп ұзамай Парламент қарауына Президент, Құрылтай, Халық Кеңесі, Астананың мәртебесі және еліміздің әкімшілік-аумақтық құрылысы туралы жаңа бес конституциялық заң енгізіледі. Сонымен қатар сегіз конституциялық заңға және 60-тан астам заңға, соның ішінде негізгі кодекстерге түзетулер енгізу қажет. Заң шығару үдерісі алдағы парламент сайлауымен қатар жүреді. Сайлауды жаңа сессияның ашылуына дейін өткізу жоспарланып отыр. Сол уақытқа дейін тиісті заңнамалық база әзірлеуді толықтай аяқтаған жөн. Көп ұзамай Парламент қарауына Президент, Құрылтай, Халық Кеңесі, Астананың мәртебесі және еліміздің әкімшілік-аумақтық құрылысы туралы жаңа бес конституциялық заңдар енгізіледі. Депутаттар бұл жұмысқа білек сыбана кірсуге дайын.

Үнзила Шапақ, ҚР Парламенті Мәжілісінің депутаты: – Қазіргі таңда Парламентке 8 Конституциялық заң, 60-қа жуық ағымдағы заңдар кіреді. Енді Парламент депутаттары Конституцияға сәйкестіріп, жаңа заңдарды қабылдайтын болады. Жұмыс ауқымды, арасында кезек күттірмейтін құжаттар бар.

Марат Бәшімов, ҚР Парламенті Мәжілісінің депутаты: – 13 заң міндетті түрде 2 айда қабылдауымыз керек. Содан кейін ғана басталады процестің бәрі. Өйткені Парламент туралы, Халықтың кеңес, сайлау туралы заңның бәрі қазір керек. Ал елімізді құқықтық және саяси тұрғыдан түбегейлі жаңғырту ұзаққа созылады. Ол жыл соңына дейін, тіпті, келесі жылы да жалғасуы мүмкін. Мұны Президент айтты. Алдымызда билік институттарын реформалап, жаңасын құру міндеті тұр. Олардың құрылымы мен кадрлық құрамы да өзгереді. Сөз арасында Президент жаңа Ата заңды Әділетті Қазақстанның төлқұжаты деді. Бұл – сөз кездейсоқ айтылған жоқ.

Асхат Аймағамбетов, ҚР Парламенті Мәжілісінің депутаты: – Әділеттілік болмаса білімнің салтанаты болмайды. Әділеттілік болмаса білімді азаматтар елді басқарып, өзінің әлеуетін аша алмайды. Әділеттілік болмаса меритократия болмайды, мемлекеттің дамуы да болмайды. Сондықтан әділеттік принципі, заң мен тәртіп принципі – осы Әділетті Қазақстанның жаңа Конституциясы бойынша ең басты қағидаттың бірі. Ал Президент сөзін сертпен аяқтады. Бас құжаттағы ережелердің мүлтіксіз орындалуы үшін бар күш-жігерін салатынын жеткізіп, Жаңа Конституцияға сәйкес адал қызмет етуге ант берді. Қазақстан жаңа дәуірге қадам басқанын айттық. Осы ретте, Қасым-Жомарт Тоқаев жұртымызға керек қасиеттерді жіпке тізді.

Қасым-Жомарт Тоқаев, Қазақстан Республикасының Президенті: – Қазақстан – аяғына нық тұрған, халықаралық беделі биік мемлекет. Еліміз ішкі тұрақтылығын сақтап, өзге жұртпен достық қатынас орнатып, зор сеніммен алға қарай қадам басып келеді. Енді мемлекетіміз дамудың даңғыл жолына түседі. Сондықтан бізге татулық пен достық, сабырлық пен табандылық, жасампаздық пен ұқыптылық, еңбекқорлық пен сенімділік ауадай қажет. Отырысқа әр саланың серкесі жиналған. Конституцияға қатысты олардың пікірі де маңызды. Құжаттың нақты тәжірибеде қалай әсер ететінін солар ғана біледі.

Асқар Жұмаділдаев, академик: – Бұл Конституцияның ұзақ болғанын қалаймын. Бұл Конституция берекелі болады қазаққа менің пікірімше. Мәңгі ешнәрсе жоқ, өзгеруі де мүмкін. Бірақ әзірше осыған тұрақтап, жұмыс істейік. Өйткені оның ішінде конструктивті идеялар бар. Реализм бар.

Бекзат Аманов, тілші: – Бұл мінбер тарихи сәттің куәсі болды. Конституция осы жерде ресми қабылданып, Ата заң айналасындағы алғашқы бастамалар осында айтылды.

Осылайша, Қазақстан дамудың жаңа кезеңіне жаңа Конституциямен аяқ басты деп енді нық сеніммен айта беруге болады. Ал құжаттың өзі 1 шілдеден бастап күшіне енеді.

**Бекзат Аманов, Марат Диханбаев**

<https://24.kz/kz/zha-aly-tar/basty-zha-aly-tar/759243-prezident-ata-zanga-kol-kojdy>

## **Қазақстандағы әлеуметтік қызметтер ЖИ және проактивті форматқа көшуде**

ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрлігі әлеуметтік-еңбек саласындағы цифрлық мемлекеттік қызметтерді жүйелі түрде дамытып келеді.

Қазіргі уақытта 49 қызметтің 45-і электронды форматта ұсынылады, олардың 28-і – проактивті. 2026 жылдың 1 наурызындағы жағдай бойынша 1,4 млн қызмет көрсетілді, оның ішінде 41%-ы (564,6 мың) электронды түрде және 35%-ы проактивті форматта. Бұл туралы ОКҚ алаңында өткен баспасөз мәслихатында ҚР еңбек және халықты әлеуметтік қорғау вице-министрі Бахтияр Жазықпаев мәлімдеді. Оның айтуынша, цифрлық және проактивті қызметтердің үлесі тұрақты өсім көрсетуде, бұл азаматтарға қызмет көрсетудің неғұрлым ыңғайлы және клиентке бағдарланған моделіне көшу жүріп жатқанын білдіреді.

Вице-министрдің айтуынша, Мемлекет басшысының тапсырмаларын орындау аясында министрлік мемлекеттік қызметтерге жасанды интеллект технологияларын енгізуде. Бірінші кезеңде қызметтер электронды форматқа көшірілді, кейін мобильді қосымшаларға енгізілді, одан соң проактивті қызмет көрсету мен төлемдерді автоматты түрде тағайындау іске асырылды.

«Биыл біз барлық мемлекеттік қызметтерде жасанды интеллект технологияларын қолдануды мақсат етіп отырмыз. Бұл қызмет көрсетудің толықтай проактивті және интеллектуалды моделіне көшуге мүмкіндік береді. Жасанды интеллект технологияларын енгізу аясында мемлекеттік қызметтер кезең-кезеңімен іске асырылып жатыр», – деді Бахтияр Жазықпаев.

Спикердің мәліметіне сәйкес, 2025 жылы жасанды интеллект технологияларын қолдану арқылы атаулы әлеуметтік көмекті тағайындау, жұмыс іздеуші және жұмыссыз тұлғаларды тіркеу, сондай-ақ мүгедектікті белгілеу қызметтері қамтамасыз етілді. 2026 жылы ЖИ қолдану аясын кеңейту жоспарлануда, оның ішінде зейнетақы төлемдерін және мемлекеттік жәрдемақыларды тағайындау, қандас мәртебесін беру және жұмыспен қамту шараларына жолдау қызметтері бар. Сонымен қатар вице-министр атап өткендей, ЖИ көмегімен қалыптастырылған шешімдер ұсыныс ретінде болады және тек қабылданатын шешімдердің сапасы мен объективтілігін арттыру үшін қолданылады.

«Әлеуметтік-еңбек саласында жасанды интеллектіні қолдана отырып бірқатар жоба іске асырылуда. Жұмыспен қамту бағытында азаматтарға ең қолайлы жұмысқа орналастыру бағдарламаларын (жұмыспен қамтуға жәрдемдесудің белсенді шараларын) автоматты түрде ұсынуға мүмкіндік беретін дербестендірілген іріктеу жүйесін енгізу пысықталуда. Кәсіпорындардағы жағдайды болжау үшін еңбек тәуекелдерінің картасы дамытылуда. Сондай-ақ әлеуметтік көмек алушылардың құжаттарын тексеру үшін компьютерлік көру технологиясы енгізілуде», – деді Б. Жазықпаев.

Жалпы алғанда, қабылданып жатқан шаралар деректерге негізделген шешімдер қабылдауға көшуге, олардың дәлдігін арттыруға және адами фактордың әсерін азайтуға мүмкіндік береді.

Министерство труда и социальной защиты населения РК последовательно развивает цифровые государственные услуги в социально-трудовой сфере. В настоящее время из 49 услуг 45 предоставляются в электронном формате, из них 28 – проактивно. По состоянию на 1 марта 2026 года оказано 1,4 млн услуг, из которых 41% (564,6 тыс.) - в электронном виде и 35% – проактивно. Об этом на пресс-конференции в СЦК сообщил вице-министр труда и социальной защиты населения Бахтияр Жазықпаев. По его словам, доля цифровых и проактивных услуг демонстрирует устойчивый рост, что свидетельствует о переходе к более удобной и клиентоориентированной модели обслуживания граждан. Как отметил вице-министр, в рамках исполнения поручений Главы государства Министерство внедряет технологии искусственного интеллекта в государственные услуги. На первом этапе услуги были переведены в электронный формат, затем – в мобильные приложения, после чего внедрены проактивное оказание и автоматическое назначение выплат.

«В этом году мы ставим амбициозную цель – применение во всех государственных услугах технологий искусственного интеллекта. Это обеспечивает переход к полностью проактивной и интеллектуальной модели оказания услуг. В рамках внедрения технологий искусственного интеллекта поэтапно реализуются государственные услуги», – сказал Бахтияр Жазықпаев.

По информации спикера, в 2025 году с применением технологий искусственного интеллекта обеспечены назначение адресной социальной помощи, регистрация лиц, ищущих работу, и безработных, а также установление инвалидности. В 2026 году планируется расширить использование ИИ на новые услуги, включая назначение пенсионных выплат и государственных пособий, присвоение статуса кандаса и направление на меры занятости.

При этом, как подчеркнул вице-министр, решения, сформированные с применением ИИ, носят рекомендательный характер и используются исключительно для повышения качества и объективности принимаемых решений.

«В социально-трудовой сфере реализуется ряд проектов с применением искусственного интеллекта. В части занятости прорабатывается внедрение персонифицированного подбора мер поддержки, который позволит автоматически предлагать гражданам наиболее подходящие программы трудоустройства (активные меры содействия занятости). Развивается карта трудовых рисков для прогнозной оценки ситуации на предприятиях. Также внедряется компьютерное зрение для проверки документов получателей социальной помощи», – отметил Б. Жазықпаев.

В целом, как отметил спикер, реализуемые меры позволяют перейти к принятию решений на основе данных, повысить их точность и минимизировать влияние человеческого фактора.

<https://www.gov.kz/memleket/entities/kostanai-zhitikarin-stepnoi/press/news/details/1192272>

### **Какие объекты цифровой инфраструктуры включены в цифровое правительство**

Приказом заместителя премьер-министра – министра искусственного интеллекта и цифрового развития от 17 марта 2026 года утвержден Перечень объектов цифровой инфраструктуры «цифрового правительства», сообщает Zakon.kz.

В Перечень объектов цифровой инфраструктуры «цифрового правительства» включены следующие цифровые системы:

- Веб-портал «цифрового правительства»;
  - Шлюз «цифрового правительства»;
  - Цифровая система «Государственная база данных “Физические лица”»;
  - Цифровая система «Государственная база данных “Юридические лица”»;
  - Цифровая система «Государственная база данных “Е-лицензирование”»;
  - Цифровая система «Платежный шлюз “цифрового правительства”»;
  - Цифровая система «Адресный регистр»;
  - Цифровая система «Интегрированная информационная система центров обслуживания населения»;
  - Цифровая система «Инtranет-портал государственных органов Республики Казахстан»;
  - Единая система электронного документооборота государственных органов Республики Казахстан;
  - Цифровая система «ЗАГС»;
  - Цифровая система «Регистр движимого имущества»;
  - Цифровая система «Мобильный офис Правительства Республики Казахстан»;
  - Цифровая система «Эталонный контрольный банк нормативных правовых актов Республики Казахстан в электронном виде»;
  - Автоматизированная цифровая система «Государственный земельный кадастр»;
  - Цифровая система «Мобильное правительство»;
  - Программное обеспечение «Платформа “ASHYQ” (программа для электронно-вычислительной машины)»;
  - Цифровая система «Е-обращение»;
  - Цифровая система «Единый электронный архив документов»;
  - Интегрированная цифровая система управления персоналом «Е-қызмет»;
  - Единая цифровая система юридической помощи «Е-заң көмегі»;
  - Цифровая система «Единая нотариальная информационная система»;
  - Цифровая система «Контроль, учет и выдача учетно-контрольных марок и другой печатной продукции Республиканского государственного предприятия “Банкнотная фабрика Национального Банка Республики Казахстан”»;
  - Цифровая система технического регулирования «Е-КТРМ»;
  - Цифровая система «Единый государственный кадастр недвижимости»;
  - Цифровая система централизованного сбора и хранения информационных ресурсов в сфере жилищных отношений и жилищно-коммунального хозяйства;
  - Цифровая система «Национальный банк данных о состоянии окружающей среды и природных ресурсов Республики Казахстан»;
  - Цифровая система «Корневой удостоверяющий центр Республики Казахстан»;
  - Цифровая система «Удостоверяющий центр государственных органов Республики Казахстан»;
  - Цифровая система «Национальный удостоверяющий центр Республики Казахстан»;
  - Цифровая система «Доверенная третья сторона Республики Казахстан».
- Приказ вводится в действие с 12 июля 2026 года.

<https://news.mail.ru/society/70227377/?from=swap&swap=2>

## **Портал социальных услуг расширяет доступ к мерам поддержки для лиц с инвалидностью**

С начала 2026 года через портал социальных услуг (Портал) исполнено 111,6 тыс. заказов от лиц с инвалидностью. Как сообщили в уполномоченном органе, «порядка 75,4 тыс. заявок пришлось на технические средства реабилитации, 7,2 тыс. – на услуги жестового языка, 23,8 тыс. – на услуги индивидуального помощника и 5,2 тыс. – на санаторно-курортное лечение». Портал обеспечивает самостоятельный выбор поставщика.

В ведомстве подчеркнули, что Портал предоставляет лицам с инвалидностью возможность самостоятельно выбирать производителя и поставщика технических средств и услуг реабилитации.

«Оформление заказа осуществляется посредством подтверждения электронной цифровой подписью услугополучателя», – пояснили специалисты.

Получить заказанные технические средства реабилитации (ТСР) можно как с доставкой на дом, так и путем самовывоза.

Виды предоставляемых средств реабилитации. Обеспечение лиц с инвалидностью средствами реабилитации включает предоставление протезно-ортопедических, сурдотехнических, тифлотехнических и гигиенических средств, а также кресел-колясок. Как отметили в профильной службе, «система охватывает весь перечень необходимых средств, предусмотренных индивидуальной программой реабилитации».

Более 34 тысяч поставщиков зарегистрированы на портале. На сегодняшний день на портале зарегистрированы: 607 поставщиков специальных социальных услуг; 1022 поставщика технических средств реабилитации; более 32 тыс. поставщиков услуг индивидуального помощника; 785 поставщиков услуг жестового языка; 132 организации санаторно-курортного лечения.

«Расширение числа поставщиков позволяет повышать доступность и качество оказываемых услуг», – отметили в ведомстве.

Консультации доступны по номеру 1414. Получить консультацию по вопросам пользования порталом можно через контакт-центр поддержки по единому номеру 1414.

«Специалисты контакт-центра готовы разъяснить порядок оформления заказа и предоставить необходимую информацию», – подчеркнули в службе поддержки.

<https://otyrar.kz/2026/03/portal-soczialnyh-uslug-rasshiryayet-dostup-k-meram-podderzhki-dlya-licz-s-invalidnostyu>

## **Инватаксы через агрегаторы: услугу получили более 38 тысяч раз**

В Астане и Алматы продолжается пилотный проект по использованию агрегаторов такси при оказании услуги инватаксы для людей с особыми потребностями. Проект инициирован Министерством труда и социальной защиты населения, передает DKNews.kz.

С начала 2026 года услугой в двух городах воспользовались 38,5 тысячи раз. Для сравнения: по итогам 2025 года лица с инвалидностью получили услуги инватаксы 489,8 тысячи раз по всей стране.

Почему решили менять механизм. Ранее услуга инватаксы предоставлялась по действующим нормативам, которые на практике создавали сложности для получателей. В частности: поездку необходимо было заказывать заранее по телефону гражданам приходилось планировать передвижения за день ожидание подачи автомобиля могло занимать значительное время в ряде регионов фиксировалась нехватка специализированного транспорта. Чтобы повысить доступность, качество и скорость оказания услуги, Министерство труда и социальной защиты населения совместно с акиматами приняло решение протестировать новый формат.

Такси-агрегаторы как часть социальной услуги. Для упрощения условий был инициирован пилотный проект по привлечению агрегаторов такси.

Ключевым условием участия стало отсутствие комиссии за поездки, которая обычно удерживается платформами. Готовность участвовать в проекте на безвозмездной основе выразила компания Яндекс Go.

Как работает сервис на практике. В рамках пилота получатели услуги могут заказывать инвтакси через мобильное приложение Яндекс Go, используя обычные легковые автомобили.

Это дало несколько практических преимуществ: быстрый подбор автомобиля, отслеживание статуса заказа в режиме онлайн, прозрачный учет и мониторинг совершенных поездок. В приложении также запущен экран специальных возможностей, позволяющий заранее сообщить водителю об индивидуальных потребностях во время поездки.

Подготовка водителей и комфорт пассажиров. Для водителей, участвующих в проекте, предусмотрены специальные инструкции. В них, в частности, разъясняется: как помочь пассажиру при посадке и выходе из автомобиля; как корректно взаимодействовать с человеком с инвалидностью; на что обращать внимание во время поездки. Такой подход направлен не только на удобство, но и на формирование более внимательного и уважительного сервиса. Пилот продолжается.

В 2026 году проект реализуется в пилотном режиме с участием фокус-группы из числа лиц с инвалидностью в Астане и Алматы. Собирается обратная связь, оцениваются удобство сервиса и фактическая доступность поездок. В дальнейшем, с учетом результатов пилота, планируется масштабирование проекта на другие регионы страны.

<https://news.mail.ru/society/70400393/?from=swap&swap=2>

## **ҚАЗАҚ ЗАҒИПТАР ҚОҒАМЫ ӨМІРІНЕН ИЗ ЖИЗНИ КОС**

### **Қазақ зағиптар қоғамы кәсіпорындары: 2025 жыл қорытындысы**

28 наурызда Қазақ зағиптар қоғамының «Тамаша-жай» демалыс үйінде жылсайынғы есеп беру жиналысы өтті. Жиналысқа Қазақ зағиптар қоғамының 27 кәсіпорны басшылары мен бухгалтерлері шақырылды.

Жылсайынғы есеп беру жиналысының мақсаты өткен жыл бойынша қорытынды жасау, кәсіпорындардың жетістіктері мен өзекті мәселелерін талқылау және түйіндеу болып табылады.

Жиналысты әдеттегідей Қазақ зағиптар қоғамының төрағасы Наурызбаев Алмат Сабитжанұлы жүргізді. Және әр кәсіпорынның есебін президиум мүшелерінен тұратын есеп қабылдау комиссиясы тыңдады.

Биылғы жиналыс барысында да әр кәсіпорын бойынша жан-жақты толық саралау болды. Соның нәтижесінде, әр кәсіпорынның жетістігі, өзекті мәселелері әркімге ашық әрі түсінікті талқыланды.

Жиналыс барысында кәсіпорын басшыларына есеп қабылдау комиссиясы, төраға тарапынан көптеген сұрақтар қойылды, өзекті мәселелер талқыланып, оларды қалай шешу бойынша кеңестер де беріліп тұрды.

Жалпылай қорытындылайтын болсақ, Қазақ зағиптар қоғамы кәсіпорындарының 2025 жыл бойынша көрсеткіштері 2024 жылмен жылмен салыстырғанда төменірек болғанымен елеулі жетістіктер де бар.

Атқарылған жұмыстар нәтижесі бойынша Қазақ зағиптар қоғамының Ақтөбе (басшысы Жолмағамбетова Д.С.), Қостанай (басшысы Коваленко А.Н.), Тобыл (басшысы Фазылов М.К.) кәсіпорындары жетістіктері үлгі боларлықтай. Бұл кәсіпорындар жылсайын тұрақты оң нәтижелерімен көшбасында. Осы басшыларға алғыс айтылды.

**Редакция «Алты нүкте»**

## **ҚОҒАМ ЖӘНЕ МҮГЕДЕКТІГІ БАР АДАМДАР ОБЩЕСТВО И ЛЮДИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ**

### **Еңбекминінде жұмысқа орналастырудың жаңа тетіктері мен мүгедектігі бар адамдардың құқықтарын қорғауды жетілдіру мәселелері талқыланды**

ҚР Еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрлігінде ведомство басшысы Асқарбек Ертаевтың төрағалығымен Мүгедектігі бар адамдарды әлеуметтік қорғау саласындағы үйлестіру кеңесінің отырысы өтті. Еліміздің барлық өңірлерінен бейінді ведомстволардың, үкіметтік емес сектордың өкілдері және қоғамдық бірлестіктер басшыларының қатысуымен гибриді форматта өткен кездесу жұмыспен қамту тетіктерін түбегейлі қайта қарауға және жаңа заңнамалық нормаларды әзірлеуге арналды.

Күн тәртібіндегі негізгі мәселелердің бірі жұмыс берушілердің мүгедектігі бар адамдарды жұмысқа орналастыру бойынша міндетті квотаны орындауы болды. Әлеуметтік кодекстің нормаларына сәйкес жұмыскерлерінің саны елу адамнан асатын кәсіпорындар үшін 2%-дан 4%-ға дейінгі мөлшерде квота белгіленеді. Алайда өткен жылдың талдауы қолданыстағы алгоритмнің тиімсіздігін көрсетті. 2025 жылдың қорытындысы бойынша квота шеңберінде 8,1 мың адам жұмысқа орналастырылды, бұл жоспарланған көрсеткіштің жартысынан азын құрады. 2026 жылға арналған квота 3 мыңға жуық ұйымды қамти отырып, 13,9 мың жұмыс орны деңгейінде белгіленді. Формалды тәсілді болдырмау және ашықтықты қамтамасыз ету үшін ҚР ЕХӘҚМ квоталауға жататын кәсіпорындар тізбесін қалыптастыру процесін толығымен автоматтандыруға ниетті.

Отырысқа қатысушылар субсидияланатын жұмыс орындарын ұйымдастыру тәсілдерін трансформациялауға ерекше назар аударды. Ведомство қолдаудың бұл шарасына өзінің бастапқы идеологиясын қайтаруға арналған қатаң сараланған тетік әзірледі. Енді коммерциялық құрылымдар мен жеке кәсіпкерлік субъектілері субсидияланатын жұмыс орындарын екі жылда бір реттен жиі емес ұйымдастыруға үміткер бола алады. Бұл қадам бизнестің мемлекеттік субсидияларды өз штатын қаржыландырудың тұрақты көзі ретінде пайдалану тәжірибесін болдырмайды.

Сонымен бірге үкіметтік емес және мемлекеттік ұйымдар үшін мұндай шектеулер қолданылмайды. Министрлік елді мекеннің мәртебесіне байланысты жұмыскерлерді тартуға арналған лимиттердің икемді градациясын енгізді. Республикалық маңызы бар қалалар мен елордада бейінді ұйымдар қоғамдық жұмыстарға 10 адамға дейін, ал өңірлер мен ауылдық жерлерде – 5 адамға дейін тарта алады. Ауылдарда лимиттер ресурстарды барынша объективті бөлуге мүмкіндік беретін халықтың жалпы санына қосымша байланған. Бұл ретте барлық жұмыс берушілер үшін ынталандыру тетігі қарастырылған. Егер тартылатын жұмыскерлердің жартысын әлеуметтік осал санаттардың өкілдері, оның ішінде мүгедектігі бар адамдар, ерекше балалардың ата-аналары немесе көпбалалы аналар құраса, онда жұмыс орындарының саны бойынша шекті лимит автоматты түрде 50%-ға артады. Талқылаудың қорытынды блогы мүгедектігі бар адамдардың құқықтарын қорғауды жақсартуға бағытталған Заң жобасының таныстырылымы болды. Құжат 2030 жылға дейінгі Инклюзивті саясат тұжырымдамасын іске асыру шеңберінде қалыптастырылды және мемлекеттің заманауи әлеуметтік-құқық қорғау моделіне тұжырымдамалық көшуін бекітеді.

«Бүгінгі таңда біз мүгедектігі бар адамдардың құқықтарын қорғау мәселелері бойынша 86 тұжырымдамалық түзетуді қамтитын ауқымды заң жобасын әзірледік. Мен Үйлестіру кеңесінің барлық мүшелерін осы құжатты егжей-тегжейлі зерделеуге және өздерінің сындарлы ұсыныстарын енгізуге шақырамын», – деп түйіндеді Асқарбек Ертаев.

В Министерстве труда и социальной защиты населения РК состоялось заседание Координационного совета в области социальной защиты лиц с инвалидностью под председательством главы ведомства Асқарбека Ертаева. Встреча, прошедшая в гибридном формате с участием представителей профильных ведомств, неправительственного сектора и руководителей общественных объединений со всех регионов страны, была посвящена кардинальному пересмотру механизмов занятости и разработке новых законодательных норм.

Одним из ключевых вопросов повестки стало исполнение работодателями обязательной квоты по трудоустройству лиц с инвалидностью. Согласно нормам Социального кодекса, для предприятий с численностью работников свыше пятидесяти человек устанавливается квота в размере от 2% до 4%. Однако анализ прошлого года показал недостаточную эффективность действующего алгоритма. По итогам 2025 года в рамках квоты было трудоустроено 8,1 тысячи человек, что составило менее половины от запланированного показателя. На 2026 год квота установлена на уровне 13,9 тысячи рабочих мест с охватом почти 3 тысяч организаций. Для исключения формального подхода и обеспечения прозрачности МТСЗН РК намерено полностью автоматизировать процесс формирования перечня предприятий, попадающих под квотирование.

Особое внимание участники заседания уделили трансформации подходов к организации субсидируемых рабочих мест. Ведомством выработан строго дифференцированный механизм, призванный вернуть данной мере поддержки ее изначальную идеологию. Теперь коммерческие структуры и субъекты частного предпринимательства смогут претендовать на организацию субсидируемых рабочих мест не чаще одного раза в два года. Данный шаг исключит практику, при которой бизнес использует государственные субсидии как постоянный источник финансирования своего штата.

В то же время для неправительственных и государственных организаций такие ограничения применяться не будут. Более того, Министерством выработана гибкая градация лимитов на привлечение работников в зависимости от статуса населенного пункта. В городах республиканского значения и столице профильные организации смогут привлекать на общественные работы до 10 человек, а в регионах и сельской местности – до 5. В селах лимиты дополнительно привязаны к общей численности населения, что позволит максимально объективно распределять ресурсы. При этом для всех работодателей предусмотрен стимулирующий механизм. Если половину привлекаемых работников составят представители социально уязвимых категорий, включая лиц с инвалидностью, родителей особенных детей или многодетных матерей, предельный лимит по количеству рабочих мест будет автоматически увеличен на 50%.

Завершающим блоком обсуждения стала презентация проекта Закона, направленного на улучшение защиты прав лиц с инвалидностью. Документ сформирован в рамках реализации Концепции инклюзивной политики до 2030 года и закрепляет концептуальный переход государства к современной социально-правозащитной модели.

«На сегодняшний день мы разработали масштабный проект закона, включающий 86 концептуальных поправок по вопросам защиты прав лиц с инвалидностью. Я приглашаю всех членов Координационного совета предметно изучить этот документ и внести свои конструктивные предложения», – резюмировал Аскарбек Ертаев.

<https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/1170873?lang=kk>

## **АРНАЙЫ ТЕХНОЛОГИЯЛАР – ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ЛИЦ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ**

### **Лучшие средства чтения для слабовидящих в 2025 году**

Чтение является одной из самых сложных задач для людей с нарушениями зрения. Невозможность прочитать вывески, медицинские рецепты, этикетки продуктов питания или другие текстовые материалы ограничивает и вызывает стресс при выполнении повседневных задач. К счастью, средства чтения для слабовидящих, такие как Speaktor, могут значительно облегчить повседневные задачи и жизнь людей с нарушениями зрения.

Speaktor, Speechify, ReadSpeaker, JAWS Screen Reader и CogniSpark могут быть невероятно полезны для чтения текста дома или в пути. От повышения доступности веб-сайтов и документов до улучшения продуктивности благодаря многозадачности – эти средства чтения для слабовидящих могут изменить способ чтения для людей с нарушениями зрения.

Вот лучшие средства чтения для слабовидящих с кратким описанием их функций.

**Speaktor:** С поддержкой более 50 языков и премиальным качеством голоса, это ведущее средство чтения для слабовидящих.

**Speechify:** Идеально подходит для пользователей, которые хотят слушать текст голосом своей любимой знаменитости.

**ReadSpeaker:** Позволяет пользователям регулировать скорость чтения и выделять текст во время чтения для лучшего отслеживания.

**JAWS Screen Reader:** Разработан для преобразования содержимого экрана в речь или шрифт Брайля, чтобы люди с нарушениями зрения могли пользоваться компьютерами, интернетом и приложениями.

**CogniSpark:** Продвинутая генерация голоса на основе ИИ с естественно звучащими голосами для лучшего понимания.

Как выбирались средства чтения для слабовидящих? Средства чтения для слабовидящих выбирались на основе их удобства использования и совместимости с различными платформами. Кроме того, оценивалось количество языков и голосов, которые поддерживает инструмент, а также доступные настройки.

Параметры выбора хорошего средства чтения для слабовидящих.

**Простота использования:** Основная цель средств чтения для слабовидящих — способствовать чувству самостоятельности и автономии. Поэтому нет смысла выбирать инструмент, который требует сложной настройки или имеет крутую кривую обучения. В список лучших средств чтения для слабовидящих вошли только инструменты с интуитивно понятным и удобным интерфейсом.

**Совместимость:** Это еще один важный критерий отбора, который следует учитывать при составлении списка лучших средств чтения для слабовидящих. Инструмент должен быть совместим с веб-интерфейсом и мобильными устройствами, чтобы вы не были ограничены одним устройством для чтения определенного текста.

**Поддержка языков и голосов:** Помимо удобства использования и совместимости, выбранный экранный диктор должен озвучивать текст на родном языке пользователя или предпочитаемым голосом. Выбранные инструменты поддерживают несколько языков и голосов для большей доступности информации. Такие инструменты, как Speaktor, также поддерживают естественные голоса, поэтому кажется, что вы слушаете живого рассказчика, что способствует лучшему пониманию.

**Настройка:** Настройка – ключ к тому, чтобы средство чтения для слабовидящих соответствовало потребностям пользователей. Это включает регулировку скорости речи, настройку высоты тона и выбор из ряда типов голоса. Контроль темпа чтения позволяет вам не отставать от учебной программы и улучшает понимание.

Почему важны средства чтения для слабовидящих? Средства чтения для слабовидящих важны, поскольку они устраняют барьеры для обучения, независимости и инклюзии. Согласно данным ВОЗ, в мире не менее 2,2 миллиарда человек имеют нарушения зрения, а дети школьного возраста с такими нарушениями могут испытывать более низкий уровень образовательных достижений. К счастью, программы экранного чтения обеспечивают доступ к информации так, как хотят пользователи, позволяя им более активно участвовать в окружающей среде.

Важность средств чтения для слабовидящих.

**Улучшение доступности чтения:** Доступ к материалам для чтения необходим для образования, общения и личностного роста. Средства чтения для слабовидящих, такие как приложение Speaktor с функцией преобразования текста в речь, зачитывают печатный текст естественными голосами и акцентами. Независимо от того, читаете ли вы учебные материалы, газеты, веб-сайты или романы, эти инструменты предоставляют простые способы сделать чтение доступным.

**Настройка опыта чтения:** У каждого человека разные требования к чтению, и здесь могут помочь инструменты для чтения. Они позволяют регулировать тон, высоту и скорость повествования. Таким образом, вы можете взять под контроль свое обучение и уверенно подходить к заданиям по чтению. Готовитесь ли вы к тестам, читаете для удовольствия или получаете доступ к важным документам, эти помощники для чтения способствуют свободе и самостоятельности.

**Образовательные достижения:** Технология помощи при чтении открывает новые возможности для студентов с нарушениями зрения. Учащиеся могут использовать их для чтения

и понимания образовательных материалов, от учебников до цифрового контента, без каких-либо проблем. Это позволяет им не отставать в обучении и добиваться лучших академических результатов.

Повышенная производительность на рабочем месте: Эти технологии также создают больше возможностей для сотрудников с нарушениями зрения на рабочем месте. Люди могут использовать их для более удобного и эффективного доступа к письменной информации. Теперь они могут выполнять такие задачи, как ответы на электронные письма и написание отчетов.

Лучшие средства чтения для слабовидящих. Speaktor, Speechify, ReadSpeaker, JAWS Screen Reader и CogniSpark — лучшие средства чтения для слабовидящих. Однако их применение не ограничивается только этим. Основные отрасли внедряют генеративный ИИ и видят положительные результаты после его внедрения. Согласно отчету, опубликованному на Google Cloud, 86% организаций, использующих генеративный ИИ в производстве, наблюдают рост доходов до 6% и более. Лучшие средства чтения для слабовидящих могут легко справиться с повседневными ситуациями. Это включает правильное произношение сложных слов и чтение длинных материалов. Speaktor: Лучшее качество естественного голоса с поддержкой нескольких языков, форматов файлов и возможностей экспорта. Speechify: Использует голоса знаменитостей на базе ИИ для чтения текста, PDF и онлайн-книг на нескольких языках. ReadSpeaker: Подходит для образовательных учреждений и предприятий, предлагая простую интеграцию с различными платформами и индивидуальный голосовой брендинг. JAWS Screen Reader: Специализированный инструмент для людей с нарушениями зрения, обеспечивающий вывод шрифтом Брайля и настройку скриптов. CogniSpark: С естественными голосами и многоязычной поддержкой помогает создавать реалистичную речь для аудиокниг, подкастов и озвучки.

<https://speaktor-landing.vercel.app/ru/помощь-в-чтении-слабовидящим/>

## **АТА-АНА МЕН БАЛА РОДИТЕЛИ И ДЕТИ**

### **Қазақстанда «Ерте жастан еңбекке және кәсіпке баулу» пилоттық жобасы іске қосылды**

Қазақстанда мектепке дейінгі ұйымдарда «Ерте жастан еңбекке және кәсіпке баулу» пилоттық жобасы жүзеге асырылып жатыр. Жоба 2026 жылдың қаңтар айынан бастап Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігінің бастамасымен іске қосылды.

Жобаның негізгі мақсаты - мектеп жасына дейінгі балалардың мамандықтар әлеміне қызығушылығын арттыру, еңбекке деген оң көзқарасын қалыптастыру және түрлі іс-әрекет арқылы олардың жеке қабілеттерін дамыту.

Пилоттық жобаға еліміздің 20 өңірінен 100 мектепке дейінгі ұйым қатысуда. Жоба аясында балабақшаларда балаларға арналған арнайы тәжірибелік бағыттар ұйымдастырылуда. Олардың қатарында: зергерлік, аспаздық, тігінші, инженерлік зертхана, құрылыс алаңы, жылыжай және бау-бақша алаңы, қолөнер шеберханасы бар.

Бұл алаңдар арқылы балалар еңбек түрлерімен танысып, шығармашылық және практикалық дағдыларын дамыта алады. Пилоттық жобаны іске асыру үшін «Ерте жастан кәсіпке және еңбекке баулу» әдістемелік ұсынымдары мен нұсқаулықтары, сондай-ақ арнайы іс-қимыл жоспары әзірленді.

Жоба шеңберінде мектепке дейінгі ұйымдарда балалардың жас ерекшеліктеріне сәйкес түрлі танымдық және тәжірибелік іс-шаралар өткізу жоспарланып отыр. Мамандардың айтуынша, бұл бастама балалардың еңбекке құрметпен қарауын қалыптастырып қана қоймай, олардың шығармашылық әлеуетін дамытуға және болашақ мамандықтар әлеміне қызығушылығын арттыруға ықпал етеді.

В организациях дошкольного образования Казахстана реализуется пилотный проект «Приобщение к труду и профессиям с раннего возраста». Проект стартовал в январе 2026 года по инициативе Министерства просвещения Республики Казахстан.

Основная цель проекта состоит в повышении интереса детей дошкольного возраста к миру профессий, формировании положительного отношения к труду и развитию их индивидуальных способностей через различные виды деятельности.

В пилотном проекте принимают участие 100 организаций дошкольного образования из 20 регионов страны. В рамках проекта в детских садах организуются специальные практические площадки для детей. Среди них ювелирная мастерская, кулинарная зона, швейная мастерская, инженерная лаборатория, строительная площадка, теплица и садово-огородный участок, а также мастерская декоративно-прикладного творчества.

Благодаря этим площадкам дети знакомятся с различными видами труда и развивают творческие и практические навыки. Для реализации пилотного проекта разработаны методические рекомендации и инструкции «Приобщение к труду и профессиям с раннего возраста», а также специальный план действий.

В рамках проекта в организациях дошкольного образования планируется проведение различных познавательных и практических мероприятий с учетом возрастных особенностей детей. По мнению специалистов, данная инициатива способствует формированию уважительного отношения к труду, развитию творческого потенциала детей и повышению интереса к миру будущих профессий.

<https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/press/news/details/1175812?lang=kk>

### **В школах Казахстана вводят педагогическое сопровождение для детей из группы риска**

В школах Казахстана начнут работать с детьми из группы риска по новой системе. Теперь для таких учеников будут вводить индивидуальное педагогическое сопровождение – с участием учителей, психологов и родителей. Мера направлена на то, чтобы вовремя заметить проблемы ребенка и помочь ему до того, как ситуация перерастет в серьезные последствия.

Новая норма предусмотрена Законом Республики Казахстан «О профилактике правонарушений», который Глава государства подписал 30 декабря 2025 года. Закон вступил в силу 2 марта 2026 года. Сейчас Министерство просвещения разрабатывает и утверждает специальные правила, по которым будет работать эта система.

Как это будет работать. Решение о том, нуждается ли ребенок в педагогическом сопровождении, будет принимать совет профилактики школы. После этого для ученика разработают индивидуальный план профилактической работы. В этом плане будут прописаны конкретные меры поддержки, а также специалисты, которые будут помогать ребенку – учителя, школьные психологи и другие сотрудники школы. Фактически речь идет о персональном сопровождении ученика внутри школы: специалисты будут отслеживать ситуацию, работать с ребенком и взаимодействовать с его родителями.

Кто попадет в категорию детей, требующих повышенного внимания. В список могут попасть школьники, у которых наблюдаются различные трудности или сложные жизненные обстоятельства. В частности: ученики, испытывающие проблемы в обучении; дети, которые систематически пропускают занятия без уважительных причин; школьники с признаками антиобщественного поведения; несовершеннолетние, совершившие правонарушения; дети, подвергшиеся насилию; ученики, находящиеся в сложной жизненной ситуации. Для каждого такого ребенка школа будет формировать отдельный план помощи.

Почему вводят новую систему. Главная задача нововведения – ранняя профилактика правонарушений среди подростков. Власти рассчитывают, что своевременное вмешательство педагогов и психологов позволит заметить проблемы на ранней стадии и помочь ребенку справиться с трудностями.

«Мера предусматривает индивидуальную работу педагогов и школьных психологов, взаимодействие с родителями. Ее цель – ранняя профилактика правонарушений и своевременная помощь детям».

По сути, речь идет о том, чтобы школа стала не только местом обучения, но и пространством, где ребенку помогают справляться с личными и социальными проблемами.

Что это изменит для школ и родителей. С введением педагогического сопровождения школы будут активнее работать с семьями. Родителей будут привлекать к обсуждению ситуации ребенка и совместному поиску решений.

Ожидается, что такая система позволит снизить количество правонарушений среди несовершеннолетних, уменьшить прогулы и вовремя поддержать детей, которые оказались в сложной жизненной ситуации. Фактически это попытка перейти от реагирования на проблему к ее раннему предупреждению – когда помощь приходит еще до того, как ситуация становится критической.

<https://news.mail.ru/society/70046210>

### **Названы ошибки родителей, которые уничтожают зрение детей**

Всего за десять лет количество детей с патологиями зрения увеличилось на четверть. Но проблема не только в тотальной цифровизации, но и в бытовых мелочах, которые родители упускают из виду. К окончанию школы уже каждый третий подросток сталкивается с близорукостью, и зачастую корни проблемы тянутся из раннего детства. Об этом «Газете.Ru» рассказала детский врач-офтальмолог первой категории клиники «Центр восстановления зрения» Амина Аушева.

Первая и самая распространенная опасность – привычка разрешать ребенку пользоваться смартфоном или планшетом в полной темноте. Когда яркий экран контрастирует с крошечной тьмой комнаты, зрачок ребенка находится в состоянии постоянного хаотичного расширения и сужения.

«Это вызывает колоссальное перенапряжение глазодвигательных мышц и ведет к быстрому падению остроты зрения. Решение простое: всегда включать общий свет или хотя бы ночник, а также активировать на устройствах режим теплых оттенков экрана», – объяснила врач.

Вторая ошибка – отсутствие контроля за временем взаимодействия с дисплеями. Многие родители тешат себя иллюзией, что если ребенок занят игрой, то он хотя бы не бегаёт по улице. Однако детям от трех до семи лет допустимо проводить перед экраном не более 20 минут в день; младшим школьникам – до 40 минут; подросткам можно разрешать около полутора часов, но с обязательными паузами. Превышение этих лимитов провоцирует не только миопию (близорукость), но и синдром «сухого глаза», когда слезная пленка пересыхает, и веки начинают царапать роговицу.

«Спасит ситуацию помогут таймеры на телефоне и правило “20–20–20”: каждые 20 минут просить ребенка перевести взгляд на 20 секунд на предмет, удаленный на 6 метров», – рекомендовала офтальмолог.

Третья проблема кроется в нарушении дистанции. Если ребенок подносит книгу или телефон слишком близко к лицу, хрусталику приходится выгибаться сильнее, чтобы сфокусироваться. Оптимальное расстояние до книги должно составлять 30–35 сантиметров, до монитора компьютера – не менее полуметра.

«Стоит обучить ребенка простому правилу “вытянутой руки”: гаджет должен находиться на таком расстоянии, чтобы локоть был почти прямым. Также важно следить, чтобы рабочая мебель (стол и стул) соответствовала росту, иначе ребенок инстинктивно будет горбиться и наклоняться к тетради», – отметила Аушева.

Четвертая ошибка – ложная экономия на освещении. Мерцающие дешевые светодиодные лампы или слишком тусклый свет в комнате заставляют глаза постоянно «ловить» фокус, что вызывает спазмы сосудов сетчатки.

«Выбирайте лампы с температурой свечения 4000–5000 Кельвинов (нейтрально-белый свет) и следите за тем, чтобы свет падал равномерно, не создавая резких теней», – посоветовала врач.

Пятый пункт касается пренебрежения профилактикой. Многие коварные заболевания – например, астигматизм или врожденная дальновзоркость – развиваются бессимптомно. Ребенок не жалуется, потому что просто не знает, каким должно быть «идеальное» зрение, и считает размытость нормой.

«Если не выявить такие нарушения до 7–10 лет, в старшем возрасте скорректировать их будет крайне сложно. Визит к офтальмологу должен быть ежегодным, даже если жалоб нет», – заметила доктор.

Шестая ошибка кроется не в комнате, а на кухне.

«Быстрая» еда, чипсы и сладкая газировка лишены веществ, критически важных для сетчатки. Дефицит витаминов А, Е, цинка и жирных кислот омега-3 ослабляет глазные структуры

и провоцирует воспалительные процессы, нарушающие микроциркуляцию крови.

«Включение в рацион моркови, жирной рыбы, орехов и свежей зелени должно стать обязательным ритуалом», – категорична врач.

Наконец, седьмая ошибка – это банальное несоблюдение гигиены. Привычка тереть глаза грязными руками, использовать чужие полотенца или косметику, а также спать в контактных линзах – прямой путь к инфекциям, конъюнктивитам и микротравмам роговицы.

«Зрение ребенка формируется вплоть до совершеннолетия. Комплексный подход, включающий контроль экранов, грамотное освещение, полноценное питание и регулярные осмотры у специалиста, снижает риск развития патологий на 60–70%. Родителям не стоит дожидаться первых жалоб: здоровье глаз нужно бережливо строить с пеленок», – резюмировала она.

<https://www.kp.ru/online/news/6855094/?ysclid=mmln44zxmd480877323>

### **Ақыл-ойды шындайтын 20 пайдалы әдет**

Адамның ой-қуаты да дене күші тәрізді – оны сергек ұстау үшін үздіксіз жаттықтырып отырған жөн. Қимылсыз қалған бұлшық ет қалай әлсіресе, үнемі шыңдалмаған сана да солай бәсеңдейді. Сондықтан ой еңбегімен айналысу – өмір бойғы дамудың басты шарттарының бірі.

Ақыл-ойды ұштаудың жолы көп: кітап оқу, жаңа дүниені меңгеру, зерделеуді талап ететін тапсырмалармен айналысу, сондай-ақ сезім мен мінезді тани білуді үйрену адамның ойлау аясын кеңейтіп, сананы сергек күйде ұстайды.

Ғалымдардың пікірінше, адам миының ең айрықша қырларының бірі – оның үнемі өзгеріп, жаңарып отыра алу қабілеті. Яғни ми өмір бойы жаңа мәліметті қабылдап, соған сай жүйке талшықтары арасындағы байланысты қайта қалыптастыра алады. Бұл қасиет адамға қоршаған ортаға икемделуге жол ашып қана қоймай, түрлі жарақаттар мен жүйке жүйесіндегі ақаулардан кейін қайта қалпына келуге жәрдемдеседі. Сонымен бірге мұндай бейімделгіштік Альцгеймер, ұйқы бұзылысы немесе шашыраңқы склероз секілді дерттердің жағымсыз салдарын белгілі дәрежеде жеңілдетуге ықпал етеді. Ең маңыздысы – ми бұл қабілетін жас ұлғайған сайын жоғалтпайды. ВВС мен Кембридж университетінің нейробиологтары жүргізген бірлескен зерттеу 60 жастан асқан адамдардың да арнайы жаттығулар арқылы ойлау қабілетін айтарлықтай дамыта алатынын көрсеткен. Демек, ақыл-ойды жетілдіру жасқа тәуелді емес. Керісінше, үнемі ізденіп, жаңа білімге ұмтылып, ойды жұмысқа салып отыру адамның санасын сергек ұстап, зерделік қуатын ұзақ уақыт сақтауға мүмкіндік береді.

Спортпен шұғылданыңыз. Ғалымдар спорттың денсаулыққа ғана емес, ақыл-ой қабілетіне де оң әсер ететінін әлдеқашан дәлелдеген. Мәселен, 1999 жылы жүргізілген зерттеулерде жүгірудің тышқандардың зияткерлік қабілетін арттыратыны анықталған. Жүгіруге арналған дөңгелекке еркін қол жеткізген тышқандардың миындағы гиппокамп бөлігінде (есте сақтау мен оқу үдерісіне жауап беретін аймақ) жаңа жүйке жасушалары әлдеқайда көп қалыптасқаны байқалған. Осындай заңдылық адамдарға да тән. Тұрақты түрде спортпен айналысу зейінді шоғырландыру қабілетін арттырып, ақпаратты тез өңдеуге, бірнеше тапсырма арасында оңай ауысуға және есте сақтау мүмкіндігін күшейтуге көмектеседі.

Кофе ішіңіз. Кофеин адамның зейінін жинақтауға және ұзақ уақыт бойы назарды бір нәрсеге тұрақтандыруға көмектеседі. Дегенмен мөлшерін шамадан тыс асырмау керек. Мамандар тәулігіне 400 миллиграмнан артық кофеин қабылдамауға кеңес береді. Бұл шамамен бес шағын эспрессо кесесіне тең.

Жаңғақ пен балықты көбірек тұтыныңыз. Мидың белсенді жұмысын қолдауға кейбір тағам түрлері ерекше әсер етеді. Әсіресе омега-3 май қышқылдарына бай майлы балық пен грек жаңғағы пайдалы. Сондай-ақ шпинат құрамындағы К дәрумені және жеміс-жидек пен көкөністерге ашық түс беретін флавоноидтар да ми қызметін қолдауға ықпал етеді.

Жақсы ұйықтаңыз. Ұйқы – мидың толыққанды жұмыс істеуі үшін аса қажет фактор. Ұйқы кезінде ми тек тынығып қоймай, күні бойы есте сақтаған ақпаратты реттеп, жүйелейді. Соның арқасында есте сақтау мен ойлау қабілеті сақталады. 2018 жылғы зерттеулердің бірінде тіпті аз ғана ұйқы тапшылығының өзі жұмыс жадының көлеміне кері әсер етуі мүмкін екені анықталған.

Ойын ойнаңыз. Зияткерлік ойындар да ми жұмысына пайдалы. 2009 жылы Нью-Мексико ғалымдары тетрис ойыны мидың тиімді жұмыс істеуіне ықпал ететінін анықтаған. Ал шахмат есте сақтау қабілетін және стратегиялық ойлауды дамытады.

Есте сақтау қабілетін дамытыңыз. Есте сақтау – ми қызметінің ең маңызды көрсеткіштерінің бірі. Оны сақтау әрі дамыту үшін арнайы жаттығулар жасау пайдалы. Дегенмен жадты тек арнайы әдістермен ғана емес, күнделікті өмірде де жаттықтыруға болады. Мысалы, өлеңдерді жатқа айту, жаңа сөздерді есте сақтау немесе дүкенге барғанда сатып алу тізімін қағазға жазбай, ойда сақтауға тырысу – миды белсенді жұмыс істеуге үйрететін қарапайым әрі тиімді тәсілдер.

Музыка тыңдаңыз. Ғылымда «Моцарт әсері» деп аталатын ұғым бар. Бұл теорияға сәйкес, Моцарттың музыкасын тыңдау адамның зияткерлік қабілетіне оң ықпал етеді. Алайда зерттеулер көрсеткендей, бұл әсер тек бір композитормен шектелмейді. Жалпы музыка тыңдау мидың кеңістіктік ойлауға жауап беретін аймақтарын белсендіреді. Ал адамның сүйікті әуендері ләззат сезімін тудырып, көңіл күйді жақсартады. Мұның бәрі ми қызметіне оң әсерін тигізеді.

Кітап оқыңыз. Ақыл-ойды дамытуға қатысты ең көп айтылатын кеңестердің бірі – кітап оқу. Шынында да, оқу процесі кезінде мидың көптеген бөліктері қатар жұмыс істейді. Соның нәтижесінде адамның ойлау қабілеті жетіліп, зияткерлік деңгейі артады. Сонымен қатар кітап оқу эмпатияны дамытып, күйзелісті азайтуға көмектеседі және жас ұлғайған сайын когнитивтік қабілеттердің әлсіреуін баяулатуы мүмкін. Әсіресе мазмұны күрделі шығармаларды оқу ми үшін пайдалырақ саналады. Бұл тұрғыда әлем әдебиетінің классикалық туындылары ерекше орын алады. Мысалы, әдебиеттегі ең күрделі шығармалардың бірі ретінде ирланд жазушысы Джеймс Джойстың «Улисс» романы жиі аталады. Сондықтан күрделі кітаптарды оқуға ниеттенсеңіз, мұндай туындыларды қолға алудан қорықпаған жөн.

Кино көріңіз. Көптеген адамдар үшін ақпаратты көру арқылы қабылдау тиімдірек. Яғни, олар оқығаннан немесе тыңдағаннан гөрі көзбен көрген мәліметті жақсырақ есте сақтайды. Мұндай жағдайда танымдық бейнематериалдар мен деректі фильмдер жаңа білімді меңгерудің тиімді тәсілі бола алады. Сонымен қатар көркем фильмдердің де ақыл-ойды дамытуда өзіндік орны бар. Олар белгілі бір тақырыпқа терең әрі эмоциялық тұрғыдан енуге мүмкіндік береді. Бұл кітап оқуға ұқсас: мазмұны күрделі, ойландыратын фильмдер ми үшін анағұрлым пайдалы. Авторлық кино әлеміне қызығушылық танытатындар үшін режиссер Ингмар Бергманның шығармалары жақсы бастама бола алады.

Бейнеойын ойнаңыз. Бейнеойындар бүгінде кең таралған демалыс түрлерінің біріне айналды. 2017 жылы ғалымдар бейнеойындардың миға әсерін зерттеген 116 ғылыми жұмыстың нәтижесін талдап, *Frontiers in Human Neuroscience* журналында көлемді шолу жариялаған. Зерттеулерге қарағанда, ойын ойнайтын адамдарда зейіннің бірнеше түрі – әсіресе тұрақты және таңдамалы зейін – жақсы дамиды. Сондай-ақ геймерлерге ұзақ уақыт бойы назарды шоғырландырып отыру үшін аз күш жұмсау жеткілікті болады. Бұдан бөлек, бейнеойындар адамның көру-кеңістіктік қабілеттеріне жауап беретін ми аймақтарының дамуына ықпал етеді. Бұл қабілет адамның заттардың кеңістіктегі орналасуын дұрыс бағамдауына көмектеседі.

Зияткер адамдармен араласыңыз. Адам – әлеуметтік тіршілік иесі. Сондықтан қоғаммен байланыс когнитивтік қабілеттердің дамуына ықпал етеді. Белсенді қарым-қатынас ми қызметін ынталандырады, ал әлеуметтік оқшаулану керісінше психикалық денсаулыққа ғана емес, мидың жұмыс істеу қабілетіне де кері әсерін тигізуі мүмкін. Жаңа ортаға қосылу немесе жаңа достар табу ешқашан кеш емес. Мәселен, оқыған кітапты, көрген фильмді немесе ғылыми мақаланы бірге талқылау ақпаратты тереңірек түсінуге және есте жақсы сақтауға көмектеседі.

Сандық ойлау қабілетін дамытыңыз. Сандық сезім немесе сандық ойлау – адамның сандармен жұмыс істеу қабілетін білдіретін дағдылар жиынтығы. Ол математикалық есептерді шешуге және логикалық ойлауды дамытуға көмектеседі. Мұндай қабілетті қарапайым жаттығулар арқылы да дамытуға болады. Мысалы, бір топ затқа жылдам қарап, олардың нақты санын ойша анықтауға тырысу – сандық ойлауды жаттықтырудың тиімді тәсілі.

Шет тілдерін үйреніңіз. Шет тілін меңгеру – ми үшін өте пайдалы интеллектуалдық жүктеме. Мәселен, синхронды аударма кезінде ми бір уақытта бірнеше күрделі операцияны қатар орындайды. Ал екі тілде еркін сөйлейтін адамдардың есте сақтау қабілеті, зейіні және реакция жылдамдығы жоғары болатыны ғылыми зерттеулерде дәлелденген.

Би билеңіз. Қол мен көздің үйлесімді қозғалысы – көру-қозғалыс координациясы – көптеген әрекетте маңызды рөл атқарады. Мысалы, көлік жүргізу немесе пернетақтада мәтін теру

осы қабілетке байланысты. Мұндай дағдыларды дамыту ми қызметіне де оң әсер етеді. 2008 жылғы зерттеу нәтижесіне сәйкес, үш ай бойы үш доппен жонглерлік жасауды үйренген адамдардың миындағы сұр зат көлемі артқаны байқалған. Осыған ұқсас әсер би арқылы да байқалады. Би қимылдары когнитивтік үдерістерді бұлшық ет жадысымен ұштастырып, мидың белсенді жұмыс істеуіне ықпал етеді.

Медитация жасаңыз. Медитация күйзелісті азайтып, көңіл күйді жақсартып, эмоциялық тұрақтылықты қалыптастырады. Сонымен қатар ол ми қызметіне де пайдалы. Кейбір зерттеулерге қарағанда, күніне 10–20 минут медитация жасау есте сақтау қабілетін арттырып, интеллектуалдық деңгейдің тұрақты өсуіне ықпал етуі мүмкін.

Жазыңыз. Қолмен жазу ми қызметін белсендіреді, есте сақтауды жақсартады және сөйлеу қабілетіне оң әсер етеді. Ақпаратты жазып отыру оны жақсырақ есте сақтауға көмектеседі. Бұл тек оқу немесе жұмыс барысында ғана емес, күнделікті өмірде де пайдалы. Мысалы, таңертең ойыңыздағыны қағазға түсіру, жақын адамдарға хат жазу немесе ашықхаттарды қолмен толтыру да миға пайдалы жаттығу бола алады.

Музыкалық аспапта ойнаңыз. Музыкалық аспапта ойнау нейрондар арасындағы байланыстарды күшейтіп, когнитивтік қабілеттердің дамуына ықпал етеді. Бұл оқу қабілетіне, есте сақтауға, ұсақ моторикаға және логикалық ойлауға оң әсерін тигізеді.

Ортаңызды өзгертіңіз. Миға да демалыс қажет. Ұзақ уақыт үзіліссіз жұмыс істеу күйзеліске алып келуі мүмкін. Ал жаңа орта, мысалы саяхат, адамға тек демалып қана қоймай, жаңа тәжірибе жинауға мүмкіндік береді. Бейтаныс мәдениет пен тілдік ортада болу шығармашылық ойлауды дамытатын «көпмәдениетті оқу» үдерісін қалыптастырады.

Эмоцияңызды түсіне біліңіз. Эмоционалдық интеллект – адамның сезімдерін және басқалардың эмоциясын түсініп, оны дұрыс басқара білу қабілеті. Мұндай қабілеті дамыған адамдар өзгелермен оңай тіл табысып, даулы жағдайларды мәдени түрде шеше алады. Эмоционалдық интеллектіні дамыту үшін өз сезімдеріңізге саналы түрде назар аударып, эмпатияны қалыптастырып, эмоцияларды бақылауды үйрену маңызды. Сонымен қатар сезімдерді «жақсы» немесе «жаман» деп бөлмей, оларды табиғи күйінде қабылдап, түсіне білу де маңызды.

[https://el.kz/aqyl-oydy-shyndaytyn-20-paydaly-adet\\_400045163/](https://el.kz/aqyl-oydy-shyndaytyn-20-paydaly-adet_400045163/)

## **ИСТОРИЯ**

### **8 марта – Международный женский день**

#### **История возникновения 8 Марта**

Праздник долго не имел определенной даты – его отмечали то в феврале, то в марте. Ключевые события, которые сформировали праздник, выглядят так:

1857 год – первый крупный протест текстильщиц в Нью-Йорке.

1908 год – легендарный марш 15 000 женщин в США за право голоса и достойную оплату.

1910 год – Клара Цеткин официально предлагает учредить день женской солидарности.

1917 год – женщины в Петрограде выходят на протесты с лозунгом "Хлеба и мира", что становится одним из событий, предшествовавших революции.

1975 год – ООН признает праздник на мировом уровне, объявив Международный год женщин.

Со временем политическая составляющая праздника в разных странах стала отходить на второй план, и 8 Марта постепенно превратилось в день поздравлений и признания роли женщин в обществе.

Как отмечают 8 марта в Казахстане и мире

Сегодня 8 Марта отмечают во многих странах мира. В одних он по-прежнему связан с темой равноправия и защиты прав женщин, в других стал больше семейным и культурным праздником.

В Казахстане Международный женский день является официальным выходным. В этот день принято поздравлять матерей, бабушек, коллег и подруг, дарить цветы и благодарить женщин за их вклад в семью, общество, науку и экономику.

К слову, если вы уже планируете праздничные выходные, посмотрите наш календарь: сколько дней отдохнут казахстанцы в марте 2026 года. Куда сходить 8 марта в Астане, Алматы и Шымкенте, мы рассказали - в материале.

По данным зарубежных СМИ, в Европе 8 марта в основном посвящён правам и достижениям женщин. В Германии он стал официальным выходным с 2019 года и сопровождается митингами и дискуссиями о равенстве. Во Франции и других странах популярны благотворительные акции и конференции, посвящённые успехам женщин в науке, искусстве и бизнесе.

По данным СМИ, в Поднебесной праздник называют "Днем богинь". По рекомендации правительства работодатели часто отпускают сотрудниц после обеда. В этот день женщины могут посвятить время себе – сходить в спа или заняться шопингом, а в магазинах часто действуют специальные скидки.

В США 8 марта не является официальным выходным, однако весь март отмечается как Месяц женской истории. В это время школы, университеты и СМИ рассказывают о выдающихся американках, повлиявших на ход истории, и акцентируют внимание на современных проблемах женщин. Проводятся лекции, выставки и профессиональные форумы, направленные на просвещение и поддержку гендерного равенства.

### **Казахстанские женщины-первооткрывательницы, вошедшие в историю**

В Международный женский день агентство Kazinform рассказывает о знаменитых казахстанских женщинах. Каждая из них внесла значительный вклад в развитие страны – от медицины и образования до дипломатии и искусства.

Гульсум Асфендиярова (1881-1937). Первой казахской женщиной-врачом стала Гульсум Асфендиярова. С детства она мечтала помогать людям и поступила на грант в первый в Европе Женский медицинский институт, находившийся в Санкт-Петербурге. В 1908 году окончила его с отличием, став первой казахской женщиной с дипломом врача. Вернувшись на родину Гульсум Асфендиярова начала работать в Папском сельском врачебном округе Наманганского уезда. В 1913 году она стала фельдшером-акушером при главном враче в Хиве, где впервые в истории этого региона провела операцию «кесарево сечение». Позже Гульсум Асфендиярова вернулась в Ташкент и при поддержке отца открыла частную больницу на 30 коек. Со временем Асфендиярова возглавила городской родильный дом, занималась общественной деятельностью и помогала своему брату – врачу и будущему министру здравоохранения КазАССР Санжару Асфендиярову – организовывать помощь голодающим и бездомным. В 1920 году по поручению и при поддержке Бюро мусульман во главе с наркомом здравоохранения ТАССР Т. Рыскуловым организовала «Женские акушерские курсы», где лично вела дисциплину «Физиология беременных». С 1922 года совмещала преподавание с работой в городской детской больнице.

Хуснижамал Нуралыханова (1872-1945). Хуснижамал Нуралыханова вошла в историю как первая казахская женщина-учитель. Начальное образование она получила от своих старших братьев, а затем продолжила учиться самостоятельно. После окончания Земской школы в Казани в 1894 году начала работать преподавателем в женском училище в Орде. В 22 года Нуралыханова открыла первую школу для казахских девочек.

Учебники и необходимые материалы для занятий ей помогал доставать инспектор А. Вознесенский – часть книг привозилась тогда из Астрахани. Среди учениц Хуснижамал были известные казахстанские женщины, в том числе Алма Оразбаева, Разия Мендешева и Амина Маметова – теть Маншук Маметовой.

Назипа Кулжанова (1887-1934). В истории казахстанской журналистики особое место занимает Назипа Кулжанова – первая казахская женщина-журналистка. Она училась в русской школе, основанной Ибраем Алтынсариним, затем продолжила образование в Тургайской женской гимназии. После окончания учебы работала помощником учителя. Будучи членом Семипалатинского географического общества, Кулжанова организовывала литературно-музыкальные и этнографические вечера. В своих публикациях она поднимала вопросы

воспитания молодежи, культуры и положения казахских женщин. Назипа Кулжанова одной из первых популяризировала творчество Абая и перевела на русский язык его стихотворение «Желсіз түнде жарық ай». Перевод был опубликован в 1915 году в журнале «Сибирский студент». В 1917 году она приняла участие в съезде казахов Семипалатинской области и вошла в его правление, а в 1920 году вошла в состав Комиссии Народного комиссариата Просвещения Казахской АССР по подготовке учебников, книг и по делам издательств. В 1922 году Сакен Сейфуллин, став председателем Совета народных комиссаров Казахской АССР и редактором газеты «Еңбекші қазақ», пригласил ее в редакционную коллегию. Здесь она стала одним из ведущих авторов. Кулжанова также работала в журналах «Қызыл Қазақстан», «Әйел теңдігі», и публиковалась в газетах «Айқап», «Қазақ», «Знамя единства» и «Алаш».

Балжан Бультрикова (1921-1998). Яркий след в истории внешнеполитического ведомства Казахстана оставила Балжан Бультрикова, став первой женщиной-министром иностранных дел Казахской ССР и первой в истории страны женщиной-дипломатом, выступавшей с трибуны ООН. С детства Балжан Бультрикова мечтала стать учительницей. Уже после шестого класса она начала проводить уроки грамотности для взрослых. Окончив школу как лучшая ученица, получила золотую медаль и была награждена поездкой в Москву. В 1941 году Бультрикова поступила в Казахский педагогический институт имени Абая, где изучала язык и литературу. В 1949 году ее избрали председателем профсоюза работников начальной и средней школы ЦК Компартии Казахстана. Позже она заняла пост министра социального обеспечения Казахской ССР и в 1957 году была награждена орденом «Знак Почета». В 1966 году Бультрикова стала первой женщиной-министром иностранных дел Казахской ССР, а также первым представителем Казахстана на Генеральной Ассамблее ООН. Этот факт упоминается и в книге американского дипломата Генри Киссинджера. За свою деятельность была награждена орденом Трудового Красного Знамени. В 1971 году Бультрикова была назначена министром образования Казахской ССР и занимала этот пост до 1974 года. Ее биография вошла в справочник «Кто есть кто среди женщин», издаваемый в Кембридже, а также в Энциклопедию Казахской ССР и другие издания.

Хиуаз Доспанова (1922-2008). Хиуаз Доспанова – первая и единственная летчица-казашка во время Великой Отечественной войны. Еще в школе Хиуаз получила удостоверение пилота запаса аэроклуба. Мечтая стать летчицей, она отправилась в Москву, чтобы поступить в Военно-воздушную академию имени Жуковского. Получив отказ, она подала документы в Первый московский медицинский институт, где ее, как отличницу, приняли без экзаменов. После первого курса Доспанова добровольцем пошла на фронт, освоила технику пилотирования ночного бомбардировщика, была зачислена штурманом-стрелком самолета У-2 в ночной бомбардировочный авиаполк, в личном составе которого были только женщины. Боевые задания она выполняла на Южном фронте, Северном Кавказе, в Закавказье, Украине и Белоруссии. Дважды отважная летчица была тяжело ранена, но вновь возвращалась в строй и встретила Победу под Берлином. Совершила более 300 вылетов, сбрасывая смертоносный груз на врага. Награждена правительственными наградами в годы войны, высшим орденом Казахстана «Халық Қаһарманы». С войны Хиуаз Доспанова вернулась инвалидом II группы со сросшимися переломами обеих ног, но, несмотря на это, активно участвовала в общественной жизни.

Алма Оразбаева (1898-1948). Одной из первых женщин, активно выступивших за защиту прав казашек была Алма Оразбаева. После окончания начальной школы она продолжила обучение в двухклассной женской школе в Урде, а затем прошла трехгодичные учительские курсы, после чего отправилась работать учительницей в Жанакалинский район. В 1919 году она стала первой казахской женщиной, вступившей в большевистскую партию.

Свою жизнь Оразбаева посвятила борьбе за права казахских женщин: объезжала кочевые аулы, объясняла женщинам их права, помогала защищать интересы матерей и детей и обучала других грамоте. В 1920 году Оразбаева стала одной из авторов «Декларации прав трудящихся Казахской АССР», где женщины были признаны равноправными членами общества с политическими и гражданскими правами. Она также входила в редакционные коллегии журналов «Әйелдер теңдігі», «Жас қазақ» и «Жас қайрат». За свою активную общественную деятельность и мужество Алма Оразбаева получила широкое признание.

Куляш Байсеитова (1912-1957). Куляш Байсеитова – одна из основательниц казахского оперного искусства. Родилась в 1912 году и с ранних лет проявляла музыкальный талант, запоминала и исполняла песни, которые слышала от своего отца. Байсеитова училась в

Алматы педагогическом техникуме Института просвещения и активно участвовала в музыкальной самодеятельности. Позже она поступила в студию переведенного в Алматы Казахского театра драмы. В 1933 году вошла в состав труппы Музыкального театра (прим. – ныне Казахский национальный театр оперы и балета имени Абая), где выступала до конца жизни. Куляш Байсеитова стала первой казахской певицей, исполнившей произведения под аккомпанемент фортепиано и в сопровождении симфонического оркестра. В 24 года была награждена орденом Трудового Красного Знамени и одной из первых получила звание Народной артистки СССР. В народе ее называли «казахским соловьем». Яркая звезда казахского искусства ушла из жизни в возрасте 45 лет.

Шара Жиенкулова (1912-1991). Шара Жиенкулова – Народная артистка Казахской ССР, стоявшая у истоков казахской национальной хореографии. Она считается создательницей сценического казахского танца. Жиенкулова окончила мусульманскую и русскую школы, а также один год училась на историческом факультете Казахского педагогического института. Свою творческую карьеру начала в драматическом театре в 1929 году – по конкурсу, вместе с Куляш Байсеитовой, была принята статисткой в труппу. 13 января 1934 года в Алматы открылся Казахский государственный музыкальный театр спектаклем «Айман-Шолпан». Именно в этом спектакле был впервые исполнен национальный казахский танец «Келиншек», который придумала, поставила и исполнила сама Шара Жиенкулова. Позже в ее репертуаре появились и другие известные постановки – «Таттимбет», «Айжан-кыз», «Кара-жорга», «Кырык кыз» и многие другие.

**Данира Искакова**

<https://www.inform.kz/ru/kazahstanskije-zhenshini-pervootkriatel'nitsi-voshedshie-v-istoriyu>

## **ПРОЗА**

### **Ықылас Ожайұлы**

#### **Наурыз – тек жыл басы ғана емес, ізгілік пен жаңару мерекесі**

Наурыз – қазақ халқының ең көне әрі ең қастерлі мерекелерінің бірі. XX ғасырдың басында кеңестік кері саясаттың салдарынан бұл мерекені атап өтуге қатаң тыйым салынып, ол 1926 жылдан кейін халық өмірінен толықтай аластатылған еді. Қайыра айтайық, 1926 жылдан бастап Кеңес өкіметі Наурыз мерекесін атап өтуге ресми түрде тыйым салды. Оған «діни мейрам», «ескіліктің сарқыншағы» деген секілді небір жалған айыптар тағылды. Соның салдарынан бұл мейрам ел жадынан ептеп ұмыт бола бастады. Осылайша, ұзақ уақыт бойы ұмыт болған бұл мейрам тек 1988 жылы ғана қазақ топырағында қайтадан жаңғырып, араға алпыс екі жыл салып барып әрең оралды. Әрине, жеңіл орала салған жоқ. Ол үшін біршама еңбектер жасалды. Тұлғалар тарапынан тер төгілді. Бәріңіз білесіздер, 1986 жылғы Желтоқсан оқиғасы халықтың рухына ауыр соққы болып тиді. Үш күнге созылған жастар көтерілісі елдің еркіндікке деген ерекше ұмтылысын көрсеткенімен, бұл қарсылық жоғары билік тарапынан аяусыз басып-жанышталды. Осы оқиғадан кейін халықтың еңсесі түсіп, ұлттық рух пәс тартқандай ауыр ақуал орынады. Дәл осындай кезеңде ақын Мұхтар Шаханов бастаған бір топ қаламгер «Наурызды тойлайық, ағаш отырғызайық» деген тосын үндеу жариялады. Бұл үндеу ұлттық дәстүрді қайта жаңғыртуға деген ерекше бастама болып, халық тарапынан жаппай қолдауға ие болды.

Сол кезде наурызтанушы ғалым Тоқтасын Өмірзақ «Ұлыстың ұлы күні» деген ғылыми әрі танымдық мақаласын 1988 жылы «Горизонт» және «Өркен» газеттерінде арнайы жариялады. Наурыз тақырыбына түрткі болған осы жайт кейін келе Алматы қалалық атқару комитетінде арнайы жиынның өтуіне де себеп болды. Жиынға белгілі ғалымдар мен қоғам қайраткерлері қатысып, Наурыз мерекесін қайта жаңғырту мәселесін талқылады. Олардың қатарында Рахманқұл Бердібаев, Мекемтас Мырзахметов, Мардан Байділдаев іспетті белді ғалымдар болған еді. Олар бұл бастаманы қызу талқылап, Наурызды қайта тойлау қажеттігін дәлелдеді. Осылайша жиында Тоқтасын Өмірзақтың қос газетте жарияланған жазбасы себеп болып, 1988 жылдың 22 сәуірінде Алматы қаласының Калинин ауданында тұңғыш рет Наурыз

мерекесі ресми түрде тойланды. Кейін бұл мереке жыл сайын дәстүрлі түрде сабақтастық алып, 1991 жылы Қазақстанда ұлттық мереке ретінде жарияланды.

Наурыздың тарихы мен танымы. Енді осы орайда наурыздың тарихы мен танымдық мәніне аз ғана тоқтала кетсек. Көне тарихи деректерге сүйенсек, Ефрат пен Тигр өзендерінің бойында ірі екі мемлекет – Вавилония мен Ассирия атты қос ел өмір сүрген екен. Вавилония халқы тарихта көбіне «халдейлер» деген атаумен белгілі болған. Халдейлердің мәдениеті мен ғылымы сол кезеңдегі ең дамыған өркениеттердің бірі ретінде саналған. Әсіресе астрономия ғылымы ерекше дамыған көрінеді. Ең ірі жетістігінің бірі уақытты дәл есептейтін ғажайып күнтізбесі еді. Олардың күнтізбесі негізінен Ай қозғалысына негізделген. Бір жылы он екі айдан тұрған, ал әр айдың ұзақтығы 28, 29 немесе 30 күн болып саналған. Кейбір жылдары есепке кірмей қалған күндер қосымша ай ретінде қарастырылып, оны он үшінші ай ретінде есептеген. Осылайша жыл санау жүйесі табиғат құбылыстарымен тығыз байланыста жүргізіліп отырған. Кейбір зерттеушілер қазақ халқының халықтық күнтізбесі мен байырғы халдейлік уақыт есебі арасында белгілі бір сабақтастық бар екенін айтады. Мұның басты себебі – ежелгі дәуірде бұл өңір халықтарының байырғы түркі тайпаларымен мәдени әрі шаруашылық байланыста болғандығында еді. Мұндағы табиғат құбылыстарын бақылауға негізделген уақыт өлшеу тәсілдері көшпелі халықтардың өмір салтына да сәйкес келген. Халдейлер жаңа жылды күн мен түн теңелген сәттен бастап есептеген. Бұл уақыт табиғаттың жаңарып, жаңа тіршілік кезеңінің басталуын білдіреді. Кейінірек біздің заманымызға дейінгі 558 жылы ежелгі парсылар Кенгерлер мен Халдейлердің жерін жаулап алғаннан кейін олардың күнтізбесін қабылдаған. Осы кезеңнен бастап көктемгі жаңа жыл мерекесі парсы мәдениетінде де кең тарала бастаған. Жыл басын білдіретін «жаңа күн» ұғымы халдей тілінен парсы тіліне аударылып, «ноу» – жаңа, «руз» – күн деген сөздерден құралған. Осылайша «Наурыз» атауы дүниеге кеген. Кейін келе бұл уақыт есебі мен атау рим-латын тілдеріне аударылып, Еуропа елдеріне тарады. Уақытты есептеу жүйесі «календарь» деген атаумен әлемге белгілі болды. Осы календарь (күнтізбе) дегеннен шығады ғой. Алғашқы күнтізбеге қатысты алуан пікірлер көп. Айталық, кейбір зерттеушілер жер бетіндегі ең алғашқы күнтізбе жүйесі ежелгі Мысырда пайда болған, ол Сүмбіле жұлдызының тууы мен Ніл өзенінің тасу кезеңін бақылау арқылы жасалған дегенді де алға тартады. Енді мынаған келейік. Ежелгі Шумер халқының атауы туралы да қызықты ғылыми пікірлер бар. Белгілі неміс ғалымы, шумеролог Адам Фалькенштейн шумерлердің атауы кейінгі аккад тілінде өзгеріске ұшырағанын дәлелдеген. Оның пікірінше, шумерлер өздерін «Кенгер» деп те атаған. Бұл атаудың түркі дүниесімен байланысы болуы мүмкін деген де жорамалдар мол ұшырасады. Мысалы, Қазақстанның Қаратау өңірі мен Сырдария бойын мекендеген көне Қаңғар тайпаларының атауы, сондай-ақ Орталық Қазақстандағы Кенгір өзенінің атауы осы көне этнонимдермен үндеседі. Сонымен қатар қазақ арасында кездесетін Кеңгірбай, Сеңгірбай сияқты адам есімдері де бұл атаулармен тарихи үндестік танытуы жайдан-жай емес деген пікірлер де ғалымдар арасында айтылып қалады. Кейбір зерттеушілер мұндай ұқсастықтарды ежелгі халықтар арасындағы мәдени байланыстардың белгісі ретінде де қарастырып жатады. Бұдан бөлек, аспан әлеміндегі жұлдыздардың қозғалысына негізделген уақыт есептеу жүйесі де бұл халықтардың дүниетанымында белгілі бір ортақтық болғанын көрсетеді. Бұл мәселеге қазақтың көрнекті қоғам қайраткері Әлихан Бөкейхан да назар аударған. Ол өз еңбектерінде көне халықтардың мәдени байланыстары туралы айта келіп, жаңа жыл мерекесінің тарихи тамыры тым тереңде жатқанын атап өтеді. Осы деректерге сүйене отырып, кейбір ғалымдар Наурыз мерекесі тек Иран мәдениетінен тараған дәстүр емес, керісінше одан әлдеқайда ертерек қалыптасқан өркениеттік құбылыс деген пікірді айтады. Яғни бұл мереке халдейлер мен кенгерлер сияқты ежелгі халықтардың мәдени мұрасы ретінде кейінен парсыларға өткен. Біз бұдан ежелгі халдейлік күнтізбенің Иранға еш қатысы жоқ екендігін көреміз.

Жалпы көне, көп мәселені Иранмен байланыстырып жүрген мәселеге қатысты тарихшы Жамбыл Артықбаев былай дейді. «Біріншіден, Парсы (фарс) Ирандағы 31 уалайаттың бірі. Парсы тілі біздің жыл санауға дейінгі II мыңжылдықта өлген. Оның орнын солтүстіктен, соның ішінде Арқа мен Түркістаннан келген ариан (иран тілі) басқан. Яғни «парсы» деп сөйлеудің өзі қате. Парсылар бар, әрине, көбінесе жабық, дүмше, діндар, сиқырға сенетін қауымдар (Иранның кейде мемлекетінің атын ауыстыратыны да солардың ықпалы, мына моллақратия да солардың әсері). Парсының өз тілі баяғыда жойылып кеткен себепті одан қазақ тіліне сөз кіруі мүмкін емес. Екіншіден, қазақ тілінде иран сөздеріне ұқсас, мағыналас сөздер бар, оны мойындау керек. Неге десеңіз иран (ариандардың) түп негізі біздің жерде. Иран-Тұран болғанбыз, қазақ Жәмшид

патшаның заманы дейді. Одан Афрасияб-Қара хан тағы басқа көп әңгімелер бар. Сол заманнан қалған ортақ сөздер көп. Мысалы, Құдайды сіз Құдай дейсіз, саха да, иран да -Құдай дейді. Енді осы Құдайды кім кімнен алды? Сіз Наурыз дейсіз, Иран да, чуваш та Наурыз дейді...» деген пікірді алға тартады. Сонымен, қазақ тілінде бұл мереке екі түрлі атаумен ел санасына орыныққан. «Наурыз» және «Ұлыстың ұлы күні». Бұл атаулардың бәрі айналып келгенде бір-бірімен мағыналас болып, жаңа жылдың басталуын білдіреді. Сөз жоқ, халқымыздың мәдениеті мен рухани өмірінде ерекше орын алатын мерекелердің бірі осы Наурыз мейрамы. Бұл күн табиғаттың жаңаруын, тіршіліктің қайта жандануын білдіретін ерекше кезең ретінде бағаланады. Наурыз – тек көктемнің келуін білдіретін табиғи құбылыс емес, сонымен қатар халықтың дүниетанымы, салт-дәстүрі, тарихи жадын сақтап келген маңызды мәдени құбылыстың бірі.

Сондықтан да қазақ халқы бұл күнді «Ұлыстың ұлы күні» деп атаған. Жоғарыда айттық. Наурыз мейрамы адамзат өркениетінің ең көне дәстүрлерінің бірі. Оның тарихы мыңдаған жылдарға барып тіреледі. Күн мен түннің теңелуі, табиғаттың қайта жандануы, жердің көктеп, малдың төлдеуі – осының барлығы халықтың жаңа жылдың басталуын дәл осы уақытпен байланыстыруына негіз болды. Ежелгі халықтар уақытты есептеу үшін мынадай бірнеше түрлі күнтізбелерді пайдаланған.

Ғалымдардың айтуынша, әлемде мынадай үш негізгі күнтізбе жүйесі болған: Күн күнтізбесі, Ай күнтізбесі, Жұлдыз күнтізбесі. Күн күнтізбесі Жердің Күнді айналу қозғалысына негізделген. Ай күнтізбесі Ай фазаларына байланысты қалыптасқан. Ал жұлдыз күнтізбесі аспандағы жұлдыздардың қозғалысын бақылау арқылы жасалған. Көшпелі халықтар көбінесе жұлдыздар қозғалысына сүйенген. Олар Сүмбіле сияқты жұлдыздардың тууы мен батуын бақылап отырған. Түркі халықтары табиғат құбылыстарын ерекше қастерлеген. Күн мен Ай, жұлдыздар қозғалысы олардың өмір салтында маңызды рөл атқарған. Көшпелі халықтардың күнтізбесі табиғат заңдылықтарына негізделген. Сондықтан күн мен түн теңелген уақыт – табиғаттың жаңа кезеңге өтуін білдіретін ерекше сәт ретінде қабылдаған. Көшпелі халықтардың өмір салты табиғатпен тығыз байланысты болғандықтан, көктемгі жаңару кезеңі олардың тұрмысында ерекше маңызға ие болды. Осы жағынан келсек, наурыз мейрамы – тек қазақ халқына ғана емес, көптеген халықтарға ортақ көне дәстүр. Мысалы көптеген елдерде Наурызға ұқсас мерекелер болған. Мәселен, ежелгі гректер оны «Патрих», тәжіктер «Гүл гардон» немесе «Гүлнаурыз» десе, татарлар «Наусарыз», армяндар «Навасарди», ал чуваштар «Норис ояхе» деп атаған. Бұл деректер Наурыздың адамзат өркениетіндегі орны ерекше екенін көрсетеді. Сол секілді ежелгі замандарда көптеген халықтар жаңа жылды наурыз айында бастаған.

Кейін христиандық күнтізбенің енгізілуіне байланысты Еуропа елдерінде жаңа жыл 1 қаңтарға ауыстырылды. Мысалы, Ежелгі Римде жаңа жыл наурыз айында, ал Еврей халықтары жаңа жылды көктемгі кезеңнен кейін бастаған. Англия елінде XVIII ғасырдың басына дейін жаңа жыл 26 наурыздан басталған. Кейін христиан дінінің таралуымен бірге жаңа жылды қаңтар айының бірінші күнінен бастау дәстүрі қалыптасты. Ресейде бұл өзгеріс XVII ғасырдың соңында жүзеге асты. 1699 жылы Ресей патшасы I Петр жаңа жылды 1 қаңтардан бастап тойлау туралы жарлық шығарды. Тарихи деректерге сүйенсек, ежелгі парсылар халдейлерді жаулап алғаннан кейін олардың уақыт есептеу жүйесін қабылдап қана қоймай, оны белгілі бір дәрежеде діни сипаттағы мерекеге айналдырған. Ол кезеңде парсылардың негізгі дүниетанымы отқа табынушылықпен тығыз байланысты болған. Сондықтан жыл басын қарсы алу рәсімдері де көбінесе от культімен сабақтас жүргізілген. Осы себепті Наурыз мейрамы алғашқы кезеңде табиғи жаңа жылдың басталуынан гөрі діни рәсімдерге көбірек ұқсап кеткен. Уақыт өте келе бұл мереке түрлі халықтардың мәдениеті мен дүниетанымдық жүйелерімен толығып, көптеген діни және мифологиялық элементтерді бойына сіңірді. Соның нәтижесінде Наурыз мейрамы бірнеше түрлі наным-сенімдердің синтезі ретінде қалыптасты.

Мысалы, үй аластау, отқа май құю, от арқылы тазарту сияқты рәсімдер парсы халықтарының отқа табынушылық дәстүрлерінен келген. Ал Ай мен Күнге табыну, ақ шашу немесе су бүрку сияқты ырымдар шамандық дүниетанымның белгілері болса, Ұмай ана, Үтбикеш сияқты мифологиялық ұғымдар түркі халықтарының тәңірлік сенімдерімен тығыз байланысты. Ал бақсы-балгерлік дәстүрлердің кейбір элементтері орта ғасырлардағы тарихи кезеңдермен байланыстырылады. Кейбір зерттеушілер бұл үрдістердің белгілі бір бөлігі Шыңғыс хан дәуіріне тиесілі екендігін айтады.

Қазақ мәдениетінде Наурызға қатысты аңыз-әфсаналар негізінде қалыптасқан басты бейнелердің бірі – Қыдыр ата. Халық сенімі бойынша, наурыздың жиырма бірінен жиырма екісіне қараған түні даланы Қыдыр ата аралайды екен. Сондықтан бұл түн «Қыдыр түні» деп аталады. Қыдыр ата – адамдарға бақ-береке әкелетін, көбіне ақсақал бейнесінде көрінетін мифологиялық тұлға. Аңыздарға қарағанда, ол жер жүзін аралап жүріп, ізгі ниетті адамдарға игілік дарытады. Кейбір халықтық әңгімелерде Қыдыр атаның назары түскен жерге береке қонып, тіпті тастың өзі еріп кетеді деп айтылады. Халықтық түсінік бойынша, Қыдыр ата әрбір адамға өмірінде үш рет кездесу мүмкіндігі беріледі. Ол кейде қарапайым қайыршы немесе қария кейпінде көрінуі мүмкін. Сондықтан адамдар кез келген адамға құрметпен қарап, мейірімді болуға тырысқан. Қыдыр ата туралы түсініктер ислам мәдениеті арқылы да кең таралған. Бұл атау көбіне «Нұр», «Қызыр ата», «Қызыр түні», «Қызыр қамшысы» сияқты ұғымдармен байланысты қолданылады. Ислам дәстүрінде Қызыр кейде Ілияс пайғамбар есімімен қатар аталады. Құран мәтіндерінде Қызыр туралы бірнеше деректер кездеседі. Кейін қазақ топырағында ислам діні таралғаннан кейін бұл мереке жаңа мазмұнмен толықты. Сонымен осы ойлардан түйін жасар болсақ, наурыздың бір ғана танымдық мәні бар. Ол – барлығын біріктіретін ортақ идея ретінде табиғаттың жаңаруы мен жаңа жылдың басталуы еді. Көптеген халықтарда бұл мереке түрлі салт-дәстүрлермен бірге атап өтілген. Мысалы, кей елдерде адамдар от жағып, оның үстінен секірген. Бұл – тазалық пен жаңарудың белгісі деп есептелген. Басқа елдерде адамдар бір-біріне гүл сыйлап, жаңа киім киіп, мерекелік дастархан жайған. Ал қазақ халқы үшін наурыз – тек жыл басы ғана емес, ізгілік пен жаңару мерекесі. Бұл күні адамдар бір-бірімен көрісіп, ақ тілектерін айтады. Қариялар жастарға бата беріп, ренжіскен адамдар татуласады. Бұлақтардың көзін ашып, ағаш отырғызу дәстүрі де осы күнмен тікелей байланысты. «Атаңнан мал қалғанша, тал қалсын» деген нақыл сөз де осы дәстүрдің мәнін білдіреді. Сондай-ақ бұл күні мұқтаж адамдарға көмектесу, жетім-жесірге қамқорлық көрсету, ағайын-туыстың арасын жарастыру секілді ізгі істер жасалған. Осындай салт-жоралғылар Наурыздың тек табиғаттың жаңаруын ғана емес, адам жанының да жаңаруын білдіретін мереке екенін дәлелдейді. Бұл күні адамдар таңертең ерте тұрып, бір-бірімен көріседі. Көрісу – қазақ мәдениетінің маңызды дәстүрлерінің бірі. Адамдар бір-біріне құшақтасып амандасып, жылы лебіздерін білдіреді. – «Ұлыс бақты болсын!» – «Төрт түлік ақты болсын!» – «Пәле-жала жерге енсін!» деп біріне бірі ақжолтай тілек айтқан. Халық арасында «Ұлыс күні алдына келсе, атаңның да құнын кеш» деген сөз бар. Бұл сөз осы күннің кешірім мен бірлік күні екенін көрсетеді. Бүгінде Наурыз мейрамы елімізде кеңінен тойланып, ұлттық мәдениеттің маңызды белгісіне айналды. Бұл мереке халықты бірлікке, татулыққа, мейірімділікке шақырады. Сондықтан Ұлыстың ұлы күні – өткен тарихымызды еске түсіріп қана қоймай, ұлттық рухымызды жаңғыртатын ерекше мереке екендігі анық.

Осы орайда мынабір дүниені айырықша айта кетсем деймін. Халық түсінігінде бұл мейрам тек табиғаттың жаңаруын ғана білдірмей, қоғамдағы үйлесім мен теңдіктің негізі ретінде қабылдаған. Ежелгі аңыздарда айтылғандай, дәл осы күні «хан мен қара теңеледі» деген түсінік қалыптасқан. Бұл сөз билік басындағылар мен қарапайым халық арасында уақытша болса да әлеуметтік айырмашылық жойылып, бәрі бірдей мерекелік көңіл күйге бөленеді дегенді ишараласа керек. Сонымен қатар Наурыз мерекесінде халықтың айтқан өтініші мен тілегі де билік тарапынан еш ескерусіз қалмаған. Қарапайым халықтың даты мен шағымдары мереке күні ерекше назарға алынып, хан оларды кері қайтармай тыңдаған деген де мәліметтер бар. Мұны арнайы айтып отырғанымыз, «Хан мен қара теңелген» тұсты біз де пайдалана отырып ел тізгінін ұстаған ел Президентіне мынадай наз айтсақ па дейміз. Қашанда сөзге қонақ берген, сөз құнын өз құным деп түсінетін халықтың ұрпағымыз ғой. Сондықтан бұл тілегімнің ешбір әбестігі жоқ деген пікірдемін. Біздің сізге айтпақ ақжолтай тілегіміз мынау ғана. Ұлыстың ұлы күнін тура жаңа жылды қарсы алатынымыздай, (наурыздың жиырма бірінен жиырма екісіне қарағын түні) қолыңызға шара толы қымыз алып, қараша халқыңызды жыл басымен құттықтасаңыз екен дейміз. Осыны жыл сайын дәстүрге айналдырсаңыз нұр үстіне нұр болар еді.

Бұл ел бірлігі үшін де, әрі Әз наурыз мейрамына ерекше әр беретін игі бастама болар еді. Ендеше, табалдырығымызды аттаған жылқы жылы баршамызға құтты болып, еліміз аман, егемендігіміз мәңгі баянды болсын дейміз!

[https://adebiportal.kz/kz/news/view/nauryz-tek-zyl-basy-gana-emes-izgilik-pen-zanaru-merekesi\\_\\_10001339](https://adebiportal.kz/kz/news/view/nauryz-tek-zyl-basy-gana-emes-izgilik-pen-zanaru-merekesi__10001339)

**"Увидеть картину" без зрения:  
как музеи адаптируют коллекции для незрячих людей**

Зрение – не единственный способ увидеть произведения живописи. Мультисенсорный подход музеев Ватикана и Пети Пале служит этому доказательством.

Живопись – объемный мир в рамках плоской картины, удивительный и притягательный. Наверняка каждый человек когда-либо испытал желание, глядя на нравящуюся ему картину, погрузиться в нее, шагнуть в ее пространство: ощутить прохладу пруда в Живерни, провести рукой по колосющейся пшенице с картины Ван Гога, стать луной или деревом, слиться с природой. Шедевры живописи – больше, чем то, что видно человеческому глазу. Это художественно воплощенный фрагмент мира с особыми красками, звуками, запахами, историями.

Художник, созерцая окружающий мир, выражает свое видение и переживание в собственном творении. В процессе создания картины он движется от внутреннего образа к его художественному воплощению, результатом которого является произведение изобразительного искусства. Человек, смотрящий на картину, совершает обратное путешествие – от того, что он видит, к внутреннему образу. Сам факт существования внутреннего образа картины и у художника, и у созерцателя может означать, что человек без зрения способен «увидеть» ее в своем воображении. Осознание этого открывает множество способов адаптации музейных экспонатов для людей с нарушением зрения. Незрячего человека перед картиной можно сравнить с художником, который стоит перед белым холстом видит в своем воображении картину благодаря тому, что слышит, чувствует и проживает.

Ведущие музеи мира, желая поделиться наследием мировой культуры со всеми, находят разные способы представления картин для незрячих и слабовидящих посетителей. Некоторые из них создают тактильные копии картин и аудиоописания (аудиодескрипции), полагаясь на наиболее активные каналы восприятия информации. Другие же идут дальше, считая, что для формирования полного представления о картине нужно задействовать также обоняние и кинестетику. Согласно мнению незрячих посетителей, больше всего информации о произведении изобразительного искусства дает тактильное изучение его рельефной модели, сопровождающееся аудиодескрипцией. Использование ароматов и других стимулов восприятия вызывает вопросы и дискуссии: насколько они информативны и необходимы, насколько субъективны, не отвлекают ли от самого произведения? Как найти идеальный способ, который сможет наиболее точно передать форму, композицию, образы, смыслы и настроение картины?

Музеи Ватикана называют музеями для всех. Они представляют копии экспонатов в виде тактильных барельефов в открытом доступе и организуют специальные бесплатные мультисенсорные экскурсии. Во время двухчасового визита в Григорианский египетский музей, Григорианский этрусский музей, Музей Пию-Кристиано, Ватиканскую пинакотеку, Этнологический музей и Сикстинскую капеллу посетители с нарушением зрения могут ознакомиться с некоторыми шедеврами коллекции Ватикана, представленными в виде барельефов с экспликациями на шрифте Брайля. Среди доступных незрячим ценителям искусства – детальные барельефы картин «Снятие с Креста» Караваджо и шедевров Рафаэля, копия фрагмента мозаики «Ангел» Мелоццо. Экскурсия состоит из нескольких частей. Сначала посетители считывают тактильно картину либо объект с барельефа, анализируют ее части, композицию, цветовую и пластическую схемы. Затем слушают поэтическое или музыкальное произведение, связанные с картиной. Воркующие звуки смеющейся лютни и арф, ароматы мирта, лимона и кипариса...

Тактильные и звуковые стимулы дополняются обонятельными – и все вместе создает наиболее полный и глубокий образ произведения искусства, помогает почувствовать атмосферу той эпохи, когда оно создавалось. Над поиском средств знакомства незрячих людей с живописью работала команда специалистов по доступности и искусствоведов из разных стран мира. По мнению одного из создателей экскурсии доктора искусствоведения Изабеллы Саландри, ароматы помогают в передаче цветов и атмосферы, а музыка и поэзия погружают в эпоху и отражают настроение. В завершение экскурсии посетители проходят по ватиканским садам, слушая стихи

и музыку, вдыхая ароматы и уже по-новому ощущая пространство. Такие впечатления наверняка надолго оставят в памяти образ Ватикана как сокровищницы мировой культуры, музея для человека. Попасть на экскурсию достаточно просто – стоит отправить запрос на имейл, который можно найти на страничке Accessibility официального сайта. В таком случае посещение музея будет бесплатным и без очереди.

Опыт мультисенсорного знакомства с живописью предлагает незрячим посетителям и музей Пети Пале в Париже. Проект реализован группой художников и скульпторов на основе концепции, разработанной образовательным отделом музея. Доступность всех экспонатов протестирована членами ассоциаций людей с нарушением зрения. Экскурсия для людей с нарушением зрения начинается с того, что им выдается тактильная карта, помогающая представить план музея и сформировать общее впечатление о нем, а затем и самостоятельно ориентироваться в его пространстве. На постоянной основе в залах экспонируется несколько 3D-копий скульптур и барельефов картин с описанием на шрифте Брайля, выполненных из различных материалов. Отдельные объекты в виде рельефных изображений представлены в книге, которая находится у гида. Для тех, кто хочет отправиться в мультисенсорное путешествие по картинам известных европейских художников, предлагается полуторачасовая программа. Сначала посетители проходят по залам, знакомятся с рельефами и 3D-копиями картин и скульптур, потом отправляются в сенсорную комнату. Здесь они могут приобщиться к уникальному опыту «узнавания» произведений изобразительного искусства, их творцов и эпохи.

Автор проекта Катрин Андрэ, как и ее коллеги из музеев Ватикана, считает мультисенсорный метод передачи живописи незрячим людям наиболее эффективным и информативным. Она убеждена, что нет единого универсального способа создания модели картины, поэтому для одних подходит барельеф, для других — макет, для третьих — 3D-композиция. При этом очень важно давать возможность людям с нарушением зрения знакомиться с экспонатами как в общем музейном пространстве вместе со всеми посетителями, так и в специально отведенных залах, где можно экспериментировать с материалами, техниками и стимулами восприятия. В «Мультисенсорном сундуке» (так называется экспозиция макетов полотен для незрячих посетителей) представлены шесть картин европейских художников. Они интерпретированы и воссозданы разными способами в зависимости от техники живописи, сюжета, композиции и других факторов. К каждому из полотен на основании ассоциации с цветом, ключевым образом или настроением подобрана композиция ароматов – в этом отношении учтены результаты современных исследований о связи аромата и цвета, аромата и звука, а также их влияния на формирование образа в сознании человека. Очевидно, обонятельные впечатления не для всех людей с нарушением зрения являются одинаково информативными и могут вызывать разные ассоциации. Например, аромат ментола связан у одних незрячих людей с ощущением свежести, с голубым цветом и образом неба, а другим он напоминает морской бриз. Как дополнительный стимул они помогают незрячему или слепоглохому человеку точнее определить образ и ощутить атмосферу.

Еще одна особенность специальной выставки в Пети Пале в том, что модель каждой из картин состоит из нескольких элементов. «Портрет Амбруаза Воллара» импрессиониста Поля Сезанна представлен в виде барельефа, который передает геометричность форм, присущую стилю художника. Строгость образа и палитра цветов подчеркнуты ароматами металла и кожи. Для пейзажа «Закат над Сеной» Клода Моне выбран другой способ представления — несколько копий, написанных маслом. На копии, отображающей картину полностью, ощущается водная гладь, цепкие и острые ветки деревьев, силуэты домов и круг луны. Техника, в которой она выполнена, позволяет считать тактильно не только визуальные образы, но и саму воздушность и легкость импрессионизма. На отдельных планшетах воспроизведены главные образы картины в увеличенном виде. Водно-древесный прохладный аромат навеивает ощущение ночной прогулки вдоль Сены.

«Поединок гяура с пашой» Эжена Делакруа — одна из наиболее сложных моделей. Жестокая борьба двух всадников, тела людей и лошадей, смешавшихся в схватке, — все это приобрело объем в 3D-скульптуре. Композицию картины можно ощутить в рельефном изображении. Планшеты с миниатюрными костюмами, точно повторяющие фактуру и фасон одежды всадников, воспроизводят дух эпохи и культуры. Атмосфера и накал чувств персонажей ощущаются еще до тактильного знакомства с картиной — в запахе свежей крови и металла.

Для объемного воссоздания картины голландского художника Питера Янсенса Элинга «Подметающая женщина» используется театральный макет. Эта форма дает возможность передать все детали до мельчайших. Материалы подобраны точно: деревянные объекты выполнены из дерева, для зеркала выбран тонкий лист холодного металла, для кувшина — глина. Сложнее всего передать цвета. В этом помогают ассоциативные связи и детальное описание. Кажется, что картины уже перестали быть просто картинами, а наполнились историями, чувствами, стали ощутимыми. Ведь в этом и проявляется искусство. Оно вызывает жизнь мысли, игру воображения, эмоциональный отклик, внутренний образ. И этот образ может быть похож на тот, который послужил источником произведения, а может и отличаться. Главное, что он пробуждает эстетическое переживание и расширяет границы мира.

Многие музейные учреждения могут перенять опыт музеев Ватикана и Пети Пале, чтобы создать собственное инклюзивное пространство. Тем более, реализовать такие проекты реально даже с весьма скромным бюджетом по сравнению с другими затратами. Но если у небольшой галереи или музея пока нет средств, можно начать с более доступного. В этом отношении ценным является опыт авторов проекта «Anima Chroma/Живые картины», в ходе реализации которого художники Дмитрий Петров и Александр Петров, режиссер Альберт Рудницкий и хореограф Александра Рудик исследовали способы передачи живописи слепоглохим людям посредством языка театра и пластики. В итоге получился анимационно-пластический спектакль о восприятии живописи людьми, которые по-разному видят. Если для незрячих людей тактильный макет и звуковое описание картины могут быть достаточно информативны, то слепоглохому человеку необходимо прожить ее эмоционально в действии, в пластике. В рамках эксперимента для знакомства с картинами использовались и самодельные мультисенсорные макеты, и «живые картины», воссоздаваемые актерами. Каждая изучаемая картина оказывалась созвучной личным переживаниям и эмоциональному опыту участников. Техника проживания картин в этюдах оказалась наиболее эффективной, а сами этюды были построены по принципу развития и домысливания сюжета полотна: до зафиксированного на нем момента и после. Такое классическое актерское упражнение может стать основой экскурсии-перформанса и войти в программу любого музея, тем самым вовлекая людей с разными возможностями в совместное познание мира и творчество.

Существует множество способов знакомства незрячих посетителей с произведениями изобразительного искусства. Важно понимать, что зрение не единственный, хотя и главный путь к их восприятию и переживанию.

<https://specialviewportal.ru/articles/all/post70>

### **Художник из Караганды помогает слабовидящим слышать и писать картины**

Художник-исследователь Евгения Казакова начала работу над креативным проектом для слабовидящих и незрячих людей и совсем скоро состоится выставка картин, написанных людьми с полной потерей зрения. О том, возможна ли инклюзия в изобразительном искусстве и какие методы применяют при написании работ, рассказывает ИА «NewTimes.kz».

Жить и творить на ощупь. Написать пейзаж по памяти, не видя абсолютно ничего, смешать цвета так, как неподвластно зрячему человеку. 67-летняя карагандинка Нурбатша Калиева более 6 лет назад потеряла зрение. Лечение и операции не принесли результата, и в короткий срок наступила абсолютная потеря зрения. Она училась жить на ощупь, а глазами стали родные и близкие.

Потеряв зрение, женщина долго не могла принять слепоту, ездила к медикам из дальнего и ближнего зарубежья. Сегодня Нурбатша признается, что потеряла слишком много времени.

С холстом и кистью познакомилась в обществе для незрячих. То, что казалось невозможным, стало реальностью. Более того, она стала участником инклюзивного проекта, организованного карагандинским художником Евгенией Казаковой при поддержке благотворительной организации «The British Council». Художник-исследователь выиграла грант на развитие креативных проектов и совсем скоро состоится необычная выставка.

Для художников, которые научились писать картины на ощупь это возможность доказать, прежде всего, себе, что физические ограничения не должны препятствовать развитию.

«Вы знаете, я сейчас живу. Все, что я не успела сделать до 60 лет, я нагнала за небольшой промежуток времени. Я хожу на курсы танцев, посещаю библиотеку, научилась читать книги по шрифту Брайля, стараюсь не пропускать концерты. Еще я очень хочу научиться плавать. Недавно стала участником проекта Евгении Казаковой. Она приходила к нам в общество незрячих, где у нас есть художественный кружок. Она смотрела, как мы рисуем, интересовалась техникой. Мне повезло, и я оказалась в проекте. С детства у меня отличная память. Я помню каждую мелочь. Какого цвета была трава в аule ранней весной, какое небо было перед грозой, помню, как окрашивался закат. Когда Евгения и ее коллеги стали работать с нами у меня возникло чувство, что мои эмоции, запрятанные далеко-далеко, вдруг вырвались наружу. Это не передать словами», – сказала Нурбатша Калиева.

Человек без зрения может выражать очень яркие картины, насыщенные тона и сложные переходы. Как говорит Евгения Казакова, это настоящая феерия и праздник цветов. Они умело смешивают их в своей голове, четко разграничивают по оттенкам. К примеру, не просто красный, а красный маковый, желтый-лимонный, зеленый-канареечный. Очень тонко увидеть даже полутона возможно, наверное, лишь человеку лишенного зрения.

«Идея такого проекта возникла после моей выставки Digital Sound. Она была исследовательская, потому что за основу я брала рефлексию зрения от солнечного света. Когда долго смотришь на солнце, закрываешь глаза и видишь образы, меня это вовлекло, и на протяжении недели я собирала образы, независимо от настроения, состояния, погоды. В какой-то момент подсознание стало воссоздавать очень сложные сюжеты. Это вызвало интерес, и возникла мысль, что с закрытыми глазами, в полной темноте я вижу полноцветные картины. Стало интересно, как же возможно передать эти ощущения тем, кто находится в полной темноте. Родилась идея перевести изображения в звук. На той выставке можно было услышать картинку. Были воссозданы QR-коды, у каждой картинке мы со звукорежиссером через спектральный анализ делали гистограмму, потом переводили это все уже в звук, то есть каждая картинка, которую я рисовала на планшете, переводилась в звук, и ее можно было услышать», – поделилась художник-исследователь, член Союза художников РК Евгения Казакова.

Для Евгении это первый опыт работы с людьми с особыми потребностями. Чтобы сделать возможным написание картины незрячим человеком на холсте, рисуются композиции контурами, то есть максимально создается основа для будущего полотна.

«В начале работы мы понимали, что необходима полная трансформация подхода, то есть понять, что чувствует человек, который находится в полной темноте, возможно лишь взаимодействуя с ним. Важно, чтобы композиция была тактильно ощутимой, ведь ориентир незрячего человека – это буквально 1,5 на 1,5 сантиметра, и если он повернулся в сторону, отвлекся на разговор и т.д., и, вернувшись к своему холсту, он просто потеряется. Поэтому мы создали максимально контуры и текстуры, чтобы они могли прощупать их. Перед тем, как приступить к работе предлагаем прослушать композицию. Три инструмента, скажем так, озвучивают будущую работу. Это гитара, синтезатор и кобыз. Вот эти музыкальные инструменты создают такое красивое звучание, которое заставляет реагировать, начинаются очень яркие вибрации и вот в этом состоянии, уже ознакомившись с холстом, мы предлагаем увидеть эту картину в цвете. Когда мы спрашивали у них, все говорили, что это первый опыт такой работы, методика для них новая и это было выплеском тех цветов, тех эмоций, которые в них сидят, но они не могут их выразить. Получается, мы были тем проводником, который помог им переложить на холст те впечатления и эмоции, которые были закрыты», – рассказала художник-исследователь.

Искусство целительно. Одна из участниц проекта сказала, что потеряв зрение, очень много проводила время в одиночестве и чтобы хоть чем-то себя занять, начала фантазировать и смешивать цвета в своей голове. Она представляла, что произойдет, если к синему цвету добавить немного черного, к красному желтый и она «видит» итоговый цвет.

«Когда мы слушаем музыку, чувствуем контуры мы мысленно начинаем рисовать картинку в голове. Затем начинается самое интересное, выбор цвета. Здесь уже начинается полет фантазии, включаются далекие воспоминания. Мы не просто творим, мы чувствуем себя нужными и наши возможности расширяются. У нас все в обществе незрячих очень талантливое.

Стараются не опускать руки. Вот, например, я многое для себя открыла и как не парадоксально, но всего этого я не делала, когда видела», – рассказала Нурбатша Калиева.

Задача креативного проекта – вовлечь в изобразительное искусство инклюзивное общество. Для людей с ограниченными возможностями важна социальная составляющая и искусство для них по-настоящему целительно. К сожалению, в Казахстане пока не существует тактильных залов, музеев. Возможно, благодаря этому проекту подобная практика начнет развиваться, и искусство станет доступно каждому. Это приобщение незрячих или слабовидящих людей к миру изобразительного искусства делает их чуточку счастливее.

Матвей Кохманов

<https://nv.kz/2024/05/18/302016/?ysclid=mnimfju9vu961876524>

## «КУХНЯ НА ОЩУПЬ»

### Слепой повар: маленькие секреты больших успехов

Многие лица с инвалидностью по зрению и их близкие часто задаются вопросом, а можно ли научиться готовить без источника визуальной информации?

И, хотя кулинарное искусство, конечно, связано с необходимостью осуществления зрительного контроля за процессом создания шедевра, приспособиться к нему вполне можно и вслепую. Как – попробуем разобраться!

Современные кухонные помощники.

Когда приготовление пищи будет осуществляться на ощупь, очень важно сразу же учесть все возможные трудности и воспользоваться элементарными способами их преодоления. Помочь это сделать могут современные технические приспособления, которые способны существенно облегчить выполнение различных операций.

Несмотря на то, что многие уже овладевшие базовыми навыками бытового самообслуживания незрячие люди утверждают, что для решения наиболее часто встречающихся задач на кухне, никаких дополнительных технических средств фактически не требуется (их успешно заменяют хорошо развитые умения), на первых порах всё-таки лучше взять на вооружение хотя бы парочку из них.

Так, прежде всего, следует приобрести тканевые и силиконовые прихватки, которые помогут преодолеть страх обжечься и обезопасят от прямого контакта с горячим. Если матерчатые варежки и перчатки позволят легко взять прямо с плиты чайник с весьма разогретой ручкой или переставить огненную кастрюлю в другое место, то вот их аналоги из силикона способны сослужить верную службу, например, при переворачивании котлет или пирожков во время жарки.

К примеру, поддетое снизу лопаткой, жарящееся лакомство можно довольно легко придержать сверху рукой в такой прихватке, что позволит перевернуть его более лёгким и безопасным способом.

Конечно, выбирать такие перчатки лучше всего максимально по своему размеру, чтобы пальцы в них были по-настоящему уверенными и манёвренными.

Особое внимание следует уделить и подбору лопаток. Их однозначно должно быть несколько (алюминиевые, деревянные, с негреющимися ручками и т.д.). Не пожалейте времени для того, чтобы выбраться в соответствующий магазин и потрогать имеющиеся там товары своими руками. Так вы сможете быстрее и чётче определить, какие именно лопатки подойдут лично вам.

Пригодятся же они тоже при взаимодействии со сковородой и помогут придерживать одновременно сверху и снизу переворачиваемый продукт.

Сэкономить время и силы вполне удачно позволят и «говорящие» мультиварки. Благо сейчас такие реально можно приобрести. Данное чудо техники на чистом русском языке озвучивает все пункты меню, позволяя выбрать нужный режим и тип блюда. Также есть аналоги, которыми можно управлять со своего смартфона, предварительно установив туда нужное приложение.

Избежать повреждений скатерти и столового покрытия помогут силиконовые коврики, которые, помимо всего прочего, служат и хорошей подставкой под горячее. При загрязнении их можно легко промыть под водой, удалив все частички пищи и тем самым сохранив расположенную под ними поверхность целой и чистой.

Вследствие того, что при отсутствии визуального контроля зона приготовления рискует остаться убранной не до конца, о необходимости её проверки после завершения кулинарных экспериментов ни в коем случае не следует забывать. Скопившуюся там воду или остатки зелени, луковой кожуры и т.д. целесообразно сразу же убрать тканевыми или бумажными салфетками. Естественно, это предполагает, что у повара они уже есть.

Как советуют эксперты, и то, и другое лучше всего заранее закупить в достаточном объёме, поскольку заканчиваться такой расходный материал будет достаточно быстро. Включить в этот список можно и бумажные полотенца, которыми очень удобно вытирать руки, чтобы лишняя вода не капала на пол, стол и т.д.

Тем, кто испытывает проблемы с нарезанием продуктов, стоит обратить внимание на различные овощерезки или довольно популярные найсер-дайзеры. Они способны сделать этот процесс более лёгким, однако не являются универсальными способами и не могут исключить необходимость использования обычных ножей. Так что приобретать нужный навык всё равно придётся.

Это в общем-то вполне реально, осторожно фиксируя то, что нужно порезать, одной рукой и ловко управляя ножом – другой.

Затруднения, нередко испытываемые представительницами слабого пола при открывании закручивающихся банок с варением, томатной пастой и т.д., можно преодолеть с помощью специальных автоматических открывалок. Их достаточно будет просто установить на не поддающуюся никаким усилиям банку и нажать расположенную на корпусе прибора кнопку. Проблема будет решена практически сразу – и содержимое стеклянной ёмкости станет прекрасно доступным.

Конечно, это далеко не все чудеса цивилизации, делающие процесс готовки более комфортным и быстрым, и при желании их список можно пополнить ещё не на одну позицию. Однако важно при этом помнить, что они являются хорошими помощниками на стадии обретения кулинарного опыта, не отменяя значимости освоения всех навыков выполнения соответствующих действий с помощью обычных (немеханических) кухонных принадлежностей.

Таким образом, приобретённые умения нужно не бояться совершенствовать, чтобы быть в состоянии удовлетворить свои потребности в пище в любых условиях – даже при отсутствии электричества или любимого измельчителя овощей. Сотнями живых примеров самостоятельно живущих незрячих людей уже давно доказано, что готовить вслепую можно, а то, что сумел один человек, непременно, если захочет, освоит и другой.

Терпения и удачи вам в ваших кулинарных экспериментах! Помните, всё обязательно получится!

**Софья Золотова**

[https://www.inva.news/articles/point\\_of\\_view/slepoj\\_povar\\_malenkie\\_sekrety\\_bolshikh\\_uspekhov](https://www.inva.news/articles/point_of_view/slepoj_povar_malenkie_sekrety_bolshikh_uspekhov)

## **СПОРТ**

### **Новая инициатива: женщины в спорте объединяются при поддержке ООН**

В Казахстане создают Ассоциацию женщин в спорте. Инициатива реализуется Казахским Национальным университетом спорта при поддержке ООН, передает корреспондент агентства Kazinform.

В состав новой ассоциации войдут спортсменки, тренеры и женщины-руководители спортивной сферы. Цель создания ассоциации – продвижение роли женщин в спорте, обучение навыкам самообороны и повышение их безопасности. Презентация проекта Ассоциации женщин в спорте собрала представителей университета, студентов, а также сотрудников ООН. В рамках встречи состоялся практический мастер-класс по самообороне, где студентки продемонстрировали приемы дзюдо и самбо. В занятиях активно участвовали ректор

университета Куангалиева Турсынзада, представители ООН и все присутствовавшие женщины, что придало мероприятию атмосферу вовлеченности и солидарности.

– На сегодняшний день в Казахстане более 20 структур и ведомственных организаций ООН работают на продвижение прав и возможностей женщин и девочек. Одним из последних проектов является инициатива Change, реализуемая при поддержке Европейского Союза и фонда ООН в области народонаселения. Она направлена на преодоление стереотипов и барьеров на пути к гендерному равенству, а также на борьбу с бытовым насилием. Проект рассчитан на все страны Центральной Азии и охватывает как городских жителей, так и сельские сообщества. В первую очередь, мы работаем с первопричинами преград, мешающих женщинам обращаться за правовой помощью, и проводим образовательные программы для молодых людей, чтобы повысить осведомленность о гендерном равенстве и правах женщин, – отметила постоянный координатор ООН в Казахстане Саранго Раднарагча.

– Мы стремимся укреплять роль женщин в спортивной сфере, развивать программы по обучению самообороне и обеспечению их защиты. Создание Ассоциации предоставит женщинам полноценную платформу для профессионального роста, обмена опытом и практическими навыками. Кроме того, Ассоциация будет способствовать расширению участия женщин в спорте на всех уровнях – от городских центров до работы с локальными сообществами, – подчеркнула ректор университета Турсынзада Куангалиева.

**Динара Акылжанова**

<https://novaya-initsiativa-zhenshini-v-sporte-obedinyayutsya-pri-podderzhke-oon-e1e2fb>

### **Ерболу Хамитову присвоено звание «Заслуженный мастер спорта РК»**

Министр туризма и спорта Казахстана Ербол Мырзабосынов встретился с чемпионом зимней Паралимпиады по пара биатлону Ерболом Хамитовым, завоевавшим титул в Милане, а также с его тренерами.

Об этом сегодня, 27 марта 2026 года, рассказали в пресс-службе ведомства:

"В ходе встречи министр вручил Ерболу Хамитову звание "Заслуженный мастер спорта Республики Казахстан" за значительный вклад в развитие отечественного спорта и высокие достижения на международной арене".

Кроме того, министр наградил почетными грамотами тренеров Ербола Хамитова – Аслана Токбаева, Василия Коломийца и Антона Ждановича.

В ходе встречи Ербол Мырзабосынов особо подчеркнул важность поддержки сильных спортсменов и профессиональных спортивных менеджеров, поскольку их достижения вносят значительный вклад в повышение международного авторитета Казахстана.

"В настоящее время в стране активно развиваются 19 видов пара спорта. По итогам 2025 года 66 159 граждан с ограниченными возможностями систематически занимаются физической культурой и спортом. На сегодняшний день в республике функционируют Республиканский центр спортивной подготовки для лиц с ограниченными возможностями, 16 спортивных клубов, Дирекция развития спорта в Алматинской области и две специализированные спортивные школы".

Днем ранее, 26 марта, глава государства вручил Ерболу Хамитову орден "Барыс" III степени, Василий Коломиец и Антон Жданович награждены орденом "Парасат", Аслан Токбаев – орденом "Күрмет".

Ербол Хамитов – единственный пара спортсмен, завоевавший сразу две медали одной Паралимпиады. Он продемонстрировал высокие результаты как в пара лыжных гонках, так и в пара биатлоне, умело сочетая выносливость, точность и тактическое мастерство. Кроме того, он стал первым в истории Казахстана спортсменом, завоевавшим Хрустальный глобус, одержав победу в общем зачете Кубка мира по пара биатлону.

На XIV зимних Паралимпийских играх, прошедших в городах Милан и Кортина-д'Ампеццо (Италия), Ербол Хамитов пополнил копилку сборной Казахстана золотой медалью в пара биатлоне и бронзовой – в пара лыжных гонках.

**Динара Халдарова**

<https://www.zakon.kz/sport/6512445-erbolu-khamitovu-prisvoeno-zvanie-zasluzhenny-master-sporta-rk.html>

## **ПУТЕШЕСТВИЕ**

### **Лучшие страны для путешествий незрячих**

Путешествия – это не только про картинку. Это про ощущение пространства, звуков, запахов и эмоций. И именно поэтому люди с нарушением зрения тоже путешествуют – часто глубоко, осознанно и совсем иначе, чем мы привыкли.

Уровень удобства сильно зависит от инфраструктуры:

Япония – один из лучших уровней доступности

Германия – продуманная среда

Великобритания – развитые сервисы помощи

ОАЭ – современные аэропорты и сервис

Турция – хороший уровень в крупных городах и аэропортах

Незрячие путешественники получают: новые эмоции, ощущение свободы, смену среды, культурный опыт.

Их путешествия – это не «хуже», а глубже в другом смысле.

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: 76142

Бас редактор / главный редактор Гулбаршин Балгожина  
Брайль редакторы / редакторы по Брайлю Марлен Джакупов  
Брайль корректоры / корректор по Брайлю Динара Айтбаева

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. Мұратбаева 136  
(уг. ул. Бөгенбай батыра)  
bgrbarshin@mail.ru