ЖУРНАЛ ЦЕНТРАЛЬНОГО ПРАВЛЕНИЯ КАЗАХСКОГО ОБЩЕСТВА СЛЕПЫХ

АЛТЫ НҮКТЕ

май, 2022 (52)

СОДЕРЖАНИЕ:

ВАЖНОЕ В ЖИЗНИ СТРАНЫ

Видеообращение Токаева по конституционной реформе от 5 мая 2022 года: полный текст

А. Сарбасов проинформировал коллег из Центральной Азии о цифровизации социально-трудовой сферы в Казахстане

НОВОСТИ КОС

День Победы

М. Жанысбаев. Наша общая история

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

МРП и прожиточный минимум выросли в Казахстане

Более 18 тыс. заявок по установлению инвалидности рассмотрены в заочном формате

МТСЗН активно участвует в работе над законопроектом о соцзащите лиц с инвалидностью

ОБЩЕСТВО И ЛЮДИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Более 10 тыс. лиц с инвалидностью прошли санаторно-курортное лечение

З. Абдыкаимов. Инфантил, больной, герой – что общество думает про людей с инвалидностью

ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ЛИЦ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Новые технологии для зрения в офтальмологии и не только

ИНТЕРВЬЮ

Адилбек Даркенов: Кто жизнью бит, тот многого добьётся. Беседовала С. Омарова

РОДИТЕЛИ – ДЕТИ

7 типов родителей, которые вредят себе и детям:
а вы узнаете среди них себя?

ПРОЗА

Әділбек Ыбырайымұлы. Бітімгерлік ойыны**.**
(Кенесары хан туралы «Семсер жүзіндегі серт» роман-трилогияның екінші «Серт» кітабынан үзінді)

Торегали Ташенов. Путь Утегенова. Соединенные судьбой. (отрывок)

ПОЭЗИЯ

Владимир Ивановский. Стихи. Правда победит

«КУХНЯ НА ОЩУПЬ»

Сиреневый цвет мая. Майя Умерова (Шибина).
Беседовала М. Иминова

7 питательных веществ для хорошего зрения:
какие продукты стоит употреблять для поддержания здоровья глаз

ЖЕНЩИНАМ НА ЗАМЕТКУ, извините, и мужчинам тоже

Диетологи назвали популярные продукты, которые вызывают старение

СПОРТ

М. Жанысбаев. Твердым жимом к цели

Первый в истории Казахстана инклюзивный турнир по теннису прошел в Алматы

Каждый – герой и победитель. Казахстанская спортивная драма о спортсменах-паралимпийцах

ПУТЕШЕСТВИЕ

Удивительные факты о городе Уральске

Быть ли геологическому туризму?

КТО-ТО КОГДА -ТО СКАЗАЛ

***** **** *****

ВАЖНОЕ В ЖИЗНИ СТРАНЫ

Видеообращение Токаева по конституционной реформе: полный текст

5 мая 2022 год

Уважаемые соотечественники!

Как известно, в недавнем Послании народу я выдвинул масштабную программу политической модернизации.

Она всесторонне обсуждалась в обществе, средствах массовой информации. Свои оценки высказали эксперты и гражданские активисты. Все предложения получили широкую поддержку.

Обозначенные в Послании инициативы направлены на коренное преобразование нашей политической системы. Они исходили из многолетнего запроса граждан на расширение участия в управлении государством и глубинную демократизацию политических процессов.

Для их эффективной реализации потребовалось внесение изменений и дополнений в Конституцию. Иными словами, была необходима конституционная реформа.

Поэтому для подготовки проекта изменений в Основной закон по моему поручению была создана специальная рабочая группа, в состав которой вошли видные ученые-правоведы, опытные эксперты, представители уполномоченных органов.

После детального рассмотрения всех новелл проект поправок был направлен в Конституционный совет. И данный орган дал свое заключение о его соответствии положениям Конституции.

Теперь мы вышли на финишную прямую реализации конституционной реформы.

Поправки в Основной закон имеют для нашей страны, по сути, судьбоносное значение. Изменения затронут треть статей Конституции. Говоря прямо, наша Конституция получит совершенно новое измерение.

Поэтому я предложил вынести этот вопрос на республиканский референдум, ведь такие масштабные изменения должны осуществляться на основе всенародного волеизъявления.

Во всем прогрессивном мире плебисцит является одной из наиболее наглядных и очевидных форм прямого народовластия. Однако в Казахстане этот эффективный институт демократии не был задействован в полной мере.

После референдума, проведенного 27 лет назад, когда была принята действующая Конституция, все последующие конституционные реформы получали одобрение в Парламенте.

В принципе, это легитимная практика. Но я твердо убежден, что на новом этапе развития, строя Новый Казахстан, мы должны всенародно принимать такие судьбоносные для нашей страны решения.

Поэтому сегодня мною подписан Указ о проведении 5 июня республиканского референдума по вопросу принятия изменений и дополнений в Конституцию.

Всеобщее голосование граждан по проекту конституционных поправок продемонстрирует нашу твердую приверженность демократическим принципам.

Предстоящий референдум позволит каждому гражданину принять непосредственное участие в историческом событии, которое определит будущее Казахстана.

Конституционная реформа нацелена на комплексную трансформацию всей государственной модели.

Поправки призваны закрепить окончательный переход от «суперпрезидентской» формы правления к президентской республике с влиятельным Парламентом и подотчетным Правительством.

Конституционная реформа значительно усилит представительную ветвь власти, укрепит систему сдержек и противовесов, повысит субъектность маслихатов.

Внедрение смешанной мажоритарно-пропорциональной модели избрания депутатов Мажилиса и областных маслихатов позволит в более полной мере охватить весь спектр взглядов и мнений избирателей.

В свою очередь, введение полностью мажоритарной системы выборов депутатов районных и городских маслихатов откроет возможность для граждан более эффективно влиять на жизнь в регионах.

В новой редакции Конституции планируется закрепить равноудаленный статус Президента от всех политических партий и движений.

Появится запрет для ближайших родственников Президента занимать политические должности и руководящие посты в квазигосударственном секторе.

Важный блок поправок затрагивает правозащитную сферу.

Создание Конституционного суда, закрепление статуса Уполномоченного по правам человека на конституционном уровне, безоговорочный запрет смертной казни − все эти шаги направлены на всестороннее соблюдение прав и свобод граждан.

Предстоящая конституционная реформа ознаменует новый этап в развитии нашей страны.

Уважаемые соотечественники!

Вместе мы построим Новый Казахстан, Справедливый Казахстан! В нашем государстве будут защищаться права каждого гражданина. Все будут иметь равные возможности. Каждый в зависимости от своих способностей и умений сможет добиться успеха и найти свое место в обществе. Произойдет обновление общественных и индивидуальных ценностей. Мы усовершенствуем государственную систему, обеспечим конструктивный диалог между обществом и властью. Таким образом, мы построим Вторую Республику.

Для успешной реализации этих задач и необходима конституционная реформа. Особенность нынешней реформы заключается не в усилении полномочий Президента, а в совершенствовании, модернизации и укреплении государства.

Призываю всех принять активное участие в референдуме во имя будущего нашей страны, во имя будущих поколений! Уверен, вы поддержите все инициативы, исходящие из наших национальных интересов. Светлое будущее нашей страны − в наших руках! В единстве − наша сила!

https://news.mail.ru/politics/51183471/?frommail=1

А. Сарбасов проинформировал коллег из Центральной Азии о цифровизации социально-трудовой сферы в Казахстане

В ходе международной конференции «Эффективное управление для экономического развития в Центральной Азии», проходящей в Узбекистане, Первый вице-министр труда и социальной защиты населения РК Акмади Сарбасов рассказал коллегам из соседних стран об особенностях цифровизации социально-трудовой сферы в Казахстане.

В обсуждении совершенствования процессов цифровизации труда и их роли в мировой экономике приняли участие представители центральных государственных органов Казахстана, Кыргызстана, Таджикистана, Туркменистана и Узбекистана.

Выступая на панельной сессии «Цифровые технологии рынка труда: Простые бизнес-процессы и трансформация трудовых отношений», Акмади Сарбасов отметил, что на рынок труда большое влияние оказывают стремительное развитие технологий, демографические изменения и пандемия.

«Облачные технологии, искусственный интеллект, роботизация стали неотъемлемой частью нашей жизни. В результате на рынке труда появляются новые профессии. По оценкам, в Казахстане, в ближайшие 5-10 лет ожидается появление 239 новых профессий в 9 отраслях экономики, а 95 профессий трансформируются. При этом 52% рабочих мест в стране подвержены высокому риску автоматизации. Каждый 2-й сотрудник будет вынужден пройти переквалификацию. Приобретение новых навыков является залогом успешной карьеры. Поэтому

важно обеспечить условия для быстрой и гибкой подготовки кадров», – сообщил Акмади Сарбасов.

Он также добавил, что в ближайшем будущем ожидается изменение качественной структуры рабочей силы и увеличение притока трудоспособной молодежи, что вызовет дополнительную нагрузку на рынок труда.

«К 2030 году уже 37% рабочей силы в Казахстане будут представлять поколение «Z». А смена поколений будет сопутствовать и смене взглядов молодежи на трудовую деятельность. Это то поколение, которое готово идти на финансовые уступки ради гибкого рабочего графика, им важен баланс между профессиональной и личной жизнью. Поэтому работодателям будет важно адаптироваться под новые требования, чтобы удержать таланты», – подчеркнул он.

Сарбасов также отметил, что наблюдается рост нестандартных форм занятости – за 10 лет количество цифровых трудовых платформ в мире выросло в 5 раз. Платформенная занятость становится реальным способом заработка и профессионального развития для все большего количества людей.

«Становится возможным поиск узких специалистов для решения конкретных задач, поэтому 40% глобальных компаний планируют увеличить число фрилансеров в своей работе. А в Казахстане, по нашим оценкам, сегодня работает около 300 тыс. фрилансеров», – поделился Акмади Сарбасов.

Далее он представил ряд новых стратегических инициатив, которые сформированы с учетом перечисленных вызовов. Ожидается, что они помогут решить задачи по содействию продуктивной занятости и повышению доходов населения на 27% к 2025 году. В целом инициативы направлены на реализацию 4 направлений:

– повышение качества рабочей силы через обучение и переподготовку;

– либерализация рынка труда посредством законодательного регулирования и обеспечение социальной защиты работников гибкой занятости;

– развитие инфраструктуры рынка труда для повышения качества оказываемых услуг населению;

– масштабная цифровизация услуг посредством создания цифровой экосистемы рынка труда.

Акмади Сарбасов проинформировал о проводимой работе по совершенствованию Национальной системы квалификаций: будет продолжена разработка профессиональных стандартов и проводиться сертификация навыков через центры признания квалификаций. Кроме того, ведётся работа по разработке закона «О профессиональных квалификациях» и созданию Национального квалификационного органа.

Первый вице-министр подробно рассказал о масштабной цифровизации социально-трудовой сферы.

«На базе Электронной биржи труда выстроена единая цифровая экосистема занятости или, другими словами, онлайн супермаркет услуг занятости для населения. Эта экосистема будет сопровождать граждан на их профессиональном пути: от выбора карьеры до оформления трудовых отношений», – сказал он.

Экосистема будет состоять из нескольких элементов: единая цифровая площадка по трудоустройству Enbek.kz, платформа онлайн обучения Skills Enbek, реализация которой позволит воплотить идею обучения в течение всей жизни, платформы Business Enbek и HR Enbek, а также планируемый Цифровой путеводитель по профессиям.

Кроме того, Акмади Сарбасов проинформировал о реализации проекта «Цифровая карта семьи».

«Данный инструмент позволяет оперативно выявлять семьи, находящиеся в зоне социальных рисков, и оказывать им необходимые меры поддержки. Система собирает данные из информационных систем госорганов и организаций, на основе которых делает оценку благополучия семьи по установленным критериям, таким как доход, здоровье, образование, жилищные и социальные условия. Это позволяет автоматически определить потребности семей и проактивно оказать им соответствующую социальную поддержку», – сказал он.

Первый вице-министр подчеркнул, что перечисленные инициативы будут отражены в основных стратегических документах и закреплены на законодательном уровне – в Программе повышения доходов населения до 2025 года, Национальном проекте по развитию

предпринимательства на 2021-2025 годы, в разрабатываемом законе «О профессиональных квалификациях» и Социальном кодексе.

В заключительной части своего выступления Акмади Сарбасов представил первый Национальный доклад о рынке труда Казахстана, опубликованный в прошлом году. Доклад состоит из 6 глав, затрагивающих актуальные темы по рынку труда: глобальные тренды, экономика, безработица, человеческий капитал, миграция и прогнозы трудовых ресурсов.

Международная конференция «Эффективное управление для экономического развития в Центральной Азии» проводится Всемирным банком в сотрудничестве с министерствами финансов, экономического развития и сокращения бедности, а также занятости и трудовых отношений Узбекистана. Мероприятие направлено на продвижение использования достоверных данных для эффективного управления и реализации политики.

В конференции приняли участие эксперты по разработке политики и реформ, основанных на фактических данных, со всего региона Центральной Азии. Участники делятся опытом касательно взаимодействия между производством, анализом и использованием данных для государственной политики, ходом реализации политики, основанной на фактических данных, и подходами к укреплению роли гражданского общества.

https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/377209?

НОВОСТИ КОС

День Победы

В Алматы состоялись масштабные праздничные мероприятия, посвященные 77-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне. В парке имени 28 гвардейцев-панфиловцев после минуты молчания в память о погибших воинах-казахстанцах прошла церемония возложения цветов к Вечному огню. Цветы к мемориалу возложили ветераны Великой Отечественной войны, труженики тыла, военнослужащие, представители правоохранительных органов, депутаты маслихата, общественные деятели и жители города.

В парке имени 28 гвардейцев-панфиловцев также прошла выставка военной техники, для жителей и гостей города была организована полевая кухня, состоялся праздничный концерт с участием военного оркестра. К праздничным мероприятиям были привлечены более 250 артистов. Масштабные праздничные мероприятия прошли во всех районах города. В праздничный день тысячи жителей города приняли участие в шествии «Батырларға тағзым» и возложили цветы к Вечному огню в память о погибших в войне.

Алматинский филиал Казахского общества слепых ежегодно участвует в мероприятиях, посвященные Победы в ВОВ. В текущее время в филале на учете состоят два ветерана, и двадцать три участников трудового фронта. Вместе с тем, в Алмалинском районе проживают 1803 участника трудового фронта, узников фашистских концлагерей, блокадников Ленинграда.

Для ветеранов, участников трудового фронта и для всех желающих совместно с ЦР «Жылы ұя» был организован концерт. Ветеранам, участникам трудового фронта были вручены продуктовые наборы.

В Алматы 9 Мая песни Победы звучали под окнами ветеранов Великой Отечественной войны. Оркестр Казахской национальной консерватории имени Курмангазы исполнил для них специальную праздничную программу, приуроченную Дню защитника Отечества и к 77 годовщине Победы.

В годы войны на фронт были призваны 1,3 миллиона казахстанцев. Боевыми орденами и медалями были награждены свыше 100 тысяч воинов из Казахстана, более 500 человек удостоены звания Героя Советского Союза. Всего на сегодня в Алматы проживают 75 ветеранов Великой Отечественной войны.

Наша общая история

Ежегодно в мае месяце празднуется два важных праздника, 7 мая – День защитника отечества и 9 мая – День Победы.

И этот год не стал исключением для нашего коллектива. 5 мая объединив две праздничные даты, в Доме культуры КОС состоялся праздничный концерт. В мероприятии участвовали творческие коллективы «Жылы ұя»: хор ветеранов «Соловьи Алатау», вокальная группа « Каламкас» и приглашённые гости из театра традиционного искусства.

На концерте были исполнены песни военных лет, шлягеры советской эстрады, которые были хорошо поддержаны залом. Мероприятие прошло замечательно, слушатели покинули зал в искренне растроганных чувствах.

Мадьяр Жанысбаев

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

МРП и прожиточный минимум выросли в Казахстане

Согласно изменениям, внесенным в закон «О республиканском бюджете на 2022-2024 годы», в Казахстане увеличен размер ряда расчетных показателей в 2022 году. Так, с 1 апреля 2022 года размеры следующих расчетных показателей в Казахстане составляют: минимальный размер государственной базовой пенсионной выплаты – 20 191 тенге (ранее – 19 450 тенге); минимальный размер пенсии – 48 032 тенге (ранее – 46 302 тенге); месячный расчетный показатель (МРП) – 3 180 тенге (ранее – 3 063 тенге); величина прожиточного минимума для исчисления размеров базовых социальных выплат – 37 389 тенге (ранее 36 018 тенге).

Напомним, 12 мая Президент Касым-Жомарт Токаев подписал закон «О внесении изменений и дополнений в Закон Республики Казахстан “О республиканском бюджете на 2022-2024 годы”, подготовленный Министерством финансов в середине апреля.

https://news.mail.ru/economics/51282707/?frommail=1

Более 18 тыс. заявок по установлению инвалидности рассмотрены в заочном формате

В рамках реализации пилотного проекта по заочному формату проведения медико-социальной экспертизы для установления группы инвалидности рассмотрено более 18,8 тыс. заявок со всех регионов Казахстана. На данный момент к проекту подключены 589 медицинских организаций.

«Посредством пилотного проекта в 2022 году планировалось довести охват заочным оказанием услуги по установлению инвалидности до 20%. На данный момент этот показатель достигнут – уже поступило более 18,8 тыс. заявок от лиц с инвалидностью, что составляет 20,2% от общего числа освидетельствованных лиц. На данный момент мы продолжаем работу по увеличению числа лиц, получивших данную услугу проактивно», – сообщил вице-министр труда и социальной защиты населения РК Ербол Оспанов.

Как сообщалось ранее, на VI заседании Национального совета общественного доверия Глава государства поручил создать максимально благоприятные условия для людей с особыми потребностями, исключить их хождение по инстанциям и бумажную волокиту, а также контакт услугодателей с услугополучателями.

В рамках реализации данного поручения Министерством труда и социальной защиты населения РК совместно с министерствами здравоохранения и цифрового развития, инноваций и

аэрокосмической промышленности во всех 17 регионах Казахстана в пилотном режиме запущен проект по заочному формату проведения медико-социальной экспертизы (далее – МСЭ).

Для получения услуги по установлению группы инвалидности заявителю необходимо только обратиться в поликлинику по месту жительства и пройти необходимое обследование, остальные процессы проходят без его участия за счет интеграции информационных систем.

В целом, переход на заочное освидетельствование:

- устраняет административные и бюрократические барьеры;
- обеспечивает прозрачность экспертных решений МСЭ;
- дает возможность получать услуги по установлению инвалидности и определению мер социальной защиты лиц с инвалидностью, не выходя из дома;
- исключает прямой контакт услугополучателя с услугодателем, тем самым минимизирует коррупционные риски.

https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/376535

МТСЗН активно участвует в работе над законопроектом о соцзащите лиц с инвалидностью

Министерство труда и социальной защиты населения РК принимает активное участие в сопровождении проекта закона о социальной защите лиц с инвалидностью, подготовленного депутатами Сената Парламента РК.

Законопроект «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты РК по вопросам улучшения качества жизни лиц с инвалидностью» предусматривает внесение изменений в 76 законодательных актов. Таким образом, в действующее законодательство будут внесены следующие нововведения, направленные на повышение соцзащиты граждан с особыми потребностями:

ребенку с инвалидностью будет представлена возможность получить санаторно-курортное лечение вместе с одним из родителей или законным представителем. Для этого предусмотрено 4,9 млрд тенге;

для удобства передвижения лиц с инвалидностью в общественном транспорте на городских маршрутах предусмотрен закуп автобусов, оборудованных специальными приспособлениями для людей с особыми потребностями;

социальным предпринимателям, нанимающим лиц с инвалидностью, будет оказывается поддержка в пределах 1% от дохода, направляемого недропользователями на социально-экономическое развитие региона;

увеличится количество психолого-медико-педагогических консультаций (далее – ПМПК). Если раньше для открытия 1 ПМПК по нормативам требовалось от 60 тыс. детей, то теперь эта цифра будет снижена до 50 тыс. детей;

при чрезвычайной ситуации продление срока инвалидности, установление степени утраты трудоспособности и продление срока индивидуальной программы реабилитации будет осуществляться автоматически.

https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/369533?

ОБЩЕСТВО И ЛЮДИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Более 10 тыс. лиц с инвалидностью прошли санаторно-курортное лечение

С начала текущего года санаторно-курортное лечение прошли 10 061 лиц с инвалидностью, в том числе и дети с особыми потребностями.

Лица с инвалидностью (далее – ЛСИ) проходят санаторно-курортное лечение ежегодно в целях профилактики основных заболеваний, с учетом медицинских показаний, на основании индивидуальной программы реабилитации.

С прошлого года заявки на санаторно-курортное лечение оформляются через Портал социальных услуг (http://aleumet.egov.kz). Теперь ЛСИ имеют возможность самостоятельно выбирать любой удобный для них санаторий, зарегистрированный на Портале, с учетом индивидуальных потребностей, условий, доступности, объемов оздоровительных процедур и т.д.

На сегодняшний день комиссиями регионов на Портал допущено 93 санаторно-курортные организации. В их числе АО «Санаторий Щучинский» (Акмолинская область), ТОО «Санаторий «Жетысу» (Туркестанская область), ТОО «Курорт «Минеральная вода» (г. Шымкент), ТОО «Дом отдыха «Спутник» Казахского общества слепых» имени З.Б. Бейсекова (Алматинская область), ТОО «Санаторий «Сосновый бор» (Костанайская область), Негосударственное медицинское учреждение «Детский санаторий «Солнечный» (СКО) и другие.

С учетом неоднократных предложений родителей детей с инвалидностью в рамках нового законопроекта по вопросам социальной защиты ЛСИ, инициированного Сенатом Парламента РК, предусмотрено возмещение расходов на сопровождение ребенка с инвалидностью во время прохождения им санаторно-курортного лечения.

Данные поправки позволят охватить наибольшее количество детей санаторно-курортным лечением. Проект закона одобрен в двух чтениях Мажилисом и направлен рассмотрение в Сенат Парламента РК.

https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/378653

Инфантил, больной, герой – что общество думает про людей с инвалидностью

Люди с инвалидностью говорят, что кроме различных льгот и социального обеспечения, им необходимо чувствовать, что в обществе они на равных. Зият Абдыкаимов предложил редакции Orda.kz свою точку зрения по этой проблеме. Он размышляет о неравенстве в отношениях, о чрезмерной опеке и об особом статусе людей с ограниченными возможностями, который не позволяет жить как все.

В казахстанском обществе о людях с инвалидностью принято говорить и думать в ключе трёх основных нарративов, которые, несколько упрощая, можно обозначить как: **инфантилизация, патологизация и героизация.**

СМИ, профессиональное медицинское сообщество и социальный блок госаппарата, если не усугубляют, то воспроизводят и эти нарративы поддерживают. Это имеет определяющее воздействие на положение людей с инвалидностью и формирует отношение к ним в обществе в целом.

Что такое инфантилизация?

Это весьма распространённый сценарий, по которому выстраиваются отношения человека с инвалидностью и окружения. Взрослый человек воспринимается как слабый, лишенный самостоятельности ребёнок. Ему отказывают в способности принимать решения за себя. **Окружающие, осознанно или нет, часто не включают его в обсуждение и решение вопросов, напрямую затрагивающих его жизнь и интересы.**

Чаще всего по этому сценарию выстраиваются и отношения в кругу семьи. Ближайшие родственники, **семья из лучших побуждений организуют человеку, получившему инвалидность, уютный семейный изолятор.** Аргументы при этом приводятся такие: «Тебе тяжело. Ты посиди дома, мы сами сделаем, сходим, приготовим, купим». Этим человека лишают возможности выполнять простейшие бытовые действия, отрывают от привычных занятий и интересов, обрывают его социальные связи, в итоге превращая в «домашнее растение».

Я, к счастью, избежал подобной гиперопеки, так как с девяти лет учился вне дома и возвращался только два раза в год на летние и зимние каникулы. Но нередко отмечаю подобные практики у товарищей, которые в 30+ лет отпрашиваются, чтобы приехать на встречу с друзьями, и потом каждые полчаса отвечают на звонки из дома.

Но, будучи «инвалидом» в Казахстане (по документам у меня первая группа), невозможно не столкнуться с подобным отношением как от государства, так и сограждан. **Даже совершенно незнакомые люди с улицы способны огорошить внезапным проявлением заботы.** Как правило, это сердобольные женщины в возрасте.

Столкнувшись с незрячим на улице или в общественным транспорте, они бурно реагируют и **действуют, исходя из собственных представлений о «бедняге-инвалиде»**: хватают под руки и задают кажущиеся им вполне естественными вопросы: «А почему ты один, балам?», «Где твои родители?».

Всегда хотелось ответить: «Извините, апай, а вы что тут делаете одна?», но в нашем обществе никто не ожидает юмора от осчастливленного помощью «инвалида». **Рискуешь в глазах собеседниц превратиться из «слепого инвалида» в «немало странного слепого инвалида».**

В чем и как проявляется патологизация?

По логике патологизации любой человек, имеющий статус инвалидности, – больной, которому нужны лечение, уход, реабилитация. Он воспринимается исключительно сквозь призму диагноза: **больной инвалид не может хорошо выглядеть, стильно одеваться, участвовать в условно престижной активности** – ходить в музей или кафе, тем более заниматься избранным делом – бизнесом, наукой, политикой. Людям с инвалидностью отводится роль «немощных и нетрудоспособных иждивенцев», получателей благотворительной помощи, социальных льгот и т.п.

Приведу несколько типичных фраз из жизни, которые говорят сами за себя:

«Соболезную», – случайная встречная в центре Алматы, не ограничиваясь, впрочем, этим, она продолжила: «Есть будете? Приходите в кафе по адресу… Накормлю вас».

«Непохоже, что вы незрячий» – сказала мне консультант страхового агентства, при этом разговаривали мы с ней по телефону.

«Это богоугодное дело» – ремарка эксперта на обсуждении законопроекта, направленного на улучшение жизни лиц с инвалидностью.

«Инвалидам не эта штука нужна, а лечение, нужные операции, уход и профилактика…» – известный лидер мнений и инвестор из списка казахстанского Forbes про изобретение, якобы позволяющее слепым «видеть ушами».

К слову, про «Видеть ушами», это не моя выдумка, а весьма характерный заголовок крупнейшего казахстанского онлайн-СМИ.

Наши медиа также полюбили и охотно выдают контент на тему инвалидности, обильно сдобренный набившими оскомину штампами: **«видящие сердцем», «жизнь на ощупь» «прикованные к коляске», «сильные духом», «люди с безграничными возможностями»** и пр.

А что может быть дурного в желании рассказывать о ярких и успешных людях с инвалидностью?

Почему вредна героизация?

Многие из нас при наличии видимой инвалидности живут «нормальной» жизнью, т.е. работают, занимаются спортом, женятся, заводят детей, ведут бизнес. Таких выдающихся «инвалидов» из категории больных и немощных общество силами масс-медиа и социальных фондов **зачисляют в сонм героев, которые «вопреки всему», «несмотря на недуг» и далее по списку**. Вы, наверняка, встречаете огромное количество таких однотипных материалов в СМИ и социальных сетях в духе **«люди с безграничными возможностями умудряются не проносить ложку мимо рта».**

Австралийская активистка **Стелла Янг назвала такие псевдомотивационные материалы ‘Inspiration porn’**, аргументируя, что они не помогают интегрировать и инклюзировать людей с инвалидностью, а служат их объективации, формируя единственно возможный образ «инвалидов» – мотивационных спикеров.

Самое печальное, что нарратив героизации, поддерживаемый окружением, через определённое время воспроизводится самими людьми с инвалидностью: **они начинают говорить о себе теми же штампами из СМИ.**

Освещая в таком однобоком стиле, наделяя «героев» с инвалидностью несвойственными качествами, медиа оказывают и им, и обществу медвежью услугу, способствуя не лучшему пониманию, а укоренению заблуждений о них.

Все три описанных нарратива и вытекающие из них модели отношения не приводят к желаемому результату, под которым в идеале подразумеваются инклюзия и полная интеграция человека с инвалидностью в общество. Наоборот, **эти нарративы ещё более отдаляют людей от окружающих,** представляя их париями или героями. Ни то, ни другое не способствует включению в общество.

Социальная модель инвалидности.

Альтернативой описанным выше сценариям может служить социальная модель инвалидности, выдвинутая британскими теоретиками международного движения за права «инвалидов».

Она прежде всего предлагает отделить инвалидность от нарушения здоровья. Инвалидность не тождествена медицинскому диагнозу, а скорее социальное выражение нарушения. В призме социальной модели инвалидность – социально конструируемое понятие и возникает в результате взаимодействия людей, имеющих нарушения здоровья или особенности в развитии, с окружающими барьерами и условиями, созданными условно здоровым большинством под свои стандарты и нормы. А тех, кто отличается от большинства по психофизическим или иным параметрам, такой социум угнетает, инвалидизирует и отводит лишь роль социальных аутсайдеров.

То есть, подобно тому, как феминизм разделяет гендер и биологический пол, данная модель предлагает рассматривать «инвалидность» такой же социальной ролью как гендер, поддерживаемой и укрепляемой сложившимися институтами, практиками и общественным порядком.

Позитивный **практический посыл социального подхода в том, что «инвалидность» – это свойство не индивида с нарушением здоровья, а окружения, физического, цифрового и социального.** Другими словами, человека делает инвалидом не отсутствие зрения, коляска или карликовость, а здание, в которое он не может попасть из-за отсутствия адекватного пандуса, цифровой сервис, программный код которого написан с дефектами, препятствующими незрячим пользоваться им, или общественный транспорт, не предлагающий пассажирам маленького роста адаптируемых сидений или аппарелей.

Если на практике мы, как общество, взяв на вооружение социальную модель «инвалидности», будем исходить из того, что **«инвалидность» – это не проблема индивида, а несовершенство окружающего нас мира и социума,** не соответствующего потребностям всех его членов, то мы неизбежно придём к тому, что наша действительность может и очень скоро будет преобразована в гораздо более дружественное и инклюзивное для всех место.

https://orda.kz/invalidnost-jeto-svojstvo-sociuma-a-ne-cheloveka/

ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ЛИЦ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Новые технологии для зрения в офтальмологии и не только

О негативном влиянии на наши глаза смартфонов и других гаджетов говорят много, ведь они занимают первые места среди виновников школьной близорукости и других заболеваний глаз. Однако технологический прогресс не только калечит, но и лечит нас. Ведь современные технологии возвращают зрение, а изобретение бионического глаза и вовсе дает возможность незрячим увидеть свет.

За последние годы создано множество разработок, позволяющих проводить эффективную диагностику и лечение глазных болезней, в том числе школьной близорукости. Виртуальное зрение, которое имитирует эффекты индуцированного изменения преломляющей

силы, позволяет врачам увидеть мир так, как его видит пациент, что помогает достичь восстановления зрения даже в сложных случаях.

Современные офтальмологические приборы. Когда начинает падать зрение, самый главный вопрос, на который нужно ответить – почему это происходит? Какая технология сохранения зрения будет наиболее эффективна? Ведь только установив причину недуга, можно выбрать правильную методику коррекции зрения.

Глазной тонограф. Одной из основных причин слепоты является глаукома. Это заболевание связано с повышением внутриглазного давления и развитием атрофии зрительного нерва. Очень важно вовремя обнаружить изменения. Для этого проводится электронная тонография.

Что это и как оно работает? Тонограф – это прибор, позволяющий фиксировать величину внутриглазного давления и устанавливать скорость оттока камерной влаги. Датчик опускают на роговицу глаза на пять секунд. Затем прибор убирают на полминуты и возвращают на роговицу глаза уже на четыре минуты. На финальном этапе проводят три пятисекундных измерения. Все показатели фиксируются и передаются на компьютер для обработки.

Оптический томограф. Прорывом в диагностической офтальмологии можно назвать оптическую когерентную томографию. Это исследование позволяет выстроить высококачественное изображение поверхностных и глубинных элементов глаза и продемонстрировать виртуальное зрение, которое имитирует эффекты индуцированного изменения после лечения. Этот метод безопасен и более точен, чем широко известные МРТ и КТ.

Какие функции выполняет оптический томограф? Оптический томограф пропускает через глаз световые волны. Время их прохождения, задержки, интенсивность отражения фиксируется, затем полученные данные анализируются и переносятся на монитор в виде готового изображения. Эта методика совершенно безболезненна и безопасна, так как ничего не нужно вводить внутрь глаза. Процедура длится несколько секунд, а результаты будут известны в течение часа. Это позволяет немедленно начать лечение, чтобы как можно раньше устранить дефект зрения.

Компьютерный анализатор поля зрения. Большое место в эффективности лечения основных причин слепоты занимает ранняя диагностика. Компьютерный анализатор — еще один инновационный прибор, который позволяет на начальной стадии выявить глаукому, дистрофию и отслоение сетчатки, воспаление зрительного нерва и опухоли глазного яблока.

Что он анализирует? Аппарат определяет границы поля зрения и световую чувствительность днем, в сумерках и ночью. Исследование абсолютно безопасно и безболезненно. Врачи рекомендуют проходить его раз в год всем, особенно пациентам старше 40 лет.

Современные технологии для слабовидящих людей.

Хотя бы частично вернуть зрение – мечта незрячего человека. Сегодня некоторые современные технологии возвращают зрение, дарят возможность увидеть свет, контуры людей и предметов или начать самостоятельно ориентироваться в пространстве.

Все о технологии **AL GLASSES.** Пусть искусственный интеллект и не поможет незрячему человеку увидеть окружающий мир, но он может рассказать о нем. Мексиканские ученые разработали умные очки Al Glasses, способные распознавать препятствия и прокладывать безопасный маршрут.

В 2014 году институт Cinvestav (Мехико) анонсировал разработку уникального девайса. А уже в 2015 стартовало производство высокоинтеллектуального устройства для невидящих людей.

Как это работает? Очки Al Glasses оборудованы камерами и ультразвуковым сканером, которые передают данные об окружающей среде в «искусственный мозг». Он обрабатывает полученные сведения и транслирует их пользователю. Такие очки «видят» номера зданий, вывески, различают даже прозрачные предметы, оценивают расстояние до препятствий и т.п.

Другие умные очки разработали в Великобритании. Assisted Vision Smart Glasses усиливают зрение людей, у которых сохранилась частичная способность видеть.

В 2013 году оксфордский ученый Стивен Хикс выступил с презентацией прорывного научно-клинического проекта. Он представил очки, способные отчасти вернуть зрение

слабовидящим людям. Точнее, улучшить его: усилить восприятие света, различить контуры людей и окружающих объектов.

Как это работает? В оправу очков встроены микроскопические видеокамеры, а вместо линз вставлены светодиодные сетки. Камеры снимают окружающие предметы и передают данные в процессор, а оттуда обработанное изображение транслируется на дисплеи.

Контактные линзы будущего.

Что уже изобрели? Настоящим прорывом стало изобретение бионического глаза – устройства для коррекции зрения, будто воплотившегося из фантастического фильма. Эта линза вживляется внутрь глаза и способна исправить любой дефект зрения, не связанный с повреждением сетчатки. Благодаря созданию бионического глаза незрячие люди получат возможность различать свет, видеть силуэты предметов.

Что еще изобретут? Самый главный вопрос – что нас ждет дальше, какая технология сохранения зрения будет представлена в ближайшее время? Не исключено, что после бионического глаза создадут и другие приспособления для восстановления зрения. Например, искусственную роговицу глаза со встроенными функциями. И все мы ждем успешного научно-клинического проекта, который поможет на 100% вернуть зрение людям, полностью утратившим способность видеть.

https://ochkarik.ru/new-technology-i-zrenie/?

ИНТЕРВЬЮ

Кто жизнью бит, тот многого добьётся

Даркенбаев Адилбек Улукбекович родился 19 ноября 1986 года в Алма-Атинской области Жаркентском районе. Закончил среднюю школу № 2. По специальности финансист. Работал в акимате города Талды-Курган, в пенсионном фонде. В возрасте 24 лет лишился зрения. Перенёс одинадцать операций на глаза и стал инвалидом 1 группы по зрению. В настоящее время у Адилбека супруга, двое детей.

– Когда Вы лишились зрения то, что Вы стали делать? Многие не выдерживают такого потрясения.

– Я сразу встал на учёт в первичную организацию КОС. Стал принимать активное участие в жизни Казахского общества слепых, участвовал в культурных и спортивных мероприятиях. В 2017 году поступил в городе Талды-Кургане в медицинский колледж, на отделение сестринское дело по специальности массажист и стал дополнительно работать массажистом. Но вскоре я почувствовал, что не могу работать в двух местах и стал заниматься только КОС.

– **Расскажите о вашей деятельности в Казахском обществе слепых.**

– В первую очередь – это реабилитация инвалидов, интеграция их в общество. Помогаем незрячим трудоустраиваться. Многие поздно потерявшие зрение не знают о существовании Казахского общества слепых, сидят дома под опекой своих родных. Этим людям мы помогаем получить образование, привлекаем участвовать в кружках, заниматься спортом, решаем жилищные проблемы. Маленьких детей устраиваем в специальные детские сады. Мы добились бесплатного проезда инвалидов 1 и 2 групп и их сопровождающих в городском транспорте.

– **Мы знаем, что Вы являетесь капитаном команды по голболу**.

– Да, я являюсь капитаном команды по голболу Алматинской области. Голболом начал заниматься в 2018 году. Я привлёк в свою команду незрячую молодёжь. Уже участвовали в соревнованиях. Находил спонсоров для проведения спортивных мероприятий. Участники были обеспечены проживанием, питанием. Всё проходило на высшем уровне. Ещё я хочу сказать, что каждый год вывозим незрячих на Алаколь и Балхаш. Нам в этом деле помогает Акимат города Талды-Курган.

– **Что бы Вы хотели пожелать людям поздно потерявшим зрение.**

– Находясь в должности председателя КОС Алматинской области всегда стараюсь быть примером для таких людей. Помимо медицинского колледжа я окончил Академию туризма и спорта в городе Алматы, а в настоящее время дистанционно учусь в Евразийском университете имени Гумилёва в городе Нурсултан.

В первую очередь не надо падать духом, уповать на Всевышнего и на свои силы. Хочу сказать слова благодарности тем людям, которые поддержали меня в трудный момент, подали руку помощи. Любите свой народ, будьте патриотами своей Родины.

– **Спасибо, Адилбек, удачи вам во всех начинаниях.**

Также от имени читателей журнала «Алты нүкте» хотелось бы сказать, что мы гордимся тем, что в Казахском обществе слепых много образованных, сильных духом людей.

Беседовала Светлана Омарова

РОДИТЕЛИ – ДЕТИ

7 типов родителей, которые вредят себе и детям: а вы узнаете среди них себя?

Родители разные. И все родители допускают ошибки – это нормально, быть идеальным невозможно. А вот следить за своими реакциями и иногда смотреть на себя со стороны – можно. Помочь в этом может статья нашего блогера, психолога Юлии Гусевой.

Родитель в слиянии. Понятно, что беременная женщина изначально очень сильно связана с ребенком. Первое шевеление – начало отделения. Новорожденный малыш физически отделяется от матери, но психологически она еще находится в слиянии с ним, да и он сам не ощущает собственных границ. Молодые матери часто говорят «Мы покушали, мы поспали, у нас болит животик, мы идем к врачу». Если речь идет о младенце – это здоровая реакция. И матери, и ребенку нужно время, чтобы отделиться друг от друга. Примерно к трем годам окончательно происходит отделение ребенка от матери, ребенок ощущает себя отдельным существом. Здесь важно, чтобы и мать начала воспринимать ребенка как отдельную личность и соответствующим образом вести себя. Теоретически все понятно, а как же на практике выглядит родитель, находящийся в слиянии? Если на приеме у психолога папа десятилетнего мальчика говорит: «У нас страхи», налицо сливающийся родитель. При этом действия папы наглядно иллюстрируют его слова – он снимает с мальчика шарф, куртку, помогает развязать шнурки на ботинках. Или другой пример: сливающаяся мама учит с третьеклассником уроки, буквально инспектируя каждую букву, написанную ребенком. Она собирает его портфель (вдруг он забудет пенал или тетрадь?). Почему мама так поступает? Потому что, говорит мама, мальчик не самостоятельный, безответственный, всегда все забывает и никогда сам не проявляет инициативы. Действительно, мальчик такой. Но почему он такой? У него нет возможности проявить себя. Как только он заходит домой, мама сразу же открывает его портфель и достает дневник со словами: «Что нам задали?». Она сама организовывает его рабочее место, раскладывает ручки и тетради. Иногда даже выхватывает ручку, чтобы подправить неаккуратно написанную букву. Трудно в этом случае чувствовать себя отдельной личностью, почти невозможно проявить инициативу. Родитель, находящийся в слиянии с ребенком, перестает жить собственной жизнью. Его «Я» как бы растворяется в ребенке. Такой родитель не дает ребенку и шага ступить самостоятельно. Уже взрослый ребенок находится на «коротком поводке» мобильного телефона – «сливающаяся» мать может требовать от двадцатипятилетнего сына отчитываться о каждом проделанном шаге и регулярно звонит ему, проверяя, где он, все ли с ним в порядке.

Вопросы и рекомендации родителям: Бывает ли, что вы говорите «мы» вместо «я» или

«он (а)»? Если да, то в каких ситуациях? Как вы думаете, что вы ходите сказать, сливаясь с ребенком? Попробуйте переформулировать сказанные вами фразы, отказавшись от местоимения «мы» и используя местоимения «я» или «он (а)». Что вы чувствуете? Изменился ли смысл сказанного?

Интроецирующий родитель. Интроект – это послание (идея, мысль, убеждение), которое передается от одного человека к другому. Соответственно, интроективная форма взаимодействия родителя и ребенка проявляется в том, что родитель «вкладывает» в ребенка различные послания, не давая ему возможности самостоятельно принять решение. Интроецирующий родитель существует и действует по жестким правилам. Он точно знает, что можно делать, а что нельзя. Конечно, есть полезные интроективные послания. Например, послания «нельзя переходить дорогу на красный свет», «нужно чистить зубы два раза в день», «перед едой нужно мыть руки», «нельзя брать чужое без разрешения» – полезны. Они показывают ребенку, как нужно действовать в определенных ситуациях. Кстати, эти послания усваиваются ребенком и без проговаривания. Если родитель, придя домой, моет руки, то ребенок, глядя на родителя, делает то же самое. Но есть и другие послания: «На обед всегда нужно есть суп», «Мальчик не должен плакать», «Женщина должна быть слабой», «Не будешь учиться — станешь дворником», «Нужно обязательно получить высшее образование». Ребенок, который регулярно слышит послание «Обязательно нужно закончить музыкальную школу», не сделал самостоятельного выбора. Он следует за желанием родителей. Родители ведь не объясняют, почему «Мальчик не должен плакать» и что будет ужасного, если мальчик заплачет. Ребенку интроецирующих родителей сложно научиться самому принимать решения. Нередко он живет «как надо», забывая о своих потребностях и желаниях и возможности их удовлетворения.

Вопросы и рекомендации родителям: Какие послания передавали вам ваши родители? Как они повлияли на вашу жизнь? Что вы чувствуете, вспоминая сейчас об этих посланиях? Составьте список собственных интроективных посланий, которые вы передаете ребенку. Какие из них полезные? Может быть, стоит отказаться от некоторых из них? Попробуйте «примерить» каждое интроективное послание на себя, изменив «ты» на «я». Если вы говорите ребенку: «Ты обязательно должен съедать все, что лежит у тебя на тарелке», скажите себе: «Я обязательно должен съедать все, что лежит у меня на тарелке». Что вы чувствуете? Готовы ли вы следовать этому посланию?

Проецирующий родитель. Человек приписывает свои побуждения, желания, интересы внешнему миру. В нашем случае – родитель приписывает что-то ребенку. Самый простой пример проекции: замерзшая на прогулке мама надевает свитер на ребенка. Проецирующий родитель всё знает: он в курсе, когда ребенок проголодался, когда загрустил, когда ему трудно, а когда интересно. Но, скорее всего, родитель проецирует на ребенка собственные чувства, желания и потребности. Например, девочка без особого рвения занимается фигурным катанием. А мама говорит: «Кате так нравится фигурное катание! Она получает удовольствие от льда!». Откуда мама знает, что нравится Кате и от чего она получает удовольствие? Она у неё даже не спрашивала. Маме самой нравится фигурное катание, вот она дочь и мучает. Или другой пример. Бабушка часто говорит внуку: «Бедный ты мой, так трудно учиться в школе, столько всего задают!». Внуку при этом нормально: он хорошо учится и не страдает. Бабушка говорит о себе – ей, пожилому человеку, без образования кажутся пугающими нагромождения формул в учебнике внука. Ей кажется, что в таком разобраться невозможно. И внук постепенно начинает хуже учиться. Регулярно слушая бабушкины высказывания (проекции), он начинает чувствовать, что учиться, действительно, трудно.

Вопросы и рекомендации родителям: можете ли вспомнить проективные высказывания ваших родителей, сказанные в ваш адрес? Что вы сейчас думаете об этих высказываниях? Вспомните несколько высказываний в адрес детей, которые делали когда-либо вы? О ком больше эти высказывания: о вас или о ваших детях? Как эти высказывания характеризуют вас? Как они могут повлиять на ваших детей?

Ретрофлексирующий родитель. Ретрофлексия – это «поворачивание на себя или к себе». Встречается ретрофлексия в двух вариантах: зеркальная ретрофлексия, при которой человек делает себе то, что хотел бы получить от других; ретрофлексия катарсиса: человек делает

себе то, что хотел бы сделать другим.

Ретрофлексирующий родитель очень самодостаточен. Это тот родитель, который все делает сам и никогда не просит помощи ни у супруга, ни, тем более, у ребенка. С первого взгляда такой родитель может вызывать уважение – он же не заставляет, например, делать ребенка домашние дела, не вмешивается в его дела (не спрашивает подростка о друзьях, увлечениях). Но есть и обратная сторона: ребенок часто чувствует себя ненужным и брошенным. Он может даже завидовать детям гиперопекающих родителей.

Отдельного внимания заслуживают родители, для которых типична ретрофлексия катарсиса – они никогда не ругают детей. Со стороны это мягкие, очень добрые родители. Окружающие, глядя на них, иногда начинают испытывать чувство вины, ведь они совсем не такие. Но и здесь есть нюансы: вся энергия этих родителей направлена на самих себя. Даже та, которая изначально предназначалась детям. Ретрофлексирующие родители подавляют в себе раздражение, гнев, злость, которые предназначались ребенку. Вместо того, чтобы сказать ребенку о своем огорчении, родитель до крови кусает губы, грызет ногти или как-то иначе проявляет аутоагрессию. А что же происходит с ребенком? Он чувствует себя незначимым, ненужным. Ему кажется, что родителям все равно, какой он и что с ним происходит. Ведь родители слабо реагируют даже на его проблемы – двойки или прогулы. Тогда ребенок начинает вести себя так, чтобы его заметили, чтобы на него обратили внимание. Ребенок начинает курить, употреблять алкоголь или наркотики, убегать из дома, воровать. И все это время он ждет реакции родителей.

Вопросы и рекомендации родителям: не будьте равнодушны. Обязательно говорите с детьми о чувствах, в том числе и о негативных. Не бойтесь искренне сказать, что вы расстроены, возмущены, раздражены или злы. Заботьтесь о себе. Не бойтесь просить помощи. Просьбы – это одно из средств общения. Делайте разные дела вместе с ребенком. Это нужно и ему, и вам.

Дефлексирующий родитель. Дефлексия проявляется в том, что человек не направляет энергию на объект, которому она изначально предназначалась, а переадресовывает ее, направляет на что-то другое. Дефлексирующий родитель очень хочет заниматься со своим ребенком развивающими занятиями. Но вместо того, чтобы лепить, рисовать, читать книги или делать что-то еще, дефлексирующий родитель много времени проводит в поисках и чтении методической литературы, общается на специализированных сайтах и форумах. Он, действительно, тратит много энергии на подготовку к занятиям. Но занятия так и не проводит или проводит совсем не так, как планировал. Потому что слишком много энергии израсходовано на подготовку и на ожидание результата. Дефлексирующий родитель читает очень много статей и книг по педагогике и детской психологии. Правда, еще больше книг он покупает и скачивает в интернете, оставляя их непрочитанными. Ему нередко кажется, что вот-вот сейчас он узнает что-то очень важное и после этого станет идеальным родителем. Дефлексия – способ избегания контакта. Родитель как будто отгораживается от ребенка чтением книг или нотациями. Книги, пособия, родительские форумы или нотации становятся стеной между родителем и ребенком.

Вопросы и рекомендации родителям: не старайтесь быть идеальным родителем. Идеал – это недостижимый абсолют. А ребенку нужен обычный любящий и доступный родитель. Не планируйте много грандиозных мероприятий и занятий. Лучше просто поиграйте, порисуйте или погуляйте в парке. Говорите ребенку о себе, о своих чувствах и переживаниях. Это лучше, чем читать нотацию.

Эготирующий родитель. Типичный эготик – это чеховский человек в футляре: человек, сознательно отгораживающийся от других и не только не стремящийся к близости, но и старающийся ее избежать. И, действительно, эготирующий родитель отгораживается от ребенка. Эдакая снежная королева – холодная, нечувствительная, неживая. Такая мать стремится к идеалу. И хочет видеть идеального ребенка: воспитанного, всегда чистого и аккуратного, спокойного, нешумного, вежливого. У нее часто завышенные требования к ребенку. Сказать, что эготирующий родитель совсем не интересуется ребенком, будет неправдой. Он интересуется. И даже общается. Но выборочно. Эготирующий родитель предпочитает структурированное и опосредованное общение. Так называемую культурную

программу. Поход в музей, кино, театр, зоопарк, планетарий – такие развлечения любит родитель-эготик. Он готов читать ребенку, играть в настольные игры, заниматься с ним, обучая математике или чтению. Опосредованность общения проявляется в том, что между родителем и ребенком стоит что-то, что создает предпосылку общения. Это может быть мероприятие (спектакль), экспонат в музее, книга и развивающее пособие. Не нужно быть спонтанным, не нужно ничего придумывать. Можно посмотреть спектакль и обсудить его. Можно ходить по музею и обсуждать экспозицию. А вот спонтанные игры, ролевые игры или беседы по душам чужды эготику. В таких играх родителю слишком много нужно вкладывать самого себя, много проявлять инициативы. Это сложно эготирующему родителю, ведь в такого рода играх между родителем и ребенком уже нет объекта, который является поводом для общения и задает тему. Родитель-эготик неосознанно старается избежать такой формы общения с ребенком.

Вопросы и рекомендации родителям: Попробуйте не отвечать вопросом на вопрос. Ответьте на вопрос ребенка и только потом задайте свой. Слушайте ребенка. Если вам сложно вести длинный диалог (а некоторые дети любят разговаривать бесконечно), то ограничьтесь поддерживающими словами, показывая, что вы случаете ребенка. Достаточно иногда кивать головой и говорить «ага», «угу», «надо же», «вот это да», «забавно». Это первый шаг к диалогическому общению.

Обесценивающий родитель. Название говорит само за себя. Это человек, который обесценивает то, что имеет. Здесь есть два типа: первый обесценивает самого себя как родителя, второй обесценивает ребенка.

Родитель, обесценивающий себя. Этот родитель живет по принципу «Я плохая мать» или «Я плохой отец». Ему кажется, что он мало делает для ребенка, что остальные родители стараются гораздо больше. При этом, все эти обвинения в свой адрес обычно не обоснованы. Такой родитель не вредит ребенку, по крайней мере видимо. Но он не дает себе спокойно жить, так как постоянно чувствует себя «плохим», «неполноценным», «хуже всех». Нередко родитель испытывает чувство вины и старается его загладить. И тогда ребенок получает еще больше внимания, любви, игрушек.

Родитель, обесценивающий ребенка. Такой родитель ждет от ребенка небывалых высот и все время недоволен тем, какой ребенок сейчас. У обесценивающего родителя слишком высокие требования по отношению к ребенку. Он не радуется успехам ребенка, а только настраивает его на новые достижения. Вместо похвалы обесценивающий родитель скажет: «Научился читать? Все умеют читать. Ты давай-ка теперь в шахматы учить получше играть». Ребенок учится и даже выигрывает школьный чемпионат. Наверно, вы уже догадываетесь, какой будет реакция родителя: «Ну школьный чемпионат не сложно выиграть, ты давай попробуй городской выиграть!». Получивший золотую медаль выпускник вместо поздравлений слышит напутствия для поступления в вуз. Обесценивающий родитель скуп на похвалу. Ему кажется, похвалой ребенка можно избаловать. Такой родитель осуждающе смотрит на других родителей, которые, по его мнению, «захваливают» своих детей.

Вопросы и рекомендации родителям, обесценивающим себя: Составьте список того, что вы делаете для ребенка, но могли бы не делать (не обязаны делать). Все ли пункты из этого списка осуществляют другие родители? Почему вы это все делаете? Самое главное, что нужно ребенку – это любовь.

Вопросы и рекомендации родителям, обесценивающим ребенка: Что умеет ваш ребенок? Все ли дети такие? Важно не только обозначать перспективы, но и оценивать достигнутое. Это поможет ребенку проявлять инициативу.

https://pulse.mail.ru/article/7-tipov-roditelej-kotorye-vredyat-sebe-i-detyam

ПРОЗА

Әділбек Ыбырайымұлы

Бітімгерлік ойыны

(Кенесары хан туралы «Семсер жүзіндегі серт» роман-трилогияның екінші «Серт» кітабынан үзінді)

Соңғы кездері хан ордасына кірмей, ұдайы «ереуіл кеңес-үйінде» отыратын әдетке көшті. Қасына жан адамды шақырмай ұзақ күнге сарылып, оңаша қалады. Жалпы, Кененің тығырыққа тірелгенінде осылай оқшауланып ой кешетінін жанында жақын жүрген адамдар ғана білетін. Әрі, мұндай кезінде тілден айрылғандай сөйлемейді де. Қайбір жақын адамдар, тіпті, екінші ханшайым Жаңылдың өзі «алғаш аузын ашып сүйгені Күнімжан мен қос бірдей ұлын сағынбайды дейсің бе? Солардың нешік халын ойлап, уайымдамайды дейсің бе?» деп, іштей жаны ашитын. Кенесарыны былай қойып, күндесі болса да Жаңыл көрмегелі екі жылға таяп қалған Күнімжанды, Тайшық пен Ахмет ұлдарын сағынды. Өзінің бауырындағы балалары да апаларын іздеп, ара-тұра сұрап қояды. Өйткені құрсағынан шыққан бес ұлы да көбіне кеңпейіл, мейірман үлкен ордадағы Күнімжан шешелерінің маңында болатын.

Әрине, Кенесарының көңілінде бұл да бар. Осы уайымының үстіне жамалған және бірнеше жайт күндіз-түні көкейін теседі. Мына өтіп бара жатқан жылдың еншісіндегі тірлігі, шүкірлік етуге әбден жарарлық. Бірақ алдағы жылдың несібесінде не тұрғанын ойласа, шақшадай басы шарадай болады. Өзінің шылауында жүрген жұрттың күйі қашып, мүшкіл халден әрі тайып, бұрынғы ахуалынан ажыраған. Сойылын соғып, Арқадан көшіп келген ел құнарлы жайылымға, тұрақты өңірге ие бола алмай, көрінгенге көзтүрткіге ұшырады. Таласа-тармаса, жұртқа сүйкімсіз көрініп малын, малымен қоса жанын бағып жүр. Жығылғанға жұдырық дегендей, былтыр қыс қатты ұшынып, сүмесіне қарап отырған алдарындағы азын-аулақ тұяғы жұтады. Малынан айрылып, мүсәпірге айналған соңынан ерген жұрт мұндай жағдайда ат жалына қонып, енді өзіне ілесіп, жауға аттануы неғайбыл. Ауған жұрттың ірге жайлауынан өрісі тарылған қыпшақ, арғын, шекті, шөмекей руларының ел ағалары аузынан кейістік таныта сөйлеген күңкіл шыға бастады. Ел іші болғаннан соң ол да құлағына тиіп жатыр.

Қабырғасына бұдан да қатты бататын бір кесапат бар. Екі жыл қатарынан сайын далада текке сандалып, сағым қуған солдаттары енді ондай дәрменсіздікке ұрынбас үшін, орыс империясы Торғай өзені мен Ұлытауда бекіністер сала бастады. Ұзынқұлақтан естуі бойынша дәл сондай бекіністер Торғай даласына, Ырғыз бойы мен Ембінің жиегіне бой көтермек. Бұл аймақтар соңғы жылдары өзінің қанатын жайып, аяқты кеңге көскен мекені. Енді жаз жайлайтын, қыс қыстайтын өңірден айрылып, барар – жері, басар – тауы қалмайтын түрі бар. Саңырауқұлақтай қаптаған бекіністер көбейсе, онда мойнына қыл арқан байлап жіберген асаудың кебін кешеді. Кез-келген уақытта ұстап алып қылғындырып, айтқанына жүріп, айдағанына көнбесе, пышаққа ілініп кете береді.

Жалғыз отырып өз-өзінен мырс етіп күлді, көптен бері езу тартпаған. Қазақтың «айғыр құтырса – ат болады, ат құтырса – ет болады» деген сөзі, сәт сайын шалғайынан басып, тұқыртып келе жатқан кезеңнің бейнесін дәл елестетеді. Заманы мен уақыттың аужалын алыстан байқағандықтан күзде жаппастарды шауып келгеннен соң, Ағыбай, Наурызбай үшеуі оңаша ақылдасты. Ақыры, қыстың таяу қалғанына қарамай Науанды қасына жүз жігіт қосып, Жетісуға Сүйік сұлтан мен Рүстем төреге аттандырды. Ол енді бұйырса, жазға салым бір-ақ оралады.

Өткенде ақылмандары Таймас пен Әбілғазыны жанына алып, көкейінде аласұрып жатқан жазықты ойларын ақырын сыздықтата білдірген. Жазықты болатыны, бұрынғы ойының бәрі алға жетелейтін асау мінезді, алымды көрінетін. Ал мынау ұнжырғасы түскен, «құдай салды – мен көндімнің» әңгімесіндей кескінсіз жұрын. Мұндайда хатшысы Герберт-Жүсіп көбіне жөн табатын тәрізді еді, ол да мұның маңынан безіп, үшті-күйлі жоғалғалы жарты жылға тақау. Енді қайтып келмейтін тәрізді. Заты кәпір емес пе, аузытүктілерге бірігіп кете ме деп те алаңдап қояды.

Маймене мен майсараны екі жағына алып, зердесіне тоқыған пайымын сүп-суық қара тастай тұнжыра отыра жеткізді.

– Орынбор әскери губернаторынан бітім сұрайық, – деді төтесінен түпкі ойына құрық сілтеп. Қиюы қашқан кескіні ызбарлы, құс мұрыны айбалтаның жүзіндей көрінді. Көзі

бұрынғыдай от шашпайды, бөрінің жанарындай қиыстанып, тереңнен жылтырай шегірлене қалған.

Бұған Таймас жалт қарап, өңі нұрланғандай байқалды. Себебі, ханды қисынын тапса, билік өкілдерімен тілдесуге үгіттеп жүретін. Сол ақылына тарпаң мінез төренің тоқтағанына қуанғандай.

Шынтақтайынан орыстың ортасында өскен Әбілғазының өңінен де іштей құптағанын аңдады. Бірақ қос ақылманы «нендей мәселе жөнінде бітім іздейміз?» деген сауалды қоймады. Әйткенмен кескіндерінен сұраулы кептің пошымын аңдады.

– Арғы-бергі жағдайды екшеп, әрі мына Ұлытау мен Торғайда салынып жатқан бекеттерді көргеннен соң, қазақтың даласы қанша кең болса да біз үшін тарының қауызындай тарылатынын бағамдадым. Сойылымды соғып, сөзімді сөйлеп, соңыма ерген халқым да жетімдіктен, өгейліктен жүдеді. «Аттан» деп ұрандасам, үзеңгіге аяқ арта алмас жағдайға жетті. Оларды одан әрі қинаудың реті жоқ. Абылай атамның ұлы жүз бен орта жүзді билеп, «күллі қазақтың басын бір хандықтың дәргейіне қоссам» деп көксеген дүниесі – біздің де көкейімізді тескен арман. Әттең, хандық құрып, ел мұратын қорғау – енді қайтып басымызға қонбас бақ құсы екеніне көзім жетті. Сондықтан ақ патша жайлаған, үстемдігін жүргізіп отырған қазақ жерлерінен күдерімді үздім. Тек әлі орысия құзырына өте қоймаған өңірлерді менің дәргейіме беруді сұрағым келіп отыр. – «Бұған не дейсіңдер?» дегендей сөзін үзіп, маймене мен майсараның өңіндегі әсердің ізін бажайлағысы келгендей болмашы бөгелді.

– Хан ием, мұныңыз ақыл болған екен, – деді Таймас Кенесарының ойын қуаттап. «Жылы жылы сөйлесе, жылан інінен шығады» деген бар емес пе, енді осы бұйымтайыңызға Обыріштің көңіліне жағатын да ұсыныстарды қосып айтқан жөн.

– Маған Ұлытау приказын салдырып беріп, сол аймақ пен ондағы қазақ руларын да патша қол астына алуды сұраймын. – Оң жағына сәл мойнын бұрып, ойын тиянақтай түсті.

– Міне, міне, орыстың көңіліне жағатын жағдайға келе жатырсыз.

– Менің қарауыма Ақтау, Есіл, Нұрадан бастап Ақ Жайыққа дейін қалдыруын, осы күнгі көшіп жүрген жеріміз Торғай, Ырғыз, Сарысу өзендері мен Ұлытау өлкесіне тимеуін өтінемін. Және, «Ұлытауда маған арнап приказ орнатып берсеңіз, бұдан былай қарай мәртебелі патша ағзам мен бүкіл русия императоры әскеріне өмір бақи қол көтермеске ант етемін» деген сөзімді айтып, бітімге келуге шақырамын. – Неше күннен бергі көкейінде әбден пісірген уәжін толығымен алдарына жайып сап, екі иінінен тереңнен дем алды. Мұнысы «ата-баба аманатына алғау түсірдім бе?» деген айыптың жүгін сезінуі еді.

– Хан-көке, әуелден мен сіздің орысияға жақын болуыңызды іштей қалайтын ем, бұл байламыңыз – ұтымды жолдың бастауы тәрізді. Тек, қолдау тауып кетсе, жарады. – Әлімғазы да жаңа ұйғарымға қуана үн қатты.

Үшеуі осындай тоқтамға келіп, Обырішке жазылатын хатты қағазға түсірді.

Зеңбірек сүйретіп сахараны аяусыз кезгенде мандытқандары шамалы әскери губерния бастары қатып, басқа амал қарастырып жатқан үстіне Кенесарының өзі бітімге шақырған хаты қолдарына тиді. Бұған көктен іздегендері жерден табылғандай бір кеңінен тыныс алып қалған Ладыженский генерал-губернаторға қунақы қалпы енді. Бас сүйегі Астраханның қауынындай сопақ біткен, маңдай терісі тарылып тұратын, қурайдай қатқан қара артиллерия генерал-майоры ұрты салбырай қарсы алды.

– Саулығыңызды тілеймін! – деп, оң қолын шекесіне шолтаң еткізіп апарған шекара бастығы сымша тартылып тұра қалды. Оның келгенін жақатпаған адамдай Обручев салқын өңін өзгертпеді. Иегімен «отырыңыз» деп, алдындағы креслоларды нұсқады.

– «Қара құйынның» хатына байланысты маған берген тапсырмаңыз бойынша өзіңізбен кеңесейін деп келдім. – Үстел басына жайғасып, шаруасын баяндауға кірісті. – Сұлтанның түпкілікті көзқарасын өзгерткенін – жақсылықтың басы деп қабылдауға болады. Оның «Абылай атамның қазақ даласын біртұтас ел етсем деген көкейкесті арманынан бас тартамын» деген сөзі, күресті тоқтататынының айғағы.

– Сен соған сенесің бе? – Алдындағы әлдебір қағазға қарап, немқұрайлы отырған губернатор басын қозғамай көзін көтеріп, қабағының астынан қадала шаншылды.

– Сенуге болады деп ойлаймын, генерал мырза. Өйткені ол өзіне қарасты сол арадағы қазақ руларын да патша қол астына алуды сұрап отыр. Яғни, енді, орыс империясының заңды азаматы ретінде қызмет етуге пейіл білдіріп тұр. «Ұлытауда маған арнап приказ орнатып

берсеңіз, бұдан былай қарай мәртебелі патша ағзам мен бүкіл ресей императоры әскеріне өмір бақи қол көтермеске ант етемін» дейді. Онымен келісім тапсақ, соғыс біржола тоқтайды деген сөз. Менің пайымдауымша, мұндай қайсар адамдарды ақ патшаның мұраты үшін пайдалану керек.

Губернатор салқын қанды қалпынан айнымаған күйі селқос қарап қойды.

– Әрине, оның сұраған жер аумағын тұтас қолына ұстатуға болмайды. Өзін сұлтан-правитель жасап, Ұлытау мен Торғай даласын құзырына берсек, ар жағындағы Орта Азия елдері – Хорезм мен Бұхарға, Қоқанға жылдам жетеміз. Әрі, тағы мінезді Кенесарыны осылай жөнге салсақ, сізге де үлкен абырой болар еді. Егер менің ұсынысымды хош көрсеңіз, онымен келіссөз жүргізіп, Ұлытау приказын қарауына беретінімізді байқатайық.

– Әлі де болса елдің хандық бейнесін сақтағысы келіп отырған адам, Ұлытау мен Торғай аумағына көңілі тола қояр ма екен?

– Біз оның тамырын басып көрейік, айтқанымызды құп алмаса, өзі білсін. Аса мәртебелі ақ патшамыз Бірінші Николай «Бір патшалықтың ішінде екінші патшалық болуы мүмкін емес» деп, қадап тұрып тапсырған. Қанша қиқар болса да сұлтанның хандық құруына ешқандай жол жоқ.

– Ал, сонда, Ресей империясының қас жауының қолына округ тізгінін ұстатқанымыз қалай болады? – Әуелгіде мәселеге тоңторыс қалпы қараған Обручев, енді көкейінің дүдәмалдығын аңдатты. – Бұл, Ресей мен Орта Азия арасында сынадай боп, ақ патшаның билігіне бағынбаған елді одан әрмен әуектеткендік емес пе?

– Жоқ. – Ладженскийдің көзі жыпылықтап кетті. – Дербес Ұлытау округын ашып, оған Кенесарыны аға сұлтан қойсақ, біздің ұтатынымыз – жүген-құрық көрмеген шу асауды патша қызметіне жегеміз, екінші, оқ атпай-ақ аймақта тыныштық орнатамыз. Тыныштық пен тұрақтылық – үлкен істің ұстыны. Содан кейін, алаңсыз, әрмен қарай орыстандыру саясатын жүргізуге мүмкіндік туады – Орта Азияға бет аламыз. Петербордың алдында абырой жинаймыз.

Бағанадан бері құлық таныта қоймаған Обручев Петербордың атын естігенде қозғалақтап қалды.

– Өткендегі «Кенесары қолын жою жөніндегі атқарылатын іс-шаралар жоспарының жұмыс кестесіне» осы сұлтанның бітім сұраған хатына сәйкес жаңа тараулар енгізіп, жаңа міндеттерді белгілеңдер. Сосын, ақпан айынан қалдырмай келіссөз жүргізетін біздің елшілер Қасымовпен жолығатын болсын.

– Құп, генерал-губернатор мырза!

https://adebiportal.kz/kz/news/view/adylbek-ybyrayymuly-bytymgerlyk-oyyny__23922

Торегали Ташенов

Путь Утегенова

(отрывок**)**

СОЕДИНЕННЫЕ СУДЬБОЙ

В послевоенный восстановительный период деятельность КОС значительно активизировалась. На местах КОС создавались всевозможные условия для лечения, обучения и трудоустройства инвалидов войны по зрению. Мнгоие из них имели образование, профессию, и что немало важно, у них было желание применить свое знание, опыт на деле. Это требовало расширения сети предприятий и организаций КОС.

Среди членов КОС немало ветеранов и инвалидов Отечественной войны. Бывшие фронтовики стойко переносили потерю зрения, показывали пример мужества и после войны, добивались больших успехов на трудовом поприще, в жизни.

Мужественным человеком был и остается и Алексей Яковлевич Рева, кавалер ордена Отечественной войны I степени. На фронт Алексей ушел в 29 лет. Первое боевое крещение получил под Тулой, в 1942 году окончил училище и командовал взводом. А в 1944 году в бою был ранен, вследствие ранения – потеря зрения.

После возвращения из фронта, как и другие фронтовики, вступает в ряды Казахского общества слепых. Сначала – рабочий, позднее – директор Талгарского УПП. Во многом

благодаря его неутомимоу трудолюбию, упорству, организаторским способностям Талгарского УПП становиться одним из лучших предприятий КОС, его называют заводом пластмассовых изделий. В предприятии выпускают и реализуют продукции не на десятки и даже не на сотни тысяч, а на миллионы рублей.

Позднее Алексея Яковлевича Реву сменил на его посту Алексей Иванович Юрлов, который начинал свою трудовую деятельность здесь же простым рабочим. Рева часто навещает своего преемника, они обсуждают положение дел в коллективе, советуются по самым различным вопросам. Таким была настоящая наставническая работа, и забота о деле.

Самоотверженно работают на предприятии Зинаида Гавриловна Пивоварова, кавалер ордена Красного Знамени Вера Григорьевна Савченко, Валентина Карповна Петрова, Амангельди Мухтарулы Абеуов, кавалер ордена Трудовой славы Михаил Ладнюк, ветеран ВОВ, лучший бригадир Валентина Ивановна Артюкова и многие другие.

Среди них и депутат городского совета, ветеран-разведчик – Бекболат Жансеитов.

Д.И. Герасименко – коммунист с двадцатилетним стажем, бывший фронтовик, участник Курской битвы, однополчанин знаменитого летчика трижды Героя Советского Союза И. Н. Кожедуба – на Павлодарском УПП КОС с 1971 года. Был одним из лучших бригадиров цеха тракторных изделий.

Карагандинскую городскую первичную организацию возглавляет бывший военный летчик, инвалид I группы по зрению Ф.Я. Машкин.

В рядах КОС в регионах трудились и многие другие участники ВОВ, которые достойны всех почестей и наград. Их имена сохранены в памяти людей.

В 70-80 годы УПП КОС выглядели как современные фабрики. А когда с верхней площадки оглядываешь литейно-прессовый цех, где в одном из залов ровными рядами выстроились термопластавтоматы, в другом – прессы, то кажется, что попал на крупный завод. Предприятие перерабатывают 500-600 тонн пластмассы, выпускают изделий из нее на 5 миллионов рублей ежегодно.

Было и есть, чем гордиться КОС. И дело не только в перевыполнении плана, не только в миллионнах прибыли, но и в том, что здесь нашли постоянную работу, обрели веру в полезность, получают большое моральное удовлетвоение десятки инвалидов по зрению.

К сожалению, многие из них ушли из жизни, некоторые в силу обстоятельств в 90-е годы, переехали в другие страны. Нет с нами и Сакена Хайдаровича Утегенова, человека, который до конца своей жизни был верен идеям КОС.

– Он был святым человеком. За тридцать лет работы никогда не изменил себе: всегда спокойный, но упорный в своих решениях, был способен решить любые сложные вопросы, на первом месте у него стояли интересы человека-члена КОС. Самое интересное, управляя такой сложной производственной системой КОС не допустил ни одного случая невыполнения, срыва плана, – так до сих пор вспоминают о нем его соратники.

Сакен Хайдарович Утегенов был известен и вне системы КОС. Дружил со многими известными людьми своего времени. Среди них он особо выделял Амирова Хусаинбека Ахметулы (1903–1989 гг.) Он *р*одился 18 января 1903 года в городе Верном. С пятнадцати лет – грузчик, обработчик шкур, работник плантации табака, распространитель газеты большевиков «Заря Свободы». Комиссар 4-го кавалерийского Туркменского полка, 16-го кавалерийского полка, комиссар и сотрудник Казахского полка, председатель революционного комитета в городе Фергана во время гражданской войны и комиссар районного военного гарнизона Узген. С 1922 года переходит на комсомольскую и партийную работу: заведующий отделом Жетысуского губернского комитета комсомола, секретарь Центрального Комитета Ленинского комсомола Туркестана.

Работал на руководящих должностях в Костанайской и Кызылординской областях. Являлся председателем организационного бюро Центрального Комитета Компартии Казахстана.

Судьба Хусаинбека Ахметовича сложилась тяжело. 28 июня 1938-го года он был арестован НКВД и приговорен к восьми годам ИТЛ. Находился в заключении и лагерях.

22 декабря 1948 года был арестован МВД КазССР. Реабилитирован ВК ВС СССР 5 ноября 1954 года. Награжден орденом Ленина, медалями. Почетный гражданин города Караганды.

В 1974 году Хусаинбек Ахметулы пишет: «Мы с Николаем Островским – люди одной судьбы. Он потерял зрение в годы возмужания, а я – к старости. Когда меня постигло несчастье, его стойкость была мне примером. Она помогла мне перенести все трудности и остаться в строю. Я решил написать свои комсомольские воспоминания. Сам диктовал, записывали мои близкие – жена и дети. В течение десяти лет вышли «В бурные годы», «Хороша ты, жизнь!», «Крылья крепнут в полете». В них я рассказал о детстве и комсомольской юности».

По воспоминаниям людей, которые были свидетелями дружбы Утегенова и Амирова, их связывало теплое отношение, взаимное уважение. Говорят, однажды, Сакен Хайдарович попадает в неловкое положение из за твердого характера Хусаинбека Ахметулы.

Дело было так: Сакен Хайдарович решил подарить Хусаинбеку Ахметулы от имени КОС брайлевские часы. Хусаинбек Ахметулы тут же вынимает деньги из своего кармана, отдает помощнику Утегенова, объясняя «что, не привык получать бесплатные вещи». Сакен Хайдарович долго пытается убедить его взять обратно деньги. Но, стойкий солдат остается при своем мнении.

ПОЭЗИЯ

Владимир Ивановский

Правда победит

Льется кровь на бедной Украине
Самых близких братьев – нас, славян,
Хлещут по народу пули, мины,
Сеют смерть бандиты здесь и там.

Сами прикрываются дедами,
Женщинами, малыми детьми,
Прячутся они за их домами,
Чтоб за их спиной себя спасти.

Президент врагам своим продался,
Украину бросил на позор,
Он как клоун раньше, все смеялся,
Думая, что Родина- базар.

Он и клятву, что давал народу
Верно до конца ему служить,
Предал как народную свободу,
Где счастливым только можно быть.

Кто-то спорит там, за океаном,
А Европа вторит им во след,
Украину лучше вас мы знаем,
Вам до них, Россия, дело нет.

А за океаном, в Пентагоне
Руки потирают господа,
В креслах заседают в Белом доме –
Радуются бойне – красота!

Своего добились мы, конечно,
И славян рассорили навек,

Продаем оружие успешно –
Всем преподнесем солидный чек.

Им плевать на всех без исключения
И на Украину, и Китай...
Лишь бы сыпать доллары поспешно
В свой за океанский «каравай».

Люди ждут от штатов «манной каши» -
Уж они-то помощь нам дадут...
Отберут, что есть в кармане вашем,
А потом коленам поддадут.

Националистов Украины
Байден обеспечил всем в войне,
Что завезено во все долины-
В кабале навеки быть стране.

Восемь лет Россия-мать терпела,
Все стремилась мирно спор решить,
Все народы в помощь призывала,
Чтоб братоубийство прекратить.

Чтоб не умирали наши дети
И не лили слезы старики,
Чтобы мирными встречать рассветы,
Не стреляли чтоб боевики.

Не идут навстречу доброй воле
Не Европа и не Белый дом,
Не хотят дать людям светлой доли,
Только лишь кричат всегда о том.

Правда все равно восторжествует,
Правда непременно победит,
И, на Украине праздник будет –
Вместе с ней Россия будет жить!

Май, 2022

«КУХНЯ НА ОЩУПЬ»

Сиреневый цвет мая

Здравствуйте, уважаемые читатели «Алты нүкте» рубрики «Кухня на ощупь»! Вот и наступил долгожданный май. Всё что происходит в природе волнует нас, восхищает и вдохновляет. Помните эти замечательные строки:

Люблю грозу в начале мая,
Когда весенний первый гром,
Как бы резвяся и играя
Грохочет в небе голубом.

Особенно красиво в нашем любимом городе Алматы. На одних деревьях уже распустились листочки, а на других они пока зажаты как кулачки. Вот-вот распространится по

всем аллеям, садам и паркам ароматный запах фруктовых деревьев и любимой многими сирени.

1 мая 2022 года мы отмечаем праздник единства народов Казахстана, 7 мая – День защитника Отечества Республики Казахстан, 9 мая – 77-ю годовщину со дня Победы советского народа над фашистской Германией. Эти и другие даты всем нам дороги, также как дорог мир на нашей земле. А он такой хрупкий, что в любой момент может рухнуть, как это сейчас происходит к нашему глубокому сожалению в столкновениях между братскими народами – Россией и Украиной. Нам всем надо помнить об этом.

Так совпало, что героиней сегодняшнего репортажа является молодая интересная женщина с красивым именем Майя. Наша встреча и беседа проходит в солнечный ясный день. Я внимательно слушала, как она отвечала на вопросы, а сама вспоминала приятные моменты давно минувших дней.

Майя Умерова (Шибина) только-только появилась на свет. Это было 9 января 1981 года в городе Алматы. Мы с её родителями жили по соседству. Когда я гуляла с дочерью Динарой, мама Люба выходила на улицу с маленькой Майей, чтобы ребёнок получал от природы свои витамины особенно витамины Д, Е и другие. А сейчас передо мной сидит Майя Александровна, мама двоих дочерей, кторые учатся в 8 и 5 классах. Наконец-то, мне выпала возможность пообщаться с ней, узнать поближе и познакомить её с вами, уважаемые читатели.

В семье Любови и Александра Шибиных Майя родилась вторым ребёнком. При медицинском осмотре родителям сообщили, что у девочки плохое зрение с несколькими диагнозами, и оформили её как инвалида детства. Родителям пришлось пережить и принять эту новость, и воспитывать ребёнка адаптированно к её состоянию здоровья. Майя была направлена для учёбы в школу- интернат № 4 имени Николая Островского для незрячих и слабовидящих детей.

Я не раз уже рассказывала о выпускниках этого образовательного учреждения. Как отмечает сама Майя она росла с мальчишеским характером. Платьям и юбкам отдавала предпочтение брюкам, футболкам – в общем спортивному стилю. В этом осталась такой. Домоводство и труды, призналась честно, не любила. А когда пришло время всему научилась. В школе занималась во многих кружках: фортепиано, домбра, баян, вокал, шахматы и шашки и т.д. В 1999 году окончила 12 класс.

А дальше судьба её сложилась так, что пришлось испытать себя в разных рабочих профессиях. Трудилась у Ю.К. Шина, который организовал в своё время производство по изготовлению кирпичей, а потом в ОЭМП – в цехе по выпуску крышек и т.д.

Со своим будущим мужем Владимиром Умеровым Майя Шибина училась в одной школе, в одном классе. Они не догадывались о том, что через какой-то промежуток времени, когда Майе исполнится 20 лет, он сделает ей предложение, признается в своих чувствах и по дальнейшей дороге жизни семья Умеровых пойдут вместе, разделяя все радости и горести теперь уже общей судьбы на двоих. Из своего жизненного опыта я знаю каково это жить под одной крышей в частном доме с родителями мужа. Главное, считает Майя, найти общий язык со свекровью. Не подавлять интересы и привычки друг друга, а стараться соблюдать общепринятые правила семейной жизни. Категорично не настаивать на своём, уступать, соблюдая взаимный интерес домостроя. Моя героиня признаётся, что это далось не сразу. В 25 лет героиня моего репортажа стала мамой в первый раз, а через некоторое время появилась и вторая дочь. У обеих девочек проблем со зрением нет.

Работая то на одном производстве, то на другом, героиня моего репортажа понимала, что всё это не её. Она может добиться большего и лучшего для себя и своей семьи. Когда Майе Сергеевне исполнилось не мало, не много 38 лет, она становится студенткой медицинского колледжа, чтобы закончить его, получив диплом государственного образца по специальности массажиста. Этим своим примером она доказала себе и другим, что учиться никогда не поздно, если к этому есть желание и стремление. В 2020 году она становится дипломированным специалистом в выбранной профессии. С октября 2022 года Майя Сергеевна работает в медицинском колледже педагогом по практике массажа.

Мне было интересно узнать мнение Майи Сергеевны об отношении нынешних студентов к учёбе и к будущей профессии. С нотками грусти и сожаления в голосе она отметила, что не у всех будущих массажистов проявляется особое рвение к знаниям и к скорейшему применению своих профессиональных навыков уже в работе по специальности. Многих привлекают

государственная поддержка и стипендии. И это по-настоящему тревожит.

Мне стало просто интересно каким будет результат, если провести такую статистику, которая показала бы общее число дипломированных массажистов и количество специалистов, работающих по избранной профессии. Почти уверена, что процент будет очень низкий. Над этим также не мешало бы задуматься. Однако, утешительным фактором является то, что полученные знания и опыт не исчезают бесследно. Многие из массажистов практикуют на дому, помогают поддержать здоровье своим близким и родным.

Ещё немного и мы попрощаемся с Майей Сергеевной. Несколько часов душевной беседы с героиней моего репортажа отразятся на страницах рубрики «Кухня на ощупь». Я с чувством глубокого удовлетворения попрощаюсь с ней. Она одна из тысяч детей, получивших образование в школе-интернате № 4 имени Николая Островского для детей с инвалидностью по зрению. Скоро в издательстве «Большая Буква» выйдет в свет сборник очерков из двух частей под названием «Свет надежды». В нём опубликованы воспоминания и встречи с героями рубрики «Кухня на ощупь» за прошедшее время. Сама не ожидала, что большинство публикаций посвящено выпускникам этого учебного заведения – одного из старейших не только в городе Алматы, но и во всей республике. Скоро школе-интернату № 4 имени Николая Островского исполняется 90 лет. Как-будто сама судьба подсказала мне выпустить эти очерки. Хочу надеяться, что это будет хорошим подарком родной школе, всем сотрудникам, учащимся, выпускникам, родителям. Не только потому, что я одна из выпускниц, а каждая из жизненных историй этого сборника – достойный пример для всех тех, кому сегодня нелегко в связи с потерей зрения, кто растерялся, потерял веру в себя, надежду и затрудняется увидеть свет в конце тёмного туннеля.

Я по традиции нашей рубрики, попросила ее поделиться с рецептом для наших читататателей, с удовольствием передаю вам. Шоколадно-творожный кекс от Майи Сергеевны. Ингредиенты: 3 яйца, 1 стакан сахара, 1 стакан муки, 1 пачка творога, 1 пачка сливочного масла, 4 дольки шоколада, половина пакетика разрыхлителя, корица или ванильный сахар по вкусу. Масло предварительно растопить вместе с шоколадом, затем все ингредиенты перемешать в произвольном порядке с помощью миксера. Консистенция должна быть, как у теста для шарлотки. Заполнить тестом формочки (силиконовые или одноразовые бумажные) и поставить в духовку на 40 минут при температуре 180 градусов. Приятного аппетита!

Мариям Иминова

7 питательных веществ для хорошего зрения: какие продукты стоит употреблять для поддержания здоровья глаз

Рассмотрим, что же нужно нашим глазам и в каких продуктах эти вещества содержатся.

Витамин А. Этот жирорастворимый витамин играет важную роль в поддержании здоровья глаз и зрения, а также он обладает антиоксидантными свойствами, поддерживает иммунитет и другие внутренние органы. Исследования показывают, что бета-каротин способствуют замедлению прогрессирования хронических заболеваний сетчатой оболочки глаз. Также, без витамина А наши глаза не могут выработать нужное количество пигментов, необходимых для нормального функционирования зрения. Витамин содержится в моркови, тыкве, сладком картофеле, дыне, шпинате, брокколи, кураге, печени, рыбе, молочных продуктах и других.

Витамин С. Аскорбиновая кислота является мощным антиоксидантом, который может предупреждать повреждение тканей организма под действием свободных радикалов, в том числе тканей глаз. Также предполагается, что витамин С снижает риски развития катаракты - помутнение хрусталика глаза. Найти витамин можно в шиповнике, киви, сладком перце, чёрной смородине, белокочанной капусте, цитрусовых и зелени.

Витамин Е. Этот витамин на ряду с витамином С является также антиоксидантом и защищает наши глаза от патологических процессов возрастной макулярной дегенерации. Пищевыми источниками витамина Е являются орехи, растительные масла, зелень и листовые овощи.

Источники лютеина и зеаксантина. Лютеин – это антиоксидант и каротиноид, который находится в сетчатке и способствует улучшению зрения. Исследования показывают, что лютеин и зеаксантин необходимы для здоровья глаз и поддержания макулярного пигмента. Эти соединения содержатся в кукурузе, киви, ягодах годжи, шпинате, кабачках, некоторых сортах тыквы, болгарском перце и яичных желтках.

Омега-3. Эти ненасыщенные жирные кислоты обладают противовоспалительным эффектом и защищают сетчатку от повреждений. Также, исследования показывают, что омега-3 значительно улучшают состояние глаз, защищают их от сухости и эффективны при синдроме "сухого глаза". Омега-3 преимущественно содержится в морской жирной рыбе, морепродуктах, растительных маслах, семенах и орехах. Это скумбрия, сельдь, лосось, печень трески, грецкие орехи, семена льна, семена чиа и другие.

Цинк. Цинк – важный микроэлемент, который требуется нашим организмом для здорового роста, развития и полового созревания. Он защищает хрусталик от преждевременного старения, а также участвует в жировом обмене и способствует лучшему усвоению жирорастворимых витаминов А и Е, которые в свою очередь необходимы для здоровья глаз. Пищевыми источниками цинка являются мясо, морепродукты, птица, зерновые, бобовые и твердые сыры.

Медь. Медь участвует во многих важных процессах нашего организма, входит в состав структурных белков и различных ферментов, способствуют защите зрения, а также она друг-помощник в усвоении железа и синтеза гемоглобина. Однако ее избыток может дать обратный эффект. Все хорошо в меру. Морепродукты, печень, крупы, бобовые, зерновые, орехи - отличные источники меди.

Как видим, все необходимые витамины и минералы для здоровья глаз мы можем получить из продуктов питания. Здоровый сбалансированный рацион и активный образ жизни – основные ключики для хорошего зрения, общего здоровья и прекрасного самочувствия.

Обращаем ваше внимание, что статья носит ознакомительный характер. Не занимайтесь самолечением и не меняйте свой привычный рацион без консультации со специалистом, так как это может навредить вашему здоровью.

https://pulse.mail.ru/article/7-pitatelnyh-veschestv-dlya-horoshego-zreniya

ЖЕНЩИНАМ НА ЗАМЕТКУ, извините, и мужчинам тоже

Диетологи назвали популярные продукты, которые вызывают старение

Крабовые палочки ускоряют старение организма, считает доктор медицинских наук, директор Самарского НИИ диетологии и диетотерапии Михаил Гинзбург. В интервью радио Sputnik он рассказал, как снизить негативный эффект от употребления этого продукта.

В состав глубоко переработанных продуктов, к которым относятся крабовые палочки, входят красители, усилители вкуса и другие пищевые добавки, отметил Гинзбург. Научные исследования показали, что эти химические вещества могут провоцировать развитие возраст-зависимых заболеваний и "старить" организм, предупредил он.

"Крабовые палочки, как колбасы, сосиски и многое другое, относятся к группе глубоко переработанных продуктов. В ходе большого количества исследований было установлено, что такие продукты нас старят и повышают вероятность развития возраст-зависимых болезней (например, сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний – Прим.ред.)", – сказал Гинзбург.

По словам диетолога, глубоко переработанные продукты нельзя есть ежедневно. Но если не злоупотреблять крабовыми палочками, то нежелательных последствий можно избежать, добавил он. "Надо делать паузы в такой еде, чтобы организм мог очиститься от предыдущей порции. Крабовые палочки можно есть не чаще одного-двух раз в неделю", – уточнил Гинзбург.

https://ru.sputnik.kz/dietologi-nazvali-populyarnye-produkty-kotorye-vyzyvayut-starenie

СПОРТ

Твердым жимом к цели

С 26 по 29 апреля т.г. в городе Талдыкорган прошёл командный кубок РК по пауэрлифтингу среди молодежи и взрослых разной категории инвалидности.

В составе команды горда Алматы в этом соревновании участвовали пять незрячих спортсменов Казахского общества слепых. Этот чемпионат был для наших ребят вторым в их начинающейся спортивной карьере, но давал шанс на участие в Чемпионате Республики, который пройдёт в городе Актау с 25 по 31 августа 2022 года.

Наши незрячие спортсмены неплохо показали себя на командном кубке взяв 2 золота и 3 серебра. По результатам Чемпионата в Актау будет создаваться сборная РК по пауэрлифтингу среди незрячих, которая будет представлять нашу страну на Чемпионате Мира в Азербайджане в конце октября.

Данный вид спорта только начинает развиваться среди незрячих нашей страны, но даёт большую надежду на хорошие результаты судя по прошлым победам наших спортсменов, выступивших на чемпионате в Грузии.

Мадьяр Жанысбаев

Первый в истории Казахстана инклюзивный турнир по теннису прошел в Алматы

На одной площадке сыграли как обычные спортсмены, так и теннисисты с особыми потребностями. Теннис на колясках входит в паралимпийские игры. И у наших атлетов есть все шансы заявить о себе. Организаторы называют этот турнир обкатным. В Казахстане 20 инклюзивных групп, где занимаются спортсмены на колясках, незрячие, теннисисты с ментальными нарушениями и с нарушениями слуха. Для переподготовки местных тренеров в страну приглашены иностранные специалисты. Европейский опыт с успехом перенимают, чтобы наши особенные спортсмены мечтали о паралимпийском золоте.

ИВАН СОЛОВЬЕВ, участник турнира: – Моя самая большая мечта в спорте – не получать медали, а больше тренироваться.

ЖАМАЛ ГАБДУЛЛИНА, корреспондент: – При попадании в национальную сборную спортсменов ставят на баланс Министерства спорта. Это обеспечивает ежемесячную зарплату до проведения следующего чемпионата Казахстана. К тому же, федерация тенниса предусматривает на следующий год стипендию для лучших спортсменов-паралимпийцев.

МАЛИКА БАЙСЕИТОВА, участница турнира: – Я с детства мечтала заниматься теннисом. Но начала с плавания, а потом уже подключили теннис.

ЖАМАЛ ГАБДУЛЛИНА, корреспондент: – По словам организаторов, ни в одном другом виде спорта нет такой финансовой поддержки, как паралимпийских играх.

СЕРГЕЙ СЕЛИВАНОВ, куратор департамента инклюзивного развития при Федерации тенниса: – Помимо паралимпийских игр и Азиатских паралимпийских игр, нам доступны 150 коммерческих турниров, от «Мастерсов» до «Уимблдонов», где наши спортсмены могут зарабатывать. Поэтому я считаю, что паралимпийский теннис может стать для многих людей с ограниченными возможностями полноценной профессией. И даст не то, что средний заработок, а очень высокий заработок для того, чтобы содержать себя и свою семью.

ЖАМАЛ ГАБДУЛЛИНА, корреспондент: – После того, как инклюзивная национальная сборная по теннису сформируется, особенных теннисистов ждут международные старты. Впереди Special Olympics Germany в июне. А в 2023 пройдёт паралимпийский чемпионат Азии по теннису на колясках. Эксперты уверены, что спортивные звездочки из Казахстана на мировом небосклоне загорятся достаточно быстро. Ведь в стране огромный потенциал, а спортсменов с ограниченными возможностями много.

https://semey.city/novosti-kazakhstana/47104/?

Каждый – герой и победитель

Выходит в широкий прокат казахстанская спортивная драма о спортсменах-паралимпийцах.

В основу художественного фильма «Паралимпиец» легли реальные события из жизни казахстанских спортсменов, а сюжет киноленты представляет собой историю преодоления серьезных жизненных потрясений. Идея фильма принадлежит молодому режиссеру Алдияру Байракимову: его вдохновила история первого чемпиона зимней Паралимпиады Александра Колядина. В 2018 году лыжник принес первое золото для нашей страны на зимних Паралимпийских играх. Главного героя в картине сыграл известный актер Аскар Ильясов.

…Максат Куанышбаев – молодой перспективный лыжник, с детства мечтающий завоевать олимпийское золото. В автомобильной катастрофе он лишается ноги… Инвалидность, потеря друга, невесты, смысла жизни, веры в себя, заветной мечты приводят главного героя к глубочайшей депрессии. Встреча с новыми друзьями из паралимпийского движения помогает ему восстановиться. Максат начинает заниматься лыжными гонками и готовится выступить на Паралимпийских играх в Пхенчхане.

Съемочная команда больше двух лет изучала паралимпийскую сборную и создала собирательный образ главного героя. Фильм снимался в трех локациях – в Алматы, Алматинской области и в Щучинске. Работа на севере Казахстана особенно сложно далась создателям картины во время 40-градусных морозов.

Как отмечает режиссер картины Алдияр Байракимов, «Паралимпиец» – не автобиографичный фильм об одном спортсмене, а художественная лента с собирательным образом казахстанских героев. Продюсер фильма Адлет Ибраhим рассказал, что снимались как профессиональные актеры, так и сами паралимпийцы. Консультировала, ставила актеров на лыжи, тренировала олимпийская чемпионка Елена Хрусталева. Благодаря ее профессиональному опыту и таланту наставника артисты, ни разу не стоявшие на лыжах, исполнили роли так, что их невозможно отличить от реальных участников международных соревнований.

– Цель фильма – поднять интерес к паралимпийскому спорту, уважение к этим людям. В картине даже есть фраза, что на Олимпиаде спортсмены становятся героями, в Паралимпиаду уже приходят героями, – сказал Адлет Ибраhим.

И кинолента достигла своей цели: на предпоказе был полный зал, а в завершение зрители стоя аплодировали съемочной группе.

Александра Власова

https://kazpravda.kz/n/kazhdyy-geroy-i-pobeditel/?

ПУТЕШЕСТВИЕ

Удивительные факты о городе Уральске

Датой основания Уральска считается 1613 год. Не так давно, в 2013-м, город отметил свое 400-летие. Однако большинство ученых сходятся во мнении, что он гораздо старше. Уральску, как минимум, 700 лет! А подтверждают это раскопки в городище Жайык, что в 12 километрах от города. Городище было найдено не так давно (в 2001 году). Но его находки уже произвели сенсацию в научном мире - оказалось, что Уральск был основан в XIII веке и в свое время являлся крупным городом Золотой орды. По значимости он ничуть не уступал Сарайшику,

расположенному южнее по течению реки Урал. Тогда Уральск именовался городом Жайык и был крупным военно-административным и торгово-ремесленным городом Золотой орды. После распада Орды город вошел в состав Ногайского ханства. А затем началась его деградация. Участившиеся нападения и грабежи в степи привели к тому, что жители были вынуждены покинуть Жайык. Часть из них удалилась в далекие города, но основная масса поселилась вблизи и слилась с кочевым народом. В последующем на месте средневекового города возник Яицкий городок.

Название "Уральск" городу дала Екатерина II.

В 1775 году она лично распорядилась переименовать реку Яик в Урал, а город Яицкий в Уральск. Причиной стала вовсе не любовь к географии, а ненависть к Емельяну Пугачеву, развернувшему в Уральске ставку своего командования и возглавившему крестьянское восстание 1773-1775 годов. В указе императрицы от марта 1775 года значилось: "Для совершенного забвения сего на Яике последовавшего несчастного происшествия, реку Яик, по которой как и оное войско так и город название свое доныне имели, по причине той, что оная река проистекает из Уральских гор, переименовать Уралом, а потому и войско переименовать Уральским и впредь Яицким не называть, равно и Яицкому городу называться отныне Уральск".

Дом Емельяна Пугачева - самый старый дом Уральска.

Дом Емельяна Пугачева в Уральске - самый старинный во всем городе. Впрочем, дом вовсе не его, а отставного казака Петра Кузнецова, который отдал Пугачеву в жены свою 17-летнюю дочь. Но почему-то дом носит название именно Пугачева. Состоит он всего из нескольких комнат, а также конюшни и сарая. Емельян Пугачев выдавал себя за императора Петра III. В доме сохранился даже его трон, созданный без единого гвоздя. В числе удивительных экспонатов, оставшихся с тех времен, - кожаные перчатки, вышитые золотыми нитями, которые Екатерина II подарила атаману Бородину, сопровождавшему Пугачева на казнь в Москву. Печальна была судьба Пугачева – в железной клетке его доставили в Москву, осудили, а после обезглавили. Дом-музей Емельяна Пугачева в Уральске по праву считается лучшей туристической достопримечательностью города.

Уральск – европейский город. Вопрос, где граница между Европой и Азией, давно интересует ученых. Во времена СССР границу проводили по Мугоджарам, реке Эмбе и до Каспийского моря. С 1950-х годов – строго по руслу реки Урал. Ситуация изменилась в 2010 году, когда в Казахстан прибыла экспедиция Русского географического общества. Изучив местность, ученые пришли к выводу, что граница между Европой и Азией проходит по Мугоджарам, далее по южному краю Прикаспийской низменности. Таким образом, Урал целиком относится к Европе, а Кавказ - к Азии. Мнение Русского географического общества еще не прошло оценки Международного географического союза. Но, как бы ни считали и не проводили границу, Уральск всегда был европейским городом. Удивительна его архитектура.

Сегодня Уральск – сравнительно небольшой городок. А раньше он был одним из крупнейших городов в казахстанских степях, торговым центром Оренгбургской губернии. Гиды уверяют, что именно в Уральске появилась первая железная дорога в Казахстане и поезда (Рязано-Уральская железная дорога, 1894 года), первые аптеки, больницы, школы, библиотеки и типографии. А какие гости посещали город. Два императора России - Александр II и Николай II, а также выдающиеся исторические личности: Е.Пугачев, Суворов, ученые А.Гумбольдт и П.С.Паллас, писатели Крылов, Державин, Толстой, Пушкин, Даль... Список можно продолжать очень долго. И каждый из них оставил в Уральске свой неизгладимый след.

Уральск и "Капитанская дочка" Пушкина.

Уральск – единственный казахстанский город, в котором побывал гений русской поэзии Александр Сергеевич Пушкин. Пробыл он здесь всего три дня. Это случилось осенью 1833 года. Но какие это были три дня! О них позже мы прочитаем в "Капитанской дочке" и "Истории Пугачевского бунта". Пушкин скрупулезно собирал сведения о Пугачевском восстании, беседовал с местными жителями, собирал по осколкам образ бунтаря.

Марина Цветаева писала, что Пугачева, разоблаченного историей, Пушкин реабилитировал поэзией. Той же рукой, которой свергнул в историческом произведении, Пушкин вернул его на пьедестал в художественном. И отчасти это так. Благодаря беседам с местными жителями Яика, Пушкин узнал другого Пугачева, не того, которого описывают архивы Москвы, а того, которого помнят люди. Так, одна казачка рассказала, что до сих пор носит обувь

пугачевской работы, а другой высказал: "Это для тебя он разбойник, а для нас царь Петр Федорович". Самой интересной получилась беседа Пушкина с 95-летним сыном казака Пьянова, у которого квартировал Пугачев во время приезда в Яицкий городок в ноябре 1772 года. Ему он признался, что является царем Петром III. Высказывание Пугачева о его отношениях с казаками, услышанное Пушкиным от Пьянова, вошло почти дословно в роман "Капитанская дочка": "Улица моя тесна, - признается Пугачев Гриневу, - воли мне мало. Ребята мои умничают. Они воры. Мне должно держать ухо востро…". "Пугачев ехал впереди своего войска. "Берегись, государь, - сказал ему старый казак, - неравно из пушки убьют". - "Старый ты человек, - отвечал самозванец. - Разве пушки льются на царей?" "Солдаты кормили его из своих рук и говорили детям, которые теснились около его клетки: помните, дети, что вы видели Пугачева. Старые люди еще рассказывают о его смелых ответах на вопросы проезжающих господ. Во всю дорогу он был весел и спокоен". Вот так Уральск вошел в "Капитанскую дочку".

Уральск приглянулся великому поэту. Вот, что писал он своей жене: "Последнее письмо мое должна ты была получить из Оренбурга. Оттуда я поехал в Уральск – тамошний атаман и казаки приняли меня славно, дали мне два обеда, подпили за мое здоровье. Наперерыв давали мне известия, в которых имел нужду, и накормили меня свежей икрой, при мне изготовленной". В память о коротком посещении Пушкина в Уральске имеется музей. Всего одна комната. Здесь и провел великий поэт три дня. А после, по совершенно случайному стечению обстоятельств, 8 лет в этом доме жила дочь Натальи Николаевны Пушкиной-Ланской Софья Ланская, которая вышла замуж за наказного атамана Уральского казачьего войска Николая Шипова. Вот такой интересный факт. Настенные часы в этом доме давно не работают. Остановились они в день смерти поэта. Интересно также и то, что никаких документальных свидетельств о посещении Пушкиным Уральска нет. О том, что поэт был здесь, мы узнали из его же произведений и воспоминаний.

Уральские пожары, способные уничтожить весь город. В истории Уральска есть и печальные страницы. 29 апреля, например. В этот день в 1879 году в час дня колокольный звон во всех церквях (а их было около 15) возвестил городу о крупном пожаре. Спустя пару часов огонь уничтожил почти весь город. Начался он с крайнего дома на Урале в Новоселках. Это был очень бедный район, дома здесь строились из дерева и были расположены крайне близко друг к другу. А потому неудивительно, что весь район тут же был охвачен огнем - свыше 2 тысяч домов тотчас превратились в огненное пекло. Усилил пожар сильный ветер. После Новоселок огонь направился на базарную площадь. И вскоре слился с другим пожаром, который возник на другой части города в доме квартального надзирателя Курина. Огонь разрушил все до реки Чаган. Документальных сведений о пожаре не осталось, но можно представить масштабы разрушения, если сгорело 2/3 всех построек. Город был опустошен.

К слову, это не единственный крупный пожар в Уральске. Горел город 3 раза. И каждый раз - почти дотла. Оправлялся город от огненной катастрофы почти сто лет.

Уральск и золотая женщина. И самая значительная находка последних лет – близ Уральска впервые в Казахстане была найдена "золотая женщина". Найдена она была в 2012 году. Женщина принадлежит племени саков-тиграхауда, носивших остроконечные шапки. Ее возраст – 17-20 лет. Принадлежность к знатному роду подтверждают 80 золотых украшений, две стражницы, захороненные рядом, и уникальный гребень, на котором изображена батальная сцена между сарматами и персами. Рядом с "золотой женщиной" археологи также нашли конские узды, бытовые предметы, украшения и вещи, которые ей были нужны в загробной жизни. Удивительно то, что курган "золотой женщины" не был разграблен и сохранился в первозданном виде. В ближайшее время "золотой женщине" посвятят мавзолей. Но построят его не на месте кургана, а ближе к дороге, чтобы туристам было легче к ней добраться.

Эти были 7 удивительных фактов об Уральске, которые вы могли не знать. Посетить город стоит и потому, что это один из красивейших городов Казахстана.

Мадина Ашилова

https://tengritravel.kz/travel-notes/7-udivitelnyih-faktov-ob-uralske-373803

Быть ли геологическому туризму?

Наверное, немало найдется тех, кто хотел бы воочию увидеть и восхититься богатствами наших недр. С 90-х годов минувшего столетия в рамках движения по созданию геопарков, охватившего всю планету, такие уголки первозданного геологического ландшафта стали браться под особую государственную охрану.

И все же геопарк, как понятие до сего времени остается малознакомым и непривычным для широкого круга людей. Между тем это территория, имеющая особый охраняемый статус, где наглядно раскрывается геологическая история Земли, формирования местных ландшафтов, образования пород и месторождений полезных ископаемых. Обычно на этой территории в массовом порядке сохраняются также ископаемые останки доисторических животных.

В геопарках, созданных в различных странах, практикуется проведение ознакомительных экскурсий, наиболее значимые места (геопункты) оборудованы пояснительными табличками. По специально проложенным маршрутам, оснащенным указателями и путевыми картами, могут передвигаться как пешие посетители, так и велосипедисты.

С 2002 года существует специальная программа под эгидой ЮНЕСКО по поддержке Всемирной сети национальных геопарков, служащей научно-просветительским и экологическим целям. К октябрю 2010-го при организации сформировался пул из 77 геопарков в различных уголках мира, отвечающих целям геотуризма.

Как выяснилось, энтузиасты геологического туризма есть и в нашей республике. Так, создать в Казахстане геопарк мечтает руководитель ТОО «Геоизыскания», Почетный геодезист РК Аллаберген Койшибаев. Причем его давняя мечта имеет конкретные очертания и даже адрес. По словам геодезиста, оптимальным местом для геопарка на территории Казахстана может стать поселок Асу-Булак, что в Уланском районе Восточно-Казахстанской области.

Еще в 1979 году там был создан Асубулакский геолого-минералогический заказник площадью в 26 квадратных километров с регулируемым режимом хозяйственной деятельности, предназначенный для сохранения объектов, в данном случае геологических, государственного природно-заповедного фонда. Судьба заказника в Асу-Булаке была недолгой: он приказал долго жить в начале 90-х годов минувшего века.

– Почему выбор пал именно на эту точку на карте Казахстана? – задаю вопрос энтузиасту.

– Дело в том, что Восточный Казахстан сам по себе является кладовой полезных ископаемых, ведь не зря его справедливо называют Рудным Алтаем. Причем в окрестностях Асу-Булака залегают наиболее богатые пегматитовые породы (жильные, обогащенные минералами, – **Прим. Авт.**), – рассказал Аллаберген Койшибаев. – То есть речь идет о драгоценной «шкатулке» со свыше ста редкими минералами, которым более 250 миллионов лет. Вот только некоторые из них: горный хрусталь, аквамарины, турмалины разных цветов, апатиты, разноцветные граниты, розовые, кремовые полевые шпаты, альбиты и кварцы... Свои следы, так называемые чудские ямы и копи, здесь оставил древний человек эпохи бронзы.

Все это должно находиться в обозримой экспозиционной сфере для наших граждан, туристов. Кроме того, геопарк призван отражать историю деятельности человека. В качестве объектов для посещения могут служить отработанные месторождения, древние горные выработки. При геопарке будет создан соответствующий музей с коллекцией в сотни минералов. В общем, здесь туристов ждет масса интересного и познавательного. Конечная цель – популяризация геологических знаний. Но и это еще не все! Объект может стать еще и учебно-производственной площадкой для студентов, обучающихся естественным наукам: биологии, археологии, палеонтологии, геодезии, геологии. Кроме того, обычно геопарки прирастают мастерскими по обработке камня.

– Как знать, может быть, тесное знакомство молодежи с геологией даст республике нового Каныша Сатпаева, – делится надеждами автор идеи. – Такой человек казахстанской науке просто необходим, в особенности сейчас.

Почетный геодезист сообщил, что на сегодня ему удалось получить от государства для реализации своей идеи небольшой участок земли в Асу-Булаке. Но, как это часто бывает, мечта

о геопарке потребовала немалых финансовых вложений, которых у энтузиаста в наличии нет. Обращения же в разные инстанции пока не принесли нужного результата. Проект для многих не очень прозрачный и внятный, с точки зрения его пользы и актуальности для региона. К тому же существует масса других, более востребованных и ждущих своего часа проектов – довод «железный», с которым трудно поспорить. И все же мечта о геопарке продолжает жить и, возможно, когда-нибудь будет воплощена.

Рысбек Жантыкеев

https://kazpravda.kz/n/byt-li-geologicheskomu-turizmu-v-kazahstane/

КТО-ТО КОГДА -ТО СКАЗАЛ

Будьте готовы меняться, когда начинаются перемены. Будьте гибкими, чтобы меняться, когда придет время перемен. Опустошите себя. Откройтесь. Помните: польза чашки в том, что она пуста. – Брюс Ли

Счастье – это в большой степени состояние ума. Человек не обязательно счастлив, если он богат, и не обязательно несчастен, если беден. Богач часто бывает несчастным, а бедняк – счастливым. – Махатма Ганди

Чрезмерная зацикленность на себе – источник страдания. Сострадательная забота о благополучии окружающих – источник счастья. – Далай-лама XIV

Не следуй слепо никакой доктрине, теории или идеологии и не привязывайся к ней. Все системы взглядов лишь указывают путь, но они не абсолютная истина. – Тит Нат Хан

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

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

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

ISSN: 2707-3629

Жазылу индексі/подписной индекс: 26142

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

Әдеби кеңес/ Литературный совет:
Әбетхан Тоқтағаан
Владимир Ивановский

Мариям Иминова
Ермахан Әбдіраман

Қазақстан Республикасы, 050012, Алматы қ., Мұратбаев көш., 136
(Бөгенбай батыр көшесі қиылысы)
Республика Казахстан, 050012, г. Алматы, ул. Муратбаева 136
(уг. ул. Богенбай батыра)
bgrbarshin@mail.ru
www.ookos.kz