



Республикалық жастар газеті Ақмешіт ЖАСТАРЫ

Газет 2013 жылдың
қыркүйек айынан
бастап шығады

...Мен
жастарға
сенемін!

Мағжан



№27 (616)
10 шілде,
2025 жыл

ҚАРҚЫНДЫ УРБАНИЗАЦИЯ – ТИІМДІ ДАМУ ТЕТІГІ



Сыр елінде алғаш рет «Қазақстан ұлттық урбан форумы 2025 – Қызылорда» халықаралық форумы өтті.

Қалалардың болашағын жобалайтындарға арналған басты шараны Қызылорда облысының әкімдігі UN-Habitat және басқа да бірқатар серіктестің қолдауымен ұйымдастырды. Форум жұмысына облыс әкімі Нұрлыбек Нәлібаев, Экология және табиғи ресурстар министрі Ерлан

Нысанбаев, Сыртқы істер министрінің бірінші орынбасары Ақан Рахметуллин, Өнеркәсіп және құрылыс министрлігі Құрылыс және тұрғын үй-коммуналдық шаруашылық істері комитетінің төрағасы Бақытжан Жүнісбеков, Парламент Сенаты мен Мәжілісінің депутаттары, сондай-ақ

БҰҰ-ның Қазақстандағы тұрақты үйлестірушісі Саранго Раднарагча, барлық өңір әкімдігінің өкілдері қатысты.

Басқосудың алғы сөзінде облыс әкімі Нұрлыбек Нәлібаев бұл форум елдегі урбанистика саласын жаңа деңгейге көтеруге бағытталған тарихи бастама екенін атап өтті.

2-бетте

ТЕҢІЗ ТАБАНЫН КӨГАЛДАНДЫРУ МӘСЕЛЕНІҢ ШЕШІМІ БОЛА МА?

Арал тағдыры бүгінде әлемнің назарын аударып, үлкен алаңдаушылық тудырып отыр. Жыл сайын Аралдың құраған табанынан желге ілесіп, 100 миллион тоннаға жуық тұзды-шанды ұйытқы жоғары көтеріледі. Шамамен 1,5 млн шаршы шақырымға, яғни алып қашықтықты қамтитын тұз шөгінділері адамзат денсаулығына орасан зиян келтіруде. Осы ретте біз жоба аясында Арал, Қазалы аудандарына барып, қоршаған ортаға айтарлықтай кері әсерін тигізетін тұзды шанды азайту жұмыстарының барысын бақыладық.

Осындай экологиялық апат салдарын жеңілдету мақсатында соңғы жылдары Қазақстан мен Өзбекстан үкіметтері және халықаралық ұйымдар күш біріктіріп, Арал теңізінің құрғаған табанын орманға айналдыру жобасын қолға алды. Бұл бастама бұрынғы теңіз түбіне сексеуіл сияқты шөлге төзімді ағаштарды жаппай отырғызу арқылы жерді тұрақтандырып, тұзды шанның та-

ралуын азайтуды көздейді. Осы жобаның шығу тарихы мен мақсаты, экологиялық және әлеуметтік-экономикалық тиімділігі, сондай-ақ алда тұрған қиындықтары мен сын-талдаулары қарастырылып, Қытай мен Африкадағы ұқсас бастамалармен салыстыра отырып, оның қаншалықты шынайы әрі ұзақ мерзімді шешім бола алатынын талдап көреміз.

Мәселенің мәнісін бағамдау үшін облыстың батысындағы қос ауданды бетке алдық.

Экожоба эволюциясына шолу

Арал теңізінің тартылуы әлемді бұл экологиялық апаттың зардаптарын жұмсартудың балама жолдарын іздеуге мәжбүрледі. Осылайша, 1990 жылдардан бастап құрғаған теңіз табанын өсімдік жамылғысымен жабу идеясы талқыланып, тәуелсіздік алған Қазақстан мен Өзбекстан оны жүзеге асыруға кірісті. Алғашында шағын пилоттық аумақтарда сексеуіл көшеттері отырғызылып, нәтижелері бақыланды.

4-5 бетте



Әлия СҮЙЕР:

«БАЛАНЫҢ
АЛҒАШҚЫ ДӘРІГЕРІ –
АНАСЫ»

«Ауру батпандап кіріп, мысқалдап шығады» дейді дана халқымыз. Әсіресе дүние есігін енді ашқан сәбидің саулығы – ата-ана үшін ғана емес, тұтас ұлттың болашағына әсер ететін құндылық. Бұл жолы біз баланың нәзік жанын терең түсініп, оған шипа дарытып жүрген балалар дәрігері Әлия Сүйермен тілдесіп, сәбилер денсаулығы, ата-анаға артылатын жауапкершілік пен медициналық сауаттылық жайлы сұхбат құрдық.

– Бүгінде жас ана көбейіп келеді. Алайда алғашқы баласын дүниеге әкелген ананың ойында мың сұрақтың болатыны рас. Тіпті кейде ақпараттың көптігі де жанылыстырады. Қазіргі жас анаға тән ең жиі кездесетін қателіктер қандай және олардан қалай сақтануға болады?

– Бала – өмірдің ең қымбат сыйы. Бірақ оны бауырға басып, алғаш рет ана болған сәттен бастап, әйел жүрегіңде жүз емес, мың сұрақ пайда болады. Қазіргі заманда ақпарат тым көп: Instagram, TikTok, Telegram-нан бірінен бірі өтетін кеңестер оқимыз. Бірақ бәрі бірдей дұрыс дегенді білдірмейді.

Атап айтсақ, жас аналар ең жиі мынадай қателерді жібереді:

Өзін екінші орынға қою. Жаңа туған ана өзін ұмытып, баласына түгел беріліп кетеді. Бірақ сау ана – сау баланың кепілі. Сіздің ұйқыңыз, тамағыңыз, психикалық жағдайыңыз – бәрі маңызды. Сол себепті, мен барлық анаға кеңесім, ең алдымен өз дефициттеріңізді емдеңіз, анемия болсаңыз, кемі 3-6 ай темір, «В» тобының витаминдерін қабылдаңыз.

3



САНАҚ САЛАНЫҢ
ДАМУЫНА ДЕМ
БЕРЕДІ

6



XAN-BEKBATYR CUP:
ҮЗДІКТЕР БӘСЕКЕСІ

8

АРМАН САТЫП

АЛЫНБАЙДЫ...

Бүгінде бизнестің бел ортасында жүрген блогерлер қатары артып келеді. Пішені өртенбегеннің бәрі ақылды, түйесі жоғалмағанның бәрі есті... Бірі халыққа «мотивация» беретін күнделік дайындаса, енді бірі курс ашып, көпке кеңес беруді кәсіпке айналдырған. Тіпті қатары көбейгені сонша, есебіне жете алмайтындар «есектің артын жу да мал тап» мақалын алға тартады. Ақыл-кеңесін ақылы курстар арқылы үйретіп, теңгені терлемей тауып жүргендердің арғысы әнші, актриса болса, бергісі блогер. Ал «қарыздан құтылу» курсың қарызға алып жүрген қалың елді қалай кінәлаймыз?..

Рас. Жаңа істі жоспарлауда жатқа жүгініп, армандауды әлдекімен үйренетін жағдайға жеттік. Тіпті таңдау жасарда да тағдырымызды бейтаныс біреудің нұсқауына жегіп береміз. Бұл қаншалықты орынды?

Әйгілі әнші Төреғалидың қарындасы Фариза Төрәлінің де есімі қазақстандықтарға кеңінен танымал. Қыз-келіншектер қауымына түрлі тақырыпта курс өткізіп жүрген блогердің былтыр авторлық күнделігі сатылымға шықты. «Harmony»

аталатын бұл күнделіктің басты мақсаты оқырманды жазу әдетін қалыптастыруға үндеу. Тауарды сатып алған қызылордалық тұтынушылардың біріне байланысқа шығып, пікірін сұрап көрдік.

7-бетте



Басы 1-бетте

ҚАРҚЫНДЫ УРБАНИЗАЦИЯ – ТИІМДІ ДАМУ ТЕТІГІ

– Президентіміз Қасым-Жомарт Кемелұлы «Қазақстан орнықты урбанизация үрдісімен келе жатыр. Тұрғын саны миллионнан асатын қалалар еліміздің жаһандық бәсекелік қабілетінің тірегі, ал облыс орталықтары өз өңірлеріндегі өсімнің өзегі болуға тиіс» деген болатын. Бүгінгі урбанизация дәуірінде қалаларды тұрақты дамытуда экологиялық тепе-теңдікті сақтау, тұрғындардың өмір сүру сапасын арттыру – басты міндеттердің бірі. Қызылорда – дәстүрлі аграрлы аймақ. Қызылорда мегаполис болмағанымен, қарқынды урбанизация жолына түскен, өз деңгейінде қалалық инфрақұрылым мен өмір сүру сапасын арттыру, экономиканы әртараптандыру бағытында нақты қадам жасап келеді. Қала халқының үлесі өсті, өңір тұрғындарының шамамен 50%-ға жуығы облыс орталығында тұрады. Біз урбанизацияны жай ғана құрылыс емес, адамға бағытталған қауіпсіз, таза, инклюзивті, қолжетімді әрі зияткер, экологиялық қалалар құру үдерісі ретінде қабылдаймыз, – деді аймақ басшысы.

Президент пен Үкімет қолдауының арқасында өңірде тұрақты даму мақсаттарына сәйкес келетін, нақты стратегиямен аймағымыздың заманауи келбетін қалыптастыруға бағытталған жүйелі жұмыс атқарылуда. Облыс бюджеті 750 миллиард теңгеден асып, ол аймақтағы ең өзекті мәселелерді шешуге, тұрғындардың өмір сүру сапасын жақсартуға, ауқымды инфрақұрылымдық жобаларды іске асыруға бағытталып отыр. Инвес-тициялық жобалардың арасынан түркиялық «Акса Энерджи» компаниясының 135 миллиард теңгеден астам қаржысына салынып жатқан жылу орталығының құрылысын айтуға болады. Қазіргі күні жоспардың 80 пайызға жуығы орындалды. Аймақ басшысы ны-

сан қыркүйек айында ел игілігіне берілетінін атап өтті.

Сонымен қатар биыл облыс тұрғындарын орталықтандырылған ауызсумен қамту көрсеткішін 100 пайызға, газдандыру деңгейін 83 пайызға жеткізу, электр желілерін жаңғырту арқылы желілердің тозу деңгейін 60 пайызға төмендету жоспарда бар.

Аймақ басшысы урбанистика Алматы мен Астана қалаларында ғана емес, барлық өңірде бірдей жүруі тиіс екенін, олу үшін мемлекеттен қолдау мен жаңа мүмкіндіктер барын айтты. Облыс әкімі атап өткендей, халықаралық форум – Қазақстанның өңірлер, сарапшылар мен мемлекеттер арасында тұрақты диалог құруға арналған ресми тұғырнамасы. Форумның миссиясы – урбанистиканы талқылау ғана емес, жаңа шешімдер жүйесін құру. Ол үш деңгейді қамтиды: әлемдік (UN-Habitat аясындағы жаһандық форумдарға қатысу), аймақтық (басқа елдермен тәжірибе алмасу), ұлттық (ел аумағындағы қалалар мен қауымдастықтар арасындағы диалог).

Форумға Қазақстанда теңгерімді, инклюзивті және климаттық өзгерістерге төзімді қалаларды қалыптастыру тақырыбы өзек болды. Қазіргі заманның басты тақырыптарының бірі – өзгермелі климатқа бейімделе және экологиялық жауапкершіліктің үлгісі бола алатын тұрақты, жайлы және қауіпсіз қала құру жайы талқыланды.

– Бүгінгі кездесу өтіп жатқан Сыр өңірі символдық маңызға ие. Өйткені Қызылорда облысы Арал теңізінің тартылып қалуы, табанының құрғап кетуі сияқты экологиялық мәселелерді бастан өткерді. Мұнда климаттың өзгеруінің әсері ерекше сезіледі. Су ресурстарының сарқилуы, жердің деградацияға ұшырауы – мұның бәрі күн тәртібінде қатар тұруды, кешенді шешімдерді қажет ететін өзекті экологиялық, урбанистік және

әлеуметтік мәселелер. Климаттың өзгеруін тежеудегі маңызды шаралардың бірі – орман өсіру. Мемлекет басшысының орман қорында 2 миллиард ағаш отырғызу жөніндегі тапсырмасы шенберінде 2021 жылдан бастап 1 миллиард 391,3 миллион дана, ал елді мекендер аумағында 15,7 миллион ағаш отырғызылды. Өздеріңіз білетіндей, Арал теңізінің құрғаған табанының 2,8 миллион гектар бөлігі Қазақстан аумағында. 2021 жылдан бастап Арал теңізінің құрғаған түбінде орман мелиоративтік жұмыс белсенді түрде жүргізілуде. Бүгінгі таңда 595 мың гектар алқапқа сексеуіл егілді, – деді Экология және табиғи ресурстар министрі Ерлан Нысанбаев.

Министр мұндай ауқымды іс-шараларды атқаруда БҰҰ құрылымдары және өзге де халықаралық институттармен әріптестіктің маңызы жоғары екенін жеткізді.

Халықаралық жиында сонымен қатар Сыртқы істер министрінің бірінші орынбасары Ақан Рахметуллин, Өңірлік даму министрілігі Құрылыс және тұрғын үй-коммуналдық шаруашылық істері комитетінің төрағасы Бауыржан Жүнісбеков, Қазақстандағы БҰҰ тұрақты үйлестірушісі Саранго Раднарагча, UN-Habitat ұйымы атқарушы директорының орынбасары Рафаэль Тутс, БҰҰ даму бағдарламасының Қазақстандағы тұрақты өкілінің орынбасары Сухроб Ходжимитов сөз сөйледі. UN-Habitat атқарушы директоры Анаклаудия Россбахтың бейне-хабарламасы көрсетілді.

Форум үш түрлі тақырыптық сессиядан тұрды. Алғашқысы – «Жаңа қалалық күн тәртібі және Қазақстанның урбанистік көзқарасын қалыптастыру». Бұл сессияда өңірдің географиялық және экологиялық жағдайына негізделген, табиғатқа жақын және климатқа бейімделген



қалалық стратегияларды әзірлеу жолдары қарастырылды. Сондай-ақ климаттық деректер мен болжамдық аналитиканың ерте ескерту жүйелері мен тұрақтылықты қамтамасыз етуге бағытталған проактивті жоспарлауды қалай қолдай алатынына жаңа екпін қойылды. UN-Habitat ұйымы атқарушы директорының орынбасары Рафаэль Тутс қалаларды дамытудағы халықаралық тәжірибемен бөліссе, ҚР Сыртқы істер министрінің бірінші орынбасары Ақан Рахметуллин мен Ұлттық экономика министрілігі Өңірлік даму департаменті директорының орынбасары Бекжан Кисанов еліміздегі урбанизация процесін тиімді жүргізудің жолдарын атап өтті.

– Қызылорда өңіріне бірінші рет келуім. Қаланың дамуы мені шынымен де таңғалдырды. Мұндағы жүзеге асып жатқан дүниелерге қарап, жоғары деңгейде жұмыс атқарылып жатқанын, үлкен еңбек пен табандылықтың бар екенін көруге болады. Бұл қала урбанистиканың жарқын үлгісін, еліміздегі шағын қалалардың қаншалықты даму мүмкіндіктерінің бар екенін көрсетуде, – деді А.Рахметуллин.

Ал Бекжан Бекмұратұлы қаланы дамыту бойынша жаңа тұжырымдамалардың дайындалып жатқанын баса айтты. Оның айтуынша, жаңа тұжырымдама аясында елімізде үш бағыт бойынша жұмыс жасалады. Біріншісі – өңірлерді тұрақты түрде инфрақұрылыммен қамтамасыз ету. Бұл ретте мемлекеттік стандартқа сай барлық жобалар бюджет тарапынан қаржыландырылады. Екінші бағыт – теңгерімді экономикалық даму. Мұнда өңірлердің толыққанды бәсекеге қабілеттілігін анықтап, экономиканы әртараптандыру бойынша жұмыстар жүзеге аспақ. Үшінші бағыт – аумақтық саясат механизмінің тетігі.

Форумда облыс әкімінің орынбасары Ардақ Зебешев сөз алып, өңірдің дамуы жолында атқарылып жатқан жұмыстарға тоқталды. Сондай-ақ БҰҰ даму бағдарламасының Қазақстандағы тұрақты өкілінің орынбасары Сухроб Ходжимитов, дизайн студиясының жетекшісі Гарри Доббс, URBAN LIVING серіктесі, Marini Urbanismo негізін қалаушы Риккардо Марини де ғимараттардың энергия тиімділігі, жергілікті климаттық жоспарлау үшін болжау және деректерді пайдалану секілді тақырыптарды сөз етіп, ойларын ортаға салды.

Жалпы форум еліміздегі қалаларды тұрақты, инклюзивті әрі болашаққа бейім етіп дамыту жолында маңызды

идеялар мен тәжірибе алмасу алаңына айналды.

«Өнер орталығында» өткен форум қорытынды пленарлық сессиямен жалғасты. Оған Біріккен Ұлттар Ұйымының UN-Habitat Ұйымы, БҰҰ-ның Қазақстандағы өкілдері, ҚР Парламенті Мәжілісінің депутаттары, ҚР Экология және табиғи ресурстар министрі Ерлан Нысанбаев қатысты. Аймақ басшысы Нұрлыбек Машбекұлы форумның маңыздылығына тоқталып, барша қатысушыларға алғысын білдірді.

– Кез келген мемлекеттің әлеуметтік-экономикалық дамуы қалалардың өркендеуімен тікелей байланысты. Ал, оған әсер ететін бірден-бір фактор – урбандалу процесі. Тұрғындарымыздың әлауқатын арттыру, жайлы кеңістік қалыптастыру, экологиялық таза орта құру, инфрақұрылымды тұрақты жаңғырту, қалаларды жаңа технологиялардың көмегімен басқару – біздің алдымыздағы маңызды міндеттер. Бұл ретте тиімді басқару мен дұрыс жобалаудың нәтижесінде ғана тұрақты даму мақсаттарына қол жеткізе аламыз.

Бүгінгі форум – өңірлердің тұрақты дамуына оң серпін берудегі, урбанистика саласын жаңа деңгейге шығарудағы, ортақ мақсаттарға қол жеткізудегі маңызды қадам. Форумда айтылған тың идеялар мен мазмұнды ұсыныс-пікірлер алдағы жұмыс барысында тиімді шешімдер қабылдауға мүмкіндік беретініне сенімдіміз.

Бүгінгі форумның бас демеушісі «Казпетрол Групп» компаниясына зор алғысымызды білдіреміз. Тәуелсіз Қазақстанның кемел келешегі жолындағы әрбір бастамаларыңыз жемісті, қызметтеріңіз нәтижелі болсын! Егемен елімізді бәсекеге қабілетті етуде, тұрғындарымыздың өмір сүру сапасын арттыруда Президентіміздің тапсырмаларын жоғары деңгейде орындап, халықтың зор құрметіне бөлене бергейсіздер! Ел іргесі берік, Тәуелсіздігіміз тұғырлы болғай!, – деді Н.Нәлібаев.

Қорытынды сессияда ҚР Экология және табиғи ресурстар министрі, Қазақстандағы Біріккен Ұлттар Ұйымының тұрақты үйлестірушісі өз пікірлерін ортаға салды. UN-Habitat ұйымының атқарушы директорының орынбасары Рафаэль Тутс қорытынды сөз сөйледі.

Сонында Қызылорда облысы мен UN-Habitat ұйымы арасында декларацияға қол қою рәсімі өтті.

«АЖ» ақпарат



«АРДАГЕР ӨСИЕТІ» РЕСПУБЛИКАЛЫҚ ЖАСТАР МАРАФОНЫ ӨТТІ

2025 жылғы маусым-қыркүйек айлары аралығында Қазақстан Республикасының Мәдениет және ақпарат министрілігі Жастар және отбасы істері комитетінің ұйымдастыруымен Ұлы Отан соғысындағы Жеңістің 80 жылдығына орай «Ардагер өсиеті» атты республикалық жастар марафоны өткізілуде.

Аталған марафон Ақтөбе облысынан бастау алып, Астана қаласында мәресіне жетеді. Елдің әр өңірін аралап, жас ұрпақ пен ардагерлердің арасындағы тарихи сабақтастықты нығайтуға бағытталған бұл шара 7 шілде күні Маңғыстау облысынан Қызылорда облысына жалғасып, арнайы өсиет хатты өңір жастарына салтанатты түрде табыстаған болатын.

Қызылорда қаласындағы «Тағзым» алаңында өткен марафон аясындағы іс-шарада Ұлы Отан соғысында қаза тапқан жауынгерлердің рухына тағзым ретінде гүл шоқтары қойылып, облыстық ардагерлер кеңесінің төрағасы С.Ә.Дүйсенбаев пен Қызылорда облыстық қоғамдық даму



басқармасының басшысы Р. Каюпов алғы сөз сөйлеп, жастарды елге қызмет етуге, тарихты ұмытпауға үндеді.

Салтанатты жиында «Ардагер өсиеті» хаты таныстырылып, қатысушылар естелік суретке түсті. Әрі қарай шара экологиялық акциямен жалғасын тапты.

Мұнан соң аталған делегация Тереңөзек кентіне жол тартып, Сырдария ауданында тұратын ҰОС ардагері Яхия Тасыровты арнайы құттықтады.

Жастар мен ардагерлердің басын қосқан, ұрпақтар сабақтастығын нығайтқан бұл игі бастама 9 шілде күні «Ардагер өсиеті» хатын Түркістан облысына салтанатты түрде табысталады.

Бұл тағылымды шара – ел үшін аянбай тер төккен ардагерлерімізге деген құрметтің, елдің өткенін естен шығармаудың, келешекке үмітпен қараудың белгісі. Бұл – ел тарихына тағзым, жас буынға өнеге.

«АЖ» ақпарат

Басы 1-бетте

Әлия СҮЙЕР:

«Баланың алғашқы дәрігері – АНАСЫ»

Күнделікті Магнийдің тәуліктік дозасын қабылдаңыз (200-400мг), «Д3» витаминін ұмытпаңыз, қажет болса, кальций де ішу қажет. Сондай-ақ толық тамақтаныңыз. «Маған диета ұстау керек, анау болмайды, мынау болмайды» деп аналар бәрінен бас тартуға бейім келеді. Бірақ менің сіздерге маман ретінде айтарым, жаңа босанған анаға барлық тамақты жеуге болады. Әрине, бәрі өз мөлшерімен. Осы дефициттер ана ағзасында толығымен болса, босанудан кейінгі депрессияға түсу қаупі төмендейді.

Жіі немесе керісінше, өте сирек емізу. Дұрыс емес техникамен емізу – бұл да ең үлкен қателік. Ана сүтінің азаюына, баланың дұрыс тоймауына әкеледі. Нәтижесінде баланың іші ауырады, газ жиналады, бала емуден де бас тартады. Сол себепті әр ана босанбас бұрын емізудің 4/3/4 техникасын үйреніп, жаттыққан жөн.

Шектен тыс тазалық пен «стерильді» тәртіп. Кей ата-ана үйін антисептикпен өңдеп, шектен тыс тазалыққа құмартады. Ал бұл дұрыс емес. Бала тұрмыстық заттар арқылы аздап микробпен кездесуі тиіс, бұл иммунитетінің дамуына көмектеседі.

Дәлелсіз кеңеске сену. «Емізік зиян», «Су берме», «Түзды суға шомылдыр», сондай-ақ түрлі дәрумен жарнамасы – мұның бәрі дәлелсіз кеңестер. Желіде айтылған дүниенің бәрі сіздің балаңызға сәйкес келмеуі мүмкін. Кез келген кеңесті тыңдағанда «Кім айтты?», «Неге айтты?», «Менің балама сай келе ме?» деп ойланған жөн. Барлығын тек дәлелді медицинаға сүйеніп, педиатр кеңесіне құлақ түрген абзал.

Не істеуге кеңес беремін? Сенімді ақпарат алыңыз. Медициналық курс оқу, білікті дәрігер кеңесіне құлақ түру – ең дұрыс жол. «Сауатты ана» болу – бәрін білу емес, қажет жерде сұрай білу.

– **Көптеген дерттің тамыры дұрыс күтім көрмеген балалық шақтан басталатыны белгілі. Дұрыс диагностика мен дер кезінде жасалған профилактика маңызды рөл атқарады. Сіз бала денсаулығын сақтауда алдын алудың қандай жолдарын атар едіңіз? Ата-аналар нені ерте байқауы тиіс?**

– Біздің қоғамда «ауырып ем іздегенше, ауырмайтын жол ізде» деген бұқасы сөз бар. Педиатр ретінде айтарым – жыл алтын қағида. Алдын алу үш бағытта жүреді:

Скринингтер мен тексерулер. Жаңа туған шақта әр балаға жүргізілетін УДЗ, қан талдаулары, неонаталды скрининг – туа біткен дерттерді ерте анықтауға көмектеседі. Ата-ана бұған атүсті қарамауы тиіс.

Вакцинация. Бұл – сіздің балаңыздың болашақтағы өмірін қорғайтын ең үлкен қадам. Бүгінде ауыр дерттерден сақтайтын тиімді вакцина бар, оларды уақтылы алу – ата-ананың міндеті! Көп ана TikTok, Instagram-дағы жалған пікірлерге сеніп, вакцинадан бас тартып жатыр, ал бұл 15-20 жыл бұрын жоғалып кеткен аурулардың өршуіне әкеліп жатыр. Көкжөтелді ұмытқалы біраз болған еді. Бірақ вакцина алмайтын ана көбейгеннен кейін бұл аурудың да саны артты. Ал бұл ауру балаға қалай қиын соғатынын бағамдай беріңіз. 4-5 ай тоқтаусыз өзіңіз жөтеліп көріңізші... Мұндайда бала өлімі де орын алуы мүмкін. Қазір көршілес Ресейде, Дағыстанда «полиомиелит» ауруы шығып жатыр, бұл – қорқынышты, балалар өмір бойына сал болып қалуы қауіпі басым.

Тамақтану мен күн тәртібі. Алғашқы 6 ай – тек ана сүті, ал одан кейін дұрыс қосымша тағам – баланың физикалық және ақыл-ой дамуына ықпал етеді.

Ата-ана баланың мінез-кұлқындағы өзгеріске мұқият қарауы керек. Ұйқысы бұзылса, көңіл күйі жоқ болса, тамаққа зауқы болмаса – бұл жай ғана «ауа райының әсері» емес, денсаулығының сигналы болуы мүмкін. Дерееу педиатрға бару қажет.

– **Анемия – қазіргі балалар арасында жиі кездесетін диагноз. Көп жағдайда бұл дертті ата-ана кеш байқайды. Балалардағы анемияның басты белгілері қандай? Бұл дерттің**

алдын алу мен емдеуде ата-аналар қандай қадамдар жасауы керек?

– Темір тапшылығы анемиясы – бүгінгі балаларда ең жиі кездесетін мәселе. Бірақ өкініштісі – ата-аналар оны кеш байқайды. Оның белгілері мынадай: бала бұрынғыдай белсенді емес, тез шаршайды. Тамақ жемей қояды, ет жегісі келмейді, қағаз, құм топырақ жегіш болады. Бет-аузы бозарып, ұйқысы қашады. Сондай-ақ шашы сиреп, тырнағы жұқарып кетеді. Сәби болса, дамуында кідіріс байқалуы мүмкін.

Осы белгілерді аңғарсаңыз, дереу педиатр кеңесін алып, қажет анализдерді тапсырып, емдетіңіз. Себебі бала әр секунд сайын өсіп жатыр, ағзасы гипоксияда жүрсе – дамуы тежеледі.

Бұл жағдайдың алдын алу жолдары қандай? Жүкті кезде ананың темір деңгейі қалыпты болуы тиіс. Бала 6 айға жеткенде темірге бай тағамдар (ет, жұмыртқа сарысы, бауыр) беріле бастайды. Жыл сайын қан талдауын жасатып тұру керек.

Егер анемия анықталса, дәрігер тағайындаған темір препараттарын қабылдау өте маңызды. Оны өз бетімен тоқтатып немесе халық емімен емдеуге болмайды. Көпшілік «Қызылша берсем, анемиясын емдеп аламын» деп қателеседі, алайда бұл дерттің дауасы тек тамақ теріс.

– **Баланың терісінде байқалатын өзгерістер кейде ішкі ағзадағы өзгерістің белгісі болуы мүмкін. Сіз тері ауруларымен жиі айналысатын дәрігер ретінде, қандай белгілерге ата-ана ерекше назар аударуы керек деп есептейсіз?**

– Ана ретінде біз көбіне сыртқы бөртпені көреміз. Бірақ тері ішкі ағзаның айнасы. Бөртпе әр балада болуы мүмкін. Бірақ қайталанып тұратын, дәріге көнбейтін, балаға мазасыздық әкелетін тері белгілері міндетті түрде тексеруді қажет етеді.

Ұзаққа созылған бөртпе – аллергия емес, иммун тапшылығы не басқа дерт болуы мүмкін, сол себепті дәрігер кеңесі өте маңызды. Емшіге оқытылдық деп, көп ана уақыт жоғалтып жүр, нәтижесінде тері ауруларын асқындырып алып жатады.

Құрғақ, жарық тері – атопиялық дерматиттің белгісі, емделмесе, қосымша бактерия, кандида қосылып, асқынғып кетеді де, емдеу қиынға соғады. Себебі атопиялық дерматитте терінің қорғаныш барьері бұзылып тұрады. Сол үшін де балаға келгенде ерте әрекет жасау маңызды.

Бетте немесе денеде сарғыш рең – бауыр немесе қан жүйесіндегі бұзылысты білдіруі мүмкін.

– **«Сауатты ана» курсы – білімді, байыпты ана болуға ұмтылғандарға арналған құнды бағдарлама. Бұл курсты құру идеясы қалай туды? Курста нені оқытасыз?**

– Массаж деп сәбиді уқалауды ғана айтпаймыз, ол – жүйке, бұлшықет, қозғалыс, тіпті ішкі ағзаға әсер ететін емдік құрал. Сауатты массаж дәрігердің кеңесімен тағайындалады. Әр баланың жағдайына бейімделіп, массажбен қоса, ЛФК, фитбол жаттығулары да жасалады.

Мәселен, мойын бұлшықеттері әлсіз болса, баланың басын ұстау процесі кешігуі мүмкін. Қысық мойын, бала денесіндегі гипертонусың 4-5 айында да кетпеуі секілді жағдайлар кездеседі.

Массаж – осы тұста дамуды қолдау мақсатында қолданылады. Бірақ оны



– «Сауатты ана» курсы аналардың сұранысы арқылы пайда болған дүние дер едім. Күнде емханада еститін немесе әлеуметтік желі арқылы өте жиі кездесетін сұрақтар – «Баламның дене қызуы 39С градус, енді не істеймін?» деген секілді, сондай-ақ жөтел, мұрын біту, ағу, ангина жайлы сұрақтар болды.

Менің түсінгенім бойынша, аналар білімге зәру. Бірақ сенімді, қысқа-нұсқа, дәлелді, түсінікті ақпарат жоқ. Сондықтан осы курсты құруды ұйғардым. Онда мен:

«Баладағы мұрын ағу, бітуді сауатты емдеу схемалары. Қандай дәрілерді этаппен қолданамыз?»;

«Баладағы жөтелде артық дәрісіз емдеуді, антибиотик қай жағдайда қолданбаймыз, қалай балаға дұрыс әрекетпен көмектесеміз?»;

«Баланың тамағының қызаруын қалай емдейміз? Қай жағдайда дәрігер антибиотик жазып береді?»;

«Дренажды массаж, ингаляцияны қалай дұрыс жасаймыз?»;

«Фебрильды тырысу деген не? Тырысу кезінде балаға қалай көмектесеміз?»;

«Баладағы іш өту мен құсуда қалай дұрыс диета ұстаймыз? Неге мән береміз? Сусыздану белгілері, қауіп қандай?»;

«Жиі кездесетін аурулардың қауіпті белгілері қандай?» – деген секілді сан түрлі сауалға дәрігер ретінде сенімді ақпарат көзін жинадым және дұрыс емдеу схемаларын қарастырдым.

Барлығын қазақ тілінде, қарапайым, бірақ ғылыми негізде түсіндіремін. Курстан шыққан ана сенімді, сабырлы және сауатты әрекет жасайтын болады.

– **«Сауатты массаж» деген нені білдіреді? Жас балаларға массаждың шын мәніндегі пайдасы қандай һәм оны кім, қашан, қалай жасауы керек?**

– Массаж деп сәбиді уқалауды ғана айтпаймыз, ол – жүйке, бұлшықет, қозғалыс, тіпті ішкі ағзаға әсер ететін емдік құрал. Сауатты массаж дәрігердің кеңесімен тағайындалады. Әр баланың жағдайына бейімделіп, массажбен қоса, ЛФК, фитбол жаттығулары да жасалады.

Мәселен, мойын бұлшықеттері әлсіз болса, баланың басын ұстау процесі кешігуі мүмкін. Қысық мойын, бала денесіндегі гипертонусың 4-5 айында да кетпеуі секілді жағдайлар кездеседі.

Массаж – осы тұста дамуды қолдау мақсатында қолданылады. Бірақ оны

дұрыс емес жасайтын болса, керісінше зиян келтіреді.

Мамандардан бөлек, әр ата-ана өз сәбиіне массаж жасап үйренсе, балаға бұл мол пайда әкеледі. Бала мен ана арасында байланыс нығаяды. Бала жатырқап жыламайды. Яғни эмоционалды күйзеліспен кездеспейді.

Ал «Сауатты массаж» курсына массаждың мақсатын, тиімді әдісін, қашан және не үшін жасалатынын түсінуді үшін, өздері сауатты түрде жасай алуы үшін барлық ақпарат қамтылған.

– **Иммунитет – бала денсаулығының негізі. Бірақ оны қалыптастыру жайлы пікірлер сан алуан. Иммунитетті табиғи жолмен күшейтудің тиімді әдістері туралы айтып беріңізші.**

– Иммунитет – бұл бір күнде қалыптаспайды. Ол – ана құрсағынан бастап қалыптасатын күрделі жүйе. Жаңа туған сәби үшін ана сүті – өмірдің алғашқы 6 айында ең мықты қорғаныш. Күн сайын таза ауа, күн сәулесі арқылы «Д» дәрумені түзіледі.

Ұйқы, тәртіп, тыныш орта, сондай-ақ қозғалыс пен ойын да иммунитетке әсер етеді. Баланы микробтан «қорғап» өсірудің қажеті жоқ. Оны өмірмен таныстырып, мейіріммен өсіру керек.

– **Әлеуметтік желідегі кеңестер мен көрші-қолаңнан еститін «халық емі» көп ананы шатастырады. Сіз педиатор ретінде жиі кезігетін, бірақ негізсіз, тіпті зиянды кеңестердің мысалын келтіре аласыз ба? Одан қалай сақтанған жөн?**

– Қазір кеңес көп, бірақ барлығына сену дұрыс емес. Солардың кең тараған түрлерін тарқата айта кетейін. «Сары май жақ, құйрық май жақ» дегенді жиі естіміз, бұл май терінің табиғи тепе-теңдігін бұзады.

Шөппен жуындыру. Бұл – аллергия, күйік, тітіркену тудырады;

Баланың аузын антисептиктермен сүрту. Бұл – ауыздың табиғи микрофлорасын бұзады.

Ата-ана әр кеңесті сүзгіден өткізуі керек. Қазіргі заманда ақпарат жеткілікті. Бірақ бастысы – дұрыс ақпарат. Сол үшін мен аналарға арналған курс жасап, сенімді жол көрсетуге тырысудамын.

– **Кейде баланың жылауы, мазасыздануы ата-анаға түсініксіз күйде өтеді. Бұл – баланың денсаулығы туралы белгі болуы мүмкін. Айтыңызшы, жаңа туған нәрестелердің тілін «оқи алу» үшін ата-ана нені білгені дұрыс? Қандай белгілер дәрігерге жүгінудің сигналы?**

– Нәресте сөйлей алмайды. Бірақ ол бізбен жылау, қозғалыс, бет-әлпет арқылы сөйлеседі. Сол «тілді» түсінуді – ананың басты міндеті.

Мәселен, сәбидің қарны ашқанын сору қимылдары, алақанын аузына салу қимылдары арқылы біле аламыз. Егер бала ауырсынуды сезсе, онда – аяғын ішіне тарту, қатты жылау әрекетінен байқаймыз. Шаршаса – көзін уқалап, мойнын айналдырады, ал егер ыстықтаса – тершең болып, мазасыздығын білдіреді.

Ал қашан дәрігерге жүгінуді керек?

– Бала тым көп ұйықтайды немесе керісінше көз ілмейді;

– Денесі босаң, әрекетсіз болса;

– Тамақ ішуден бас тартса;

– Дене қызуы, бөртпе, құсу, іш өту белгісі байқалса, дәрігерге хабарласу қажет.

Баланы бақылаңыз. Жылауды түсініңіз. Сонымен қатар шын уайым туғанда, өз бетінше әрекет жасамай, дәрігермен кеңескен жөн.

– **Сіздің тәжірибеңіз мындаған ата-анамен жұмыс істеуді қамтиды. Бұл – баға жетпес білім мен жүйелі жұмыстың жемісі. Жеке тәжірибеңізге сүйене отырып, бүгінгі қоғамда бала денсаулығын қорғау үшін қандай қағидалар қажет деп ойлайсыз?**

– Мен мындаған анамен жұмыс істедім. Бір дүние анық: сауатты ана – бала үшін ең үлкен қорғаушы.

Мына маңызды қағидаларды біліп жүріңіз: сұраудан қорықпаңыз. Білмеген ұят емес, сұрамаған – қауіпті. Дәлелді медицина – басты бағыт. Халық емі тек қосымша болуы мүмкін, бірақ негізгі ем емес. Өзіңізді күтіңіз. Бақытты ана – бақытты бала. Тәрбиені – махаббатпен, күтімді – біліммен жасайсыз. Әр ана – баласының алғашқы дәрігері. Ал менің миссиям – аналарды қолдау, сенімді жол көрсету.

– **Сұхбатыңызға рақмет!**

Нұршат НЫШАНОВА





1-бетте

Сексеуіл – Орталық Азияның шөлейт эко-жүйесіне тән, құм мен тұзға ерекше бейімделген бұта түрі. Ғалымдардың зерттеулері сексеуіл құмды тоқтатып, шөлдің кеңеюін баяулата алатынын көрсетті. Сондықтан Аралдың кеуіп қалған ұлан-байтақ табанында қолдан өсірілетін орманның негізгі ағаш түрі ретінде сексеуіл таңдалды. Оған қосымша жүзгін, жантақ, тораңғыл және эфедра сияқты шөлге төзімді бұталар мен шөптесін өсімдіктердің тұқымы себілуде.

Қазір бұл бастама мемлекеттік бағдарлама деңгейіне көтеріліп, ауқымды жұмыстар жүргізілуде. Мысалы, Қазақстанның Экология және табиғи ресурстар министрлігінің мәліметінше, 2021–2023 жылдары Арал теңізінің қазақстандық бөлігінде 544,5 мың гектар жерге сексеуіл тұқымы себіліп, көшеттер отырғызылған. Ал 2024 жылы қосымша 275 мың гектарға сексеуіл егу жоспарланып, жалпы орман алқабын 2025 жылға қарай 1,1 миллион гектарға жеткізу көзделген. Бұл бүгінгі цифр. Ал өткен күнге шолу жасағанмызда, соңғы 20 жылдан бері, тіпті одан да ерте уақыттан бері бұл жоба іске асып келеді. Ол деректер туралы сәл кейінірек тоқталамыз. Сол сияқты Өзбекстанда да ауқымды жұмыстар атқарылуда. 2018–2023 жылдары өзбек тарапында Арал табанының 1,7 миллион гектарына жуық аумақта сексеуіл және басқа да шөл өсімдіктері отырғызылды. Екі ел орман мелиорациясы бағытында тәжірибе алмасып, бірге жұмыс істеуде. Атап айтсақ, 2021 жылы қазақ және өзбек мамандары Арал теңізінің табанындағы сексеуіл егу тәжірибелерін бөлісіп, үйлестірілген шаралар атқаруға келіскен. Жобаны жүзеге асыруға БҰҰ Даму бағдарламасы, Дүниежүзілік банк, ГЭФ (Ғаламдық экологиялық қор), Халықаралық Аралды құтқару қоры (IFAS), GIZ (Германия), USAID (АҚШ), Корея орман қызметі секілді халықаралық ұйымдар қолдау көрсетуде. Бұл – жергілікті экологияны қалпына келтіруге ғаламдық қауымдастық та мүдделі екенінің белгісі.

Жобаның басты мақсаты – Арал теңізінің ұланғайыр құрғаған табанын мүмкіндігінше өсімдік жамылғысымен жабу арқылы экологиялық апаттың зардаптарын жеңілдету. Атап айтқанда, ұшып жатқан тұзды шаңның көзін тоқтату, шөлейттенген жерді қайта құнарландыру, жоғалған флора мен фауна түрлерін қайтаруға негіз жасау. Сондай-ақ осы «жасанды

нәтижесінде дауылдардың шаңды жиілігі мен қарқыны азаюда. Орман ағаштары атмосферадан көмірқышқыл



газын сіңіріп, оттегі бөліп, ауаның құрамын жақсартады. Ғылыми деректерге сәйкес, бір гектар сексеуіл орманы жылына 1,135 тонна СО₂ сіңіріп, 0,835 тонна оттегін бөліп шығарады. Ірі көлемде қолға алынған бұл жоба шөлейттенумен күресте табиғи тетіктерді пайдаланудың (яғни табиғатқа сүйенген шешімдердің) жарқын мысалы ретінде қарастырылып отыр.

Жоғарыда Арал ауданына сапар жасағанымыз туралы тілге тиек еттік. Арал ұлтанына қадам басканда мамандардан мұнда егілген сексеуілдің соңғы 20

сүйенсек, 2021 жылға дейін бұл аумаққа жалпы 188 825 гектар орман екпесі жасалған.

Ал 2002 жылдан 2024 жылға дейінгі аралықта жүзеге асқан жұмыстардың жиынтық көлемі 134 030 гектарды құрайды. Оның ішінде көшет отырғызу арқылы егілген аумақ 77 635 гектар болса, тұқым себу арқылы көгалдандырылған жер көлемі 56 395 гектарды құрады.

Бұл жұмыстар жергілікті бюджет есебінен де, халықаралық ұйымдар мен экологиялық қорлар арқылы да іске асқан. Атап айтқанда, жергілікті бюджет қаржысы есебінен 2006 жылдан бастап 2019 жылға дейінгі кезеңде Арал және Қазалы аудандарында көшетпен 15 600 гектар жер көгалдандырылған. Бұл

аралықта көшеттердің жерсінуді көрсеткіші жылына қарай 35 пайыздан 65 пайызға дейін құбылып отырған. Мысалы, 2006 жылы шығымдылық 65 пайызға жетсе, 2018 жылы бұл көрсеткіш 28–30 пайыз шамасында ғана тіркелген.

Тұқыммен себілген көлем бұл кезеңде 45 000 гектарға жетіп, оның орташа шығымдылығы 25–35 пайыз аралығында болған. 2013 жылы – 29–32 пайыз, 2014 жылы – 31–32 пайыз,

ал 2016 жылы – 27–28 пайыз аралығында жерсінгені көрсетілген. Халықаралық жобалар аясында да Арал табанын көгалдандыру

бағытында бірқатар жұмыс атқарылған. Мәселен, Германияның техникалық ынтымақтастық агенттігі (ГТЗ) арқылы 2007–2008 жылдары 1250 гектар жерге көшет отырғызылып, оның шығымдылығы 30–35 пайыз аралығында болған. Ал Дүниежүзілік даму банкі қаржыландырған жобалар аясында 2010 жылдан 2017 жылға дейінгі кезеңде 47 035 гектар аумаққа орман екпесі егілген. Оның ішінде 26 797 гектар жерге көшет отырғызылса, 10 295 гектар жерге тұқым себілген. Бұл жобадағы шығымдылық көрсеткіштері де біркелкі болмаған: кей аймақтарда 10–25 пайыз деңгейінде ғана сақталған. Сонымен қатар, Қазақстанның биоалуандығын сақтау қоры аясында жүзеге асқан Оңтүстік Корея жобасы бойынша 2021–2023 жылдары 13 300 гектар аумаққа сексеуіл көшеті отырғызылған. Алайда бұл жобадағы шығымдылық тым төмен. Кей бөліктерде небәрі 11–13 пайыз аралығында ғана болған.

Осылайша, соңғы жиырма жылдан астам уақытта Арал теңізінің құрғаған табанын көгалдандыру мақсатында ірі көлемдегі жұмыстар жүргізілді. Көшет отырғызу арқылы 77 635 гектар жер көгалдандырылып, ал тұқым арқылы 56 395 гектар аумақ қамтылған. Жалпы алғанда, бұл кезеңде жүзеге асқан орман мелиорациялық жұмыстардың жиынтық көлемі 134 030 гектарға жетіп отыр. Алайда бұл сандық көрсеткіштер жобаның тиімділігі

мен тұрақтылығын толыққанды сипаттап бере алмайды. Себебі егілген көшеттердің шынайы жерсінуді мен экожүйеге ұзақ мерзімді әсері жыл сайын әрқалай болып отыр. Деректер осылай дейді. Ал мамандар ше?

САРАПШЫЛАР НЕ ДЕЙДІ?

Арал теңізінің табанын көгалдандыру жобасының мақсаттары, ғылыми негіздемесі мен қаржылық тетіктері туралы толығырақ білу үшін біз ҚР Экология және табиғи ресурстар министрлігі Орман шаруашылығы және жануарлар дүниесі комитетіне қарасты Орман және өсімдіктер әлемін өндіру және пайдалану басқармасының бас сарапшысы Данабек Мейрамбекұлымен байланысқа шықтық. Салалық маман ретінде ол жобаның ұзақ мерзімді мақсаты Аралдың экологиялық апатын азайту, тұзды дауылдардың таралын тоқтату және шөлейтті аумақты табиғи тіршілікке бейімделген орман алқаптарына айналдыру екенін айтты. Маманның сөзінше, бір ғана сексеуіл түбі 10-нан 100 тоннаға дейін құмды ұстап тұру қабілетіне ие. 2021–2024 жылдар аралығында Арал теңізінің құрғаған табанында 475 мың гектарға орман тұқымдары себіліп, 197 мың гектарға табиғи өсуге ықпал ету шаралары жүргізілген. Бұл жұмыстар 1980-жылдары Қазақ орман шаруашылығы ғылыми-зерттеу институтының бастамасымен қолға алынған ғылыми жобаға негізделіп жүзеге асуда.

– Жобаға бөлінген қаржы көлемі де айтарлықтай. 2021–2023 жылдар аралығында республикалық және жергілікті бюджеттен 6,1 миллиард теңгеге жуық қаражат бөлінген. Қаржының жұмсалуды – орман отырғызу, тұқым себу, тасымалдау, еңбек ақы, іссапар және материалдық шығындарды өтеуге бағытталған. Қаражаттың мақсатты әрі тиімді игерілуін министрлік пен облыстық әкімдік өкілдері бақылап отыр. 2024 жылы республикалық бюджеттен қаржы қарастырылмағанымен, орман отырғызу жұмыстары «ҚазМұнайГаз», «Қазатом-өнеркәсіп» және «КАТКО» секілді ұлттық компаниялардың қолдауымен жалғасқан. 2025 жылға да қосымша инвесторлар тарту бойынша жұмыстар жүргізілуде, – деді сарапшы Данабек Алпамыс.

Айтуынша, бүгінде Арал орман

бұлақтар қазылып, резерваттық мәртебе беру бағытында 2025–2027 жылдарға жоспарланған «Арал орманы» атты табиғи қорық құру жұмыстары басталып кеткен.

Арал теңізінің құрғаған табанын орманға айналдыру жобасын ғылыми қауымдастық экожүйені қалпына келтірудің кешенді және кешіктіруге болмайтын тәсілі ретінде бағалап отыр. Қорқыт Ата атындағы Қызылорда университетінің «Су шаруашылығы және жерге орналастыру» білім беру бағдарламасы бойынша қауымдастырылған профессоры, техника ғылымдарының кандидаты Гүлнұр Далдабаеваның айтуынша, бұл бастама – тек экологиялық емес, сонымен қатар климаттық, географиялық, биологиялық және әлеуметтік маңызы бар жобалардың бірі. Ғалым Арал теңізінің ұлтаны – адам әрекетінен шөлге айналған ең ірі аймақтардың бірі екенін, ондағы топырақ құрылымының әркімді екенін айта келіп, сортаң жерлерге тікелей орман егілмегенімен, оларды шеткі орман белдеулерімен қоршап, дефляцияны тежеуге болатынын атап өтті.

– Сексеуіл, сарсазан, қара-барақ сияқты галофитті өсімдіктердің тамыр жүйесі жел мен тұз көшкіндерін бәсеңдетіп, микроклиматты тұрақтандыра алады. Бұл тек теория емес, 1980-жылдардан бері жүргізіліп келе жатқан халықаралық зерттеулермен дәлелденген. Соңғы жылдары геоақпараттық жүйелер мен спутниктік бақылау негізінде теңіз табанындағы құм жылжуы, топырақ тұздануы және эрозия үдерістері жүйелі зерттеліп келеді. Сонымен қатар, селекциялық тұрғыдан тұзға төзімді өсімдіктерді егу мен олардың өсу динамикасы туралы нақты ғылыми бақылаулар бар, – деді ол.

Ғалымның мәліметінше, сексеуіл орманы жел жылдамдығын 30–50 пайызға дейін төмендетіп, құм ұшуы мен эрозияны тежейді. Ал оның тамыр жүйесі 15 метр тереңдікке дейін жетіп, жер асты суларының тұзын жер бетіне көтерілуден сақтайды. Бұл процестер өз кезегінде егіншілік жерлердің өнімділігін арттыруға ықпал етеді. Жасыл желек желдің бағыты мен жылдамдығын өзгертіп, Сырдария бойындағы ауыл шаруашылығына жанама оң әсерін тигізуі мүмкін.

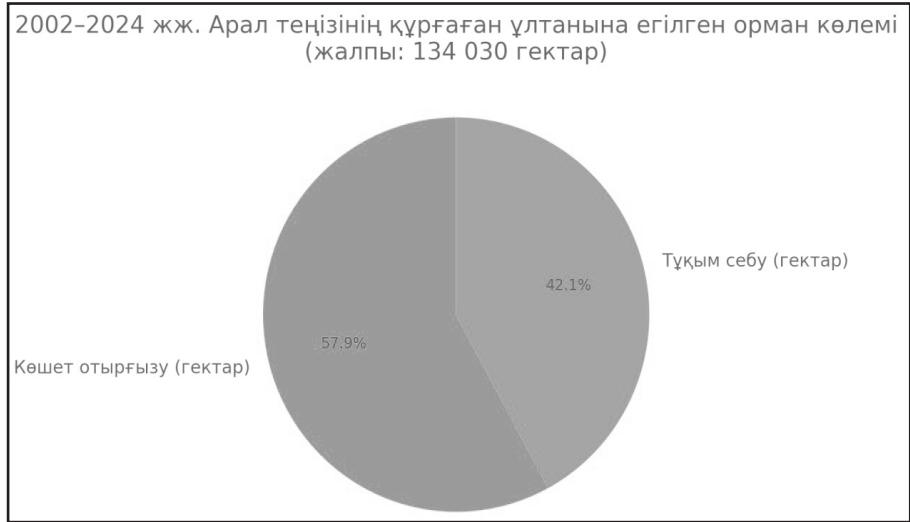
Диссертациялық жұмысында осы тақырыпты зерттеген



жобасы ғылыми сүйемелдеумен қатар, нақты экологиялық мониторингке де негізделген. Көктемгі және күзгі түгендеулер арқылы отырғызылған ағаштардың жерсінуді, топырақтың өзгерісі және фауна-флораның жандануы қадағаланады. Маманның айтуынша, бүгінде Арал табанындағы 371 мың гектар орманды алқап тіршілік ошағына айналып келеді. Онда сексеуіл мен сарсазан арасында кеміргіштер, жыландар, құстар мен қояндар, тіпті құландар да кездесіп жатыр. Мұндай жануарлар биоалуантүрлілікпен қатар топырақ қабатын қалыптастыруға да оң әсер етеді. Қазірдің өзінде аймақта

ғалым, фитомелиорация – яғни құрғаған табанды шөлге төзімді өсімдіктермен көгалдандыру әдісі – климаттық тұрақтылыққа, топырақ сапасын арттыруға және биологиялық әртүрлілікті жандандыруға нақты үлес қоса алатынын алға тартады. Бұл тек тұз шаңы мен құм көшкіндерін азайтуға ғана емес, сонымен қатар жергілікті жайылымдық әлеуетті қалпына келтіруге де жол ашады.

Ғылыми қауымдастық бұл жобаға негізінен қолдау білдіріп отыр. Отандас ғалымдармен қатар, әлемдік деңгейдегі зерттеушілер де бұл бастаманың нәтижелі болуына ғылыми үлес қосуда.



орман» өңірдің климаттық ахуалын жұмсартып, жергілікті халықтың өмір сүру сапасын арттырады деп күтілуде. Мысалы, сексеуіл отырғызылған алқаптарда желдің екпіні айтарлықтай төмендеп,

жылдағы саны қанша екенін сұрап көрдік.

2002 жылдан бастап Қызылорда облысы бойынша Арал теңізінің құрғаған ұлтанына сексеуіл егу жұмыстары кезең-кезеңімен жүргізіліп келеді. Ресми дерекке

КӨГАЛДАНДЫРУ БОЛА МА?

Мәселен, шөлге бейімделген өсімдіктердің биофилтрлік қасиеті – желмен таралатын тұзды шаңды ұстап қалу, микроклиматты реттеу және биоалуантүрлілікті арттыру – орман отырғызу арқылы шөлейттенуге қарсы тиімді тосқауыл бола алатынын көрсетіп отыр. Сондықтан бұл жоба табиғатты



қорғау саласындағы ұзақ мерзімді ғылыми негізделген шешім ретінде мойындалуда.

ШЕШІМ НЕДЕ?

Арал теңізі ұлтанындағы көгалдандыру жобасының келешегі тек жергілікті тәсілдермен шектелмеуі тиіс. Бүгінде Өзбекстан, Израиль және Қытай сияқты шөлейтті аймақтарда экологиялық тепе-теңдікті қалпына келтіру мақсатында кеңінен қолданылып жүрген тамшылатып суару, автоматтандырылған мелиорациялық жүйелер мен ақылды агротехнологияларды Арал жобасына бейімдеу – уақыт күттірмейтін қажеттілікке айналып отыр. Бұл әдістер көшеттердің жерсінуге көрсеткішін едәуір арттырып, ылғал тапшылығы бар аумақтарда өсімдіктердің өміршеңдігін қамтамасыз ете алады. Сондықтан

да алдағы уақытта халықаралық тәжірибелерді ғылыми негізде сараптап, оларды Арал жобасына енгізу жолдарын қарастыру – орман мелиорациясының жаңа сатыға көтерілуіне сеп болмақ.

Сонымен қатар, жобаның тиімді жүзеге асуы тек экологиялық тетікке емес, жергілікті билік пен орталық

тұрғызуға талпыныс жасалуда. Бұл әрекет – бір кездері табиғатқа келген зорлықтың орнын табиғаттың өз заңымен, төзімділігімен толтыру талпынысы. Ендеше бұл жай жоба емес – ұлттың табиғат алдындағы ұжданды әрекеті.

Жобаның нақты нәтижелері де жоқ емес. Арал аудандық әкімдігінің мәліметінше, 2021 жылдан бері Арал теңізінің құрғаған аумағында 790 мың гектардан астам жерге орман мелиорациясы жүргізілген. Оның ішінде тек 2021 жылы 1,8 миллион дана сексеуіл көшеті егілген. 2023 жылы 64 мың гектар, ал 2024 жылы 65 мың гектарға жуық аумақ көгалдандырылып, қатарынан бірнеше аудан қамтылған. Әлбетте, кей жылдары шығымдылық 4–9 пайыз деңгейінде ғана болғанымен, бұл – табиғаттың қатал жағдайында жүріп жатқан жұмыс. Ең бастысы – жоба жыл сайын ілгері басып келеді.

Жергілікті тұрғындар бұл бастаманың нақты игілігін сезіне бастады. Кезінде көзіне тұз бен



Әрине, алда ұзақ жылдарға созылатын күрделі міндеттер тұр. Бірақ Қытай мен Африка елдерінің шөлді өңірлерде орман өсіру тәжірибесі көрсеткендей, тұрақты қаржыландыру, ғылыми негізделген агротехнологиялар, жергілікті халықтың қатысуы және халықаралық әріптестік бұл жобаны нәтижелі етуге мүмкіндік береді.

Арал теңізінің құрғаған табанына жету – аса күрделі әрі төтенше дайындықты талап ететін іс. Себебі бұл аймаққа апарар көлік жолдары жоқтың қасы. Ал жоба нысандарына жету үшін арнайы техника мен жолсызбен жүруге бейімделген көліктер қажет. Осы себепті жобаның жүзеге асу барысына жасалатын мониторинг те шынайы және тұрақты деңгейде жүргізіліп отыр деп айту қиын.

Мәселен, кей жағдайда сападан бұрын санға жұмыс істейтін мердігерлер мен тапсырыс орындаушылар, егілген көшеттердің шығымдылығы мен жерсінуге

мерзімді тиімділігіне көлеңке түсіруі мүмкін.

Осы ретте облыстық әкімдік пен орталық атқарушы органдар бұл мәселені қаперге алып, Арал



Сапар барысында даярланған бейнежазбаны QR арқылы көре аласыз

жобасының сапалы жүзеге асуына арналған арнайы мониторингтік топтың жұмысын жүйелі түрде жандандыруы қажет. Бұл топ тек есепке емес, нақты нәтиже мен жердегі жағдайға негізделген бақылау жүргізуі керек. Сонда ғана жоба шынайы серпін алып, табиғи тепе-теңдікті қалпына келтіру жолындағы игі бастамалар бос уәдеге айналмай, нақты экологиялық жаңғыруға ұласады. Шешім – сол.

Еңбастысы – бұл жоба табиғатты қалпына келтірудің үлгісін жасауға бағытталған. Жоба әлі толық нәтижесін берген жоқ. Бірақ оның алғашқы нәтижелері мен қоғамның үн қосуы – бұл бағыттың тиімді әрі үмітті екенін аңғартады. Аралды орманмен қайтару – адам мен табиғат арасындағы жаңа сенімнің бастауы болмақ.

Азамат АБИМОЛДА

Бұл материал шешім журналистикасы жанрында Solutions Journalism Lab II жобасы аясында дайындалған және автордың жеке көзқарасын білдіреді



шаң кіріп, жел өтінде жүрген жұрт енді көлеңке, жұмыс және тыныс тапқандай. Бұл – табиғатпен күресу емес, табиғатпен келісу жолы. Әрбір егілген сексеуіл – бұрынғы апаттың орнын толтырар үміттің тамыры іспеттес.

немқұрайды қарап, тек формалды есеппен шектеліп жатады. Бұл – табиғатпен жұмыс істейтін жоба үшін аса қауіпті үрдіс. Салдарынан нақты нәтиже бермейтін, бірақ есепте «орындалған» болып көрінетін жұмыстар көбейіп, жобаның ұзақ



Ақтөбе қаласында XI халықаралық «Айбын» әскери-патриоттық жастар жиыны өтті. Шет елдерден және еліміздің түкпір-түкпірінен келген үздік жас патриоттар өзара күш сынасып, ептілік пен білім деңгейін сараптады.

Сайысқа қатысушы 20 команда 8 кезең бойынша сынға түсті. Аталған жарысқа аймақтан аттанған «Сыр айбыны» командасы да үздік өнер көрсетіп, жалпы есепте төртінкті түйіндеді. Бұл туралы «Қызылорда облысының жастар Одақтары» қоғамдық бірлестігінің төрағасы Жасұлан Алдабергенов, «Жас сарбаз» жасөспірімдер әскери-патриоттық қозғалысының Қызылорда облыстық филиалының төрағасы Жасұлан Жаңабай және

«Сыр айбыны» командасының жас сарбазы Расул Ниетулла айтты.

– «Айбын» әскери-патриоттық жастар жиыны жыл сайын дәстүрлі түрде жоғары деңгейде ұйымдастырылып келеді. Бұл – жасөспірімдердің патриоттық рухын оятып, әскери дайындықпен тәртіпке баулитын маңызды алаң. Қызылорда облысынан қатысқан командалар әр жылдары үздік нәтиже көрсетіп, жеңіс тұғырынан көрініп жүр. Биылғы көрсеткіш те жаман емес –

ӘСКЕРИ-ПАТРИОТТЫҚ ЖАСТАР ЖИЫНЫ ҚОРЫТЫНДЫЛАНДЫ

«Сыр айбыны» командасы барлық кезеңдерден сүрінбей өтіп, төртінші орынды иеленді. Бұл – үлкен еңбек пен дайындықтың жемісі. Алдағы уақытта жас сарбаздарымыз бұдан да жоғары нәтижеге жететініне сенімдімін, – деді Жасұлан Нұрланбекұлы.

– Осындай деңгейдегі жарыстардың маңызы өте зор. Бұл – жастарды отансүйгіштікке, тәртіпке, ұйымшылдыққа тәрбиелейтін, олардың бойында жауынгерлік рухты қалыптастыратын бірегей алаң. «Айбын» жиынына

дайындық жұмыстары сайыс басталады дегеннен-ақ қолға алынды. Команданың әрбір мүшесі жауапкершілікпен қарап, тынымсыз дайындалды. Нәтижесінде, «Сыр айбындары» командасы әскери кросс жарысында жалпы командалық есепте 3-орынға ие болды. Жастарымыздың бойындағы ерік-жігер мен намыс бізге келешекте бұдан да биік белестерді бағындыруға сенім береді, – деді Жасұлан Бақытжанұлы.

Ал автомат шашу жарысында жерлесіміз Расул Ниетулла шапшандық

танытып, 60 қатысушының ішінен бірінші орынды иеленді.

– Бұл жарысқа үлкен жауапкершілікпен дайындалдым. Әр жаттығуда шапшандыққа мән бердік. Қарсыластар осал болмады, бірақ өзіме сенімді болдым. 60 қатысушының ішінен топ жарып, бірінші орын алғанымға қуаныштымын. Бұл – мен үшін үлкен тәжірибе. Болашақта өрт сөндіруші болғым келеді. Елге, халыққа пайдасы тиетін мамандық иесі болу арманым, – деді Расул Ниетулла.

«АЖ» ақпарат



САНАҚ САЛАНЫҢ ДАМУЫНА ДЕМ БЕРЕДІ



Ұлттық статистика бюросының Қызылорда облысы бойынша департамент басшысы Қайрат Әбсұлтановпен сұхбат.

– Қайрат Байғабылұлы, биыл өткізілді тиіс ауыл шаруашылығы санағы туралы толығырақ білсек...

– Қазақстан Республикасы Президентінің тапсырмасы мен Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2023 жылғы 29 желтоқсандағы «Ұлттық ауыл шаруашылығы санағын өткізу туралы» №1248 қаулысы негізінде аймағымызда Ұлттық ауыл шаруашылығы санағы 2025 жылдың 1 тамызы мен 20 қазаны аралығында өтеді деп жоспарланған.

Ауыл шаруашылығы санағы – еліміздің аграрлық секторын зерттеп, осы саладағы негізгі мәселелерді анықтауға мүмкіндік беретін ауқымды статистикалық шара. Саланың құрылымы, ресурстары және жағдайы нақты бағаланып, еліміздің аграрлық болашағына үлкен септігін тигізеді.

– Санақта шаруашылықпен айналысатын қандай топтар қамтылады?

– Ауыл шаруашылығы санағына мал шаруашылығы, өсімдік және балық шаруашылығы саласында қызмет жасайтын 11 мыңға жуық шаруа немесе фермер қожалықтары, заңды тұлғалар мен жеке кәсіпкерлер қатысады. Сондай-ақ 89 мыңнан аса жеке қосалқы шаруашылық жүргізу үшін жер учаскелері бар және мал ұстайтын (бақшасы бар, өздері үшін төрт түлік ұстайтын, құс өсіретіндер) үй шаруашылықтары да қамтылады.

– Санақтың өту тәртібіне тоқталып өтсеңіз...

– Санақ екі кезеңнен тұрады. Бірінші кезең – онлайн сауалнама, 2025 жылдың 1-31 тамыз аралығында sapaq.gov.kz порталында өтеді. Сауалнама кезеңінде заңды тұлғалар, фермерлер, жеке кәсіпкерлер және басқа да ауыл шаруашылығы саласымен айналысатын кәсіпорындар сауалнаманы өз бетінше онлайн режимінде санақтың сауалдарына жауап беру арқылы тапсыра алады. Онлайн сауалнама жинақтау

жұмыстарының тиімділігін және деректердің сапасын арттыруға мүмкіндік береді.

Екінші кезең – 2025 жылдың 20 қыркүйек – 20 қазан аралығында интервьюерлердің жаппай үй шаруашылықтарын аралау арқылы сауалнама жүргізуімен жүзеге асырылады. Бұл кезеңде онлайн сауалнаманы толтырмаған ауыл тұрғындары мен фермерлерге де сауалнама жүргізіледі.

Сондай-ақ онлайн сауалнаманы толтыру кезінде сұрақтар туындаса, sapaq-murza деп аталатын виртуалды көмекші арқылы жауап алуға болады. Сонымен қатар, 1446 нөмірі бойынша біздің байланыс орталығына хабарласа алады. Байланыс орталығы сауалнамаға қатысты барлық сұрақтарға жауап беруге дайын.

– Санақ жұмыстарына кімдер тартылады?

– Санақ жұмыстарына жалпы 240-қа тарта нұсқаушы мен интервьюер уақытша жұмысқа тартылады. Ауыл шаруашылығы санағының символикасы бар бейсболка, жамылғысы, портфель және QR коды бар куәлік болады. Бұл QR код арқылы интервьюердің ресми қызметкер екенін тексеруге мүмкіндік береді.

– Санақтан қандай нәтижелер күтуге болады?

– Ауыл шаруашылығы санағы – аграрлық сектордың жай-күйі туралы

шынайы және жан-жақты ақпараттың негізгі көзі. Ол егін алқаптары, мал басы, шаруашылықтардың құрылымы, материалдық-техникалық жарактандыру деңгейі, еңбек ресурстары туралы деректерді ұсынады, бұл аграрлық сектордың әлеуетін жан-жақты бағалауға мүмкіндік береді. Санақ нәтижелері мемлекеттік ресурстарды тиімді бөлу және тұрақты агроөнеркәсіптік саясатын қалыптастыру мақсатында маңызды шешімдерді қабылдау үшін қажет.

– Санақтың қорытынды мәліметтері қашан жарияланады?

– Іс-шаралар жоспарына сәйкес санақтың қысқаша қорытындылары 2025 жылдың желтоқсанында жоспарланған. Ал толық қорытынды мәліметтері 2026 жылы Ұлттық статистика бюросының сайтында көпшілікке ұсынылатын болады.

– Сөз соңында оқырмандарға айтар ұсыныс-пікіріңіз болса...

– Азаматтардың белсенділігі мен шынайы жауаптары – сапалы деректер алудың негізі. Сондықтан шынайы әрі нақты ақпарат еліміздің аграрлық секторын дамытуға зор ықпал ететіні сөзсіз. Барлық азаматтарды стратегиялық маңызы зор шараға белсенді түрде қатысуға шақырамын.

Өңгімелескен Дәуіржан ЕЛУБАЕВ, «Сыр бойы»

Осыдан 40 жыл бұрынғы жан айқайым еді. Қандуыз қылыштың аузында тұрған жоқ па? Не боп кетті заман-ай...

Аппақ шәлі екі рет дақ тамыпты, Ажал мылтық екі рет оқталыпты. Ұлы Отанды қорғауға менің атам, Екі рет қан майданға аттаныпты.

Екі рет қан майданға аттаныпты, Әділет аралында ақталыпты. Екі рет бас көтерген жауыз соғыс, Екі рет мәңгілікке сотталыпты.

Ядролық қару ма? Қара жерге түнетпендер! Өмір жібек, ағайын, жүн етпендер! Тіршіліктің тажалы сұм соғысқа Қасиетті Жер Ананы құл етпендер!

Ана құндақ жүрмесін бос көтеріп, Мас кателік болмасын бос кателік! Мәңгілікке көз жұмған жауыз соғыс, Үшінші рет жүрмесін бас көтеріп!

Онталап НҮРМАХАНОВ



Күй атасы – Құрманғазы

Заман үнін, зарын, мұңын толғаған, Күйлері бар ұрпағына жолдаған. Күй әлемі пайда болды ғажайып, Асқан күйші бұрын-соңды болмаған.

Тыңдар болсаң күйлерін эз бабамның, Тебіrentкен жанын ғазиз жаранның. Толқытқан бұл түпсіз терең, тұңғыиық, Таңғажайып тылсым сыры даламның.

Жайлаған ел асау Жайық жағасын, Жалғап жатқан екі елдің арасын. «Сарыарқа» ойналғанда гимндей, Еске алам қазақтың кең даласын!

Жырақ жаққа алыс кетіп барасың, Туған жердей жұмақ қайдан табасың? Сағыныштың төгіледі жасы боп, «Қайран шешем» сағынғанда анасын.

Естілгенде «Балбырауын» түрмеден, Тыңшыларың тың тындайды іргеден. Астаң-кестең тұр алапат дүние, Адамзатты азаттыққа үндеген.

Бастаушы боп Исатайым жорықты, Махамбетім қостап атқа қоныпты. Ерліктері «Адай» болып өріліп, Қос бағырым ел есінде қалыпты.

Ағыл-тегіл арнасына сыймаған, Кеудесі бір күмбірлеген күй-ғалам. Үлкен үміт күтіп шәкірт Динадан, Күй атасы домбырасын сыйлаған.

Танытқан күй құдіретін ғаламат, Құрманғазы ел мен жерді аралап. Асқақтатқан қазағымның өнерін, Халқымызға болып қалған аманат!

Еңлік МЫРЗАХМЕТОВА

Бүгінгі бала асық ойнамайды. Ата-әжеңің ертегісін тыңдап, түрлі суретті ойын да құрастырмайды. Оған қоса қыстың үш айында ақ ұлла қардан аққала соғып, шамамен сырғанайтын бүлдіршінді көру екіталай. Қалалық жер былай тұрсын, ауылдың қара домалағының өзі кеш батқанша далада жүріп, доп тебугі қаламайды. Басты себеп – бүгінгі технология. Яғни, ғаламтор мен ұялы телефон. Көпке топырақ шашпаймыз, бірақ аксиат – осы.

XXI ғасыр өзімен бірге түрлі жаңашылдық ала келді. Қазір еңбектеген баладан еңкейген қарияға дейін таңнан кешке дейін уақыт аралығында заманауи гаджеттерге телміреді. Бірі – жанаалық оқиды, екіншісі – әлеуметтік желінің шырмауында. Бүгінде әр секунд сайын телефонға үнілу, танды желіні актарумен қарсы алу әдетке айналды. Бір жағынан, бұның зияны жоқтай көрінеді. Керісінше, пайдасы басым сияқты. Иә, жаңа технология қатер төндіретін дүние емес. Бірақ оны қандай уақытта қолдану керек? Мәселе – сонда...

Ғаламтор – бүкіләлемдік ақпараттық коммуникативті байланыс құралы. Ол алыс пен жақынды тез арада байланыстырып, керек жанаалықтың көзі бола алады. Ғаламтор арқылы білім көзжіегін кеңейтіп, түрлі пайдалы ақпаратқа бір демнен қол жеткізуге болады. Қарап отырсаңыз, зияны жоқ таптырмайтын дүние. Десе де, оны уақытымен, орнымен пайдаланғанда ғана зияны жоқ. Бірақ қазір оны уақытымен, керегінде ғана қолданатын адам некен-саяқ. Әдет пе, әлде ермек пе, әйтеуір, әр секунд сайын ұялы телефонға шұқшиғандарды жиі көретін болдық. Осы шырмаудың қақпанына түскеннің көбі іс-әрекетін ерсі көрмейді. Тіпті, бұл – нәпәқа табудың көзі дейтіндер баршылық. Дегенмен ғаламторға тәуелділікке

ғалымдар мен мамандар наразылық танытуда. Мәселен, британдық парламент өкілдерінің бір тобы ғаламторға, оның ішінде әлеуметтік желіге тәуелділікті аурудың қатарына жатқызу керекін атап өткен. Арнайы жүргізілген зерттеу нәтижесі бойынша, әлеуметтік желінің әсері депрессия, алаңдаушылық, сенімсіздік және ұйқының нашарлауын туындатқаны анықталған.



Айта кетерлігі, бұл тәуелділік XXI ғасырдың басынан-ақ көптеген елде кең көлемде зерттеле бастады. Ал медицина мамандарының арасында бұл тәуелділіктің психологиялық ауру қатарында болу-болмауы бойынша ортақ мәміле жоқ. Дәрігерлердің айтуынша, «ғаламторға тәуелділік» жүйкелік ауытқу деп есептелмейді. Мәселен, АҚШ пен Орталық Азия елдерінде ғаламторға тәуелділік ресми психикалық бұзылулардың тізімінде және қайта қарауды қажет ететін аурулардың халықаралық жүйесінде жоқ. Дегенмен аталған тәуелділік көптеген елде ауру болып есептеледі. Олардың қатарында – Австралия, Италия, Жапония, Қытай, Оңтүстік Корея, Тайвань және Үндістан елдері бар.

Ал Veracios статистикалық компаниясының дерегіне сүйенетін болсақ, 2025 жылға дейін ғаламторға тәуелділіктен бірнеше миллиард адам зардап шегетін көрінеді. Бұл тұжырымға желідегі қолданушылар санының жыл сайын күрт артуы және ғаламторды пайдалану уақытының шектен тыс өсуі әсер еткен.

Әр нәрсенің ақ пен қарасы болады. Ғаламтордың жақсы жағы айтпаса да белгілі, ал оның зияны

табиғат аясында көп серуендеу. Бос уақытта шығармашылықпен айналысып, тәуелділіктен арылуға болады екен. Иә, қазір ғаламторсыз жұмыс істеу мүмкін емес. Десе де, оны пайдаланған соң көзге арналған жаттығуды қолға алған жөн. Бос уақытта смартфонға телмірмей, өзіңізге жақын дүниені айналысыңыз. Ол мидың да тынығуына септігін тигізеді.

Бір өкініштісі, бүгінгі кішкентай баланың өзі – осы бір ғаламтордың шырмауында. Олар – «YouTube»-тағы «Мальчик-пальчик», «Свинка Пеппа» және тағы басқаларын тамашалайды. Оларда тәрбиелік мән немесе көз қызықтыратын анимация жоқ. Дейтұрғанмен бәрі көреді. Бұған ата-ана: «Бермесен жылайды, ашуланады» деп қысқаша жауап қайырады.

– Менің екі балам бар. Біреуі – бесте, екіншісі екіден асты. Жұмыс уақытында, шынымен де, телефонды қолдарына өз еркіммен беремін. Себебі, қызметтің есеп-қисабы бар, одан қалса үйдің тіршілігі бар. Осының бәріне үлгеруім керек. Бастапқыда балаларым телефонды көп қолданатын, оған мән бере бермейтінмін. Кейін көздері қызырып, бастары ауыра бастады. Тіпті бойларынан агрессияны, себепсіз ашушандықты байқадым. Содан уақыт шектеудің қойдым. Қазір қызым телефонды мүлдем пайдаланбайды. Далада ойнағанды ұнатады. Ал ұлым телефоннан әлі бастартпайды. Десе де, бүгінгі лимиттің бітті дегенде өшіреді, – дейді жас ана Айгүл Сегізбаева.

Ата-ананың дер кезінде қамданып, баланың денсаулығына мән бергені дұрыс-ақ. Себебі, бүгінгі жеткіншек – ертенгі ел үміті. Оның шектен тыс ашушан болуы немесе жастайынан тәуелді болуының арты жақсылыққа әкеле қоймасы анық. Осыны ескеріп, ғаламдық желіні тек уақытымен пайдалануды қолға алсақ құба-құп.

Жандосбек МАХМҰДБЕКҰЛЫ

ДОСТЫҚТЫҢ КҮШІН ТҮСІНУ: АДАМ ӨМІРІНДЕГІ МАҢЫЗЫ

Достық – адам өмірінің ең маңызды және мәнді құндылықтарының бірі. Ол адамды қиыншылықтардан алып шығып, өмірін жарқын әрі мағыналы етуге көмектеседі. Достықтың мәні тек сөзде емес, адамның өмірінде әр қадамы мен шешімінде көрінеді. Әр адамның өмірінде шынайы достардың болуы – үлкен бақыт, өйткені достық – бұл тек қарым-қатынас емес, ол сенім, түсіністік, бір-біріне көмек көрсету мен қолдау көрсету. Қазақтың ұлы ойшылы Абай Құнанбаевтың айтуынша: «Досы көппен қоштасып, досы жоқпен дос болыспа» – бұл сөз достықтың маңызын айқындайды, өйткені шынайы дос тек адал, нағыз жүрекпен болатын адам.

Достықтың күшін түсіну үшін, ең алдымен, оның адам өміріндегі ролін бағалау қажет. Дос – бұл сенің өмірінде кез келген сәтте, қиындықта, қуанышта жаныңнан табылатын адам. Ол тек өз пікірін айту үшін емес, ең алдымен, саған қолдау көрсету үшін асығады. «Досыңа қиын кезде жәрдем ет, себебі ол сені ауыртпалықтан құтқарушы» деген нақыл сөз достықтың маңыздылығын нақты көрсетеді.

Адамның өз өмірінде достарына деген көзқарасы мен қарым-қатынасы оның тұлғалық дамуына әсер етеді. Шынайы достар – сенің кемшіліктеріңді көрсететін, бірақ сол уақытта сенің өзінді жақсартуға деген ұмтылысыңды қолдайтын адамдар. Олар саған ақыл-кеңестер береді, жақсы жолға бағыттайды, әртүрлі жағдайларда дұрыс шешім қабылдауға көмектеседі. Адам досы арқылы өмірдің түрлі қырларын, қиындықтарды жеңу жолдарын үйренеді.

Кез келген адам баласының жан дүниесін түсінетін, оның қайғысына ортақ болатын достар өмірдегі ең үлкен байлыққа тең. Қиын кезеңдерде достардың болуы адамның рухани әлемін сақтап қалуға көмектеседі. Адам жалғыздықты сезініп, қиын сәттерде басқалардан қолдау таппаған кезде өзінің қуаныс екенін сезінуі мүмкін. Бірақ шынайы дос жаныңа жылулық пен сенімділік әкеледі, оған жүгініп, өз ойларын еркін айтуға болады. Махмұд Қашқари: «Жақсы дос – жанның араласқан әлемі» деп, достықтың адамның ішкі әлемін қалай байытатынын атап өтеді.

Қиыншылықтар мен сынақтар достықты сынайтын сәттер. Дос, егер шынайы болса, сені қиын уақытта тастап кетпейді, керісінше, қолынан келгенше көмектеседі. «Қиын кезеңдерде досыңды таны» дегендей, нағыз достық тек сынақтардан кейін

шыңдалады. Осындай сәттерде достар бір-біріне күш-жігер беріп, бірге жеңіске жетуіе ұмтылады.

Достықтың адамның жан дүниесіне және психологиясына да үлкен әсері бар. Шынайы достардың қасында болу адамның өзін-өзі жақсы сезінуіне көмектеседі, оның ішкі жан дүниесі тыныштық пен гармонияға толады. Өзара сенім мен түсіністік орнаған кезде адам өз ісіне сенімді болады. Жоғарыдағы сөздерді басшылыққа ала отырып, достық тек адам үшін моральдық тұрғыдан ғана емес, сонымен қатар рухани тұрғыдан да пайдалы.

Қазіргі таңда адамдар арасындағы қайшылықтың артуы, бір-біріне деген түсіністіктің азаюы достықтың күшіне нұқсан келтіруде. Бірақ, шынайы достық дегеніміз тек уақытша байланыс емес, ол адамның өміріндегі тұрақты, ұзақ мерзімді құндылық. Қазіргі кезде достықтың маңызы

өте жоғары. Жоғары қылдамдықта өмір сүріп, ақпараттың көптігінен адасып кететін адамдар үшін достар маңызды болып қалады. «Досыңа шын ниетпен көмек ет, себебі ол саған өмірде қиындықтарда ерқашан қолдау көрсетеді» деген сөздер әрқайсымызға досымыздың қандай адам болуы керектігін үйретеді. Досқа деген шынайы қатынас адамның өз ішкі әлемін де өзгертеті, оның болашағын жарқын етеді.

Адамның өз айналасындағы достарымен қарым-қатынасы оның моральдық дамуына әсер етіп, өмірдің мәнін түсінуге көмектеседі. Ойшылардың көптеген сөздерінде достықтың ролі ерекше аталады. Әл-Фараби: «Досың сені көтеретін адам болуы тиіс» деп достың адам өміріндегі маңызын ашып көрсетеді. Достық – бұл тек жеке адам үшін ғана емес, қоғам үшін де маңызды. Бір-бірін түсінетін және қолдайтын адамдар қоғамда өзара сенім мен бейбітшілікті қалыптастырады. Әр адам достарынан көп нәрсе үйреніп, олармен үнемі дамып, өзгеріп отырады.

Достық – бұл адам өміріндегі ең маңызды қатынастардың бірі. Ол өмірдің қиын сәттерінде адамның рухани тірегі бола алады, адамның жан дүниесіне тыныштық әкеледі және өзін-өзі тануға көмектеседі. Достықтың күшін түсініп, оны бағалау – әр адамның өмірін толыққанды әрі мағыналы етуге жол ашады.

Гүлсезім ЖҰМАҒҰЛ

Қосымша білім беру оқу-әдістемелік орталығы жас тілші үйірмесінің оқушысы





– Өзім Фаризаның тұрақты оқырманымын. Күнделік дайындалып жатқанда автор оны екі ай жарнамалады. Тапсырыс берушілер арасында ұтысқа көлік тіккені де есімде. Жалпы тауар екі нұсқада, яғни жеке күнделік және арнайы жинақталған қорап түрінде сатылымға шықты. Қораптағы нұсқасында қателеспесем күнделікпен қоса мотивациялық жапсырмалар, майшам және қалам-сап бар еді.

Сатылым ашылған күні алғашқылардың бірі болып 8990 теңге тұратын күнделіктің өзіне тапсырыс бердім. Мұқабасы жыртылып келді. Қызығы, қолыма тигенше асыққан сол күнделікке ештеңе жазбадым. Автордың өзі айтқандай жақсы нәрсені жоспарлау үшін ішінде нұсқаулық бар деп ойлады. Ал шындығында бабалардың бағзыдан келе жатқан даналық сөзін әрбір бетінің бұрышына жазып өте шыққан. Басқа ештеңе жоқ. Үлкен бір өзгеріске жетелейтін ерекше дүние күткен едім. Ойымдағыдай болмады. Күнделік ештеңе жазылмаған, таза күйінде тұрып-ақ тозды, – дейді Сәуле Жаханова.

Бүгінде өз қабілетін сан салада сынап жүргендердің бірі Айжұлдыз Адайбекова. Актриса һәм блогердің авторлық жобасы атанған «Sezarr» өзін-өзі бағдарламалау күнделігі көптің қызығушылығын туғызды. Құны 29 990 теңгеге бағаланған тауарды тұтынушы жерлестеріміздің біріне сауал жолдаған едік.

– Күнделікке өткен жылы, қыркүйек айының аяғында тапсырыс бердім. Техникалық ақауларға байланысты, тауар екі ай кешіктіріп жеткізілді. Ізінше ksp.kz қосымшасында да сатылымға шықты. Маркетингтің жиі құрбаны болатындардың бірі мен едім. Бірақ бұл жолы қорап ішіндегі барлық өнім көңілімнен шықты. Айжұлдыз сапаға мән бергені байқалады. Күнделігінен бөлек ондағы футболканы тастамай киіп жүрмін. Майшамының иісі бөлек. Теңіз бақалшығы да жаныңа тыныштық сыйлайды. Ал күнделікке келер болсақ, біздің кешкен сезімдерді, тіпті депрессияның өзін құнсыздандырмауға үндейді. Расымен ой-санама үлкен өзгеріс енгізді, – дейді Зарина Муаткызы.

Иә, бүгінде әлеуметтік желіде танымал адамдар ұсынған түрлі күнделіктер мен мотивациялық курстар трендке айналды. Күнделік парақтарында – түрлі тапсырмалар, күн сайынғы жоспарлар, ойтолғауға арналған сұрақтар мен стикерлер. Бағасы да арзан емес. Бірақ блогерлердің жасаған күнделігін сатып алмай, тіпті одан да мағыналы күнделікті әркім өзі

құрастырып, жүргізе алатынын айтқымыз келеді. Күнделік – адамның ішкі әлемін реттеп, ойын жүйелеп, уақытын тиімді басқаруға көмектесетін құрал. Оны тұрақты жүргізу арқылы күн тәртібінді жүйелеуге, мақсаттарынды нақтылауға, өзіңді терең тануға, ішкі күйзелісті жеңілдетуге, шабыт пен мотивацияны арттыруға қол жеткізесіз.

Кейбір танымал тұлғалардың туынды күнделіктері шабыттандыруы мүмкін. Бірақ олардың ішінде бізге сай келмейтін жаттанды тапсырмалар

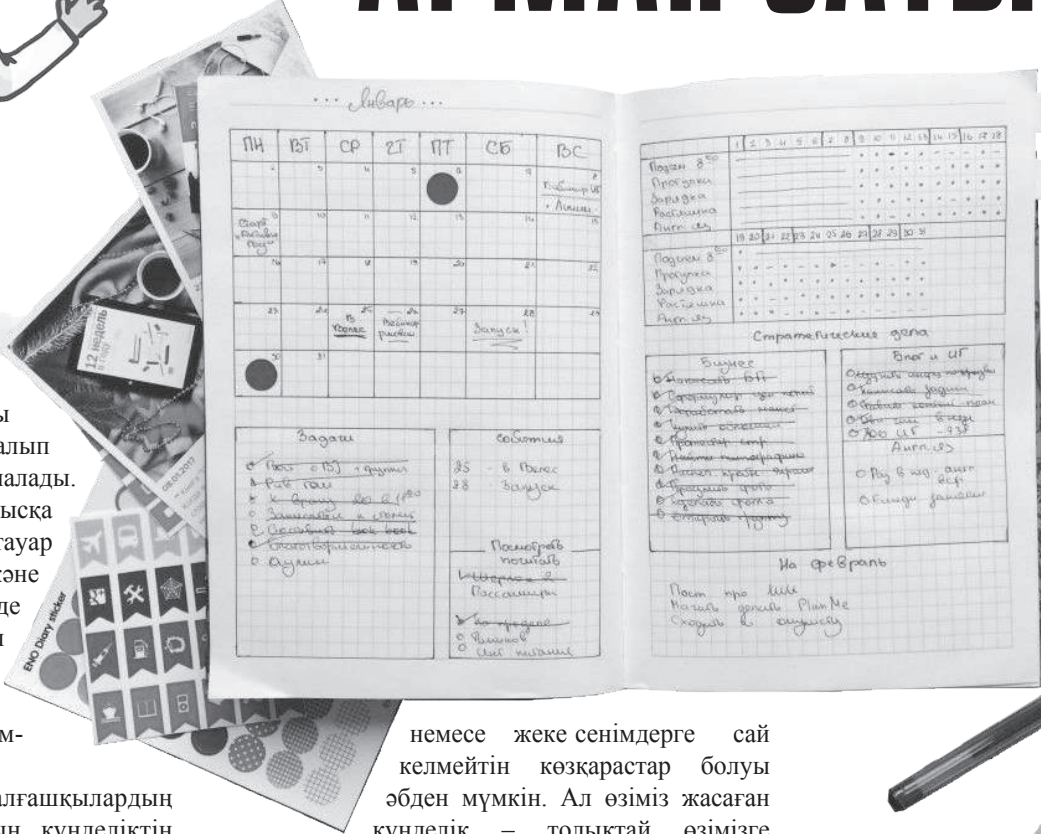
Бұл әдістің психологиялық негізі бар, бірақ ол картаны жай ғана сатып алып, қабырғаға іліп қоюмен мақсат орындала қалмайды. Ол тек әрекетпен толықтырылғанда ғана нәтиже береді. Яғни, ол – мотивациялық құрал, бірақ жұмысты сен үшін істемейді.

Мерей Әбілова секілді танымал блогерлер дайындаған карталарда әдемі суреттер, ұтымды фразалар, эстетика бар. Алайда арманымызды біреу әсемдеп, жоспарлап бергенімен ол біздің

алтын жалатылған. Өнер жұлдызының айтуынша әшекей терең мағынаға ие көрінеді.

– Мен сіздер үшін үлгімін. Мен бірден Ерке Есмахан болып кеткенім жоқ. Жетістіктерімнің ешбірі оңай келген жоқ. Ауылда, қарапайым отбасында туып-өстім. Алла берген талантымның арқасында өнерге келдім. Жеке өмірімнің әртүрлі сынақтан өткенін білесіздер. Өмірімде баланс болмады. Ақша болса әйел бақыты болмады. Сол кездегі менің көңіл

АРМАН САТЫП АЛЫНБАЙДЫ...



немесе жеке сенімдерге сай келмейтін көзқарастар болуы әбден мүмкін. Ал өзіміз жасаған күнделік – толықтай өзімізге арналады. Ол жерде шынайы өміріміз, уайым, қуаныш, үмітіміз бен арман-қиялымыз жүреді. Күнделік жүргізу сен үшін емес, жан үшін керек. Танымал адамның авторлық өнімін сатып алу дұрыс па, әлде өз қолыңмен ішкі әлеміңді тануға ұмтылған дұрыс па – бұл әр адамның өз таңдауы. Бірақ бір нәрсе анық: нағыз құнды күнделік – өзің жасаған, өзің үшін жазған күнделік болып қала бермек.

Кейінгі уақытта жастар желі жұлдыздарының «армандар картасын» сатып алып, одан ерекше бір сиқыр күткендей күйде жүреді. Соның ішінде Мерей Әбілованың армандар картасы бар. Құны 9990 теңге тұратын қорап ішінде арман картасынан бөлек стикерлер, нақтырақ шығармашылық, махаббат, отбасы, денсаулық, байлық, мансап, саяхат жапсырмалары кіреді. Бірі бұл істі жалған көрсе, енді бірі шындыққа айналғанын алға тартады.

– Бастапқыда жарнамасын жиі байқаған соң, мен де қызығып сатып алдым. Әдемі безендірілген, ішінде мотивациялық сөздер жазылған парақшалар бар. Бірақ қолыма тигенде, шынымды айтсам, біртүрлі көңілім қалды. Ішіндегі дүниелер интернеттен де табуға болатын, әсіресе суреттерін қолдан жасап алуға болатынын түсіндім. Яғни жаңашылдық, ерекше әдіс жоқ.

Тым жалпылама, нақты бағыт көрсетілмеген. «Қалағаныңды жаз», «арман картанды іл» деген сияқты кеңестер бұрыннан белгілі ғой. Сатып алып, бір жаңалық күттім, бірақ ондай әсер болмады. Тағы бір нәрсе – мотивация уақытша. Алғашында шабыттанып бастайсың, бірақ бірнеше күннен кейін қызығушық төмендеп кетеді. Себебі тұрақты орындауға сатылай жұмыс жок. Өз бетіңмен жалғастыру қиын. Қысқаша айтқанда: сырттай бәрі әдемі, бірақ ішкі мазмұны терең әрі кәсіби дайындалған коучинг деңгейіне жетпейді, – дейді Үміт есімді желі қолданушысы.

Армандар картасы – мақсатты көз алдына елестетудің, визуализация жасаудың бір тәсілі.

арманымыз емес. «Шайнап берген ас болмас» дейді қазақ. Нағыз армандар картасы – өз қолымызбен қнып, жабыстырып, жазып жасаған ниетіміз бен үмітіміздің көрінісі. Міне дәл осы картада шынайылық пен сенім бар.

Жоқ, тауарды сатып алғандарды ешкім кінәлай алмайды. Тұтынушы өзіне қолдау іздейді, мотивация керек, бағыт керек шығар. Армандар картасын сатып алу – сол ішкі

ізденістің бір көрінісі болар. Бірақ бір нәрсені ескеру керек: ешкім де сенің өміріңді сенің орнына жақсартпайды. Карта – көмекші құрал, бірақ өзгерісті тек өз қолыңмен жасауың керек. Өз армандарыңды өзің суретте. Егер біреудің картасы шабыт берсе – оны үлгі қыл, бірақ өзің жаса. Бұл – тек сенің жаның түсінетін, жүрегіңе жақын, шынайы армандар картасы болады. Арман сатып алынбайды. Арманды жасайды.



С о н ы м е н айтпағымыз, армандар картасының да, күнделіктің де сан түрлі, керек десеніз екі есе қолжетімді нұсқалары бар. Бірақ неге блогерлердің өзіңізге қойып көрдіңіз бе? Блогерлердің әлеуметтік желідегі үлде мен бұлдеге оранған өмірі, танымалдығы һәм табысты қадамы кез келгенді қызықтырмай қоймайды. Сайып келгенде құр қиялдың жетегінде маркетингтің құрбаны болатындар қатары артпаса, кемімей отыр. «Менің жетістігімнің құпиясы...» деп басталатын тіркестер талайға таныс. Алайда желі беттеріндегі мінсіз суреттер мен бейнероликтер олардың «шынайы өмірі» дәл осы деңгейде екенін білдірмейді.

Әнші Ерке Есмаханнның жеке бренді ретінде сатылымға шыққан сотардың құны 50 мың теңгені құрайды. Іші күміс бұйымның сыртына

күйімді сипаттайтын «Ерке-Сотуар». Әр әйелдің бақытын құрайтын денсаулық, отбасы, саби сүю, қарьера, сұлулық және байлық – бәрі бірікті. Әдемі туынды дүниеге келді. Еркенің бренді сіздерге сәттілік алып келсін, бағы жұғысты болсын. Шын жүректен тіледім! Негізі бұл туындымды жолдасым екеуміз тек өзіме деп ойластырып жүрдік. Идея өзімдікі. Әрбір бөлшегі ақ ниетіммен жүзеге асты. Сосын уақыт өте ой келді: өз жеке басымды ғана ойламай, осы бұйымды неге әр қазақ қызына «жұғысты болсын» деп ұсынбасқа, – деді әнші желіге жариялаған жазбасында.

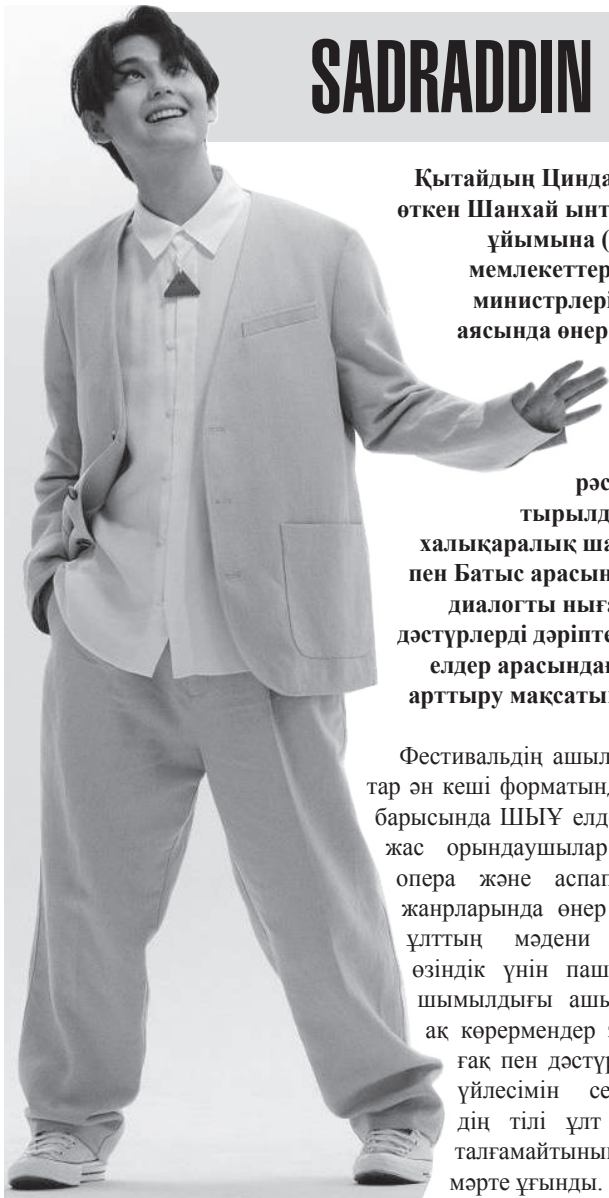
Әншінің жүріп өткен жолы өзі айтқандай «көпке үлгі ме, үлгі емес пе» әркім өзіңше саралай жатар. Не нәрсені де жақсылыққа ырым етуші қазақ аталған бұйымды қызына, немересіне сыйға алды. Алайда көп ұзамай-ақ желі беттерінде сынға ұшырап, әр тұстан теріс пікірлер жылт ете қалды. «Такпай жатып қарайып кетті, бұның орнына алтын алуым керек еді» деп жазба жариялаған желі қолданушысын қалың елдің бірі қолдаса, енді бірі сөгіп жатқанына куә болдық. Ізінше әнші өзінің және командасының кінәлі екенін мойындап, өніммен қайта жұмыс жүргізілетінін және ақаулы әшекей үшін ауыстыру, тіпті ақшасын қайтару жолдары қарастырылып жатқанын мәлімдеді.

Қош. Тұтынушы қауымды бұл тауарларды сатып алуға «ешкім қинамайды» деуіңіз мүмкін. Дегенмен депрессия гасырында өмірінің өңі қашып, өзгеріс іздеп жүрген жандар желідегі жарқыраған жарнаманың торына түсіп қалуы демде екенін білген жөн.

Қорытындылай келе, қаптаған уәденің қармағына ілініп, қайдағының қалтасын қалыңдатып жүргенін халық түсінесе дейміз. Ғаламтор дамыған дәуірде әлемнің түкпір-түкпірінен ақпарат алмасу мүмкіндігі мол. Аз ғана ізденсек сол ілімнің бәрі де ғаламтор беттерінде сайрап жатыр. Жазу техникасын шынында маңызды деп санасақ қалауымызды, арман-тілектерімізді, шүкірімізді қарапайым дәптерге де жазуға болатынын түсінетін сәт жетті. Қажетті не қажетсіз дүниені саралап, қаражатымызға ие болу үшін қаржылай сауатымызды арттырғанымыз абзал!

Аружан
ОРАЛБАЙ

SADRADDIN мен Рухия Байдүкенова ШЫҰ елдерінің фестивалінде өнер көрсетті



Қытайдың Циндао қаласында өткен Шанхай ынтymақтастық ұйымына (ШЫҰ) мүше мемлекеттердің мәдениет министрлерінің 22 кеңесі аясында өнер және жастар әні фестивалінің салтанатты ашылу рәсімі ұйымдастырылды. Ауқымды халықаралық шара – Шығыс пен Батыс арасындағы мәдени диалогты нығайту, ұлттық дәстүрлерді дәріптеу және мүше елдер арасындағы достықты арттыру мақсатында өткізілді.

Фестивальдің ашылу рәсімі жастар ән кеші форматында өтті. Шара барысында ШЫҰ елдерінен келген жас орындаушылар поп, джаз, опера және аспаптық музыка жанрларында өнер көрсетіп, әр ұлттың мәдени ерекшелігін, өзіндік үнін паш етті. Сахна шымылдығы ашылған сәттен-ақ көрермендер заманауи ырғақ пен дәстүрлі сарынның үйлесімін сезініп, өнердің тілі ұлт пен шекара талғамайтынын тағы бір мәрте ұғынды.

Қазақстан атынан фестивальге қатысқан – «Дарын» мемлекеттік жастар сыйлығының иегерлері, қазіргі қазақ эстрадасындағы жас буының көшбасшылары саналатын Садраддин Болат (SADRADDIN) пен Рухия Байдүкенова болды.

SADRADDIN – соңғы жылдары тыңдарман жүрегін жаулап, қазақ тілді поп-музыканың дамуына ерекше үлес қосып жүрген жас әнші. Шынайы есімі – Садраддин Болат. Ол TikTok және YouTube платформалары арқылы танылып, музыкалық трендтерге тың серпін берді. Оның «Мелодрама», «Ана», «Ант» секілді туындылары жастар арасында кеңінен тараған. Қазақ тіліндегі қазіргі заманғы музыкаға еуропалық стиль, енгізе отырып, тың мәдени ауқым қалыптастыра білді.

Халықаралық сахнада өнер көрсету SADRADDIN үшін – қазақ эстрадасын жаһандық деңгейде таныстырудың бір қадамы. Ол фестивалін сахнасында өз стиліне сай заманауи ырғақпен, ерекше вокалмен көрерменнің ықыласына бөленді.

Ал Рухия Байдүкенова – 2021 жылы Түркияда өткен әлемдік «Turkvision» ән байқауында топ жарған дарынды әнші. Оның дауыс диапазонының кеңдігі, академиялық және эстрадалық жанрда еркін менгеруі – тыңдарманды қайталанбас әсерге бөлейді. Рухия 2021 жылғы «Superstar.KZ» жобасында да даралығымен ерекшеленіп, халықтың ыстық ықыласына ие болған болатын.

Циндаодағы фестивальде ол ұлттық элементтермен көмкерілген заманауи композиция орындап, қазақтың өнері мен рухын шетелдік көрерменге паш етті. Оның сахнадағы харизмасы мен шеберлігі – қазақ музыкасының жоғары деңгейде екенін айғақтады.

Айта кетейік, 2025 жылдың 7 шілдесінде Қытай Халық Республикасында ШЫҰ-ға мүше елдердің мәдениет министрлерінің 22-отырысы өтті. Қазақстан делегациясын бастап барған ҚР Мәдениет және ақпарат министрі Аида Балаева іс-шараның жоғары деңгейде ұйымдастырылғанын атап өтті. Ол өз сөзінде ШЫҰ-ның мәдени диалогты дамытуға және гуманитарлық ынтymақтастықты кеңейтуге арналған маңызды халықаралық алаңға айналғанын айтты.

Министрлік тарапынан жас таланттардың халықаралық деңгейде өнер көрсетуін қолдау – еліміздің мәдени дипломатиясының маңызды бөлігі саналады. Бұл бағытта Рухия мен SADRADDIN сынды таланттар – отандық өнердің жаңа буыны ретінде Қазақстан атын халықаралық аренада танытып келеді.

Қытайда өткен бұл фестиваль – тек өнер көрсету алаңы ғана емес, елдер арасындағы достықты, ортақ құндылықтарды және жас буын арасындағы шығармашылық байланысты нығайтатын маңызды платформа болды. Қазақстаннан қатысқан екі өнерпаздың сәтті өнер көрсетуі – еліміздің мәдени әлеуетінің жарқын көрінісі.

А.МАРАТҚЫЗЫ



АУЫР АТЛЕТИКА:

СЫР САҢЛАҚТАРЫ ЖҮЛДЕГЕР АТАНДЫ

Елорда төрінде өтіп жатқан ауыр атлетикадан жасөспірімдер мен жастар арасындағы Азия чемпионатында Сыр спортшылары жеңіс тұғырынан көрінді.



Қазақстан жастар құрамасының өкілі, екі дүркін Әлем чемпионы, 19 жастағы қызылордалық Ерасыл Сәулебеков 88 кг салмақ дәрежесінде чемпион атанды. Батыр спортшымыз жұлқа көтеруде – 153 кг, серпе көтеруде – 191 кг көтеріп, коссайыс нәтижесінде 344 кг жинақтап, жарыста топ жарды. Бұл – оның тынымсыз еңбегі мен табандылығын айқын көрсеткен, ел мерейін өсірген сайыс болды.

Ал байрақты бәсекеде сырбойылық ару Аянат Жұмағали 77 кг салмақ дәрежесінде сәтті өнер көрсетті.

Жерлесіміз жұлқи көтеру сайысында 95 кг көтеріп, үшінші орын алса, серпе көтеруде 122 кг салмақты еңсеріп, күміс медаль жеңіп алды. Ал коссайыстың жалпы қорытындысы бойынша 217 кг жинақтап, Азия чемпионатының қола жүлдегері атанды.

Ерік-жігер мен күш сыналатын спортта үздік екенін дәлелдеген Сыр спортшылары алдағы уақытта да ел абыройын арттыра береді деген сенімдеміз.

«АЖ» ақпарат



МИҒА СЕНУГЕ БОЛА МА ?

Адам баласы – өткенінен сабақ алып, келешектен үміт күтеді. Жүректің түкпіріне ұялаған бір естеліктің өзі кейде өмірлік шешімдерімізге әсер ететіні рас. Бірақ сол естеліктердің бәрі шын ба?

Жалған естеліктер феномені – ғылым үшін де, сана үшін де әлі толық шешілмеген жұмбақ. Ең қызығы – бұл құбылыс жиі кездеседі, бірақ біз оны байқамаймыз. Есіміздегі «шындықтың» кейде миымыздың қиялымен қайта жазылған нұсқасы болуы – әрі қорқынышты, әрі қызық.

Ғылымда бұл құбылыс «false memory» деп аталады, яғни жалған естелік. Адам кейде өз басынан мүлде өтпеген жағдайды бұрын көргендей, сезгендей қабылдайды. Не болмаса болған оқиғаны басқаша, бұрмаланған түрінде есте сақтайды. Бұл – миымыздың шындық пен қиялды шебер үйлестіре алатын ерекше қабілеті.

Зерттеушілердің айтуынша, жады болған оқиғаны бейнетаспа секілді бәрін бұлжытпай жа-зып алатын құрал емес дейді. Ол тек ақпаратты сақтап қана қоймайды, қайта өңдейді, қайта құрастырады. Кез келген естелік – миымызда бүгінгі күнмен жаңарып, «жөнделіп» отырады.

Лофтус пен жалған куәгерлер

Америкалық психолог Элизабет Лофтус жүргізген тәжірибелерде адамдарға бір бейне-ролик көрсетіледі. Кейін оларға түрлі сұрақтар қойылады. Сол сұрақтардың бір-екеуінде оқиғада мүлде болмаған детальдар қосылып айтыла-ды. Мәселен: «Көлік бағдаршамнан өтіп бара жатқанда, оның алдынан бала жүгіріп шықты ма?» деген секілді сұрақтар қойылады.

Нәтижесінде көп адам баланы «есте түсіріп», «ия, көрдім» деп жауап береді. Ал шын мәнінде бейнеде бала болмаған. Бұл ненің дәлелі? Естеліктің иесі біз емес, біздің миымыз. Ол кейде бізді сендіріп қойып, болмағанды болғандай етіп көрсетеді.

Мандела эффектісі: Ұжымдық жалған жады

Тағы бір қызықты құбылыс – Мандела эффектісі. Бұл – адамдардың бір оқиға жайлы жаппай жалған естелікке ие болуы. Мысалы, көптеген адам Оңтүстік Африка лидері Нельсон Мандела 1980-жылдары түрмеде қайтыс бол-ды деп ойлайды. Алайда ол 2013 жылы өмірден өткен.

Бірнеше мысал келтіре кетейік. Танымал анименің кейіпкері «Pikachu»-дың құйрығында қара жолағы бар деп ойлаймыз – бірақ қара жолақ ешқашан болмаған. «Looney Tunes»-ті «Toons» деп жазамыз, бірақ шын нұсқасында «Tunes» деп жазылады. Одан бөлек, көпшілігіміз «Monopoly» ойынының логотипіндегі атақты бай мырзаның көзінде монокль болған деп еске аламыз. Алайда бұл – миымыздың ойлап тапқан иллюзиясы ғана. Расында ол кейіпкер ешқашан монокль таппаған. Сол секілді «Kit-Kab» логотипінде сызықша бар деп ойлау – қате.

Бұл нәліктен болады? Жалған естеліктердің ортақ негізде құрылуы, яғни біздің санамызда бірдей байланыстар қалыптасады деп түсіндіруге болады.

Тіл үйрену, мәдени орта, бұқаралық ақпарат құралдары – бәрі де жадымызды бір ізбен жүріп қайта бағдарлайды.

Миымыз біз білетінді ғана көруге бейім тұрады. Тіпті өзіміз ойлап тапқан, болмаған естелікті нақты өмір сүргенбіз деп сеніп қаламыз. Ондай сәттерде шындықтың өзі шайқалып кеткендей әсер қалдырады. Жады – біздің ішкі көркем лабиринтіміз. Онда шындық та, жалған да қатар жүреді. Екеуінің айырмасын тапқың келсе, алдымен өзіңе үңілуің керек.

Әрбір есте сақталған оқиғаны үзінді, кадр деп қабылдасақ, оның жалған болуы – біздің өмірлік «фильміміздің» монтажына әсер етеді. Біздің есіміздегі оқиғалар нақты болған дүниенің көлеңкесі ғана болуы мүмкін. Бірақ бұл сол көлеңкелермен өмір сүреміз. Кейде олар көңілге жұбаныш береді, кейде шатастырады. Дегенмен естеліктер біздің кім екенімізді құрайтын бөлшек. Сондықтан оларға толық сеніп қалмасақ та, олар-ды зерттеп, түсінуге тырысуы өзімізді танудың бір жолы деп білгеніміз абзал.

Қорлан САРЫ



ХАН-ВЕКВАТУР СУР: ҮЗДІКТЕР БӘСЕКЕСІ

Сыр елінің футбол сүйер халқы үшін өңірде 4 төрт футбол мерекесі тойланды. Бұған дейін Құлсары қаласында ұйымдастырылып келген «Хан-Bekbatur Cup» турнирі был Қызылорда қаласында жалауын желбіретті. Евразия спорт кешінде өткен аладоп бәсекесінде 20 команда бақ сынап, жалпы құны 10 миллион теңгені сарапқа салды. Ресей, Өзбекстан, Тәжікстан, Қырғызстан, Колумбия, Бразилия мен Армения елдерінен келген спортшылар көрермендерге нағыз шоу сыйлай білді. Тартысты ойындар, сапалы трансляция, толы трибуналар, эмоцияға толы атмосфера және финалдағы ерекше перформанс – бәрі-бәрі жоғары деңгейде ұйымдастырылған.

Жарыстың алғашқы екі күнінде 5 топқа бөлінген құрамалар топ-тан шығу үшін айқасты. Үшінші күн дегенде плей-офф ойында-рына жолдама алған құрамалардың мықтылығы ширек финалда бай-кала бастады. Өйткені жасақталған құрамының негізгі ойыншылары 3 күн дегенде сыр беріп, қосалқы ойыншыларға күш түсе бастады. Ақыр соңында турнирдің соңғы күндерін ойлаған жігіттері жеңісті жолын жалғастырып отырды.

Қазақ жұртының назарын бұр-ғызған сайыста көрерменнің көні-лінен шығып, бас шайқатқан тұстары өте көп болды. Дей тұрған-мен барлығының ішінен суырылып шығып, жартылай финалда кезде-скен 4 командаға тоқтайлық.

Алғашқы жұп – айырқалпақты ағайынның «Ақфа» командасы мен құрамы Өзбекстанның үздіктері толыққан атыраулық «Жахан» командасы болды. Ақтық сынды сарапқа салған ойында қырғыз жігіттері мінез көрсетті. Соңғы секундқа дейін тартысып, 5-4 есебімен өз ағайынды тізе бүктірді.

Сыр жұрты асыға күткен қызықты ойын екінші жұп бо-латын. Неге дейсіз ғой? Себебі екеуі де жергілікті құрама. Оның үстіне «Altyn Aiderly – SQB» ко-мандасы Өзбекстан, Колумбия мен Бразилия ойыншыларымен толыққан болса, оларға қарсы өнер көрсететін «Қожамберді» коман-дасында өзіміздің Қазақстан фут-зал құрамасының жігіттері өнер көрсететін еді.

Алаңдағы төрешінің ысықырығы естілді, доп ойынға қосылды. Фут-зал десе ішкен асын жерге қоятын қызылордалық жанкүйерлер әрбір мүмкіндікті назарында ұстап отыр. Бір жағынан «өзіміздің аяқ-



допшылар қайтер екен?» деп Жаһангір Рашид, Әлішер Сәрсен-баев, Дамир Қайырбай, Ерсұлтан Сағындықовқа сынды ойыншы-ларға сынай қарап отыр. Не керек, тартысты ойында таблода 4-1 есебі тіркеліп, «Altyn Aiderly – SQB» жігіттері финалдық ойынға жолда-ма алды.

Финал. Қырғызстанның «Ақфа» командасы мен жергілікті «Altyn Aiderly – SQB» құрамасы сақадай сай. Арнайы шоу арқылы ойын-шылар алаңға беттеді. Құрамында

– Қырғызстан ұлттық құрамасының ойыншылары, оның ішінде жуырда ғана «Атыраудан» кеткен Денисбек Амандықұлы да бар.

Ал екінші – «Altyn Aiderly – SQB» командасының толық құрамы Өзбекстан чемпионатында ойнайтын SQB Futsal командасы-нан жасақталған.

Негізгі уақытта чемпион анықталмады. Жеңіс тағдыры экс-тра-таймда шешілді. Қос коман-да үш гол соғып, соңында «Ақфа» 2:1 есебімен жеңіске жетті. Айта

кетейік, бұл жолда олар Атыраудың жұлдызды жігіттерін де, құрамында Ресей чемпиондары мен ұлттық құраманың ойыншылары бар Құлсарының «Мако» командасын да жолда қалдырған болатын.

Үшінші орын үшін өткен матч та нағыз шайқасқа айналды. «Жа-хан» (Атырау) құрамына «Аты-рау» клубының және Өзбекстан құрамасының ойыншылары қо-сылды. Солардың бірі – Ихтиер Ро-пиев, өз елінің ұлттық құрамасының көшбасшылардың бірі турнирдің ең үздік сұрмергені атанып, 11 гол-мен көзге түсті.

Ал «Қожамберді» (Қызылорда) командасы Қазақстан чемпиона-тында ойнайтын ойыншылардан құралды: үш ойыншы – «Қайрат-тан», екі ойыншы – «Тұлпардан», сондай-ақ «Аят», «Бөйтерек» пен «Ордабасы» футболшылары да бол-ды. Мұндай құраммен келесі мау-сымда ел біріншілігінде лайықты өнер көрсетуге де болар еді. Алай-да бұл ойында атыраулықтар ба-сым түсті – 3:1, және қола медаль-дар батысқа жол тартты.

Турнирдегі ерекшеліктердің бірі – 1200 тудың көрермендерге тегін таратылуы. Көрермендер арасынан Дубай мен Түркия еліне берілетін жолдамалар да жанкүйер жинаудың тиімді тұсы болды. Одан бөлек ақтық сыңға футболдан Қазақстан ұлттық құрамасының бас бапкері Рикар-до Каканың да келуі турнирдің қандай деңгейде екенін көрсетіп берді. Ал барлығының басын осын-дай бәсекеде қосып, Сыр елінде тартысты турнир ұйымдастырған Ерболат Омаровтың еңбегі ерекше екенін баса айтқанымыз жөн.

А. БАҚЫТҰЛЫ