



>>> 2

ДЕТИ НЕ ПОСЕЩАЮТ ЗАНЯТИЯ
ИЗ-ЗА ХИДЖАБОВ



>>> 3

СЫН ТУРЛЫХАНОВА ОТДЕЛАСЯ
ШТРАФОМ ЗА ИЗБИЕНИЕ



>>> 5

ТЕҢГЕ НЕ СЕБЕПТІ ҚЫРКҮЙЕКТЕ
ҚҰЛДЫРАП КЕТТІ



>>> 7

АЛМАТЫДА ГАЗ ҚҰБЫРЛАРЫ
ҚЫСҚА ҚАНШАЛЫҚТЫ ДАЙЫН

МЕТРО

№ 32

12-18 октября 2023 г.
Городская газета
Алматы

Қала құрылысы саясатындағы қоғамдық тыңдау және қоғамдық талқылау

«Еститін мемлекет» тұжырымын іске асыру халыққа мемлекетпен әлдеқайда конструктив диалог құруға, қоғамның түрлі саласындағы, соның ішінде қала құрылысы саласындағы маңызды шешім қабылдау процесіне қатысу құқығын нақты іске асыруға мүмкіндік береді деген үміт сыйлап отыр. Осы тұжырым аясында Алматы қаласы әкімі және аудандар әкімі халықпен кездесіп жатыр және онысы жаңа форматтағы коммуникация алаңына айналды.

Дегенмен құрылыс мәселелері бойынша Астана, сондай-ақ Алматы халқы мен жергілікті атқарушы органдар, құрылыс компаниялары арасындағы байланысқа қарасақ, өзара әрекеттестік механизмі әлі де тиімсіз екенін байқаймыз. Қала құрылысын реттеу саласындағы нормативтік-құқықтық құжаттардағы кемшіліктер, қала билігі қала құрылысын реттеу ережесін елемейтіні, сондай-ақ шешім қабылдау рәсімі ашық өтпейтініне байланысты құрылыс объектілері жобасын талқылау процесіне тұрғындар жөнді қатыса алмай отыр.

>>> 6

Как правильно медитировать: пошаговая инструкция для новичков

Медитация давно вышла за пределы религиозных практик, став повседневным ритуалом. Это самый простой способ сделать свою жизнь качественно лучше – бесплатный, не требующий специального оборудования и относительно быстрый. Нужно всего несколько минут в день. Научно доказано, что даже пятиминутная медитация положительно влияет на физическое и психологическое состояние, а именно снижает уровень стресса и тревоги, повышает способность

к сопереживанию, активизирует креативность, улучшает память и учит фокусироваться. Эффективность медитаций признана как в медицине, так и в психологии: практики включают в терапевтические программы и рекомендуют в качестве самостоятельного упражнения для повышения психологического благополучия.

Решили собрать ответы на самые частые вопросы о том, как правильно медитировать – в одиночку или в группе, под музыку или в тишине,

сидя или лежа – а также какие ошибки в медитациях допускают новички

Какие медитации бывают

Если представить себе медитирующего человека, то, скорее всего, он будет сидеть в позе лотоса и держать руки в «мудре» (особая комбинация пальцев, используемая в духовных практиках, в переводе с санскрита «муд» – «знак богам», «ра» – «даровать»), но современная медитация, которую также называют светской, бывает абсолютно разной. Вопрос в том, что каждый под ней понимает.

>>> 9

КОЛОНКА РЕДАКТОРА



Когда дипломаты говорят, пушки молчат!

Учась в Грузии, в институте GIPA мне довелось познакомиться с ребятами из Грузии, Армении и Азербайджана.

Почти каждый день мы обсуждали кейсы на тему напряженности между Арменией и Азербайджаном по вопросу Карабаха. Конфликт возникал на любую тему в аудиториях, при любых неаккуратно сказанных фразах.

Грузинских однокурсников глубоко интересовали вопросы своих оторванных регионов Абхазии и Южной Осетии. Многие в аудитории были беженцами из конфликтных регионов. Не только грузины.

Риторика первых лидеров независимой Грузии в 90-х годах, национальных движений в Азербайджане и Армении в конце 80-х годов привела к кровопролитным конфликтам и гражданским войнам.

Как следствие, данные регионы на протяжении десятилетий решали не вопросы развития, а занимались проблемами беженцев, пикированием своих дипломатов на международных полях и солдат на фронтовой зоне. На протяжении многих лет, не слыша голоса друг друга, а выстрелы различного оружия. Все мы это хорошо знаем.

Эхо резких и необдуманных высказываний на национальную и языковую темы, возвышение одной нации над другой привели к плачевным последствиям.

В последние годы пропагандисты атакуют Казахстан и его власть, тем самым формируя внутри своей страны негативное общественное мнение о соседях и натравливая своих соотечественников на дружеские государства. Еженедельно на брифингах в нашем МИДе официально представителю приходится отвечать не на профильные вопросы, а комментировать концерты и высказывания больных людей.

Любое неаккуратное поведение, высказывание или провокация ведут к большим конфликтам. Мы в Казахстане о них тоже знаем. Драка двух пацанов может привести к погрому. Пьяные разборки – к сожженным домам и бегству людей. Иногда просто слова или интерпретация истории ведут к конфликтам.

Именно так сначала разжигалась идеологическая война против братского для россиян украинского народа, которая затем переросла в войну настоящую. Теперь мы наблюдаем, как два славянских православных народа ведут войну на взаимное уничтожение.

В 2014 году была тяжелая шутка: «никто даже не мог представить, что спустя 70 лет после окончания Второй Мировой войны возникнет конфликт между русскими и украинцами, а примирять их будут в том числе и немцы». Вот она – цена безответственности пропагандистов!

На протяжении последних 4-5 лет видна работа пропагандистов извне и провокаторов внутри страны на ухудшении отношений с близкими соседями. Фейки и вбросы в комментариях в соцсетях и на сайтах. Все мы знаем о некоторых депутатах и «журналистах» в некоторых странах, которые спят и видят захват и возвращение независимых стран в свое лоно. В Казахстане мы даем отлуп таким «деятелям». Как-то Песков нам прокомментировал, что внешнюю политику России определяют не всякие пропагандисты и депутаты, а президент Путин. В нашей стране мы так же должны понимать, что никакие концерты не должны повлиять на межнациональные отношения. В конце концов, зарубежные артисты к нам приезжают, чтобы в первую очередь заработать и показать свое творчество, но не затем чтобы мы на этой почве друг друга покалечили. Задумайтесь над этим!

МИД

В Израиле могут находиться более 400 казахстанцев, 118 из них желают вернуться на Родину

В Израиле могут находиться более 400 казахстанцев, 118 из них желают вернуться в Казахстан, сообщил представитель министерства иностранных дел Айбек Смадияров.

«В к этому часу вернуться в Казахстан изъявили желание 118 казахстанцев. По оценкам посольства Казахстана в Тель-Авиве в Израиле возможно находится более 400 граждан Казахстана, которые не состоят на консульском учете», – сообщил Айбек Смадияров в МИД в понедельник.

На сегодняшний момент информации о погибших, пострадавших и взятых в заложники граждан Казахстана не поступало.

Сообщается, что создан оперативный штаб, открыта горячая линия экстренной связи для граждан Республики Казахстан, находящихся на территории и их родственников на Родине.

«За эти два дня нами была обработано более 500 звон-



ков и обращений от наших соотечественников, на сегодняшний день на консульском учете посольства Казахстана в Израиле состоит 77 человек, включая сотрудников и членов их семей. В высших учебных заведениях Израиля обучаются пять студентов из Казахстана, а также порядка 30 казахстанцев проходит стажировку в различных медицинских учреждениях», – говорит Смадияров.

Напомним, 7 октября израильский премьер Биньямин Нетаньяху заявил о начале полномасштабной войны между Израилем и движением палестинским движением ХАМАС.

Запланирован рейс из Тель-Авива в Алматы для вывоза казахстанцев из Израиля, сообщает пресс-служба комитета гражданской авиации.

«10 октября авиакомпания «Эйр Астана» планирует выполнить рейс КС-6490/6500 по маршруту Алматы – Тель-Авив – Алматы по вывозу казахстанских граждан из Израиля с технической посадкой в Актау», – говорится в сообщении.

Вылет из Алматы запланирован на 08.00, вылет из Тель-Авива на 12.50 по местному времени. Сейчас авиакомпания ждет от аэропорта Тель-Авива согласование времени прибытия и вылета рейса из аэропорта.

НА КОНТРОЛЕ

Бейсембаев отрицает факты непосещения детьми занятий в школах из-за хиджабов



Министр просвещения Казахстана Гани Бейсембаев отрицает факты непосещения детьми занятий в школах из-за хиджабов, передает корреспондент агентства КазТАГ.

«В начале сентября было их больше, чем 150 (школьниц Атырауской области в хиджабах – КазТАГ), на самом деле. Но после работы с

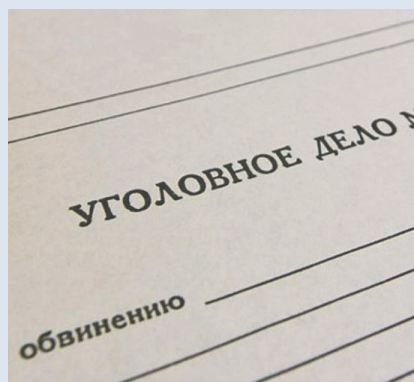
родителями, разъяснением, вы все прекрасно понимаете, школа рассчитана для того, чтобы наши дети получали качественное образование и воспитание. Поэтому родители большинство их приняло, поэтому в данный момент таких вопросов не существует. Была такая проблема, сейчас она исчерпывается полностью. Потому что родители начинают понимать, что первая задача

школы это получение качественного образования и воспитания», – заявил Бейсембаев во вторник на брифинге в правительстве.

Напомним, 4 октября депутат мажилиса Ермұрат Бапи заявил о том, что чуждые течения ислама все больше угрожают устоям казахстанского общества. 5 октября на республиканском съезде педагогов президент Касым-Жомарт Токаев, говоря о проблеме религии в школах, заявил о том, что Казахстан – светское государство и этот принцип нужно строго соблюдать в образовании. 6 октября министр культуры и информации Аида Балаева сообщила, что закрывать лица по религиозным убеждениям могут запретить в Казахстане.

МВД

ПРЕЗИДЕНТ



Токаев поручил главе МВД тщательно расследовать обстоятельства гибели студента в Щучинске

Президент Казахстана Касым-Жомарт Токаев поручил министру внутренних дел Ержану Саденову тщательно расследовать обстоятельства гибели студента в Щучинске, сообщает пресс-служба Акорды.

«Глава государства поручил министру внутренних дел провести тщательное расследование всех обстоятельств гибели студента в Щучинске Акмолинской области. Виновные должны быть привлечены к ответственности в соответствии с требованиями закона. Президент взял данное дело на особый контроль», – говорится в сообщении.

Напомним, 7 октября КазТАГ сообщал, что в Акмолинской области на перегоне «Курорт-Боровое-Джамантуз» было обнаружено тело студента. Была выдвинута версия, что студент был жертвой вымогательства, однако полиция возбудило уголовное дело по части 2 статьи 344 (нарушение правил безопасности движения или эксплуатации железнодорожного транспорта, повлекшее по неосторожности смерть человека) УК РК.

Учитель КазНУ связал «увольнение» с критикой действий ректора при открытии аудитории Токаева

Преподаватель Казахского национального университета (КазНУ) имени аль-Фараби Дастан Кастай связал свое предполагаемое увольнение с критикой действий ректора вуза Жансеита Туймебаева в ходе открытия в учебном заведении аудитории имени писателя Кемеля Токаева – отца президента Казахстана Касым-Жомарта Токаева, сообщает «Радио Азаттык».

«Преподаватель КазНУ имени аль-Фараби в Алматы сообщил, что его безосновательно уволили из вуза. По утверждению Дастана Кастая, он и его коллеги столкнулись с давлением после открытия на факультете журналистики аудитории имени писателя Кемеля Токаева. По мнению Дастана Кастая, руководству вуза пришлось не по нраву его комментарий с критикой действий ректора КазНУ Жансеита Туймебаева во время открытия аудитории. В комментарии он назвал «неприятным» тот факт, что ректор схватил микрофон корреспондента «Азаттыка», освещавшей мероприятие, и развернул его к ней, начав задавать вопросы о преследуемой ею цели. Этот комментарий Кастая увидели помощники ректора и велели его удалить», – говорится в сообщении в субботу.

«Азаттык» со ссылкой на свои источники уточня-



ет, что «руководство вуза перед открытием аудитории составило список преподавателей, которых обязало принять участие в мероприятии, а после мероприятия пресс-секретарь ректора дал поручение преподавательскому составу оставить в социальных сетях положительные отклики».

«Я сказал, что не буду участвовать в таких кампаниях и что моя обязанность – вести занятия качественно. Но я уважаю творчество писателя (Кемеля Токаева – КазТАГ), писал о нем эссе», – сказал Кастай изданию.

Он рассказал, что его приняли на работу в сентябре, а приказ о принятии на работу еще не издан, соответственно, нет и юридического приказа об увольнении.

Отмечается, что преподаватель 7 октября опубликовал в Facebook скриншоты со словами поддержки студентов, а исполняющая обязанности декана факультета журналистики Маншук Мукаше-

ва сообщила «Азаттыку», что Кастая никто с работы не увольнял, и отвергла какое-либо давление на преподавателей.

«Напротив, я недавно подписала приказ о принятии на работу Дастана Кастая. Приказа об увольнении не было», – утверждает Мукашева.

По словам Кастая, 5 октября ему отдали на руки его документы. Коллега Кастая, просивший не указывать его имя, подтвердил его слова.

«Руководство университета винит преподавателей в том, что на мероприятие 4 октября пришли независимые СМИ. В следующие два дня (после открытия аудитории – КазТАГ) допрашивали всех, кто пригласил журналистов «Азаттыка», Masa Media, Qazaq Times. И меня подозревали», – сказал Кастай.

Изданию, как отмечается, не удалось независимо подтвердить или опровергнуть, было ли такое давление.

«Несколько сотрудников, просивших не пу-

бликовать их имена из соображений безопасности, говорят о давлении. Пресс-секретарь КазНУ Каншайым Байдаulet не ответила на звонки и сообщения «Азаттыка». Министр высшего образования и науки Саясат Нурбек написал в социальной сети, что встретится с руководством университета, чтобы поговорить о ситуации», – добавляет СМИ.

Затем министр написал в Facebook, что напрямую связался с руководством учебного заведения и рекомендовал не преследовать преподавателя.

«С радостью сообщаем, что приказа об увольнении Дастана Кастая в настоящее время нет, он продолжит работать на факультете журналистики», – сообщил Нурбек.

Аудиторию имени Кемеля Токаева на факультете журналистики КазНУ открыли 4 октября.

«Торжественная церемония с участием ректора, бывших чиновников и писателей была приурочена к 100-летию писателя. Корреспонденту «Азаттыка» Мейирим Бахытжан сотрудники вуза пытались помешать задать вопрос ректору, тащили ее за руки. Когда она смогла к нему подойти и спросить, открылась бы аудитория, если бы сын писателя не был президентом, Туймебаев схватил микрофон и направил его корреспонденту, требуя ответить, какую цель она преследует», – сказано в материале.

ПРИГОВОР

Сын депутата Турлыханова отделался штрафом за избиение юристов в Алматы

Сына депутата Даулета Турлыханова Нурасыла Болато оштрафовали за избиение юристов в Алматы, сообщает пострадавшая юрист Анна Чернова.

«Очень добрый судья военного суда г. Алматы Алиаскаров Дихан Омаргазиевич, видимо, по-отечески пожалев солдата и одновременно сына депутата Мажилиса Даулета

Турлыханова, признал его виновным и наказал его штрафом в 500 мрп или 1,8 млн тенге», – пишет Анна Чернова в социальных сетях.

Пострадавшие супруги Анна и Олег Черновы планируют обжаловать решение суда. По их мнению, суд допустил «множество грубейших нарушений».

Напомним, в феврале на юриста Анну Чернову и ее мужа Олега Чернова напали в Алматы. Юристы пы-

тались защитить девушку, которая, по их словам, также попала под руку молодого человека. Выяснилось, что нападавший – военнослужащий Нурасыл Болат, который приходится сыном депутату Турлыханову. Парламентарий позже подтвердил эту информацию журналистам.

3 июля стало известно о побеге младшего сына Турлыханова – Нурасыла Болат из воинской части. Позднее данную информацию в ми-

нобороны подтвердили официально. Утром 4 июля в оборонном ведомстве сообщили, что Болат найден и доставлен в часть сотрудниками военной полиции.

4 июля Турлыханов признался, что гордится своим находящимся под следствием сыном.

6 сентября стало известно, что уже средний сын мажилисмента – Акежан Турлыханов обвиняется в избиении женщины.

«Сами собрали – сами поехали» – казахстанские студенты разработали гоночный автомобиль

Казахстанские студенты впервые участвовали в международной гонке «Формула Студент», прошедшей в Санкт-Петербурге. Они стали первой в Центральной Азии страной, которая участвовала в соревновании.

Примечательно, что у других команд в сборке гоночной машины участвуют до 60 человек, а наши ребята собрали свою всемером. Награда достойная – они выиграли грант на обучение.

Поговорили с капитаном казахстанской команды «Формула Студент» Елнуром Отепбай и узнали о их подготовке к соревнованию.

– В Казахстане, увы, не все знают про международную гонку «Формула Студент», можете, пожалуйста, рассказать читателям подробно о соревнованиях?

– Зачастую когда кто-то говорит Формула Студент, он совмещает в одном проявлении и соревнования Formula SAE и соревнования Formula Student. Formula SAE и Формула Студент – это серия студенческих инженерных соревнований, цель которых дать студентам реальный опыт и подготовить их к реалиям будущей жизни. Проект зародился в США, в 1981 году. Проект появился благодаря проекту SAE Mini-Baja (Mini-Indy) – он вдохновил нескольких его участников, а именно – Майка Бэста, Роберта Эдвардса и Джона Телкампа, студентов Техасского Университета в Арлингтоне, с поддержкой д-ра Рона Мэтьюса выступить с идеей новых соревнований, наподобие Mini-Indy, но с другими правилами и большим акцентом на инженерную составляющую.

Сразу стоит отметить один факт. Многие когда слышат «Формула Студент» снисходительно относятся к слову «Студент». Что они там могут, студенты то...

Однако «Формула Студент» – это и полноприводные электромобили с мотор-колесами, и системы активной гидравлической подвески, активная аэродинамика, контроль вектором тяги. Это и углепластик по кругу, включая колесные диски. Это и рекордный разгон до 100 км/ч за 1,6 сек. «Формула Студент» на самом деле использует вполне серьезный арсенал технологий и показывает динамику, лучше чем у многих автоспортивных классов.

Суть проекта в том, что группа студентов собирается в подобие реального предприятия, занимающегося проектированием и, потенциально, производством небольшого гоночного автомобиля формульного типа для непрофессиональных спортсменов малой серией. Студентам необходимо смоделировать работу этой компании. Соответственно, все организационные вопросы также ложатся на их плечи. Соревнования

– своего рода отбор для проектов, созданных этими коллективами, где судьи решают, какой проект наиболее достоин.

Соответственно оценивается глубина проработки проекта автомобиля. Команды соревнуются в ряде дисциплин, которые позволяют комплексно оценить сделанную ими работу.

Дисциплины условно можно разделить на статическую и динамическую части:

В статической части, как понятно из названия, автомобиль не движется и его двигатель не запускается. Результат здесь определяет подготовка команды и глубина проработки командой проекта.

К статическим дисциплинам относятся:

1. Презентация бизнес плана;
2. Отчет о стоимости;
3. Защита конструкции.

– Как вы узнали про гонку и когда приняли решение участвовать в нем?

– Я мечтал туда попасть очень давно, примерно с третьего курса. Были разные методы для того, чтобы попасть в «Формулу Студент», однако разработка гоночной машины и его производство стоили очень дорого, поэтому я пошел работать.

Но мечта звала меня обратно, поэтому я уволился, поступил в университет. В СДУ есть технопарк, я был участником этой организации, очень долго думал, стоит ли мне рассказывать о своей идее, поддержат ли меня вообще. В один из дней я собрался с духом и поведал о своей мечте, которую встретили с теплом и поддержали.

Я сначала искал людей, своих единомышленников. У нас в технопарке был чат. Я написал туда, что нужны люди. Проводил некоторые уроки, лекции, чтобы объяснить людям, что такое «Формула Студент», чем мы вообще будем заниматься и так далее.

Пришли около 40 людей, из них остались только 6-7 студентов. Поначалу нам дали деньги, наши друзья-деканат. Учителя, профессора всегда нас вдохновляли, поддерживали, давали советы. Дархан Куанышбай и Азамат Жаманов – они очень сильно нам помогли.

– При разработке машины вам помогал университет?

– Университет помогал по мере своей возможности. Для начала они выделили нам 400 000 тенге. Также они полностью оплатили нашу поездку в Екатеринбург, куда мы ездили по приглашению другой команды. Если честно, в Центральной Азии разработкой гоночной машины обычно не могут заниматься, потому что все упирается в финансы. Если бы были деньги, можно было бы и самолет построить. Сам проект грубо говоря доходит до 100 тысяч долларов. Когда вопрос идет не о 2-3



миллионах, а о 40 млн тенге, предприниматели и спонсоры начинают задумываться, куда бы вложиться в свой бизнес или в каких-то студентах.

Было затрачено около 2 млн тг на саму машину и 4 млн тг ушло на то, чтобы транспортировать машину в Санкт-Петербург. Плюс перелеты, проживание студентов – все это тоже баснословные деньги. Огромная благодарность организаторам «Формула Студент». От государства в принципе поддержки не было.

Если сравнивать, то в Европе в этом плане все выстроено. Студентов и молодых людей в таких разработках всегда поддерживают, выделяют финансы, им только остается разработать машину и успешно защитить проект. А у нас как вы видите, приходилось заниматься и поиском финансов.

– Из чего сделана машина и за что отвечали остальные участники команды?

– Машина была изготовлена полностью руками студентов. В стенах университета СДУ. Она изготовлена из металла. Поскольку очень сложно этот металл резать и подгонять, мы пошли на ухищрения, и просидев со своей моделью примерно три недели, сделали все точно и заказали под лазер. То есть, мы с точностью до 0,1 мм подогнали по 3D модели все детали. И по 3D модели наши трубы и наладили, вот такие секреты у нас были.

Я лидер команды и помимо административной части, я отвечаю за ходовку и раму 3D модели. Другой участник занимался сваркой, кто-то электронщик, остальные универсалы, которые помогали во всем.

Соревнование заключается не только в разработке машины, но и в других аспектах, то есть, это полноценный научный проект, который нужно защищать перед жюри. Например, по части бухгалтерии, сколько было затрачено денег на двигатель или какие-то дополнительные части. Потом защищаешь как бизнесмен, то есть объясняешь сколько денег нам могут выделить и через сколько мы можем создать машину. Должен быть полноценный бизнес-спич. Рассказываешь инженерские моменты, обосновываешь их, и объясняешь почему были при-

няты разные решения.

– Сколько времени ушло на разработку?

– На разработку и производство ушло 4 месяца, так как в нашей стране отсутствовала какая-либо преемственность и базы по гонкам «Формула студент», надо было самим стать первопроходцами в некоторых направлениях. Но с декабря, когда мы приедем с обучения в Тольятти, мы планируем открыть сформированную базу знаний и передавать их следующим поколениям студентов.

– Были ли особенные условия и требования в конкурсе?

– Перед гонками каждый водитель проходит медицинское освидетельствование и инструктаж. Пилоты не смотря на уровень машины экипированы по последнему слову техники, их камуфляж не горит и спасает от травм так как регламентированы FIA. Болид должен быть построен в соответствии с техническим регламентом проекта, который обновляется каждый год.

– Чему вы научились благодаря данному проекту?

– Для нас участие в проекте однозначно стал одним из самых ярких воспоминаний и лучшим опытом за все обучение. Данный проект отлично дополняет теорию и показывает, зачем же все это нужно. А с учетом необходимости самоорганизации студентов и решения спектра разноплановых задач, команды аккумулирует вокруг себя лучших и наиболее деятельных людей, способных эффективно работать в команде.

– Какие у вас планы на будущее?

– Развитие этой отрасли в Казахстане наша главная цель, мы первыми в стране хотим начать разработку уже второго болида на инженерной программе Siemens NX. В этой программе мировые лидеры инженерии строят самолеты, машины и двигатели, собственно, с официальными представителями этой компании мы связались и хотим привести это решение в наш университет. Ближайшие планы – это открытие как минимум одного трека по направлению Инженерное 3D моделирование в университете СДУ. Через 10 дней начнется разработка второго болида уже совсем другого высшего уровня, а для этого нам нужно 17 млн тенге.

НАЗАР АУДАР

Баланың есірткі тасымалдаушысы
болып жұмыс істейтінін қалай
білуге болады

Полиция қазақстандық ата-аналарға балаларының «есірткі тасымалдаушысы» болып жұмыс істейтінін қалай білуге болатынын айтты.

Полиция ата-аналарға мынадай белгілерге назар аударуды ұсынады:

- баланың телефонында үй кіреберістерінің, аялдамалардың, қабырғалардың суреттері пайда болса;
- жеке заттары арасында изолента, zip-пакеттер, қалта электронды таразылары пайда болса;
- араласатын ортасы өзгерсе;
- сөйлеу мәнері өзгеріп, әңгіме тақырыбын бұруға ты-

- рысса, дөрекілік танытса;
- күн тәртібі өзгерсе: оқуға бірнеше сағат бұрын кетіп, оқудан бірнеше сағатқа кешіксе, кіммен және қайда болғанын айтпаса;
- жаңа заттар пайда болса және оның қайдан келгенін түсіндіруден бас тартса.

«Бұл белгілердің пайда болуы баланы бақылауға, кез-келген заңсыз іс-әрекеттің салдарын түсіндіре отырып, онымен сөйлесуге себеп болуы керек. Ішкі істер министрлігі есірткі қылмысы үшін қылмыстық жауапкершілік 16 жастан, ал есірткі сатқаны үшін 14 жастан басталатынын еске салады», – делінген хабарламада.

ҚАРЖЫ

Теңге не себепті қыркүйекте
құлдырап кетті – Ұлттық банк
себебін түсіндірді

Үкімет отырысында Ұлттық банк төрағасының орынбасары Берік Шолпанқұлов қыркүйек айында теңге бағамы неліктен құлдырағанын түсіндірді.

Қыркүйек айында теңге 3,4%-ға әлсіреп, бір доллар үшін 474,99 теңге болды. Ұлттық банк төрағасының орынбасары Берік Шолпанқұлов теңгенің құлдыруын сыртқы факторлардың әсерінен көреді.

«Біріншіден, бұл доллар бағамының жаһандық нығаюы. Оның индексі қыркүйекте дамыған елдердің валюталар қоржынына

қатысты 2,5%-ға нығайды. Екіншіден, бұл жобаны іске асыру циклінің күшеюіне және пайдаланудың күшеюіне байланысты импорттаушылар тарапынан маусымдық сұраныстың артуы. Теңгенің айырбас бағамының әлсіреуіне Үкіметтің квазимемлекеттік сектордың экспорттық валюталық түсімін міндетті сату нормасын тоқтата тұруы және АҚШ Федералды резервтік жүйесінің сақталып отырған қатаң монетарлық саясатына қарсы базалық мөлшерлеменің төмендеуі де әсер етті», – деп түсіндірді Ұлттық банк төрағасының орынбасары Берік Шолпанқұлов.

МЕДИЦИНА



«Жыл соңына қарай дәрі бітеді»: Депутаттар әлеуметтік медициналық сақтандыру қорының сапасына шағымданды

Депутаттар әлеуметтік медициналық сақтандыру қорының сапасына шағымданды. Бұл туралы Еуразия арнасы хабарлайды.

Денсаулық сақтау министрі медициналық сақтандыруды төлемейтіндерге жүргізуші куәлігін бермеуді ұсынды.

Ажар Ғиният қазір бұл заңдарға қайшы келетінін мойындады, бірақ кейбір елдерде мұндай жүйе бар екенін айтты. Депутаттар сақтандыру қорының сапасына риза емес екенін айтты.

«Еліміздің азаматы ретінде өз емханама келіп, неге тексерілу үшін 10 күн күтуім керек? Неліктен жыл соңына дейін дәрі-дәрмектер таусылады? Бұл – ауыр тақырып. Қазір тұрғындардан көптеген шағымдар келіп түсуде», – деді мәжіліс депутаты Ажар Сағандықова.

Әлеуметтік медициналық сақтандыру қоры көптеген клиникаларға қарыз. Мамандар айтарлықтай қаржыландырылмағанын айтады. Осыған байланысты денсаулық сақтау министрлігі жұмыс берушілерден аударымдарды кезең-кезеңімен арттыруды, сондай-ақ жүйеден тыс қалған 3 миллионнан астам қазақстандықты тартуды бастауды жоспарлады.

Мәжілісмендер проблемалардың себептерін заңды бұзудан көреді.

«Бюджет өз міндеттемелерін үш еседен астам қысқартты. Осыған байланысты жүйеге жүздеген миллиард теңге түскен жоқ. Сонымен, біз бұл қызметтерді енді толық ала алмаймыз», – деді депутат Асхат Аймағамбетов.

Қаржы министрлігі депутаттардың сөзімен келісті. Қор 2023 жылы 300 млрд теңгеден астам қаражат алмаған, ал келесі жылы жетіспеушілік 275 млрд теңге болады.

«Біз қазір үш жылдық бюджетті қарастырып жатырмыз. Қаржы министрлігінің өз есептеулерін жүргізуін күтпестен, біз 2024, 2025, 2026 жылдарды заңға сәйкес келтіруіміз керек», – деді мәжіліс төрағасының орынбасары Дания Еспаева.

«Қор бүгінде барлық көрсетілген қызметтердің шамамен 10% мониторингін жүзеге асырады. Егер қандай да бір негізсіз тіркеулер болса, бұған құқық қорғау органдары баға береді. Қор тиісті материалдарды құқық қорғау органдарына береді», – деп мәлімдеді әлеуметтік медициналық сақтандыру қорының басқарма төрағасының міндетін атқарушы Әбілқайыр Ысқақов.

Қор қаражаттың бір бөлігі банктік депозиттерде екенін жоққа шығармайды. Алайда оны ұлттық банкқа салады. Осылайша, олар жылына тағы 60-70 млрд теңге алады, содан кейін жүйеге енеді.

СОТ

Арыстанбек Мұхамедиұлы аштық жариялады

Сегіз жылға бас бостандығынан айырылған экс-шенеунік Арыстанбек Мұхамедиұлы тағы бір қылмыстық іс бойынша сот залында жауап беруде. Бұл туралы КТК телеарнасы хабарлайды.

Кезекті сот отырысында бұрынғы мәдениет министрі жиналғандарды «аштық жариялаймын» деп қорқытты.



«Егер менің құқыма шек келтірсе, ресми түрде аштық жариялаймын. Олар не қаласа, оны қаласын!», деді Арыстанбек Мұхамедиұлы.

Дегенмен сот отырысының басталуынан аяқталуы тез болды. Себебі Мұхамедиұлының мүддесін қорғауға келген екі заңгердің бірі іспен толық таныспаған. Жаңа адвокат судьядан отырысты кейінгі шегеруді сұрап, оның өтініші қанағаттандырылды.

Еске салсақ, бір жылдан аса

уақыт тергелген Арыстанбек Мұхамедиұлына сот өткен айда үкім шығарған. Судья экс-министрді сегіз жылға бас бостандығынан айырды. Артынша, өткен айдың аяғында оған «Дипломат» қонақ үйін рейдерлік жолмен тартып алды деген қосымша айып тағылды. Куәгерлер экс-шенеуніктің қылмысы туралы сотта түсініктеме бергенімен, Мұхамедиұлының өзі «жала жауып отыр» деген сөзінен танар емес.

Қала құрылысы саясатындағы қоғамдық тыңдау және қоғамдық талқылау

1 >>>

Осы мәселелер Алматыдағы экологияны, инфрақұрылымды, жолкөлік қатынасын ушықтырып жібергенін белсенділер жиі айтып, БАҚ-қа дүркін-дүркін жазған.

Бұл мақаланың мақсаты – қала құрылысы саясатын реттеу саласындағы шешім қабылдау рәсіміне азаматтар шынымен қатыса ма; қала құрылысы саласындағы қолданыстағы нормативтік-құқықтық құжаттар азаматтардың шешім қабылдауға қатысу құқығын қаншалық қорғайды; жергілікті атқарушы органдар мен халықтың өзара байланысы қаншалық тиімді деген сұрақтарға жауап іздеу. Мұның бәрі – дәл бүгін жауап беруді талап етіп отырған өзекті мәселе.

Талқылау және нәтиже

Қоғамдық талқылауға қатысу құқығын реттеу Қазақстан Республикасындағы қала құрылысы саясатында шешім қабылдағанда Жер кодексіне, Экология кодексіне, «Сәулет, қала құрылысы және құрылыс қызметі туралы» заңға сүйенеді. Қазақстан заңнамасында құрылыс салуға қатысты мәселелерді қоғам болып талқылап, бір келісімге келу керегі жазылған. «Сәулет, қала құрылысы және құрылыс қызметі туралы» заңның 13-бабының 3-тармағына сүйенсек, қала құрылысы және сәулет-құрылыс құжаттамасы бекітілгенге дейін жеке және заңды тұлғалардың талқылауға қатысуға, қоғамға не жеке адамдарға тиімсіз саналатын шешімдерді өзгерту туралы ұсыныстар тастауға қақы бар. Дегенмен заңда «қоғамдық талқылау» ұғымының анықтамасы жоқ және ол құқықты қалай іске асыру керегі, яғни механизмі жазылмаған.

Экология кодексінің «Қоршаған ортаға әсерді бағалау» параграфында бұл мәселедегі «мүдделі жұртшылық» деген негізгі ұғымдардың біріне мынадай анықтама берілген: «осы Кодексте мүдделі жұртшылық деп өз мүдделерін қоршаған ортаға қатысты мәселелер бойынша қабылданатын шешімдер қозғайтын немесе қозғауы мүмкін немесе осы шешімдерді қабылдау процесіне қатысуға мүдделі жұртшылық түсініледі». Бұған қоса «Қоршаған ортаға әсерді бағалау жүргізу жөніндегі» қолданыстағы нұсқаулықта мынадай маңызды анықтамалар бар:

- жұртшылықтың қатысуы (қоғамдық пікірді ескерту) – қоғамдық пікірді білу және әсерді бағалау барысында оны ескерту мақсатымен жұртшылықты жоспарланған қызмет туралы және оның қоршаған ортаға ықтимал әсері туралы хабардар етуге бағытталған, ҚОӘБ шеңберінде жүргізілетін іс-шаралар кешені;

- қоғамдық талқылаулар – халықтың (жұртшылықтың) мүдделерін қозғайтын көзделіп отырған қызметті орындау жөніндегі шешімдерді қабылдауға оның қатысуына кепілдік беретін тура және кері ақпараттық байланысты қамтамасыз ететін, ҚОӘБ-тің құрамдас бөлігінің жалпылама атауы.

«Мемлекеттік органдардың шешімдер қабылдауына коммерциялық емес ұйымдардың, азаматтардың кеңінен қатысуын қамтамасыз етуді» мақсат еткен тағы бір заң – 2015 жылғы 2 қарашада шығарылған ҚР «Қоғамдық кеңестер туралы» заңы. Бұл заңда «осы заңның 5-бабы 1-тармағының 1), 5) және 6) тармақшаларында, 5-1-бабы 1-тармағының 1) тармақшасында көзделген мәселелерді, сондай-ақ мемлекеттік органдардың, квазимемлекеттік сектор субъектілерінің қоғамдық маңызы бар шешімдерін олардың қоғамдық мүдделерге сәйкестігі мәселесі бойынша жария талқылау үшін жиналыс өткізу арқылы жүзеге асырылатын қоғамдық бақылау рәсімі қоғамдық тыңдау деп түсінілетіні» жазылған.

Заңдардан бөлек қоғамдық жария өткізудің тәртібін реттейтін ведомстволық бұйрықтар бар. Мысалы, Қазақстан Республикасы Экология, геология және табиғи ресурстар министрінің м.а. 2021 жылғы 3 тамыздағы №286 «Қоғамдық тыңдаулар өткізу қағидаларын бекіту туралы», сондай-ақ Қазақстан Республикасы Индустрия және инфрақұрылымдық даму министрінің «Қала құрылысы жобаларын (егжей-тегжейлі жоспарлау жоба-

лары мен құрылыс салу жобаларын) әзірлеу, келісу және бекіту қағидаларын бекіту туралы» 2020 жылғы 30 қыркүйектегі №505 бұйрығына өзгертулер мен толықтырулар енгізу туралы» бұйрығы.

Бәленің бәрі майда-шүйдеден шығады немесе ұғымдарға нақты анықтама берудің маңызы

2019 жылғы қазанда ҚР Президенті Қасым-Жомарт Тоқаев Алматыда әлеуметтік-экономикалық даму жөнінде жиналыс өткізіп, жергілікті атқарушы билік өкілдеріне қала құрылысы мәселелерін ашық және жұртшылыққа жария түрде шешіндер деп тапсырма берді. 2021 жылғы 25 наурызда қалалық мәслихат депутаттары қала құрылысын жоспарлау туралы жаңа ереже шығарып, онда құрылыс компанияларын «құрылыс салушылар мен алматылықтардың мүддесі арасында үйлесімді тепе-теңдік қалыптастыру» үшін құрылыс басталған аудан халқымен қоғамдық талқылау өткізуге міндеттеген. «Защитим Алматы» ҚБ құрылтайшыларының бірі М. Касенов «Қаланың Бас жоспары жоқ болғандықтан, бұл шаруа оңай шешілмейді. 2021 жылғы 15 сәуірде жаңа Бас жоспар жобасын қоғам болып талқылау нәтижесіз аяқталған еді» дейді. Қоғам белсенділері жоспарға өзгеріс енгізу жөніндегі жобаны талқылауды заңсыз деп тану керек, халық ұсынысын ескере отырып қайта толықтыру керек деп талап еткен. Оның үстіне белсенділер «Қазақстан азаматтарын дәл бұлай кемсіту ҚР Конституциясының 3, 14, 33 және 31-бабын, ҚР «Ақпаратқа қол жеткізу туралы» заңын, ҚР «Жергілікті мемлекеттік басқару және өзін-өзі басқару туралы» заңын, сондай-ақ ҚР «Экология кодексі» мен «Орхус конвенциясы» нормаларын тікелей бұзып отырғандықтан, жұмыс тобынан шығатынын мәлімдеген».

Болған жағдайды реттеу үшін 2021 жылғы мамырда қала құрылысына қойылатын талаптарды, тарихи маңызды объектілерді анықтайтын, құрылыс салу тығыздығын және ғимараттар биіктігін т.б. бекітетін «Алматы қаласының сәулеттік келбетін қалыптастыру және қала құрылысын жоспарлау қағидаларын» әзірлеп бекітті. Бұл құжатта алда салынатын құрылыс жайы ашық және жария талқылануға тиіс деп жазылған, бірақ «онда «қоғамдық талқылау» ұғымына анықтама берілмеген және оны қалай өткізу керегі жазылмаған. Сондайақ қағиданың «қоғамдық талқылауды Заңның 13-бабы шеңберінде ашық және жария түрде өткізу, қоғамдық тыңдаушылардың пікірін ескеру қажет» деген 4-тармағы да түсініксіз. Қағидада қоғамдық тыңдаушы деген кім екені жазылмаған.

«ҚР ИИДМ-нің 2020 жылғы 30 қыркүйектегі №505 бұйрығына өзгертулер мен толықтырулар енгізу туралы» құжатта қоғамдық талқылау ұғымына мынадай анықтама берілген: «ашық жиналыстар өткізу, көпшілік талқылауларын жүргізу арқылы сәулет, қала құрылысы және құрылыс саласына қатысты мемлекеттік және басқарушылық шешімдерді қабылдауға қоғамның қатысу нысандарының бірі». Осы бұйрық жобасы туралы жазылған түсіндірме хатқа назар аударсақ, көп нәрсеге қанық боламыз: «Анықтама ретінде: Қағидаларды 5-тараумен толықтырылсын. Ашық отырыстар арқылы қоғамдық талқылаулардың өткізу тәртібімен толықтырулар енгізу қажеттігі Нұр-Сұлтан, Алматы және Шымкент қалалары әкімдіктерінің, қала аумақтарында тұрғын үйлерді нүктелі, тығыз құрылыс салу, әлеуметтік және инженерлік инфрақұрылымдарды алдын ала салмауы іс-әрекетіне көптеген өтініштер мен шағымдардың келіп түсуіне байланысты туындады». Бұл мемлекеттік құрылымдар тұрғындар мен қоғамдық ұйымдардың конструктив өтініштерін ескеру керегін көрсетіп отыр, ал ондай нәтижеге жету үшін, сарапшылардың айтуынша, «уақыт пен адам ресурсы тым көп қажет».

Қоғамдық тыңдау мен қоғамдық талқылау – негізі бір ұғым, екеуі де жобаны талқылайтын жария тыңдау, «тұрғындармен жиналыс өткізу және анықталған пікірлерді ескеру». Рәсім ретінде екеуінің аса айырмашылығы жоқ.

27.06.2022 жылғы ИИДМ бұйрығында мынадай анықтама бар: «мүдделі жұртшылық – қоршаған

ортаға қатысты мәселелер бойынша қабылданып шешімдерде мүдделері қозғалатын немесе қозғалуы мүмкін немесе осы шешімдерді қабылдау үдерісіне қатысуға мүдделі жұртшылық». Қоғамдық талқылауға қатысатын адамдар ортасы қандай болатынын анықтайтындықтан, мұның маңызы өте зор. Жергілікті уәкілетті органдар мұндай адамдар ортасын азайтуға, сиретуге тырысады. Алматы қаласы қалалық жоспарлау және урбанистика басқармасы «Алматы қаласының айрықша мәртебесі туралы» ҚР заңына енгізілетін өзгертулер мен толықтыруларды әзірлеп, ҚР Мәжілісіне жолдаған. Мұның бұған дейінгі құжаттардан бір ерекшелігі: құжатты дайындағандар қоғамдық талқылауға түсуі керек құрылыс жобалары тізімін қысқартқан. Тізімнен талай уақыттан бері Алматы қала құрылысындағы негізгі мәселе болып келе жатқан әрі халық наразылығын тудырған көппәтерлі тұрғын үй ғимараттары құрылыс жобасын алып тастаған, тек қаладағы өзендердің су қорғау белдеуіне салынатын көппәтерлі тұрғын үй ғимараттары құрылысын қалдырған. Сөйтіп, басқарма тұрғындарды өздеріне тікелей қатысы бар мәселелерді талқылауға қатысу, алаңдатқан сұрақтарын қою құқығынан айырып, Экология кодексіндегі «мүдделі жұртшылық» деген маңызды нормадан бас тартуды ұсынып отыр. Ұсыныс авторларының ойынша, бұл қағидалар бекітілсе, «конфликтіні шешу жолын анықтауға мүмкіндік береді», ал біздіңше, заңға мұндай өзгеріс енгізу қоғамды шешім қабылдау рәсіміне қатыстыру ісін әділ ұйымдастыру белгісіне қайшы, тұрғындардың «қала құрылысы және сәулет-құрылыс құжаттамасы бекітілгенге дейін жеке және заңды тұлғалардың талқылауға қатысу, қоғамдық немесе жеке мүдделерді қозғайтын, қабылданатын шешімдерді өзгерту жөнінде ұсыныстар енгізу» құқығын шектеп отыр.

Ұсыныстар

Әзірленіп жатқан ҚР Қала құрылысы кодексіне «қоғамдық тыңдау» мен «қоғамдық талқылау» институттары арасында нендей айырмашылық барын енгізу керек. Қайсы қайда қолданылатынын нақты жазу, талқылау мен тыңдауды ұйымдастыру тәртібі, азаматтар қалай қатысады, өткізу мерзімі, тіркеу рәсімі, дауыс беру, қворумы, белгілеу, пікірді есепке алу мен хаттама жазу жолын бекіту керек. Тыңдаудан соң міндетті түрде хаттаманың толық мәтіні сайтқа жариялануы керек. Бұлар қажет талаптар, себебі нақты анықтама болмағандықтан, тәртіп бойынша орындалмағандықтан, заңнама құжаттарын әркім өзінше тарқатып, дұрыс түсінбейді, сондықтан мұндай талап болуға тиіс.

- Қала құрылысы кеңесіне құрылыс жобаларын жібермей тұрып, міндетті түрде барлық талапқа сай қоғамдық талқылау өткізіп, сонда қарау керек. Қоғамдық тыңдау хаттамасы жоқ жобаны Кеңесте қарамау керек, өйткені Қала құрылысы кеңесіне мүше адамдар лауазымды қызметтегі адамдар емес, сондықтан олар салынатын құрылыс нысанына қатысты тұрғындар қажеті мен талаптарын білмеуі мүмкін.

- Қала құрылысы кеңесі қоғамдық талқылау барысында мүдделі жұртшылықтың осы жобаға қатысты мүддесі мен пікірі қаншалық тең ескерілгенін қадағалауға тиіс.

- Тұрғындардың бәрі қатыса алуы үшін талқылау аралас, яғни онлайн және оффлайн түрде өтуі керек.

- Дауыс беру рәсімін, ұсыныстарды ескеру мен мақұлдау тәртібін сақтай отырып ашық шешім қабылдауды қадағалау керек.

- Талқылау өткізу, дауыс беру, мүдделі жұртшылықтың ұсыныстарын енгізу және ескеру рәсімі заңда қалай бекітілгенін жалпақ тілде түсіндіретін жадынама дайындау керек.

- Мүдделі жұртшылық белсенді болуға тиіс. Қоғамдық талқылауды ұйымдастыру барысында қандай да бір жөнсіздік болса, соны анықтап, оған жол бермеуге тиіс.

Зерттеуші: Бақытнұр Отарбаева, саясаттану ғылымының докторы, Алматы менеджмент университетінің профессоры.

БІЛІМ

Алматыдағы үздік мектепке
56 млн теңге берілді

Алматыда мұғалімдер күніне арналған салтанатты жиында «Үздік білім беру ұйымы» байқауының жеңімпазы марапатталды, деп хабарлайды ҚазАқпарат тілшісі.

С.А.Қожықов атындағы №39 мамандандырылған лицейі «Ең үздік орта білім беру мекемесі» деп танылып, ұжым 56 миллион теңге көлеміндегі әкім грантын иеленді.

Аталған қаржы мектепті материалды-техникалық жабдықтауға жұмсалмақ.

Байқау комиссиясының құрамына қала әкімінің орынбасары, Білім басқармасының өкілдері, білім беру ардагерлері, республикалық білім беру ұйымдарының, қоғамдық ұйымдардың директорлары және т.б. кірді.

Байқау екі кезеңде өткізілді: аудандық кезең – 26 сәуірден 5 мамырға дейін және қалалық кезең – 10 мамырдан 30 маусымға дейін.

Бірінші кезеңде аудандардан сегіз орта білім беру ұйымы ұсынылды. Олардың ішінде: Алатау ауданының №180 жалпы білім беретін мектебі; Алатау ауданының № 201 мектеп-гимназиясы; Алмалы ауданының С.А.Қожықов атындағы №39 мамандандырылған лицейі; Әуезов ауданының А.Байтұрсынов атындағы №139 мектеп-гимназиясы; Бостандық ауданының Махатма Ганди атындағы №92 мамандандырылған лицейі; Жетісу ауданының Сүйінбай атындағы № 143 мектеп-лицейі; Наурызбай ауданының №174 мектеп-гимназиясы; Түркісіб ауданының №198 жалпы білім беретін мектебі.

Жеңімпаз бірнеше критерий бойынша таңдалды. Олардың ішінде: технологияларды оқу үдерісіне енгізе білу, мұғалімдердің өзін-өзі жүзеге асыруына жағдайдың болуы және оқушылардың оқуда жоғары көрсеткіштері ескерілді.



МЕДИЦИНА

Алматыда жүрегі ауыратын науқастарға
смартфон арқылы басқарылатын
дефибрилляторлар орнатылды

Кардиология және ішкі аурулар ғылыми зерттеу институтында пациенттерге қашықтан мониторинг жүйесіне қосу мүмкіндігімен жаңа буын дефибрилляторлары орнатылды. Сол арқылы қашықтан бақылауға болады. Ол үшін науқастың ұялы телефонына арнайы бағдарлама жүктеледі.

Кардиология және ішкі аурулар ғылыми зерттеу институтының Басқарма төрағасы Марат Пашимовтың айтуынша, жүрек жеткіліксіздігі ауруына шалдығып, дефибриллятор қойылған науқастар қашықтан мониторинг жүйесіне қосылады. Мұндай технология кез келген жерден бақылауға мүмкіндік береді.

«Алматыда алғаш рет біздің клиникада жүрек қызметінің жеткіліксіздігі бар пациенттерге қашықтан мониторинг жүйесіне қосу мүмкіндігімен жаңа буын дефибрилляторлары имплантацияланды. Мұндай технология жүректің кенеттен тоқтап қалуын, аурудың ауыр зардаптарын болдырмау үшін емдеу схемасын түзетеді. Бұл республикалық орталықтарға дефибриллятор имплантацияланғаннан кейін тексеруге келе алмайтын елдің басқа аймақтарынан келген науқастар үшін өте қолайлы. Заманауи техно-



логиялар пациенттің телефонына арнайы қосымшаны орнату арқылы бақылауға мүмкіндік береді. Дербес деректер шифрланады және орталықтандырылған серверге түседі, оған тек осы саладағы сертификатталған мамандар ғана қол жеткізе алады», – дейді Марат Пашимов.

Жүрек ырғағы мен өткізгіштігінің бұзылуы бөлімшесінің меңгерушісі Бағдат Ахыт сөзінші, қазір қазақстандық дәрігерлер кардиостимуляторды енгізуді жақсы меңгеріп алған. Бірақ электродтарды имплантациялау бойынша әлі де тәжірибені арттыра түсу керек.

«Экстракция (алу) кезіндегі клиникалық жағдай тез өзгеруі мүмкін, сондықтан команда кез келген жағдай-

ға дайын болуы керек. Ұзақ уақыт имплантацияланған электрод алынған кезде жүрек бұлшықетінің жыртылуы сияқты асқынуларға немесе өлімге әкелуі мүмкін. Мұндай жағдайларда операция нәтижесі команданың – тек аритмологтар ғана емес, сонымен қатар анестезиологтар, трансфузиологтар, перфузиологтар, кардиохирургтар, техникалық қызметкерлер және басқалардың үйлесімді жұмысымен қамтамасыз етіледі», – деді ол.

Ресейлік аритмолог дәрігер Сергей Артеменко қазақстандық әріптестеріне дәл осы жүрек ырғағы мен өткізгіштігіне қатысты білгенімен бөлісуге арнайы келген. 10 күн ішінде 50-ге жуық операция жасау жоспарланып отыр.

ҚЫСҚЫ МАУСЫМ

Алматыда газ құбырлары қысқа қаншалықты дайын

Алматыда тұрғындарды газбен қамтуға күзгі, қысқы маусымға дайындық жұмыстары 100% аяқталды. Бұл туралы өңірлік коммуникациялар қызметінде өткен брифингінде «ҚазТрансГаз Аймақ» АҚ Алматы өндірістік филиалы директорының бірінші орынбасары Талғат Бұрамбаев айтты, деп хабарлайды ҚазАқпарат тілшісі.

«2023-2024 жылдары күзгі, қысқы маусымнан қысыл-

май өтіп, тұтынушыларды сапалы газбен қамту ету үшін 10 жөндеу, 7 апаттық бригада жұмылдырылды. Жөндеу бригадалары қажетті материалдармен, құрылғы, құрал-жабдық, арнайы киіммен және техникамен толық жабдықталды», – деді Талғат Бұрамбаев.

Оның айтуынша, «ҚазТрансГаз Аймақ» АҚ бүгінгі таңда 5 мыңнан астам шақырым газқұбырын пайдаланады.

Оның ішінде Алматы қаласы бойынша – 4 шақырым құбыр қанағаттанарлық жағдайда, желілер 36%-ға тозған.



Брифинг барысында «ҚазТрансГазАймақ» АҚ Алматы өндірістік филиалының өндірістік-техникалық бөлімінің бастығы Ділдә-

бек Күлтеміров табиғи газ бен көміртегі тотығы аққан жағдайда, газ беруді тоқтатын газ дабылдарын орнатуды ұсынды.

«ҚазТрансГазАймақ» АҚ Алматы өндірістік филиалы өндірістік-техникалық бөлімі басшысының орынбасары Ғалым Бекен табиғи газды пайдалануда қауіпсіздік ережелерін сақтау қажеттігін ескертті.

«Пеш пайдалануға өз іс-әрекетін бақыламайтын және пеш жағу ережелерін білмейтін балалар мен адамдарды жіберуге тыйым салынады. Газды қыздыра-

тын құрылғыға өз бетінше қандай да бір өзгерістер енгізуге, жылыту үшін газ аспаптарын пайдалануға, терезелер жабық кезде пештерді пайдалануға, газ аспаптары орнатылған үй-жайда ұйықтауға, демалуға болмайды. Газдың ағып кетуіне күдік туындаған жағдайда газ қызметінің «104» нөміріне қоңырау шалу қажет, сондай-ақ, пәтерде газдың иісі болған кезде барлық газ крандарын дереу жауып, үй-жайды тексеріп, ашық отты пайдаланбау, электр құралдарын қоспау қажет», – деді Ғалым Бекен.

ШОУ-БИЗНЕС

Төреғали Төреәлі әйеліне су жаңа көлік сыйлады

Атышулы әнші Төреғали Төреәлі келіншегі Толқынға автокөлік сыйлады.

Өнер иесі әлеуметтік желідегі парақшасында қуанышымен бөлісіп, видео жариялады. Бейнежазбадан Төреғалидің Толқынға тосый сый жасап, темір тұлпарының кілтін тапсырып жатқанын көруге болады.

– Толқын менің мән берген өміріме, Құтты болсын айтайық көлігіне. Анамды той-думанда ап жүрсін деп Ат мінгізіп жатырмыз келініне», – деп

жазба қалдырды Төреғали желіге жүктеген видеоның астына.

Желі қолданушылары Толқынға құтты болсын айтып, Төреғалиді қағытпа қалжыңымен өткен істі еске түсірді.

«Права кетті сотталып, қалдым енді тоқталып, тасысын деп мені өр қырға, көлік алдым Толқынға» десеңші», «Правам жоқ, енді келіншегім айдасын де», «Өзіңде енді көлік айдауға рұқсат болмаған соң көлікті Толқынға бердің бе», «Жұғысты болсын маған да», «Берекелі көлік болсын, құтты болсын», «Тамаша! Құтты болсын! Толқынға кеме әперсең де жарасады», – деп жазды желідегілер.



ІШКІ ТУРИЗМ

Қайыңдыға барар жолда автобус пен УАЗ соқтығысып, бір адам қаза тапты

Алматы облысындағы Қайыңдыға барар жолда автобус пен УАЗ соқтығысты.

Қайғылы оқиға туралы Алматы облысының полиция басшысы Бауыржан Әленов мәлімдеді. Оқиға

5 қазанда сағат 14:40-та Кеген ауданы Сатин ауылдық округі аумағында Қайыңды-Саты тау жолының бойында болған. Тоғызыншы шақырымда қарсы бағытқа шығып келе жатқан 47 жастағы

автобус жүргізушісі 1997 жылы туған О. басқарған УАЗ көлігімен бетпе-бет соқтығысқан.

Оқиға салдарынан 36 жастағы жолаушы көз жұмды. Тағы алты адам ауруханаға жатқызылған. Жол-көлік оқиғасының мән-жайын анықтау 345-баптың 3-бөлігі «Адам өліміне әкеп соққан жол қозғалысы ережелерін бұзу» бойынша қылмыстық құқық бұзушылық негізінде жүргізіледі.

Автобус жүргізушісі Кеген ауданындағы уақытша ұстау изоляторына қамалған. Осы жол-көлік оқиғасының барлық мән-жайын объективті зерттеуге бағытталған сараптамалар тағайындау арқылы қажетті тергеу әрекеттері жүргізіледі.



АЗИАДА



Қазақстан Азия ойындарының қорытындысы бойынша 11-орынды иеленді

Қазақстан құрамасы Қытайда өткен Азия ойындарының қорытындысы бойынша 11-орынға ие болды.

Жарыс қорытындысы бойынша қазақстандық спортшылар 80 медаль жеңіп алды. Оның ішінде

10 алтын, 22 күміс және 48 қола бар.

Жұлде саны бойынша бірінші орынды Қытай, екінші Жапония және үшінші орынды Оңтүстік Корея алды.

Посткеңестік кеңістіктегі елдер арасынан үздік ондыққа тек Өзбекстан ілінді, олар бесінші орында тұр.

ТУРИЗМ



Алматыдан Дохаға әуе рейстері артады

Енді Qatar Airways әуе компаниясы Алматы – Доха бағыты бойынша күніне екі рет ұшады, деп хабарлайды Азаматтық авиация комитеті.

Биыл жазда Қазақстан мен Катардың авиациялық билігі арасында өткен келіссөз барысында елдер арасындағы рұқсат етілген жиіліктер саны ұлғайтылды.

«Осы келіссөздердің нәтижесі бойынша Qatar Airways «Алматы– Доха» бағыты бойынша тікелей тұрақты жолаушылар рей-

стерінің санын 2023-2024 жылғы күзгі-қысқы кезеңнен бастап аптасына 7-ден 14 ретке дейін (күніне 2 рейс) ұлғайтуды жоспарлап отыр», – делінген хабарламада.

Сондай-ақ Qatar Airways жақын арада екі елдің астаналары арасында әуе рейстерін ашу мәселесін де қарастырып жатыр.

Комитет екі ел арасындағы рейстер санының артуы туризм, инвестициялық, іскерлік және мәдени ынтымақтастықты одан әрі дамытуға ықпал ететінін атап өтті.

1 >>>

Но если дать определение медитации как способа находиться в моменте, не вовлекаясь в переживания о прошлом и не тревожась о будущем, то достичь этой цели можно в медитации сосредоточения, когда вы фокусируетесь на каком-то звуке, объекте, мысли или своем дыхании, или в динамической медитации, то есть в прогулке или даже в танце. Более того, вязание, вышивание, складывание пазла, вырезание лобзиком – тоже динамическая медитация.

В борьбе с тяжелыми эмоциональными переживаниями также помогают практики визуализации, когда мы рисуем в воображении нечто желанное или просто приятное. Они могут быть связаны с тем, чего не существует, или с изменением сценария произошедших событий.

Как научиться медитировать

1 **Определитесь с целью**
Для начала нужно понять, чего вы хотите добиться в результате медитации: снять стресс, повысить концентрацию, настроиться на день или на качественный сон. От этого зависит формат практики, ее продолжительность и наиболее подходящее время.

2 **Решите, подходят ли вам групповые занятия**

Медитировать можно как в одиночку, так и в паре или группе. Выбор, опять же, зависит от целей практики и ваших предпочтений. Во-первых, уже на этом этапе формируется четкое намерение: нужно найти группу и место, добраться до него, организовать себя. Во-вторых, пример других людей и энтузиазм группы может вдохновить на то, чтобы начать медитировать. Освоив групповую медитацию, можно перейти к индивидуальной.

С другой стороны, для многих медитация – достаточно интимный, личный процесс, настроиться на нее в окружении посторонних людей бывает сложно. Именно концентрация на процессе влияет на эффективность практики, а как это произойдет, в группе или наедине с собой, вопрос уже второстепенный.

3 **Попробуйте воспользоваться приложением**

Тем, кто практикует медитацию давно, легче направлять себя самостоятельно. А вот новичкам может понадобиться помощь – напоминания расслабить каждую часть тела, делать глубокие вдохи и выдохи, следить за потоками воздуха, отпускать навязчивые

мысли, а также фиксировать время. Таким проводником могут быть аудиомедитации. Наиболее полная коллекция медитаций разного формата, направленности и продолжительности собрана в специализированных приложениях: например, Meditopia или Insight Timer. Инструкции в них даются

глубокий вдох». Это, конечно, не вполне полноценная практика, но уже что-то, чтобы ощущать свое присутствие здесь и сейчас.

В приложениях для медитаций также можно установить уведомления, которые будут сигнализировать о необходимости обратить внимание на свое внутрен-

нюю кожу бюстгальтер едва ли станут хорошими соратниками в медитации. Куда лучше надеть то, от чего не хочется чесаться и что не нужно постоянно поправлять. Например, свободную футболку и брюки из натуральных материалов.

Установите таймер: чтобы не отвлекаться на то, доста-

поставив таймер и обеспечив себе комфортное тихое место, можно придерживаться следующих шагов.

Займите удобное положение. Можно расположиться на стуле с прямой спиной. Если чувствуете дискомфорт, положите под спину подушку или что-то мягкое.

Как правильно медитировать: пошаговая инструкция для новичков



приглушенным, мягким голосом, часто под музыку или звуки природы, чтобы не отвлекать от практики, а погружать в нее.

4 **Сделайте практику регулярной**

Регулярность – залог не только закрепления привычки, но и эффективности практики. Именно поэтому популяризаторы медитаций советуют медитировать хотя бы по пять минут, но каждый день. По сути, это тренировка осознанных, сфокусированных действий на фоне того, что мы делаем на автопилоте. А любая тренировка эффективна лишь тогда, когда она постоянна. Доказательство – исследование, выявившее увеличение толщины гиппокампа и, как следствие, роста способности мозга изучать новый материал и запоминать его, а также регулировать свои эмоции. Гиппокамп начинает меняться на восьмой неделе регулярной практики.

Чтобы не пропускать ежедневные медитации, можно окружить себя напоминаниями о них: например, положить коврик для йоги посреди комнаты или развесить стикеры с цитатами и фактами о пользе практик. Если рабочий день настолько загружен, что сложно выделить время даже на обед, выстройте ассоциации: «вижу дверь офиса, делаю

ее состояние, а также давать бонусы за практики без пропусков.

Как медитировать дома: с чего начать

Все рекомендации по медитациям сводятся к одному правилу – отсутствию правил. Поэтому медитировать можно в любой позе, в любое время, с любым светом, если вы чувствуете себя комфортно и видите эффект. Но несколько базовых советов для медитаций в домашних условиях все же есть.

Найдите удобное место, где вы сможете, не отвлекаясь, просидеть несколько минут. Стул, кресло или пол, твердая поверхность или мягкая – неважно. Главное, чтобы ничего не мешало концентрации.

Обеспечьте тишину: важно слышать себя, а не посторонние звуки (исключения составляют музыка, выбранная для медитации, или голос, выполняющий роль проводника). Закройте окна, попросите не шуметь близких, переведите телефон в авиарежим.

Приглушите свет: даже если вам кажется, что яркое резкое освещение в комнате вам не мешает, в процессе медитации оно может стать триггером.

Выберете удобную одежду: узкие леггинсы, колючий свитер, впившийся в

точно ли вы помедитировали, лучше заранее определить время практики и поставить будильник.

В какое время лучше медитировать

Если вам нужно настроиться на день, собраться и прожить его с большей заботой о себе, то лучше медитировать утром. Если вы используете медитацию как инструмент для повышения фокуса внимания, то ничто не мешает провести практику прямо во время рабочего дня. Если вам нужно переключиться, вернувшись с работы домой, то медитация может быть своего рода символическим актом. И конечно, можно использовать медитацию, чтобы настроиться на сон.

Можно ли медитировать лежа

Можно медитировать в любой позе. Главное – чтобы ничего не отвлекало от процесса. Другой вопрос, если поза будет слишком комфортной, например в положении лежа, а вы чувствуете себя уставшим, есть риск заснуть. Если это произошло, ни в коем случае не ругайте себя, значит, у организма в тот момент был такой приоритет. Просто подумайте, как в следующий раз организовать время и пространство, чтобы добиться другого эффекта: «Медитация просто на стуле, в кресле будет хорошим решением».

Как медитировать – под музыку, голос или в тишине

Здесь снова все зависит от личных предпочтений, а также опыта. Пока ум достаточно беспокойный, ему сложно не отвлекаться на мысли и фокусироваться на процессе, музыка и голос могут мысленно возвращать к медитации, быть своего рода поддержкой.

Как правильно медитировать дома: пошаговая инструкция для начинающих

Определив цель медитации, выбрав время,

Руки держите в мудре или на коленях.

Закройте глаза или сфокусируйте взгляд на конкретном объекте, как бы пронзая его насквозь. Не забывайте моргать.

Обратите внимание на свое тело. Поочередно расслабьте шею, плечи, ноги, руки, мышцы лица, лоб, глаза, губы. Почувствуйте кончики пальцев на руках и на ногах.

Перенесите внимание на дыхание. Следите за потоками воздуха: медленный вдох, еще более медленный выдох. Для удобства можно считать – на четыре раза или на восемь.

Следите за своими мыслями. В идеале во время практики вы не думаете ни о чем, кроме текущего момента и своего дыхания. Но посторонние мысли неизбежны, особенно если вы практикуете медитацию впервые. Не корите себя за них, но вместо того, чтобы обдумывать, крутить мысль в голове, постарайтесь мягко ее отпустить.

Постарайтесь мысленно обнять себя и мир вокруг, вообразить мягкий свет в области груди. Сконцентрировавшись на дыхании, со временем вы начнете чувствовать себя более спокойно, расслабленно, умиротворенно.

Постепенно завершите медитацию. Пошевелите кончиками пальцев, почувствуйте свое тело, откройте глаза, если они были закрыты, и окиньте взглядом окружающее вас пространство.

Поблагодарите себя за то, что смогли выделить время для практики.

Освоив базу, в практику можно интегрировать различные дополнительные элементы – например, дыхательные упражнения, визуализацию и аффирмации о мотивации, поощрении и принятии. С каждым разом входить в медитативное состояние будет все легче, причем вне зависимости от места практики и отвлекающих факторов.

ТЕЛЕПРОГРАММА НА 14 – 15 ОКТЯБРЯ

14 октябрь, суббота

QAZAQSTAN

06:00 Әнұран
06:05 Жәдігер
06:30 AQPAPAT
07:05 Күй керуен
07:45 Шанырақ
08:20 Сүйкімді София
09:00 Теледәрігер
10:10 Қилы күндер
12:10 Qazaqstan дауысы
14:45 Дала дәмі
15:10 Сәкен Майғазиевтің концерті
16:45 Ғажайып саяхат
18:00 Қилы күндер
20:00 AQPAPAT
20:20 Aqorda
20:30 Qazaqstan дауысы
22:30 Телехикая
23:30 Әзіл әлемі
00:35 Футбол. ЕУРО-2024 Іріктеу турнирі.
Дания – Қазақстан
02:40 Сезім Толқыны
04:25 AQPAPAT
04:45 Aqorda
04:55 Әнұран

Хабар

05:00 ҚР Әнұраны
05:03 Кім мықты? (17-бөлім)
06:01 Кім мықты? (18-бөлім)
07:00 Қарақатпен шай (19-бөлім)
08:00 Жарай ма?
10:00 Что скрывает ложь
12:00 Садко
13:20 Алиса и Льюис (34-бөлім)
13:33 Алиса и Льюис (35-бөлім)
13:46 Алиса и Льюис (36-бөлім)

14:00 Дүлдүлдер дүбірі (5-бөлім)
14:30 Мандай тер (18-бөлім)
16:00 Рауза: Сақураның гүлдеуі (1-бөлім)
16:52 Рауза: Сақураның гүлдеуі (2-бөлім)
17:45 Асыл домбыра (5-бөлім)
19:00 Covershow (3-бөлім)
21:00 7 күн. Прямая трансляция
21:40 Джульеттаға жолданған хаттар
23:40 Хабар
00:10 Әке бақыты
01:00 ҚР Әнұраны

КТК

05:00 Эфирдің жабылуы
07:00 ҚР Әнұраны
07:05 Жимаудың Жетістігі
07:45 КТК-да Қабатов!
08:30 КТКweb
09:00 Вечерние новости
09:40 Без Ограничений
10:20 Лети, перышко
15:00 Аталар сөзі
18:00 Шымкент шоу
21:00 Горько-соленое море любви
01:15 Было дело
02:10 КТК-да Қабатов!
03:10 Шымкент шоу

Первый Евразия LIVE

06:00 Той базар
07:45 П@УТИНА
08:50 Повара на колесах
09:50 Дорога в пустоту
14:30 Qoslike (Жаңа маусым)
16:20 Бейкүнә
17:15 Dastarqan
18:30 Айна. Прямая трансляция
19:00 Васильки для Василисы
21:05 Три сестры
01:20 Партнеры по преступлению

03:20 П@УТИНА
04:05 Той базар

31 канал

05:00 Ризамын
05:58 ҚР Әнұраны
06:00 Әзіл студио
07:00 BalaFunny
07:30 Күліп ALL
08:00 TikTok show
08:30 Time Vine
09:30 Готовим с Адель
10:00 Алдараспан
11:30 Сезім суретшісі
12:10 Тәуелсіздік күні
15:20 Маша и Дударай
17:40 Мұз дәуірі-2
19:40 Kingsman: Секретная служба
22:40 Восстание планеты обезьян
00:50 TikTok show
01:20 Time Vine
01:40 Bizdin show
02:30 31 Әзіл
03:00 What's Up?
03:30 1001 Әзіл
03:40 Әзіл студио
04:20 Bala battle
04:40 Ризамын

НТК

06:55 ҚР Әнұраны
07:00 Екі езу
07:40 Қағаз кеме
08:30 Достық 99
09:05 Insta Like
09:30 Айдаһарлар: Шалғайдағы шытырман
09:50 Игры с огнем
12:00 Бір болайық
15:00 Монстры против пришельцев

17:00 Уральские пельмени. Смехбук
18:00 Джон Уик
19:50 Великий уравниатель 2
22:20 Человек на Кэррион-роуд
01:00 Қызық Live
01:40 Taboo
03:10 Insta Like
04:00 Екі езу

QazSport

07:00 Әнұран
07:05 Хоккей. ҚХЛ. «Барыс» (Астана)–«Локомотив» (Ярославль)
09:35 QAZSPORT алаңы
10:15 Футбол. EURO-2024 іріктеу турнирі. Португалия – Словакия
12:30 Sport Review
13:05 УЕФА Чемпиондар Лигасының журналы
13:35 Әйелдер күресінен Әлем чемпионаты. Олимпиадалық квалификация (53 кг, 62 кг, 68 кг)
14:40 Жүйріктер жолы (Алина Дауранова)
14:50 Баскетбол. ВТБ Лигасы. «Астана» – «Зенит». Прямая трансляция
16:50 Футбол. Жолдастық кездесу. «Қайрат» (Қазақстан) – «Зенит» (Россия). Прямая трансляция
18:50 Футбол. EURO-2024 іріктеу турнирі. Украина – Солтүстік Македония. Прямая трансляция
20:55 Футбол. УЕФА Чемпиондар лигасының шолуы
21:50 Футбол. EURO-2024 іріктеу турнирі. Словения – Финляндия. Прямая трансляция
23:55 УЕФА Чемпиондар Лигасының журналы
00:35 Футбол. EURO-2024 іріктеу турнирі. Дания – Қазақстан. Прямая трансляция
02:40 Әнұран

15 октябрь, воскресенье

QAZAQSTAN

06:00 Әнұран
06:05 Жәдігер
06:30 AQPAPAT
06:55 Күміс көмей
07:35 Дәуір даналары
08:20 Aqsaýut
08:45 Көңіл толқыны
09:20 Сүйкімді София
10:00 Қилы күндер
12:00 Qazaqstan дауысы
14:30 Ғажайып саяхат
15:45 Mergender mekeni
16:35 Сағындырған әндер-ай
17:25 Әйел әлемі
18:00 Қилы күндер
20:00 Арта. Прямая трансляция
20:50 Махаббатым
22:30 Телехикая
23:30 Сезім Толқыны
02:15 Арта
03:05 Әйел әлемі
03:40 Aqsaýut
04:00 Дәуір даналары
04:45 Әнұран

Хабар

05:00 ҚР Әнұраны
05:03 Кім мықты? (19-бөлім)
06:16 Кім мықты? (20-бөлім)
07:30 Қарақатпен шай (20-бөлім)
08:30 Культурный контекст
09:00 Оянған өлке (6-бөлім)
10:00 Джульеттаға жолданған хаттар
12:00 Капитан Шарки
13:15 Алиса и Льюис (37-бөлім)

13:26 Алиса и Льюис (38-бөлім)
13:37 Алиса и Льюис (39-бөлім)
13:48 Алиса и Льюис (40-бөлім)
14:00 Covershow (3-бөлім)
16:00 Рауза: Сақураның гүлдеуі (3-бөлім)
16:45 Рауза: Сақураның гүлдеуі (4-бөлім)
17:30 Рауза: Сақураның гүлдеуі (5-бөлім)
18:15 Алғашқы (5-бөлім)
19:30 Қызық times (21-бөлім)
21:00 7 күн. Прямая трансляция
21:40 Отдел журналистских расследований
22:15 Точка возврата
00:15 Хабар
01:00 ҚР Әнұраны

КТК

05:00 Эфирдің жабылуы
07:00 ҚР Әнұраны
07:05 Ән мен әнші
09:00 Парад юмора
10:50 Горько-соленое море любви
15:00 Аталар сөзі
18:10 Рахымжан Жақайымның ән кеші
20:00 Кел, сырқайық
21:00 Динамен дұрыс
22:00 Портрет недели
23:00 Земля Эльзы
01:20 МногоДеДный
02:45 Было дело
03:30 Рахымжан Жақайымның ән кеші

Первый Евразия LIVE

06:00 Той базар
07:20 П@УТИНА
08:10 Воскресные беседы
08:20 Поехали!
09:15 Қайтақ

09:50 Дорога в пустоту
18:40 Әгугай
20:00 Аналитика. Прямая трансляция
20:45 Три сестры
01:00 Что? Где? Кайда? (Осенняя серия игр)
02:05 Она же Грэйс
03:35 П@УТИНА
04:10 Той базар

31 канал

06:00 Әзіл студио
07:00 BalaFunny
07:30 Күліп ALL
08:00 TikTok show
08:30 Time Vine
09:00 TeleBingo. Прямая трансляция
09:25 Готовим с Адель
10:00 Алдараспан
11:30 Сезім суретшісі
12:10 Маша и Дударай
14:30 Мұз дәуірі -2
16:30 Kingsman: Секретная служба
19:30 Восстание планеты обезьян
21:50 Трон: Наследие
00:50 Күйеу берсең, күш бер
02:30 Bizdin show
04:00 1001 Әзіл
04:10 Ризамын
04:30 Bala Battle

НТК

06:55 ҚР Әнұраны
07:00 Екі езу
07:40 Қағаз кеме
08:30 Достық 99
09:05 Insta Like
09:30 Монстры против пришельцев
11:20 Виво

13:20 Джон Уик
15:40 Великий уравниатель 2
18:50 Веном
20:50 Ограбление в ураган
23:00 1408
01:40 Қызық Live
02:20 Taboo
03:50 Insta Like
04:10 Екі езу

QazSport

05:55 Әнұран
06:00 Кәсіпқой Бокс. Жәнібек Әлімханұлы – Винченцо Гуальтьери. Прямая трансляция
11:00 Футбол. УЕФА Еуропа Лигасы. Топтық кезең. «Вильярреал» (Испания) – «Ренн» (Франция)
13:10 Грек-рим күресінен Әлем чемпионаты. Олимпиадалық квалификация. (60 кг, 97 кг)
14:20 Sport Review
14:55 Хоккей. ҚХЛ. «Барыс» (Астана) – «Металлург МГ» (Магнитогорск). Прямая трансляция
17:30 Ауыр атлетика. Әлем Чемпионаты. (Ерлер 109 кг)
19:45 XIX Жазғы Азия Ойындары. Жүзу. Финал. (Ерлер, Әйелдер)
21:50 Футбол. Euro-2024 іріктеу турнирі. Швейцария – Беларусь. Прямая трансляция
23:55 УЕФА Чемпиондар Лигасының журналы
00:35 Футбол. Euro-2024 іріктеу турнирі. Норвегия – Испания. Прямая трансляция
02:40 Арнайы репортаж (Тоғызқұмалақ - ойшылдар ойыны)
02:55 Әнұран

АФИША

КУДА СВОДИТЬ ДЕТЕЙ?



Спектакль «Мечта»

«Мечта» это вывернутые наизнанку души двух девочек-подростков. Со всеми страхами, переживаниями и странными логическими цепочками. Истории, похожие на дневниковые записи, отправят зрителя в путешествие во времени и, возможно, позволят посмотреть на современную молодежь совсем иначе.
Место проведения: Досмухамедова, 78А, вход с улицы Кабанбай батыра, ART-Убежище BUNKER
Дата и время: 14 октября 2023, 20:00.
Стоимость билета: от 3000 тг.



Мультимедийная выставка легендарного стрит-арт художника Бэнкси (Banksy) в Алматы!

«Люди либо любят меня, либо ненавидят, либо им на меня плевать». Banksy
Искусство Бэнкси – это современная мифология, окутанная множеством тайн, интриг, провокаций и скандалов.
На выставке раскрываются основные темы его работы: политика, милитаризация, использование рабского труда, потребление и другие пороки современного общества.
Место проведения: Проспект Аль-Фараби, 13 к2в напротив ЧФ Фонд Нурсултана Назарбаева «Мультимедийный музей Lumiere-Hall»
Дата и время: 14 октября 2023 год, 11:00
Стоимость билета: от 3000 тг.



Нурлан Онербаев концерт в Алматы

Много лет назад он покорила публику своим приятным тембром и красивыми песнями. Песни о матери, родной земле полюбили слушателей. Его нетленная композиция «Анашым» является поистине народной песней в Казахстане
В этом году творчеству артиста 45 лет как он уже на сцене. Приглашаем вас на концерт где он будет исполнять свои знаменитые, душевные, народные и новые хиты.
Место проведения: пр. Достык, 56, уг. пр. Абая, Дворец Республики
Дата и время: 15 октября 2023 год, 19:00
Стоимость билета: от 4000 тг.



Семейный Шоу-спектакль «Мечты Меняющие Мир» в Алматы

Добро пожаловать на первый шоу-спектакль, который помогает детям осуществить свои мечты. Яркое лазерное шоу, опыты с электричеством и невероятные научные эксперименты. Все это предшествовало великим открытиям известных ученых, изобретателей и трюкачей.
Вы хотите, чтобы ваш ребенок исполнил свою мечту? Тогда до встречи на шоу «Мечты, меняющие мир»!
Место проведения: Театр им. Наталии Сац, мкр.12, д.22
Дата и время: 14 октября 2023 год, 13:00, 16:00
Стоимость билета: от 6000 тг..



Красная шляпочка

Когда мы идём в театр, то обычно представляем себе, что там все профессионалы, окончившие театральные ВУЗы. Но если бы вам сказали, что актёры только-только начинают постигать азы мастерства? Пошли бы вы? Театр Ермашова в Алматы как раз из таких.
Место проведения: ул. Щепкина 35, Театр Ермашова
Дата и время: 15 октября, 2023 год, в 12:00
Стоимость билета: от 2000 тг.



Дюймовочка. Театр Зазеркалье

Завораживающая сказка о маленькой девочке. В этом мире, мы все Дюймовочки. И если мы не научимся приспосабливаться к жизни, этот мир нас погубит.
Бессмертная сказка Андерсена получила новую жизнь в нашем театре. Она переносит зрителей в волшебный мир... Здесь из чудесного цветка появится крохотная девочка Дюймовочка. Ее похитят противные Жабы, прогонят надменные Майские Жуки, затем она окажется в услужении у Мыши и едва избежит замужества со скупым Кротом. Но наступит весна, и Ласточка, спасенная Дюймовочкой в зимнюю стужу, на своих крыльях перенесет ее в волшебную страну, где она встретит своего Принца.
Место проведения: пр. Абая, 117, «Театр Жас Сахна»
Дата и время: 14 октября, 2023 год, в 11:00
Стоимость билета: от 3800 тг.

СТОИТ ПОДУМАТЬ

По горизонтали:

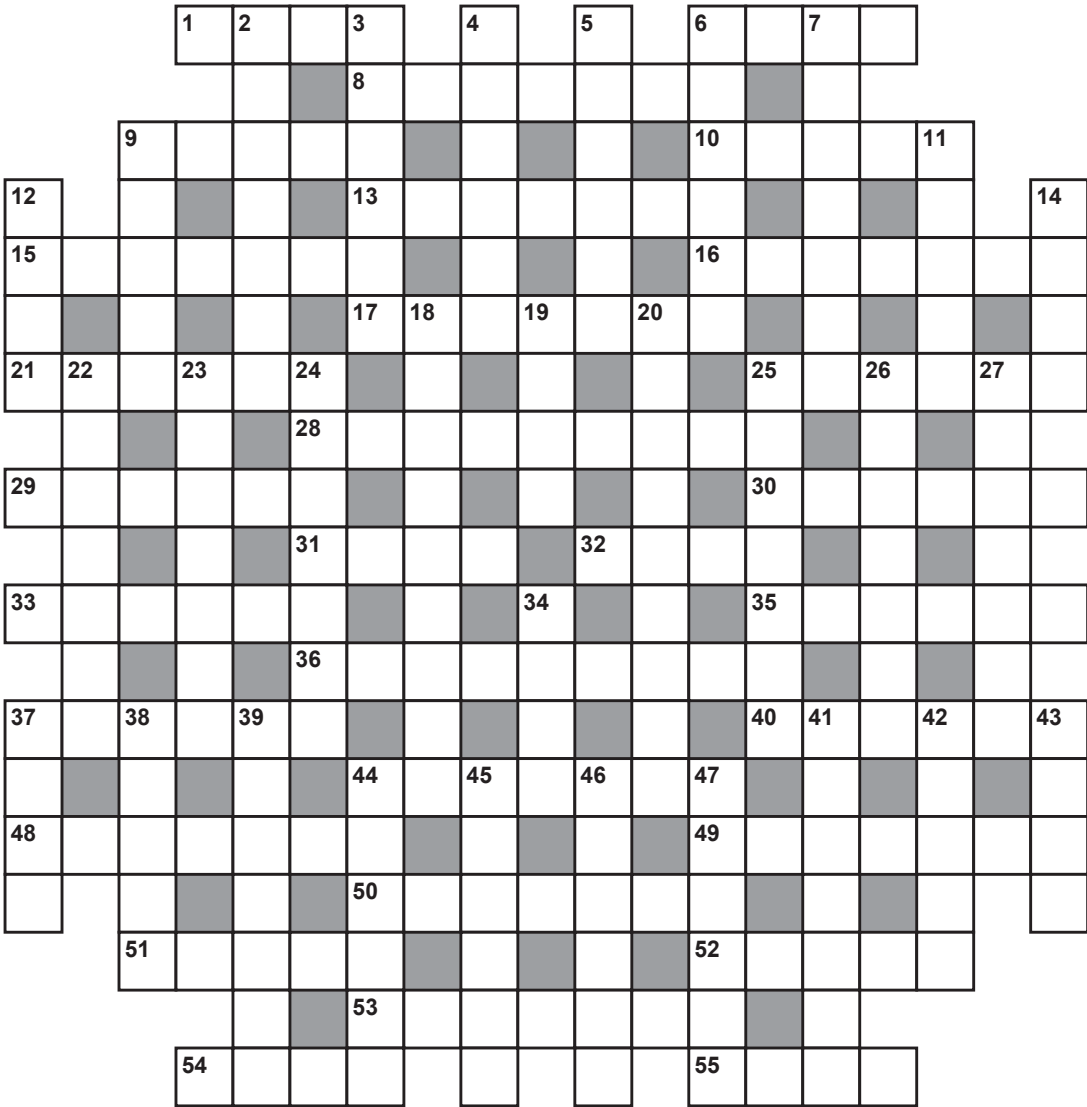
1. Болезненный звук клапана в двигателе. 6. Каждый из тех, кому солярий без надобности. 8. Неоновая соблазнительница. 9. Стол, за которым кормят знаниями. 10. «Наждак» у косметолога. 13. «Кухонная» шляпа. 15. Комплектующее совочка для строительных работ в пределах песочницы. 16. Окрысившийся водолаз. 17. У Майн Рида он без головы. 21. Моряк, научивший весь мир курить табак. 25. «Накрахмаленный» морс. 28. «Тропа» для «апорта». 29. Управляющий рубанком. 30. Шлягер после «реанимации». 31. Стрелок по влюблённым. 32. В дивизии Чапаева стреляла не только глазками. 33. Капкан на простака. 35. Измерительная анаграмма «стервы». 36. «Цитрусовая» бабочка. 37. «Бала-лайка» ковбоя. 40. «Сопло» человеческой сопелки. 44. «Генштаб» факультета. 48. Национальная выпивка под сало. 49. Последователь правдивого искусства. 50. Ягода-«негритянка». 51. Производственный воришка. 52. Творческий сосуд Архимеда. 53. Имя, сокращённое до предела. 54. Бюрократ Боярской думы. 55. Для того, чтобы увидеть это животное, надо копать и копать.

По вертикали:

2. Слово, даже фонетически обозначающее шум, гам и пустую болтовню. 3. Колбасно-танцевальный город в Польше. 4. «Хомут из шинели». 5. Птица с «глазастым» хвостом. 6. Прыгучий подход к делу. 7. Игра, в которой палкой можно сбить самолёт. 9. Чем выше он поднимается у дамы, тем ниже она опускается. 11. Определитель сознания. 12. Могильщик немого кино. 14. «Ускоритель» лыж. 18. «Глаголящий» член предложения. 19. Чёрная, озоновая или в кармане. 20. Любительница левых походов. 22. Шуточка, о которую можно порезаться. 23. Третий в компании белка и жира. 24. «Скарб со стажем». 25. Путешествующая компания из верблюдов и людей. 26. «Кудрявый гвоздь». 27. Радиоволновой сыщик. 34. Малолетка на судне. 37. Скачки от полиции. 38. Римский император-«пироман». 39. Чувство, на которое можно давить. 41. Женский магнит. 42. Она получится, если площадь поделить на ширину. 43. Судно миллионера. 44. Хозяин шести соток. 45. Шрифт, покосившийся набекрень. 46. Мысль, пришедшая в голову прямо из небесной канцелярии. 47. Коллективное доведение одиночки до белого каления.

ОТВЕТЫ:

По горизонтали: 1. Стук. 6. Нетр. 8. Нетр. 9. Парта. 10. Скраб. 13. Котелок. 15. Велёрко. 16. Ондатра. 17. Всадник. 21. Колумб. 25. Кисель. 28. Анаграмма. 29. Сто-мир. 30. Ремикс. 31. Амур. 33. Подвох. 35. Верста. 36. Лимонница. 37. Банток. 38. Бета. 39. Жалость. 41. Обаяние. 42. Дюна. 43. Яхта. 44. Дачник. 45. Кур-сив. 46. Навитие. 47. Трави. 48. Горлика. 49. Реалист. 50. Черника. 51. Несун. 52. Ванна. 53. Инцидент. 54. Дьяк. 55. Ящер. По вертикали: 2. Тарапан. 3. Краков. 4. Скатка. 5. Плавник. 6. Наскок. 7. Город-ки. 9. Подпол. 11. Бытие. 12. Звук. 14. Мазь. 18. Скакуемое. 19. Дыр. 20. Измуча. 22. Острога. 23. Утковод. 24. Барак. 25. Караван. 26. Саморез. 27. Люкатор. 34. Ремикс. 37. Банток. 38. Бета. 39. Жалость. 41. Обаяние. 42. Дюна. 43. Яхта. 44. Дачник. 45. Кур-сив. 46. Навитие. 47. Трави. 48. Горлика. 49. Реалист. 50. Черника. 51. Несун. 52. Ванна. 53. Инцидент. 54. Дьяк. 55. Ящер.



Гороскоп на неделю: 16–22 октября



ОВЕН (21 марта – 19 апреля)

Непосредственное участие Овнов на этой неделе может потребоваться во многих делах. Не давите на тех, с кем приходится взаимодействовать, даже если эти люди, по вашему мнению, не ориентируются в происходящем. Больше гуманности следует проявить и в отношении оппонентов. Это сейчас вы не можете прийти к общему мнению, но, стоит лишь захотеть, и ситуация быстро поменяется к лучшему.



ТЕЛЕЦ (20 апреля – 20 мая)

На этой неделе Тельцы получают надежду на лучшее в материальных делах. Осторожность по-прежнему жизненное кредо номер один, даже если в ряде туманных вопросов появится ясность. Звёзды советуют избегать полунамеков в ходе личных бесед. Чем яснее изложите главную мысль, тем выше шанс, что она получит поддержку. Вторую половину недели рекомендуется посвятить отдыху в максимально расслабленной обстановке. Сократите число звонков и сообщений, не бойтесь ответить всем, кто будет искать с вами общения, тактичным отказом.



БЛИЗНЕЦЫ (21 мая – 20 июня)

Астрологическая обстановка этой недели подтолкнёт Близнецов в сторону переосмысления повседневной жизни. Вероятно, придётся сделать упор не на материальных делах, а на самопознании. Чтобы глубже понять происходящее в собственных мыслях, не обязательно становиться психологом. Главное ответить себе на вопрос – что вы хотите от жизни, и как достичь этой цели. Любой начатый на этой неделе процесс остановить уже невозможно.



РАК (21 июня – 22 июля)

Раков вряд ли устроит скорость событий этой недели. Вы не способны на неё повлиять, как и нет у вашего зодиакального знака права контролировать настроение окружающих. Если почувствуете, что мир состоит только из негативных людей, лучше сейчас отказаться от любого рода контактов. В конце концов, вы, дорогие Раки, настолько самодостаточны, что и в одиночестве вам скучно не будет. В конце этой недели вас посетят неожиданное вдохновение или мощные импульсы к творчеству.



ЛЕВ (23 июля – 22 августа)

Гороскоп не советует Львам вмешиваться в события начала недели, если чувствуете, что до конца не понимаете суть происходящего. Отстраниться будет нелегко, однако, будучи плохо информированными, вы вполне можете принять неверное решение, чем, в конечном итоге, создадите новые проблемы, как для себя, так и для своих близких. С каждым днём уверенность в себе типичных представителей знака Зодиака Лев будет расти.



ДЕВА (23 августа – 22 сентября)

Эта неделя благоприятна для выполнения разного рода хозяйственных дел. Девам также стоит слегка пересмотреть материальный аспект, например, оптимизировав свои расходы. Нацелившись, дорогие Девы, следует только на то, что происходит в собственной жизни. Если попытаетесь вмешаться в судьбу кого-то другого (пусть самого близкого человека), ничем хорошим это не закончится. Гороскоп советует провести конец недели, устраняя по очереди каждую из вялотекущих проблем.



ВЕСЫ (23 сентября – 22 октября)

Любые незавершённые дела на этой неделе для Весов неприемлемы. Старайтесь довести до логической точки каждый подобный вопрос. От этого во многом зависит ваше будущее. В целом же астрологическая обстановка текущей недели Весам благоволит. Удача предвидится и в ходе личных дел, и в финансовых начинаниях. Активнее озвучивайте свои пожелания в адрес близких людей. Дорогие Весы, всё, что творится у вас в голове, известно лишь вам.



СКОРПИОН (23 октября – 21 ноября)

Гороскоп на эту неделю призывает Скорпионов принимать во всём происходящем самое живое участие. Стоять в стороне или замалчивать личное видение той или иной ситуации – значит добровольно отдать шанс на успех кому-то другому. Нельзя исключать, что при ближайшем рассмотрении станет понятно, что ваши идеи и планы оппонентов не противоречат, а дополняют друг друга. Дорогие Скорпионы, в этот период верить желательно только информации из надёжных источников.



СТРЕЛЕЦ (23 ноября – 21 декабря)

Астрологическая картина недели для Стрельцов выглядит довольно насыщенно. При желании вы способны достичь успеха, но он в свою очередь будет подразумевать крупные вложения сил, нервов и времени. Что посеешь – то и пожнёшь, это, дорогие Стрельцы, применимо для всех жизненных сфер. Ошибочно полагать, что нелояльная критика в адрес близкого человека не породит обид и разногласий.



КОЗЕРОГ (23 ноября – 21 декабря)

Уровень жизненных сил Козерогов на этой неделе будет достаточным для того, чтобы выполнить уйму дел. Если правильно распределить свободное время, удастся параллельно помочь кому-то из близких людей. Вероятно вам, дорогие Козероги, придётся вести себя по-философски или сверх педагогично. Далеко не всегда ваши слова будут в неизменном виде доходить до адресата. Это важно учесть и исправить. Во второй половине недели ожидается нестабильность в делах.



ВОДОЛЕЙ (21 января – 18 февраля)

Неделя заставит Водолеев всерьёз заняться личными отношениями. Тем, у кого есть семья, следует максимально сосредоточиться на нуждах близких людей. Дорогие Водолеи, не отказывайтесь от альтруизма. Вероятно, только полностью забыв о себе, вы сможете нормализовать ситуацию. Время заняться собой появится к выходным. Астрологическая картина конца этой недели не исключает романтических знакомств или появление в вашей жизни тени из прошлого.

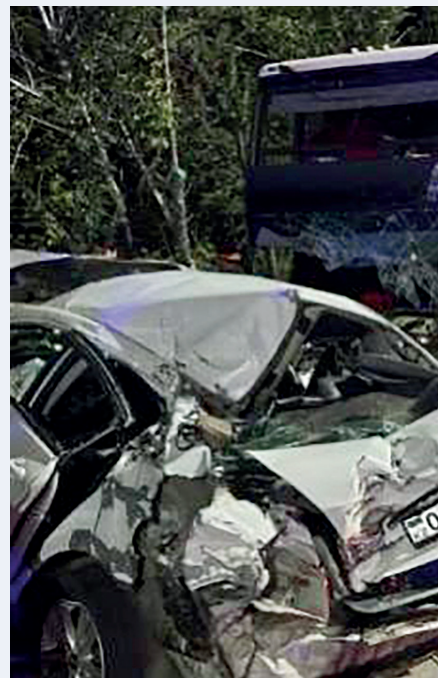
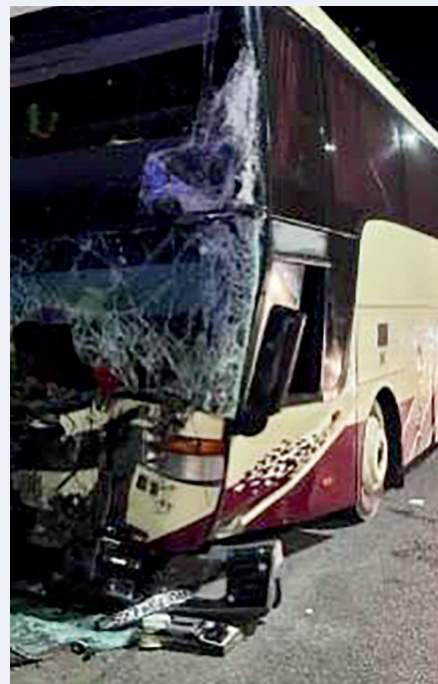


РЫБЫ (21 января – 18 февраля)

Рыбам на этой неделе придётся бороться с проблемами. Гороскоп указывает на то, что творческий потенциал представителей вашего зодиакального знака существенно возрастет. Это в свою очередь станет мотивом открывать новые стороны в хорошо знакомых вещах. Не надо вкладывать силы во что-то одно. В конце недели Рыбам нежелательно уступать от решения вопросов в личных отношениях. Чем чётче и яснее будет ответ, тем ниже вероятность ревности, обид и недосказанности.

БЕЗ КОММЕНТАРИЕВ

Пять человек погибли в ДТП в Алматинской области



ЦИФРА НОМЕРА

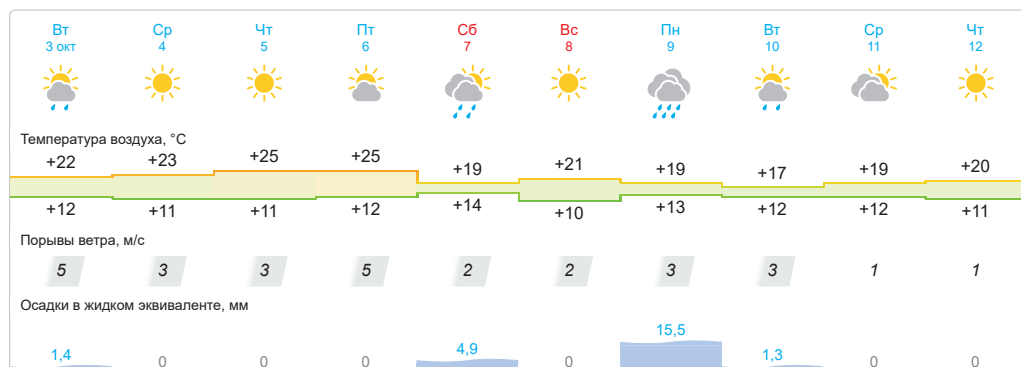
За первое полугодие 2023 года
зарегистрировано

8 345

актов о расторжении брака

ПРОГНОЗ

Погода в Алматы на 10 дней



Адрес редакции: 050004,
Алматы, ул. Баранского, 21 / Нурлыбаева, 4.

Издатель:
Асет Матаев

Главный редактор:
Сабина Нурғали

Свидетельство о постановке на учет
№ KZ30VPY00054003 выдано
Министерством информации и
общественного развития РК 19.08.2022.
Собственник: ИП Silkroad news.

Телефоны редакции:
+7 701 871 05 00.,
Отдел рекламы:
+7 701 494 99 20.

e-mail: assetms5@gmail.com.
Авторские права на материалы
газеты METRO принадлежат
ИП Silkroad news.

Газета отпечатана в АО «Алматы-Болашак»,
г. Алматы, ул. Муканова, 223 «в»,
тел. 8 (727) 278-42-02. Заказ № 22.
Тираж: 20 000 экз.
Выход газеты: еженедельно.

В материалах газеты редакция
оставляет без изменения стиль, пунктуацию
и орфографию цитируемых интернет-постов,
комментариев и сообщений.

За содержание рекламы и объявлений
редакция ответственности не несет.