ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

Киске Өфө

24-30 ғинуар (һыуығай) 2025

№3 (1147)

kiskeufa.ru • 2002 йылдан башлап сыға • һатыуҙа хаҡы ирекле

БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

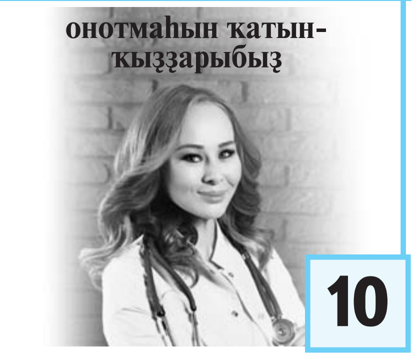
Тыуған еребеҙҙе...
Салауат кеүек яратайыҡ!

6

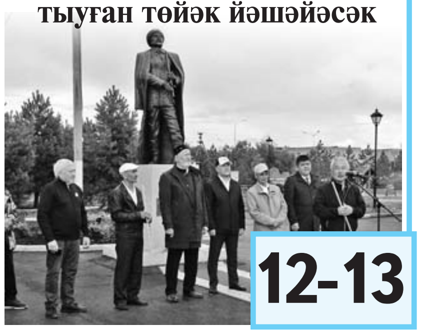
Нинә табиптар ҙа...
тәмәке борлата?

9

Милләт киләсәге икәнен...
онотмаһын ҡатын-ҡыҙҙарыбыҙ


10

Һәр беребеҙ ярҙам итһә...
тыуған төйәк йәшәйәсәк


12-13

@KISKEUFA
Беҙҙең Телеграм каналға рәхим итегеҙ!
смартфон камераһын төбә

Аҡыл - ул тар булғанды киңәйтеү, киң булғанды бәләкәйләтеү, бер-беренә оҡшағанды күбәйтеү һәм кәҙимге генә нәмәләргә ҡыҙыҡһыныу уятыу.
(Квинтилиан).

ҠОТЛО БУЛҺЫН!

ИШЕМБАЙҒА - МАҠТАУЛЫ ИСЕМ!

Рәсәй Президенты Владимир Путиндың Указы менән Ишимбайға "Хеҙмәт ҡаһарманлығы ҡалаһы" тигән почетлы исем бирелде. Баш ҡалабыҙ Өфөнән һуң, ул - Башҡортостанда юғары статус алған икенсе ҡала.

Исем Бөйөк Ватан һуғышы осоронда тылда фиҙакәрлек һәм хеҙмәт батырлығы күрһәтеп, еңеүгә ҙур өлөш индергән ҡалаларға тапшырыла.

"Был ваҡиғаның Бөйөк Еңеүҙең 80 йыллығын билдәләгән мәлгә тап килеүе юҡҡа түгел. Бөйөк Ватан һуғышы осоронда нәҡ Ишембай - "икенсе Баҡы" - фронтты тәмин итте. Ул 4,5 млн тонна нефть - һуғыш йылдарында СССР-ҙа табылғандың дүрттән бер өлөшөн - бирҙе", - тине республика Башлығы Радий Хәбиров.

Әйе, ошо арала төҙөлгән "Өләсәй-вышка" мемориаль комплексы - 70 мең кеше йәшәгән Ишембай ҡалаһының визит карточкаһына әйләнде. Уның төп элементы булып тәүге башҡорт нефтен урғылтҡан 702-се скважина тора. 1932 йылдың 16 майында, 11.30 сәғәттә, 680,15 метр тәрәнлектән 36 метр бейеклеккә тиклем күтәрелгән нефть фонтаны бәреп сыға. Скважина тәүге осор тәүлегенә 20 тоннаға тиклем "ҡара алтын" сығара. Ул 1964 йылға тиклем эшләй һәм бөтәһе 37 885 тонна сеймал бирә. Был тарих Ишембайға "Хеҙмәт ҡаһарманлығы ҡалаһы" тигән почетлы исем биреләүенә бер дәлил дә инде.

Дәүләтебеҙ етәксеһенең Ишимбайға "Хеҙмәт ҡаһарманлығы ҡалаһы" исеме биреү тураһындағы ҡарары күптән көтөлгән ваҡиға булды. Указ, тарихи ғәҙеллекте тергеҙеп, киләһе быуындар хәтерендә илебеҙҙе һуғыш емереклектәренән тергеҙеү, республикабыҙҙың күп өлкәләрҙә алдынғылыҡҡа сығыуына тос өлөш индергән башҡорт ҡалаһы ҡаһарманлығын һаҡлауға булышлыҡ итәсәк.

Быйыл Ишембай үҙенең 85 йыллығын билдәләй. Был мөһим датаны ҡала һәм район лайыҡлы ҡаршылай. Һуңғы йылдарҙа Ишембай бик әүҙем үҫешә. Ҡалала матур парктар, скверҙар барлыҡҡа килде, Башҡортостан нефтен беренсе булып асыусылар майҙаны төҙөкләндерелде. Иҡтисад, шул иҫәптән "Алға" махсус иҡтисади зонаһы һәйбәт эшләй. Бындай ҡаҙаныштарҙа Ишембайҙың социаль өлкәһен үҫтереүгә күп көс һалған "Башнефть" компанияһының да өлөшө ҙур. Алда ишембайҙарҙы яңы ҡарарҙар һәм ҡыҙыҡлы проекттар көтә.

ГЕРОЙҘАР ДӘҮЕРЕ

ТЕХНОЛОГИЯЛАР ҺӘМ АҠЫЛ ҺУҒЫШЫНДА...

еңеүселәр беҙ буласаҡбыҙ!

Башҡортостандың Милли музейында Махсус хәрби операцияла ҡатнашыусы музей хеҙмәткәре Леонид Юлдашевтың "Үҙебеҙҙекеләр тураһында" исемле фотокүргәҙмәһе эшләй башланы. Күргәҙмә Рәсәйҙә Ватанды һаҡлаусылар көнө һәм Башҡортостанда Махсус хәрби операцияла ҡатнашыусыларға һәм уларҙың ғаилә ағзаларына ярҙам итеү йылы сиктәрендә ойошторолдо. Экспозицияла Леонид Юлдашевтың уҙған йылда хәрби корреспонденттар менән берлектә Донецк һәм Луганск Халыҡ Республикаларының Мелитополь, Донецк, Мариуполь һәм башҡа ҡала-ауылдарында эшләгән фотоһүрәттәре һәм видеоматериалы урын алған. Леонид Юлдашев 2024 йылдың октябренән Рәсәйҙәге беренсе роботлаштыралған электрон комплекстары ирекле отряды һәм илдең хәрби армия резервы системаһы - Б.А.Р.С. "Сармат" составында Махсус хәрби операцияла ҡатнаша. Күргәҙмәне асыу тантанаһы айҡанлы 7 көнлөк ялға ҡайтҡан Леонид менән бер аҙ һөйләшергә форсат тейҙе.

(Дауамы 5-се биттә).

ИШЕТТЕГЕҘМЕ ӘЛЕ?

БЛОГЕР ИКӘНҺЕҢ...

Башҡортостан Дәүләт Йыйылышы Рәсәй Федерацияһының Административ хоҡуҡ боҙоуҙар тураһында кодексына популяр блогерҙарға ҡағылышлы төҙәтмәләр әҙерләргә һәм закон проектын Дәүләт Думаһына индерергә йыйына.

Үҙҙәренең мәғлүмәт ресурстарын тейешле тәртиптә теркәмәгән, 10 меңдән ашыу яҙылыусыһы булған блогерҙар өсөн яуаплылыҡ билдәләргә тәҡдим ителә. Бындай ҡарар дәүләт мәғлүмәт сәйәсәте мәсьәләләре буйынса парламент тыңлауҙары йомғаҡтары буйынса ҡабул ителде, тип хәбәр итә республика парламентының матбуғат хеҙмәте. Әлеге ваҡытта закон яҙылыусылары күп булған блогерҙарға Роскомнадзорға үҙҙәре хаҡында мәғлүмәт биреүҙе талап итә, ләкин ошо норманы үтәмәгән өсөн яуаплылыҡ юҡ. Шул рәүешле депутаттар был етешһеҙлекте бөтөрөргә тәҡдим итә. Дәүләт Йыйылышы рәйесе Константин Толкачев һүҙҙәренсә, популяр пабликтарҙың анонимлыҡ статусын алыу интернет-контенттың йәмғиәткә йоғонтоһо арта барыу сәбәпле барлыҡҡа килгән талап. Дәүләттең һәм йәмғиәттең именлеген тәьмин итеү өсөн киң аудиториялы мәғлүмәт ресурстары аноним булырға тейеш түгел.

12+

✓ *Пилотһыҙ аппарат күренһә, уның тураһында телефон аша 112-се номерға шылтыратып, дрондарҙың урынын, ваҡытын, һанын һәм, мөмкин булһа, уларҙың йүнәлешен хәбәр итегеҙ.*

ТУРАҺЫН ӘЙТКӘНДӘ...

ҠАЙҘА ДАУАЛАНЫРҒА,

дәүләт дауаханаһындамы, әллә шәхси клиникаламы?

Бер нисә йыл элек, сираттағы Яңы йыл алдынан, уны ҡаршыларға өс көн ҡалғас, миңә Өфөнөң дәүләт бюджет клиникаларының береһендә операция яһатырға тура килде. Ҡатмарлы операция уңышлы үтте, мин ай дауамында табип күҙәтеүендә булырға тейеш инем, әммә бер аҙнанан уҡ сығарҙылар. Операцияға тиклем бер нисә көн, унан һуң аҙна буйына дауахала ятыу миңә ул саҡта беҙҙең медицинаның торошон күҙәтергә мөмкинлек бирҙе. Шул ваҡыттан алып бер нисә йыл үтһә лә, хәл насарланманы, киреһенсә, ул күпкә яҡшыраҡ та, тип тулы ышаныс менән әйтә алам.

...Сырхап киткәс, шәхси клиникала минең сир буйынса күптән эшләгән тәжрибәле табипта түләүле консультация үттем. Табип, ысынлап та, үҙ эшенең оҫтаһы булып сыҡты, шунда уҡ диагноз ҡуйҙы һәм тиҙ арала операция талап ителә, тине. Шунда уҡ үҙенең хеҙмәттәрен тәҡдим итте: йәнәһе, оҙаҡ йылдар ошондай операциялар эшләй, йөҙ процентҡа уңышлы үтә. Бөтә анализдар ҙа тиҙ генә ошо шәхси клиникала яһала.

- Был күпме тора? - тип һораным мин унан.

- Әлбиттә, бындай операциялар арзан түгел, - тине ул, һәм уның бер нисә тиҫтә мең һум тороуын әйтте.

- Ярай, уйлармын, - тип яуапланым, һәм шул уҡ көндө таныш табиптар менән кәңәшләшә башланым. Бындай операцияны бушлай, медицина полисы, Медицина страховкаһы фонды аша эшләтергә мөмкин, тине улар миңә. Күпмелер ваҡыттан һуң республика дәүләт клиникаларының береһенә юллама бирҙеләр, шунда, әйтеп үткәнемсә, миңә уңышлы операция яһанылар. "Яҙмыш шаярыуы..." исемле популяр кинокомедиялағы артистың осраҡлы танышҡан Надя хаҡында: "Ул тәмле бешерә. Мин ашап ҡараным!" - тигән кеүек, хәҙер мин дә: "Беҙҙең бюджет клиникаларында һоҡланғыс табиптар, улар уңышлы операциялар яһай. Үҙемдә һынаным!" - тип әйтә алам.

Әлбиттә, Һаулыҡ һаҡлау министрлығы финанслаған республика һәм Өфө ҡалаһы дауаханаларында сервисты һәм хеҙмәтләндереүҙе шәхси клиникалар менән сағыштырып булмай. Унда ҙур аҡса түләгән өсөн һәр ауырыуға айырым ҡараш, һәр береһе айырым палатала ята, туҡлыҡлы төшкө аш килтерелә. Бюджет клиникаһында иһә бер палатала ете кеше яттыҡ.

Улар araһында яңы ғына операция үткәргән ҡаты сирлеләр ҙә бар ине. Кемдер төнөн ыңғыраша, кемдер нык хырылдай, хатта стеналар һелкенеп ҡуя кеүек. Бында ниндәй йоҡо булһын инде! Бөтәһенә бер ашхана. Әммә мин ас ятманым, яҡындарыма ашарға килтермәҫкә ҡуштым хатта. Пациенттарҙың күп булыуына ҡарамаҫтан, шәфҡәт туташтары ла, санитаркалар ҙа иғтибарлы. Табиптар хаҡында әйтеп тә торорға түгел!

(Дауамы 7-се биттә).

БЫНАҒАЙЫШ!

АҘЫМ ҺАЙЫН...

алкоголь һаталар

Яңыраҡ М.Рыльский урамындағы бөтөн Сипайлы халҡы яратып файҙаланған "Хәйерле көн" көнкүреш химияһы һәм косметика магазинын ябып, уның урынына ат башындай эре хәрефтәр менән "Тантана. Башспирт" тип яҙылған яңы сауҙа нөктәһен күреп, телһеҙ ҡалынды.

Дөрөҫ, әлегә ул эшләмәй, ябыҡ тора, ләкин күңел тантанаһын спиртлы эсемлектәрҙә күргән әҙәмдәр былай ҙа бошонмай ине бит: беҙҙә ни - аҙым һайын араҡы һатыусы нөктәләр, әллә ҡайҙан эҙләп йөрөргә кәрәкмәй. Мәҫәлән, әлеге М.Рыльский урамының "Тантана" асыла торған 17-се торлаҡ йортто үҙәк нөктә итеп алған хәлдә, 1-2 саҡрым радиустағы биләмәлә араҡы һатыусы магазиндарҙың иҫәбе-һанына сығырлыҡ түгел. Тик шулай ҙа ҡыҙыҡ өсөн ҡара иҫәп менән һанап сыҡҡандан һуң тағы бер һуштан яҙырлыҡ булды: әйтелгән ошо радиус биләмәһендә генә лә 10 урында "Красное-белое" (ә дөйөм баш ҡала буйынса уның 379 филиалы эшләй), 4 "Тантана" (Өфөлә 49 филиалы бар), 2 "Мастер вин"(ҡалала 60 филиал) һәм ошоға аҙыҡ-түлек менән бергә спиртлы эсемлектәр ҙә һатыусы 3-әр "Магнит" һәм "Монетка", 2 "Пятерочка", 1 "Альдо" аҙыҡ-түлек магазиндарын да ҡушһаң, тотош араҡы диңгеҙе хасил була, тигән һүҙ.

Әйтеүемсә, был ҡара иҫәп булды. Ҡайҙа ҡарама - ҡыҙыл-күкле-йәшелле неон реклама уттары, улар хатта көпә-көндөҙ ҙә алкоголь һатып алырға саҡырып янып тора. Алкоголь компаниялары яңынан-яңы ҡулланыусылар йәлеп итеү һәм үҙҙәренең продукцияһына ыңғай ҡараш булдырыу өсөн маркетинг һәм рекламаға аҡса йәлләмәй. ***Рекламала, ғәҙәттә, алкоголь күңел асыу, көсөргәнештән арыныу, социалләшеү сараһы итеп күрһәтелә. Иҫерткес эсемлектәргә ҡаршылар иһә алкоголь компанияларын бындай рекламаларҙы сикләүгә йүнәлтелгән закондарҙы юҡҡа сығарырға маташыуҙа ғәйепләй,*** спиртлы эсемлектәргә юғары һалымдар индереүҙе, алкоголь ҡулланыуға һәр төрлө контроллек сараларын көсәйтеүҙе талап итә.

Халыҡ айыҡлығы өсөн көрәш союзы рәйесе Владимир Жданов алкоголь ҡулланыуҙың беренсе сәбәбен уның һатып алыусыға еңел бирелеүендә күрә, йәғни, араҡы беҙҙә аҙым һайын һәм ул арзан. Икенсе сәбәп - кешеләрҙең һис икеләнеп тормайынса, араҡы эсеүҙе ғәҙәти хәл, тип уйлауы. Өсөнсөһө - алкоголдең наркотик тәбиғәте. Экспертләр белдереүенсә, Рәсәйҙә даими рәүештә акцизды күтәреү иҫәбенә спиртлы эсемлектәр хаҡы арттырыла, халыҡ араһында эскелеккә ҡаршы өгөт-нәсихәт саралары алып барыла һәм улар бөтөнләй үк һөҙөмтәһеҙ ҙә түгел. Һуңғы ваҡыт, ти эксперттар, спиртлы эсемлектәр ҡулланыу кәмей төштө. Ләкин... Нисек кенә булмаһын, алкоголде күтәр-

ИҪКӘРТӘБЕҘ!

ОСОУ АППАРАТЫ КҮРҺӘГЕҘ...

Башҡортостан Республикаһы менән идара итеү үҙәге төбәктең Ғәҙәттән тыш министрлығы менән берлектә пилотһыҙ осоу аппаратының һөжүм итеү ихтималлығы янағанында үҙеңде нисек тотоу тураһында кәңәштәр әҙерләне.

● Әгәр кеше машинала булһа, туҡтап, машинанан сығып, йәшенеү урыны табырға тейеш. Урамдағы йәйәүлеләргә, шулай уҡ велосипедсы һәм самокатсыларға тиҙ арала яҡындағы бинала, ер аҫты үткәүелендә, парковкала йәки подвалда йәшеренергә.

● Фатирҙа булғанда тәҙрәләрҙән ситкә китергә һәм хәүефле мәлдең үтеүен ванна бүлмәһендә, бәҙрәфтә йәки коридорҙа көтөргә. Эш офисында булғанда беренсе ҡатҡа, подвалға йәки парковкаға төшөү зарур. Шул уҡ ваҡытта тәҙрәләргә яҡын килеү һәм лифт менән файҙаланыу ярамай.

● Пилотһыҙ аппаратты үҙ көсөгөҙ менән бәреп төшөрөргә тырышырға кәрәкмәй. Бынан тыш, уның күреү ареалында смартфон менән файҙаланырға ярамай, ә хәүефһеҙ араға китеү һәм объектты видеоға төшөрөү өсөн ваҡыт сарыф итмәү яҡшыраҡ.

● Пилотһыҙ аппарат күренһә, уның тураһында телефон аша 112-се номерға шылтыратып, дрондарҙың урынын, ваҡытын, һанын һәм, мөмкин булһа, уларҙың йүнәлешен хәбәр итегеҙ. Һөжүмдән һуң ул урындан тиҙ арала, кәм тигәндә 100 метр алыҫлыҡҡа китергә кәрәк. Аппаратҡа ҡағылырға ярамай.

● Пилотһыҙ аппаратты асыҡлаусы билдәләр араһында белгестәр мопед двигателе тауышына оҡшаш гөрһөлдәүҙе һәм бызылдауҙы, былҡ-былҡ итеп янған утты һәм уның ерҙән сағыштырмаса алыҫ арауыҡта осошон атай.

Билдәле булыуынса, бынан алда Башҡортостанда пилотһыҙ аппараттарҙы коммерция маҡсатында ҡулланыу тыйылды.

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓Луганск Халыҡ Республикаһы Хөкүмәте ҡарамағында Башҡортостан Республикаһының Тулы хоҡуҡлы вәкиллеге булдырылды. Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров ҡул ҡуйған указ рәсми хоҡуҡи мәғлүмәт порталында баҫылған. Красный Луч ҡалаһында урынлашҡан тулы хоҡуҡлы вәкиллектең маҡсаты - Башҡортостан менән Луганск Халыҡ Республикаһы араһында сауҙа-иҡтисади, фәнни-техник, мәҙәни һәм гуманитар бәйләнештәрҙе киңәйтеү.

✓Кушнаренко районы туристарҙы йәлеп итеүҙең яңы урынына әүерелеүе ихтимал. Хөкүмәттең оператив кәңәшмәһендә Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров Кушнаренко ауылында Топорниндарҙың боронғо йортон тергеҙергә ҡушты. Күптәргә был урын Бөйөк Ватан һуғышы йылдарында Коминтерн разведка мәктәбенең штаб-фатиры булараҡ билдәле. Әлеге көндә бина капиталь төҙәкләндереүгә мохтаж.

✓Башҡортостанда льготалы ауыл ипотекаһына ихтыяж айырыуса ҙур. Һуңғы 5 йылда 22 миллиард һумға 8600-ҙән ашыу кредит бирелгән. Ошо ярҙам сараһы буйынса республика илдә беренсе урынды тотороҡло һаҡлай. Был хаҡта Башҡортостан Хөкүмәтендә үткән оператив кәңәшмәлә республика Хөкүмәте Премьер-министры урынбаҫары - ауыл хужалығы министры Илшат Фәзрахманов хәбәр итте. 2024 йылда 4,2 миллиард һумға 866 кредит бирелгән, тип билдәләне ул.

✓Президент Владимир Путин 2025 йылда Рәсәйҙә Ватанды һаҡлаусылар йылын үткәреү тураһында указға ҡул ҡуйҙы. "Тарихи хәтерҙе һаҡлау өсөн, 1941-1945 йылдарҙағы Бөйөк Ватан һуғышында Еңеүҙең 80 йыллығы уңайынан ветерандарға рәхмәт белдереп, 2025 йылда Рәсәй Федерацияһында Ватанды һаҡлаусылар йылын уҙғарырға тигән ҡарар ҡабул итәм", - тиелә унда. Ватанды һаҡлаусылар йылын үткәреү буйынса ойошторою комитеты рәйесе итеп президент хакимиәте етәксеһе Антон Вайно тәғәйенләнде.

✓Татарстан Рәйесе Рөстәм Миңлеханов Илсур Ихсановты Башҡортостанда республиканың яңы даими вәкиле итеп тәғәйенләне. Даими вәкил өс йылға тәғәйенләнә, тиелә документта. Республикабыҙҙа Татарстандың даими вәкиллеге 2011 йылдың мартында ойошторолдо. Уның төп бурысы - ике күрше төбәк араһында сауҙа-иҡтисади, фәнни-техник, мәҙәни һәм гуманитар бәйләнештәр булдырыуға, үҫтереүгә һәм киңәйтеүгә булышлыҡ итеү.

✓Башҡортостан 2024 йылда шифаханала ял итеү өсөн иң яҡшы 10 төбәк иҫәбенә инде (9-сы урын). Республика тәбиғәт ресурстарына бай, үҙенсәлекле мәҙәни мираҫҡа эйә. Процедураларға килгәндә, ләм һәм ҡымыҙ менән дауалау, геотермаль газдар популяр. Башҡортостан шифаханалары һауыҡтырыу туризмы өсөн популярлыҡ яулай бара, тип хәбәр итә "Санатории-России. РФ" порталы.

✓ **"Хәләл" ит магазинында ла һыйыр, һарыҡ, ҡош ите алырға була, ләкин унда ситтән килгән мигранттарҙың һатыу итеү ысулы һәм санитар-гигиена сараларының күҙәтелмәүе үҙенә бик саҡырып тормай.**

мәләүсе көстәрҙең (лобби) дәүләт властарына йоғонто механизмдары ла һаҡлана әле. Унан һуң, спиртлы эсемлектәр һатыуҙан ил ҡаҙнаһына килеп торған ярайһы тос килем дә ныҡлап ауыҙ асырға ирек бирмәй, күрәһең. ***Һәр хәлдә, бер кем дә берәүҙең дә ауыҙына көсләп ҡоймай, был мәсьәлә ахыр сиктә кешенең аң кимәленә, кешелеклелек сифаттарына тура-нан-тура бәйле икәнен дә онотorға ярамай...***

Был яҙма күп ҡырлы һәм етди проблема булған алкоголь мәсьәләһенә ниндәйҙер күҙәтеү ҙә, тәнҡит тә түгел, сөнки, дөрөҫөн әйткәндә, уның төбөнә төшөп етерлек тә түгел. Беҙҙең маҡсат икенселә: ни өсөн баш ҡала һынлы ҙур төйәктә аҙым һайын араҡы, ә бына шифалы экологик продукция етештереүсе республика фермерҙарының сауҙа нөктәләре юҡ кимәлендә? Сағыштырыу өсөн баяғы радиус үлсәмен алып ҡараһаҡ, Сипайҙың ошо биләмәһендә Ю.Гагарин урамында һәм "Корсо" сауҙа үҙәгендә ике ит баҙары бар. ***"Хәләл" ит магазинында ла һыйыр, һарыҡ, ҡош ите алырға була, ләкин унда ситтән килгән мигранттарҙың һатыу итеү ысулы һәм санитар-гигиена сараларының күҙәтелмәүе үҙенә бик саҡырып тормай.*** Шул тирәләрәк Дәүләкән ярымфабрикаттар магазины эшләй һәм унда киҫәкле ит һатылмаһа ла, билмән, кәтлит һәм башҡа ит ризыҡтары күп һәм төрлө. Ләкин бер инеп сыҡҡандан һуң, балсыҡтан әүәләнгән төҫлө кәтлиттәрен күреп, башҡаса унда барырға теләк тыуманы...

Баҙар ҙа - баҙар инде, бында һатып алыусы теләктәрен аңлап, уның түләгән аҡсаһына ярашлы сифатлы һәм уға кәрәкле киҫәк тотторoп ебәреү, йәғни мәҙәниле сауҙа итеү ғәҙәттәре бөтөнләй юҡ. Ә фермер магазиндарында иһә сауҙа коллективы үҙ тауары маркаһын тоторға, һатып алыусыны йәлеп итергә тырышып торор ине. Шуға күрә баш ҡалабыҙҙа фермерҙарҙың фирма магазины булып, унда иттән башҡа һөт, ҡаймак, эремсек, май, ҡорот, ҡатыҡ кеүек ризыҡтар ҙа һатылып торһа икән, тип хыялланырға ғына ҡала.

Бөгөн һәр кемгә яҡшы мәғлүм: аҙыҡ-түлек сәнәғәте етештергән магазин продукцияһының нисә проценты ашарға яраҡлы һәм хәүефһеҙ икән? Зыяны тураһында һөйләп-яҙылып торһа ла, һаман да шул арзан пальма майын бөтөн ризыҡҡа ла иркенләп ҡуша бирәләр; бынан тыш, тәмләткестәр, буяуҙар, консерванттар... Ул хаҡта күп яҙылды инде, ҡабатлап торғо ла килмәй. Өҫтәүенә, бөгөн күп нәмәгә күҙҙе астырыусы бойондороҡһоҙ интернет каналдар бар. Унда сығыш яһаусы ҡайһы бер билдәле табиптар һәм нутрициологтар кәңәштәренә лә ҡолаҡ һалмау мөмкин түгелдер. ***Шуның өсөн дә бөгөн экологик таҙа аҙыҡ-түлек етештереүсе фермер продукцияһына ла юл асыу - көнүҙәк мәсьәләләрҙең береһе,*** сөнки эреләтелгән аҙыҡ-түлек сәнәғәте конвейерҙарынан хәүефһеҙ һәм тулыһынса сифатлы ризыҡ килеп сыға, тип уйлау - йомшаҡ итеп әйткәндә, аңһыҙлыҡ билдәһе ул.

Аҙыҡ-түлек сәнәғәтенә мотлаҡ бойондороҡһоҙ контроль селтәре булдырыу кәрәк. Мәҫәлән, Бөйөк Новгородтағы "Лактика" агросәнәғәт холдингы директоры һөйләүенсә, уларҙа шундай контроль ишек төбөнән үк башлана, йәғни тәьминәтселәрҙән килгән һөттөң сифатын улар 20 күрһәткес буйынса тикшерә һәм айырыуса һөттә антибиотик булыу ихтималлығына иғтибар итә. Был йәһәттән уларҙа 75-кә тиклем препаратты асыҡлау мөмкинлеге бар. Әгәр антибиотик булыуы асыҡланһа, һөттөң бөтөн партияһы тәьминәтсегә кире ҡайтарыла. Һөт заводының үҙендә генә лә ике лаборатория эшләй. Әҙер продукцияны тағы бер тикшереү ризыҡты магазиндарға оҙатыу алдынан эшләнә: һуңғы һүҙҙе бындағы тәмләп ҡарау хеҙмәте әйтә һәм һатыуға ебәреүгә рөхсәт бирә. Бөгөн аҙыҡ-түлек етештереү мәҙәниәте ана шулай булырға тейештер.

Фәүзиә ИҘЕЛБАЕВА.

ЯЛҒАН ПОЛИЦИЯ ЙӨРӨЙ

Билдәһеҙ кешеләрҙең, халыҡ иҫәбен алыу һылтауы менән фатирҙар буйлап йөрөп, Башҡортостан Республикаһы буйынса Эске эштәр министрлығы исеменән граждандарға ҡағылышлы шәхси мәғлүмәттәр йыйыу осраҡтары теркәлгән.

Министрлыҡтан белдереүҙәренсә, был ысынбарлыҡҡа тап килмәй. Полиция хеҙмәткәрҙәре алдында бындай бурыс ҡуйылмаған, йәғни улар фатир (йорт) буйлап мәғлүмәт йыйып йөрөмәй!

Мутлашыусылар үҙҙәре менән Эске эштәр министрлығы символикаһы булған документ һәм бланктар алып йөрөй, фатирҙа йәки йортта йәшәүселәрҙең шәхси танытмаларын тикшереү һәм, "халыҡ иҫәбен алыу" алдынан тигән һылтау менән, биометрияны алырға кәрәклеге хаҡында белдерә. Бының өсөн фотоға төшөрөргә һәм бармаҡ эҙҙәрен алырға тырыша.

Улар үҙҙәрен бик тәрбиәле тота, Эске эштәр министрлығы формаһында булырға ла мөмкиндәр. Үҙҙәре менән ноутбук, биометрик ҡоролма һәм йортта йәшәүселәр исемлеген алып йөрөй. Һәм ошо исемлеккә ярашлы, халыҡтан үҙҙәре хаҡында тулы мәғлүмәт биреүҙәрен һорайҙар.

Башҡортостандың Эске эштәр министрлығы граждандарҙы һаҡ булырға һәм рәсми сығанаҡтарҙа баҫылған мәғлүмәткә генә ышанырға саҡыра.

ДОНЪЯ ШАНДАУЫ

ГОНАҺЫНА КҮРӘ - ЯЗАҺЫ

Курск өлкәһе Суджа районының Рус Поречныйы ауылын украин ғәскәрҙәренән азат иткәндән һуң ундағы йорт подвалдарының береһендә ҡот осҡос күренешкә тап булғандар: дошмандан ҡасырға өлгөрмәгән ете кешене, шул иҫәптән, ҡарт-ҡоро һәм ҡатын-ҡыҙҙы йыртҡыстарса язалап, нацистар уларҙы подвалға ҡыуып төшөрә һәм унда бер нисә граната ташлай. Язалап үлтерелгән тыныс ауыл кешеләре Зеленский режимының ысын йөҙөн фашланы, тип яҙа үҙенең Telegram-каналында РФ Сит ил эштәре министрлығының айырым поручениелар буйынса илсеһе Родион Мирошник. Украинаның көнбайыш союздаштары бындай йыртҡыслыҡтарға күҙ йомоп ҡына ҡалмай, ә нацистарҙың енәйәттәрен һәм террористик ғәмәлдәрен халыҡ-ара кимәлдә тикшереүгә лә хатта ҡамасаулыҡ итә.

• Үткән аҙнаның йәкшәмбеһенә ҡарай төндә Украина тирәләй барған хәлдәрҙең һуңғы яңылыҡтарынан Рәсәй Һауа-космос көстәренең "Искәндәр"оператив тактик ракета комплексы менән Украинаның ике хәрби-сәнәғәт предприятиеһын утҡа тотоу факты билдәләп кителә. Уларҙың береһе - Запорожьеның дрондар һәм авиадвигателдәр етештереүсе "Мотор Сич", икенсеһе - Киевтағы "Нептун" ракеталары һәм реактив снарядтар проектлаусы "Луч" конструкторҙар бюроһы. Был һөжүм бынан алдараҡ Украина көстәренең Белгород өлкәһе граждандар инфраструктураһын ATACMS америка ракеталары менән утҡа тотҡан өсөн ҡон ҡайтарыу акцияһы булды. Рәсәй Президенты вәғәҙә иткәнсә, беҙҙең армия дошмандың һәр бер һөжүменә емергес ут асыу менән яуап бирәсәк. РФ Оборона министрлығы билдәләүенсә, "Искәндәр" уты сәпкә тейгән, дошмандың хәрби заводтары тулыһынса емереклеккә әйләнгән.

• Ысын булһа, Зеленский президент һайлауҙарына әҙерләнә башлаған, имеш. Ә асылда иһә, илдә президентлыҡ мөҙҙәте ғәмәлдән сыҡҡан Зеленскийға көнәркәш булырҙай сәйәсмәндәргә ҡарата золомлоҡ ғәмәлдәре алып барыла, тип хәбәр итә Комсомольская правда.ру порталы. Элекке дәүләт башлығы, ә хәҙер партия лидеры булып торған Петр Порошенко, мәҫәлән, тап ана шундай эҙәрлекләүҙәргә дусар булған да инде. "Ошоға тиклем Порошенкоға ҡарата енәйәт эштәрен Байден хакимиәте тотҡарлап килде, хәҙер миллиардер үҙ проблемалары менән тороп ҡаласаҡ. Украинала ғәҙел суд юҡ, мәғлүм булыуынса, тотош власть АҠШ тарафынан идара ителә",- тип йәшермәй һөйләй Зеленский офисы хеҙмәткәрҙәре.

• Америка, тигәндән, инаугурациянан һуңғы 100 көн эсендә Дональд Трамп Ҡытай тарафтарына юл тотмаҡсы, тип хәбәр итә The Wall Street Journal (WSJ) баҫмаһы. АҠШ президенты ҠХР рәйесе Си Цзиньпин менән үҙ-ара мөнәсәбәттәрҙе нығытыу маҡсатын күҙә тота, сөнки, билдәле булыуынса, Трамптың Ҡытайҙан килтерелгән тауарҙарға пошлиналар күләмен арттырыу менән янауы арҡаһында ике сәйәсмән араһында көсөргәнеш килеп тыуғайны. Һуңғы тапҡыр Трамп Ҡытайҙа үҙенең тәүге президентлыҡ осоронда 2017 йылда булғайны. Әле күптән түгел, 17 ғинуарҙа, ике ил лидеры телефон аша аралашты.

• Яҡын Көнсығышта ниндәй хәлдәр бар? 19 ғинуарҙа Израиль менән Палестинаның "Хамас" хәрәкәте араһында утты туҡтатыу буйынса килешеү көсөнә инде, тип хәбәр итә Израиль премьер-министры кәнсәләре. Утты туҡтатыу хаҡында килешеүгә 17 ғинуарҙа Израиль менән "Хамас" тарафынан АҠШ һәм Катар булышлығында ҡул ҡуйылды. Израиль аманатҡа алынған кешеләр урынына Палестина тотҡондарын ҡайтарырға әҙер. Утты туҡтатыуҙың 42 көнлөк тәүге этабында "Хамас" Израилгә 33 кешене ҡайтара һәм улар урынына 1890 палестина тотҡонон ҡабул итеп ала. Әммә "тынлыҡ режимы"ның оҙайлығы, Газа секторына гуманитар ярҙам ташыу һәм тыныс халыҡты ваҡытлыса ҡасаҡ урындарҙан өйҙәренә ҡайтарыуҙы ойоштороу мәсьәләләре ике аралағы хәл ителмәгән проблема булып ҡала.

Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА.

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓2024 йылда йәш ғалимдарға Рәсәй Федерацияһы Хөкүмәте премияларын түләү өсөн мәғариф өлкәһендә - 8 миллион һум, фән һәм техника өлкәһендә 10 миллион һум йүнәлтелде. Бынан алдараҡ Башҡортостан йәш ғалимдарға төбәк ярҙам саралары рейтингында беренсе урынды алды. Уның һөҙөмтәләре менән "Сириус" үҙәгендә IV Йәш ғалимдар конгресында Дәүләт Думаһының фән һәм юғары белем буйынса комитеты рәйесенең беренсе урынбаҫары Александр Мажуга таныштырҙы.

✓Рәсәй Федерацияһы Хөкүмәте 2024 йылда Париждағы Олимпия уйындарында миҙал яулаған Рәсәй спортсыларына бер тапҡыр бирелә торған аҡсалата бүләк билдәләне. Рәсәй Федерацияһы Премьер-министры Михаил Мишустин ҡул ҡуйған документтан күренеүенсә, алтын миҙал өсөн спортсыларға - 4 миллион һум, көмөш миҙал өсөн - 2,5 миллион һум, бронза миҙал өсөн 1,7 миллион һум түләнергә тейеш. Бынан тыш, еңеүселәрҙең тренерҙарына ла аҡса ҡаралған: "алтын" өсөн - 800 мең һум, "көмөш" өсөн - 500 мең, "бронза" өсөн - 340 мең.

✓Федерация Советында Юрий Шатуновҡа Рәсәйҙең халыҡ артисы исемен бирергә тәҡдим ителде. Ульяновск өлкәһенән сенатор Айрат Ғибәтдинов Рәсәйҙең мәҙәниәт министры Ольга Любимоваға шундай мөрәжәғәтен еткергән. Хәтерегеҙгә төшөрәбеҙ: "Ласковый май" төркөмө солисы, Башҡортостандың Күмертау ҡалаһында тыуып үҫкән Юрий Шатунов 2022 йылдың 23 июнендә Мәскәүҙә ҡапыл арабыҙҙан китеп барҙы. Уға 48 генә йәш ине.

✓Әбйәлил районында 12 баш мал урлаған иргә хөкөм ҡарары сығарылды. Билдәле булыуынса, ул 2023 йылдың октябрендә Яңауыл ауылында йәшәгән алты хужаның һыйырҙарын, үгеҙен, танаһын урлаған һәм үҙенең кәртәләп алынған ер участкаһына ябып ҡуйған. Урланған малдың дөйөм хаҡы 441 мең һумдан ашыу тәшкил иткән. Ғәйепләнеүсе үҙ ғәйебен тулыһынса таныған, үкенгән һәм зыян күреүселәрҙән ғәфү үтенгән. Малды хужаларына кире ҡайтарғандар. Ир 1 йыл да 10 айға шартлы рәүештә иркенән мәхрүм ителгән, тип хәбәр итә Башҡортостан судтарының берләшкән матбуғат хеҙмәте.

✓Мәләүездән 1987 йылғы Рөстәм Этҡоловты суд приставтары эҙләй. Ир бәлиғ булмаған балаһына алимент түләмәй. Уның 1 миллион һумдан ашыу бурысы бар. Рәсәй Федераль суд приставтары хеҙмәте республика буйынса баш идаралығының матбуғат хеҙмәтенән хәбәр итеүҙәренсә, республиканан ситкә сығып киткән ирҙе эҙләйҙәр. "Ошо кешенең ҡайҙалығы хаҡында ниндәй ҙә булһа мәғлүмәт булһа, 8 (347) 273-56-40; 8 (922) 679-24-09 телефондарына шылтыратып хәбәр итеүҙе һорай", - тип белдерҙеләр ведомствола.

ҠЫҪҠАСА

УҠЫТЫУСЫЛАР ЯРЫША

✓ **Өфөлә "Башҡортостан баш ҡалаһының йыл уҡытыусыһы - 2025" һәм "Башҡортостан баш ҡалаһының башҡорт теле һәм әҙәбиәте йыл уҡытыусыһы - 2025" һөнәри оҫталыҡ конкурстарына старт бирелде.** Өфө ҡалаһы хакимиәтенең мәғариф идаралығы мәғлүмәттәре буйынса, быйыл педагогтарҙың һөнәри оҫталыҡ конкурстарында 70 уҡытыусы ҡатнаша. Шуларҙың 29-ы - "Баш ҡаланың йыл уҡытыусыһы", 7-һе - "Рус теле һәм әҙәбиәте уҡытыусыһы", ә 10-ы "Башҡорт теле һәм әҙәбиәте уҡытыусыһы" номинацияһында көс һынаша. Йәш белгестәр өсөн айырым номинация бар. Быйыл 24 йәш уҡытыусы үҙ оҫталығын күрһәтергә теләк белдергән. Хәтерегеҙгә төшөрәбеҙ: "Башҡортостан баш ҡалаһының йыл уҡытыусыһы" конкурсы - 1997 йылдан, ә "Башҡортостан баш ҡалаһының башҡорт теле һәм әҙәбиәте йыл уҡытыусыһы" 2004 йылдан алып ойошторола. Был осорҙа конкурстарҙа дүрт меңгә яҡын уҡытыусы ҡатнашҡан.

✓ **Салауат районының Малаяҙ ауылында Салауат Юлаев музейы төҙөкләндереләсәк. БР Хөкүмәте Премьер-министрының беренсе урынбаҫары Урал Килсенбаев үҙенең социаль селтәрҙәрендә өсөн турала һөйләне.** "Радий Хәбиров батырыбыҙ тураһындағы хәтерҙе һаҡлауға бәйле мәсьәләләрҙе шәхсән контролдә тота. Бөгөн музей федераль реставрация программаһына индерелде һәм артабан финанслау аласаҡ. Өс йыллыҡ проектты быйыл уҡ башларға уйлайбыҙ. Мәҙәниәт министры Әминә Шафиҡова һәм тарихсылар менән яңыртылған музей концепцияһы өҫтөндә әүҙем эшләйбеҙ. Беҙ уны хәтер урыны ғына түгел, ә йәш быуын өсөн заман рухын тойоу, тарихҡа ҡағылыу урыны, ғорурлыҡ тойғоһо уяткан илһам сығанағы булһын өсөн тырышабыҙ", - тип билдәләне Урал Килсенбаев.

✓ **2026 йылда Өфөлә Дәүләт циркын төҙөкләндереү башлана.** Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров Хөкүмәттең оператив кәңәшмәһендә финанслау алған саҡта ҡатмарлыҡтар килеп тыуmaһын өсөн эштәр проектының бөтә нескәлектәрен өйрәнеү мәсьәләһен ҡуҙғатты. Бынан тыш, ул республиканың мәҙәниәт министры Әминә Шафиҡоваға Рус драма театрын реконструкциялауҙы башлау өсөн аҡса бүлеү мәсьәләһен хәл итергә ҡушты. Шулай уҡ Радий Хәбиров Баймаҡ районының Урғаҙа ауылында социаль-мәҙәни үҙәк асыу тантанаһында ҡатнашырға йыйыныуы хаҡында хәбәр итте. Үҙәкте 20 ғинуарҙан һуң асыуҙары ихтимал.

✓ **Башҡортостан статистиктары социаль әһәмиәтле аҙыҡ-түлеккә уртаса ҡулланыу хаҡтарының үҙгәреүе хаҡында хәбәр итте.** Башстаттың һайланма аҙналыҡ мониторингы мәғлүмәттәре буйынса, макарон һәм ҡарабойҙай ярмаһы - 1,33-1,48 процентҡа, банан 1,2 процентҡа арзанайған. Бынан тыш, арзанраҡ аҙыҡ-түлек исемлегенә шулай уҡ бешкән колбаса, шәкәр, помидор, сосиска, сарделька, картуф, дөгө, яңы аҡ кәбәстә инә. Һәм, киреһенсә, төбәктә кишер, сөгөлдөр һәм йомортҡа ҡиммәтләнгән. Бер аҙнала уларҙың хаҡы 3,71-6,37 процентҡа артҡан. Ҡиммәтерәк аҙыҡ-түлек исемлегенә шулай уҡ туңдырылған балыҡ, тоҙ, балалар өсөн емеш-еләк һәм ит консервалары, һуған, аҡ май, маргарин, ҡара сәй, он, яңы ҡыяр, сусҡа ите, алма, һөт, эремсек, печенье, икмәк, вермишель, тары ярмаһы, тауыҡ, сыр һәм башҡа аҙыҡ-түлек инган.

ТӨРЛӨҺӨНӘН

БАЛАЛАРҒА - ФАЙҘАЛЫ АҘЫҠ

Башҡортостандың мәктәп туҡланыуын ойоштороу буйынса тәжрибәһе илдә иң яҡшыларҙың береһе тип танылды. Радий Хәбиров социаль селтәрҙәргә сәхифәһендә ошо хаҡта яҙҙы.

Республика барлыҡ социаль учреждениеларҙа (мәктәптәрҙә, балалар баҡсаларында, дауаханаларҙа) туҡланыу сифатын контролдә тота, тип билдәләне ул. "2024 йылда ғына 700-ҙән ашыу ҡусмә, планлы һәм пландан тыш тикшереү, аҙыҡ-түлеккә 3600-ҙән ашыу лаборатор тикшереү үткәрелде. Етешһеҙлектәрҙе асыҡлайбыҙ, йылдан-йыл улар кәмей бара. Әйтәйек, 2024 йылда аш-һыу әҙерләү технологияһынан тайпылыу 12-нән 7 процентҡа тиклем кәмене. Дәүләт теркәүе тураһында таныҡлығы булған һәм балалар өсөн тәғәйенләнгән аҙыҡ-түлек 223-тән 248-гә тиклем артты. Социаль туҡланыу системаһына яуаплы предприятиеларҙың килеүе бик мөһим", - тине Радий Хәбиров. Билдәле булыуынса, Благовар районы Языков ауылының мәктәп ашханаһы "Ауыл мәктәбенең иң яҡшы ашханаһы-2024" номинацияһында еңеү яуланы. 2023 йылда "Миллионлы ҡаланың иң яҡшы мәктәп ашханаһы" номинацияһында Өфөнөң 147-се мәктәбе беренсе урынға сыҡты. Ә "Ауыл мәктәбенең иң яҡшы ашханаһы" номинацияһында Нуриман районының Красный Ключ ауылы мәктәбе өсөнсө урында алды.

ШИФАХАНАЛА...

Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров үткәргән оператив кәңәшмәлә Махсус хәрби операцияла ҡатнашыусылар һәм уларҙың ғаилә ағзалары өсөн шифахана-курорт дауалауын ойоштороу мәсьәләһе тикшерелде.

Республика Хөкүмәте Премьер-министры урынбаҫары - ер һәм мөлкәт мөнәсәбәттәре министры Наталья Полянская хәбәр итеүенсә, Башҡортостандан Махсус хәрби операцияла ҡатнашыусылар бер тапҡыр 14 көн дауамында шифаханаларҙа дауалана ала. Шулай уҡ был көндәрҙе тормош иптәштәре йәки атаәсәләре менән тигеҙ өлөштәргә бүлергә мөмкин. Бынан тыш, һәләк булған яугирҙарҙың туғандары ла, бер йәки ике өлөшкә бүлеп, шифаханаларҙа һауыҡһын ныҡытыу мөмкинлегенә эйә. "Юллама хаҡы - 60200 һум, - тип билдәләне Наталья Полянская. - Республика бюджеты иҫәбенә финанслауҙы 2023 йылдағы 82,2 миллион һумдан 2024 йылда 128 миллион һумға тиклем арттырҙыҡ. Башҡортостан - хәрби хеҙмәткәрҙәрҙе ҡабул итеүсе шифахана-курорт ойошмалары һаны буйынса илдә алдынғы төбәктәрҙең береһе. Республикала бындай 15 учреждение бар".

Билдәләнеүенсә, 2025 йылдан шифахана-курорт дауалауы менән Махсус хәрби операцияла һәләк (вафат) булған йәки хәбәрһеҙ юғалған хәрбиҙәрҙең 18 йәштән 23 йәшкә тиклемге колледждарҙа һәм юғары уҡыу йорттарында уҡыған балалары, шулай уҡ яугирҙы тәрбиәгә, опекунлыҡҡа алыусылар, ҡарап үҫтереүселәр, шул иҫәптән һәләк (вафат) булған йәки хәбәрһеҙ юғалған хәрбиҙәрҙең яҡындары ла, файҙалана аласаҡ.

ЕТЕМДӘР ӨЙЛӨ БУЛДЫ

Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров Хөкүмәттә уҙған оператив кәңәшмәлә 2024 йылда етем балаларҙы торлаҡ менән тәьмин итеү буйынса республика программаһын тормошҡа ашырыуға йомғаҡ яһаны.

2025 йыл башына торлаҡ алыуға исемлектә 7 888 етем бала теркәлгән, шуларҙың 5 062-һе был хоҡуҡҡа эйә. Программаны финанслауға 2024 йылда 2,63 миллиард һум аҡса бүленгән. Был сумма план күрһәткестәренән 35 процентҡа юғары һәм 1 029 етемде торлаҡ менән тәьмин итеү мөмкинлеген бирә. "Программа тормошҡа ашырылған алты йыл эсендә 5 165 кеше торлаҡлы булды", - тип билдәләне төбәктең төҙөлөш һәм архитектура министры вазифаһын башҡарыусы Артем Ковшов. Билдәләнеүенсә, торлаҡ мәсьәләһен хәл итеүҙә бер нисә юл менән файҙаланалар: биш йылға төҙөлгән ҡуртым килешеүе нигеҙендә махсус торлаҡ биреү һәм артабан уны милеккә тапшырыу, шулай уҡ фатир йәки йорт һатып алыуға сертификаттар бүлеү. Бынан тыш, 2024 йылда Өфөлә күләмле инвестиция проекты тормошҡа ашырылды. Уға ярашлы, республикаға "Сағыу" биҫтәһендә етем балалар өсөн 31 торлаҡ бина тапшырылды.

АУЫЛ БИЛӘМӘҺЕН ХӘСТӘРЛӘП...

Башҡортостанда "Ауыл биләмәләрен комплекслы үҫтереү" дәүләт программаһын финанслауға биш йыл эсендә 9,4 миллиард һум самаһы йүнәлткәндәр, шуның 5,4 миллиард һумы - федераль бюджеттан. Был хаҡта республика Башлығы Радий Хәбиров уҙғарған оператив кәңәшмәлә төбәк Хөкүмәте Премьер-министры урынбаҫары - ауыл хужалығы министры Илшат Фәзрахманов хәбәр итте.

Һәҙәмтә буларaҡ 539 ғаилә торлаҡ шарттарын яҡшыртыуға субсидия алған, ә 204 ғаилә өсөн ҡуртым килешеүе нигеҙендә йорттар төҙөлгән. Муниципалитеттарҙа ауыл биләмәләрен төҙөкләндереү буйынса 240 проект тормошҡа ашырылған, шул иҫәптән 16 балалар һәм 12 спорт майҙансығы, 16 ял паркы һәм сквер барлыҡҡа килгән, урамдарҙы яҡтыртыусы 20 объект ҡуйылған һәм 2 меңдән ашыу ҡаты коммуналь ҡалдыҡтар туплау майҙансығы йыһазландырылған. Башҡортостан Башлығы ҡушыуы буйынса республикала тәү сиратта Махсус хәрби операцияла ҡатнашыусылар һәм уларҙың ғаилә ағзалары өсөн торлаҡ төҙөүгә һәм һатып алыуға субсидиялар биреү тәртибе әҙерләнде. Ике йыл эсендә 27 ғаилә тейешле сертификаттарға эйә булды. Дәүләт программаһы сиктәрендә республика "Ауыл халҡының мәшғүллегенә булышлыҡ итеү" федераль проектын да уңышлы тормошҡа ашыра. Йыл һайын унда 100-гә яҡын предприятие ҡатнаша. Биш йыл эсендә 2 154 кеше уҡыту һәм производство практикаһын үткән, федераль бюджеттан 93 миллион һумдан ашыу аҡса йүнәлтелгән. Башҡортостан - был күрһәткес буйынса Рәсәй Федерацияһында лидер.

Б А Ш Ҡ А Л А Х Ә Б Ә Р Ҙ Ә Р Е

✓ Ҡала Дәүләт автоинспекцияһының матбуғат хеҙмәтенән хәбәр итеүҙәренсә, иҫерек водителдәрҙең транспорт менән идара итеүенә юл ҡуймау маҡсатында рейдтар үткәрелеп тора. "Эскән водителдәрҙең йәки йәйәүлеләрҙең юл хәрәкәте ҡағиҙәләрен тупаҫ боҙоу осраҡтары, шулай уҡ башҡа факттар тураһында Башҡортостан буйынса Эске эштәр министрлығының ҡыҙыу бәйләнеш телефонына: 8 (347) 2793292, шулай уҡ Дәүләт автоинспекцияһының телеграм-чатына (@GIBDDRB_02bot) хәбәр итергә мөмкин", - тип белдерҙеләр ведомствола.

✓ Өфөлә 2025 йылдың 31 майына тиклем Оборона министрлығы менән килешеүгә ҡул ҡуйған контрактсыларға торлаҡ һатып алыу өсөн 500 мең һум ташлама бирелә, тип хәбәр итә Өфө мэрияһы. Ташлама алыу өсөн акцияла ҡатнашҡан тәҙәүсегә паспорт күсермәһен, контракт төҙөүҙе раҫлаған документты һәм ташламаға купонды тапшырырға кәрәк. Уны Өфө райондары хакимиәттәренең береһендә алырға мөмкин. Ташлама менән 2025 йылдың 31 декабренә тиклем файҙаланырға була. Шулай итеп, Башҡортостандың баш ҡалаһында контрактсыға, торлаҡҡа ташлама менән бергә, бөтәһе 2 800 000 һум аҡса түләнә.

✓ Өфөнән Новосибирскиға авиарейстар арта. Баш ҡала аэропортының матбуғат хеҙмәтенән хәбәр итеүҙәренсә, 23 ғинуарҙа S7 Airlines авиакомпанияһы 78 пассажирға иҫәпләнгән Embraer ERJ-170 самолеттарында Новосибирск - Өфө - Новосибирск маршруты буйынса өҫтәмә рейстар асты. Новосибирскиға тура рейстар көн һайын урындағы ваҡыт буйынса көндөҙгө сәғәт 3-тә һәм киске 9-ҙа башҡарыла. Юлға 2 сәғәт 40 минут ваҡыт китә.

✓ Өфө бадминтонсыһы Галина Мезенцева Рәсәй Гран-прийы серияһының бадминтон буйынса Бөтә Рәсәй турнирында көмөш миҙалға лайыҡ булды. Ҡыуаныслы яңылыҡты республиканың Спорт министрлығы хәбәр итә. Ярымфиналда Галина Рәсәй чемпионатының көмөш призеры еңде, финалда иһә ун дүрт тапҡыр Рәсәй чемпионы Евгения Косецкаянан еңелде. Галина Мезенцева - Өлфәт Мостафин исемендәге спорт әҙерлеге үҙәге тәрбиәләнеүсеһе, "Рәсәйҙең спорт мастеры".

✓ 17 ғинуарҙан Red Wings авиакомпанияһы "Өфө" аэропортынан Таиландтың популяр Пхукет курортына осоштар программаһын асты, тип хәбәр итә Башҡортостан Транспорт һәм юл хужалығы министрлығының матбуғат хеҙмәте. Рейстар 10-11 көнгә бер тапҡыр 412 пассажир өсөн иҫәпләнгән Boeing 777-200 самолетында башҡарыла. Юлға 8 сәғәт 15 минут ваҡыт китә. Шулай уҡ Azur Air авиакомпанияһы Пхукетҡа һәм Утапаоға (Паттайя курорты) тура рейстар башҡарыуын дауам итә.

"БАШИНФОРМ" материалдары файҙаланылды.

✔ **Барыбыҙҙың да бер маҡсатҡа ынтылыуы, илһөйәрлек, тыуған илде һаҡларға кәрәклектең әһәмиәтен яҡшы төшөнөүе, үҙҙәрен аямай көрәшеүе еңеүҙең тик беҙҙең яҡта буласағына шик ҡалдырмай.**

ГЕРОЙҘАР ДӘҮЕРЕ

ТЕХНОЛОГИЯЛАР ҺӘМ АҠЫЛ ҺУҒЫШЫНДА...

еңеүселәр беҙ буласаҡбыҙ!

(Башы 1-се биттә).

- Былтыр ЛДПР проекты сиктәрендә хәрби корреспонденттар Изабелла Либерман ("Блокнот России") һәм Дмитрий Григорьев ("Аргументы и факты") менән берлектә Рәсәйҙең яңы биләмәләрендә командировкала булып ҡайтыуым тормошомдоң яңы баҫҡысы булды, тип һанайым, - тип һөйләп китте ул. - Бик күп яңы тәьҫораттар менән ҡайттым, тормошҡа ҡарашым үҙгәрҙе, рухи яҡтан үҫтем. Әлеге күргәҙмәлә шул командировка мәлендә эшләнгән фотоһүрәттәр тәҡдим иттем. "Үҙебеҙҙекеләр тураһында" күргәҙмәһе - хәҙерге ваҡиғаларҙы фотоға төшөрөү, йәшәйештең әлеге ваҡыттағы дөрөҫ мәғлүмәтен сағылдырыу ғына түгел, ул минең гражданлыҡ позициям, хәрби журналистикалағы тәүге аҙымым, тормоштан алған ғәйәт ҙур тәжрибәм, тип әйтә алам.

Командировка ваҡытында Махсус хәрби операцияның ни тиклем мөһим икәнлеген аңланым, барыһына ла билдәле булған "Үҙебеҙҙекеләр" тигән девиз бөтөнләй икенсе мәғәнәгә эйә булды. МХО-ла ниндәй ролдә булыуың мөһим түгел: хәрби табипмы, ирекмәнме, хәрби журналистмы - Махсус хәрби операция барыһының да тормошҡа ҡарашын ҡырҡа үҙгәртә һәм барыһын да үҙ урынына ҡуя. Унда ярымтондар юҡ. Изгелек менән яуызлыҡ, мөхәббәт һәм нәфрәт, кешелеклелек һәм ҡанһыҙлыҡ араһындағы сиктәр аныҡлана, бөтә нәмә үҙ урынына ултыра. Командировкала йөрөгән ваҡытта үҙемдең Махсус хәрби операция биләмәһенә контракт төҙөп китәсәгемде хәл иткәйнем инде һәм ҡайтҡас та документтар йүнләй башланым. Әлеге мәлдә мин хеҙмәт иткән Б.А.Р.С. "Сармат" ирекмәндәр отряды - Рәсәйҙәге беренсе хәрби интеллегенттар һәм һынауҙылар отряды. Бөгөнгө замандағы һуғыш - ул технологиялар һәм аҡыл һуғышы, унда дошманынан бер башҡа юғары булғандар еңеү яулаясаҡ. Һәм ул беҙ буласаҡбыҙ.

Махсус хәрби операция биләмәһендә хеҙмәт иткән һәр бер яугир үҙен унда кәрәкле итеп тоя. Яугирҙар бер-береһенә ҡарата иғтибарлы һәм ихтирамлы. Барыбыҙҙың да бер маҡсатҡа ынтылыуы, илһөйәрлек, тыуған илде һаҡларға кәрәклектең әһәмиәтен яҡшы төшөнөүе, үҙҙәрен аямай көрәшеүе еңеүҙең тик беҙҙең яҡта буласағына шик ҡалдырмай. Бөтәһе лә фронтҡа ни өсөн килеүҙәрен һәм нимәгә ынтылыуҙарын яҡшы аңлай, меңәрләгән яугир берҙәм һәм берәгәй булып алға ынтыла. Беҙ ирекмәндәр отряды һәм МХО-ға нимә өсөн барғаныбыҙҙы аңлап, унда нисек булырын белеп-күҙаллап юлландыҡ. Шуға күрә унда булғанда ниндәйҙер өҫтәмә мотивация, юғары һүҙҙәр һәм нимәгәлер саҡырыуҙар кәрәкмәй - барыһы ла аңлайышлы.

Тылдан күрһәтелгән матди һәм рухи ярҙам Махсус хәрби операция биләмәһендә булғандарға ныҡлы терәк һәм таяныс булып тора. Әлбиттә, Рәсәйҙең Оборона министрлығы бөтә яҡлап беҙҙе тәьмин итә, ләкин халыҡтың күңел нурын биреп, күмәкләп йыйған гуманитар ярҙамы, уларҙың йылы һүҙҙәр менән һуғарылған хаттарын алыу бөтөнләй икенсе тойғолар уята. Унда ғәҙәти генә булған әйберҙәр ҙә бөтөнләй икенсе төҫ ала. Мәҫәлән, беҙгә гуманитар ярҙам менән кеҫәл (кисель) ебәргәйнеләр. Ғәҙәти, барыбыҙ ҙа күргән-белгән, тәмләп ҡараған шаҡмаҡ кеҫәл. Беҙ уны күмәкләп ҡайнатып эстек. Тәмлелеген аңлатып әйтеп тә булмай, әле булһа тел осонда тора. Бәләкәй генә, әммә әһәмиәтле ваҡиға булды беҙҙең өсөн. Ярҙам итеүселәрҙең һәр береһенә рәхмәтлебеҙ. Улар ҙа үҙҙәренең ҡул көсө, матди ярҙамдары, изге теләктәре менән еңеүҙең яҡынлашыуына булышлыҡ итә. Берҙәмлектә - көс.

ШУЛАЙ ИТЕП...

"Леонид менән бергә музейҙа эшләү ваҡытында уның тәүәккәллеге, ышаныслы, эшлекле, тәртипле, юморға бай булыуы, компьютер һәм башҡа техниканы биш бармағы кеүек белеүенә һоҡлана инек. Уның тәүҙә командировкаға, һуңынан ирекмән булараҡ хәрби операцияға юлланыуы беҙҙең күҙ алдында үтте. Йәш булыуына ҡарамаҫтан, барлыҡ мәсьәләләрен дә оло тыныслыҡ менән хәл иткән, һәр ҡарарын төплө уйлап эшләгән милләттәшебеҙ, Әлшәй районы егетенә еңеү менән иҫән-һау тиҙерәк әйләнеп ҡайтыуын теләйбеҙ. Беҙ һине һәм башҡа яугирҙарыбыҙҙы көтөп ҡалабыҙ", - тинеләр музейҙа бергә эшләгән коллегалары.

Гөлназ САФУАНОВА яҙып алды.

"КИСКЕ ӨФӨ" ПРОЕКТЫ

УЛАР БАШҠОРТ МӘКТӘБЕНДӘ УҠЫНЫ!

Ауылдарыбыҙҙың һәм ҡалаларыбыҙҙың башҡорт мәктәптәрендә белем алып, үҙ тормошонда, эшмәкәрлегендә, ижадында бейектәрҙән-бейек үрҙәр яулаған, республикабыҙҙа һәм Рәсәй кимәлендә киң танылыу тапҡан бик күп арҙаҡлы шәхестәребеҙ бар. Бөгөн балалар, йәштәр улар хаҡында бигүк хәбәрҙар түгел. Башҡорт мәктәбендә фәндәрҙе башҡортса өйрәнеп тә бик юғары маҡсаттарға, вазифаларға өлгәшеп була икәнен белһендәр әйҙә.

Аҙнабаев Әхмәр Мөхәмәтдин улы

Ә.М. Аҙнабаев - тел белгесе, педагог методист, партия һәм юғары мәктәп эшмәкәре. Ул 1934 йылдың 23 майында Башҡорт АССР-ының Учалы районы Ҡобағош ауылында тыуған. Ата-бабалары - табын ырыуынан. Әхмәр Аҙнабаев 1950-1954 йылдарҙа Белорет педагогия училищеһында белем ала. 1954-1955 йылдарҙа Учалы районының Яңы Байрамғол тулы булмаған урта мәктәбендә тарих уҡытыусыһы булып эшләй. Юғары белем алыу маҡсатында һалсылар менән Ағиҙел буйлап Белорет ҡалаһынан Өфөгә килә. 1960 йылда Башҡорт дәүләт университетын ҡыҙыл дипломға тамамлағандан һуң Белорет педагогия училищеһында уҡыта. 1965 йылдан башлап Башҡорт дәүләт университетында ассистент, өлкән уҡытыусы, доцент, декан урынбаҫары, декан булып эшләй. 1966 йылда Ж.Ғ. Кейекбаев етәкселегендә кандидатлыҡ диссертацияһын уңышлы яҡлай.

1971 йылдан КПСС-тың Башҡортостан өлкә комитеты аппаратына эшкә саҡырыла, 1976 йылдан фән һәм уҡыу йорттары бүлеге мөдире була. Вуздар өсөн яңы уҡыу корпустары төҙөү, кадрҙар һайлау, милли мәктәптәр төҙөтөү, милли сәйәсәт мәсьәләләре менән уңышлы шөғөлләнә.

1988 йылда Ә.М. Аҙнабаев Башҡорт дәүләт педагогия институтына доцент вазифаһында эшкә алына. Белемле, тәжрибәле белгес, яҡшы ойоштороусы Әхмәр Аҙнабаев 1989 йылда фән эштәре буйынса проректор итеп тәғәйенләнә. Ул проректор булып эшләгән йылдар - М. Аҡмулла исемендәге Башҡорт дәүләт педагогия университеты тарихында фән үҫешенең, фәнни кадрҙар әҙерләүҙең үҫеш осоро. 1990 йылда Башҡорт дәүләт педагогия университетында педагогика буйынса диссертация советы асыла, педагогика, психология һәм филология буйынса аспирантура эшләй башлай.

2001 йылдан шул уҡ уҡыу йортонда башҡорт теле кафедраһы мөдире, 2009 йылдан - профессор дәрәжәһендәге уҡытыусы. 100-ҙән ашыу ғилми һәм уҡытыу-методик хеҙмәт, шул иҫәптән урта махсус һәм юғары уҡыу йорттары өсөн дәреслектәр авторы.

Ғилми хеҙмәттәре:

Башҡорт телендә айырымланған эйәрсән киҫәктәр. Өфө, 1965;

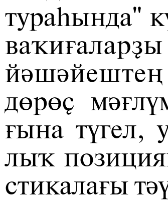
Башҡорт теленең ҡушма һөйләм синтаксисы. Өфө, 2007;

Сопоставительная грамматика русского и башкирского языков. Уфа, 2006 (авторҙаш).

Башҡорт АССР-ының 10-сы һәм 11-се саҡырылыш Юғары Советтары депутаты.

Маҡтаулы исемдәре һәм наградалары: Башҡортостан Республикаһының атҡаҙанған халыҡ мәғарифы хеҙмәткәре (1994); Рәсәй Федерацияһының почётлы юғары һөнәри белем биреү хеҙмәткәре (2007); Дуҫлыҡ ордены кавалеры; Жәлил Кейекбаев исемендәге премия лауреаты.

Х А Л Ы Ҡ Д А У А Һ Ы



Был рубрикала баҫылған кәңәштәрҙе ҡулланыр алдынан мотлаҡ табип менән һөйләшергә, аныҡ диагноз ҡуйырға, үләндәргә аллергия юҡлығын тикшерергә кәрәклекте онотмағыҙ.

Миләш

Халыҡ дауаһында миләштең емешен, сәскәһен, япраҡтарын һәм ҡайсаҡ ҡайырыһын ҡулланалар. Миләш үтте сығара, бөйөрҙәргә һәм бәүел юлдарына таш ултырыуҙы иҫкәртә, капиллярҙарҙы нығыта, организмды витаминдарға һәм микроэлементтарға туйындыра, ҡан баҫымын түбәнәйтә, ҡандың ойошоусанлығын күтәрә, бауырҙағы майҙы һәм ҡандағы холестеринды кәметә. Организмға кислородҡа ҡытлыҡ кисереүгә ҡаршы торорлоҡ көс бирә, эс ҡатҡанда ярҙам итә. Миләш сәскәһен июндең икенсе яртыһында йыялар, ә инде йәй уртаһынан 90 көн һанап емешен йыйһаң - был иң файҙалыһы була.

❖ Склероздан миләш ҡайырыһын онтаҡларға, 5 ҡалағына ярты литр һыу ҡойоп, ҡайнап сыҡҡандан һуң 2 сәғәт талғын утта тоторға. Һыуытып һөҙөргә. Көнөнә 3 тапҡыр ашарҙан ярты сәғәт алда 25-30 мл эсергә. Дауаланыу - 1,5-2 ай.

❖ Кардиосклероз ауырыуынан шулай уҡ онтаҡланған ҡайырыны ҡулланалар, үрҙәге ысул һымаҡ әҙерләйҙәр, әммә 30 минутҡа оҙағыраҡ талғын утта ҡайнатырға кәрәк. Көнөнә 3 тапҡыр 1-2 ҡалаҡ эсергә.

❖ Геморройҙан, бешкән миләш емешенең һутын һығып, көнөнә 3 тапҡыр яртышар стакан эсергә, артынан һалҡын һыу уртларға.

❖ Күҙҙәрҙе яҡшыртыу өсөн миләш һутын һығып алып булған осорҙа көнөнә 3 тапҡыр ашарҙан алда 1-3 ҡалаҡҡа тиклем эсергә, ә ҡара көҙ һәм ҡыш еткәс, емеш бешкән һыуҙы эсергә: 1 ҡалаҡ миләшкә 1 стакан ҡайнар һыу ҡойоп, 4 сәғәт төнәтергә. Көнөнә 2-3 тапҡыр яртышар стакан эсергә. Әйткәндәй, киптерелгән миләштең шифаһы ике йыл һаҡлана.

❖ Боғаҡ, бауыр ауырыуҙары, геморройҙан 2 балғалаҡ миләш сәскәһенә 1 стакан ҡайнар һыу ҡойорға, йылыға төрөп, 4-6 сәғәт төнәтергә, йәки термоста тоторға. Шунан һөҙөргә һәм көнөнә 3-4 тапҡыр сирек стакан (50-шәр мл) эсергә. Ҡатын-ҡыҙҙар ауырыуҙарынан да ярҙам итә.

Ғәлиә ШӘМСИЕВА әҙерләне.

✓ *Районыбыҙ биләмәһендә башҡорт халҡы ҡомартҡылары байтаҡ. Улар араһында Лағыр-1, Ишембай һәм Иҙелбай ҡурғандарын, Тарналин ҡаласығын атарға була. Һуңғыһы башҡорт ырыуҙары тарихына туранан-тура бәйләнгән.*

ЗИҺЕН КИҢӘЙТЕП...

КӨНЬЯҠ УРАЛ ҠОШТАРЫ

Ҡорохтан, һуғышсы сәпсәү

(Турухтан)

Һомғол, оҙон аяҡлы сәпсәү, барҡылдаҡтан саҡ ҡына эрерәк. Сыбар, ерәнерәк төстә, ҡорһағы аҡ. Ата ҡоштоң муйынында ҡауырһындары оҙонайып, яҙын "яға" барлыҡҡа килә. Уның төҫө аҡ та, сағыу ерән дә, ҡара ла була. Был төҫтәр ҡатнашып киткән осраҡтар ҙа күп. Иң ҡыҙығы, бер төҫтәге ата ҡорохтан булмай. Инә ҡоштар иһә ныҡ сағыу түгел, төҫтәре лә улай үҙгәреп тормай. Тәпәйҙәре яҙын һары йәки ҡыҙғылт һары, ә көҙөн һоро. Күҙөн ата ҡоштарҙың да буяуы "уңа", хатта уларҙы инә ҡоштан айырып та булмай, киреһенсә, тағы ла аҡһылыраҡ була. Әммә ниндәй генә "кейем"дә булмаһын, ҡорохтанды танытып торған билдәһе шул булыр: ҡанаты буйлап тар ғына аҡ һыҙат үтә, ҡойроғоноң асты - аҡ, өҫтө аҡ һәм ҡара төҫтәге арҡыры буйлы һыҙаты бар.

Тауышланып йөрөмәй. Тауышы ла шым ғына, ике ижектән торған тоноҡ ҡысҡырыу. Ҡош туйы йәки ҡорға тупланғанда ата ҡорохтан тауыш бирә.

Евразияның урманлы, тундра зоналарында киң таралған. Ғалим П.П. Сушкин (1897) Берғаҙан ҡамыш һаҙлығында ҡорохтан оя ҡороп йәшәй тигән фараз тәҡдим итә. Башҡа ғалимдар уны осоп үтеп барышлай ғына күреп теркәй. Республиканың таулы өлөштәрендә осрамай. Урал арьяғында яҙын күрергә була, мәҫәлән, 1962-1967 йылдарҙа беҙ 20-80 ҡоштан торған төркөмдә Ҙур Учалы, Ҡарағайлы күлдәрендә (Учалы районы), Сыбарғүл, Суртанды күлдәрендә (Әбйәлил районы) тап иттек. 1965 йылда Суртанды күлендә күргән ҡорохтандар 50-гә яҡын ине. Августа иһә, йылы яҡҡа осоп китешләй, улар ошо уҡ күлдәрҙә туҡтап китә.

А. Валуев (2005) Әбйәлил районы Һатҡы күлендә һәм Дәүләкән районында Берғаҙан ҡамыш һаҙлығында был ҡоштарҙың оя ҡороп йәшәүенә тап була. Күрше Ырымбурҙа ла был ҡоштар оя ҡора тигән фараз бар.

Ата ҡош ояға ҡороу мәшәҡәттәрендә ҡатнашмай. Инә ҡош ояға үлән, йөн түшәй. Ниндәйҙер хәүеф тыуғанда оянан ситкә китә һәм шул рәүешле йомортҡаларҙы һаҡлап ҡала. Шулай ҙа үҙе ныҡ тынысһыҙлана, осоп килә, оянан йыраҡ булмаған ергә ултыра, таҡ ла осоп китә.

Йәш бәпкәләр 3,5 аҙналыҡ булғанда оса башлай. Был мәлдә инә ҡош уларҙы ҡалдырып киткән була. Ата ҡоштар ҡауырй алыштырыу урындарына тағы ла алдараҡ оса. Оло ҡоштар ҡышлау урындарына иртәрәк ҡуҙғала, йәш ҡоштар август-сентябрь башында оса башлай.

Ҡышлау урындары Көнбайыш Европанан алып Африканың көньяғына тиклем.

М. Баянов, Ә. Мәмәтов, "Көньяҡ Урал ҡоштары" китабынан. (Дауамы бар).

ҠЫҘЫҠЛЫ ӘҢГӘМӘ

ТЫУҒАН ЕРЕБЕҘҘЕ...

Салауат кеүек яратайыҡ!

Былтыр ЮНЕСКО-ның "Янғантау" геопаркы биләмәһенә ҡараған Салауат районы Лағыр ауылы эргәһендә үткәрелгән археологик тикшеренеүҙәр һөҙөмтәһендә яңы ҡомартҡылар табылыуы тураһында хәбәр ителгәйне. Шул уңайҙан файҙаланып, геопарктың ғилми хеҙмәткәре, археолог Айнур Ринат улы СИТДИҠОВ менән әңгәмәләштек.

➔ Һөйләшеүҙе башлап, Лағыр ауылы тапҡырынан Әй йылғаһының һул яҡ яры буйлап Ҡарайылға шишмәһе тамағына тиклем йәйрәп ятҡан, дөйөм оҙонлоғо 15 км тәшкил иткән урынды өйрәнергә ҡарар итеүегеҙҙең сәбәптәрен аңлатып үтһәгеҙ ине.

- Был территорияны быға тиклем береһе лә ентекләп тикшермәгән, үткән быуын тикшеренеүселәре, йылға буйлап ағып төшөп, еңел табылған ҡомартҡыларҙы ғына йыйып алған. Ә был урын арыҡ ҡына ҡатмарлы: киң һыуҙбасар туғай, һаҙмат. Шуға тикшеренеүселәр уны ситләберәк үткән. Икенсенән, был минең беренсе "асыҡ бит" - уны ҡулға алыу менән мин дәүләт күҙендә профессиональ археологҡа әүерелдем. Тимәк, ялан эштәрен кемдеңдер етәкселегендә, ҡомартҡыны экспедициялар сиктәрендә генә түгел, ә үҙаллы атҡарыу хоҡуғына эйә булдым. Быны үҙемдең тыуған ауылым Лағырҙан, миңә йәшәү бүләк иткән ерҙән, башлауҙы дөрөҫ тип таптым.

Һәм яңылышмағанмын да: тикшеренеүҙәр барышында Лағыр-2 - боронғо кешеләр йәшәгән ултыраҡ табылды. Әйткәндәй, был ауылым өсөн икенсе ҡомартҡы: башҡорттарҙың иртә быуаттарҙағы тарихына бәйле булған, академик Нияз Абдулхаҡ улы Мәжитов үҙе өйрәнгән Лағыр-1 боронғо ҡәберлеге лә бар. Ә мин тапҡан ҡомартҡы ябайыраҡ, боронғо ултыраҡ, кешеләр йәшәгән ерҙән ғибарәт. Шулай ҙа Лағыр-1 ҡурғанына ҡарағанда мең йыл, ә беҙҙең көндәрҙән 2 мең йыл элек, тимер быуат осоронда йәшәгәндәр бында. Әммә беренсе "асыҡ бит" тулы масштаблы ҡаҙыу эштәре алып барырға рөхсәт итмәгәс, ҡомартҡыны теркәргә генә яраған, тупраҡтан үҙҙәре килеп сыҡҡан әйберҙәрҙе генә таптыҡ. Улар араһында биҙәкһеҙ керамика киҫәге, эре малдарҙың һөйәктәре, тимер әйберҙәр бар ине. Былар барыһы ла борон ошо урында йәшәгән кешеләрҙең мал аҫрау, тимерселек менән шөғөлләнеүен раҫларға мөмкинлек бирә. Теүәлерәк мәғлүмәттәр, тулы күләмдә ҡаҙыу эштәре ойошторған ваҡытта, алыныр, тип көтәм.

Бындай археологик ҡомартҡылар - Әй йылғаһы буйындағы ерҙәр өсөн ҡәҙимге күренеш, шуға ултыраҡтың урынын кеше тарафынан емертеүгә юл ҡуймау өсөн сиктәрен билдәләү эшен генә атҡарырға кәрәк булыр, тип уйлайым. "Янғантау" геопаркы хеҙмәткәре булараҡ, минең төп маҡсатым - Салауат районын өйрәнеү һәм яңы ҡомартҡыларҙы табыу.

Әйткәндәй, районыбыҙ биләмәһендә башҡорт халҡының тарихын байытҡан ҡомартҡылар байтаҡ. Улар араһында Лағыр-1, Ишембай һәм Иҙелбай ҡурғандарын, Тарналин ҡаласығын атарға була. Һуңғыһы башҡорт ырыуҙары тарихына туранан-тура бәйләнгән. Бына шулай, был территорияла төрлө дәүерҙәргә ҡараған ҡомартҡылар бергә тупланған, сарматтар һәм скифтар заманынан алып, башҡорт халҡы формалашҡан осорға, Салауат Юлаев йәшәгән йылдарға тиклем дә әйберҙәргә юлығырға була. Бынан тыш, таш быуат осорона ҡараған ҡомартҡылар ҙа күп, боронғо кешеләрҙең һүрәттәре һаҡлана Әй һәм Йүрүҙән йылғалары буйында урынлашҡан ерҙәрҙә. Бишәр-алтышар быуат ваҡыт арауығы менән айырылған әйберҙәрҙе бер урында табыу, уларҙы өйрәнеү ҡыҙыҡлы.

➔ ЮНЕСКО-ның "Янғантау" геопаркын ойоштороу ниндәй әһәмиәткә эйә булды, һеҙгә ниндәй яңы мөмкинлектәр асты?

- Ватаныбыҙ һәм тыуған республикабыҙ мәнфәғәтенә хеҙмәт итеү мөмкинлегенән тыш, был беҙгә матди-техник тәьминәт йәһәтенән айырыуса ныҡ ярҙам итте. Сөнки археология - ул хеҙмәткәрҙәрҙән күп көс талап иткән тикшеренеү өлкәһе, төрлө ҡоралдар, транспорт кәрәк. Геопарк был йәһәттән барлыҡ кәрәк-яраҡ менән тәьмин итә, рәхәтләнеп эшләргә барлыҡ шарттар булдыра. Ул үҙе лә йәйләп археологик тикшеренеүҙәр менән шөғөлләнә алырлыҡ ойошмаға әүерелә бара, ә республикала ғына түгел, хатта Рәсәй һәм Бойондороҡһоҙ Дәүләттәр Берләшмәһе илдәрендә бындай геопарктар юҡ. Шуға беҙ тарихи-мәҙәни мираҫты өйрәнеүҙә алдынғылар рәтендә булыуҙы маҡсат иткәнбеҙ. Дөрөҫөн әйткәндә, "Янғантау" геопаркы ойоштороло менән Салауат районында фәндең алға китешен үҙенең кеүәтенә алған бер "хужа" килеп сыҡты. Бында эшләгән хеҙмәткәрҙәрҙең күбеһе ошо районда тыуып үҫкән белгестәр булыуы ла шатлыҡлы күренеш.

➔ Археолог һөнәрен үҙләштереүселәр күп түгел, ни өсөн һеҙ был өлкәне һайланығыҙ?

- Эйе, әлеге ваҡытта геопаркта ла мин бер бөртөк археолог, әммә яңғыҙ түгелмен. Эшемдә уҡытыусыларым, коллегаларым гел ярҙам итеп тора. Тәү сиратта "Боронғо Өфө" музей-курсаулығында эшләгән дуҫтарыбыҙ гел ярҙам ҡулы һуҙырға әҙерҙәр. Археолог һөнәрен үҙләштереүселәр һирәк булыуына ҡатмарлы һәм оҙайлы юл үтергә кәрәклеге лә сәбәпселәр, минеңсә. Сөнки юғары тарихи белем алырға, экспедицияларҙа ҡатнашыуҙа көмендә ике йыллыҡ тәжрибәң булырға тейеш, фәнни хеҙмәттәр яҙыуың, анализдар яһауың, башҡа археологтарҙың ғилми хеҙмәттәрендә исемең күрһәтелеүе шарт. Бынан тыш, археология үҙе лә ҡатмарлы фән, тарихтан тыш, теүәл фәндәрҙе лә яҡшы белеү мөһим, ә яртышар йыл ҡырҙа йәшәп, ер ҡаҙып эшләүе лә күптәр өсөн еңел түгел.

Шулай ҙа эшем бик ҡыҙыҡлы, романтизм менән һуғарылған. Башҡа тарихи фәндәрҙән айырмалы рәүештә, археологияның бер ҡасан да тиерлек алдашмауы ла оҡшай миңә. Ерҙән берәй ҡылыс табып алдың икән, ул ҡасан һәм нимә өсөн ҡулланылғанын асыҡ әйтә алаһың, ә бына, мәҫәлән, ҡағыҙ сығанаҡтарҙың барыһында ла дөрөҫлөк яҙылыуына ышаныуы ауыр. Археолог - үҙенә күрә бер детектив та бит ул, тик һин кисәге булған ваҡиғаны түгел, алыҫ осорҙағыһын тикшерәһең. Бәләкәй генә бер киҫәк әллә ниндәй мәғлүмәттәр биреүе ихтимал. Тәбиғәт ҡосағында фекерҙәштәрең менән тупланып эшләйһең һәм әллә ниндәй серҙәргә асҡыс табаһың.

Һуңғы йылдарҙа археология өлкәһенә, тарихи үткәндәребеҙгә республикабыҙҙа иғтибар бермә-бер артыуын күреүе ҡыуаныслы. Үткән йылда ғына ла күпме матур яңылыҡтар булды, әйтәйек, Шишмә районында Күсмә цивилизацияларҙың Евразия музейы, "Салауат ере" тарихи-мәҙәни комплексы ла археологтарҙың хеҙмәт емештәрен сағылдыра. Киләсәктә эшләйһеләр күп булһа ла, дөрөҫ юҫыҡта тейешле темп менән барыуыбыҙ өмөт уята.

➔ Яҡын киләсәккә һеҙ ҙә пландар ҡороһағыҙҙыр?

- Яҡын киләсәктә эшләргә теләгән эштәр бик күп. Тәү сиратта шәхсән үҙемдең тулы ҡаҙыу эштәре һәм "Янғантау" геопаркы биләмәһендә экспедиция ойошторорға тигән теләгем бар. Артабан республикабыҙҙың төньяҡ-көнсығыш өлөшөн: Салауат, Ҡыйғы, Дыуан, Балаҡатай һәм Мәсетле райондары территорияһын ентекле өйрәнә башларға ине исәп. Был төбәк Өфө ҡалаһының тирә-яғы йә Урал арьяғының башҡорт райондарына ҡарағанда аҙыраҡ өйрәнелгән. Әлбиттә, Советтар Союзы осоронда уҡ тикшеренеү үткәрелгән, әммә асыҡлыҡтар индерәһе урындар байтаҡ.

➔ Туризм йәһәтенән ниндәй бурыстар ҡуйылған һеҙҙең алдығыҙға?

- Геопарктың төп бурыстарының береһе - үҙ территорияһын тикшереү һәм урындағы халыҡты мәғлүмәтләндереүҙән тыш, уның тотороҡло үҫешен тәьмин итеү, ә бында туризмдың әһәмиәте ҙур. Беҙ өйрәнгән археологик табыштарҙы ла туризмда әүҙем ҡулланалар, был үҙ сиратында райондың үҫешенә һәм урындағы халыҡ мәнфәғәтенә ыңғай йоғонто яһай.

Ял итеүселәр араһында Иҙрис мәмерйәһе, йә Салауат Юлаев мәмерйәһе бик билдәле - уны йыл һайын йөйге осорҙа унар меңләп кеше килеп ҡарай. Ғөмүмән, 2017 йылда геопарк булдырылғандан алып Салауат районының туристик потенциалы 3-5 тапҡырға артты, эшҡыуарлыҡ үҫә. Урындағы халыҡ был мөмкинлекте ҡулынан ысҡындырмаҫҡа тырыша: яңыраҡ ҡына йорт хайуандары урынлаштырылған контактлы зоопарк асылды, бер йәш эшҡыуар тәбиғәт шарттарында пинбол уйыны биләмәһен төҙөргә ниәтләнә тип беләм. Әлбиттә, туристик үҫештең төп локомотивы - ул "Янғантау" шифаханаһы, барыһы ла уның тирәләй тупланған.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Айнур Ринат улының туристарға һәм Салауат районы халҡына әйтергә теләгән һүҙҙәре ошо булды: "Туристарға бер генә үтенес - тәбиғәтте һаҡлағыҙ, ә яҡташтарыма тыуған еребеҙҙе Салауат Юлаев кеүек яратығыҙ, тип мөрәжәғәт итер инем", - тине ул. Бына шундай бар күңеле менән үҙ эшенә мөкиббән киткән, рухлы, тырыш йәш белгестәр бар милләттәштәребеҙ араһында һәм улар йәмғиәтебеҙгә, фәнгә үҙ өлөшөн индереп, лайыҡлы хеҙмәт итә.

Сәриә ҒАРИПОВА
әңгәмәләште.

"Киске Өфө" гәзитенең махсус бите

41

Шифа

24-30 ғинуар (һыуығай) 2025 йыл

№3 (1147)

АТАЙ-ӘСӘЙ ҠОЛАҒЫНА

БАЛАҢ МЕНӘН АРАЛАШ, ҺӨЙЛӘШ!

Башҡортостан Һаулыҡ һаҡлау министрлығының балалар психотерапевты, консультация-диагностика бүлеге мөдире, балалар табип-психотерапевты Светлана АЛЯНГИНА балалар һәм ата-әсәләр мөнәсәбәтенә ҡағылышлы фекерҙәре менән уртаҡлаша.

- Үсмерҙәр һәм ата-әсәләр араһындағы көсөргәнешле мөнәсәбәт нилектән барлыҡҡа килә? Тәү сиратта, был хәл баланың психологик һәм физиологик үҫеш үҙенсәлектәре менән бәйле. Ул үҙенсәлектәргә фекерләүҙең өлгөрөп етмәүе, ҡыҙыусанлыҡ, бәләкәй генә проблема ла ҙур булып күренеүе инә. Шулай уҡ интернет-технологияларҙың үҫеше лә йоғонто яһай, балалар ата-әсәләре йәки дуҫтары менән онлайн аралашыуҙы өҫтөн күрә. Бында ниндәйҙер бер сәбәпте атап булмай, был проблемалар комплексы, мәҫәлән, имтихандарҙан, уңышһыҙлыҡтан ҡурҡыу менән дә бәйле.

- Нисек кенә булмаһын, бала менән һөйләшеү, уның үҙ-үҙенә бикләнеүенә, оҙон еңле кейеменә иғтибар итергә кәрәк. Бала үҙен йәшерергә теләһә, шулай итә, - тип аңлата эксперт.

Светлана Алянгина республикала төрлө иҫкәртеү программалары һәм саралар комплекстары булдырылыуын, мәктәп психологтары эше ойошторолоуын һыҙыҡ өҫтөнә алды. Әммә белгескә барыуҙы оят тип һанау кеүек проблема бар әле. "Беҙҙең йәмғиәттә психологҡа йәки психотерапевҡа барыу, ҡыҙғаныҫҡа ҡаршы, әлегә ғәҙәткә инмәгән. Кешеләр уны ниндәйҙер ҡара тап кеүек күрә. Ә беҙҙең үҙәккә мөрәжәғәт итеүҙең бер ниндәй психиатрия йоғонтоһо юҡ. Беҙ балаларҙы иҫәпкә ҡуймайбыҙ, ә диагностика ғына үткәрәбеҙ, ата-әсәләргә кәңәш бирәбеҙ. Кәрәк булһа, коррекция эшмәкәрлегенә йәки ҡатмарлы осраҡта стационар шарттарҙа дауалауға йүнәлтәбеҙ. Шулай уҡ ата-әсәһенә һөйләргә ҡурҡҡан осраҡта балалар "ышаныс телефоны"на шылтырата ала", - ти ул.

Белгес әйтеүенсә, үсмерҙең именлеге тәү сиратта тап ата-әсәләр һәм опекундарға бәйле. "Беҙ бәлиғ булмағандар эштәре буйынса комиссия менән әүҙем эшләйбеҙ, әммә, ҡыҙғаныҫҡа ҡаршы, ата-әсәләр йыш ҡына беҙҙең тәҡдимдәрҙе һанға һуҡмай. Сөнки бала ниндәйҙер мәсьәләләрҙә тулыһынса яҡланмай һәм һуңғы һүҙ барыбер ата-әсәһенә ҡайтып ҡала. Йыш ҡына улар бындай етди темаларға балалар менән һөйләшергә ҡурҡа", - тип билдәләй Алянгина.

Иҫегеҙгә төшөрәбеҙ, телефон номерҙары һәм психологик ярҙам күрһәтеүсе учреждениеларҙың адрестары: Балалар, үсмерҙәр һәм уларҙың ата-әсәләре өсөн берҙәм дөйөм Рәсәй ышаныс телефоны (тәүлек әйләнәһенә) 8-800-2000-122.

Республика клиник психотерапия үҙәге: 8 (347) 241-62-85 (тәүлек әйләнәһенә).

Республика клиник психотерапияһы дауаханаһы: 8 (347) 295-02-36 (тәүлек әйләнәһенә).

Иван ВАВИЛОВ.

ТУРАҺЫН ӘЙТКӘНДӘ...

ҠАЙҘА ДАУАЛАНЫРҒА,

дәүләт дауаханаһындамы, әллә шәхси клиникаламы?

(Башы 2-се биттә).

...Дауаланып сыҡҡас, махсус рәүештә республика һәм ҡала дауаханаларының табиптар персоналы менән ҡыҙыҡһындым. Уларҙың һәр берәһендә тиерлек Башҡорт дәүләт медицина университетының профилле кафедралары эшләй. Мин операция яһатҡан клиникала ла ул бар, һәм уны республикала билдәле хирург, медицина фәндәре докторы, профессор, йыл табибы етәкләй. Уның етәкселегендә юғары категориялы докторҙар эшләй, уларҙың иҫәбендә - тиҫтәләрсә һәм йөҙҙәрсә ҡатмарлы операция. Дауаханала ятҡан көндәрҙә палаталағы иптәштәремде нисек операцияға әҙерләүҙәрен, һуңынан уларҙың нисек һауығыуҙарын, табиптарға рәхмәт әйтеүҙәрен күҙәттем.

Шәхси клиникаларҙа медицина ҡорамалдары, препараттар, технологиялар, дарыуҙар менән эштең нисек тороуын белмәйем, ләкин мин ятҡан бюджет дауаханаһында барыһы ла һәйбәт ине. Анализдар әҙерләнгән лаборатория теүәл, сәғәт кеүек эшләне, һөҙөмтәләр тиҙ бирелә ине. Магнит-резонанс томографияһы (МРТ), компьютер томографияһы (КТ), рентгенология кабинеттары бар. Шәхси клиникаларҙың ҡиммәт хаҡҡа кешене ентекле тикшерергә, ауырыуҙы асыҡларға, дөрөҫ диагноз ҡуйырға мөмкинлек биргән импортлы МРТ аппаратын һатып алырлыҡ хәлдә булыуына шикләнәм. Ә бюджет дауаханаһында ул бар. Тап ошо ҡорамал ярҙамында бюджет клиникаларында табиптар сирлеләрҙе ҡотҡара. Ә ҡайһы берҙә ошо уҡ табиптарға шәхси клиникаларҙағы коллегаларының "хаталарын" төҙәтергә тура килә...

Әле илебеҙҙә страховка медицинаһының торошо һәм уны үҫтереү тураһында һөйләшеүҙәр, бәхәстәр күп. Күпселек осраҡта уны әрләйҙәр. Йәшәгән урын буйынса поликлиникаға яҙылыу, поликлиникаларҙың, участка табиптарының эшенә дәғүәләр байтаҡ. Барыһы ла шулай. Ләкин сирлеләрҙе стационарҙа дауалау хаҡында һүҙ алып барғанда, беҙҙең страховка медицинаһының ошо сегментында ғорурланырлыҡ нәмәләр бар тип иҫәпләйем. Эйе, ҡайһы берҙә табип хаталары була, уларҙан бер кем дә страховкаланмаған, хатта иң тәжрибәле, оҫта табип та. Табиптар операция барышында кемделер ҡотҡара алмаған, кемдеңдер балаһы тыуғанда үлгән. Ошо айырым осраҡтар, ҡыҙғаныҫҡа ҡаршы, беҙҙең журналистар ярҙамы менән шунда уҡ йәмәғәтселеккә билдәле була. Баҫма һәм электрон киң мәғлүмәт сараларында үлтереүсе табиптар, уларҙың ҡаты күңеллелеге, вайымһыҙлығы, компетентһыҙлығы тураһында мәҡәләләр һәм сюжеттар сыға. Кешеләр, айырым эпизодтарҙы дөйөмләштереп, медицинабыҙ, табиптар тураһында кире фекер йөрөтә башлай, ә дауаханаларҙа, поликлиникаларҙа көн дә үҙ эшен башҡарған, ғүмерҙәрҙе ҡотҡарған меңәрләгән табиптарҙы иҫәпкә алмай.

Совет заманында "Аҡ халатлы кешеләр" тигән йыр бик популяр ине, уны йыш ҡына радио аша яңғыраттылар, эстрадала йырланылар. Ул саҡта табиптарҙың абруйы бик юғары булды, властар ошо абруйҙы дәүләт кимәлендә һаҡларға тырыштылар: уларға эшләргә шарттар тыуҙырҙы, табиптарҙың фиҙаҡәрлеге, табип бурысы тураһында бына ошондай йырҙар, һоҡланғыс фильмдар, китаптар ярҙамында һөнәрҙе пропагандаланы. Хәҙер "Аҡ халатлы кешеләр" йырын йырламайҙар, уның хаҡында бөтөнләй оноттолар. Бер кем дә табиптар тураһында яңы йырҙар ижад итмәй, табиптар тураһында романдар ҙа яҙмай. Ә телеканалдарҙа барған дауаханаларҙың, медиктарҙың эше тураһында бик күп сериалдар - табип һөнәренә пародия ғына.

Күптәр дәүләт, страховка медицинаһы менән дә, ҡалабыҙҙағы бихисап шәхси медицина клиникаларының эше менән дә таныштыр тип уйлайым. Ләкин ошо шәхси клиникаларҙың күбеһендә, таныш медиктар һөйләүенсә, дәүләт стационарҙары һәм поликлиникалары табиптары эшләй, дөрөҫөрәге, өҫтәмә аҡса эшләй. Әлбиттә, шәхси клиникала йәки дәүләт клиникаһында дауаланырғамы - быны һәр кем үҙе һайлай. Әгәр йәнә көтмәгәндә сирләп китһәм (Хоҙай ҡушмаһын), мин, ете урынлыҡ дөйөм палатала ятырға тура килһә лә, страховка полисын ҡултыҡ аҫтына ҡыҫтырып, туп-тура бюджет дауаханаһына йүгерермен. Беренсенән, хәҙер мин ундағы табиптарға тулыһынса ышанам, икенсенән, хаҡлы ялдағы күпселек коллегаларым, хәйер, пенсионерҙарҙың ғына түгел, шулай уҡ ябай граждандарҙың кеүек, минең дә аҡсам күп түгел. Яҡын арала уның күп булыуы көтөлмәй ҙә.

Дәүләт дауаханаларының өҫтөнлөгөн раҫлау өсөн түбәндәге белешмәне килтерәм:

- Республика Хөкүмәте ултырышында 2024 йылда тармаҡтың яҡынса 120 миллиард һумға, элеккегә ҡарағанда 10 проценттан ашыуға күберәк финансланыуы билдәләнде.

- 2024 йылда төбәктә 178 һаулыҡ һаҡлау объекты төҙөлгән һәм ремонтланған. Һаулыҡ һаҡлау учреждениеларын заманса ҡорамалдар менән йыһазландырыу темптары артҡан, санитар автотранспорт һатып алынған, 135 модулле конструкция, 4 меңдән ашыу берәмек медицина ҡорамалы ҡуйылған. Бер йыл эсендә санитар автопарк 206 яңы автомобиль менән тулыланған.

- Һаулыҡ һаҡлауҙың беренсел звеноһын яңыртыу программаһы буйынса 7 объект төҙөлә, 9-ында капиталь ремонт яһалған, авария хәлендәге биналарҙың өлөшө 3 тапҡырға тиерлек кәмегән.

- Былтыр медицина ойошмалары өсөн дөйөм суммаһы 666 миллион һумға 4 меңдән ашыу берәмек медицина ҡорамалы, шул иҫәптән 28 берәмек ауыр техника һатып алынған.

- Өфө ҡалаһының медицина ойошмаларын яңыртыу программаһы эшләй. 2025 йылда 10 объектты капиталь ремонтлау, 22 берәмек ҡорамал, мебель һәм ойоштороу техникаһы һатып алыу, 2029 йылға тиклем дөйөм суммаһы 8 миллиард һумға 118 объектты төҙөкләндереү, 18 297 берәмек ҡорамал, мебель һәм ойоштороу техникаһы һатып алыу күҙаллана.

- Республиканың бюджет клиникаларында алдынғы медицина технологиялары, ядро медицинаһы, яһалма интеллект индерелә. Юғары технологиялы хирургия операциялары яһала; Башҡортостан - трансплантация үткәреү һаны буйынса Рәсәй төбәктәре араһында тәүге унау иҫәбендә.

- "Һанлы фельдшер-акушерлыҡ пункты" проекты үҫешә, уның ярҙамында ауыл халҡына һанлы медицина хеҙмәттәре күрһәтелә, фельдшерҙың дистанцион рәүештә ваҡытлыса эшкә яраҡһыҙлыҡ ҡағыҙын асыу, электрон рецепт яҙып биреү, телемедицина консультацияһы үткәреү мөмкинлеге бар. Быларҙың барыһы менән дә республика халҡы бушлай файҙалана ала.

Алик ШАКИРОВ.

✓ *Ирҙәрҙә пеләшләнеү башҡасараҡ, "ирҙәрсә тип"та. Улар был осраҡта сәсен тулыһынса юғалта тиерлек. Шуға ла күсереп ултыртыуға ла күбеһенсә ирҙәр мохтаж.*

Аһ-Аһ!

ИТ АШАМАҺАҢ...

тимер ҡытлығы була, имеш...

Һыйыр ите һәм бауыр ашауҙан баш тартыу - тимер ҡытлыҡлы аҙ ҡанлылыҡҡа ((железодефицитная анемия) килтереүе ихтимал, тип белдерҙе медицина фәндәре докторы,профессор, Башҡорт дәүләт медицина университетының терапия, дөйөм табиб ғәмәлиәте һәм гериатрия кафедраһы мөдире, Башҡортостандың атҡаҙанған табибы Гүзәл САФУАНОВА.

- Аҙҡанлылыҡ бөгөнгө көндә, ғөмүмән, киң таралған сирҙәрҙең береһе. Тимер ҡытлығы менән бөтөн Ер шары халҡының дүрттән бер өлөшө яфалана. Йыш ҡына шулай ҙа була: кешенең гемоглобин кимәле яҡшы күренеп торһа ла, организмдағы тимер тупланышы күпкә кәм булыуы бар. Ике төрлө был хәлдә лә дауаланыу талап ителә. Организмда гемоглобин һәм эритроциттар кимәле кәм булғанда, кешенең организмы кислородҡа мохтажлыҡ кисерә. Йәғни, бөтөн организмда гипоксия күренеше килеп тыуа.

Тимер ҡытлығы булғанда хәлһеҙлек, тиҙ арыу, тире ҡатламының ағарыуы, тиренең ҡоролого, тырнаҡтар һынысынлығы, сәс ҡойолоу, баш ауыртыу һәм әйләнеү, хатта һушты юғалтыу хәленә килеп етеү күҙәтелә. Балалар иһә дәрестә насар үҙләштерә, өлгәштә ҡалыша, сөнки баш мейеһенә кислород етешмәй һәм уның эшмәкәрлеге боҙола. Тимер ҡытлығы көслө булғанда кешенең тәм тойоу үҙенсәлеге боҙола, аҡбур, эзбиз, балсыҡ ашағы килә, бензин, ацетон, еүеш асфальт еҫе үҙенә тарта.

Аҙҡанлылыҡ теләһә ниндәй йәштә лә: балаларҙа, йышыраҡ ҡатын-ҡыҙҙа, өлкән йәштәге ирҙәрҙә күҙәтелә. Сир билдәләре килеп тыуһа һәм ул көсәйеп китҡән осраҡта табибҡа мөрәжәғәт итергә, анализдар тапшырырға кәрәк буласаҡ. Шуның һөҙөмтәһендә терапевт дарыу һәм уны күпме ҡулланыу кәрәклеген билдәләй. Үҙ белдегең менән ниндәйҙер дарыуҙар ҡулланырға ярамай, сөнки ҡандағы тимер күләме артып китеүҙең дә хәүефе бар. Ул ағзалар һәм туҡымаларҙа күпләп тупланып китеүе ихтимал һәм уны организмдан сығарыуы бик ҡатмарлы: күп ағзаларҙың эшмәкәрлеге боҙолорға мөмкин.

Аҙҡанлылыҡты иҫкәртеү өсөн кешенең туҡланыу рационы төрлө булырға тейеш. Иң тәүҙә әлеге һыйыр, быҙау ите, бауыр ашарға кәрәк. Ҡалған ризыҡтарҙа тимер әҙерәк, шулай ҙа ярма, ҡуҙаҡлы культуралар, йәшел япраҡлы салат үҫентеләре, алма, ҡарағат, гранат һәм башҡалар файҙалы. Әлбиттә, туҡланыу төрләләгә менән генә лә тимер ҡытлығын бөтөрөү мөмкин түгел. Мәҫәлән, бер төймә дарыу препаратында тимер күләме 400 алмалағына тиң. Әйткәндәй, вегетарианлыҡ менән мауығыусылар ит ашамай һәм тимер ҡытлығы менән улар ҙа йыш яфалана, шуның өсөн уларға тимер, аҙыҡ-түлек аша күберәк килеп торһон өсөн, туҡланыу рациондарын квалификациялы белгестәр, табиптар менән килешеп төҙөү талап ителә, - тип һөйләне беҙгә профессор Гүзәл Сафуанова.

Ләйсән ЗАКИРОВА.

ҠЫҘЫҠЛЫ ӘҢГӘМӘ

Кешенең тышҡы ҡиәфәте - уның күңел торошоноң сағылышы ғына түгел, ә йәшәү кимәленең, заман трендтары менән бер ҡатарҙан атлауының күрһәткесе, тигән фекерҙә бөгөн күптәр. Һәм ошо инаныу матурлыҡ индустрияһының сәскә атыуына килтерә лә инде. Ҡатын-ҡыҙҙар ғына түгел, көслө зат та матурлыҡ салондары юлын тапай - был да көндәлек тормоштоң ғәҙәти бер күренешенә әйләнеп бара. Шулай ҙа матурлыҡ индустрияһы тышҡы ялтырауыҡтан тыш, кешене сәләмәт итеү йүнәлешендә лә эшләйме? Бөгөнгө ҡунағыбыҙ - сәс күсереп ултыртыу буйынса табип-хирург Тимур Афзал улы ҒАЛИН менән ошо хаҡта әңгәмәләшәбеҙ.

ПЕЛӘШТӘРҘЕ ЛӘ...

сәсле итеп була

Сәс - борондан һылыулыҡ билдәһе иҫәпләнә, быны беҙ халыҡ йырҙарынан, әйтем-мәҡәлдәрҙән дә асыҡ күрәбеҙ. Һеҙ, табип булараҡ, сәстең кешене матур итеүҙән тыш, тағы ла ниндәй үҙенсәлеген һыҙыҡ өҫтөнә алыр инегеҙ?

- Ысынлап та, кеше организмында һәр нәмәнең үҙенең тәғәйенләнеше бар. Кешенең бөтөн тәне сәс менән ҡапланған тиерлек, Хоҙай Тәғәлә беҙҙе шулай итеп яралтҡан. Сәстең төп функцияһы терморегуляция, йәғни ул кеше өшөгәндә йылыны һаҡларға ярҙам итә, эҫе саҡта уны һыуындыра. Тир ҙә тирегә ҡарағанда сәстәрҙә тиҙерәк кибә. Эволюция процесында организм үҙгәрештәр кисергән, әлбиттә, тиренең ҡайһылыр өлөштәрендә сәстең кәрәге ҡалмаған. Бөгөн иһә донъя трендтары тәьҫире һөҙөмтәһендә кеше артыҡ сәстәргә ҡаршы "көрәш" алып бара, мәҫәлән, эпиляция хеҙмәте популяр. Сәс үҫмәһен өсөн препараттар ҙа эшләр. Эстетик йәһәттән ҡарағанда, бында мәғәнә бар ҙа, шулай ҙа мин алтын урталыҡты һаҡлау яғындамын.

Ә һеҙ сәс күсереп ултыртыу йүнәлешендә эшләйһегеҙ, ул да косметологияға ҡараймы, әллә медицинағамы? Ябай ғына итеп аңлатҡанда, сәс күсереп ултыртыу процесы нисегерәк була?

- Ул бик етди процедура, шуға күрә медицинаға ҡарай. Бөгөн үҙен косметолог тип атағандарҙың бер өлөшөнөң махсус медицина белеме лә юҡ, ә беҙҙең үҙәктә эшләүселәр - һөнәр үҙләштереү өсөн 8 йыл юғары белем алған, аҙаҡтан оҙайлы йылдар тәжрибә туплаған кешеләр, хирургтар. Башҡортостанда ул әлегә берҙән-бер. Косметология, трихология йүнәлешендә эшләгән клиникалар ситтән хирургтар саҡырып, был хеҙмәтте күрһәтһә лә, үҙебеҙҙең табиптарҙың сәс күсереп ултыртыуға тотонғаны юҡ ине.

Процедура шулайыраҡ башҡарыла: пациенттың сонҡа йәки икенсе төрлө әйткәндә елкә сәсенең фолликулаһын алып, кәрәк урынға күсереп ултыртабыҙ. Сонҡа йәки елкә зонаһында иң көслө сәстәр урынлашҡан, шуға ла ул донор зонаһы булып иҫәпләнә. Әлеге көндә сәсте кешенең үҙенән генә алып ултыртып була, йәғни башҡа кешенең сәсен уның организмы ҡабул итмәй. Шуны ла әйтергә кәрәк, медицина процедураһы булһа ла, хәҙер уны ауыртыуһыҙ, операцияһыҙ эшләп була. Кеше шул көндә үк өйөнә ҡайтып китә, ә һөҙөмтә иһә 1-6 айҙан күренә һәм ғүмер аҙағынаса тиклем һаҡлана.

Матурлыҡ индустрияһының был төрө башлыса ир-егеттәр араһында популяр. Быны сәбәбе нимәлә?

- Ҡатын-ҡыҙҙарҙа сәсте юғалтыу башҡасараҡ бара: сәс һирәгәйеп, тире яланғаслана башлай, шулай уҡ сәстәр йоҡара, ялтырауыҡлығын юғалта, тире ауырыуҙары барлыҡҡа килә. Былар барыһы ла бер көндә башланмай, йылдар буйына бара һәм ҡатын-ҡыҙ, барыбер үҙенә иғтибарлыраҡ булыу сәбәпле, ваҡытында табипҡа ла мөрәжәғәт итә. Ошо этапта анализдар тапшырып, тәү сиратта гормондарҙың кимәлен асыҡлап, дөрөҫ диагноз ҡуйып, мезеотерапия, плазматерапия кеүек хирургик булмаған ысулдар менән уларҙы уңышлы дауалап була.

Ә ирҙәрҙә пеләшләнеү башҡасараҡ, "ирҙәрсә тип"та. Улар был осраҡта сәсен тулыһынса юғалта тиерлек. Шуға ла күсереп ултыртыуға ла күбеһенсә ирҙәр мохтаж. Ҡартайғас ҡына сәс ҡойола икән тип уйлаусылар ҙа хаталана, 20 йәшлек егеттең дә был проблемаға тарыуы бар.

Был уларҙың психологик торошона ла йоғонто яһай. Кеше бит йәмғиәт менән тығыҙ бәйләнештә, төрлө сараларға бара, ҡайҙалыр сығыш яһай һ.б һәм башының пеләш булыуынан уңайһыҙлыҡ кисерә. Сәс бит матурлыҡ һәм сәләмәтлектән тыш, йәшлек билдәһе лә. "Мин гел ошолай йәш булырмын", тип уйлай ул, әммә йылдар сәстәргә үҙенең эҙен һала. "Пеләшлек - аҡыл билдәһе" тигән шаярыу ҙа бар, әммә хәҙерге ир-егеттәр бындай "аҡыллылыҡ билдәһе"нең булыуынан булмауын теләйәсәк.

Табип булараҡ, ирҙәрҙең косметологияға йышыраҡ мөрәжәғәт итеүенең дә бер насарлығын күрмәйем. Бөгөн һәр кемдең күркәм күренгеһе килә, кейеменә лә, тышҡы ҡиәфәтенә лә иғтибар итә. Етмәһә, бының өсөн төрлө инструменттар бар икән, кешенең үҙен ҡарауынан зыян юҡ. Әммә был салондарҙан сыҡмай ятырға кәрәк тигәнде аңлатмай.

Беҙҙең өләсәйҙәрҙең дә сәс тәрбиәләүҙә үҙ алымдары бар ине. Әйтәйек, сәсте майлап тарау, үреп йөрөтөү һ.б. Бөгөнгө көн күҙлегенән был ысулдарға ниндәйерәк баһа биреп булыр ине?

- Боронғо ысулдарға көләп ҡарарға ярамай, улар халҡыбыҙҙың аң-белем, һиҙемләү кимәленең юғарылығы тураһында ла һөйләй. Уларҙы беҙ бөгөнгө белемебеҙ менән дә аңлатып еткерә алмайбыҙҙыр әле. Сәсте йыйып йөрөү, яулыҡ ябыны гигиена күҙлегенән ҡарағанда әһәмиәтле - ризыҡ әҙерләгәндә ашҡа сәс төшөүҙән һаҡлай. Яулыҡ шулай уҡ ҡояштан, ыуыҡтан һаҡлай, был сәләмәтлек өсөн файҙалы. Баш түбәһенә һары май һөртөп, мейене кибеүҙән һаҡлағандар тигәнде лә ишеткәнем бар. Шулай ҙа халыҡ медицинаһын ҡулланыр алдынан уны ныҡлап өйрәнергә, һайлап ҡына тотонорға кәрәк. Тәжрибәмдә бер пациент булғайны, ул сәс ҡойолоуҙы үләндәр, ҡәнәфер порошогы менән дауалаған һәм был, киреһенсә, тиренең янyыуына һәм сәстәрҙең нығыраҡ ҡойола башлауына килтерҙе.

Әлек йәшәү шарттары ла башҡа булған, таҙа һыу эсеп, таҙа һауа һулағандар. Хәҙер транспорт та күп, көнкүреш техникаһын да ҡулланабыҙ: кеҫәлә телефондар, йорттарҙа телевизор һәм башҡа ҡоролмалар, уларҙың барыһы ла бүлеп сығарған нурҙар тирбәлешендә көн итергә мәжбүрбеҙ. Былар ҙа һаулыҡҡа, психик торошҡа йоғонто яһай. Сәстәрҙе тәрбиәләүсе косметик сараларҙың да сифатлы булыуы мөһим, нимә менән йыуһаң да ярамаймы, тип, осһоҙлоһона ҡыҙыҡмағыҙ. Туҡланыуға ла иғтибар итергә кәрәк, ризыҡтың ниндәйе генә юҡ, мул йәшәйбеҙ кеүек, ә уның һаулыҡҡа зыянын белмәйбеҙ. Трансмайҙар, газлы эсемлектәр, тәм-том күп. Былар барыһы ла сәстәрҙең генә түгел, тотош организмдың эшмәкәрлегенә йоғонто яһай. Миненсә, кеше әүҙем физик тормош алып барһа, ваҡытында табиптарға мөрәжәғәт итһә, дөрөҫ туҡланһа, уның гормондар системаһы ла нормала була. Хәрәкәттә - бәрәкәт, хәрәкәт итергә яратҡандар йәшерәк тә күренә, күңел тыныслығы кисереп, бар донъя менән гармонияла йәшәй.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Ҡайһы саҡта матурлыҡ индустрияһының сәләмәтлеккә бер мөнәсәбәте булмаған кеүек тойолһа ла, Тимур Афзал улының хаҡлы билдәләүенсә, сәс кенә ҡойолоу ҙа кешенең тормошон ныҡ ҡатмарлаштырыуы ихтимал. Әгәр ҙә был проблеманы хәл итеүҙән ул үҙен яҡшыраҡ, ышаныслыраҡ тоя башлаһа, тышҡы ҡиәфәтенә күҙ һалыуҙан ғына күңеле күтәрелеп, ыңғай хистәр кисерһә, бер һүҙ менән әйткәндә, тулы ҡанлы тормош менән йәшәй башлаһа, косметологик, эстетик етешһеҙлектәрҙе үҙгәртеүсе саралар үҙен аҡлай тиген һүҙ. Шулай ҙа был осраҡта үҙеңдең һаулығыңды һәм ғүмереңде махсус белеме булған табиптың ҡулына тапшырыу төп талаптыр, моғайын. Сөнки сәстәр матурлыҡ ҡына түгел, сәләмәтлек билдәһе лә.

Ләйсән ВӘЛИЕВА әңгәмәләште.

✓ Тәмәкенән баш тартыу бөтөнләйгә мөмкин түгел, тип әйтергә йыйынмайым, әлбиттә. Ихтыяр көсө күберәктәр ундай насар ғәҙәттән тиҙерәк ҡотола.

ҺӘР КЕМ ҠОЛАҒЫНА

НИҢӘ ТАБИПТАР ҘА...

тәмәке борлата?

"Киске Өфө"нөң "Интернеттан" тип аталған рубрикаларының береһендә "Табиптар ҙа ниңә тәмәке тарта?" тигән бик мөһим һорау күтәрелгәйне. Унда Рәсәй медицина хеҙмәткәрҙәренең 62 проценты тиерлек тәмәке менән мауығыуы хаҡында статистик мәғлүмәт килтерелгәйне. Ә сит илдә был һан 2 - 3 проценттан артмай икән! Рәсәй һаулыҡ һаҡлау министрлығының ошо хаҡтағы белдереүенә таянып яҙылған рубриканы уҡығас, һөнәрем буйынса хәрби табип булараҡ, мин дә уға битараф ҡала алманым.

Бөтә рәсәйлеләрҙең 40 проценты был яман ғәҙәт менән дуҫ булыуын күҙ уңында тотоп, быйыл 1 июндән Дәүләт Думаһында илдә тәмәке тартыусылар һанын кәметеүгә йүнәлтелгән закон проектын тормошҡа ашырыу ҡарала икән. Һаулыҡ һаҡлау министрлығы бына ошо мәғлүмәттәрҙе килтереп, тәмәке тартыуҙы ташлауҙы табиптарҙың үҙҙәренән башларға саҡыра...

Мәҡәләнең баш һүҙендә килтерелгән "Табиптар ҙа ниңә тәмәке тарта?" тигән һорауға, ни өсөндөр: "Тәмәке тартмаҫҡа, әллә табиптар кеше түгелме?" тип шаяртып ҡына яуап бирге килеп китте. Был - әлбиттә, йөрәк һыҙланыуы аша йылмайыу. Урыҫ әйтмешләй, "чего греха таить", үҙем дә, ҡасандыр, табип булып эшләгән дәүерҙә төтәтергә әүәҫләнем киткәйнем... Тартыуым студент йылдарынан башланды. Буштан-бушҡа, тип әйтерлек. Егеттәрҙең бер-беренән күрмәксе тартып өйрәнеүенән киләлер ул башлыса. Ә мәктәптә уҡығанда мин иң тәртипле малайҙарҙан һанала инем.

Тәңгә, психикаға ныҡ ҡына йәбешеп ала торған шул яман ғәҙәттән ҡотолоу, һуңға ҡарайыраҡ, оло бер проблемаға әйләнә икән ул. Нисә йыл табип булып эшләһәм, шуныса йыл тартыуҙы ташларға хыялланып йәшәүем хәтеремдә. Их, врач булмаған булһам, тәмәкемде еңел генә ташлай алыр инем, тип уйлаған мәлдәрем дә йыш ҡына ине... Ысын! Һәр саҡ тиерлек, ниндәй ҙә булһа берәй операциянан сығыу менән, әле халаттарҙы сисеп тә тормаҫтан, коллегалар менән ләззәтләнеп төтөн һурыуыбыҙ иҫемдә. Унан, операция протоколын яҙып бөткәс, әлеге "ингаляция" тағы ҡабатлана. Реанимация палатаһына инеп, пациентыңдың хәлен белешеп, уны ҡарап сыҡҡас, йәнә бер тоҡандыраһың ана шул торбаны... Өйгә ҡайтҡас та башыңдан сығарып ташлап булмай, һаман шул әҙәм балаһының хәлен уйлайһың.

Иртәгеһен, пятиминуткала, дежурҙағы шәфҡәт туташы пациенттың тән температураһы 38 градус тип доклад яһағас та, тәмәкегә ынтылғы килә башлай. Контроль өсөн яһалған анализдарының бер аҙ ғына норманан тайпылыштары ла битараф ҡалдырмай докторҙы. Тик 2-3 көн үтеүгә генә бер төрлө тынıслана төшәһең, әммә... Аҙнаһына ике мәртәбә була торған планлы операцияларҙан тыш, "срочный"ҙары ла сығып тора бит әле. Барыһы ла ауыр хәлдә булмауына ҡарамаҫтан, һин етәкләгән бүлектә яңынан-яңы, төрлө ауырыуҙар сәбәпле ятҡан йәш егеттәрҙең һәр береһенең һаулыҡ торошон үҙең кисерешеп йөрөгәндәй, улар менән бергә "ауырышып", көн артынан көн, аҙна артынан аҙна үтеп кенә тора инде. Бәғзе ваҡыт, пациентыңдың хәл өҫтөндә ятҡан, ул ғына ла түгел, үлеп киткән осраҡтары ла була бит. Минең бүлегемдә ауыр ғына сирлеләр булғылауына ҡарамаҫтан, үлем осрағы урап үтте, Аллаһҡа шөкөр. Әммә ҡайһы бер коллегаларым ундай хәлдәр менән таныш. Йәп-йәш көйө, әле генә утыҙҙы аша атлаған, әммә сал сәсле иптәштәрем һаман күҙ алдымда. Беренсенән, пациентының өҙөлгән ғүмере өсөн (үҙе ғәйепле булмауына ла ҡарамаҫтан) үтә лә ныҡ уйланһа, икенсенән, шул һалдат йә офицерҙың яҡындары - ата-әсәһе менән һөйләшеүҙәре еңелдән түгел табипҡа. Өсөнсөнән, бәғзе ваҡыт прокурор иптәшкә лә үҙенең ғәйепһеҙ булыуын иҫбатларға тура килә уға.

Табип хатаһы тигән нәмә бар. Бына ошо бик сетерекле төшөнсәне аңлауҙары, башҡа һыйҙырыуы ла еңелдән түгел. Берәүҙәр еңел генә тигән ауырыуҙан да (әйтәйек, битенә сиҡан сығып, шуны һытыу арҡаһында) үлеп киткән осраҡтар була. Йә иһә, бот һөйәге һынып, шул һөйәктең елек майы ҡан тамырына эләгеп, кемдеңдер "жировая эмболия" тип аталған сирҙән кинәт кенә үлеп китеүе ихтимал. Йә булмаһа, берәй операция мәлендә вена тамыры стенкаһында йәбешеп торған тромб ысҡынып китеп, "тромбоэмболия"нан һәләк булыуы ла мөмкин. Хәрби техникаға бәйле фажиғәләр арҡаһында була торған "травма, не совместимая с жизнью" тигән термин да бар медицинала. Шундай бәлә-ҡазаға осраған хәрбиҙәргә ярҙам күрһәтеп тә ҡотҡара алмаған хәлдәр була...

Бихисап ауырыуҙарҙы уңышлы дауалаған хирург, бына ошондай күңелһеҙ осраҡтарҙың барыһын да үҙ тәнендә кисергәндәй, ғүмер буйы тәмәкеһен ташларға хыялланып йөрөп, мораҙына ирешә алмай, бәғзе ваҡыт үҙе лә кинәт кенә "китеп" бара (статистик мәғлүмәттәргә ярашлы, хирург халҡының уртаса ғүмер оҙайлығы башҡаларға ҡарағанда ҡыҫҡараҡ...). Хирургтарҙың кәсебен кемдер сапёр эшенә оҡшата. Барыбыҙ ҙа белеүебеҙсә, сапёр ғүмерендә бер мәртәбә генә хаталана...

Хирург ҡына түгел, терапевт, инфекционистар ҙа шундай бәлә-ҡазалар менән таныш. Артыҡ байрам итеп, саманан тыш "ашап ташлаған" офицер йә прапорщик йөрәк инфарктынан йә мейе инсультынан үлһә, һис бер ғәйебе булмаған терапевт иптәштәрҙең шундай "ағайҙар" - хоҡуҡ һаҡсылары алдында яуап тотоуы хаҡында беләм. Йә булмаһа, аҙна һайын инструктаж алып тороуына ла ҡарамаҫтан, антифриз, тормоз шыйыҡсаһы эсеп, госиталгә килеп етеп, бөйөр эшмәкәрлеге "һүнеп" үлгән һалдат өсөн дә табип бер килке нерв күҙәнәктәрен юғалта. Кемдер әйтмешләй, "тәмәкене тартмаҫ ерҙән тартырһың..."

Кеше ғүмеренә бәйле тағы бер профессия - һәр төрлө кимәлдәге командир булыусы офицерҙар. Бына шул категория кешеләре, уларҙың ҡул аҫтындағы йәш егеттәр ҙә һәр төрлө фажиғә, хатта үлем менән йәнәш йөрөйҙәр бит инде. Һалдат ғүмере өсөн һәр саҡ яуаплы ул офицер халҡы. Бәғзе берәүҙәрҙең һалдат үлемендә тик офицерҙы ғына ғәйепләргә яратыуын өнәп еткермәйем. Уларҙың барыһының да "бер ҡаҙан эсендә" икәнлеген белгәнгә күрә... Бөгөнгө көн миҫалында уны барыбыҙ ҙа күрә.

Тәмәке тартыу ғәҙәтен аҡлау өсөн яҙылманы был мәҡәлә, әлбиттә, тик ни өсөн табип халҡы башҡаларға ла ҡарағанда күберәк тартыуының сәбәбе хаҡында уйланыуҙан ғына килеп сыҡты...

Үҙем хеҙмәт иткән дәүерҙә медицина учреждениеларында тәмәкегә ҡаршы көрәш һәр саҡ булыуын иҫләйем, йәғни, бер ҡасан дә туҡталманы ул. Баштараҡ иҫкә алған (операция алды бүлмәһендә) тәмәке тартыуҙар, әлбиттә, йәшерен рәүештә булды. Начальство күрмәгән арала... Табиптарға тәмәке тартыуҙы ҡәтғи тыйыусы бойороҡтар ҙа сығарғыланылар. Шелтә биреү йә иһә "кеҫәгә һуғыу" аша ла көрәшергә маташтылар. Әммә тәмәке тартыусылар һаны һис кенә лә кәмемәне. Беҙҙең госпиталдә тәмәке тартмаған бер медицина офицерын да хәтерләмәйем тиерлек (бер подполковник - дерматологты ғына иҫкә алмағанда).

Тәмәкенән баш тартыу бөтөнләйгә мөмкин түгел, тип әйтергә йыйынмайым, әлбиттә. Ихтыяр көсө күберәктәр ундай насар ғәҙәттән тиҙерәк ҡотола. Мин үҙем отставкаға сыҡҡас ҡына тәмәкемде ташлау бәхетенә ирештем. Ул да булһа - дингә килеүем сәбәпле. Динебеҙ талабына ярашлы, кеше үҙенең һаулығына зарар килтерергә тейеш түгел. Уның өсөн Ахирәттә яуап бирәсәгебеҙ бар. Ошо хаҡта белеү ҙур ғына роль уйнай.

Кеше организмына тәмәке төтөнөнөң булған зыяны, әлбиттә, һанап бөткөһөҙ. Тик унан нисек ҡотолорға? "Стажлы" тәмәкеселәрҙе был алама ғәҙәттән баш тарттырырға маташыуҙың һөҙөмтәһе әллә ни булмауы ла мөмкин. Шуға ҡарамаҫтан, был афәткә ҡаршы көрәште бер ҡасан да туҡтатыу ярамай. Күптәр, уны "поезд киткәс" кенә, һаулығы тамам ҡаҡшай башлағас ҡына ташлауға өлгәшә.

Был ғәҙәтте профилактикалау сабый саҡтан уҡ, ғаиләлә алып барылырға тейеш, минеңсә. "Баланы - баштан..." тигән әйтемгә ярашлы, балаға бәләкәйҙән үк тәмәкегә ҡарата сирҡаныу тойғоһо һеңдерергә кәрәк. Мәктәптәрҙә медицина хеҙмәткәрҙәре ярҙамында ошо мәсьәләгә ныҡ баҫым яһалырға тейеш. Урамда китеп барған мәктәп йәшендәге малайҙарҙың (хатта ҡыҙҙарҙың да!) һис кемдән тартынмай, төтөн борлатҡанын күреп, аптырайһың бәғзе ваҡыт, уларға ниҙер әйтеү ҙә файҙаһыҙ һымаҡ. Шуға күрә хатта өндәшмәй генә үтеп китәм. Өйҙә ата-әсә ошо юҫыҡта эшләргә бурыслы.

Тәмәке һауыттарының тышында һәр төрлө ҡурҡыныс ауырыуҙар һүрәте төшөрөүҙәре, минеңсә, бала кешеләрҙең аңына тиҙерәк барып етә. Бына шундай плакаттар мәктәп стена гәзиттәрендә лә һәр саҡ сығарылып торһа, балалар уға һис шикһеҙ иғтибар итер ине... Ә инде, ғүмер буйы тәмәке тартҡан, урыҫ әйтмешләй, "старый тиртун"дарҙы "совет власына өгөтләү" әллә ни ыңғай һөҙөмтә бирмәҫ һымаҡ. Ә һеҙ нисек уйлайһығыҙ, хөрмәтле гәзит уҡыусылар?

Хәлил ҺӨЙӨНДӨКОВ,
отставкалағы хәрби табип.

ТАБИП КӘҢӘШЕ

КОФЕ ЭСЕРГӘ БУЛА

Республика кардиология үҙәге табип - кардиологы Гүзәл ҒҮМӘРОВА һау кешегә көнөнә 2-3 стакан кофе эсеү сәләмәт йәшәү рәүешенең бер өлөшө тип атай.

Британияла кофе төрҙәре һәм ритм боҙолоуы, йөрәк-ҡан тамырҙары ауырыуҙары (йөрәктең ишемия ауырыуы, ишемия инсульты) һәм үлем араһындағы бәйләнеште тикшергәндәр. Унда 40 йәштән 69 йәшкә тиклемге ирекмәндәр ҡатнашҡан. Тикшеренеүҙәр күрһәтеүенсә, кофе йөрәк сирҙәрен, шулай уҡ был ауырыуҙарҙан үлем осраҡтарын кәметкән. Йәғни был мәғлүмәттәр кофе ҡулланыуҙың еңел һәм уртаса кимәлдә ғүмер оҙайлығының артыуы һәм кофенан тулыһынса баш тартыу менән сағыштырғанда йөрәк-ҡан тамырҙары ауырыуҙары хәүефе кәмеүе менән бәйле булыуын күрһәтә. Әммә уны уяныр өсөн иртәнге аш алдынан йәки йоҡларға ятҡанға тиклем 6-6,5 сәғәт алдан эсергә кәрәк. Кофе эсеү араһында кәмендә ике сәғәт үтергә тейеш.

Кардиолог юғары баҫымлы кешеләргә, әгәр улар гипертонияға ҡаршы дарыу эсмәһә (170-180/90-100 тиклем), кофенан баш тартырға кәңәш итә. Эсемлек хәлде киҫкенләштерергә һәм ауырыуҙың ҡатмарлашыуына килтерергә мөмкин. Әгәр гипотензив препараттарҙы даими ҡабул итһә, кофенан зыян булмаясаҡ.

✓ ***Бөгөнгө ваҡытта ҡыҙ балаларҙың һаулығын ҡаҡшатыусы яңы сирҙәр килеп сығып тора. Уларҙы ваҡытында дауаламағанда киләсәктә ҡурҡынысыраҡ сирҙәргә юлығыуына, әсә булыу бәхетенән мәхрүм булыуына алып килергә мөмкин.***

ТАБИП КӘҢӘШЕ

МИЛЛӘТ КИЛӘСӘГЕ ИКӘНЕН...

онотмаһын ҡатын-ҡыҙҙарыбыҙ

Гәзитебеҙҙең "Шифа" битендә Бөрйән районы Иҫке Собханғол ауылы үҙәк дауаханаһының акушер-гинекологы Светлана Айҙар ҡыҙы МАНСУРОВА менән әңгәмә барышында ҡатын-ҡыҙҙың һаулығына ҡағылышлы ҡайһы бер өлкәне яҡтыртырға тырыштыҡ.

Светлана Айҙар ҡыҙы, һеҙгә күпселек осраҡта ниндәй һорауҙар, проблемалар менән киләләр?

Ҡатын-ҡыҙ - донъяның үҙәге, тип әйтеү бик дөрөҫ булыр. Ул үҙ иңендә күпте күтәрә һәм шуларҙың иң мөһиме - бала табыу, нәҫелде дауам иттереү. Шуға күрә ҡатын-ҡыҙ һәм уның һаулығын ҡайғыртыу - дәүләттең дә, аҡ халатлыларҙың да иң мөһим бурыстарының береһе.

Миңә төрлө һорауҙар менән мөрәжәғәт итә ҡатын-ҡыҙҙар. Шуларҙың иң киң таралғаны: бәпес табыуҙы планлаштырыу, ауырға ҡалыуҙа килеп тыуған төрлө проблемаларҙы хәл итеү йәки, киреһенсә, ауырға ҡалыуҙан һаҡланыу юлдарын һайлауҙа ярҙам итеү, енси юл менән күскән ауырыуҙарҙы һәм башҡа төрлө гинекологик сирҙәрҙе дауалау, уларҙы иҫкәртеү һәм башҡалар.

Хәҙерге ваҡытта күрем килеү циклының боҙолоуы менән яфаланғандар күп, аналыҡ миомаһы, күкрәк биҙҙәрендәге киста, организмдағы йәшкә бәйле үҙгәрештәр - барлыҡ был мәсьәләләр менән ҡатын-ҡыҙҙар табип-гинекологка килә. Шулай уҡ миңә ниндәйҙер кимәлдә психолог ролендә лә булырға һәм ҡатын-ҡыҙҙарҙың репродуктив һаулығына бәйле мәсьәләләр килеп тыуған ваҡытта психологик ярҙам ҡулы һуҙырға ла тура килә. Оҙайлы ваҡыт ауырға ҡала алмайынса ҡайғырған, бала төшөүен ауыр кисергән йәки бала тапҡандан һуңғы депрессияға бирелгәндәр менән дә эшләйбеҙ. Ошондай ваҡытта табип ҡына түгел, ә иренең дә, яҡындарының да уларҙың янында булыуы, уны аңлауҙары, йыуатыуҙары, көслө терәк булыуҙары мөһим.

Һаулыҡҡа бәләкәй саҡтан иғтибарлы булырға кәрәклеген һәр кем белә, ләкин уны үтәйме? Мәҫәлән, әсәйҙәр кескәй ҡыҙҙарын йыш алып киләме ҡабул итеүгә?

- Ҡыҙғанысҡа күрә, әсәйҙәр бәләкәй ҡыҙҙарын гинекологка алып килеп, профилактик күҙәтеү үтеүҙе кәрәк тип тапмай. Хатта бала тыуғандан һуң бер йәшкә тиклем һәм унан һуң мотлаҡ үтеләсәк медицина күҙәтеүҙәре ваҡытында ла гинеколог ишеген урап үтергә тырышалар. Балалар табибын, невролог, лор, күҙ һәм башҡа табиптарға мөрәжәғәт итәләр, ә гинекологка - юҡ. Был бик насар күренеш. Һәм мин ҡаралырға килгән ҡатын-ҡыҙҙарға ҡыҙ балаларын кескәй йәштән гинекологка күрһәтеп тороуҙың әһәмиәте хаҡында әйтәм, аңлатам.

Бөгөнгө ваҡытта ҡыҙ балаларҙың һаулығын ҡаҡшатыусы яңынан-яңы сирҙәр килеп сығып ҡына тора. Уларҙы ваҡытында дауаламағанда киләсәктә ҡыҙ баланың тағы ла ҡурҡынысыраҡ сирҙәргә юлығыуына, әсә булыу бәхетенән мәхрүм булыуына алып килергә мөмкин.

Табип медицина күҙәтеүе үткәреү ваҡытында гинекологик булмаған сирҙәрҙе лә табырға мөмкин. Мәҫәлән, шәкәр диабетының беренсе симптомдары күҙәтелмәгән ваҡытта ла гинекология буйынса үҙгәрештәр булыуы ихтимал. Табип-гинеколог ошо үҙгәрештәрҙе күрә һәм тәпләрәк тикшеренеү өсөн юлламалар бирә, анализдар тапшырта. Сирҙе алдан асыҡлау һәм дауалауҙы башлау уны еңеп сығыу мөмкинлеген бермә-бер арттыра. Шуға күрә, ҡатын-ҡыҙҙарға өндәшкем килә - бер нәмә лә борсомаған осраҡта ла йылына бер тапҡыр гинекологка үҙегеҙ ҙә күренеп, әгәр ҙә ғаиләлә ҡыҙ бала тәрбиәләнһә, уның һаулығын да тикшертеп тороғоҙ.

Ҡатын-ҡыҙҙарға ниндәй мотлаҡ тикшереүҙәрҙе үтеп торорға кәңәш итәһеҙ?

- Хәҙерге мәлдә күпселек ауырыуҙар симптомһыҙ үтергә лә мөмкин. Был, тимәк, уларҙы асыҡлауҙың бик һуңға ҡалыуына һәм дауалауҙың әһәмиәтһеҙ булыу мөмкинлегенә алып килә. Шуға күрә йылына бер тапҡыр мотлаҡ рәүештә акушер-гинекологка күренергә, флораға һәм онкоцитологияға мазок анализын тапшырырға, кесе янбаш (малый таз) һәм күкрәк биҙҙәрен УЗИ аппараты аша ҡаратырға кәрәк. Табипҡа күренеүҙән тыш, ай һайын үҙаллы күкрәк биҙҙәрен дә тикшереп тороу мөһим һәм ниндәйҙер үҙгәреш һиҙгәндә тиҙ арала белгескә күренеү мотлаҡ.

Табип шулай уҡ тикшереүҙән һуң өҫтәмә анализдар тапшырыуға һәм башҡа белгестәргә юллама ла бирә. Бындай осраҡта тикшереүҙәрҙе оҙаҡҡа һуҙмайынса үтергә кәрәк. Был аҙым ауыр эҙемтәләрҙән һаҡлап ҡалырға мөмкин. Ғөмүмән, табипҡа ышанырға һәм уның әйткәндәрен үтәргә кәрәк.

Йөклөлөк тураһында ла һөйләшеп үтәйек. Иртә йәки, киреһенсә, оло йәштә бала табыу ҡатын-ҡыҙҙың һаулығына нисек тәьҫир итә? Балаға уҙыу араһында ниндәйҙер оптималь арауыҡ бармы?

- Был осор ҡатын-ҡыҙ өсөн матур, иҫтәлекле мәл булыу менән бер рәттән, уның организмына ҙур көсөргәнеш тә һала. Йөклөлөк ваҡытында тыуасаҡ бала имен-һау үҫешһен өсөн организм үҙ эшмәкәрлегендә һиҙелерлек үҙгәрештәр кисерә.

Йөклө йөрөү, бала табыу - ҙур яуаплылыҡ талап иткән процестар. Бындай мәлдә буласаҡ әсәнең физик һәм психологик торошо, уның "әсәй" роленә әҙер булыуы ҙур әһәмиәткә эйә. Ҡатын-ҡыҙҙың организмы физик йәһәттән 18 йәштәрҙә бала табыуға яраҡлашып, формалашып бөтә. Ул йәшкә тиклем иһә ҡатын-ҡыҙ анатомик яҡтан да, психологик йәһәттән дә бала табыуға әҙер булмауы бар. Бәлиғ булмайынса әсәй булыусы, асылда, үҙе лә балалыҡтан сығып бөтмәгән була бит әле. Шуға күрә бындай осраҡтарҙа йәш әсәйгә айырыуса ҙур иғтибар бүлергә, төрлө яҡлап ярҙам итергә кәрәк.

Хәҙер 30-35 һәм хатта 40 йәштә беренсе балаларын тапҡан ҡатын-ҡыҙҙар бер кемде лә аптыратмай. Шулай ҙа беренсе баланы һуң табыу йөклөлөк ваҡытында һәм бала тапҡан мәлдә буласаҡ әсәнең һаулығына бәйле хәүефлектәр килтереүе ихтимал. Тағы ла оло йәштәге әсәнән тыуған балаларҙа тыумыштан килгән ауырыуҙарҙың йыш осрауы тураһында ла иҫтән сығарырға ярамай.

Был һорауҙа тағы бер мәсьәләне күтәргем килә. Яңы организм яралһын өсөн сперматозоидтың инә күҙәнәге (яйцеклетка) менән ҡушылыуы кәрәк. Ә йәш олоғайған һайын инә күҙәнәктәрҙең һаны кәмей бара, тимәк, ауырға ҡалыу ҙа ҙур ҡыйынлыҡтар тыуҙыра.

Йөклөлөк араһында кәмендә 18-24 ай үтергә тейеш. Был ваҡыт эсендә ҡатын-ҡыҙҙың организмы бала тапҡанда кисергән стрестан бер аҙ арына төшә, тән ауырлығы үҙ нормаһына ҡайта, гормональ фон тотороҡлана, кәрәкле туҡлыҡлы матдәләр запасы тулылана.

Шулай ҙа һәр ҡатын-ҡыҙ ҡасан әсәй булырға һәм күпме бала табырға икәнен үҙе генә хәл итергә тейештер. Был тулыһынса уның мөмкинлегенә, теләгенә, һаулығына бәйле. Шул уҡ ваҡытта бала ҡатын-ҡыҙға оло яуаплылыҡ та һалыуын онотorға ярамай.

Һәр ҡатын-ҡыҙ әсәй булыу бәхетенә өлгәшһен, сабыйына ҡарап һоҡланһын, уның үҫкәнен күреп шатланһын. Ә бының өсөн ҡатын-ҡыҙҙарға бала саҡтан үҙ һаулыҡтарына иғтибарлы булырға, сәләмәт тормош алып барырға, табиптәр кәңәшенә ҡолаҡ һалырға кәрәк.

Ҡатын-ҡыҙҙарға ниндәй теләктәрегеҙ булыр?

- Үҙегеҙҙе яратығыҙ, хөрмәт итегеҙ, һаулығығыҙға иғтибарлы булығыҙ. Ҡатын-ҡыҙ ғаиләнең нуры, уны туплап тороусы үҙәге, өйҙең йәме икәнлеген онотмағыҙ. Үҙ белдегегеҙгә дауаланмағыҙ, табипҡа күренегеҙ. Ауылда йәшәүсе ҡатын-ҡыҙҙар, бигерәк тә һеҙгә әйтәм, көҙөн-ҡышын "Тиҙ генә сығам да инәм", тип, енел генә кейенеп урамға сығып йөрөмәгеҙ. Шунда уҡ һыуыҡ үтеп ауырып китмәһәгеҙ ҙә, һыуыҡ төптән алырға һәм һуңғараҡ аяҡтан йығырға мөмкин. Дөрөҫ туҡланығыҙ, ит-май, тәмле-татлы ашауҙа сама белегеҙ. Һимереп киттем тип, ҡапыл ғына ҡаты диеталарға ултырмағыҙ. Саф һауала йөрөүҙең, әҙме-күпме физик күнекмәләр эшләүҙең файҙаһы тураһында ла онотмағыҙ.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Гинеколог ҡатын-ҡыҙҙың һаулығын һаҡлауҙа ҙур роль уйнай. Уның кәңәштәренә ҡолаҡ һалыу, билдәләгән дауалау курстарын теүәл үтеү, даими тикшереүҙәр үтеү гүзәл заттарға һаулыҡтарын һаҡлап ҡалыуҙа ярҙам итә. Шулай ҙа, тәү сиратта һәр кем һаулығының үҙ ҡулында икәнлеген онотмаҫҡа һәм үҙенең хәл-торошона иғтибарлы булырға тейештер. Ҡатын-ҡыҙ сәләмәтлеге - милләттең киләсәге булыуын да хәтерҙән сығармайыҡ әле.

Гөлназ МАНАПОВА
әңгәмәләште.

ҮӘТ БИТ ӘЙ!

НИҢӘ ҺИМЕРӘҺЕҢ?

Бөтә донъя һаулыҡ һаҡлау ойошмаһы мәғлүмәттәре буйынса, Рәсәй халҡының 60 проценттан ашыуы артыҡ ауырлыҡтан яфалана, 20 процент самаһы һимереү (май бөрөү) менән ослраша. Һуңғы тиҫтә йылдарҙа был хәлдең тағы ла ныҡыраҡ киҫкенләшеүе белгестәрҙе ҙур борсоуға һала. "Һимереү" диагнозын айырыуса үҫмерҙәргә йыш ҡуялар. РФ Һаулыҡ һаҡлау министрлығы мәғлүмәттәренә ҡарағанда, әгәр 2000 йылдар башында 15-17 йәшлек 100 мең баланың 150-гә яҡынында "Һимеҙлек" осрағы теркәлһә, һуңғы биш йылда уртаса 800-900 балаға был диагноз ҡуйылған.

Республика йәмәғәт һаулығы һәм медицина профилактикаһы үҙәге директоры Алиса Мамаева һимереүҙән нисек ҡотолоу һәм артыҡ ауырлыҡты иҫкәртеү буйынса кәңәштәр бирә. Ул шулай уҡ һимереүҙең май туҡымаһының артыҡ йыйылыуы менән бәйле хроник ауырыу булыуын да һыҙыҡ өҫтөнә ала.

- Күптәр артыҡ ауырлыҡ май ҡулланыу менән бәйле тип яңылыш уйлай. Ысынлап та, ябай углеводтар (шәкәр, тәмтом, фаст-фуд) тиҙ арала энергия сығанағы булып тора, улар тиҙ арала "яғылып" өлгөрмәй һәм артыҡ калориялар май булып организмда туплана, - ти Алиса Мамаева.

Ул һәр кемдең, теләге булғанда, калория күләмен контролдә тота алыуын билдәләй. Бының өсөн аҡһым, май һәм углеводтар ҡулланыуҙың индивидуаль нормаһын иҫәпләргә кәрәк. Бының өсөн махсус калькулятор менән файҙаланырға мөмкин. Әйткәндәй, калорияларҙың берҙәм нормаһы юҡ. Көндәҙгә калория нормаһы енес, йәш, үҫеш һәм әүҙемлек кимәленә бәйле. Калорияларҙы иҫәпләү - ауырлыҡты контролдә тотоуҙың һөҙөмтәле ҡоралы. Асылда, организмға күпме энергия кәрәклеген белһәгеҙ, рационды төҙәтергә һәм ауырлыҡ йыйылыуға булышлыҡ иткән туҡланыуҙан тыйылырға мөмкин.

- Иҫәпләү процессы порцияларҙы контролдә торорға ярҙам итә. Күпме калория ашағаныҡыҙҙы белеп, артығынан тыйылыу еңелерәк, - тип билдәләй табип. - Ҡайһы берәүҙәр порцияларҙың кәрәкле күләмен билдәләй алмай, шуға күрә кемдер күп итеп ашай, ә кемдер, киреһенсә, бик аҙ ашай.

- Шулай уҡ нимә ашауҙы аңлау ҙа бик мөһим. Аҙыҡ-түлек көндәлеген алып барыу ризыҡтың һәм эсемлектәрҙең күпме калориялы булыуын һәм уларҙың ауырлығығыҙға нисек йоғонто яһауын күрергә мөмкинлек бирә, - ти Алиса Мамаева. - Калорияларҙы иҫәпләү ҙә энергия балансын булдырырға ярҙам итә. Ашаған ризыҡтың күләмен генә түгел, ә яндырылған калорияларҙы ла иҫәпкә алыу оптималь баланс булдырырға мөмкинлек бирә.

✓ Люкты асып ергә һикергән Ғәлим бер-ике ҡыуаҡ аша ырғып өлгөрҙө, көслө шартлау тайғаны шаулатты. Танктың башняһы, кәүҙәһенән айырылып, ағас бейеклек күтәрелеп торҙо ла, ағастарҙы шатырлатып, ергә тәгәрәне.

Сабит ФАЗЛЫЕВ

БӨРСӘ

* * *

Капитан Двинянин дежур бүлмәлә взвод командиры урынбаҫары, сержант Зуев менән тәмәке борҡота-борҡота нарҙа уйнай. Төлкөгә оҡшаған ерән Зуев - хәйләкәр, капитанды ҡыҙыҡтырып, беренсе партияларҙа еңелеп тора ла, артабан тәмләп кенә үсен ала, бөтә алдашыу оҫталығын һалып, бер-бер артлы еңеүҙәргә өлгәшеп, ҡәнәғәтлек кисерә. Сираттағы уңышһыҙлыҡтан һуң Двинянин ҡыҙара-бүртенә "Дежурный по части" тип яҙылған ҡул бәйләмен йолҡоп тигәндәй һыпырҙы ла, кителен сисеп ташланы. Сержанттың еңелсә көләмһәрәүе аҫтында ишекле-түрле йөрөп алды, асыуы ташты, дәғүәсеһен һуғып осорорҙай булып, өҫтәлгә яҡынлашты. Зуев, бәләһенән баш-аяҡ, тороп тәҙрәгә табан сигенде, ике ботлоҡ герҙәрҙе уйынсыҡтай уйнатҡан капитандан шөрләй ине.

- Иптәш капитан, иптәш капитан, бөгөн тикшереү булырға тейеш тә, оноттоғоҙмо? - Ҡотолоу юлын тапҡанға ҡыуанған сержанттың ауыҙы ҡолағына етте.

Инде суҡмарҙай йоҙроҡтарын Зуевтың һипкелле танауына килтергән Двинянин маңлайына көрәктәй усын шапылдатты:

- Ысынлап та, замполит еҫкәнә торған көн... Инәңде... Ну был буйҙаҡ Негрҙың теңкәгә тейгәне...

Подполковник Сорокин Африка иле Танзанияла инструктор булып хеҙмәт иткән. Союзға ҡайтарылғас, танкка бер ниндәй ҡағылышы булмаһа ла, сәйәсәт буйынса урынбаҫар итеп ошо төпкөлгә ебәрелгән. Экватор ҡояшына янған быштыҡ Сорокин штабҡа аяҡ баҫҡас та, полковник Ковалев, һайыҫҡандай ҡара-аҡ тиһәм, негрҙай сөм-ҡара был, тип һүҙ ҡатҡан, тиҙәр. "Негр" ҡушаматы отставкаға сығып ҡотолғансы талпандай йәбеште подполковникка.

Ғаиләһеҙ замполиттың һәр йәкшәмбе көтмәгәндә инеп сығыу ғәҙәтен барыһы ла белә, уйын ҡомарына бирелеп, был хаҡта бөтөнләй онотҡан капитан. Дежур бүлмәләге тәртипһеҙлекте күҙҙән үткәреп, ул ҡыҫҡа бойорҙо:

- Дневальныйҙы саҡыр, тәмәке төпсөктәрен һепереп түкһен... Ҡыҫҡаһы, бер минуттан бүлмә замполит пеләше һымаҡ ялтырап торһон! Марш!

Сержант Зуев "дежурка"нан башын сығарып, тана мөңрәгәндәй һөрәнләне:

- Бөрсә-ә-ә! Йүгер бында-а-а!

Ғәлим үҙәк ҡапҡала дневальный булып тора ине, ишеткәс тә ашыҡты.

Кирзаларын асфальтҡа таҡылдатып йүгерә-атлай килеп ингән һалдатҡа капитан күҙҙәрен аҡайтып аҗғырҙы:

- Бөрсәләй ҡыймылда! Замполит килгәндә ҡапҡа төбөң буш булһа, үҙең яуап бирәһең!

Ғәлим, ҡыҙыҡ та инде былар, икегә бүленергә тейешменме икән ни, тип уйланып, мөйөштәге һоҫҡо-һеперткегә үрелде. Һеперә башлағас, тәҙрә тимеренә ҡыҫтырылған йомарлам ҡағыҙҙы шәйләп алырға турайҙы һәм ҡото осто.

- Иптәш капитан, бокс яна! Танктар! - Ул ҡаушауҙан ҡалтырап, һоҫҡоһон даңғырлатып төшөрөп ебәрҙе.

Һалдатты этеп тәҙрәгә ҡапланған Двинянин шул секундта ҡырағай тауыш менән һөрән һалды:

- Тревога-а-а! Зуев, пожарҡаға шылтырат! Ҡарауылдан башҡа бар личный состав, янғынды һүндерергә!

Капитан Двинянин ырғанлап барып етеүгә ҡуйы ҡара төтөн бокс ишегенән урғылып, һауаға күтәрелгәйне. Паникаға бирелгән һалдаттар эскә инергә ҡыймай эркелешә, бер нисәүһе буш огнетушитель тотоп алған.

- Нимә яна? Танк! - Быға ышанырға теләмәгән капитан бер төпкә ынтылды, бер тышҡа сыҡты, буталсыҡ һөйләнде. - Кем яндырҙы? Ах, яна бит, яна! Огнетушитель ҡулландығыҙмы, йүнһеҙҙәр! Килтерегеҙ огнетушителде!

- Иптәш капитан, аңғармай ҙа ҡалдыҡ, ялҡын танк эсенән сығып, ҡапыл ялмап алды... Огнетушителдәр ярҙам итмәне... Яҡынларға һуң инде... Боекомплект туп-тулы! Хәҙер шартлай! - Сержанттарҙың береһе асырғанып ыуаланды. Ҡаушаған һалдаттар ни ҡылырға белмәй, бокс буйлап йүгерешә.

- Шартлай!

- Ах! Хәҙер шартлай!

- Ҡалайтабыҙ, егеттәр!?

Капитан Двинянин, асыуынан үҙе шартларҙай булып, ҡарлыҡҡан тауыш менән үкерҙе:

- Зуе-е-ев! Зуе-е-ев! Ҡайҙа янғын машинаһы? Янғын машинаһы ҡайҙа, тим?

Ахылдап, сержант Зуев килеп етте.

- Иптәш капитан, машинаның аккумуляторы ултырған, тоҡанмай!

Бөттө. Егерме километр алыҫлыҡта ятҡан ҡалалағы янғын часына шылтыратыуҙан фәтүә юҡ, өлгөрмәйәсәктәр. Бер танк шартлаһа, сираттағы башҡалары ла ҡуҡҡа осасаҡ. Капитандың башына бер төплө фекер килмәй, ул юғалып ҡалды. Ҡурҡыуҙан шыбыр тиргә батҡан Двинянин, ҡалтыраған аяҡтарын көскә тыңлатып, бер-ике аҙым яһаны ла, телен саҡ әйләндереп, һалдаттарға бойорҙо:

- Бөтәгеҙ ҙә ышыҡҡа! Бокстан ситкә ҡасығыҙ!

Кемуҙарҙан дөбөрләшеп, эстакадалар яғына йүгерешеләр. Ҡалын бетон артына һуҙылып төшкән капитан илаулап, янындағы һалдаттарға екерҙе:

- Ни эшләнегеҙ һеҙ, алйоттар? Тоҡанғас та һүндереп өлгөрөргә булғандыр инде шуны!

Һәм ҡапыл хәлдең етдилеген аңлап, алдындағы үләнде услап йолҡоп олоно:

- О-о-ох, башты ашанығыҙ бит, йолҡоштар! Трибунал бит был, трибунал! Төрмәлә серетәһегеҙ мине!

Былай ҙа шөр ебәргән һалдаттарҙы ҡурҡытып, ул аҡырып ебәрҙе:

- А-а-а-а! А-а-а-а!

* * *

Ваҡыт үткән һайын төтөн ҡуйырҙы ғына. Инде нимә эшләргә? Ҡарап тороуға ҡеүәтле батальон көсһеҙгә әйләнде лә ҡуйҙы, ойошторор офицер ҙа илап ята. Бисара һалдаттарға, хәлдең ҡот оскос аҙағын көтөп, ҡул ҡаушырырға ҡалды.

Ҡапыл ҡурҡыныс күренеш берәү ҙә уйламаған төҫ алды. Бөтә батальон хәрәкәтһеҙ ятҡан арала боролоштан тәүҙә кеше күләгәһе пәйҙә булды, артынан йүгерә-атлаған хужаһы ла күренде. Ул эстакада янынан үтеп торҙо ла, барыһын да шаҡ ҡатырып, туп-тура бокс яғына атылды. Һалдаттар ҡалҡынышып күрәләтә үлемгә ынтылған "йүләр"гә баҡты. Арыҡ кәүҙәле һалдат "һә" тигәнсе эстакада менән бокс араһының яртыһын үтеп тә өлгөрҙө. Танып гөүләштеләр:

- Бөрсә бит!

- Бөрсә? Бушты!

- Шул! Уны берәйһе менән бутап буламы?

- Бөрсә-ә-ә? Бөрсәләнеп ни ҡылмаҡ булды?

Двинянин, йәш ҡатыш тупраҡҡа буялған йөҙөн күтәреп, ҡатып ҡалды.

Ағарышҡан егеттәр, аҡайышып, бер-береһенә ҡараштылар. Ҡапыл айныған капитан йәнәсыҡҡа ҡысҡырҙы:

- Ҡайҙа-а-а! Рядовой Бөрсә, артҡа-а-а!

Зәһәр уй менән янған Ғәлим бойороҡто ишетмәне, йәнтәслимгә йүгерҙе, ыңғайына "дежурка"нан эләктергән противогазды сумкаһынан сығарып, башына кейҙе: "Тоҡанһа ғына ярар ине, тоҡанһа ғына ярар ине... - Төтөн араһында һәрмәнеп, люкты тиҙ тапты ул. - Двигатель төтөнгә тонсоҡһа, йә сымдар ирегән булһа, тоҡанмаясаҡ..." Бәхетенә, танк уртанан яна башлап, ут яртыһын ғына солғап өлгөргәйне.

Шулай ҙа водитель ултырғыһына сумыуы булды, арҡаһын эҫе һауа өтөп алды. Двигателдең гөрөлдәп эшләй башлауын ул тоноҡ ишетте, противогаз эсендә һауа етмәүен тойҙо, тулҡынланыуҙан йөрәгенең дөп-дөп тибеүе ҡолағына бәрҙе. Аяҡ-ҡулдар кәрәкле рычагтарҙы өйрәнелгәнсә һәләт хәрәкәткә килтерҙе. Ауыр танк, тертләгәндәй, ҡапыл һикереп, урынынан ҡуҙғалды.

Артынан ҡарағусҡыл төтөн һуҙған танк юғары тиҙлектә периметр эсенән сығып, ике ҡатлы тимер сымды ергә һылаштыра тапатты ла, үкереп, ағастар араһына уҡталды. Юлына осраған ҡарағайҙарҙы уйынсыҡтай һындырып, бер аҙыраҡ барҙы ул, әммә алыҫ китә алманы, шул арала алдына тауҙай өйөлгән ағас һыныҡтарына сөрсөләп, шып туҡтаны. Люкты асып ергә һикергән Ғәлим, йыуан олондарҙы урап, һеләүһендәй бер-ике ҡыуаҡ аша ырғып өлгөрҙө, көслө шартлау тайғаны шаулатты. Танктың башняһы, кәүҙәһенән айырылып, ағас бейеклек күтәрелеп торҙо ла, ағастарҙы шатырлатып, ергә тәгәрәне. Шартлау тулҡыны яҡындағы ҡарағайҙарҙы төбө-тамыры менән йолҡоп ҡуҡҡа сорғоно, һынып төшкән бер осо һалдатты бәреп йыҡты. Иҫтән яҙған Ғәлим бокстар яғынан уға табан йән-фарманға йүгергән подполковник Сорокинды, капитан Двинянинды, улар артынан ашыҡҡан һалдаттарҙы күрерлек хәлдә түгел ине...

* * *

Ҡала үҙәк дауаханаһының 6-сы палатаһы ишеге төбөнә яҡынлағас, полковник Ковалев менән подполковник Сорокин быяла аша карауатта ятҡан һалдатҡа текләп оҙаҡ торҙолар. Үтеп барыусы табип туҡтап:

- Нимә кәрәк ине, иптәштәр? - тип өндәште.

- Бында минең һалдат... Хәле нисек икән? - тип һораны полковник.

- Ҡурҡырлыҡ бер ни юҡ, еңелсә арҡаһы бешкән, мейеһе һелкенгән, әлегә ул ҡаты йоҡлай. - Табип командирға һынамсыл ҡарап өҫтәне. - Һалдатығыҙ йонсоған, уның гемоглобины түбән, тураһын әйткәндә, егет астан интеккәнгә оҡшаған...

Полковник Ковалев, плита иҙәнгә текләп, ыҡ-мыҡ иткәнсе, табип китеп барҙы. Сорокин һалдат ашханаһындағы тәртипһеҙлекте белмәй ине, артынан аптырап ҡарап ҡалды.

- Рядовой Бөр... Э-э-э, фамилияһы нисек әле? - Полковник палата эсенә ымлап, үҙенән бер башҡа түбән замполитҡа баҡты.

- Рядовой Заһитов. - Замполит ҡулындағы ҡағыҙҙарҙы аҫҡылланы һәм һоҡланыуын йәшермәй, тел шартлатты. - Так точно, Заһитов. Вот, геро-ой! -

Ковалев быяла аша күҙ ташлап, ауыҙ эсенән бурылданы:

- Уйламаҫның да... Ҡайһы яҡтан ул?

- Уралдан. Башҡорт, буғай. - Ҡыҫҡа яуапланы Сорокин.

- Былай итәбеҙ... Былай итәбеҙ... - тип уйланып торҙо полковник. - Сүпте өйҙән сығармайбыҙ. Һалдаттарҙың ҡолаҡтарына киртеп ҡуй, тикшереү килһә - ләм-мим. Танк маневрҙар ваҡытында шартланы һәм вәссәләм! Мин берәй әмәлен табырмын. Баштан һыйпамаҫтар, әммә танышлыҡҡа таяныр, оло ғауғаһыҙ ғына үткәреп ебәрергә тырышырмын. Капитан Двинянинды армия сафтарынан ҡыуырға - яуаплы мәлдә юғалып ҡалған булдыҡһыҙ офицерҙар беҙгә кәрәкмәй. Ә был... Рядовой Заһитов, тиһең инде - ысынлап та батыр егет! Тик артыҡ шаштырмаҫҡа, геройлыҡҡа юллаһаң, ни өсөн, тип соҡсона башларҙар. Тикшереү үткәнсе, аяҡ аҫтында буталмаһын - бер-ике көн карауатта аунаһын да, отпуск йүнләгеҙ, ҡайтып әйләнһен.

Бер аҙыраҡ өндәшмәй торҙо комбат, йәнә палата эсенә ҡарап:

- Шундай ҡураныс ҡына кәүҙәлә ниндәй көс йәшеренгән, ә? Йөрәге ҙур егеттең, ысын һалдат! - тине лә, йылмайып өҫтәп ҡуйҙы. - Ут бөрсәһе...

Тик уның һүҙҙәрендә тамсы ла мыҫҡыллау һиҙелмәй ине. Замполит та, пеләш башын ҡағып йөпләне, ҡуныр йөҙөн бороп, батыр йоҡлаған карауат яғына йылы ҡарашын һирпте...

(Аҙағы. Башы 1-2-се һандарҙа).

ИНТЕРНЕТТАН

ХӘРӘКӘТЛӘН ҺӘМ...

дөрөҫ туҡлан

■ Кеше, дөрөҫ туҡланып, шулай уҡ даими рәүештә спорт менән шөғөлләнеп, сәләмәт йәшәү рәүеше алып барыуға ҡарамаҫтан, күп ултыра икән, был кире күренеш организмға насар тәьҫир итә һәм сәләмәт йәшәүҙең файҙаһы юҡ, тип иҫәпләй Тель-Авив университеты ғалимдары. Етмәһә, бер үк позала ултырыу организмға май йыйылыуға килтерә. Әгәр ҙә кеше оҙаҡ хәрәкәтләнмәйенсә ултырһа, бер ниндәй диеталар ҙа ярҙам итмәйәсәк. Миссури университеты ғалимдары билдәләүенсә, оҙаҡ ултырыу артыҡ ауырлыҡ йыйыуға ғына килтермәй. Организмда сәләмәтлеккә зыян килтереүсе метаболик процестар - йөрәк-ҡан тамырҙары сирҙәренә, диабетҡа илтеүе ихтимал. Белгестәр ындай кешеләргә ҡайһы бер эштәрҙе ултырып түгел, ә тороп башҡарырға кәңәш итә.

■ Ашағандан һуң 15 минут йәйәү йөрөү оло кешеләрҙә диабет барлыҡҡа килеү хәүефен түбәнәйтә. Американың Джордж Вашингтон университеты ғалимдары асыҡлауынса, йәйәү йөрөү оҙайлы физик күнекмәләр кеүек үк, ҡанда шәкәр кимәлен түбәнәйтә. Ҡанда шәкәр күбәйеүе икенсе типтағы диабет ауырыуына килтереүе ихтимал, шуға ла ашағандан һуң йәйәү йөрөү бик файҙалы. Доктор Лоретта ДиПиетро әйтеүенсә, ашағандан һуң ҡапыл шәкәр кимәленең артыуы шәкәр диабетының башланғыс этабының үҫешенә килтереүе һәм организмдың глюкозаны үҙләштермәй башлауы ихтимал.

■ Йель университеты (АҠШ) ғалимдары асыҡлауынса, медитация психик ауырыуҙарҙы, шул иҫәптән шизофрения һәм аутизмды иҫкәртеү өсөн иң яҡшы сара булып тора. Невролог Джадсон Брюэр медитация ваҡытында баш мейеһе ҡабығы әүҙемлеген тикшергән һәм ошондай һығымтаға килгән. Оҙайлы ваҡыт медитация менән шөғөлләнеүселәр сит йоғонтоға бирелеп бармай, улар үҙҙәренең хәлен дөрөҫ баһалай ала. Шизофрения һәм аутизм менән яфаланыусы пациенттарға үҙҙәре тураһындағы уйҙар тыңғы бирмәһә, медитация, бындай уйҙарҙы ситкә ҡыуып, күберәк әлеге ваҡытта тирә-яҡта барған ваҡиғаларға йүнәлтергә мөмкинлек бирә.

■ Техник революция беҙгә яңыса аралашыу һәм коммуникация саралары ғына түгел, ә яңы фобиялар ҙа алып килде. Мәҫәлән, бөгөн күп кеше мобиль телефон менән ҡуллана алыу мөмкинлеген юғалтып ҡуйыуынан ҡурҡа. Бик ҡыҙыҡ тойолһа ла, был фобияны медицина донъяһында күптән танығындар һәм номофобия тип атағандар. Номофобия менән яфаланыусылар бер ҡасан да өйҙәренән телефонһыҙ сығып китмәй, хатта бәҙрәф һәм ванна бүлмәһенә лә телефон менән йөрөй. Бындай кеше бәйләнеш булмаған зонаға эләкһә, ул мотлаҡ асыулана башлаясаҡ. Донъяла шулай уҡ һигеҙ һанынан ҡурҡҡан кешеләр ҙә бар. Табиптар билдәләүенсә, октофобия менән ауырыусы кешеләр телефондан һандар йыйырға ла, гәзит уҡырға ла, төрлө техника менән ҡулланырға ла ҡурҡа. Тап уларҙа йышыраҡ тахикардия осрай ҙа инде.

ЫРЫУЫҢ КЕМ?

ҺӘР БЕРЕБЕҘ ЯРҘАМ ИТҺӘ...

тыуған төйәк йәшәйәсәк

Башҡортостандың һәм Рәсәйҙең халыҡ артисы, С. Юлаев исемендәге Дәүләт премияһы лауреаты, актер һәм режиссер Хөрмәтулла Үтәшевты байтаҡ йылдар инде Түңгәүер ырыуы ҡор башы тип беләбеҙ. Бынан тыш та ул бик күп йәмәғәтселек эшен алып бара һәм һәр эшендә һөҙөмтәгә өлгәшмәйенсә туҡтамай. Йылъяҙмалар яңы биттәр менән байытыла икән, бында, һис шикһеҙ, уның да тос өлөшө бар. Заман эсендә, йәмәғәт эштәрендә ҡайнап йәшәгән Хөрмәтулла ҮТӘШЕВҡа бер нисә һорау менән мөрәжәғәт иттек.

➔ **Хөрмәтулла Ғаззали улы, һөйләшеүҙе төп эшегеҙ, ижадҡа бәйле яңылыҡтар менән башлап китәйек әле. Былтырғы йыл һеҙҙең өсөн нимәһе менән иҫтәлекле булды?**

- М. Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт академия драма театры актерҙары, 2023 йылда Будапешт ҡалаһында үткән X Халыҡ-ара театр олимпиадаһында "Джут" спектакле менән ҡатнашып, бик уңышлы сығыш яһап ҡайтып, тағы саҡырыу алғайны. Әйткәндәй, унда беҙҙең академтеатр Рәсәй данын яҡлаған берҙән-бер театр булды. Былтыр апрель айында беҙҙең коллектив тағы юлланды ул тарафтарға һәм XI МІТЕМ Халыҡ-ара театр фестивале сиктәрендә Венгр Милли театрының төп сәхнәһендә "Кара йөҙҙәр" спектаклен күрһәтте. Венгрияға был икенсе тапҡыр барыуыбыҙ ҙа театр өсөн уңышлы булды, спектаклде бик яратып ҡаранылар. Борондо венгрҙар менән беҙҙең тарихи бәйләнештәр бар, шуға ла венгрҙарҙың беҙгә айырым мөнәсәбәте һиҙелә. Ошо сәйәхәт, моғайын, иң иҫтәлеклеһе булғандыр, тимен.

➔ **Башҡортостан Республикаһы Башлығының мәҙәниәт һәм сәнғәт эшмәкәрҙәренә тәғәйен "Геройҙар тураһында хәтер үлемһеҙ" гранты сиктәрендә һеҙҙең өлөшкә лә "көмөш" төшкәйне...**

- Эйе, шул грант аҡсаһына бер ҡыҫҡа метрлы фильм ("Блогер") һәм ике ролик ("Фонтан янында" һәм "Хат") төшөрҙөк. "Фонтан янында" исемле социаль ролик (режиссеры Р. Юлтаев) шулай уҡ уңыш ҡаҙанды. Ул Магнитогорскийҙа үткән "Һинең ҡараш. Европа-Азия" V халыҡ-ара конкурста еңеүсе булды. Ул - "Бәйләнештә" селтәрендә иң күп ҡаралған ролик.

➔ **Республикала ырыуҙар хәрәкәте күптән ойошторолдо. Шулай ҙа әлеге ваҡытта иң һөҙөмтәле эштәрҙе түңгәүерҙәр алып бара һымаҡ. Һеҙ ҡасандан бирле ҡор башы?**

- Был абруйлы йәмәғәт эшенә 2007 йылда егелдем. Түңгәүерҙәрҙең Беренсе съезы 1992 йылда Юлдыбайҙа булһа, икенсеһе 2007 йылда Өфөлә үтте. Шул йылда һайланһам да, тәүҙә бик әүҙемлек күрһәтмәгәнмен. Эште ҡапыл ғына ҡуҙғатып алып китеүе еңел булманы. Ләкин 2021 йылдан алып уның "сер асҡысын" таптым. Был йыйындарҙы ике, өс, йәки биш йылға бер тапҡыр урыҡ-һурыҡ үткәреүҙең мәғәнәһе юҡ. Шул йылдар арауығында халыҡты ҡуҙғатып алыуы еңелдән түгел барыбер. "Йөк" бер туҡтамай китеп барырға тейеш.

Шулай уйлап, 2021 йылда Йылайыр районы Ҡашҡар ауылында түңгәүерҙәрҙең ҙур ҡорон ойоштороп ебәрҙек. Ни өсөн был районда? Сөнки түңгәүерҙәрҙең иң төпләнеп йәшәгән ауылдары - Йылайырҙа, түңгәүерҙәргә бәйле тарих та бик үҙенсәлекле бында. Шулай итеп, Ҡашҡарҙа ошо түңгәүер ауылдарын барлыҡҡа килтергән Мамыт Ҡашҡаровҡа арналған тирмә-стелла асылды. Түңгәүер старшинаһы батыр Көсәп Солтанғоловҡа ҙур майҙанда бюст ҡуйҙыҡ (авторы Рафаэль Зиннуров). Башҡортостандың халыҡ йырсыһы Фәрит Бикбулатов йәшәгән йортҡа тантаналы рәүештә таҡтаташ урынлаштырҙыҡ. Артабан ҡорҙоң ғилми өлөшө - "Түңгәүер ырыуы башҡорттарының үткәне һәм киләсәге" тигән темаға фәнни-ғәмәли конференция уҙғарҙыҡ. Шунда съезды йыл да үткәрергә тип ҡарар иттек. Күренекле ғалимдарыбыҙ Фуат Сөләймәнов һәм Азат Ярмуллин етәкселегендә "Урман түңгәүерҙәре" тигән китап баҫылып сыҡты. Унда Бөрйән, Әбйәлил, Белорет (Смаҡай) райондарынан йыйылған легендалар, риүәйәттәр, күренекле шәхестәр тураһында яҙмалар ингән. Китапты яҙғанда урындағы тыуған яҡты өйрәнеүселәр ҙә ҡатнашты. Тимәк, китапты шул төбәктәге халыҡтың берҙәм хеҙмәте, тип әйтергә була.

Йылайыр районынан эстафетаны Әбйәлил районы түңгәүерҙәренә тапшырҙыҡ. Шулай итеп, 2022 йылда 4-се йыйын - Әбйәлилдә, 5-се йыйын 2023 йылда Баймаҡта үтте. Быйыл түңгәүер ырыуының 7- се йыйынын Бөрйән районында үткәрергә планлаштырабыҙ.

➔ **Былтыр Хәйбулла районында үткән алтынсы йыйын иң әһәмиәтлеһе булғандыр һымаҡ, ул үҙенең йөкмәткеһе менән дә айырылып торҙо...**

- Эйе, башҡорт телен, мәҙәниәтен, милли рухты һаҡлау, үҫтереү маҡсатындағы ул сараға әҙерлек сиктәрендә күләмле эштәр башҡарылды. Район халҡынан һәм етәкселегенән фатиха алып, Азат Ярмуллин, Ҡәҙим Аралбаев һәм мин, өсәүләп, "Йомабай Иҫәнбаев" тигән ырыуҙың данлыҡлы вәкиле, мәшһүр ҡурайсы Йомабай Иҫәнбаев хаҡында китап нәшерләүгә ирештек. Иҫәнбаев исеменә йыл да конкурстар үткәрелеп килһә лә, быға тиклем данлы ҡурайсы тураһында хатта бер китапсыҡ та сығарылмаған. Ҡайҙа нимәләр бар, табып, мәғлүмәттәр туплап, һәлмәк кенә китап әҙерләнде. Йомабай Иҫәнбаев иҫтәлегенә һәйкәл ҡуйылыуы иһә йылдың ҙур ваҡиғаһы тип баһаланды (һәйкәл авторы - билдәле башҡорт скульпторы, Башҡортостан Республикаһының атҡаҙанған рәссамы Хәниф Хәбибрахманов). Эксперт комиссияһы төҙөү, һәйкәлдең эскизын эшләшеү, макетын раҫлау кеүек эштәр минең иңгә йөкмәтелде. 2023 йылдың декабрь айында эш башланды. Был эштә Хәтип Фазылов, Азат Айытҡолов, Ҡәҙим Аралбаев, Азат Ярмуллин, Йомабайҙың ейәне Миңнулла Бикҡолов бик әүҙем ҡатнашты. Аҙна һайын тигәндәй күрешеп торҙоҡ. Түнәрәк өҫтәлдәр үткәрҙек, бәхәс ҡорҙоҡ, фекер алыштыҡ. Оҫтаханаға эшкә йөрөгән шикелле йөрөнөм. Өс метрлыҡ ҙур һәйкәл әҙер булғас, августа Хәйбуллала алтынсы Түңгәүер йыйыны үтте. Зәйнәб Биишева исемендәге Башҡортостан "Китап" нәшриәтендә сыҡҡан "Йомабай Иҫәнбаев" китабының исем туйын да үткәреп, һәйкәлен дә астыҡ. Шулай уҡ йыйын атайым Ғаззали Үтәшев иҫтәлегенә арналған милли көрәш буйынса "Дала батыры" турниры, "Түңгәүер мәргәне" бәйгеһен дә үҙ эсенә алды. Урындағы халыҡтың рухы күтәрелеп, түңгәүер ырыуы тарихына иғтибары бермә-бер артты.

Башҡорт дәүләт академия драма театрында ла Й.Иҫәнбаев китабының исем туйын үткәрҙек. Ни өсөн театрҙа? Ул беҙҙең театрҙың музыканты, ҡурайсыһы булған, Европанан йөрөп ҡайтҡас, театрҙа өс йыл эшләй. Аллаға шөкөр, бер йыл буйы Йомабай Иҫәнбаев менән йәшәп, планлаштырылған бөтөн эштәр ҙә атҡарылды.

Тағы ла бер ҙур яңылыҡ: Хәйбулла районының Аҡъяр ауылындағы скверға ялан түңгәүерҙәренең һигеҙ метрға дүрт метр ҙурлығындағы шәжәрәһен эшләтеп ҡуйҙыҡ. Унда Баймаҡ, Йылайыр, Хәйбулла түңгәүерҙәре - бөтәбеҙ ҙә бер ҡорҙабыҙ. Һигеҙ йөҙ йыл элекме, мең йыл элекме, беҙ бер ата балалары булып сығабыҙ.

➔ Ошо әйтелгәндәрҙән сығып, ырыуҙар хәрәкәтенең әһәмиәтен нимәлә күрәһегеҙ? Бөгөн уның маҡсаты ниҙә?

- Был - тарихи хәтерҙе, тарихи шәхестәребеҙҙең исемен тергеҙеүҙең асыҡ миҫалы, һөҙөмтәле бер алымы. Мәҫәлән, ошоға тиклем Йомабай Иҫәнбаев шәхесен берәү ҙә күтәрмәгән. Башҡорт милли хәрәкәте эшмәкәре, шағир, телсе, фольклорсы Хәбибулла Ғәбитовты һаман да республика кимәлендә сығарып булмай. Уның исемен мәңгеләштереү өсөн Баймаҡта уға бюст асырға һәм мәктәпкә уның исемен биреү хаҡында съезд ҡарары ла бар. Әле яңыраҡ З. Вәлиди исемендәге Милли китапханала Х. Ғәбитовтың ижадына арналған кисә үткәрҙек. Сибайҙа, артабан академтеатрҙа ҙур сара ойоштороҡ. Былар бөтәһе лә - йәмәғәт эше. Минең был эштәрҙә бер ниндәй ҙә матди ҡыҙыҡһыныуым юҡ. Бары тик үҙебеҙҙең күренекле ағайҙарыбыҙҙы халыҡ белһен, улар тураһындағы хәтер халыҡҡа еткерелһен, тип кенә йөрөйөм. Йәш быуын ошондай шәхестәр исемен белеп, ғорурлыҡ тойғоһо кисерһә, уларҙан өлгө алырға тырышһа, был бит маҡсатҡа өлгәшеү була! Икенсенән, был һүҙҙе мин йыш ҡабатлайым, беҙ ҡайҙандыр килгән килмешәк халыҡ түгел, юҡтан бар яһап, тарихты уйлап сығармайбыҙ. Ана, шәжәрәләрҙә меңәр йыллыҡ тарихыбыҙ теркәлгән, улар төп документыбыҙ. Уралда йәшәгәнбеҙ, сыныҡҡанбыҙ. Юҡһа, йәштәр ниндәйҙер ситтән килтерелгән йәнһүрәт геройҙары битлеген кейеп, уйҙырма геройҙарға оҡшарға тырышып ята бит хәҙер. Улар үҙебеҙҙең тарихты яһаған шәхестәребеҙгә тиңләшергә тырышырға тейеш.

➔ Маҡсатҡа өлгәшер, эште һөҙөмтәләрәк атҡарып сығыр өсөн ойоштороусыға ниндәй сифаттар кәрәк?

- Мин ҡайһы саҡ: "Ишектән ҡыуһалар, тәҙрәнән ин, йә тишектән ин", - тип шаяртып әйтеп ҡуям. Ә былай, "Юҡ" тип бер генә әйткәндән һуң да туҡтап ҡалырға, ҡул һелтәргә түгел, маҡсатҡа ирешеүҙең төрлө юлдарын эҙләргә кәрәк. Аҡса булмағанда ла, юлдарын табырға һәм хәл итергә, технологияларҙы үҙләштерергә, грант системаларын өйрәнергә, юрист та, дипломат та булырға кәрәк.

Ниндәйҙер файҙа-табыш эҙләргә кәрәкмәй йәмәғәт эштәрендә йөрөгәндә. Мин үҙем фәҡәт идея өсөн, эшебеҙ килеп сыҡһын өсөн эшләйем. Рәсми вәкилдәр менән һөйләшкәндә, бәлки, медиа кешеһе булыуым да ярҙам итәлер. Ғөмүмән, теге йәки был ҙурыраҡ мәсьәләне хәл итеүҙә ырыуҙың танылған шәхестәрен файҙаланыу бик дөрөҫ ул. Шөкөр, "Беҙ эшләмәһәк, кем эшләр?" тип тотонған үндәй шәхестәребеҙ ҙә беҙҙең арала йөрөй. Араларында матди ярҙам күрһәтергә әҙер торған бағыусылар ҙа табыла. Атаҡлы ғалимыбыҙ, башҡорттарҙың тәүге тарихсыларынан булған Мөхәмәтсәлим Өмөтбаевтың: "Аҫаба башҡортҡа өс нәмәне белеү мотлаҡ: беренсеһе - үҙ ырыуыңды; икенсеһе - йондоҙҙарҙы һәм өсөнсөһө - хандар тураһындағы риүәйәттәрҙе һәм өләңдәрҙе", - тигән изге иҫкәрмәһе үҙ халҡының яҙмышына битараф булмаған һәр башҡорттоң йәшәү рәүешенә әйләнергә тейеш.

Беҙ, башҡорттар - республиканы булдырған, бар иткән милләт. Төбәктә барған һәр ваҡиға, тыныслыҡ, берҙәмлек, Башҡортостан халыҡтарының үҫеше өсөн беҙ ҙә яуаплыбыҙ. Һәм, әлбиттә, башҡорт ырыуҙары хәрәкәтен телгә алғанда, тәү сиратта уның берләштереүсе көс икәнлеген билдәләйбеҙ. Бөгөнгө заманда, глобалләшеү кеүек төшөнсәләр алғы планға сыҡҡанда, тамырҙарыңды, туған телеңде, тарихыңды белеү ныҡлы рухи нигеҙ булдыра һәм төрлө тарафтан тәьҫир иткән мәғлүмәти баҫымға ҡаршы тороу мөмкинлеген бирә.

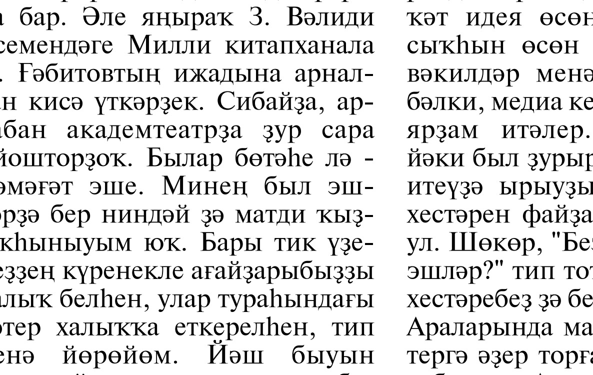
➔ Республикала хәҙер "Атайсал" тигән бик шәп проект киң ҡолас алды. Йәнтөйәген яратҡан кешеләр үҙ тыуған төйәгендә төрлө социаль әһәмиәтле объекттар төҙөшөп, тәбиғәтте һаҡлаусы саралар үткәреп, ауылдаштарын изге эштәргә әйҙәп, уның йәшәйешенә булышлыҡ итә...

- Эйе, ошо проектҡа ярашлы, көҙҙән аҙағаса республика төбәктәрендә "Атайсал - кесе Ватан" зона форумдары үтә. Ҡатнашыусылар үҙ-ара фекер алыша, тәжрибә уртаҡлаша, изге эштәре менән башҡаларға өлгө күрһәткән яҡташтар тәбрикләнә. Унда мин "Ғаилә ҡиммәттәре" секцияһында модератор булараҡ ҡатнашам. Үҙем дә, был проектҡа тәүгеләрҙән булып ҡушылып, тыуған ауылымда ҡайһы бер эштәр атҡарҙым, атҡарасаҡмын. Беҙ тыуған төйәктең бөгөнгөһөнә һәм киләсәгенә битараф ҡалмаҫҡа, уны тағы ла яҡшыраҡ, матурыраҡ итеү маҡсаты тирәләй берләшергә тейешбеҙ. "Атайсал" проекты ошо берләштереү бурысын үтәй ҙә инде...

Фәрзәнә АҠБУЛАТОВА әңгәмәләште.

ИЛҺӨЙӘРЛЕК МӘКТӘБЕ

ОҪТАЛАР БИК КӘРӘК УНДА



Белорет районынан Махсус хәрби операцияла ҡатнашыусылар еңел автотранспорт - багги йыйа башланы. Эш менән ремонт ротаһы яугирҙары шөғөлләнә. Башҡортостан оҫталары тураһында Белорет районы хакимиәтендә хәбәр иттеләр.

Багги - юлһыҙ урындарҙа үтә торған бәләкәй, маневрлы автомобиль. Бындай техника, квадроциклдар менән бер рәттән, фронтта хәрби бурыстарҙы ғына түгел, хужалыҡ ихтыяждарын үтәгәндә лә үҙен яҡшы күрһәтте.

Яугирҙәр баггиҙа хәрби бәйләнеш һыҙығына боеприпастар, аҙыҡ-түлек, медикаменттар, һыу алып килә. Кире ҡайтҡанда яралыларҙы алып ҡайталар.

Ротация урындарында ла автотранспортерҙар бик файҙалы, сөнки ваҡытлыса дислокация урындары бер нисә километрға һуҙылырға мөмкин, шул уҡ ваҡытта яугирҙарға хужалыҡ һәм башҡа бурыстарҙы үтәгәндә территория буйлап тиҙ йөрөү мөһим. Багги йыйыу өсөн ВАЗ, ГАЗ, УАЗ еңел автомобилдәренең запас частары файҙаланыла. "Хәрбиҙәр теләһә ниндәй деталдәр менән ярҙам итеүҙәрен һорай. Белоретта техника йыйыу өсөн запас частар, профилле торбалар ҡабул ителә башланы. Уларҙы гумконвой менән алып китәсәкбеҙ", - тип хәбәр иттеләр муниципалитетта.

ӨЛГӨ ТҮГЕЛМЕ НИ!

Себенле ауылынан "Шайтан" позывнойлы яҡташыбыҙ махсус хәрби операция биләмәһендә иптәштәрен ҡотҡарған.

Был хаҡта Әлшәй районы хакимиәте башлығы Наил Әбелғужин хәбәр итә. Яугир штурм төркөмө менән ҡатмарлы хәрби бурысты үтәргә юлланған. Һуғышсыларға Украина хәрби көстәренең терәк пунктын баҫып алырға тигән бойороҡ бирелгән. Сигенергә теләмәгән дошман беҙҙекеләргә дрондар менән һөжүм иткән. Ҡыҙғанысҡа ҡаршы, штурмовиктарҙың бер нисәһе төрлө дәрәжәләге йәрәхәттәр алған. "Шайтан" яралыларға медицина ярҙамы күрһәткән, иң мөһиме, ялан шарттарында дүрт иптәшенең ҡан ағыуын туҡтатҡан. Әлшәй егете яңғыҙы өс иптәшен, ә эвакуация төркөмө ярҙамында тағы алты кешене хәүефһеҙ урынға илткән. "Рядовойҙың ҡыйыу аҙымы бурысты аҙ юғалтыуҙар менән үтәргә, ә уның тактик медициналағы белеме байтаҡ ғүмерҙәрҙе һаҡлап ҡалырға мөмкинлек биргән", - тип яҙҙы Наил Әбелғужин социаль селтәрҙә. "Шайтан" өләшләтә мобилизация буйынса Махсус операция биләмәһенә саҡырылған, һуңынан хеҙмәт итеү өсөн контракт төҙөгән. Яңыраҡ уның әсәһе хәрби часть командирынан рәхмәт хаты алып ҡыуанған.

УҢЫШ ҠАҘАН

ИЗГЕЛЕК ҺӘМ ГҮЗӘЛЛЕК ТУРАҺЫНДА ХАТТАР

Егерме туғыҙынсы хат: "Сәйәхәт итегеҙ!"

Бына был ысынлап та зыялы кешенең сәфәрҙәре һәм сәйәхәттәренең һөҙөмтәһе: күңеле бай кеше өсөн барлыҡ тирә-яҡ донъя сикһеҙ бай.

Йәки икенсе төрлө әйткәндә: сәфәрҙәр ултыраҡлыҡ, әхлаҡи, туған әйберҙәргә ҡарата ултыраҡлыҡты тәрбиәләй.

Яңы ҡалаға, билдәле сәнғәт әҫәрҙәрен йәки тәбиғәт урындарын ҡарарға барһағыҙ, улар тураһында ишеткәндәрегеҙгә, уҡығанығыҙға, әйткәндәренә бик иғтибар итергә тырышмағыҙ. Һеҙ уҡып-белгәндәр күргәндәрегеҙҙең гүзәллеген һәм ҡиммәтен аңларға ярҙам итһә лә, ҡайһы саҡта үҙ фекерегеҙҙе булдырыуға ҡамасауларға мөмкин. Үҙ фекерегеҙҙең. Үҙегеҙ алған тәьҫораттарҙың баһаһын белегеҙ, әммә нисек булһа ла дөйөм фекергә ҡаршы әйтергә тырышмағыҙ (был үҙен сикһеҙ яраткандарҙа йыш осрай).

Үҙем алған тәьҫораттарҙан миҫал килтерәм (теләһәгеҙ быны ҡабул итегеҙ, теләмәһәгеҙ - юҡ). Мин боронғо Питер-Ленинград кешеһе. Петербургта тыуҙым, минең атайәсәйем һәм ата-бабаларым да шунда тыуған. XVIII быуаттан алып Петербургта йәшәгәндәр.

Минә бала саҡтан Нева ниндәй матур булыуы тураһында тылҡыныла. Нева үҙәге нисек хозур, Невала ладога боҙо китеүе нисек хозур, Петропавловск ҡәлғәһенең әнәһе ҡаланы нисек биҙәй, Петропавловск ҡәлғәһендәге туптан теүәл сәғәт 12-лә атыу йолаһы ниндәй матур.

Нева үҙәге, уның иң киң урынында матур булыуында шик юҡ. Әммә, нишләптер, был үҙәк эсемде бошора. Был минең ҡаламда күргән иң күңелһеҙ һәм бошонҡо урындарҙың береһе, бигерәк тә Зимняя канавканан тороп Петропавловск ҡәлғәһенә ҡарағанда шулай. Йөрәк әҙгәс һағыш...Бәлки, мин бала саҡтан ҡәлғә әсирҙәре тураһында ишетеп үҫкәнгәләр һәм камераһына ташҡын һыу үтеп, шунда батып үлгән княжна Тараканова тураһындағы ҡот осҡос легенда ныҡ тәьҫир иткәндер? Белмәйем. Һәм донъялағы иң матур боҙ китешен дә мин бар ғәләмдең фанилығы менән сағыштырам.

Ленинградтағы йәшеренерәк урындары ниндәй шәп - бигерәк тә каналдар! Мойка буйлап (мәҫәлән, Пушкиндың һуңғы фатиры эргәһендә), Грибоедов каналы (айырыуса грифондар торған бәләкәй күпер), Крюков каналы ("Никола Морской"ҙа Чевакинский төҙөгән колокольня тураһында иҫегеҙгә төшөрөгөҙ), Фонтанка буйлап йөрөгәндә осраҡкан гәжәйеп урындарҙан да матурырағын тапмаҫның. Ленинградтағы иң матур урындарҙың береһе - Яңы Голландия һәм айырыуса ундағы складтарға тауарҙарҙы үткәргән каналға юл асҡан Деламот ҡапҡаһы. Мин бигерәк тә урамдарҙың ҡаты планировкаһы араһында Грибоедов каналының латинса "S" хәрефен хәтерләткән урынын яратам: алға ҡараһаң - матур күперле канал күренә. Артҡа баҡһаң - тағы ла шул уҡ канал. Канал урамдарҙың ҡоро тәртибенә йәнлелек һәм тәртипһеҙлек өҫтәй, Достоевский юҡҡа ғына был урымдарҙы "Енәйәт һәм яза" романында төп ваҡиғалар барған урын итеп алмағандыр. Раскольниковтың уйҙары тормошто уйҙырма рәүештә тәртипкә килтергән һымаҡ, әммә ул ысынында үҙ законлары буйынса дауам итә. Каналдағы һыу ғүмер кеүек аға. Канал, йәки Достоевский атап йөрөткәнсә "канау", урамдарҙың ҡоро һәм ҡаты планировкаһын "йыуған". Грибоедов каналын, Мойка, Пруштейн каналын башынан аҙағына тиклем үтегеҙ... Ә Мәскәүҙә бөтә боронғо Арбат, Сивцев Вражек, Кропоткин урамын йөрөп сығығыҙ.

Ҡала уйланыуҙарға һала. Орел да уйландыра - Тургеневтың "Дворянское гнездо"һындағы ваҡиғалар барған өләшә, йәки Н. С. Лесковтың "Несмертельный Голован" әҫәрендәге төп герой йәшәгән Орлик йылғаһы. Ә Волга буйындағы ҡалалар - Ульяновск, Ярославль, Кострома, Горькийҙағы матур бульварҙар... Улар беҙҙе Островский, Горький, Гончаров менән бергә уйланырға мәжбүр итмәйме ни?

Сәйәхәттәр беҙгә бик күп нәмәләрҙе аса, улар тураһында уйларға, хыялланырға этәрә.

Дмитрий ЛИХАЧЕВ.

27 ЯНВАРЯ ПОНЕДЕЛЬНИК

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 3.00 Новости.
9.05 "Модный приговор". [0+]
9.55 "Жить здорово!" [16+]
10.45, 11.20, 1.10, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
11.00, 14.00, 17.00 Новости (с субтитрами).
13.00, 14.15, 16.00, 19.00, 23.45 Информационный канал. [16+]
15.30 "АнтиФейк". [16+]
17.15 "Давай поженимся!" [16+]
18.05 "Мужское / Женское". [16+]
19.50 "Пусть говорят". [16+]
21.00 "Время".
21.45 Т/с Премьера. "Минута тишины". [16+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 3.00 Вести.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.30, 18.30 "60 минут". [12+]
13.00 "Наши". [12+]
14.30, 21.10 Местное время. Вести-Башкортостан.
14.55, 2.10, 3.30 Т/с "Кулагины". [16+]
17.30 "Малахов". [16+]
21.30 Т/с "Склифосовский". [12+]
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
4.29 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 Сәләм.
10.00, 0.00 Т/с "Сломанные жизни".
11.00 Новости недели (на рус. яз.). [12+]
11.45, 13.45, 17.45 Интервью. [12+]
12.00 Специальный репортаж. [12+]
12.15 Письма солдатам. [12+]
12.30, 5.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.30, 23.30, 3.00 Новости (на баш. яз.). [12+]
14.00 Бәхетнамә. [12+]
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 М/с "Нурбостан сәйәхәте". [6+]
15.30 М/ф "Мультфильмы". [6+]
16.00 Башҡорттар. [12+]
16.30, 17.30, 20.15, 6.30 Новости (на рус. яз.). [12+]
16.45 Х/ф "Советник". [12+]
17.00 Республика LIVE #дома. [12+]
18.00 Защитники Отечества. [12+]
19.00, 4.00 Телецентр. [12+]
20.00 Сәңгелдәк. [6+]
20.50 Хоккей. "Ак Барс" (Казань) - "Салават Юлаев" (Уфа). КХЛ.
0.45 Спектакль "Прерванная свадьба".
3.30 Золотой фонд башкирского ТВ.
5.00 Простые истории: жить, работать, любить. [12+]

28 ЯНВАРЯ ВТОРНИК

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 3.00 Новости.
9.05 "Модный приговор". [0+]
9.55 "Жить здорово!" [16+]
10.45, 11.20, 14.15, 16.00, 19.00, 22.45 Информационный канал. [16+]
11.00, 14.00, 17.00 Новости (с субтитрами).
15.30 "АнтиФейк". [16+]
17.15 "Давай поженимся!" [16+]
18.05 "Мужское / Женское". [16+]
19.50 "Пусть говорят". [16+]
21.00 "Время".
21.45 Т/с Премьера. "Минута тишины". [16+]
0.10, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 3.00 Вести.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.30, 18.30 "60 минут". [12+]
13.00 "Наши". [12+]
14.30, 21.10 Местное время. Вести-Башкортостан.
14.55, 2.10, 3.30 Т/с "Кулагины". [16+]
17.30 "Малахов". [16+]
21.30 Т/с "Склифосовский". [12+]
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
4.29 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 Сәләм.
10.00, 0.00 Т/с "Сломанные жизни". [16+]
11.00 Простые истории: жить, работать, любить. [12+]
11.30, 16.30, 17.30, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.). [12+]
11.45, 13.45, 16.45 Интервью. [12+]
12.00 Тайм-аут. [12+]
12.30, 5.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.30, 22.30, 1.45 Новости (на баш. яз.). [12+]
14.00, 0.45 Бәхетнамә. [12+]
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 Городок АЮЯ. [6+]
15.30 М/ф "Мультфильмы". [6+]
16.00 Золотой фонд башкирского ТВ. [12+]
17.00, 22.00, 5.00 Республика LIVE #дома. [12+]
17.45 Криминальный спектр. [16+]
18.00 Моя планета Башкортостан. [12+]
19.00 Телецентр. [12+]
20.00 Сәңгелдәк. [6+]
20.15 Квадратные метры. [12+]
20.30 Д/ф "Никогда больше". [12+]
23.00 Бишбармаҡ. [12+]
2.15 Спектакль "Зятья Гюргюри". [12+]
4.45 Ради добра. [12+]

29 ЯНВАРЯ СРЕДА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 3.00 Новости.
9.05 "Модный приговор". [0+]
9.55 "Жить здорово!" [16+]
10.45, 11.20, 14.15, 16.00, 19.00, 22.45 Информационный канал. [16+]
11.00, 14.00, 17.00 Новости (с субтитрами).
15.30 "АнтиФейк". [16+]
17.15 "Давай поженимся!" [16+]
18.05 "Мужское / Женское". [16+]
19.50 "Пусть говорят". [16+]
21.00 "Время".
21.45 Т/с Премьера. "Минута тишины". [16+]
0.10 Премьера. "Шоу Вована и Лексуса". [16+]
1.10, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 3.00 Вести.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.30, 18.30 "60 минут". [12+]
13.00 "Наши". [12+]
14.30, 21.10 Местное время. Вести-Башкортостан.
14.55, 2.10, 3.30 Т/с "Кулагины". [16+]
17.30 "Малахов". [16+]
21.30 Т/с "Склифосовский". [12+]
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
4.29 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 Сәләм.
10.00, 0.00 Т/с "Сломанные жизни". [16+]
11.00 Дорога к храму. [6+]
11.30, 16.30, 17.30, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.). [12+]
11.45 Криминальный спектр. [12+]
12.00 Дознание. [16+]
12.15, 13.45, 16.45, 17.45 Интервью. [12+]
12.30, 5.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.00, 22.30, 2.00 Новости (на баш. яз.). [12+]
14.00, 1.00 Бәхетнамә. [12+]
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 Физ-ра. [6+]
15.30 Зерно. [6+]
16.00 Тормош. [12+]
17.00 Республика LIVE #дома. [12+]
18.20 Хоккей. "Авангард" (Омск) - "Салават Юлаев" (Уфа). КХЛ.
21.00 Спроси у Дубовского.
22.00 Историческая среда. [12+]
23.00 Байыҡ представляет... [12+]
2.30 Спектакль "Белый пароход". [12+]
4.30 Золотой фонд башкирского ТВ. [12+]
5.00 Тайм-аут. [12+]

30 ЯНВАРЯ ЧЕТВЕРГ

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00, 3.00 Новости.
9.05 "Модный приговор". [0+]
9.55 "Жить здорово!" [16+]
10.45, 11.20, 14.15, 16.00, 19.00, 22.45 Информационный канал. [16+]
11.00, 14.00, 17.00 Новости (с субтитрами).
15.30 "АнтиФейк". [16+]
17.15 "Давай поженимся!" [16+]
18.05 "Мужское / Женское". [16+]
19.50 "Пусть говорят". [16+]
21.00 "Время".
21.45 Т/с Премьера. "Минута тишины". [16+]
0.10, 3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 3.00 Вести.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.30, 18.30 "60 минут". [12+]
13.00 "Наши". [12+]
14.30, 21.10 Местное время. Вести-Башкортостан.
14.55, 2.10, 3.30 Т/с "Кулагины". [16+]
17.30 "Малахов". [16+]
21.30 Т/с "Склифосовский". [12+]
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
4.29 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 Сәләм.
10.00, 0.00 Т/с "Сломанные жизни". [16+]
11.00 Моя планета Башкортостан. [12+]
11.30, 16.30, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.). [12+]
11.45, 12.15, 13.45 Интервью. [12+]
12.00, 17.30 Новости СВО (на рус. яз.). [12+]
12.30, 5.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.30, 22.30, 2.00 Новости (на баш. яз.). [12+]
14.00, 1.00 Бәхетнамә. [12+]
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 Сулпылар. [6+]
15.45 М/ф "Мультфильмы". [6+]
16.00 Патриот РФ. [12+]
16.15 Дознание. [16+]
16.45 Мегасело. [12+]
17.45 Криминальный спектр. [16+]
18.00 Йома. [6+]
19.00, 4.00 Телецентр. [12+]
19.45 Мама. [12+]
20.00 Сәңгелдәк. [6+]
20.15 "Башҡорт йыры" представляет... [12+]
21.00 Простые истории: жить, работать, любить. [12+]
22.00, 5.00 Республика LIVE #дома. [12+]
23.00 Колесо времени. [12+]
2.30 Спектакль "Москва-Васютки". [12+]

31 ЯНВАРЯ ПЯТНИЦА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00 Телеканал "Доброе утро".
9.00 Новости.
9.05 "Модный приговор". [0+]
9.55 "Жить здорово!" [16+]
10.45, 11.20, 14.15, 16.55 Информационный канал. [16+]
11.00, 14.00 Новости (с субтитрами).
14.40 "АнтиФейк". [16+]
15.10 "Давай поженимся!" [16+]
16.00 "Мужское / Женское". [16+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.40 "Человек и закон" с Алексеем Пимановым. [16+]
19.45 "Поле чудес". [16+]
21.00 "Время".
21.45 "Голос". Новый сезон. [12+]
23.30 Т/с Премьера. "Первый номер". [18+]
1.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]

РОССИЯ 1

5.00 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 "Утро России".
9.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
9.30 Доброе утро, республика! [12+]
9.55 О самом главном. [12+]
11.30, 18.30 "60 минут". [12+]
13.00 "Наши". [12+]
14.30, 21.10 Местное время. Вести-Башкортостан.
14.55 Т/с "Кулагины". [16+]
17.30 Прямой эфир. [16+]
21.30 "Один в один". [12+]
0.30 Х/ф "Снегирь". [16+]
2.35 XXIII Торжественная церемония вручения Национальной кинематографической премии "Золотой Орёл". Прямая трансляция.
4.57 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 Сәләм.
10.00, 0.30 Т/с "Сломанные жизни". [16+]
11.00 Йома. [6+]
11.30, 16.30, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.). [12+]
11.45 Криминальный спектр. [12+]
12.00, 17.30 Новости СВО (на баш. яз.). [12+]
12.15 Ҡурай даны. [12+]
12.30, 5.30 Счастливый час. [12+]
13.30, 18.30, 22.30, 2.15 Новости (на баш. яз.). [12+]
13.45, 17.45, 21.15 Интервью. [12+]
14.00, 1.15 Бәхетнамә. [12+]
15.00 Гора новостей. [6+]
15.15 Тирмәкәй. [6+]
15.30 М/ф "Мультфильмы". [6+]
16.00 Аль-Фатиха. [6+]
16.45 Ради добра. [12+]
17.00 Республика LIVE #дома. [12+]
18.00 Башҡорттар. [6+]
19.00 Честно говоря. [12+]
19.45 История одного села. [12+]
20.00 Сәңгелдәк. [6+]
20.15 Квадратные метры. [12+]
20.30 Мегасело. [12+]
22.00 СВОих не бросаем. [12+]
22.15 Письма солдатам. [12+]
23.00 Ете егет. [12+]
0.00 Ҡурай-шоу. [12+]
2.45 Спектакль "Без вины виноватые". [12+]
5.00 Хазина. [12+]

1 ФЕВРАЛЯ СУББОТА

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

6.00 Телеканал "Доброе утро. Суббота".
9.00 "Умницы и умники". [12+]
9.45 "Слово пастыря". [0+]
10.00 Новости.
10.15 "Вспомнить всё". [12+]
11.05 "Играем свадьбу!" [12+]
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 Поехали! [12+]
13.05 "ПроУют". [0+]
14.00 Х/ф "Красная палатка". [12+]
17.05 "Кто хочет стать миллионером?" [12+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.20 "Народный ледниковый". [0+]
21.00 "Время".
21.35 "Сегодня вечером". [16+]
23.10 Х/ф Премьера. "Решение уйти". Приз за лучшую режиссуру Каннского кинофестиваля 2022". [16+]
1.45 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]

РОССИЯ 1

5.00 Утро России. Суббота.
8.00 Местное время. Суббота.
8.35 "По секрету всему свету".
9.00 "Формула еды". [12+]
9.25 "Пятеро на одного".
10.10 Сто к одному.
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.50 "Доктор Мясников". [12+]
12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
14.30, 20.50 Местное время. Вести-Башкортостан.
14.50 "Парад юмора". [16+]
17.50 "Привет, Андрей!" [12+]
21.00 Х/ф "Я помогу". [16+]
0.40 Х/ф "Посторонняя". [12+]
2.25 Х/ф "Потерянное счастье". [16+]
4.05 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 Доброе утро! [12+]
7.30, 18.30 Новости (на баш. яз.). [12+]
7.45 Мегасело. [12+]
8.30 Аль-Фатиха. [6+]
9.00 Ҡурай даны. [12+]
9.15, 20.15 Квадратные метры. [12+]
9.30, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз.). [12+]
9.45 СВОих не бросаем. [12+]
10.00 М/ф "Мультфильмы". [6+]
10.30 Книга сказок. [6+]
10.45 Әкиәтсе. [6+]
11.00 Гора новостей. [6+]
11.15 Преград.Net. [6+]
11.30 Ат уйнатып. [12+]
12.00 Елкән. [6+]
12.30, 5.00 Ете егет. [12+]
13.30, 4.30 Башҡорттар. [12+]
14.00 Дарю песню. [12+]
16.00 Колесо времени. [12+]
17.00 Я вернусь... [12+]
18.00 Золотой фонд башкирского ТВ. [12+]
19.00 Ради добра. [12+]
19.15 Вопрос + Ответ = Портрет. [6+]
20.00 Сәңгелдәк. [6+]
20.30 Байыҡ представляет... [12+]
22.00, 6.00 Республика LIVE #дома. [12+]
22.30, 0.45 Новости недели (на баш. яз.). [12+]
23.15 Творческий вечер Гульдар Хамитовой. [12+]
1.30 Спектакль "Деревья умирают стоя". [12+]
4.00 Простые истории: жить, работать, любить. [12+]

2 ФЕВРАЛЯ ВОСКРЕСЕНЬЕ

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

6.00, 10.00 Новости.
6.10 Играй, гармонь любимая! [12+]
6.55 "Часовой". [12+]
7.25 "Здоровье". [16+]
8.30 "Золотая коллекция Союзмультфильма". [0+]
9.10 "Непутевые заметки" с Дмитрием Крыловым. [12+]
9.30 "Мечталлион". Национальная Лотерея. [12+]
10.15 "Жизнь своих". [12+]
11.05 "Повара на колесах". [12+]
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 Д/ф Премьера. "Теодор Курентзис. Таких больше нет". [12+]
13.20 "Видели видео?" [0+]
14.45 Премьера. Большой праздничный концерт "Главное - семья". [0+]
17.00 Д/ф Премьера. "Торговцы счастьем". [16+]
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
19.00 "Три аккорда". Новый сезон. [16+]
21.00 "Время".
23.00 Т/с Премьера. "Территория". [18+]
0.00 ПОДКАСТ.ЛАБ. [16+]
4.57 Перерыв в вещании.

РОССИЯ 1

5.30, 2.20 Х/ф "Любовь, которой не было". [12+]
7.20 "В кругу друзей".
8.00 Местное время. Воскресенье.
8.35 "Когда все дома с Тимуром Кизяковым".
9.25 Утренняя почта с Николаем Басковым.
10.10 Сто к одному.
11.00, 14.00, 17.00 Вести.
12.00, 1.30 Д/ф "Сталинград". [12+]
13.00 Большие перемены.
14.30 Местное время. Вести-Башкортостан.
15.00 Петросян-шоу. [16+]
17.50 "Песни от всей души". [12+]
20.00 Вести недели.
22.30 Москва. Кремль. Путин.
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
3.58 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 Доброе утро! [12+]
7.30 Новости (на баш. яз.). [12+]
7.45 Тормош. [12+]
8.15 Ради добра. [12+]
8.30 Күстәнәс. [12+]
9.00 Ҡурай даны. [12+]
9.15, 4.30 Мама. [12+]
9.30 Новости (на рус. яз.). [12+]
9.45, 21.15, 6.45 Специальный репортаж. [12+]
10.00 М/ф "Мультфильмы". [6+]
10.30 Тирмәкәй. [6+]
10.45 Городок АЮЯ. [6+]
11.00 Гора новостей. [6+]
11.15 Сулпылар. [6+]
11.30 Зерно. [6+]
12.00 М/с "Нурбостан сәйәхәте". [6+]
12.30 Новости недели (на баш. яз.). [12+]
13.15, 4.45 Башкирские каникулы. [12+]
14.00 Дарю песню. [12+]
15.00 Дорога к храму. [6+]
15.30 Честно говоря. [12+]
16.15 Спектакль "Осторожно, сваха!" [12+]
18.30, 2.45 Д/с "Герои". [12+]
19.15 Әлләсе... [12+]
20.00 Патриот РФ. [12+]
20.15 Квадратные метры. [12+]
20.30 Золотой фонд башкирского ТВ. [12+]
21.00 Дознание. [16+]
21.30, 6.00 Новости недели (на рус. яз.). [12+]
22.15, 5.30 Республика LIVE #дома. [12+]
22.45 Концерт Сибайской филармонии "Вечные песни Рима Хасанова". [12+]
0.30 Спектакль "Дама без камелий". [12+]
3.30 Колесо времени. [12+]

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

1446 һижри йыл.

Ғинуар - Февраль (Рәжәб - Шәғбан)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш ҡалҡа	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Аҡшам намаҙы	Йәстү намаҙы
27 (27) дүшәмбе	7:33	9:14	13:30	15:52	17:44	19:26
28 (28) шишәмбе	7:32	9:13	13:30	15:54	17:46	19:28
29 (29) шаршамбы	7:30	9:11	13:30	15:56	17:48	19:29
30 (30) кесе йома	7:28	9:09	13:30	15:58	17:50	19:31
31 (1) йома	7:27	9:08	13:30	16:00	17:52	19:33
1 (2) шәмбе	7:25	9:06	13:30	16:02	17:55	19:35
2 (3) йәкшәмбе	7:24	9:04	13:30	16:04	17:57	19:37

"Башҡортса дини календарь"ҙан алынды.

✓ *29 ғинуарҙа башҡорт халҡының этнографияһын һәм антропологияһын өйрәнеүгә күп көс һалған археолог, этнолог, антрополог, география магистры, техник фәндәр докторы Сергей Иванович Руденконың тыуыуына 140 йыл тула.*

БАШ ЭШЛӘТМӘК

ҒИНУАР АЙЫ ЮБИЛЯРҘАРЫ

Ғинуар айында бик күп билдәле шәхестәребеҙ донъяға килгән. Миләди йыл буйынса 2 ғинуарҙа (иҫкесә 14 ғинуарҙа) башҡорт халҡының үҙаллылығын данлаусы, ошо юлда ғүмерен фиҙа ҡылған шағирыбыҙ Шәйехзада Бабичтың тыуыуына 130 йыл булды.

1 ғинуарҙа, мәҫәлән, Башҡортостандың халыҡ шағиры Фаҡиһа Туғыҙбаева, Башҡортостандың халыҡ артисы, композитор Абрар Ғабдрахманов, филология фәндәре докторы, профессор һәм билдәле дәүләт, йәмәғәт эшмәкәре Фирҙәүес Хисаметдинова тыуған. Был ай Нариман Сабитов, Яныбай Хамматов, Мәғәфүр Хисмәтуллин, Фәрит Йосопов, Әнис Мәхмүтов, Рәлис Ураҙғолов кеүек билдәле шәхестәребеҙҙе бүләк иткән. Шулай уҡ быйыл ғинуарҙа билдәле журналист, "Башҡортстан уҡытыусыһы" журналының баш мөхәррире Салауат Кәримов, Башҡортостандың халыҡ артисы, ӨФТУ-ның башҡорт филологияһы, шәрҡиәт һәм журналистика факультеты деканы, филология фәндәре докторы, профессор Гөлфирә Абдуллина, Башҡортостандың халыҡ шағиры Марат Кәримов, билдәле яҙыусы, журналист Фәрзәнә Аҡбулатова, шағирә Зөлфиә Ханнанова, Башҡортостандың халыҡ артисы Миңзифа Исҡужина ла күркәм юбилейҙарын билдәләй.

Шулай уҡ 29 ғинуарҙа башҡорт халҡының этнографияһын һәм антропологияһын өйрәнеүгә күп көс һалған археолог, этнолог, антрополог, география магистры, техник фәндәр докторы Сергей Иванович Руденконың тыуыуына 140 йыл тула.

Ғинуар айында тыуған көндәрен билдәләгән барлыҡ гәзит уҡыусыларыбыҙҙы тәбрикләйбеҙ. Һаулыҡ-сәләмәтлек, бәхетле ғүмер теләйбеҙ, яҡындарығыҙ менән шатлыҡ-ҡыуаныстар кисереп йәшәргә насип итһен!

Йәмилә ШӘРӘФЕТДИНОВА төҙөнө.

2-се һандағы сканворд яуаптары.

Горизонталь буйынса: Болид. Исхаҡов. Судан. Аскет. Буран. Ирәүән. Яндау. Ямғыр. Миләди. Уҡлау. Куб. Атлас. Әй. Һап. Шаңҡар. Ихата. Олон. Юнысов. Сыбыҡ. Ҡунафин. Янбаева.

Вертикаль буйынса: Ярмуллин. Абдуллина. Утау. Илсе. На. Ҡая. Тирмә. Бәхәс. Кәпәс. Октава. Дәүләтбәков. Әни. Диван. Анонс. Март. Ыҙма. Нур. Сарыҡ.

СӘНҒӘТ КӨНДӘЛЕГЕ

М. Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт академия драма театры

21 ғинуар "Эҙләнем, бәғрем, һине..." (Т. Миңнуллин), мелодрама. 12+

24 ғинуар "Заятүләк менән Һыуһылыу" (М. Ғафури, М. Малухина), әкиәт. 6+
25 ғинуар Премьера! "Йырланмаған йырым һин..." (В. Исхаҡов), музыкаль мелодрама. 18.00 16+

М. Кәрим исемендәге Милли йәштәр театры

22 ғинуар "Аҡһаҡ" (М. Ғиләжев), драма. 12+
24 ғинуар "Хужа Насретдин мажаралары" (Л. Савельев, В. Виткович), трагикомедия. 12+
25 ғинуар "Сказание о семи батырах" (Д. Йосопов), фэнтези. 12.00 6+

Башҡорт дәүләт ҡурсаҡ театры

24 ғинуар "Премьера! "Снеговик и солнышко" (А. Малахов). 18.00 0+
25-26 ғинуар "Морозко" (М. Шуринова). 12.00, 15.00 0+

Х. Әхмәтов исемендәге Башҡорт дәүләт филармонияһы

25 ғинуар "Музыку слушаем вместе", орган залы әкиәттәре. 11.00, 12.00 0+
26 ғинуар "Бөтә ғаилә өсөн йәкшәмбе концерты". 15.00 12+
"Сказки Средиземья", квест-концерт. 18.00 6+

Салауат дәүләт башҡорт драма театры

21 ғинуар Премьера! "Һөйөү көсө" (Т. Дәүләтбирҙина), мелодрама. 12+
23 ғинуар "Ҡыҙын алдым ҡосаҡҡа" (Б. Алпаев), комедия. 12+
25 ғинуар "Сказка о рыбаке и рыбке" (С. Пушкин, Л. Ниғмәтуллина инсц.), әкиәт. 13.00 0+

А. Мөбәрәков исемендәге Сибай дәүләт башҡорт драма театры

25 ғинуар Премьера! "Не хочу быть собакой!" (С. Белов, С. Кувалев), әкиәт-комедия. 12.00 0+

Сибай концерт-театр берекмәһе

30 ғинуар "Беҙҙең самый йырлар саҡ", Йәғәфәр Нәҙершиндың концерты. 19.00 6+

Стәрлетамаҡ дәүләт театр-концерт берләшмәһе

23 ғинуар "Ир ҡанаты - ат була", "Ашҡаҙар" эстрада-фольклор төркөмө концерты. 6+
25 ғинуар Премьера! "#КираПростиАртема" (Н. Блок), интернетта булған хәл. 18.00 12+
26 ғинуар "Золотой осел Насретдина" (Ш. Казиев), әкиәт. 12.00 0+
"Аҡ ҡалфаҡ" (М. Фәйзи), драма. 18.00 12+

БР Милли музейы

24 ғинуар "Хәтер дәресе", Бөйөк Еңеүҙең 80 йыллығына арналған сара. 12.00 12+
25 ғинуар "Йәш археолог курсы. Яңы миҙгел", сара. 15.00 6+

✓ *һәйкәлдең эске каркасы бик насар торошта. Тикшереү барышында белгестәр монументтың болттар менән тоташтырылған урындары тутығыуын, шулай уҡ иретеп йәбештерелгән йөйҙәре ысҡыныуын асыҡлаған.*

КӨН ТЕМАҺЫ

МИН ҠАЙТЫРМЫН!

Башҡортостандың милли геройы Салауат Юлаев һәйкәлен төҙөкләндереү буйынса бәхәстәр тынмай. Реставрация ни өсөн кәрәк, төҙөкләндереү өсөн һәйкәлде постаменттан алыу мотлаҡмы, атлы батыр үҙ урынына ҡасан ҡайтыр? Ҡурған, суйындан эшләнгән һәйкәл, скульптураны тотоп тороусы каркас ниндәй хәлдә? 22 ғинуарҙа Башҡортостан юлдаш телеканалында күрһәтелгән "Мин ҡайтырмын!" документаль фильмы ошо һорауҙарға аныҡ һәм асыҡ яуап бирҙе.

Бихисап анализ һөҙөмтәләре, проект документтары әҙерләү нескәлектәре, Мәскәү, Санкт-Петербург, Өфө, Ҡаҙан ҡалаларынан билдәле федераль эксперттар фекере фильмдың төп йөкмәткеһен тәшкил итә. Архитектор, скульптор, проектлаусы, реставратор, тарихсылар күптән төҙөкләндереүҙе талап иткән һәйкәлде һаҡлап ҡалыу буйынса фекерҙәре менән бүлешә. Һәм ышандыра.

- Сентябрҙә беҙ ижади төркөм менән, һәйкәл бейеклегенә күтәрелеп, уның эсенә инеп төшөрөргә тейеш инек. Ундағы ярыҡтарҙы, серегән урындарҙы күргәс, был уйҙан баш тарттыҡ. Һуңынан был ниәтебеҙҙе ғәҙәттән тыш хәлдәр министрлығы егеттәре менән бергәләп атҡарҙыҡ һәм беҙ, фильм өҫтөндә эшләүсе ижади төркөм, үҙ иңебеҙгә ни тиклем яуаплы эш алыуыбыҙҙы тағы ла нығыраҡ төшөндөк. Беҙҙең фильмды ҡарап, республика халҡы Салауат һәйкәлен реставрациялауға ҡағылышлы сетерекле, ҡатмарлы һорауҙарға яуап табыр тип ышанабыҙ, - тигәйне ижади төркөм етәксеһе Гәүһәр Батталова.

Ысынлап та, күп һорауҙарға яуап алынды. Тамаша ҡылыусылар фильмды төшөрөүгә йәлеп ителгән үҙ эшенең оҫталарына - картинаның авторы Гәүһәр Батталоваға, режиссерҙар Әлфиә Арыҫланова, Ләйсән Рамаҙанова, композитор Ләйлә Андреева, дизайнер Айрат Өмөтбаев, операторҙар Азамат Даянов, Ринат Кашапов, Вадим Лобов, Урал Ғатауллин, Радик Фәтхиев һәм башҡаларға һоҡланыуын белдерә һәм рәхмәт һүҙҙәрен еткерә.

"Күк көмбәҙендә осрашыуҙар" - фильмындағы икенсе сюжет линияһы ла автор тарафынан бик уңышлы ҡулланылған һәм документаль фильмға матур бер йөкмәтке өҫтәй. Ысынлап та, Салауат Юлаев Сосланбәк Тавасиев, 1812 йылғы Ватан һуғышында ҡатнашыусы, Миңлеғәле Шайморатов, "Салауат" ҡушаматлы махсус хәрби операция яугире менән осраша, нимә тураһында һөйләшерҙәр ине икән? Авторҙың уйланыуҙары шулай уҡ уйландыра. "Салауат Юлаев ролен билдәле спортсмен Эльбрус Ниғмәтуллин башҡара. Милли батырыбыҙҙы ул тәүге тапҡыр 2004 йылда "Мин үлмәнем, башҡорттар!" фильмында уйнағайны. 20 йылдан Эльбрус тағы ла беҙҙең менән. Башҡа ролдәрҙә республика театрҙарының күренекле артистары башҡара", - ти Гәүһәр Тимерхан ҡыҙы. Ул шулай уҡ был үтә етди һәм арыу уҡ ҡатмарлы эштә республика халҡының да ихлас ярҙамы бихисап булыуы, мәҫәлән, фильмды төшөргән сакта эшҡыуар Илгиз Йософовтың уларға бушлай вышкалы автомобилен биреүе тураһында ла иҫкә алып үтте.

Фильмды БСТ телеканалы "Самрау" фонды менән берлектә Башҡортостан Башлығы грантына төшөргән.

ӘЙТКӘНДӘЙ...

Федераль әһәмиәттәге мәҙәни мирас объектын - Салауат Юлаев һәйкәлен һаҡлау проекты Баш дәүләт экспертизаһының һуңғай һығымтаһын алды. "Килеп тыуған хәлдә реставрация эштәрен оҫтахана шарттарында ғына башҡарырға мөмкин. Бының өсөн скульптураны һүтеү буйынса ҡарарҙар әҙерләнде. Мәҙәни мирас объектын һаҡлау өсөн тейешле саралар комплексы ғилми тикшеренеүҙәр нигеҙендә ҡабул ителде", - тине Рәсәйҙең баш дәүләт экспертизаһы эксперты Кирилл Кунаков. Бынан тыш, мәҙәни мирас объекты биләмәһе сиктәрендә төҙөкләндереү планлаштырыла.

Һәйкәлде реставрациялауға бер йылдан алып 1,5 йылға тиклем ваҡыт китәсәк, тип хәбәр итә йәмәғәт эшмәкәре Данир Ғәйнуллин. "Эш ҡатмарлы. Һәйкәлдең эске каркасы бик насар торошта. Тикшереү барышында белгестәр монументтың болттар менән тоташтырылған урындары тутығыуын, шулай уҡ иретеп йәбештерелгән йөйҙәре ысҡыныуын асыҡлаған. Суйын - бик үҙенсәлекле материал, уны һаҡ ҡына тергеҙергә кәрәк. Уның каркасы буйынса тағы ла ҡатмарлыраҡ эштәр башҡарырға кәрәк. Кәрәкле аҡса бүленһә, эштәр графикҡа ярашлы барһа, һәйкәл йыл-йыл ярым ваҡытта әҙер буласаҡ", - тип аңлатты ул.

БР Мәҙәни мирас объекттарын дәүләт һаҡлауы буйынса идаралыҡ начальнигы Салауат Ҡолбахтин әйтеүенсә, һәйкәлде ремонтлау һәм уның нигеҙен нығытыу буйынса эштәр бер үк ваҡытта башҡарыласаҡ. Монумент реставрациялanған мәлдә уның урынына ваҡытлыса инсталляция ҡуйыу планлаштырыла. "Проект документацияһы бөләкәй архитектура формаһы йә лазер проекцияһы ҡуйыуҙы күҙ уңында тотмай. Әммә күҙәтеү советының тәүге ултырышында бындай фекерҙәр әйтелде, бер аҙ ваҡыттан был мәсьәләнә хәл итәсәкбеҙ", - тине С. Ҡолбахтин.

ТЕЛҺӨЙӘР

ИКМӘК ШҮРЛЕГЕНӘ МЕНЕП ТӨШӘМ...

Башҡортостанда шурлы шишмәләр бар. Әҫе көндәрҙә шур эсеү бик файҙалы. Бәлки, шул файҙалы һыу менән һыуһын ҡандырһа ла, кемдәрҙер уның шур икәнен белмәйҙер?

Шур. 1. "Шур" - күп мәғәнәле һүҙ. Тәүгеһе - "минераль һыу". *Шур менән дауаланыу электән билдәле. Шурҙы самалап ҡулланырға кәрәк. Һатыуға әллә нисә төр шур сығарылған.*

2. "Юшҡын, ҡомаҡ" тигәнде лә белдерә"шур". *Сәйнүктең шурын алыу. Самауырға шур ултырмаһын өсөн, сәйен эсеп туйғас, сайҡатып, түнкәреп ҡуйғандар.*

3. "Шур" тип ҡайны бер һөйләштә үрендене, шытымды атайҙар. *Дымлы тупраҡта сәскә орлоғо тиҙ шур ебәрҙе.*

4. "Шур" - ҡайын ағасындағы ҡаты бөшмәктең дә атамаһы икән. *Шурҙы ағастан айырырмын тимә. Гөл һауытын шурҙан да яһайҙар.*

Шүрлек. Был һүҙ диалектта "кәштә" тигән мәғәнәлә йөрөй. *Һауыт-һаба шүрлегә. Шүрлекте һырлап биҙәү.*

Был һүҙҙән халыҡ теленән бөтөнләй юғалмауы "икмәк шүрлегенә менеп төшәү" тигән һүҙбәйләнештә нығыныуына бәйлелер. "Икмәк шүрлегенә менеп төшәү", йәғни, кемделер биргеләү, туҡмап алыу.

Һөм. "Йөҙ-ҡиәфәт" тигәнгә тура килгән һүҙ ул "һөм". *Эт тиһән, йөнө юҡ, әҙәм тиһән, һөмө юҡ (әйтем).*

Шүрекәй. Диалектта - айыу көпшәһе. *Һыу буйын шүрекәй ҡаплаған. Күләгәлә шүрекәй бейек булып үҫә.*

Шулай итеп, һүҙ байлығы шүрлектәге китаптарҙан телебеҙгә күсһен.

НУРБИКӘ әҙерләне.

АҠЫЛ-ҠАҘНА

Аҡыллы кешеләрҙең һүҙҙәренә эйәреп, донъяуи хәҡиҡәткә баҡ, һығымталар яһа һәм, әлбиттә, тормошта ҡуллан. Бәхетле һәм уңышлы кеше булыр өсөн.

ҠАРТ ҠӘҘЕРЕН...

йәш белмәй

Ахырызаман булғанда, йүнһеҙ кеше йүнлегә эш өйрәтер.

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

Шулай итеп, тағы бер аҡыл: "Өс ҡытай мистигы тураһында булыр был риүәйәт. Уларҙың исемдәре билдәле түгел. Улар халыҡ араһында "Көләүсе өс изге йән" тигән исем менән билдәле. Был изге йәндәр бер урындан икенсе урынға күсеп йөрөгән, баҙар майҙандарында туҡтар һәм бар халыҡтың иғтибарын йәлеп итеп, күкрәктән сыҡҡан ҡалын тауыш менән ҡысҡырып көлөр булған. Көлгән саҡта уларҙың йөҙҙәре генә түгел, бөтөн тәне, ҡорһаҡтары хәрәкәткә килгән. Был шул тиклем ҡыҙыҡ күренеш булған: ғәҙәттә, уларға эйәреп, баҙарҙағы бар халыҡ көлә торған булған. Улар аяҡ баҫҡанға тиклем баҙар майҙаны һөмһөрө ҡойолған йә ҡайғылы йөҙлө, йә ҡомһоҙ һәм күҙҙәре ялтыраған, йә арыған кешеләр менән тулы булһа, был өс изге йән килеп инеү менән бар тирә-яҡ һәм халыҡтың йөҙө көлөүҙән нурланған. Ошо осрашыуҙарҙан һуң күптәр үҙ-үҙенде үҙгәртеп була икәненә ышанған.

Көләүсе өс изге йән Ҡытай буйлап сәйәхәт иткән, кешеләргә көлөргә ярҙам итеп, ауылдан ауылға йөрөгән. Бына бер саҡ бер ауылда изге кешеләрҙең береһе һәләк булған. Ауыл кешеләре: "Хәҙер улар көлә алмаҫ инде. Дуҫтары үлгәс, улар ҡайғынан иларға тейеш бит..." - тип уйлаған. Ләкин дуҫтар осөнсө изге йәндең үле кәүҙәһе тирәләй бейеп, көлөп, байрам итергә тотонған. Ауыл халҡы: "Нисек инде улай, үлгән кешенән мыҫҡыл итеү бит был!"- тип аптыраған. Ләкин ике изге йән уларға былай тип яуаплаған: "Беҙ һәр саҡ кемебеҙ алдан үләсәк икәнен фаразлай инек. Дуҫыбыҙ беҙҙе отто: беҙҙән алда тере донъяға күсте. Беҙ ғүмеребеҙ буйы бергәләп көлдөк. Уны һуңғы юлға башҡа төрлө оҙата алмайбыҙ. Шуға ла беҙ көләбеҙ, бейейбеҙ, байрам итәбеҙ. Ғүмере буйы көлгән кеше менән хушлашыуҙың берҙән-бер юлы был. Беҙ көлмәһәк, ул үҙе беҙҙән көләсәк һәм: "Бына иҫәрҙәр! Былар тағы отолдо!" - тиәсәк. Беҙ уны үлгән тип уйлай ҙа алмайбыҙ. Көлкө нисек итеп үлһен инде!"

Мәйетте яндырырға ваҡыт еткәс, ауыл халҡы уны йыуындырып, таҙа кейемдәргә төрөргә кәрәклеген иҫкәрткән. Ләкин теге ике изге йән баш тартҡан. "Дуҫыбыҙ был йоланы тотмауыбыҙҙы үтенде, - тигән улар. - Уның теләген үтәмәй булдыра алмайбыҙ..."

Шунда көтөлмәгән хәл була. Үлгәнгә тиклем был изге йән кейеме аҫтына төрлө шартлатҡыстар һәм фейерверктар йәшергән икән. Мәйетте ут өҫтөнә һалыу менән улар тирә-яҡҡа ут сәсрәтеп шартлай башлай. Шул саҡта уның ике дуҫы шатланып бейергә, ырғып һикерергә тотона. Был бик матур күренеш була һәм ауыл халҡы ла был изге йәндәр менән бергә күҙ йәштәре аша көлә, бейей башлай...

Был үлем түгел, ә яңырыу, яңы ғүмер барлыҡҡа килеү була. Сөнки үлем - ул иллюзия. Һәр үлем яңы ишек аса. Әгәр ҙә һеҙ үҙ ҡайғығыҙҙы байрамға әйләндерә алһағыҙ, бик тиҙҙән үлемегеҙҙе яңырыуға, яңынан тыуыуға әйләндерә алаҫаҡһығыҙ. Ваҡытығыҙ барҙа ошо сәнғәткә өйрәнә һалығыҙ..."

"Киске Өфө" гәзитен ойоштороусы:
Өфө ҡалаһы ҡала округы хакимиәте
Гәзит Киң коммуникация, элемтә һәм мәҙәни мирасты һаҡлау өлкәһен күҙәтеү буйынса федераль хеҙмәттең Башҡортостан Республикаһы идаралығында теркәлде.
Теркәү таныҡлығы
№ТУ 02-00001, 10 июнь 2008 йыл.

Баш мөхәррир:
Гөлфиә Гәрәй ҡыҙы ЯНБАЕВА.
Мөхәррирәт:
Рәсүл БАЙГИЛДИН, Әхмәр ҒҮМӘР-ҮТӘБАЙ, Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА, Артур БАТЫРШИН.

Редакция һәм нәшер итеүсе адресы:
450005, Башҡортостан Республикаһы, Өфө ҡалаһы, Революцион урамы, 167/1
Беҙҙең сайт: **www.kiskeufa.ru**
E-mail: **kiskeufa@mail.ru**
ЯСЙ "СПУТНИК-ЮГ" типографияһында баҫылды. Тел.: 8 (967) 744-77-33. (453400, БР, Дәүләкән ҡалаһы, Мәжит Ғафури ур., 4 й., 203 офис).

Телефондар:

Баш мөхәррир	**253-25-44**
Хәбәрселәр	**252-39-99**
Матбуғат таратыу	**252-39-99**

Ҡул ҡуйыу ваҡыты -
23 ғинуар 17 сәғәт 00 мин.
Ҡул ҡуйылды - 14 сәғәт 30 мин.

«Киске Өфө»нөң реклама хеҙмәте **253-25-44** телефоны буйынса «Киске Өфө» гәзитенә ойошмаларҙан һәм айырым кешеләрҙән рекламалар ҡабул итә.

«Киске Өфө»нөң индексы – **ПР905**

Тираҙы - 2857
Заказ - 145