ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

КискеӨфө

25-1
ноябрь - декабрь
(ҡырпағай - аҡъюлай)

2017

№47 (777)

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

Мөхтәрәм уҡыусыларыбыҙ!
2018 йылдың тәүге яртыһы өсөн "Киске Өфө"гә яҙылыу дауам итә. Республикабыҙҙың һәр районы-ҡалаһында, иң төпкөл ауылдарҙа ла 50665 индекслы "Киске Өфө"гә - 559 һум 56 тингә, 50673 индекслыһына (ойошмалар һәм предприятиелар өсөн) - 589 һум 56 тингә, ә Бөйөк Ватан һуғышы ветерандары һәм инвалидтары өсөн - 447 һум 64 тингә яҙыла алаһығыҙ.

БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

Башҡорт мәҙәниәтен...

башҡорт телен яҡлайым!

3

Биш тел өйрәнәбеҙ...

6

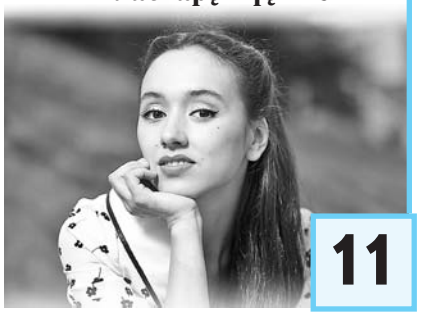
Илдең үҫеше...

белем һәм медицина кимәленә бәйле

8-9

Тормош та, ижад та...

ихластарҙы үҙ итә



11

ТВ-программа 14

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Ноябрҙә - Бөтөн донъя ирҙәр көнө, унан Халыҡ-ара ирҙәр көнө билдәләнде. Етмәһә, көслө заттар 23 февралде лә үҙҙәренеке итеп алды. Уларҙың байрамдары күбәйеп китмәнеме?

Салауат ЙӘРМӨХӘМӘТОВ, хеҙмәт ветераны, Мәләүез ҡалаһы:

Бөгөн йәмғиәтебеҙҙә - ир-егет, ә ғаиләләребеҙҙә атай абруйын күтәреү мәсьәләһе торғанда, көслө заттарға иғтибарҙы арттырыу онотҡанда бер түгел, ә көн дә кәрәк, минеңсә. Ҡатын-ҡыҙ нисек кенә ирҙәр менән тиңләшергә тырышмаһын, ир була йә уны алыштыра алмай. Борон-борондан ил терәге ир булған, илгә яу ябырылғанда ир-егет күкрәге ҡалҡан булған. Ил яҙмышы быуындарҙан-быуынға ир яҙмышына, уның аҡылы, абруйы һәм дә айбарлығына, илһөйәрлегенә бәйле булған. Ул иле, ғаиләһе именлеген һаҡлаусы ла, яҡлаусы ла, аҫраусыһы ла булған. Ил терәге, шулай итеп, ир икән, ирҙең терәге - ҡатын булырға тейеш. Халҡыбыҙ, ир - ат, ҡатын - арба, тип юҡҡа ғына әйтмәгәндер. Үкенескә күрә, бөгөн күп осраҡтарҙа был әйтемдең киреһен күҙәтергә тура килә, сөнки йәмғиәттә лә, ғаиләлә лә, тәрбиә мәсьәләләрендә лә ир-егеттең роле күҙгә күренеп кәмене. Әлбиттә, улар ил һаҡсыһы булыуҙан туҡтаманы - был улар иңенә төшкән яуаплы һәм дә изге бурыс. Тик әлеге ир-егет - ҡатын-ҡыҙ - ғаилә - тәрбиә сылбырында көслө заттар абруйы ҡаҡшаны; донъя хәстәре, ғаилә йөгө, өҫтәүенә, тәрбиә эше бер ҡатын-ҡыҙ ҡулына тороп ҡалды түгелме? Бар, әлбиттә, атай менән әсәйҙең тигеҙ, татыу ғаилә башлыҡтары булараҡ, матур балалар тәрбиәләп, яҡшы һәм өлгөлө донъя көткәндәре лә. Тик нилектән ата-әсәһе иҫән көйө тере етемдәр күбәйҙе? Ниңә алименттан ҡасып йәшәүсе атайҙар бихисап? "Көслө зат"-тарыбыҙ ҡасан эскелектән айнығыр? Ир-егеттәребеҙ ҡасан лайыҡлы эш табып, ғаиләһе алдында йөҙҙәре яҡтырыр? Күрәһегеҙ - улар хаҡында байрамса булмаған һорауҙар күберәк яңғырай. Ғаиләлә атай абруйын һаҡлау - ул ҡатын һәм әсә булған кешенең бурысы, тигәнде йыш ишетергә тура килһә лә, ғөмүмән, йәмғиәтебеҙҙә ир-егеттәр дәрәжәһен күтәреү - ул йәмәғәтселек йәки ҡатын-ҡыҙ эше генә түгел, әлбиттә. Был, белергә теләһәгеҙ, дәүләт кимәлендәге мәсьәлә. Ир-егетте бөгөн иң нык кәмһеткәне - уның эшһеҙлек касафаты. Әбит улар ялҡау түгел, ғаиләһен аҫрау өсөн һалҡын, алыҫ Себер олағырға ла әҙерҙәр хатта һәм күбеһе шулай итә лә. Йәшәгән ерендә шөғөлө, эштән ҡайтыуын көтөп торған матур ғаиләһе булһа, ир-егеткә тағы ни кәрәк? Календарҙа "фәлән-фәлән көн" булдырыу ғына етмәй шул әле, уның кешегә файҙаһы тейер яҡтарын да уйларға кәрәк.

(Дауамы 2-се биттә).

АФАРИН!

ЛӘЙСӘНЕБЕҘ - ЕҢЕҮСЕЛӘР АРАҺЫНДА!

Учалы районы Яңы Байрамғол ауылынан 9 йәшлек Ләйсән Золотареваның "Синяя птица" телевизион конкурсындағы сығышы был аҙнаның иң шәп яңылыҡтарының береһе булды, тиһәк тә яңылышмабыҙ.

Рәсәй буйынса был бәйгегә 10 меңдән ашыу ғариза бирелгән һәм бары тик 40 бала ғына һынауҙарҙы уңышлы үткән. Һайлап алыу турҙары Рәсәйҙең эре ҡалаларында, шул иҫәптән Өфөлә лә ойоштороло ған. Балалар йыр, бейеү, гимнастика, тасуири һөйләү, музыка ҡоралдарында уйнау буйынса ярыша. Уларҙы "Рәсәй 1" каналы 3 декабргә тиклем һәр йәкшәмбе күрһәтә, иң һәләтле бәйгеселәр финалға сыға. Ләйсән "Урал батыр" эпосынан өҙөк һөйләне, "Сыңрау торна" йырын башҡарҙы, ҡурайҙа, ҡумыҙҙа уйнап ишеттерҙе.

Ләйсәндең атаһы Ирек Нуретдинов әйтеүенсә, Яңы Байрамғолда махсус музыка мәктәбе юҡ. Ғаиләлә өс бала үҫә һәм уларҙың йырларға, бейергә, музыка ҡоралдарында уйнарға уҡытыусы һөнәренә эйә булған атай менән әсәй үҙҙәре өйрәтә. "Урал батыр" эпосын ятлай башлау тарихы ла ҡыҙыҡлы. Өлкән улдары Артурҙың теле ауыр асыла, шуға ла Ирек Әсҡәт улы хәтере нығынһын, һүҙҙәрҙе дөрөҫ әйтергә өйрәнһен, тип, уға "Урал батыр" эпосын ятлата. Теле асылғас, ағаһына эйәреп, Ләйсән дә эпосты һөйләй башлай. Өләсәһе, мәғариф ветераны Дилара Ғөбәйҙулла ҡыҙы Игелекова ейәнсәренең һәләтен тойомлап, Ләйсәнгә 4 йәш тулғас, уның менән шөғөлләнә башлай, уға атай менән әсәй ҙә ҡушыла. Ҡыҙ 6 йәшенә өс мең ярым юл ятлай. 2016 йылда Бөрйәндә үткән "Урал батыр" эпосын һөйләүселәр республика бәйгеһендә эпосты тотош ятлай һәм 1-се урынға лайыҡ була. Бейеү буйынса лә төрлө бәйгеләрҙә ҡатнаша, "Учалы йондоҙсоҡтары", "Байыҡ" республика балалар конкурсында 1-се, 3-се урындар ала. Ләйсән башҡорт халыҡ йырҙарын да оҫта башҡара, былтыр Туймазыла үткән "Оҙон көй" бәйгеһендә 3-сө урынға лайыҡ була.

Һәләтле яҡташыбыҙға "Синяя птица" конкурсында еңеү яуларға һеҙ ҙә булышлыҡ итә алаһығыҙ. PTICA.TV сайтында Мәскәү ваҡыты менән бөгөн төнгө 12-гә тиклем тауыш бирергә өлгөрәһегеҙ әле. Телефондан 1075 номерға смс-хәбәр ебәрергә лә була. Ләйсән Золотареваның һаны - 14.

Күренекле кинорежиссер С. Говорухин Ләйсәнде "оркестр-ҡыҙ" тип атаны.

12+

✓ *Әгәр ҙә шул көндәрҙең береһен йәки икәүһен генә айырып алып, уларҙы "Ирҙәр көнө" тип нарыҡлаһаҡ, ҡалған көндәрҙе ир-аттарҙыҡы түгел, тип тәкрарларға тейеш булып сығабыҙ. Был осраҡта ҡалған 364 көндөң ҡәҙере китер кеүек.*

ЗЫЯЛЫЛАР МАЙҘАНЫ

Һәр заманда ил-йортҡа ауырлыҡ ишелгәндә йә ниндәйҙер ҡатмарлы мәсьәләләрҙе хәл итергә кәрәк булғанда майҙанға зыялылар сыҡҡан. Уларҙың аҡылы, ялҡынлы телмәре яуға күтәргән, урынһыҙ сәбәләнеүҙәрҙән төңөлдөргән, ярһыуҙарҙы баҫҡан йә тоҡандырған. Бөгөнгө еңел булмаған осорҙа замандаш зыялыларҙың үҙ халҡына әйтер һүҙе ниндәй булыр?

КӘСЕПТӘРҘЕ ТЕРГЕҘӘЙЕК!

Фидан СӘҒИТОВ, "Этно-Market" интернет-магазины хужаһы: Халыҡтың эш юҡ, тип зарланыуы бигерәк борсоуға һала. Ҡыҙғанысҡа күрә, хәҙерге мәлдә ир-аттарҙың күбеһе аҡса артынан Себергә, йә башҡа яҡтарға юллана. Сөнки заман талаптары шундай, һәр кемдең етеш тормош көткөһө, матур йәшәгеһе килә. Шулай ҙа, боронғо кәсептәрҙе тергеҙеү юлынан китһәк, шөғөлө лә, аҡсаһы ла табылыр ине, тип уйлайым. Студент саҡта башҡорт халҡының боронғо кәсептәрен тергеҙеү, этник әйберҙәр етештереү менән мауығып китермен тип уйлап та бирмәй инем. Бик күптәр кеүек, мин дә уҡыуҙы тамамлағас, һөнәрем буйынса эшкә урынлашырмын, берәй текә менеджермы, банк хеҙмәткәреме булырмын, йә үҙ бизнесымды булдырырмын, тип хыялландым.

"Бизнес" тиһең, күп кеше ҡиммәтле машинала йөрөү, ялтырап торған ҙур бинала ултырыу, йүгереп йөрөгән хеҙмәткәрҙәрҙе күҙ алдына килтерә. Баштан уҡ бизнесты масштаблы нәмә тип уйлау үҙ эшеңде асып ебәрергә ҡамасаулай. Эшҡыуарлыҡты ябай ғынанан, мәҫәлән, яратҡан шөғөлөңә нигеҙләнеп башларға кәрәк. Мине тәүҙә ян эшләү ҡыҙыҡтырҙы, һатыу тураһында бөтөнләй уйламай, өйрәнә башланым. Ә бына кейеҙ һәм күндән тегелгән әйберҙәргә килгәндә - уныһы ҡайнымдың идеяһы. Ул республика баҙарҙарында һәр кем алырлыҡ хаҡҡа һатылған, сит ил туристарына сувенир булғандай үҙенсәлекле милли әйберҙәр юҡлығын иҫәпкә алып тотондо быға. Башҡорт халҡының кәсептәре борон күп булған, үҙенә кәрәкле нәмәне ул үҙе эшләп алған. Бөгөн ир-егеттәр шөғөлләнгән оҫталыҡтар онотолоп, юғалып бара. Эш башлағандан бирле күн, ағас, тимер оҫталарын эҙләйбеҙ, өйрәнергә теләк ҙур. Әммә улар бик әҙ.

Кешегә ялланып эшләү өсөн күп аҡыл кәрәкмәй, ә кәсепселек иткәндә уйлай ҙа белергә, ялҡаулыҡты ла оноторға тура килә. Башланғыс тиҙ генә ҙур булып үҫеп китә алмай, уға бөтә көсөңдө, ваҡытыңды бағышларға кәрәк. Әгәр быуынында тимерселәр, балта оҫталары, күндән әйбер теккән кешеләр юҡ икән, йәки ул эш онотолоп ҡалған булһа, бөтәһен дә баштан алып үҙаллы өйрәнергә генә ҡала. Ҡасан ҡулың оҫтарып, һатыу итерлек әйберҙәр етештерә башлағансы, бер-ике йыл үтеп китеүе лә ихтимал. Ләкин өйрәнеүгә сарыф ителгән ваҡыт үҙен аҡлай, эшләүсе кеше булһа, баһалаусыһы ла табыла ул.

Кәсеп итеү тигәс тә, эште нимәнән башларға белмәй аптырап ҡалыусылар күп. Баҙар шарттарында үҙ урыныңды табырға теләп, әллә ҡайҙан үҙенсәлекле идея, бизнес-план артынан ҡыумағыҙ. Әгәр ҙә кеше гений икән - уникаль идея шунда уҡ табыла. Әммә генийҙар беҙҙең арала һирәк, донъяла быға тиклем билдәле булмаған нәмә тураһында баш ватып, оҙаҡ уйланып йөрөмәү мәслихәт. Ситтән бәхет эҙләп йөрөмәйек, кәсептәребеҙҙе тергеҙеп, үҙ йүнебеҙҙе үҙебеҙ күреп йәшәйек. Рухлы, эшлекле, бай башҡорт ата-бабалар аманатын киләсәккә еткерә торған хеҙмәттән бол табырға тейеш. Һәр хәлдә, Себер тарафтарында тапҡан аҡсаны бында ла эшләп алырға мөмкин икәнен онотмайыҡ.

Камила ҒӘЛИЕВА яҙып алды.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

Ноябрҙә - Бөтөн донъя ирҙәр көнө, унан Халыҡ-ара ирҙәр көнө билдәләнде. Етмәһә, көслө заттар 23 февралде лә үҙҙәренеке итеп алды. Уларҙың байрамдары күбәйеп китмәнеме?

(Башы 1-се биттә).

Шәмсинур БУЛДАКОВА, юғары категориялы табип, Стәрлетамаҡ ҡалаһы 4-се балалар поликлиникаһы мөдире: Ә нинә, байрамдар тормошобоҙҙа күберәк булһа, насармы ни? Эш уларҙың күплегендә түгел, минеңсә, ә календарға индерелгән һәм рәсми ойошмалар тарафынан законлаштырылған икән, был даталарҙың ниндәйҙер ижтимағи әһәмиәткә эйә булыуында. Юғиһә, байрам итеүҙе үҙҙәренсә аңлаған ир-егеттәребеҙ ҙә байтаҡ бит, уларға ирек ҡуйылһа, эш харап...Бөтөн донъя һәм Халыҡ-ара ир-егеттәр көндәре, шулай итеп, күңел асыуға ҡоролмаһын, ә илебеҙҙә ир-егеттәр проблемаларын хәл итеү юлында һөҙөмтәле саралар ойошторооуға арналһын ине, тигән фекерҙәмен. Бөтөн донъя кимәлендә, шул иҫәптән айырыуса Рәсәйҙә ир-егеттәрҙең ҡатын-ҡыҙҙарға ҡарағанда ғүмер оҙайлығының кәм булыуы бер кемгә лә сер түгел. Һуңғы йылдарҙағы статистика мәғлүмәттәре буйынса Рәсәйҙә ирҙәрҙең уртаса ғүмер оҙайлығы - 67,5 йәш тәшкил итә. Улар ҡатындарҙан 10 йылға ҡалыша, тигән һүҙ. Был күбеһенсә уларҙың күп һәм ауыр эштә эшләүенә, сәләмәтлектәре торошона иғтибар биреп еткермәүенә бәйле. Улар шулай уҡ эсеү-тартыу кеүек насар ғәҙәттәргә лә күберәк бирелеүсән. Ауырыһалар ҙа, табипҡа йөрөргә яратмайҙар. Шуның өсөн дә, исмаһам, әлеге "ирҙәр көндәре"н улар өсөн махсус һәм мотлаҡ рәүештә "сәләмәтлек көндәре" итеп үткәрергә тәҡдим итер инем. Был тәңгәлдә шуны билдәләп китеү кәрәктер: өлкән йәштәгеләрҙән айырмалы, ир балаларҙың һаулыҡ торошо хәҙер тулыһынса табип контролена алынды, йәғни 12 йәштән алып үҫмерҙәрҙе андролог һәм уролог ҡарай башлай, һәм был медицина күҙәтеүе улар өлкәндәр поликлиникаларына күскәнсе йыл һайын үткәрелеп килә. Был ир-егеттәрҙә йыш осрай торған простата биҙе ауырыуҙарын алдан иҫкәртеүгә, шулай уҡ башҡа төр патологияларға ла ваҡытында сик ҡуйырға булышлыҡ итә. Дөрөҫ, өлкән йәштәгеләр өсөн дә 2013 йылдан башлап өс-дүрт йыл һайын диспансерлаштырыу ҡаралған, шулай ҙа әлеге "сәләмәтлек көндәре"ндә өҫтәмә рәүештә ниндәйҙер медицина тикшереүҙәре үткәреү, ирҙәрҙе сәләмәт тормош рәүешенә, спорт һәм әүҙем тормош күнекмәләренә йәлеп итеү, "Йәш атайҙар" мәктәптәре ойоштороу кеүек саралар ҡамасауламаҫ ине, моғайын.

Әхмәр ҒҮМӘР-ҮТӘБАЙ, яҙыусы, журналист: Ниндәйҙер көндө "Ирҙәр көнө" тип иғлан итеүгә мин, ғөмүмән, ҡаршы. Ярар, шул уҡ 4, 19 ноябрҙе ирҙәрҙеке итеп атаныҡ икән, ти. Уның менән бер нәмә үҙгәреп китәме? Аҡыллanабыҙмы? Байыйбыҙмы? Буйға үҫәбеҙме? Дөрөҫөн әйткәндә, төшөрөргә яратыусыларға эсер өсөн һылтау ғына инде ул. Әгәр ҙә ул көндәрҙе "Айыҡ ирҙәр көнө" тип атаһаҡ, ни асыу. Исмаһам, йәмәғәтселектең иғтибары ошо көндәрҙә генә булһа ла айыҡ тормош менән йәшәүсе ирҙәргә табан йүнәлтелеп, төшөрөргә яратыусылары фашланыр ине. Ә бит фашлар өсөн бына тигән һылтау-сәбәп!

Әйткәндәй, алдағы йылдың 19 июлендә минең эсмәгәнемә 20 йыл тула. Юбилейым! Ә бит мәсьәләнең асылына ҡараһаң, ниндәйҙер көндө "Ирҙәр көнө" тип атау донъя тотҡаһы булыр ир-аттарҙы кәмһетеү, түбәнһетеү генә булыр ине. Ни өсөнмө? Сөнки ысын мәғәнәһендәге ир-аттарҙың 365 көнө булыуы мотлаҡ. Әгәр ҙә шул көндәрҙең береһен йәки икәүһен генә айырып алып, уларҙы "Ирҙәр көнө" тип нарыҡлаһаҡ, ҡалған көндәрҙе ир-аттарҙыҡы түгел, тип тәкрарларға тейеш булып сығабыҙ. Иң ябай логика буйынса ла шулай килеп сыға түгелме? Әллә мин яңылышаммы? Яңылашһам, мин ни өсөн хаҡ түгел? Миңә ҡалһа, был осраҡта ҡалған 364 көндөң ҡәҙере китер кеүек. Һүҙ юҡ, теге йәки был көндө нимәгәлер, кемгәлер бағышлап, йәмәғәтселектең иғтибарын шул мәсьәләгә йүнәлтергә теләйҙәр. Ә бит барлыҡ иғтибар ниндәйҙер көнгә йүнәлтелһә, башҡаларынан ысҡынып китеүсән. Бер кеше һөйләгәйне. Улар "Айыҡ туй" үткәргән. Түҙгән өс көн буйына ундағы ир-аттар, туй үтеп, видеокамералар алынғас, туй таралғас, элеккесә "ысын туй" башланған. Һөҙөмтәлә был туйҙың "һөҙөмтәһе" эске туйынан да хәтәрерәк булған. Ни өсөн быны һөйләйемме? Беҙҙә ана шул ниндәйҙер көндө ниндәйҙер исем менән атау шартлы ғына, сәхнә, отчет өсөн генә кеүек килеп сыға. Нимә генә тимә, байрам декорациялары алынғас, ысын тормош башлана.

23 февралдең "беҙҙеке" тип аталыуы ла шартлы ғына. Ни өсөн тигәндә, хеҙмәт коллективтарында 8 Март Ҡатын-ҡыҙҙар көнө булғас, мөнәсәбәттәр балансировкаһы өсөн генә 23 февралдә ҡатын-ҡыҙҙар ирҙәрҙе ҡотлаған була. Мин иһә 8 Мартта ҡатын-ҡыҙҙарҙы шаяртып, шулайтып ҡотлайым: "Хөрмәтле ҡатын-ҡыҙҙар! Һеҙҙе 8 Март Халыҡ-ара Ватанды һаҡлаусыларҙы яҡлаусылар көнө менән күңелемдең иң-иң нескә ҡылдарын ҡыбырҙата-ҡыбырҙата ҡотлайым!" Ысынында иһә, 23 февраль Ватанды һаҡлаусылар көнө. Әгәр ҙә беҙ был көндө "Ирҙәр көнө" тип атаһаҡ, ватаныбыҙ өсөн барған һуғыштарҙа шәһит булған меңәрләгән-меңәрләгән нескә заттың әрүәхенән көлгән булыр инек.

Мин һәр ваҡыт атайым менән әсәйемә аптырай торғайным. Улар өсөн, мәҫәлән, дини байрамдарҙан башҡа барлыҡ көндәр ҙә бериш булды. 31 декабрҙә барыһы ла Яңы йылды ҡаршыларға тип мәж килеп йөрөгән ваҡытта улар киске сәғәт 9-ҙа уҡ ятып йоҡлайҙар ине. Мин уларға: "Әйҙә, бергәләп Яңы йылды ҡаршылайыҡ", - тиһәм, улар: "Тапҡанһығыҙ байрам, йоҡо ҡалдырып", - тип әйтә инеләр. Ваҡытында уларға аптыраған булһам, хәҙер хаҡ булыуҙарын аңлайым. Тыуған көндәрен дә бер ваҡытта ла билдәләмәне улар, олоғайғас, юбилейҙарын ғына үткәргән булдылар.

Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА яҙып алды.

НИМӘ? ҠАЙҘА? ҠАСАН?

✓Медицина-генетика үҙәге 2018 йылдың ғинуарынан эшләй башлай. Был турала Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов белдерҙе. "Үҙәк нәҫел ауырыуҙарын иҫкәртеү өсөн иртә ДНК-диагностикалау уҙғарыу мөмкинлеге бирә. Ундайҙар Рәсәй Федерацияһында күп түгел, - тине төбәк етәксеһе. - Республикабыҙҙа ошондай ҡатмарлы, теүәл ғилми, тикшереү үҙәктәре эшен юғары кимәлдә ойоштора алған белемле кешеләр бар, әлбиттә. Генетика, нәҫел анализы аша медицинабыҙҙы бөтөнләй икенсе кимәлгә сығара алабыҙ".

✓Муниципалитеттар сәләмәтлек мөмкинлектәре сикләнгән йәш эшселәрҙе эшкә урынлаштырыу менән шөғөлләнәсәк. Был турала республика Башлығы Рөстәм Хәмитов халыҡ-ара һәм бөтә Рәсәй һөнәри оҫталыҡ конкурстары еңеүселәре һәм призерҙары булған профессиональ колледж студенттары менән осрашыуҙа белдерҙе. Әңгәмә барышында белем биреү йорттары етәкселәре уларҙы тамамлаған байтаҡ сәләмәтлек мөмкинлектәре сикләнгән уҡыусыларҙың артабан эшкә урынлашыу йәһәтенән ҡатмарлыҡтар менән осрашыуын билдәләне.

✓Республика Башлығы Рөстәм Хәмитов WorldSkills-2017 профессиональ оҫталыҡ буйынса 44-се донъя чемпионаты призеры Рафаил Яхинға һәм уның уҡытыусыларына Башҡортостандың дәүләт наградаларын тапшырҙы. Чемпионатта Рәсәй йыйылмаһында сығыш яһаған Сибай күп профилле һөнәри колледжының дүртенсе курс студенты Рафаил Яхин "Таш юныу эше" компетенцияһында өсөнсө урын яуланы. Был илебеҙҙә ошо һөнәр буйынса беренсе миҙал.

✓Владимир Путиндың йыл һайын ойоштороған матбуғат конференцияһы 14 декабрҙә үтеүе мөмкин. Быйыл Путиндың матбуғат конференцияһы Федераль Йыйылышҡа Мөрәжәғәтнамәгә тиклем уҙыуы ихтимал. Кремлдә Мөрәжәғәтнамәне 2017 йылдың декабренән 2018 йылға күсереү мөмкинлеген тикшерәләр. Ошондай ҡарар ҡабул ителгән осраҡта мөрәжәғәтнамәнең февралгә ҡалыуы ихтимал.

✓Башҡортостан Хөкүмәтенең ҡарары менән Гүзәл Шаһиева республиканың мәғариф министры урынбаҫары итеп тәғәйенләнде. Ул "Башланғыс класс уҡытыусыһы", "Тарих уҡытыусыһы" һөнәрҙәре буйынса Стәрлетамаҡ дәүләт педагогия институтын тамамлаған. 2010-2017 йылдарҙа - Ишембай районы хакимиәте башлығының социаль мәсьәләләр һәм кадрҙар сәйәсәте буйынса урынбаҫары.

✓ *Кемдер, башҡорт теле инглиз, ҡытай, испан телдәре кеүек кәрәкле түгел, тиер. Тик башҡорт теле төрки телдәр төркөмөнә ҡарай һәм уны аҙ ғына белһәң дә, Төркиәнән килгән туристар менән аралаша аласаҡһың.*

ТУРАҺЫН ӘЙТКӘНДӘ...

БАШҠОРТ МӘҘӘНИӘТЕН...

башҡорт телен яҡлайым!

Башҡорт телен яҡлап яҙған һүҙҙәрем интернет донъяһында күп кешенең иғтибарын йәлеп итте. Минең фекерҙәремде яҡлаусылар менән бергә, мине ике йөҙлөлөктә ғәйепләүселәр ҙә булды. Әммә был дөрөҫ түгел.

Республикала кинематография менән шөғөлләнеү ҡатмарлы һәм, йәшерен-батырыны юҡ, рәхмәтһеҙ эш. Шуға ла кинематография менән шөғөлләнеүем берәй файҙа алыу ниәтенән түгел, ә үҙемдең идеологик ҡараштарыма бәйле. Башҡорт мәҙәниәтен үҫтереү һәм һаҡлау миңә оҡшай. Урыҫ мәҙәниәтен һаҡлаусылар былай ҙа күп, ә мин Башҡортостанда тыуғанмын һәм мин уға кәрәкле булғым килә. Башҡортостан - Рәсәйҙең, Башҡортостан мәҙәниәте - Рәсәй мәҙәниәтенең айырылғыһыҙ өлөшө. "Бабич" һәм "Беренсе Республика" проекттарына тотоноуымдың да сәбәбе ошо.

Йәшермәйем, "Бабич" фильмын төшөрөр алдынан был проект миңә бик оҡшап етмәй ине. Дөрөҫөрәге, Шәйехзада Бабичтың фигураһын аңлап етмәгәнмен. Ә һуңынан Бабич минең өсөн асыш булды. Бөгөн донъя глобалләшеү юлынан барғанда, сиктәр юйылып, телдәр юғалғанда, милли асылыңды аңлау - мөһим мәсьәләләрҙең береһе. Телебеҙгә "Барбешоп", "воркаут", "смузи", "маффиндар" тигәнерәк һүҙҙәр килеп кенә инмәне, ә быға тиклем ҡулланылып йөрөгәндәрен ҡыҫырыҡлап сығарҙы. Быға беҙ үҙебеҙ юл ҡуябыҙ. Бер кем дә мәҙәни үҙаңды тыя йәки уны көсләп таға алмай. Тыйыу - кире реакцияға ғына килтерәсәк. Беҙҙе бер кем дә Голливуд фильмдарын ҡарарға, көнбайышса либераль хыялдар артынан ҡыуырға мәжбүр итә алмай. Күпселек осраҡта былар альтернатива булмау һөҙөмтәһе. Һәм "Бабич" ошондай альтернатива булды ла.

Минең өсөн бөгөн Шәйехзада Бабич - башҡа мәҙәниәттәргә ҡаршы барыусы кеше өлгөһө түгел, Рәсәйҙең көсө күп милләтле булыуҙа. Ул, тәү сиратта, кеше булған. Бабич - халҡын эскерһеҙ яратҡан һәм ул бәхетле йәшәһен өсөн үҙенең ғүмерен биргән. Зәки Вәлиди менән Бабич башҡорт халҡының рухын һәм мәҙәниәтен һаҡларға тырышҡан һәм быға өлгәшкән. Ниндәй хаҡ түләүҙәренә ҡарамаҫтан, улар еңеүсе. Бөгөн беҙ был фильмды райондар буйлап күрһәткәндә уның һулар һауа һымаҡ кәрәк булғанлығын күрәбеҙ. Бабичты экранда терелтеп, проект авторҙары һәр беребеҙгә үҙ тормошобоҙға бөтөнләй икенсе яҡтан ҡарарға мөмкинлек бирә. Бабичтың шиғырҙары битарафлыҡ битлеген һыпырып ташлап, халыҡтың күңелен, асылын күрһәтә.

"Беренсе Республика" проектында ла ошо уҡ идеялар дауам ителә. Вәлиулла Мортазин-Иманский, Мәкәрим Мәһәҙиев, Ғабдулла Амантай, Һәҙиә менән Ғөбәй Дәүләтшиндар, Ғәзиз Әлмөхәмәтов кеүек сәнғәт, фән, ижтимағи-сәйәси эшмәкәрҙәр тураһында ул. Республиканы бар итеүгә улар шундай көс һала, бының емештәрен беҙ бөгөн дә татыйбыҙ әле. Фән, мәҙәниәт, тарих өлкәһендә улар сәскән орлоҡтар дөйөм Рәсәй өсөн дә әһәмиәткә эйә. Башҡортостан тотош СССР-ҙа төҙөлгән агитбригадалар нигеҙенә ятҡан күсмә театр моделен күрһәтә. Мәҙәни һәм фәнни үҫеш өлгөһө бирә. Тап ошо ерлектә опера театры, институттар барлыҡҡа килә. Башҡортостан Рәсәйҙе нефть менән тәьмин итә. Башҡортостан Рәсәйгә сәнәғәт бирә. Бөйөк Ватан һуғышы осоронда тап Башҡортостан СССР, шулай уҡ Украина Фәндәр академияһын һыйындыра, заводтар эвакуациялана. Былар бит юҡҡа ғына эшләнмәй. Үҙ халҡына ышаныу, уны бәхетле итергә тырышыуҙың һөҙөмтәһе былар. Әммә тарихта трагик хәлдәр ҙә була, беҙ уларҙы хәтерҙә тоторға тейешбеҙ. Үткән ҡайғылар бөгөнгөнөң ҡәҙерен белергә ярҙам итә.

Бына шуның өсөн дә мин башҡорт мәҙәниәтен үҫтереү менән шөғөлләнәм. Сөнки Башҡортостан мәҙәниәте - Рәсәй цивилизацияһының бер өлөшө. Һәр кем быға үҙ өлөшөн индерә ала.

Леонид ФИЛИНОВ,
продюсер, "Тере таҫма" кинокомпанияһының башҡарма директоры.

Әйткәндәй, ғәзитебеҙҙең 35-се һанында Леонид Филиновтың башҡорт теле тирәләй барған шау-шыу айҡанлы әйткән фекере баҫылғайны. Уҡыусыларыбыҙҙан был сығыш буйынса матур фекерҙәр, рәхмәт һүҙҙәре ишеттек. Рус егетенән: "Атай-әсәйҙәргә өндәшәм: башҡорт телен дәүләт теле булараҡ өйрәнеүгә ҡараштарығыҙҙы үҙгәртергә саҡырам. Тел өйрәнеүгә ҡаршы булыу - наҙанлыҡ. Кемдер, башҡорт теле инглиз, ҡытай, испан телдәре кеүек кәрәкле түгел, тиер. Тик башҡорт теле төрки телдәр төркөмөнә ҡарай һәм уны аҙ ғына белһәң дә, Төркиәнән килгән туристар менән аралаша аласаҡһың, хатта Венгрияла һеҙгә туған итеп ҡараясаҡтар. Татарстан, Якутстан, Бүрәтстан, илдең башҡа төбәктәрендә "Ҙур рәхмәт!" тигән һүҙбәйләнеш тә һеҙҙе ҡәҙерле ҡунаҡҡа әйләндерәсәк. Төрки телдәрендә 165 миллиондан ашыу кеше һөйләшә. Ошондай оло мәҙәниәттең бер өлөшө һеҙҙең иғтибарығыҙға лайыҡмы? Һис шикһеҙ!"- тигән һүҙҙәре, ысынлап та, күңелдәргә май булып яғыла. Был ысын мәғәнәһендә аңлы, рухлы, илһөйәр егеткә рәхмәттән башҡа ни әйтәһең инде!

БЕР КӘЛИМӘ ФЕКЕР

КҮҘӘТЕҮҘӘР

15-се күҙәтеүем. Әҙәм балаһының тәбиғәте шундай: ул бар нәмәгә лә хужа булырға ынтыла. Ризыҡты үҙ аҡсабыҙға һатып алғас, уға үҙебеҙ хужа. Әммә ризыҡ ҡорһағыбыҙға төшөп ятҡас, ул хужа: беҙгә энергия биреп төрлө ғәмәлдәр башҡарта, сифатһыҙ булһа, ауырыуға һабыштыра, кеше артабан шул ризыҡтың ҡоло булып, ҡайҙалыр эшләргә, аҡса табырға мәжбүр. Ризыҡтар араһында иң зәһәр ҡол биләүсеһе - араҡы, ул кешенең эсенә ингәс, яман уйҙар уйлата, хатта енәйәт эшләтә. Беҙ - әйбер ҡоло, хәҙерге замандың иң хәтәр ҡол биләүселәре - автомобиль, кеҫә телефоны һәм интернет. Беҙ хатта үҙебеҙҙең тәнебеҙгә лә, йәнебеҙгә лә хужа була алмайбыҙ. Тәнебеҙ ергә ашлама булып китә, йәнебеҙ Хоҙай хөкөмөндә ҡала. Фәҡәт тик рухыбыҙға, милли булмышыбыҙға ғына үҙебеҙ хужа була алабыҙҙыр ул. Барлыҡ ҡоллоҡтарҙан азат булыуҙың берҙән-бер юлы - Аллаһ ҡоло булыу! Уның ҡолон бер кем дә, бер нәмә лә ҡол яһай алмай, Унан ҡурҡҡан бәндә башҡа бер кемдән дә ҡурҡмай!

16-сы күҙәтеүем. Йыш ҡына шундай һорауға яуап эҙләйем: әгәр ҙә халҡыбыҙ үҙ тарихында анауындай фажиғәләргә тарымаһа, уның ниндәйерәк йырҙары тыуған булыр ине икән? Моғайын, "Сыңрау торна", "Урал" йырҙары һымаҡтыр. Ә инде заман йырҙарына килгәндә, улары, моғайын да, сая ир-уҙаманыбыҙ Марат Йәғәфәровтыҡына оҡшаған булыр ине. Мин уның йырҙарын ҡабат-ҡабат тыңлайым да, һоҡланып бөтә алмайым. Шундайын иркенлек, киңлек бар уларҙа, йән азатлығы бар йырҙарында, бәхетле кешенең, бәхетле халыҡтың аһәңе ныйған Мараттың "йә-йә-йә" (беҙ уҙған быуаттың 90-сы йылдарында Маратты һәм уның йырҙарын шаяртып шулай атаныҡ) һуҙымдарына. Шуға иманым камил: бәхетле һәм бәхеттең ҡәҙерен белгән кеше генә аңлай алалыр уларҙы. Улар - киләсәк йырҙары, баһаһы ла, Аллаһ бойорһа, шул заманда бирелер. "Ҡымыҙ" йырын ғына алып ҡарайыҡ: уны тыңлағанда сүллек буйлап сарсап килгәндә һалҡын, күпереп торған һаумал ҡымыҙҙы ауыҙ иткәндәй булаһың. Афарин, Марат, тик ниңәлер һуңғы ваҡыт яңы йырҙары ишетелмәй...

Әхмәр ҒҮМӘР-ҮТӘБАЙ.
(Дауамы бар).

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓Өфөнөң "Салауат Юлаев" командаһы Континенталь хоккей лигаһының 10-сы миҙгелендә тәүге "йәшел дерби"ҙа Ҡаҙандың "Аҡ Барыҫ"ына биреште. Ҡунаҡтар Башҡортостан клубын 5:0 иҫәбе менән ҡыйратты. "Юлаевсылар"ҙың баш тренеры Вестерлунд белдереүенсә, "Салауат"тың бындай еңелеүҙәре - ул тренер өсөн уҡыу процесы, әммә ул отставкаға ғариза яҙырға йыйынмай.

✓Сибайҙа ҡала округы хакимиәте башлығын тәғәйенләнеләр. Депутаттар бер тауыштан алдан Ҡариҙел районы хакимиәте башлығының иҡтисад, эшҡыуарлыҡ һәм финанс мәсьәләләре буйынса урынбаҫары - финанс идаралығы етәксеһе булып эшләгән Рөстәм Афзаловты һайланы. Рөстәм Әхмәтҡәрим улы Афзалов 1977 йылдың 20 мартында Сибайҙа тыуған. Башҡорт дәүләт университетын (2001), Башҡортостан Республикаһы Президенты ҡарамағындағы Башҡортостан дәүләт хеҙмәте һәм идара итеү академияһын (2006) тамамлаған.

✓Федерация Советында "Төбәктәр - тотороҡло үҫеш" йәмәғәт премияһына дәғүә итеүгә конкурс бағыусылары советының ултырышы үтте. Федерация Советының Фән, мәғариф һәм мәҙәниәт буйынса комитеты рәйесе урынбаҫары Лилиә Ғүмәрова бағыусылар советы рәйесе итеп һайланды.

✓Танылған опера йырсыһы Дмитрий Хворостовский яҡты донъянан китте. Был турала йырсының яҡындары һәм дуҫтары, шул иҫәптән Илдар Абдразаҡовтың вәкиле хәбәр итте. Дмитрий Хворостовский ике йыл дауамында дауалап булмай торған мейе яман шеше ауырыуы менән ҡыйыу көрәште. Яңыраҡ, 16 октябрҙә, ул үҙенең 55 йәшен билдәләгәйне.

✓Башҡортостанстат ағымдағы йылдың ғинуар-сентябрендә социаль өлкә ойошмалары хеҙмәткәрҙәренең уртаса хеҙмәт хаҡы кимәлен хәбәр итте. Статистар мәғлүмәтенсә, ошо ваҡыт эсендә республикала табиптарҙың уртаса эш хаҡы 46 684 һум тәшкил иткән. Был осорҙа республика юғары уҡыу йорттары уҡытыусыларының хеҙмәт хаҡы 48 837 һум булған. Мәҙәниәт учреждениелары хеҙмәткәрҙәре барыһынан да аҙыраҡ ала - айына уртаса 19 948 һум.

“Башинформ”дан.

✓ *Нәҡ ғаиләлә башҡа телдәргә, диндәргә ҡарата ихтирам тойғоһо тәрбиәләнә, - тине Рөстәм Хәмитов. - Ниндәй телдәрҙә һөйләшеүебеҙгә йәки ниндәй аллаларға табыныуыбыҙға ҡарамаҫтан, бер-беребеҙгә ярҙам итергә тейешбеҙ.*

ҠЫСҠАСА

ТИКШЕРӘЛӘР...

✓ **Рәсәйҙең Генераль прокуратураһы ҡушыуы буйынса Башҡортостан прокуратураһы "Рособрнадзор" белгестәре менән берлектә төбәктең Мәғариф министрлығы һәм бер нисә дөйөм белем биреү ойошмаһы эшмәкәрлеген тикшерҙе.** Тикшереүҙәр граждандың туған телен һәм башҡорт дәүләт телен үҙ теләге буйынса өйрәнеүгә хоҡуғын тәьмин итеүгә ҡағылды. Күҙәтеү ведомствоһының матбуғат хеҙмәтенән хәбәр итеүҙәренсә, хоҡуҡ боҙоуҙар асыҡланмаған. Уҡыу пландары ғәмәлдәге ҡануниәт һәм Федераль дәүләт белем биреү стандарттары нормаларына тура килә. Ҡайһы бер мәктәптәрҙә айырым хоҡуҡ боҙоуҙар асыҡланған. Прокуратура етешһеҙлектәрҙе бөтөрөүҙе контролгә алды.

✓ **Киң мәғлүмәт сараларында күрше Силәбе өлкәһендә рутенийҙың саманан тыш күп булыуы хаҡында хәбәр ителгәйне.** Башҡортостан буйынса "Роспотребнадзор" идаралығы республика биләмәһендә радиактив бысраныу осраҡтарын теркәмәгән. Ведомстволың матбуғат хеҙмәтендә хәбәр итеүҙәренсә, белгестәр 49 нөктәлә эсәр һыуҙа, һыу ятҡылыҡтарында, тупраҡта, һауала һәм аҙыҡ-түлектә тәбиғи радиация фонына даими мониторинг алып бара. Башҡортостанда һуңғы өс йылда радиация хәле ныҡ үҙгәрмәгән һәм дөйөм алғанда уртаса ҡала.

✓ **Рәсәй Пенсия фондының Башҡортостан буйынса бүлеге матбуғат хеҙмәте интернетта таралған мутлыҡ тураһында хәбәр итә.** Интернетта СНИЛС һандары йәки паспорт мәғлүмәттәре ярҙамында "шәхси страховкалау фондтары тарафынан аҡласата түләүҙәр барлығы"н тикшерергә тәҡдим иткән бер төркөм сайттар бар. Кешегә СНИЛС һандарын йәки паспорт мәғлүмәттәрен яҙырға тәҡдим ителә, унан һуң сайтта, йәнәһе, түләнергә тейеш суммалар күрһәтелә. Пенсия фонды хеҙмәткәрҙәре бындай сайттарға әһәмиәт бирмәҫкә һәм шәхси мәғлүмәттәргә һаҡсыл ҡарарға саҡыра.

✓ **Рәсәй Федерацияһында пенсия дәүмәле бер ниндәй шарттарҙа ла кәмемәйәсәк, киреһенсә, киләсәктә арта барасаҡ, тип хәбәр иттеләр федераль Хеҙмәт министрлығында.** "Рәсәй Пенсия фондында аҡса дефициты юҡ. Граждандар алдында бөтә бурыстар ҙа үтәлә һәм үтәләсәк. Рәсәй Пенсия фонды йүнәлеше буйынса тәғәйенләнгән һәм түләнгән бөтә пенсия төрҙәренең үҫеше тәьмин ителә", - тип "РИА Новости" агентлығы Хеҙмәт министрлығы вәкиленең һүҙҙәрен килтерә. 2018 йылда ҡартлыҡ буйынса страховка пенсиялары 3,7 процентҡа индексацияланa, ул 2017 йылда көтөлгән инфляциянан (2,5-2,8 процент) артып китәсәк.

ТӨРЛӨҺӨНӘН

ТУҒАН ТЕЛГӘ ҺӨЙӨҮ - ҒАИЛӘНӘН

Башҡортостан Башлығы Рөстәм Хәмитов һүҙҙәренсә, туған телгә һәм мәҙәниәткә ҡарата ихтирам, тәү сиратта, ғаиләлә тәрбиәләнә. Ошо хаҡта ул Әсә көнөнә арналған байрам сараһында белдерҙе.

"Нәҡ ғаиләлә туған телгә һәм мәҙәниәткә ҡарата һаҡсыл мөнәсәбәт тәрбиәләнә. Өйҙә туған телдә һөйләшеү, туған телдә телетапшырыуҙар ҡарау, гәзит һәм журналдар уҡыу, ғаилә менән концерт һәм спектаклдәргә йөрөү мөһим. Ул балаларға туған телде өйрәнергә ярҙам итә, - тине Рөстәм Хәмитов. - Күптеллелек - ул иң мөһиме. Күптелле балаларҙың мөмкинлектәре монотеллеләргә ҡарағанда ярайһы уҡ күберәк". Республика Башлығы яңыраҡ дәүләт һәм туған телдәрҙе өйрәнеүҙе камиллаштырыу буйынса саралар тураһындағы ҡарарға ҡул ҡуйыуын хәтергә төшөрҙө. "Әлеге ваҡытта уны тормошҡа ашырыу буйынса план әҙерләнә. Тейешле финанслау тәьмин ителәсәк. Гранттар буласаҡ. Башҡорт телен күтәреү һәм ярҙам итеү фонды ойоштороласаҡ", - тип хәбәр итте Рөстәм Хәмитов. Ул һыҙыҡ өҫтөнә алып, бөгөнгө көнгә төп бурыс - республикала милләт-ара, конфессия-ара именлекте һәм татыулыҡты нығытыу, тине. "Йәнә бер ҡат ҡабатлайым - нәҡ ғаиләлә башҡа телдәргә, мәҙәниәттәргә, диндәргә ҡарата ихтирам тойғоһо тәрбиәләнә, - тине Рөстәм Хәмитов. - Ниндәй телдәрҙә һөйләшеүебеҙгә йәки ниндәй аллаларға табыныуыбыҙға ҡарамаҫтан, бер-беребеҙгә ярҙам итергә тейешбеҙ".

КОМИССИЯЛАР ЭШЛӘЙ

Башҡортостан Республикаһы Дәүләт Йыйылышы - Ҡоролтайҙың парламент тыңлауҙарында ҡатнашып, Өфө ҡала округы хакимиәте башлығы Ирек Ялалов баш ҡаланың административ комиссиялары эшмәкәрлеге менән таныштырҙы.

Әлеге ваҡытта ете райондың барыһында ла комиссиялар эшләй һәм улар хоҡуҡ боҙоуҙарҙы профилактикалауҙа мөһим элементтарҙың береһе булып тора. Был административ комиссиялар тарафынан барлығы 26 мең материал ҡаралған, 30 миллиондан ашыу штраф һалынған, 19 миллион һум түләттерелгән. Төҙөлгән протоколдарҙың иң күбе Административ хоҡуҡ боҙоуҙар тураһындағы кодекстың төҙөкләндереү, граждандарҙың төнгө ваҡытта тыныслығын һаҡлау, ғаилә-көнкүреш болалары, рөхсәт ителмәгән урындарҙа сауҙа итеү йәки көнкүреш хеҙмәте күрһәтеүгә тура килә.

Ирек Ишмөхәмәт улы белдереүенсә, Башҡортостан Республикаһының ғәмәлдәге "Административ комиссиялар тураһында"ғы Законында комиссияларҙың эшмәкәрлеген регламентлаусы территориаль бүленеш критерийҙарының булмауы территория билдәләре буйынса хоҡуҡ боҙоу урынын асыҡлағанда законға икенсе төрлө аңлатма биреүгә юл ҡуя. Шуға бәйле, муниципалитет тарафынан ҡанундың яңы редакцияһын ҡабул итеү һәм урындағы үҙидара органдарына административ комиссиялар булдырыу һәм уларҙың эшмәкәрлеген тәьмин итеү буйынса дәүләт вәкәләттәрен биреү тураһында тәҡдим әҙерләнгән.Административ комиссиялар тураһында закон проекты муниципаль актларға ла тейешле үҙгәртеүҙәр индереүҙе күҙаллай. Бынан тыш, проектта комиссия ағзалығына кандидаттарға талаптар аныҡлана, бер ни тиклем сикләүҙәр индерелә, рәйестең, секретарҙың һәм комиссия ағзаларының вәкәләттәре билдәләнә. Әле закон проекты закон ижад итеү инициативаһы стадияһын үтә, тейешле документтар Өфө ҡала Советына ҡаралыуға тапшырылған.

ҺАЙЛАУҘАРҘА ҠАТНАШ!

2018 йылдың 9 сентябрендә берҙәм тауыш биреү көнөндә Башҡортостан Республикаһы Дәүләт Йыйылышы - Ҡоролтай депутаттарын һайлаясаҡтар. "Берҙәм Рәсәй" партияһының төбәк сәйәси советы ултырышында БР Дәүләт Йыйылышы-Ҡоролтайға депутатлыҡҡа йәш кандидаттар билдәләү өсөн праймериз үткәрергә ҡарар ҡабул ителде.

Праймеризға әҙерлек буйынса ойоштороу комитетына Йәштәр сәйәсәте лигаһы етәксеһе Вито Сабиров етәкселек итәсәк. Сараны уҙғарыу форматын һәм еңеүселәрҙе йәштәр үҙҙәре билдәләргә тейеш. Унда ҡатнашыу йәштәрҙе дебаттарға әҙерләй, уларҙы танытырға һәм электораль базаны киңәйтергә мөмкинлек бирә. Бынан тыш, Граждандар университетында еңеүселәр өсөн дәрестәр үткәреү ҡаралған. Унда билдәле сәйәсмәндәр, эшҡыуарҙар, ғалимдар сығыш яһай. Праймеризда үҙен сағыу күрһәткән һәр ҡатнашыусы партияның кадрҙар резервына ҡабул ителә, улар республика Дәүләт Йыйылышы-Ҡоролтай депутаттары ярҙамсылары ла була ала.

ХАЛЫҠ СИТКӘ КИТӘ...

Башҡортостанда халыҡтың дөйөм һаны бер аҙ кәмегән. Башҡортостан Фәндәр академияһы президенты Әлфис Ғаязов төбәк Хөкүмәтендәге кәңәшмәлә хәбәр итте һәм демографик хәлдең төп йүнәлештәрен билдәләне.

Ғалим фекеренсә, йәш, эшкә һәләтле кешеләр ҙур ҡалалар эргәһендә урынлашҡан тораҡ пункттарҙа йәшәй. Алыҫ ауыл муниципалитеттарында халыҡтың күпләп китеүе күҙәтелә, йәштәр аҙая һәм ҡарттар күбәйә. Шуның менән бергә халыҡтың үлем динамикаһында ыңғай тенденция билдәләнде. Шулай уҡ көтөлгән ғүмер оҙайлығының артыуы дауам итә. Билдәләнеүенсә, республикала ваҡытлыса хеҙмәт миграцияһы арта. Росстат мәғлүмәттәре буйынса, 2011 йылдан 2016 йылға тиклем үҫеш 113 меңдән 148 мең кешегә тиклем тәшкил итте. Социологик мәғлүмәттәргә ярашлы, "вахтовиктар" араһында ауыл халҡы - 70 процент, маятниклы мигранттар араһында (ауылда йәшәйҙәр, ҡалала эшләйҙәр) - 80 процент. "Республикала йәштәрҙең мәғариф (белем алыу) миграцияһы мәсьәләһе киҫкен тора, - тине Әлфис Ғаязов. - Рәсәйҙең башҡа төбәктәре менән алмашыу һөҙөмтәһендә миграция иҫәбенә кәмеүҙең яртыһы тиерлек мәғариф (белем алыу) миграцияһына бәйле".

БАШ ҠАЛА ХӘБӘРҘӘРЕ

✓Башҡортостан халҡы әсәлек һәм балалыҡ менән бәйле пособиелар алыу мәсьәләләре буйынса Дәүләт хеҙмәт инспекцияһына шылтырата ала. Белгестәр хеҙмәткәрҙәрҙе, эш биреүселәрҙе ҡыҙыҡһындырған һорауҙарға яуап бирәсәк. "Тура бәйләнеш" телефоны: 8-965-669-46-50. Яҙма мөрәжәғәттәрҙе почта аша 450059, Өфө ҡалаһы, Оло Граждан урамы, 24 адресына ебәрергә йәки Онлайнинспекция.рф порталы менән файҙаланырға мөмкин.

✓Өфөлә "Үлем менән ҡайҙа һатыу иткәндәрен хәбәр ит" дөйөм Рәсәй акцияһының икенсе этабы бара. Уның маҡсаты - наркотиктарҙың законһыҙ әйләнешен киҫәтеү, наркотик ҡулланыусыларҙы реабилитациялау мәсьәләләре менән мөрәжәғәт итеүсе граждандарға ярҙам күрһәтеү. БР буйынса Эске эштәр министрлығының Наркотиктар әйләнешен контролдә тотоу буйынса идаралығы өфөләрҙе акцияла ҡатнашырға саҡыра.

✓Башҡортостан Дәүләт автоинспекцияһы "Ҡайышыңды эләктер, Рәсәй!" бөтә Рәсәй социаль кампанияһына ҡушылды. Акцияла теләгән һәр кем ҡатнаша ала. Быныҡ өсөн автомобилдә хәүефһеҙлек ҡайыштарын, балалар креслоларын ҡулланып фото төшөргә һәм уны "Мин ҡайышымды эләктерҙем, һин дә эләктер!" тигән акция девизы аҫтында #Ҡайышыңды эләктер, Рәсәй яҙмаһы менән социаль селтәрҙәге сәхифәләргә ҡуйыу шарт.

✓Башҡортостанда Ҡыш бабай тирмәләрен асыуға 485 мең һум бүләләр. Республиканың Эшҡыуарлыҡ һәм туризм буйынса дәүләт комитеты Ҡыш бабайҙың Үҙәк ҡунаҡ тирмәһен һәм республика биләмәһендәге төбәк ҡунаҡ тирмәләрен асыуҙы ойоштороу буйынса хеҙмәттәр күрһәтеүгә тендер иғлан итте. Ғаризалар 24 ноябргә тиклем ҡабул ителә.

✓Көҙгө саҡырылыш барышында Башҡортостандан 3537 кеше хәрби хеҙмәткә оҙатылды. Көҙгө саҡырылыш 31 декабргә тиклем дауам итә. 5,3 мең һалдатты хәрби хеҙмәткә ебәреү ҡаралған. Яҙғы саҡырылыш кампанияһында республиканан 5,2 мең самаһы кеше хеҙмәткә алынды. Шуларҙың 4,8 меңгә яҡыны - Ҡораллы Көстәргә, 400-ләбе - Милли гвардия ғәскәрҙәренә.

✓Өфөлә "Юлдаш-хит" гала-концертында 2017 йылдың иң яҡшы йырҙарын атанылар. Йылға музыкаль йомғаҡ яһаусы ғәҙәттәге сараны "Юлдаш" радиоһы уҙғарҙы. "Башҡортостан" дәүләт концерт залы сәхнәһендә тамашасылар тауыш биргән 30 башҡорт эстрадаһы йондоҙо сығыш яһаны.

✓ *Быйыл "Заманса ҡала мөхитен формалаштырыу" йәки "Өфө ихаталары" программаһы сиктәрендә ихата территорияларын төҙөкләндереү буйынса күләмле эш башҡарылды. Был эшкә дөйөм сығымдар 279 млн һум тип баһаланды.*

КӨНАУАЗ

ТӘҠДИМ ИТКӘНДӘРЕН КӨТМӘ,

үҙең тәҡдим ит!

Бөгөн Рәсәй күләмендә граждандар менән власть даирәһенең араһында торған күҙгә күренмәгән ҡаршылыҡты бөтөрөү, идара итеү органдарының халыҡ фекеренә ҡолаҡ һалыуы, улар менән кәңәшләшеп эшләү зарурлығы төп урынға сыҡты. Был дөрөҫ тә, сөнки юҡҡа ғына, ашаған белмәй, тураған белә, тимәйҙәр. Айырым бер территорияла һәм айырым йорт ихатаһында йәшәгән граждандарҙың ихытяжын уларҙан башҡа берәү ҙә белмәй. Шуға улар власть менән конструктив диалог урынлаштырып, үҙҙәре өсөн йәшәү уңайлыҡтарын булдырыуға үҙҙәре инициатива күрһәтергә тейеш. Был йәһәттән баш ҡалала һәм республикала урындағы үҙидаралыҡтар тарафынан граждандар тәҡдим иткән инициативалар нисегерәк тормошҡа ашырыла?

Ирек ЯЛАЛОВ, Өфө ҡала округы хакимиәте башлығы: Быйыл "Заманса ҡала мөхитен формалаштырыу" йәки "Өфө ихаталары" программаһы сиктәрендә ихата территорияларын төҙөкләндереү буйынса күләмле эш башҡарылды. Был эшкә дөйөм сығымдар 279 миллион һум тип баһаланды. Шул иҫәптән 224 миллион һум - федераль бюджет, 46 миллион һум самаһы - республика бюджеты иҫәбенән һәм 9,5 миллион һум тирәһе халыҡ индергән аҡса. Әлеге ваҡытта эштәр 100 процентҡа башҡарылған, 82 ихатаға асфальт йәйелгән, 163 яҡтылыҡ сығанағы терәүе күсерелгән, 19 балалар уйын майҙансығы ҡуйылған, 10 турник комплексы урынлаштырылған, бер заманса хоккей ҡумтаһы төҙөлгән. 2018 - 2022 йылдар осоронда был проект буйынса тағы ла 579 ихатаны төҙөкләндереү күҙаллана.

Икенсе программаға килгәндә инде, ихаталарҙы төҙөкләндереү буйынса урындағы инициативаларға нигеҙләнгән республика пилот проектын тормошҡа ашырыу сиктәрендә өҫтәмә рәүештә тағы ла 109 ихата төҙөкләндереләсәк. Улар барыһы ла конкурс аша һайлап алынған. Бөгөн был бурысты бары тик дүрт район ғына атҡарып сыҡты: Һөҙөмтәлә Дим районында - 7 (100 процент), Ленин районында - 6 (100 процент), Орджоникидзе районында - 22 (100 процент), Октябрь районында 18 (100 процент) ихата төҙөкләндерелде. Асфальт һалыу эштәре һуң башланғанлыҡтан һәм башҡараһы күләмдең ҙур булыуы сәбәпле, был өлкәләге бурысты тулыһынса үтәү мөмкинлеген бирмәне. Быйыл бары тик дөйөм күләмдең 2/3 өлөшө генә башҡарылды һәм был маҡсатҡа бүленгән 230 миллион һумдың 161 миллион һумы ғына тотонолдо. Әммә ҡалған сумма шул уҡ маҡсатта 2018 йылға күсереләсәк.

Урал КИЛСЕНБАЕВ, Өфө ҡалаһының Совет районы хакимиәте башлығы: Районда ихаталарҙы төҙөкләндереү бер нисә программа буйынса алып барыла. Уларҙың береһе - "Ҡала мөхите" Федераль программаһы булһа, икенсеһе төбәк программаһы. Һуңғыһы урындағы тәҡдимдәр нигеҙендә тормошҡа ашырыла. Быйыл был проект буйынса 23 ихата төҙөкләндерелә, дөйөм алғанда Совет районында быйыл барлығы 37 ихатаны тәртипкә килтереү күҙаллана.

Программаны тормошҡа ашырыу процесы түбәндәгенән ғибәрәт: тәүҙә телләгән һәр йорт кешеләре йыйылыш үткәреп, ихатала төҙөкләндереү кәрәкме, юҡмы икәнлеген асыҡлай. Уртаҡ фекергә килгәс, йыйылыш протоколы нигеҙендә хакимиәткә ғариза яҙалар. Йорттарҙа йәшәүселәрҙең ғаризаһын иҫәпкә алып, төҙөлөш схемалары билдәләнә. Төҙөкләндереү сығымдарын финанслауҙың 5 проценты халыҡтан йыйылһа, ҡалғанын республика, ҡала бюджетынан алыу ҡарала. Былтыр районда ошо программаны тормошҡа ашырыу барышында яҡынса 1 миллион һумлыҡ ҙур балалар майҙансығы йыһазландырылһа, быйыл йорт ихаталарын төҙөкләндереү буйынса тағы ла киңерәк эштәр башҡарыу планлаштырыла: бүленгән аҡсаға ихаталарҙа асфальт түшәләсәк һәм бордюрҙар яңыртыласаҡ. Шулай уҡ автомобиль парковкаһын эшләү һәм балалар, спорт майҙансыҡтары төҙөү ҡарала.

Шаһиҙә ИШҠОЛОВА, "Йомаҡ" Территориаль йәмғиәт үҙидаралығы рәйесе, Мәләүез районы: Беҙҙең үҙидаралыҡ (ТОС) ойошҡандан алып инициативалар менән сығыу һәм уларҙы тормошҡа ашырыу йәһәтенән республикала өлгө булырҙай ойошмаларҙың береһе. Июлдә тағы ла ауыл өсөн әһәмиәтле эш башҡарылды - күптән хыялда ғына йөрөтөлгән, ауыл уртаһында үҫкән ҡайынлыҡты кәртәләү хыялы тормошҡа ашырылды. Ҡасандыр бында клуб урынлашҡан була, йәйгеһен Бауыркүл буйында йәйге кухняһы менән йәйге лагерь ойошторола. Электән ҡалған йола буйынса бөгөн дә бында кис-ҡырын ололар йыйылышып аралаша, балалар төрлө уйындар уйнай. Территориаль йәмәғәт үҙидараһына ойошоусылар йыл һайын ҡайынлыҡты тәрбиәләп торһа, быйыл халыҡ аҡса йыйып, үҙ иҫәбенә материалдар: тимер бағаналар, рабица, буяу алып, территорияны кәртәләп, буяп ҡуйҙы. Бында ауыл биләмәһе хакимиәте тарафынан алынған балалар майҙансығы ла урынлаштырылды. Киләсәктә тағы ла ағастар ултыртырға, сәскә түтәлдәре эшләргә мөмкин. Уҡытыусылар менән килешеп, балалар өсөн төрлө саралар ойошторола ла инде.

Был - йомаҡтарҙың инициативаһы менән башҡарылған эштәрҙең береһе генә. Сөнки улар ауыл яҙмышы үҙ ҡулдарында икәнлеген яҡшы аңлап, кемдеңдер килеп эшләгәнен көтөп ятмай, үҙҙәре инициатива күрһәтә. Быға тиклем ауыл ҡышын ҡар аҫтында ҡалмаһын өсөн ТОС йәмғиәт аҡсаһына, йәғни халыҡтан йыйылған аҡсаға, ДТ-75 тракторы һатып алып, ҡышын ауыл эсендәге юлдарҙы ғына түгел, Мәләүез-Йомаҡ араһындағы юлды ла таҙартып, ҡар үтә лә ныҡ яуғанда район үҙәгенән ярҙам саҡыра ине. Бынан тыш, ике йыл эсендә Нөгөш йылғаһы аша һалынған күпергә ағымдағы ремонт эштәре лә башҡарылды, Мәләүез - Йомаҡ араһындағы юлдағы соҡорҙар "яматылды".Быйыл йомаҡтар Урындағы инициативаларҙы хуплау программаһында ҡатнашыу өсөн тауыш бирҙе һәм тиҙҙән Салауат Юлаев урамында капиталь ремонт үткәрелеп, уға ҡомташ түшәләсәк.

Шәрифә САЛАУАТОВА
яҙып алды.

ДОНЪЯ ШАҢДАУЫ

БӘШӘР ӘСӘД КИЛДЕ

Владимир Путин Сочиҙа Бәшәр Әсәд менән осрашты. Кремлдең матбуғат хеҙмәте Сирия башлығының Рәсәйгә килеүе тураһындағы мәғлүмәтте ул кире Дамаскка ҡайтҡас ҡына еткерҙе. Бәшәр Әсәд Сочиға Рәсәй Хәрби көстәре самолетында килгәндер, тип фаразларға була, сөнки ике йыл элек нәҡ ошо рәүешле ул Мәскәүҙә булып киткәйне. Бәшәр Әсәдтең хәле әлеге мәлдә бик тотороҡһоҙ. Әгәр ҙә илдә уның юҡлығын белһәләр, урындағы террористик төркөмдәрҙең һәм оппозицияның Сирияла түңкәрелеш эшләү мөмкинлеге юғары, шуға күрә уның йәшерен рәүештә килеп ҡайтыуына аптырарға түгел.

Рәсәй Президентының матбуғат секретары Дмитрий Песков белдереүенсә, осрашыу дүрт сәғәт самаһы барған, уның яртыһын ике ил башлығы күҙмә-күҙ форматта уҙғарған. Владимир Путин һәм Бәшәр Әсәд оҙаҡламай Сочиҙа уҙасаҡ Сирия халҡы Конгресын ойоштороуҙың төп принциптары хаҡында фекер алышҡан. Ҡунаҡ шулай уҡ беҙҙең ил халҡын һәм Рәсәй хәрби көстәрен террорсыларҙы еңеүҙә ярҙам итеүҙәре, Сирияның территориаль бөтөнлөгөн һәм үҙаллылығын һаҡлап ҡалырға булышлыҡ күрһәтеүҙәре өсөн рәхмәт һүҙҙәрен еткергән. Сирия башлығы: "Террорсыларҙы еңдек. Хәҙер беҙгә, бөтә мөмкин булған механизмдарҙы һәм көстәрҙе ҡулланып, сәйәси процесты тиҙләтеүҙе әүҙемләштерергә кәрәк", - тигән фекеренә В. Путин: "Терроризм глобаль характерға эйә һәм уны тулыһынса еңеү тураһында әлегә әйтеп булмай. Шулай ҙа Сирия биләмәһендәге Дамаск һәм Рәсәй хәрби көстәренең терроризмға ҡаршы берҙәм операцияһы тамамланыуға табан бара. Әлбиттә, айырым террористик һөжүмдәр булыу мөмкинлеген күҙ уңынан ысҡындырырға ярамай. Ләкин улар бөгөнгө көндә уңышлы алып барылған хәрби операцияларға йоғонто яһай алмаясаҡ", - тип бер аҙ төҙәтмә индерҙе. Әсәд шулай уҡ сәйәси хәлде көйләүҙе Сирия халҡы үҙе башҡарырға, бында ситтән ҡыҫылыусылар булмаҫҡа тейеш, тип белдереп, быны тәьмин итеүҙә Рәсәйҙең гарант булып тороуын күрергә теләүен һыҙыҡ өҫтөнә алды. Һөйләшеү барышында ниндәй позициялар буйынса килешеүҙәргә өлгәшелгәнлеге тураһында Песков журналистарға аныҡ ҡына яуап бирмәне. Шулай уҡ осрашыуҙа Бәшәр Әсәдтең шәхси яҙмышы хаҡында һөйләшеү булыу-булмауы хаҡындағы һорау ҙа аныҡ яуапһыҙ ҡалды.

Сирия башлығы менән осрашыуҙан һуң Владимир Путин Дональд Трамп һәм Сәғүд Ғәрәбстаны короле менән телефон бәйләнеше аша һөйләшеүҙәр үткәрҙе. Шулай уҡ яҡын арала Рәсәй президенты Египет, Ираҡ һәм Иордания башлыҡтары менән дә бәйләнешкә инәсәк, тип көтөлә. Сирияға ҡағылышлы мәсьәләлә донъя илдәре уртаҡ фекергә килә алмаһа, бөтә тырышлыҡтар ҙа юҡҡа сығасаҡ. Шуға күрә, уларҙың бер-береһен "ишетеүе" һәм берҙәм эш итеүе мөһим фактор.

Бәшәр Әсәдтең был визиты һөҙөмтәле булыр, тип ышанғы килә. Оҙайлы граждандар һуғышынан арыған халыҡ, бөлгән ил бөгөнгө көндә тик тыныслыҡ урынлашыуын теләй. Улар ғына түгел, ә тотош донъя һуғыш афәтенән хәлһеҙләнгән Сирияла бомбалар шартлауы, автоматтар тауышы тыныуын көтә.

Сәлимә АРЫҪЛАНОВА
әҙерләне.

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.

Стенокардия

❖ Көн һайын 3-4 ҡалаҡ ҡабаҡ орлоғон балға ҡушып ашарға.

Уратыусы герпес

❖ Уратыусы герпестан дауаланыу өсөн был урынға 10-12 көн буйына көнөнә 1-2 тапҡыр дегәнәк майы һөртөргә. Аҙағынан яңы ғына һығылған һуған һуты менән эшкәртәһең.

Бөйөр өҫтө биҙе

❖ 500 мл ҡайнар һыуға 2 ҡалаҡ ҡара ҡарағат япраҡтары һалырға, ярты сәғәт төнәтергә, һөҙөргә һәм көнөнә 3 тапҡыр 150-шәр грамм эсергә. Көн һайын яңы төнәтмә әҙерләргә.

Тимрәү

❖ Тимрәү, ҡорсаңғы ваҡытында ҡуҙғалаҡтың тамыры һәм орлоғонан яһалған төнәтмә менән сылатып торорға. Бынан тыш, ҡуҙғалаҡты ваҡлап, ҡаймаҡ йәки һөт өҫтөнә ҡушырға, килеп сыҡҡан майҙы көнөнә бер нисә тапҡыр зарарланған ергә һөртөргә.

Арыуҙан

❖ Тәүлегенә 8 сәғәт йоҡларға һәм ҡыҙыл төҫтәге емеш-еләкте күберәк ашарға.

Баш ауыртыуы

❖ Баш ауыртыуынан һырғанаҡ һуты ярҙам итә. Марляны икегә бөкләп, уны һутта еүешләп, сикәләргә лә төшөп торорлоҡ итеп маңлайҙы ҡапларға. 1 балғалаҡ кейәү үләненә 1 стакан ҡайнар һыу ҡойоп, шулай уҡ компресс эшләргә була.

Һыуыҡҡа аллергия

❖ Ҡанды һәм ҡан тамырҙарын таҙартҡандан һуң һалҡынға аллергияны бөтөрөү өсөн 100 грамм кесерткән (крапива) япрағына 75-әр грамм шиңмәҫгөл (бессмертник), лаванда үләндәрен ҡушып болғатып, 2 ҡалаҡ ошо ҡатнашмаға 2 стакан ҡайнар һыу ҡойоп, төнгөлөккә термоста төнәтергә. Иртән һөҙөргә һәм көнөнә 4 тапҡыр ашарҙан 30 минут алда яртышар стакан эсергә. Дауаланған саҡта 2 ай дауамында иртән ас ҡарынға автивлаштырылған күмер ашарға (10 кг ауырлыҡҡа 1 таблетка иҫәбенән).

Айбикә ЯҠУПОВА.

✓ *Хәҙер беҙгә Белорет ҡалаһының төрлө тарафтарынан башҡорт балалары уҡырға йөрөй, хатта яҡын-тирәләге ауылдарҙан да ата-әсәләр балаларын ҡалала йәшәргә урынлаштырып, беҙгә алып килә.*

ЗИҺЕН КИҢӘЙТЕП...

МӨХӘММӘТ БӘЙҒӘМБӘР

Мәжүсиҙәргә ҡаршы һуғыш

Бер нисә аҙнанан һуң һикһән мосолман тағы ла ҡөрәйш яугирҙары менән осраша. Был юлы ла эш һуғышҡа тиклем барып етмәй. Көстәре аҙыраҡ булыу арҡаһында мосолмандар кире әйләнеп ҡайта. Был юлы ҡыҙыу ҡанлы, ҡасандыр Мәккә янында намаҙ уҡырға ҡамасаулаған мәжүсиҙәрҙең береһенең башын дөйә һөлдәһенең теш ҡазнаһы менән яра һуғып, Ислам дине хаҡына тәүге ҡан ҡойған Сәәд, кире боролғанға ярһып, ҡөрәйштәр яғына уҡ атып ебәрә. Атҡан уғы береһенә лә теймәй, тик шулай ҙа был уҡ Ислам дине хаҡына мәжүсиҙәргә атылған тәүге уҡ була.

623 йылдың декабрь айына тиклем мосолмандар тағы ла бер нисә рейд яһай, тик ҡөрәйш каруандарын да, яугирҙарын да тап итә алмай. Декабрь айында инде хаж осоро башлана һәм бөтөн Ғәрәп ярымутрауында ла был осор хәрби хәрәкәттәр туҡтатылырға тейеш була.

Ләкин изге айҙар тамамланып өлгөрмәй, Мөхәммәт бәйғәмбәргә яңы асылыш ебәрелә.

"Улар һинән тыйылған ай тураһында һорайҙар - ундағы һуғыш тураһында. "Ундағы һуғыш оло һуғыш, - тип әйт. - Ә Алла юлынан ҡайтарыу, һәм Уға һәм "Харам мәсет"кә ышанмау, һәм мәсет әһелдәрен ҡыуып сығарыу - Алла ҡаршыһында тағы ла насарыраҡ эш: фетнә үлтереүҙән дә ҙурыраҡ бит! Ҡулдарынан килһә, һеҙҙе динегеҙҙән ҡайтарғанға ҡәҙәр улар һуғыштан туҡталмаясаҡ...", - тигән һүҙҙәр Ҡөрьәнгә теркәлә. Был иһә мосолмандарға һуғыш тыйылған осорҙа ла ҡөрәйштәргә һәм башҡа мәжүсиҙәргә ҡаршы һуғыш алып барырға ярай, тигәнде аңлата.

Шуға күрә, был хаж осоро тамамланып бөтмәҫ борон уҡ, Абдаллаһ исемле мөһәжир үҙенең иң ышаныслы кешеләре менән ҡоралланып юлға сыға. Һигеҙ генә кеше була улар. Ҡөрәйш каруанын таларға тейеш булалар. Абдаллаһтың юлдаштарына был турала юлға сыҡҡас ҡына, ике көндән һуң хәбәр ителә. Был турала белеү менән әлеге лә баяғы Сәәдтең дөйәһе юғала. Был дөйәлә уның менән бергә тағы ла бер мөһәжир ултырып килгән була. Улар икәүләшеп дөйәне эҙләп сығалар ҙа, үтә оҙаҡлап китәләр.

Ҡалған алты мосолман каруанды ҡаршы алырға әҙерләнә. Был каруанды дүрт яугир һаҡлай. Каруанды осратҡан көн - хаж осороноң һуңғы көнө була. Икенсе көн таң менән һөжүм итеү - дөйөм ҡанунды боҙоуға иҫәпләнмәҫ ине. Тик каруан бик ашығып бара, төнө буйы барып, таңға табан ҡөрәйш ерҙәренә барып етергә самалай. Шуға ла мосолмандар төндә һөжүм итергә тигән ҡарар ҡабул итә - нисек кенә булмаһын, һуңғы төн - һуңғы көн түгел бит инде, тигән һығымтаға киләләр...

Төнгө һөжүм ваҡытында ҡөрәйш яугирҙарының береһе һәләк була, береһе ҡаса, икеһен әсиргә алалар. Мосолмандарҙан береһе лә үлмәй.

Еңеүселәрҙе Мәҙинәлә төрлөсә ҡаршы алалар. Кемдер, һуғыш тыйылған осорҙағы был һөжүмде Мәккәгә һуғыш иғлан итеү тип һанап, яугирҙарҙы әрләй, икенселәре, бигерәк тә мөһәжирҙәр, ҡөрәйштәрҙән үс алырға ашҡынып, уларҙы данлай. Әйтергә кәрәк, ансар яугирҙарының байтағы ла һуғышырға ашҡына.

Тик халыҡ ни генә тимәһен, эш эшләнгән була. Каруандан алынған табышты яугирҙар бүлешеп ала, ҡанун буйынса, биштән бер өлөшө Мөхәммәт бәйғәмбәргә тапшырыла. Мөхәммәт бәйғәмбәр иһә үҙенә тейгән өлөштө шунда уҡ иң ярлы мосолмандарға - мөһәжирҙәргә генә түгел, ансарҙарға ла таратып бирә. Әсиргә эләккән ҡөрәйш мәжүсиҙәренең береһе Ислам динен ҡабул итеп, Мәҙинәлә тороп ҡала, икенсеһен туғандары бер мең алты йөҙ дирһәмгә һатып ала. Был - дүрт ир ҡолдоң хаҡы була.

(Дауамы бар).

БЕЛЕМ УСАҒЫ

БИШ ТЕЛ ӨЙРӘНӘБЕҘ...

Белорет ҡалаһының Я. Хамматов исемендәге Башҡорт гимназияһы - уҡытыу башҡорт телендә алып барылған белем усағы ул. Уның уңыштары бында эшләгән педагогтарҙың һөнәри уңыштары һәм уҡыусыларҙың өлгәше, ижад өлкәһендәге еңеүҙәре менән дә баһалана.

Бөгөн беҙҙә башҡорт теле элекке-сә, биш-алты сәғәтлек уҡыу программаһына ярашлы уҡытыла, ә башҡа дәрестәрҙә төбәк компоненты мотлаҡ индерелгән. Билдәле булыуынса, төбәк компоненты башланғыс кластарҙа - 20 процент, урта кластарҙа - 30, өлкән кластарҙа 40 процент тәшкил итергә тейеш. Уҡытыусылар һәр дәрестә Башҡортостан тураһында ерле материалды ҡуллана ала. Мәҫәлән география дәресендә республика ер-һыу атамаларына ла ҡыҫҡа байҡау яһала, биология дәресендә лә шул уҡ, хатта математика уҡытҡанда ла балаларға ерле материалға таянып төҙөлгән мәсьәләләр тәҡдим итергә була. Бөтә профессиональ терминдарҙың башҡортсаһын уҡыусы белергә тейеш, тигән маҡсат та ҡуйыла педагогтарға. Уҡыусылар ҙа, белем усағының үҙенсәлеген аңлап, туған телен бик теләп өйрәнеүен билдәләп китергә кәрәктер. Һәр мәғариф учреждениеһына бер территория беркетелгәндә, беҙҙең гимназияның территорияһы итеп тотош ҡала билдәләнде. Ҡалала милли мәғариф учреждениеһы берәү булғас, бындай ҡарар сығарылыуы уйланылған аҙым. Сөнки хәҙер беҙгә Белорет ҡалаһының төрлө тарафтарынан башҡорт балалары уҡырға йөрөй, хатта яҡын-тирәләге ауылдарҙан да ата-әсәләр балаларын ҡалала йәшәргә урынлаштырып, беҙгә алып килә. Был, бер яҡтан, Я. Хамматов исемендәге Башҡорт гимназияһының белем биреү кимәлен юғары баһалауҙарын күрһәтһә, икенсе яҡтан, башҡорт ата-әсәйҙәре баланың милли мөхиттә тәрбиәләнеүенә, туған телен яҡшы белеүенә иғтибар итеүен дә аңлата. Әйткәндәй, әлеге көндә гимназияла 28 педагог эшләй, улар бөтәһе лә башҡортса белә һәм ата-әсәләргә бала гимназияла русса ғына аралашып, туған телен онота, тип ҡурҡырға кәрәкмәй. Башҡорт һәм рус теленән тыш, беҙҙә инглиз, француз һәм ғәрәп телдәре уҡытыла. Ғәрәп теле икенсе кластан алып өҫтәмә дәрес рәүешендә бирелә, инглиз һәм француз телдәре Федераль дәүләт белем биреү стандарттары талаптары буйынса уҡытыла.

Уҡыусылар "Арғымаҡ" робототехника студияһына, бейеү, вокал, хор, умартасылыҡ түңәрәктәренә ихлас йөрөй, ансамблдәребеҙ төрлө конкурстарҙа уңышлы ғына сығыштар яһап тора. Быйыл уҡыусылар араһынан этно-төркөм туплап, ҡурай, думбыра, мандолина, ҡумыҙ, дөңгөр уйын ҡоралдарында уйнарға өйрәтеп, уларға ижади яҡтан үҫешергә мөмкинлек бирергә ниәт итеп торабыҙ. Өҫтәмә дәрестәр үткәрәбеҙ, унда башҡорт халҡының кәсептәрен, ҡул эштәрен өйрәнәләр. Гимназия коридорҙарына шахмат, шашка ҡуйғайныҡ, хәҙер балалар тәнәфестә сығып уйнарға күнекте. Дәрескә саҡырып ҡыңғырау шылтыраһа, уйынды ҡалдырып таралышалар ҙа, аҙаҡ кире сығып, дауам итәләр.

Бөгөн мәғариф учреждениелары эшенә ҡарата ҡуйылған төп талаптарҙың береһе - уҡытыу мөхите тыуҙырыу, шәхес тәрбиәләү. Гимназияның фойеһынан алып һәр кабинеты ошо талапты үтәһен, тип күп тырышлыҡ һалабыҙ. Белем усағының фойеһында музей экспонаттары урынлаштырылған, уҡыусылар уларҙы тотоп ҡарай ала. Тирмә эсендәге сәңгелдәктә милли кейемдәге бәпес йоҡлап ята, төрлө төбәк башҡорттарының милли кейем үҙенсәлектәрен сағылдырған ете ҡыҙ-ҡурсаҡ тора, төрлө көнкүреш кәрәк-яраҡтары, науыт-наба һәм башҡа үҙебеҙҙең төбәктең әйберҙәре урын алған. Ҡайһы саҡта беренсе класс уҡыусылары шунда килеп, ҡурсаҡтар менән уйнап, кире йыйыштырып китә. Бына был да йәш балала милли үҙаң тәрбиәләүҙең, тарихына һәм теленә һөйөү уятыуҙың бер ысулы. Шулай уҡ Башҡортостандың тәбиғәтенә арналған бик матур күргәҙмәбеҙ бар, унда республикала булған таштар урынлашҡан. Беҙҙә илһөйәр һәм алдынғы ҡарашлы граждандар үҫтереү бына шулай системалы рәүештә, һәр дәрестә, мәғариф учреждениеһында булған һәр предмет, күргәҙмә, яҙыуҙар ярҙамында алып барыла. Я. Хамматов исемендәге Башҡорт гимназияһы бөгөн республиканың һәм Рәсәйҙең алдынғы уҡыу йорттарының береһе булыуҙан тыш, милли белем усаҡтарына хас үҙенсәлектәрен дә һаҡлап ҡалған учреждение, тип әйтә алам. Был педагогтарҙың, ата-әсәләрҙең һәм балаларҙың бер төптән фекерләп эшләү һөҙөмтәһе булды инде.

"Киске Өфө" гәзите тураһында ла бер-ике һүҙ әйтеп китмәй булмай. Сөнки был баҫманы гимназия уҡытыусылары, ата-әсәләре һәм уҡыусылары яратып уҡый. Ул беҙҙең көндәлек ҡулланыла торған баҫма. Көнүҙәк материалдар, өлгөлө ғаиләләр, уңышлы кешеләр, халыҡты үҙ асылына алып ҡайтарырҙай мәҡәләләр күңелебеҙгә хуш килә. Уймаҡ хикәйәләр сетерекле хәлдәрҙән сығыуға кәңәш булып тора. Тел, ер, милләт, мәҙәниәт, йолаларыбыҙ тураһында мәҡәләләрҙе дәрестә ихлас ҡулланабыҙ.

> *Белорет ҡалаһының Я. Хамматов исемендәге Башҡорт гимназияһы 1995 йылда башҡорт башланғыс мәктәбе булараҡ балалар баҡсаһы бинаһында асыла. Ике йылдан ул мәктәп-гимназия статусын ала, ә 2002 йылда педагогия училищеһының төҙөкләндерелгән бинаһына күсерелә. 2006 йылдан бирле Башҡорт гимназияһы Яныбай Хамматов исемен ғорур йөрөтә: 2007 йылда "Мәғариф" милли проекты буйынса Президент грантына, 2015 - "Цифрлы быуат мәктәбе" Бөтә Рәсәй проекты дипломына лайыҡ булған. 2014 йылда "Рәсәйҙең алдынғы мәғариф учреждениелары" милли реестрына индерелә, 2016 - ЮНЕСКО дуҫтары клубы ағзаһы булыуға өлгәшә.*

Зөлфиә ҒӘЛИЙӘНОВА,
Я. Хамматов исемендәге Башҡорт гимназияһы директоры.

Былары - быйылғы "беренселәр"

"Киске Өфө" гәзитенең махсус бите

9

Шифа

21 ноябрь - 1 декабрь
(ҡырпағай - аҡъюлай)
2017 йыл
№47 (777)

МЕДИЦИНА ХӘБӘРҘӘРЕ

ҺАУЛЫҒЫҢ ҮҘ ҠУЛЫҢДА

● **Рәсәй Фәндәр академияһы Өфө ғилми үҙәгенең кеше генетикаһы молекуляр лабораторияһы хеҙмәткәрҙәре профессиональ спортсыларҙың гендарын тикшереүҙе башлаған.** Улар белдереүенсә, ДНК нигеҙендә балала тиҙлек, көс, түҙемлелек кеүек физик характеристикаларҙың ниндәй кимәлдә үҫешкәнен асыҡларға мөмкин. Эксперимент һөҙөмтәһе нигеҙендә кешелә спортҡа һәләтлелек булыу-булмауҙы асыҡлаған гендар картаһы төҙөләсәк. Биш йыл дауамында барасаҡ эксперименттта ике төркөм студенттар ҡатнаша. Беренсе төркөмдә спортта ниндәйҙер юғары кимәлгә күтәрелгән студенттар булһа, икенсе төркөмдө спорт менән шөғөлләнеүҙе үҙ итмәгәндәр тәшкил итә. Тәүге һөҙөмтәләр бер йылдан һуң билдәле буласаҡ. Генетика лабораторияһы етәксеһе урынбаҫары Рита Хөсәйенова билдәләүенсә, әгәр ҙә баланы үҙенең физик параметрына тап килмәгән спорт төрөнә йәлеп итһәң, уның һаулығына зыян килергә мөмкин. Әлеге фәнни тикшеренеүҙәр иһә насар эҙемтәләрҙән һаҡланырға һәм бала ҙур уңыштарға өлгәшһен өсөн ниндәй спорт төрөн һайларға кәрәклеген асыҡларға ярҙам итәсәк, тигән өмөттә ғалимдар.

● **Республика клиник дауаханаһы табиптары ишетеү һәләтен ҡайтарырға булышлыҡ итеүсе операциялар һанын арттырған.** Йыл башынан алып 200 кешегә операция эшләнгән. Өфө отоларингологтары бөтә донъя кимәлендә ҡулланылған операция алымдарын үҙҙәренең уникаль методикаһы менән тулыландырған. Был, үҙ сиратында, әлегәсә ишетеү һәләтен ҡайтарыуға ышанысы булмаған пациенттарға ла өмөт бирә. Бөгөнгө көндә Рәсәйҙә 13 миллиондан артыҡ кеше төрлө кимәлдә ишетеү һәләтен юғалтыусылар иҫәбендә. Был һан, медиктар билдәләүенсә, күпләп ҡолаҡсын аша музыка тыңлау һәм тауышты көсәйтеүсе ҡоролмалар ҡулланыу һөҙөмтәһендә йылдан-йыл артасаҡ.

● **Һаулыҡ һаҡлау өлкәһендә үҙгәрештәр көтөлә.** Был башлыса "Тиҙ ярҙам" хеҙмәтенә ҡағыласаҡ. Бынан ары "Тиҙ ярҙам" машиналары сирленең амбулатор карточкаһындағы мәғлүмәтте күрһәтеүсе электрон ҡоролмалар менән йыһазландырыласаҡ. Табиптар алдан уҡ ауырыуҙа ниндәй дарыуға аллергия икәнен асыҡлау, уның хроник ауырыуҙары, үткәргән операциялары тураһында белеү мөмкинлеге аласаҡ. Был иһә кешене хәүефтән ҡотҡарыу стратегияһын алдан уҡ уйларға һәм уны тормошҡа ашырыуҙа ҙур ярҙам буласаҡ, тип көтөлә. Проектты тәүҙә Өфө табиптары һынап ҡараясаҡ, ә һуңынан ул республиканың бөтә район һәм ҡалаларында тормошҡа ашырыласаҡ.

● **Статистик мәғлүмәттәргә ярашлы, Өфө шулай уҡ һаулыҡ һаҡлау иң әүҙем үҫешкән Рәсәй ҡалалары иҫәбенә инә.** Төбәктең Һаулыҡ һаҡлау министрлығы вәкилдәре белдереүенсә, ҡалала даими рәүештә медицина ҡоролмалары яңыртыла, ошо өлкәләге хеҙмәткәрҙәрҙең квалификацияларын үҫтереү эше алып барыла, эшмәкәрлектә яңы алымдар ҡулланыла. Нәҡ ошо күрһәткестәр баш ҡалала медицина хеҙмәтләндереүенең сифаты артыуына булышлыҡ итә, тиҙәр улар. Әйткәндәй, ҡала халҡының күбеһе нәҡ дәүләт медицина учреждениеларына мөрәжәғәт итә.

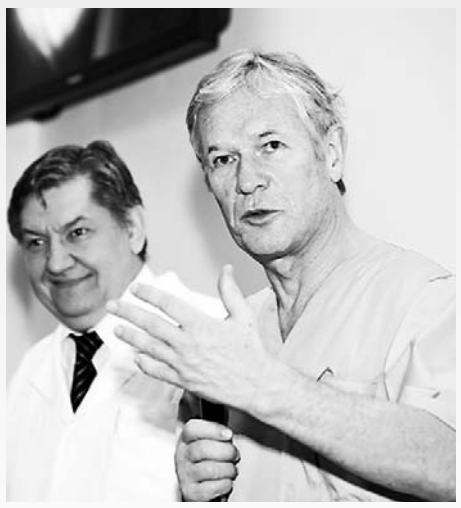
● **Башҡортостанда 2014 йылдан алып шәкәр диабеты менән ауырыусыларға ярҙам итеү буйынса дәүләт программаһы эшләп килә.** Бөгөнгө көндә Өфөлә махсус диабет Мәктәбе эшләп килә. Бында һәр кем үҙен борсоған һорауҙар менән мөрәжәғәт итә ала. Дәрестәрҙе Рәсәй диабет ассоциацияһында сертификация һәм әҙерлек үткән табип-эндокринологтар алып бара. Дәрестәр бушлай.

● **Республикала ВИЧ инфекцияһы менән ауырыусылар һаны, уҙған йыл менән сағыштырғанда, 4,6 процентҡа кәмегән.** Ағымдағы йылдың 9 айында төбәктә ике меңдән ашыу кешелә ВИЧ осрағы теркәлгән. Был сир айырыуса 30-40 йәшлектәр араһында "ҡотора", тип билдәләй Һаулыҡ һаҡлау министры урынбаҫары Рәмил Хәмитов. Шулай уҡ ауырыған әсәләрҙән тыуған сабыйҙар һаны, ошо уҡ арауыҡта, 300-гә тиклем барып еткән.

● **Башҡортостанда киҙеү осраҡтары әлегә теркәлмәгән.** "Роспотребнадзор"ҙың төбәк идаралығынан хәбәр итеүҙәренсә, республикала киҫкен респиратор инфекциялар менән сирләү осраҡтары арта, кимәл эпидемик сиктән түбән. Грипҡа ҡаршы прививка яһау кампанияһы дауам итә, әле яҡынса 1,7 миллион кешегә - республика халҡының 41,5 процентына прививка эшләнгән. Федераль бюджет иҫәбенә 1,25 миллион өлкән кешегә һәм 350 мең балаға вакцина һалынған. 89,7 меңдән ашыуы эш биреүселәр иҫәбенә һәм үҙ аҡсаһына прививка яһатҡан. "Ошо вакциналар беҙҙең төбәктә актуаль булған вирустан һаҡлай", - тип иҫкә төшөрҙөләр республика идаралығында.

● **Республика балалар клиник дауаханаһында Башҡортостандағы тәүге Донор күкрәк һөтө банкы асылды.** Донор күкрәк һөтөн махсус лабораторияла йыйып һаҡлау һәм медицина күрһәткестәре буйынса уға мохтаж яңы тыуған сабыйҙар араһында бүлеү ҡаралған. Донор әсәләр клиниканың неонаталь бүлегендә ятыусылар араһынан һайлап алына. Һарҡытҡандан һуң һөт махсус технология буйынса пастеризациялана. Өҫтәүенә, унда бөтә туҡлыҡлы матдәләр 100 процентҡа һаҡлана, билдәле патоген вирустар һәм бактериялар иһә зарарһыҙландырыла. Һуңынан һөт контейнерҙарға ҡойолоп, һыуытҡыста һыуытыла һәм туңдырыу камераһында туңдырыла. Табип ҡушыуы буйынса бала-реципиент донор һөтөн ала. Медицина мәғлүмәттәренә ярашлы, ун сабыйҙың берәүһе етлекмәй тыуа. Бындай балаларҙы күкрәк һөтө менән туйындырыу бик мөһим. Сөнки етлекмәй тыуған сабыйҙың һәр икенсе әсәһе тәүге осорҙа үҙенең күкрәк һөтөн бирә алмай.

ӘЙТКӘНДӘЙ...



ҮҘЕНСӘЛЕКЛЕ ОПЕРАЦИЯ ЯҺАЛДЫ

Рәсәйҙә беренсе тапҡыр Германиянан килгән профессор етәкселегендә май туҡымаларының аутологик олон күҙәнәге ҡулланылған уникаль операция яһалды.

Медиктар белдереүенсә, әлегә донъяла ул өсөнсө тапҡыр ғына үткәрелә. Был ысул гәмәлгә ингәндә, яһалма имплант ҡулланыуҙан баш тартырға ла була. Операцияға ризалашҡан иргә липосакцияны матурлыҡ өсөн эшләмәйҙәр. Эстәге май туҡымаһы олон күҙәнәген айырыу өсөн кәрәк була. Пациенттың бәүел ҡыуығы сфинктеры зарарланыуы һөҙөмтәһендә, ул бәүел тотмай. Донор материалының бүленеүе бишәр минутлыҡ ике этаптан тора. Һөҙөмтәлә һырҡынды айырыла һәм ул сирлегә индерелә. Йәғни пациент үҙен-үҙе, үҙенең күҙәнәктәре менән дауалаясаҡ. Бәүел тотмау, нигеҙҙә, гүзәл заттарҙа 45 йәштән һуң күҙәтелә һәм был гормональ фон боҙолоуға бәйле. 45-60 йәштә был күренештән ҡатын-ҡыҙҙарҙың 50 проценты яфалана, 65 йәштән һуң - 35 процент. 50-60 йәшлек ир-аттың яҡынса 7 проценты был тайпылышҡа дусар. Әммә был статистика, ә күптәр проблема хаҡында һөйләргә ҡыйынһына.

Медицина фәндәре докторы, профессор Вольф-Фердинанд Виланд: "Үҙ клиникамда шундай ике операция яһаным. Рәсәйҙә - беренсе тапҡыр. Бөтөн донъяла техника ағымға ҡуйыла ғына. Әгәр ул юлға һалынып, ниндәйҙер тикшеренеүҙәр үткәрелһә, был донъя фәнендә алға һикереш буласаҡ", - ти.

Медик күҙәнәк реконструкцияһы өсөн ҡорамалды үҙе менән алып килә. Ул шприцтар тупланмаһынан ғибәрәт һәм уны киләсәктә күләмлерәк операциялар өсөн алыу планлаштырыла, сөнки был ысулды урологияла ғына түгел, хатта пластик хирургияла, хирургияла, кардиологияла ҡулланырға мөмкин.

Был ысул дауалау һәм реабилитация ваҡытын да ҡыҫҡарта. Әгәр быға тиклем пациент дауаханала 2-3 аҙна булһа, хәҙер уны шул уҡ көндө сығарырға була.

✓ Ул замандарҙа хоспистың әһәмиәтен күптәр аңламаны, бик күп ҡаршылыҡтар тыуҙырылды. Әммә йылдар үтеү менән был эш үҙен аҡланы. Тик шуныһы үкенесле, бөгөн беҙҙең республика шул бер хосписҡа күҙ терәп тора.

ҠОЛАҠ ҺАЛ!

БАЛАЛАР МАУЫҒЫУЫ ҺӘМ...

● Спиннерҙар балалар психикаһы өсөн зыян килтермәй, әммә ваҡ деталдәренең хәүефле булыуы бар. Ошо хаҡта уйынсыҡты экспертизалау йомғаҡтары буйынса Роспотребнадзор идаралығында хәбәр иттеләр. Август айында Роспотребнадзор балаларҙың һаулығын һаҡлау өлкәһендә ғилми-тикшеренеү ойошмаларына спиннерҙарҙың балалар һаулығына тәьҫир мөмкинлеге тураһында һорау йүнәлтте. Экспертиза йомғаҡтары буйынса уйынсыҡтың балалар психикаһына тәьҫире йәһәтенән ыңғай йәки кире сифаттар белдермәүе асыҡланған, тип хәбәр ителә ведомство сайтында. Эксперттар уйынсыҡты боҙолған йәки һынған киҫәктәренә тикшерергә кәңәш итә. Бынан тыш, яҡтыртыу элементтары булған һәм батарейкала эшләгән спиннерҙарҙы уны йотоуҙы йәки бәләкәй өлөштәренең танау-тын юлдарына эләгеүен булдырмау өсөн өлкән кешеләр ҡарауында ҡулланырға мөмкин.

● Ғалимдар газлы һыуҙы даими эсеү диабет, ҡан баҫымы күтәрелеү һәм мейегә ҡан һауыу хәүефен арттыра, тигән һығымтаға килгән. Көньяҡ Африка Республикаһының Стелленбос университеты тикшереүҙәр уҙғарған, тип хәбәр итә киң мәғлүмәт саралары. Медицина хеҙмәткәрҙәре аҙнаһына биш тапҡырҙан күберәк газлы һыуҙы эскән кешеләрҙең торошон күҙәткән. Һөҙөмтәлә уларҙың күбеһендә диабет, юғары ҡан баҫымы һәм һимереүгә килтереүсе метаболик синдром асыҡланған. 0,33 литр күләмле газлы һыуҙа 39 грамм самаһы шәкәр бар, ул көндөҙгө норманан 14 грамға күберәк. 10 аҙна дауамында газлы һыуҙы эскән кешеләр йышыраҡ йөрәк-ҡан тамырҙары ауырыуҙарына зарланған.

● Бөгөн донъяла һәр икенсе оло кеше һәм бала мультивитаминдар ҡабул итә, әммә уларҙың файҙалымы, юҡмы икәнлеге тураһында бер кем дә уйланмай. Ғалимдар үткәргән тикшеренеүҙәр күрһәтеүенсә, бындай витаминдар ир-егеттәрҙең организмына бер нисек тә тәьҫир итмәй. Мультивитаминдарҙы даими ҡулланған ҡатын-ҡыҙҙар һәм бөтөнләй витаминдар ҡабул итмәгәндәр араһында ла бер ниндәй ҙә айырма булмай сыҡҡан. Шуға ла ғалимдар төрлө витаминдар ҡатнашмаларына аҡса түкмәҫкә, ә йәшелсә, емеш-еләк, итте күберәк ашарға тәҡдим итә.

● Диабет менән яфаланыусылар әстерхан сәтләүеге ярҙамында ҡан тамырҙары һығылмалығын арттыра ала. АҠШ-ның Нью-Хейвен университеты ғалимдары белдереүенсә, был иң уңайлы һәм ябай ысул булып тора. Тикшеренеүселәр уртаса 58 йәштәрҙәге диабет сирлеләр төркөмөн күҙәткән. Сирлеләр көнөнә мотлаҡ 56 грамм әстерхан сәтләүеге ашаған һәм эксперимент аҙағына уларҙың ҡан тамырҙары һығылмалығы артҡан, дөйөм һәм "зарарлы" холестерин күләме кәмегән. Сәтләүектәрҙең юғары калориялы булыуын иҫәпкә алып, дауаланған саҡта ғалимдар тән ауырлығын даими күҙәтеп торорға кәңәш итә.

● Американың Йәмғәт сәләмәтлеге ассоциацияһы мәғлүмәттәренә ярашлы, мәктәп йәшендәге балаларҙың яҡынса 11,5 проценты көнөнә өс сәғәт тирәһе ваҡытын социаль селтәрҙә аралашып үткәрә. Ғалимдар туплаған статистик мәғлүмәттәр күрһәтеүенсә, был үсмерҙәр насар ғәҙәттәргә тиҙерәк бирелә. Улар араһында стресс, депрессия, йоҡоһоҙлоҡ менән яфаланыусылар, суицид осраҡтары йышыраҡ осрай. Ғәҙәттә, улар насарыраҡ өлгәшә һәм шуға ла ата-әсәләре менән конфликтҡа инә. Бынан тыш, был үсмерҙәрҙең 62 проценты тәмәке тарта һәм 79 проценты алкоголле эсемлек ҡуллана. Белгестәр әйтеүенсә, социаль селтәрҙәрҙә әүҙем аралашыусы үсмерҙәр иртә енси тормош башлай һәм улар араһында наркомандар күберәк була.

Милләтебеҙҙә шундай бер матур күренеш бар, был бигерәк тә ауыл ерҙәрендә киң таралған: берәйһе тураһында һүҙ сыҡһа, ғәҙәттә, "Кем балаһы?" тип һорайҙар. Балалар ата-әсәләр өсөн яуап бирмәһә лә, бала өсөн ата-әсә яуаплы икәненә ишаралыр был. Тоҡомоңдо дауам итеүсегә үҙеңдең иң яҡшы һыҙаттарыңды, сифаттарыңды бирә алғанһыңмы, ул һинең исемеңә лайыҡлы булырлыҡмы, атай-әсәй абруйын артабан дауам итәме? Башҡорт дәүләт медицина университетының топографик анатомия һәм оператив хирургия кафедраһы мөдире, медицина фәндәре докторы, профессор, 130 ғилми баҫма, 40 рационализаторлыҡ тәҡдиме һәм 3 патент авторы Илдар Ишмырҙа улы ҺИҘИӘТОВ менән әңгәмәне лә уның тамырҙарын барлауҙан башланыҡ...

- Атайым яғынан өләсәйем Рәйхана, медицина буйынса белеме булмаһа ла, Әбйәлил районының Ҡужан ауылында кендек инәһе булараҡ билдәле ине. Кешеләрҙе ҡулы менән имләп тә, өшкөрөп тә дауалай ине. Уның һәләте ниндәйҙер кимәлдә атайыма ла йоғонто яһағандыр, бәлки. Шулай булмаһа, Теләс педучилищеһын тамамлағандан һуң, Таштимер - Ташбулат ауылдарында физика-математика уҡытыусыһы булып эшләй башлап, ҡапыл икенсе йүнәлеш һайламаҫ ине. Ике йыл эшләгәндән һуң, өс туған ағаһы Нил менән икәүләп медицина институтына уҡырға инәләр. Уларға хатта сентябрь буйына ятаҡ та бирмәйҙәр: Нил ағайҙың фуфайкаһы була, атайымдың плащы - шуларҙы ябынып, паркта йоҡлап, иртән дәрескә йөрөйҙәр. Минең һаман да шуға - белем алыуға ынтылыштары шул тиклем көслө булғанлығына иҫем китә. Яҡшы уҡыйҙар, даими рәүештә фәнни түңәрәктәрҙә ҡатнашалар. Атайымдың тағы ла бөгөн бик күптәрҙә булмаған бер яҡшы һыҙаты бар ине, был сифатты мин бер генә педагогта ла күргәнем юҡ, хатта үҙемдә лә юҡ ул - ул өсөнсө курста уҡығанында үҙ ирке менән райондарҙан килгән беренсе курс студенттарына остаз була, уларға ярҙам итә, терәк була, спортҡа ылыҡтыра, уларҙы үҙе күнектерә. Ошо ваҡытта уҡ ул шәфҡәтле, мәрхәмәтле була, белемдең әһәмиәтен аңлай, ауыл балаларын ауырлыҡтар алдында бөгөлөп төшөүҙән һаҡлай. Һуңынан, вуз уҡытыусыһы булып киткәс тә, ауыл уҡыусыларына нык ярҙам итте. Хатта ҡайҙалыр урынлашҡансы, егет-ҡыҙҙар беҙҙә йәшәй торғайны. Туғандар тураһында әйтеп тә тормайым - улар беҙҙә ятып уҡыны, тиһәм дә була.

Атайығыҙ тураһында хаҡ әйттегеҙ: шәфҡәтле. Кеше хәлен аңлаған, уны үҙе аша кисерә белгән өсөн дә ул республикала беренсе хоспис асыу фекеренә килгәндер. Бөгөн ошо дауалау учреждениеһы ниндәй торошта, ниндәй хәлдә?

- Атайымды белә-белгәнемдән ул ауыр тормош һынауҙары алдында ҡалыусыларға, сирлеләргә һәр саҡ ярҙам ҡулы һуҙҙы. 15 йыл онкодиспансерҙа эшләүе лә быға сәбәпсе булғандыр, бәлки. Сөнки унда ауыр сирлеләр, ҡайһы берҙәренә бөтөнләй бер кем килмәй, бәғзеләре яҙмыш һынауы алдында япа-яңғыҙ ҡалдырылған. Ошолар барыһы ла күҙ алдында булғанға, сирлеләрҙең яҙмышын саҡ ҡына еңеләйтеү маҡсатынан ул шундай ҡарарға килгәндер, тием. Башта Салауат ауылында (Әбйәлил районы) амбулатор-поликлиника төҙөргә ҡарар итә, һуңынан хоспис асырға була. Ул Рәсәйҙә беренселәрҙән булып хоспис төҙөй башлай. Әммә бюрократик кәртәләргә эләгеп, был эш 10 йылға һуҙыла. Башҡортостан Республикаһының беренсе Президенты Мортаза Ғөбәйҙулла улы Рәхимовҡа рәхмәт, уның бойороғо булмаһа, был хосписты асыу бик ауыр булыр ине. Сөнки ул замандарҙа хоспистың әһәмиәтен күптәр аңламаны, бик күп ҡаршылыҡтар тыуҙырылды. Әммә йылдар үтеү менән был эш үҙен аҡланы. Тик шуныһы үкенесле, бөгөн Татарстанда 5-6 хоспис эшләһә, беҙҙең республика һаман шул бер хосписҡа күҙ терәп тора. 15 койка-урынға иҫәпләнгән был медицина учреждениеһында бөгөн урындар етмәй, хатта ниндәйҙер сират та бар. Урал аръяғынан, хатта Силәбе өлкәһенән, Магнитогорск ҡалаһынан киләләр.Күптән түгел Башҡортостан Республикаһы Башлығы Рөстәм Хәмитов та был мәсьәләгә иғтибар бирә башланы, республикала хоспистар төҙөү тураһында һүҙ ҡуҙғатты, шуға күрә киләсәккә өмөт менән ҡарайбыҙ инде.

Үҙегеҙ медицинаға нисек килдегеҙ? Атайығыҙҙың тормошон күҙәтеп, медик булмайым, тигән уйҙар килмәнеме башығыҙға?

- Беҙ - табиптар династияһы. Бала саҡтан ошо һөнәргә программаланғанмын, хатта башҡа һөнәр һайлау мөмкинлегем дә булманы тиергә лә мөмкин. Сөнки әсәйем дә табип, һеңлеләремдең береһе - медицина фәндәре докторы, икенсеһе Мәскәүҙә гинеколог булып эшләй, ҡыҙым - офтальмолог, туғанымдың ҡыҙы Америкала табип, улы - ҡан тамырҙары хирургы. Ғөмүмән, туғандарымдың күпселеге табиптар.

Һеҙ бигерәк интим һөнәр эйәһе - колопроктолог. Күптәр тап ошо белгестәргә мөрәжәғәт итергә ҡыйынһына, шул уҡ ваҡытта эсәк ауырыуҙары етди проблема булып тора. Шуға ла кеше сирен һуҙып йөрөп, ахыр сиктә, түҙерлек мөмкинлеге ҡалмағас ҡына мөрәжәғәт итәлер. Әллә мин хаталанаммы?

- Атайымдың юлын дауам итәм, тиер инем, ул да ошо һөнәр эйәһе ине. Хатта Башҡортостанда колопроктологияға Шенбергер Илья Львович менән бергә нигеҙ һалыусы ла - тура эсәктә башҡарылған барлыҡ операцияларҙы индереүсе. Икәүләп улар әлегәсә эшләп килгән тулы колопроктология бүлеген ойоштора.

Бөгөн XXI быуат булһа ла, бер нәмә борсой - әлегәсә колоректаль (тура эсәк) яман шеше аҙғас ҡына - 4-се стадияла мөрәжәғәт итеүселәр бик күп. Бында шуны ла әйтергә кәрәк, яман шештең был төрө бөтөн донъяла арта, бигерәк тә Америка, Канада, Япония кеүек үҫешкән илдәрҙә. Рәсәй һуңғы йылдарҙа уларҙы ҡыуып тотоп бара. Әгәр был сирҙең төп сәбәбен асыҡлаусы кеше табылһа, уға алтындан һәйкәл ҡойорға мөмкин булыр ине. Әлбиттә, барыһы ла сәбәптәр итеп билдәле факторҙарҙы килтерә, әммә төп сәбәбен берәү ҙә аныҡ ҡына белмәй. Рәсәйҙә колоректаль рак менән иң күп сирләүселәр Санкт-Петербургта (йылына 100 мең кешегә 33 кеше тура килә), икенсе урында Мәскәү тора. Башҡа төбәктәрҙең күрһәткесе түбәнерәк, әммә был һандар ныҡ шикләндерә. Тәжрибәмдән сығып, беҙҙә хәл-торош яҡшыраҡ, тип оптимизм менән әйтә алмайым. Ни өсөн тигәндә, Мәскәү һәм Питерҙа был күрһәткестәр - беренсе тапҡыр асыҡланған, йәғни иртә стадияла асыҡланған рак. Америкала диагностика беҙҙәгегә ҡарағанда күпкә яҡшыраҡ һәм аҡ тәнлеләр үҙ сәләмәтлегенә етди иғтибар бирә. Шуға ҡарамаҫтан, Кентукки штатында 100 мең халыҡҡа 53 кеше рак менән сирләй. Ләкин бында шуныһы уйланырға мәжбүр итә - беҙҙә диагностика һуң эшләнә. Шуға күрә, ғүмер оҙайлығы Америка менән сағыштырғанда түбән.

Үкенескә күрә, илдә рак менән сирләүселәрҙең 60 процентын бик йыш 3-4-се стадияларҙа ғына асыҡлайбыҙ. Ә рак диагнозы ҡуйылғандан һуң ғүмер оҙайлығы уның ниндәй стадияла дауаланыу башланғанына нык бәйле. Мәҫәлән, колоректаль рак беренсе стадияла, йәғни күҙәнәк кимәлендә икән, дөрөҫ дауалағанда бирешмәүсәнлек (выживаемость - операциянан һуң 5 йыл менән иҫәпләнә) 95 процент тәшкил итә. Икенсе дәрәжәлә - 87 процент. Өсөнсөлә, йәғни метастазалар таралғас, бирешмәүсәнлек ҡырҡа түбәнәйә - 30-40 процент. Ә 4-се стадияла 5 процент ҡына. Күреүегеҙсә, барыһы ла ракты ҡайһы ваҡытта диагностикалауға ныҡ бәйле.

Бөгөн республикала хәл-торош тынысланырлыҡ түгел, сөнки райондарҙан ғәҙәттә 3-сө стадия рак менән киләләр. Бының сәбәбе - тейешле кимәлдә мәғлүмәтле, үҙ сәләмәтлегеңә иғтибарлы булмауҙа, ҡулланған ризыҡтың типологияһында һәм характерындалыр.

Бында шуны ла билдәләп китергә кәрәк, мәҫәлән, Америкала колоректаль рак беҙҙәгегә ҡарағанда йышыраҡ осрай. Әммә уларҙа бирешмәүсәнлек юғары һәм был бигерәк тә аҡ тәнлеләр араһында күҙәтелә, төҫлө тәнлеләр араһында, киреһенсә, арта бара. Ҡушма Штаттарҙа белемле, алдынғы ҡарашлы, уйланған кешеләр үҙ

ИЛДЕҢ

белем һәм медицина

✓ *Ауыл ерҙәрендә, нигеҙҙә, ит менән туҡланалар. Урал аръяғы тотош иттә ултыра, тиергә лә мөмкин. Башҡорттар итһеҙ йәшәй алмай, тиҙәр. Шулай ҙа уйланырға урын бар, сөнки йыл һайын ошо өлкәләге сирлеләр һаны арта.*

ҮҪЕШЕ...

кимәленә бәйле

сәләмәтлектәренә ныҡлы иғтибар бүлә һәм ит (бигерәк тә майлы, ҡыҙҙырылған) ашауҙы сикләй.

Әлбиттә, 100 процент раҫланмаһа ла, күпселек алдынғы онкологтарҙың фекеренсә, ҡулланған ризыҡ һәм колоректаль рак араһында бәйләнеш бар. Кем майлы, һыйыр, суҫка ите ашай, уны ҡыҙҙырып, төрлө тәмләткестәр һалып, ныҡ тоҙлап ҡуллана, уларҙа эсәк яман шеше йышыраҡ осрай. Хәҙер американдар күберәк сей йәшелсә-емешкә, бутҡа ашауға күсә бара һәм уларҙа, ысынлап та, был сир күренеше кәмей. Ошо фонда беҙгә бигерәк тә райондарға иғтибар бирергә кәрәк, сөнки ауыл ерҙәрендә, нигеҙҙә, ит менән туҡланалар. Урал аръяғы тотош иттә ултыра, тиергә лә мөмкин. Башҡорттар итһеҙ йәшәй алмай, тиҙәр. Шулай ҙа уйланырға урын бар, сөнки колоректаль рак әлегә өсөнсө урында торһа, ҡайһы бер илдәрҙә икенсе урынға күтәрелде һәм беҙҙә лә шундай тенденция күҙәтелә. Әле Башҡортостанда йыл һайын ошо өлкәләге сирлеләр һаны 3-4 процентҡа арта. Бер генә миҫал: бөгөн республикала иң бысраҡ ҡала булып Салауат һанала. Унда төрлө сығышлы яман шеш бик күп. Унда 100 мең халыҡҡа 20 меңдән ашыу сирле тура килә. Әбйәлил районында 100 мең кешегә - 800 кеше.

Бөгөн табиптар барлыҡ сирҙәр ҙә йәшәрә, ти. Һеҙҙең өлкә буйынса статистика ниндәй? Колоректаль яман шеше ауырыуын ниндәй билдәләр буйынса асыҡларға була?

- Колоректаль рак тураһында һүҙ алып барғанда, тәү сиратта, йәшкә иғтибар итергә кәрәк. Был бик етди мәсьәлә. 45 йәштән һуң мотлаҡ колоскопия үтеү зарур. Үкенескә күрә, райондарҙа бындай тикшереү юҡ. Әлбиттә, бик ауыр һәм ҡатмарлы процедура, сит илдәрҙә һәр саҡ наркоз аҫтында үткәрәләр, беҙҙә, үкенескә күрә, медицина кимәле улай уҡ юғары түгел. Икенсенән, медицина хеҙмәткәрҙәренең кимәле лә түбән, барыһы ла формаль рәүештә башҡарыла. Ысын күңелдән ауырыуҙарҙың һанын кәметеү өсөн янып-көйөүсе медиктар бик һирәк. Атайым районда эшләгән ваҡытында ауылдар буйлап йөрөп, халыҡҡа аңлатыу эштәре алып барырға тырыша ине. Хәҙер ундай энтузиастар ғына түгел, күп ауылдарҙа хатта медпункт та юҡ. Шул уҡ ваҡытта халыҡ үҙе лә ниндәйҙер кимәлдә ғәйепле. Сөнки сәләмәтлектәренә иғтибар бирмәйҙәр. Гендер билдәләре буйынса ҡарағанда, ҡатын-ҡыҙ һаулығына иғтибарлыраҡ, шуға күрә уларҙа рак йышыраҡ һәм иртә стадияларҙа асыҡлана, шуға күрә операциянан һуң йәшәү ваҡыты ла оҙағыраҡ.

Шулай уҡ нәҫелдән күскән сирҙәргә лә иғтибар итергә кәрәк. Кемдә, мәҫәлән, полиптар бар, сей яра бар - улар мотлаҡ тикшерелеп торорға тейеш. Бынан тыш, нәҫелендә башҡа төр яман шеш булған осраҡта ла колоректаль рак йышыраҡ осрай. Шуға күрә, нәҫелендә кемдер ауырый икән, ундай категория мотлаҡ тикшерелергә тейеш, сөнки был сир генетика буйынса ла күсә.

Колоректаль рак алдынан хәүеф симптомдары була. Уларға тәү сиратта оло яраҙа ҡан күренеүе инә. Шулай уҡ эстә аңлашылмаған, даими ауыртыу тойолғанда ла тыныслаырға ярамай. Йыуан эсәк даға кеүек эске ағзаларҙы урап тора, шуға күрә төрлө икенсе сирҙәр артына йәшеренеүе мөмкин. Мәҫәлән, бауыр тирәһендәге бөгәл холецистит барлыҡҡа килтереүе ихтимал, түбәнәйгән өлөшөндә - невралгия, юғары өлөшөндә - панкреатит. Йәғни кеше нинидәйҙер сир менән сирләй һәм сиратта-ғы ауыртыныуҙы киҫкенләшеү тип уйлай. Ә был ваҡытта яман шеш барлыҡҡа килә.

Шулай уҡ оло яраҙың характеры үҙгәреүенә лә иғтибар итеү зарур. Кеше ихтыяжын үтәй, әммә унда тулыһынса бушанмаған тойғо ҡала. Йәки ярау юҡ, ә теләк бар. Тиҙ арыу, тәндең аңлашылмаған ойоуы, ҡайһы бер осраҡта бер сәбәпһеҙ ябығыу, эс ҡатыу, эс китеү, һуңғы айҙа бер нисә көн оло ярау тотҡарланыуы ла колоректаль рак билдәләре булып һанала. Әммә улар 3-4-се стадияла ғына билдәле була. Тәжрибәле табиптар пациенттың ошо билдәләргә зарланыуы буйынса ла дөрөҫ диагноз ҡуя ала.

Яман шештән алда эсәктәрҙә ниндәйҙер процестар баралыр бит, мәҫәлән, полип. Ғөмүмән, беҙгә күренмәгән ниндәй ауырыуҙар булыуы ихтимал? Уларҙы булдырмаҫ өсөн нимә эшләргә?

- Колоректаль рак барлыҡҡа килеүгә полиптар (тиресә ҡатламындағы ябай шеш) сәбәп була. Әгәр тикшереү ваҡытында полип булыуы асыҡлаһа, уны даими күҙәтеп торорға кәрәк. 4 мм-ҙан ҙурыраҡ булғандары, бигерәк тә "аяҡлы"лары, төҫө үҙгәргәндәре мотлаҡ алынырға тейеш. Әгәр полип ҙур түгел, 3-4 мм ғына икән, рак барлыҡҡа килеү ихтималлығы яҡынса 0,3 процент. Әгәр 1 см икән - 1 процент. 1 - 2 см һәм унан да ҙурыраҡ икән, хәүеф ҡапыл арта һәм 8 процентҡа етә. Бер нисә полип, йәғни төркөм табылғанда хәүеф тағы ла арта - 10 процентҡа етә. Төксәле шештәр табылғанда хәүеф тағы ла көсәйә (50 процент).

Бында шуны ла билдәләп китергә кәрәк: 60 йәштән һуң халыҡтың 40 процентында полип асыҡлана. Шуға, даими тикшерелергә, үҙгәрештәр күҙәтелгәндә уны алып ташларға кәрәк.

Алкоголь һәм тәмәке тартыу ҙа колоректаль рак барлыҡҡа килеүгә сәбәп була.

Полиптарҙың барлыҡҡа килеү сәбәбе билдәлеме?

- Уның аныҡ ҡына сәбәбен бирәү ҙә белмәй. Бер төркөм ғалимдар вирус теорияһын яҡлай, мәҫәлән, ҡайһы бер хайуандар - тауыҡтар, сусҡалар бер ваҡытта ла үҙ үлеме менән үлмәй - улар онкологиянан вафат була. Ни өсөн, сөнки уларҙың генетик сылбырында онкоген бар. Ул билдәле бер ваҡытта "терелә" һәм хайуандар яҡты донъя менән хушлаша.

Шуны ла әйтергә кәрәк, колоректаль яман шеше ныҡ йәшәрҙе. Элек пациенттарҙы 50 йәштән һуң тикшереү мотлаҡ булһа, хәҙер 45-40 йәштән һуң полиптар булыу ихтималлығын мотлаҡ тикшереү тураһында фекерҙәр яңғырай.

Әйтеп киткәнемсә, ит ашау ҙа колоректаль рак барлыҡҡа килеүгә йоғонто яһауы мөмкин, сөнки ит эсәктәрҙә бактериялар һөжүменә дусар була һәм бактериялар үрсеп, канцерогендар барлыҡҡа килтерә. Ошо фонда полиптар һәм рак барлыҡҡа килә, әммә быны әлегә бер кем дә 100 процентҡа раҫламаған.

Ваҡытында дауалағанда, улар башҡаса барлыҡҡа килмәй. Шуны әйтеп китергә кәрәк, эсәктәрҙә полип булғанда, төксәләләренән башҡа, кеше организмда бер ниндәй ҙә үҙгәреш тоймай. Ә төксәләләр ҙур була - 3-4 см, улар йәрәхәтләнә һәм ҡанай. Әммә оло яраҙа ҡан күренгәндә уны мотлаҡ полипҡа япһарырға ярамай, бындай күренеш геморрой һәм эсәктә ярыҡ (трещина) ваҡытында ла ҡан була. Шулай ҙа ҡан күренә икән, мотлаҡ табипҡа барып тикшерелергә кәрәк, сөнки ҡайһы бер осраҡта колоректаль рактың беренсе билдәһе булып йыуан эсәктән килгән ҡан тора. Ҡан сығанағын асыҡлау мөһим.

Геморрой тураһында телгә алғас, ошо хаҡта ла һөйләп үтегеҙ әле.

- Был бик ҙур мәсьәлә. Геморрой ҙа нәҫелдән күсә һәм ул ҡан тамырҙары ауырыуы - каверноз тәнсәләрҙең киңәйеүе һөҙөмтәһе. Ауыр физик көсөргәнеш, гигиенаның боҙолоуы, ҡырҡыу, әсе аҙыҡ, алкоголь ҡулланыу, ултырып эшләү был сиргә дусар итә.

Геморрой хәҙерге ваҡытта дөйөм ҡабул ителгән классификация буйынса 4 дәрәжәгә, эске һәм тышҡыға бүленә. Эске геморрой ҙур проблема тыуҙыра. Беренсе стадияла ауыртыныу ҙа булмауы мөмкин, әммә оло яраҙа ҡан килә. Икенсе стадияла ҡандан тыш эске яҡта ниндәйҙер төйөндәр булыуы тойола. Улар оло яраҙан һуң бөткән кеүек була. Ҡысытыу борсой. 3-сө стадияла эске төйөндәр тышҡа сыға, ҡанһырай, ауыртыу, һыҙлау барлыҡҡа килә. Оло яраҙан һуң төйөндәр бер ни тиклем тышта була һәм бер аҙҙан эске һурыла. 4-се стадия - эске төйөндәр тышҡа сыға һәм уларҙы кире эскә индереп булмай. Геморрой менән сирләүселәр һаны ла арта. Табиптар, ғәҙәттә, клиник билдәләргә иғтибар итә. Әгәр төйөндәр булып та улар бимазаламаһа, пациенттың иғтибарын артыҡ йәлеп итмәйбеҙ, сөнки нимәгә иғтибар йүнәлтәһең, шул алға килә. Ҡатын-ҡыҙҙарҙа геморрой бик йыш бала тапҡандан һуң күҙәтелә. Кем эс ҡатыуы менән интегә, шуларҙа барлыҡҡа килә, унитазда ултырып китап йә гәзит уҡырға яратыусыларҙы ла урап үтмәй.

Геморрой ракка әйләнеүе мөмкинме?

- Хәҙерге мәғлүмәт технологиялары үҫешкән ваҡытта интернетта төрлө хәбәр тулып ята. Хатта, геморройҙы тиҙерәк дауалай һалығыҙ, юҡһа, ул яман шешкә әйләнеүе мөмкин, тип тә ҡурҡыталар. Әммә быны әлегә берәү ҙә күҙәткәне, хатта хроник геморройҙың да ракка әйләнеүенә дәлил дә, иҫбатлау ҙа юҡ. Әммә тынысланырға һәм был сир аҙғансы йөрөргә кәрәкмәй, ә табип менән кәңәшләшеп, дауаланыу мөһим. Сөнки ҡайһы бер осраҡта геморрой тип ваҡытты һуҙып, үҙаллы дауаланып, икенсе сирҙәрҙе аҙҙырыу осраҡтары ла юҡ түгел.

Әле эсәктә ярыҡ барлыҡҡа килеүе тураһында әйтеп киттегеҙ, шул хаҡта ла аңлатып китмәҫһегеҙме?

- Уның төп сәбәбе - эс ҡатыуы, ҡоро оло яраҙ. Ул аналь юлды зарарлай һәм яйлап киҫкен ярыҡҡа әүерелә, хроникка әйләнә. Хроникка әйләнгәс, уның ситтәрендә йөй туҡымаһы барлыҡҡа килә. Унда төйөр (сторожевой бугорок) булһа, үкенескә күрә, операцияһыҙ мөмкин түгел. Шунһыҙ, йөй даими асылып, киҫкенләшеп тик торасаҡ. Ярыҡ булмаһын өсөн йәшелсә-емеш ашарға, эс ҡатыуын булдырмаҫҡа кәрәк.

Эсәктәрҙә сей яра барлыҡҡа килеүе мөмкинме?

- Язва колиты менән ауырыусылар һаны арта. Әгәр был сир менән сирләй башланығыҙ икән - был ғүмерлек. Дөрөҫ дауаланғанда, дөрөҫ туҡланғанда ғүмер оҙайлығы башҡаларҙыҡы кеүек үк, әммә язва колитын ваҡытында баҫтырып, дарыуҙарҙы ғүмер буйы ҡабул итергә кәрәк. Ниндәй дарыуҙар ҡабул итергә - уныһын инде дауалаусы табип менән шәхсән һайлау зарур.

Бөгөн гәзит уҡыусыларҙы таныштырған сирҙәр төрлө заманса аппараттар менән асыҡланамы?

- Бөтөн донъя хәҙер УЗИ ҡуллана һәм сит илдәрҙә 80 процент ауырыуҙарҙы УЗИ асыҡлай. Үкенескә күрә, беҙ әлегә был кимәлгә етмәгәнбеҙ. Башҡа заманса тикшереү аппараттары 99 процентта дөрөҫ диагноз ҡуя. Әммә был маҡсатҡа ярашлы һәм дөрөҫ тикшергән осраҡта. Шуға күрә, заманса аппаратураларҙан тикшерелеүҙән баш тартырға ярамай, әммә тикшереү дөрөҫ булырға тейеш, сөнки халыҡ былай ҙа медицинаға бигүк ышанып етмәй.

Яман шеште диагностикалағанда махсус маркерҙар ҡулланыла. Был хаҡта нимә әйтер инем: анализдарығыҙ һәйбәт булһа ла тынысланырға ярамай. Маркерҙар буйынса яман шеш бары тик 3-4-се стадияла ғына асыҡлана, 1-2-се стадияны бөтөнләй күрһәтмәй. Шуға күрә, ҡан анализы буйынса ғына хәл-торошто билдәләү - дөрөҫ түгел. Шулай уҡ оло яраҙа ҡан юҡ йәки бар тип кенә лә диагноз ҡуйыу мөмкин түгел. Бында мотлаҡ колопроктологҡа мөрәжәғәт итергә һәм тикшерелергә кәрәк.

ШУЛАЙ ИТЕП...

"Бөйөк Ватан һуғышынан һуң Япония һәм Германия үҙ илдәрен бик тиҙ тергеҙә. Уның сәбәбен анализлап, бер билдәле сәйәсмән шундай ҡыҙыҡлы һығымтаға килә: халыҡтың белеме һәм илдең медицина кимәле. Американың бар президенттары ла медицинағы ҙур иғтибар бүлә, моғайын, был юҡка түгелдер. Минеңсә, барлыҡ ауырыуҙарҙы бөтөрөү өсөн кешенең белемен күтәрергә кәрәк. Кеше ни тиклем белемле, ул шул тиклем үҙенең һаулығына иғтибарлыраҡ буласаҡ, - тине әңгәмә ваҡытында Илдар Ишмырҙа улы. - Шуға ла милләттәштәремә бер ваҡытта ла белем алыуҙан туҡтамағыҙ һәм сәләмәт булығыҙ, тип әйтер инем. Ә илдең медицина кимәле белемлеләргә ныҡ бәйле".

Зәйтүнә ӘЙЛЕ
әңгәмәләште.

✓ Эсәктәр яҡшы эшләүгә тик һоло ғына ярҙам итә икән, тип уйларға ярамай, әлбиттә. Һәр төрлө витаминдарға ла бай булған сөгөлдөр, кишер, кәбеҫтә һымаҡ йәшелсәләрҙе ҡулланыу ҙа ошо юҫыҡта ныҡ ярҙамсы.

ХАЛЫҠ АҒЫЛЫ

Ә ШУЛАЙ ҘА ХОҘАЙҘАН...

аяҡлы ғүмер һора

Халҡыбыҙ борон төрлө им-томдо, дауа ысулдарын күпләп ҡулланған. Ошо хазинаны - дауалау төрҙәрен, һамаҡ-доғаларҙы әҙме-күпме хәтерләүселәр бөгөн дә бар арабыҙҙа. Әбйәлил районы Байым ауылында йәшәүсе Әнүәрә апай Монасипова-Хәйбуллина шундайҙарҙан һәм уның исеме гәзит уҡыусыларға яҡшы таныш. "Өләсәйем, әсәйем өйрәткәндәрҙе, үҙем белгән, иҫләгәндәрҙе йәштәргә еткерге килә. Һәр кем донъялыҡта белгәнен башҡаларға өйрәтеп ҡалдырырға бурыслы", - ти Әнүәрә апай һәм түбәндәге яҙмаларын тәҡдим итә. Был яҙмаларҙың башы гәзитебеҙҙең 36-сы һанында сыҡҡан "Шифа" битендә урын алғайны.

Ауырлы ҡатынға ярҙам ит

"Ауырлы ҡатын килеп инһә, түрҙән урын бирегеҙ, беҙҙең өйҙән берәй ризыҡ теләмәйһеңме, тип һорағыҙ, - тип өйрәтә ине Мәфүзә әбейем. - Ул үҙе әйтергә оялыр, ә теләгәнен ашамай сыҡһа, балаһының ағзалары теүәл булмауы мөмкин". Һуғыш йылдарында шундай бер хәл булғайны. Вазифа тигән ҡатындың, һалмаға оҡшаған танаулымы, ауыҙлымы бәпәйе тыуып, тиҙ үк үлде, бөтөнләй имә алмаған. Һалма бешерергә ондары булмағандыр инде. Бөтә ауыл ҡатындары уфтанды, сөнки ул йылдарҙа йәш балалар ҙа таныҡ ине. Шуға бит ауырлы саҡта теләгән һәр ризыҡты табып ашарға ҡушалар, ашай алмаһаң, үлергә ятҡанда шуны көҫәрһең, тип әйтәләр. Ауырлы ҡатынға арналған доға ла бар, ашатҡанда шул доғаны уҡыһаң, тағы ла шәп.

Тыуған көн

"Тыуған көн сауаплы, шифалы, ул үткәрелергә тейеш", - ти ине ҡарт өләсәйем.

50 йәшең ялҡын саҡ, һис арымайынса сап;
60-ыңда атта сап;
70-ең булһын етеш;
80-ең булһын һимеҙ;
90-ың булһын туҡ;
100-еңдә йөрө ил гиҙеп, бәхеттә генә йөҙөп.

Ҡалғанын Аллаһ белә,

Ә шулай ҙа Хоҙайҙан аяҡлы ғүмер телә, - тигәс, "Фатиха" сүрәһен уҡып, баштан башлап тотош тәнде һыпыра, ҡулдарын ситкә һелтәй. Һуңынан: "Зәхмәттәр һинән ҡасты, ғүмерең оҙон, бәхетле булыр, амин", тип ҡуя.

Ҡара һыйыр һөт-ҡатығы

Ни эшләптер, беҙ бала, үҫмер саҡта ауылда ҡара һыйыр ишле булды. Йәшендәр башланыу менән шул һыйыр хужаларына һөт-ҡатыҡ йыйырға ҡушалар ине. Баҡтиһәң, йәшен атҡан кешене шуның менән йыуалар икән. Иҫемдә, ауыл көтөүен көткән Фәхретдинов Хисиятулла һәм Ғәйфулла ағайҙарҙы йәшен атты. Уларҙы соҡор ҡаҙып тупраҡҡа буяп ултыртҡандар һәм ауыл буйлап биҙрәбиҙрә әлеге ҡара һыйыр һөт-ҡатығын йүгертеп алып баралар, тегеләрҙе йыуалар. Улар үлмәнеләр, тереләрҙәр, икеһе лә 1941-1945 йылғы Ватан һуғышынан урап ҡайттылар.

Йөрәк тайыу

Ҡаты ҡурҡыу йәки көслө ауырыуҙан һуң кешенең хәле булмай, йөрәге гел шиңеп, түшәлеп ятҡан һымаҡ була. Был ауырыуҙы йөрәк тайыу тип йөрөтәләр. Уны берҙән-бер кеше, им-томсо Гөлбаныу әбей генә дауалай торған булған. Сит ауылдан килгән бер ҡатындың тайған йөрәген ҡара тауыҡ менән имләне, тип әсәйем һөйләне. Гөлбаныу әбейҙең доғалары ла, күҙ ҡарашы ла көслө булған. Уҡынып, әлеге ҡатындың йөрәге өҫтөнә ҡара тауыҡты ултыртҡан, имләгән, тауыҡ шунда уҡ үлгән. Тауыҡ үлһә, име килешә, тигән һүҙ. Тауыҡты кеше йөрөмәгән ергә күмгән. Ҡатын шәбәйеп, ҡайтып киткән.

Башҡа милләт име килешмәй

Уны-быны уйлап тормай, күп кеше икенсе диндәге имсегә дауа эҙләп бара. Был дөрөҫ түгел. Мосолманһың икән, мосолман имтомсоһона бар. Ике диндең энергияһы ҡара-ҡаршы килеп бәрелешә, таралған сарпыуҙар им эҙләп килеүсегә кире көс булып ҡайта, ныҡ ауырыта. Быны бәреләре (эйәләре) килешмәй, тип аңлаталар.

Бейә һөтө

Беҙ ҡымыҙҙы бик яратып, файҙаһын белеп эсәбеҙ. Әммә бейәнең йылы һөтө тағы ла файҙалыраҡ. Һауытты ҡулда ғына тотоп һауғас та сирле кешегә самалап ҡына эсерәһең. Тын юлын, бауырҙы тиҙ һауыҡтыра. Бала саҡтан йыш ауырыусыларға даими эсергә кәрәк.

(Дауамы. Башы 36-сы һанда).

ТАБИП КӘҢӘШ ИТӘ

Күп кенә кешеләрҙең ҡаталау (урыҫса - запор) менән яфаланыуы хаҡында барыбыҙ ҙа беләбеҙ. Оло яраҙы бик көсөргәнеп, ныҡ ауырлыҡтар аша атҡарыуҙы халыҡта шулай тип атайҙар. Был ауырыу ҡатын-ҡыҙҙарҙа ла, ир кешеләрҙә лә осрай. Унитазда (бәҙрәфтә) артыҡ оҙаҡ сүкәйеп ултырыу һәм көсәнеү арҡаһында тура эсәктең аҫҡы өлөшөнөң вена системаһында тотҡарлыҡ (застой) барлыҡҡа килә. Шунлыҡтан, ошо сир, үҙ нәүбәтендә, геморрой тип аталған икенсе бер ауырыуҙы йыш ҡына үҙенең артынан эйәртеп алып килеүсән. Бынан тыш, тура һәм сигма рәүешле (прямая кишка, сигмовидная кишка) эсәктәрҙә тиҙәк массаһы оҙаҡ сығарып ташланмай йыйылып тороу сәбәпле барлыҡҡа килгән сигмоидит, проктит һымаҡ сирҙәрҙән дә күптәр арына алмай ыҙалай. Ул ғына ла түгел, шундай ауырлыҡты эсәк эсендә йөрөтөү, эс күбеүҙәр организмдың дөйөм торошона тәьҫир итеп, һөҙөмтәлә кешенең эш һәләтлеге кәмей, кәйефе лә төшөнкө була.

ҺОЛОНОҢ ЭШЕ - ОЛО

Ифрат йыш осрай торған бына ошо сирҙән ҡотолоуҙың ябай ғына бер сараһы булыуын, үкенескә, күптәр белмәй. Быныңөсөн тик эсәктең нормаль эшләүен тәьмин итеү кәрәк. Ә эсәктәр "йыбанмай" эшләһен һәм үҙ ваҡытында тәнгә кәрәкмәгән шлактарҙан арынып торһон өсөн ашаған аштарыбыҙҙың ниндәйерәк икәнлеге хаҡында белеү кәрәк. Эсәк нормаль эшләүгә иң беренсе нәүбәттә ашамлығыбыҙҙа үҫемлек күҙәнәклеге (растительная клетчатка) етерлек кимәлдә булырға тейеш. Күп табип-диетологтар иҫбат итеүенсә, бындай нәмә - ябай һоло составында иң күбе. Икенсе төрлө итеп әйткәндә, һолоноң ҡабығы, тап ана шул клетчатканан тора ла инде. Халыҡта уны "овсянка" тип йөрөтәләр. Магазиндарҙа "Геркулес" тип исемләнгән һолоно ла һаталар. Ашҡаҙанда ла, эсәктең тәүге бүлексәләрендә лә эшкәртелмәгән көйө хәрәкәт иткән һоло кәбәге кеше эсәгенең "перистальтика" (эстәге массаны артабан ҡыуыу өсөн эсәк мускулатураһының эшләүе) тип аталған функцияһын стимуллаштырыусы булып тора. Эсәк эшләмәй торған хәлдә, ашаған нәмә эстә йыйылып, унда һәр төрлө серетә, газ барлыҡҡа килтерә торған микроорганизмдар үрсей башлай.

Боронго Ҡытайҙа үлем язаһына хөкөм ителгән кешеләрҙе ашатып үлтереү ысулы булған. Ағыу ашатып түгел, ә... ит ашатып. Ябай һарыҡ ите. Бындай кешеләргә фәҡәт бешкән ит менән һыу ғына бирер булғандар. Тик ит кенә ашап йөрөгән был әсирҙәрҙең аш рационында эсәк эшләүенә стимул биреүсе "клетчатка" булмау сәбәпле, бер-нисә көндән эстәге аштары үтмәй башлай (медицинала "кишечная непроходимость" тип атала), һәм ул кеше бер аҙ ваҡыттан, эсәге күбеп, хатта шартлап үлергә дусар ителә. Кеше үлтереү өсөн бына шундай "мәрхәмәтле" ысул тапҡан боронго ҡытайҙар. Бындай миҫалдар менән мал аҫрап, ауылда йәшәгән һәр кеше лә таныш. Мәҫәлән, бойҙайҙы күберәк итеп ашаған һыйыр малының үлеү сәбәбе булып торған диагноз да тап ана шул боронго ҡытайҙарҙыҡы һымаҡ... Айырыуса, таҙартылған бойҙай составында әлеге әйткән "клетчатка" бик аҙ кимәлдә. Ә беҙ, ҡәҙерле туғандар, бойҙайҙан бешерелгән аҡ күмәстәр генә ашарға яратабыҙ! Ҡара икмәкте яратыусылар әҙерәк. Нисек кенә теләмәһәк тә, ашыбыҙҙың рационында углеводтарҙы (аҡ икмәк һәм юғары сортлы ондан яһалған башҡа продукттар), ит продукттарын бер аҙ ғына булһа ла сикләү кәрәк.

Хеҙмәт иткән дәүерҙә, һоло хаҡында һүҙ сыҡҡас, кемдер берәү "илдә ниндәй генә яҡшы нәмә булмаһын, һоло иң беренсе нәүбәттә ил наҡсыларына бирелә ул", тип, ярым шаяртып әйткәйне. Әрмеләге халдат аштары рационына юҡҡа ғына (көн дә тиерлек!) һоло индерелмәгән. Иғтибар итһәгеҙ, күп кенә халдаттарҙың дембель альбомында "...За годы служ-бы сьел столько овса, что стыдно теперь смотреть лошади в глаза", тип шаярып яҙылған яҙыуҙы ла уҡырға була. Юмор ғына булһа ла, был бик етди. Ысынлап та, сирек быуат хәрби табип булып эшләгән дәүерҙә бер халдаттың да "запор" менән яфаланғанын осратырға тура килмәне. Ҡан тамырҙарын тарайтыусы "атеросклероз" тип аталған сир барлыҡҡа килеүенә булышлыҡ иткән холестериндың ҡанда күбәймәүенә лә ярҙам итә һоло. Һәр төрлө кәрәкле микроэлементтарға ла бай булған был көрпә, халдат өсөн генә түгел, ә һәммәбеҙгә лә, айырыуса оло кешеләргә бик файҙалы.

Һоло бутҡаһын бәгзе берәүҙәр "непертке", тип тә атай. Ифрат та тапҡыр ҡушамат. Эсәк эсендәге кәрәкмәгән "ҡый-ҡыпыр"ҙы ваҡытында "непереп" төшөрөп торғанға шулай тип атағандар уны. Иртәнсәк (бер кешегә) өс ҡалаҡ "овсянка"ны бер генә минут ҡайнатып ашап алһағыҙ, киләһе көндө үк уның ыңғай нәтижәһен күрерһегеҙ. Ә инде көн һайын шуны ҡабатлаған хәлдә, әлеге "запор" тип аталған нәмәне бөтөнләйгә оноторһоғоҙ һәм, кемдер әйтмешләй, "унитазда оҙаҡ ултырырға яратҡан шөғөл"өгөҙҙән айырылырһығыҙ.

Эсәктәр яҡшы эшләүгә тик һоло ғына ярҙам итә икән, тип уйларға ярамай, әлбиттә. Һәр төрлө витаминдарға ла бай булған сөгөлдөр, кишер, кәбеҫтә һымаҡ йәшелсәләрҙе ҡулланыу ҙа ошо юҫыҡта ныҡ ярҙамсы. Эсәктәрҙең нормаль эшләүенә саманан артыҡ күп итеп ашау ҙа кире тәьҫир итә. Бәйгәмбәрҙең шул хаҡтағы бер хәҙисе бар. Кешенең ашаған ашы (ҡуйы масса менән шыйыҡса һәр береһе берәр өлөш) ашҡаҙандың өстән ике өлөшөн тәшкил итеп, ҡалған өстән бере бушлай ҡалырға тейеш... Бәйгәмбәребеҙ ғәләйһис-сәләм бер ваҡытта ла артыҡ, йә инә кәрәкмәгән нәмәләр һөйләмәгән. Бына шул турала ла беләйек.

**Хәлил ҺӨЙӨНДӨКОВ,
отставкалағы хәрби табип.**

✓ *Шулай ҙа иң ҙур ҡурҡыуым - унда башҡорт егетен осрата алмау ине. Шуға ла Мәскәүҙә ҡалманым һәм быға бер ҙә үкенмәйем. Мәскәү мине һөнәрле итте, ҡанаттар ҡуйҙы, ә бәхетемде мин Өфөлә таптым.*

ИЖАДХАНА

Уның геройҙары эскерһеҙлеге менән айырылып тора. Балаларса ихласлыҡ сағылған күҙҙәр һине шунда уҡ ышандыра һәм үҙең дә һиҙмәҫтән уның геройының арбауында ҡалаһың. Кешенең асыҡ була белеү һәләтен баһалаусылар өсөн - тамашасымы ул, режиссермы, бынығы мөһим түгел - был актриса ҙур табыш. Шулай ҙа иң һоҡландырғаны - уның тормошта ла шулай уҡ ихлас булыуы. М. Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт академия драма театры актрисаһы Милена СИРАЕВА-ИШАЕВА менән әңгәмәбеҙ уның һөнәре, геройҙары һәм, әлбиттә, йәшәү асылы тураһында.

ТОРМОШ ТА, ИЖАД ТА...

ихластарҙы үҙ итә

Тамашасы һөйөүе мәңгелек

М. Щепкин исемендәге Юғары театр училищеһын (институтын) тамамлап, М. Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт академия драма театрында эшләй башлауыбыҙға быйыл 10 йыл да тулды. Тормошон театрға арнаған һәр кем өсөн был ярайһы ҙур ғына дәүер. Ошо ваҡыт эсендә театр икенсе өйөбөҙгә, коллегаларыбыҙ яҡын туғандарыбыҙға әүерелде. Театр беҙҙең курстың ҡайтыуын оло ваҡиға кеүек ҡабул итеп, ололап ҡаршы алғайны. Моғайын да, беҙ башҡорт театры традицияларын лайыҡлы дауам итәбеҙҙер, тип ышанам. Ун йыл эсендә сыҡҡан төрлө спектаклдәрҙә уйнаныҡ, үҙебеҙҙең тамашасыбыҙ ҙа барлыҡҡа килгәндер. Әйткәндәй, тамашасының яратҡан артисына нисек тоғро була алғанына ла шаһит булдыҡ. "Бәхет хаҡы" (Х. Мөҙәрисова) музыкаль мелодрамаһына, "Һөйәһеңме, һөймәйһеңме..." (Ф. Бүләков) трагикомедияһына, "Мин һинең ҡәйнәң булам" (С. Белов) комедияһына халыҡ һаман ағылып йөрөй, сөнки Башҡортостандың халыҡ артистары Фидан Ғафаров, Олег Ханов, Нурия Ирсаева ижадын яраталар, улар менән һоҡланалар.

Мәскәүҙә белем алған мәл һаман да хәтерҙә. Институт та, беҙ йәшәгән ятаҡ та ҡаланың үҙәгендә булды. Төрлө театрҙарҙың спектаклдәрен ҡараныҡ. Шәхестәрҙең уйнағандарын күреү улар тураһында ишетеп-белеүгә ҡарағанда күпкә яҡшыраҡ. 200 йыллыҡ тарихы булған институттың коридорынан үтеү, ошо боронғолоҡ саңын һулау үҙе лә мәртәбә.

Һөнәрҙе дөрөҫ һайлау мөһим

Мин Өфөнөң 136-сы лицейын тамамланым. Уҡыған саҡта йырланым да, бейенем дә. Театр сәнғәте оҡшай ине, әммә театр артисы булам, тип хыялланманым. Лицейҙан спектаклдәргә лә алып йөрөйҙәр ине, Башҡорт дәүләт академия драма театрының бинаһы, артистарҙың эленеп торған портреттары оҡшаһа ла, унда эшкә барырға мөмкин икән, тип уйлағаным да булманы. 11-се класты тамамлап йөрөгәндә директорға саҡырҙылар. Һәйбәт уҡыйым, тәртип боҙмайым, нишләп саҡыралар икән, тип аптыраным. Кабинетына инһәм, театрҙан ике актер килгән, Щепкин исемендәге институтҡа курс йыябыҙ, тиҙәр. Директорыбыҙ, бына һин, һин бараһың, тип, үҙе һайлап алды беҙҙе. Һайлап алыу турына кеше күп килде, театр тулы халыҡ икәнен генә хәтерләйем. Ике этапты ла уңышлы үтеп, июнь башында уҡ артабан белем аласаҡ уҡыу йорто билдәле булды. Әсәйем технолог, әммә сәнғәткә ғашиҡ кеше. Театр юлын һайлауым да унан киләлер. Апайым балалар табибы, әле Мәскәүҙә эшләй. Ҡустым техник һөнәрле. Әсәйем балалары араһынан мине сәхнәгә яҡыныраҡ күргәндер, шиғырҙар өйрәтә ине. Институтҡа ла уның менән бергә әҙерләндек.

Уҡый башлағас, актер һөнәре - минең тәғәйенләнешем икәнен аңланым. Мин уға үҙемде тулыһынса бағышлайым һәм ошонан ҙур ҡәнәғәтлек алам. Бер көнгә, хатта бер секундҡа үкенгәнем юҡ. Яратҡан һөнәреңде тап һәм һиңә бер көн дә эшләргә тура килмәйәсәк, тиҙәр бит, дөрөҫ икән. Эшемде эш тип тә ҡабул итмәйем. Декрет ялында ла эшемде һағынам, аҙнаһына 1-2 тапҡыр спектаклдә уйнарға театрға барып киләм, таныҡым ҡанып, күңелем баҫылып ҡала.

Барыһы ла ҡәҙерле

Ролдәремдең береһен дә айырып ҡарамайым, барыһы ла ҡәҙерле. "Әхмәтзәки Вәлиди" (Н. Асанбаев) спектаклендәге Нәзмиә күңелемә яҡын. Беренсе ролем "Мулла" (Т. Миңнуллин) драмаһында Нәлимә ине, ул һаман да сәхнәлә бара. "Ай тотолған төндә" спектаклендәге Шәфәҡ тәбиғәте менән миңә яҡын. "Мин ҡатын-ҡыҙ"ҙа (Т. Миңнуллин) ла үҙенсәлекле генә ролем бар. Шукшиндың хикәйәләре буйынса ҡуйылған "Ҡыҙыҡ был тормош!" тигән спектакль бар ине репертуарҙа, шунда телһеҙ ҡыҙҙы уйнағайным, уны ла һағынам. Шукшиндың теле шул тиклем ябай, ул шундай итеп яҙа, һин ул ауылда булған, шул һауаны һулаған һымаҡһың. Кешеләрҙең ябай тормошон, уларҙың күңелен, һыҙланыуҙарын да шундай яҡын, аңлашылырлыҡ итеп яҙа яҙыусы. Шуға ла был спектакль бик эскерһеҙ, ихлас килеп сыҡҡайны. Әҫәр бына ошондай бер үк ваҡытта ябай ҙа, бер үк ваҡытта барлыҡ кешелек өсөн мөһим темаларға арналырға тейештер ул. Ғөмүмән, тормошто артыҡ ҡатмарлаштырырға көрәкмәй, барыһы ла бик ябай унда. Ни өсөн тамашасы "Мулла"ға һаман йөрөй, уны илай-илай ҡарай? Сөнки унда тап ошо мәңгелек темаһы бар - кешенең кеше булып ҡалыуы, нимәгәлер ышанып йәшәүе, өмөт. Ә режиссер роль бирә икән, актер уны кейем һымаҡ кейергә, уны шатлыҡ-ҡайғылары менән аңларға, кисерештәрен тойорға бурыслы. Геройың нимә менән йәшәй, нимә өсөн шулай эшләгән, ни өсөн шулай уйлай - бынығы инде актерҙың эше, һин уны аҡларға ла, аңларға ла, башҡаларға ла аңлатырға тейешһең. Шулай уҡ эшләргә тура килгән һәр режиссер биргән һабаҡтар ҙа миңә бик ҡәҙерле. Олег Ханов, Айрат Абушахманов, Илсур Ҡаҙаҡбаев, Искәндәр Сакаев - һәр береһе менән бер-береҙҙе тойоп эшләнек. Буласаҡ ролдәрем дә минең күңелемдә үҙ эҙен ҡалдырырына ышанам.

Әҫәй булыу - төп бурыс

"Ай тотолған төндә" спектаклендәге Шәфәҡте яратам, тигәйнем инде. Мостай Кәрим дә әйтә бит, бөтөн спектаклдәремде алып ҡарағанда, иң яратҡан ҡатын-ҡыҙ ролем - ул Шәфәҡ, тип. Уға автор башҡорт ҡатын-ҡыҙының бар тәбиғи булмышын шул тиклем үҙ итеп, яратып, иң мөһиме, аңлап һалған. Минең өсөн Шәфәҡ ниндәйҙер йола, йәмғиәт ҡанундарына буйһоноп, кеше һүҙенә ҡарап ғәзиз йәнен ҡорбан иткән кеше түгел. Шәфәҡ - ул саф күңелле, сабыр, шул уҡ ваҡытта ғорур ҙа. Бары тик ул аша атлап сыға алмаған төшөнсәләр һәм яҙмыш бар.

Бөгөн дә башҡорт ҡатын-ҡыҙҙары шулай тыйнаҡ, итәғәтле, тип иҫәпләйем мин. Римма Ҡаһарманова менән икәүләп эшләнек был ролде. Ошо уҡ ваҡытта башта - мин, минән һуң Римма декрет ялына киттек. Сөнки актрисаларға ғына түгел, ғөмүмән, бер ҡатын-ҡыҙға ла карьераны ғаиләнән алға ҡуйырға кәрәкмәй. Ниндәй генә дәрәжәләргә өлгәшһәң дә, ғаиләңдә бәхетле булмаһаң, был баһаларҙың әһәмиәте юҡ. Институтты тамамлағанда Мәскәү театрҙарының береһенә эшкә лә саҡырғайнылар. Мәскәү кеүек ҙур ҡалала ғаилә ҡороу хыялы икенсе планға сығыр, тип хәүефләндем. Шулай ҙа иң ҙур ҡурҡыуым - унда башҡорт егетен осрата алмау ине. Шуға ла Мәскәүҙә ҡалманым һәм быға бер ҙә үкенмәйем. Мәскәү мине һөнәрле итте, ҡанаттар ҡуйҙы, ә бәхетемде мин Өфөлә таптым. Ирем - Илсур Ишаев, Ейәнсура егете, кинооператор. Ижад кешеһе булараҡ, ул мине тулыһынса аңлай. Ике ул үҫтерәбеҙ.

Атай абруйы

Улдарыбыҙ шул тиклем аталарын ярата. Өлкәне балалар баҡсаһында бер ҙә мине түгел, ә атайым шундай, атайым шуны эшләне, тип һөйләй икән. Мин эргәләрендә күберәк булһам да, телдәрендә атай ғына. Улдарыбыҙҙың икеһе лә - һинеке, тием иремә лә. Ғаиләлә минең эшем - уларҙы ваҡытында ашатыу, ваҡытында йоҡлатыу. Ҡалған ваҡытта аталары менәндәр.

Атай абруйын ғаиләлә әсәй тәрбиәләй, тигәндәре дөрөҫ. Атай әйткән һүҙ ҡанун булырға тейеш. Дөрөҫ әйтмәйһең, тип ҡыҫылырға, йәки атай әрләһә, кил әле, кил, тип йәлләргә тейеш түгел әсәй. Атайҙың һүҙенә мин дә буйһонам икәнен бала күрергә тейеш. Юғиһә, баланың аңында тәртип булмаясаҡ. Аталарынан бер аҙ шөрләһендәр ҙә, уның менән ғорурланһындар ҙа, тием. Үҫкәс, үҙ ғаиләләрендә атай буласаҡ кешеләр бит улар. Һөнәр һайлауҙа ҡыҫылмаҫҡа иҫәп, тик шулай ҙа әлегә үҙаллы дөрөҫ ҡарар ҡабул итә алмаған саҡтарында һәләттәрен үҫтерер өсөн тырышлыҡ һалырға кәрәктер. Бала саҡта азатлыҡ һөйөүсән булаһың бит ул, мине әсәйем музыка мәктәбенә йөрөткәндә күңелдә шундай ҡаршылыҡ тойғолары уяна ине. Бөгөн ошо ваҡиғаға бөтөнләй икенсе күҙлектән ҡарайым, ярай әле, әсәй талапсан булған. Мәҫәлән, спортҡа ылыҡтырырға уйлайбыҙ. Әсәйем менән ҡәйнәм ейәндәрен ҡарауҙа ныҡ ярҙам итә. Өлкәнен йәш ярымлыҡ сағынан ауылда алып ҡалып ҡараны ҡәйнәм. Бәләкәсен дә, үҫә бирһә, ҡалдырырһың, тип кенә тора. Мин спектаклдә уйнаған кисте балалар менән әсәйем ултырып тора. Шөкөр, ғаиләм - ҡәлғәм, тип әйтә алам. Донъяла булған кире мәғлүмәтте үҙемә яҡын килтермәҫкә тырышам. Күберәк китап уҡыйым, музыка тыңлайым, үҙемдең ошо тормошомда йәшәү ҡыҙығыраҡ та, матурыраҡ та. Эргә-тирәбеҙҙә барған күп ваҡиғаларҙы беҙ үҙгәртә алмайбыҙ, шуға ла улар өсөн көйөүҙән ни фәтүә? Бик кәйефем булмаһа, өй йыйыштырырға тотоноп китәм, йә берәй тәмле нәмә бешерә башлайым.

Хыялдар бар әле...

Киләсәктә, балалар бер аҙ үҫкәс, киноға төшөргә саҡырһалар, үҙемде һынап ҡарар инем. Беҙ Мәскәүҙән ҡайтып ҡына төшкән йылдың беренсе йәйендә Таңсулпан Бураҡаева "Минең йондоҙом" тигән фильм төшөрҙө һәм унда щепкинсыларҙың күбеһе төштө. Шуға ла был фильм минең өсөн бер иҫтәлек кеүек - йәшбеҙ, матурбыҙ, көс ташып тора, ошо гүзәл ваҡытты мәңгеләштерҙе ул. Әйткәндәй, ирем менән дә ошо фильм аръкылы таныштыҡ, ул унда оператор булды. Айнур Асҡаровтың "Урғала" фильмында ла уйнаным.

Театрҙа ла уйнарға хыялланған ролдәр бар. Донъя драматургияһы - Шекспир, Мольер, рус классиктары әйберҙәре ҡыҙыҡлы булыр ине. Классика бит ул актерҙың тәжрибәһен арттыра, кимәлен күтәрә, тамашасыны ла тәрбиәләй, сөнки кешене уйландыра. Шуға ла уларҙың әһәмиәте бер ҡасан да юғалмай.

ШУЛАЙ ИТЕП...

Ысынында иһә, сәхнә генә түгел, тормош та яһалмалыҡты яратмай ул. Эргә-тирәләге кешеләргә, хатта тормоштоң үҙенә ышана, үҙеңдең кире һәм ыңғай сифаттарыңа баһа бирә белеү, тойғоларың һәм хәүефләнеүҙәреңтураһында асыҡтан-асыҡ һөйләй алыу - үҙе ҡаһарманлыҡ түгелме ни? Актриса Милена Сираева-Ишаеваның тап ошондай тәбиғилеге уның геройҙарын да ихласыраҡ итә, шуға ла улар тамашасының йөрәгенә үк үтеп инә, ахыры. Ә беҙ белә-беҙ, тамашасы һөйөүе мәңгелек...

Ләйсән НАФИҠОВА
әңгәмәләште.

✓ *Физик әүҙемлек матдәләр алышыныуын көйләп кенә ҡалмай, йөрәк ауырыуҙарын да иҫкәртә. Бынан тыш, әүҙем тормош алып барған кешенең кәйефе лә күтәренке була, ул стрестарға ла бирешмәй.*

ИНТЕРНЕТТАН

КҮБЕРӘК ХӘРӘКӘТЛӘН

■ Татлы эсемлектәргә организм тиҙ күнегә, сөнки шәкәр баш мейеһенең ҡәнәғәтлек үҙәгенә майға ҡарағанда ла көслөрәк тәьҫир итә. Орегона ғилми-тикшеренеү институты тикшеренеүселәре 100 үҫмер ҡатнашлығында һынауҙар үткәргән. Шоколад өҫтәлгән һөтлө коктейль эскәндән һуң, уларҙың мейе әүҙемлеге баһаланған. Бар коктейлдәрҙең дә калориялары бер тигеҙ, әммә ҡайһыларында шәкәр, ҡайһыларында май күберәк булған. Асыҡланыуынса, ике төр коктейль дә баш мейеһенең ҡәнәғәтлек үҙәген әүҙемләштергән, әммә шәкәре күберәк булған эсемлектәр быны тиҙерәк башҡарған. Ғалимдар әйтеүенсә, шәкәрҙе ашаған һайын, күберәк ашағы килә башлай. Йәғни, уға өйрәнеү икенсе бер бәйлелектә - шәкәрһеҙ тора алмауҙы булдыра.

■ Бер юлы бер нисә эште башҡарыу стресҡа алып килә. Сөнки был осраҡта ҡҙең менән ҡәнәғәтһеҙлек тойғоһо арта, ә ул иректе радикалдар барлыҡҡа килеүенә йоғонто яһай. Тәм-том яратыу ҙа насар ғәҙәт. Артыҡ килограмдарҙан тыш, ул тышҡы ҡиәфәттә сағылыш табасаҡ. Шәкәр молекулалары протеин һәм майҙарҙы үҙенә тарта. Был процесс тиренең тәбиғи ялтырауын, тонусын юғалтыуға, шулай уҡ һырҙарға алып килә. Матур булып ҡалырға теләүселәр шәкәрҙе йәшелсә-емеш, бал менән алыштырырға тейеш. Даими рәүештә йоҡо туймау ҙа ғүмерҙе ҡыҫҡарта. Һәр кеше тәүлегенә ете сәғәт ял итергә тейеш. Британия ғалимдары шулай уҡ ултырып эшләүселәрҙе лә хәүеф төркөмөнә индерә. Бер сәғәт ултырып телевизор ҡарау ғүмерҙе 22 минутҡа ҡыҫҡарта, ти улар. Компьютер артында ярты сәғәттән күберәк ултырырға тура килһә, 30 минут һайын тороп, хәрәкәтләнеп алырға кәрәк.

■ Бристоль университеты ғалимдары бөгөнгө замандағы йәшәү рәүеше балаларға кире тәьҫир итә, тип белдерә. Һуңғы 16 йылда яман шеш менән ауырыусы йәштәр һаны 40 процентҡа артҡан, быға атмосфераға бүленеп сыҡҡан зарарлы матдәләр, пестицидтар, дөрөҫ туҡланмау, радиация "ғәйепле". Британия ғалимдары дәүләт статистикаһын анализлаған һәм илдә 1998 йыл менән сағыштырғанда яман шеш менән сирләүселәр иҫәбе 1300-гә артыҡ икәнен асыҡлаған. Яман шеш бигерәк тә 15 йәшлек үҫмерҙәрҙән алып 24 йәшкә тиклемге йәш кешеләр араһында күп. 1998 йылда 100 мең пациентҡа 10 осраҡ тура килһә, хәҙер был һан 16-ға еткән. Был насар сирҙең артыуын, әлбиттә, медицинала диагностикалау өсөн шарттарҙың яҡшырыуы менән дә аңлатып була. Әммә уларҙың барлыҡҡа килеүендә тышҡы факторҙарҙың өлөшө ҙур. Йәштәрҙең сәләмәтлегенә һауаның бысраныуы ныҡ йоғонто яһай, бөгөнгө сирҙәрҙең 40 проценты бысраҡ һауа һуларға мәжбүр булыуҙан килә.

■ Аҙ хәрәкәтләнеү, эмоциональ көсөргәнеш кеше организмы әүҙемлеген түбәнәйтә һәм йөрәк һәм ҡан тамырҙары, ревматизм, матдәләр алышыныуы менән бәйле сирҙәр барлыҡҡа килә. Былар барыһы ла организмдың иртә ҡартайыуына килтерә. Күп ғалимдар кешенең сәләмәтлегенә физик күнекмәләрҙең файҙалы булыуын билдәләй. Физик әүҙемлек матдәләр алышыныуын көйләп кенә ҡалмай, йөрәк ауырыуҙарын да иҫкәртә. Бынан тыш, әүҙем тормош алып барған кешенең кәйефе лә күтәренке була, ул стрестарға ла бирешмәй.

ЙОЛАЛАРЫБЫҘ

Һабантуйҙарҙан ҡала, һуғым байрамдары беҙҙә иң шатлыҡлы, гөрләп үтә торған байрамдарҙың береһелер, моғайын. Тәүгеһендә кеше үҙенең, мал-тыуарының оҙон ҡыштан йылы, йәмле йәйгә сығыуын, киләһе көҙгә лә мул уңышҡа нигеҙ һалыныуын туйлаһа, һуғым иһә - мал көтөп йәшәгән кешенең йыллыҡ эштәре ахыры, оҙайлы һалҡын ҡышты имен-аман үткәреүгә өмөт билдәһе. Быға тиклем ҡырҙарҙан иген йыйылып, бураларға һалынған, йәшелсә-емеш, мал аҙығы әҙерләнгән, мал-тыуар ҡураларға ингән, йорт-аҙбар тирәһе нығытылған була. Шуға ла ошо ваҡыттарҙа, эш бөткәсерәк, ауылдарҙа туйҙар башлана, төрлө байрамдар үтә. Һуғым һуйыу башланыуҙың тәғәйен ваҡыты - һалҡындар төшөп, ҡар ятҡан саҡ. Элегерәк уны, ғәҙәттә, октябрь байрамдарына тура килтерәләр ине. Хәҙер ҡыштарҙың рәте киткәс, ул осор ноябрь аҙағына, декабрь баштарына күсте.

ҺУҒЫМ МӘЛЕ ЕТТЕ...

Һигеҙ һыйыр аҫырағансы...

Һуғым малы тип халыҡта, ғәҙәттә, эре малды атайҙар. Күберәк башмаҡ, үгеҙ (ҡайһы бер яҡтарҙа ҡышлау тиҙәр), тыу ҡалған йә артабан тоторға яраҡһыҙ ныйыр, йылҡы малы һуйыла. Әлбиттә, ул мал һуғымға тәғәйенләп ҡуйыла һәм ике ай алдан һимертелә башлай. Малдың көрлөгөн уның майының ҡалынлығы буйынса билдәләйҙәр: иле - бармаҡ ҡалынлығы, ая - ус ҡалынлығы. Бынһы, ғәҙәттә, мал хужаһының тормошо етешлегенең бер билдәһе (малы көр икән, эйәһе лә хөр).

Ҡарта (малдың эс майы) һәм ныҡ һимеҙ ит хәҙер модала түгел, сөнки беҙҙең заман кешеһенең төрлө яһалма аҙыҡ-түлектәрҙән һәм эсемлектәрҙән боҙолоп бөткән ашҡаҙан-бауыры уны ауыр эшкәртә. Әммә кәм тигәндә халыҡтың яртыһына, бөгөн һимеҙ ит, ныҡ майлы ризыҡ ейеү зарарлы булған саҡта ла, малдың көрлөгө, иттең һимеҙлеге сифат һәм туҡлыҡ билдәһе булып ҡала әле.

Һуйыу

Башҡорттар һәм башҡа халыҡтар араһында мал һуйыу һәм һуғымды эшкәртеү тәртиптәре күп төрлө. Асылда, улар һәр ваҡыт бәхәс тыуҙырып торған ике төргә бүленә: малды салғас, ятҡан килеш эшкәртеү йә махсус ҡолғаларҙан таған яһап, шунда арт һанынан элеп ҡуйып тунау. Таған яһау һәм элеү мәшәҡәттәрен алмағанда, был ике ысул да оҫта кеше өсөн берҙәй ҡулай.

Борондан килгән ғәҙәт буйынса, малды салғанда, тирәһен тунағанда тик ирҙәр генә ҡатнаша. Ә бына эсәктәрен аралағанда иһә ҡатын-ҡыҙҙар ҙа ҡушыла. Эсәктәрҙе йыуыу уларҙың эше: ҡайһылай уңайлыраҡ алыу, ҡайһы өлөштө ҡайҙа һалырға кәрәклеген үҙҙәре яҡшы белә.

Малдың тирәһен мөмкин тиклем таҙараҡ, бер ерен дә киҫмәйенсә һыҙырып алыу - оҫталыҡ билдәһе. Уны эсенә тоҙ һибеп, бөкләп ҡуйып һаҡлау уңайлыраҡ. Киргәгә тартып кип-терең мәшәҡәтле лә, аҙаҡ ул тирене эшкәрткәндә барыбер тоҙло һыуға һалып бүрттерергә тура килә. Эсәктәрҙе аралағанда уларҙы тишмәҫкә тырышыу мөһим. Тишелә ҡалһа, ул ике яҡлап нәҙек еп менән бәйләнә. Үт ҡыуығының үте иткә түгелмәһен өсөн, йөрәк-бауырҙы айырым алып, үт ҡыуығын ҡырҡып ташлайҙар. Әйткәндәй, йылҡы малының үт ҡыуығы булмай, эҙләп маташмағыҙ.

Иткә бысраҡ ҡына түгел, һыу ҙа тейҙермәү зарур. Түшкәне тураған һөйәктәр балта менән сәрпәкләнмәүе яҡшы һанала. Тик хәҙер күпселек итте шунда уҡ киҫәктәргә бүлеп ҡуйырға тырыша. Аҙаҡтан уңайлы булһа ла, был бигүк яҡшы түгел. Билдәле булыуынса, ит тыштан йоҡа ғына яры менән ҡапланған (ит турағыстан үткәргәндә тап шул яры күп ҡамасаулыҡтар тыуҙыра). Һалҡынса, ҡоро һауала шул яры кибеп, ит тышында ҡаты ҡабыҡ барлыҡҡа килтерә һәм итте һүле ағыуҙан һаҡлай. Шуға ла йылымыс һауа шарттарында итте һаны менән тотош килеш һаҡлау уңайлыраҡ. Ғәҙәттә, уны келәткә йә соланға урҙаларға бәйләнгән тейәктәргә эләләр. Тейәк - ул уртаһынан бау тағылған кескәй генә таяҡса.

Ит һаҡлау ысулдары

Элеп киптерелгән (ҡабыҡланған) итте үтәнән-үтә туңдырғас, уны ағас әйрәгә һалып һаҡлайҙар. Урын булһа, әлбиттә, эленеп тороуы яҡшы, сөнки сысҡандарҙан ҡурсаулы була.

Ҡаҡлау. Бының өсөн итте йоҡа ғына таҫмаларға телгеләп, тоҙлап (тоҙ һыуҙы һурырға ла, консервацияларға ла ярҙам итә), балыҡ киптергән кеүек киптерәләр. Әммә бының өсөн махсус ылаш яһарға тура килер. Тик ылыҫлы ағастар бармай. Әлбиттә, былай итеп күп запас йыйыу икеле, сөнки ит ҡаҡлау - оҙайлы һәм мәшәҡәтле эш. Уның ҡарауы, ул оҙаҡ һаҡланасаҡ һәм эҫерәк, ҡорораҡ булған һайын уға яҡшыраҡ.

ҮӘТ, МӘСЬӘЛӘ!

МАТУР ҠОШТОҢ...

зыяны тураһында һүҙ

Был ҡош урыҫса "золотистая щурка" тип атала. Үҙебеҙсә мин уны "алтынайғош" тип атап ҡуйҙым. Элек был ҡоштар беҙҙең яҡтарҙа йәшәмәгән. Шуға күрә уларҙың башҡортса исеме лә булмағандыр, тип уйлайым.

Алтынайғош башҡаларҙан матурлығы менән айырылып тора. Бына, әйтәйек, Африкала иң матур ҡош булып тутыйғош иҫәпләнһә, Европала - алтынайғош. Уның муйыны һап-һары, түше һәм ҡорһағы асыҡ күк, арҡаһы аҡһыл һары, ҡанаттар күк һәм һоро, ҡойроғо асыҡ күк. Күк төҫтәге оҙон сукыштар бер аҙ бөгөлөп тора. Һүҙ ҙә юҡ, алтынайғош төҫкә лә бик матур, кәүҙәһе лә килешле.

Алтынайғош сыйырсыҡтан әҙ генә ҙурыраҡ ҡош. Ул күсмә ҡош булып иҫәпләнә. Европала улар бала сығаралар. Ә бына ҡыш алдынан йылы яҡҡа, Африкаға һәм Һиндостанға осоп китәләр. Алтынайғоштар яңғыҙ йәшәргә яратмай. Күмәкләшеп, бер ергә тупланышып, бер ҙур ғаилә булып донъя көтөүҙе хуп күрәләр. Бер туплауға бихисап ҡоштар йыйыла. Хатта бер ғаиләлә ҡоштар һаны меңгә етеүе бар, тип иҫәпләй белгестәр. Ишле ға-

✓ *Малды салыу тәжрибәһе булған, оҫта ҡуллы, малға ҡаты булмаған кешенән салдырыу яҡшы, сөнки малды туҡмаған кеше салһа, ит ҡаты, татһыҙ була, тигән ырым бар.*

Ниңәлер, беҙҙә был ысул бик һирәк күренеш, тик ҡаҡланған ҡаҙ ғына осрай. Ә бына йылы яҡтарҙа халыҡ ит ҡаҡлауҙы гел ҡуллана.

Тоҙлау. Быяла банкаларға тоҙлау еңелерәк, әммә хөртөрәк алым. Сөнки уның һүле барыбер һығылып сыға, бешерер алдынан да оҙаҡ ҡына һыуҙа тоторға кәрәк була. Һөҙөмтәлә тоҙланған иттең тәме лә, файҙаһы ла ҡалмай. Бөгөн иһә ит тоҙлау бөтөнләй юҡҡа сыға барған күренеш.

Консервалау. Шулай уҡ мәшәкәтле эш. Әммә быҡтырып әҙерләнгән ит тулыһынса үҙен аҡлай: сифаты ла юғалмай, оҙайлы юлға ла алырға мөмкин, йәһәт кенә аш бешерергә лә була. Рецептары һәр хужабикәнең үҙенеке. Шулай ҙа итте ваҡ банкаларға, бер юлы тотонорлоҡ итеп быҡтырырға, уларҙы ла һалҡыныраҡ урында (өйҙә түгел) һаҡларға кәңәш ителә. Сөнки ябай стерилизация бөтә микробтарҙы ла үлтереп бөтөрмәй, ҡалғандары йылы урында ҡабат үрсей башлауы ихтимал.

Ҡаҙы, тултырма

Тултырманы малдың эсәгенән генә яһап була, тигән уй - хата. Уны ашҡаҙан ярыһынан, үңәстән, хатта ҡыуыҡтан да яһарға мөмкин. Эсәктәрҙе киҫкеләп йыуғас та, йә туңдырырға, йә тоҙларға кәрәк. Еҫен бөтөрөр өсөн уларҙы әҙерәк һеркә һалынған һыуҙа сайҡау ҙа ҡамасауламаҫ.

Тултырма, ҡаҙы яһар өсөн эслекте һәр хужабикә үҙенең мөмкинлектәренән сығып эш итә ала. Фантазия өсөн бында сикһеҙ мөмкинлектәр асыла. Әммә ит турағыстан үткәрелгән, тоҙланған фаршты һалҡын ерҙә бер-ике тәүлек тотоп, "өлгөртөп" алыу мотлаҡ. Киҫәкләп бүленгән ит тә шулай уҡ өлгөртөлә. Ғәҙәттә, уға картуф йә тары, дөгө ярмаһы һәм тәмләткестәр ҡушыла. Бешерер өсөн әҙерләнгән тултырманы эскә бушағыраҡ һалалар, сөнки ҡайнатҡанда эсәктең ярылыуы ихтимал. Ә һаҡлау өсөн эшләнгән "колбаса" иһә, киреһенсә, ныҡ тултырылған булырға тейеш.

Ҡаҙыны беҙ йылҡы эсәгенә тултырылған ҡарта (эс майы) тип ҡабул итергә күнеккәнбеҙ. Был рецепт беҙгә борондан ҡалған. Ул, берҙән, туҡлыҡлы, икенсенән, боҙолмай оҙаҡ һаҡлана алыуы менән ата-бабаларға уңайлы булған. Хәҙер ҡаҙыны ла төрлөсә яһайҙар. Ә бына ҡаҙыялды йәки билдәмәне әҙерләү тәртибен һирәк кеше белә. Сөнки йылҡы малын һуйыу - ауылда һирәк күренешкә әйләнде. Борон ҡаҙыны эсәк эсенә ите менән ҡабырға һөйәген тығып та яһағандар. Был осраҡта һөйәкле иттең бөтөн тәме һурпаға сыҡмай, үҙендә ҡала.

Ҡаҙы, тултырмаларҙы эҫе килеш ашамайҙар. Бешкәс, улар һыуытылырға тейеш. Уларҙы шулай уҡ быҡтырырға йә ыҫларға мөмкин.

Бишбармаҡ

Йылҡы, һыйыр йә һарыҡ итенең күкрәк өлөшө алына. Ике-өс сәғәт бешерелә. Итте алып турағас, һурпа өҫтөндәге май айырым һөҙөп алына. Һурпала ҡаты итеп баҫылған, 1 мм йоҡаҡлығында, 1,5х2 сантиметрлыҡ шаҡмаҡлап туралған һалма бешерелә. Һалманы алғас, баяғы май өҫтөнә ҡойола. Тәрилкәгә туралған ит, һалма һалып, һуған һибелә. Ҡорот, борос, һуған һалынған һурпа кәсәләрҙә айырым бирелә.

Өлөш

Бешкән итте эрерәк киҫәктәргә тураға. Һурпала уртаға ярылған картуф, эре итеп туралған кишер, 4-5 см ҙурлыҡтағы кәбеҫтә япраҡтары һалып бешерелә. Өлөш, ғәҙәттә, икенсе блюдо урынына бирелә. Тәрилкәгә 2-3-әр картуф, кишер, кәбеҫтә һәм ит һалынып, бер аҙ һурпа ҡойола һәм һуған йә укроп һибелә.

Һуғым байрамы

Һуғым һуйғанда ярҙамлашҡан кешеләрҙе, туғандарҙы кис ашҡа йыялар. Күрше-күләндәр ҙә саҡырыла. Итте бүлгеләп ваҡламайынса, эре көйөнсә һалып бешерәләр. Уны киҫәкләп турау ҡулы оҫта кешегә - өлөшсөгә бирелә. Иң тәүҙә һәр кешегә тултырманан өлөш тоторола. Тултырма һәр һуғым итендә булырға тейеш, әгәр уны бешермәһә, хужабикәне ялҡаулыҡта ғәйепләйҙәр. Өлөш бүлгәндә ҡунаҡҡа килеүселәрҙең балалары ла иҫәпкә алына. Аҙаҡ уларҙы хужабикә һәр кемгә биреп ҡайтара.

Ҡайһы бер яҡтарҙа һуғым ашын ит тәме әйтеү тип атайҙар. Ул мал салған көндө ойошторола. Табынға киҫәкләп бүленгән ит, һөҙлөктө бешкән картуф, һөҙлөк ҡуйыла. Итте малдың төрлө урындарынан алып бешерәләр. Салыу һөйәген малды салған кешегә бирәләр. Әгәр ҙә ит йомшаҡ, тәмле бешһә, салыусыһы йомшаҡ күңелле, тыныс кеше була. Ундай кеше һуғым һуйғанда өй беренсә сиратлап йөрөй.

Малдың башы яҙға тиклем элеп ҡуйыла. Яҙға табан халыҡта баш итенә саҡырыу йолаһы бар. Ҡайһы бер яҡтарҙа уны башбайрам тип атайҙар. Баш һөйәген ташламайҙар, ергә күмәләр, юғиһә, малдың ҡото китә.

Һуғым ашы ашалғас, малдың салыу һөйәген кәртә бағанаһына элеп ҡуйғандар. Ул малға һөт, үрсем теләп тора. Мал үрсеһен өсөн, ашыҡ һөйәген дә өйҙә элеп ҡуялар.

Һуғым йолаһы - Бөрйән районында

Мал салырға парлы кешеләргә әйтелә. Иренә әйтелә икән, ҡатыны, әйтелмәһә лә, килергә кәрәклеген белеп тора. Ҡатын-ҡыҙ эсәк айырып, уны йыуа белергә тейеш. Бик йыш туған-тыумаса, дуҫ-иш, күрше-күлән ҡатнаша. Малды салыу тәжрибәһе булған, оҫта ҡуллы, малға ҡаты булмаған кешенән салдырыу яҡшы, сөнки малды туҡмаған кеше салһа, ит ҡаты, татһыҙ була, тигән ырым бар. Тәһәрәтле, иманлы, дин юлында булған бәндә салһа, ит ныҡ тәмле була. Һуғым малын ҡиблаға ҡаратып һалып, бала-сағаларым, туғандарым, дуҫ-иштәрем менән иҫән-һау ашарға яҙһын, тип теләп, мотлаҡ "Бисмиллаһир-рәхмәнир-рәхим" тип салынырға тейеш. Кемдер мал салғанды күрһә, улар: "Һуғымығыҙ тәмле булһын, иҫән-һау ашарға яҙһын!" - тип теләй. Уға яуап итеп: "Майлы ере һиңә булһын, бергә ашарға яҙһын!" - тиергә кәрәк.

Ҡатын-ҡыҙ эсәк йыуған арала ират иттәрҙе тураҡлап, һаҡлау урынына ташый. Һуғым ашына саҡырылған ҡунаҡтарға ит менән картуф, салған кешегә салыу һөйәге, тултырма, туҡмаслап, ҡоротлап һурпа бирелә. Өҫтәлдә иттән әҙерләнгән ризыҡтар, бауырҙан салат һ.б. ҡуйыла.

Эсәкте йыуғанда уҡ тултырма эшләнә торған эсәкте айырып алабыҙ, уны бешекләмәйбеҙ. Эсенә ит турағыстан үткәрелгән үпкә, бауыр, йөрәк, бөйөр, һуған, май, ит, ярма, тоҙ-борос ҡушып баҫылған ҡатнашманы тултырабыҙ ҙа, остарын еп менән бәйләп ҡуябыҙ. Тултырманы тығыҙ итеп тултырмайбыҙ, бушыраҡ итәбеҙ. Бешергән ваҡытта, ярылмаһын өсөн, ҡайнап сыҡҡас, 4-5 урындан энә менән тишәбеҙ ҙә, әйләндереп, тулғандырып бешерәбеҙ. Тултырманы мал һуйған көндө түгел, башҡа көндө ашатабыҙ. Ул ҡунаҡта булыусыларҙың барыһына ла етергә тейеш. Йылҡы малы һуйылһа, ҡаҙы тултырыла.

Материалдарҙы Земфира ХӘБИРОВА әҙерләне.

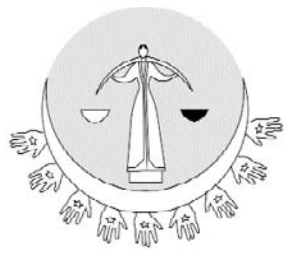
илә ояны текә яр буйҙарына соҡоп эшләй. Беҙгә таныш яр ҡарлуғастары һымаҡ була инде. Май урталарынан алып июль аҙағына тиклем бала тәрбиәләү менән мәшғүлдәр. Бер ғаилә ғәҙәттә 5-6, һирәк осраҡта ғына 10-ға тиклем, бала тәрбиәләй. Әйткәндәй, туҡланыу яғынан да алтынайғош беҙҙең ҡарлуғас менән оҡшаш. Улар икеһе лә ҡанатлы бөжәктәр менән туҡлана. Һунар итеү ысулы ла шул уҡ. Улар бөжәктәрҙе һауала осоп барышлай тоталар. Әгәр ҡарлуғастар себен-серәкәй кеүек бәләкәй бөжәктәр менән туҡланһа, алтынайғоштоң төп аҙығы - һағыҙаҡ, ҡуңғыҙ, күбәләк, иңкеш, энәгараҡ, бал ҡорто кеүек ҙурыраҡ бөжәктәр.

Әлбиттә, алтынайғош - матур исем йөрөткән күркәм йән эйәһе. Исеме есеменә тура килеп тора. Әммә был ҡоштоң насар исеме лә бар - бал ҡорто ашаусы ҡош (урыҫса - пчелоедка). Бындай ямаҡай исем бушҡа бирелмәгән уға. Бында ла исеме есеменә тура килеп тора. Үҙегеҙ баһа биреп ҡарағыҙ әле. Бер ҡош бала сығарған осорҙа сама менән көнөнә генә 225 бөжәкте тотоп ашап тора. Ә тәбиғәттә бер урында бындай күплектә һағыҙаҡ, ҡуңғыҙ, күбәләк, иңкеш һәм энәгараҡ йәшәгән урындар бик һирәк осрай. Шуға күрә алтынайғош ғаиләһе умарталыҡҡа эйәләшеп ала ла инде. Бында уларға көнлөк аҙыҡ, йәғни бал ҡорто, артығы менән етә. Умарталыҡ иһә, үҙ сиратында, һиҙелерлек зыян күрә. Бер туплауға йыйылған алтынайғоштар көнөнә генә 25 мең бал ҡортон ашауы бар! Көн һайын 2,5 килограмға тиклем бал ҡорто юҡҡа сығып тора, әлбиттә, умарталыҡҡа һиҙелерлек зыян килә.

Элек республика умартасыларына был ҡоштарҙың зыяны теймәне. Рәсәйҙә был ҡоштар Рязань, Тамбов һәм Тула өлкәләре тирәһендә йәшәй, тип яҙа ине ғалимдар. Әммә тәбиғәт йылдан-йыл үҙгәрә. Бына бөгөн алтынайғоштар беҙҙең республиканың ялан яҡтарында күпләп күренә башланы, тип белдерә Башҡортостан ғалимдары. Бөгөн алтынайғоштарҙың Өфө, Шишмә, Стәрлетамаҡ, Ейәнсура райондарында йөҙ башҡа тиклем еткән ғаиләләре осрап ҡуя икән. Әлегә уларҙы республиканың урманлы өлөшөндә күргән кеше юҡ. Ә шулай ҙа тораһара уларҙың Бөрйән урмандарына ла килеп сығыуы бик мөмкин, тип фараз итәм. Ул саҡта беҙҙең бал ҡорттарына ла ҡурҡыныс янауы бик ихтимал, тип, иҫкәртеү һымаҡ бер һүҙ әйтеп ҡуймаҡсы булдым.

Әғләм ШӘРИПОВ, биология фәндәре докторы. Бөрйән районы.

УҢЫШ ҠАҘАН



ЕҢЕЛ ЙӘШӘ!

"Ни өсөн һеҙ бары тик үҙегеҙҙе яратҡан һәм һеҙҙең менән яҡшы мөғәмәләлә булған кешеләрҙең генә һабағын алдығыҙ?Ни өсөн һеҙҙе кире ҡағып, һеҙҙән ситләшкән кешеләрҙән төп һабаҡ алманығыҙ?" - тигән Уолт Уитмен.

Эйе, үҙебеҙҙе һәр саҡ үҙебеҙ ишетергә теләгәнде һөйләүсе, һәр саҡ маҡтаусы һәм хуплаусы дуҫтар һәм коллегалар менән уратып алырға тырышабыҙ. Сөнки был осраҡта хатта үҙеңдең тормошоңдо бушҡа үҙгарғанда ла уларҙың кемеһелер: "Бында һинең ғәйебең юҡ!" - тип әйтәсәк. Әсе хәҡиҡәтте әйтергә һәләтле дуҫтарың булыуы файҙалы... әммә уңайлы түгел.

Үҙ һүҙегеҙҙә тороғоҙ

Әгәр һеҙҙе алдаштыралар кеүек икән, тимәк, ысынлап та шулай", - ти Чин-Нинг Чу. Ебегән булып, йөрәк ҡушыуы буйынса йәшәү мөмкин түгел. Тормош - аяуһыҙ, тәбиғәт ҡанундарынан да аяу көтмә. Әгәр һин көсһеҙ быҙау икән, бүреләргә тамаҡ булыуыңды көт тә тор. Әгәр кешеләр өйөрөндә иң көсһеҙөһөң икән, бында ла кемдер тотоп ашаясаҡ! Көсһеҙҙәрҙе теләһә ниндәй йыртҡыс ҡорбан күрә, шуға ла уларҙы типкеләйҙәр, эткеләй-төрткөләйҙәр. Беҙҙе тормош төпкөлөнә кемделер һөйрәп төшөрөү мөмкинлеге булғанда хатта үҙ ғүмерҙәрен ҡорбан итергә әҙер кешеләр урап алған. Әлбиттә, ундайҙарҙан арыраҡ торорға кәрәк. Шулай уҡ дошманға ваҡыты-ваҡыты йөҙ менән боролоп, уға ҡаршы тороу зарур. Был осраҡта нимә эшләргә? Тәү сиратта үҙеңдән: "Минең өсөн ғәҙеллек нимә?" - тип һорарға. Һуңынан, был икенсе кешегә оҡшаймы-юҡмы, ул һинең тәртибеңде нисек ҡабул итеүенә ҡарамаҫтан, үҙ позицияңды яҡларға. Тирә-яҡтағыларҙы һине яратырға, һинең менән килешергә мәжбүр итеү өсөн бар көсөңдө һалырға мөмкин, әммә һуңынан уларҙың һине барыбер яратмағанлығы асыҡлана, ә һин үҙеңдең ысынбарлыҡта кем икәнлегеңде лә аңламай башлайһың. Ахырҙа, бары тик үҙеңдең эске интуицияңа ғына ышанырға мөмкин. Икенсе төрлө әйткәндә, йөрәгеңде тыңларға һәм уның күрһәткән юлынан барырға.

Яңы нәмәне башлап ҡарағыҙ

Әгәр быға тиклем эшләгән нәмәне генә эшләһәгеҙ, быға тиклем алған нәмәне генә аласаҡһығыҙ. "Ҡыйыуҙарҙан" яратмаған эшен ташлап шәхси эшен асыу, күсемһеҙ милек алыу, сит илгә китеү йәки тормошта бөтөнләй яңы нәмә менән шөғөлләнә башлау өсөн ҡайҙан көс алдығыҙ, тип һорағыҙ, улар барыһы ла яҡынса бер үк нәмәне әйтер. Улар үҙҙәренә: "Әгәр хәл-торош иң насар сценарий буйынса китһә, уны еңеп сыға алырмынмы икән?" - тигән һорау бирә. Әгәр яуап: "Эйе" - икән, яңы эшкә тотона. Бәләкәй хәүеф менән ҙур хәүеф араһындағы һайлау сере шунан ғибәрәт тә инде.

Эндрю МЭТЬЮЗ. (Дауамы бар).

27 НОЯБРЯ ПОНЕДЕЛЬНИК ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.15, 04.20 "Контрольная закупка".
09.50 "Жить здорово!" (12+).
10.55, 03.20 "Модный приговор".
12.25, 17.00, 01.25 "Время покажет" (16+)
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 "Давай поженимся!" Брачное шоу (16+).
16.00, 02.25, 03.05 "Мужское/Женское". Ток-шоу (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "На самом деле". Ток-шоу (16+).
19.50 "Пусть говорят". Ток-шоу (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Большие деньги". 9-я и 10-я серии (16+).
23.40 "Вечерний Ургант" (16+).
24.00 "Познер" (16+).
01.10 Ночные новости.

РОССИЯ 1

05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 "Вести-Башкортостан. Утро".
09.00 "Доброе утро, республика!"
09.55 "О самом главном" (12+).
11.00 "Вести".
11.40 "Вести-Башкортостан".
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым" (12+).
13.00, 19.00 "60 минут". Ток-шоу (12+).
14.00 "Вести".
14.40 "Вести-Башкортостан".
14.55 "Морозова". "Припомнить все", "Игра". Детективный сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.40 "Вести-Башкортостан".
18.00 "Андрей Малахов. Прямой эфир"
20.00 "Вести".
20.45 "Вести-Башкортостан".
21.00 "Доктор Рихтер". 17-я и 18-я серии. Драматический сериал (16+).
23.15 "Вечер с Владимиром Соловьевым" (12+).
01.50 "Поцелуйте невесту!" Мелодраматический сериал (12+).
03.45 "Фамильные ценности". Сериал (12+).

БСТ

07.00 "Сәләм" (12+).
10.00 "Дама под вуалью". Сериал (16+).
11.00 "Итоги недели".
11.45 "Специальный репортаж" (12+).
12.00 "Счастливый час".
13.00 "Күңелем моңдары" (12+).
13.30 "Бәхетнамә" (на башк. яз.).
14.30 Новости (на башк. яз.).
14.45 "Интервью" (12+).
15.00 "Наука 102" (12+).
15.30 "Книга сказок".
15.45 "Байтус" (6+).
16.00 "Гора новостей".
16.15 "Перекличка" (6+).
16.30, 17.30, 20.15 Новости.
16.45 "Интервью" (12+).
17.00 "Наши годы" (12+).
17.45 "Красная кнопка" (16+).
18.30 Новости (на башк. яз.).
19.00 "Вечерний телецентр".
19.30 "Бизнес-проба" (12+).
20.15 "Сәңгелдәк".
20.00 "Дорожный патруль" (16+).
20.50 Хоккей. КХЛ. "Нефтехимик" (Нижнекамск) - "Салават Юлаев" (Уфа).
23.30 Новости (на башк. яз.).
24.00 "Земля обетованная". Худ. фильм (16+).
По окончании: Новости (на башк. яз.).
02.15 "Бәхетнамә" (12+).

28 НОЯБРЯ ВТОРНИК ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.10, 04.30 "Контрольная закупка".
09.50 "Жить здорово!" (12+).
10.55, 02.25, 03.05 "Модный приговор".
12.15 "Бабий бунт".
12.50, 17.00, 00.30 "Время покажет" (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15, 03.40 "Давай поженимся!" Брачное шоу (16+).
16.00, 01.30 "Мужское/Женское". Ток-шоу (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "На самом деле". Ток-шоу (16+).
19.50 "Пусть говорят". Ток-шоу (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Большие деньги". 11-я и 12-я, заключительная, серии (16+).
23.40 "Вечерний Ургант". Развлекательное шоу (16+).
00.15 Ночные новости.

РОССИЯ 1

05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.4 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 "Вести-Башкортостан. Утро".
09.00 "Доброе утро, республика!"
09.55 "О самом главном" (12+).
11.00 "Вести".
11.40 "Вести-Башкортостан".
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым" (12+).
13.00, 19.00 "60 минут". Ток-шоу (12+).
14.00 "Вести".
14.40 "Вести-Башкортостан".
15.00 "Морозова". "Неудачное ограбление", "Страшный сон". Детективный сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.40 "Вести-Башкортостан".
18.00 "Андрей Малахов. Прямой эфир" (16+).
20.00 "Вести".
20.45 "Вести-Башкортостан".
21.00 "Доктор Рихтер". 19-я и 20-я серии. Драматический сериал (16+).
23.15 "Вечер с Владимиром Соловьевым" (12+).
01.50 "Поцелуйте невесту!" Мелодраматический сериал (12+).
03.45 "Фамильные ценности". Сериал

БСТ

07.00 "Сәләм" (12+).
10.00 "Дама под вуалью". Сериал (16+).
11.00 "Мистический Башкортостан" (12+).
11.30, 16.30, 17.30, 21.30 Новости.
11.45 "Бизнес-проба" (12+).
12.00 "Счастливый час".
13.00 "Күңелем моңдары" (12+).
13.30 "Бәхетнамә" (на башк. яз.).
14.30, 18.30, 22.30 Новости (на башк. яз.).
14.45, 16.45 "Интервью" (12+).
15.00 "Дорога к храму".
15.30 "Йырлы кәрәҙ" (6+).
15.45 "Бауырһаҡ".
16.00 "Гора новостей".
16.15 "Семәр".
17.00 "Дознание" (16+).
17.45 "Луна. Покорение" (12+).
19.00, 22.00 "Вечерний телецентр".
19.30 "Автограф" (12+).
20.15 "Сәңгелдәк".
20.30 "Точка зрения ЛДПР" (16+).
20.45 "Криминальный спектр" (16+).
21.00 "Уфимское "Времечко".
23.00 "Башҡорт йыры-2017" (12+).
23.45 "Весело живем" (12+).
24.00 "В доме". Худ. фильм (16+).
По окончании: Новости (на башк. яз.).
02.15 "Бәхетнамә" (12+).

29 НОЯБРЯ СРЕДА ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.10, 04.20 "Контрольная закупка".
09.50 "Жить здорово!" (12+).
10.55, 03.20 "Модный приговор".
12.15 "Бабий бунт".
12.50, 17.00, 01.25 "Время покажет" (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 "Давай поженимся!" Брачное шоу (16+).
16.00, 02.25, 03.05 "Мужское/Женское". Ток-шоу (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "На самом деле". Ток-шоу (16+).
19.50 "Пусть говорят". Ток-шоу (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Второе зрение". 1-я и 2-я серии. Детективный сериал (16+).
23.30 "Вечерний Ургант" (16+).
00.05 Ночные новости.
00.20 "Артемьев в его фантастическом мире" (12+).

РОССИЯ 1

05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 "Вести-Башкортостан. Утро".
09.00 "Доброе утро, республика!"
09.55 "О самом главном". Программа о здоровье (12+).
11.00 "Вести".
11.40 "Вести-Башкортостан".
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым" (12+).
13.00, 19.00 "60 минут". Ток-шоу (12+).
14.00 "Вести".
14.40 "Вести-Башкортостан".
15.00 "Морозова". "Несчастливая монета", "Утренний бриз". Детективный сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.40 "Вести-Башкортостан".
18.00 "Андрей Малахов. Прямой эфир" (16+).
20.00 "Вести".
20.45 "Вести-Башкортостан".
21.00 "Доктор Рихтер". 21-я и 22-я серии. Драматический сериал (16+).
23.15 "Вечер с Владимиром Соловьевым" (12+).
01.45 "Артемьев". Док. фильм (12+).
02.55 "Фамильные ценности". Сериал (12+).

БСТ

07.00 "Сәләм" (12+).
10.00 "Дама под вуалью". Сериал (16+).
11.00 "Наука 102" (12+).
11.30, 16.30, 17.30, 20.15 Новости.
11.45 "Криминальный спектр" (16+).
12.00 "Счастливый час".
13.00 "Тәмле" (12+).
13.30 "Бәхетнамә" (на башк. яз.).
14.30, 18.30, 23.30 Новости (на башк. яз.).
14.45, 16.45 "Интервью" (12+).
15.00 "100 имен Башкортостана" (12+).
15.30 "Городок АЮЯ".
15.45 "Ал да гөл" (6+).
16.00 "Гора новостей".
16.15 "Физра" (6+).
17.00 "Юлий Гусман. Человек-оркестр"
17.45 "Орнамент (12+).
18.00 "Автограф" (12+).
19.00 "Вечерний телецентр".
19.30 "Алтын тирмә".
20.50 Хоккей. КХЛ. "Ак Барс" (Казань) - "Салават Юлаев" (Уфа).
24.00 "Письма к Джульетте". Худ. фильм (12+).
По окончании: Новости (на башк. яз.).
02.15 "Бәхетнамә" (12+).

30 НОЯБРЯ ЧЕТВЕРГ ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00, 12.00, 03.00 Новости.
09.10, 04.20 "Контрольная закупка".
09.50 "Жить здорово!" (12+).
10.55, 03.20 "Модный приговор".
12.15 "Бабий бунт".
12.50, 17.00, 01.15 "Время покажет" (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 "Давай поженимся!" Брачное шоу
16.00, 02.15, 03.05 "Мужское/Женское". Ток-шоу (16+).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.45 "На самом деле". Ток-шоу (16+).
19.50 "Пусть говорят". Ток-шоу (16+).
21.00 "Время".
21.30 "Второе зрение". 3-я и 4-я серии (12+).
23.30 "Вечерний Ургант" (16+).
00.05 Ночные новости.
00.20 "На ночь глядя" (16+).

РОССИЯ 1

05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 "Вести-Башкортостан. Утро".
09.00 "Доброе утро, республика!"
09.55 "О самом главном". Программа о здоровье (12+).
11.00 "Вести".
11.40 "Вести-Башкортостан".
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым" (12+).
12.55, 19.00 "60 минут". Ток-шоу (12+).
14.00 Разговор с Председателем Правительства РФ Дмитрием Медведевым.
15.30 "Морозова". "Шанс", "Кукла". Детективный сериал (12+).
17.30 "Вести".
17.50 "Андрей Малахов. Прямой эфир"
20.00 "Вести".
20.45 "Вести-Башкортостан".
21.00 "Доктор Рихтер". 23-я и 24-я серии. Драматический сериал (16+).
23.15 "Вечер с Владимиром Соловьевым" (12+).
01.45 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым" (12+).
02.45 "Фамильные ценности". Мелодраматический сериал (12+).

БСТ

07.00 "Сәләм" (12+).
10.00 "Дама под вуалью". Сериал (16+).
11.00 "Моя планета Башкортостан" (12+).
11.30, 16.30, 17.30, 21.30 Новости.
11.45 "Дорожный патруль" (16+).
12.00 "Счастливый час".
13.00 "Күңелем мондары" (12+).
13.30 "Бәхетнамә" (на башк. яз.).
14.30, 18.30, 22.30 Новости (на башк. яз.).
14.45, 16.45 "Интервью" (12+).
15.00 "Бай" (12+).
15.30 "Борсаҡ".
15.45 "Фанташ" (6+).
16.00 "Гора новостей".
16.15 "Йырлы кәрәҙ".
17.00 "Юлий Гусман. Человек-оркестр"
17.45 "Современник" (12+).
18.00 "Башҡорттар" (6+).
19.00, 22.00 "Вечерний телецентр".
19.30 "100-летний азан" (6+).
20.15 "Сәңгелдәк".
20.30 Полезные новости" (12+).
20.45 "Криминальный спектр" (16+).
21.00 "Уфимское "Времечко".
23.00 "Колесо времени" (12+).
24.00 "Бэндслэм". Худ. фильм (12+).
По окончании: Новости (на башк. яз.).
02.15 "Бәхетнамә" (12+).

1 ДЕКАБРЯ ПЯТНИЦА ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 "Доброе утро".
09.00, 12.00 Новости.
09.10, 05.10 "Контрольная закупка".
09.50 "Жить здорово!" (12+).
10.55 "Модный приговор".
12.15 "Бабий бунт".
12.50, 16.55 "Время покажет" (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
15.15 "Давай поженимся!" Брачное шоу
16.00, 04.20 "Мужское/Женское". Ток-шоу (16+).
17.50 "Человек и закон" с Алексеем Пимановым (16+).
18.50 "Поле чудес". Капитал-шоу (16+).
19.50 Вечерние новости (с субтитрами).
20.00 Жеребьевка. Чемпионат мира по футболу-2018. Прямой эфир.
21.00 "Время".
21.30 "Голос". Новый сезон. Музыкальный конкурс (12+).
23.30 "Вечерний Ургант" (16+).
00.25 "Копы в юбках". Комедия (16+).
02.40 "Верный выстрел". Худ. филь (16+).

РОССИЯ 1

05.00, 06.10, 06.41, 07.10, 07.41, 08.10, 08.41 "Утро России".
06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 "Вести-Башкортостан. Утро".
09.00 "Доброе утро, республика!"
09.55 "О самом главном". Программа о здоровье (12+).
11.00 "Вести".
11.40 "Вести-Башкортостан".
12.00 "Судьба человека с Борисом Корчевниковым" (12+).
13.00, 19.00 "60 минут". Ток-шоу (12+).
14.00 "Вести".
14.40 "Вести-Башкортостан".
14.55 "Морозова". "Во спасение", "В огне не горят". Детективный сериал (12+).
17.00 "Вести".
17.40 "Вести ПФО".
18.00 "Андрей Малахов. Прямой эфир". Ток-шоу (16+).
20.00 "Вести".
20.45 "Вести-Башкортостан".
21.00 "Юморина" (16+).
23.20 "Чужая женщина". 4 серии. Мелодраматический сериал (12+).
03.20 "Фамильные ценности". Сериал (12+).

БСТ

07.00 "Сәләм" (12+).
10.00 "Круговорот Башмета" (12+).
11.00 "Автограф" (12+).
11.30, 16.30, 17.30, 21.30 Новости.
11.45 "Криминальный спектр" (16+).
12.00 С.Абузар. "Необычная история в обычной деревне" (12+).
14.00 "Хазина о Хазине".
14.30, 18.30, 22.30 Новости (на башк. яз.).
14.45 "Бала-сага" (6+).
15.30 "Сулпылар".
16.00 "Гора новостей" (6+).
16.15 "Зеркальце" (6+).
16.45, 19.00 "Специальный репортаж"
17.00 "Моя планета Башкортостан" (12+).
17.45 "Замандаш" (6+).
18.00 "Йома".
19.30 "Вопрос+Ответ=Портрет" (6+).
20.15 "Сәңгелдәк".
20.30 "Полезные новости" (12+).
20.45 "Большой чемодан" (6+).
22.00 "Наука 102" (12+).
23.00 "Байык-2017" (12+).
24.00 "Ветер, который качает вереск". Худ. фильм (18+).
По окончании: Новости (на башк. яз).
02.45 А.Атнабаев. "Дети мои" (12+).

2 ДЕКАБРЯ СУББОТА ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.55, 06.10 "Под каблуком". Сериал (12+).
06.00 Новости.
08.00 "Играй, гармонь любимая!"
08.45 "Смешарики. Новые приключения".
09.00 "Умницы и умники" (12+).
09.45 "Слово пастыря".
10.00 Новости.
10.15 "Летучий отряд".
10.55 "Сергей Юрский. Против правил"
12.00 Новости (с субтитрами).
12.20 "Идеальный ремонт".
13.30, 15.20 "Лучик". 4 серии. Мелодраматический сериал (16+).
15.00 Новости (с субтитрами).
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.15 "Кто хочет стать миллионером?" с Дмитрием Дибровым.
19.50, 21.20 "Сегодня вечером". Ток-шоу (16+).
21.00 "Время".
23.00 "Прожекторперисхилтон" (16+).
23.35 "Короли фанеры" (16+).
00.20 "Прогулка среди могил". Худ. фильм (16+).
02.30 "Любовное гнездышко". Худ. фильм (12+).
04.05 "Модный приговор".
05.05 "Контрольная закупка".

РОССИЯ 1

04.40 "Срочно в номер!-2" Сериал (12+).
06.35 Мультутро "Маша и медведь".
07.10 "Живые истории".
08.00 "Вести-Башкортостан".
08.20 "Говорит и показывает Уфа" (12+).
09.20 "Сто к одному". Телеигра.
10.10 "Пятеро на одного".
11.00 "Вести".
11.20 "Вести-Башкортостан".
11.40 "Аншлаг и Компания". Юмористическая программа (16+).
14.30 "Любовь как стихийное бедствие". 4 серии. Мелодраматический сериал (12+).
18.40 "Стена". Игровое шоу (12+).
20.00 "Вести в субботу".
21.00 "От судьбы не зарекайся". 4 серии. Мелодраматический сериал (12+).
00.55 "Кружева". Мелодрама (12+).
03.00 "Следствие ведут ЗнаТоКи". Детективный сериал.

БСТ

07.00 "Доброе утро!" (12+).
07.45, 12.30, 19.00, 01.45 Новости (на башк. яз.).
08.00 "Пстробой" (12+).
09.30 "Аль-Фатиха" (12+).
10.00, 21.00 "100 имен Башкортостана"
10.30 "Большой чемодан" (6+).
11.15 "Это мы!" (6+).
11.45 "Замандаш".
12.00 "Тәмле" (12+).
13.00 "Орнамент".
13.15 "Учу башкирский язык" (6+).
14.00 "Дарю песню" (12+).
16.15 Хоккей. КХЛ. "Салават Юлаев" (Уфа) - "Динамо" (Минск).
19.30 "Колесо времени" (12+).
20.30 "Сәңгелдәк".
20.45 "Полезные новости" (12+).
21.30 Новости.
22.00 "Свой вес". Велнес-проект.
22.30 "Итоги недели" (на башк. яз.).
23.15 "Башҡорт йыры-2017" (12+).
24.00 "Все ради нее". Худ. фильм.
02,15 Ф.Бурнаш. "Молодые сердца" (12+).

3 ДЕКАБРЯ ВОСКРЕСЕНЬЕ ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.40, 06.10 "Под каблуком". Худ. фильм (12+).
06.00 Новости.
07.50 "Смешарики. ПИН-код".
08.00 "Часовой" (12+).
08.35 "Здоровье" (16+).
09.40 "Непутевые заметки" с Дмитрием Крыловым (12+).
10.00 Новости.
10.15 "Честное слово" с Юрием Николаевым.
11.10 "Смак" (12+).
12.00 Новости (с субтитрами).
12.15 "Теория заговора" (16+).
13.00 "Приходите завтра..." Комедия.
15.00 Новости (с субтитрами).
15.20 Концерт Максима Галкина.
17.30 "Русский ниндзя".
19.30 "Старше всех!"
21.00 "Воскресное "Время".
22.30 "День рождения КВН. Кубок мэра Москвы" (16+).
00.45 "Хичкок". Биографическая драма (16+).
02.35 "Флика-3". Худ. фильм.
04.15 "Контрольная закупка".

РОССИЯ 1

04.50 "Срочно в номер!-2" Сериал (12+).
06.45, 02.55 "Сам себе режиссер".
07.35 "Смехопанорама" Евгения Петросяна.
08.05 "Утренняя почта".
08.45 "Вести - Башкортостан. События недели".
09.25 "Сто к одному".
10.10 "Когда все дома с Тимуром Кизяковым".
11.00 "Вести".
11.20 "Смеяться разрешается". Юмористическая программа.
13.00 "Подсадная утка". 4 серии. Драматический сериал (12+).
17.00 Кастинг Всероссийского открытого телевизионного конкурса юных талантов "Синяя птица".
18.00 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов "Синяя птица".
20.00 "Вести недели".
22.00 "Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым" (12+).
24.00 "Дежурный по стране". Михаил Жванецкий".
01.00 "Следствие ведут ЗнаТоКи". Сериал.
03.45 "Смехопанорама" Евгения Петросяна".

БСТ

07.00 "Доброе утро!" (12+).
07.45 Новости (на башк. яз.).
08.00 "Фиксики".
09.00 "Йома".
09.30 "Бай" (12+).
10.00 "Перекличка" (6+).
10.15 "Дети-герои".
10.30 "Ал да гөл" (6+).
10.45 "Книга сказок".
11.00 "Сулпылар".
11.30 "Гора новостей" (6+).
11.45 "Алтын тирма".
12.30 "Итоги недели" (на башк.яз.).
13.15 "Учу башкирский язык" (6+).
14.00 "Дарю песню" (12+).
15.15 "Дети дождя" (6+).
15.45 Футбол. РФПЛ. ФК "Уфа" - ФК "Амкар" (Пермь).
18.00 "Дорога к храму".
18.30 С.Сурина. "Золотое сердце" (12+).
19.45 "Вениамин Недошивин. Смерти смотрели в лицо" (12+).
20.45 "Бизнес-обзор" (12+).
21.00 "Дознание" (16+).
21.30 "Итоги недели".
22.15 "Специальный репортаж" (12+).
22.30 "Красная кнопка" (16+).
23.15 "Вечер.com" (12+).
24.00 "Свидание с джазом" (12+).
01.00 "Лофт". Худ. фильм (16+).
02.45 Л.Андреев. "Анфиса" (12+).

КӨТЛАЙБЫҘ!

Ноябрь айында тыуған көндәрен билдәләүселәр - **Баймаҡ районы** Әмин ауылынан Миңзәлә Әүәлбаева, Ниғәмәт ауылынан М. Усманова, Үрге Яйыҡбай ауылынан Волошина, **Белорет районы** Үткәл ауылынан Рима Ғәлиастанова, **Өфө ҡалаһынан** Зөфәр Әбүбәкеров, Миңлегөл Ярмуллина, Архангел районы Архангел ауылынан Зилә Фәйзуллина, **Ейәнсура районы** Ново-Павловка ауылынан Азамат Әлмөхәмәтов, Айнур Әлмөхәмәтов, **Әбйәлил районы** Байым ауылынан Мәҙинә Ғәскәрова, Асҡар ауылынан Гөлбаныу Аҡбулатова, Ишкилде ауылынан Зөлфирә Мораршина, **Шишмә районы** Түбәнге Хәжәт ауылынан Кәримә Төхвәтуллина, **Мәләүез районы** Аптыраҡ ауылынан Клара Хәлитова һәм башҡа уҡыусыларыбыҙҙы ихлас ҡотлайбыҙ!

Ғәзитебеҙҙе яҡын дуҫығыҙ итеп һайлауығыҙға рәхмәтлебеҙ, ырыҫлы ғүмер юлы, бәрәкәтле табыштар, ҡаҡшамаҫ сәләмәтлек теләйбеҙ.

Иң изге теләктәр менән, "Киске Өфө"ләр.

ИҒЛАН

Полисы ОСАГО ЕЕЕ 0385744087, 0385704710, 0393043445, 0379820290, квитанции 82796018, 82796033, 82794127, 82796432, 82800851, 82795001, 82801000, 82797531, 94622259, 31187361, 26712916, 27784149, 27771423, 27775401, 27767546, 27794848, 27791916, 85550597, 85550606, 85551765, выданные СК СПАО "Ресо-Гарантия", считать недействительными.

✓ *Рәсәйҙең "Звезда" телеканалы 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһының легендар командиры, генерал Миңлеғәле Шәйморатов тураһында документаль фильм төшөрә. Фильм - "Армия легендалары" циклы серияларының береһе.*

ЙӘШЛЕК ЙӘШНӘҮҘӘРЕ

ӘҮҘЕМЛЕГЕҢ НИ САМА?

Ufa-forum һине көтә!

Бөгөн белем алырға теләгән кеше өсөн уй-ниәтен тормошҡа ашырыуы бер ни тормай: шунда уҡ интернет селтәрендә мәғлүмәт таба ала, кәрәкле йүнәлеш буйынса юғары уҡыу йортон һайлап уҡырға бара, өҫтәмә дәрестәр алырға ла мөмкинлек бирелгән. Ҡыҫҡа ваҡыт эсендә ниндәйҙер яңы оҫталыҡҡа өйрәнеп ҡалыу өсөн иң уңайлы ысул - ул йәштәр өсөн үткәрелгән мәғариф форумдары. Был сараларҙа ҡатнашҡан кеше ике-өс көн эсендә бөтә кәрәкле мәғлүмәтте туплап, фекерҙәштәр табып, башҡаларҙың өлгөһөн күреп, яңы үрҙәр яуларға илһамланып ҡайта. Башҡорт йәштәрен шулай маҡсатлы итер сараларҙың береһе Ufa-forum йәштәр мәғариф киңлеге Өфөлә 1-3 декабрь көндәрендә уҙғарыласаҡ.

Былтыр тәүге тапҡыр үткәрелгән Ufa-forum быйыл да йәштәрҙе масштаблы, етди, файҙалы булыуы менән ылыҡтырмаҡсы. Ойоштороусылар Конгресс-холл бинаһында ете йөҙҙән ашыу ҡатнашыусыға иҫәпләнгән өс көнлөк программа төҙөгән. Беренсе көндө сараны асыу тантанаһы, үҙ-ара танышыу көнө буласаҡ. Икенсе көндө бизнес, мәғариф, шәхесеңде үҫтереү, йәмғиәт проблемаларына ҡағылышлы файҙалы сығыштар, тренингтар, оҫталыҡ дәрестәре, фекер алышыу майҙансыҡтары ойоштороласаҡ. Ufa-forum үткәреүселәрҙең береһе Азат Бадранов әйтеүенсә, ошо уҡ көндә йәштәр "Йәмғиәт һәм республика" тип аталған дискуссион майҙансыҡта ҡатнаша ала. Бында билдәле ғалим, география фәндәре докторы Наталья Зубаревич, РФ-ның Сүриәләге илсеһе булған Азамат Ҡолмөхәмәтов, М. Ломоносов исемендәге Мәскәү дәүләт университеты ғилми хеҙмәткәре, демограф Рәмилә Хәсәнова кеүек шәхестәрҙең сығышын тыңларға, аралашырға була. Бөгөн бөтә Рәсәйҙе борсоған милли телдәр мәсьәләһен дә ойоштороусылар урап үтмәй: БР Мәғариф министрлығы, Мәғариф һәм фән өлкәһендә күҙәтеү буйынса федераль хеҙмәт, прокуратура вәкилдәре саҡырылған фекер алышыу майҙансығы был бик нескә мәсьәләне йәштәргә аңлатырға ярҙам итер, һөҙөмтәле булыр, тигән өмөттә улар. Уңышлы кеше булыу, шәхси эшҡыуарлыҡты яйға һалыу, аҡса эшләү, заманса технологиялар тураһында ла форумдың икенсе көнөндә ҡыҙыҡлы сығыштар буласаҡ. Әлеге көндә билдәле булыуынса, Американың Кремниевая долина үҙәге менән онлайн-бәйләнеш булдырыу, SkyEng компанияһының идара итеүсе партнеры Александр Ларьяновский, "LinguaLeo" сит телде өйрәнеү өсөн мәғариф платформаһына нигеҙ һалыусы Айнур Абдулнасиров спикерҙар булараҡ теркәлгән.

Ufa-forum йәштәргә белем бирep кенә ҡалмай, белгәндәрен практикала ҡулланып өйрәнергә лә өндәй. Был маҡсатты күҙ уңында тотоп, ойоштороусылар форумдың өсөнсө көнөн "Йөҙ ғәмәли оҫталыҡ" тигән девизға ярашлы үткәрергә ниәтләй. Конгресс-холл бинаһының тотош бер ҡатында йәштәргә үҙе теләгән һөнәр буйынса төп белем тупларға, ниндәйҙер аныҡ эште өйрәнеп ҡайтырға мөмкинлек бирeләсәк. Шулай уҡ, Илдар Кинйәбулатов әйтеүенсә, Umarta - проекттар оҫтаханаһы ла эшләйәсәк. Ләкин былтырғынан айырмалы рәүештә, йәштәрҙең уйланылған һәм ниндәйҙер кимәлдә тормошҡа ашырыла башлаған проекттары һайлап алынасаҡ. "Белемен камиллаштырырға, заман менән бергә үҫешергә, аҡыл һәм тәжрибә тупларға теләүсе әүҙем башҡорт йәштәрен форумда көтөп ҡалабыҙ. Әйткәндәй, теркәлеү иғлан ителгәндең бишенсе көнөндә ике йөҙҙән ашыу кеше ҡатнашырға теләк белдереп тә өлгөрҙө", - ти Ufa-forum рәйесе Әлфир Илбаҡтин. Йәштәр тарафынан йәштәр өсөн ойоштороlған сара быйыл да һөҙөмтәле булыр, тигән өмөт бар.

Сәриә ҒАРИПОВА.

СӘНҒӘТ. МӘҘӘНИӘТ.

ЗӘЙНӘП АПАЙҘЫ ХӘТЕРЛӘТЕР

Өфөлә Зәйнәб Биишева музейын асыу күҙаллана. Уны киләһе йылда яҙыусының тыуыуына 110 йыл тулыуға ҡарата асыу билдәләнгән. Шуға тиклем бинаны кеше йәшәмәгән фондҡа күсереү мәсьәләһен хәл итергә кәрәк.

Музей яҙыусы оҙаҡ йылдар йәшәгән фатирҙа уның улы ғалим-химик Тельман Әминевтың башланғысы менән булдырылған. Бында көнкүреш предметтары, китапхана шул килеш һаҡланған, Зәйнәб Биишеваның китаптары, ҡулъяҙмалары, портреттары, наградалары, бик күп документтары һәм фотоальбомдар тупланған. Экспозицияларҙан тыш, музейҙа яҙыусының тормошо һәм ижады тураһында электрон материалдар менән танышырға мөмкин. "Музей рәсми рәүештә асылмаһа ла, күптәр был хаҡта белә. Бында уҡыусылар, студенттар экскурсияға килә, ижади интеллигенция вәкилдәре, Зәйнәб Биишеваның мираҫын хөрмәт иткәндәр йыш була, - тине Башҡортостан Дәүләт Йыйылышы-Ҡорылтай рәйесе урынбаҫары Йомабикә Ильясова. - Музейҙың яҙыусы ғаиләһенең тырышлығы менән ойоштороlоуы бик ҡыуаныслы. Ләкин эш бының менән генә сикләнергә тейеш түгел. Әлеге башланғысты дәүләт кимәлендә хупларға кәрәк. Йәмғиәт бөйөк кешеләр хаҡында хәтерҙе күмәк тырышлыҡ менән һаҡларға тейеш".

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

1439 һижри йыл.

Ноябрь (Рабиғел әүүәл)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш ҡалҡа	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Ағшам намаҙы	Йәстү намаҙы
27 (8) дүшәмбе	7:41	9:11	13:30	15:25	16:55	18:25
28 (9) шишәмбе	7:43	9:13	13:30	15:24	16:54	18:24
29 (10) шаршамбы	7:45	9:15	13:30	15:23	16:53	18:23
30 (11) кесе йома	7:46	9:16	13:30	15:22	16:52	18:22
1 (12) йома	7:48	9:18	13:30	15:22	16:52	18:22
2 (13) шәмбе	7:49	9:19	13:30	15:21	16:51	18:21
3 (14) йәкшәмбе	7:51	9:21	13:30	15:20	16:50	18:20

"Башҡортса дини календарь"ҙан алынды.

ТАҒЫ ПРЕМИЯҒА...

Рәсәй кинематография сәнғәте һәм фәне милли киноакадемияһының "Алтын Бөркөт-2017" премияһы исемлеге иғлан ителде. Өфө режиссеры Айнур Асҡаровтың "Өфөнән һөйөү менән" фильмы "Иң яҡшы сценарий" номинацияһы исемлегенә эләкте. Сценарий авторы - Айҙар Аҡманов.

Был номинацияла Рәсәй сценаристарының 18 эше тәҡдим ителгән. Фильмдар араһында "Анна Каренина. История Вронского", "Викинг", "Время первых", "Нелюбовь" һәм башҡа таҫмалар бар. 22 декабрҙә тиклем һайлап алыу буйынса беренсе тур уҙғарыла. Академия ағзалары һәр категорияла өс һәм "Иң яҡшы уйын фильмы" номинацияһында биш номинантты һайлап ала. "Алтын Бөркөт" премияһын тапшырыу тантанаһы 2018 йылдың 26 ғинуарында "Мосфильм"да үтә.

БАТЫРЫБЫҘҘЫ ДАНЛАП...

Рәсәйҙең "Звезда" телеканалы 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһының легендар командиры, генерал Миңлеғәле Шәйморатов тураһында документаль фильм төшөрә. Фильм - "Армия легендалары" циклы серияларының береһе.

Әле Башҡортостанға сценарий авторы Татьяна Сорокина һәм оператор Илья Ушаков килде. Ике көн буйына ижади төркөм Ҡырмыҫҡалы районында, геройҙың тыуған төйәгендә фильм төшөрҙө. "Башҡортостан фильмда төп урынды биләй. Мөмкинлек булһа, Кремль полкына барырға ниәтләйбеҙ. Архивтар менән ҙур эш башҡарыу бурысы тора - видеоархивтарҙы, документтарҙы һайлап алырға кәрәк", - ти фильмдың авторы һәм ул ижади төркөмгә ярҙам күрһәткән барлыҡ республика халҡына рәхмәт белдерҙе. Ҡыҙғанысҡа күрә, геройҙың иҫән туғандары юҡ, ә ошо ваҡиғаларҙың шаһиттары ҡалмаған тиерлек, тип билдәләне Татьяна Сорокина. Автор һүҙҙәренсә, фильмда Ҡадир Даян шиғырына Заһир Исмәғилев ижад иткән "Шәйморатов генерал" йыры ла яңғырай. 38 минутлыҡ фильмды 2018 йылда күрһәтеү билдәләнгән.

МИЛЛИ КЕЙЕМ СЕРҘӘРЕНӘ...

Өфөлә милли кейемгә арналған семинар тамамланды. "Башҡорт кейеме аксессуарҙары һәм биҙәүестәре" һәм "Башҡортостан Республикаһында башҡорттарҙың һәм татарҙарҙың традицион милли кейеме" дәрестәре Республика халыҡ ижады үҙәгенең Мәҙәниәт һарайында үтте.

Семинарҙа ҡатнашыусылар өсөн уҡыу-практик эш ойоштороlдо. "Селтәр" башҡорт халыҡ костюмы студияһының тәжрибәле оҫталары яға, хәситә, әмәйҙек, селтәр, һаҡал, иҙеү эшләү технологияһын аңлатты. Һарытау, Ырымбур өлкәләренән, Мордовиянан, Мәскәүҙән һәм республикабыҙ райондарынан ҡатнашыусылар үҙҙәренә ҡыҙыҡлы булған традицион халыҡ кейеме элементтарын яһаны. Шулай уҡ башҡорт күкрәксәһенең килеп сығышы, төрҙәре һәм функциялары, Башҡортостан татарҙарының традицион костюмы, башҡорт яугирҙарының кейеме менән таныштылар.

ҠУРАЙСЫ ЕҢДЕ

Башҡортостанда башҡорт халыҡ уйын ҡоралдары төбәк фестиваленең Гран-приһын ҡурайсы, Башҡорт дәүләт филармонияһы солисы Илнур Хәйруллин яуланы.

Зыя Хәлилов исемендәге башҡорт халыҡ уйын ҡоралдары төбәк фестивале Күмертауҙа үтте. Сарала Күгәрсен, Миәкә, Көйөргәҙе, Ейәнсура, Стәрлебаш райондарынан, Мәләүез, Күмертау, Өфө, Баймаҡ, Сибай һәм Салауат ҡалаларынан 44 яңғыҙ башҡарыусы, шулай уҡ 12 ансамбль ҡатнашты. Фестиваль өс номинацияла уҙғарылды: башҡорт халыҡ көйҙәре, заманса эшкәртеүҙәге халыҡ көйҙәре, классик әҫәрҙәр. Ҡатнашыусыларҙы 3. Исмәғилев исемендәге Өфө дәүләт сәнғәт институты уҡытыусыһы Венера Йылҡыбаева етәкселегендәге жюри баһаланы.

ИЛһӨЙӘРЛЕК ТӘРБИӘЛӘҮСЕЛӘР

"Рәсәй1.Башҡортостан" телеканалының милли тапшырыуҙар бүлеге программаһы "Мәңгелек ут" фестиваленең махсус призына лайыҡ булды.

IX "Мәңгелек ут" халыҡ-ара телевизион хәрби-патриотик фильмдар һәм тапшырыуҙар фестивале уҙған ял көндәрендә Волгоградта үтте. Быйыл фестивалгә Рәсәй төбәктәренән һәм яҡын сит илдәрҙән 260 фильм һәм телепрограмма тәҡдим ителде. Һәр эштә тиерлек авторҙар һуғыш темаһын йөрәге аша үткәрҙе. Проект совет ғәскәрҙәренең Сталинград һуғышында еңеүенә 75 йыл тулыуға арналған һәм Бөйөк Ватан һуғышы осорында халыҡтың ҡаһарманлығы темаһына йәмәғәтселектең иғтибарын йәлеп итеү маҡсатында уҙғарыла. Фестивалдең баһалама ағзалары Башҡортостан журналистарының эшенә юғары баһа бирҙе.

✓ *Бәçалҡы булһаң - баçырҙар, уçал булһаң - аçырҙар, уртаса уçал булһаң - ил ағаһы яһарҙар.*

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

ҠЫЙҪҠА ӘҢГӘМӘ

МОҢДОҢ ЙӘНЕ -

ысын мөхәббәт

Х. Әхмәтов исемендәге Башҡорт дәүләт филармонияһы яңы ижад миҙгелендә яңы концерттар менән ҡыуандырмаҡсы. 29 ноябрҙә республика бәйгеләре лауреаты Заһир ИҪӘНСУРИН "Моңдоң йәне - мөхәббәт" тип аталған тәүге концертына саҡыра. Ошо ваҡиға айҡанлы йырсы менән әңгәмә ҡорабыҙ.

Концерт "Моңдоң йәне - мөхәббәт" тип атала, тимәк, һеҙҙе ижадҡа тап мөхәббәт илһамландыра?

- Яратыу тойғоһо тормошто мәғәнәле, матурыраҡ итә. Мөхәббәт - йәшәйешебеҙҙең башы һәм аҙағы, мөхәббәтһеҙ тормош юҡ, тигән бит фәйләсүфтәрҙең береһе лә. Ярата белеү - кешенең иң бөйөк сифаттарының береһелер, тип иҫәпләйем. Бындай кешенең күңелендә моң да йәшәй. Йырҙы йөкмәп йөрөргә кәрәкмәй, ул һинең үҙең менән, йырлау өсөн айырым шарттар булдырыу талап ителмәй.

Башҡорт халҡының моңға ҡарашы бигерәк үҙенсәлекле, башҡа. Шулай булмаһа, оҙон көйҙәребеҙ тыумаҫ та, бөгөнгә тиклем йәшәмәҫ тә ине. Уларҙа тыуған ереңә лә, иленә лә, йәреңә лә һөйөү сағыла. Башҡорт булараҡ, бүтән милләттәргә ҡарағанда мин ошо йырҙарҙы, ҡурайыбыҙҙы башҡараҡ тоям, улар минең булмышыма, эске тойғоларыма ауаздаш. Иң мөһиме, улар юғары классик өлгөләр иҫәбендә. Бөтөн донъяла профессиональ музыка сәнғәтенә аҙымдар яһаған кеше тәүҙә классик өлгөләр менән таныша, улар дәреслек булып тора. Ә беҙҙең йырларға өйрәтеүсе дәреслегебеҙ - ул халыҡ йырҙары. Халыҡ йырын башҡарыу өсөн, берҙән, тауыш кәрәк, икенсенән, ул моңдо ла, тынды ла үҫтерә. Халыҡ йырын йырлай белгән бала киләсәктә сәнғәт юлын һайлай икән, ул ниндәйҙер кимәлдә әҙер булып бара. Ҡустым Рәүеф Иҫәнсурин да, үҙем дә өйҙә ҡартатайымдың, атай менән әсәйҙең йырлауын ишетеп үҫтек.

Ун йыл сәхнәләмен, шуға ла ошо үткән юлымды күрһәткән тамаша буласаҡ был концерт. Башҡорт дәүләт филармонияһына эшкә килгәс, тәүҙә "Карауанһарай" төркөмөндә, аҙаҡҡы ике йыл Фәдис Ғәниевтар менән бер концерт бригадаһында эшләнем. Әлеге мәлдә йырсылар Әлфиә Юлсурина, Зөлфир Басиров, ҡурайсы Салауат Хәлилов, баянсы Раил Мөрсәлимовтан торған төркөм менән гастролдәрҙә йөрөйбөҙ.

Концертта ижадташ дуҫтарым - "Карауан" төркөмө, Фәдис Ғәниев, Лилиә Биктимерова, Венера Рәхмәтуллина, Әлфиә Юлсурина, уҡытыусым Изрис Ғәзиев, Рәүеф Иҫәнсурин һәм "Рахман" донъя халыҡтары музыка ҡоралдары ансамбле ҡатнашасаҡ. "Рахман" төркөмө тураһында әйткәндә, был егеттәр этник музыка ҡоралдары менән ҡыҙыҡһына, уларҙы таба, сәхнәгә сығара. "Саҡ-Суҡ бәйете"н яҙҙырғанда мин дә әрмән халҡының киң билдәле уйын ҡоралы дудукты ҡулланғайным. Был егеттәр менән ҡыҙыҡһыныуҙар бер булып сыҡты һәм хәҙер беҙ яңы эксперименттар яһарға дәртләнеп йөрөйбөҙ.

Йырҙы ниндәй талаптарҙан сығып һайлайһығыҙ?

- Иң тәүҙә, көйөнән бигерәк һүҙенә ҡарайым. Әгәр ҙә бер-ике йырлағандан һуң күңеленә ятһа, ул тамашасының йөрәгенә лә барып етә, тигән һүҙ. Шулай уҡ йырҙың көйө лә мөһим минең өсөн. Ижадыма талапсанмын. Мәҫәлән, "Умырзая" йырын мин өс йыл машинала тыңлап, ҡушылып йырлап йөрөп, шунан ғына тамашасы иғтибарына сығарҙым. Йыр тәүҙә йырсының күңелендә өлгөрөп етергә тейеш. Ғөмүмән, бер йырсы ла беренсе тапҡырҙан йырҙы еренә еткереп йырлай алмай. Унан һуң, мин филармонияла эшләйем. Филармония - классик, профессиональ сәнғәтте халыҡҡа еткереү менән мәшғүл. Ул - юғары сәнғәт өлкәһе. Халыҡ шундай-шундай йырҙар ярата, тип репертуарын төҙөһә, ул, бәлки, тамашасыны күберәк тә йыя алыр ине. Әммә филармония үҙенең кимәлен төшөрә алмай. Ә ысын сәнғәтте аңлаған тамашасы бар ул. Башҡорт сәнғәтендә оҙаҡ йылдар эшләгән Нәзифә Кадирова, Азамат Тимеров, Фәдис Ғәниев, Әлфиә Юлсурина һәм башҡа йырсылар беҙгә өлгө. Йыр нисек дөрөҫ яңғырарға тейеш, быныһын профессиональ музыҡанттар менән кәңәшләшеп эшләйбеҙ. Йыр - ул спектакль кеүек, уның башы, юғары нөктәһе, аҙағы бар. Башынан аҙағына тиклем бер төрлө генә итеп йырлаһаң, үҙеңә лә, тамашасыға ла ҡыҙыҡ түгел.

Эстрадала яңы исемдәр көнөнә берәү түгел, өсәү-дүртәү тыуып тора, быға ҡарашығыҙ нисек?

- Гел ыңғай. Һуңғы 5 йылда башҡорт эстрадаһы жанр, стиль йәһәтенән тағы ла әүҙемерәк үҫешә башланы. Элек беҙ үҙебеҙҙең ҡаҙанда ғына ҡайнаған кеүек, башҡорт сәнғәтен үҙебеҙ аңлағанса үҫтерә инек. Интернет күп мөмкинлектәр бирә ижадсыларға, сит ил башҡарыусыларын тыңлайҙар, уларға оҡшатып йыр яҙырға тырышалар. Ә ваҡыт барыһын да иләктән үткәрә ул. Икенсе яҡтан, бөгөнгө йәш башҡарыусы сәнғәт донъяһына инеп китеп, шул мөхиттә юғалып ҡалмаһа, ул артабан үҫешәсәк бит. Үҫмер балалар аудиторияһына арналған йырҙарҙан башҡаларына күсәсәк. Быларға ҡарашым ыңғай, был да үҫеш, алға китеш.

Ләйсән ДАЯНОВА әңгәмәләште.

СӘНҒӘТ КӨНДӘЛЕГЕ

М. Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт академия драма театры

25 ноябрь "Зөләйха күҙҙәрен аса" (Г. Яхина, Я. Пулинович) 16+
26 ноябрь "Мин һинең ҡәйнәң булам" (С. Белов), комедия 12+
28 ноябрь "Ҡара йөҙҙәр" (М. Ғафури, А. Абушахманов, Ш. Ғилманова инц.) 16+
29 ноябрь "Һөйәһеңме, һөймәйһеңме?" (Ф. Бүләков), трагикомедия 12+
30 ноябрь "Ул бит кисә ине" (А. Әхмәтғәлиева), лирик комедия 12+

М. Кәрим исемендәге Милли йәштәр театры

26 ноябрь "Нух кәмәһе" (У. Хуб), ғаилә өсөн тамаша. Башлана 12.00 0+
29 ноябрь "Беҙҙең өйҙөң йәме" (М. Кәрим), хәтирәләр. Башлана 15.00, 19.00 6+
30 ноябрь "Йәләлетдин атай" (М. Кәрим), уйланыу 12+

Башҡорт дәүләт ҡурсаҡ театры

25 ноябрь "Волк и семеро козлят" (А. Рахманкулова). Башлана 12.00, 14.00 0+ "Тысяча и одна ночь" (П. Васильев). Башлана 19.00 16+
26 ноябрь "Вот так репка!" (И. Токмакова). Башлана 12.00, 14.00 0+

Стәрлетамаҡ дәүләт театр-концерт берләшмәһе

24 ноябрь "Ҡатын түгел - аждаһа!" (Д. Сәлихов), комедия 12+
30 ноябрь "Люксембургка барып ҡайтҡансы" (М. Ҡунафин), фантасмагория 12+
1 декабрь "Аҙашҡан ҡунаҡ" (Н. Птушкина), комедия 12+

АҠЫЛ-ҠАҘНА

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

АЙҺЫҘ АТЫҢ МАҠТАМА,

йылһыҙ ҡатын маҡтама

Бәçалҡы булһаң - баçырҙар, уçал булһаң - аçырҙар, уртаса уçал булһаң- ил ағаһы яһарҙар.

(Башҡорт халыҡ мәҡәле).

Өмөт йөрәктә йәшәүсе, һүҙһеҙ генә йырлаусы һәм бер ваҡытта ла тынмаусы ҡанатлы бер йән эйәһе.

(Э. Дикинсон).

Ахмаҡлыҡ беҙҙе ғүмер буйы эҙәрлекләй. Кемдер аҡыллы булып тойола икән, был уның ахмаҡлығы йәшенә һәм вазифаһына тап килгәнгә генә шулай.

(Ф. Ларошфуко).

Шулай итеп, тағы бер риүәйәт: "Ҡуйы урман араһындағы бер болонда тылсымсы йәшәгән, ти. Ул көн һайын үҙенең көтөүенән бер һарыҡ һуйып ашай икән. Ә һарыктар, хужаларының ниәтен һиҙенеп, урмандың төрлө яғына ҡасып китә лә, тылсымсыға уларҙы тотоу өсөн күп ваҡыт сарыф итергә тура килә, ти. Быны туҡтатыр өсөн тылсымсы бер хәйлә уйлап таба. Ул һәр һарыҡ менән айырым һөйләшеп сыға һәм уларҙы үҙенең һүҙҙәренә ышандыра икән. Береһенә шулай ти был: "Һин һарыҡ түгел, һин минең кеүек үк кеше. Мин һарыктарҙы ғына һуйып ашайым, һиңә ҡуркырға түгел, һин минең дуҫым, кәңәшсем". Икенсеһенә: "Ниңә минән ҡасаһың? Һин бит арыҫлан, ә мин һарыктарҙы ғына һуям", - тигән. Өсөнсөһөн шулай тип ышандырған: "Һин бит һарыҡ түгел, ә бүре".

Был һөйләшеүҙән һуң һарыктарҙың тәртибе бөтөнләй үҙгәргән - улар тыныс ҡына итеп болонда үлән көйшәй, бер ҡайҙа ла ҡасмай. Тылсымсы берәйһен һуйған саҡта ла һарыктар: "Ул бит һарыҡты үлтерҙе, ә мин һарыҡ түгел һәм миңә бер ниҙән дә ҡуркырға кәрәкмәй", - тип уйлай, ти. Тылсымсы ҡорбанға әҙерләгән һарыҡ менән дә йомшаҡ ҡына һөйләшә, ти: "Дуҫым, һинең менән күптән һөйләшкән юҡ, әйҙә, инеп сыҡ, һарыктар мәсьәләһендә һинең менән кәңәшләшеп алырға кәрәк". Шунан һуң һарыҡ, ғорурланып, хужаһы артынан эйәрә, ти. Хужа ысынлап та тәүҙә көтөү тураһында һораша, үҙенә кәрәкле мәғлүмәттәрҙе ала ла, ҡорбанын тиҙ генә салып ебәрә икән, хатта һарыҡ быны һиҙмәй ҙә ҡала, ти. Тылсымсы үҙенең хәйләһенән бик ҡәнәғәт ҡала. Сөнки хужаның һүҙҙәренә ышанған һарыктар тыныс ҡына үлән йолҡоп ашай, хатта иттәре лә тәмлерәк була башлаған, ти. Үҙҙәрен бүре, арыҫлан, кеше тип тойоусы һарыктар тылсымсыға хатта көтөүҙәге хәлдәр менән уртаҡлашып, ниндәй һарыҡ үҙен сәйер тотоуы тураһында мәғлүмәт еткереп, ярҙам итеп йөрөй башлаған, ти. Икенсе көнөнә үк тылсымсы үҙен сәйер тотҡан һарыҡты барып һуя, ти…

Ә һин үҙеңде кем тип уйлайһың: арыҫланмы, бүреме, әллә кешеме?"

"Киске Өфө" гәзитен ойоштороусы:
Өфө ҡалаһы ҡала округы хакимиәте

Гәзит Киң коммуникация, элемтә һәм мәҙәни мираҫты һаҡлау өлкәһен күҙәтеү буйынса федераль хеҙмәттең Башҡортостан Республикаһы идаралығында теркәлде.
Теркәү таныҡлығы №ТУ 02-00001, 10 июнь 2008 йыл.

Баш мөхәррир:
Гөлфиә ЯНБАЕВА.

Мөхәрририәт:
Ләйсән НАФИҠОВА,
Зәйтүнә ӘЙЛЕ,
Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА,
Гөлназ МАНАПОВА,
Илгиз ИШБУЛАТОВ,
Артур БАТЫРШИН.

Редакция һәм нәшер итеүсе адресы:
450005, Өфө ҡалаһы, Революцион урамы, 167/1
Беҙҙең сайт: **www.kiskeufa.ru**
E-mail: **info@kiskeufa.ru**
kiskeufa@mail.ru

«Печатник» яуаплылығы сикләнгән йәмғиәте типографияһында баҫылды (450591, Башҡортостан Республикаһы, Өфө районы, Чесноковка ауылы, Воровский урамы, 32).

Телефондар:
Баш мөхәррир 253-25-44
Баш мөхәррир урынбаҫары 246-03-24
Бухгалтерия 246-03-23
Хәбәрселәр 252-39-99

Ҡул ҡуйыу ваҡыты - 24 ноябрь 17 сәғәт 00 мин.
Ҡул ҡуйылды - 16 сәғәт 00 мин.

«Киске Өфө»нөң реклама хеҙмәте **253-25-44**, **246-03-23** телефондары буйынса «Киске Өфө» гәзитенә ойошмаларҙан һәм айырым кешеләрҙән рекламалар ҡабул итә. Тәржемә хеҙмәтенә 253-25-44 телефоны менән мөрәжәғәт итергә.

«Киске Өфө»нөң индекстары – **50665, 50673**

Тиражы - 4677
Заказ - 2392/11