



Құрметті жітіқаралықтар!

Сіздерді қарттар күнімен шын жүректен құттықтаймын!

Аға буын ұрпағы – бұл теңдесі жоқ батырлықтың, патриотизм мен шыдамдылықтың ұрпағы. Дәл сіздер, бүгін біз мақтан тұтатын барлық ата-баба мұрасын жасап сақтадыңыздар. Сіздердің өмірлік жолыңыз, адал еңбегіңіз, қоғамдық өмірде белсене араласып жүргеніңіз ерекше құрметке ие.

Биыл Жітіқара қаласының ерекше датасы - 85 жыл. Әрине, біздің қаламыздың қалыптасу жолында аға буын өкілдерінің қосқан үлесі зор.

Бүгінде ауданымыздың зейнет жасындағы ардагерлер қоғамдық жұмыстарға белсене араласып, жас ұрпаққа бағыт-бағдар беріп, қоғамның дұрыс дамуына айтарлықтай үлес қосуда. Сіздерге тән орасан зор ерік-жігер, белсенді өмірлік ұстаным, сарқылмас қуат бүгінгі таңдағы жастарымызға баға жетпес үлгі болып табылады.

Құрметті жітіқаралықтар, Сіздерге шын жүректен ұзақ ғұмыр, зор денсаулық, отбасыларыңызға бақыт, береке тілеймін!

Өмірлік күш-қуаттарыңыз сарқылмасын, ел дамуы жолындағы берекелі бейнеттің зейнетін көріп, ұзақ жасаңыздар!

Жітіқара ауданының әкімі А. ЖАНЫСПАЕВ.



Құрметті жітіқаралықтар, соғыс және еңбек ардагерлері, аға буын өкілдері!

Сіздерді шын жүректен Халықаралық қарттар күнімен құттықтауға рұқсат етіңіздер!

Аға буын - теңдесі жоқ ерлік, ұлтжандылық пен табандылық адамдардың ұрпағы. Дәл сіздердің еңбегіңіз арқылы біздің рухани және материалдық байлығы жасалды, қалалар салына бастады, өнеркәсіп дамыды, денсаулық сақтау және білім беру жүйесі жетілдірілді. Сіздер ұрпақтарды біріктіріп, өз тәжірибеңізді және біліміңізді бізге тапсырасыз. Ең бастысы, жастарға кейде жеткіліксіз емес, сіздер барлық қиыншылықтарда жақсылыққа сенім мен үмітті сақтайсыздар.

Біз біздің аймағымыз табысты дамуы үшін маңызды сіздердің бай өмірлік тәжірибеңізді жоғары бағалаймыз. Сіздердің еңбегіңіз, шыдамдылығыңыз және төзімділігіңіз үшін шын жүректен алғысымды қабыл алыңыздар! Сіздерге өмірге сарқылмас қызығушылық, зор денсаулық, ішкі сезімнің байсалдылығын, жақындардың жылулығы мен сүйіспеншілігін, бақыт пен амандық-саулық тілеймін.

«Костанайские минералы» АҚ Басқарма Төрағасы НУРХОЖАЕВ Е. С.

Дорогие житикаринцы!

С чувством глубокой благодарности поздравляю вас с Днем пожилых людей!

Старшее поколение - это поколение людей беспримерного героизма, патриотизма и стойкости. Именно вами создано и сохранено все, чем сегодня мы гордимся. Вы прошли большой жизненный путь, заслужили всеобщее уважение своим добросовестным трудом, активным участием в общественной жизни.

В этом году город Житикара отмечает особенную дату - 85-летие со дня образования. И конечно, огромен ваш вклад - людей старшего поколения - в развитие и становление нашего города.

Многие из вас и сегодня продолжают заниматься общественной деятельностью, принимают посильное участие в воспитании подрастающего поколения. Огромная воля, неиссякаемая энергия, активная жизненная позиция, свойственные вам, являются примером для молодежи.

От всей души желаю вам, дорогие житикаринцы, мира и тепла, счастья и любви, душевного спокойствия и благополучия!

Аким Житикаринского района А. ЖАНЫСПАЕВ.



Уважаемые житикаринцы, ветераны войны и труда, представители старшего поколения!

Разрешите мне от всей души поздравить вас с Международным днём пожилых людей!

Старшее поколение - это поколение людей героизма, патриотизма и стойкости. Именно вашим трудом создавалось наше духовное и материальное богатство, строились города, развивалась промышленность, совершенствовалась система здравоохранения и образования. Вы передаете свой опыт и знания, объединяя поколения в единую цепь. А главное, вы во всех испытаниях сохранили то, чего порой не хватает молодым, - надежду и веру в лучшее.

Мы высоко ценим ваш богатый жизненный опыт, который необходим для успешного развития нашего региона. Примите слова искренней признательности за ваш труд, за терпение и выдержку! Желаю вам неугасающего интереса к жизни, крепкого здоровья, душевного спокойствия, тепла и любви близких людей. Счастья вам и благополучия!

Председатель правления АО «Костанайские минералы» НУРХОЖАЕВ Е. С.

1 октября – День пожилых людей

«В нас открывают таланты...»

В нашей стране День пожилых людей относится к официальным праздникам. Улучшение качества жизни старшего поколения – один из приоритетов социальной политики Казахстана.

Чтобы узнать, как живет пенсионерам города, автор публикации на несколько дней стала членом «Клуба активного долголетия» и посетила занятия, организованные в рамках проекта.

Прочитав некоторую информацию о квиллинге, в предвкушении чуда я поспешила в Дом детского творчества. Именно здесь педагоги данного образовательного учреждения и открывают таланты людей старшего поколения.

Для участников студии с апреля по декабрь предусмотрены тридцать шесть занятий. Так, в студии «Волшебный клубок» педагог Бажал Е. Г. обучила своих подопечных технике макраме, вязания различных узоров. К моменту посещения шла работа в студии «Чудо-квиллинг».

Участницы студии с восхищением рассказали, как под руководством педагога Валл Н. А. они ознакомились с техникой бумагокручения, сшили цветы из ткани, игольницу в виде дамской шляпки. На занятии, на котором я побывала, женщины кропотливо работали над образом сказочного домовенка.

Мы с нетерпением ждем каждое занятие. У нас замечательные педагоги. Каждый из них терпеливо, с душой и любовью открывает перед нами секреты разных направлений

искусства. Оказывается, на кофейной гуще можно не только гадать, но и создавать картины. - улыбаясь, говорит Вера Морева. - Помимо этого, посещение студии клуба поднимает настроение и дарит прекрасную возможность общения, которого нам не хватает.

Мы хотим, чтобы созданный проект имел свое продолжение, и мечтаем об открытии Центра активного долголетия в нашем районе. Это будет прекрасным подарком людям старшего поколения, - вступает в беседу Гульчак Закирова.

Необходимость наших занятий для людей старшего поколения бесспорна. Участницы студии активны, готовы постигать новое, - продолжает разговор педагог Наталья Андреевна. - Видя их улыбающиеся лица, искорки счастья в глазах, получаешь большое удовлетворение от своего труда.

Файруза Салыхитдинова, Надежда Голубинская, Елена Саржанова, Фатима Ливеринова и другие выразили слова благодарности за уникальную возможность саморазвития.

С большим удовольствием участники клуба посещают студию танцев. В назначенное время я поспешила в Дом детского творчества, в танцевальном зале которого каждую пятницу милые женщины погружаются в атмосферу ритма и учатся двигаться в танце.

Первые занятия начались с отработки основных движений, на которых в дальнейшем мы построили свои танцы, - говорит хореограф Га-

лия Латыпова. - С каждым занятием скованность движений уходит. Пробуем себя в разных танцевальных направлениях. Я стараюсь придать танцам национальный колорит, для чего разучила со своими подопечными основные элементы казахского народного танца. Мои ученицы прилежны, внимательны и старательны. В танце, творчестве, позитиве они забывают обо всем. Я ими искренне горжусь, каждая из участниц делает определенные успехи. Сейчас мы готовим два номера к ретро-вечеру, который состоится в канун Дня пожилых людей.

Посещая танцевальную студию, я стала лучше себя чувствовать, - вступает в разговор Надежда Герасько. - Если проект будет иметь продолжение, мы будем очень рады и надеемся, что нашему примеру последуют другие пенсионеры и станут активными участниками клуба.

Ничто так не тренирует память, как изучение языков. В режиме работы клуба – занятия в студии «Полиглот». В этом году участники клуба учат государственный язык. На занятии, которое я посетила, преподаватель Гульнар Есбатырова предложила своим ученикам поработать над темой «Моя семья», для чего познакомила своих учеников с основными словами, учила их строить предложения, задавать вопросы. В планах педагога - научить своих подопечных вести беседы по другим бытовым темам.

Сейчас я могу поздороваться, познакомиться с собеседником, рассказать о себе. Я раньше пыталась самостоятельно учить казахский язык, но здесь, в общении, мне нравится больше. Преподаватель учит нас произношению звуков и слов, - делится впечатлением Маргарита Николаева.

Все большую популярность набирает такой вид активности, как скандинавская ходьба. Каждое воскресенье участники клуба спешат в Парк Победы, где в течение часа занятия с ними ведет опытный тренер Алена Тинтер.

По пути в парк я познакомилась с Евгенией Аймухамбетовой и Раисой Куйтыбаевой. Женщины рассказали, что все свое свободное время посвящают активному досугу.

Сейчас я с легкостью преодолеваю дальние расстояния, а



поднимаясь по лестнице домой, не испытываю боли в ногах, какие были раньше, - призналась Раиса Байбатырнова.

Занятие началось с разминки, а затем участницы пошли по беговой дорожке «наматывать» километры.

В завершение знакомства с деятельностью клуба «Активное долголетие» состоялась беседа с председателем ОО «Совет ветеранов», которое является исполнителем проекта.

В нашем районе проект «Активное долголетие» реализуется третий год, - сказала Орынкуль Валиева. - В текущем году поставщиком программы выступил общественный фонд «Научно-образовательный центр «Synergy».

Программой определены пять ключевых направлений, включая оздоровительное, психологическое, правовое, творческо-прикладное и компьютерное обеспечение. Как отметила в нашей беседе председатель организации Бурушпаева О. В., приоритетными направлениями являются продвижение здорового образа жизни, укрепление психологического здоровья старшего поколения. Шаги, предпринимаемые в этом направлении, - организация работы секции «Скандинавская ходьба» в комплексе с суставной и дыхательной гимнастикой, проведение квест-фестивалей «Здоровье в наших руках», психологических тренингов с участием практикующего психолога, встреч со специалистами районной больницы, посещение городского бассейна, термопарка в городе Костанай.

В целях повышения правовой культуры старшего поколения ор-

ганизуются встречи с юристами, представителями правоохранительных органов, сотрудниками ЦОНа.

Творческо-прикладное направление представлено работой студий «Волшебный клубок», «Чудо-квиллинг», «Лепка из глины», посещение которых позволяет пожилому человеку восполнить дефицит общения, получить новые знания и практические навыки.

Наиважнейшим инструментом социализации старшего поколения является цифровая грамотность, поэтому на регулярной основе проводятся занятия в данном направлении.

Культурно-досуговая деятельность, в основе которой лежит интеллектуальное и эмоциональное воздействие на личность, представлена широким спектром мероприятий: организация поездок в театр, проведение тематических вечеров, ретро-дискотек, шахматно-шашечных турниров.

Залог успешности любого дела кроется в правильно подобранной команде. Тренеры проекта - профессионалы, культивирующие в своей деятельности дружеский стиль общения, рождающий взаимную признательность. Такой подход делает актуальный и востребованный проект привлекательным. Главное - это огромная мотивация людей старшего поколения к активному образу жизни.

Уважаемые пенсионеры, будьте активными, приходите в клуб! С его работой можно ознакомиться на странице zhit_sovetveteranov в Instagram.

Тогжан
ЖАМАНКУЛОВА.

