

К 95-ЛЕТИЮ ОБРАЗОВАНИЯ РАЙОНА

Преданность родной земле



Мне испокон веков дано наследство драгоценное, как ласка матери, оно всегда со мной, нетленное... С ним думы все мои давно, и сны, и песни звонкие. А называется оно родимою сторонкою. Якуб Колас

Для Сергея Васильевича Юзика житиқаринская земля – родина в самом широком смысле этого слова. Здесь жили его дедушки, бабушки, родители. Здесь он родился, здесь родилась его семья. Поэтому дороже и роднее этой земли нет ничего на свете.

Когда-то из полтавской деревни приехала сюда его бабушка по материнской линии, вышла замуж за парня из Оренбургской области, здесь и осели. Дедов своих Сергей Васильевич не помнит. Они не вернулись с фронтов Великой Отечественной войны. Трудился с малых лет, помогал взрослым по хозяйству. У бабушки научился строить печь, у отца – заниматься ремонтом обуви, у матери перенял секреты швейного дела. Разнообразные навыки, заложенные в детстве, всегда помогали и помогают справляться с бытовыми вопросами. Да и сейчас он «и швец, и жнец, и на дуде игрец».

Работать Сергей Васильевич начал после девятого класса мотористом, был водителем на автобазе, трактористом на Львов-

ской опытной станции. Среднее образование получил в вечерней школе. Потом была трехгодичная служба в армии. После армии учился в местном строительном техникуме. Высшее образование получил, окончив Кустанайский сельскохозяйственный институт.

Продолжительное время работал в должности инструктора райкома партии. Тогда создал семью. Со своей будущей супругой работали в одном здании. Тамара Константиновна, приехавшая с Украины, работала в секторе учета райкома комсомола. Что интересно, отец и мать Сергея Васильевича познакомились тоже, можно сказать, благодаря комсомолу. Отец был членом комсомольской организации, а мама, тогда еще молоденькая девушка, вступала в комсомол. Запомнился ей Василий Юзик, задававший самые каверзные вопросы. А через некоторое время молодые стали мужем и женой. Этот эпизод их встречи часто был потом предметом шуток родителей.

Вспоминая трудовые годы, Сергей Васильевич говорит, что старался всегда работать честно, чтобы не было стыдно перед своей совестью. А это были встречи с людьми, собрания, совещания, которые нужно было готовить добросовестно и ответственно. За время работы объездил весь район. Помнит, как на глазах менялся город, как шло строительство микрорайонов. Знает в нем каждый камешек, каждую тропочку. Часто участвовал в уборочной кампании. Хотя Сергей Васильевич родился в городе, сельскую жизнь знает не понаслышке.

Среди различных наград – почетные грамоты за добросо-

вестный труд в системе государственной службы, которой отдана большая часть трудовой биографии.

Когда мы заговорили о нашей стране, о преобразованиях, происходящих в ней, Сергей Васильевич сказал, что для него, как для любого гражданина Казахстана, важно, чтобы республика стабильно развивалась, чтобы в стране были мир, согласие, дружба и взаимопонимание между людьми.

Сергей Васильевич – украинец. Это по документам, себя считает казахстанцем. Живя и работая здесь, никогда не задумывается о национальности людей, его окружающих. Ценит в людях порядочность, честность, преданность. Знакомым из других мест он всегда с удовольствием рассказывает о казахских традициях. Супруги дорожат друзьями, с которыми рядом с молодыми лет. Это семья Баян Газизовны Есмолдиной, Веры Ивановны Барановой и других. Дружба, проверенная годами, – не просто слова.

Беседуя, Сергей Васильевич вспоминает имена людей, с которыми работал долгое время. Общение с ними оставило глубокий след в его сердце. В памяти дни работы с Иваном Дмитриевичем Пшеничным, которого помнят многие представители старшего поколения.

Слушая рассказ о семье, рассматривая семейные фотографии, я увидела уютный дом, где хозяин создал для своих домочадцев крепкий семейный очаг. Говорят, кто знает толк в работе, тот и отдыхает с пользой. А увлечения у моего собеседника самые разные: это фотографирование, рыбалка, охота, поход за

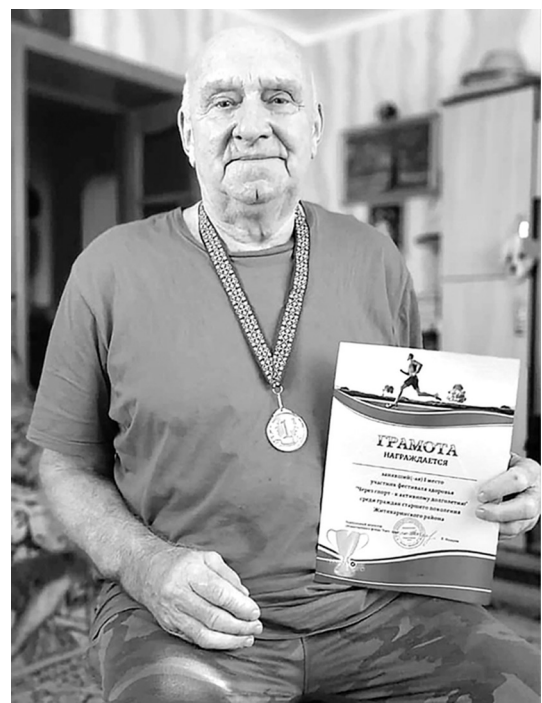
грибами, огородничество. С любовью он говорит о природе родного края. В его озерах можно рыбу наловить, в лесах грибы-ягоды собрать. Он еще тот знаток родных мест.

По душе Сергею Васильевичу перемены в жизни города: благоустройство, строительство спортивных и детских площадок. Преобразилось и наше градообразующее предприятие от промышленной зоны до цехов.

Ему хотелось бы, чтобы больше внимания уделяли людям с инвалидностью.

Ритм, взятый в молодости, и сейчас не дает скучать. Три раза в неделю Сергей Васильевич встречается с товарищами в спортивном зале районного Дворца культуры. Там разворачиваются волейбольные баталии. Принимает активное участие в работе Совета ветеранов.

Новым увлечением стало изучение английского языка. Старается прочесть и сделать перевод двух-трех текстов в день, слушает видеоуроки, пополняет словарный запас. На вопрос, может ли изъясняться на английском, шутя, ответил, что если окажется в Америке или в Англии, с голоду не пропадет. Так что и с юмором у Сергея Васильевича тоже все



в порядке.

Конечно, жизнь свою безоблачной не называет. Есть в ней трудности и проблемы, но он старается не падать духом, быть опорой своей семье. А что может быть лучшим помощником в этом, как не оптимизм и позитивное настроение?!

Беседы с людьми старшего поколения – бесценное время. Удивляешься их мудрости, отношению к жизни, к труду как основному мерилу ценности человека. Каждый из них внес свою определенную лепту в развитие района.

Тогжан ЖАМАНКУЛОВА.

ПОДДЕРЖКА И РАЗВИТИЕ БИЗНЕСА

«Если есть цель, отыщется и дорога...»

Мечта - сияющая радость, Энергия святой любви, Души надежда и отрада И в жизни чаянья твои!

Мы встретились с Ириной Стуловой в ее студии йоги. Дверь мне открыла хрупкая приветливая женщина и пригласила войти.

Здесь все предусмотрено для комфорта посетителей: вешалка для верхней одежды, шкаф для прочих вещей, качели-гамак для отдыха, кулер с теплой и холодной водой, красивая мебель. Уютная обстановка располагает к теплому общению.

- Никогда раньше не давала интервью, - с улыбкой начала беседу Ирина.

Поздравив ее с дебютом, я задала ей первый вопрос: «С чего все началось?»

- Открытие студии - моя давняя мечта. Я ее постоянно видела в своем воображении. Идея возникла с момента посещения занятий боди-флексом. Затем я заинтересовалась йогой, изучила огромное количество литературы, прошла обучения, получила диплом государственного образца Московского института по специальности «Йога-терапевт по заболеваниям спины и позвоночника». На этом не останавливаюсь, стараюсь пополнять свои знания.

Хорошая возможность для старта - государственный грант, на который решила подать заявку. Не скрою, у меня были страх и неуверенность. Я знала о конкуренции среди грантополучателей. Необходимо было убедить комиссию в уникальности своего проекта. В составлении бизнес-плана пригодился опыт в должности начальника отдела продаж в г. Костанай. Большую помощь оказали знакомые и друзья. Могу признаться, что в моей жизни в нужный момент происходят встречи с хорошими людьми.

После одобрения и защиты бизнес-плана на выделенные сред-

ства приобрела оборудование: подушки, пледы, коврики, специальные блоки, дощечки с гвоздиками для упражнений и другое.

Взяла в аренду два кабинета в здании, где находится в данное время «Евразийский банк». Делая с мужем ремонт, старались создать здесь благоприятную атмосферу.

В этой комнате, где мы сидим, мои ученики готовятся к занятиям, которые обязательно начинаются с упражнений для создания необходимого настроения. В тренировочном зале я – строгий учитель. После занятий, если предоставляется такая возможность, мы общаемся, иногда за чашечкой чая. Это помогает лучше узнать своих учеников, - говорит Ирина, знакомая меня со студией, для открытия которой было приложено много сил.

Мы проходим в тренажерный зал. Он удивляет приятной цветовой гаммой, современным дизайном, идеи которого разрабатывались самостоятельно.

- Миссия моего проекта, - продолжает Ирина, - помочь людям восстанавливать силы и здоровье, получать радость от жизни. Задачи своей работы вижу в повышении уровня функционального развития, поддержании оптимального состояния здоровья и работоспособности, снятии психоэмоционального напряжения, профилактике заболеваемости.

Комплекс практик «Хатка Йоги», которым мы занимаемся, - естественная система оздоровления. Она оказывает влияние на развитие физических возможностей человека путем восстановления правильной структуры позвоночника. Ведь позвоночник – это основа нашей жизни.

Прежде, чем принять посетителя в группу, я провожу с ним беседу, т. е. при определенных заболеваниях та или иная физическая нагрузка противопоказана. К примеру, человеку с лишним весом необходимо в первую очередь за-

няться упражнениями, направленными на снижение веса. К выбору вида физических нагрузок нужно относиться со всей серьезностью, проконсультироваться с врачом. Также провожу опрос с желаниемми посещать занятия, знают ли они о состоянии своего организма. Как правило, 80% женщин никогда не задумывались над этим, по понятным причинам не обращают должного внимания на свое здоровье.

Зачастую, придя сюда впервые, женщине сложно избавиться от комплексов, которые мешают достижению результата. Мы учимся контролировать свои эмоции, чувства, сосредотачиваться на главных задачах. Основная проблема в том, что большинство женщин решение семейных проблем взваливают на свои плечи. Это не дает им возможность расслабиться, заставляя постоянно быть в напряжении. Я стараюсь, чтобы время, проведенное в студии, стало для женщины максимально полезным. Но они не должны забывать, что работа над собой - это постоянный процесс. Нельзя ограничиваться только занятиями в студии.

Мои ученицы открыты для интересных дел и встреч. Это меня мотивирует. Появилась мечта создать на базе студии курс развивающих практик. У меня получилось выйти на индийское посольство в нашей стране, заключить договор о сотрудничестве. В ноябре для семи групп желающих провели практическое занятие с инструктором из страны, являющейся родиной йоги. Практическое занятие для учителей и учащихся школы-лицея стало для них приятным знакомством с элементами йоги. В конце февраля запланирована встреча с инструктором-психологом. Здесь мы тренируем не только тело, но также и сознание. Ведь наше внутреннее состояние во многом определяет наше самочувствие. Чрезвычайно важна перестройка сознания на правильное мышление.

В марте подарю женщинам



фотосессию. Они уже сейчас очень волнуются и готовятся к этому яркому событию. Для них это абсолютно новое мероприятие.

Также в планах проведение занятий по нейрографике, лепке, живописи с приглашением специалистов. Возможно, для кого-то это станет открытием своих способностей. Развитие – вот что важно для человека. Чем больше будет интересов, тем больше вероятность найти что-то свое. Я хочу, чтобы люди, приходя сюда, вдохновлялись на новые идеи, в поисках себя развивались. Работа в этом направлении приносит мне огромное удовольствие.

Для всех желающих один раз в месяц проходит пробная практика, в летний период на свежем воздухе.

Наша студия – это место, где мы занимаемся не только физическими упражнениями. Здесь мы отдыхаем, общаемся. Самое важное – мы стали одной сильной командой. Я восхищаюсь своими ученицами. Конечно, они все разные, но каждая из них красива по-своему, у них богатый внутренний мир, в каждой есть своя «изюминка». Я вижу, как с каждым занятием они меняются, уходит зажатость движений, они становятся пластичнее. У них появились новые эмоции и позитивное отношение к жизни.

Все это радует.

У меня есть основная работа, семья, которым нужна моя энергия, мой позитив. Вера людей придает мне силы и окрыляет. Мне хочется придумывать что-то новое, хочется все успевать.

На мой вопрос: «Что можете предложить мужчинам?» - Ирина ответила, что в планах открытие группы для мужчин. Ведь им тоже свойственны свои переживания, им тоже нужна помощь.

В общем, у моей собеседницы много идей. Это организация занятий для детей, открытие групп силовой и флай-йоги, формирование групп «Йога для женщин 50+», «Лечебная физкультура для пенсионеров», участие в творческих, спортивных тренингах.

Все это послужит утверждению правильного отношения населения к своему здоровью.

На странице в «Инстаграм» buludovairina есть ссылка на запись, желающих много. Это - результат большого труда тренера и ответственного отношения к своему делу.

Пожелаем Ирине воплощения ее планов в реальность!

Пусть в нашем городе будет как можно больше сильных, здоровых, физических и духовно красивых людей!

Тогжан ЖАМАНКУЛОВА.