

► «Ищу дом»

Надежный охранник Деда

Прошлой зимой волонтеры ОО «Надежда Плюс kst» нашли этого пса на кольце по ул. Карбышева в Костане. Он был один, с травмированной передней лапой. Несмотря на пережитое, пес не утратил доверия к людям и ждет своего хозяина.

- Мы забрали его в самые морозы. У него была травма локтевого сустава, поэтому он немного прихрамывает. Именно это, к сожалению, многих отпугивает. Хотя на самом деле это потрясающий пес, - рассказала «НГ» председатель ОО «Надежда Плюс kst» Александра ЛЕБЕДИНСКАЯ.

По ее словам, Деда (в приюте его также называют Кривулей) - крупный пес, размером почти с овчарку. Ему около 3-4 лет. Он прекрасно ладит с людьми, очень любит детей и спокойно относится к другим собакам. Более того, даже позволяет маленьким собакам залезать в свою будку.

При этом Деда - отличный охранник.

- Он очень громко и грозно лает. Раньше сидел на углу территории приюта, где по-



Деда ждет хозяев, которые увидят в нем не хромоту, а верного друга Фото Андрея СКИБЫ

стоянно ходили люди. Многие его побаивались, поэтому мы пересадили его вглубь территории. Он действительно способен стать прекрасным защитником дома, - отмечает Александра.

Сейчас пес живет на цепи и спокойно переносит такие условия. Волонтеры считают, что ему подойдет част-

ный дом с теплой будкой. При этом хозяевам важно давать ему возможность периодически свободно побегать по двору или вольеру.

Несмотря на небольшую хромоту, Деда активен, общителен и очень ориентирован на человека. В приюте надеются, что будущие хозяева увидят в нем не физиче-

ский недостаток, а преданного друга, который обязательно ответит заботой на заботу.

Чтобы забрать Деду или других постояльцев реабилитационного центра ОО «Надежда Плюс kst» в свой дом, напишите на номер горячей линии WhatsApp +7-707-287-31-99 или в директ Instagram @hope_kst.

► Открытая трибуна

Все по-нашему, по-казахстански

Недавно в СМИ prominently сообщено о планируемом повышении минимальной заработной платы до 150 000 тенге в месяц. И тут же всплыл министр труда и социальной защиты населения Асарбек Ертаев. Оказывается, что такое повышение пока только рассматривается как цель, к которой Казахстану необходимо стремиться. Пока лишь утвердили методику определения МЗП.

У меня возникает закономерный вопрос: а методика, по которой министерство устанавливало себе миллионные оклады, для простого работника не подходит? Они просчитывали, в какие суммы обходится бюджету содержание государственного аппарата?

Понимаю, что ответить на этот вопрос у власти не хватит времени. Они заняты разработкой нового дизайна казахстанского па-

спорта, подсчитывают, на какую сумму простить штрафы бизнесу. Надо же отбавлять миллионные оклады. Одни госслужащие штрафуют, другие эти штрафы прощают и в результате все заняты. Главное, что есть «результат».

Китайцы говорят, что руководитель должен быть первым в тревогах и последним в радости. У нас все наоборот: о народе власть не тревожится. Создает радости для себя. Наши чиновники знают, с какой стороны хлеб нама - зан маслом, поэтому так крепко держатся за власть. Дети СССР мечтали стать космонавтами, пожарными, учителями, врачами. Современные дети мечтают стать топ-менеджерами, президентами компаний или бизнесменами. А кто работать будет?

Вызывает тревогу и то, как сейчас учат детей. В

Казахстане в школьных учебниках выявили более 700 ляпов. Тут и фактологические неточности, спорные исторические моменты и даже материалы, не предусмотренные программами (газета «Время» № 67 за 11.06.26 г.). А сколько лет эти ляпы вбивали в головы учеников?

Вот власть и делает все, чтобы пристроить куда-нибудь эту молодежь. Так, в Костане резко увеличили количество грантов на бизнес-стартапы. В 2025 году было сорок, в 2026-м - семьдесят. А это больше 1,5 млн тенге каждому. За гранты в 2025 году открыли кондитерские цеха, парикмахерские, небольшие швейные мастерские. Но через них мы уже так спотыкаемся на каждом шагу. Прямо скажу - не лучший способ расходования бюджетных денег.

Видимо, чтобы хоть частично возместить, пы-

таются взять с народа. В Костане ТОО «Тазалык 2012» в течение года получало деньги по завышенному тарифу, который повышен с одобрения наших «народных избранников». Теперь же каждый житель должен приехать в «Тазалык», написать заявление, да еще и предоставить какие-то документы. Когда вводили повышенный тариф, я ничего им не возил.

«Для счастья народов надо, чтобы государи были философами или философы государями», - утверждал Платон. В Казахстане первый государь был партийным функционером, второй - дипломат. Можно сказать, что стало немного лучше, чем вчера (при первом президенте), но могло быть и гораздо лучше, чем сегодня (при втором). Не получается.

Николай ВОРОНИН, Костанай

Психическое здоровье: что это и почему оно важно

Психическое здоровье - это способность человека мыслить, чувствовать, управлять эмоциями и эффективно действовать в повседневной жизни. Оно является неотъемлемой частью общего здоровья и напрямую влияет на работу всех систем организма. Состояние психики влияет на физическое здоровье, а физическое состояние, в свою очередь, отражается на психическом.

Психическое здоровье можно рассматривать через **три ключевых аспекта**: отсутствие психических заболеваний, нормальный уровень развития психики и общее благоприятное состояние человека. Оно включает не только отсутствие проблем, но и способность адаптироваться к жизненным трудностям, использовать свои возможности и эффективно взаимодействовать с окружающими. Хорошее психическое здоровье повышает качество жизни, укрепляет физическое здоровье и улучшает социальные отношения.

На психическое здоровье человека влияют различные факторы. **Биологические** - генетическая предрасположенность, структура мозга, нейрохимический баланс, физические заболевания. **Психологические** - стрессоустойчивость, умение управлять эмоциями, самооценка. **Социальные** - поддержка семьи и друзей, культурная среда, школа и рабочее окружение.

Для сохранения психического здоровья важны **защитные механизмы**. Среди них - социальная поддержка близких и сообщества, позитивная самооценка и признание своих достижений, умение управлять стрессом с помощью дыхательных практик, медитации и физической активности, адаптация к трудностям через психологическую гибкость и навыки решения проблем, а также обращение за профессиональной помощью к психологу, психотерапевту или психиатру.

Поддержка психического здоровья важна не только для личного благополучия, но и для общества в целом. Она помогает предотвращать физические заболевания, повышает эффективность работы и творческий потенциал, улучшает социальные связи и устойчивость к стрессу, а также способствует общему чувству удовлетворенности жизнью.

Простые ежедневные шаги для поддержания психического здоровья:

- регулярный сон и сбалансированное питание;
 - физическая активность и отдых;
 - контроль эмоций и внимательное отношение к своим чувствам;
 - обращение за профессиональной помощью при необходимости.
- Как и за телом, за психикой нужно ухаживать каждый день. Здоровая психика дает вам:
- энергию: вы легко просыпаетесь по утрам и беретесь за дела.
 - стрессоустойчивость: вы решаете проблемы, а не прячетесь от них.
 - хороший иммунитет: доказано, что спокойный ум защищает тело от болезней.

Сохранение психического здоровья - это вклад в качество вашей жизни и в благополучие общества. Забота о психике сегодня помогает быть здоровым, счастливым и успешным завтра.

КОСТАНАЙСКАЯ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНАЯ БОЛЬНИЦА
по заказу Управления здравоохранения

22.05.2018 Лицензия № 18010263 Управление здравоохранения
Костанайской области акимата Костанайской области.

Новости «Нашей Газеты» читайте в Instagram  @ng.kz_	Новости «Нашей Газеты» читайте в «ВКонтакте»  ng_kz
--	--

Хабарландыру

«ИЛИН» ЖШС-не экологиялық рұқсат алу үшін «ИЛИН» ЖШС ашық жиналыс нысанында экологиялық құжаттама (РЗН, ҚББ, ЭББ, ТҚЖ) бойынша қоғамдық тыңдаулар өткізеді. Учаскениң координаттары: **53.442667, 63.94334**. Тыңдау 21.08.2026 ж., сағат 15.00-де Қостанай облысы, Лисаков қ., Верхнетобольская к-сі, 6, акт залы мекенжайы бойынша өтеді. Сондай-ақ, тыңдаулар онлайн режимінде өткізіледі, Zoom платформасы сілтемесі <https://zoom.us/j/3875309521?pwd=ZWZra1Q5MTV6V0ltSU9wZVZYTDCZCZ09>. Конференция: **387 530 9521**. Кіру коды: **uv3JD5**.

Бастамашысы - «ИЛИН» ЖШС, ҚР Қостанай облысы, Лисаков қ., 4 мкрн, 10 үй, 110 кеңсе, тел. 8-705-331-78-89, ilin98ilin@gmail.com.

Өзірлеуші - «ЭкоРесурсы» ЖШС, Қостанай қ., Байтұрсынов к-сі, 105, тел. 8-702-609-22-72, ekoresurs_2016@mail.ru.

Жоба бойынша құжаттама «ОЖ және табиғи ресурстардың жай-күйі туралы Ұлттық деректер банкі» сайтында орналастырылған <https://ndbecology.gov.kz> және ЖАО сайтында <https://www.gov.kz/memleket/entities/kostanai-tabigi-resurstar?lang=kk>, «қоғамдық тыңдаулар» бөлімінде. Қосымша ақпарат алуға болатын байланыстар: тел. 8-702-609-22-72, ekoresurs_2016@mail.ru.

Мүдделі жұртшылықтың ескертулері мен ұсыныстары мына мекенжай бойынша қабылданады Қостанай қаласы, Тәуелсіздік көшесі, 72, «Қостанай облысы әкімдігінің Табиғи ресурстар және табиғат пайдалануды реттеу басқармасы» ММ, тел. 8-714-2-54-61-66, zh.remizova@kostanay.gov.kz.

Объявление

ТОО «ИЛИН» проводит общественные слушания в форме открытых собраний по экологической документации (НДВ, ПУО, ПЭК, ППМ) для получения экологического разрешения на воздействие для ТОО «ИЛИН». Координаты участка: **53.442667, 63.94334**. Слушания состоятся 21.08.2026 г., в 15.00, по адресу Костанайская область, г. Лисаковск, ул. Верхнетобольская, 6, актовый зал. Также слушания будут проводиться онлайн, ссылка на платформу Zoom <https://zoom.us/j/3875309521?pwd=ZWZra1Q5MTV6V0ltSU9wZVZYTDCZCZ09>. Идентификатор: 387 530 9521. Код доступа: **uv3JD5**.

Инициатор - ТОО «ИЛИН», РК, Костанайская область, г. Лисаковск, 4 мкр-н, дом 10, офис 110, тел. 8-705-331-78-89, ilin98ilin@gmail.com.

Разработчик - ТОО «ЭкоРесурсы», г. Костанай, ул. Байтұрсынова, 105, тел. 8-702-609-22-72, ekoresurs_2016@mail.ru.

Документация по проекту размещена на сайте «Национальный банк данных о состоянии ОС и природных ресурсов» <https://ndbecology.gov.kz> и на сайте МИО <https://www.gov.kz/memleket/entities/kostanai-tabigi-resurstar?lang=ru>, в разделе «Общественные слушания». Контакты, по которым можно получить дополнительную информацию: тел. 8-702-609-22-72, ekoresurs_2016@mail.ru.

Замечания и предложения заинтересованной общественности принимаются по адресу г. Костанай, ул. Тәуелсіздік, 72, ГУ «Управление природных ресурсов и регулирования природопользования акимата Костанайской области», тел. 8-714-2-54-61-66, zh.remizova@kostanay.gov.kz.