

Как живут с искусственным сердцем

Алексей Чабан перенёс две операции на сердце. Сначала ему поставили искусственный аппарат, который через полгода заменили на донорский орган. Как изменилась его жизнь, читайте на страницах 10-11.



АКИМЫ РАСКРЫЛИ РАЗМЕРЫ ЗАРПЛАТ

Ежемесячный доход главы региона и его замов размещен на сайте акимата ЗКО. Так, зарплата градоначальника составляет чуть больше 390 тысяч тенге, а главы региона – 762 тысячи тенге.

СТР. 2

УБИЙСТВО В ДОМЕ ПРЕСТАРЕЛЫХ

К десяти годам лишения свободы приговорен 71-летний постоялец дома престарелых Хамит Кужбанов. После пьяной ссоры он убил своего соседа по комнате.

СТР. 2

ПРОВОДИМ БАНКЕТЫ, СВАДЬБЫ, ЮБИЛЕИ, КОРПОРАТИВЫ

5% скидка

FAZENDA RESTAURANT
ул. Пугачева, 38 (напротив ДВД)
8 (7112) 25-40-26, 8 777 425 00 78
8 778 617 02 85

Молодоженам подарки:
СВАДЕБНЫЙ ТОРТ
ОФОРМЛЕНИЕ ЗАЛА
НЕВЕСТЕ – ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО
СЕРТИФИКАТ НА 5 000 ТЕНГЕ
СКАЗОЧНЫЙ ЗАЛ ДО 300 ЧЕЛОВЕК

Пенсионерам «пообещали» 150 тысяч тенге

Рассылку о выплате 150 тысяч тенге компенсации в связи с инфляцией пенсионным фондом пенсионерам Казахстана назвали ложной. Казахстанцы продолжают осаждать ЦОНЫ и филиалы ЕНПФ.

СТР. 3

www.camelkaz.com
8-777-214-26-57
8-702-587-91-43

Сам

CAME

Итальянская автоматика CAME на все виды ворот по московским ценам

24-70-07
24-17-17
30-70-80

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ЛЕСТНИЦ И ПЕРИЛ

ИЗДЕЛИЯ ДЛЯ МАЛОМОБИЛЬНЫХ ГРУПП НАСЕЛЕНИЯ

СМЕГА СТРОЙ
торговый дом

Вместе строим с Мегастроем!

ул.С.Ескалиева, 305 51-94-55; 51-94-56

лампочка led 27 led от 460

СПЕЦПРЕДЛОЖЕНИЕ

ЭЛЕКТРИКА
САНТЕХНИКА
ЭЛЕКТРОИНСТРУМЕНТ

СТРОИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

НАЧНИ РЕМОНТ С ЭЛЕКСТРОЙ!

08:00
22:00

ЗЕЛЕНОВСКИЙ Р-ОН, С. МИЧУРИНСКОЕ, МКРН. ПДП ЮГО-ВОСТОК, ЗДАНИЕ 2 А (РЯДОМ С ГИПЕРМАРКЕТОМ «ДИНА») 981-948, 981-949, 981-947 (ФАКС)

ЭЛЕКОМ

elecomstroy
elekom.stroy@mail.ru

www.elc.kz

ЭЛЕКТРОКОМПЛЕКТ
ЦЕНТРУ ТОРГОВЛИ ТОВАРАМИ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

МЫ РАБОТАЕМ
08:00
22:00

elc.kz | electrokomplekt

г. Уралск, ул. Ш. Шубина, 2/4, тел.: 8 (7112) 21-45-04, 21-45-82
г. Атырау, пр. Султан Бейбарыс, 53, тел.: 8 (7122) 33-14-82, 33-55-49

Приговор вынесли убийце постояльца дома престарелых

19 ОКТЯБРЯ В СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОМ СУДЕ ПО УГОЛОВНЫМ ДЕЛАМ ЗКО ВЫНЕСЛИ ПРИГОВОР 71-ЛЕТНЕМУ ХАМИТУ КУЖБАНОВУ, КОТОРЫЙ ОБВИНЯЛСЯ В УБИЙСТВЕ СОСЕДА ПО КОМНАТЕ ЖОМАРТА УТЕГАЛИЕВА.

Дана РАХМЕТОВА

Судья Бахыт Ермаханов признал Кужбанова виновным в убийстве и приговорил к 10 годам лишения свободы в колонии максимальной безопасности. Кроме того, Кужбанов обязан выплатить 500 тысяч тенге в качестве морального вреда дочери погибшего Утегалиева.

Как следует из материалов дела, Кужбанов и Утегалиев проживали в одной комнате. 31 июля в 11 часов они начали распивать алкоголь. Около 13 часов между мужчинами возникла ссора. Утегалиев выхватил кухонный нож и замахнулся на Кужбанова. Последний выбил нож из рук потерпевшего, после чего этим же ножом один раз ударил Утегалиева. Согласно заключению судебно-медицинской экспертизы, Жомарт Утегалиев умер от колото-резаной раны в грудную клетку с повреждением сердца.

На суде Хамит Кужбанов вину не признал. Между тем, многочисленные свидетели

показали именно на него.

Также по словам судьи Ермаханова, погибший был инвалидом по зрению, кроме того, у него отсутствовала стопа, и он не представлял угрозы для Утегалиева. Обвиняемый зная об этом, совершил преднамеренное убийство.

После оглашения приговора подсудимый выкрикнул: "Спасибо вам! Дай бог вам здоровья!" в адрес судьи.

По словам дочери потерпевшего, приговором она удовлетворена.

— Родители развелись. Отец с нами не жил. Позже я оказалась в детском доме. Я выпускница детдома. С отцом мы общались, виделись. Взять к себе я его не могла, у меня нет своего жилья. Я живу на съемной квартире, — сообщила женщина.

Напомним, преступление произошло в июле нынешнего года. Один постоялец дома престарелых и инвалидов ударил другого ножом.

Фото автора



Акимы ЗКО и Уральска раскрыли размер зарплаты

Ежемесячный доход главы региона и его замов размещен на сайте акимата ЗКО.

Зарботная плата акима Уральска Мурата МУКАЕВА составляет 390 322 тенге. Информацию о зарплате заместителей акима в ведомстве не сообщили. Нет ее и на сайте акимата Уральска.

Более открытыми оказались в областном акимате. Так, на сайте акимата уже больше двух лет имеется информация о зарплате главы региона и его заместителей на текущий период.

761 889 тенге составляет заработная плата Альтая КУЛЬГИНОВА.

Первый заместитель акима области Игорь СТЕКСОВ получает 481 328 в месяц.

508 291 и 496 797 составляют заработная плата заместителей акима Габидуллы Оспанкулова и Миржана САТКАНОВА соответственно.

Из всех замов акима самая маленькая зарплата у Багдата АЗБЕВА – 462 028 тенге, а самая большая у единственной женщины в руководстве области – Бибигуль КОНЫСБАЕВОЙ – 519 929 тенге.

Дана РАХМЕТОВА

К суровой зиме готовятся коммунальные службы Уральска

670 сотрудников "Жайык Таза Кала" и 118 единиц техники будут работать в круглосуточном режиме в зимний период.

Арайлым УСЕРБАЕВА

19 октября аким города Мурат МУКАЕВ проверил готовность техники предприятия "Жайык Таза Кала" к зимнему периоду. Выяснилось, что около 670 работников и 110 единиц техники будут работать в круглосуточном режиме, чтобы обеспечить чистоту и порядок на улицах города.

— Я работаю в этой организации 22 года. Зимой чистим снег не только на городских улицах, но и в поселке Круглоозерное, Серебряково. Спецдежда нам выдается. Техника тоже в хорошем состоянии. Ухаживаем сами, ремонтируем. В прошлом году зима была снежная. В этом году тоже так планируем работать, — рассказал сотрудник "Жайык Таза Кала" Павел ЖЕРДЕЦКИЙ.

Стоит отметить, что техника в последний раз об-



новлялась в 2014 году и предприятием уже подготовлено необходимое количество топлива на весь зимний период.

— Техника предприятия на 100% готова к зиме. Закуплено 500 тонн дизельного топлива, 25 тонн бензина марки АИ-92, 400 тысяч литров газа. На случай гололеда подготовлено более 14 тысяч кубов пескосоляной смеси. Рабочие будут трудиться в две смены. Зарплата

выдается вовремя, — заявил директор ТОО "Жайык Таза Кала" Асылбек САККАЗОВ.

Акима города отметил, что в этом году прогнозируют суровую и снежную зиму и все коммунальные службы города должны быть на 100%

Фото Медета МЕДРЕСОВА

Пенсионеров всполошил слух о выплате 150 тысяч тенге

Жители ЗКО стали получать рассылку, в которой говорится, что пенсионный фонд возмещает пенсионерам компенсацию в связи с инфляцией в размере 150 тысяч тенге.

Дана РАХМЕТОВА

Сообщение распространяется по мессенджеру WhatsApp. В голосовом сообщении девушка уверяет, что это правда.

— Ребята, пенсионный фонд возмещает пенсионерам компенсацию в связи с инфляцией в размере порядка 150 тысяч тенге. Эта инфля до народа не доносится, но мои родители сегодня пошли и написали заявление. Работники ЦОНа подтвердили, что компенсация предусмотрена. Если у Вас есть близкие-пенсионеры, предложите им пройти в ЦОН либо ЕНПФ. Информация достоверная, я только что узнала от мамы и была возмущена, что пенсионеров не предупредили. Решила сама делать рассылку, — говорится в сообщении.

Люди сразу же отреагировали на это сообщение. — Неужели это правда? Почему тогда власти не предупреждают нас, чтобы мы получили эти деньги? — говорит пенсионерка по имени Гульсум.

Однако в ЕНПФ опровергли эту информацию.

— Информация том, что пенсионный фонд возмещает 150 000 тенге в связи с инфляцией, рассылаемая посредством WhatsApp вкладчикам (получателям), не соответствует действительности, — заявили в ЕНПФ. — Напоминаем, что в Казахстане действует уникальная модель государственной гарантии сохранности пенсионных накоплений. В соответствии со статьей 5 Закона Республики Казахстан «О пенсионном обеспечении в Республике Казахстан», государство гарантирует получателям сохранность обязательных пенсионных взносов и обязательных профессиональных пенсионных взносов в ЕНПФ в размере фактически внесенных взносов с учетом уровня инфляции на момент получения права на пенсионные выплаты.



По данным ЕНПФ, выплата разницы (государственной гарантии) представляет собой единоразовную выплату за счет средств государственного бюджета. Право на выплату по гарантии государства вкладчики получают при наступлении пенсионного возраста. Кроме того, это право имеют инвалиды I и II групп, если инвалидность установлена бессрочно, лица, выехавшие на постоянное место жительства за пределы Казахстана, иностранцы и лица без гражданства,

перечислявшие ОПВ, ОППВ, наследники в случае смерти лица, имеющего право на выплату по гарантии государства. — Фонд предупреждает всех вкладчиков и получателей о необходимости критически относиться ко всякого рода сообщениям, распространяемым в социальных сетях и доверять исключительно проверенной информации из официальных источников, — пояснили в ЕНПФ.

СПЕЦ САУДА- КӨРМЕ КЕШЕНТІ e-mail:vkayres@mail.ru
ТОРГОВО-ВЫСТАВОЧНЫЙ КОМПЛЕКС

СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ
СПЕЦОДЕЖДА, СПЕЦОБУВЬ, ВАЛЯНАЯ ОБУВЬ
СУМКИ ДОРОЖНЫЕ, ЖЕНСКИЕ, ДЕТСКИЕ
КУРТЫ НА МЕТАЛЛОКАРКАСЕ, ДЕРЕВЯННЫЕ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ СУВЕНИРЫ
ПАЛАТКИ, СПАЛЬНЫЕ МЕШКИ
ПОЛОГА, ТЕНТЫ, ТКАНИ
ВОЙЛОК ТЕХНИЧЕСКИЙ

г.Уральск, ул. Елизарова, 48 (территория валяльно-войлочной фабрики «Аяз») 8 (7112) 51-47-56, 51-09-18, 51-42-34 (доп. 106)

магазин женского белья
Унтраганка
КОЛГОТКИ
БЕЛЫЕ А-Г
КОРРЕКТИРУЮЩЕЕ БЕЛЫЕ
ТЕНЬКОТАЖ
ЭКОТИК БЕЛЫЕ

8 707 280 16 43
пр. Евразия, 35/2
(рядом маг. «Юбилей»)

ВНИМАНИЕ!
НОВОЕ
ПОСТУПЛЕНИЕ
ТОВАРА!



Колесо обозрения высотой 45 метров установят в Уральске

Уральский предприниматель совместно с российскими партнерами предложил построить современный парк отдыха, который будет отвечать всем требованиям жителей и гостей города.

Арайлым УСЕРБАЕВА

19 октября в областном акимате состоялась заседание третьего совета по привлечению инвестиций в ЗКО, в котором принял участие глава области АЛТАЙ КУЛЬГИНОВ. Пять инвесторов предложили свои проекты.

Первый был предложен проект по строительству открытой откормочной площадки КРС в Сырымском и Зеленовском районах.

Для полного обеспечения сырьем мы задумали проект откормочной площадки на три тысячи голов КРС для производства говядины. Мы изучили практику лучших предприятий Казахстана, Ирландии и Китая. Сейчас в стране наблюдается рост поголовья скота, 50% мяса мы будем перерабатывать, а остальные 50% экспортировать. Но мясо должно отвечать международным стандартам. Ведь наше мясо сейчас не соответствует требованиям международного рынка. Потому что бычок должен весить минимум 500 килограммов, а наши весят все-

го 350. Проект стоит 1,2 млрд тенге. Если мы начнем осуществлять проект в марте 2019 года, то в августе этого же года он будет запущен. От государства нужна помощь по субсидированию, – заявил учредитель ТОО "Агропродукт ЛПД" Темиргали ЕСКЕНДИРОВ.

Следующий проект был предложен по созданию кормовой базы на 5 тысяч гектаров для откормочного комплекса в селе Янайкино Зеленовского района.

Откормочные площадки призваны создавать стабильный спрос для фермеров. Ведь в ЗКО таких промышленных объектов пока нет. Мы решили установить системы орошения примерно на двух тысячах гектаров для того, чтобы выращивать корма. Это кукурузный силос, кукуруза, люцерна, ячмень и другие культуры. Это позволит гарантированно получать урожай и обеспечить кормами откормочные площадки. Общая стоимость проекта 10 млрд тенге, – рассказал представитель ТОО "Central Food" Максат БАКТИБАЕВ.

Представитель ТОО "World Green Company" Нур-

лан АДИЛЬХАН предложил проект по строительству тепличного комплекса.

Данный тепличный комплекс станет первым комплексом в черте города. Проект рассчитан на импортозамещение овощной продукции в период межсезонья. Проект уже реализован в Алматы. Опыт уже есть. В ЗКО есть огромные перспективы. Теплица на 12 гектаров. Урожайность будет 7,8 тысячи тонн ежегодного урожая овощей, из них 4,4 тонны огурцов и 3,5 тонны томатов. Также можно выращивать баклажаны, перец. На начальном этапе будем привлекать голландского агронома. Далее планируем обучить свой персонал. Специалисты будем привлекать из ЗКО, – отметил Нурлан АДИЛЬХАН.

Далее был рассмотрен вопрос строительства гостиничного комплекса в городе Аксай, который планирует построить предприятие "ПСР Серик".

Категория отеля будет составлять четыре звезды, в котором будет более 108 номеров, ресторан, конференц-зал, СПА-центр. В

первую очередь нацелен для деловых гостей. Общая стоимость проекта составляет 3,6 млрд тенге. Проект финансируется за счет собственных средств компании "ПСР Серик". Площадь гостиницы 8,5 тысячи квадратных метров. Сейчас гостиница уже строится. Окончание строительства планируется на конец 2019 года. Будет создано более 70 рабочих мест, – рассказал заместитель генерального директора ТОО "ПСР Серик" Ардак КАБДУЛЛИН.

Между тем Алтай КУЛЬГИНОВ отметил, что ЗКО является одним из немногих регионов, где нет современных отелей. Но, по словам главы региона, на месте старой гостиницы "Акжайык" будет построен новый гостиничный комплекс.

Предприниматель из Уральска Бауыржан МАХАМБЕТ предложил построить современный парк аттракционов и колесо обозрения. По словам бизнесмена, предполагается модернизация городского парка культуры и отдыха.

Будет установлено 45-метровое колесо обозрения, несколько безопасных семейных аттракционов, большие бесплатные детские площадки. Строить будем совместно с российскими партнерами. Колесо будет включать в себя 18 просторных панорамных кабин. Во всех кабинках будут кондиционеры и обогрев. Одна вип-кабина, одна кабина для молодежи с соответствующим оформлением. Страна-производитель – Россия. Срок изготов-

ления 8–9 месяцев. Монтаж и установка 45 дней. Срок службы колеса 35 лет. Оно будет каждый год проходить техосмотр заводом-изготовителем. Будет установлен современный аттракцион-лабиринт, который не имеет аналогов в стране, – отметил Бауыржан МАХАМБЕТ.

Выяснилось, что сумма проекта составляет 570 млн тенге и будет создано дополнительно 35 рабочих мест.

Стоит отметить, что в результате совещания все пять проектов были одобрены советом по привлечению инвестиций и в скором времени начнется их осуществление.

Алтай КУЛЬГИНОВ отметил, что ЗКО является одним из немногих регионов, где нет современных отелей. Но, по словам главы региона, на месте старой гостиницы "Акжайык" будет построен новый гостиничный комплекс.

Подрядчик ответил на критику жильцов, недовольных ремонтом двора

РУКОВОДИТЕЛЬ КОМПАНИИ "ЖБК СТРОЙ" СЕМЕН КУСТАНОВИЧ ЗАЯВИЛ, ЧТО ВСЕ СТРОИТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ ВЕЛИСЬ СОГЛАСНО ПРОЕКТУ.

Арайлым УСЕРБАЕВА

По словам Семена КУСТАНОВИЧА, подрядная организация проводила строительные работы, согласно проектно-сметным документам. Проект подготовило ТОО "БатысПроекСервис".

По проекту я должен был поставить обычные скамейки, которые стоят 15 тысяч тенге. Но аким Зачаганска меня попросил сделать скамейки со спинками, которые стоят 25 тысяч тенге. Я согласился. Несмотря на то, что я переплачиваю, пошел навстречу людям. Жильцы пишут, что исчезли старые скамейки возле подъездов. Выяснилось, что после того, как мы их сняли председатель КСК увез их к себе в подвал. Я про них вообще не знаю. Еще пишут, что исчезли решетки для чистки обуви, что мы их залили бетоном. Бетоном они не залиты. Они каким-то образом оказались у них в подвале, – возмутился Семен КУСТАНОВИЧ.

По словам руководителя подрядной организации, по проекту не предусмотрены арки вдоль подъездов.

Проект же не я делал. Их нет в смете и нет в проекте. Детские площадки мы вообще не трогали. К ним мы никакого отношения не имеем. Жильцы также пишут, что ни с одной стороны дома не уложены боковые пешеходные дорожки. Этого тоже нет в проекте. Они просят выложить старые плиты, которые мы сняли. У меня есть 300 демонтированных плит. Я их сложил во дворе. В акимате поселка сказали, что сами их вывезут и где-то в поселке уложат, – рассказал Семен КУСТАНОВИЧ.

Выяснилось, что по проекту также не предусмотрены тротуарные дорожки, которые ведут к мусорным контейнерам. А вдоль подъезда три дня работала спецтехника по укладке нового асфальта.

Они пишут, что мы один раз прошили там катком. Абсурд полный. Три дня катали асфальт. Вчера мы в присутствии сотрудников акимата взяли керны для проверки качества асфальта. Толщина асфальта 12 сантиметров вместо положенных восьми. Плотность показала 110%. Миной не взорвать. Мы 40 тонн лишнего асфальта туда уложили. Дворовые дороги и площадь сто-

янки я не урезал, как утверждают жильцы. В проекте её нет. Ограждение детской площадки тоже проектом не предусмотрено. А яма канализационного люка всего 6 сантиметров, не 15–20 сантиметров, как утверждают жители. Их нельзя асфальтировать. Но я дал команду. Завтра привезут два ведра асфальта и еще заложат в нее. Я по смете поставил четыре новых люка. Их уже сломали, поломали брусчатку. У нас гарантия на работу два года. Они же потом скажут, что я некачественно сделал. А сами ставят туда машины. Но брусчатка не предусмотрена под это дело, – отметил Семен КУСТАНОВИЧ.

По словам руководителя строительной компании, дом №50 по ул. Жангир хана и дом №25 по ул. Саратовской строила его компания, которой он на тот момент руководил и жалоба жильцов, большинство которых он знает лично, стала для него полной неожиданностью.

По проекту я должен был сделать демонтаж плит в количестве 300 штук. Покрыть 1995 квадратных метров асфальтным покрытием. Укладка брусчатки. Укладка 13 лотков. Мы уложили 14. Все. Это вся моя работа. Я им еще дополнительно асфальт положил туда, где он не предусмотрен по проекту. Тонна асфальта стоит 22 тысячи тенге. Туда ушло 10 тонн. Профлист им еще купил.

Сверху мы потратили еще около 500 тысяч тенге. И за это мне такое «спасибо» говорят. Обидно. С акимом я встречался. Он к нам никаких претензий не имеет. Нас весь город знает. Тот сотрудник, который присутствовал на собрании жильцов в акимате, уволился на следующий же день, – заявил Семен КУСТАНОВИЧ.

Предприниматель отметил, что встретался и с жильцами данного дома, большинство которых заявили, что жалобу не писали и подпись свою не ставили. Кому и зачем нужно было подделывать подписи жильцов – руководитель строительной компании ответить затруднился.

Напомним, жители дома №50 по ул. Жангир хана и дома №25 по ул. Саратовской были недовольны ремонтными работами по благоустройству общего двора. По словам жильцов дома, организация, занимающаяся ремонтом, не выставила паспорт объекта и ни на какие замечания не реагирует. С этими претензиями около 15 жителей двух домов обратились к акиму поселка Зачаганск Адильбеку КАДЫРОВУ.

Фото Медела МЕДРЕСОВА



7 причин оформить ипотеку «7–20–25» в Halyk Bank

В марте этого года по инициативе главы государства была объявлена новая ипотечная программа «7–20–25», с помощью которой каждый платежеспособный гражданин РК может приобрести собственное жилье. С сентября заявки на участие в программе начал принимать и Halyk Bank.

Казалось бы, условия ипотеки для всех одинаковые и предельно ясные: ставка 7% годовых, первоначальный взнос – 20% и срок займа – до 25 лет. Однако есть как минимум 7 причин взять ипотеку «7–20–25» от HalykBank.

1. ШИРОКАЯ ФИЛИАЛЬНАЯ СЕТЬ В СТРАНЕ

Народный банк представлен как в больших городах, так и в малых населенных пунктах и селах страны. В общей сложности – это 634 отделения, где можно подробнее узнать об условиях программы или оформить заем, причем ограничений по месту жительства или регистрации заемщика, а также по местонахождению первичного приобретаемого жилья – нет. То есть, если вы живёте на селе и мечтаете переехать в мегаполис, то вам не откажут.

2. МЯГКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПОТЕНЦИАЛЬНЫМ ЗАЕМЩИКАМ

Претендовать на получение займа могут граждане Казахстана, которые имеют непрерывный официальный доход от трудовой и/или предпринимательской деятельности на протяжении 6 месяцев. Для регионов этот доход должен быть не менее 120 тысяч тенге в месяц, для мегаполисов – от 200 тысяч тенге. Кроме того, на момент обращения в банк у потенциального заемщика не должно быть собственного жилья. Возраст заемщика должен быть не моложе 21 года и не старше 60 лет на момент последнего платежа по займу; кроме того, проверяется отсутствие непогашенной задолженности по ипотечным жилищным займам.

3. ВОЗМОЖНОСТЬ ПРИВЛЕЧЕНИЯ СОЗАЕМЩИКА

Созаемщиком может стать супруг (супруга), либо близкие родственники. Требования по программе «7–20–25» не распространяются на созаемщика, то есть отсутствие или наличие квартиры у созаемщика не влияет на решение бан-

ка. К созаемщику предъявляются стандартные требования – хорошая кредитная история, платежеспособность и регулярное погашение долга по другим займам.

4. МИНИМАЛЬНЫЙ ПАКЕТ ДОКУМЕНТОВ

Чтобы подать заявку на получение займа, нужно предоставить в банк только удостоверение личности, справку о зарплате, отчислениях в ГЦВП, оценочной стоимости приобретаемой недвижимости и свидетельство о браке/его расторжении, документ, подтверждающий оплату застройщику первоначального взноса, копии/оригиналы правоустанавливающих документов на недвижимость, квартирный листок/предварительный договор купли-продажи, справку об отсутствии недвижимости на праве собственности.

5. ПОМОЩЬ В ВЫБОРЕ ПОДХОДЯЩЕГО УСЛОВИЯ ПРОГРАММЫ ЖИЛЬЯ

Согласно условиям программы, оформить ипотеку можно только на новое и введенное в эксплуатацию жилье от застройщика, без ограничений по году постройки. Максимальная стоимость жилья – 25 млн тенге для Астаны, Алматы, Актау, Атырау, Шымкента и 15 млн тенге – для других регионов. Так как определенного списка объектов новостроек и жилых комплексов первичного жилья, проходящего по программе, нет, для многих подбор квартиры может оказаться сложным. В этом случае HalykBank может предложить квартиры у застройщиков-партнеров, среди которых жилые комплексы «Оркендеу» и «Хан-Тенгри» в Алматы.

6. БЕСПЛАТНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

Halyk Bank не взимает никаких комиссий за предоставление и обслуживание займа.

7. ДРУГИЕ ВИДЫ ИПОТЕЧНОГО КРЕДИТОВАНИЯ

В Halyk Bank продолжают действовать и собственные ипотечные программы, по которым определенные льготы имеют участники зарплатного проекта Halyk Bank. Например, по программе Halyk Sale заемщики могут приобрести недвижимость, которая находится на балансе банка, в кредит по ставке от 8% годовых.

В Halyk Bank госпрограмма была запущена всего месяц назад, а спрос на ипотечные займы уже огромный: на сегодня в банк поступили десятки заявок от клиентов, кроме того, во всех филиалах ежедневно проводятся подробные консультации. Выдачи начнутся совсем скоро.

НАШИ АДРЕСА ДЛЯ ПОДАЧИ ЗАЯВОК:

г. Уральск, пр. Достык-Дружба, 187
тел.: 59-39-45, 59-39-46;
г. Уральск, пр. Достык-Дружба, 203
тел.: 58-51-22, 58-51-32, 58-51-19;
г. Уральск, ул. К.Аманжолова, 102, тел.: 59-39-76;
г. Уральск, пр. Абулхаир хана, 44, тел.: 58-51-31;
г. Аксай, ул. Дружбы Народов, 4/3,
тел.: 8 71133 30957, 36570;
г. Аксай, 5 мкр-н, д. 54
тел.: 8 71133 35018, 35014, 35016.

СТРОИТЕЛЬНЫЕ КОМПАНИИ:

Мартынова Л.В.;
ИП "Землянушнова Е.Ю."
ТОО "СВС Батыс"
ТОО "Каз-хол"
ТОО "СВ плюс"
ТОО "Западно-Казахстанская Корпорация строительных материалов"
ТОО "Степной леопард"
ТОО "Орал Полимер"
ИП Жанайсова
ТОО "ХимМашСтрой-Сервис"
ТОО Строй Комбинат
ТОО "СКФ Отделстрой"

1800 студентов в ЗКО нуждаются в общежитии

1650 студентов уральских студентов и 150 студентов из города Аксай нуждаются в студенческих общежитиях.

Арайлым УСЕРБАЕВА

18 октября в НИП "Атамекен" прошло совещание о строительстве студенческих общежитий по программе государственно-частного партнерства. В нем приняли участие аким Уральска Мурат МУКАЕВ, заместитель председателя правления АО "Казахстанский центр ГЧП" Талгат МАТАЕВ, представители управления образования ЗКО и предприниматели города Уральск.

Основной темой совещания стало развитие ГЧП в разных сферах деятельности, в том числе и в сфере образования. Выяснилось, что около 1,8 тысячи студентов в ЗКО нуждаются в общежитиях.



Мурат МУКАЕВ.

– Одной из острых проблем в нашем городе является обеспечение наших студентов общежитиями. В этой сфере проводится много работы, разрабатывается проектно-сметная документация, – заявил

Выяснилось, что в общежитиях нуждаются студенты четырех колледжей и одного университета. Покрыть этот спрос планируется с помощью механизма ГЧП.



– Наш глава государства отметил, что реализовывать проекты по общежитиям нужно по механизму ГЧП. Механизм ГЧП предполагает обеспечить студентов общежитиями путем нового строительства или путем реконструкции существующих объектов под общежития. Если в вашем городе или в области у предпринимателей, в коммунальной собственности у акимата или в залогах у банков второго уровня есть объекты, административные здания, гостиницы и hostels, то их можно перереконструировать под студенческие общежития, – рассказала старший консультант АО "Казцентр ГЧП" Айгуль САДЫКОВА.

Стоит отметить, что по механизму ГЧП государство размещает госзаказ. На каждое созданное место по новому строительству выделяется 122 МРП, это около 300 тысяч тенге, а по реконструкции выделяется 47 МРП, что равняется 100 тысячам тенге.

– Госзаказ будет размещаться в течение восьми лет. В первый год размещения идет двойной тариф. Соответственно, предпринимателям предоставляется уникальная возможность, когда государство предоставляет меры господдержки. Бизнесмены обеспечиваются постоянным потоком клиентов, а построенный объект остается в собственности у предпринимателя. Кроме того, средства госзаказа покрывают не все инвестиционные затраты бизнесменов. Они будут покрывать около 60–70% вложенных денег. Остальные средства можно возместить по механизму ГЧП. Если бизнесмен взял в банке кредит, то банковские проценты могут быть возмещены по ГЧП. Поэтому мы призываем всех бизнесменов и банков второго уровня быть активными. В других регионах уже активно ведется работа в этой сфере, – отметила Айгуль САДЫКОВА.

Кроме того, бизнесмены свои вложения также смогут вернуть с помощью оплаты студентов за проживание. Но,



как отметила Айгуль САДЫКОВА, оплата не должна быть повышенной, а сами общежития должны быть спроектированы с максимальным удобством для проживания студентов.

Спикер привела в пример несколько зданий на территории города, которые могли бы подойти под здания общежитий. Среди них были рестораны "Золотой век", "Golden Palace" и еще несколько административных зданий города.

Выяснилось, что на эти цели на 2019 год из республиканского бюджета выделены средства в размере 1,47 млрд тенге. А в ЗКО идет разработка проектно-сметной документации на строительство трех общежитий.

– По программе ГЧП одно общежитие на 150 мест будет строиться в городе Аксай и два общежития на 150 и 500 мест планируется построить на территории города Уральск. В целом 1800 студентов на данный момент нуждаются в общежитиях, – рассказала заместитель руководителя управления



Фото Медета МЕДЕТПОВА

Стоит отметить, что по механизму ГЧП государство размещает госзаказ. На каждое созданное место по новому строительству выделяется 122 МРП, это около 300 тысяч тенге, а по реконструкции выделяется 47 МРП, что равняется 100 тысячам тенге.

образования ЗКО Сандуғаш АЙТКАЛИЕВА.

Стоит отметить, что по ЗКО в 2018 году уже были заключены три договора по ГЧП в сфере здравоохранения.

– Это приобретение аппарата МРТ для ОКБ, строительство врачебной амбулатории в Шыңғырлауском районе и один объект по содержанию

и ремонту дорог. На данный момент по семи проектам объявлены конкурсные процедуры в сфере ЖКХ и здравоохранения, – рассказала заместитель руководителя управления экономики Асемгуль АБЕНОВА.



Фото Медета МЕДЕТПОВА

ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР АСТАНА

Приглашаем всех жителей и гостей города за БОЛЬШИМИ ПОКУПКАМИ!

Здесь вас ждет Мужская, Женская и Детская одежда, Обувь, Сотовые телефоны и аксессуары, Сувениры, Салон красоты «Тафис», Суши-бар «Япона мама», Курсы английского языка, Игрушки, Канцтовары, Бытовая химия, Бижутерия, Белье, Очки, Сибирское здоровье, Tianshe, Товары из IKEA, Ателье, Сумки, Ломбард, зоомагазин, Золото, Массажный кабинет, Спецдежда, Туристическое агентство FREE TRAVEL, Меллоискатель, Салон красоты «Тафис», Косметологический кабинет, Оптовые продажи канцелярские товары, Avon, Фотопечать, Супермаркет FRESH, Продажа и Ремонт часов, Профессиональная Косметика Saga, Ортопедия - ортопедические изделия, Студия рукоделия и уникальные подарки ручной работы «Лаванда».

мкр. «Северо-Восток 2», 47, 114 «Астана», 5 этаж

8-701-989-52-80
26-13-08 26-14-43

МЕТАЛЛСЕРВИС
ВАШ СТАЛЬНОЙ ПАРТНЕР

ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИЛЕР
ОАО «МАГНИТОГОРСКИЙ МЕТАЛЛУРГИЧЕСКИЙ КОМБИНАТ»

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ
ОАО «ТРУБНАЯ МЕТАЛЛУРГИЧЕСКАЯ КОМПАНИЯ»

МЕТАЛЛОПРОКАТ

ПРОФИЛЬНЫЕ ТРУБЫ • ТРУБЫ СВАРНЫЕ
УГОЛОК • ЛИСТ • АРМАТУРА • КРУГ • ШВЕЛЛЕР
БАЛКА • ПРОВОЛОКА • ПОЛОСА • КВАДРАТ
ШЕСТИГРАННИК • СЕТКА-РАБИЦА • СЕТКА СВАРНАЯ

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ

ДОСТАВКА - БЕСПЛАТНО !!!

+7-701-767-29-84
543-000
544-000

ул. Конкина, 2/2
(район «Алау газ»)
www.metall-service.kz

Чисто там, где не сорят

Дорогие читатели, мы продолжаем интервью с исполняющим обязанности директора ТОО «Орал Таза Сервис» Рафхатом Данагуловым. Напомним, что в прошлом номере мы попросили его ответить на наиболее часто задаваемые вами вопросы, возникшие после недавнего повышения тарифа за вывоз мусора.

– Многие читатели жалуются, что им вообще не приносят квитанции. А некоторым жителям города квитанции стали приносить только с недавних пор, и они просто недоумевают, увидев большие суммы предыдущих долгов. С чем это связано? Какие вы предпринимаете меры, чтобы квитанции об оплате доносились до горожан вовремя?

Своевременная рассылка квитанции – это одна из острых наших проблем на сегодняшний день.

В Алматы и Астане, к примеру, успешно работает единый расчетный центр, сотрудники которого выдают и разносят квитанции, где указываются долги за абсолютно все услуги, оказываемые потребителям. К примеру, по одной квитанции вы можете оплатить услуги КСК, за тепло, воду, канализацию, свет, мусор, за домофон, видеонаблюдение и кабельное телевидение. Но наш Уральск пока только на пути к созданию подобного единого расчетного центра. Сейчас прорабатываются варианты определения единых платежных документов. У всех коммунальных служб есть свои минусы, и как только все определит лучшую систему платежного документа, сразу же для удобства горожан они будут объединены в единую квитанцию.

В прошлом году мы пытались наладить дело с рассылками квитанций, сотрудничая с несколькими организациями. Но, к сожалению, столкнулись с тем, что они недобросовестно выполняли свои обязательства. Квитанции часто не доносились до адресатов, некоторые даже не распечатывались, и наши сотрудники даже были вынуждены контролировать этот процесс. Клиенты, до которых мы дошли с помощью досудебных претензий, с помощью уведомлений о задолженности, твердили, что к ним квитанции никто не приносил.

На данный момент мы разработали вместе с ТОО «Батыс Энергоресурс» единый платежный документ. Вместе мы работаем вот уже пять месяцев. Пока больших нареканий нет, но есть кое-какие минусы, которые надо исправлять. Мы первыми заинтересованы, чтобы каждый горожанин знал о своих долгах и начислениях. И поэтому мы в поиске лучшего пути, чтобы наши квитанции своевременно доносились до каждого жителя города. А пока хочу напомнить, что по городу у нас работают десять касс. Так-

же сейчас мы думаем над разработкой приложения для смартфонов, дорабатываем свой сайт, чтобы через него, а также через наши странички в социальных сетях тоже можно было донести свои квитанции до потребителей.

– Мы знаем, что ваша фирма, как и другие прошла несколько этапов реорганизаций. Скажите, пожалуйста, сколько организаций в Уральске сегодня занимаются уборкой и сбором мусора? И какова техническая оснащенность этих предприятий?

Да, реорганизации в свое время происходили неспроста, ведь данный вид коммунальных услуг предполагает обслуживание всего города. Могу сказать, что на сегодня лишь наша фирма может удовлетворить спрос населения на уборку твердых бытовых отходов. Для этого у нас есть все ресурсы, полная техническая оснащенность и укомплектованная материально-техническая база. У нашей фирмы около 40 различных видов техники иностранной и российской сборки, тракторы.

В компании трудятся 150 человек. То есть наша фирма является системообразующей в вопросе сбора и вывоза ТБО в нашем городе. На городской полигон более 90% всех твердых бытовых отходов вывозит именно «Орал Таза Сервис». Анализ работ подтверждает, что именно мы убираем все контейнерные площадки в городе и в пригороде. А это около трех тысяч контейнеров и более 700 контейнерных площадок. Уральцы, наверное, заметили, что в последнее время многие контейнеры заменены на евро стандартные, и у нас есть спецтехника, которая может обслуживать их. Впрочем, мы можем вычищать все виды контейнеров, и те, что советского образца объемом 750 литров, и евро стандартные объемом 1100 литров.

– Разъясните, пожалуйста, нашим читателям, на чем основываются и каким образом регулируются правоотношения между потребителем и ТОО «Орал Таза Сервис» в вопросе предоставления услуг?

Правоотношения между потребителем и нашей фирмой основываются на публичном договоре. Что такое публичный договор? Многие люди приходят к нам с возмущениями, что они индивидуальный договор не заключили с нами. Да, это так, мы не заключаем индивидуальный договор с каждым жителем города, с хозяином той или иной определенной квартиры или дома. Мы, как коммунальная служба в соответствии с законодатель-

ством РК, заключаем публичный договор, который освещается в средствах массовой информации. Здесь расписываются и утверждаются тариф и норма накопления мусора. Таким образом, мы заключаем договор со всем городом сразу. К примеру, деятельность автопарков, перевозчиков, предоставляющих услуги пассажирских перевозок также основывается на публичном договоре. Ведь кондукторы не требуют у горожан договор на право находиться в том или этом автобусе. Также мы не требуем каждого человека предъявить договор, дающий право закидывать мусор конкретно в данный контейнер. Масса контейнеров находится в открытом доступе, и любой горожанин имеет право пользоваться этим общественным благом. И раз ты выкидываешь свой мусор в эти контейнеры, то по умолчанию должен платить за такую возможность.

К сожалению, многие думают, что раз у них нет индивидуального договора с нами, то они могут и не платить. При этом каждый день они выкидывают свой мусор в ближайший контейнер и даже не задумываются, что кто-то периодически их мусор вывозит и следит за порядком на мусорной площадке. Людей с таким мышлением, к сожалению, очень много. Именно поэтому лишь часть населения города оплачивает за вывоз мусора. И эту сознательную часть горожан составляют люди старшего поколения, предпенсионного и пенсионного возраста. Такова статистика. С теми же, кто не оплачивает наши услуги, приходится разбираться, прибегая к судебным процедурам.

Хочется также отметить, что многие люди порой не задумываются над значением аббревиатуры ТБО. Твердый бытовой отход – это не жидкий, не строительный, не крупногабаритный отходы, не отходы из своего огорода, а бытовой отход, который образуется непосредственно дома либо в квартире. Это твердые остатки продуктов питания, их упаковки, другие отходы, которые произошли в ходе жизнедеятельности человека внутри своего дома. Многие, к сожалению, думают, что в контейнеры можно выкинуть любой мусор. Поэтому и кидают строительный мусор, ветки деревьев, некоторые умудряются и жидкие помой заливать.

– Действительно, слово «мусор» имеет широкий смысл. Расскажите, пожалуйста, нам про виды мусора и как правильно утилизировать отходы?

По стандартам экологии слово «мусор» классифицируется по источникам их возникновения, утилизации, а также по стандартам их утилизации. Наша компания занимается сбором и вывозом мусора твердых бытовых отходов. То есть те контейнеры, которые находятся на мусорных площадках ваших домов, предназначены только для твердых бытовых отходов. Не для жидких и крупногабаритных отходов, не для поломанной старой сантехники и прочего строительного мусора. Весной, осенью и летом, во время дачного сезона, многие жители частного сектора используют наши контейнеры, захламляя их отходами с дачных, придомовых участков.

Многие скигают мусор у себя во дворе, а потом всю золу закидывают в наши контейнеры. Очень часто зола, не потухшая до конца, приводит к тому, что мусор в контейнере начинает самовоспламеняться. Такие пожары происходят часто, особенно в летний период, в сухое время года. Бывает, зола тлеет незаметно и уже при вывозе мусора на городскую свалку приводит к возникновению пожара уже во всем полигоне. А это огромный вред здоровью не только для жителей близлежащих микрорайонов, но и всего Уральска, потому что часто едкий дым можно наблюдать и в центре города.

Утилизацией строительного мусора в городе занимается ряд фирм. Вам нужно лишь позвонить и воспользоваться их услугами. Либо наймите технику, сами вывезите мусор и правильно утилизируйте его. Но только не закидывайте то, что не положено в контейнер. Часто случается, что объемный строительный мусор или жидкие отходы вываливаются за края контейнеров, загрязняя всю площадку. Хочется донести до каждого, что мусорные контейнеры – это имущество города, то есть всего населения. И мы должны бережно относиться к своему имуществу, использовать его правильно и по назначению. Я благодарю всех, кто душой болеет за чистоту любимого города, вносит свой вклад, вовремя оплачивая услуги за вывоз мусора, правильно использует контейнеры. Но есть и те, кто еще не понял, что чисто там, где не сорят. Поэтому большая просьба, пожалуйста, будьте хозяевами своих домов и дворов, наблюдайте за вашими соседями, друзьями, может именно они засоряют ваши мусорные площадки, а виноватыми оказываемся мы?

Продолжение интервью в следующем номере.



ТОО «Орал Таза Сервис» – единственная компания в Уральске, осуществляющая централизованный вывоз мусора, имеющая большой парк специализированной техники. Компания обслуживает всю территорию города, вычищая все общественные площадки, предназначенные для обслуживания жилого фонда (площадки, расположенные во дворах многоэтажек и частного сектора). Ежедневно для очистки города отправляются более 40 единиц техники. Всего на предприятии трудятся 150 человек.

СПИСОК КАСС ТОО «ОРАЛ ТАЗА СЕРВИС»

Наш адрес: ул. У. Громовой, 2/2

КАССЫ

График работы:
Пн–Пт 09.00 – 18.00
Обед 13.00 – 14.00

- 1) ул. Т. МАСИНА, 48
- 2) ул. ГАГАРИНА, 89, ТД «СТАРТ»
- 3) ул. КАМАНЖОЛОВА, 178
- 4) ул. ЦИОЛКОВСКОГО, 4
- 5) пр. ЕВРАЗИЯ, 89
- 6) ул. ЖАНГИР ХАНА, 15/1
- 7) ул. С. ЕСКАЛИЕВА, 179
- 8) ул. ЖАНГИР ХАНА, 52, ТД «ЖАНГИРХАН»
- 9) мкрн. ЖЕНИС, 13, ТД «ЖЕНИС»

График работы:
Пн–Пт 08.00 – 17.00
Обед 12.00 – 13.00

- 10) ул. ГАГАРИНА, 29



КАЗАХСТАНЦУ ПЕРЕСАДИЛИ

Сидя за рулём, Алексей Чабан напевает песню группы "Сплин" – "Моё сердце". Пять месяцев 36-летний петропавловец жил ещё с искусственным сердцем. Летом в Национальном научном кардиохирургическом центре мужчине произвели трансплантацию донорского органа. Через пару недель Алексей вернулся домой и говорит, что чувствует себя хорошо. Несмотря на то что после пересадки ему приходится продолжать лечение, в ноябре он уже намерен выйти на работу.

"Мне хочется, чтобы люди, страдающие сердечной недостаточностью, знали, что жить с искусственным сердцем – это не фантастика, это уже реальность, которую подарили мне наши и французские кардиохирурги, – говорит Алексей, объясняя, почему согласился на интервью. – И трансплантации тоже не нужно бояться. Пережив эти сложнейшие операции, сейчас я имею хорошее качество жизни, которое с моим прежним существованием совсем не сравнится".

До операции Алексей не мог пройти и трёх ступеней, чтобы не встать и не отдышаться, губы и щёки синели, голова кружилась. Он страдал наследственной кардиомиопатией, которая передавалась ему от матери.

Парень постоянно пил таблетки, два месяца мог обходиться без стационара, потом снова ложился в больницу. Органы не обогащались кровью в достаточной степени.

В первую очередь у сердечников страдают почки. Человек потребляет много жидкости, его мучает жажда, но организм плохо выводит воду.

"Сначала я у мамы такое состояние наблюдал, десять лет она тяжело болела, пила сильные диуретики, – рассказывает Алексей. – То же самое было и со мной: отекали ноги, живот. Пару раз я ещё лежал в клинике Петропавловска. До последнего ходил на работу, хотя сил не было уже совсем, чувствовал себя стариком".

Так было не всегда. До 32 лет он чувствовал себя вполне нормально, не ходил в больницу на плановые приёмы, занимался спортом, хотя врачи запрещали, и вёл обычный для здорового человека образ жизни.

"Мама меня постоянно тянула на ЭКГ, к кардиологам, но я чаще всего отказывался, – говорит Алексей. – А если и ходил, эскулапы ставили сразу столько запретов, которые я не мог не нарушать. Я не готов был отказать от тренажёрного зала, от занятий рукопашным боем, я не хотел принимать тот факт, что я больной человек. И позже мне это отозвалось... Но я не жалею, что ухудшение произошло тогда, когда я был ещё так молод, это всё равно рано или поздно бы случилось... Кардиомиопатия коварна. Более того, я даже рад, что кризис произошёл, когда все остальные органы были здоровы".

По словам Алексея, впервые он почувствовал себя очень плохо на второй день по-



До 32 лет Алексей вёл обычный для здорового человека образ жизни

сле своего бракосочетания. После этого две недели пролежал в клинике. Врачи уже тогда приняли решение отправить его в столичный кардиохирургический центр и там при первом же осмотре предложили сделать пересадку сердца. Он отказался от операции, потому что не знал, как это всё устроено, но попал в список ожидания донорского органа. При пересадке учитываются такие моменты, как резус-фактор, группа крови, весовая категория. Они должны соответствовать донорским. Если появляется донорский орган и он может подойти нескольким людям, пересадку делают тому, кто находится в наиболее тяжёлом состоянии. В столичном центре у него выгнали воду из организма, и Алексей снова вернулся домой. Потом он снова уехал в Астану, где предложили установить Lvad (желудочковый аппарат вспомогательного кровообращения. – Авт.) в левый желудочек сердца.

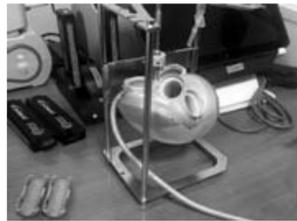
"Я согласился, но отпросился домой на три месяца, чтобы решить все бытовые, рабочие и финансовые вопросы. Однако спустя девяносто дней выяснилось, что данное хирургическое вмешательство мне больше уже не подходит, так как в негодность стал приходить уже правый желудочек. Пересадка на тот момент тоже была невозможна: развилось высокое лёгочное давление – гипертензия... Тогда-то я и узнал о том, что спасти меня может только искусственное сердце".

С НОВЫМ СЕРДЦЕМ "КАК В ПСАРНЮ ПОПАЛИ"

В 2017 году Национальный научный кардиохирургический центр вошёл в международный проект по изучению искусственного сердца CARMAT у пациентов с терминальной стадией сердечной недостаточности. В исследовании вместе с Казахстаном принимают участие ведущие страны Европы.

Сейчас существует несколько модификаций устройства. CARMAT – последняя разработка французских учёных, по параметрам наиболее приближенная к физиологическим параметрам человеческого сердца.

Первая операция по имплантации искусственного сердца была проведена командой кардиохирургического центра в Астане год назад пациенту из Павлодарской области Кунанбаю Абраеву. Спустя 8 месяцев он перенёс ещё одну операцию – трансплантацию сердца, и был выписан домой.



Искусственное сердце CARMAT представляет собой биопротез весом около одного килограмма. Значительная часть "органа" находится снаружи в специальной чёрной сумке. В ней лежат аккумуляторы, которые ведут питание к искусственному органу, и контроллер, показывающий процентное соотношение батареи, время работы, давление и другие параметры.

Разработку и использование полностью искусственного сердца можно по праву считать настоящим прорывом в современной мировой медицине. Стоимость биопротеза составляет свыше 1 млн евро, но казахстанцам сейчас устройства предоставляются бесплатно. Повторно использовать искусственное сердце не представляется возможным, поскольку после извлечения оно уже содержит биологические ткани своего хозяина. По всему миру операций по пересадке искусственного сердца в рамках исследования было сделано всего десять. Через это предстояло пройти Алексею Чабану.

"Я познакомился с Кунанбаем Абраевым, мы пообщались. Он рассказал, что в центр его привезли в инвалидном кресле, страдал от хронической бивентрикулярной сердечной недостаточности в терминальной стадии, а теперь чувствует себя прекрасно. И я видел, что он говорит правду, выглядел бодро, шутил, резво бегал по лестницам, имел хороший аппетит, – рассказывает Алексей.

ИСКУССТВЕННОЕ СЕРДЦЕ. Как изменилась его жизнь?

АЛЕКСЕЙ ЧАБАН ПЕРЕНЁС ДВЕ ОПЕРАЦИИ НА СЕРДЦЕ. СНАЧАЛА ЕМУ ПОСТАВИЛИ ИСКУССТВЕННЫЙ ОРГАН, А ЧЕРЕЗ ПОЛГОДА ЗАМЕНИЛИ НА ДОНОРСКИЙ.



– У меня было два выхода: либо жить со своим к тому времени в два раза увеличившимся в размерах сердцем, либо рискнуть и установить CARMAT, который полностью восстановит все мои жизненно важные процессы, снимет гипертензию. Искусственное сердце ведь ставится не только во временный промежуток ожидания донора, но и для восстановления организма и его подготовки к трансплантации".

Операцию Алексею сделали 2 марта 2018 года. В тот день над его телом в течение десяти часов оперировали около 20 отечественных и европейских врачей во главе с главным кардиохирургом столичного центра Юрием Пя. Двое суток мужчина находился под наркозом. Специалистам нужно было убедиться в том, что орган работает правильно, что нет кровотечения. После вторых суток, когда завершили все необходимые манипуляции, мужчина пришёл в себя.

"Сложно было первое время себя расслабить, – вспоминает Алексей. – Хотя врачи велили начинать двигаться как можно быстрее. У китайцев даже мудрость есть такая: "Если ты лежишь – ты умираешь, если ты сидишь – ты болеешь, если ты двигаешься – ты живёшь". Вот я как мог, так и активничал, уже через десять дней обслуживал себя самостоятельно, начал ходить, подниматься и спус-

"Как обращаться со своим чёрным чемоданчиком, я тоже быстро разобрался. Пока носил часть своего сердца в сумке, никаких экстренных ситуаций не возникало. Заряда в батарейках хватало на семь часов, когда оставалось 25%, контроллер сигнализировал об этом, когда 15% – издавал ослепительный длинный звук. Также я мог постоянно присматривать за своим давлением, видеть, сколько литров крови прокачивает моё сердце".

Иногда на экране контроллера загорались коды ошибок в виде цифр. Алексею дали специальную брошюру с этими кодами, где можно было по цифрам узнать, что сердцу "не нравится". Чаще всего это касалось консистенции крови: она должна быть жидковатой. Для этого необходимо было пить больше воды и принимать таблетки. Потом он самостоятельно ставил себе уколы для расслабления.

"Неудобно ещё было принимать душ. Сумка оставалась за пределами душевой. Водонепроницаемый объёмный, малоподвижный провод, который выходил из моего живота, длиной был около метра, поэтому чемоданчик можно было держать от себя на расстоянии. Но при этом я постоянно чувствовал беспокойство, вдруг в крепление в середине попадёт вода (крепление предназначалось для подключения в случае чего к другому контроллеру), но ничего такого не происходило ни разу. Кстати, французы в будущем учтут этот нюанс и сделают шнуры тоньше и гибче".

По словам Алексея, шрам на груди быстро зажил. Открытие в животе, откуда выходил провод, было всё время заклеено пластырем и обрабатывалось раз в два дня антисептиками.

"Тело же приняло новое сердце на ура, меня это приятно удивляло и радовало! – рассказывает Алексей. – Никаких ощущений, что внутри что-то инородное, не было. И все неудобства казались такими мелочами, по сравнению с тем качеством жизни, которое я обрёл. Восстанавливались все системы организма, появилось столько сил и энергии".

Со временем ему было мало просто бродить по коридорам, спускаться и подниматься по лестницам, он стал гулять вокруг клиники, потом подниматься на возвышенности, затем делать пробежки, а после упрощал докторов, чтобы позволили ему заниматься с гантелями. Потом они разрешили физические нагрузки, но постоянно наблюдали за его состоянием. Первоначально тренировки длились по 20 минут, потом увеличились до сорока. Алексей начинал с гантелей в два килограмма, потом брал трёхкилограммовые в обе руки, после всё, что было в спортзале клиники, собирал в пирамидку и подкачивал мышцы. Единственный запрет на грудь – никаких жимов даже сейчас, хрящи после швов ещё очень мягкие, и грудная клетка может просто разойтись.

В июле Алексея стали готовить к реальной выписке. Если бы это случилось, то он стал бы первым человеком в мире, которого отпустили домой с искусственным сердцем. Из Петропавловска специально вызвали медперсонал, чтобы обучиться работать с пациентами CARMAT, если вдруг Алексею понадобится экстренная помощь. Обладателя искусственного сердца попросили задержаться ещё на месяц. А потом появилось до-

норское сердце, и Алексей уже был к тому времени готов его получить.

Алексей вспоминает: "3 августа было обычное утро, но ко мне зашёл мой лечащий врач и сообщил, что есть подходящее донорское сердце, резус-фактор тоже отрицательный, редкий, как у меня, весовая категория соответствующая, мужчина погиб в автокатастрофе, возраст донора 48 лет. И тут она увидела мой взгляд. И сразу без слов поняла, что меня смутило. Ты можешь ни о чём не беспокоиться, сердце абсолютно здоровое, а возможность, сам понимаешь, такая выпадает редко... Я подумал и согласился. Ведь ещё неизвестно, сколько бы пришлось проходить с трёхкилограммовой сумкой на плече и засыпать под лай собак. К шести вечера меня стали готовить к операции, к 20.30 из Костаная привезли сердце. Через полторы недели меня выписали домой".

Около двух лет назад пересадку сделали и маме Алексея Алле Константиновне. Перед операцией она не могла выполнять даже обычные физические нагрузки. Сейчас восстановилась, работает полный день, ежедневно гуляет по 1,5–2 часа, занимается спортом. К этому стремится и Алексей.

Свой день мужчина начинает с раннего подъёма – в 6.30 утра и приёма таблетки, потом здоровый завтрак.

По словам Алексея, первый год после трансплантации сердца – самый ответственный.

"К своему здоровью нужно относиться очень бережно, так как для того, чтобы организм перенёс пересадку благополучно и не отторг чужеродный орган, приходится пить препараты, снижающие собственный иммунитет, – объясняет собеседник. – У меня сейчас пятнадцать приёмов в день".

На журнальном столике в квартире Алексея лежит брошюра с практическими рекомендациями для пациентов после трансплантации донорского сердца, иногда он в неё заглядывает.

Одну полку в комод полностью занимают медицинские препараты, самые важные из которых – селлсепт и програф (они пожизненные).

По словам Алексея, все препараты, которые он сейчас принимает, выдают пациентам бесплатно, а также трансплантация органов тоже производится по квоте. То есть за своё лечение, нахождение в столичном центре ничего платить было не нужно (стоимость трансплантации в Казахстане покрывается бюджетными деньгами, одна пересадка сердца в столичном кардиохирургическом центре обходится государству в 20–25 млн тенге. – Авт.). На вопрос, осталась ли у Алексея что-нибудь на память о жизни с искусственным сердцем, он ответил: "Воспоминания". Орган забирают на исследование французские учёные.

Источник: Informburo.kz

СОШ № 32 ОБЪЯВЛЯЕТ КОНКУРС НА ЗАНЯТИЕ ВАКАНТНЫХ ДОЛЖНОСТЕЙ НА 2018-2019 УЧ.Г.

1. Учитель казахского языка и литературы- 1 ставка

Требования:

- образование высшее,
- наличие сертификата по прохождению курсов по обновленному содержанию образования,
- стаж работы не менее 3 лет.

Документы для участия в конкурсе:

1. Заявление.
2. Копия удостоверения личности
3. Резюме.
4. Копии документов об образовании и квалификации.
5. Копия трудовой книжки.
6. Личный листок по учету кадров.
7. Документы о прохождении мед. осмотра
8. фото 3x4- 2 шт.

Документы для участия в конкурсе должны быть предоставлены в течение 15 дней с момента опубликования объявления по адресу: 48 Уральск, ул. Жданова, 48 телефон/факс 28-30-88

День профориентации собрал больше 800 старшеклассников ЗКО

МЕРОПРИЯТИЕ БЫЛО ОРГАНИЗОВАНО ОДНОВРЕМЕННО В ГОРОДЕ И РАЙОНАХ. В ОБЛАСТНОМ ЦЕНТРЕ ДЕНЬ ПРОФОРИЕНТАЦИИ ПРОХОДИЛ НА БАЗЕ УРАЛЬСКОГО ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА «СЕРВИС».



Анна СУВОРОВА

Чтобы помочь учащимся определиться с выбором будущей профессии, Палатой предпринимателей ЗКО разработан алгоритм действий. После ознакомления с ним прошла презентация учебных заведений ТИПО.

Разработано множество методов и методик. Но даже после прохождения ста тестов процесс выбора может не начаться, ведь это – внутренний процесс. Старшеклассники иногда представляют себе профориентацию, да и любую другую работу с психологом, как некое чудо: придет волшебник, задаст пару вопросов – и всё мне расскажет о том, кто я и что мне делать. Психологические и профориентационные тесты – лишь инструмент, помогающий разобраться в себе. Однако без желания и внутренней

работы самого человека прохождение любых тестов – бесцельная трата времени, – отметила в своем выступлении начальник отдела развития человеческого капитала ПП ЗКО Айгуль Абулкаирова.

На рынке труда сегодня не хватает специалистов среднего звена, поэтому школьникам было рекомендовано выбирать рабочие профессии. Это еще дает возможность открыть свое дело. Желающим начать свой бизнес помогает Палата предпринимателей ЗКО.

В рамках Дня профориентации учащиеся 9–х классов ознакомились с перечнем востребованных профессий, в числе которых воспитатель, медсестра, работники сферы услуг,

геодезист, пожарный инспектор, спасатель, электрогазосварщик, слесарь-сантехник и другие.

Мы пришли с учащимися 9 «а» и 9 «б» классов. Профориентационная работа у нас ведется в школе, работает кабинет профориентации. По графику водим школьников на местные предприятия. Экскурсии организуются Палатой предпринимателей. По государственной программе занятости наши выпускники обучаются в колледжах Уральска. Специальности выбирают разные. В этом году у нас 9 класс заканчивают 60, 11 класс – 26 учеников, – сказала заместитель директора СОШ № 13 Марьям Стамкулова.

Под руководством педагогов школьники прошлись по учебным кабинетам и мастерским, осмотрели музей, столовую, более подробно узнали об условиях и сроках обучения в Уральском технологическом колледже «Сервис».

В фойе их встречали представители ор-

ганизаций ТИПО, которые проконсультировали учащихся, вручили информационные материалы.

Мы готовим дорожников. Эта профессия сегодня востребована, много дорог строится. К тому же, кроме основной специальности, наши выпускники получают водительское удостоверение. Процент трудоустройства у нас хороший, – отметил преподаватель Дорожно-транспортного колледжа имени А.Иманова Сансызбай Сагингаиев.

Нужно отметить, что на сегодня в нашем регионе работают 37 учебных заведений ТИПО, из них 26 государственных и 11 частных. В областном центре действуют 22 колледжа (11 государственных и 11 частных).

Фото автора

350 ВАКАНСИЙ ПРЕДСТАВИЛИ НА ЯРМАРКЕ

В ОБЛАСТНОМ КАЗАХСКОМ ДРАМАТИЧЕСКОМ ПРОШЛА СЕДЬМАЯ ПО СЧЕТУ В ЭТОМ ГОДУ ЯРМАРКА ВАКАНСИЙ. ОРГАНИЗАТОРЫ ОТМЕТИЛИ, ЧТО В НЕЙ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ 45 РАБОТОДАТЕЛЕЙ.

Руслан АЛИМОВ

Организаторы ярмарки отметили, что сейчас соискатели вакансий стали менее активны. Многие горожане ищут работу по интернету. Поэтому большого наплыва посетителей на ярмарке не наблюдалось. Хотя выбор имелся. Инженеры, сварщики, водители, механики, повара. Для представителей этих профессий имелись свободные рабочие места.

Сегодня собрались около 45 работодателей, которые представили порядка 350 вакансий. Работодатели нуждаются в специалистах строительных специальностей, сварщиках, токарях, слесарях, водителях различных категорий. Есть работа для поваров, воспитателей и техников, – сообщила заместитель директора городского центра занятости населения Айнура Казмуханова.

В центре занятости населения направление на общестроительные работы. 216 безработных направлены на



492 человека, еще 996 получили направление на общестроительные работы. 216 безработных направлены на

обучение в рамках краткосрочных курсов и 34 человека получили микрокредиты на свой бизнес.

Некоторые работодатели ищут новых сотрудников в связи с расширением производства. В агрофирме

«Акас» занимаются выращиванием, переработкой и реализации продукции сельского хозяйства. Эта сфера

сейчас динамично развивается. Поддержка оказывается на государственном уровне.

Мы построили три новые фермы. Нам нужны животноводы и механики. Обеспечим сотрудников заработной платой и социальным пакетом, – говорит менеджер агрофирмы Надежда Копылова.

Как выяснилось, сложнее всего на ярмарках приходится молодежи. Без соответствующего опыта работы путь на многие предприятия закрыт.

Мне 17 лет. Я учусь на парикмахера. Сейчас многие люди интересуются прическами и модными стрижками. Думаю, моя профессия будет востребована в будущем, – говорит Марина Фофонова.

Стоит отметить, что с начала этого года на постоянные рабочие места в городе трудоустроены более 2,5 тысячи человек. 250 из них нашли работу непосредственно на ярмарках вакансий.

Фото автора

Бюджет Уральска увеличился на 91 млн тенге

ИЗ РЕСПУБЛИКАНСКОГО БЮДЖЕТА ВЫДЕЛЕНО 2,1 МЛН ТЕНГЕ, А ИЗ ОБЛАСТНОГО – 89,3 МЛН ТЕНГЕ.

Дана РАХМЕТОВА

Руководитель отдела экономики и бюджетного планирования города Уральск Альмира ТУЛЕГЕНОВА на внеочередной сессии городского маслихата сообщила, что бюджет города будет увеличен на 91,5 млн тенге. Средства, выделенные из республиканского бюджета, будут направлены на организацию молодежной практики.

Средства, выделенные из областного бюджета, пойдут на завершение строительства жилого дома

№39 в п. Зачаганск, на завершение благоустройства ПДДП по ул. Дёповской, строительство инженерных сетей и благоустройство домов №26 и №27, завершение разработки ПСД по берегоукреплению реки Урал по ул. Чичерная, на выделение гранта СОШ №44. Кроме того, из областного бюджета 1,2 млн тенге, выделенные на жилищное строительство, перераспределяются на продолжение строительства 5 жилых домов в поселке Зачаганск, – сообщила Альмира ТУЛЕГЕНОВА.

Кроме того, планируется перераспределение средств городского бюджета на строительство инженерных сетей, реконструкцию и капремонт дорог, начало работ по изготовлению ПСД на строительство домов в микрорайоне «Ажайык» и в Зачаганске, начало строительства берегоукрепительных работ на реке Деркул в районе Кардиоцентра, обеспечение санитарии города, содержание освещения и другие текущие расходы.

Депутаты единогласно поддержали уточнение бюджета.





ФЭН-ШУЙ

Будучи светолюбивым и теплолюбивым растением, герань предпочитает солнечные места, например, подоконник окна, выходящего на солнечную сторону вполне ее устроит. Герань по фэн-шуй – это цветок Элемента Огня, поэтому она не любит избыточную влагу, так что учтите этот факт и не поливайте ее чрезмерно. Красные и белые цветы герани очень благоприятно воздействуют на психологическое состояние человека: они успокаивают, умиротворяют и расслабляют. Если вы чувствуете напряжение, усталость после рабочего дня, а также жжение в глазах от долгой работы за компьютером, сядьте возле цветущей герани, расслабьтесь и смотрите на нее некоторое время – вы почувствуете себя лучше и бодрее, а усталость постепенно уйдет.

Герань, мало того, что очень красива, так еще и полезна! Так, масло герани способно помочь при заиморите, головной боли, простуде, отитах и воспалениях дыхательных путей. Она также обладает противовирусным и противомикробным свойствами, что делает ее средством номером один в профилактических процедурах.

Источник: forum.feng-shui.ru

СОВЕТ

В зимний период необходимо предоставить растению достаточный доступ к прохладному воздуху. Если это не представляется возможным, весной удалите как можно больше голых побегов у растения.



НОВИНКА СЕЗОНА



ЦИКЛАМЕН ПЕРСИДСКИЙ

ВЕРОНА РОЗОВАЯ F1.

Мощный, очень душистый, срезочный гибрид цикламена! Крупные бело-розовые цветки с легкой бахромой по краю лепестков возвышаются над раскидистой розеткой расписных листьев и все растение, разрастаясь, занимает площадь диаметром от 20 до 50 см. Внушительные размеры куста, необходимо учитывать при выборе диаметра емкости для выращивания. Гибрид отличается устойчивостью к неблагоприятным условиям выращивания и очень ранним дружным цветением.

Источник: flir.kz



Как пересадить герань с улицы в горшок?

Герань – довольно распространенное комнатное растение, которое можно выращивать не только на подоконнике, но и в открытом грунте. Однако с наступлением холодов ее необходимо перенести в помещение. Все же это – комнатное растение, и зимние морозы оно может не пережить.

На свежем воздухе это нежное растение чувствует себя превосходно. Конечно, в первое время после пересадки в грунт она будет немного «болеть» – у нее могут пожелтеть и опадать некоторые листья. Но затем она акклиматизируется и порадует обильным цветением. Открытый воздух очень хорошо разрастается, что невозможно в горшках. Герань хорошо переносит любые температуры, но предпочитает не слишком жаркое лето и полутень. Пересаживать герань лучше в таких местах, где нет застоя воды, иначе это может привести к развитию опасных заболеваний, например – «черной ножки».

На улице она может расти до наступления холодов. Пока температура не опустится до +2–5°C, можете не беспокоиться о герани. Но затем ее нужно пересадить в горшки. Вы можете устроить ей зимнюю спячку, обрезав и поместив в прохладное помещение, либо просто поставить в дом. По возвращению в дом, герань снова сильно переболеет.

Накануне нужно хорошо полить растения – можно даже с некоторым изливом. Затем аккуратно выкапываем куст вместе с комом земли и переваливаем его в горшок подходящего размера.

Если же куст разросся и не помещается в свой прежний горшок, можно взять от растения черенки и вырастить новое, молодое растение. Или разделить куст на несколько и рассадить их по нескольким горшкам. Дальше герань вновь переходит в разряд комнатных растений. При переносе из открытого грунта в дом отмирание части листьев является вполне естественным и неизбежным явлением. Так происходит адаптация растения к новым условиям.

В общем, герань плохо переносит пересадки, делать это нужно в крайних случаях – если мал горшок или вы хотите ее размножить. И на вопрос, можно ли пересаживать цветущую герань, ответ скорей отрицательный. Это может привести если не к полному прекращению цветения, то к его значительному снижению.

Источник: womanadvice.ru

НОВЫЕ СОРТА

Пеларгония Pebbles

Махровые, с осветленным центром розово-малиновые цветки пеларгонии Pebbles кажутся еще крупнее, поскольку само растение не слишком велико и по праву относится к разряду миниатюрных.



Несмотря на появление новых сортов пеларгоний, фото этого пушистого, легко поддающегося формировке кустика неизменно привлекает внимание цветоводов, которые не разочаруются и при выращивании его на клумбе или подоконнике. Плотные шапки соцветий выглядят еще более объемными из-за светлой, почти белой обратной стороны лепестков.



Пеларгония Shelk Moira

Нежная карликовая пеларгония Shelk Moira – это первое официально признанное создание российских селекционеров. Автором эффектного растения с густомахровыми цветками необычного светло-лососевого оттенка и яркой изумрудной листвой является жительница Санкт-Петербурга Ирина Клеймова.

Соцветия этого сорта пеларгонии, как на фото, плотные, цветки густомахровые, с волнистыми, осветленными с тыльной стороны лепестками.

Пеларгония Brookside Fantasy

Еще одно махровое растение сорта Brookside Fantasy – это яркий представитель зональных пеларгоний. Компактные кустики с насыщенно-зелеными, с хорошо заметной темной полосой листьями радуют соцветиями нежного розово-сиреневого оттенка.



СОВЕТ

Не забывайте, что солнечные ожоги пагубно сказываются на состоянии листьев – берегите свои растения от попадания прямых солнечных лучей и вовремя прищипывайте цветы.

НОВИНКА СЕЗОНА



ГЛОРИОЗА РОТШИЛЬДА

Глориоза Ротшильда чаще размножают с помощью клубней. Чтобы вырастить ее из семян нужно запастись терпением. Семена быстро теряют всхожесть, и их следует высаживать сразу после сбора. Почвенная смесь должна состоять из торфа, дерновой земли и песка в равных пропорциях. Высеивать семена необходимо в конце осени – начале зимы.

Температурный режим должен соответствовать 20–24 градусам по Цельсию. Почва должна быть влажной, не допуская ее пересыхания. Всходы следует ожидать по истечении 1,5 – 2 месяцев.

Источник: proklumbu.com



НЕ БОЛЕЙ
о медицине и не только...

МИНЗДРАВ РК:

УМЕНЬШАЕМ БОЛЬ СИЛОЙ МЫСЛИ

Можно ли уменьшить боль силой мысли? Да, если научиться особым приемам, которые используют медицинские психологи.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ

Боль – это сигнал от организма о проблеме, которую нужно осознать и срочно принять меры (выпить лекарство, обратиться к доктору). А если сигнал воспринимает наше сознание, значит, оно же способно его отключить. Разумеется, это не решит проблему – ожог всё равно появится, а болезнь не пройдет, однако болевые импульсы перестанут поступать или станут намного слабее. Примерно по такому принципу и работает психотерапия боли.

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Наш организм устроен так, что на вдохе все части нашего тела напрягаются, а на выдохе, наоборот, расслабляются. Поэтому при выполнении дыхательных упражнений нужно делать акцент именно на выдохе. Вдохните как обычно и сделайте долгий выдох. Достаточно повторить такое упражнение 3–5 раз – и напряжение спадёт, стресс уменьшится, а болевые ощущения пойдут на спад. Такая дыхательная гимнастика эффективна практически при любых видах боли.

ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ ВНИМАНИЯ

Эта техника хороша для краткосрочных болей, например, при ушибе или если нужно дождаться, когда подействует обезболивающее. Все мы немного гипнотизёры. Но если внушить что-либо окружающим под силу не всем, то воздействовать на себя может каждый. Попробуйте заморозить свою боль. Сядьте, закройте глаза, мысленно сосредоточьтесь на болезненном месте. Протрите этот участок чем-нибудь холодным, например, кусочком льда или влижайте салфеткой. Теперь фиксируйте внимание не на боли, а на ощущении холода, и боль пойдёт на спад. Дело в том, что наша психика устроена так, что в определённый момент времени мы можем испытывать только одно чувство, и на

каком из ощущений вы сосредоточитесь в конкретную минуту – во многом вопрос выбора.

АУТОГЕННЫЕ ТРЕНИРОВКИ

Особенно эффективны аутогенные тренировки при головной боли. Ведь в самом мозге нет болевых рецепторов, а боль чаще всего возникает из-за напряжения стенок сосудов, например, из-за стресса. Если стресс становится хроническим, то и головная боль беспокоит человека уже не от случая к случаю, а постоянно. Лучший способ убрать такую боль – просто расслабиться. Но достичь релаксации не так просто, как кажется, даже если вы будете полдня уговаривать себя расслабить мышцы, возможно, они всё равно останутся напряжёнными, ведь часто люди просто не

замечают скованности. Поэтому нужно научиться фиксировать момент расслабления. Для этого напрягите любую часть тела (при головной боли это будет шея и плечи), затем расслабьтесь и попытайтесь почувствовать разницу. Запомните это ощущение. В момент максимального расслабления боль начнёт уходить. Если делать упражнения постоянно, можно избавиться от хронической головной боли, а заодно и от бессонницы, которая тоже часто связана с сосудистым и мышечным напряжением. Но чтобы ваши мышцы запомнили состояние полного релакса, придётся тренироваться. Повторяйте упражнения по несколько минут утром и вечером в течение трёх недель – и тогда ваши движения станут автоматическими.

АиФ здоровье



ИП Павлов А. М.
частный медицинский кабинет
г. Уральск, ул. Целиковская, 37/ив. 21
23-22-18, 23-25-42
8 701 534 54 55

- ведет прием врач нарколог
- услуги процедурного кабинета
- мануальная терапия
- лечение алкоголизма

Лицензия ПИ 003803, К00309902 от 25.06.2009г. Выдана ГУ Управление здравоохранения ЗКО.

ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА
ВРАЧ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ
ДЕМЧЕНКО НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА
ул. Жукова, 2
тел.: 51-77-21, 8-701-378-44-37

ПОДСКАЖИТЕ, ДОКТОР!

– Спасет ли шапка от менингита?
– Валерия

Отвечает врач-инфекционист Софья Русанова:
Шапка не спасет от менингита. Это в первую очередь инфекционное заболевание. Бывают менингиты неинфекционные, асептические, которые вызываются самыми разными вирусами. Бывают токсические. Но такие заболевания условные и достаточно редкие. При инфекционном менингите возникает воспаление мозговых оболочек. В механизме возникновения заболевания присутствует либо вирус, либо бактерия. Поэтому, чтобы получился менингит, нужно, чтобы бактерия или вирус прошли гематоэнцефалический барьер и вызвали воспаление мозговых оболочек. Шапка, конечно же, безусловно вещь очень хорошая, в первую очередь она защищает голову от переохлаждения и сохраняет волосные луковицы. Головной убор нужно носить, поскольку переохлаждение является предрасполагающим фактором к возникновению менингита, а не причиной его возникновения. Причиной является инфекционный агент – вирус, бактерия или простейшее.

– Какие витамины нужно принимать для профилактики простуды?
– Александра

Отвечает доктор Сергей Агапкин, ведущий программы «О самом главном»:
Витамины обладают иммуностимулирующим действием, ускоряют регенерацию пораженных вирусом тканей, уничтожают определённые виды вирусов. Поэтому в сезон простуд рекомендуют приём витаминов А, С, Е, D, группы В.

Акция
Осень с «Рагузой звуков»
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ
45000
5% скидка
20% скидка
Нормальная слуховая функция – это залог здоровья.
ул. Жукова, 2
тел.: 51-77-21, 8-701-378-44-37

Лицензия ЛП00576DL №0181065 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО. ®

ВОПРОС-ОТВЕТ

- Как влияет лишний вес на риск развития гипертонии у женщин старше 50?

- Полина

Отвечает врач-кардиолог Василий Петров:

Риск гипертонии рассчитывается, исходя из наличия неблагоприятных факторов. Возраст старше 50 лет – это для женщины время наступления менопаузы, при которой снижается уровень женских половых гормонов эстрогенов, защищающих сосуды сердца. Избыточный вес – это второй фактор риска. Ведь известно, что каждые лишние 5 кг увеличивают показатели артериального давления на 5 мм ртутного столба. Именно поэтому полные люди больше подвержены риску гипертонии. Также важно, курит ли женщина и имеет ли близких родственников, страдающих гипертонией и другими сердечно-сосудистыми заболеваниями. Если да, то личный риск развития заболевания ещё выше. Но даже если женщина ведёт здоровый образ жизни, то наличие двух существенных факторов риска не исключает возможности возникновения гипертонии. Поэтому следует, во-первых, избавиться от лишних килограммов, а во-вторых, обзавестись домашним тонометром и взять за правило ежедневно контролировать своё артериальное давление. Не стоит думать, что этот прибор нужен только людям, уже имеющим диагноз «артериальная гипертония», не менее, а может, и более важно его использовать для профилактики.

АиФ Здоровье



Частое употребление пива приводит к развитию алкоголизма!

Есть люди, которые зависимы от пива и не употребляют более крепкие напитки. Для них используется термин «пивной алкоголизм». Об этой алкогольной зависимости рассказала врач-нарколог областного центра психического здоровья Майра МЕДЕТОВА.

Каждый человек должен четко понимать, что пиво – это настоящий алкогольный напиток, который также пагубно воздействует на организм человека наряду с другими крепкими напитками.

– Конечно, процент содержания спирта в пиве меньше, но следует учитывать, что водка обычно пьется рюмками, а пиво – бутылками. Так, одна бутылка пива (500мл) содержит алкоголя столько же, сколько и в 50 граммах водки. А две бутылки пива – это и есть те самые 100 граммов, которые обычно употребляют люди и которые якобы помогают расслабиться, отдохнуть от жизненной суеты и так далее. А ведь все с этого и начинается, – говорит специалист.

КАКУЮ ОПАСНОСТЬ ТАИТ ПИВО?

1. Пиво губит клетки головного мозга. Это причина деградации личности, изменения в поведении, развития слабоумия, невозможность адекватно смотреть на жизненные ситуации и при-

нимать соответствующие решения. Возникает физиологическая и психологическая зависимости: раздражительность, потребность выпить, сам процесс употребления, похмелье, и все по новой. Замкнутый круг.

2. Нарушение работы сердца за счет утолщения его стенок, и при этом происходит сдавливание сосудов сердца и нарушается его кровоснабжение. В результате всего сердца становится неспособным к физическим нагрузкам и снижается его сократительная способность, то есть интенсивность перекачки крови. В связи с этим человек чаще чувствует слабость, снижается общая работоспособность, и вновь приходится на помощь пиво или уже другой любой напиток, содержащий алкоголь, который на время помогает повысить тонус и чувствовать себя бодрее. Замкнутый круг.

3. Пиво влияет на гормоны. Не вдаваясь в подробности, происходящие в организме, достаточно посмотреть на зависимого от пива человека.

Если это мужчина, то у него происходит «феминизация», то есть увеличение грудных желез, жировые отложения в области талии и бедер. У женщин наоборот алкоголизм вызывает появление мужских признаков: голос становится грубее и появляются усы над верхней губой. В частности доказано, что токсические вещества, содержащиеся в пиве, влияют на половые гормоны. Уменьшается тяга к противоположному полу, высок риск развития импотенции. Неудовлетворенность в интимной сфере также приводит к стремлению «запить» проблемы. Замкнутый круг.

4. Но выход есть всегда! Даже если человек, как-то, уже зашел слишком далеко, никогда не стоит опускать руки. Сегодня существует большое количество методов очистки организма от алкогольных токсинов: от народных средств до высокотехнологических. Очень важна психологическая сторона лечения. Тут в помощь могут прийти психологи, психотерапевты и врачи-наркологи. Не надо стесняться признавать, что проблема существует и что человек не может сам с ней бороться. Главное – это желание самого человека, а также помощь и поддержка родных и близких, – заключила Майра МЕДЕТОВА.

исходит по несколько раз в неделю.

2. Стадия закрепленного пристрастия к пиву. Признаки проявляются в возможности расслабиться без употребления пива. Человек систематически выпивает 3–4 бутылки пива. Дозы увеличиваются. На этой стадии уже очень сложно избавиться от пристрастия.

– Но выход есть всегда! Даже если человек, как-то, уже зашел слишком далеко, никогда не стоит опускать руки. Сегодня существует большое количество методов очистки организма от алкогольных токсинов: от народных средств до высокотехнологических. Очень важна психологическая сторона лечения. Тут в помощь могут прийти психологи, психотерапевты и врачи-наркологи. Не надо стесняться признавать, что проблема существует и что человек не может сам с ней бороться. Главное – это желание самого человека, а также помощь и поддержка родных и близких, – заключила Майра МЕДЕТОВА.

5. Часто пациенты имеют ошибочное представление о современных малоинвазивных методах хирургического лечения. Например, спрашивают: делают ли лазерные операции при патологиях почек? Хочу правильно проинформировать пациентов, что в нашем отделении выполняются не лазерные, а лапароскопические операции по удалению доброкачественных кист на почках – довольно распространенное заболевание, которое встречается как у мужчин, так и у женщин. Симптоматика кисты почки может быть: боль в поясничной области и повышение

артериального давления. Это связано со сдавливанием паренхимы почки увеличенной кистой, а также нарушенной оттока мочи из чашечно-лоханочной системы почки, что является показанием к операции. Главной особенностью лапароскопических операций является то, что все вмешательства производятся почти без разрезов – через небольшие проколы на коже (инструментом 5 или 10 мм в диаметре) под контролем видеомониторинга. В будущем планируется проведение подобных операций по другим патологиям почек, – рассказал хирург.

Также в отделении урологии лечат мужское бесплодие и другие патологии мужской половой системы, в том числе и одно из распространенных урологических заболеваний, встречающееся у представителей сильного пола – варикоцеле.

– Это варикозное изменение вен семенного канатика, сопровождающееся нарушением венозного оттока от яичка. Проявляется болезнью тянущими и распирающими болями, чувством дискомфорта и тяжести в мошонке, видимым расширением вен. Может возникнуть воспаление или разрыв варикозных сосудов с кровоизлиянием в мошонку. Прогрессирующее варикоцеле ведет к уменьшению размеров пораженного яичка, нарушению сперматогенеза, развитию раннего мужского климакса и бесплодия. Само по себе варикоцеле не угрожает жизни пациента и, как правило, не доставля-

Лицензия ЛП00428DL №0009933 от 26.01.2010г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО. ®

Лечим болезни почек и другие урологические заболевания

Об этом рассказал заведующий отделением урологии областной многопрофильной клинической больницы, хирург-уролог Адилжан АХМЕТКАЛИЕВ.

В единственном по нашей области урологическом отделении областной многопрофильной клинической больницы оказываются медицинские услуги по лечению различных урологических патологий населения города и области на платной основе или же по направлению через портал.

– У нас пациенты могут проконсультироваться у специалиста, пройти диагностическое обследование, а также получить консервативное или хирургическое лечение в зависимости от степени заболевания, – говорит врач.

На сегодняшний день отделение урологии оснащено современным операционным оборудованием, что позволяет проводить высокотехнологичное хирургическое лечение таких патологий, как болезни почек, мочевого пузыря, мочекаменная болезнь и другие.

– Часто пациенты имеют ошибочное представление о современных малоинвазивных методах хирургического лечения. Например, спрашивают: делают ли лазерные операции при патологиях почек? Хочу правильно проинформировать пациентов, что в нашем отделении выполняются не лазерные, а лапароскопические операции по удалению доброкачественных кист на почках – довольно распространенное заболевание, которое встречается как у мужчин, так и у женщин. Симптоматика кисты почки может быть: боль в поясничной области и повышение

артериального давления. Это связано со сдавливанием паренхимы почки увеличенной кистой, а также нарушенной оттока мочи из чашечно-лоханочной системы почки, что является показанием к операции. Главной особенностью лапароскопических операций является то, что все вмешательства производятся почти без разрезов – через небольшие проколы на коже (инструментом 5 или 10 мм в диаметре) под контролем видеомониторинга. В будущем планируется проведение подобных операций по другим патологиям почек, – рассказал хирург.

Также в отделении урологии лечат мужское бесплодие и другие патологии мужской половой системы, в том числе и одно из распространенных урологических заболеваний, встречающееся у представителей сильного пола – варикоцеле.

– Это варикозное изменение вен семенного канатика, сопровождающееся нарушением венозного оттока от яичка. Проявляется болезнью тянущими и распирающими болями, чувством дискомфорта и тяжести в мошонке, видимым расширением вен. Может возникнуть воспаление или разрыв варикозных сосудов с кровоизлиянием в мошонку. Прогрессирующее варикоцеле ведет к уменьшению размеров пораженного яичка, нарушению сперматогенеза, развитию раннего мужского климакса и бесплодия. Само по себе варикоцеле не угрожает жизни пациента и, как правило, не доставля-

ет ему особого беспокойства. Основная опасность варикоцеле заключается в том, что заболевание может привести к развитию мужского бесплодия, – продолжил доктор. – Лечат заболевание на начальных стадиях консервативным путем. При сильных болях и запущенном виде врач может назначить хирургическое лечение. Лечение назначает уролог поликлиники, к которой относится пациент. Если требуется оперативное вмешательство, пациента направляют лечиться на платной основе по порталу в наше отделение. Если пациент желает обратиться за медицинской помощью к урологам нашей больницы, он может получить консультацию и лечение на платной основе.

Пройти медицинское обследование и получить лечение по урологическим заболеваниям на платной основе могут как казахстанцы, так и граждане других стран.

Следует также отметить, что при поликлинике областной многопрофильной клинической больницы работает кабинет мужского здоровья, где ведет прием уролог-андролог высшей категории, занимающийся лечением мужского бесплодия, эректильной дисфункции и других патологий мужской половой системы. Прием и обследование ведутся платно по доступным ценам.

Справки по телефону: 8 (7112) 26-62-03.

ВОПРОС-ОТВЕТ



- Как избавиться от осенней депрессии?

- Венамин

Отвечает заместитель директора научно-го центра сердечно-сосудистой хирургии им. А. Н. Бакулева. Юрий Бузашвили:

Депрессия не заболевание, а особое состояние, «осень души», которое проявляется в потере интереса к жизни. Фрейд считал, что депрессия не признак слабости, а показатель, что человек слишком долго пытался быть сильным.

Есть у депрессии и другие причины – в первую очередь это поведенческие изменения, которые отражаются в обострении хронических заболеваний и изменении наработанных за 3–4 месяца лета поведенческих реакций организма (физическая активность, одежда, отсутствие утреннего «солнечного приветствия» и так далее).

В лёгких случаях эффективно самолечение. Лучшие лекарства от осенней тоски – счастливые перспективы и активная деятельность. В депрессию не впадёт человек деятельный, живущий ярко (исключение составляют катастрофические жизненные ситуации). Чтобы избежать тоски и отчаяния, человек не должен допускать или мириться с унижением. Расплатой за терпение могут стать различные недуги.

Важно следить за своими мыслями. Мысли приходят в голову случайно, но лишь одна неправильная мысль, тиражируемая во времени, может привести к депрессии. Вот почему так важно научиться распознавать негативные мысли, не позволять им завладеть собой. Часто изменение обстановки, даже на короткий период, может избавить от зарождающейся тоски.

Шұғыл психологиялық Таулік бойы көмек көрсету қызметі Сенім телефоны өмірдің қиыншылықтарына Кездескен адамдарға шұғыл Психологиялық жәрдем беріп, проблемаларды шешу жолын табуға көмектеседі.

Төмендегі телефондарға хабарласңыз: 53-74-74, 8 778 907 99 81

Лицензия ЛП00576DL №0181065 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

Служба экстренной психологической помощи «Телефон доверия» Круглосуточно оказывает экстренную помощь людям, находящимся в сложной жизненной ситуации, Помогает найти пути решения проблемы.

Контактные телефоны: 53-74-74, 8 778 907 99 81

Лицензия ЛП00576DL №0181065 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

Әр адамның ағдыры әр қылы, Өмірде адам шешімшн таба алмайтын қиын жағдайлар Туындайды. Ұрыс-керіс, жанжал жалғыздық, бір нәрсені тандауда Шешім таба алмай толғану, ауыртпалық, қайғы-қасірет... Осындай қиын кездерде біреудің көмегі қажет...сол кезде жаныңды түсінетін адам табыла бермейді туыстарын түсінбейді...достарын алыс бөтен адамдардан ақыл сұрау ыңғайсыз...Басыңа қиыншылық түскен сәттерде Таулік бойы сенім телефонына қоңырау шалыңыз біз әрдайым көмекке келуге әзірміз.

Төмендегі телефондарға хабарласңыз: 53-74-74, 8 778 907 99 81

У каждого бывают ситуации, с которыми трудно справиться самому. Ссора, конфликты, одиночество, сложность что-то решить или выбрать, тяжелые потери, горе...И важно получить чью-то поддержку... но не всегда рядом оказывается человек, которому можно довериться... близкие могут не понять...друзья далеко... к чужим людям обратиться неловко... В такие моменты лучшей помощью может стать телефон доверия, работающий в круглосуточном режиме.

Контактные телефоны: 53-74-74, 8 778 907 99 81

ГКП на ПХВ «Городская многопрофильная больница» оказывает медицинские услуги по пластической хирургии.

Прием ведет пластический хирург Уразов Алмат Айсагалиевич – хирург высшей категории, эндоскопический хирург.

Производит следующие операции: пластика верхних и нижних век; восточные веки – европеизация век; операции на ушных раковинах при врожденной патологии и травматических повреждениях; подтяжка лица, операции на молочной железе для ее увеличения и уменьшения, при отсутствии молочной железы – ее реконструкция; пластика передней брюшной стенки, локальном ожирении; омолаживающие кожу операции; другие пластические и реконструктивно – восстановительные операции.

С интересующими вопросами можно обратиться по телефонным номерам: 8 705 145 66 07, 8 (7112) 93 37 44 По адресу: г.Уральск, мкрн. Астана стр. 16 ГКП на ПХВ «Городская многопрофильная больница».

Лицензия №001397DL от 08.12.2016г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

ГКП ПХВ "Областная многопрофильная больница" консультативно-диагностическая служба

в ГКП ПХВ "Областной многопрофильной больнице" ведут прием врачи:

терапевт, заведующий консультативным отделением **Никитин Олег Николаевич**

врач-кардиолог II квалификационной категории, **Мавлюдова Альфия Ильмировна**

дополнительно всю информацию вы можете получить по номеру **26-63-91.**

1. Консультативный прием. 2. Дневной Стационар (проведение внутримышечных, внутривенных инъекций, внутривенная система). Открытие больничных листов для пролеченных в дневном стационаре. Манипуляции проводятся под наблюдением врача.

График работы: с 8.00 до 16.00 (кроме субботы и воскресенья)
Справки по телефонам: 8(7112) 23-81-00, 23-94-00, 52-75-10, 52-75-21, 8 708 128 04 57 Ирина
Наш адрес: 3 Строительный переулок б\1 ост. ТЭЦ

Лицензия ЛП00428DL №0009933 от 26.01.2010г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

ТОО «Медицинский центр»

1. Компьютерная томография. Магнитно-резонансная томография тел.: 53-69-01
2. Стационарное лечение в следующих отделениях: хирургическое и урологическое, гинекологическое, терапевтическое, неврологическое, офтальмологическое и ЛОР-отделение.
3. Соляная шахта
- Улучшает состояние кожи
- Помогает при юношеской угревой сыпи, аллергических проявлениях, экземах, дерматитах и даже псориазе в стадии ремиссии.
- Укрепляет нервную систему, улучшает сон, снимает стресс.
- Способствует улучшению иммунитета.
- Показана при острых заболеваниях органов дыхания;
- Профилактика ОРВИ, гриппа.

Наш адрес: г. Уральск, ул. Есенжанова, 19 (район завода Омега). Справки по телефону: 53-67-78
Лицензия серия ЛП №002223 от 6.02.2003г. выдана Министерством здравоохранения РК.

ВОПРОС - ОТВЕТ

- Как определить, что ваша печень нездорова?
- Федор
Отвечает гастроэнтеролог-гепатолог Сергей Вялов:

Самым характерным признаком заболевания печени является боль или тяжесть в правом подреберье. Неприятные ощущения и чувство сдавленности или переполнен-

ности в районе печени могут сопровождать еле заметные тянущие боли и покалывания. Среди других симптомов могут быть повышенная утомляемость, слабость, увеличение железы в размерах. Более тревожными симптомами, которые должны заставить вас обратиться к врачу и пройти обследование, являются горечь во рту, изжога, тошнота и рвота.

Первое, что нужно сделать – это раз в год ходить в

поликлинику и сдать биохимический анализ крови. В нем будет шесть показателей: АЛТ, АСТ, ГГТ, ЩФ и два билирубина. Можно сделать УЗИ, но скорее всего вы не увидите уже имеющееся заболевание, либо, если вы заглянули процесс, то увидите уже цирроз. Поэтому на ранних стадиях заболевания УЗИ не имеет смысла делать.

АиФ Здоровье

Лицензия ЛП00618DL №0181102 от 19.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.
ШЖК «Областық кардиологиялық орталығы» МКК республикалық бюджет қаражаты есебінен қаржыландырылатын, кепілдікпен тегін медициналық көмек көрсету қызметінің келесідей медициналық көмек түрлері бойынша: жоғарымамандандырылған, мамандандырылған; медициналық көмектің формасы бойынша: стационарлық, стационаралмастырғыш көмек, қалпына келтіру және медициналық оңалту түрлерінің процедурасына қатысқаны туралы хабарлайды.

Жоғарыда аталған қызметтердің медициналық түрлері мына мекен жай бойынша көрсетіледі: ШЖК «Областық кардиологиялық орталығы» МКК, Батыс Қазақстан облысы, Орал қаласы, Деркөл ауылы, электрондық поштасы: kardio-zko@mail.ru

Лицензия ЛП00618DL №0181102 от 19.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.
ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр» объявляет о том, что приняли участие в процедуре услуг по оказанию гарантированного объема бесплатной медицинской помощи, финансируемых за счет средств республиканского бюджета, по видам медицинской помощи: высокоспециализированная, специализированная; по форме (–ам) медицинской помощи: стационарная помощь, стационарозамещающая помощь, восстановительное лечение и медицинской реабилитации.

Услуги по вышеперечисленным медицинским видам оказываются по адресу: ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр», Западно–Казахстанская область, г. Уральск, п. Деркул, электронный адрес: kardio-zko@mail.ru

ПРЕЙСКУРАНТ ЦЕН НА ПЛАТНЫЕ УСЛУГИ, ОКАЗЫВАЕМЫЕ В ГКП НА ПХВ «ОБЛАСТНОЙ КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР» НА 2018 ГОД

№ п/п	Наименование	Стоимость
РЕНТГЕНИССЛЕДОВАНИЕ:		
1	Рентгеноскопия органов грудной клетки	784
2	Рентгенография (обзорная) органов грудной клетки	1388
3	Рентгенография органов грудной клетки в 2-х проекциях	1633
4	Рентгенография позвоночника в 2-х проекциях	2339
5	Рентгенография черепа в 2-х проекциях	2085
6	Рентгенография височных костей в 2-х проекциях	2182
7	Рентгенография пальцев	1459
8	Рентгенография ключицы	1238
9	Рентгенография турецкого седла	1949
10	Рентгенография кисти	1483
11	Рентгенография стопы	1483
12	Рентгенография голени	1537
13	Рентгенография предплечья	1537
14	Рентгенография бедра	1702
15	Рентгенография стоп на плоскостопие	2833
16	Рентгенография придаточных пазух носа	1091
17	Рентгенография ребра прицельно	1243
18	Рентгенография верхней челюсти	1973
19	Рентгенография нижней челюсти	1949
20	Урография внутривенная	7183
21	Урограмма обзорная	2224
РЕНТГЕНОСКОПИЯ ЖКТ:		
22	Рентгеноскопия грудной клетки	784
23	Рентгеноскопия пищевода	2026
24	Рентгеноскопия желудка	2955
25	Рентгеноскопия кишечника через 24 часа	882
26	Ирригоскопия кишечника	4415
27	Рентгеноскопия тонкого кишечника	3521
28	Томография грудной клетки	2375
УЗИ ИССЛЕДОВАНИЯ:		
29	Эхокардиография сердца	5129
30	Эхокардиография чрезпищеводная	6129
31	Ультразвук диагност. артерий конечностей со спектральн. анализом	3457
32	Печень и желчный пузырь	2021
33	Поджелудочные железы	2021
34	Селезенка	2021
35	Почки и надпочечники	2021
36	Печень+желчный пузырь+поджелудочная железа+селезенка	4043
37	Предстательная железа и яички	2021
38	УЗИ щитовидной железы	1516
39	Почки+надпочечники+мочевой пузырь+предстательные железы	4548

№ п/п	Наименование	Стоимость
ОБСЛЕДОВАНИЕ С НАГРУЗКОЙ:		
1	Велоэргометрия	4215
2	Холтеровское мониторирование АД	5160
3	Холтеровское мониторирование ЭКГ	5160
4	Тредмил-тест	4417
5	ФГДС (Фиброгастроудоскопия)	4200
6	ЧП ЭФИ	7500
ЛАБОРАТОРИЯ БИОХИМИЧЕСКИЕ АНАЛИЗЫ ОПРЕДЕЛЕНИЕ:		
1	Общего белка	524
2	Альбуминов	592
3	Тимолова проба	364
4	Билирубин общий	441
5	Билирубин прямой	434
6	Мочевины	589
7	Мочевая кислота	640
8	Креатинина	492
9	Креатинин киназы	624
10	Глюкозы крови из вен	541
11	Глюкозы крови из пальца	526
12	Глюкозы мочи	389
13	В-липопротеидов	292
14	Холестерина	511
15	Холестерин высокой плотности	845
16	Холестерин низкой плотности	1002
17	Трансаминаз АСТ	429
18	Трансаминаз АЛТ (анализ)	499
19	КФК на анализаторе	476
20	Альфа-амилаза	636
21	ЛДГ на анализаторе	585
22	Фибриногена	429
23	Коагулограмма (5 параметров)	1056
24	«С» реактивный белок	1074
25	Определение группы крови	318
26	Определение резус-фактора	318
27	Микрореакция	296
28	Триглицериды	498
29	Железы	579
30	Кальция	517
31	Антистрептолизина	1018
32	Т-тропонин	3170
33	Миоглобин	4546
34	Д-димер	6050
35	Электролиты	1483
КЛИНИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ		
35	Определение гемоглобина	471
36	Взятие крови на анализ из вены	286

№ п/п	Наименование	Стоимость
37	Подсчет лейкоцитарной формулы	591
38	Определение СОЭ	296
39	Общий анализ крови	797
40	Определение МНО	917
41	Общий анализ мочи	497
42	Обнаружение желчных пигментов	297
43	Проба Нечипоренко	295
44	Проба Земничкого	246
45	Забор анализа	526

№ п/п	Наименование	Стоимость
1	Стационарное лечение по желанию пациентов в условиях сервисной палаты	3650
2	Консультативный прием врача-кардиолога	3600
3	Консультативный прием врача-хирурга	3335
4	Снятие электрокардиограммы	690
5	Снятие электрокардиограммы с расшифровкой	820
6	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Стабильная стенокардия напряжения ФК 2-3 ст.	141393
7	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Нестабильная стенокардия	141393
8	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: Артериальная гипертензия 2-3 ст.	92620
9	Инфаркт миокарда	229182
10	Нарушение ритмов сердца	75700
11	Ранняя реабилитация после инфаркта миокарда и кардиохирургических операций	118465
12	Реабилитация после 6 месяцев до 1 года	99949
13	Аортокоронарное шунтирование	2201029
14	Коронарографическое исследование сосудов (через руку)	258905
15	Коронарографическое исследование сосудов (через бедро)	258905
16	Введение стента в коронарные артерии без лекарственного вещества	858855
17	КАГ и стентирование коронарных сосудов с лекарственным покрытием	1069735
18	Введение стента в коронарные артерии с лекарственным веществом	869943
19	Введение постоянного ЭКС, первоначальное или его замена	1466500
20	Стентирование почечных, подвздошных, бедренных артерий	898135
21	Эндоваскулярная баллонная ангиопластика сосудов	431413
УСЛУГИ КОРОНАРОГРАФИИ		
1	Запись на 2 диска	1018
2	Запись на 1 диск	838
3	Запись на свой диск	658

ГКП на ПХВ «ОБЛАСТНОЙ КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР». СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 21-70-19 (АМБУЛАТОРНЫЙ КАБИНЕТ), 24-03-58 (БУХГАЛТЕРИЯ)

Внимание: простые травмы чреватые неприятностями для здоровья

Простые травмы – когда шел, упал, ударился затылком, оцупал шишку и пошел дальше, – ни у кого даже в памяти особо не остаются. Но они могут быть довольно опасными.

ТРАВМЫ ЛБА И НОСА

Наверняка многие помнят, как удались обо что-то лбом так, что «искры полетели». Конечно, спустя время кажется, что удар был незначительным и нестрашным для здоровья. Однако лобно-лицевые травмы – одни из самых коварных и могут иметь множество негативных последствий.

При травме лба и носа происходит блоировка костей, которые образуют полость носа и придаточные пазухи. Как следствие – отёк слизистой, замедление выхода слизи и заложенность носа. В таких условиях снижается местный иммунитет, и среда для проникновения болезнетворных микроорганизмов становится идеальной. Часто самый обильный аллергический ринит, который проявляется обильным выделением слизи при контакте с аллергеном, – это следствие давней травмы. Слизистая, переполненная жидкостью из-за хронического отёка, неадекватно реагирует на попадание веществ, которые в норме для нас привычны и безопасны, и защитная реакция становится чрезмерно выраженной. Также травмы лба и носа могут стать причиной нарушения сна, аппетита (центры голода и насыщения находятся в гипоталамусе), снижения остроты зрения, вертикального косоглазия. Естественные следствия инцидентов этой области – это головные боли, мигрени, метеочувствительность.

Сжатие яремной вены в яремном отверстии приводит к застою жидкости в полости черепа (ведь именно по этой вене в основном идёт венозная кровь от головы), повышается внутричерепное давление. Такие люди часто имеют бледно-землистый цвет лица и тёмные круги под глазами. Поскольку затылочная кость напрямую связана с крестцом, то при её травме блокируются и крестец. Особенно важно ликвидировать эту проблему женщинам, потому что неподвижный крестец негативно сказывается на течении родов.

Грубые травмы затылка могут сопровождаться нарушением зрения.

ТРАВМА ЗАТЫЛКА

Во время сильного удара затылком происходит сдавление яремной вены и блуждающего нерва, с которым контактирует затылочная кость. Блуждающий нерв направляется к кишечнику и по пути отдает ветви к сердцу и лёгким. Ущемления блуждающего нерва чреватые запорами – это самый распространённый вариант. Кроме того, возможны тахикардия и аритмия, которые проявляются в зрелом возрасте. Если ущемлены ветви блуждающего нерва, следующие к лёгким, то у человека может развиться беспричинный кашель, он будет склонен к простудным заболеваниям и страдать чем-то похожим на бронхиальную астму.

Сжатие яремной вены в яремном отверстии приводит к застою жидкости в полости черепа (ведь именно по этой вене в основном идёт венозная кровь от головы), повышается внутричерепное давление. Такие люди часто имеют бледно-землистый цвет лица и тёмные круги под глазами. Поскольку затылочная кость напрямую связана с крестцом, то при её травме блокируются и крестец. Особенно важно ликвидировать эту проблему женщинам, потому что неподвижный крестец негативно сказывается на течении родов.

Грубые травмы затылка могут сопровождаться нарушением зрения.

Источник:
АиФ здоровье

ВОПРОС – ОТВЕТ

– Почему дождливую погоду «ноют» суставы?

– Людмила
Отвечает доктор Сергей Азаткин, ведущий программы «О самом главном»:

Сезонные боли в суставах, скорее всего, связаны с нарушением микроциркуляции в области сустава. Если мышцы нетренированы, возникает их дистрофия, которая приводит к нарушению микроциркуляции и питания, из-за чего возникают боли в суставах. У тренированного человека перепад температуры не сопровождается спазмом мышц и сопутствующими нарушениями, поэтому проходит незамеченным. Попробуйте регулярно выполнять несложные физические упражнения, тогда боль перестанет беспокоить.

– Можно ли доверять диагнозам из Интернета?

– Павел
Отвечает заведующий хирургическим отделением московского клинического научного центра, консультант проекта по телемедицине Сергей Мосин:

Грамотный врач может поставить диагноз, не видя пациента, если симптоматика болезни характерная. Если же возникают какие-либо сомнения или становится понятно, что требуется очный приём, врач скажет об этом. И хотя бы этим уже окажется своевременную помощь, так как многие любят ждать до последнего, пока уже не становится слишком больно или поздно. Но хотя медики оказывают консультации в Интернете довольно активно, как правило, в конце они обязательно делают притиску: «Заключение, полученное по Интернету, не является медицинским заключением и требует перепроверки при приёме у врача». Поэтому слепо верить диагнозу, поставленному на расстоянии, всё же не стоит и нужно обязательно обратиться к врачу лично.

АиФ здоровье

ГКП на ПХВ «Областной перинатальный центр» УЗА ЗКО Гинекологическое отделение

На базе Областного Перинатального центра проводится Плазмолифтинг – инъекционная процедура локальной стимуляции регенеративных процессов в тканях с помощью собственной плазмы крови человека.

ПОЛУЧАЕМЫЕ ЭФФЕКТЫ:
 – Противомикробный
 – Противовоспалительный
 – Восстановление слизистой оболочки шейки матки и влагалища.
 – Усиление тонуса мышц тазового дна.
 – Улучшение микроциркуляции и метаболизма.
 – Устранение дискомфорта в интимной жизни.

–Снижение риска возникновения рецидивов.
 –Улучшение качества жизни.
АМАЛАИН ИНТИМ. ВОЗМОЖНОСТИ ИНТИМНОГО ЛИФТИНГФИЛЛИНГА:
 –Лабипластика–коррекция объёма и формы больших и малых половых губ.
 –Перинеопластика–коррекция предверия и стенок влагалища.
 –Клиторопластика–увеличение объёма головки и кармана клитора–
 –Аугментация точкиG
 –Коррекция инволюционных изменений.
 –Косметический эффект–«омоложение».

ВРАЧ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ НИЯЗОВА КЛАРА ТУРЕСОВНА.

СРОЧНО ТРЕБУЕТСЯ МЛАДШИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ПЕРСОНАЛ (САНИТАРКИ).
 Обращаться: ул. Ахмирова, 4, отдел кадров.

Наш адрес: г. Уральск, ул. Ахмирова, 4. Телефон: 26–63–41

Лицензия ЛП00619DL №0181103 от 19.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.

ГКП на ПХВ «Областной онкологический диспансер» управления здравоохранения акимата ЗКО

Оказываем специализированную и высокоспециализированную медицинскую помощь по гарантированному объёму бесплатной медицинской помощи онкологическим больным по следующим формам:

Стационарную:
 онкология, общая хирургия, лучевая терапия, реабилитационная, палиативная терапия.

Стационарозамещающую:
 онкология, общая хирургия, лучевая терапия.

Консультативно-диагностические услуги:
 онкология, гинекология, маммология, урология, эндоскопия.

Лабораторная диагностика:
 общеклинические исследования, биохимические исследования, цитологические исследования, УЗИ, маммография.

По видам дорогостоящих видов диагностических исследований для социально-уязвимой категории населения по направлению специалиста: компьютерная томография

Ждем вас по адресу: г.Уральск, ул. Алматинская, 58
Телефон для справок: 28-38-69, 93-35-82, 52-50-49

Лицензия ЛП00617DL №0181101 от 5.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.



ПИСЬМО С ПРОДОЛЖЕНИЕМ

ВЫСТОИМ ВМЕСТЕ — РАСКАЗ МУЖЧИНЫ О СВОЕЙ ЛЮБВИ



Раньше я никогда не верил в чудеса, но знакомство с одной замечательной девушкой перевернуло мою жизнь и на многие вещи я стал смотреть иначе. В такое никогда бы не поверил, если бы это не произошло со мной.

Сколько себя помню, я постоянно болел. Врачи не могли определиться с диагнозом, хотя мама договаривалась о консультациях у лучших специалистов, но все впустую.

— Иммуитет ослаблен, — твердили они, — нужно как можно меньше физических нагрузок: никаких спортивных секций, физкультуры и развлечений на улице. Беречься и еще раз беречься...

— Но ведь он ребенок! — мама всеми силами боролась за мое здоровье и нормальную жизнь.

— Разве можно ребенка лишит обычного детства? Получается, он не сможет с мальчишками играть в футбол во дворе, кататься на велосипеде...

— Кроме этого, рекомендуем вам несколько раз в год проходить курс лечения, — я смутно помню, что сказал наш последний доктор, но его советы нам отчасти помогли.

Спустя годы обследований врачи все же поставили мне неутешительный диагноз. Мама продолжала возить меня по санаториям, научилась делать уколы, каждую минуту она готова была бросить все и сидеть у моей постели, а я не прекращал болеть. Для меня болезни и регулярные визиты к врачам стали привычным делом, ведь другой жизни я не знал.

— Дима, у меня для тебя подарок, — за пару дней до начала учебного года мама подарила мне портфель и много разных школьных принадлежностей. — Учись на «пятерки», сынок... Ты ведь у меня умница, справишься со всем.

— Спасибо! — помню, в первые секунды я безумно обрадовался, что совсем скоро начнется учеба и у меня наконец-то появятся настоящие друзья, но потом вспомнил о своей болезни и понял, что уже через пару месяцев все закончится...

Мимо меня пролетали самые интересные моменты школьной жизни: среди друзей были только соседи по больничным палатам. Учителя делали мне «скидки», думая, что из-за своего недуга я ничему не научусь, но они сильно ошибались.

Не знаю, кем бы я стал и каким мог быть, если бы не болезнь. Но у меня была масса свободного времени, и в этом заключалось преимущество. Вместо того чтобы бегать по улицам и радоваться первым весенним дням, бездумно тратя время, я много занимался: читал, решал примеры и задачи, самостоятельно изучал новые теоремы, целеустремленно заучивал иностранные слова... Мне нравилось постигать новое, и я никогда не понимал, что такое скука: всегда мог найти себе интересное занятие.

Несмотря на все невзгоды, мы с мамой не собирались сдаваться. К слову, на помощь отца мы тоже не рассчитывали, он бросил нас, когда мне исполнился год. Нам даже пришлось продать мотовездеход срочно, который отец подарил мне на 16 лет. Деньг всегда катастрофически не хватало.

Продолжение в следующем номере газеты.

Как притягивать к себе людей

КАЖДЫЙ ИЗ НАС ПО ПРИРОДЕ ЦЕНТР СВОЕЙ ЖИЗНИ И ДОЛЖЕН ОСТАВАТЬСЯ ТАКОВЫМ ВСЕГДА. ЧТОБЫ ЗАПОЛУЧИТЬ ТАКОЙ ДАР, КАК ДОВЕРИЕ ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА, ВЫ ДОЛЖНЫ ПОДАРИТЬ ЕМУ ТАКОЕ ЖЕ ЕСТЕСТВЕННОЕ, НОРМАЛЬНОЕ САМОВОСПРИЯТИЕ.

УСМИРЯЙТЕ СВОЕ ЭГО

Жизнь других, независимо от того, за кого они несут ответственность, вертится вокруг них самих. Не вас. Примите это как данность, и тогда они будут вам доверять. И самая притягательная сторона доверия — скромность, смирение своей гордыни.

НЕ СУДИТЕ

Уважайте мнения, восприятие и взгляды окружающих, даже если они вам чужды и прямо противоположны вашим. Никто не доверяет тем, кто смотрит на них свысока и их не понимает. Безоценочное принятие — самый действенный стимул к установлению доверия.

ПРИЗНАВАЙТЕ И ЦЕНИТЕ ЗНАЧИМОСТЬ ДРУГИХ

Каждому человеку свойственна порядочность — безотносительно его жизненной позиции, — и, чтобы быть достойным его доверия, вы должны признать это, продемонстрировать свою порядочность и наладить взаимовыживание. Все мы от рождения наделены священным правом на свои идеи, и никто не рождается с желанием уничтожить или оттолкнуть других. Порядочность — основа человеческого общества.

УВАЖАЙТЕ ЗДРАВЫЙ СМЫСЛ

Не поддавайтесь искушению перейти на личности, вызывать эмоции, спорить, утрировать, манипулировать или принуждать. Придерживайтесь фактов, будьте честны и искренни. Только те, кто полагается на здравый смысл, честность и порядочность, способны создать основу рациональной общности интересов, на которой зиждется доверие.

СОГЛАСУЙТЕ СВОИ ЦЕЛИ

Во-первых, определите конечную цель — награду, которая оправдывает все принесённые на её алтарь жертвы. Выберите её тщательно и следуйте ей неукоснительно. Не отвлекайтесь на более мелкие цели, какими бы важными они ни казались. Во-вторых, узнайте цели других и найдите веские причины, чтобы признать их значимость. В-третьих, ищите способы совместить свои и чужие цели. Постарайтесь сделать их задачей частью процесса достижения своей цели, а свою цель — частью их задачи. Если вам это удастся, вы получите мощь, возможную только при объединении усилий.

РАЗРАБОТАЙТЕ ПЛАН КОНТАКТА

Когда вы встречаетесь с потенциальными союзниками, тщательно планируйте встречу,

особенно первую. Выберите идеально подходящую обстановку. Заранее подумайте, какими должны быть атмосфера, характер мероприятия, идеальное время и место, ваши первые слова, ваши цель и вклад — то, что вы предложите. Благодаря хорошо продуманным и организованным встречам вы сможете завоевывать доверие со скоростью реки, стремящейся к морю и увлекающей с собой всё, что в неё попадает.

НАЛАЖИВАЙТЕ ОТНОШЕНИЯ

Чтобы успешно согласовывать ваши цели — и сохранять достигнутое, — говорите на одном языке, в буквальном и переносном смысле. Слова — и раскрываемые ими черты характера — основные инструменты выстраивания доверительных отношений.

Для создания прочных длительных связей, которые помогают в достижении целей, используйте язык здравой мысли, уважения и внимания к людям. Язык доверия — вербальный и невербальный — основан не на самолюбивости, оценках, иррациональности или своекорыстии. Он — и весь образ жизни — включает понимание, признание значимости и достоинства другого и помощь. Главное — они, а не вы. Даже если отношения меняются, а цели забываются, слова и чувства, которые они вызвали, могут навсегда остаться в памяти.

Источник: Лайфхакер



ГРЕЧКА С ПОМИДОРАМИ

Калорийность: 67 ккал на 100 г

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Гречневая крупа — 100 г;
- Морковь — 1 шт.;
- Лук — 1 шт.;
- Помидоры — 3–4 шт.;
- Чеснок — 1 зуб.;
- Соль по вкусу;
- Растительное масло по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Лук нашинкуйте, морковь натрите на крупной терке. Чеснок (по желанию) пропустите через пресс.

Шаг 2. Дно посуды смажьте маслом и обжарьте на небольшом огне

лук, чеснок и морковь. Не забывайте помешивать. Помидоры очистите от кожицы, нарежьте кусочками и добавьте к овощам, перемешайте.

Шаг 3. Затем засыпьте гречневую крупу, посолите по вкусу, залейте кипятком (вода должна покрывать содержимое кастрюли или сковороды). Накройте крышкой, уменьшите огонь до минимума и оставьте томиться на 15–20 минут до окончания этого процесса посмотрите, осталась ли вода. Если она есть, продолжайте готовить с открытой крышкой до полного выпаривания жидкости. Когда блюдо будет готовым, выключите огонь и оставьте его настаиваться на 15 минут, накрыв крышкой.

ГРЕЧНЕВАЯ ЗАПЕКАНКА С РЫБОЙ

Калорийность: 112 ккал на 100 г

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Гречневая крупа — 2/3 стак.;
- Филе белой рыбы — 500 г;
- Йогурт несладкий — 400 г;
- Твердый нежирный сыр — 100 г;
- Молотая овсянка — 1/4 стак.;
- Соль по вкусу;
- Черный молотый перец по вкусу;
- Оливковое масло по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Сварите гречневую крупу в подсоленной воде. Смешайте в тарелке муку из овсянки, соль и перец. Обваляйте в этой смеси рыбу, порезанную

на порционные кусочки. Затем обжарьте ее.

Шаг 2. Оставшуюся от панировки муку насыпьте в сухую сковороду и поджарьте до изменения цвета. Добавьте к ней йогурт и прогрейте. Сковороду с полученным соусом снимите с огня.

Шаг 3. Дно формы для запекания слегка смажьте маслом, насыпьте туда гречку, затем выложите рыбу. Залейте всё йогуртовым соусом.

Шаг 4. Отправьте в разогретую до 250 градусов духовку и запекайте примерно 20 минут. За две минуты до окончания готовки посыпьте блюдо тертым сыром и отправьте снова в духовку.

Вкусные и низкокалорийные БЛЮДА ИЗ ГРЕЧКИ



О гречке можно писать много, но все и так знают, что это одна из самых полезных круп. К ее употреблению практически нет противопоказаний, она подходит абсолютно всем, даже аллергикам. Каши из гречневой крупы включают в рацион различных диет, не говоря уже о меню взрослых и детей. Предлагаем вам воспользоваться несколькими рецептами и приготовить блюда из гречки. Это будет приятный бонус для всех тех, кто следит за стройностью фигуры. Пусть мысли о пресной каше останутся в прошлом. Ведь данные блюда не только полезные и питательные, но и очень вкусные.

КУРИНЫЕ КОТЛЕТКИ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ «ГРЕЧАНИКИ»

Калорийность: 129 ккал на 100 г

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Куриное филе — 500 г;
- Гречневая крупа — 150 г;
- Яйцо — 2 шт.;
- Лук — 100 г;
- Соль по вкусу;
- Специи по вкусу;
- Зелень по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Промытую гречневую крупу

всыпьте в кипящую подсоленную воду и отварите до готовности.

Шаг 2. Мясо пропустите через мясорубку вместе с луковичей и зеленью.

Шаг 3. Соедините мясной фарш с отварной гречкой, хорошенько всё перемешайте. Из получившейся массы сформируйте котлетки. Далее можете их либо запечь в духовке, либо обжарить на сковороде без масла.

РАГУ С ГРЕЧКОЙ И ОВОЩАМИ

Калорийность: 86 ккал на 100 г

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Гречневая крупа — 1 стак.;
- Лук — 2 шт.;
- Морковь — 2 шт.;
- Брюссельская капуста — 5–6 шт.;
- Соль по вкусу;
- Специи по вкусу;
- Растительное масло по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. В кастрюлю или казанок налейте немного воды, хорошо нагрейте. Положите туда лук, нарезанный коль-

цами, морковь, нарезанную кубиком или колечками, а также кочанчики брюссельской капусты, нарезанные пополам. Немного протушите.

Шаг 2. Затем добавьте гречку, залейте ее водой. Продолжайте тушить на среднем огне до готовности в течение 15–20 минут. Готовое блюдо можно есть как в горячем, так и в холодном виде. Подойдет для завтрака или ужина.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Источник: Со вкусом

ПРОРЕМОНТ

о ремонте и не только...

ТОП-20 ОШИБОК ПРИ РЕМОНТЕ КВАРТИРЫ

■ При ремонте квартиры важно учитывать всё на каждом этапе: будь то черновая отделка или установка дверей. Редакция подготовила для вас список самых известных ошибок, допускать которые крайне нежелательно.



- Оставьте пространство под ванной свободным, потому что придет время, когда может понадобиться проверить вентили и трубы. Кстати, не забудьте про счётчики и отведите место для них.
- Если составить все минусы и плюсы такого напольного покрытия, как ковролин, то минусов получится гораздо больше. Хорошо подумайте, прежде чем стелить именно его.
- Кухня — самое влажное место в доме (после ванной, разумеется). Ламинат,

конечно, выглядит потрясающе, но это не самое практичное решение для кухни. Если вы готовы всякий раз насухо протирать пол, когда на него попадает вода, то лучшего покрытия, чем ламинат, не найти! Однако важно знать, что от влаги он имеет свойство вздуваться.

4. Длинная прямоугольная кухня — мечта любой хозяйки из-за большого пространства. Постарайтесь его сохранить с помощью угловой кухни. Мебель, расставленная в линию, занимает больше места.

5. Не скупитесь на розетки в ванной. Они не занимают много места, но очень могут пригодиться. С одной розеткой однозначно будет неудобно.

6. Лайфхак для любителей бродить по ночам: в коридоре можно расположить парочку выключателей с разных сторон. Так не придется ходить на ощупь в поисках, а можно будет включить свет в любом конце коридора.

7. Самая оптимальная высота для выключателей составляет примерно 90 см.

8. Плитку на пол выбирать лучше гладкую: её легче мыть.

9. Откосы на окнах лучше доверить профессионалам. Эта работа довольно сложная и требует определенного мастерства.

10. Пожалуй, самая интересная находка — это натяжной потолок. Вас не смогут затопить соседи.

11. Кафель покупайте так, чтобы немного осталось про запас. Это очень выручит в случае повреждений.

12. На полу тёмного цвета грязь видно лучше.

Особенно актуально, когда в доме есть питомцы.

13. Если вы сомневаетесь насчёт подогрева пола — не сомневайтесь. Подогрев придётся очень кстати, особенно, когда на улице уже холода. Но учитывайте то, что под холодильником подогрев совершенно не нужен.

14. Запомните простое, но важное правило: сначала меняем окна, затем делаем остальные ремонтные работы. Иначе придётся много чего переделывать.

15. Использовать белую затирку для плитки не самое практичное решение.

16. Располагайте рабочую зону на кухне ближе к плите.

17. Гипсокартонные стены, скорее всего, не выдерживают тяжелого телевизора или других предметов. Старайтесь их не вешать.

18. Выключатель удобнее расположить с той стороны, где открываются двери, а не возле петель.

19. В ванной комнате лучше установить розетки, которые выдерживают влагу.

20. Ванную следует установить с небольшим, еле заметным наклоном в сторону слива.

Источник: **top-20-oshibok-pri-remonte**

13 ПОТРАСАЮЩИХ ЛАЙФХАКОВ ИЗ ПОДРУЧНЫХ СРЕДСТВ. ТЫ ПОСМОТРИШЬ НА ЭТИ ВЕЩИ ИНАЧЕ!

Нас окружает множество вещей, самых обычных вещей, которые имеют свое назначение. Но почему бы не взглянуть на них под другим углом? У каждой такой вещицы, будь то фольга, зубная нить или газета, есть «тайная жизнь», о которой ты даже не догадывался. А если быть точнее, то все они герои потрясающих лайфхаков. Не веришь? А вот редакция «Так Просто!» нашла им необычное применение.

РОЛИК ДЛЯ ОДЕЖДЫ

Оригинальное средство для экспресс-уборки в твоей сумочке.

КАРАНДАШ

Заела молния? Не беда! Потри проблемное место карандашом. Да, это действительно работает.

КУХОННЫЕ ЩИПЦЫ

Нет соковыжималки? Не беда, если есть кухонные щипцы.

БУМАЖНЫЕ САЛФЕТКИ

Хочешь необычно украсить бисквит? Положи сверху милую салфетку с узором, щедро посыпь пудрой, убери салфетку. Узор останется, твой бисквит шикарен.

ФУЖЕРЫ

Не то чтобы они негодились бы для чего-то другого, но кроме как для вина, они могут подойти для создания оригинальных подсвечников. Романтичная атмосфера гарантирована.

КАНЦЕЛЯРСКАЯ РЕЗИНКА

Затеял ремонт? Натяни вокруг банки с краской канцелярскую резинку и вытрай об нее кисточку. Так и краска не прольется, да и всё вокруг останется чистым.

ПАЛОЧКИ ДЛЯ ЕДЫ

Крутая вещь и не только для еды. Перед тем, как опустить пакетик в кипяток, привяжи его к палочке. Заварил чай, поднял палочку, повернул, отжал и выбросил в ведро. Только пакетик, а то так палочек не напасешься.

ФОЛЬГА

На мой взгляд, это самая многофункциональная вещь, которую только можно найти на кухне. Ты только посмотри! Для глажки, покраски и даже для мытья посуды. Если нужно удалить морщинки с одежды — просто подложи лист фольги под вещь и проутюжь. А из использованной фольги получится отличный скребок.

ПЛАСТМАССОВЫЕ ПЛЕЧИКИ ДЛЯ ОДЕЖДЫ

Если они уже не выполняют ту функцию, для которой были созданы, то можно дать им новую жизнь. Не всей конструкции, конечно, понадобятся только прищепки от нее. Для пакетов с пищей то, что нужно.

ЗУБНАЯ НИТЬ

С ее помощью можно тонко и красиво нарезать мягкие рулеты или сыр.

ЗАЖИМЫ ДЛЯ БУМАГИ

Надоели перепутанные провода? Тогда этот лайфхак для тебя.

ЛОЖКА

Не просто ложка — лайфхак для кухни! С ее помощью ты очистишь имбирь без труда.

КОРОБОЧКА ИЗ «KINDER»

В ней можно хранить всякую мелочь. К примеру, наушники. Так они не будут спутываться и останутся в целости и сохранности.

ПРОДАЖА КВАРТИР ПОД КЛЮЧ
ПО АДРЕСУ: г. Уральск, ул. Урдинская, 2/9

ОБР. ПО ТЕЛ.: 54-13-14, 8-778-153-16-71

МЕТАЛЛИНВЕСТ СЕТЬ МЕТАЛЛОБАЗ

ГИБКИЙ ПОДХОД С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ

МЕТАЛЛОПРОКАТ

- ТРУБЫ
- ЛИСТ
- УГОЛОК
- АРМАТУРА
- КРУГ
- КВАДРАТ
- ШВЕЛЛЕР
- БАЛКА
- ПОЛОСА
- ПРОФНАСТИЛ
- СВАРНАЯ СЕТКА

NEW

Скидки
Доставка
Всегда в наличии

г. Уральск, ул. Гагарина, 10/1, остановка «ТЭЦ»
тел.: 241-000, 249-000, WWW.METALL-INVEST.KZ

ПРОФНАСТИЛ

- СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО
- ДОБОРНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ КРЫШИ
- РЕЗКА В РАЗМЕР
- ДОСТАВКА ПО ГОРОДУ

Всегда лучшая цена!

УЛ. ГАГАРИНА, 10/1 (ОСТ. ТЭЦ) | WWW.METALL-INVEST.KZ
8 (7112) 241-000, +7 701 091 18 79



Арайлым УСЕРБАЕВА

Как рассказала 38-летняя Жазима Дуйсенгалиева, родителей она потеряла в 2010 году. Родственники есть, но, по словам Жазимы, помогать чем-либо они не в силах. Далее, переехав в город, женщина вышла замуж. Но отношения с мужем не сложились и брак распался.

— Сына я вырастила в доме мамы. Нам там разрешили пожить до того момента, пока сыну не исполнился годик. Потом скитались по квартирам. Помогали добрые люди. Скоро сыну три года. Почти год жили на вокзале. Недавно приехали из городского отдела образования и забрали нас. Уговорили сдать сына в детский дом. Я сдала на вре-

мя. Поработаю немного, заработаю денег, заберу сына, — рассказала женщина.

Между тем сама Жазима оказалась в центре адаптации для лиц, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

— В нашем центре мы можем приютить абсолютно всех людей, достигших совершеннолетнего возраста, которые оказались в трудной жизненной ситуации. Жазима находится в отделении для временного пребывания и может прожить у нас год. Предусмотрено трехразовое питание, душ, бытовые условия, медицинские условия. Оказываем юридическую и психологическую помощь. По словам психолога, она немного потеряла веру в себя, опустила руки. Нужно с ней

Женщина год прожила с ребенком на вокзале

ПОСЛЕ РАЗВОДА ЖАЗИМА ДУЙСЕНГАЛИЕВА РАСТИЛА СЫНА В ДОМЕ МАМЫ.

поработать. Жазиму осмотрел врач, физически она здорова. Теперь будем помогать через суд оформить алименты на ребенка. Устроим её на работу. Как раз вакансии есть, — рассказал заведующий отделением Ерлан МЕДЕТОВ.

Выяснилось, что сотрудники центра все-таки устроили Жазиму кухонным работником в один из ресторанов города. Однако после первого рабочего дня женщина работать отказалась.

— Она сообщила, что якобы какая-то семья предложила ей совместное проживание. Она сказала, что уходит из центра и будет искать работу в другом месте, — рассказал Ерлан МЕДЕТОВ.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

В городском отделе образования сообщили, что Жазима ДУЙСЕНГАЛИЕВА добровольно написала заявление о том, чтобы временно определить мальчика в дом ребенка в связи с трудными жизненными обстоятельствами.

— В своем заявлении женщина сама указала срок, по истечению которого она обязалась забрать сына. Мальчик сейчас находится в детской многопрофильной больнице и на днях будет передан в дом ребенка, — рассказала ведущий специалист отдела образования города Уральск Альфия ДУНЕКОВА.

ПОЛИЦЕЙСКИЕ СОЖГЛИ САЙГАЧЬИ РОГА НА 75 МЛН ТЕНГЕ

148 рогов сайги и пять тонн рыбы были публично уничтожены 18 октября.

Арайлым УСЕРБАЕВА

18 октября на городском скотомогильнике состоялось публичное уничтожение рогов сайги, которые были изъяты у браконьеров. На уничтожении присутствовали представители городского акимата, сотрудники ДВД, прокуратуры, сотрудники инспекции комитета лесного хозяйства и животного мира министерства сельского хозяйства.

Выяснилось, что казахстанская ассоциация сохранения биоразнообразия в феврале 2018 года отправила во все ДВД республики письма о том, что нужно провести ликвидацию рогов и деревьев сайгаков публично.

— Такие мероприятия ранее не проводились. ДВД ЗКО первым откликнулся на нашу просьбу. Публичная ликвидация рогов — это открытая практика во всем мире. Она будет показывать открытость и прозрачность



Фото Медета МЕДРЕСОВА

работы государственных служащих. Ведь у общественности есть очень много вопросов, касающиеся ликвидации. Обычно на практике по решению суда все они подлежат ликвидации. Но на самом деле как и где они уничтожаются, и уничтожаются ли вообще — всегда интересовал народ. Мы хотим использовать опыт Западно-Казахстанской области в других областях нашей страны, — заявил координатор информационной компани

нни против незаконной торговли рогами сайгаков Мухит СУТТИБАЕВ.

Стоит отметить, что в Казахстане использование, продажа, пересылка, перевозка рогов любых объектов животного мира, внесенных в красную книгу, строго запрещена.

— Их можно использовать только в научных целях, то есть можно устанавливать спутниковые ошейники и отслеживать их. В других целях у нас запре-

щается их ловить (сайгаков — прим. автора), — рассказал Мухит СУТТИБАЕВ.

148 рогов сайги были сожжены, их стоимость на черном рынке оценивается в 68–75 млн тенге. Ущерб, нанесенный государству, составляет около 400 млн тенге. Кроме того, было ликвидировано пять тонн рыбы разного вида, среди которых были рыбы и осетровых пород.

УЧИТЕЛЯ БЕЗ ДИПЛОМОВ ПРЕПОДАВАЛИ В КОЛЛЕДЖАХ ЗКО

В Тайпакском и Каратобинском колледжах учителя преподавали предмет без соответствующих дипломов.

Арайлым УСЕРБАЕВА

Об этом рассказал руководитель департамента по контролю в сфере образования ЗКО Нурлан САБИРОВ. Выяснилось, что в 2018 году проводилась частичная проверка Тайпакского и Каратобинского колледжа. В обоих случаях были выявлены существенные нарушения.

— Проверка показала, что в двух колледжах учителя преподавали предмет без соответствующего диплома. А также были нарушены требования государственного стандарта, учебные планы не соответствовали требованиям. В колледжах был

недостаток учебных лабораторий, лабораторий для проведения производственных практик и учебной литературы, — отметил Нурлан САБИРОВ.

Выяснилось, что Таранская средняя общеобразовательная школа в Теректинском районе осуществляла учебную деятельность эта школа не получила. Этот факт был выявлен в ходе проверки. Директору был дан шестимесячный срок на устранение этого нарушения. Но, к сожалению, в течение этого

срока они не получили лицензию. За неисполнение предписания мы подали на них в суд. Руководитель данной школы привлечена к административной ответственности, — рассказали в департаменте.

Кроме того, департаментом были проведены шесть внеплановых проверок на основе жалоб населения.

— Эти жалобы были касательно соблюдения учителями требований педагогической этики, выполнение своих функциональных обязанностей не на должном



Фото Медета МЕДРЕСОВА

уровне, необеспечение порядка во время занятий и недостаточный контроль. По итогам проверок были приняты соответствующие меры, — отметил Нурлан САБИРОВ.

Недобро-совестным признали подрядчика, строившего лагерь для детей

Теперь подрядчик ТОО "Алатау — Альдан — Агро" должен возместить 2 миллиона тенге в доход государства.

Руководитель управления строительства ЗКО Алтынбек КАЙСАГАЛИЕВ рассказал, что в отношении ТОО "Алатау — Альдан — Агро" специализированным межрайонным экономическим судом ЗКО рассмотрены гражданские дела по иску, который подало управление строительства ЗКО. Управление обратилось в суд, чтобы компанию признали недобросовестной.

— Судом было установлено, что ТОО "Алатау — Альдан — Агро" ненадлежащим образом исполнило условия договора по заключенным договорам госзакупок по строительству оздоровительного лагеря на 48 мест в п. Сары-Омир Теректинского района ЗКО и реконструкция водопровода в селе Володарское Зеленовского района. Это ТОО не завершило работы в срок, — рассказал Алтынбек КАЙСАГАЛИЕВ. — Теперь компания признана недобросовестным участником госзакупки и должна возместить в доход государства неустойку в размере 2 миллионов тенге.

Кроме того, ТОО будет запрещено участвовать в государственных закупках два года.

Нужно отметить, что строительство оздоровительного лагеря в поселке Сары-Омир Теректинского района началось в августе 2017 года. Сдать объект должны были уже этим летом. На строительство лагеря из местного бюджета был выделен 101 миллион тенге. По плану площадь здания лагеря должна составлять порядка 900 квадратных метров.

Работы по строительству водопровода в селе Володарское Зеленовского района были также начаты в августе 2017 года. Однако сельчане сразу же были недовольны. По их словам, компания затягивала строительство из-за отсутствия материалов, а также жители села были недовольны ценой на подключение к центральному водопроводу. Жители села Володарское утверждали, что они должны заплатить за это 40 тысяч тенге, тогда как в других районах подключение к водопроводу стоит 20 тысяч тенге. Кроме того, жена рабочего, занятого на строительстве водопровода, сообщила, что мужу не выдают зарплату несколько месяцев.

Дана РАХМЕТОВА

БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ КАНЦЕЛЯРСКИХ ТОВАРОВ
(ДІП ҚАБІЛЕТІН АСҚАДА)

MAXIMUM

Канцтовары

ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ
ОФИСНЫХ КАНЦТОВАРОВ

ул. Т.Масина, 89, 24-41-14, 25-55-02

ул. Ихсанова, 109, 54-81-41

www.maximum.uralsk24.kz
maximum_2007@mail.ru

У нас всегда найдется ВАША ДВЕРЬ!

МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

г.Уральск, ул.Гагарина, 70/3; пр.Евразия, 169
тел./факс: 8 (7112) 28-16-51, 54-57-41, 27-57-99, сот.: 8-702-135-89-79

МОЙГОРОД
УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Директор: Тулкинова О. М.
Главный редактор: Кайкененова А. Б.
Шеф-редактор: Рахметов М. Б.

Ответственный секретарь: Соменов С. И.
Дизайн и верстка: Амантаева А.

Журналисты: А. Кузбакова, А. Усербоева.
Фотокорреспондент: М. Медресов.
Корректор: Н. Глебова.

Рекламный отдел:
С. Бегалеева, А. Кузбакова, Е. Рукавишников, Ю. Демьяненко, Б. Баймуратов, А. Толубаев.

Адрес редакции:
г. Уральск, ул. Д. Нурпековой, 12/1, офис №102.
Редакция: 51-39-97.
Рекламный отдел: 51-35-98.
Факс: 50-06-78.
e-mail: mg_500678@mail.ru

Тираж данного выпуска: 3 000 экз.

Газета отпечатана в ТОО «Полиграфсервис».
Адрес типографии:
г.Уральск, ул. Л. Толстого, 27/6.
Тел.: 50-51-46.

Материалы в «МГ» не всегда отражают точку зрения редакции.

Материалы, опубликованные со знаком Р, а также под рубрикой «Новости компании», носят рекламный характер.

Ответственность за достоверность и содержание рекламы несут рекламодатели. Передача газетных материалов полностью или частично без письменного разрешения редакции запрещена.

Редакция не публикует, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы.