

Алтай Кульгинов: «Работайте, а не спите»

Аким ЗКО проинспектировал ремонт дорог в Уральске и остался недоволен. Он пожурил подрядчиков, которые сначала закрывают дорогу на ремонт, а потом «спят».

СТР. 4-5



Должники могут остаться без жилья

Имущество злостных неплательщиков за тепло и горячую воду будут выставлять на торги. Задолженность АО «ЖТЭ» перед газовиками составляет почти миллиард тенге, а население им задолжало 790 миллионов тенге. Тепловики решили взыскивать долги через судисполнителей.

СТР. 3



21.05-03.06



ВСЁ В РАССРОЧКУ

0 · 0 · 12

sulpak.kz | kaspi.kz

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

Итальянская автоматика CAME на все виды ворот по московским ценам

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

МЕБЕЛЬ ДЛЯ ВАННЫХ КОМНАТ | **КРАСКИ И ЭМАЛИ**

ОКВА РОДОС
официальный дистрибьютер

СМЕГА СТРОЙ
торговый дом

PROFIWOOD
официальный дистрибьютер

EMPILS
официальный дистрибьютер

Вместе строим с Мегастроем! | ул.С.Ескалиева, 305 | 51-94-55; 51-94-56

ТОВАР В КРЕДИТ!

ЭЛЕКТРИКА
САНТЕХНИКА
ЭЛЕКТРОИНСТРУМЕНТ

СТРОИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

НАЧНИ РЕМОНТ С ЭЛЕКСТРОЙ!

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

08:00
22:00

ЭЛЕКОМ | ELEKON

elcomstroy
elekon.stroy@mail.ru

elc.kz | www.elc.kz
electrokomplekt

ЭЛЕКТРОКОМПЛЕКТ
ЦЕНТР ТОРГОВЛИ ТОВАРАМИ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

К весне ГОТОВЫ!

МОТОКОМПЛ. НАСОСЫ

г. Уральск, ул. В. Шубина, 2/4, 8 (7112) 21-49-08, 21-49-82

г. Атырау, пр. Султан Бейбарыс, 53, 8 (7122) 32-16-82, 30-55-49

МЫ РАБОТАЕМ
08:00
22:00

НЕ ПРИВЯЗАННЫЕ К ИИН СМАРТФОНЫ КАЗАХСТАНЦЕВ ОТКЛЮЧАТ В 2019 ГОДУ

Казахстанцы не смогут пользоваться услугами связи в 2019 году, если не привяжут IMEI-код смартфона к ИИН.

— В 2016 году были внедрены обновленные требования к регистрации мобильных устройств. Запуск системы должен серьезно сократить число телефонных краж, после обращения в полицию украденный телефон может быть заблокирован. Практика показала, что IMEI-код не позволяет идентифицировать владельцев устройства. Чтобы новая норма работала в полном объеме, необходима привязка IMEI-кода к ИИН и номеру абонента, — сказал министр информации и коммуникаций Даурен Абаев на отчетной встрече с населением.

Абаев пообещал, что ажиотажа из-за регистрации не создается.

— Пользователям услуг связи необходимо будет зарегистрировать свои устройства до конца 2018 года, так как с 1 января 2019 года незарегистрированным абонентам услуги оказываться не будут. Мы максимально упростили процесс регистрации, будет предусмотрена регистрация онлайн, — сказал глава ведомства.

Источник: Tengrinews.kz.



УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР ТОО «БАТЫССЕРВИСПЛЮС» ПРОВОДИТ ОБУЧЕНИЕ СЛУШАТЕЛЕЙ НА КРАТКОСРОЧНЫХ КУРСАХ ПО СЛЕДУЮЩИМ ВИДАМ:

- Пожарно-технический минимум для руководителей, лиц, ответственных за пожарную безопасность и работников по всем направлениям деятельности.
- Обучающий семинар по теме: «Монтаж и техническое обслуживание охранно-пожарной сигнализации, систем видеонаблюдения и автоматических установок пожаротушения».
- Обучающий семинар по теме «Обслуживание и перезарядка огнетушителей».
- Обучение промышленной безопасности на опасных производственных объектах в нефтегазовых отраслях промышленности и по отраслям деятельности предприятий.

Наш адрес: ул. Азербайджанская, 19
тел./факс: 8 (7112) 50-20-10
8 (7112) 50-24-55, 51-60-77

Десятки людей эвакуировали из-за пожара в многоэтажке

Пожар в 9-этажном общежитии по проспекту Достык, 226 произошел, 15 мая, около шести часов вечера.

Дана РАХМЕТОВА

По словам жителей общежития, пожар произошел в шахте лифта, который вот уже несколько лет не работает.

— Окурки скорее всего кто-то бросил. У нас на верхних этажах в основном живут пьющие люди, — пояснила жительница общежития. — К тому же это не первый пожар в нашем доме.

Жители сразу же вызвали пожарных. На место ЧП приехали 3 единицы тех-

ники и 10 человек личного состава ДЧСЗКО. Нужно отметить, что на всех этажах было сильное задымление. Пожарные были вынуждены разбить стекло в подъезде 9 этажа, так как была плохая видимость. Они сразу же эвакуировали всех жителей многоэтажки, в числе которых были дети, однако не все успели выйти.

По данным пресс-службы управления здравоохранения ЗКО, троем пострадавшим была оказана помощь.

— Одной пострадавшей помощь была оказана на месте, 29-летняя и 64-летняя женщины доставлены в городскую многопрофильную

больницу. У них диагностировано токсическое действие окиси углерода. Они направлены на амбулаторное лечение, — сообщили в пресс-службе управления здравоохранения ЗКО.

По словам председателя КСК ТОО «Казбатыссервис» Гулима КАРИМОВОЙ, которое обслуживает этот дом, 80 процентов жильцов — это квартиранты.

— Лифт здесь давно уже не работает. Жильцы жаловались, что боятся, что их дети упадут в шахту лифта и мы на каждом этаже установили железную решетку на входе в лифт, чтобы дети туда не упа-

ФОТО НА MGOROD.KZ

Ученик 6 класса спас тонущего 3-летнего ребенка

ЧП произошло 5 мая в селе Кошанкол Казталовского района ЗКО.

Как рассказал и.о. руководителя аппарата акима Казталовского района ЗКО Жандос Дүйсенғалиев, ученик 6 класса Нурдаулет АЙБОЛАТОВ спас 3-летнего мальчика, который едва не утонул в водоеме.

— У отца Нурдаулета Аскара АТКЕШЕВА есть свое крестьянское хозяйство "Нурдаулет". В тот день 2 головы скота не вернулись домой с пастбища и отец вел мальчику посмотреть в округе и найти скот. Нурдаулет отправился на поиски, и когда он проходил мимо водоема, который находится неподалеку от их дома, то увидел лишь торчащие из воды детские ноги. Не медля ни минуты, Нурдаулет кинулся к воде и вытаскил на

берег 3-летнего Аршата, который был уже без сознания, — рассказал Жандос Дүйсенғалиев.

Далее Нурдаулет оказал первую помощь ребенку, затем позвал взрослых.

— Когда мы спросили у мальчика, откуда он знает, как нужно оказывать первую помощь, то он ответил, что в школе висят плакаты, где нарисовано, как и какую помощь нужно оказывать при утоплении, — пояснил Жандос Дүйсенғалиев. — Как выяснилось, 3-летний Аршат живет по соседству с Нурдаулетом. В тот день родители выпустили маленького сына играть на улицу под присмотром старших детей. Однако те не уследили за младшим братом.

Нужно отметить, что



Нурдаулет АЙБОЛАТОВ хорошо учится в школе, активно занимается борьбой, к тому же мальчик с детства хорошо сидит на коне и помогает отцу по хозяйству.

По словам Жандоса Дүйсенғалиева, в скором времени руководство района обязательно наградит юного героя грамотой и, конечно же, подарками.

Дана РАХМЕТОВА

В ЗКО назначен руководитель управления внутренней политики

Им стал 37-летний Нурлыбек ДАУМОВ.

16 мая первый заместитель акима области Игорь Стеков представил нового руководителя управления внутренней политики.

По решению конкурсной комиссии, на должность руководителя управления внутренней политики ЗКО назначен Нурлыбек Даумов.

Даумов Нурлыбек Жаскайратович 1981 года рождения. Образование — высшее. В 2002 году окончил Западно-Казахстанский государственный университет.

В разные годы работал: ведущим, главным специалистом, руководителем отдела управления внутренней политики ЗКО; главным инспектором по вопросам социально-культурного развития аппарата акима ЗКО; экспертом департамента общественно-политической работы министерства культуры РК (г. Астана); руководителем отдела управления по вопросам молодежной политики ЗКО; заместителем руководителя УВП ЗКО. Последняя должность — руководитель отдела внутренней политики г. Уральск.

Дана РАХМЕТОВА

За долги за тепло уральцы могут остаться без жилья

Коммерческий директор АО "Жайыктеплоэнерго" рассказал, что квартиры злостных неплательщиков по-прежнему будут выставаться на торги.

Кристина КОБИНА

21 мая коммерческий директор АО "Жайыктеплоэнерго" Вячеслав СОЛОДИЛОВ и судебные исполнители обсудили проблему погашения долгов за тепло и подогрев воды.

По словам Вячеслава СОЛОДИЛОВА, на сегодняшний день задолженность их предприятия перед газовиками составляет 934 миллиона тенге.

— Однако население нам должно 790 миллионов тенге и 63 миллиона долгов промышленных предприятий города. Газовики, соответственно, требуют, чтобы мы вовремя вносили оплату, иначе будет ограничена или совсем прекращена подача газа. Снова будет недоwohlство со стороны населения, жители многоэтажек останутся

без горячей воды, — отметил Вячеслав СОЛОДИЛОВ. — На сегодняшний день у нас составлены договоры с 19 частными судебными исполнителями. С 2015 года им было передано более 5,8 тысячи исполнительных листов на сумму 271,5 миллиона тенге. Исполнено в полном объеме 3 тысячи исполнительных листов и на исполнении находится 2,5 тысячи исполнительных листов на сумму 123 миллиона тенге.

Солодилов пояснил, что также будут приниматься меры принудительного исполнения в отношении жителей, которые не погашают свои задолженности.

— На данный момент имеется 816 постановлений на арест недвижимого имущества и 77 — на автоимущество, 262 постановлений на ограничение на выезд за пределы РК, арестовано 43 банковских счета

и с 337 должников идет удержание с дохода, — пояснил коммерческий директор ЖТЭ.

К слову, Вячеслав Солодилов отметил, что в прошлом году был случай, когда одному абоненту все же пришлось реализовать свою квартиру через риелторов для выплаты долга перед ЖТЭ.

— В этом году мы будем также применять жесткие меры, и некоторым должникам придется попроситься со своими квартирами. Все же нам приходится применять меры принудительного исполнения, это арест имущества с последующей реализацией через торги — квартир и автомобилей, если нет другого имущества, — пояснил Вячеслав Солодилов.

По словам коммерческого директора АО "ЖТЭ", также будут организованы совместные выезды на дом к должникам по исполнительным производством

три раза в неделю.

Кроме того, судисполнитель Жандос САМАТОВ предложил открыть в городе комиссионный магазин.

— Нужно выезжать по должникам вместе с сотрудниками АО "ЖТЭ", если у судисполнителя будет уже предварительная санкция суда на наложение и изъятие ликвидного имущества, а именно ценных вещей и драгоценностей, то для их реализации необходим комиссионный магазин. Потом если судисполнитель, к примеру, изымет телевизор, не поставит же он его у себя в офисе, поэтому мы считаем, что для этого нужно определить складское помещение при АО "Жайыктеплоэнерго". Создать магазин и выставить имущество в нем по согласию должника, — пояснил Жандос САМАТОВ.

Кроме того, по мнению частного судисполнителя такой вариант решения удержания долгов с населения будет результативным.



70 МЕТРОВ ТРУБЫ БЫЛО ЗАМЕНЕНО ПОСЛЕ АВАРИИ НА КОЛЛЕКТОРЕ

Об этом рассказали в ТОО "Батыс су арнасы".

По словам заместителя директора ТОО "Батыс су арнасы" Салавата АЙБАТОВА, все ремонтные работы на коллекторе были завершены 13 мая.

— В общем мы заменили около 70 метров трубы, диаметр ее составляет 900 миллиметров. В скором времени, думаю, будет подсчитан ущерб, — пояснил Салават АЙБАТОВ.

Напомним, 30 апреля в Уральске из-за аварии на канализационном коллекторе половина города осталась без воды. После чего был организован подвоз воды во дворы города. На месте аварии ведутся круглосуточные работы. В коммунальной службе отметили, что в есть некоторые сложности, так как канализационная труба, которую прорвало, находится на глубине 7,5 метра. На сегодняшний день 70 тысяч уральцев остаются без холодной воды. При проведении работ на месте порыва канализационного коллектора провалился экскаватор.

Кристина КОБИНА

В ЗКО восстанавливают откормочную площадку и мясокомбинат

17 мая в Астане стартовал Астанинский экономический форум.

17 мая на площадке Астанинского экономического форума подписан меморандум по восстановлению откормочной площадки и мясокомбината в ЗКО. В церемонии подписания приняли участие аким Западно-Казахстанской области Алтай Кульгинов, учредитель компании «Dunbia» (Великобритания) Роберт Джон Добсон, председатель правления АО «Национальный управляющий холдинг «КазАгро» Нурлыбек Малелов и генеральный директор ОИПЮЛ «Мясной Союз Казахстана» Максус Бактыбаев. Аким области отметил, что потенциал региона в вопросах развития сельского хозяйства, и особенно животноводстве, очень высок.

— Мы восстанавливаем откормочный комплекс «Сrown Batys». Инвестор будет вкладывать инвестиции к нам, а мы будем предоставлять все условия для того, чтобы развивать и выходить на экспорт мясо и мясной продукции, — сообщил Алтай Кульгинов. Данное мероприятие состоялось при поддержке министерства сельского хозяйства РК.

Дана РАХМЕТОВА

Аким ЗКО раскритиковал подрядчиков, которые берут тендер, а потом «спят»

ВЕЧЕРОМ 16 МАЯ АКИМ ЗКО АЛТАЙ КУЛЬГИНОВ ПРОЕХАЛ ПО РЕМОНТИРУЕМЫМ ДОРОГАМ И ПРОКОНТРОЛИРОВАЛ ХОД РАБОТ.

Дана РАХМЕТОВА

Первым объектом стала дорога по ул. Актюбинской. Здесь идет капитальный ремонт участка от ул. Ружейникова до ул. Кузнецкой. Подрядчиком является ТОО "М-Проект Астана".

Нужно отметить, что работы завершены на 90%. Жители этой улицы практически в один голос уверяют, что они довольны ремонтом.

– Я здесь живу с 1960 года. Никогда у нас не было такой дороги и такой чистоты. Все хорошо, и даже все камни убрали. Работали быстро. Молодцы ребята. Они начинали работать рано утром и до темна. Раньше у меня вся грязь и вода с дороги стекали прямо во двор, – рассказала 83-летняя Мария Иванченкова.

Глава региона, осмотрев дорогу и поговорив с местными жителями, пояснил, что так быстро должны работать все компании в городе, занимающиеся строительством и ремонтом дорог.

– Надо подрядчикам говорить, если они зашли на конкурс, взяли объект, пусть работают. Понятно, что при ремонте будут временные неудобства, но они должны быть короткими. Максимально нужно работать. А то раскопали дорогу по ул. Айтиева. Кто там, "Жайыктеплогэнерго", работает? Дайте им пять дней. Я там три раза ездил никого (рабочих – прим. автора) там не видел. Разберитесь. Есть и другие подрядчики, которые закроют дорогу и спят потом. Если они закрыли дорогу, значит, все, должны работать. Люди же ждут. У нас очень короткий строительный сезон. Мы же сразу говорим, если нет дождей, надо выходить на дорогу и работать. Это ком-

пания молодцы. Вот так нужно работать, – заявил Алтай КУЛЬГИНОВ.

КОЛХОЗ КАКОЙ-ТО

Следующим объектом стала дорога по ул. Абдилова. Там рабочие укладывали поребрику вдоль тротуарной дорожки. На вопрос акима области, откуда ее заказывают, представитель компании, занимающейся ремонтом на этой дороге, ответила, что из Атырау. У главы региона возник вопрос, почему под-

рядчик не берет материал местных производителей. Такой же вопрос аким области задал и на другом объекте – на дороге по ул. Маметовой.

– Почему у нас не берем? У нас что не качественно? Вообще нужно посмотреть, что производят наши местные предприятия, а если нет, тогда у других брать, – отметил Алтай КУЛЬГИНОВ.

Начальник участка отметил, что работы будут завершены в течение месяца.

– Мы ведем здесь дорожные работы. Здесь уже срезан слой существующего асфальта толщиной 11 сантиметров. Теперь готовим основание под новый асфальт. Он будет двухслойным. Первый слой – 6 сантиметров, второй – 5 сантиметров. Завершить этот участок длиной около километра (от ул. Петровского – прим. автора) планируем через дней 20, может, месяц. Я имею в виду не только дорогу, но и все остальные работы, – рассказал начальник участка генерального подрядчика Бахтияр КАРАБАСОВ.

Начальник участка отметил, что работы будут завершены в течение месяца.

– Мы ведем здесь дорожные работы. Здесь уже срезан слой существующего асфальта толщиной 11 сантиметров. Теперь готовим основание под новый асфальт. Он будет двухслойным. Первый слой – 6 сантиметров, второй – 5 сантиметров. Завершить этот участок длиной около километра (от ул. Петровского – прим. автора) планируем через дней 20, может, месяц. Я имею в виду не только дорогу, но и все остальные работы, – рассказал начальник участка генерального подрядчика Бахтияр КАРАБАСОВ.

ОБЕЗОПАСЬТЕ ОТ ДЕТЕЙ

На участке дороге по ул. Кердери, где ТОО "Уральскводстрой" ведет замену тепломагистралей, глава региона отметил важность соблюдения техники безопасности.

– Где вы уже трубы положили, нужно сразу закапывать. Потому что это центр города. Здесь ходят дети. Нужно обезопасить, чтобы в яму никто не упал, – пояснил Алтай КУЛЬГИНОВ.



Представитель подрядчика сообщил, что они в скором времени закончат работы на этом участке и перейдут к работам по ул. Курмангазы. Все работы будут завершены к отопительному сезону.

Мурат МУКАЕВ, который также побывал на всех объектах, сообщил, что в этом году на ремонт дорог выделено 7,5 миллиарда тенге.

– Вы знаете, что ахиллесова пята нашего города – это дороги. Из года в год мы ведем ремонт. На ул. Актюбинской заканчивается

ремонт дороги. Вообще этот проект рассчитан на 7 месяцев, однако попался добросовестный подрядчик, который закончит эту дорогу за месяц. Остались только разметочные работы. В районе ремзавода будут отремонтированы 4 улицы. Замена тепломагистралей идет очень динамично, компания работает местная, имеет большой стаж работы в этой сфере. На сегодняшний день работы завершены на 45%. По просьбам горожан, мы эту процедуру ускорим, – пояснил аким города.

Также Мурат МУКАЕВ пообещал, что в скором времени они проверят строительство дворов и детских площадок в городе.

ДЕПОВСКОЙ МОСТ ГОТОВ НА 75%

Начальник участка на деповском мосту Бакыт БЕКТУРГАНОВ рассказал, что после заливки накладной плиты, будет установка гидроизоляционного материала. На данный момент заявка на этот материал уже отправлена и подрядчик ждет его отправки.

– Следующий этап будет чистовой – укладка асфальта. На 100% готовы перильные ограждения. Сва-

рочные работы готовы, – сообщил Бакыт БЕКТУРГАНОВ.

В свою очередь глава региона заинтересовался сроком гарантии путепровода и какова будет его ширина после постройки. Как выяснилось срок гарантии путепровода составляет 3 года, а ширина его будет составлять 19,5 метра с учетом тротуара, ранее ширина его была 8 метров.

– На данном этапе по

монопитной части 95% объема работ выполнено. Сейчас идут работы по установке накладной плиты. Из 10 пролетов готовы уже три. Эти работы будут закончены до конца мая. Параллельно ведутся работы по уплотнению грунтовой насыпи на двух подходах. Планируем сдать путепровод до осени, – пояснил Бакыт БЕКТУРГАНОВ.

Аким города пояснил, что строительство деповского путепровода находится на особом контроле. – Подрядчик выполняет работы с марта прошлого года. По проекту moet должен быть завершен в следующем году, однако с учетом того, что они работают в ускоренном режиме, плани-

руем открыть путепровод к осени. Соответственно будет начат разбор и строительство омеговского путепровода. На сегодняшний день работы на деповском путепроводе составляют 75%, – сообщил Мурат МУКАЕВ.

Напомним, деповской путепровод был закрыт на реконструкцию 1 марта, срок сдачи его был намечен на 2019 год. Всего на реконструкцию моста было выделено 2,3 млрд тенге.

Фото Медеета МЕДРЕСОВА

160 голов сайги погибли в ЗКО из-за суровой зимы

Из них 128 голов утонули и 32 молодых особи не смогли обеспечить себя подножным кормом.



Кристина КОБИНА

По словам руководителя областной территориальной инспекции лесного хозяйства и животного мира Кайрата КАДЕШЕВА, в этом году в области была затяжная зима, которая отразилась на сайге. 22 марта прошел дождь, было обледенение снега, и молодняк не мог найти подножного корма. Тогда мы разбросали сено в местах обитания сайги, потом угольником разбивали борозды, чтобы сделать доступ к корму. Буквально за два дня 128 голов сайги утонули в воде и 32 головы молодняка пали от голода, не выдержали суровой зимы, - пояснил Кайрат КАДЕШЕВ.

Также со слов руководителя инспекции, в этом году ожидается увеличение

численности сайги в области.

- Если в 2017 году насчитывалось 98,2 тысячи голов, то в этом году после учета и камеральной обработки будет ясно, насколько сейчас увеличилась численность сайги, но рост есть, по предварительным данным, это 130-140 тысяч голов сайги, - рассказал Кайрат КАДЕШЕВ. Также по словам руководителя областной теринспекции, с начала этого года в местах обитания сайгаков на территории области было проведено 17 рейдов. В ходе рейдов было выявлено 22 факта браконьерства на сайгаков и незаконное обращение с редкими и находящимися под угрозой исчезновения, а также запрещенными к использованию животных, их частями или дериватами. Из них было выявлено 6 фактов по незаконной охоте и 16 - по

незаконному добытию дериватов, - отметил Кайрат КАДЕШЕВ.

Также руководитель инспекции отметил, что по всем выявленным нарушениям были возбуждены уголовные дела. У нарушителей было изъято 167 туш сайги и 268 штук рогов. На сегодняшний день в судах рассмотрено 65 уголовных дел, по остальным ведутся следственные мероприятия. Уже осуждены 8 человек, - пояснил Кайрат КАДЕШЕВ.

Также стало известно, что охотниками за сайгой причинен ущерб на сумму 199,8 миллиона тенге.

К слову, за прошлый год ущерб животному миру в ЗКО был причинен на сумму 674 миллиона тенге.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

Вблизи Уральска появился скотомогильник

Теперь трупы собак сжигают на скотомогильнике, который расположен вдоль саратовской трассы.

Кристина КОБИНА

Как рассказал директор ветеринарной станции города Уральск Абылай МУКАЕВ, в настоящее время они перестали жечь трупы собак рядом с поселком Круглоозерное.

- Мы начали пользоваться им с начала этого года, возникали некоторые проблемы с дорогой и, конечно, есть некоторые нюансы с документацией, но все же разрешение на это получено. Теперь мы отлавливаем собак, в течение трех дней держим их в питомнике, если же собак не забирают, то усыпляем и отвозим их на скотомогильник, - пояснил Абылай МУКАЕВ. Также директор ветеринарной станции отметил, что они сейчас тесно работают с обществом защиты жи-

вотных. Участники общества по защите животных пишут заявления, чтобы забрать собаку из питомника, при этом указывают адрес, где будут содержать ее. Таким образом, из питомника было отпущено около 50 собак, - рассказал Абылай МУКАЕВ.

Стоит отметить, что с начала года было отловлено 2084 собаки и 85 кошек.

- Наши сотрудники работают в трех бригадах. Наибольшее количество животных отловлено на территории города, это 1024 собаки и 55 кошек, потом в Закаганске 475 собак и 28 кошек, - пояснил Абылай МУКАЕВ.

К слову, заявку на отлов бродячих

животных можно оставить по телефону: 27-50-65.

Напомним, жители поселка Круглоозерное пожаловались на вой и вонь от питомника, который расположен в километре от жилых домов. Они были возмущены тем, что гарью от сжигания трупов собак, которую раздувает ветром в сторону поселка, приходится дышать маленьким детям. Со слов местных жителей, из-за того что нет нормального скотомогильника и питомника, там царит полная антисанитария. После чего скотомогильник был построен вдоль Саратовской трассы, стоимостью в 37 миллионов тенге. Кроме того, в этом году на отлов бродячих собак и кошек было выделено 28 миллионов тенге.

КВАРТИРЫ

В НОВЫХ СТРОЯЩИХСЯ ДОМАХ В ЧЕРТЕ ГОРОДА

1-комнатные			
Описание	Цена за 1 кв.м	S, кв.м	Цена (тг.)
ул. С.Тюленина, 4 кирпичный дом, сдан.	160 000	51,3 46,8	8 208 000 7 488 000
ул. Нур, 5, 8 мкрн. кирпичный дом, сдан в 1 квартале 2018 г. (автономное отопление)	160 000	54,8 57,2 61,6 66,3	8 768 000 9 152 000 9 856 000 10 608 000
ул. Кердери, 120 9-этажный дом, сдан в 1 квартале 2018 г.	C 1 по 5 этаж 200 000	43 47 51	8 600 000 9 400 000 10 200 000
	C 6 по 9 этаж 190 000	43 47 51	8 170 000 8 930 000 9 690 000
мкр. Северо-Восток, 40/1 кирпичный дом, сдан в 1 квартале 2018 г.	160 000	41,2 43,3	6 592 000 6 928 000
ул. Девовская, 26/3 6-этажный дом, сдача - 3 квартал 2018 г.	1 - 5 этаж по 150 000	40 46 48	6 000 000 6 900 000 7 200 000
мкр. Женис, 32 6-этажный кирпичный дом, сдача - 3 квартал 2019 г.	C 1 по 5 этаж 170 000	43 45	7 310 000 7 650 000
	6 этаж 150 000	43 45	6 450 000 6 750 000
ул. Курмангалиева, 3 6-этажный кирпичный дом, сдача - 4 квартал 2019 г. (р-н 4 поликлиники)	C 1 по 5 этаж 150 000	46 60	6 900 000 9 000 000
	6 этаж 130 000	46 60	5 980 000 7 800 000

2-комнатные			
Описание	Цена за 1 кв.м	S, кв.м	Цена (тг.)
ул. С.Тюленина, 4 кирпичный дом, сдан.	160 000	65,9 66,4 68,4 75 73,1	10 544 000 10 624 000 10 944 000 12 000 000 11 696 000
ул. С.Тюленина, 6 кирпичный дом, сдан в 3 квартале 2017 г.	160 000	65,9 66,4 68,4 75 73,1	10 544 000 10 624 000 10 944 000 12 000 000 11 696 000
ул. Ярославская, 2/3 (р-н 8 школа) 9-этажный кирпичный дом, сдан в 1 квартале 2017 г.	150 000	92,6	13 890 000
ул. Нур, 5, 8 мкрн. кирпичный дом, сдан в 1 квартале 2018 г. (автономное отопление)	65 студия	77,2	10 400 000
	77,2 85 88,5 103	12 352 000 13 600 000 14 160 000 16 480 000	
ул. Иксанова, 44 В кирпичный дом, сдан в 3 квартале 2017 г.	200 000	58	11 600 000
ул. Кердери, 120 9-этажный дом, сдан в 1 квартале 2018 г.	C 1 по 5 этаж 200 000	66 70	13 200 000 14 000 000
	C 6 по 9 этаж 190 000	66 70	12 540 000 13 300 000
ул. Л.Толстого, 127/2 кирпичный дом, сдан, на 6 мансардном этаже	140 000	89,3	12 502 000
ул. Девовская, 26/3 6-этажный дом, сдача - 3 квартал 2018 г.	1 - 5 этаж по 150 000	65 70	9 750 000 10 500 000
	6 этаж по 130 000	65 70	8 450 000 9 100 000
мкр. Женис, 32 6-этажный кирпичный дом, сдача - 3 квартал 2019 г.	C 1 по 5 этаж 170 000	60 студия 67 70 80 85	10 200 000 11 370 000 11 900 000 13 600 000 14 450 000
	6 этаж 150 000	60 студия 67 70 80 85	9 000 000 10 050 000 10 500 000 12 000 000 12 750 000
ул. Курмангалиева, 3 6-этажный кирпичный дом, сдача - 4 квартал 2019 г. (р-н 4 поликлиники)	C 1 по 5 этаж 150 000	60 63 65 72 76 81	9 000 000 9 450 000 9 750 000 10 800 000 11 400 000 12 150 000
	6 этаж 130 000	60 63 65 72 76 81	8 800 000 8 190 000 8 450 000 9 360 000 9 880 000 10 530 000

3-комнатные			
Описание	Цена за 1 кв.м	S, кв.м	Цена (тг.)
ул. С.Тюленина, 4 кирпичный дом, сдан. 6 этаж	110 000	82-94	9 020 000 - 10 340 000
ул. С.Тюленина, 6 кирпичный дом, сдан в 3 квартале 2017 г.	160 000	89,5	14 320 000
ул. Ярославская, 2/3 (р-н 8 школа) 9-этажный кирпичный дом, сдан в 1 квартале 2017 г.	150 000	109	16 350 000
ул. Нур, 5, 8 мкрн. кирпичный дом, сдан в 1 квартале 2018 г. (автономное отопление)	160 000	111,9 122,6	17 904 000 19 616 000
ул. Иксанова, 44 В кирпичный дом, сдан в 3 квартале 2017 г.	200 000	78	15 600 000
ул. Кердери, 120 9-этажный дом, сдан в 1 квартале 2018 г.	C 6 по 9 этаж 190 000	94 105	17 860 000 19 950 000
мкр. Северо-Восток, 40/1 кирпичный дом, сдан в 1 квартале 2018 г.	160 000	83,3	13 328 000
ул. Девовская, 26/3 6-этажный дом, сдача - 3 квартал 2018 г.	C 1 по 5 этаж 170 000	87 92 95 98 102 110 120	14 790 000 15 640 000 16 150 000 16 660 000 17 340 000 18 700 000 20 400 000
	6 этаж 150 000	87 - 120	13 050 000 - 18 000 000
ул. Курмангалиева, 3 6-этажный кирпичный дом, сдача - 4 квартал 2019 г. (р-н 4 поликлиники)	C 1 по 5 этаж 150 000	80	12 000 000
	6 этаж 130 000	80	10 400 000

4-комнатные			
Описание	Цена за 1 кв.м	S, кв.м	Цена (тг.)
ул. Нур, 5, 8 мкрн. кирпичный дом, сдан в 1 квартале 2018 г. (автономное отопление)	160 000	144	23 040 000
ул. Кердери, 120 9-этажный дом, сдан в 1 квартале 2018 г.	C 1 по 5 этаж 200 000	122	24 400 000
	C 6 по 9 этаж 190 000	122	23 180 000
мкр. Женис, 32 6-этажный кирпичный дом, сдача - 3 квартал 2019 г.	C 1 по 5 этаж 170 000	145 125	24 650 000 21 250 000
	6 этаж 150 000	145 125	21 750 000 18 750 000

ОРАЛ ПОЛИМЕР
строительная компания

ОТДЕЛ ПРОДАЖ:
+ 7 (7112) 25 80 50
+7 705 501 20 10
г.Уральск, ул. С Тюленина, 47/1
гостиница «Рахат», 2 эт. 209 оф.

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, Аптека, Салон красоты «Тадис», Суши-бар «Япона мама», Курсы английского языка, Ментальная арифметика, Игрушки, Канцтовары, Бытовая химия, Бижутерия, Белье, Очки, Сибирское здоровье, Театале, Товары из IKEA, Ателье, Сумки, Ломбард, зоомагазин, спорт товары, Золото, Массажный кабинет, салон «Gloria».

ПРЕДЛАГАЕМ АРЕНДНУЮ ПЛОЩАДЬ

мкр. «Северо Восток 2», 47, ТЦ «Астана», 3 этаж
8-701-989-52-80
26-13-08 26-14-43

200 МЛН ТЕНГЕ ВЫДЕЛЕНО НА ОРГАНИЗАЦИЮ ЛЕТНИХ ЛАГЕРЕЙ

Массовое открытие пришкольных лагерей по области начнется 1 июня.

По словам руководителя отдела опеки и попечительства управления образования ЗКО Баян НЕТАЛИЕВОЙ, в настоящее время начались подготовительные работы по открытию летних лагерей.

Мы внесли постановление в областной акимат об организации отдыха, оздоровлению и занятости детей и подростков в летний период. Также внесли межведомственный план мероприятий во время каникул. В целом все лагеря открываются на основании заключения, которое выдают территориальные департаменты охраны общественного здоровья. В этом году планируется открыть 20 7-дневных, 10-дневных и 12-дневных загородных лагерей, из них в 17 планируется организовать купание, 350 пришкольных лагерей с питанием, которые будут работать до часу дня, и некоторые до пяти вечера, 226 площадок без питания, а также 24 палаточных лагеря с пребыванием в них от 3 до 5 дней. К тому же палаточные лагеря в этом году будут располагаться около территорий загородных лагерей, - отметила Баян НЕТАЛИЕВА.

Между тем, в республиканский лагерь «Балдаурен» будет отправлено более сотни детей из ЗКО.

К слову, стоимость загородных лагерей каждый район высчитывает сам, цена отдыха в областном лагере будет варьироваться от 30 до 42 тысяч тенге.

Стоит отметить, что в этом году на организацию лагерей выделено 199,7 миллиона тенге.

Кристина
КОБИНА



40 детей отдохнут в Италии

Две недели летнего отдыха в лагере в Италии будет организовано для детей, оставшихся без попечения родителей, и из малообеспеченных семей.

Кристина
КОБИНА

Как рассказали в управлении образования ЗКО, по такой программе компания Аджип Карачаганак б.в. ежегодно оплачивает поездки детей из социально уязвимых слоев населения в Италию.

В этом году планируется отправить 40 детей из ЗКО, 20 детей, которые остались без попечения родителей, и 20 из малообеспеченных семей, - отметила Баян НЕТАЛИЕВА.

Стоит отметить, что лагерь для

школьников будет организован в начале июля.

Также по словам Баян НЕТАЛИЕВОЙ, еще 200 школьников нашей области поедут на 20-летие Астаны. В основном это школьники из социально уязвимых слоев населения.

Всего будет отправлено более 200 детей. Для них будет организована в июле-августе трехдневная экскурсия по Астане, - пояснила Баян НЕТАЛИЕВА.

Стоит отметить, что еще около 1000 школьников посетят сакральные места области.

На эти нужды деньги будут выделены из фонда всеобщего воспитания детей. Дети посетят музеи в таких районах, как Бокеевский, Сырымский, - рассказала Баян НЕТАЛИЕВА.

К слову, в этом году на организацию летних лагерей было выделено около 200 миллионов тенге.

Фото из архива «МГ»

Благодаря знахарке Юлии мой загулявший муж вернулся в семью. Я знала, что его приворожили, а изменить ничего не могла, потому что не знала, как это сделать. Знахарка помогла мне. Она научила, какой обряд провести дома, чтобы вернуть супруга в семью. Я купила у Юлии заговоренные талисманы и обереги, чтобы защитить жилье и свою семью от порчи. Конечно, я немного сомневалась, но слава Богу и Юлии - муж вернулся, попросил прощения, сейчас мы вместе, о том периоде не вспоминаем, ну нас все хорошо. Юлия, огромное спасибо!

ЛЕГЕНДАРНАЯ ЗНАХАРКА И СПАСИТЕЛЬНИЦА

ЮЛИЯ

я выполнял дома рекомендации знахарки, и теперь могу похвастаться результатами: бросил пить, курить, меньше ем и занимаюсь спортом. Знакомые говорят, что я помолодел и похорошел. Юлия, я вечный твой должник, ты очень мне помогла.

Сыну не везло с девушками. В 34 года не был женат и ни с кем не встречался. Он прерывал все мои попытки поговорить на эту тему, поэтому я пошла обсудить это с знахаркой Юлией. Каково было мое удивление, когда я узнала, что сыну мешают порча, называемая в народе «венцом безбра-

чия». Юлия даже назвала имя человека, который это сделал. Все может быть, я склонна была поверить Юлии, но сына в любом случае надо было спасать. И Юлия спасла сына! Не хочу подробно рассказывать о том, что делала я и знахарка, но главное, что Канат женился на прекрасной девушке. Все это благодаря Юлии.

Бахытгуль. Я имею свою частную клинику и для меня профессиональный опыт и впечатление клиента крайне важны. После одной большой мой дела заметно ухудшились. Я никогда не верил в порчу и все такое, но тут и слепому было видно, что без этого

не обошлось. Череда неудачных операций, жалобы клиентов, дурная слава - с этими жалобами я пришел к Юлии. Она посмотрела по картам и сразу высчитала мою обидницу. Юлия провела надо мной обряд, научила, что сделать в клинике и дома. Спасибо, что жена мне помогла, иначе я бы не справился. Выполнив все рекомендации Юлии, я восстановил душевное равновесие, профессионализм, вернул удачу в работе и доброе имя своей клинике. Мне очень помог талисман, заговоренный гадалкой, который я у нее приобрел. Юлия, большое спасибо!

Сергей Алексеевич Р.



Юлия ждет Вас с 10:00 до 14:00: 28, 29, 30, 31 мая, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 июня по адресу: г. Уральск, ул. Мухита (бывшая ул. Октябрьская), 95 (угол пр-т Евразии, вход в офис со стороны ул. Мухита под вывеской «Юлия», напротив маг. «Спортландия»). Будет осуществляться продажа талисманов, оберегов.

Качественные окна по доступным ценам предлагает компания «Жас Отау»

Решили поменять окна в доме? Западно-Казахстанское предприятие по производству окон «Жас Отау» предлагает жителям области качественные и недорогие окна от эконом до премиум класса.

Окно - это не просто отверстие и стекло с рамой, а один из важнейших элементов интерьера, способный как украсить его, так и защитить от пыли, холода, знойной жары и других неблагоприятных природных явлений.

Конструкции металлопластиковых изделий от компании «Жас Отау» надежно защищают жилище от внешних воздействий, они достаточно функциональны и просты в применении.

Предприятие имеет огромный опыт в производстве такой продукции.

Мы изготавливаем на заказ окна, двери, перегородки, витражи, балконы, а также вы можете заказать у нас натяжные потолки бельгийского производства, - рассказал директор компании «Жас Отау» Жомарт ДУЙСЕНБАЕВ.

Окна и другая продукция выполняются из качественного высокотехнологичного ПВХ и алюминия европейского качества толщиной от 50 до 70 мм.

Металлопластиковые изделия предприятия изготавливаются по современным энергосберегающим технологиям - это одно- и двухкамерные стеклопакеты с отличным теплоотражающим покрытием, которое позволяет в жаркое лето сохранить в доме прохладу. А в зимние холода окна благодаря уплотнителю из качественного силикона помогут сохранить тепло.

Помимо обычного прозрачного стекла на предприятии изготавливают тонированные стеклопакеты, а также можно заказать окна со стеклом матовой поверхности и со специальной пленкой, защищающей стекло от сколов и трещин.

Если вы проживаете около проезжей части или в шум-



ных районах города, то рекомендуется заказывать двухкамерные стеклопакеты. Такой выбор сыграет большую роль в шумоизоляции оконных конструкций, и вас не будут беспокоить проезжающие автомобили и другие шумы улиц.

В зависимости от интерьера квартиры или дома вы можете подобрать профиль к стеклопакетам различной цветовой гаммы.

При изготовлении окон и других металлопластиковых изделий используется качественная фурнитура австрийского и турецкого производства, а также в комплекте к окнам идет москитная сетка.

Сейчас у нас действует акция, которую мы связали с Днем защиты детей. Заказав у нас окна до 15 июня, вы в подарок получите ручку-блокиратор, которая поможет обезопасить ваших детей от выпадения из окон, - дополнил гла-

ва предприятия. - Также, подписавшись на нашу страницу в социальных сетях и заказав у нас окна или другие изделия, вы получите скидку 5%, а также приглашаем к сотрудничеству специалистов, занимающихся реализацией и монтажом готовых металлопластиковых изделий. За изготовление продукции можно оплатить наличным и безналичным расчетом, также можно оформить заказ в кредит или оплатить в рассрочку на три месяца.

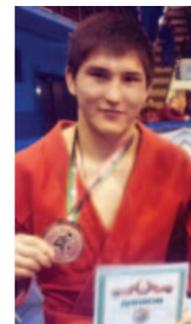
При заказе окон выезд и замер специалистами выполняется бесплатно, профессиональные мастера посоветуют вам подобрать дизайн и фурнитуру, учитывая ваши финансовые возможности, а для юридических лиц специальное коммерческое предложение. Срок изготовления до 10 дней. Окна и другие изделия предприятия имеют срок гарантии от 7 до 25 лет, они надежны и прослужат вам долгое время.



Наш адрес: ул. Мельничная, 42 (бывш. магазин «Тюльпан»). Тел.: 8 (7112) 342-542, 8 705 567 03 71, 8 707 567 03 71, WhatsApp 8 700 567 03 71 (для приема заказов), 8 775 567 03 71. Мы в соцсетях: vk.com/ipzhasotau, instagram.com/ipzhasotau

ЧЕМПИОНОМ АЗИИ ПО САМБО СТАЛ ВОЕННОСЛУЖАЩИЙ НАЦГВАРДИИ

Рядовой Нурбол СЕРИКОВ завоевал золотую медаль и стал чемпионом Азии по борьбе самбо в весовой категории 68 килограммов.



Кристина
КОБИНА

Военнослужащий воинской части 5517 регионального командования «Батыс» Национальной гвардии РК одержал победу в финальной схватке со спортсменом из Кыргызстана. Чемпионат Азии проходил с 11 по 14 мая в столице Монголии Улан-Баторе. В соревнованиях приняли участие около 300 спортсменов из двадцати стран Азии. Сборная Республики Казахстан заняла первое общекомандное место.

Как рассказал Нурбол СЕРИКОВ, самбо он занима-

ется уже более 15 лет.

Завоевать победу было нелегко, - поделился впечатлениями Нурбол. Мы стали лучшими среди сильнейших, благодаря нашему усердию и кропотливой работе тренеров. Ведь у нас в войсках правопорядка есть все условия, чтобы заниматься спортом, совмещать его со службой. В этом направлении есть поддержка со стороны командования войск Нацгвардии РК. Кроме того, я считаю, что каждый военнослужащий должен заниматься спортом. Пусть это будет непрофессионально, и не обязательно выступать на соревнованиях.

Теперь Нурбол СЕРИКОВ будет готовиться к чемпионату мира, который пройдет в Марокко в октябре этого года.

Фото предоставлено пресс-службой Нацгвардии РК



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 газз»)

МЫ ПЕРЕЕХАЛИ

www.metall-service.kz



Деньги уволенных казахстанцев обложили дополнительным налогом

Компенсация за неиспользованный трудовой отпуск, которая выплачивается при увольнении, с 1 января 2018 года облагается социальным налогом.

Эта сумма не удерживается из зарплаты, а уплачивается работодателем. Помимо этого, согласно внесенным изменениям в законодательство, компенсация за неиспользованный трудовой отпуск также является объектом обложения социальными платежами (обязательные пенсионные взносы, обязательные профессиональные пенсионные взносы, социальные отчисления и отчисления по ОСМС).

Статья 484 Налогового кодекса, компенсация за неиспользованный трудовой отпуск исключена из доходов физических лиц, не облагаемых социальным налогом и, соответственно, подлежит обложению и социальным налогом, - прокомментировали в ДПД Алматинской области.

Также в ведомстве сообщили, что постановлением правительства РК от 4 мая 2018 года № 239 внесе-

ны изменения и дополнения в следующие решения правительства РК по вопросам исчисления обязательных пенсионных взносов и социальных отчислений с доходов физических лиц:

- Правила и сроки исчисления, удержания (начисления) и перечисления ОПВ, ОППВ в ЕНПФ и взыскания по ним, утвержденные постановлением правительства РК от 18 октября 2013 года № 1116;

- Правила осуществления ОППВ, утвержденные постановлением правительства РК от 26 марта 2014 года № 255;

- Правила исчисления и перечисления социальных отчислений, утвержденных постановлением правительства РК от 21 июня 2004 года № 683.

Внесены изменения и дополнения по определению доходов физических лиц, с которых не удерживаются обязательные пенсионные взносы, по определению выплат, которые не учитываются при осуществлении обязательных профессиональных пенсионных взносов, а также доходов, которые не являются объектом для исчисления социальных отчислений. Согласно внесенным изменениям компенсация за неиспользованный трудовой отпуск также является объектом обложения социальными платежами (ОПВ, ОППВ, СО и отчисления по ОСМС), - прокомментировали в ДПД.

Аналогичное пояснение дала и министр труда и социальной защиты Мадина Абылкасымова пользователю рубрики "Открытый диалог", которая задала вопрос по начислению налогов.

Люди увольняются, а мы не знаем, как считать. Ходит пред-

положения, что компенсации физическим лицам за неиспользованный отпуск будут облагаться пенсионными взносами и социальными отчислениями. Это не кажется правильным по той причине, что компенсации не входят в заработок для исчисления пенсий и пособий. Как Вы считаете, правильно ли будет облагать их НПФ и СО? - написала она.

В свою очередь, министр отметила, что изменения в законодательство от 4 мая 2018 года вводятся со дня опубликования постановления.

С компенсационных выплат, которые платят внебюджетные организации и компании, необходимо уплачивать ОПВ и СО. На сегодняшний день в реализацию Налогового кодекса РК от 25 дека-

бря 2017 года правительством Республики Казахстан утверждено постановление правительства Республики Казахстан "О внесении изменений и дополнений в некоторые решения Правительства Республики Казахстан" от 4 мая 2018 года № 239 (далее - постановление) в соответствии с которым, внесены необходимые изменения в соответствующие нормативные правовые акты. Постановление вводится в действие со дня его первого официального опубликования и распространяется на правоотношения, возникшие с 1 января 2018 года. При этом нормы, касающиеся компенсационных выплат (подпункт 17) пункта 1 статьи 341 Налогового кодекса РК) вводятся в действие со дня первого официального опубликования постановления, - сообщила она.

Источник: Tengrinews.kz

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО СМОРОДИНУ И ЯБЛОНЮ ПОРАЗИЛА ТЛЯ?

Каждый год листья красной смородины становятся уродливо-кудрявыми, с красноватыми «волдырями». На яблоне тоже бывает нечто похожее. Что это за болезнь и как с ней бороться?



ЧТО МЫ ЗНАЕМ О ТЛЕ?

Листья красной смородины и яблони с окрашенными вздутиями не болеют, а стали жертвой тли. Мелкие насекомые прячутся на нижней стороне листа, во впадинах, образовавшихся в результате деформации листовой пластинки, и не бросаются в глаза. Красной и белой смородине вредит смородинная красногалловая тля, а яблоне – яблонная красногалловая тля и несколько других похожих видов. Яйца этих насекомых зимуют под чешуйками коры, а в начале распускания почек из них выходят личинки и присасываются к молодым листочкам. Тли размножаются с огромной скоростью и отличаются отменным аппетитом. Молодые листья, на

которых обосновались насекомые, деформируются, меняют цвет, отстают в росте и могут даже погибнуть. Иногда тля начинает высасывать сок из растущих плодов – тогда в местах укулов появляются красноватые пятна. Очередное поколение тлей может переселиться на сорную растительность, но к зиме насекомые возвращаются обратно на яблоню или смородину.

МЕРЫ БОРЬБЫ

Надёжно избавиться от этих видов тли помогут препараты: например, Фитовермом. На яблоне с завязями разрешено применение Неофрала (не позднее чем за 50 дней до созревания) или Биотлина (допустимо и за 7 дней до созревания). Нужно иметь в виду, что в садах с грамотной обрезкой и без сорняков тли должно быть меньше.

Если вода берётся из скважины или колодца, то её нужно набрать накануне (с вечера или с утра), чтобы она согрелась хотя бы до +16 °С. Подготовьте опрыскиватель, вспомогательные ёмкости и палочку для перемешивания. Затем найдите на упаковках препаратов буквенные обозначения так называемой препаративной формы. Сверив его с нашими предписаниями по очередности (см. рисунок), определите, какое вещество нужно добавить

ЛЕЧЕБНЫЕ СМЕСИ

Как одновременно обработать растения препаратом от болезней, «лекарством» от вредителей и биологическим стимулятором? В большинстве случаев допускается совмещение этих веществ (не более трёх) в общем растворе и опрыскивание за один приём.

Заполните бак водой на 2/3. Далее по очереди разбалтывайте нужный препарат в небольшом количестве воды и добавляйте в бак при постоянном перемешивании.

АиФ Дача

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ МОРКОВЬ НЕ ВСХОДИТ?

Морковь невероятно капризна на стадии прорастания семян. Существует множество причин, из-за которых всходы этой культуры получаются поздними, жидкими и недружными. Назовем три основные.

1. Плохое качество семян. В среднем морковь сохраняет всхожесть на протяжении 3-5 лет после сбора семян. При высокой влажности семена могут утратить всхожесть гораздо быстрее.

2. После посева еще прошло мало времени. Если для семян проведена стимулирующая обработка, то они могут взойти через 5-7 дней. Но в среднем даже в благоприятных условиях этот процесс занимает у них 10-15 дней, а при низкой температуре он может растянуться до 25-30 дней.

3. Земля пересохла после посева. Или над семенами образовалась почвенная корка. Молодым проросткам требуется много влаги и хороший доступ воздуха, а при других условиях они погибают.

Теперь вы можете прикинуть, что именно произошло с вашими семенами. Если контрольные сроки еще не вышли, постарайтесь наладить регулярный и осторожный полив грядки из лейки с мелким ситечком (расход воды примерно 5 л на каждый квадратный метр). Также можно прикрыть поверхность прозрачной пленкой или тонким белым нетканым материалом. После появления всходов полив нужно прекратить на 10-14 дней, а пленку снять.

Если всходы не появились и через 30 дней, то морковь еще не поздно посеять заново (или подсеять в пустых местах) до самого начала июня. Нужно подойти к этому делу с максимальной ответственностью. Возможно, придется приобрести другие семена. Семенной материал без покрытия лучше в течение суток подержать в воде или 0,1% растворе борной кислоты, подсушить на салфетке до сыпучести, а после этого сразу посеять. Очень хорошо присыпать бороздки с семенами не обычной почвой, а специальной рыхлой смесью из компоста с песком 2 к 1, которую нужно слегка прижать. Это обеспечит проростки рыхлым «одеялом» и обозначит рядки. Посевы нужно регулярно увлажнять, как указано выше. Поздно посеянная морковь подойдет для осеннего и зимнего использования.

«АиФ Дача»





Flora-Design

**Ландшафтный дизайн,
Консультации по подбору растений,
Продажа посадочного материала хвойных и лиственных пород,
Декоративные кустарники,
Кусты роз, саженцы березы и липы.**

тел.: 8 (7112) 54-73-85, 8-702-907-96-04, 8-777-587-18-28

МИЛОСЕРДИЕ

АЛИШЕРУ НУЖНА ПОМОЩЬ ЧИТАТЕЛЕЙ

В редакцию «МГ» обратилась Айгуль ДЖУМАБАЕВА, которая просит помочь с поездкой сына на курсы рефлексотерапии в город Оренбург.



— Моему сыну Алишеру ШАЙМАРДАНОВУ 8 лет. Нам поставили страшный диагноз «Гипертензионно-гидроцефальный синдром, грубая задержка психоречевого развития с элементами аутистического поведения». В связи с тем, что ни в одной клинике Казахстана не проводят рефлексотерапию, мы ездим на лечение в Оренбург. Вообще, такой прибор есть в Самаре и Оренбурге. Но так как мы проживаем в поселке Федеровка Теректинского района, нам ближе ехать в Оренбург. Такой курс длится 15 дней. Стоимость его составляет 45500 рублей и еще проживание там. Муж работает сторожем и денег на следующую поездку у нас нет. 9 ноября мы с сыном должны уже быть в клинике ООО «Реацентр» Оренбуржье. Всех, кто может, мы просим помочь нам.

НОМЕР ТЕЛЕФОНА АЙГУЛЬ ДЖУМАБАЕВОЙ: 8-778-105-40-25, 8-777-060-46-96.
СЧЕТ: АО «НАРОДНЫЙ БАНК КАЗАХСТАНА»
№: KZ386010002004555470
СЧЕТ: «КАЗПОЧТА»
KZ2576300911GG0060279

ПОМОГИТЕ ПОЕХАТЬ НА ЛЕЧЕНИЕ



Я — Кириллова Любовь Ивановна, одна воспитываю дочь Бугон Анастасию Андреевну 23.08.2008 года рождения. Настя инвалид детства. У нее спинномозговая грыжа, нижний вялый парализ, нарушение тазовых органов. В 2014 году Насте поставили еще один диагноз: хронический остеомиелит левой плечевой кости, то есть идет разрушение плечевой кости. С 2014 года мы проходили лечение в областной детской больнице, но улучшений нет, становится только хуже. Сейчас у Насти снова начался гнойный процесс, ей больно ходить. Насте нужно пройти полное обследование в Самаре в клинике им.Калинина. На обследование необходима сумма — 30000 рублей, это почти 200 тысяч тенге. Сама я таких денег собрать не могу, поэтому прошу помочь нам поехать на обследование в Самару. С Уважением, мама Насти.

ТЕЛЕФОН: 87471631562 (МОБ.), 257141 (ДОМ).
МОЙ НОМЕР СЧЕТА В НАРОДНОМ БАНКЕ КАЗАХСТАНА KZ 286012353000016141.
НОМЕР СЧЕТА В СБЕРБАНКА KZ 36914CR64324836318.
НОМЕР КАРТЫ 4424640038864982 (ДЛЯ ПЕРЕВОДА В ТЕНГЕ).
НОМЕР КАРТ СЧЕТА В СБЕРБАНКА KZ 36914CR64324836318.
НОМЕР КАРТЫ 4424640038864982.
МОЙ ИИН 780312402466.

ЖАЛОБНАЯ КНИГА

Почему нет русских школ?

— Здравствуйте. Скажите, почему в 5, 7 и 9 микрорайонах нет русских школ? Или хотя бы при школе казахской можно открыть класс с русским языком обучения. Приходится возить детей в другие районы. Это очень неудобно, так как родители опаздывают на работу.

— В 5-6-7-9 микрорайонах города функционируют школы №37, №44, №46 и гимназия №42 с казахским языком обучения и в 4 микрорайоне школы №24 и в 6 микрорайоне школы №28 с русским языком обучения. Согласно предоставленным рапортам директоров школ №№37, 42, 44, 46 установлено, что от родителей, проживающих в 5-7 микрорайонах города заявлений об открытии школы и классов с русским языком обучения не поступало. При этом это не значит, что в новых школах нельзя открыть классы с русским языком обучения. При нали-



чи спроса и необходимого количества детей (25) для открытия классов, данный вопрос будет рассмотрен. Дополнительно сообщаем, что в соответствии с пунктом 3 статьи 43 Закона РК «Об образовании» формирование контингента входит в компетенцию организаций образования. А также согласно стандарту оказания государственных услуг, утвержденного приказом №

179 Министра образования и науки Республики Казахстан от 8 апреля 2015 года, услуга «Прием документов и зачисление в организации образования, независимо от ведомственной подчиненности, для обучения по общеобразовательным программам начального, основного среднего, общего среднего образования» оказывается организациями начального, основного среднего и обще-

го среднего образования. По этому на основании вышеуказанных законодательств с подобным вопросом Вы имеете право обратиться к администрации школы. Более подробное разъяснение по данному вопросу Вы можете получить в ГУ «Отдел образования г.Уральска» по адресу пр.Достык 235, номер телефона 50-04-08, - прокомментировали ситуацию в акимате г.Уральска.

Отремонтируйте здание

— Будет ли продолжена реставрация исторических зданий? Здание по проспекту Достык-Дружба, 185 не до конца отремонтировано и не покрашено подъезд по ул.Досмухамедова, 43.

— Житель города

— Отделом архитектуры и градостроительства г.Уральска ведутся и будут продолжены работы с владельцами зданий по разъяснению о необходимости ремонта и реставрации зданий по пр.Достык-Дружба, относящихся к памятникам истории, - сообщили в пресс-службе акимата Уральска.



ЖАЛОБНАЯ КНИГА

Нужно ли выносить счетчик?

— Здравствуйте. Недавно приходили представители АО «ЗапКазРЭК», и оставили предупреждение, что необходимо перенести электросчетчик из квартиры в подъезд. Но согласно п.11 Правил предоставления коммунальных услуг, утвержденных Правительством РК от 7 декабря 2000 г. №1822, приборы учета могут устанавливаться на лестничных клетках, в коридорах и в отдельных квартирах. Правомерно ли требование этой компании? Прошу вас посодействовать в этом вопросе. Ведь законы и постановления утверждаются, чтобы их соблюдали, а получается, монополисты могут делать, что хотят.

— Алибек

— Департамент по контролю и учету электроэнергии АО «ЗапКазРЭК» вы-



дал предупреждение №547 от 23 апреля 2018 года о выносе прибора учета на проектное место. Согласно Правилам пользования электрической энергией №143 от 25.02.2015 года п.44 параграф 6 «Учет электрической энергии для расчетов

между энергоснабжающей, энергопередающей (энергопроизводящей) организациями и потребителем производится на границе балансовой принадлежности на границе принадлежности электрической сети». В связи с вышеизложенным, приборы учета электрической

энергии в многоквартирных домах должны находиться на границе балансовой принадлежности между КСК и потребителем, то есть в электрощитовых на лестничной площадке, если таковые имеются, - ответили в акимате Уральска.

Как узнать свою очередь?

— Здравствуйте. Я встала на очередь на получение земельного участка. Теперь не найду список очереди на землю 2004-2006 годов. Как и где узнать, какая я по очереди?

— Людмила

— Вы не значитесь в специальном учете нуждающихся в земельном участке для строительства и обслуживания жилого дома в ГУ «Отдел земельных отношений г.Уральска». Для выяснения сложившейся ситуации Вы можете обратиться в местный исполнительный орган по адресу: г.Уральск, пр. Достык-Дружба, 182/1, операционный зал доступного акимата, 9 стол. При себе иметь удостоверение личности и уведомление о постановки Вас на специальный учет. Также сообщаем, что очередь на земельный участок в специальном учете Вы можете посмотреть на сайте акимата города по адресу www.uralsk.gov.kz., который обновляется ежеквартально. В случае несогласия с предоставленным ответом Вы имеете право обжаловать его согласно Закону Республики Казахстан «О порядке рассмотрения обращений физических и юридических лиц», - ответили в акимате города.



ПРОСТО ХОРОШИЙ ЧЕЛОВЕК

Наверняка, у каждого из Вас есть человек, о котором хочется рассказать. О том, что хорошего он сделал, сколько добра принес лично Вам или вообще всем в округе. И неважно кто это — друг, врач, учитель, дворник или сосед. Главное, о хорошем человеке должны знать все.

Если Вам есть о ком рассказать, то напишите небольшой рассказ в произвольной форме и отправляйте его в нашу редакцию. Мы его обязательно опубликуем в рубрике «Диалог».

«СПАСИБО ТЕБЕ, ПАПА!»

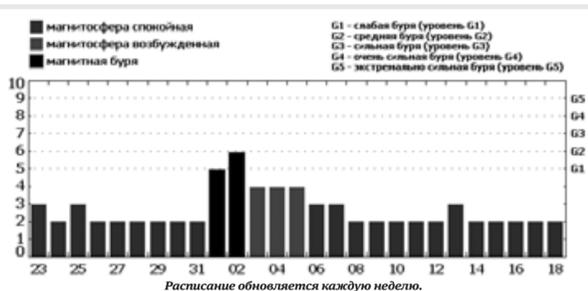
Когда мы появляемся на свет, то первыми нашими близкими людьми, которые дорожат нами и любят нас, являются наши родители. Говорят, главное для ребенка — мама. Конечно, это так, и первое слово младенца: мама. Но какое слово обычно бывает вторым? Вторым маленький человек начинает узнавать главного мужчину в своей короткой жизни: своего папу, своего отца. Папа! Какое красивое и сильное слово! Папа — человек, который подарил тебе, вместе с мамой, жизнь. Отец — глава семьи. Значит — тот, кто везде идет первым, и прокладывает путь слабейшим, самым близкий и любящий человек, всегда готовый помочь и повести верным путем. Мне очень посчастливилось с папой! Он ни разу не отругал нас за шумные игры, когда мы были помладше и поглупее, не говоря о том, чтобы пальцем тронуть. Мой папа — самый лучший, он был главным мужчиной в нашей семье. Если в детстве я хотела, чтобы папа уделял мне как можно больше времени, помогал делать уроки, гулял со мной, читал сказки и играл, то повзрослев, я поняла, что мне больше хочется, чтобы слова папы не расходились с делом, чтобы его уважали на работе, чтобы он вносил в дом веру в завтрашний день, спокойствие в души членов семьи и заслуживал всеобщего уважения. Папа много читал и всегда делился знаниями, которыми богат сам. А знал он очень многое. Он своим примером учил нас доброте, любви, справедливости. Учил, как постоять за себя и помочь другому. Он вообще по природе был не очень многословным человеком, скорее человек дела, но внимательный слушатель и приятный собеседник. Я горжусь своим отцом за честность и справедливость. Он является тем источником силы, в котором я нуждаюсь. Для меня моя папа — пример во всем. Принимая какое-либо решение, я сначала стараюсь подумать, а как бы поступил в таком случае отец. Он всегда помогал мне своим советом, учил получать от своего труда удовольствие, любить жизнь, людей, стремиться к знаниям. В своем отце я ценила такие качества, как рассудительность, ум, умение решать проблемы и ответственность отца за всю нашу семью. Как бы я хотела, чтобы он сейчас жил, был счастливым, радовался жизни в кругу своих близких! Я горжусь тем, что такой человек был и есть в моей жизни. Спасибо за то, что дал так много, спасибо за твою любовь. 23 мая - 5 лет как нет с нами нашего папы, Имангалиева Абая Сатиевичя, но он всегда будет искриться в наших сердцах.

Дочь Индира Имангалиева

Присылайте свои письма на наш электронный адрес: 500678_mt@mail.ru или приносите свои письма в редакцию по адресу: г.Уральск, ул.Д.Нурпеисовой, 12/1, каб.№102.

Свои вопросы вы можете задавать в среду, 18 апреля, по номеру телефона в редакции: 51-39-97.

РАСПИСАНИЕ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 23 МАЯ ПО 18 ИЮНЯ



<p>Среда 23.05</p> <p>☀️</p> <p>днем.....+27°C ночью.....+13°C</p> <p>Ветер Ю Скорость ветра 2 м/с Давление 767 (мм рт. ст.)</p>	<p>Четверг 24.05</p> <p>☀️</p> <p>днем.....+30°C ночью.....+14°C</p> <p>Ветер ЮВ Скорость ветра 6 м/с Давление 759 (мм рт. ст.)</p>	<p>Пятница 25.05</p> <p>☁️</p> <p>днем.....+26°C ночью.....+16°C</p> <p>Ветер В Скорость ветра 6 м/с Давление 756 (мм рт. ст.)</p>
--	---	--

<p>Суббота 26.05</p> <p>☁️</p> <p>днем.....+15°C ночью.....+10°C</p> <p>Ветер ЮВ Скорость ветра 5 м/с Давление 756 (мм рт. ст.)</p>	<p>Воскресенье 27.05</p> <p>☁️</p> <p>днем.....+15°C ночью.....+10°C</p> <p>Ветер С Скорость ветра 4 м/с Давление 744 (мм рт. ст.)</p>	<p>Понедельник 28.05</p> <p>☁️</p> <p>днем.....+22°C ночью.....+12°C</p> <p>Ветер СЗ Скорость ветра 6 м/с Давление 748 (мм рт. ст.)</p>	<p>Вторник 29.05</p> <p>☁️</p> <p>днем.....+15°C ночью.....+11°C</p> <p>Ветер СЗ Скорость ветра 3 м/с Давление 760 (мм рт. ст.)</p>
---	--	---	---



НЕБОЛЕЙ

о медицине и не только...

НЕДУГИ ОТ НАТУГИ

КАК ЗАЩИТИТЬ СУСТАВЫ В ДАЧНЫЙ СЕЗОН

Копать, обрезать, удобрять, сеять, сажать – в мае у дачников дел невпроворот. Но важно при этом заботиться не только о будущем урожае, но и о своих суставах.

Для молодёжи май – время романтики и вздохов на скамейках, а для старшего поколения – это пора самого напряжённого и нелёгкого труда на дачных участках. Ведь недаром говорят, что «месяц май весь год кормит».

ДАЧНЫЕ НЕУДАЧИ

Азарт, с которым работают дачники на своих любимых сотках, приводит в ужас врачей-ревматологов. Ведь при физической перегрузке сильно травмируются суставы конечностей и позвоночника. А поднятие и перенос тяжестей и длительная работа в полусогнутом положении приводят к разрыванию хрящей и смещению позвонков, а также к образованию между ними грыж. К тому же к повышенным нагрузкам организм не очень молодых и не совсем здоровых земледельцев чаще всего оказывается не готов. Тем не менее пожилые люди, которые до этого долгое время выходили из дома разве что в магазин и поликлинику, приехав на дачу, внезапно

но радикально меняют свой образ жизни. Не замечая ни усталости, ни боли, забывая про еду и отдых, они один за другим ставят трудовые рекорды. А потом сталкиваются с серьёзными проблемами со здоровьем. Чаще всего их чрезмерное рвение становится причиной обострений артроза и остеохондроза, которые проявляются болями в руках, ногах и пояснице.

ПРАВИЛА ОГОРОДНИКА

Чтобы избежать этих неприятностей, важно хорошо подготовиться к дачному сезону. Закаливание, ЛФК, массаж или хотя бы ежедневная утренняя гимнастика могли бы помочь в этом. Как минимум, перед тем как приступить к садово-огородным работам, следует разогреть мышцы, сделав простую разминку. Достаточно выполнить хотя бы несколько наклонов, приседаний, махов руками и ногами и поворотов корпуса.

Повышать нагрузки надо постепенно, избегая непосильного труда и не забывая делать передышки. Во время отдыха желательно полежать с вытянутыми

вверх руками, растягивая позвоночник. Следует избегать долгого пребывания в одной позе (особенно с согнутой спиной) – от этого суставы страдают наиболее сильно. Посадочные работы и прополку лучше выполнять, стоя на четвереньках (надев наколенники) или сидя на специальном резиновом коврике.

Важно правильно выбирать садовые инструменты. Лопаты, грабли, вилы – всё это должно соответствовать росту, иначе работать с прямой спиной не получится. Оптимальная высота черенка лопаты или граблей – на 10 см ниже плеча. Копая или срезая пропалодную траву и листья, надо периодически менять опорные руку и ногу, чтобы нагрузка была равномерной.

Также необходимо уметь правильно поднимать и переносить тяжести (но не больше 10 кг). Сначала надо присесть на корточки, а потом, распределив вес груза по обеим рукам, подняться с прямой спиной и поднятой

головой. Если нужно перенести груз, лучше прижать его к себе, а не нести на вытянутых руках.

Во время работы желательно надевать полужесткий корсет для фиксации поясницы, при проблемах с коленными, локтевыми и запястными суставами – специальные ортезы. Кстати, корсет защитит спину и от переохлаждения – ведь майское тепло обманчиво и коварно.

Ни в коем случае не следует продолжать работу, почувствовав боль в суставах. Нагружая повреждённый сустав, можно заработать огромную проблему на всю жизнь.

Чтобы улучшить состояние суставов и, желательно начать принимать хондропротекторы (препараты глюкозамина и хондроитина). При систематическом и длительном применении они уменьшают боль и улучшают функцию сустава, повышая эластичность и амортизационные свойства хряща.

АиФ Здоровье

ИП Павлов А. М.
ЧАСТНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ КАБИНЕТ
г. Уральск, ул. Циолковского, 37/1 кв. 21
23-22-18, 23-25-42
8 701 534 54 55

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

Лицензия №103803, К0009902 от 25.06.2009, выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

БРАЧ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ
ДЕМЧЕНКО НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА
Роддом №17 (84612) и 14.13.2018 выдана Министерством здравоохранения Р.

ул. Мухомова, 2
офис ул. Мухомовой, вход с ул. Мухомовой
т. 51-77-21, 8-701-378-44-37

РЕЦЕПТЫ ОТ ЧИТАТЕЛЕЙ

КАК СДЕЛАТЬ ДОМАШНИЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ДЁСЕН?

– Вот мои любимые средства для лечения дёсен. 1 ст. ложку сухих цветков ромашки аптечной залить стаканом кипятка и дать настояться в течение часа. Процедите и полощите рот утром и вечером. Разведите мёд в тёплой кипячёной воде в пропорции 1:3 и полощите рот этим раствором.

Наталья

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ КРОВОТОЧИВОСТИ ДЁСЕН?

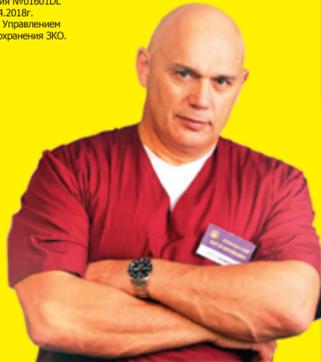
Если дёсны болят и кровоточат, попробуйте такие средства.

1 ч. ложку соцветий календулы заварите в стакане кипятка. Дайте настояться 40 минут и полощите рот чуть остывшим настоем.

1 ст. ложку зверобоя залейте стаканом воды, кипятите 5 минут, дайте настояться 15 минут и полощите рот.

Ольга

Лицензия №01601DL от 04.04.2018г. выдана Управлением здравоохранения ЭКО.



ЦЕНТР ДОКТОРА БУБНОВСКОГО
ЗДОРОВЬЕ В ДВИЖЕНИИ

ОЗДОРОВЛЕНИЕ БЕЗ ТАБЛЕТОК И ОПЕРАЦИЙ

ПРИ остеохондрозе с грыжами межпозвоночных дисков, острых болях в спине (люмбаго, радикулит, ишиаз), болях в плече, руке, шее, головных болях, головокружении, артрозе, остеопорозе.

ул. Пойменная, 2/4, тел.: 8 (7112) 53 81 91, 8 776 7 53 81 91

Медгард Лицензия ЛО-63-01-004515 от 07.02.2018г. выдана Министерством здравоохранения самарской области.

Медгард: умело делаем детей

Вынашивание и рождение ребенка – естественный процесс, в котором врачи в идеале должны только сопровождать и направлять будущих родителей. Но порой случается так, что подключение достижений медицины требуется на самом-самом начальном этапе.

«ДО»

Супружеские пары, столкнувшись с бесплодием, знают, насколько серьезна эта проблема, в первую очередь, в психологическом и социальном аспекте. Чтобы ее решить, нужно преодолеть себя, признать необходимость медицинской помощи, проявить недюжинное упорство, потратить немало времени и средств. Тем не менее многие к этому готовы, да и репродуктивная медицина продвинулась так сильно, что не справиться с бесплодием сейчас почти невозможно. Было бы, как говорится, желание. Понятно, что вступивших на путь укрепления семейного счастья интересует многое, на некоторые вопросы ответила заведующая отделением вспомогательных репродуктивных технологий лечебно-диагностического комплекса «Медгард» в Оренбурге, гинеколог-репродуктолог, врач высшей категории Елена Владимировна Николаева.

– Ранее считалось, что репродуктивное здоровье семьи – это только проблема женщины, мужчина считался априори здоровым, – рассказывает доктор. – Сейчас это не так. За последние двадцать лет ситуация изменилась в корне – около половины случаев бесплодия имеют в своей основе мужской фактор, поэтому мы всегда говорим о том, что решать этот вопрос нужно совместно.

Первое, за что принимается доктор – проводит диагностику причин бесплодия. Это могут быть воспалительные заболевания органов малого таза, ЗППП, проблемы по части эндокринной системы, что приводит к нарушению гормонального фона и другие факторы. Далеко не всегда такие пары сразу нуждаются в ЭКО. По результатам диагностики может быть назначена медикаментозная терапия или проведена соответствующая операция для устранения нарушений в репродуктивной системе. Большинство таких операций проводится лапароскопически, то есть через небольшие проколы, другие – через естественные анатомические пути. Правильно назначенная терапия в ряде случаев приводит к желанной беременности.

Бывает и так, что в естественных условиях беременность наступить не может. Вершина возможностей современных вспомогательных технологий – экстракорпоральное оплодотворение (ЭКО). Здесь, в зависимости от показаний и состояния здоровья партнеров, может быть назначена стандартная программа, когда берется материал женщины и мужчины из пары, и эмбрионы культивируются в лаборатории. Если это невозможно, клиника прибегает к помощи криобанков-партнеров, которые предоставляют донорский материал. При этом вынашивать малыша может как сама будущая биологическая мама, так и суррогатная. Все это решается индивидуально в зависимости от показаний, возможностей и желания пары. Одно можно сказать точно – все методики, которые применяются сегодня во всем мире, есть в Медгарде. И если средняя результативность программы ЭКО по России – 25–35%, в Медгарде она достигает 40%.

При проведении оплодотворения используются технологии ИКСИ и ПИКСИ, процедуры, которые позволяют выбрать качественный материал для оплодотворения. В ряде случаев используется хетчинг – небольшая насечка на оболочке эмбриона, которая позволяет ему с наибольшей долей вероятности прикрепиться к стенке матки и развиваться в полноценную беременность. Также проводится тест PGD – преимплантационная генетическая диагностика, которая позволяет из полученных эмбрионов выбрать наиболее здоровый, полноценный и перспективный. Если же в одном цикле получают несколько таких эмбрионов, их можно подвергнуть криоконсервации на тот случай, если процедуру переноса эмбриона придется повторить.

– Возможности современной лабораторной диагностики позволяют пациенткам, у которых есть наследственные заболевания, исключить их у ребенка. Можно, например, запланировать пол малыша. Но есть одно «но»: технология применяется только по показаниям, то есть в том случае, если в роду есть генетические заболевания, передающиеся по половому признаку. В природные процессы нужно вмешиваться только тогда, когда это действительно необходимо, – считает Елена Владимировна. – Главное – верить. В практике были случаи, когда пара проходила полное обследование, начинала вхождение в протокол ЭКО, а во время подготовки наступала естественная беременность. Срабатывает здесь медикаментозное лечение или это следствие устранения психологических факторов – пациент доверяется врачу, успокаивается – кто знает? Скорее, все меры в совокупности и приводят к столь желанному результату.

«ПОСЛЕ»

Еще один элемент демографической системы «Медгард» – родильный дом лечебно-диагностического комплекса в Самаре.

– В нашем представлении частный роддом, помимо квалифицированной медицинской помощи, должен предоставить женщине хорошие условия пребывания на всех этапах, – рассказывает акушер-гинеколог, заместитель главного врача по акушерству и гинекологии самарского Медгарда, врач высшей категории, к.м.н. Альбина Станиславовна Анисимова. – Наш роддом изначально создавался на базе многопрофильной клиники, где есть все специалисты: от акушеров и гинекологов, до неонатологов и анестезиологов-реаниматологов, которые ведут круглосуточные дежурства.

Весь перечень услуг для будущей мамы и малыша включен в программу «Роды», которая подразумевает полноценный предродовой патронаж с 36 недели и все действия по родовспоможению и послеродовому восстановлению.

– В нашем роддоме есть два индивидуальных родовых зала, оборудованных современными родовыми столами, позволяющими проводить даже вертикальные роды, – рассказывает А.С. Анисимова. – На сватаках можно ходить, сидеть, прыгать на фитболе, лежать в ванной

джакузи, смотреть телевизор, это существенно облегает весь процесс. Если же необходимо медикаментозное обезболивание, на помощь приходят наши анестезиологи. При этом с женщиной постоянно находится акушерка и врач, которые помогают и словом, и делом, следят за состоянием малыша по КТГ. Во втором периоде родов подключаются также неонатолог, детская медсестра и анестезиолог-реаниматолог. Если есть желание, присутствовать в зале может и будущий папа.

После родов ребенок выкладывается на живот и прикладывается к груди, его осматривают, взвешивают и измеряют, проверяют основные функции и рефлексы. Все это проводится в том же родовом зале на специальном детском реанимационном столике, который позволяет оказать в случае необходимости первую помощь.

Если происходит так, что ребенок нуждается в дальнейшем выхаживании, он помещается в специальные реанимационные кюветы, при необходимости подключаются аппараты искусственной вентиляции легких. За состоянием малыша неонатологи следят благодаря монитору, которые регистрируют все витальные функции, что позволяет корректировать терапию.

Когда все хорошо, маму с новорожденным переводят в палату послеродового отделения, которая оснащена всем необходимым для их комфортного пребывания. Медицинские сестры и неонатологи всегда готовы помочь, показать и рассказать, как ухаживать за крохой, как обрабатывать пупочек, как кормить, подмывать и купать. Для спокойствия мам у каждой кровати есть специальная кнопка, сигнал которой вызывает в палату персонал на подмогу. Если же мама хочет отдохнуть, она может передать малыша в детское отделение, где он будет находиться под присмотром медсестры.

– У нас есть достаточный опыт организации родов для мам из других городов и даже стран – гости из Казахстана нередко приезжают к нам, – рассказывает Альбина Станиславовна. – Если это плановое кесарево сечение, то мы обговариваем все тонкости, назначаем дату, когда проведение операции будет наиболее приемлемым и с точки зрения зрелости плода, и с точки зрения медицинских показаний. Если же планируются естественные роды, то и этот процесс мы организуем. Благо, что современные средства связи позволяют находиться на связи с доктором почти круглосуточно.

Рожайте без опаски, рожайте с удовольствием!

МЕДГАРД
УМЕЛО ДЕЛАЕМ ДЕТЕЙ!

ЭКО РОДДОМ и другие вспомогательные репродуктивные технологии

г. Оренбург, ул. Берез Урала, 4
8 (3532) 50-30-03
medguard.ru
г. Самара, ул. Гагарина, 20Б
8 (846) 260-76-76

7 «да» и 13 «нет» для жизни. Советы онколога, которые помогут избежать рака

Генетические изменения, способствующие развитию рака, могут быть унаследованы от родителей, а могут возникать в течение жизни как следствие ошибок, возникающих в результате деления клеток или воздействия канцерогенных веществ, которые повреждают ДНК.

ПРОФИЛАКТИКА

7 ПРОСТЫХ «ДА» И 13 «НЕТ» СОХРАНЯТ ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ.

Сахар - одна из основных причин развития рака.

Не ешьте ананас, запивая его газировкой.

КСТАТИ Некоторые больные раком пациенты замедляют развитие болезни, полностью отказавшись от сладкого.

СКАЖИ «ДА»

- 1 Овощам.
- 2 Мёду вместо сахара.
- 3 Бобовым вместо мяса в качестве поставщика в организм белка.
- 4 Тёплой, но не горячей еде.
- 5 2 стаканам воды на голодный желудок перед чистой зуб.
- 6 Противораковому сбору.
- 7 Сырой или варёной моркови. Морковному соку. Ежедневно!

РЕЦЕПТ ПРОТИВОРАКОВОГО СБОРА № 1

Ингредиенты: алоэ + имбирь + петрушка + сельдерей + промалин (сердечка ананаса)

РЕЦЕПТ ПРОТИВОРАКОВОГО СБОРА № 2

Ингредиенты: гуанабана (сметанное яблоко) + промалин (сердечка ананаса)
Приготовление: смешать поровну все ингредиенты и пить натощак, сборы можно чередовать.

Разговаривать по мобильному можно, только поднося его к левому уху.

Не пейте горячие напитки из пластиковых чашек!

Не запивайте лекарства холодной водой.

Не ложитесь сразу после еды и приёма лекарств.

Инфографика Марии КЛЕМЕНТЬЕВОЙ

- 1 Рафинированному маслу.
- 2 Коровьему и козьему молоку, кроме деревенского.
- 3 Суповым кубикам.
- 4 Сладкой газировке (в ней на литр воды приходится 32 ложки сахара!).
- 5 Микроволновке.
- 6 Алкоголю.
- 7 Размороженной, а не свежеприготовленной еде.
- 8 Воде из холодильника, если она хранилась в пластмассовой таре.
- 9 Дезодорантам-антиперспирантам.
- 10 Женщины: слишком обтягивающим и вообще неудобным бюстгальтерам, противозачаточным таблеткам и профилактической маммографии до родов.
- 11 Разговору по раздражающемуся мобильному телефону. Тогда излучение становится в тысячи раз сильнее.
- 12 Горячей еде из бумажных или полиэтиленовых пакетов. Горячая пластмасса выделяет 52 соединения, провоцирующих рак.
- 13 Сахару в любом виде.

КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Врач-онколог Дмитрий ОЛЬКИН:
– Рак – это «болезнь генов». Генетические изменения, способствующие развитию рака, могут быть унаследованы от родителей, а могут возникать в течение жизни как следствие ошибок, возникающих в результате деления клеток или воздействия канцерогенных веществ, которые повреждают ДНК. Это могут быть хими-

ческие вещества в табачном дыме или ультрафиолетовые солнечные лучи и т. д. Доказано – провоцирует рак желудка употребление горячей еды, которая обжигает слизистую. Есть данные, что развитие рака груди провоцирует ношение тесных, травмирующих бюстгальтеров, нарушающих кровообращение в молочных железах. Считается, что рак может спровоци-

ровать еда (например, красное мясо), – но исследований, убедительно это доказывающих, не проводилось. Народными рецептами онкологии нельзя ни предотвратить, ни вылечить. Прогресса в лечении рака удалось добиться только с помощью высокоинтенсивной химиотерапии. Сравнивать её с народными методами – всё равно что сопоставлять итрусинскую

машинку с космической ракетой. Более того, приём народных средств создаёт опасную иллюзию защищённости, из-за которой человек может пропустить необходимые исследования, которые помогают выявить болезнь на ранней стадии.

АиФ Здоровье



Пластическая хирургия в «Областной клинической больнице» г. Уральск

В 2017 году открыто отделение пластической хирургии. В отделении работает хирург **Хван Юрий Николаевич** – член Общества пластических, реконструктивных и эстетических хирургов России, занимающийся пластической хирургией с 1998 года, хирург высшей категории. В отделении проводится большая перечень пластических операций: 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, локальное ожирение; омолаживающие кожу операции; другие пластические и реконструктивно – восстановительные операции.

С интересующими вопросами можно обратиться по номеру: 8-701-320-31-21 по адресу: г. Уральск, ул. Н. Савичева, 85 ГКП на ПХВ «Областная клиническая больница», корпус 9, отделение пластической хирургии, в рабочие дни с 8:00 до 15:00.

Лицензия ЛП004280L №0009933 от 26.01.2010г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

В КАКИХ ПРОДУКТАХ БОЛЬШЕ ВСЕГО ТРАНСЖИРОВ И МОЖНО ЛИ ИХ ВЫЯВИТЬ?

Трансжиры (или трансизомеры жирных кислот) бывают естественные и искусственные. Первые можно обнаружить в мясе, молоке и молочных продуктах. Их доля в продукте может составлять до 8% от общей массы жира. Чтобы свести к минимуму вред от такой еды, диетологи советуют покупать продукцию со сниженной жирностью. Что касается искусственных трансжиров, то они образуются во время обработки пищевых продуктов. Например, когда водород добавляют в жидкие растительные масла, чтобы сделать их более твердыми. В частности, так образуются трансжиры при производстве маргарина.

«Трансжиры больше всего в продуктах мясной и жировой переработки. Они есть там, где присутствуют скрытые жиры в составе продукта, также это могут быть жиры, которые термически обрабатываются и сливаются в какую-то смесь, например, масла. Трансжиры – это бесполезные тугоплавкие жиры, которые приводят к развитию атеро-

склероза и отложению холестериновых бляшек в сосудах. Выявить их в домашних условиях невозможно, определить, есть ли они в составе продукта, можно только в лаборатории, поэтому нужно внимательно читать этикетки и учитывать, что это за продукт, какого он качества, кто его изготовил и какие были способы его переработки», – говорит ведущий научный сотрудник НИИ питания РАМН, диетолог Ольга Григорьян.

На этикетках пищевых продуктов указывается содержание жиров разных видов. Трансжиры скрываются за следующими названиями: гидрогенизированные жиры, гидрированные жиры или масла, модифицированные жиры и кулинарные жиры.

«Если на этикетке продукта в составе указаны маргарин либо модифицированные растительные жиры, то в них, естественно, присутствуют трансжиры, поскольку маргарин делается из растительного масла путем присоединения молекулы водорода, благодаря чему он становится насыщенным и твердым. Пальмовое масло тоже частично

может быть гидрогенизировано и представлять собой трансжир. То есть там, где из жидкого жира делают твердый, присутствуют трансжиры. Понятно, что во фруктовом мороженом, где не подразумевается наличие молочного жира, любых кондитерских изделиях, плюшках, баранках, тортах и т. д. добавлен маргарин.

Искусственные трансжиры также присутствуют в жареных в масле продуктах, тех, которые готовились при высокой температуре и длительном нагревании масла. Это чипсы, беляши, пирожки и т. д.», – говорит диетолог Елена Соломатина.

АиФ Здоровье

СПИСОК ПРОДУКТОВ, В КОТОРЫХ ЧАЩЕ ВСЕГО СОДЕРЖАТСЯ ТРАНСЖИРЫ:

- фастфуд (наггетсы, крылышки, картофель фри и другие блюда, обжаренные во фритюре);
- котлеты, обжаренные на жире;
- чипсы;
- обжаренные куриные и рыбные палочки;
- жареные блинчики;
- хлеб и хлебобулочные изделия;
- выпечка и кондитерские изделия (печенье, пирожные и торты, сдоба);
- готовое слоеное тесто;
- сухие завтраки;
- крекеры;
- стреды, маргарины и другие виды мягких, полутвердых и твердых растительных жиров;
- майонезы и майонезные соусы;
- гидрогенизированные и перетерифицированные рафинированные масла;
- мороженое;
- шоколадные пасты;
- плавленые сырки;
- газированные сырки;
- топкорн.

ВОПРОС–ОТВЕТ

ЧЕМ ПОЛЕЗНА МОРКОВЬ?

Морковь годится не только для супа, её можно использовать и в качестве лечебного средства.

Кашлицу из свежей моркови прикладывают к ранам и ожогам, а чтобы обветренная кожа не шелушилась, можно сделать маску из тёртой моркови и яичного желтка.

Морковный сок, смешанный с мёдом, помогает унять кашель, а в сочетании с молоком сок используют для протирания бессонницы.

КАК ВЫЛЕЧИТЬ ЭКЗЕМУ, ВЫЗВАННУЮ ПРИЁМОМ АНТИБИОТИКОВ?

Аллергия на антибиотики встречается нередко, но не у каждого она проявляется экземой. Скорее всего, у вас была предрасположенность к экземе, а антибиотики спровоцировали процесс. Такая аллергическая реакция считается наиболее тяжёлой. Необходимо обратиться к врачу-аллергологу и срочно начать лечение. Только в этом случае можно рассчитывать на успех.

КАК СДЕЛАТЬ ДОМАШНИЕ ОПОЛАСКИВАТЕЛИ ДЛЯ ВОЛОС ИЗ КРАПИВЫ И ЛОПУХА?

100 г листьев крапивы залейте 0,5 л кипятка, дайте настояться 30 минут, добавьте 0,5 л столового уксуса. 50 г измельчённых корней лопуха залейте 1 л крутого кипятка, настаивайте час в закрытой посуде.

АиФ Здоровье

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

Төмендегі телефондарға хабарласыңыз:
53–74–74, 8 778 907 99 81

Лицензия ЛП005760L №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 ЛП005760L №0181065 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

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

Төмендегі телефондарға хабарласыңыз:
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 нелегко... 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 «Областной онкологический диспансер» управления здравоохранения акимата ЗКО

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

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

Стационароразмещающую: онкология, общая хирургия, лучевая терапия.

ТРЕБУЮТСЯ: врач УЗИ (стаж работы не менее 3 лет), врач эндоскопист (стаж работы не менее 3 лет), врач гинеколог (стаж не менее 3 лет).

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

Лицензия ЛП006170L №0181101 от 5.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

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

ВОПРОС - ОТВЕТ

МОЖНО ЛИ НЕ УДАЛЯТЬ ПОЛИП В ПРЯМОЙ КИШКЕ?

Полип прямой кишки – эпителлиальное образование, растущее из её стенки. Полипы считаются предраковым заболеванием, поэтому удаляются в обязательном порядке. Установлено, что полипы не могут развиваться на фоне здоровой слизистой оболочки, поэтому главная причина их возникновения – хронические и острые заболевания желудочно-кишечного тракта.

О ЧЁМ СВИДЕТЕЛЬСТВУЕТ БЕЛЫЙ НАЛЁТ НА ЯЗЫКЕ?

Белый налёт на языке появляется, если нарушаются процессы ороговения клеток нитевидных сосочков. Это происходит из-за разных причин – заболеваний желудочно-кишечного тракта, на фоне инфекций. Появление налёта может спровоцировать приём некоторых лекарств. Искать причину этого явления нужно вместе с врачом-терапевтом.

ПОМОГАЕТ ЛИ МЕД ПРИ ПРОСТУДЕ?

Одни считают, что ОРВИ нужно лечить чаем с мёдом, а другие – чаем с малиновым вареньем. Истина такова, что, прежде всего, ОРВИ не следует лечить «противовирусными», «иммуномодуляторами» и антибиотиками. А мёдом можно. С ним или без него, ОРВИ пройдет за неделю. Справедливости ради скажу, что опубликовано немало исследований, обнаруживших у мёда противовоспалительный эффект, похожий на тот, который имеют популярные препараты типа ибупрофена. Несомненно, ибупрофен здесь намного эффективнее, но без крайней нужды его применять не следует, если это возможно, лучше обойтись мёдом или малиной, на ваш вкус.

АиФ Здоровье

Профилактика бронхиальной астмы

Бронхиальная астма — воспалительное заболевание дыхательных путей, которое увеличивает чувствительность дыхательных путей к неспецифическим раздражителям.



Распространенность бронхиальной астмы в популяции составляет 2-6%. В настоящее время распространенность имеет тенденцию к увеличению.

Клиника:

- Одышка в утреннее или ночное время, особенно при контакте с аллергенами.
- Сухие хрипы, одновременно с одышкой.
- Длительный кашель примерно у 1/3 больных с постоянным кашлем, бронхиальной астмы выявляют на поздних стадиях заболевания.

Диагностика:

- Аускультация легких.
- Измерение ПСВ (пиковая скорость выдоха). Пикфлоуметрия.
- Спирометрия.
- Проба с физической нагрузкой.
- Тест с аллергеном.
- Рентгенологические исследования. По мнению ответственных авторов, более характерный признак — свистящее

Лицензия серия ЛП №002223 от 6.02.2003г. выдана Министерством здравоохранения РК.

дыхание, целесообразно провести аллергологическое обследование.

- Лабораторные исследования на эозинофилы в периферической крови и уровень антител класса Ig E.

Меры первичной и вторичной профилактики бронхиальной астмы взаимодополняемое и комплексно-осуществляемое мероприятия, среди которых основными являются:

- Охрана окружающей среды, улучшение экологической обстановки.
- Частая уборка помещений.
- Соблюдение правил личной гигиены.
- Следить за чистотой домашних животных, а желателно вообще их не заводить.
- Пользоваться гипоаллергенными предметами быта.
- Правильное и здоровое питание качественными продуктами с минимальным количеством пищевых добавок.
- Как можно меньше пользоваться аэроаллергенами.
- Полный отказ от курения, избегание пассивного курения, исключение крепких алкогольных напитков.
- Устранение профессиональных вредностей.
- Прием любых лекарств только после консультации врача.
- Своевременное лечение любых респираторных инфекций.
- Ведение здорового образа жизни, укрепление иммунитета, закаливание, регулярные физические упражнения, дыхание по методу Бутейко, ингаляции с использованием небулайзеров и др.
- Санаторно-курортное профилактическое лечение в местах с морским климатом либо на высокогорье.
- Хорошие результаты по профилактике обострения бронхиальной астмы показывает иглоукалывание, фитотерапия, сплео-терапия. Совокупность всех мер, направленных на предупреждение или устранение заболевания всегда показывают наилучший эффект, чем их применение по отдельности.

Врач ТОО Медицинский центр: Школьная Н.А., Рахатов У.Т.

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.

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

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

Цифровизация в здравоохранении области

Цифровизация в здравоохранении реализуется как отдельная инициатива по проекту «Модернизация системы здравоохранения» в рамках реализации Послания Президента «Третья модернизация Казахстана: глобальная конкурентоспособность», при этом обеспечена полная синхронизация с государственной программой «Цифровой Казахстан».



На основании этого наша область определена для внедрения пилотного проекта по переходу на безбумажное ведение медицинской документации.

В Областном перинатальном центре активно ведется работа в медицинских информационных системах (МИС). С 2018 года поэтапно перешли к безбумажному ведению медицинских документов.

На сегодняшний день при поступлении пациентки в приемном отделении открывают электронную медицинскую карту (историю родов, медицинскую карту стационарного больного), куда заносятся все необходимые данные о пациентке, также методы обследования и план лечения.

В МИС идет взаимосвязь между медицинскими организациями области, кото-

рые включают в себя стационарную, амбулаторную и лабораторную службы, что облегчает работу медицинских работников, экономит время, позволяет получать своевременную информацию о пациенте. Цифровизация здравоохранения планирует увеличение производительности труда медицинских работников и повышение удовлетворенности населения медицинскими услугами.

ВОПРОС - ОТВЕТ

ЧЕМ ОПАСНО НАРАЩИВАНИЕ МЫШЦ С ПОМОЩЬЮ ИНЪЕКЦИЙ?

В основном используют для такой процедуры два препарата: синтол и миостатин.

Синтол – это, грубо говоря, масло. Это масляный раствор, который не наращивает мышцы, а просто нагнетает мышечные волокна. Препарат получил популярность ещё в девяностые годы среди бодибилдеров, он обладает крайне низкой анаболической активностью, но при внутримышечных инъекциях вызывает сильную воспалительную реакцию, мышцы отекают и, соответственно, увеличиваются в объеме и становятся более рыхлыми. Введение препарата можно назвать больше косметической операцией, нежели медицинской. Препарат вводят в сами мышцы, в результате чего возникает своего рода эффект импланта большого объема. Препарат проникает в мышечные волокна и распространяется по ним. Повторные инъекции способствуют увеличению содержания масла в мышцах, а оно, соответственно, повышает объем мускулов. Введение синтола в первую очередь опасно тем, что могут возникнуть инфекционные осложнения: некрозы мышц, гнойные флегмоны, абсцессы и так далее.

Миостатин – это химическое средство, которое относится к допинговым. Препарат активно продается на «черном рынке», его предлагают спортсменам-любителям. Как и синтол, препарат крайне опасен для здоровья. Если в организм ввести ген миостатина, отвечающего за рост мышц, то можно наблюдать заметное увеличение мышечной массы и числа мышечных волокон. Такие действия – удар по гормональной и эндокринной системе, в результате которого могут возникнуть серьезные последствия.

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.

АМАЛАЙН ИНТИМ. ВОЗМОЖНОСТИ ИНТИМНОГО ЛИФТИНГФИЛЛИНГА:

- Лабиопластика-коррекция объема и формы больших и малых половых губ.
- Перинеопластика-коррекция преддверия и стенок

влагалища.

- Клиторопластика-увеличение объема головки и кармана клитора-
- Аугментация точки G
- Коррекция инволюционных изменений.
- Косметический эффект-«омоложение».

**ВРАЧ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ
НИЯЗОВА КЛАРА ТУРЕСОВНА.**

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

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

Лицензия ЛП00618DL №0181102 от 19.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.

ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр» объявляет конкурс на занятие вакантных должностей:

Врач общей практики (2013г, 2014 года с переподготовкой):

- 1. Врач анестезиолог – реаниматолог – 1 ед**
- 2. Врач рентгенолог – 1 ед**
- 3. Врач кардиолог (взр) – 3 ед**
- 4. Врач невропатолог – 0,5 ст**
- 5. Помощник эпидемиолога (СМР) – 1.**

Наш адрес: ЗКО, г.Уральск, пос. Деркул
ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр» управления здравоохранения акимата ЗКО.

ПИСЬМО С ПРОДОЛЖЕНИЕМ

КАК Я БОРОЛАСЬ С «ЗАСКОКАМИ» НЕВЕСТКИ



Как обычно, мы со сватъей с самого утра были на ногах. Праздник растянулся до самого вечера. Сын ушел провозжать последних гостей, Кристина укладывала Захара спать, а мы с Татьяной из последних сил убирали со стола: я носила тарелки, она мыла посуду.

— Хорошо молодым, они весь день за столом гостей развлекают, а мы с тобой как пчелки трудимся, — пошутила я. — Это точно, как пчелки, — недовольно вздохнула сватья. — Только я не пчелка, а скорее трутень. Завтра вечером дочь просила снова прийти.

— Мне так тебя жалко, — сказала я со всей искренностью. Татьяна ухмыльнулась.

— Я и сама себя жалю, но дочь жалко еще больше. Что делать, если помочь некому? Вот и приходится мотаться сюда из последних сил.

При слове «некому» Татьяна бросила на меня такой укоризненный взгляд, что сомнений не оставалось: она однозначно меня в чем-то винит, но в чем?

— Если бы Кристина не отказывалась от моей помощи, всем было бы легче, — вздохнула я. Сватья насторожилась. — Она разве отказывалась?

— Еше бы! Я ведь каждый день предлагаю ей помощь, но она меня даже на порог не пускает.

И я выложила все как на духу. Не хотела жаловаться, но, видимо, накопилась. Я не стала ничего утаивать или приукрашивать, рассказала всю правду о наших отношениях с Кристиной.

Видимо, для сватъи эти откровения стали новостью, потому что по мере повествования удивление на ее лице нарастало, и к концу глаза сделались как блюдца.

— Ирин, ты меня извини, но я даже не знаю, что сказать... вернее, не знаю, кому верить, — разволновалась она. — Кристина никогда не была лгуньей, но и ты, чувствуется, говоришь правду. Тут уж начала волноваться я: — А в чем дело? Что тебе Кристина рассказала?

— То же самое, только в точности до наоборот. Что она несколько раз просила тебя о помощи, а ты сказала: «Вы рожали для себя, вот сами и воспитывайте!».

У меня отвалилась челюсть. Минуты две мы с Татьяной сидели как ошалелые, перебарывая неприятную ситуацию. — Давай так: утро вечера мудренее, — решила она. — Пойдем-ка домой, а завтра я обязательно во всем разберусь, обещаю.

На следующий день, вечером, Татьяна позвонила мне и попросила подойти. Несмотря на то, что я проплакала весь день, шла я уже с легким сердцем, чувствуя скорую развязку.

Кристина тоже сидела заревавшая, подперев голову руками, а мать гладила ее по спине.

— Мы очень долго говорили с дочкой и все выяснили, — уставшим голосом произнесла она. — Это обычная ревность.

— Какая ревность? К кому? — не поняла я.

— Пойдем, на кухню поговорим.

Мы выпили по две чашки чая, пока сватья объясняла мне про послеродовые отклонения в поведении женщин и обострение тайных страхов. Оказывалось, Кристина ревновала ко мне своего сына. Она боялась, что ребенок привяжется ко мне больше, чем к ее маме, а она очень хотела, чтобы бабушку Таню Захар любил сильнее. Глупо, конечно, но такое случается. Мама всегда ближе, чем свекровь, и желание, чтобы дети любили больше твою маму, чем другую бабушку, вполне нормально. Но желать — это одно, а панически этого бояться — совсем другое. Кристина шла напролом, лишь бы не допустить воплощения своих страхов.

— Ты прости ее, — взяла меня за руку Татьяна. — Мы три часа проговорили на эту тему, она понимала умом, что поступает неправильно, но чувства и страхи оказались сильнее. Мы тоже отчасти виноваты. Тебе надо было мне раньше все рассказать. Да и я хороша: обижалась на тебя в душе, а позвонить и поговорить не догадалась.

— Как глупо получилось, — качала я головой. — Из-за какой-то дурацкой ревности Кристина целый год усложняла всем жизнь.

— Теперь все будет хорошо, я уверена. Если понадобится, я схожу с ней к психологу, но думаю, что до этого не дойдет. Кристина умная девочка, она все понимает, ей просто нужна поддержка.

Вот уже две недели, как у нас началась новая жизнь. Каждый день после обеда я забираю Захара и иду с ним на прогулку. Пока между мной и невесткой не установятся доверительные отношения, я стараюсь не мозолить ей глаза дома — мы с Татьяной решили, что так будет лучше.

Погода хорошая, мы гуляем подолгу — Кристина за это время успевает и отдохнуть, и прибраться. А на выходных внучок впервые придет ко мне в гости. Дети собираются к другу на день рождения, и Захар пробудет у меня весь день. Это для меня целое событие! Я уже навела порядок, сделала уборку, а сейчас собираюсь в магазин за игрушками. Хочу половинку зала превратить в игровую комнату, чтобы у Захарчика был здесь свой уголок, и он всегда приходил ко мне с радостью.

Впервые за целый год я чувствую, как мою душу переполняет счастье. Только бы не спазми!

8 ПРОСТЫХ СПОСОБОВ МОТИВИРОВАТЬ СЕБЯ ДЕНЬ ЗА ДНЁМ



Советы, которые не позволяют вам опустить руки на пути к цели.

БУДЬТЕ СКРОМНЕЕ

ТЕЛЕВЕДУЩАЯ ОПРА УИНФРИ (OPRAH WINFREY) ЯВЛЯЕТСЯ ОДНОЙ ИЗ САМЫХ ВЛИЯТЕЛЬНЫХ И УСПЕШНЫХ ЖЕНЩИН МИРА, ОДНАКО СВОЮ ИЗВЕСТНОСТЬ ОНА НЕ ВОСПРИНИМАЕТ ВСЕРЬЁЗ.

«Какая-то часть меня боится того, что случится, если я поверю во всё, что обо мне говорят», — делится Опра. За всё время своей работы она поняла, что именно скромность и смирение помогают сохранять мотивацию и двигаться к намеченным целям несмотря ни на что.

ПОСЛЕДУЙТЕ ПРИМЕРУ ОПРЫ: НЕ ЗАДИРАЙТЕ НОС И НЕ ЖДИТЕ ОДОБРЕНИЯ И ПРИЗНАНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ. ЕСЛИ ВЫ БУДЕТЕ СЛИШКОМ ВЫСОКОГО МНЕНИЯ О СЕБЕ, ТО ВАМ БУДЕТ КАЗАТЬСЯ, ЧТО ВЫ УЖЕ ДОСТИГЛИ БОЛЬШИХ ВЫСОТ.

НО НЕ ЗАБЫВАЙТЕ О СВОИХ СИЛЬНЫХ СТОРОНАХ

Вас есть всё для того, чтобы стать тем, кем вы мечтаете. Мари Кэй Эш (Mary Kay Ash), основательница компании Mary Kay Cosmetics, Inc.

И ЭТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ТАК. НАПРИМЕР, ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕМ СТАНОВИТСЯ ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ОБЛАДАЕТ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСКОЙ ЖИЛКОЙ, ЭНЕРГИЕЙ И БОЛЬШИМ ЭНТУЗИАЗМОМ. ОН ЗНАЕТ СВОИ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ И ИСПОЛЬЗУЕТ ИХ ПО МАКСИМУМУ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ МЕЧТЫ.

Если вы стали сомневаться в собственных силах, вспомните, какие качества помогли вам добиться того, что у вас уже есть. А лучше всего пере-

числите все свои достоинства, способности и таланты на бумаге.

ПОМНИТЕ О ТОМ, К ЧЕМУ ВЫ СТРЕМИТЕСЬ

«Если вы испытываете сильную страсть к какому-либо делу, то инстинктивно находите способы её подпитки», — утверждает Эйлин Фишер (Eileen Fisher), создательница одноимённого бренда женской одежды из органических материалов. Её страсть — приверженность идее экологичности — уже несколько десятков лет является для Эйлин мотивирующим фактором.

Не переживайте, если ваша деятельность пока не приносит большой пользы миру. Начните с себя. Например, постарайтесь, подобно Эйлин Фишер и многим другим, заботиться об окружающей среде. Небольшие шаги в нужном вам направлении помогут приблизиться к заветной цели. Придерживайтесь своих ценностей, тогда мотивация вас не покинет.

ПРАЗДНУЙТЕ МАЛЕНЬКИЕ ПОБЕДЫ

Для достижения любой цели требуется время. Иногда на это уходит годы. Чтобы руки никогда не опускались, необходимо ежедневно отмечать достижения, приближающие вас к мечте.

Регулярно празднуйте маленькие победы, вы обеспечите себя ежедневной дозой мотивации двигаться и развиваться дальше.

СЛЕДИТЕ ЗА СВОИМ ЗДОРОВЬЕМ

По результатам исследования LABOR OF LOVE: What

Employees Love About Work & Ways To Keep The Spark Alive , проведённого компанией Virgin Pulse в 2015 году, важнейшим фактором, влияющим на мотивацию сотрудников, является состояние их здоровья. И это вполне логично, ведь от человека, у которого проблемы с физическим или ментальным здоровьем, нельзя ожидать больших результатов.

Если спорт не является неотъемлемой частью вашей жизни, то начните хотя бы с ежедневных прогулок. Так вы будете оставаться в форме. И не стоит постоянно откладывать поход к врачу, даже если у вас масса других важных дел. Помните, что здоровье прежде всего, иначе у вас просто не будет сил двигаться вперёд.

НАПОМИНАЙТЕ СЕБЕ, КАК МНОГОГО ВЫ УЖЕ ДОСТИГЛИ

Джули Остин (Julie Austin) — создательница знаменитых бутылок для воды Swiggies, особенность которых заключается в том, что они крепятся на запястье. В начале своего карьерного пути она понятия не имела, как выпустить продукт на рынок. Прежде чем добиться успеха, она несколько лет работала на двух работах, откладывая деньги и училась на множестве собственных ошибок. Но до сих пор Джули воспринимает этот сложный путь как источник мотивации.

ПОЭТОМУ, ЧТОБЫ ПОДДЕРЖИВАТЬ МОТИВАЦИЮ И ЖЕЛАНИЕ ДВИГАТЬСЯ ДАЛЬШЕ, ОБЯЗАТЕЛЬНО НАГРАЖДАЙТЕ СЕБЯ ЗА ВЫПОЛНЕННЫЕ ДЕЛА.

Напомним себе о том, с чего вы когда-то начали и каких высот смогли достичь, вы поймёте, что сможете преодолеть и не такие сложности. Это не позволит вам опустить руки.

ВЕРЬТЕ В ТО, ЧТО ВЫ НЕПОБЕДИМЫ

В начале XX века тилочная американская женщина не пользовалась косметикой, но это не остановило Элизабет Арден (Elizabeth Arden), основательницу косметической компании Elizabeth Arden, Inc. Она горела идеей сделать макияж неотъемлемой частью повседневной жизни женщины. Кто-то считал её сумасшедшей, но она была непоколебима. Благодаря своему упорству и вере в себя ей удалось построить мировую империю красоты.

Если вы верите, что непобедимы и что в этом мире возможно всё, вы никогда не потеряете мотивацию несмотря на все неудачи.

Вы будете поражены возможностям, которые откроются вам, если вы начнёте искренне верить, что вы можете достичь чего угодно.

ПОЩАРИТЕ СЕБЯ

Если вы не привыкли вознаграждать себя за хорошо проделанную работу, то пора научиться это делать. Поощрение в том или ином виде — это одна из важнейших причин того, что мы вообще чем-либо занимаемся.

ИСТОЧНИК: lifehacker.ru



ИНГРЕДИЕНТЫ

200 г сухого нута; соль — по вкусу; 4 столовые ложки тахини (её можно купить или сделать самостоятельно, рецепт вы найдёте чуть ниже); 1 лимон; 4 столовые ложки оливкового масла; ¼–½ чайной ложки молотой зиры.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ХУМУС

Вам понадобятся обычный блендер и немного терпения. Классический хумус готовят из отварного нута, оливкового масла, лимонного сока, специй и тахини (кунжутной пасты). Нут можно взять и консервированный. Это, конечно, быстрее, но вкус и аромат готового блюда будут отличаться от оригинала.

КАК ХРАНИТЬ ХУМУС

Хумус можно хранить в герметичном контейнере в холодильнике не более недели. А в морозилке он может лежать не дольше месяца.

КАК СВАРИТЬ НУТ

Замочите нут в холодной воде на ночь или минимум на 8 часов. Вода должна быть выше нута на несколько сантиметров. Слейте воду и хорошо промойте нут. Залейте его чистой водой и варите на слабом огне 1,5–2 часа, пока зёрна не станут мягкими.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ХУМУС

Дополнительные ингредиенты перемешиваются в блендере с основными до однородной густой консистенции.

КАК СДЕЛАТЬ ТАХИНИ

Кунжутную пасту можно купить, однако её бывает сложно найти. А вот приготовить её совсем не трудно.

ИНГРЕДИЕНТЫ

80 г семян кунжута; 1 столовая ложка кунжутного или оливкового масла; соль — опционально.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Выложите кунжут на разогретую сковороду и поджаривайте, периодически помешивая, на среднем огне до слегка золотистого цвета. Измельчите остывшие семена в блендере, добавьте масло и соль и продолжайте взбивать до однородного состояния. У вас должна получиться слегка жидковатая паста.

КАК ХРАНИТЬ ХУМУС

Хумус можно хранить в герметичном контейнере в холодильнике не более недели. А в морозилке он может лежать не дольше месяца.

КАК СВАРИТЬ НУТ

Замочите нут в холодной воде на ночь или минимум на 8 часов. Вода должна быть выше нута на несколько сантиметров. Слейте воду и хорошо промойте нут. Залейте его чистой водой и варите на слабом огне 1,5–2 часа, пока зёрна не станут мягкими. Хорошо проваренный нут должен легко разминаться при надавливании. Перелейте жидкость, в которой варился нут, в другую ёмкость. Залейте нут прохладной водой и, разстирав его пальцами, очистите от шелухи. Затем аккуратно слейте жидкость с шелухой.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ХУМУС

Блендер выложите тахини, добавьте сок целого лимона, оливковое масло, соль и зиру и слегка взбейте. Взбивая сначала тахини, вы делаете кунжутную пасту более кремовой. Затем по частям добавляйте нут и взбивайте блендером до однородной консистенции. В процессе добавьте немного жидкости, в которой варился нут. У вас должна получиться густая кремовая паста. Её можно подсолить по вкусу.

КАК СДЕЛАТЬ ТАХИНИ

Кунжутную пасту можно купить, однако её бывает сложно найти. А вот приготовить её совсем не трудно.

ИНГРЕДИЕНТЫ

80 г семян кунжута; 1 столовая ложка кунжутного или оливкового масла; соль — опционально.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Выложите кунжут на разогретую сковороду и поджаривайте, периодически помешивая, на среднем огне до слегка золотистого цвета. Измельчите остывшие семена в блендере, добавьте масло и соль и продолжайте взбивать до однородного состояния. У вас должна получиться слегка жидковатая паста.

КАК ХРАНИТЬ ХУМУС

Хумус можно хранить в герметичном контейнере в холодильнике не более недели. А в морозилке он может лежать не дольше месяца.

КАК СВАРИТЬ НУТ

Замочите нут в холодной воде на ночь или минимум на 8 часов. Вода должна быть выше нута на несколько сантиметров. Слейте воду и хорошо промойте нут. Залейте его чистой водой и варите на слабом огне 1,5–2 часа, пока зёрна не станут мягкими. Хорошо проваренный нут должен легко разминаться при надавливании. Перелейте жидкость, в которой варился нут, в другую ёмкость. Залейте нут прохладной водой и, разстирав его пальцами, очистите от шелухи. Затем аккуратно слейте жидкость с шелухой.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ХУМУС

Блендер выложите тахини, добавьте сок целого лимона, оливковое масло, соль и зиру и слегка взбейте. Взбивая сначала тахини, вы делаете кунжутную пасту более кремовой. Затем по частям добавляйте нут и взбивайте блендером до однородной консистенции. В процессе добавьте немного жидкости, в которой варился нут. У вас должна получиться густая кремовая паста. Её можно подсолить по вкусу.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ХУМУС

Блендер выложите тахини, добавьте сок целого лимона, оливковое масло, соль и зиру и слегка взбейте. Взбивая сначала тахини, вы делаете кунжутную пасту более кремовой. Затем по частям добавляйте нут и взбивайте блендером до однородной консистенции. В процессе добавьте немного жидкости, в которой варился нут. У вас должна получиться густая кремовая паста. Её можно подсолить по вкусу.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ХУМУС

Блендер выложите тахини, добавьте сок целого лимона, оливковое масло, соль и зиру и слегка взбейте. Взбивая сначала тахини, вы делаете кунжутную пасту более кремовой. Затем по частям добавляйте нут и взбивайте блендером до однородной консистенции. В процессе добавьте немного жидкости, в которой варился нут. У вас должна получиться густая кремовая паста. Её можно подсолить по вкусу.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ХУМУС

Блендер выложите тахини, добавьте сок целого лимона, оливковое масло, соль и зиру и слегка взбейте. Взбивая сначала тахини, вы делаете кунжутную пасту более кремовой. Затем по частям добавляйте нут и взбивайте блендером до однородной консистенции. В процессе добавьте немного жидкости, в которой варился нут. У вас должна получиться густая кремовая паста. Её можно подсолить по вкусу.

НА ЗАМЕТКУ

ЧТО ГОТОВИТЬ ВО ВРЕМЯ ДЕПРЕССИИ, ЕСЛИ НЕТ СИЛ НИЧЕГО ДЕЛАТЬ

Варианты блюд разной сложности, когда готовить не хочется, но надо.

Депрессия проявляется по-разному, но есть и несколько общих симптомов. Например, человек не находит в себе сил принять душ. Поэтому рецепты отсортированы по сложности именно в сравнении с этой гигиенической процедурой.

ГОТОВАЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ ЕДА

Обязательно держите в морозилке несколько упаковок готовой еды на крайний случай. При плохом самочувствии вам останется только разогреть блюдо в микроволновке или духовке. Пусть это будет что-то, что вы любите. Тогда покажется, что вы радуете себя вкусным блюдом, а не заставляете себя.

РИС

Рис очень сытный и довольно быстро варится. Добавьте к нему сливочное масло и соевый соус. Так вы получите вкусное и питательное блюдо. Положите побольше крупы, чтобы вам хватило на несколько раз.

ЯЙЦА

Жареные яйца с тостами — простой и сытный вариант. Так вы получите и белки, и углеводы. Если не любите яичницу, приготовьте омлет. Освойте тот рецепт, который вам нравится больше всего. Тогда вы всегда сможете быстро накормить себя.

ПЕЛЬМЕНИ

Нужно только вскипятить воду и бросить в неёпельмени. А если вы уже готовы к чему-то более сложному, пожарьте их. Выложитепельмени на сковородку и обжаривайте 3–5 минут с каждой стороны на среднем огне. Потом добавьте немного воды, накройте сковороду крышкой и увеличьте огонь. Тушите, пока вода не выпарится. Снимите крышку и жарьте ещё несколько минут до золотистой корочки. Не спешите. Лучше подержите их на сковороде подольше, чтобы мясо точно было готово.

ЗАПЕЧЁННЫЕ ОВОЩИ

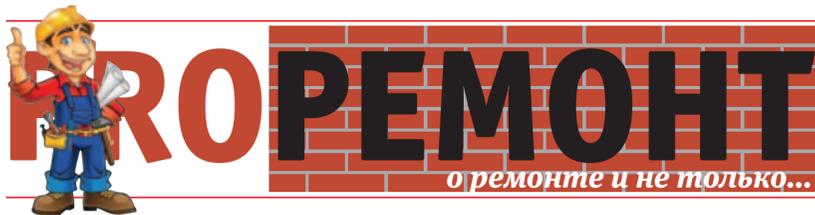
Если вы готовы порезать овощи, это уже хороший знак. Выберите свои любимые, например баклажаны, перец, брокколи. Полейте лимонным соком и оливковым маслом и поставьте в разогретую духовку. Получится не только вкусное, но и полезное блюдо. Такие овощи можно есть сами по себе или как гарнир.

КОНСЕРВИРОВАННЫЙ СУП

Если хочется чего-то согревающего, на выручку придёт банка консервированного супа. Разогрейте его, следуя инструкциям на упаковке. В самом конце добавьте щепотку сахара и соды, чтобы нейтрализовать излишнюю кислоту. При желании добавьте к супу куриный бульон, перец, сметану. С томатным супом идеально сочетается поджаренный хлеб с сыром и запечённые овощи.

lifehacker.ru





ПРОРЕМОНТ

ремонт и не только...

КАК НЕ ИСПОРТИТЬ ИНТЕРЬЕР, ДОБАВЛЯЯ БОЛЬШЕ ЦВЕТА?

Узнайте, как сделать свой дом более ярким и интересным, но не получить вместо восторженного «ух-ты!» расстроенное «ооой!». Оказывается, покрасить все стены в красный – таки не самое удачное решение. Сейчас все расскажем.

ЗАЧЕМ ВООБЩЕ ВВОДИТЬ ЦВЕТ?

Домы мы хотим отдыхать. Всем нам нужно надежное место, чтобы расслабиться, окружить себя теплом и уютom и спря-

таться от всего мира – это и есть дом. Но нам еще нужна и энергия. Заряд жизненных сил, вдохновение на маленькие подвиги, желание каждый день просыпаться и идти на работу в конце концов!

Вкрапления яркого цвета – то что нужно, чтобы заставить тихий и спокойный интерьер обрести звук. Встряхните ваш дом и самих себя, добавьте энергию, смелость и позитив – просто добавьте цвета!

КАК ДОСТИЧЬ ГАРМОНИИ ЦВЕТА

Вот только покрасив все стены в красный, наполнив его яркой мебелью, есть риск превратить дом в пылающее душно пространство, из которого хочется только сбежать. Как же найти тот самый баланс?

ВИРТУОЗНОЕ СОЛО ЦВЕТА

Что, если добавить цвета совсем немного? Сделать только одну акцентную стену, разбить скучную спокойную кухню заметным столом или лимонным холодильником? Одна ярко-зеленая стена будет выглядеть куда более сдержанно на фоне интерьера в монохромных или нейтральных тонах. Да, это будет звонкий аккорд – но всего один, и этого достаточно.

НАЙДИТЕ ПАРУ

Допустим, вы горячая купили новую желтую лампу, совершенно неподходящую вашей гостиной. Повесьте сразу 4 такие лампы в ряд – и вы уже человек с дизайнерскими способностями, а не кто-то, делающий импульсивные покупки!

А если к яркой стене добавить вторую такую же, то образовавшаяся симметрия,

те ему друзей. Цвета могут быть близкими: по насыщенности (серовато-розовый и серовато-голубой), по светлости (бледно-малиновый и бледно-сиреневый), могут находиться рядом в том самом цветовом круге (голубой и зеленый).

НАЙДИТЕ ВРАГОВ – ПУСТЬ СТАНУТ ПАРТНЕРАМИ

Речь идет о контрастах. Темный и светлый, яркий и приглушенный, цвета, стоящие друг напротив друга в цветовом круге. Опять – таки, если берете два контрастных цвета в равных пропорциях, дайте им нейтральный фон, например, пусть на полу появится серый или бежевый ковер или покрасьте стену все в тот же белый.

И НЕ ТОЛЬКО СТЕНЫ

Когда мы говорим о сочном всплеске цвета в интерьере, пер-



как ни странно, тут же ускользает интерьер.

УСТРОЙТЕ ПЕРЕКЛИЧКУ

Даже когда старший сын самостоятельно перекрасит детскую в 2 разные цвета, отчаиваться не стоит. Купите синий стул, розовое покрывало и зеленую полку – все тут же станет на свои места.

И конечно, повторяйте не только сам цвет, но и фактуру, рисунок или форму цветовых вставок. Пусть вся отделка, мебель и предметы будут связаны между собой по 1-2 принципам, и интерьер будет выглядеть единым целым.

НАЙДИТЕ ЦВЕТУ ДРУЗЕЙ

Чтобы не позволить новому цвету стать кричащим, найди-

те, что приходит на ум – перекрасить стену. Или даже часть стены. Идея отличная, и, кстати, бюджетная (это же дешевле, чем делать ремонт во всем помещении). Но почему бы не добавить цвета с помощью перекрашенного комода, нового ковра, да даже по-новому расставленных книг? Экспериментируйте!



diy.ru

diy.ru

ПОСТЕЛЬНЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ: УБИРАЕМ И ХРАНИМ БЕЗ ГОЛОВНОЙ БОЛИ

Каждое утро начинается с уборки подушек, одеял, постельного белья в ниши, чтобы превратить помещение в дневную комнату, а вечер грозит извлечением их по-новому?

Если добавить еще аккуратность и удобство, то задача может показаться невыполнимой: вещи занимают много места, складывание и уборка отнимают время. В этой статье вы найдете массу идей и лайфхаков, как можно облегчить себе жизнь, отбросив затруднения, одновременно поселяя в доме чистоту, красоту и комфорт.

ПОД КРОВАТЬЮ

При выборе кровати обратите внимание, есть ли у нее выдвижные ящики для хранения белья, это поможет сэкономить место и время. Если кровать располагается боком к стене или движению мешает другая мебель, то выход из ситуации нам предлагает подъемный механизм: дно уходит вверх, открывая доступ к «контейнерам».

Варианты со встроенными ящиками или подъемным механизмом облегчают уборку и хранение, но и стоят соответственно. Приверженцам экономии можно порекомендовать помещать постельное белье в кофры: в них есть молнии, что упрощает открытие/закрытие, но тогда размеры стоит подбирать подходящие и убедиться в наличии жесткого каркаса, так как с мягким вы потеряете намного больше времени.

Альтернативой становятся компактные закрытые ящики, передвигающиеся при помощи колесиков.

ПОД МАТРАСОМ

В особо экстремальных ситуациях для хранения спальных комплектов можно отвести пространство под матрасом – тайны никто не разгадает. Это не очень надежный вариант, так как вещи в таком положении легко мнутся.

В ИЗГОЛОВЬЕ

Когда нет возможности отправить подушки и одеяла под кровать, то выходом становится пространство за постелью. Тут все зависит от пространства: ящики, полки, в иных случаях – корзины (красиво смотрятся плетеные). Главное, чтобы их вместительности хватало для спального белья или комплектов про запас. Этот же способ подходит для комнат, где стоит кровать-чердак.

В ПОДИУМЕ

Современным решением увеличения вместительности квартиры стали подиумы: удобно, практично, безопасно. Поставив на такое сооружение кровать, вы решите две задачи одновременно: спрячете на дневное хранение постельные комплекты и не займете лишнего места. Более того, здесь есть, где развернуться фантазии дизайнера: в основании подиума легко разместятся выдвижные ящики, укромное место образуется в ступеньках, а также внутри самой конструкции остается свободное пространство для хранения.

СУНДУК, ЯЩИК ИЛИ ПУФ

В данном варианте такой «контейнер» для белья становится еще и декоративной роскошью: стилизованный под старину, украшенный особыми способами, его стиль не останется незамеченным. Вместительность сундука известна, а крышка послужит прекрасной «полочкой», чтобы на нее положить книгу. В сочетании с раскладным диваном легко «трансформируется» в журнальный столик (если крышка плоская).

ОБЛИЦОВОЧНЫЙ ИСКУССТВЕННЫЙ КАМЕНЬ

Во все времена отделка фасада была не просто важной задачей с практической точки зрения для создания теплоизоляции, защиты от ветра, влаги, перепадов температур, но и позволяла добиться привлекательного внешнего вида зданий. Именно поэтому архитекторы всегда искали подходящие материалы, способные реализовать две данных функции – практическую и эстетическую. В этом плане камень – наиболее подходит для облицовки фасадов, ведь его превосходные эксплуатационные характеристики – прочность, длительный срок службы, способность выдерживать значительные перепады температур, устойчивость к воздействию влаги, – делают его отличным выбором для облицовочных работ.

Существует две основных разновидности идиости материала – натуральный и искусственный камень. Природные горные породы – гранит, ракушечник, песчаник, мрамор, – имеют отличный внешний вид, но их обработка достаточно сложна, а стоимость может нанести серьезный «удар» по бюджету. Именно поэтому становится все более популярным искусственный камень, который гораздо доступнее по цене, но при этом полностью имитирует фактуру горных пород, имеет такие же отличные характеристики, как природный.



ная цена не создает «дыру» в бюджете.

ОСНОВНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА

Длительный срок службы. Материал производится из смеси цемента, поэтому отличается повышенной прочностью, устойчив к механическому воздействию, «не боится» дождя, мороза и ветра. По самым скромным оценкам облицовка из искусственного камня прослужит 20-25 лет, даже в сложных климатических условиях.

Широкий выбор коллекций. Современное про-

изводство позволяет создавать практически любую фактуру с насыщенным ярким цветом.

Выгодная цена. Производство не отличается сложностью, не требует дорогостоящего оборудования, поэтому готовые изделия отличаются вполне доступной ценой, которая значительно дешевле, чем у природных горных пород и большинства других отделочных материалов.

Прекрасные защитные свойства. Камень не является горючим материалом, поэтому такая облицовка будет защищать от пожара. Он также имеет прекрасные теплоизоляци-

онные свойства, что всегда актуально в условиях российского климата.

Простота монтажа. В отличие от большинства других материалов, нанесение которых на стены или фиксации с помощью клеевых составов, требуют тщательной подготовки основы, грунтования, укрепления, подготовки направляющих, – декоративный камень достаточно просто зафиксировать на стене с помощью специального клея. С такой работой справляются даже люди без навыков выполнения отделочных работ.

diy.ru



МЕТАЛЛИНВЕСТ
СЕТЬ МЕТАЛЛОБАЗ

ГИБКИЙ ПОДХОД С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ

МЕТАЛЛОПРОКАТ

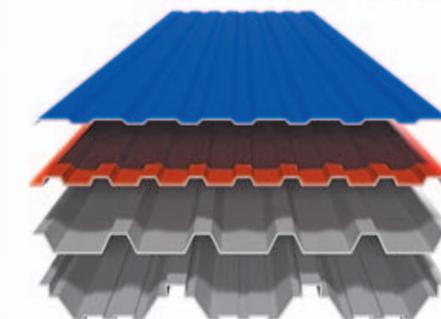
- ТРУБЫ
- ЛИСТ
- УГОЛОК
- АРМАТУРА
- КРУГ
- КВАДРАТ
- ШВЕЛЛЕР
- БАЛКА
- ПОЛОСА
- ПРОФНАСТИЛ
- СВАРНАЯ СЕТКА

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

ЭЛЕКТРОННЫЙ ПАСПОРТ НА КАЖДОГО ШКОЛЬНИКА СОЗДАЮТ В РК

Документ включает в себя посещение, успеваемость, справки, выданные задания, копии аттестатов и дипломов учащегося, начиная с детского сада до вуза.

Электронные паспорта учащихся формируют на каждого ребенка в Казахстане. Документ будет содержать исчерпывающую информацию обучающегося по всей траектории обучения, сообщили в Министерстве образования и науки РК.

Как отметили в ведомстве, электронный паспорт – это только одно из направлений цифровизации системы образования и реализации государственной программы "Цифровой Казахстан".

– В Национальной образовательной базе данных планируется консолидировать всю информацию в системе образования: дошкольное, среднее, техническое и профессиональное, высшее и послевузовское. При внесении обучающегося в систему будет создан паспорт учащегося, который будет вестись только в электронном виде, – говорится в ответе на официальный запрос редакции.

Паспорт будет включать все необходимые данные: посещение, успеваемость, справки, выданные задания, копии аттестатов и дипломов, достижения учащегося, начиная с детского сада до вуза, уточнили в МОН РК.

– Доступ к паспорту будут иметь только ответственные лица и родители или законные представители. Данный паспорт будет храниться в электронном виде в системе. Внедрение системы запланировано до конца 2019 года, – заключили в ведомстве.

Источник: informburo.kz

БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ КАНЦЕЛЯРСКИХ ТОВАРОВ ДЛЯ БИЗНЕСА И ШКОЛЫ

Канцтовары

ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ ОФИСНЫХ КАНЦТОВАРОВ

ул. Т.Масина, 89
24-41-14, 25-55-02
maximum_2007@mail.ru

ул. Ихсанова, 109
54-81-41
www.maximum.uralsk24.kz

В НОВОСТРОЙКЕ БАЛКОН ОТХОДИТ ОТ СТЕНЫ

Житель нового дома в микрорайоне «Жана Орда» опасается, что стена балкона может отвалиться и упасть на прохожих в любой момент.

Кристина КОБИНА

Нурбол ДУЙСЕНГАЛИЕВ рассказывает, что трехкомнатную квартиру на 7 этаже в этом доме они получили в 2014 году по программе в "Жилстройсбербанке". Однако около года назад на балконе стала появляться щель, которая со временем становится только шире. По словам Нурбола, он неоднократно обращался к застройщикам данного дома, однако те лишь обещают устранить неполадки. К слову, строительством 9-этажного дома занималось ТОО "Болашак-Т".

– Квартира теплая, ранее у нас жалоб не было. Правда, года два назад наши соседи обращались уже к застройщикам с претензиями, потому что у них разошлась кирпичная кладка в стене, но этот дефект подрядная организация устранила, кладку сделали заново. Теперь такая проблема коснулась и меня. Около года назад я заметил, что появляется щель между квартирой и балконом. Можно сказать, что балкон отваливается потихоньку. Обратился к застройщикам, те пришли, сделали пломбы и сказали, если дальше будет расколоться, то предпримут меры. Вот прошло 3 месяца, и мои ожидания подтвердились, щель стала только больше, – рассказывает Нурбол.

Мужчина во второй раз обратился в строительную компанию ТОО "Болашак-Т".



– Да, ребята молодцы, сразу отреагировали, пообещали все устранить. Правда, как только я звоню с жалобами и напоминаю им об их обещании, все время ходится причина, по которой они откладывают ремонтные работы. То у них сломался кран, то сломалась "Газель", чтобы привезти материалы, то все же, наконец, пришел строитель, но он не знает, как это все устранить. В общем, время идет, а проблема остается, – возмущается мужчина.

Нурбол говорит, что больше всего он опасается за безопасность своих малолетних детей.

– Я работаю вахтами, вдруг, когда-то упадет на моих детей кирпич, или страшнее всего, в один момент обрушится стена балкона. Потом этим кирпичом может убить прохожего, тем более под балконом на-

ходится парикмахерская, – говорит Нурбол. Заместитель директора строительной компании ТОО "Болашак-Т" Медет УАЛИЕВ объяснил, такое бывает, когда спустя пару лет фундамент дома дает осадку.

– Да, у нас были некоторые проблемы, ломался транспорт, но сегодня уже придут строители и устранят все в течение трех часов. Там, где кладка отошла, ее сделают заново, – пояснил Медет УАЛИЕВ.

– Строительством дан-

ного дома занималась компания ТОО "Болашак-Т". В марте этого года под одним из подъездов прорвало трубу, застройщики помогли и откачивали ее, несмотря на то, что все гарантийные сроки прошли. Необходимо отметить, что в результате эксплуатации любой дом дает просадку, от чего и могут возникнуть трещины в стене. Все подрядные организации идут навстречу, устраняют это, хотя такие эксплуатационные расходы должны нести сами жители этого дома или же те, кто обслуживает его, – пояснил Мирас МУЛКАЙ.

Также Мирас МУЛКАЙ отметил, что после жалобы жителя дома №9 в микрорайоне "Жана Орда" подрядная организация снова не отозвалась и устранила эту щель, сделав бетонную стяжку.

– Строительством дан-

Фото Медета МЕДРЕСОВА

Центриганка

ТРИКОТАЖ КУПАЛЬНИКИ
КОЛГОТКИ
БЕЛЬЕ А-Г ЭКОТИКБЕЛЬЕ
КОРРЕКТИРУЮЩЕЕ БЕЛЬЕ

535 953

пр. Бирман, 35/2
(рядом маг. «ЮСКО») **МОЙГОРОД**

Вести бизнес без рекламы – все равно, что подмигивать девушке в полной темноте.

Подсолнечное масло производит участник проекта «Бастау»

Всего год назад житель Зеленовского района был безработным, а уже сейчас благодаря поддержке государства он открыл свой собственный семейный бизнес.



Дана РАХМЕТОВА

Сабыргали Сисенов год назад официально числится безработным, а теперь у него свой бизнес. Много лет житель села Достык Зеленовского района зарабатывал на жизнь перепродажей семечек подсолнуха. При этом не раз задумывался об открытии небольшого маслозавода. Основать семейный бизнес помогла областная палата предпринимателей. Пройдя весной Сабыргали Сисенов обучился в рамках проекта «Бастау». Под руководством бизнес-тренера Куанышбека Ерниязова составил бизнес-план и собрал полный пакет документов.

– По программе "Развитие продуктивной занятости и массового предпринимательства на 2017–2021 годы" я смог получить на льготных условиях 3 миллиона 400 тысяч тенге. На кредитные средства программы я приобрел маслопресс производительностью 150 литров масла в час и оборудование для калибровки семян подсолнуха, – рассказал участник проекта Сабыргали Сисенов.

За счет собственных средств на выделенных шести сотках построил здание и в январе текущего года запустил безотходное производство. Крупные семечки идут на жарку, мелкие – для выработки нерафинированного

масла, которое предприниматель реализует оптом на крупных рынках Уральска. Со сбытом жмыха проблем тоже нет, его скупают местные фермеры. Сырье предприниматель приобретает как в Казахстане, так и в соседней России.

ОБУЧЕНИ ПОЧТИ ТЫСЯЧА БЕЗРАБОТНЫХ

Между тем, как сообщили в палате предпринимателей ЗКО, таких примеров по области немало.

– В прошлом году по программе «Бастау» в пяти

районах азам ведения бизнес-обучено 938 безработных и самозанятых. 135 из них получили финансовую поддержку и открыли свое дело как индивидуальные предприниматели. На первоначальном этапе ими создано 195 новых рабочих мест. В этом году программа охватит все 12 районов и г.Аксай Бурлинского района. В планах обучить свыше 2000 потенциальных бизнесменов, – сообщили в палате предпринимателей. – Проект направлен на обучение предпринимательским навыкам, в том числе принципам формирования сельскохозяйственных кооперативов, а также сопровождение их бизнес-проектов. Участниками данной программы могут стать безработные, независимо от регистрации в центрах занятости населения, и самозанятые, имеющие предпринимательский потенциал и проживающие в сельских населенных пунктах и районцентрах, с 2018 года проживающие в городах, в том числе моно и малых городах.

ПОМОГУТ И СПРОЕКТОМ

Стоит отметить, что в ходе обучения участникам проекта предоставляются идеи для ведения предпринимательства и структурированные знания по основам предпринимательской деятельности, информация о мерах финансовой поддержки. Обучение состоит из следующих этапов: тестирование, практическое обучение в группах по принципу бизнес-менторства и индивидуальное консультирование, подготовка

к защите (презентации) бизнес-проекта, сопровождение в реализации бизнес-проекта сроком до 12 месяцев.

– Общия продолжительность обучения не менее 25 календарных дней. По итогам выдаются сертификат о завершении обучения (для допущенных к этапу защиты бизнес-планов) и сертификат об участии в обучении в рамках проекта "Бастау Бизнес". Оператор нефинансовой поддержки ходатайствует перед микрофинансовой организацией и/или кредитным товариществом и/или АО "ФФПСК" и/или банком второго уровня о рассмотрении заявки участника проекта "Бастау Бизнес" на получение кредита/микрокредита, – заявили в палате предпринимателей.

Фото автора

МОЙГОРОД
Уральская общественно-политическая газета

Директор: Тулисова О. М.
Главный редактор: Кайкененова А. Б.
Шеф-редактор: Махметов М. Б.

Ответственный секретарь: Соноев А. И.
Дизайн и верстка: Аментаева А.

Журналисты: К. Кобина, А. Кубасова.
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, опубликованные со знаком Р, а также под рубрикой «Новости компании», носят рекламный характер.

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

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