

Проспект Достык переименовали в Нурсултан Назарбаев

После предложения Касым-Жомарта Токаева переименовать главные улицы областных центров в честь первого президента в Уральске прошли сессии маслихатов. Депутаты единогласно проголосовали за проспект имени Нурсултана Назарбаева.

ШКОЛЬНИКУ В ДРАКЕ ПОВРЕДИЛИ ГЛАЗ

В уральской школе подрались ученики. Один подросток пытался разнять дерущихся и получил ушиб глаза.

СТР. 3

ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯМ ПРЕДЛОЖИЛИ СТЕРИЛИЗОВАТЬ БРОДЯЧИХ ЖИВОТНЫХ

По идее первого заместителя акима, кастрацию и стерилизацию бродячих собак и кошек нужно отдать в частные руки. Предприниматели будут заниматься отловом и доставкой животных в приют, а акимат вернёт инвестиции в строительство приюта.

СТР. 30

КАКИЕ ГАРАНТИИ ДАЁТ КАЗАХСТАН ПЕРВОМУ ПРЕЗИДЕНТУ?

Законы Казахстана гарантируют первому президенту Нурсултану Назарбаеву пожизненную неприкосновенность, охрану на всю жизнь, а также возможность обращаться к народу Казахстана.

СТР. 6

ТОКАЕВ ВСТУПИЛ В ДОЛЖНОСТЬ ПРЕЗИДЕНТА КАЗАХСТАНА

20 марта Касым-Жомарт Токаев принес присягу на совместном заседании палат Парламента Казахстана в здании Мажилиса.

СТР. 7

Грабитель ранил продавца ножом

Нападение на продавца магазина "Мобильник" в центре Уральска произошло 23 марта. Мужчину серьезно ранили кухонным ножом.



Блиц РАСПРОДАЖА РОЛЬСТАВЕН
www.blitz.kz 24 70 07 30 70 80 30 70 34 8 777 214 26 57 8 702 587 91 43

ЭЛЕКТРОИНСТРУМЕНТ ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ АВТОМОЕК

СМЕГА СТРОЙ торговый дом

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

МАХИМУМ Канцтовары

ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ ОФИСНЫХ КАНЦТОВАРОВ

БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ КАНЦЕЛЕРСКИХ ТОВАРОВ ДЛЯ ШКОЛЫ И ОФИСА

ул. Т.Масина, 89, 24-41-14,25-55-02

ул. Ихсанова, 109, 54-81-41

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

ЭЛЕКТРОКОМПЛЕКТ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ ТОВАРАМИ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

Легко понять, Где покупать!

МЫ РАБОТАЕМ 08:00 22:00

www.elc.kz elc.kz electrokomplekt

г. Уральск, ул. В. Шубина, 2/4, тел.: 8 (7112) 21-49-08, 21-49-82
г. Атырау, пр. Султан Бейбарыс, 53, тел.: 8 (7122) 32-16-82, 30-55-49



Фото: Мейра Мейрсова

Главный проспект Уральска переименовали в Нурсултан Назарбаев

Такое решение приняли депутаты городского и областного маслихатов.

Кристина КОБИНА

Амангельды Ермекалиев.

20 марта прошла внеочередная сессия маслихата, на которой рассматривался вопрос о переименовании проспекта Достык-Дружба в Нурсултан Назарбаев.

Депутатам предложили высказаться. **«Вчера мы были свидетелями, когда президент сложил свои полномочия. Сегодня принял присягу Токаев. Сегодня все жители поддержали предложение акимата о переименовании проспекта Достык», – сказал депутат**

Его поддержали и другие народные избранники. **«Нами было внесено предложение переименовать проспект Достык. Я думаю, будет справедливо переименовать проспект в проспект Нурсултан Назарбаев», – сказал аким Уральска Мурат Мукаев.**

Депутаты единогласно проголосовали за переименование проспекта. Позже состоялась и 24-ая внеочередная сессия областного маслихата, где

также на обсуждение был выдвинут вопрос о переименовании главного проспекта города.

«Сегодня прошли общественные слушания и заседания общественного совета города Уральска, а также городская сессия маслихата. На повестке дня был поставлен вопрос о переименовании проспекта Достык на проспект имени Нурсултана Назарбаева. На всех заседаниях проголосовали единогласно. Выносим на рассмотрение сессии маслихата ЗКО вопрос переименования проспекта Достык на проспект имени Нурсултана Назар-

баева, – высказался аким ЗКО Алтай Кульгинов.

После чего все депутаты единогласно проголосовали за переименование проспекта.

Напомним, Касым-Жомарт Токаев на церемонии принятия присяги предложил переименовать столицу Казахстана в Нурсултан, а также назвать центральные улицы областных центров именем Нурсултана Назарбаева, который 19 марта принял решение сложить полномочия президента.

Полицейский выстрелил в сельчанина из травмата

Участковый стрелял по ногам мужчины в поселке Караоба Казталовского района.

Кристина КОБИНА

Как сообщили в пресс-службе департамента полиции ЗКО, пресечение противоправных действий произошло в общественном месте.

– 30-летний житель поселка Караоба Казталовского района оказал злостное неповиновение участковому инспектору полиции, ударил его в лицо и пытался повалить на землю. После чего участковый из закрепленного за ним травматического пистолета произвел два выстре-

ла в сторону, однако правонарушитель не реагировал и продолжал драку, далее он выстрелил ему по его ногам, – пояснили в ДП ЗКО. – В результате противоправные действия были пресечены.

Стоит отметить, что данный факт зарегистрирован по статье 380 ч.1 УК РК "Применение насилия в отношении представителя власти". Проводится служебное расследование. Прокуратурой района применение оружия признано правомерным.

Глаз повредили школьнику в драке

В уральской школе подрался ученики. Один подросток находится в больнице.

Как сообщили в управлении образования, 19 марта 2019 года в одной из школ Уральска произошла драка.

– Ученик 10 класса получил ушиб глаза, разрывая дерущихся. Пострадавшему в отделении офтальмологии сделана операция. Мальчик переведен в палату. Правоохранительными органами ведется следствие, – сообщили в ведомстве.

Между тем, в облздраве отказались комментировать ситуацию, сославшись на то, что пострадал несовершеннолетний.

Однако в пресс-службе департамента полиции ЗКО сообщили, что ученик 11 класса, находясь в кабинете, нанес телесные повреждения ученику 10 класса.

– В результате несовершеннолетний был госпитализирован в областную больницу г.Уральск. По данному факту начато досудебное расследование по ч.1 ст.106 УК "Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью". В соответствии со ст.201 УПК иные сведения не могут быть переданы гласности, – рассказали в пресс-службе полиции ЗКО.

ДАНА РАХМЕТОВА

Школьный автобус застрял в грязи

Чтобы вытащить автобус из грязи, пришлось вызывать автомашину "УАЗ".

Арайлым УСЕРБАЕВА

Как рассказали жители микрорайона Новостройка Деркульского сельского округа, в их населенном округе проживают около 400 человек. Школы в микрорайоне нет, и местным детям приходится ездить в СОШ №12, которая находится в поселке Селекционное.

– Наши детей возит школьный автобус. Каждое утро он заезжает в поселок за учениками. Наши дети вынуждены ждать его под открытым небом под дождем и снегом, в ветреную погоду и в морозы. Они мерзнут и мокнут, после чего еще и вынуждены ехать на занятия. Потом они болеют. Нет ни одного останочного павильона, никаких знаков, к тому же недалеко находится трансформатор. Мы обращались в акимат Деркульского поселкового округа, просили установить останочки. Но по сей день никаких результатов нет. Нам ответили, что просто не могут нам ничем помочь, – рассказала местная жительница.

Кроме этого, по словам жителей микрорайона, на днях школьный автобус не смог проехать по грязи и застрял прямо в поселке.

– По нашим улицам даже автобусы не могут проехать. Он застрял прямо в грязи. Пришлось вызывать дополнительную



технику, чтобы его вытащить, – возмутились жители микрорайона.

В пресс-службе акима города заявили, что данный вопрос находится на контроле.

– На отчетной встрече акима города

с жителями Деркульского поселкового округа горожане уже озвучили эту проблему. В данный момент установка останочных павильонов находится на контроле. При наступлении благоприятных погодных условий останочные пави-

льоны будут установлены в поселке Новостройка, – сообщили в пресс-службе акима города.

Скриншот с видео



В Уральске сносят рынок "Султан"

Сейчас на рынке «Султан» проводят демонтаж металлических конструкций. В городском отделе предпринимательства сообщили, что торговцам предоставят новые места.

Руслан АЛИМОВ

Рынок «Султан», находящийся на проспекте Евразия, функционировал более 20 лет. Местные жители говорят, что уже привыкли покупать продукты здесь. – Мне очень грустно, что этого рынка больше не будет. Мы знаем этих продавцов долгие годы. Они привозят продукты из поселков. Все свежее, домашнее. В магазинах продукты стоят дорожке, да и качество оставляет желать лучшего, – говорит Лариса Бобряшова. В городском отделе предпринимательства проинформировали, что вместо изживших себя базаров и рынков должны появляться современные торговые дома и павильоны. И работа это уже ведется в течение нескольких лет.

– На месте рынка «Султан» будет строиться пятиэтажный жилой дом. Продавцы смогут получить торговые места в здании бывшего таксомоторного парка, который расположен почти напротив. Там сейчас идет ремонт. Мы провели переговоры с руководством рынка. Арендная плата останется той же, – отметил руководитель отдела предпринимательства г. Уральска Исатай Джазыкбаев. Сейчас в Уральске функционируют 24 торговых рынка (10 продовольственных и 14 непродовольственных). – Два рынка прошли модернизацию, не меняя целевое назначение земельного участка – это «Аюкол» и Калау». Пять рынков проводят поэтапную модернизацию («Мирлан», «Золотая чаша», «Алтын алма», «Кайнар» и «Султан»). Остальные 14 рынков запланировали провести модернизацию с 2020 по 2025 годы, – рассказал Исатай Джазыкбаев. Стоит отметить, что с 2015 года неор-

ганизованные и нестационарные рынки должны исчезнуть.

Фото автора

– На месте рынка «Султан» будет строиться пятиэтажный жилой дом. Продавцы смогут получить торговые места в здании бывшего таксомоторного парка, который расположен почти напротив. Там сейчас идет ремонт. Мы провели переговоры с руководством рынка. Арендная плата останется той же, – отметил руководитель отдела предпринимательства г. Уральска Исатай Джазыкбаев.

ЗКО проверили на готовность к паводковому периоду

25 марта в Уральске с официальным визитом побывал заместитель премьер – министра Казахстана Женис Касымбек.

Кристина КОБИНА

Ответ перед заместителем премьер – министра держал руководитель департамента ЧС по ЗКО Жасулан Джумашев. По словам Жасулана Джумашева, из города за зимний период было вывезено более одного миллиона кубометров снега, а по области – 1,4 миллиона кубометров снега. – Снега было очень много в этом году, в 3,5 раза больше выпало в северных районах, в 1,5 – 2 раза в южных районах. В настоящее время ведутся работы по разрушению ледового покрытия и откачке воды, – отметил Жасулан Джумашев. – Последние большие паводки были в 2011 году. Тогда были затоплены район Байтерек, Таскалинский район и пригород Уральска. Тогда было спасено 619 человек. В этом году именно эти районы остаются в зоне опасности. Если мы в прошлом году ставили 87 населенных пунктов в зоне риска, сейчас у нас осталось 20 населенных пунктов. Все населенные пункты находятся в русле реки Деркул и Чаган. Прогнозы по этому году: за счет таяния снега стоки и влагозапасы в русле рек Деркул и Чаган увеличиваются. Мы провели прорезные работы, лед потихоньку спускаем вниз. Мы сперва проведем паводок по реке Деркул, далее вода пойдет в Чаган. Сейчас у нас Чаган в нижнем течении втекает в Урал, свободный ото льда. После этого пропустим воду с Чагана в Урал, затем будем заниматься вопросами по реке Урал, Большой и Малый Узень. Стоит отметить, что в этом году в Саратовской области выпало большое количество осадков. – Совместно с «Казгидрометом» у нас есть постоянные маршруты, по которым мы проводим исследования. Между тем, в этом году идет активное таяние снега, и к тому же активное впитывание. 43% снега осталось на территории области. Значит, Бокейординский, Жангалинский, Караттобинский, половина Сыртынского и Аюкбайского, Жанибекского и Казаталовского районов, все южные части области свободны от снега, осталось только в оврагах и низинах, – пояснил Жасулан Джумашев. В этом году уже было откачено более 40 тысяч кубометров воды. – Но дело в том, что есть места в городе Уральске и пригородных районах, где некуда сбрасывать воду, и у нас есть 32 единицы вакуумных машин, которыми



мы выкачиваем и вывозим воду, – рассказал руководитель ДЧС ЗКО. Также Джумашев сообщил, что в области есть районы, где есть опасность возникновения эпидемии туляремии. – Все противочумные службы, службы санэпидемстанции отработывают по колодцам и все акимы сельских округов по дератизации населенных пунктов, чтобы полевые мыши не прошли в населенные пункты. Обследование провели в 304 водных объектах, из которых на 19 бо-

дуд проведены мероприятия по обеззараживанию, то есть это все водоисточники, водозаборы, водоочистные сооружения, колодцы в населенных пунктах, – рассказал руководитель департамента. Аким города Мурат Мукаев добавил, что на сегодняшний день ведутся работы только по откачке вод. – Особо опасные подтапливаемые участки – это русло рек Урал и Чаган, там есть 165 садоводческих товариществ, 65 в зоне подтапливаемых участков, там про-

живает 14,5 тысячи человек. На сегодняшний день был сделан обход, ведутся разъяснительные работы с населением. Ежегодно заполнялось два полигона снегом, в этом году заполнено 6 полигонов и уже открыт 7 полигон, – отметил градоначальник. Аким ЗКО Алтай Кульгинов отметил, что из-за метели за зимний период трассы закрывали 119 раз.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

– Особо опасные подтапливаемые участки – это русло рек Урал и Чаган, там есть 165 садоводческих товариществ, 65 в зоне подтапливаемых участков, там проживает 14,5 тысячи человек. На сегодняшний день был сделан обход, ведутся разъяснительные работы с населением. Ежегодно заполнялось два полигона снегом, в этом году заполнено 6 полигонов и уже открыт 7 полигон, – отметил градоначальник.

Какие гарантии даёт Казахстан Назарбаеву после сложения президентских полномочий

Законы Казахстана гарантируют Первому Президенту Нурсултану Назарбаеву неприкосновенность.

Что остаётся в распоряжении Нурсултана Назарбаева после сложения полномочий Президента РК? На какое обеспечение он и его семья могут рассчитывать? Из каких источников будет финансироваться дальнейшая деятельность Назарбаева? InfoTbinfo.kz приводит информацию о том, что гарантируется ему после 20 марта 2019 года.

Нурсултан Назарбаев в статусе Первого Президента

За Нурсултаном Назарбаевым пожизненно закреплён политико – правовой статус Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы, который детально описан в Конституционном законе РК “О Первом Президенте Республики Казахстан – Елбасы”, который приводится на сайте Акорды (закон был принят в 2000 году, изменения вносились в 2010 и 2017 годах). Он обладает званием “Халық Қаһарманы” (“Народный герой”) и знаком особого отличия – Золотая звезда и орден “Отан”. Звание Елбасы было принято вместо звания Лидера Нации.

Первому Президенту Республики Казахстан – Елбасы в силу его исторической миссии пожизненно принадлежит право:

* обращаться к народу Казахстана, государственным органам и должностным лицам с инициативами по важнейшим вопросам государственного строительства, внутренней и внешней политики и безопасности страны, которые подлежат обязательному рассмотрению соответствующими государственными органами и должностными лицами;

* выступать перед Парламентом Республики Казахстан и его палатами, на заседаниях Правительства Республики при обсуждении важных для страны вопросов; возглавлять Ассамблею народа Казахстана; возглавлять Совет безопасности Республики Казахстан; входить в состав Конституционного совета Республики Казахстан.

“Разрабатываемые инициативы по основным направлениям внутренней и внешней политики государства согласовываются с Первым Президентом Республики Казахстан – Елбасы.

Воспрепятствование законной деятельности Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы, публичное оскор-



Никакие ограничения не могут быть наложены на частную собственность Нурсултана Назарбаева и членов его семьи, а также на имущество создаваемых ими юрлиц. Данный конституционный закон защищает банковскую тайну Назарбаева и членов его семьи. Это же касается и банковских счетов.

бление или иное посягательство на честь и достоинство Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы, а также оскорвление изображений Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы не допускаются и преследуются по закону”, – сообщает в тексте закона.

Неприкосновенность имущества и банковских счетов

Нурсултан Назарбаев в новом статусе обладает пожизненной неприкосновенностью и его нельзя привлечь к какой-либо ответственности

за действия, совершённые им во время исполнения полномочий главы государства. Это относится и к его действиям, связанным с деятельностью Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы. Иными словами, Назарбаева не могут арестовать, содержать под стражей, обыскивать, допрашивать, проводить с ним личный досмотр.

Неприкосновенным считается всё частное имущество, которое принадлежит Нурсултану Назарбаеву на праве Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы и совместно проживающим с ним членам его семьи. То же касается используемых ими жилых и служебных помещений, служебного транспорта, средств связи, переписки, при-

надлежащих им документам. Иммунитет неприкосновенности распространяется и на имущество, принадлежащее Фонду Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы и иным учреждаемым им юрлицам.

Нурсултану Назарбаеву обеспечена государственная охрана на всю жизнь. К этому обязывает тот же статус Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы. Обязанности по охране возлагаются на соответствующее подразделение Службы государственной охраны РК. Охрана будет осуществляться как в местах постоянного, так и в местах временного пребывания Назарбаева.

Касым-Жомарт Токаев вступил в должность президента Казахстана

Церемония началась в 12.00 по времени Астаны.



ДАНА РАХМЕТОВА

20 марта Касым-Жомарт Токаев принес присягу на совместном заседании палат Парламента Казахстана в здании Мажилиса.

– Торжественно клянусь верно служить народу Казахстана, строго следовать Конституции и законам Республики Казахстан, гарантировать права и свободы граждан,

добросовестно выполнять возложенные на меня высокие обязанности Президента Республики Казахстан, – произнес слова присяги Касым-Жомарт Токаев.

На церемонии также присутствуют первый президент республики Нурсултан Назарбаев, депутаты Парламента, судьи Верховного Суда, члены Правительства.

Фото с сайта Акорды

Напомним, 19 марта свои полномочия сложил президент Казахстана Нурсултан Назарбаев.

Представлена новая модель Corolla от «Тойота Центр Уральск»

Дилерский центр «Тойота-Центр Уральск» в честь праздника Наурыз совместно с «Toyota MotorKazakhstan» на площади Первого Президента презентовал новую модель Corolla 2019 года.

По словам генерального директора «Тойота Центр Уральск» Кайрата Есеналина, от первого и до нового двенадцатого поколения Corolla остается верной своей оригинальной концепции: высочайший уровень качества, долговечность, надежность и конечно, удовольствие от вождения. Таким и должен быть самый продаваемый автомобиль в мире!

— Toyota Corolla полностью обновлена, оснащена, укомплектована. Салон, кузов, оптика – совсем другая машина, чем была до этого. Модель автомобиля двенадцатого поколения построена на новой платформе Toyota NewGlobalArchitecture (TNGA), которая наделяет автомобиль превосходной динамикой в движении и высоким уровнем безопасности. Дизайнеры наделили седан стремительным силуэтом, – отметил Кайрат Есеналин.

Благодаря снижению на 10 мм центру тяжести, новой многорычковой задней подвеске (для всех версий), а также увеличенной на 60% жесткости кузова, ощущения от вождения автомобилем выйдут на новый уровень. Преимущество перед другими моделями – улучшенная обзорность благодаря узким передним стойкам и низкой линии передней панели и капота, а также более низкая посадка за рулем.

Передняя подвеска проверенной конструкции со стойками МакФерсон обеспечивает более линейный отклик на действия рулем при прохождении поворотов. Задняя многорычковая компактная компоновка получила пружины оригинальной конструкции, обеспечивающие стабильность в управлении при сохранении ездового комфорта. Трение в элементах передней и задней подвески снижено на 40%, что подняло плавность и комфорт в движении на новый уровень. Проектировщикам удалось снизить высокочастотные вибрации.

Toyota Corolla – престижный образ и стремительный силуэт. Новый седан с более низкой посадкой, автомобиль будет прижат к дороге. Выступающая вперед объемная решетка радиатора имеет спортивный облик.

Необычный дизайн задней части машины: хромированная планка соединяет задние блоки фонарей, тем самым визуально увеличивая ширину автомобиля, и, конечно же, размеры. Габаритная длина нового седана увеличена на 10 мм (4 630), прибавлена ширина на 5 мм (1 780), высота уменьшена на 50 мм (1 435), что позволило снизить центр тяжести автомобиля и визуально усилить динамичный

дизайн, без потери для полезного пространства пассажиров. Цветовая гамма разнообразна. Ориентируясь на современную аудиторию для кузова предусмотрено девять цветов, в основном серый, белый жемчуг и черный. По заказу можно приобрести автомобиль красного и других цветов.

Коробка – автомат, знаменитый бензиновый четырехцилиндровый атмосферный двигатель объемом 1,6 литра – экономичная и маневровая. Семейство моторов 1ZR-FE клиенты оценили за долговечность и надежность.

Двигатель оснащен системой изменения фаз газораспределения (Dual VVT-), улучшающей показатели эффективности, экономичности и токсичности. Максимальная мощность мотора составляет 122 л.с. при 6000 оборотах коленвала и 157 Нм крутящего момента при 5200 об/мин. На выбор доступны две трансмиссии – механическая на шесть ступеней или экономичный вариатор Multidrive S.

Перед нами полностью новый дизайн салона. Использование платформы TNGA позволило опустить нижнюю кромку ветрового стекла на 40 мм, а также уменьшить общую высоту передней панели, придав ей исключительно элегантную и легкую форму. Сиденья установлены на 25 мм ниже, что позволило более естественную посадку, больше пространства в салоне, недостижимый уровень обзорности и высокий уровень комфорта.



Самое же расстояние между спинками передних и задних сидений увеличено на 48 мм, это лучший показатель для ног задних пассажиров. Сиденья обтягиваются либо тканью, либо сочетанием кожа/ткань. Объем багажника увеличен на 18 литров и стал 470 л.

Новая модель Corolla имеет следующее оснащение: светодиодные ходовые огни, боковые зеркала с электроприводом и обогревом, головное освещение с функцией автоматического отключения, подогрев передних



сидений, полноразмерная запаска, система мониторинга давления в шинах, регулировка руля по вылету и наклону, USB-слот и Bluetooth-подключение. За безопасность отвечают: ABS, система курсовой устойчивости, ассистент помощи при старте на подъеме (HAC), 4 подушки безопасности (в топовых версиях 6 подушек безопасности), а также система вызова экстренных служб.

Имеются также колесные диски на 16 и 17 (впервые на модели) дюймов, полностью светодиодная передняя/задняя оптика (включая передние противотуманные фары), подогрев (передних/задних сидений, руля, зоны парковки дворников), доступ без

томобилля варьируется от 7 730 000 тенге и выше.

Наравне с Toyota Corolla в конце прошлого года Toyota выпустила новую модель C-HR, которая также присутствовала на выставке. Это более усовершенствованная машина, особенно для молодежи нашего города. Поэтому неудивительно, что уже было продано несколько автомобилей, и их владельцами стали девушки от 18 до 25 лет.

Новая модель Toyota Corolla очень понравилась многим уральцам, которые желали заглянуть под капот, посидеть в салоне, чтобы оценить комфорт и технические характеристики. И надо отметить, что они были удовлетворены представленным автомобилем и поделились мнением, что с удовольствием бы его приобрели!

— Просто замечательно, что «Тойота Центр» проводит такие выставки на всех мероприятиях, где можно познакомиться с новинками. Здесь всегда большой выбор и есть на что посмотреть. Я как раз продавал свой автомобиль и ищу что-то новое. Возможно, приобрету вот эту, в молодежном стиле, – говорит Александр.

К тому же все гости угостились национальной кухней и, конечно же, испили праздничного напитка и съели еще теплый баурсак.

В общем, знакомство с автомобилями прошло на ура. А вообще каждый любитель автомобилей «Тойота» может подъехать в «Тойота Центр Уральск» и лично сесть за руль и протестировать машину.

Так что, дерзайте. Только права не забудьте!

Мы ждем вас по адресу: пр. Евразия, 246/6, тел.: 8 (7112) 30-77-77



Как уральцы отпраздновали Наурыз

Концерт, приуроченный к празднованию Наурыза, состоялся 21 марта в 19.00 на площади имени Первого Президента.

Кристина КОБИНА

Концертная программа к празднованию Наурыза началась в 19.00. Жители города охотно фотографировались на фоне установленных юрт. Кроме того, для гостей была организована выставка, где можно было отведать казахские национальные угощения: наурыз-коже и бауырсаки. Многие жители пришли отпраздновать Наурыз в традиционных национальных костюмах.

По словам художественного руководителя Дома культуры молодежи Кенжегуль Ахметовой, концерт на площади имени Первого Президента приурочен к празднованию Наурыза.

— Вечерняя концертная программа будет без театрализации, так как театрализация была с утра. Тут у нас выступают солисты Дома культуры молодежи, Областной филармонии имени Гарифуллы Курмангалиева и из молодежного творческого центра. Также в концерте принимает участие танцевальный коллектив «Салтанат» при Доме культуры молодежи. Организаторами сегодняшнего вечера являются отдел культуры и развития и языков города Уральска, – отметила Кенжегуль Ахметова.

Между тем, Кенжегуль Ахметова рассказала, что Наурыз национальный казахский праздник, который уже принято считать Новым годом.

— 22 марта – это день весеннего равноденствия. По сложившимся обычаям казахского народа в этот день люди должны прощать друг друга. Потом в каждой семье нашего города накрывается дастархан с национальными блюдами. И весь день мы ходим друг к другу в гости, где показываем исконно национальные казахские традиции, так и отмечаем этот праздник, – пояснила художественный руководитель Дома культуры молодежи.

Стоит отметить, что празднование Наурыза мейрамы продолжились уже 23 марта в парке культуры и отдыха.

Гости охотно фотографировались с девушками в национальных костюмах. Также для жителей города были приготовлены бесплатные угощения, все желающие могли попробовать национальные блюда наурыз-коже, и угоститься бауырсаки, которые готовились там же.

По словам художественного руководителя культурно-просветительного объединения города Уральск Ларисы Григорьевой, они являются организаторами концертной программы, которая прод-



литься 1,5 часа.

— Я от всей души поздравляю с долгожданным весенним праздником Наурыз. Сегодня в парке как, в принципе, каждый год горожан ждет концертная развлекательная программа, которую подготовили работники городского культурно-просветительного объединения. Для жителей нашего города будут танцы, игры, спортивные состязания, и за активное участие их ждут небольшие памя-

тные сувениры, – отметила Лариса Григорьевая.

Жительница города Уральск Диана Кабесова рассказала, что на концерт пришла всей семьей.

— Пришла с мужем, пятилетним сыном Даулетом и трехлетней дочерью Динарой. Мы несомненно ждем таких праздников, чтобы хорошо провести время, отдохнуть. Было приятно, что для гостей парка подготовили угощения, – отметила девушка.

СКИДКИ ВЫХОДНОГО ДНЯ на бензин от сети АЗС «VepOil»

г. Уральск, промзона Желаетово, 14/1 тел.: 8 7112 933 632

Zhas Project

АРМАНДАЙ! УСЫН! ІСКЕ АСЫР!

МЕЧТАЙ! ПРЕДЛАГАЙ! ВОПЛОЩАЙ!

ОҚЫТУ ЖӘНЕ ШӘКІРТАҚЫ 40 888 1 60 888 7

МЕНТОРДЫҢ ҚОЛДАУЫ

ПОДДЕРЖКА МЕНТОРА

ГРАНТКА МІ ВОЛ 1000 000 ПОЛУЧИ ГРАНТ

ОБУЧЕНИЕ И СТИПЕНДИЯ 40 338 1 66 000 8

www.zhasproject.kz

ҚОНЫРАУ ТЕГІН 8 800 080 15 20 ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ

Как описываются машины в рекламных проспектах? «Волнующие», «шофёрские», «изысканные», «традиционные», «обтекаемой формы». Прямо не знаешь, куда их вести – в гараж или в номер отеля.

513 598

ТОО «СТРОЙБАТ»

ЦЕНТР СТРОИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ

СТРОИТЕЛЬНЫЕ ПЛЕНКИ, ГЕОТЕКСТИЛЬ, ПЕНОФОЛ, ПОДЛОЖКА, ПАРО-, ВЕТРО, ГИДРОИЗОЛЯЦИЯ

СТРОИТЕЛЬНЫЕ ПЛЕНКИ:

- ИЗОВЕК АМ (70 КВ.М/РУЛ)
- ИЗОВЕК Д (70КВ.М/РУЛ)
- ИЗОВЕК А ЭНО (70 КВ.М/РУЛ)
- ИЗОВЕК В ЭНО (70 КВ.М/РУЛ)
- ИЗОВЕК С ЭНО (70 КВ.М/РУЛ)
- ИЗОВЕК D ЭНО (70 КВ.М/РУЛ)

ДВП 3,2x2745x1700

ДСП 2500x1830x16

Фанера сорт 4/4 1525x1525x4-20мм

Плита OSB 2500x1250x9-12мм

ОПТОМ И В РОЗНИЦУ

г. Уральск, ул. Джаныбекская ,17 8 7112 28 30 33

г. Аксай, р-н Промзона 8 71123 934 27

Оптовые продажи: 8 7112 28 30 35, +7 785 790 90 38 tauekel-opt@mail.ru

МИЛОСЕРДИЕ



Маленькой Балаусе нужна помощь

Ребенок редким заболеванием целиакия, из-за которой она не может есть обычную еду. Несколько раз в год семья возит Балаусу Медет на курс реабилитации в Самару.

Заработка отца семейства хватает только на ежедневные продукты и оплату комуслуг, поскольку семья многодетная. Балауса страдает редким заболеванием целиакия (мультифакторальное заболевание, нарушение пищеварения, вызванное повреждением ворсинок тонкой кишки некоторыми пищевыми продуктами, содержащими глютен – прим. автора). Из-за этого заболевания она не может есть обычную еду. Балауса должна соблюдать безглютеновую диету. Продукты без глютена семья заказывает из Алматы и стоят они недешево. К тому же девочка страдает задержкой психического развития и у нее диагностирована гидроцефалия головного мозга.

Нужно отметить, что в семье семеро детей. Трое из них уже ходят в школу. Муж Ботагаз летом потерял работу, подрабатывал на калмыках. Сейчас он снова устроился на работу.

Kazkom 5578 3427 1723 0095
ИИН 850623351503.
Халык банк 4390878218355443
Киви-кошелек 87058218568
ИИН 851124451381
Номер Ботагаз 8 707 821 85 68



Хочу учиться на врача

– **Здравствуйте. Сейчас везде стелкиваемся с вопросом нехватки специалистов в сфере медицины. Я сам закончил Западно-Казахстанский медицинский колледж в 2013 году. В данный момент работаю в этой сфере. Я не раз сдавал тест, чтобы поступить в медицинский институт и продолжить свою учебу, но, увы, я не набрал необходимых баллов. Недавно услышал, что есть гранты, которые предоставляет акимат для таких как я. Если такое возможно, то я бы хотел дальше продолжить свою учебу и работать в любом районе ЗКО.**

– Присуждение образовательного гранта для оплаты высшего образования за счет средств местного бюджета проводится в соответствии с Постановлением Правительства Республики Казахстан от 23 января 2008 года N 58 «Об утверждении Правил присуждения образовательного гранта для опла-

ты высшего образования». Конкурс по присуждению образовательных грантов проводится конкурсной комиссией, созданной при акимате области. Заявления для участия в конкурсе на присуждение образовательных грантов за счет средств местного бюджета принимаются с 5 по 10 августа. Заседания конкурсной комиссии проводятся в период с 11 по 15 августа. Образовательные гранты за счет средств местного бюджета присуждаются на конкурсной основе с учетом потребности региона в кадрах для обучения в ВУЗах по конкретным специальностям, языковым отделениям и формам обучения в соответствии с баллами сертификатов по результатам ЕНТ или КТ согласно очередности специальностей, заявленных абитуриентами, с выдачей свидетельства о присуждении образовательного гранта. Для участия в конкурсе на присуждение образовательного гранта Вы должны подать в приемную комиссию ВУЗа заявление на бланке установленного образца, документ об образовании (подлинник),

сертификат ЕНТ или КТ, две фотокарточки размером 3 x 4, медицинскую справку по форме 086-У, а также копию документа, удостоверяющего личность. Лица, имеющие документы об образовании организаций образования, реализующих образовательные программы технического и профессионального, послесреднего образования, подтвердившие квалификацию и имеющие стаж работы по специальности не менее одного года, дополнительно подают один из следующих документов: 1) трудовую книжку; 2) послужной список (перечень сведений о работе, трудовой деятельности работника), подписанный работодателем, заверенный печатью организации (при ее наличии); 3) архивную справку, содержащую сведения о трудовой деятельности работника, а также выписку из единого накопительного пенсионного фонда о перечисленных обязательных пенсионных взносах и сведения из Государственного фонда социального страхования. – ответили в управлении образования ЗКО.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ В УРАЛЬСКЕ С 27 ПО 2 АПРЕЛЯ

Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	Понедельник	Вторник
☀️ 27.03	☀️ 28.03	☁️ 29.03	☀️ 30.03	☀️ 31.03	☁️ 01.04	☀️ 02.04
днем +5° ночью 0°	днем +3° ночью -5°	днем +1° ночью -2°	днем +3° ночью -4°	днем +3° ночью -8°	днем +3° ночью -6°	днем +5° ночью -1°

Источник: gismeteo.ru

МИЛОСЕРДИЕ



6-летняя Даяна нуждается в помощи

У Даяны Бауржан ДЦП атонико-атактический синдром, задержка психико-речевого моторного развития и частичная атрофия зрительных нервов.

Из-за тяжелой болезни девочка страдает задержкой психико-речевого моторного развития. Даяна не может долго ходить, не умеет разговаривать и самостоятельно есть.

Как рассказала мама девочки Ульяна МАХМЕТОВА, Даяна прошла несколько реабилитационных курсов в клинике Оренбурга, после которых у девочки наблюдаются значительные улучшения. Теперь, по многоочередным рекомендациям, семья решила вести Даяну в физкультурно-оздоровительный центр "Потенциал" в Оренбурге, где обещают еще более заметные улучшения. Однако собрать необходимую сумму самостоятельно семья просто не в силах.

– Курс лечения назначен на 25 марта 2019 года. Перерыв между первым и вторым курсом лечения не должен превышать восемь недель. Стоимость второго курса лечения составляет 400 тысяч тенге. На данный момент нам удалось собрать 52 тысячи тенге. За оставшееся время мы должны собрать еще 347 тысяч тенге. Самим нам не под силу собрать сумму для лечения дочери. Работает один супруг, я дома с детьми. У нас есть еще младший сын. Ему полтора года. Мы все в кредитах, которые брали на лечение дочери. Помогать нам некому. Я очень хочу, чтобы моя дочь выздоровела и стала самостоятельной и полноценной девочкой, хочу увидеть, как она играет со своими сверстниками, как ходит в школу, познает мир. Единственная надежда на добрых людей. Поддержите нас в трудную минуту, – обращается мама Даяны.

Все, кто желает помочь Даяне может перевести средства на следующие реквизиты:
Kaspi Gold : 5169 4931 7189 1313
HALYK BANK :
KZ31601002005869364
QIWI кошелёк: 87770612514
Карта Российского Сбербанка по номеру телефона: 8 967 133 95 19
Вы также можете позвонить по телефону 8 777 061 25 14 Ульяне Махметовой.

Благоустройте нам двор

– **Здравствуйте. Я живу в доме по ул.Жунисова, 178. Возможно ли включить наш дом в программу благоустройства дворов и сделать ПСД? У нас один двор на три дома – это Евразия, 49 и Жунисова, 178 и 180.**

– Мария

– В настоящее время производятся работы по благоустройству дворовой территории ул.Жунисова, 178 не представляется возможным из-за отсутствия проектно-сметной документации. Данная дворовая территория является приоритетной в определении переч-

ня благоустраиваемых территории. При определении конкретного списка благоустраиваемых дворов будет рассмотрен вопрос о включении в план по разработке проектно-сметной документации, – ответили в ЖКХ г.Уральск.

Сделайте нам дорогу

– **От лица всех дачников Телецентра, когда начнется строительство дороги до старого птичника. У нас ходит городской маршрут, а дорог до сих пор нет. Дети ходят в школу по грязи, машины приносят в город грязь. От улицы Сдыкова до старого птичника всего 1 км, для городского бюджета это копейки. Помогите нам.**

– Руслан

– Указанные Вами дороги дачи Телецентра от улицы Сдыкова до старого птичника в г.Уральск не входит в план благоустройства города на 2019 год. При планировании дорожно-строительных работ в первую очередь охватываются центральные магистральные улицы города, улицы по которым осуществляется движение общественного транспорта, улицы на которых расположены

социальные объекты, (школы, детские сады, поликлиники и т.д.) а также улицы с большим транспортным потоком. В случае несогласия с принятым решением Вы имеете право обжаловать его в соответствии со ст.12 Закона РК № 221 от 12.01.2007 «О порядке рассмотрения обращений физических и юридических лиц», – ответили в ЖКХ г.Уральск.



Машины летят как в степи

– **Здравствуйте! От остановки Молодежной до Саратовской трассы по прямой дороге по ул.Монкеулы нет ни дорожных знаков, ни пешеходных указателей, ни лежачего полицейского. Никаких ограничений о скорости. Наши дети и старики ходят в магазин рядом, а машины летят**

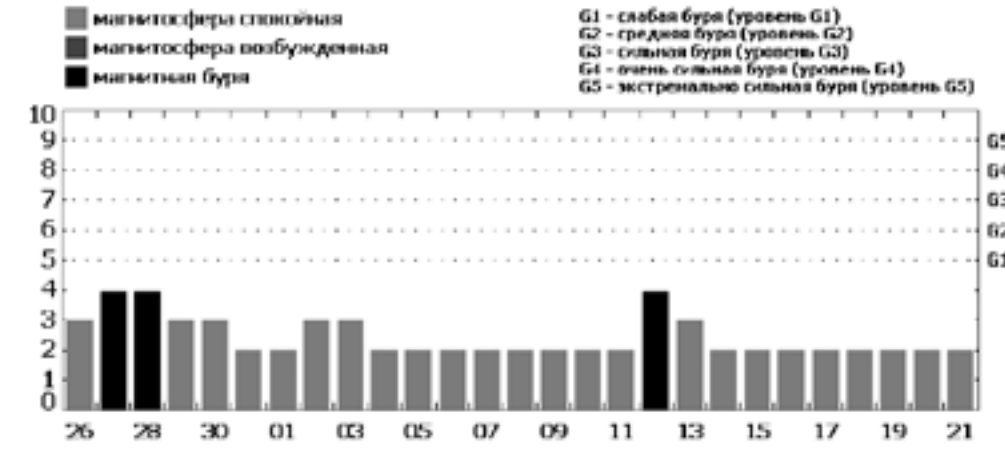
как будто в степи едут. Пожалуйста, примите меры во избежание наезда на пешеходов.

– Жители Зачаганска

– Бюджетные средства выделенные на 2018 год по ТСРДД (технические средства регулирования дорожного

движения) были освоены согласно запланированному плану, выполнить данные работы в текущем году не представляется возможным. Однако при финансировании в 2019 году на обслуживание ТСРДД, Ваше предложение будет рассмотрено, – ответили в акимате Уральска.

РАСПИСАНИЕ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 26 МАРТА ПО 21 АПРЕЛЯ



Расписание обновляется каждую неделю. Источник: tesis.ru

По рубрике дежурила **Кристина КОБИНА.** На этой неделе в среду, 27 марта, ваши вопросы будет принимать **Арайлым УСЕРБАЕВА** по номеру телефона в редакции: 51-39-97.

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

КАК АКМОЛИНСК ПРЕВРАТИЛСЯ В НУР-СУЛТАН



Бозок (VIII–XVIII века)

Археолог Кемаль Акишев в 1998 году нашёл древнее городище в пяти км от столицы Казахстана. Изначально он хотел назвать его Ажолк. Но потом в письменных источниках по истории тюрков-огузов обнаружил топоним Бузукты, сохранившийся в названии озера. Поэтому городище назвали Бузук.

Как сообщает портал e-history.kz, в процессе обсуждения смысла, вложенного в название местности, Первый Президент Казахстана Нурсултан Назарбаев и Кемаль Акишев пришли к мнению, что название Бозок (Светлая стрела) будет лучшим.



Целиноград (1961–1992 годы)

В 1961 году город со сотысячным населением был переименован в Целиноград – как центр всеобъемлющего освоения целины. Постановлением Пленума ЦК КПСС "О дальнейшем увеличении производства зерна в стране и об

освоении целинных и залежных земель" было решено освоить в Казахстане 1,3 млн га земли. В город эшелонами прибывала молодёжь, в это же время начались масштабные строительные работы.



Акмолинск (1832–1961 годы)

После включения казахских земель в состав Российской империи Николай I в 1832 году санкционировал открытие Акмолинского округа. Он получил название "по имени знатнейшего урочища на занимаемых оным землях".

Крепость основал русский полковник Фёдор Шубин для защиты южных границ казахских степей от джунгар. В 1862 году селение Акмола получило статус города.

Население Акмолинска насчитывало немногим более 2000 человек. История происхождения названия имеет несколько объяснений. Наиболее интересным является буквальный перевод слова "Акмола" – "белая могила". В то время через Акмолу шли караванные пути, и зачастую джунгары совершали набеги. К 1915 году в населённом пункте, возникшем на месте крепости, проживало около 19 тысяч человек.



Акмола (1992–1998 годы)

В 1992 году городу возвращают название Акмола. Его население составляло около 300 тысяч человек.

"Без учёта мнения населения и местных органов была упразднена существовавшая с 14 октября 1939 года Акмолинская область и восстановлена в прежних границах под наименованием Целиноградская область, а город Акмолинск, существовавший с 1832 года, переименован в город Целиноград", – говорится в

постановлении председателя Верховного Совета РК Серикболсына Абдильдина.

В документе указывается, что для восстановления исторических наименований президиум Верховного Совета РК отменил указ президиума Верховного Совета Казахской ССР от 20 марта 1961 года "О переименовании города Акмолинска Целиноградская область в город Целиноград" и восстановил прежнее название населённого пункта.

История переименований столицы Казахстана.

Город пять раз менял своё название, и каждый раз это изменение было связано со значительными событиями в его истории.

Ещё спустя два года, 6 июля 1994 года, Нурсултан Назарбаев принял решение о переносе столицы из Алматы в Акмолу.

"Уже в 1992 году, во время одной из своих рабочих поездок в Акмолу у меня возникла мысль о переносе столицы. Проект новой столицы Казахстана появился неслучайно. С обретением независимости возникла новая государственная реальность, которая требовала адекватных форм", – пишет Нурсултан Назарбаев в своей книге "Эра независимости".

Он учитывал географические, природно-климатические, социально-экономические, военно-стратегические факторы, а также перспективы транспортной и инженерной инфраструктуры, возможности строительного, демографического, научного и культурного роста.

Комплексный анализ вывел в конечном счёте на первое место Акмолу. Город выгодно отличался и от Алматы, и от прочих городов-кандидатов. Удачным

было географическое положение Акмолы, располагавшейся на пересечении крупных транспортных артерий.

"Перенос столицы на новое место должен был способствовать обновлению политико-административной элиты страны. Приход во власть молодой политической бюрократии, не обременённой прежними стереотипами, неизбежно придаст бы мощный импульс развитию обновлённой системы государственного и административного управления во всей республике", – отметил Первый Президент.

Первым из госучреждений переехало Министерство транспорта. В городе начался строительный бум, резко подскочили цены на жильё. Если в марте-апреле 1997 года, по данным областного управления по оценке и регистрации недвижимости, средняя цена за квадратный метр составляла 150 долларов, то в июле уже она достигла 250–300 долларов.



Нур-Султан (2019 год)

20 марта, когда Касым-Жомарт Токаев вступил в должность президента, одним из первых его предложений было переименовать Астану в Нурсултан.

"Считаю необходимым увековечить имя нашего великого современника следующим образом. Наша столица должна носить имя нашего Президента и называться Нурсултан", – сказал он на инаугурации.

Этот вопрос в тот же день обсудили на совместном заседании палат Парламента, и все депутаты в первом чтении единогласно поддержали переименование столицы Казахстана.

Депутаты стличного мажлисата на внеочередной сессии единогласно поддержали инициативу по переименованию Астаны, но предложили новый вариант: "Нур-Султан".

"К нам поступают письма от жителей города в поддержку этой инициативы. Сегодня в социальных сетях мне пришло письмо. Один из жителей столицы написал, что новое название столицы станет началом новых побед города. Он так и сказал: "Сильное имя Нурсултан". Недаром у казахов говорят: "Ардақты есім – аспаннан да ас?" ("Почётное имя – выше небес")", – сказал аким Астаны Бахыт Султанов.

Он заключил, что переименование Астаны в честь Нурсултана Назарбаева подчеркнёт величие его политической мудрости и исторической миссии для всех будущих поколений казахстанцев.

То, что столица РК носит название "Астана", было прописано в Конституции, поэтому нужно было внести поправки в основную закон страны.

"В соответствии с Конституцией Правительство внесло предложение прези-

денту Казахстана провести республиканский референдум для внесения поправки в Конституцию. Президент принял решение направить предложение на рассмотрение Парламента без вынесения на референдум. Конституционный совет дал положительное заключение по этому вопросу", – сообщил спикер Мажилиса Нурлан Нигматуллин.

В этот же день Парламент Казахстана принял законодательные поправки в Конституцию относительно переименования Астаны.

Маслихат и городская ономастическая комиссия одобрили предложение о переименовании города, как и республиканская ономастическая комиссия. Аким столицы Бахыт Султанов пояснил, что жители города Нур-Султан будут по-прежнему называть "астанчанами".

23 марта Конституционный совет РК рассмотрел обращение Касым-Жомарта Токаева о переименовании столицы. Совет решил, что замена слова "Астана" на "Нур-Султан" связана с признанием исторической роли и увековечиванием заслуг Первого Президента Республики Казахстан перед народом. Она не затрагивает вопросы независимости государства, территориальной целостности, формы её правления, а также основополагающие принципы деятельности Республики, заложенные основателем независимого Казахстана, Первым Президентом Республики Казахстан – Елбасы, и не противоречит Конституции.

Президент Казахстана Касым-Жомарт Токаев 23 марта подписал закон, заменяющий в Конституции Астану на "Нур-Султан".

ВОПРОС - ОТВЕТ

– Чем могут быть опасны средства с нифедином, которыми лечат гипертонию?
– Юлия

Отвечает врач-терапевт, доктор медицинских наук Юрий Беленков:

Вещество нифедин, которое используется для лечения высокого давления (артериальной гипертензии) и стенокардии (одной из форм ишемической болезни сердца), может приводить к внезапной остановке сердца. Результаты исследования были представлены на ежегодном конгрессе Европейской ассоциации сердечно-сосудистых заболеваний, проходящем с 17 по 19 марта 2019 года в Лиссабоне. Как отмечается в исследовании, по статистике внезапная остановка сердца приводит примерно к половине смертей от болезней сердца и становится причиной каждой пятой естественной смерти в Европе.

Еще 20 лет тому назад были серьезные научные дискуссии по поводу того, что антагонисты кальция короткого действия (к которым относится и нифедин) имеют много побочных эффектов: практически все они вызывают отеки лодыжек, многие из них провоцируют тахикардию, учащенное сердцебиение. Исследования показали, что такие препараты применяться не должны.

– Что может быть причиной кожного зуда?
– Даниил

Отвечает ведущий программы «О самом главном», отвечает на вопросы наших читателей о здоровье, доктор Сергей Агапкин:

Зуд возникает по многим причинам – аллергической реакции, контактного дерматита, патологии печени, почечной недостаточности, паразитарной инвазии кишечника. Однако кожа может зудеть из-за несоблюдения правил гигиены, сухости воздуха в помещении или длительного перегрева кожи. Начинать обследование нужно с дерматолога.

– Какие средства помогут избавиться от псориаза и дерматита?
– Лариса

Отвечает преподаватель Пятигорской государственной фармацевтической академии, профессор Валерий Мелик-Гусейнов:

При аллергии сок алоэ наносят тонким слоем на пораженные участки кожи 2–3 раза в сутки и накрывают марлевой повязкой. Ванна из отвара корня валерианы: полную горсть сырья заливают 1 л кипятка, отваривают 5 минут, настаивают и охлаждают. Продолжительность приема ванны – 15 минут. Ванна успокаивает, снимает кожный зуд.

При диатезах и дерматитах готовят отвар: 4–5 ст. ложек коры дуба заливают 0,5 л воды. Отвар нагревают на водяной бане или кипятят на медленном огне в течение 10–15 минут, затем процеживают.

Осторожно, весенние простуды!

Весенний сырой воздух и плюсовая температура «нравятся» вирусам больше, чем зимний мороз. Если прибавить к этому ослабленный иммунитет, перепады температуры и переохлаждения из-за нашего стремления побыстрее сбросить тяжелую зимнюю одежду, то возникнут идеальные условия для инфекций.

Высокая влажность и резкие колебания температуры плохо отражаются на нашем самочувствии, а для вирусов, которые вызывают острые респираторные заболевания, это прекрасные условия для распространения. Поэтому заболеть весной даже проще, чем зимой. Причин всплеска инфекционных заболеваний в весенний период множество. Самой распространенной является истощение защитных сил организма. Иммунная система человека сильно ослаблена из-за дефицита витаминов, поэтому противостоять вирусам ей гораздо сложнее.

Профилактические меры

1. Следите за питанием. В сезон простуды в свой рацион следует добавить продукты, содержащие витамины А, С, Е. Это могут быть любые цитрусовые, киви, зеленый перец, капуста брокколи, квашеная капуста, настой шиповника.

ка. Не забывайте о «кисломолочке». Она поддержит микрофлору кишечника, что очень важно для усиления иммунной защиты.

2. Носите одежду по сезону. Беспечность может сильно навредить вашему организму – переохлаждение чревато возникновением простуды.

3. Соблюдайте правила индивидуальной гигиены, это поможет сохранить здоровье на протяжении всего весеннего периода. Гигиенические профилактические меры необходимо соблюдать не только на улице, но и в помещении, в котором вы находитесь: помогут проветривание, влажная уборка, дезинфекция воздуха, защитная маска.

4. Не забывайте о физнагрузках. Регулярные занятия спортом повышают сопротивляемость организма к различным заболеваниям. Благодаря умеренным физическим нагрузкам можно значительно снизить частоту заболеваний.

5. Щадящее закаливание в помощь. Обтирание холодной водой и контрастным душем порой действуют лучше, чем дорогостоящие иммуностимуляторы.

6. В период, когда организм осла-

блен, витаминов, которые поступают с продуктами, бывает недостаточно, поэтому важно включать в свой рацион витаминные комплексы, которые поддержат организм в борьбе с вирусами.


Что делать, если заболели

1. Источник вирусной инфекции – человек, это значит, что заболевший представляет опасность для здоровых людей. В среднем один больной человек может заразить около пяти человек, поэтому в период болезни лучше оставаться дома и не заражать своих коллег.

2. Не занимайтесь самолечением. ОРВИ опасно осложнениями, поэтому обратитесь к специалисту, который пропишет необходимые препараты.

3. Высыпайтесь. Во сне организм накапливает силы для борьбы с недугом, поэтому полноценный сон принесет вам пользу.

4. Обильное питье. Лучшим выбором станут брусничные и клюквенные соки, минеральная вода.

Лицензия ЛР0057601 №0181055 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО. 

Дағдарыс жағдайы туындады ма? Отбасыңызда, жұмыста қиындықтарға тап болдыңыз ба? Кез келген жағдайда шешім табуға болады! Психологиялық көмек «Сенім телефоны»

8 (7112) 53-74-74
8 (778) 907- 99- 81

Кризисная ситуация? Проблемы в семье, на работе? Выход есть всегда! Психологическая помощь «Телефон доверия»

8 (7112) 53-74-74
8 (778) 9079981

ТОО «Медицинский центр»

1. Компьютерная томография. Магнитно-резонансная томография тел.: 53-69-01

2. Стационарное лечение в следующих отделениях: хирургическое и урологическое, гинекологическое, терапевтическое, неврологическое, офтальмологическое и ЛОР-отделение.

3. Соляная шахта

- Улучшает состояние кожи
- Помогает при юношеской угревой сыпи, аллергических проявлениях, экземах, дерматитах и даже псориазе в стадии ремиссии.
- Укрепляет нервную систему, улучшает сон, снимает стресс.
- Способствует улучшению иммунитета.
- Показана при острых заболеваниях органов дыхания.
- Профилактика ОРВИ, гриппа.

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

ВОПРОС - ОТВЕТ

– Что это за болезнь – красная волчанка?
– Евгения

Отвечает врач-ревматолог, руководитель Центра суставной боли первого Московского государственного медицинского университета имени И. М. Сеченова Ирина Меньшикова:

Системная красная волчанка относится к группе диффузных болезней соединительной ткани. Это системное заболевание, связанное с патологией иммунной системы, с предрасположенностью, с нарушением иммунного ответа, с образованием антител к собственным тканям. Это заболевание, которое поражает многие органы, в том числе дыхательную систему и сердце. Причины возникновения красной волчанки, как и многих аутоиммунных болезней, не до конца изучены. По словам ученых, ее причиной может быть генетическая предрасположенность. В частности, речь идет о генах, связанных с врожденным иммунным ответом организма.

Внешние симптомы данного заболевания – это кожные проявления: сыпь, эритематозная краснота на лице, на открытых частях тела. Также в процесс вовлекаются суставы. Достаточно серьезно может быть поражение внутренних органов. Наиболее угрожающим для жизни является поражение почек.

В силу того, что изменения происходят в иммунной системе, лечение происходит достаточно серьезными препаратами, прежде всего, это гормоны – глюкокортикостероиды, а также иммуносупрессивные (подавляющие нежелательные иммунные реакции организма) препараты. Но резистентные заболевания сегодня лечатся, и достаточно неплохо, в первую очередь, современными гормональными препаратами. Болезнь является хронической и нельзя сказать, что пациенты с таким заболеванием вылечиваются раз и навсегда. Конечно же, им нужна поддерживающая терапия и постоянное наблюдение.

Начальная катаракта: как она проявляется и лечится

Начальная катаракта – это первая стадия помутнения хрусталика, возникающая вследствие его возрастных изменений или под действием вредных факторов окружающей среды.

Больше всего помутнения являются следствием возрастных изменений. У людей старшего возраста хрусталик увеличивается в размерах, становится более тяжелым и плотным, из-за чего нарушается питание его тканей. Симметричная или асимметричная катаракта обоих глаз часто развивается при обменных или эндокринных расстройствах, приеме некоторых медикаментов, интоксикациях.

Чаше всего помутнения являются следствием возрастных изменений. У людей старшего возраста хрусталик увеличивается в размерах, становится более тяжелым и плотным, из-за чего нарушается питание его тканей. Симметричная или асимметричная катаракта обоих глаз часто развивается при обменных или эндокринных расстройствах, приеме некоторых медикаментов, интоксикациях.

Лечение приводит к исчезновению помутнений и восстановлению прозрачности хрусталика. К сожалению, излечение начальной старческой катаракты консервативным путем невозможно. Золотым стандартом на сегодняшний день является факэмульсификация катаракты. Лечение оперативным путем позволяет убрать помутнения, а имплантация интраокулярной линзы (искусственного хрусталика) дает возможность вернуть больному высокую остроту зрения.

Симптомы

Как правило, зрение при начальной стадии катаракты не снижается. Этим объясняется несвоевременность обращения пациентов к врачу. Больные идут к офтальмологу, лишь когда катаракта прогрессирует и приводит к выраженному снижению остроты зрения – до десятых или даже сотых долей.

Принимаем меры

Первые признаки начальной катаракты:

- двоение изображения в пораженном глазу;
- появление точек, мушек, мелких пятнышек, кругов перед глазами;
- возникновение цветных кругов при взгляде на источники света;
- ухудшение цветовосприятия и плохая переносимость яркого света;
- снижение остроты зрения в темноте.

Что делать при появлении начальных признаков катаракты? Как можно скорее обратиться к офтальмологу. Как правило, начальная стадия катаракты выявляется специалистом без особого труда. Диагноз можно поставить уже после осмотра пациента с помощью щелевой лампы. Для уточнения причины болезни могут проводиться дополнительные исследования. Регулярное применение лекарственных препаратов и витаминных комплексов, а также соблюдение специальной диеты может существенно замедлить течение болезни и, следовательно, отсрочить оперативное вмешательство. В некоторых случаях (при сахарном диабете, приеме опреде-

Профилактика

Профилактические мероприятия заключаются в ограничении воздействия ультрафиолетового излучения на глаза, отказе от курения и злоупотребления спиртными напитками. Людям с лишним весом следует походить и исключить из рациона вредные продукты питания. При гипертонической болезни необходим регулярный прием антигипертензивных препаратов. Сахарный диабет требует постоянного контроля уровня сахара в крови.

Источник: OKULIST.PRO

Лицензия ЛР0042801 №0009933 от 26.01.2010г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО. 

Уважаемые жители области и города

Областная многопрофильная больница (Бывший диагностический центр)

Проводит комплексные программы обследования Check-Up

- Урологический комплекс
- Гастроэнтерологический профиль
- Диагностика аллергии
- Здоровое сердце

Быстро, удобно.

Наш адрес: 3 Строительный переулок, 6/1 остановка ТЭЦ
Справки по телефонам: Callcenter: 8(7112) 91 80 64, 8 707 551 30 19.

ВОПРОС - ОТВЕТ

— Почему женщины чаще мужчин болеют системной красной волчанкой?
— Роза

Отвечает врач-ревматолог, руководитель Центра суставной боли первого Московского государственного медицинского университета имени И. М. Сеченова Ирина Меньшикова:

Волчанка — заболевание, которое поражает в основном молодых девушек и женщин. Правда, иногда оно встречается и у мужчин. Этиология заболевания полностью не установлена, она мультифакторальная (или полигенная, то есть связанная с действием нескольких генов), поэтому нельзя точно сказать, почему так происходит. Отчасти это связано с гормональными влияниями и преобладанием эстрогенов. Женщинам, болеющим системной красной волчанкой, не рекомендуется использовать гормональные контрацептивы, содержащие эстрогены, поскольку они могут усугублять процесс заболевания. Есть среди больных волчанкой и мужчины с отклонениями в гормональном профиле. Но на самом деле такие отклонения не являются основной причиной, просто чаще всего этим заболеванием болеют женщины.

— От чего развивается «куриная слепота»?
— Эльдар

Отвечает ведущий программы «О самом главном», отвечает на вопросы наших читателей о здоровье, доктор Сергей Азаткин:

Нарушение зрения при слабой освещенности может быть как самостоятельным заболеванием, так и симптомом других патологий глаза, связанных с поражением сетчатки или зрительного нерва. Выделяют также ложную «куриную слепоту», которая возникает при перенапряжении глаза и исчезает после того, как глаза хорошо отдохнут. У женщин после 50 лет «куриная слепота» возникает чаще, что связано с мощными эндокринными перестройками в организме, которые влияют и на зрение.

— Как связаны цвет эмали зубов и их здоровье?
— Нина

Отвечает стоматолог Вероника Рыжова:

На самом деле, здоровая улыбка вовсе не обязательно должна быть белоснежной. Естественный цвет зубов у каждого человека — свой, особенный, как оттенок кожи, глаз или волос. Оттенок зубной эмали зависит от множества факторов, в том числе, от генетической наследственности и этнической принадлежности. Для определения конкретного оттенка существует особая цветовая таблица — шкала Вита. Каждый оттенок имеет буквенно-цифровое обозначение, где буква обозначает цветовую категорию, а цифра — степень яркости (1 — самый яркий, 4 — наименее яркий). Так, к группе А относятся красновато-коричневые оттенки зубной эмали; к группе В — красновато-желтоватые; к группе С — серые; а к группе D — красновато-серые.

Специфический зубной налет, из-за которого эмаль меняет свой естественный оттенок, может быть индикатором различных заболеваний желудочно-кишечного тракта, повышенной кислотности желудка. По характеру зубного налета также можно узнать, есть ли у пациентов какие-либо вредные привычки: например, курят ли они (в этом случае зубы желтеют). Критерий здоровых зубов — это не столько цвет, сколько качественная гигиена полости рта, отсутствие вредных привычек и регулярное посещение стоматолога, чтобы не было кариозных процессов.

Ревматизм ног — опасное суставное заболевание

Такой диагноз, как ревматизм нижних конечностей, далеко не каждым воспринимается как серьезная угроза здоровью. Тем не менее, это заболевание способно нанести значительный вред не только ногам, но даже соединительной ткани различных органов, что делает его по-настоящему опасным.



Причины заболевания

Ревматизм суставов ног является заболеванием опорно-двигательной системы и способен развиваться незаметно. Но вот его последствия могут быть более чем ощутимыми. Сама суть болезни сводится к поражению соединительной ткани в самих суставах. В некоторых случаях осложнения могут стать причиной поражения внутренних органов. Многие люди придерживаются мнения, что ревматизм пальцев ног и самих нижних конечностей в целом характерен преимущественно для людей преклонного возраста. На самом деле эта болезнь наиболее часто поражает суставы детей от 7 до 15 лет. Среди взрослых пациентов, которые вынуждены лечить ревматизм, приблизительно 80% не достигли возраста 40 лет. Стоит отметить, что данное заболевание часто называют ревматическим артритом, или полиартритом. Это связано с тем, что симптоматика в большинстве случаев имеет отношение к суставам, хотя артрит способен поражать соединительную ткань сердечно-сосудистой системы, внутренних органов и мышц. В некоторых случаях бывает затронута патологическим процессом даже нервная система человека.

Диагностика

Основной диагностики в данном случае являются лабораторные исследования и ряд клинических признаков, позволяющих определить поражение органов. При подозрении на ревматизм стоит провести следующие обследования: биохимический анализ крови, общий анализ крови, УЗИ сердца, анализ крови на уровень АСЛ-О, электрокардиография, она же ЭКГ. Диагностикой

лучше не пренебрегать, чтобы впоследствии не бороться с осложнениями.

Лечение

Пытаясь получить ответ на вопрос о том, как лечить ревматизм ног, нужно, прежде всего, осознать необходимость незамедлительного визита к врачу при первых подозрениях на развитие заболевания. Это важно по той причине, что течение болезни может в некоторых случаях отличаться, а это означает необходимость индивидуального и профессионального подхода к процессу лечения. Одним из основных принципов домашнего воздействия на болезнь можно определить правильное питание и фитотерапию. Что касается рецептов различных отваров, то в этом случае однозначно лучше проконсультироваться с врачами, которые смогут учесть все особенности течения болезни у конкретного человека. Питание стоит организовать таким образом, чтобы все блюда были без соли. Использование приправ также придется ограничить. Это важно по той причине, что во время ревматической атаки происходит нарушение обмена веществ.

Источник: FB.ru

Шиповник: полезные и лечебные свойства



Растение широко применяют как в официальной, так и в народной медицине — о его популярности в древности свидетельствует тот факт, что рецепты на основе шиповника своим пациентам выписывал сам Гиппократ.

ВОПРОС - ОТВЕТ

— Может ли смартфон «сжечь» глаза?

— Тимур
Отвечает врач-офтальмолог Вячеслав Куренков:

Такая ситуация — из области фантастики. Ни один бытовой прибор не обладает подобной повреждающей степенью излучения: световой, лучевой или любой другой. Все приборы проходят испытание на безопасность. И пределы допустимого излучения не повреждают ни глаза, ни другие системы, ни организм в целом. Телефон попросту не обладает и не может обладать такой мощностью. Только представьте, какая у него должна быть батарея, чтобы поддерживать настолько сильное излучение. На современных телефонах можно самостоятельно настроить яркость в зависимости от личных предпочтений и особенностей зрения; кому-то удобнее работать с приглушенной яркостью, а кому-то — с максимальной. Ни то, ни другое не является вредным, и все это наш глаз может воспринимать без риска для его повреждения. Что касается использования смартфона в темноте, это влияет только на утомляемость глаз.

НАРОДНЫЕ СОВЕТЫ

Как приготовить успокоительное в домашних условиях?

Смешайте в равных долях сухую траву пустырника, зверобоя и листочки мяты. 1 ст. ложку сбора заварите стаканом кипятка, подержите на медленном огне 15 минут, дайте настояться полчаса, процедите и выпейте на ночь.

1 ст. ложку семян укропа залейте стаканом воды, прокипятите в течение 10 минут и настаивайте в термосе 8 часов. Выпейте на ночь.

Быстро заснуть помогает аромат лаванды. Капните несколько капель эфирного масла в воду для увлажнения воздуха и включите прибор. Если нет увлажнителя, подойдет обычный чайник — налейте в него воду с лавандовым маслом и дайте закипеть в спальне.

Как приготовить жаропонижающий напиток?

2-3 ложки свежей или замороженной клюквы раздавите, чтобы ягоды дали сок, и залейте стаканом теплой воды. Подсластите медом и пейте в течение дня.

1 ст. ложку сухих цветов липы залейте стаканом кипятка, дайте настояться 20 минут, процедите и пейте как чай.

Источник: АиФ Здоровье

В профилактических целях

Этот рецепт поможет при заболеваниях почек, для профилактики и лечения ревматизма, а также при анемии, цинге и гриппе. Кроме того, это средство улучшает обмен веществ. Для приготовления настоя необходимо следующее: две чайные ложки горькой высушенной и измельченной шиповника залить стаканом кипятка, настоять 10-15 минут, потом процедить. Принимать следует после еды, в день три раза. Для каждого употребления следует заваривать свежий настой.

При простуде, гриппе и ОРВИ

Поможет следующий сбор: взять в равном количестве высушенные и измельченные мать-и-мачеху, ягоды шиповника, цветки ромашки и липы, малину (ягоды или веточки), залить эту смесь литром кипятка (трех столовых ложек смеси будет достаточно) и прокипятить. Затем поварить 5 минут на небольшом огне, дать отстояться и процедить. Пить по полстакана в день по три-четыре раза. Свежий отвар готовить следует каждый день.

В качестве лекарства можно использовать практически любую часть растения — цветы, ветви и даже корни. Но наиболее часто в этой роли выступают его плоды. Они содержат набор всевозможных полезных веществ: соли минералов — калия, магния, железа марганца, кальция, а также сахара и органические кислоты, пектины, флавоноиды, эфирные масла и прочее. Кроме того, в их составе богатейшая «коллекция» витаминов: витамин Е, укрепляющий иммунную систему организма, витамин К, необходимый для повышения прочности костной ткани и повышения свертываемости крови, особенно велико в плодах шиповника содержание витамина С, по уровню которого он «обгоняет» даже черную смородину.

Благодаря своему составу, плоды растения помогают бороться с множеством заболеваний, среди которых различные воспалительные процессы, ангина, грипп, ОРВИ. Также отвары плодов шиповника используют как основу для кислородных коктейлей, повышающих общий тонус организма и его сопротивляемость этим и многим другим инфекциям. Вот несколько рецептов на заметку.

Рецепт для людей с заболеваниями сердца и сосудов

Также этот отвар будет полезен при авитаминозе и людям с нарушением обмена веществ. Возьмите 5 ст. ложек хвоя и 3 ст. ложки ягод шиповника, все измельчите. Полученную смесь залейте литром кипятка. Необходимо использовать только эмалированную посуду. Прокипятите, затем закройте крышкой и укутайте кастрюлю, дайте настояться 5 часов. Полученный настой следует процедить. Пейте по одной трети или половине стакана с добавлением столовой ложки сока лимона, желательно свежего.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Как и у большинства лекарственных средств, у препаратов шиповника, кроме полезных и лечебных свойств, имеются противопоказания. Так, при гастрите с повышенной кислотностью, язве желудка или двенадцатиперстной кишки их не рекомендуется употреблять длительное время, так как содержащийся в них витамин С может способствовать усугублению состояния слизистой оболочки.

Источник: KRASOTADIVO.RU

ПИСЬМО С ПРОДОЛЖЕНИЕМ



Рабьяна по доброй воле

Когда любовь кружит голову, мы забываем обо всем остальном. Однако один человек не должен менять другому весь мир, иначе недолго потерять себя...

К двадцати восьми годам я практически смирилась с тем, что навсегда останусь одинокой. Подруги выходили замуж, рожали детей, а в моей личной жизни царил штиль. Но я не подавала вида, что меня затянувшее одиночество тревожит. На распрости родственных и знакомых, когда же замуж, я отшучивалась. Вечера заполняла досугом: ходила в кино, в спортзал, завела кота Семена. Но все — таки мечтала о том, чтобы дома меня ждал кто-то заботливый, надежный и понимающий.

Максим с первого раза показался мне таким. Познакомились мы вечером, когда я возвращалась с работы. Пока ехала в автобусе, пошел дождь. Зонт я оставила в офисе, а от остановки до моего дома пятнадцать минут быстрым шагом, успеешь вымокнуть до нитки. Вместе со мной из автобуса вышел мужчина лет тридцати пяти с наметившейся лысиной в курчавых волосах и бездонными синими глазами. Он распахнул огромный черный зонт и увидел, что я замешкалась, предложил проводить до дома — так мы и познакомились. Выяснилось, что Максим снимает квартиру в соседнем доме, в наш район он переехал недавно — после развода с женой.

Через две недели знакомства Максим признался мне в любви, и через три — предложил жить вместе. Я, разумеется, согласилась, и Максим переехал ко мне. Два месяца я купалась в эйфории. В разговоре с коллегами норовила вставить: «А вот мой муж...» Формально мужем Максим мне не был, но эти тонкости не тревожили, ведь я впервые в жизни жила с мужчиной и наслаждалась новым статусом. Однако Максиму получить удовольствие от жизни кое-кто мешал. Одним тихим семейным вечером он попросил меня избавиться от Семена: шерсть от котика по всей квартире и шума много — по ночам, видите ли, кот бегают изволают. Я ужаснулась, ведь бросить Семена — это предательство. Но потом рассудила, что между любимым мужчиной и котом стоит выбрать мужчину, потому что семья — главное в жизни. А Семена я отвезла маме: убедила свою совесть, что коту там будет лучше.

Еще через пару месяцев Максиму вдруг перестало нравиться, что я хожу в спортзал. Я ревную, там много мужчин. Они наверняка на тебя засматриваются, заявил любимый. И я забросила спорт, хотя мне не хотелось этого делать. Утешала себя: Максим меня ревнует, а значит, точно любит. Решила заниматься дома. Однажды одна из приятельниц, с которой мы вместе ходила в спортзал, получила утешения меня в леги — мол обменяет пылится, а я дома сижу. И Максим тут же заявил, что с такими друзьями и врагов не надо.

Продолжение в следующем номере газеты.

Поздняя любовь: где оно, правильное решение?

Поздняя любовь ассоциируется со стихийным бедствием - двум взрослым, зачастую, семейным людям есть что терять. И не все к этому готовы. Можно ли сохранить трезвую голову и уберечь свою семью от распада, если любовь решила нагреть в зрелом возрасте?

Почему люди, имеющие семью, влюбляются снова?

Наверное, причина кроется в отсутствии между супругами эмоциональной связи, подразумевающей наличие общих духовных и интеллектуальных смыслов. Им не интересно друг с другом. Общение ограничивается лишь бытовыми моментами. Такое встречается часто: молодые люди понравились друг другу, всё у них быстро получилось, секс хороший, создали семью, ребёнка родили, но вот прошло три года - и взаимный интерес начал ослабевать. Родили второго - снова всё как в первый раз, им хорошо вдвоем. Но потом, через небольшое количество времени всё повторилось - снижение интереса, секс стал редким. О разводе они предпочитают не думать, всё-таки, уже есть семья, и её надо как-то сохранять. Это, к сожалению, классика.

Значение эмоциональной связи

Между тем, желание любить и быть любимой нигде не исчезает, даже если женщина запрещает себе думать об этом. И рано или поздно, что называется, плотину прорывает - появляется человек, который становится для женщины смыслом жизни. Чтобы таким смыслом стал муж и любовь к нему, с ним нужно говорить - не только на бытовые темы, а обо всех интересующих вас обоих вещах. Находить точки соприкосновения, и делать это желательно до создания семьи, эмоциональная связь между супругами и просто любящими друг друга людьми не даст возникнуть третьему. Ему просто нет места - потому что в отношениях отсутствует пустота, которую во многих парах пытаются заполнить детьми, семейными хлопотами и прочим бытом. Влечение же, на котором строятся отношения, через три года естественным образом ослабевает и для того, чтобы сохранить отношения, в них должна быть сильная эмоциональная составляющая, любовь. Именно она, а не пресловутый



левак, укрепляет брак. Ведь известно же, что изменяют и жёнам, и любовницам, а любимым женщинам - никогда. Это в полной мере актуально и для дам.

Сохранить семью или?..

Что делать взрослой семейной женщине, полюбившей другого? Это зависит от её желаний. Если она хочет сохранить семью, ей нельзя рассказывать о своей связи мужу. Покаяться в измене лучше другому человеку - священнику или психологу, они не только не осудят, но ещё и дадут совет, как быть. Приходя же с повинной к мужу, не стоит надеяться на благополучный исход дела - даже если супруги продолжают совместную жизнь, например, «ради детей» (любимая рационализация) или из-за других обстоятельств, когда муж, узнавший о неверности жены, просто устраняет её либо соперника. Или их обоих. Поэтому женщинам, не ставшим сопротивляться поздней любви, но

Источник: LADYMYSTERY.RU

Суп-пюре из фасоли

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Консервированная фасоль – 200 г;
- Вода – 1 л;
- Подсолнечное масло – 1 ст.л.;
- Лук – 1 шт.;
- Лавровый лист – 1 шт.;
- Картофель – 2 шт.;
- Сливки – 100 мл;
- Чеснок – 2 зуб.;
- Розмарин – 2 шт.;
- Перец, соль по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Лук мелко нарежьте и обжарьте в сковороде на подсолнечном масле до образования золотистого цвета. Затем добавьте к нему пропущенный через пресс чеснок и оставьте на огне еще на минуту.

Шаг 2. Картофель порежьте небольшими кубиками, а розмарин измельчите. Все ингредиенты выложите в глубокую кастрюлю и залейте водой. Туда же добавьте обжаренный лук, лавровый лист и доведите до кипения на среднем огне. Варите до готовности картофеля.

Шаг 3. В бульон добавьте фасоль и оставьте на огне еще на 5–10 минут. Выньте лавровый лист и взбейте суп с помощью погружного блендера до однородного состояния. В пюре добавьте соль, перец, мускатный орех, сливки и всё хорошо перемешайте.

Шаг 4. Готовый фасолевый суп-пюре подавайте к столу с домашними гречками, посыпанным измельченной зеленью или украшенный луком и болгарским перцем. Если убрать из ингредиентов сливки, можно смело готовить его во время Великого поста.

Тушеная фасоль

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Фасоль – 2 стак.;
- Болгарский перец – 2 шт.;
- Чеснок – 3 зуб.;
- Подсолнечное масло – 1 ст.л.;
- Соль по вкусу;
- Лук – 1 шт.;
- Томатная паста – 2 ст.л.;
- Вода – 2 стак.;
- Хмели-сунели – 0,5 ст.л.;
- Зелень по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Замочите фасоль в воде на 6 часов, а в идеале — на ночь.

Шаг 2. Очистите лук, нарежьте и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Положите к луку нарезанный болгарский перец, готовьте 3 минуты, затем добавьте томатную пасту.



ФАСОЛЬ

— ценнейший питательный продукт

В ней содержится огромное количество белка, схожего с мясным, что делает этот вид бобовых самым популярным во всех кухнях мира. Шикарные наваристые супы, салаты, паштеты, рагу, запеканки и пироги. В православный пост некоторые блюда с фасолью будут весьма кстати вместо мяса и рыбы. Предлагаем взять на заметку несколько рецептов.

- Болгарский перец – 1 шт.;
- Оливковое масло по вкусу;
- Сахар – 1 щеп.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 3. Слейте воду с замоченной фасоли, добавьте бобы к овощам на сковороде и влейте 2 стакана воды. Доведите до кипения, посолите и тушите на медленном огне до мягкости фасоли.

Шаг 4. Пропустите через пресс чеснок, добавьте приправу хмели-сунели, измельченную зелень и тушите еще 1 минуту. Дайте фасоли постоять 10 минут под крышкой и подавайте как самостоятельное блюдо или гарнир.

Скумбрия с фасолью

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Скумбрия – 1 шт.;
- Лук – 7 шт.;
- Помидор – 1 шт.;
- Огурцы соленые – 3 шт.;
- Соль по вкусу;
- Черный молотый перец по вкусу;
- Фасоль – 400 г;
- Морковь – 1 шт.;

Шаг 1. Нарежьте скумбрию небольшими кусочками и обжарьте слегка на оливковом масле.

Шаг 2. Нарежьте лук и болгарский перец полукольцами, морковь и помидор натрите на средней терке. Обжарьте все овощи в том масле, в котором была рыба.

Шаг 3. Замоченную предварительно на ночь фасоль добавьте в сковороду. Влейте полстакана воды к овощам и протушите 7 минут. В эту смесь добавьте рыбу и потушите еще 20 минут.

Шаг 4. Натрите на терке соленые огурцы и соедините с содержимым на сковороде. Добавьте соль, перец, сахар и снимите с огня. На первый взгляд может показаться, что скумбрия не сочетается с фасолью, но на самом деле это отменное блюдо.

Салат с фасолью

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Фасоль – 500 г;
- Маринованные огурцы – 4 шт.;
- Шампиньоны – 500 г;
- Лук – 2 шт.;
- Подсолнечное масло – 3 ст.л.;
- Черный перец по вкусу;
- Соль по вкусу;
- Зелень по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Грибы нарежьте соломкой и обжарьте на сковороде вместе с мелко нарезанным луком. Огурец нарежьте соломкой, фасоль промойте.

Шаг 2. Соедините подготовленные ингредиенты, посолите и поперчите, добавьте масло, перемешайте. Дайте салату настояться в течение 10 минут и посыпьте зеленью.

Источник: Со вкусом

8 советов "вечного" интерьера – что никогда не выйдет из моды.

Дизайн и мода - понятия, которые меняются очень быстро, сейчас очень тяжело сделать ремонт квартиры или дома так, чтобы это выглядело актуально спустя десятилетие. Но у дизайнеров есть несколько секретов и советов, как этого добиться, и сегодня мы поделимся этими советами с вами.

Чисто белый

Интерьер в белом – это уже классика, на века, как свадебное платье невесты. Часто его считают скучным и марким, поэтому боятся. Не стоит! Благодаря этому пространство зрительно увеличивается, света становится больше. Под этот цвет не надо продумывать цвет мебели – подойдет любая понравившаяся. Хорошими акцентами станут большие и маленькие полотна картин или ваших фото. Если со временем устанете от белого, эти стены легко перекрасить в любой цвет.



Нейтральная мебель

Мебель пастельных цветов создаст уют и гармонию, она шикарно смотрится с яркими акцентами интерьера. Например, подушки на диване или занавески, разных форм и размеров, которые можно менять от настроения или времени года. От этого комната и мебель все время будет казаться новой без лишних затрат и усилий.

Потолок

Потолок тоже лучше выбрать классический. Обычный, белый, гипсокартон или натяжной, не отвлекающий на себя внимание. Видоизменения в интерьер со временем можно внести с помощью источников света на полу или на стенах. Не поддавайтесь искушению

делать на потолке многоуровневые строения с яркими рисунками – это быстро выходит из моды, еще быстрее надоедает.

Больше места

Дом – это гнездышко, место, куда нам хочется возвращаться после тяжелых трудовых будней. Здесь

мы отдыхаем душой и телом, поэтому не нужно ничего лишнего, больше свободы, места и воздуха. Не перегружайте интерьер мебелью и всякой всячиной. Открытое, свободное пространство всегда в моде, старайтесь не загромождать его лишними атрибутами.

Стол – центр домашнего очага

Если хотите на века, не гонитесь за модой на барные стойки, они конечно компактны, но возможно завтра станут вчерашним днем. Выбирайте классический обеденный стол – большой и красивый. Желательно большой, а так, конечно, насколько позволяет пространство. Это всегда уют и тепло домашнего очага – многие лета большие семьи и посетители с друзьями проводятся за столом и так будет всегда.

Гардеробная

В квартирах без шкафа никуда. Он у нас и в спальне, и в гостиной, и в коридоре. В комнатах практически нет места, но мы все равно не представляем, что можно обходиться без них. Подумайте о создании гардеробной. Как в американских фильмах – вспомните.

Идеально подойдет ниша или кладовка, или если вы только планируете делать ремонт – отведите отдельное место такой комнатке. И никаких громоздких шкафов.

Надежность

В отделке используйте износоустойчивые отделочные материалы, это позволит долго не вспоминать о ремонте. Особенно уделите внимание ванной комнате и кухне, там часто влажно и перепады температур. Ванну непременно нужно делать кафельную.

Скрытые технологии

Дизайнеры советуют прятать бытовую технику в встроенные шкафчики. Опять же экономия пространства и нет на виду шнуров. Мебель позволяющая сделать это, долго будет в тренде и несколько не испортит интерьер. Это будет своего рода загадка, изюминка. Сейчас же все идет к тому – все встроенное и минимально занимающее место.

Источник: mgorod.kz

Экориз №1

Уникальный препарат для овощных культур для повышения урожайности, жизнестойкости и переносимости различных стрессов:

- значительно увеличивает урожайность, последующую сохранность урожая и экологичность получаемых фруктов и овощей при сокращении вегетационного периода;
 - способствует насыщению почвы и растения питательными веществами и влагой;
 - повышает жизнестойкость и сопротивляемость растений к различным болезням и неблагоприятным условиям произрастания;
 - уменьшает действие фитопатогенных грибов, бактерий и нематод, обеспечивает лечебные функции;
 - оказывает стимулирующее воздействие на растение и его корневую систему, увеличивает площадь корня;
 - снижает потребность в поливе, подкормке;
- Состав: Мицелий и споры микоризных грибов. Экстракт торфа.



Атлет

Регулятор роста растений. Формирует крепкую компактную рассаду, предотвращая ее перерастание. Увеличивает продолжительность цветения и улучшает декоративные качества цветочных культур и кустарников. Препарат также сдерживает рост в высоту надземной части растения, при этом способствует утолщению стебля и значительному росту корневой системы. Рассада не так активно вытягивается при низкой освещенности, загущении и высокой температуре. Атлет ускоряет образование первых соцветий и число завязей в них. Обеспечивается выход ранней продукции, и общий урожай увеличивается на 20–30%.

Особенности воздействия: препарат Атлет проникает в растение через листья (опрыскивание) или корни (полив). Препарат замедляет рост надземной части, вызывает укорачивание и утолщение стебля, увеличивает ширину листьев. В растениях происходит перераспределение питательных веществ. Большая часть питательных веществ поступает в корни, вызывая их усиленный рост.



БАБУШКИН СОВЕТ

ЧТОБЫ СЕМЕНА БЫСТРЕЕ ПРОРОСЛИ, их замачивают в растворе перекиси водорода (4%) на 12 часов (капуста), а семена помидоров и свеклы – на 24 часа.

ЕСЛИ НА ОГУРЕЧНОЙ ГРЯДКЕ ПОСАДИТЬ ПОДСОЛНЕЧНИК, урожайность огурцов возрастет, и плодоносить они будут дольше.

ЯБЛОНЮ И ВИШНЮ САЖАЙТЕ ПОДАЛЬШЕ ОДНУ ОТ ДРУГОЙ: их корни действуют друг на друга угнетающе.

БАЗИЛИК, посаженный возле томатов, улучшает их вкус.

ДАЖЕ В СУХОЕ ЛЕТО КАРТОФЕЛЬ ДО ЦВЕТЕНИЯ НЕ ПОЛИВАЙТЕ: вся сила растений уйдет в ботву. А вот после цветения полив будет в самый раз: клубни начнут быстрее наливаться.

Диатомит садовый

- защищает от насекомых, грибов и плесени – уникальное свойство диатомита поглощать влагу из покрова вредителей приводит к их гибели;
- укрепляет корни, стебли и листья растения – благодаря высокому содержанию аморфного оксида кремния
- защищает от стрессов и увеличивает урожайность – огурцов на 20%, картофеля на 40%, томатов на 13%, моркови на 14%, свеклы на 13%, капусты на 20%
- нормализует питательный, тепловой, воздушный режим, кислотность почвы



- способствует развитию почвенной микрофлоры
- способствует переходу недоступных растениям почвенных фосфатов в доступные формы, а также препятствует трансформации фосфорных удобрений в недоступные.

Для улучшения качества почвы: равномерно рассыпать по поверхности из расчета 150–200 мл на 1 кв.м и разрыхлить на глубину 5–10 см.

Садовый Вар

Используется для заживления ран на плодовых деревьях, для дезинфекции декоративных растений и кустарников. Состав используется при проведении вакцинации растений и при облагораживании деревьев. Он защищает область ранения от негативного воздействия воздуха и атмосферы, обволакивая ее тонкой пленкой. Его эффективность проверена несколькими поколениями садоводов.

Есть у садового вара и еще одно бесспорное достоинство – простота использования. Он наносится на рану деревянной лопаточкой. С такой работой справится и неопытный садовод.



СОВЕТЫ БЫВАЛОГО ДАЧНИКА

ПОДГУЗНИКИ В ДАЧНОМ ХОЗЯЙСТВЕ

Многие даже не подозревают, что подгузники применяют в цветоводстве. А между тем креативные дачники придумали укладывать их на дно цветочных горшков и кашпо. Все дело в том, что материал, который используется в подгузниках, задерживает влагу, но корни растений при этом не загнивают. Такой способ выращивания лучше всего подходит для однолетников, которые требуют частого полива. Теперь, даже если вы бываете на даче редко, можете не беспокоиться о любимых растениях: они не погибнут.

ЕСЛИ НУЖНА ТЕПЛИЧКА ДЛЯ ЗЕЛЕНИ И РАССАДЫ...

В этом случае вас опять выручат старые добрые пластиковые бутылки. В собственной миниатюрной оранжерее каждый сеянец будет развиваться с удивительной скоростью. А всего-то и нужно, что отрезать у обычной пластиковой бутылки горлышко и накрыть ею горшочек с растением. Просто и удобно!



ОБОРУДОВАНИЕ
комплект станков
для изготовления ПВХ изделий

от **1459000 тенге**
за комплект

Тел. для справок: **8 (7112) 23-80-61, 54-15-97**
8-701-123-90-54

НОВИНКИ
2019
СЕЗОНА

ПРИНЕСИ ГАЗЕТУ ИЛИ ВЫРЕЗНОЙ КУПОН ИЗ НЕЕ И ПОЛУЧИ СКИДКУ 5% НА ВЕСЬ АССОРТИМЕНТ ТОВАРОВ.

ГАРДЕНМАРТ
Ежедневно с 10:00 до 19:00

Товары для сада и огорода

Семена, Удобрения, Грунты, Саженцы

Всё для рассады: Луквицы и многолетники, Семенной картофель

Наш адрес: ул. Курмангазы, 194. Тел.: 8 705 10 222 44

Стерилизацию бродячих животных предложили отдать частникам

Предприниматель будет заниматься отловом и доставкой животных в приют, а акимат вернёт инвестиции в строительство приюта и будет оплачивать ветеринарные услуги.

Арайлым УСЕРБАЕВА

Заместитель акима ЗКО Гали Искалиев на своей странице в социальной сети Facebook опубликовал пост, в котором отметил, что в области есть проблемы с бродячими животными.

— После Астаны особенно заметно, что в Уральске много бродячих собак и кошек, и это стало большой проблемой города. Это опасно для людей, это портит вид города, уничтожение животных негуманно и так далее. Примерно месяц назад у акима области был на приёме Андрей Радченко, который добровольно вместе с другими неравнодушными людьми содержит приют с десятками собак на арендованной территории. Владелец участка требует освободить территорию, и надо срочно найти другую территорию для приюта, — отметил Гали Искалиев.

Стоит отметить, что аким области поручил найти системное решение проблемы бродячих животных. В этой связи, по словам Гали Искалиева, акиматом подготовлена бизнес-модель проекта ГЧП.

— Снижение количества бродячих животных будет идти через массовую стерилизацию и кастрацию бродячих животных без их умерщвления. Акимат вернёт инвестиции в строительство приюта и будет оплачивать ветеринарные услуги. Открытым остается вопрос — кто будет заниматься отловом и доставкой животных в приют. Сейчас эта функция у государственной компании “Вет сервис”, и я готов отдать эту функцию на рынок на условиях ГЧП на 3-10 лет. Частному предпринимателю нужно будет купить спецтехнику, оборудование. Инвестиции акимат вернет и будет оплачивать услуги. Сразу скажу, что это не высокомаржинальный бизнес, и нужны будут предприниматели, которые смогут эту



Фото из архива «МГ»

функцию выполнять без расчета на большую прибыль. Как только найду хотя бы два желающих, приглашу для обсуждения деталей проекта, — сообщил заместитель акима.

Желающим сотрудничать с областным акиматом бизнесменов Гали Искалиев попросил написать контакты на его электронный адрес G.Iskaliyev@bko.gov.kz.

Қазақстан Республикасы
Ұлттық Банкінің
Батыс Қазақстан филиалы

Айналыстағы теңге монеталарын қабылдау жөнінде

Қазақстан Ұлттық Банкінің Батыс Қазақстан филиалы 2019 жылғы 26 наурыздан бастап 30 сәуір бойынша Қазақстанның ұлттық валютасының монеталарын қабылдап теңге банкноттарына айырбастау акциясын өткізетіні туралы хабарлайды.

50000 теңге сомадан артық монета тапсырған акцияға қатысушыларға естелік сыйлықтар қарастырылған. Сомасы және саны бойынша ең көп монета тапсырған екі белсенді қатысушыға бағалы сыйлықтар беріледі.

Монеталарды комиссиясыз қабылдау жұмыс күндері сағат 09.00-ден 14.00-ге дейін Орал қаласы, Ж.Досмұхамедов көшесі, 16/1 мекен-жайында орналасқан ҚР Ұлттық Банкінің Батыс Қазақстан филиалы ғимаратында жүргізіледі.

Толық ақпаратты 55-45-32 телефоны арқылы алуға болады.

Западно-Казахстанский филиал
Национального Банка
Республики Казахстан

О приеме циркуляционных монет тенге

Западно-Казахстанский филиал Национального Банка Казахстана объявляет о проведении с 26 марта по 30 апреля 2019 года акции по приему монет национальной валюты Казахстана в обмен на банкноты тенге.

Для участников акции, сдавших монеты на сумму свыше 50000 тенге, предусмотрены памятные подарки. Двум активным участникам, сдавшим наибольшие по сумме и количеству монеты, будут вручены ценные призы.

Прием монет осуществляется без комиссии в рабочие дни с 09.00 до 14.00 в здании Западно-Казахстанского филиала Национального Банка РК по адресу г. Уральск, ул. Ж. Досмұхамедова, 16/1.

Более подробную информацию можно получить по телефону: 55-45-32.



Фото Медета МЕДРЕСОВА

Пять человек пострадали при пожаре

Из них три женщины, мужчина и годовалый ребенок.

Кристина КОБИНА

Квартира в пятиэтажном доме загорелась 20 марта по проспекту Евразия, 56.

Как сообщили в пресс-службе ДЧС ЗКО, вызов о том, что горит квартира, поступил в 11.56.

— Пожар произошел в квартире на

первом этаже на площади 10 квадратных метров. Были спасены 5 человек, из них один ребенок, и эвакуированы 15 человек, в числе которых двое детей. Пожар был ликвидирован в 12.27, — отметили в пресс-службе ДЧС ЗКО. — На место выезжали 5 единиц техники и 23 сотрудника ДЧС ЗКО.

Причина пожара, сумма ущерба и виновные лица устанавливаются.

Как сообщили в пресс-службе управ-

ления здравоохранения ЗКО, при пожаре пострадали 5 человек.

— Отравление угарным газом средней степени получили 40-летняя женщина и годовалый ребенок. Отравление угарным газом легкой степени получили 83-летняя женщина, 91-летняя женщина и 71-летний мужчина. Все пострадавшие отозвались от госпитализации, — пояснили в облздраве.

235 полицейских сократили в ЗКО

Кроме этого, до конца первого полугодия 2019 года будет проведена внеочередная аттестация всего личного состава.

На отчетной встрече с населением начальник департамента полиции ЗКО Махсұдхан Аблазимов рассказал, что их ведомством была разработана Дорожная карта по модернизации органов внутренних дел на 2019–2021 годы.

— На сегодняшний день уже завершена процедура 10-процентного сокращения личного состава департамента, а это 235 сотрудников полиции, произведена оптимизация штатной численности путем упразднения излишних управленческих должностей и объединение отдельных служб. До конца первого полугодия будет завершена внеочередная аттестация всего личного состава, — отметил начальник департамента.

По словам Махсұдхана Аблазимова, по области отмечается устойчивая тенденция снижения преступности.

— Общее количество зарегистрированных преступлений уменьшилось на 10,1%. Снижено число тяжких и особо тяжких видов преступлений на 13,3%, в том числе тяжких на 16,0%, а также средней тяжести на 7,5% и небольшой тяжести на 18,1%. Сократилось количество умывленных причинений тяжкого вреда здоровью, изнасилований, мошенничеств, разбоев, грабежей, вымогательства, хулиганств, угонов, краж чужого имущества и скотокрадства, — отметил начальник департамента полиции.

Стоит отметить, что департамент полиции ЗКО занимает второе место в республике по раскрытию тяжких и особо тяжких преступлений, а также третье место по раскрытию преступлений средней тяжести и первое место по раскрытию преступлений небольшой тяжести.

Арайлым УСЕРБАЕВА

Кухонным ножом ранил продавца магазина грабитель

Нападение произошло 23 марта в магазине "Мобильник" на остановке Школьник.

Кристина КОБИНА

По словам очевидцев, на продавца мобильных телефонов напал мужчина, который нанес ему множественные ранения.

Как сообщили в пресс-службе департамента полиции ЗКО, 23 марта примерно в 16.50 дня неизвестный совершил разбойное нападение с применением оружия (кухонный нож) на магазин "Мобильник", где похитил сотовые телефоны, после чего скрылся с места преступления.

— Подозреваемый был задержан. Это ранее судимый житель района Байтерек 1979 года рождения. Задержанный водворен в ИВС УП города Уральск. Начато досудебное расследование по ч.1 ст.192 УК "Разбой", — отметили в ДП ЗКО.

Со слов пресс-секретаря управления здравоохранения ЗКО, вызов на станцию скорой помощи поступил в 16.57.

— Прибыла карета скорой помощи в 17.02. С места происшествия был госпитализирован 31-летний мужчина с колотерезанными ранами. Он был доставлен в городскую многопрофильную больницу, — отметили в управлении.



Фото Медета МЕДРЕСОВА

МОЙГОРОД

УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Собственник: ТОО «МедиаСтарт 2012», Свидетельство о постановке на учет ПИИ №12639-Г от 26.03.2012 г., выдано Министерством культуры и информации РК. Газета выходит еженедельно, в среду.

Директор: Тулисова О. М.
Главный редактор: Кайнеденова А. Б.
Шеф-редактор: Махметов М. Б.
Ответственный секретарь: Сомов А. И.
Дизайн и верстка: Аментаева А.

Журналисты: А. Кузбакова, А. Усербаева.
Фотожурналист: М. Медресов.
Корректор: Н. Глебова.

Редакционный отдел: С. Бигалиева, А. Кузбакова, Е. Рукавишников, Ю. Демьяненко, Б. Баймуратов, А. Голубева.

Адрес редакции: г. Уральск, ул. Д. Нурпеисовой, 12/1, офис №102.
Редакция: 51-39-97. Рекламный отдел: 51-35-98.
Факс: 50-06-78. e-mail: mg_500678@mail.ru
Тираж данного выпуска: 3 000 экз.

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

Материалы в «МГ» не всегда отражают точку зрения редакции. Материалы, опубликованные со знаком №, а также под рубрикой «Новость 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.