

Мужчины готовились совершить нападение на воинскую часть и отдел полиции. Самому молодому подсудимому всего 16 лет. Родители осужденных уверены, что видео против их детей было смонтировано.

# 8 уральцев осудили за подготовку теракта

СТР. 3

04.03-17.03.2019  
**ВЕСЕННИЙ БУКЕТ СКИДОК**  
РАССРОЧКА НА ВСЁ 0 0 12

**Sulpak**  
с 4 по 17 марта 2019 г.

**Elenberg** Парикмахерский набор  
87-5296605 (476-81586)

- 2 скорости
- 3 режима температуры
- Функция холодного обдува
- Керамическое покрытие пластины

2000 Вт

**Galaxy S8**  
5.8"

199 990  
**179 990**

15 990  
**12 990**

В онкологическом диспансере ЗКО больных лечили на оборудовании, которое в США списали еще в 2015 году. Каким образом мошеннику удалось установить старое оборудование и кто понес наказание, читайте на странице 30.

# Онкобольных лечили на списанном оборудовании

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

6, 7 и 8 марта 2019 г.  
**СКИДКА НА ВСЬ АССОРТИМЕНТ 10%**  
**Руслан**  
ТД «Руслан», ул. Фрунзе 38,  
ТД «Покупайка» 2 этаж (ост. Циолковского),  
Тел.: +7 747 556-87-59

**MAXIMUM**  
**Канцтовары**  
ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ ОФИСНЫХ КАНЦТОВАРОВ  
БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ КАНЦЕЛЕСКИХ ТОВАРОВ ДЛЯ ШКОЛЫ И ОФИСА  
ул. Т. Масина, 89, 24-41-14, 25-55-02  
www.maximum.ural.kz maximum\_2007@mail.ru

**ЭЛЕКТРОКОМПЛЕКТ**  
ЦЕНТР ТОРГОВЛИ ТОВАРАМИ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ  
**Большой ассортимент!**  
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

**С июля 2019 года АСП будут начислять по-новому**

С 1 июля 2019 года изменится механизм назначения адресной социальной помощи. Об этом сообщили на брифинге в региональной службе коммуникаций. Повышенные выплаты получат более пятисот западноказахстанских семей.

Выступая на XVIII съезде партии «Нур Отан» Президент Нурсултан Назарбаев заявил, что в этом году повышенное внимание будет уделено малообеспеченным и многодетным семьям. Уже с июля 2019 года эти категории граждан будут получать повышенную адресную социальную помощь.

Для расширения охвата малообеспеченных семей повышен критерий оказания АСП с 50 до 70% от прожиточного минимума (с 14 849 до 20 789 тенге). Детям из малообеспеченных семей до 18 лет, при их обучении до 23 лет, помощь будет выплачиваться в размере 70% от прожиточного минимума (20 789 тенге). При назначении АСП из совокупного дохода семьи будут исключены государственные пособия многодетным семьям и многодетным матерям, на гражданском подвесах «Кумис алка» и «Алтын алка», пособия по инвалидности детей и стипендии, – отметил руководитель департамента координации занятости и социальных программ ЗКО Алтай Кулжаев.

На брифинге были приведены примеры. Если ранее семья с четырьмя детьми, имевшая доход 60 тысяч тенге в месяц, получала АСП на сумму 29 тысяч тенге, то сейчас эта сумма возрастет в 3 раза – до 104 тысяч тенге. Упростится и процедура назначения адресной социальной помощи. Заявитель будет предоставлять только удостоверение личности. Вырастут и другие виды пособий.

Пособие на детей-инвалидов и по уходу за ребенком-инвалидом вырастут с 31 тысячи до 41,5 тысячи тенге. В области это пособие получают 2524 ребенка, по уходу за ребенком-инвалидом – 538 человек, – сообщила главный эксперт филиала НАО «Государственная корпорация «Практичество для граждан» по ЗКО Динара Хаиретдинова.

Отметим, что в 2018 году АСП получили более 3,5 тысяч семей на сумму 728 млн тенге. Более 107 млн тенге было направлено на жилищную помощь.

Руслан АЛИМОВ

## Зачем школе подсобное хозяйство семьи?

Таким вопросом задаются родители уральских школьников, у которых в школе запросили информацию про место работы, должность и даже подсобное хозяйство.

ДАНА РАХМЕТОВА

Больше всего родителей удивил вопрос про подсобное хозяйство. В редакцию обратились родители уральских школьников, которых возмутила присланная из школы формы-опросники, больше похоже на допрос следователей.

1 марта классный руководитель в родительском чате написала, что необходимо сообщить данные о семье и скинула форму для заполнения. Нам сказали, чтобы мы, независимо от состава и количества членов семьи, сообщили такие данные: ФИ.О., место работы, должности, ИИН, место проживания и прописки, а также указать, есть ли подсобное хозяйство. Естественно, нас возмущает, почему мы должны указывать личные данные. Мы все в недоумении, с чем это связано? Однако на эти вопросы ответа от классных руководителей нам услышать не удалось, – рассказала мама ученицы СОШ №6 Анжелика.

Такие же данные запросили и у родителей школ №3 и №16.

Ладно должность и место работы родителей, но зачем школе знать, кто с нами живет и чем занимаются все члены нашей семьи. И тем более зачем учителям информация про подсобное хозяйство?! – возмущается мама первокласс-



информацию о том, на какие меры господдержки они могут рассчитывать. ИС «е-Халық» позволяет: определить численность фактически проживающего населения, осуществлять мониторинг внутренней и внешней миграции, вести учет граждан, относящихся к социально-уязвимым категориям, а также безработным и самозанятым, актуализировать данные всех государственных информационных систем. Таким образом, статистические и аналитические сведения, хранящиеся в ИС «е-Халық» дадут основу для целенаправленного и точного распределения средств на развитие регионов и планирования государственных программ, – отметили в акимате.

Между тем, в акимате Уральска сообщили, что такие данные необходимы для создания информационной системы «е-Халық».

«е-Халық» в первую очередь даст решение вопросов занятости. Она будет содержать данные по всем лицам, которые имеют работу, получают социальные выплаты, являются безработными или самозанятыми. Во-вторых, эта система позволит казахстанцам, в том числе проживающим в сельской местности, встать на учет в качестве безработного по месту жительства, для этого не надо будет ехать в центры занятости. Там же им будут предоставлять всю необходимую

информацию о том, на какие меры господдержки они могут рассчитывать. ИС «е-Халық» позволяет: определить численность фактически проживающего населения, осуществлять мониторинг внутренней и внешней миграции, вести учет граждан, относящихся к социально-уязвимым категориям, а также безработным и самозанятым, актуализировать данные всех государственных информационных систем. Таким образом, статистические и аналитические сведения, хранящиеся в ИС «е-Халық» дадут основу для целенаправленного и точного распределения средств на развитие регионов и планирования государственных программ, – отметили в акимате.

Между тем, в акимате Уральска сообщили, что такие данные необходимы для создания информационной системы «е-Халық».

«е-Халық» в первую очередь даст решение вопросов занятости. Она будет содержать данные по всем лицам, которые имеют работу, получают социальные выплаты, являются безработными или самозанятыми. Во-вторых, эта система позволит казахстанцам, в том числе проживающим в сельской местности, встать на учет в качестве безработного по месту жительства, для этого не надо будет ехать в центры занятости. Там же им будут предоставлять всю необходимую

## Девушка пыталась отравиться газом Свести счеты с жизнью ей помешали спасатели.

ДАНА РАХМЕТОВА

По данным пресс-службы ДЧС ЗКО, 28 февраля в 01.18 на пульт дежурно-диспетчерской службы оперативно-спасательного отряда ДЧС ЗКО поступило сообщение о том, что 23-летняя девушка намерена покончить жизнь самоубийством. Выяснилось, что звонила подруга девушки, которой она отправляла сообщение, что собирается свести счеты с жизнью.

На вызов немедленно выехали спасатели подразделения №3 Нурбек Тауашев, Бекжан Айткалиев и Болатбек Сартаев. К операции уже подключились поли-

цейские. Прибыв на место происшествия, спасатели обнаружили, что дверь квартиры, в которой находилась девушка, заперта изнутри. Вскрыв дверь и оказавшись в квартире, специалисты экстренных служб почувствовали резкий запах бытового газа. Девушку они обнаружили на полу без сознания, – сообщили в пресс-службе ДЧС ЗКО.

Бекжан Айткалиев вынес пострадавшую на балкон на свежий воздух и вместе с сотрудником полиции экстренно приступил к оказанию первой медицинской помощи.

После реанимационных действий девушка пришла в сознание. Позже спасенная была передана бригаде скорой медицинской помощи, доставившей ее в учреждение здравоохранения.

Спасатели отключили газовую плиту и провели мероприятия по проветриванию квартиры и подъезда от скопившегося газа. Также спасатели оказали психологическую поддержку подруге спасенной, которая от происходящих событий находилась в стрессовом состоянии. Благодаря профессиональным и оперативным действиям спасателей спасена человеческая жизнь, не допущен ущерб и иные негативные последствия возможного происшествия, – сообщили в ДЧС ЗКО.



## 8 человек осудили за подготовку теракта Среди осужденных 16-летний подросток.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

Приговор был вынесен 28 февраля в межрайонном уголовном суде. Суд признал виновными Искендириева, Исмуризуна и Карчегенова по ст. 174 УК РК "Возбуждение социальной, национальной, расовой, сословной или религиозной розни", ст. 256 УК РК "Пропаганда терроризма или публичные призывы к совершению акта терроризма" и ст. 259 УК РК "Вербовка или подготовка либо вооружение лиц в целях организации террористической либо экстремистской деятельности". Искендириев и Исмуризунов приговорены к 13 годам лишения свободы, Карчегенов приговорен к 12 годам 6

месяцам лишения свободы. Отбывать наказание они будут в колонии максимальной безопасности, – зачитал приговор судья Бахыт Ермаханов. Также к 5 годам лишения свободы был приговорен Балтабаев и Айтболатов. Они будут отбывать наказание в колонии максимальной безопасности. Жасталапов был приговорен к 5 годам ограничения свободы, Тлекбаев к трем годам лишения свободы и Нурғалиев, которому всего 16 лет, к одному году ограничения свободы.

ИЗ материалов дела следует, что в январе по апрель 2018 года Ескендириев познакомился с Исмуризуном и Карчегеновым, которые придерживались нетрадиционного религиозного течения и создали террористическую группу. Они планировали совершить вооруженный джихад против правоохранительных органов и воинских частей города Уральска. В мае 2018 года они пригласили в группу Балтабаева, Айболатова, Тлекбаева, Жасталапова и несовершеннолетнего Бргалиева. Между собой они вели разговоры на религиозные темы. Далее Ескендириев приобрел огнестрельное оружие 16 калибра и охотничье ружье. 23 июня на съемной квартире подсудимые провели очередное собрание, в ходе которого бурно обсуждали планы нападения на воинскую часть №5517 комитета нацио-

нальной безопасности и на отдел полиции города Уральска. Однако 25 июня 2018 года сотрудниками ДКНБ по ЗКО были разоблачены и задержаны. В результате они не смогли довести до конца свой преступный умысел, – зачитал судья Бахыт Ермаханов.

Следует отметить, что все осужденные молодые ребята совершили тяжкие и особо тяжкие преступления. При вынесении приговора судья учел возраст подсудимых, их семейное положение и поведение подсудимых после задержания.

После суда отец осужденного Балтабаева Нуржан Молдахметов заявил, что следствие велось с нарушениями.

Никаких доказательств не было. Видео смонтировано. Наши дети ни в чем не виноваты. Вся их вина в том, что они совершали намаз. Они все молодые. У моего сына двое детей остались. Прокурор просил 16 лет. Судья дал 5. Адвокаты хорошо постарались. Мы советуемся с защитниками и решим, будем ли подавать на апелляцию, – сказал Нуржан Молдахметов.

Никаких доказательств не было. Видео смонтировано. Наши дети ни в чем не виноваты. Вся их вина в том, что они совершали намаз. Они все молодые. У моего сына двое детей остались. Прокурор просил 16 лет. Судья дал 5. Адвокаты хорошо постарались. Мы советуемся с защитниками и решим, будем ли подавать на апелляцию, – сказал Нуржан Молдахметов.

нальной безопасности и на отдел полиции города Уральска. Однако 25 июня 2018 года сотрудниками ДКНБ по ЗКО были разоблачены и задержаны. В результате они не смогли довести до конца свой преступный умысел, – зачитал судья Бахыт Ермаханов.

Следует отметить, что все осужденные молодые ребята совершили тяжкие и особо тяжкие преступления. При вынесении приговора судья учел возраст подсудимых, их семейное положение и поведение подсудимых после задержания.

После суда отец осужденного Балтабаева Нуржан Молдахметов заявил, что следствие велось с нарушениями.

Никаких доказательств не было. Видео смонтировано. Наши дети ни в чем не виноваты. Вся их вина в том, что они совершали намаз. Они все молодые. У моего сына двое детей остались. Прокурор просил 16 лет. Судья дал 5. Адвокаты хорошо постарались. Мы советуемся с защитниками и решим, будем ли подавать на апелляцию, – сказал Нуржан Молдахметов.

Никаких доказательств не было. Видео смонтировано. Наши дети ни в чем не виноваты. Вся их вина в том, что они совершали намаз. Они все молодые. У моего сына двое детей остались. Прокурор просил 16 лет. Судья дал 5. Адвокаты хорошо постарались. Мы советуемся с защитниками и решим, будем ли подавать на апелляцию, – сказал Нуржан Молдахметов.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

# ПАВОДОК ПЕРЕЖИДАЛИ НА ЧЕРДАКЕ ДАЧИ

Жители дачных обществ уверены, что в этом году с таким количеством выпавших осадков их ждет настоящий паводок, но многие покинуть свои дачные домики не торопятся и причины на то самые разные. Дачники рассказали корреспондентам «МГ», как они готовятся к паводку, почему мародерства боятся больше, чем подтоплений, и вспомнили, как пережили половодье 2011 года.

## Паводок будет?

Слов председателя садоводческого общества Яблонька и Лесовод 3 Владимира Малина (на фото), к нему каждый день подходят взволнованные жители дачных обществ с вопросом о предстоящем паводке.

– Все приходят к нам, интересуются, будет ли паводок? Что делать? Когда собирать вещи и уезжать? Но ответить мы не можем, потому что никаких прогнозов о предсто-



ящей весне у нас нет. Больше всего боятся большой воды те, кто в 2011 году уже пережил большую воду. Тогда всем своим жителям я выбил в течение двух месяцев компенсацию, мною было собрано около 50 заявлений. Людям государство помогло неплохо, компенсации были от 200 тысяч тенге до 1 млн тенге, в зависимости от причиненного ущерба. Троице были выданы квартиры, – вспоминает Владимир Малин. – Тогда из воды были видны только крыши наших домов. Всех жителей в срочном порядке эвакуировали. Из пострадавших был единственный мужчина, который, можно сказать на моих глазах, погиб в состоянии алкогольного опьянения. Он утонул по своей вине.

Владимир Малин говорит, что есть семьи, которые уже со дня на день собираются покинуть свои дачные домики.

**– Если будет большая вода, оставаться в своих домах людям просто будет невозможно. Мы все это уже видели своими глазами. Правда, жители в этот раз компенсации и не ждут, так как выплаты будут только производиться тем, у кого был застрахован домик, увы, таких в нашем дачном обществе нет. Всего в Яблоньке и Лесоводе 3 около 60 домов, у всех есть газ, свет. Дороги у нас в порядке, нанимаем людей, которые чистят их, все дети ходят в школы, – рассказал Владимир Малин.**



## Боимся мародерства

Жительница одной из дач садоводческого общества Яблонька Татьяна НУГМАНОВА заявила о том, что о предстоящем паводке и мерах эвакуации, а также никаких предупреждений не поступало.

– Мы видим по телевизору, что ДЧС предупреждают, какие-то дачные массивы, но именно к нам никто не приходил. Хотя я целыми днями нахожусь дома. В 2011 году нас подтопило, получали компенсацию, но пока к паводку мы не готовимся, если честно. Беспорно воды боимся, но в случае чего, думаю, поедем к своим детям в город. Живем в надежде, что топить не будет. Помню, тогда после паводка сами собирали и возили песок, потом вручную тут раскидывали его. А пока только ждем каких-либо сообщений от властей, – пояснила Татьяна Нугманова.



Елена Бархатова (на фото) тоже проживает в садоводческом обществе Яблонька. В половодье 2011 года им пришлось трое суток провести на собственном чердаке, однако сейчас она и вовсе не собирается покидать свои дачи, так как опасается мародерства.

– Один раз мы это пережили, сейчас к этому относимся с полным спокойствием, так что покидать свои дома не собираемся, потому что тут будет сплошное воровство. Мы живем с мужем вдвоем, детей маленьких у нас нет, они все живут в городе. Думаю, если и даже будет топить, то покинем дачи только в крайнем случае. Тогда компенсацию мы и не получили, и домик мы восстанавливали сами, – рассказала Елена Бархатова.

1,02

млн кубометров снега вывезли из Уральска в этом году.

## Нам идти некуда

Кому же есть жители, которые в любом случае останутся в своих домах, потому что идти им вовсе некуда. Надежда Демяшева и Анатолий Каланов (на фото) – пенсионеры, живут со своим холостым сыном на даче уже 14 лет.

– Трясемся от страха, так как 8 лет назад от растерянности и незнания чуть не замерзли при подтоплении, – вспоминает супружеская пара. – Вода хлынула в дом настолько неожиданно, что нам пришлось спасаться самим. И потом лишь ждать помощи от ДЧС. Все документы тогда были утеряны, а компенсировали нам ущерб 25 килограммами картошки. Мы оба пенсионеры, да с нами живет холостой сын, но идти нам совсем некуда. Сейчас мы уже готовимся к большой воде и собираем все ценные вещи, выносим их



**– Трясемся от страха, так как 8 лет назад от растерянности и незнания чуть не замерзли при подтоплении, – вспоминает супружеская пара. – Вода хлынула в дом настолько неожиданно, что нам пришлось спасаться самим.**

## Будет топить из-за расположенного вблизи полигона

Жителей дачного общества «Орбита» волнует вопрос полигонов для складирования снега, расположенных рядом с дачами. Они утверждают, что как только на улице потеплеет, их дома начнут топить талой водой.

– У нас тут рядом переполнен полигон, всю зиму сюда складировали снег. Ведь можно же вывезти снег куда-то в другое место, мы же живем тут, для нас это большая проблема. Все это время у нас не было возможности вызвать такси и скорую помощь, потому что проехать было невозможно. И даже с экологической точки зрения, понимаете, сюда везут грязь со снегом со всего города, потом все это стекает в Чаган, наши дети там купаются, а мы в первую очередь поливаем этой грязью огород, а потом с этих грядок и питаемся. Все говорят, будет потоп, собери вещи, каждый год собираем, потом разбираем, уже все изнашивается. Как нам справиться с водой, даже не знаем, – задается житель дачного общества Орбита Джума Гулматов.

## К приему пострадавших от паводка готовы 28 эвакуационных пунктов

Между тем, по словам руководителя ДЧС Жасулана Джумашева, подтопление жилых домов и объектов происходит в северных районах: район Байтерек, Таскалинский район, также были угрозы подтопления в Казталовском районе и в Уральске.

– По городу у нас отмечены 32 участка, где могут быть подтопления тальными водами в дачных массивах. Угроз поднимется вода в пойменных участках реки Урал, могут быть подтопления в районе Байтерек в поселках Асан и Мичурино. В дачных массивах микрорайона Самал может отмечаться только повышение уровня грунтовых вод, – отметил Жасулан Джумашев.

По его словам, что в Уральске готовы к приему пострадавших от паводка 28 эвакуационных пунктов.

– Мы можем принять более трех тысяч человек. Договоры с организациями и предприятиями, куда будут эвакуировать людей, уже заключены, – пояснил Жасулан Джумашев. – Также по всей области проводится очень большая и активная работа по паводку. Сейчас в трех районах начинаются работы по подтопке ледохода, чтобы через каналы и гидротехнические сооружения по рекам было свободное прохождение ледовой массы. Мы начинаем работы по бурению и прорезанию специальных линий для раскола льда. В прошлом году у нас была всего одна ледорезная установка и три мотобура, 15 ручных буров. В этом году мы приобрели еще два ледобура за счет дополнительного местного бюджета и пять мотобуров. Также проводятся очистка арков, обвалование дамб, укрепление створков на гидротехнических сооружениях.

Кристина КОБИНА

Фото Медета МЕДРЕСОВА



АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

**П**о данным пресс-службы департамента полиции Атырауской области, ДТП произошло на трассе Индер – Атырау, в районе населенного пункта Коктогай. В результате аварии трое человек погибли. Из 43 пассажиров, находящихся в автобусе, 15 детей.

В пресс-службе управления здравоохранения Атырауской области сообщили, что в результате аварии 15 человек были госпитализированы в медицинские учреждения области.

По данным медиков, 5 человек доставлены в Атыраускую областную больницу. Столько же в центральную районную больницу Махамбетского района и 4 в ЦРБ Индерского района.

На месте ДТП работало 10 бригад скорой медицинской помощи и была развернута мобильная врачебная амбулатория.

Районным акиматом на месте ЧП для пассажиров автобуса было организовано горячее питание, подготовлен транспорт для доставки к месту дальнейшего назначения. С пострадавшими работают психологи. Их состоянию здоровья ничто не угрожает, отметили в областном управлении здравоохранения.

Причины аварии выясняют следственные органы. Ведется досудебное расследование по статье 345 ч.4 УК РК «Нарушение правил дорожного движения или эксплуатации транспортных средств лицами, управляющими транспортными средствами».

По словам руководителя управления физической культуры и спорта по ЗКО Асии Аманбаевой, в рейсовом автобусе в Атырау ехали 15 школьников. Дети, на-

ходившиеся в автобусе, занимаются в городском спортивном клубе "Урал".

– Руководство клуба выехало. Я с обздравом нашим разговаривала, 11 детей находятся в Махамбете, у них состояние хорошее, 4 забрали в областную больницу в Атырау. Сейчас с коллегами обзваниваем, узнаем ситуацию. Дети поехали на турнир, приказа не было, родители настояли, чтобы дети поехали, по крайней мере, руководство клуба так сказала. Официально мы их не командировали. Они поехали обычным рейсовым автобусом, – рассказала Асия Аманбаева вечером 26 февраля.

#### Все погибшие – жители ЗКО

**К**ак рассказал генеральный директор ТОО "Западно-Казахстанский автобусный парк" Марат Абдрахманов, после случившегося ДТП он сразу же выехал на место происшествия.

– Когда мы приехали, всех пострадавших забрали врачи. Трое пассажиров, к сожалению, скончались на месте – Камшат Калиева 1988 года рождения и супруги Мусины 1962 и 1963 годов рождения. Все они оказались жителями Уральска. 28 февраля мы были на похоронах супружеской пары. У них остались трое взрослых детей. Сегодня состоятся похороны Камшат, туда мы тоже поедем. Руководство автопарка оказывает максимальную помощь семьям погибших – помощь при перевозке тел, организация похорон, – рассказал Марат Абдрахманов корреспонденту "МГ" 28 февраля.

Кроме этого, по словам руководителя автопарка, оказывается всяческая поддержка и семьям 15 детей, которые также

# Автобус с пассажирами столкнулся с грузовиком. Есть погибшие

оказались среди пассажиров рейса.

– Ребята ехали на соревнования из Уральска в Атырау. Трое не пострадали и сразу после аварии были размещены в гостинице. 12 ребят были доставлены в больницы. В данный момент в медучреждениях находятся трое детей. 10-летнему Арсену предстоит операция. У него травма бедренной кости. У другого мальчика подозрение на перелом ребер, у третьего – подозрение на трещину теменной кости. Со всеми родителями мы поддерживаем связь. Всем оказывается помощь при перевозке детей. Школьников сопровождал тренер. Билеты они купили в тот же день, заранее никаких заявок не подавали. Согласно "Правилам о перевозках", мы имеем право перевозить группы детей под присмотром взрослых без сопровождения сотрудников дорожной полиции. Мы и дальше намерены помогать семьям детей. В данный момент материально помогаем маме мальчика, который находится в больнице, – отметил руководитель автопарка.

#### За рулем был опытный водитель

**В**ыяснилось, что в день трагедии за рулем был водитель с 33-летним стажем работы. Его сменили

его сын – водитель с 12-летним опытом.

– В тот день в 8.20 они прошли медосмотр, а в 9.06 выехали в Атырау. Водитель за время своей работы ни разу не попал в ДТП. По его словам, виной всему была скользкая дорога. Он затормозил из-за того, что впереди едущая машина резко сбавила скорость. Автобус занесло, и он оказался на встречной полосе, по которой двигалась фура. Водитель фуры, гражданин РФ, также пострадал в этой аварии, он сломал ногу и сейчас находится в больнице. Фура и автобус были отбуксированы на стоянку департамента полиции Атырауской области. Наш автобус 2007 года выпуска, техническое состояние отвечало всем требованиям, техосмотр проходил вовремя. В данный момент ведется следствие, которое установит виновных. Мы хотим выразить глубочайшие соболезнования семьям погибших. Мы скорбим вместе с вами, – заключил Марат Абдрахманов.

#### Претензий не имеем

**30**-летнюю Камшат Калиеву в последний путь проводили 1 марта в поселке Селекционное. Как рассказала свекровь погибшей Гулсим

**СТРАШНОЕ ДТП ПРОИЗОШЛО ВО ВТОРОЙ ПОЛОВИНЕ ДНЯ 26 ФЕВРАЛЯ НА АВТОДОРОГЕ УРАЛЬСК–АТЫРАУ. НА МЕСТЕ АВАРИИ ПОГИБЛИ СУПРУЖЕСКАЯ ПАРА И ДЕВУШКА. ВСЕ ОНИ ЖИТЕЛИ ЗКО. КРОМЕ ТОГО, В РЕЙСОВОМ АВТОБУСЕ НА СОРЕВНОВАНИЯ В АТЫРАУ ЕХАЛИ 15 УРАЛЬСКИХ ШКОЛЬНИКОВ.**

Жубаньшева, девушка в тот день ехала в Атырау, чтобы сдать анализы.

*– С моим сыном они поженились восемь лет назад. Сама Камшат родом из Шымкента. Сегодня приехала её мама и тетя. На поезде едут отец и другие родственники. Очень тяжелая ситуация, конечно. Никто не ожидал такого исхода. Мы ни к кому не имеем никаких претензий. Руководство автопарка приходило к нам, выразили свои соболезнования, попросили прощения. Это большая трагедия как для нас, так и для них, – говорит женщина.*

Фото Медега МЕДРЕСОВА и сайта "Алокайык"



**30-летнюю Камшат Калиеву в последний путь проводили 1 марта в поселке Селекционное. Как рассказала свекровь погибшей Гулсим Жубаньшева, девушка в тот день ехала в Атырау, чтобы сдать анализы.**



# Растаявший на крыше многоэтажки снег затопил квартиры до первого этажа

Жители домов, расположенных по улице Жангир хана, 11 и улице Молдагуловой, 14 бьют тревогу, потому что талая вода с крыш добралась уже до первых этажей.

**Кристина КОБИНА**

Слов жительницы дома по улице Жангир хана, 11 Екатерины Зайкиной, они живут в этом доме два года.

– Дело в том, что на протяжении всего времени у нас огромная проблема с крышей, с нее постоянно течет вода, и уже всех затопило до первого этажа. Мы обращались в КСК "Геолог", они всегда реагируют на жалобы, приходят и счищают с крыши снег, но нам это не помогает.

В прошлом году летом я решила на собственные деньги перекрыть крышу мягкой кровлей прямо над своей квартирой, но и это, к сожалению, не помогло, так как выдалась очень снежная зима. Нам нужно ставить коньковую крышу, хотим, чтобы ее сделали по программе "Модернизация ЖКХ". За три года сменилось два председателя комиссии и еще КСК, но до сих пор по непонятным причинам ее не начали делать, хотя все документы для этого были сданы. Жители говорят, эта проблема уже десятый год в этом доме, – пояснила Екатерина Зайкина.

Женщина опасается за здоровье своего ребенка.

– У меня есть ребенок, за которого я очень переживаю, ведь от сырости могут развиваться сложные заболевания. Я и сама постоянно хожу с кашлем. Мы живем с открытой форточкой, сырость – дышать нечем. Тут надо делать капитальный ремонт, так как частичный уже не помогает, – сказала Екатерина Зайкина.

Жительница дома по улице Алии Молдагуловой, 14 Жаня Закаринна жалуется на такую же проблему в их доме.

– По всей квартире мы сделали натяжные потолки, в двух комнатах они просто повисли от сырости и воды, а в зале вода скопилась в нем и теперь он провисает над головой. Вся мебель пришла в негодность, развалился кухонный гарнитур. Невозможно жить в таких условиях, когда постель

постоянно мокрая. Как только начинает теплеть на улице, я не успеваю выносить тапки с водой. У меня сахарный диабет, и весь день я дома дышу этой сыростью, от чего заболела пневмонией. Уже не мечтаю о ремонте, так как его делать бесполезно. Обращалась в КСК "Алмаз", они посылают на крышу соль, перекрывают только, но это не спасает ситуацию, – рассказала Жаня Закаринна.

Как сообщил заместитель руководителя отдела ЖКХ и жилищной инспекции города Уральск Канат Умралиев, чтобы начать менять крышу по программе "Модернизация ЖКХ", необходимо собрать пакет документов и еще нужно согласие 2/3 жильцов данного дома.

– Что касается дома, который расположен по улице Жангир хана, 11, то там уже собраны все необходимые документы, утверждено финансирование, мы ждем только хорошие погодные условия для начала работы. А вот от жильцов дома по улице Алии Молдагуловой к нам заявка по программе "Модернизация ЖКХ" еще не поступала, – заявил Канат Умралиев.

Однако позже Канат Умралиев сообщил, что все же заявка на модернизацию от жильцов дома по улице Алии Молдагуловой, 14 была и они ждут одобрения финансирования.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

# Рабочие ТОО "Жайык Таза Кала" боятся остаться без работы

1 марта 47 рабочих ТОО "Жайык Таза кала" собрались у здания и рассказали о своих опасениях.

**АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА**

Водители и трактористы ТОО "Жайык Таза кала", возмущены тем, что их не предупредили заранее, что руководство предприятия подало объявление, чтобы вместо них взять других работников.

По словам собравшихся, их попросили сдать технику и идти чистить снег, и что снег они будут чистить, пока не закончится противопаводковый период. Однако руководство компании не дает внятного ответа, вернут ли потом водителей на прежнее место работы.

Все эти 47 человек, которых посылают чистить снег на улицы, стоят с утра перед зданием ТОО "Жайык Таза Кала".

– Я не согласен так работать. У меня есть договор, заключенный на год, где сказано, что я должен работать водителем. Идти на улицу чистить снег я не согласен. Там и зарплата меньше, да и потом у меня возраст уже не тот, – говорит рабочий ТОО "Жайык Таза Кала" Жасан Жаскараев.

С ним согласны и другие рабочие. – Мы согласны, что сейчас паводкоопасный период, и я, к примеру, согласен чистить снег. Но пусть нам дадут гарантию, что через месяц нас вернут на прежнее место. К тому же если они сейчас набирают 200 человек, то почему их нельзя отправить сразу на чистку снега?! – говорит водитель.

Позже на встречу с рабочими приехал заместитель акима Уральска Сергей Доля, а также вышел директор компании Куат Ерсайынов. Также приехали сотрудники полиции и прокуратуры.

Однако директор предприятия заявил, что рабочих переобращают на очистку снега временно.

– Людей не хватает. До конца противопаводковых мероприятий мы вынуждены принять такие меры. Водители, которые переведены на лопаты, должны отработать до конца противопаводкового сезона, а потом они будут возвращены снова кто водителем, кто механизатором. Такой приказ есть, – объяснил Куат Ерсайынов.

Также руководство добавляет, что они дополнительно для очистки города от снега нанимают еще 200 рабочих.

Кроме того, рабочие пожаловались на низкие зарплаты и на профсоюз. Они рассказывают, что ежемесячно делают отчисления, однако взамен ничего не получают. К примеру, рабочий компании попал в ДТП, так ему даже денег на лекарства с профсоюза не выделили. Рабочие утверждают, что к 1 сентября тем, у кого семья многодетная, выдали по две тетради и по две ручки, на Новый год подарки дают не всем, а только выборочно, у кого много детей.

Позже на место прибыл аким города Мурат Мукаев. После недолгих переговоров руководства с рабочими стало известно, что рабочим все-таки обещали вернуть их на свои рабочие места после завершения паводкового периода.

– Сейчас мы поговорили с акимом и руководством предприятия. Нам изначально не правильно дали информацию. Мы не знали, увольняют нас или временно переводят работать на улицах. Сейчас нам все объяснили, сказали, что только на неделю нас снимают с техники и мы должны будем помочь чистить дороги. Мы согласились, другого выхода у нас нет. Обещали, что размер зарплаты не изменится. Нас все устраивает. С завтрашнего дня мы с лопатами выйдем на улицу, – рассказал водитель предприятия Анатолий Юлаев.

Фото Медета МЕДРЕСОВА



**СКИДКИ ВЫХОДНОГО ДНЯ**  
на бензин от сети АЗС «VenOil»

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

**ЦЕНТР ДОКТОРА БУБНОВСКОГО**  
здоровье в движении  
ЛЕЧЕНИЕ БОЛЕЗНЕЙ ПОЗВОНОЧНИКА И СУСТАВОВ  
БЕЗ ЛЕКАРСТВ И ОПЕРАЦИЙ

Уважаемые жители города Уральск!  
В честь праздника Наурыз  
15 и 16 марта 2019 г.  
в центре Бубновского  
проводится  
день открытых дверей,  
вас ждет 50% скидка  
на первичный прием  
и 10% скидка  
на 1-й цикл лечения.

Предварительная запись по тел.: 8 (7112) 53 81 91, 8 776 7 53 81 91  
ул. Пойменная, 2/4 (остановка рынка «Алтын Алма»)»

**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 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 90 83  
г. Аксай, р-н Промзона 8 71125 934 27  
Оптовые продажи: 8 7112 28 38 35, +7 785 798 90 38 tauekel-opt@mail.ru



**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 (мультифакториальное 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 Ботагоз летом потерял работу, подрабатывал на калымах. Сейчас он снова устроился на работу.

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

# Где горячая вода?

– **Здравствуйте. Живем по адресу: улица Жамбыла, 219. С осени 2017 года горячая вода выше второго этажа не поднимается. Обращения в КСК и "Жайыктепэнерго" результатов не дали. Нам звонили из акимата, обещали дать ответ, но ответа нет.**

– **Александр**

– Ранее данный вопрос был рассмотрен с выездом на место инспекторами тепловой инспекции АО «Жайыктепэнерго» с привлечением председателя КСК «Агрореммаш». В результате обследования инспектором тепловой инспекции в отношении руководства КСК «Агрореммаш» было выдано предписание для проведения контрольной вырезки розлива горячего водоснабжения на факт зашлакованности с последующей заменой. Также на увеличение диаметра розлива горячего водоснабжения с 40 мм на 57 мм, – ответили в акимате Уральска.



# Весной мы потонем

– **Добрый день. Когда вывезут снег с улицы Ружейникова, район складов АО "Талап". Мы просто потонем весной. Сам напимал трактор, но один я не могу осилить сумму в 12000 тенге в час. Три раза за зиму збөөо уже отдал. Где же мои налоги? За что я их плачу, помогите с вывозом снега.**

– **Житель города**

– Акиматом дано задание ТОО «Жайык Таза кала» об очистке и вывоза снега с указанного адреса, – сообщили в ЖКХ.



# В очереди стоим, а квартир нет

– **Здравствуйте. Хотела бы узнать, будут ли в 2019 году программы для получения квартиры. Сама стою на очереди на жилье с 2010 года по категории дети-сироты.**

– **Татьяна**

– Здравствуйте. На сегодняшний день ваш номер очереди – 1583. Согласно п. 1 и п. 3 ст. 74 Закона Республики Казахстан «О жилищных отношениях» от 16.04.1997 года жилище из государственного жилищного фонда или жилище, арендованное местным исполнительным органом в частном жилищном фонде, предоставляется гражданам, состоящим на учете нуждающихся, в порядке очередности, установленной списками, с момента подачи заявления со всеми необ-

ходимыми документами. Права граждан, включенных в указанные списки, признаются равными. Никто не имеет преимущественного права за исключением инвалидов и участников Великой Отечественной войны, а также детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, на получение жилища из государственного жилищного фонда или жилища, арендованного местным исполнительным органом в частном жилищном фонде перед другими, включенными в данный список, если иное не предусмотрено настоящим Законом. Также согласно п.4 ст. 74. указанного Закона первоочередное право на получение жилища из государственного жилищного фонда или жилища, арендованного местным исполнительным органом в частном жилищном фон-

де, имеют инвалиды и участники Великой Отечественной войны, а также дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей. При распределении жилищ (вновь введенных в эксплуатацию или освобожденных жильцами) из государственного жилищного фонда или жилищ, арендованных местным исполнительным органом в частном жилищном фонде, детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, выделяется не менее двадцати процентов от общего количества жилищ из коммунального жилищного фонда или жилищ, арендованных местным исполнительным органом в частном жилищном фонде. Благоустроенная квартира Вам будет предоставлена на законных основаниях в порядке очереди, – ответили в акимате г.Уральск.

# Нам нужен светофор

– **Здравствуйте. Хотели узнать, появится ли в скором времени регулируемый перекресток на пересечении улиц Жукова и Маметова? На этом перекрестке один пешеход, и то многие на ней водители не соблюдают ПДД! Сделайте с других сторон пешеходные переходы, либо регулируемые светофором! Часто из-за простого отсутствия пешеходных переходов люди переходят дорогу в неполюженных местах. Также большая проблема с водителями пассажирских автобусов, которые нагло сигналият, торо-**

**пят пешеходов.**  
– **Арман**

– В ближайшее время установка светофорного объекта на пересечении ул.Жукова и М.Маметова не запланирована. На пересечении пр.Достык и ул.М.Маметова имеется регулируемый пешеходный переход в полной мере обеспечивающий необходимую пропускную способность пешеходов. Касательно второго вопроса сообщаем, что в период с 17 по 19 января текущего года было проведено оперативно-профилактическое ме-

роприятие ОПМ «Автобус». Специалистами Отдела пассажирского транспорта и автомобильных дорог г.Уральска совместно с госавтоинспекторами ОАП УПЗКО были проведены рейдовые мероприятия. В ходе данного мероприятия были проверены маршрутные автобусы на техническое и санитарное состояние, на наличие документов, огнетушителей, а так же на наличие свидетельства на право обслуживания маршрута и т.д. По результатам рейдовых мероприятий было выявлено 122 правонарушения, – сообщили в акимате Уральска.

# Дети боятся бродячих собак

– **Здравствуйте. На данный момент из-за увеличившегося количества бродячих собак в селе Ускен школьники начальных классов подвергаются постоянному их нападению. Прошу принять мера по данному вопросу.**

– **Даурен**

– Услуги по отлову и уничтожению бродячих собак и кошек по городу Уральск осуществляет ГКП «Уральская ветеринарная станция» на ПХВ. Отлов и уничтожение бродячих собак и кошек осуществляется ежедневно согласно поступающих заявлений. Заявку вы можете оставить по адресу: ул. Мясокомбинат, 7/1, тел: 27–50–65, – ответили на уральский вет-станции.

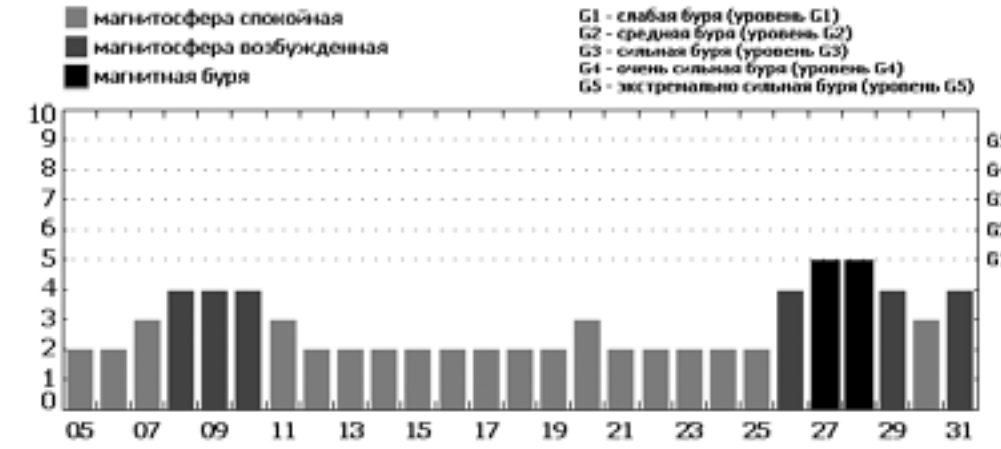


**ПРОГНОЗ ПОГОДЫ В УРАЛЬСКЕ С 6 ПО 12 МАРТА**

<b>Среда</b> 06.03 днем <b>+2°</b> ночью <b>+1°</b>	<b>Четверг</b> 07.03 днем <b>0°</b> ночью <b>-7°</b>	<b>Пятница</b> 08.03 днем <b>-4°</b> ночью <b>-13°</b>	<b>Суббота</b> 09.03 днем <b>-2°</b> ночью <b>-12°</b>	<b>Воскресенье</b> 10.03 днем <b>+1°</b> ночью <b>-1°</b>	<b>Понедельник</b> 11.03 днем <b>+3°</b> ночью <b>+1°</b>	<b>Вторник</b> 12.03 днем <b>+4°</b> ночью <b>0°</b>
--	---	---	---	--	--	---

Источник: gismeteo.ru

**РАСПИСАНИЕ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 5 ПО 31 МАРТА**



Расписание обновляется каждую неделю. Источник: tesis.ru

**По рубрике дежурила Арайлым УСЕРБАЕВА. На этой неделе в среду, 6 марта, ваши вопросы будет принимать Кристина КОБИНА 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.

**Курс лечения нужно пройти Насте Бузгон**

**15 марта Анастасия с мамой должна быть на лечении в Самаре в клинике Середавина.**

По словам мамы девочки Любови Кирьяновой, Насте необходимо пройти второй курс лечения.

– В марте Насте нужно пройти второй курс противорецидивного лечения в Самаре в клинике Середавина. У Насте остеомелит левой пяточной кости. После нескольких курсов лечения в Самаре в клинике Середавина рана стала уменьшаться. Без необходимого лечения рана не закроется. В сентябре 2018 года Настя прошла один курс противорецидивного лечения в Самаре в клинике Середавина, после которого ей сделали операцию на пятке. Через 6 месяцев ей нужно пройти второй курс противорецидивного лечения в Самаре в клинике Середавина. Мы просим помочь нам поехать на лечение. На лечение необходимо 70 тысяч рублей (420 тысяч тенге). Хотелось бы сказать спасибо всем, кто нам помогает. Без помощи людей мы бы не смогли лечить Настю, – говорит Любовь Кирьянова.

Также Любовь рассказала, что ее дочери после операции в Москве на позвоночник стало намного легче.

– После операции на позвоночник она стала лучше ходить. В Самаре врач сказал, что шанс есть, что рана (на пятке – прим. автора) закроется, но нужно 2 раза в год получать лечение. В Самаре Настя сначала в течение семи дней проходит курс лечения, потом ей делают операцию на пятке. В сентябре прошлого года ей делали операцию уже без наркоза, – сообщила Любовь.

Нужно отметить, что мама Настя не в первый раз обращается с просьбой о помощи к людям. Анастасия БУЗГОН инвалид детства, у нее спинально-мозговая грыжа. На фоне этого заболевания у девочки в 2014 году образовалась мозоль на пятке, которая потом перешла в более сложную форму заболевания. У Настя началось гниение кости. Мама начала сбор денежных средств, для проведения операции в Самаре. При помощи неравнодушных людей нужною сумму им все-таки собрать удалось. 6 сентября 2017 года девочке успешно провели операцию. На повторную операцию девочке требовалось 400 тысяч тенге. После того, как деньги были собраны, мама с девочкой выехали в Самару и ей провели операцию. После этого выяснилось, что у девочки синегнойная инфекция, ей требуется лечение в Самаре. Деньги также помогли собрать читатели сайта.

Желание помочь девочке могут перечислить деньги по следующим реквизитам:

**Народный банк Казахстана**  
**KZ2860123300001614**  
**Сбербанк России**  
**KZ36914CP64324836318 (только в рублях), KZ284914CP39886366491 (в тенге)**  
**Карта Сбербанка России 4263 4472 9520 8158 (в тенге), номер счета в Сбербанке KZ28491CP39886366491 (в тенге)**  
**Номер карты Сбербанка: 4424 6400 1069 0611 (в рублях)**  
**Киви-кошелек: 87471631562**  
**Депозит в Каспий банке**  
**780312402466**  
**ИИН 780312402466**  
**Номер карты Каспи голд**  
**5169493191223433**  
**Также можно связаться с мамой девочки по телефону: 87471631562 и 87769138642.**

# Повышение зарплат бюджетникам и пособий многодетным.

# НА ЧТО ЕЩЁ ПОТРАТЯТ 2,3 ТРЛН ТЕНГЕ?



**НА СЪЕЗДЕ ПАРТИИ «НУР ОТАН» ПРЕЗИДЕНТ ПОРУЧИЛ ДОПОЛНИТЕЛЬНО ВЫДЕЛИТЬ НА СОЦИАЛЬНУЮ СФЕРУ ДЕНЬГИ ИЗ БЮДЖЕТА И НАЦФОНДА. РАССКАЗЫВАЕМ, ЧТО ЭТО ЗА ПОРУЧЕНИЯ.**

**27** февраля в Астане прошёл XVIII съезд "Нур Отана" под председательством Нурсултана Назарбаева, на котором рассмотрели программу партии до 2030 года. Президент Казахстана рассказал о 10 дополнительных мерах социальной политики государства. На их реализацию из Нацфонда и бюджета выделят 2 трлн 350 млрд тенге.

*"В текущем году на социальную сферу направляется более 45% от всех расходов республиканского бюджета. В то же время обозначились диспропорции в социальном блоке. Я принял решение о выделении средств из Нацфонда на повышение качества жизни и благосостояния казахстанцев. Выделяемые средства должны дойти до адресата", – отметил Нурсултан Назарбаев.*

Informburo.kz разбирает, как будут распределены бюджетные деньги и средства из Национального фонда республики.

## На повышение зарплат бюджетников выделят 980 млрд тенге

С 1 июля 2019 года Президент поручил повысить зарплаты работникам бюджетной сферы:

- \* низкооплачиваемым работникам – до 30%;
- \* низовым работникам исполнительных органов (в районах и областях) – в среднем на 25%.

*"Сейчас программа заданет напрямую миллион гражданских служащих здравоохранения, образования, соцзащиты, культуры спорта и других. Средства получила серьёзная диспропорция от центра к регионам, надо их поддержать. Дополнительно будет выделено на эти цели 980 млрд тенге", – пояснил Нурсултан Назарбаев.*

## 300 млрд тенге – на поддержку многодетных семей

Президент поручил Правительству повысить критерий оказания адресной социальной помощи до 70% от прожиточного минимума. АСП до этого времени рассчитывалась так: 50% от прожиточного минимума (29 698 тенге) выплачивали на каждого члена семьи. Это составляло 14 849 тенге. Теперь на каждого будут выплачивать 20 789 тенге.

*"Для адресной социальной помощи установить минимальную выплату на каждого ребёнка многодетным семьям в сумме около 21 тысячи тенге. На реализацию этих мер дополнительно выделить 300 млрд тенге в 2019–2021 годы. Также поручаю акимам дойти до каждой семьи, усилить меры нуждающимся, помочь с учётом возможностей. Средства надо экономить и направлять туда, куда надо", – поручил глава государства.*

Также на 30% повысят пособие родителям, опекунам и семьям, воспитывающим детей-инвалидов.

## 50 млрд тенге ежегодно – на строительство арендного жилья

Глава государства поручил Правительству построить в рамках программы "Нурлы жер" 40 тысяч арендных квартир. Их будут распределять преимущественно между малообеспеченными и многодетными семьями.

*"На эти цели в ближайшие семь лет необходимо дополнительно выделять по 50 млрд тенге ежегодно. Также следует повысить доступность приобретения жилья для многодетных и неполных семей, семей с детьми с ограниченными возможностями, имеющих низкие доходы. Для этой категории граждан поручаю разработать льготный механизм предоставления жилищных займов под 2–3% годовых через систему жилстройсбережений. На эти цели Жилстройсбербанку будет выделяться ежегодно по 50 млрд тенге", – заявил Президент.*

## 120 млрд тенге – на развитие здравоохранения

По словам председателя "Нур Отана", у каждого казахстанца должен быть доступ к качественному здравоохранению независимо от места его проживания. Он поручил увеличить расходы на службу общественного здравоохранения и ПМСП с 40 до 60%.

*"Это практика всех развитых стран мира. Надо обратить внимание на первичную медицину, приблизить её к человеку. Поликлиники должны быть на первых этажах домов. Это очень важно, надо акцентировать. Поручаю дополнительно выделить на развитие сферы здравоохранения 120 млрд тенге. В результате повысится качество и доступность оказания стационарной медицинской помощи в семи регионах с охватом около 100 тысяч пациентов в год", – сказал глава государства.*

## 350 млрд тенге – на расширение дорог

Нурсултан Назарбаев напомнил оппозиционным партиям о дорогах в Европе, которые служат целым поколениям людей. В Казахстане только один автотранспортный коридор Западной Европа – Западный Китай отвечает

таким требованиям. В регионах дороги оставляют желать лучшего.

*"Поручаю дополнительно выделить на эти цели 350 млрд тенге. Эти меры к 2025 году помогут улучшить состояние 95% автодорог областного и районного значения. Все объекты региональной транспортной инфраструктуры, в том числе аэропорты, авто- и железнодорожные вокзалы должны быть модернизированы", – поручил Нурсултан Назарбаев.*

Для решения проблем окраин крупных городов – Астаны, Алматы и Шымкента дополнительно выделят в 2019–2021 годах 90 млрд тенге, на развитие малых и моногородов – ежегодно по 10 млрд тенге.

## 330 млрд тенге – на коммунальную сферу

На водоснабжение и водоотведение Президент поручил дополнительно выделить 140 млрд тенге, ещё 190 млрд – на газификацию и электроснабжение.

*"Поручаю предусмотреть для этих целей порядка 920 млрд тенге на 2019–2021 годы. "Нур Отан" должен запустить партийный проект "??тты мекен" с акцентом на развитие инженерной инфраструктуры страны. В первую очередь, Правительству, акимам, маслахатам провести отбор сёл, имеющих перспективу развития социальной сферы", – сказал он.*

По его словам, у села есть потенциал зарабатывать и достойно жить.

*"В этой связи поручаю Правительству разработать предложения по реализации специального проекта "Ауыл – ел бесізі" и обеспечить его финансирование в размере 90 млрд тенге на 2019–2021 годы. Это поможет закрепить молодёжь на селе", – считает глава государства.*

По словам Нурсултана Назарбаева, эти меры принесут осязаемую пользу людям.

*"Из Нацфонда я выделяю 1 трлн 230 млрд тенге. Всего 2 трлн 350 млрд тенге. Партия "Нур Отан", запишите себе. Давайте сделаем, чтобы каждая копейка дошла до людей", – заключил Президент.*

## Откуда возьмут дополнительные деньги?

Главный научный сотрудник Казахстанского института научных исследований при Президенте РК, доктор экономических наук Вячеслав Додонов рассуждает, откуда возьмут в бюджете дополнительные деньги.

*"Эти значительные средства предполагается изыскать за счёт кардинального улучшения налогового администрирования, то есть, их выделение будет происходить на основе повышения эффективности как собираемости налогов и сборов, так и расходов"*

Эти меры, по словам Президента, позволят в ближайшие три года получить в бюджет 1 трлн тенге.

Эксперт не исключает, что может возникнуть вопрос о возможном росте инфляции, но уверен, что большого скачка не будет.

*"Во-первых, эти средства, выделяются не одновременно, а будут распределены на три года. Во-вторых, большая их часть попадёт не напрямую на потребительский рынок, что могло бы разогнать инфляцию, а будет направлена на продуктивные расходы – строительство дорог, объектов социальной инфраструктуры, жилья для малообеспеченных и т. д. Заявленная сумма в разбивке по годам на трёхлетний период составляет около 800 млрд тенге, это получается порядка 7% государственного бюджета. Такое увеличение бюджета не приведёт к значимому росту инфляции, поскольку и в предыдущие годы рост бюджетных расходов был достаточно значительным – средний прирост затрат республиканского бюджета с 2014 по 2017 год превышал 17%, но при этом инфляция оставалась умеренной", – заключил эксперт.*

# В Казахстане началась работа по внедрению полового просвещения в школах

Внедрение полового просвещения в школах начнётся с подготовки преподавателей.

**Ф**онд ООН в области народонаселения (UNFPA) подписал меморандум о сотрудничестве с Национальной академией образования имени И.Алтынсарина. Согласно меморандуму начата работа по подготовке внедрения нравственно-полового воспитания в школах РК. Для начала будут разработаны методические пособия и проведена подготовка квалифицированных преподавателей в этой области.

Так как под половое просвещение не выделено отдельных учебных часов, оно будет интегрировано в уже существующие предметы, схожие по тематике, например, биология, естествознание и познание мира. В пилотном режиме нравственно-половое просвещение будет преподаваться учащимся 9–11 классов.

– Мы работаем в двух направлениях. Это, во-первых, процесс интеграции обучения в те предметы, которые связаны с этой темой, где мы сможем дать дополнительные методические разработки с ресурсами, видео, различными дополнительными материалами, которые учитель может использовать на уроке, – прокомментировала вице-президент Национальной академии образования имени Алтынсарина Алмагуль Мухамедханова. – Второе направление воспитания, мы разрабатываем материалы, которые могут быть использованы во время проведения классных часов. Программа "Рухани жангыру", которая уделяет большое внимание семейным ценностям, нам позволяет это делать.

По словам Алмагуль Мухамедхановой, в рамках нравственно-полового воспитания, учащимся будут рассказывать об отношении к семье, роли мужчины и

женщины в её создании, репродуктивном здоровье.

– Допустим, биология изучает половую систему человека, в то же время будет дана информация о том, что нужно уважать друг друга, внимательно относиться к репродуктивному здоровью женщины, знать о планировании семьи, – говорит

Как рассказали в ЮНФПА, для начала будет проведена работа с экспертами Национальной академии образования, после чего обучение по внедрению программы нравственно-полового просвещения начнётся в пилотных школах в разных регионах страны. Это будут семинары и тренинги.

Как сообщил исполнительный представитель Фонда ООН в области народонаселения Раимбек Сисемалиев, обучение учителей будет проводиться по программе, разработанной фондом.

– Ориентировочно обучение планируем начать в мае, – прокомментировал Раимбек Сисемалиев. – Но так как это конец учебного года, возможно, начало процесса будет перенесено на сентябрь. Мы начнём с обучения преподавателей, чтобы они могли интегрировать эту программу в уже существующие предметы. Мы будем обучать преподавателей, они впоследствии начнут работать над внедрением в школах.

*В 2017 году исследование ЮНФПА показало, что в Казахстане только треть родителей разговаривает со своими детьми о сексе. Также сообщалось, что в Казахстане участились случаи ранних беременностей.*

Источник: [INFORMBURO.KZ](http://INFORMBURO.KZ)



## До 20% подорожают туры для казахстанцев в Турцию

Страна переводит стоимость всех туров в евро и повышает стоимость турпакетов.

**П**о данным пресс-службы корпоративного фонда «Туристiк қамқор», в Казахстане, как и во многих странах мира в спешном порядке все туры в направлении Турции пересчитывают в евро, напоминая, что соседние российские туроператоры и турецкие отельеры на расчеты в евро масово начали переходить еще в ноябре прошлого года.

– В связи с этим с 1 января путевки на летний сезон в Турцию подорожали разнопланово от 10 до 20% в зависимости от класса отеля. Но особенно эти изменения туристы смогут ощутить лишь во время летних отпусков. Таким образом, стоимость отдыха в Турции отныне теперь зависит от курса евро, а не доллара. Оплата, как и прежде, будет

осуществляться в тенге, но затем переводиться в евро. Одной из главных причин смены расчетной валюты называют политическим аспектом. Но официальное объяснение – большинство турецких отельеров выставляют цены в евро, ориентируясь на европейские рынки, где валютой расчета является «стабильный и более мягкий» евро, – передает источник.

**К**ак отметили в фонде, Турция лидирует среди стран, где казахстанцы любят больше всего отдыхать. Так, в прошлом году в Турцию отдохнули 148 тысяч жителей Казахстана.

Дана Рахметова



## Авитаминоз и гиповитаминоз: различия, лечение

Витамины – жизненно важные вещества, которые участвуют в обменных процессах организма. Нехватка элементов приводит к ухудшению состояния кожи, волос, работы внутренних органов.

**Д**ефицит витаминов – гиповитаминоз – путают с авитаминозом. Гиповитаминоз – состояние, при котором витамины расходуются быстрее, чем поступают. Авитаминоз – полное отсутствие витамина в организме, редкая патология, распространенная среди тяжело больных, бездомных и наркозависимых.

*Основные источники витаминов – продукты питания: фрукты и овощи. Запас полезных веществ восполняет регулярное употребление полезных продуктов. Кроме того, исследователи сообщают, что со временем фрукты и овощи теряют «полезный потенциал». Чтобы получить то количество витамина С, которое прадеды выжимали из одного апельсина, теперь нужно использовать восемь апельсинов.*

соль тоже относится к категории фортифицированных продуктов.

### Витаминно-минеральные комплексы

**О** пользе витаминно-минеральных комплексов говорит стойкость их состава. Натуральные витамины сохраняют стопроцентную эффективность только в идеальных условиях. То есть таких, где нет солнечных лучей, колебаний температуры и влажности и т. д. Такую обстановку очень сложно найти в доме обычного человека. Поэтому можно только попытаться сделать вывод о том, сколько на самом деле витаминов перепадает организму от полезной морковки.

Витамины – сложные по своей химической организации соединения. Они работают не поодиночке, а только в комбинации с другими веществами, которые чаще всего имеют белковую природу. Поэтому при белковом голодании (исключе-

нии из меню мяса, яиц, кисломолочных продуктов) гиповитаминоз себя ждать не заставит. А принимать витаминные препараты на голодный желудок категорически запрещено.

Источник: [VSE-O-ZDOROVIE.RU](http://VSE-O-ZDOROVIE.RU)

**6-9 МАРТА**  
Весенние акции с «Радужой звук»  
**СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ**

**5% скидка** + подарок

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ  
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ  
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

**НОВОЕ**  
ВСТУПАЕМ В ЭРУ

г. Уральск  
ул. Д. Нурпеисовой, 12  
тел.: 8 (7112) 51-34-58

Лицензия серия ЛП 1047802 №00007643 от 10.08.2010г. выдана Департаментом здравоохранения г. Астана.

**ОЛИМП**  
КЛИНИКО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЛАБОРАТОРИИ

КОНТАКТ-ЦЕНТР: 59-79-69

**Уважаемые жители городов Уральск, Аксай и области!**

Клинико-диагностическая лаборатория «ОЛИМП» (Западно-Казахстанский филиал ТОО «КДЛ ОЛИМП») проводит бесплатные анализы для социально-уязвимой категории населения по дорогостоящим видам диагностических исследований:

- ПЦР (полимеразная цепная реакция) на инфекции, вирусные гепатиты;
- Иммунограмма (Иммунофенотипирование);
- Определение концентрации лекарственных средств в крови после трансплантации органов;
- Пренатальный скрининг на выявление риска синдрома Дауна и других аномалий плода (медико-генетические исследования беременных).

Для прохождения обследования необходимо обратиться к врачу поликлиники по месту прикрепления, где вы сможете получить направление и сдать необходимые анализы.

Период оказания услуг до 20.12.2019 г.

**Телефоны: 59-79-69, 8 (701) 961 30 25**

Лицензия №0117104 от 30.01.2015г. выдана Департаментом здравоохранения ЗКО.

**МЕДИКЕР** Аксай

**Медицинский центр «Медикер Аксай»**  
г.Уральск информирует:

**врачебная амбулатория по адресу город Уральск ул. Жангирхана 43/2 оказывает услуги:**

- на платной основе;
- в рамках гарантированного объема бесплатной медицинской помощи (при условии прикрепления к поликлинике);
- проведение профосмотров;

**за справками обращаться по тел: 50-27-74; 8 701 098 41 67**

**Выездная бригада оказания неотложной медицинской помощи:**  
Тел: 93-33-79; 8 701 781 5 596



## ВОПРОС - ОТВЕТ

**– Что такое папиллома?**  
**– Валентина**  
**Отвечает доктор Сергей Агапкин, ведущий программы «О самом главном»:**  
Папилломы – это доброкачественные новообразования, вызванные папилломавирусом. Он передается половым и бытовым путем, а «воротами» служат ссадины и трещины на коже или слизистых оболочках. Чаще новообразования возникают на местах, подверженных трению, появлению способствуют длительное пребывание на солнце, снижение иммунитета, гормональные нарушения. Вопрос о необходимости оперативного лечения (хирургическим путем, жидким азотом, электрокоагуляцией, лазерной терапией) принимает врач. Чтобы родинки не появлялись снова, одновременно с удалением необходимо провести противовирусную терапию.

**– Существует ли лечение от вируса папилломы человека (ВПЧ)?**  
**– Татьяна**  
**Отвечает доктор Сергей Агапкин, ведущий программы «О самом главном»:**  
По данным ВОЗ, 70% населения Земли к 50 годам инфицировано ВПЧ. Неполноценность вызывает вирусы высокого онкогенного риска (ВПЧ 16, 18, 31, 33, 35, 45, 56, 66), которые увеличивают риск возникновения предраковых, а потом и раковых заболеваний. При обнаружении вируса лечение назначается в зависимости от клинического проявления заболевания, от концентрации и типа вируса и имеет три основных направления: удаление образований (бородавок, кондилом, эрозий), прием противовирусных средств и укрепление иммунитета.

**– Какие симптомы говорят о менингите?**  
**– Евгения**  
**Отвечает врач-оториноларинголог, кандидат медицинских наук Александр Липченко:**  
Распространенное представление, что менингит – это когда сильно болит голова, верно лишь отчасти. Воспаление мозговых оболочек всегда влечет за собой утрату сознания. Возможны судороги, тошнота, рвота. Характерный для менингита синдром – ригидность (онемение или «ощипывание») в затылочных мышцах, коленях и локтях: человек не может нагнуть голову, разогнуть ноги или руки. Однако обратиться в подобных симптомах может только врач. Ведь заболеваний, связанных с головным мозгом, очень много. Например, у менингита есть схожие моменты с инсультом. Есть заболевания вестибулярного анализатора (часть внутреннего уха, регулирующие положение тела в пространстве), когда человека ни с того, ни с сего тоже начинает крутить, тошнить, он теряет сознание, падает и так далее.  
ЛОР-врач может только заподозрить инфекцию, диагноз «менингит» ставит невролог. Делается люмбальная пункция для анализа спинномозговой жидкости – она показывает, есть ли менингит.

## КАКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ В ОСМС ВНЕСЕНЫ В ЭТОМ ГОДУ

Об этом рассказала заместитель директора по контролю качества медуслуг (ККМУ) городской многопрофильной больницы Гульнар Наурызбаевна Маулетова (на фото).

В 2019 году взносы платят только работодатели за счет средств фонда заработной платы работников в размере 1,5%. Есть ограничения по выплатам – если человек получает доход по сумме выше 10-кратного размера МЗП, то отчисления исчисляются только с дохода в 10 МЗП.

Кроме того, приняты нововведения, согласно которым с января 2019 года введен единый совокупный платеж (ЕСП). Помимо других видов социальных платежей, ЕСП также включает в себя оплату за ОСМС, что позволяет его плательщикам участвовать в системе обязательного социального медицинского страхования. Платеж распространяется на физических лиц, осуществляющих деятельность с целью получения заработка, которые не используют труд наемных работников, выполняют работы, оказывают услуги физическим лицам. Платеж составляет 1 МРП (месячный расчетный показатель) в городах областного и республиканского значения и 0,5 МРП в других населенных пунктах (села, района и других). Необходимо отметить, что с января 2019 года размер 1 месячного расчетного показателя составляет 2 525 тенге.

**КОГДА И СКОЛЬКО НАЧИНАЮТ ПЛАТИТЬ ОСТАЛЬНЫЕ ГРАЖДАНЕ?**  
С 2020 года государство будет платить взносы за 13 категорий граждан:

- дети;
- лица, зарегистрированные в каче-

стве безработных;


- неработающие беременные женщины;
- неработающее лицо (один из законных представителей ребенка), воспитывающее ребенка (детей) до достижения им (ими) трех лет, за исключением лиц, предусмотренных подпунктом 5 настоящего пункта;
- лица, находящиеся в отпусках в связи с беременностью и родами, усыновлением (удочерением) новорожденного ребенка (детей), по уходу за ребенком (детьми) до достижения им (ими) возраста трех лет;
- неработающие лица, осуществляющие уход за ребенком – инвалидом;
- получатели пенсионных выплат, в том числе участники и инвалиды Великой Отечественной войны;
- лица, отбывающие наказание по приговору суда в учреждениях уголовно-исполнительной (пенитенциарной) системы (за исключением учреждений минимальной безопасности);
- лица, содержащиеся в следственных изоляторах;
- неработающие оралманы;
- многодетные матери, награжденные подвесками "Алтын алқа", "Күміс алқа" или получившие ранее звание "Мать-героиня", а также награжденные орденами "Материнская слава" I и II степени;
- инвалиды;
- лица, обучающиеся по очной форме

обучения в организациях среднего, технического и профессионального, послесреднего, высшего образования, а также послевузовского образования.

С 2020 года работодатели продолжают платить за своих работников отчисления в размере 2% от фонда заработной платы, также 1% от заработной платы работника. С этого же года индивидуальные предприниматели за себя будут платить 5% от 1,4-кратного размера минимальной заработной платы на соответствующий финансовый год.

С 2020 года в Казахстане самостоятельные плательщики – это иные лица, неработающие граждане, не состоящие на учете в центре занятости как безработные и незарегистрированные как предприниматели, а также граждане выехавшие за пределы РК с 2020 года – платят 5% от 1 – ой МЗП (минимальной заработной платы) в месяц, который на сегодняшний день составляет 42 500 тенге. Физические лица, работающие по договорам гражданско – правового характера будут платить 1% от начисленного дохода.

С внедрением системы обязательного социального медицинского страхования все деньги, полученные Фондом медицинского страхования, будут направлены на оплату медицинских услуг.

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

**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.

## Мерцательная аритмия у пожилых: симптомы и лечение

Мерцание предсердий – это одно из проявлений нарушений в ритме сердца. После 60 лет частота развития заболевания возрастает в 6 раз, а лечение мерцательной аритмии у пожилых людей имеет некоторые особенности.

К нарушениям ритма относят увеличение частоты или нерегулярное сокращение сердца, вызывающие дискомфорт и другие неприятные симптомы. При этом количество ударов в минуту может составлять 350–600 раз.

Опасность патологии заключается в возможном развитии тромбоза, инсульта и сердечной недостаточности на его фоне. Однако при соблюдении рекомендаций врача удается не только улучшить состояние больного, но и снизить влияние течения аритмии на образ жизни человека.



### Методы терапии

Наиболее эффективных результатов удается добиться на начальной стадии заболевания. Медицинская помощь заключается в медикаментозном лечении, радикальной хирургии, нетрадиционных способах применения рецептов из трав. Эффективными считаются гимнастика и лечебная физкультура.

Схема терапии определяется кардиологом, при этом сначала устраняют причину фибрилляции. Если стадия заболевания запущенная, купируют симптомы и переводят больного на таблетки для поддержания сердца, чтобы избежать развития осложнений.

### Помощь народной медицины

Отвары трав оказывают положительное влияние на течение заболевания в составе комплексной терапии. Перед их использованием необ-

ходимо убедиться в отсутствии аллергической реакции на компоненты сборов. Отвар из боярышника, шиповника и пустырника

Готовить следует каждый день. Ингредиенты берут в равных пропорциях по 1 ч.л. и заваривают в 500 мл кипятка. На следующий день его используют трижды в день, по ¼ стакана перед едой.

### Коррекция образа жизни

Рацион питания при диагнозе мерцательная аритмия необходимо полностью пересмотреть, исключить продукты, способствующие откладыванию избыточного вредного холестерина. В меню должны присутствовать цитрусовые, лук и чеснок, орехи, мед, клюква и сухофрукты. Полезными будут кисломолочные продукты, зерна проросшей пшеницы. Под запретом шоколад, кофе, алкогольные напитки, жирные сорта мяса, мучные блюда, консервы.

Источник: SERDCE.GURU

## ВОПРОС - ОТВЕТ

**– Могут ли травмы стать причиной артроза?**  
**– Роман**  
**Отвечает доктор Сергей Агапкин, ведущий программы «О самом главном»:**

Да, одной из основных причин артроза служат травмы. На фоне поврежденных суставов сначала развивается посттравматический артроз. А поскольку после травмы происходит также повреждение сосудов, позже в них возникают дегенеративные изменения, которые также способствуют прогрессированию артроза.

**– Может ли привитый человек заболеть корью?**  
**– Дмитрий**  
**Отвечает врач-иммунолог Михаил Перов:**


Иммунологическая эффективность вакцин против кори – одна из самых высоких. Она составляет 95%. Это значит, что из 100 вакцинированных иммунитет против кори вырабатывается у 95 человек. Но 5 человек, будучи привитыми, оказываются беззащитными перед недугом. Именно такие люди и заболевают во время вспышек болезни.

Чтобы понять, выработался ли у вас иммунитет после прививки и что делать, если человек не помнит – прививался ли он от кори – нужно сдать анализ на напряженность иммунитета – определение наличия антител IgG к вирусу кори. Подобные антитела класса появляются примерно через две недели после вакцинации или инфицирования. После перенесенного заболевания они сохраняются, как правило, пожизненно, а после вакцинации постепенно исчезают.

Если защитные антитела в крови есть, вакцинироваться не нужно. Если они отсутствуют – прививку рекомендуется сделать заново.

**– Почему при пробуждении болит голова?**  
**– Федор**  
**Отвечает доктор Сергей Агапкин, ведущий программы «О самом главном»:**

Причиной головной боли после пробуждения может быть нарушение венозного оттока, который возникает либо из-за остеохондроза шейного отдела позвоночника, либо из-за неправильной высоты подушки. Другие возможные причины – зигертоиническая болезнь (главный фактор головной боли) и мигрень (связанная с расширением сосудов головного мозга). Установить диагноз поможет обследование, начать которое следует с невропатолога и терапевта. Обязательные исследования – мониторинг артериального давления, рентгено-графия шейного отдела позвоночника, МРТ головного мозга.

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

В областной многопрофильной больнице ведет прием врач - реаниматолог высшей категории

## Бекбулова Эвелина Ахметжановна

Тел. для справок: +7 701 371 02 20

В терапевтических целях применяется КИСЛОРОДНАЯ БАРОКАМЕРА, которая насыщает кислородом и регенерирует клетки организма.

Показания для получения сеанса барокамеры: дерматологические болезни, нарушение обмена веществ, анемия, эндометриоз, инсульт, атеросклероз, а также при ряде сердечно-сосудистых болезней, цирроз печени, язвенная болезнь желудка и кишечника, нарушение деятельности пищеварительного тракта, токсикоз и многое другое. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.

Стоимость одного сеанса барокамеры 1910 тенге

## ВОПРОС - ОТВЕТ

– **Что такое неврит? Имеет ли он что-либо общее с невралгией?**

– Эльвира

**Отвечает нейрохирург, доктор медицинских наук Игорь Стулин:**

Неврит и невралгия – это одно и то же заболевание, только на разной стадии. При невралгии основным симптомом является болевой синдром, а при неврите мышцы постепенно теряют свою силу и атрофируются, болевые ощущения при этом мизигут и не возникают. Однако в любом случае и то и другое заболевание связано с поражением периферического нерва и требуют серьезного обследования и лечения.

– **У меня все чаще пропадает чувствительность в руках и ногах. В чем причина?**

**Отвечает нейрохирург, доктор медицинских наук Игорь Стулин:**

Это может возникать от целого ряда причин. В том числе и социальных. У человека, злоупотребляющего спиртными напитками, это явление может быть связано с токсическим влиянием алкогольных составляющих на периферические нервы. Также такие явления могут встречаться при скрытой форме сахарного диабета. Чувствительность может периодически пропадать при поражении плечевого сплетения и других неврологических заболеваниях. Но все перечисленное выше мерянет на фоне частичного или полного онемения половины тела – руки и ноги. Это – предвестник нарушения мозгового кровообращения, начальный доклинический симптом развития инсульта. Поэтому лучше всего обратиться к врачу для определения причины онемения конечностей.

– **Можно ли пройти гидроколонтерапию без назначения врача? Дело в том, что я много читала о пользе гидроколонтерапии и хотела бы избаавить свой организм, и в частности, кишечник, от вредного балласта отложений.**

**Отвечает врач–гастроэнтеролог медицинского научного центра «Медбиоспектр», кандидат медицинских наук Наталья ПРИХНО:**

Гидроколонтерапия – процедура эффективной очистки толстой кишки путем ее тщательного промывания водой, прошедшей многоступенчатую очистку. Показания для проведения гидроколонтерапии определяет врач: гастроэнтеролог, проктолог, андролог–уролог или гинеколог на основании обследования и осмотра. К заболеваниям, при которых противопоказана гидроколонтерапия, относятся выраженные заболевания сердечно–сосудистой системы, кишечные кровотечения и онкологические заболевания, цирроз печени, почечная недостаточность, беременность.

– **Можно ли полностью вылечить эрозивный гастродуоденит? Разрешено ли пить минеральные воды?**

– Борис

**Отвечает врач–гастроэнтеролог медицинского научного центра «Медбиоспектр», кандидат медицинских наук Наталья ПРИХНО:**

Прежде всего, надо определить эрозивное поражение отдела желудка–кишечного тракта – желудка или двенадцатиперстной кишки, так как лишь установление точной причины заболевания может гарантировать его излечение. В соответствии со стандартами обследования этой группы больных наряду с общеклиническими лабораторными методами обследования основное значение имеют рентгенологический и эндоскопический методы исследования с обязательной биопсией по меньшей мере пяти кусочков слизистой оболочки желудка и двенадцатиперстной кишки и диагностической хеликобактерной инфекции. Выбор минеральной воды может быть однозначно оправданым только по результату определения кислотности в желудке и двенадцатиперстной кишке.

## Учёные: К алкоголизму и курению приводят мутации в генах

**Норвежские учёные открыли более 500 генов, связанных с алкоголизмом и курением. Более 500 мутаций в геноме людей, страдающих алкоголизмом и злоупотребляющих курением, выявили генетики из Норвегии.**

«**Ч**то интересно, люди, предрасположенные к курению, также чаще страдали от ожирения, диабета и других болезней, тогда как повышенная уязвимость к действию алкоголя работала обратным образом. Это не означает, что нужно пить больше спиртного, а говорит о том, что связь между вредными привычками и болезнями сложнее, чем мы считали», – приводит выводы генетика Кристиана Хвеема из Научно–технологического университета Норвегии журнал Nature Genetics.

Не так давно учёные выяснили, что алкоголизм развивается не из–за слабой воли или других особенностей характера,

а из–за наличия определённых мутаций в генах, которые отвечают за переработку этанола и работу определённых частей «центра удовольствия», связанных с самоконтролем и импульсивным поведением. Исследователи сопоставили наборы мелких мутаций в ДНК примерно 1,2 миллиона норвежцев с тем, как часто и много они пили и курили, а также тем, когда они начали это делать. Так генетикам удалось выделить около 560 мутаций, связанных с алкоголизмом или курением. В их число попали как уже известные «гены алкоголизма и курения», такие как ADH1B и CYP2A6, так и огромное число участков ДНК, которые раньше не связывались с вредными привычками.

Как утверждают учёные, лишь три мутации были связаны со всеми факторами риска, влияющими на вероятность

стать заядлым курильщиком или алкоголиком. Они располагались в кодирующей части всего двух генов, PDE4B и CUL3, точная роль которых в формировании зависимости пока неизвестна. Ещё около 150 подобных мелких изменений в структуре ДНК, по данным Кристиана Хвеема, были связаны с тягой к никотину, и с алкоголизмом. В их число попал ген DRD2, отвечающий за работу центра удовольствия мозга и распознавание молекул дофамина.

Исследователи надеются, что эксперименты на животных помогут выделить самые важные из этих мутаций и понять, как они мешают людям бросить курить или пить или делают их особенно уязвимыми для действия никотина и этанола.

Источник: РИА «Новости»

## Ель и ее необыкновенные лечебные свойства

**Она обладает противомикробными, противовоспалительными, потогонными, обезболивающими, желчегонными, противогинготными и мочегонными действиями.**

Именно в еловой хвое содержатся большинство аминокислот, в том числе незаменимых, минеральные вещества, а также соли кобальта, марганца, железа, меди, хрома.

### Применение ели в лечебных целях

Для лечебных целей используют молодые верхушки веток с почками, смолу–канифоль, незрелые семенные «женские» шишки, хвою и скипидар. Время сбора разное. Молодые верхушки веток собирают после зимовки в мае, а незрелые шишки и смолу в июне – сентябре.

Хвоя – источник биологически активных веществ. Хвойная зелень содержит ценные компоненты: хлорофилл, витамины, макро– и микроэлементы, фитогормоны, фитонциды. Вы, наверное, подумали: «Почему же надо собирать хвою зимой?» А потому, что сразу после первых морозов в зеленых иголках резко повышается содержание витамина С, а летом снижается. И еше: собранную хвою держите в прохладном месте. Хранение еловой хвои в течение месяца при температуре выше 10° приводит к потере 35% полезных веществ.

### Народные способы и рецепты лечения

Хвойные ванны. Их применяют для снятия сильной усталости, нервного возбуждения, улучшения кровоснабжения внутренних органов, снятия воспалений разного характера, а так же снятия болевых синдромов при климаксе, язвенной болезни желудка, при болях в суставах. Для приготовления такой ванны две горсти хвои заливаются одним литром крутого кипятка и варятся в течение 10–ти минут, отвар процеживается и вливается в подготовленную ванну. Ванну принимают в течение 15 минут. Полный курс лечения 15 процедур. После ванны следует принять душ.

Настой еловых шишек. Применяется при заболеваниях ангины, ларингите, фарингите, бронхите, пневмонии, гайморите, ринитах и хроническом тонзиллите. Незрелые «женские» еловые шишки измельчаются, после первых морозов в зеленых иголках резко повышается содержание витамина С, а летом снижается. И еше: собранную хвою держите в прохладном месте. Хранение еловой хвои в течение месяца при температуре выше 10° приводит к потере 35% полезных веществ.

Ее применяют для полоскания рта и ингаляции.

### Хвойный чай

Крайне полезен при авитаминозе, частых простудах, затыжном кашле и как природное средство для поддержания нормального обмена веществ в организме человека. Это красное отхаркивающее, желчегонное, мочегонное и потогонное средство. Столовую ложку хвой промьть кипяченой водой, залить стаканом крутого кипятка и кипятить еще 20 минут. Чай процедить через трехслойную марлю, охладить и пить в течение дня. Можно добавить сахар, а еще лучше мед.

Что бы улучшить зрение – пейте отвар из хвои: 5 столовых ложек измельченных иголок хвои залейте 500 мл кипятка, заливайте кипятком и кипятите 30 минут при постоянном помешивании. После снятия с огня смесь настаивается еще 15 минут, затем процеживается через трехслойную марлю. В результате получается жидкость коричневого цвета с вяжущим вкусом и приятным запахом хвои.

Источник: LIVEINTERNET.RU



## 8 секретов здоровья и бодрости в пожилом возрасте

**Качество жизни в зрелом возрасте зависит от многих факторов, и не последнюю роль среди них играет наследственность. Однако последние исследования показывают, что гены лишь на треть ответственны за долголетие, оставшиеся 2/3 прожить долго и без болезней – в наших руках.**

Наука собрала немало данных о том, какое поведение человека способно продлевать и улучшать качество жизни. Мы собрали для вас самые значимые советы экспертов, которые помогут вам не просто стареть красиво, но и со вкусом.

### 1. Употребляйте больше калия.

Калий сохраняет силу, так что еште богатые калием овощи (картофель, листовую зелень) и фрукты (бананы, папайя). В возрасте старше 65 лет его присутствие в рационе сохраняет на 3,6% больше мышечной массы, чем его отсутствие. Это очень важно, так как, начиная с этого возраста, человек теряет около 2 кг мышечной массы каждые 10 лет. Это приводит к слабости, падениям, что может вызвать дальнейшие осложнения. Ежедневно рекомендуется употреблять не менее 4,7 г калия, это соответствует 5–9 порциям фруктов и овощей. Чтобы добиться этого, следите, чтобы 1–2 порции были включены в каждый ваш прием пищи. Кроме того, внимательно следите за количеством соли в рационе. Она снижает уровень калия в организме.

### 2. Радуйтесь жизни.

Оптимистичный настрой увеличивает продолжительность жизни. Несколько десятков научных исследований подтвердили, что ощущение счастья – это профилактика болезней. Причем настолько эффективное, что его можно сравнить с отказом от курения. Другое научное исследование выясило, что люди, обычно называющие себя счастливыми и довольные жизнью, являлись обладателями крепкого здоровья и крайне редко страдали серьезными заболеваниями. Конечно, можно твердить как попугай, что ты счастлив, но не ощущать этого на самом деле. И все же, оптимизму можно научиться, используя антистрессовые техники, медитацию и окружая себя жизнерадостными людьми.

### 3. Надевайте кроссовки.

Если ваша спортивная обувь пылится где–то на антресолях, срочно доставайте ее оттуда. Эксперты по спортивной медицине уверяют, что люди, находящиеся в хорошей физической форме, отодвигают биологическое старение лет минимум лет на 10 и дольше остаются независимыми и дееспособными. Научные исследования, проводившиеся в течение 7 лет с одними и теми же

участниками, определили, что занятия спортом обратно пропорциональны дате смерти, то есть чем больше вы занимаетесь, тем дольше вы проживете. При этом заниматься лучше понемногу, но каждый день, чем до изнеможения раз в несколько дней.

### 4. Обогащайтесь культурно.

Пробиотики, которые являются дружелюбными человеку бактериями, помогают предотвратить ряд заболеваний. Их деятельность связывают с укреплением иммунной системы и снижением риска возникновения рака прямой кишки. По какому–то стечению обстоятельств, в тех местах, где проживает большое количество долгожителей, население употребляет в пищу большое количество ферментированных (т.е. сквашенных) продуктов питания, которые как раз и содержат пробиотики. Дополните свой рацион «живым» йогуртом, например, или корейским кимчи. Подумайте о дополнительном приеме добавок с пробиотиками, такими как Лактобактерии GG или Бациллус коагуланс 30. Проконсультируйтесь с врачом и внимательно прочитайте информацию о дозировке.

### 5. Принимайте витамин В.

Мозгу для здоровья требуется витамин В12, который содержится в морепродуктах и мясе птицы. У людей с низким содержанием в крови этого витамина процесс угасания мыслительных функций протекает гораздо быстрее. А те, кто, наоборот, употребляет его в достаточном количестве, в 6 раз реже сталкиваются с возрастной потерей объема головного мозга. Большинство людей может получать достаточное количество витамина В12 из ежедневного рациона. Вегетарианцам, избегающим животной пищи, требуется прием витаминных добавок. То же относится и к людям старше 65 лет, так как возрастное снижение кислотности желудка сокращает всасывание этого витамина из пищи. В этих случаях требуется принимать В12 дополнительно в комплексе с другими витаминами группы В или как отдельную добавку.

### 6. Рыба должна стать привычным блюдом на вашем столе.

Некоторые сорта жирной рыбы имеют высокое содержание омега–3 кислот – эйкозапентаеновой кис-

лоты (ЭПК) и докозагексаеновой кислоты (ДГК) – жизненно необходимых для сохранения здоровья, особенно в пожилом возрасте. Многочисленные исследования подтвердили их способность снижать риск сердечно–сосудистых заболеваний и инфарктов. Употребление рыбы с высоким содержанием омега–3 кислот трижды в неделю на 26% снижает риск инсульта и заболеваний мозга, включая старческий маразм. Эти же кислоты благотворно влияют на зрение. Всего одна порция жирной рыбы в неделю способна наполовину снизить риск развития возрастной макулодистрофии (поражения центральной области сетчатки), ведущей к слепоте. Оптимально количество – две порции жирной рыбы в неделю, советуют эксперты. Налегайте на селдку, лосось, тунца и форель. Хороши также свежие сардины и другие виды некрупных рыб. В них практически не бывает ртути, к тому же они очень вкусны.

### 5. Не забывайте друзей.

Не откладывайте общение на «потом». Одиночество повышает кровяное давление, увеличивает риск депрессии, болезни Альцгеймера и существенно снижает иммунитет. Социальная активность же, наоборот, улучшает здоровье и увеличивает продолжительность жизни. А что делать тем, у кого друзья и родственники живут далеко? Общайтесь онлайн. Социальные сети и общение по интернету дает похожий эффект.

### 6. Витамин D.

Витамин D является одним из основных защитников организма от возрастных заболеваний. Люди с низким уровнем витамина D в крови быстрее умирают от различных болезней, это подтвердили многочисленные исследования. Витамин защищает от сердечно–сосудистых болезней, высокого давления, некоторых видов рака и аутоиммунных заболеваний. Содержится в рыбе, яйцах и обогащенном молоке. Наше тело вырабатывает витамин D под воздействием солнечных лучей. Проблема в том, что нам все равно его не хватает. Врачи рекомендуют дополнительно принимать D3 примерно 1000 м.е. ежедневно.

### 7. Займитесь тайцзы.

Эту древнюю гимнастику еще называют «медитацией в движении». Это комплекс упражнений, осно-

ванный на растяжках и балансировании, который помогает сохранять здоровье в течение долгих–долгих лет. Исследования подтвердили эффективность тайцзы в поддержании хорошей физической формы, в снижении высокого давления, в облегчении хронических болей, снижении беспокойства и замедлении потери костной массы после менопаузы. Гимнастика также решает проблему бессонницы, на которую часто жалуются пожилые люди. Это также было доказано исследованиями, проводившимися с людьми от 59 од 86 лет: те, кто занимался тайцзы, спали лучше и крепче тех, кто не занимался. Эта гимнастика совсем не сложная, главное, научиться ее выполнять. Так что поищите центры тайцзы в вашем городе или соответствующие занятия в спортивных клубах.

### 8. Откажитесь от красного мяса.

Позвольте его себе крайне редко, не более 1 раза в неделю, советуют эксперты. Содержащиеся в нем насыщенные жиры закупоривают артерии и увеличивают риск сердечно–сосудистых заболеваний. И рака. Ученые оценили этот риск в 20–60% у тех, кто употребляет большое количество красного мяса (примерно 100 г в день). В красном мясе содержится слишком большое количество железа, избыток которого приводит к сердечно–сосудистым нарушениям, диабету и болезни Альцгеймера. Замените его на рыбу, птицу и цельные органические соевые продукты.

Источник: GARMONIAZHIZNI.COM

## НАРОДНЫЕ СОВЕТЫ



### Как сделать пятки, как у младенца?

На хорошо вымытые сухие ноги нанесите немного растительного масла. Наденьте тонкие носки из хлопка, а сверху шерстяные, утром тщательно помойте ноги. Повторите эту процедуру несколько дней.

Распаренные ноги натрите смесью из чайной ложки вазелина и чайной ложки лимонного сока. На ночь перед сном обмотайте ноги полиэтиленовыми пакетами. Утром смойте.

Смешайте в тазу 1 стакан меда и 2 л теплой воды. Опустите ноги в таз на 20 минут. Затем воспользуйтесь пемзой. После, вымой и хорошоко высушите ноги, нанесите на них питательный крем.

Источник: АиФ ЗДОРОВЬЕ

ПИСЬМО

Елена Кулецакая:



«Сейчас удачный момент расставить с Биланом точки над i»

Я замужем. Казалось бы, все прекрасно, если бы не одно: постоянное упоминание моего имени как экс-невесты Димы Билана...

— Я — за приключения! И мы поехали искать ремонтную мастерскую. Нашли ее на одной из подземных парковок. Пока чинили колесо, Стас открыл багажник и достал два складных велосипеда, которые накануне забрал с дачи. Мы с упоением гонялись друг за другом по пустому паркингу. Именно такие моменты мне дороги — не люблю пафос, все эти новорусские клише: вот мой «бентли», а вот я удивлю тебя дорожущим рестораном.

На следующий день я улетела на съемки в Индонезию. Каждый день получала от Стаса симпатичные СМС: пожелания доброго утра, картинки с обнимающимися котиками и другими милыми девичьему сердцу пустяками. Когда через десять дней вернулась с Bali, в Москве была жуткая метель. Стас встретил меня в аэропорту. Он держал в руках цветы и... теплую шаль, чтобы меня укутать. Увидев ее, я чуть не расплакалась. В этом были такая нежность и забота.

Именно тогда я поняла, что люблю Стаса. Но продолжала ехать по накатанной колее: жила своей отдельной жизнью, не советуясь с ним даже в том, что касалось серьезных планов. А как иначе — я же независимая, самодостаточная. В очередной раз собираться за границу на работу, чуть ли не за день поставила Стаса перед фактом: — Заезжаю в Нью-Йорк примерно на месяц, а оттуда в Париж — недели на две.

— Лена, не уезжай, хоч, чтобы мы были вместе. И почему ты не сказала раньше, мы же не посторонние друг другу люди?

Странно! Прежде в такой ситуации я ждала этих слов, а тут не оставалась, сделала по-своему. Думаю, работала инерция, привычка полагаться только на себя. Я уехала. Больше месяца мы не созванивались, не писали друг другу СМС, формально расстались, но по существу это была всего лишь затянущаяся ссора.

Вернувшись в Москву, сама звонить не стала, но каждый день ждала, что это сделает Стас. Когда, наконец, увидела его имя на дисплее, у меня чуть сердце не выскочило из груди. Мы встретились. Ждала, что будет умолять: «Я тебя люблю, прости», — не тут-то было! Стас строго взглянул на меня: — Ты подумала о своем поведении? И тут случилось странное — неожиданно для самой себя призналась: — Ты был прав, любовь — это когда люди идут по жизни держась за руки и все решают вместе.

Именно благодаря Стасу ко мне пришло озарение: если хочешь любви, не сиди в ожидании, когда же дорогой наконец-то подарит цветы и скажет что-то приятное. Сама сделай первый шаг, потому что другой человек точно так же, как ты сейчас, жаждет тепла. Кто знает, если бы я понимала это раньше, возможно, мои отношения с Димой Биланом или Франческо сложились бы совсем по-другому. Мы же были слишком эгоистичны, слишком зацелены на себе. Не стремились объединиться, а тянули каждый в свою сторону.

Продолжение

в следующем номере газеты.

# Отношения бабушек и внуков: советы психолога

Говорят, что бабули любят внуков еще больше, чем своих детей. Родители вечно куда-то спешат, могут раздражаться и срываться на детях, а часто вообще не уделяют им внимания. Бабушки же более спокойные и уравновешенные, у них много свободного времени, есть жизненный опыт, им некуда спешить.

Советы психологов будут полезны самим бабушкам, ведь в современном обществе методы воспитания детей уже далеко не те, которые были 50 лет назад. Старшее поколение воспитано иначе, поэтому им трудно принять новые модели отношений. В любых отношениях важно найти золотую середину.

## Чрезмерная опека

Нередко бабуля окружает ребенка опекой настолько, что он не может сделать самостоятельно даже шагу. Выходя гулять, она надевает на него по несколько штанов и свитеров, а на прогулке никуда от себя не отпускает. Она боится, что внучек испачкается или разобьет коленки. Не дай Бог, его кто-то украдет, пока она не держит его руку. Такие страхи очень преувеличены. Беспокоиться стоит лишь тогда, когда ребенка угрожает реальная опасность. Но не нужно мешать ему мирно играть на детской площадке, ведь излишний контроль ни к чему хорошему не приведет.

## Деньги и подарки

Бабулькам для своих внучат не жаль отдавать детям последнее в ущерб себе. Зато когда они будут старыми и немощными, внуки вспомнят их доброту и ответят такой же самоотверженной заботой. Однако чрезмерное «задабривание» материальными благами может дать обратный результат. Если ребенку постоянно давать то, что ему понравится, то вскоре он перестанет уважать бабушку и будет смотреть на нее только как на объект прибыли. Конечно, внукам нужно давать подарки на дни рождения и праздники, но давать деньги каждый раз, приходя в гости — плохая практика.

## Критика родителей в присутствии внука

Многие любят анализировать недостатки своих детей, чтобы показать внуку, как поступать не

нужно. Иногда они открыто и жестко критикуют родителей, сами же предстают в очень «правильном» образе. Ребенок начинает сравнивать бабушку и маму, что провоцирует внутренний конфликт. Крайне редко он может встать на сторону бабушки. Скорее всего, он будет обижаться на нее за критику родителей. Впоследствии его душу будет разрывать затаенная обида.

## СОВЕТЫ БАБУШКАМ

Безусловно, родители должны прислушиваться к советам старших людей, но только маме и папе решать, как им воспитывать своих чад. В жизни внуков бабушка играет вторую роль, но быть номером два — не значит быть хуже.

Задача бабушек — проявлять доброту и сострадание, а не раздражение и агрессию. Если бабушкины методы воспитания будут кардинально отличаться от взглядов родителей, это приведет к тому, что последние ограничат общение с внуком к минимуму. Поэтому важно найти консенсус прежде всего со своими детьми.

Следует быть мудрее и не ждать, пока дочь или сын сделают первый шаг. Станьте более современной, откажитесь от слишком строгих суждений и старомодных обобщений. Помогите внукам лишь тогда, когда они действительно нуждаются в вашей помощи.



ФОТО: ИСТОЧНИК: DAMY-GOSPODA.RU

# Готовим угощение для любимой

Не все мужчины умеют приготовить что-то к праздничному столу, но многие попытаются сделать 8 марта своим любимым женщинам небольшой кулинарный подарок в виде завтрака в постель, праздничного обеда или романтического ужина.

## Яичные «кексы» с беконом

Даже обычный омлет можно подать очень красиво и празднично. Мало того, что готовить его — проще простого, так еще ингредиенты вы можете менять в зависимости от того, что есть в холодильнике.

### ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Яйцо — 3 шт.;
- Сливки — ¼ стак.;
- Бекон — 100 г.;
- Колбаса любая — 50г.;
- Сыр — 50г.;
- Зелень по вкусу.

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Яйца и сливки нужно хорошо перемешать, лучше взбить венчиком или вилкой, добавить немного соли и черного молотого перца. Затем к этой смеси добавляется порезанная соломкой колбаса, мелко порубленная зелень и тертый сыр.



Шаг 2. На дно и стенки формы для кексов раскладываются полоски бекона, сверху заливается яичная смесь. Выпекать такой омлет нужно при температуре 200°C примерно 15-20 минут.

Шаг 3. В это блюдо можно добавить обжаренные шампиньоны, шпинат, любые колбасные изделия или кусочки копченой курицы.

## Куриная грудка с апельсинами



### ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Куриная грудка — 1 шт.;
- Апельсин — 1 шт.;
- Соль по вкусу;
- Перец по вкусу.

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Куриную грудку необходимо разрезать вдоль, чтобы получилось

некое подобие кармана. Апельсин чистим от кожуры и режем дольками.

Шаг 2. Курицу нужно натереть солью и перцем, а затем положить в ее «карман» дольки апельсина.

Шаг 3. Далее заворачиваем курицу в фольгу и запекаем в разогретой до 200°C духовке 25-30 минут.

## Телятина с черносливом

### ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Телятина — 1 кг.;
- Чернослив — 1 стак.;
- Лук — 3 шт.;
- Дижонская горчица — 2 ч.л.;
- Соевый соус — 2 ст.л.;
- Масло растительное — 4 ст.л.;
- Мускатный орех — 1 щеп.;
- Лавровый лист — 2-3 шт.

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Для маринада нужно смешать соевый соус, горчицу и 2 ложки масла. Мясо крупно порезать и мариновать не менее трех часов.

Шаг 2. Затем нужно обжарить куски мяса на сильном огне не более 7 минут, просто чтобы сок «запечатался» внутри. После этого кусочки перемещают в кастрюлю с толстыми

стенками, казан или глубокую сковороду, добавляют 2 ложки масла, мелко порезанный лук и примерно треть стакана воды.

Шаг 3. Тушить мясо нужно ровно час, при необходимости подливая воду. Затем добавьте к мясу чернослив (без косточек), лавровый лист и щепотку мускатного ореха (с ним важно не переборщить). Тушить еще около 20 мин.



## Десерт «Искушение»

Если вы задумали сделать для своей любимой десерт к 8 Марта, но у вас есть немного времени, тогда этот рецепт именно для вас.

### ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Сметана или сливки — 1 стак.;
- Сахар — 2 ст. л.;
- Ванильный сахар — 0,5 ч.л.;
- Изюм — 50 г.;
- Банан — 1 шт.;
- Апельсин — 1 шт.;
- Печенье крекер (мелкий)

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. В миске взбиваем сметану, сахар и ванильный сахар.

Шаг 2. Добавляем вымытый и обсушенный изюм. Мелко нарезанный банан и апельсин. Всыпаем мелкий крекер. Хорошо перемешиваем, и наш десерт готов.

Приятного аппетита!



# Спальное место для ребенка: выбираем и оформляем правильно

Сегодня рынок детской мебели предлагает огромное количество самых разных моделей кроватей.



Сделать выбор бывает очень сложно. Какое спальное место лучше подойдет новорожденному, а какое — школьнику? Какая стилистика понравится ребенку больше всего: шалаш, вигвам, чердак, кукольный домик или настоящий дворец для принцессы? Подробнее о видах детских кроваток и о том, какие преимущества есть у каждого из них, рассказывает Юлия Жидкова, дизайнер фабрики детской мебели.

Прежде чем отправиться за покупкой, составьте предварительный план требований к будущему спальному месту и подробно изучите характеристики каждого вида. Помните про то, что конструкции кроватей для детей, как правило, просты, и их каркасы всегда можно дополнить различными аксессуарами и системами хранения. А сделать итоговый выбор вы можете, учитывая предпочтения ребенка. Конечно, если он уже подросток.

## Кровать-палатка

С виду это простая кровать, но в дополнение к ней идет специальная конструкция в виде палатки. Практически моментально по вашему желанию обычное спальное место превращается в нечто совершенно новое! Вы только представьте, сколько интересных приключений и ярких снов ждет вашего малыша в такой кровати. А главное — вы всегда можете сменить «декорацию».

## Вигвам

Скажите, ну кто в детстве не играл в индейцев? Наши мамы и папы, бабушки и дедушки наверняка устраивали настоящие баталии и строили домики вигвамы из всего, что подворачивалось им под руки. Сегодня стилистика, присущая отважному народу, остается популярной. Индейцы — частые герои детских мультфильмов, книг и игр. Совершенно очевидно, что радость от собственного вигвама ребенку будет трудно сдержать. Правда, о месте для хранения постельного белья или игрушек надо позаботиться заранее. Удобных ящиков тут нет. Зато экзотическое жилище гармонично впишется практически в любой интерьер.

## Двухъярусная кровать

Двухъярусные кровати, как правило, оснащены удобными выдвижными конструкциями, в которых можно хранить одежду или постель-

ное белье. Также на рынке представлено и множество двухэтажных спальных мест, которые понравятся и одному ребенку: «первый этаж» — рабочая зона со столом и креслом, а «второй» — уютное место для сна. Другой вариант, когда спальное место ребенка располагается внизу, а наверху обустроено удобное место для игр.

## Кровать без ножек

Есть модели, плотно стоящие на полу. Такая конструкция избавляет от необходимости проводить уборку под кроватью — грязь просто не скапливается там. Кроме того, они очень прочные и часто изготавливаются из массива ценных пород древесины. Кровати без ножек точно понравятся практичным родителям. Простота и строгость дизайна, надежность конструкции сделают свое дело: спать в такой кровати смогут и уже подростки.

## Кровать-домик

Кровать-домик — мечта ребенка любого возраста. Детям всегда приятно иметь свое собственное уютное пространство внутри обычной комнаты. И для родителей это отличное решение сразу двух проблем: хранение вещей и зонирование спального места.

Кстати, детей постарше очень удобно приучить самостоятельно застилать именно такую кровать и складывать вещи в ее ящики. Ведь взрослым тут куда запрещен. Значит, не только играть, но и соблюдать порядок в своей зоне должен сам ребенок.

## Оформление спальной зоны

Цвета детской очень важны, ведь выбранные оттенки очень сильно влияют на психику вашего ребенка. Самое лучшее — выбирать все с учетом особенностей характера малыша. Не стремитесь к излишней яркости в зоне для сна, расставьте интересные акценты с помощью органичного декора, используя пледы, палантин, ленты, игрушки и яркие лампочки. Интересных идей полно в интернете, но лучше всего, конечно, советоваться с детьми. В этом случае вы получите максимальное удовольствие от процесса, а результат будет напоминать о приятном времени, проведенном вместе.

Источник: diy.ru

НОВИНКИ СЕЗОНА 2019

# Луковичные. Весна 2019

Как только после долгой зимы природа начинает оживать, для садоводов-любителей начинается новое летоисчисление. Весна радует тем, что уже можно планировать посадку рассады овощей и, конечно же, какими цветами можно украсить свою усадьбу.

Одним из выгодных приобретений для садоводов станут луковичные цветы. Ведь так хочется, чтобы сад радовал своими яркими красками и дарил всплеск позитивных эмоций. Предлагаем обратить внимание на некоторые виды роскошных луковичных цветов, которые вы можете приобрести уже сейчас.



Калла Schwarzwaldер (Калла Шварцвальдер)

Это травянистое многолетнее клубневое красивоцветущее растение. Высота взрослого растения достигает от 60 до 75 см в высоту. Листья зеленого цвета с белым крапом. Цветы этого растения имеют темно-фиолетовый, близкий к черному цвет.

Отлично цветет и растет только в тепле, где температура не ниже 18°C, самая оптимальная температура 22–23°C. Не переносит сквозняков. Цветоносы этого растения высокие, которые идут прямо от низа растения. Период цветения приходится на июнь–сентябрь. На открытом воздухе это прекрасное растение цветет 1 месяц, а в закрытом помещении 14 дней. Это влаголюбивое растение, которое требует, чтобы в поддоне всегда была вода. Предпочитает Калла Schwarzwaldе кислые, богатые гумусом почвы. Данное растение не имеет запаха. Не требует специального ухода.



Амариллис Дабл Делшисс

Яркий и броский цветок можно выращивать из луковиц в клумбах открытого грунта, садовых кон-

тейнерах и цветочных горшках. Насыщенно-красные махровые цветы ежегодно распускаются на голом цветоносе весной или осенью. Выращивание культуры на солнечном месте гарантирует появление в срок роскошных цветов с махровыми лепестками до 20 см в диаметре. Цветоносный стебель с 4–6 цветками. Высота растения: 50–60 см. Время посадки: весна, осень. Изысканная красота цветка добавит декоративности садовым клумбам и комнатному подоконнику.



Бегония Каскад Пендула, микс

Эти цветы используются для украшения садов и клумб. Также их высаживают в горшки, балконные ящики, контейнеры. Бегония Пендула клубневая может иметь цветки разных оттенков: желтые, розовые, красные, оранжевые, кремовые, бордовые, белые. Уникальность заключается в арком асортити.

Растение цветет с начала мая по октябрь. Оно неприхотливо в уходе. Высаживать в питательный грунт его можно в самом начале весны. Лучше выбирать для него места на возвышенности. Глубину лунки следует делать от 3 до 5 санти-

метров. Бегония клубневая Пендула любит обильный полив, особенно в период роста и цветения. Один раз в 30 дней его необходимо подкармливать специальными средствами.

## Спараксис Триколор, микс

Экзотическое растение родом из тропиков. Его нежные цветочки диаметром 6 см, похожи на звездочки с лепестками разных оттенков: светло-сиреневый, ярко-желтый, алый, розовый, персиковый. Каждый лепесток обладает сияющей желтой серединкой с бордовой каймой. Высота спараксиса достигает около 60 см, листья узкие. Растение можно выращивать на клумбе группами, в вазонах, они красиво смотрятся на балконе.

Высаживать можно весной, как только прогреется земля. Для теплолюбивого сорта выбирают место, хорошо освещенное солнцем, без опасности сквозняков. Почва должна быть легкой, водопроницаемой. Глубина ямки — 6 см, расстояние между кустами — от 4 до 10 см. Для хорошего роста и пышного цветения требуется обильный полив отстоянной водой утром или вечером. Подкормку вносят один раз в месяц.



Источник: sad-i-ogorod.ru

Эти луковичные цветы вы можете приобрести в магазине товаров для сада и огорода «Гарденмарт».

## БАБУШКИН СОВЕТ



Герань, на лето высаженная рядом с малиной и смородиной, хорошо отпугивает тлю.

Чтобы семена быстрее взошли, замочите их в «живой воде». Такую воду получают после нагревания до 90–100°C с последующим охлаждением в закрытом сосуде.

Источник: UDACHNYESOVETY.RU

## СОВЕТЫ БЫВАЛОГО ДАЧНИКА



Не выливайте воду, в которой варились овощи: такой отвар насыщен питательными веществами, благодаря которым многие растения в саду будут расти на зависть соседям. Только не поливайте цветы кипятком, дождитесь, пока бульон остынет. Он пригоден для полива как садовых и огородных культур, так и горшечных растений.

Каждый раз, поливая цветы в горшках, вы можете заметить, что вместе с вытекающей водой из дренажного отверстия просыпается грунт. Фильтры для кофе, размещенные на дне горшка, позволяют жидкости стечь, но удержат субстрат внутри. Гениально, не правда ли? Такая идея идеальна для комнатных растений, а также для уличного контейнерного сада.

Источник: OGOROD.RU/RU

**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

**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, Сеянцы  
Всё для рассады, Луковиды и многолетники, Семенной картофель

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



## Онкобольных лечили на списанном оборудовании

**В УРАЛЬСКЕ ВЫНЕСЕН ПРИГОВОР ПО ДЕЛУ О МОШЕННИЧЕСТВЕ. СЛЕДСТВИЕ ВЫЯСНИЛО, ЧТО УЧРЕДИТЕЛЬ И ДИРЕКТОР ТОО «КВАНТ–СЕМЕЙ» ПОСТАВИЛ В ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР ЗКО СПИСАННОЕ В США ОБОРУДОВАНИЕ, КОТОРОЕ ИСПОЛЬЗОВАЛОСЬ С 2002 ПО 2015 ГОД В МЕМОРИАЛЬНОМ ЦЕНТРЕ ИМЕНИ СЛОУНА–КЕТТЕРИНГА ШТАТА КАЛИФОРНИЯ.**

РУСЛАН АЛИМОВ

Приговор был вынесен в конце 2018 года в Уральском городском суде. Подробности громкого дела были обнародованы только сейчас. Следствие установило, что 55-летний уроженец ВКО Ерлан Бейсембаев совершил мошеннические действия, осуществив поставку бывшего в употреблении медицинского оборудования.

В приговоре, вынесенном судьей Гульнарой Гиматудиновой указано, что учредитель ТОО «Квант–Семей» узнал об объявленном тендере по модернизации линейного ускорителя «Сипас 600С» (аппарат лучевой терапии). Онкологический диспансер нуждался в замене многолетственного коллиматора, который направляет излучение на пораженные органы пациента, не затрагивая при этом здоровые.

– У Бейсембаева созрел преступный план, направленный на хищение государственных средств в особо крупном

размере. Он стал победителем конкурса на поставку медоборудования. Был заключен договор по закупке необходимого оборудования на сумму 199,5 млн тенге. Поставщик гарантировал, что товар будет новым. При этом директор ТОО «Квант–Семей» приобрел у неустановленного следствием лица многолетственный коллиматор «Вариан» 1998 года выпуска, который в 2002 году был смонтирован в США и демонтирован в 2015 году, – отметила судья Гульнара Гиматудинова.

Обман вскрылся при проведении медицинского аудита. Проверяющие обнаружили, что на оборудовании были сби-

ты идентификационные номера. С 2016 года начались сбои в работе программного обеспечения. Выяснилось, что срок демонстрационной версии уже истек.

Приговором суда Бейсембаев признан виновным в мошенничестве. Ему назначено 5,5 лет лишения свободы с отбыванием наказания в учреждении УИС средней безопасности. Осужденный обязан возместить нанесенный государству ущерб в сумме 199,5 млн тенге.

Суд вынес частное постановление в адрес управления здравоохранения ЗКО, в котором указал на факты нарушений при проведении конкурсных процедур. Досудебное расследование в отно-

шении экс-директора онкологического диспансера Есенгельды Рабаева было прекращено в связи с истечением срока давности.

– Сейчас аппарат не используется. Он будет демонтирован. Рассматривается вопрос приобретения нового оборудования по методу государственно-частного партнерства, – сообщила пресс-секретарь облздора Айнагуль Сакпусунова.

Отметим, что суд не смог установить, как повлияла работа списанного медоборудования на качество оказания медицинских услуг.

Фото из архива "МГ"

**Обман вскрылся при проведении медицинского аудита. Проверяющие обнаружили, что на оборудовании были сбиты идентификационные номера. С 2016 года начались сбои в работе программного обеспечения. Выяснилось, что срок демонстрационной версии уже истек.**

## Школьник спас ребенка и мужчину из пожара

**Пожар произошел 22 февраля в 17.56 в 2-квартирном частном доме в п. Тайпак Акжайыкского района.**

ДАНА РАХМЕТОВА

В пресс-службе ДЧС ЗКО рассказали, что 22 февраля в 17.56 на номер «112» управления единой дежурно-диспетчерской службы ДЧС ЗКО поступило сообщение о том, что по адресу: Акжайыкский район, п.Тайпак, ул. А.Молдагуловой, 13, в частном 2-квартирном доме в квартире №1 горели личные вещи, мебель, стены и потолочное перекрытие на площади 51 кв. м.

– Причина пожара, ущерб и виновные лица устанавливаются. На место выезжали 2 единицы техники и 8 человек личного состава. Время локализации пожара – 18.59, ликвидирован пожар был в 19.52. Жертв и пострадавших нет, – сообщили в пресс-службе ДЧС ЗКО.

Позже жительница этого поселка Жадыра Хасанова рассказала, что ученик 11 класса средней школы имени К. Байсыкова Мирас Жунисов спас мужчину и 8-летнего мальчика из горящего дома.

Как выяснилось, в тот день Мирас, который живет по соседству со спасенными, заметил пожар в соседском доме. Решив предупредить их, он направился к их дому. Приблизившись, он услышал детский плач. Не раздумывая ни минуты, он зашел в задымленное помещение и вынес на руках 8-летнего Галыма Батырбека. После Мирас спросил у ребенка, есть ли кто-то еще в доме, однако мальчик не смог ответить, он был в состоянии шока. Мирас подошел к дому снова и услышал кашель взрослого человека. Из дома он вынес Бейбита Демегалиева.

Фото предоставлено пресс-службой ДЧС ЗКО



**– Причина пожара, ущерб и виновные лица устанавливаются. На место выезжали 2 единицы техники и 8 человек личного состава. Время локализации пожара – 18.59, ликвидирован пожар был в 19.52. Жертв и пострадавших нет, – сообщили в пресс-службе ДЧС ЗКО.**

## Главный бухгалтер ДУИС обвиняется в хищении 7 млн тенге

**В настоящее время дело рассматривается в уголовном суде.**

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

27 февраля прошла встреча с сотрудниками департамента комитета уголовного-исполнительной системы по ЗКО с участием руководителя антикоррупционной службы по ЗКО Рустама Акмырзаева и департамента по делам государственной службы по ЗКО Болат Исакоева.

Как сообщил руководитель антикоррупционной службы по ЗКО Рустам Акмырзаев, основная масса преступлений,

совершаемых сотрудниками органов внутренних дел, связана с получением взятки, злоупотреблением должностными полномочиями и мошенничеством.

– Начиная с 2015 года антикоррупционной службой области привлечен 51 сотрудник системы МВД, которыми было совершено 84 уголовных правонарушений. Причем с каждым годом количество привлеченных лиц и совершаемых правонарушений только растет. Это свидетельствует о недостаточной кадровой политики, вследствие чего в уголовно-исполнительную систему принимаются

кандидаты с низкими морально-деловыми качествами, склонные к совершению правонарушений, – сообщил Рустам Акмырзаев.

**Между тем в настоящее время в суде рассматривается уголовное дело в отношении главного бухгалтера ДУИС по ЗКО Луисеналиевой. Следствием установлено, что она в период с 2017 по 2018 годы путем внесения фиктивных сведений в бухгалтерские документы похитила более 7 млн тенге.**

**Фельдшер скорой помощи был найден повешенным**

**Молодой мужчина был найден повешенным 27 февраля в лесопосадке в п. Деркул.**

В пресс-службе департамента полиции ЗКО сообщили, что тело мужчины было обнаружено в лесопосадке в Деркуле днем 27 февраля.

– Тело отправлено на судебно-медицинскую экспертизу. Расследование ведется Приуральным районным отделом полиции, пока дело рассматривается как самоубийство, – сообщили в пресс-службе полиции.

В управлении здравоохранения ЗКО подтвердили, что мужчина работал фельдшером на станции скорой помощи в Уральске.

ДАНА РАХМЕТОВА

**МОЙГОРОД**  
УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Собственник: ТОО «Медиаарт 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: Аментеева А.

Журналисты: А. Кузбакова, А. Усербаева.  
Фотокорреспондент: 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 «Новости компаний», носят рекламный характер. Ответственность за достоверность и содержание рекламы несут рекламодатели. Передача гласных материалов полностью или частично без письменного разрешения редакции запрещена. Редакция не публикует, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы.