



СРЕДА 9.06 +28° ночь +15°	ЧЕТВЕРГ 10.06 +27° ночь +16°	ПЯТНИЦА 11.06 +29° ночь +17°	<b>СУББОТА</b> 12.06 +31° ночь +18°	ВОСКРЕСЕНЬЕ 13.06 +26° ночь +19°	ПОНЕДЕЛЬНИК 14.06 +25° ночь +17°	ВТОРНИК 15.06 +24° ночь +19°
------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	--	---	---	---------------------------------------

СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ КАКОГО-ЛИБО СОБЫТИЯ – ПРИСЫЛАЙТЕ ФОТО, ВИДЕО И КОРОТКИЙ ТЕКСТ НА 8 776 863 36 36. ВАША НОВОСТЬ ПОЯВИЛАСЬ В ГАЗЕТЕ ИЛИ НА САЙТЕ – ВАС ЖДЕТ ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ.

# ЛИВЕНЬ ПОДТОПИЛ ДОМА

СТР. 5

Сильный ливень обнажил проблемы города: отсутствие ливневок, аварийные сети и дырявые крыши.



## ЗАМНАЧАЛЬНИКА УСБ ОСТАЛСЯ БЕЗ ДОЛЖНОСТИ

Полицейского сняли на видео в кафе и обвинили в связях с оргпреступностью.

СТР. 3

## УКОЛ ЗА ОДИН МИЛЛИАРД ТЕНГЕ

2-летний Эмир, больной спинальной мышечной атрофией, получил укол Zolgensma.

СТР. 2

## МЫ ВЫПОЛНЯЛИ ЗАДАЧИ ВЕРХОВНОГО ГЛАВНО- КОМАНДУЮЩЕГО

В ЗКО бывшие казбатовцы пришли к зданию Nur Otan и потребовали присвоения статуса участия в боевых действиях.

СТР. 6-7

## СЕМЬЯ ПОГИБЛА ПРИ СТОЛКНОВЕНИИ АВТО С ЛОШАДЬМИ

Автомобиль, где находились отец, сын и внук, столкнулся с животными.

СТР. 2

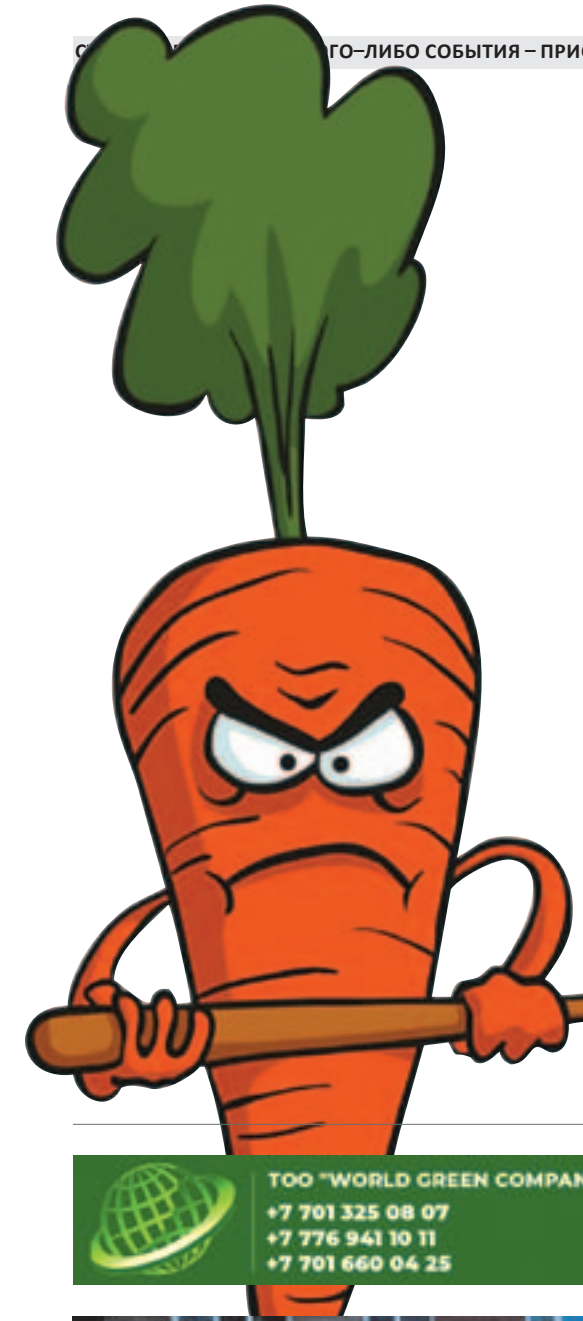


**ПРИГЛАШАЕМ ЖИТЕЛЕЙ И ГОСТЕЙ ГОРОДА ПОСЕТИТЬ ХОСТЕЛ НА ТЕРРИТОРИИ БАННОГО КОМПЛЕКСА «ТРИ МЕДВЕДЯ»**

мкр. Акжунис, 43 (р-н Самал)  
 +7 777 761 25 55 8 7712 25 05 05

**ТРИ МЕДВЕДЯ** РАБОТАЕМ КРУГЛОСУТОЧНО  
 3medvedya07

СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ КАКОГО-ЛИБО СОБЫТИЯ – ПРИСЫЛАЙТЕ ФОТО, ВИДЕО И КОРОТКИЙ ТЕКСТ НА 8 776 863 36 36. ВАША НОВОСТЬ ПОЯВИЛАСЬ В ГАЗЕТЕ ИЛИ НА САЙТЕ – ВАС ЖДЕТ ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ.



# ПОЧЕМУ ОВОЩИ ПОДОРОЖАЛИ В НЕСКОЛЬКО РАЗ?

СТР. 23



**TOO "WORLD GREEN COMPANY"**  
 +7 701 325 08 07  
 +7 776 941 10 11  
 +7 701 660 04 25

**ТЕПЛИЧНЫЙ КОМПЛЕКС TOO "WORLD GREEN COMPANY" ПРИМЕТ НА РАБОТУ ГРУЗЧИКОВ И РАЗНОРАБОЧИХ ПО СБОРУ УРОЖАЯ И УХОДА ЗА РАСТЕНИЯМИ.**  
 Оклад 120 000 тг. Шестидневка. С 06:00 до 15:00. Обед и проезд за счет организации.

**Уютный Дом**  
 САЛОН МЕБЕЛИ  
 КРЕДИТ. РАССРОЧКА. KASPI RED  
 ПРИГЛАШАЕТ ЗА ПОКУПКОЙ МЕБЕЛИ

Мы ждем вас: г. Уральск, п. Занатганск, ул. Желтоқсан, 9 (ост. «ЖАЗИРА») Тел.: 8 7712 30 40 44, 8 771 946 18 27

Новые продукты 2021 года на сайте [www.mdecor.kz](http://www.mdecor.kz)

Студия декора «МОДЕРН»  
**ФОНТАНЫ**  
 ИЗГОТОВЛЕНИЕ И УСТАНОВКА

А также большое разнообразие продукции садового декора:  
 • вазоны,  
 • балясины,  
 • ступени из бетона, полимербетона.

+ 7 776 282 52 52  
 @mdecor.kz  
 mdecor.kz@mail.ru

Работаем по всему Казахстану. Опыт работы более 5 лет.

@semenauralsk

**РАЯ**  
 СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ МАГАЗИНЫ «РАЯ - САД - ОГОРОД»

Предлагаем в широком ассортименте семена овощных, цветочных, бахчевых, комнатных и декоративных культур. Почвогрунты, удобрения, садовый инвентарь и др.

Ждем вас по адресам:  
 ул. А. Тайманова, 207/Л, тел.: 8 747 362 54 57, 8 705 800 66 30  
 ул. Курмангазы, 198, тел.: 97 00 39, 8 701 423 49 20

# Двое взрослых и ребенок погибли при столкновении авто с лошадьми

Трагедия произошла 16 мая около 23.00 на 75 километре трассы Уральск–Атырау. По информации пресс-службы департамента полиции ЗКО, автомашина ВАЗ–21113 столкнулась с двумя лошадьми.

Арайлым УСЕРБАЕВА

В результате аварии 54-летний водитель легковушки, его 85-летний отец и 13-летний ребенок от полученных травм скончались на месте происшествия. По факту ДТП полицейские начали досудебное расследование по статье 345 УК РК "Нарушение правил дорожного движения". Владальцев скота установить все еще не удалось.

По словам **первого заместителя начальника ДП ЗКО Жанболата ЖАНШИНА**, одной из частых причин подобных трагедий является домашний скот, который пасется недалеко от проезжей части.

– Фактов наезда на безнадзорный скот не становится меньше, особенно в ночное время. За нарушение правил выпаса к административной ответственности привлечены 916 владельцев домашнего скота. Одной из действенных мер для предотвращения подобных случаев является внедрение системы "Электронный пастух". По поручению акима области мы определили места их установок, но почему-то никакая работа в этом направлении не проводится. Кроме этого, необходимо установить ограждение и уличное освещение на подходах и в черте населенных пунктов, которые расположены вдоль автодорог, – рассказал Жанболат Жаншин.

В АО "НК "КазАвтоЖол" пообещали установить систему "Электронный пастух" в ближайшее время.

За пять месяцев этого года 17 ДТП произошли на территории Акжайыкского района, в которых погибли 20 человек и 40 получили травмы различной степени тяжести.

– Полицейские района выписали 65 предписаний компаниям, которые ответственны за содержание дорог. За ненадлежащее содержание дорог ТОО "КазАвтоЖол" выписало пять административных штрафов. По вопросам выпаса скота с сельчанами регулярно проводится разъяснительная работа, вдоль трассы Уральск–Атырау установлено восемь макетов животных. На специальную установку для КРС водворили 153 головы животных, выписано 40 протоколов, – рассказал **аким Акжайыкского района Калияр АЙТМУХАМБЕТОВ**.

**Аким ЗКО Гали ИСКАЛИЕВ** отметил, что ранее уже предупреждал районных акимов о том, что необходимо

принять меры по недопущению ДТП с участием домашних животных.

– До этого я предупреждал акимов районов, которые расположены вдоль республиканских трасс, о необходимости принятия мер по недопущению ДТП с участием домашних животных. Это прямая обязанность районных акимов, в этой связи акиму Акжайыкского района объявляю выговор. Через два месяца еще будем рассматривать. Также отмечу плохую работу управления ветеринарии. Из 49 аварий с участием скота в 2020 году в 43 случаях не были установлены владельцы животных. В отношении руководителя управления ветеринарии будет проведено служебное расследование, – заявил Гали Искалиев.

К слову, в 2021 году на дорогах области произошло 99 аварий, в которых умерли 43 человека, еще 157 человек получили травмы различной степени тяжести. Из 99 аварий в двух случаях причинами ДТП стали домашние животные. Погибли четыре человека, еще двое ранены.

За пять месяцев этого года 17 ДТП произошли на территории Акжайыкского района, в которых погибли 20 человек и 40 получили травмы различной степени тяжести.



# Укол за один миллиард тенге сделали Эмиру

2-летний Эмир, больной спинальной мышечной атрофией, получил укол Zolgensma 4 июня.

ДАНА РАХМЕТОВА

Об этом родители мальчика сообщили в Instagram.

– Наконец-то этот день настал! Эмир получил свой укол Zolgensma. Ожидание было долгим, трудным, но несмотря на все, мы дождались и Эмир стал первым в Казахстане, кто получил генную терапию препаратом Zolgensma. Огромное спасибо всем, кто помог нам и поддерживал на протяжении всего времени.

Спасибо каждому за подаренную возможность! Трудно описать словами, что мы сейчас испытываем! Но мы безумно счастливы и рады этому дню. Желаем всем детям получить своё долгожданное лечение!!! – написали родители Эмира. Напомним, у Эмира страшный диагноз – спинальная мышечная атрофия. В свои почти 2 года он не ходит, не ползает, может лишь сидеть. Болезнь опасна тем, что со временем у него ослабнут все мышцы и он не сможет дышать,

у него может произойти остановка сердца. Помочь малышу можно было с помощью укола, который делают лишь за границей. Деньги были собраны за несколько месяцев.

Недостающая сумма была переведена на счет родителей в конце марта.

Фото из архива «МГ»



# Замначальника УСБ остался без должности

ВИДЕО НА MGOROD.KZ

Полицейского сняли на видео в кафе и обвинили в связях с оргпреступностью.

Кристина КОБИНА

19 мая на канале YouTube Batyr Maratov появилось видео, где, по утверждению автора, фигурирует заместитель начальника управления собственной безопасности ДП ЗКО **Артур МУСАГАЛИЕВ**. Автор ролика обвинил полицейского в покровительстве и связях с ОПГ. Кроме этого, автор сообщает, что на предоставленном видеоролике Артур Мусагалиев со следователем Докалиевым распивают спиртное в ресторане «Вестерн» в Аксае во время встречи якобы с членами ОПГ.

Тогда в комментариях ответ написали от информационного медиапортала polis.kz (МВД РК).

– Департаментом собственной безопасности МВД в отношении лиц Управления собственной безопасности департамента полиции Западно-Казахстанской области проводится служебное расследование, – заверили в мини-

стерстве.

Редакция "МГ" направила запрос в МВД РК на получение информации о результатах служебного расследования.

– По результатам служебного расследования за нарушение требований Этического кодекса государственных служащих Артур Мусагалиев освобожден от занимаемой должности, – ответили в МВД РК.

Стоит отметить, также по данным министерства, департаментом полиции ЗКО в этом году из органов внутренних дел по отрицательным мотивам было уволено 14 сотрудников, в прошлом году – 48 сотрудников.

■ Напомним, в 2014 году имя Артур Мусагалиев уже мелькало в СМИ в связи со странным ДТП. Тогда в полиции опровергли информацию о том, что Мусагалиев сбил человека и заявили, что молодой человек сам упал прямо перед служебной машиной сотрудника УСБ.

# СУДИСПОЛНИТЕЛЬ ПО ДЕЛУ УНДАГАНОВА ОТКАЗАЛАСЬ ОТ ИСКА

Гражданское дело прекращено.

14 августа прошлого года стало известно о том, что экс-руководителя управления физической культуры и спорта **Муслима УНДАГАНОВА** условно-досрочно освободили из колонии в Костанайской области. Он отбыл наказание сроком 7 лет и 3 месяца, это 2/3 части срока. Однако 19 августа вышло постановление Костанайского областного суда, согласно которому Муслима Ундаганова вновь взяли под стражу. При этом суд города Костанай обвинил **судебного исполнителя департамента юстиции ЗКО Гульмиру ПАПАШЕВУ** в том, что она предоставила недостоверные данные о том, что на сегодняшний день у должника Муслима Ундаганова полностью погашена в солидарном порядке его доля по приговору суда в размере 51,8 млн тенге.

Судисполнителя даже хотели привлечь к уголовной ответственности за злоупотребление служебными полномочиями, а в декабре Гульмира Папашева рассказала, что досудебное расследование прекращено в связи с отсутствием состава преступления.

В апреле этого года стало известно, что теперь сама Гульмира подала в суд на администратора судов по Костанайской области и Министерство финансов РК. Она вместе со своим адвокатом Мереке Габдуалиевым попросила привлечь к административной ответственности эти государственные органы и взыскать с них моральную компенсацию в размере трех миллионов тенге.

Однако сегодня, 7 июня, выяснилось, что Гульмира Папашева написала заявление об отказе от иска и гражданское дело прекратили.

– Это ее право, возможно, она устала от всего. Она не хочет комментировать ситуацию. Мне остается лишь поддержать позицию своего доверителя, – рассказал Мереке Габдуалиев.

Напомним, экс-главу облспорта изначально приговорили к 12 годам лишения свободы с конфискацией имущества. Он был обвинен в создании преступной группы и хищении бюджетных средств. В последующем срок наказания был снижен до 9 лет. Бывший руководитель облспорта **Муслим Ундаганов** отвечает срок в учреждении максимальной безопасности 161/2 КУИС МВД РК.

Арайлым УСЕРБАЕВА

# Расходы на медуслуги хотят включить в тариф за тепло

В коммунальном предприятии заявили, что это связано с изменениями в законодательстве.

РУСЛАН АЛИМОВ

Ранее решение о допуске к работе принимал

медик нашей организации. Сейчас произошли изменения в законодательстве. Допускать или нет работников к смене будут представители другой медицинской организации. Мы заключили с ними договор на сумму 16 миллионов тенге за год, – сообщил **советник генерального**

директора АО «Жайык-теплоэнерго» **Вячеслав СОЛОДИЛОВ**.

Сейчас тепловики отозвали свою заявку на повышение тарифа, но после внесения в нее изменений документ вновь направят на рассмотрение в антимонопольное ведомство. Сейчас долги за потре-

Сейчас тепловики отозвали свою заявку на повышение тарифа, но после внесения в нее изменений документ вновь направят на рассмотрение в антимонопольное ведомство.

бленную тепловую и электрическую энергию составляют порядка 500 млн тенге. Напомним, 30 апреля АО

"Жайыктеплоэнерго" провело общественные слушания по повышению тарифов на свои услуги.

Компания запросила повышение тарифов на 30%. Однако в конце мая предприятие отозвало заявку.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КОММУНАЛЬНОЕ  
КАЗЕННОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ  
**«УРАЛЬСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**  
ОБЪЯВЛЯЕТ О НАБОРЕ АБИТУРИЕНТОВ  
НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД  
ПО ГОСУДАРСТВЕННОМУ ЗАКАЗУ НА  
ОБУЧЕНИЕ ПО СЛЕДУЮЩИМ НАПРАВЛЕНИЯМ

После окончания №92051АА00012333 от 26.06.2018 г. выдана Департаментом по контролю в сфере образования ЗКО Комитета по контролю в сфере образования и науки Министерства образования и науки РК

**НА БАЗЕ 9 КЛАССОВ:**

**Специальность**

**06120100** Вычислительная техника и информационные сети (по видам)  
**Квалификация**  
**Эк06120101** Оператор компьютерного аппаратного обеспечения

**Специальность**

**06130100** Программное обеспечение (по видам)  
**Квалификация**  
**4s06130103** Разработчик программного обеспечения

**Специальность**

**07140500** Цифровая техника (по видам)  
**Квалификация**  
**Эк07140501** Монтажник-наладчик цифровой техники

**Специальность**

**07161300** Техническое обслуживание, ремонт и эксплуатация автомобильного транспорта  
**Квалификация**  
**Эк07161301** Слесарь по ремонту автомобилей  
**Эк07161303** Мастер по ремонту автомобильного транспорта  
**4s07161304** Техник-механик

**Срок обучения: 2 года 10 месяцев, 3 года 10 месяцев**  
**Обучение на казахском и русском языках**

**НА БАЗЕ 11 КЛАССОВ:**

Обучение на платной основе по следующим направлениям:

**Специальность**

**07151100** Эксплуатация и техническое обслуживание машин и оборудования (по отраслям промышленности)  
**Квалификация**  
**4s07151102** Техник-механик

**Специальность**

**06130100** Программное обеспечение (по видам)  
**Квалификация**  
**4s06130103** Разработчик программного обеспечения

**Срок обучения: 1 год 10 месяцев**

**НА БАЗЕ ТЕХНИЧЕСКОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ (ПО ПРОФИЛЮ):**

Обучение на платной основе по следующим направлениям:

**Специальность**

**06130100** Программное обеспечение (по видам)  
**Квалификация**  
**4s06130103** Разработчик программного обеспечения

**Специальность**

**07161300** Техническое обслуживание, ремонт и эксплуатация автомобильного транспорта  
**Квалификация**  
**4s07161304** Техник-механик

**Срок обучения: 10 месяцев**

**Необходимые документы:**

- Аттестат (подлинник) / диплом
- Мед. справка формы 086-у (снимок флюорографии обязательно)
- Фото 3x4 (4 шт.)
- Копия свидетельства о рождении или удостоверения личности

**Мы ждем вас по адресу:**

г. Уральск, ул. А. Каримуллина, 2/1а (район АО «завод «Омега») Проезд автобусами №6, 13, 47 (остановка «Лицей/Колледж», Автобусами №4, 6, 7, 10, 13, 35, 49 (остановка «Омега»)

Справочная информация по телефонам: 8 (7112) 53 80 96, 8 (7112) 53 84 77

Присоединяйтесь к нам в соцсетях UKIT\_URALSK

# PROF IT 2021 – НОВЫЙ УРОВЕНЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ

3 и 4 июня 2021 года в Уральском колледже информационных технологий проходил профессиональный конкурс PROF IT 2021 среди учащихся колледжа по направлениям «Web дизайн» и «Графический дизайн». Основная цель конкурса – демонстрация профессионального мастерства и дальнейшее его совершенствование.

Проводился конкурс при поддержке социального партнера колледжа – ТОО «IT Group Kazakhstan» – основного консультанта и учредителя призового фонда конкурса. Участие социальных партнеров в подобных конкурсах позволяет потенциальным работодателям найти для себя талантливые кадры.

**ДЛЯ ЧЕГО НУЖНЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОНКУРСЫ?**

- Для определения уровня знаний и практических навыков обучающихся по специальности с целью дальнейшего совершенствования процесса обучения
- Для выявления талантливых, творческих студентов
- Для создания условий профессионального и творческого роста студентов
- Для адаптации к производственному процессу
- Для формирования позитивного социального и профессионального имиджа будущего IT-специалиста.

В конкурсе принимали участие 22 учащихся I–IV курсов, обучающихся по специальности «Вычислительная техника и программное обеспечение».

Содержание конкурсных заданий – создание продуктов графического и Web дизайна. Участники конкурса получают техническое задание с описанием всех требований к продукту. Проект делится на несколько модулей со своими подзадачами. Каждый выполненный модуль оценивается отдельно. Конкурсный проект должен быть выполнен в соответствии со всеми требованиями. Результат – конечный продукт по заданной компетенции.

Профессиональные конкурсы, как форма внеурочной деятельности, помогают успешно решать задачи



повышения качества подготовки специалистов, позволяют создать благоприятную среду для развития интеллекта, совершенствования профессиональных умений и навыков, развития профессионального и креативного мышления студентов, способствуют формированию опыта творческой деятельности в профессиональной сфере.

– Из нашего опыта следует отметить, что проводить профессиональные конкурсы целесообразнее среди ребят старших курсов, когда они уже овладели необходимым объемом знаний, умений и навыков. Такие конкурсы способствуют формированию опыта творческой деятельности обучающихся, создают оптимальные условия для

морализации личности, её профессиональной и социальной адаптации, – отметил директор колледжа Нурлан Мерленович Султанов.

**Дүйсенова Г.Е.,**  
заместитель  
директора  
Уральского колледжа  
информационных  
технологий



# Ливневый дождь подтопил дома, залил вокзал и подвалы многоэтажек

Подтопленные дома, вокзал со стекающей с потолка штукатуркой и побелкой, лужи по колено – вот так выглядел Уральск после сильного ливневого дождя.

**ФОТО**  
НА MGOROD.KZ

**АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА**

Ливневый дождь в Уральске начался вечером 3 июня и продолжался всю ночь. Улицы города сразу стали напоминать Венецию. Часть горожан осталась без электричества (кстати, остаются без него до сих пор), водоснабжение также было приостановлено из-за подтопления канализационного коллектора. К утру вода в домах появилась, но давление все еще остается слабым, к тому же вода из кранов идет ржавая. Дождевую воду сотрудники железнодорожного вокзала Уральска собирают тряпками. Крыша здания протекла, вода стекала по стене. Местами осыпалась штукатурка. В воде и под земный переход в здании вокзала, ведущий к перрону. Объект работает, но в здание пускают только пассажиров, имеющих билеты на руках.

Ночь оказалась кошмарной для жительницы Уральска Балслу Бисембаевой. В ее частный дом по улице Айтиева (за центральной мечетью) вода потекла, как только начался дождь.

– Уже в 21.40 я начала звонить службу 109. Дозвониться смогла только спустя полтора (!) часа. Но меня «обрадовали», сказали, что моя заявка на выкачку воды в очереди 26 791 (!). Я ждала машины до трех ночи, но так и не дождалась. Даже вот сейчас время почти 11 дня, а на выкачку воды так и не приехали, – рассказывает Балслу Бисембаева.

По словам женщины, подтопление происходит из-за отсутствия в этом районе ливневой системы. – Крыша не подтекает, вода скопилась во дворе и через фундамент просочилась в дом. Во дворе лужа была выше колен, то есть даже в сапогах невозможно было ходить. Я считаю,

что все из-за отсутствия ливневой системы, я вчера пыталась сделать ручеек, но воде просто некуда вытекать. К тому же вокруг нашего дома построили новые здания, дома, все подняли земляную насыпь, а мой дом получается остался в низине и вся вода стекает ко мне. Потому что нет ни арыков, ни ливневой системы, – жалуется Балслу.

Сейчас женщина пытается вычерпать воду хотя бы из дома, но пока не откачают воду со двора, что-то делать бесполезно. Больше всего в доме пострадали кухня и санузел. Под дождевой водой остались ковры, линолеум практически плавают.

А жители Дома №22 по улице Льва Толстого с утра пытались выйти из дома, но вот пройти по площадке на первом этаже им не удалось. Пришлось возвращаться за резиновыми сапогами.

– Утром собралась на работу, а выйти из подъезда не смогла. Вернулась домой, на балконе нашла резиновые сапоги и в них вышла из дома. Что в подвале творится, даже боюсь представить, – говорит жительница дома по имени Ирина.

По информации руководителя ТОО «Жайык Таза Кала» Рината НУРГАЛИЕВА, ночью работники коммунальной службы работали в усиленном режиме.

– Устранением последствий ливневых дождей занимались 22 рабочих и 15 единиц техники. За ночь мы откачали 532 кубометра воды. Кроме этого, зарегистрировано пять случаев падения деревьев. Мобильная бригада выехала на место и устранила инцидент. Сейчас на городских улицах работают 28 единиц техники и 350 рабочих. Бригады работают в районе Второго рабочего поселка, в микрорайоне Жулдыз, на улицах Алматинская и Актюбинская. Оказалось, что в службу



В связи с большим количеством осадков арычная система наполнилась, – рассказал Ринат Нургалиев.

– По причине отсутствия электричества было отключено 11 КНС, все силы водоканала были направлены на восстановление линий. Проблемы были по КНС–3, которая находится в центре города и отводит все сточные воды, КНС–19, которая находится на объездной трассе рядом с поселком Деркул и КНС–29, которая отводит воды с Закаганска. Они были включены в течение 40 минут, с 6.00 мы возобновили водоснабжение и в данный момент ситуация с водой стабилизировалась, – рассказал Мирас Мулкай.

Оказалось, что в службу 109 обратились 35 жителей города с жалобами на подтопление их домов. – Официально к нам поступили две жалобы от жителей многоэтажных домов, но у меня есть информация о 25 таких домах. Это дома по адресам: проспект Абая, 102; Курмангазы, 112/1; Ларина, 2/2, 8/1, 4, 5, 9; Гагарина, 2/1, 99/2; Урдинская, 1/3; Жамбыла, 79 и другие. Ни для кого не секрет, что большинство многоэтажных домов нуждаются в ремонте крыши. Но в первую очередь это ответственность самих жителей домов. КСК проводит лишь частичный ремонт. Горожане могут капитально отремонтировать крышу и лифты по программе «Модернизация ЖКХ». Но люди не проявляют интерес, ведь для участия в программе требуется согласие не менее 70% жителей, – отметил руководитель от-

дела ЖКХ, ПТ и АД Жандос ДУЙСЕНГАЛИЕВ.

Стоит отметить, что утром 4 июня не работали

17 светофоров, а также вышло из строя 40% уличного освещения.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

**ОТКРЫТЫ ВАКАНСИИ В ТД МЕГАСТРОЙ**

На постоянную работу требуются:

- Продавцы-консультанты
- Торговые представители
- Официальное трудоустройство
- График 6/1 с 9:00 до 18:00

Обращаться по телефону:

**8 777 230 90 85**  
**8 7112 51 94 56**

Резюме присылать на [hr@megastroy.kz](mailto:hr@megastroy.kz)

# Мы выполняли задачи Верховного главнокомандующего – в ЗКО назрел конфликт властей и бывших казбатовцев

В Уральске присвоения статуса участников боевых действий потребовали служившие на таджикско-афганской границе и в Нагорном Карабахе. 7 июня все они пришли к зданию Nur Otan добиться решения данного вопроса.

Кристина КОБИНА

Служившие на таджикско-афганской границе и в Нагорном Карабахе из ЗКО заявили, что уже больше года не могут присвоить статус участника боевых действий из-за канцелярских ошибок в справках, которые выдавали во время службы. Теперь они лишены пособий, льгот и различных выплат. Более того, им приходится самим делать запросы президенту Азербайджана и Российской Федерации для подтверждения участия в боевых действиях.



Председатель республиканского общественного объединения "Союз ветеранов боевых действий на таджикско-афганской границе и военных конфликтов" Мурат МУХАМЕДЖАНОВ (на фото) отметил, что служившие на таджикско-афганской границе и в Нагорном Карабахе не могут получить статус об участии в боевых действиях.

— У нас есть закон "О ветеранах" от 6 мая 2020 года, подписанный президентом Казахстана Касым-Жомартом Токаевым. Я участвовал в рабочей группе, был в рабочей комиссии по этому законопроек-



Возле здания Nur Otan собралось порядка сотни сослуживцев, они намерены решить вопрос с выдачей справок – здесь и сейчас.

ту о ветеранах, а также о дополнениях и изменениях в законодательных актах РК по социальному обеспечению. В Таджикистане было министерство обороны с различными подразделениями и отдельными воинскими формированиями. В период с 1992 года по 2001 год солдаты проходили службу в горячих точках, принимали участие в боевых действиях, и выдача справок происходила по-разному. Тогда мы не знали и не понимали, что это будет иметь огромное значение. У меня есть справка о том, что проходил службу на таджик-

ско-афганской границе в условиях чрезвычайного положения. У других написано, что боец участвовал в миротворческой миссии или миротворческих операциях. У всех написано по-разному. Все военкомы в Казахстане поняли, что в этом нет вины ветеранов, которые служили, что когда-то им выдали справку, которая не соответствует законной выдаче документа для присвоения статуса. Вообще период нахождения на таджикско-афганской границе и в Нагорном Карабахе с 1992 по 2001 год и есть основание в участии в боевых действиях, авто-

матически он (служивший – прим. автора) является ветераном. Все военкомы Казахстана поддержали сослуживцев, а у нас в области возникла такая острая проблема, – высказался Мурат Мухамеджанов.

По его словам, возле здания Nur Otan собралось порядка сотни сослуживцев, они намерены решить вопрос с выдачей справок – здесь и сейчас.

— Все служившие в других регионах получили премии в этом году к 7 мая, а мы нет. Это первые люди из независимого Казахстана, которые выполняли первые боевые задачи Вер-

ховного главнокомандующего, на тот момент Нурсултана Назарбаева. Ведь участие в боевых действиях было с риском для жизни, люди погибали тысячами, – рассказал Мурат Мухамеджанов.

## ОБРАТИМСЯ В ВОЕННУЮ ПРОКУРАТУРУ

Уладить конфликт и недопонимания среди собравшихся вышел заместитель акима ЗКО Бакытжан НАРЫМБЕТОВ (на фото). Он пообещал создать рабочую группу и как можно скорее решить проблему.



— У меня есть предложение. Вы говорите, что в других областях такие справки выдают, сегодня я связался со своими коллегами из других областей и переговоров, уточню, каким образом их выдают. Обратимся в военную прокуратуру и другие госорганы, пригласим всех и будем решать проблему. Ваши просьбы понятны. Вы все патриоты страны и служили на благо Родины. Будем индивидуально рассматривать ситуации с каждым служившим на таджикско-афганской границе и в Нагорном Карабахе, – заявил замакима ЗКО.

Тем не менее, собравшиеся не хотели выслушивать обещания и требовали решения вопроса. Они отметили, что для получения статуса некоторым жителям ЗКО даже пришлось прописываться в других областях.

— Среди нас есть те, кто получил ранения и даже был в плену. В других областях нашим сослуживцам предоставили бесплатный проезд, в зимнее время выдают по 10 тысяч тенге на оплату коммунальных услуг, они ездят по путевкам в Боровое, проходят лечение в госпиталях, – говорили собравшиеся.



Кильш ГАБДУАЛИЕВ (на фото) рассказал, что проходил срочную воинскую службу на должности механика-водителя в условиях чрезвычайной ситуации в Азербайджанской республике с 19 января по 16 марта 1990 года и для получения статуса ему пришлось писать запрос на подтверждение участия в боевых действиях на имя министра обороны РФ

Сергея Шойгу, президента Азербайджана Ильхама Алиева, президента РФ Владимира Путина.

— Почему мы сами делаем запросы? Уже больше года пытаемся получить присвоение статуса и все безрезультатно, – отметил он.

## ВСЕ ВОПРОСЫ К ДЕПАРТАМЕНТУ ТРУДА

Между тем начальник департамента по делам обороны ЗКО Руслан АМИРЖАНОВ заявил, что справки они выдают на основании учетных воинских документов или

архивных справок. Если в военно-учетных документах или военном билете отсутствуют отметки об участии в урегулировании межэтнических конфликтов в Нагорно-Карабахской Республике или на таджикско-афганской границе, они направляют соответствующие запросы в архивы и на основании архивных справок подтверждают или опровергают участие в данных мероприятиях.

— Мы – местный орган управления – подтверждаем только период службы на том или ином участке, в той или иной воинской

части. Статус присваивает департамент труда и соцзащиты, – сказал Руслан Амиржанов.

После полуторачасовых переговоров на улице замакима ЗКО Бакытжан Нарымбетов пригласил всех в здание Nur Otan для составления списка служивших.

Мурат МУХАМЕДЖАНОВ:

— В период с 1992 года по 2001 год солдаты проходили службу в горячих точках, принимали участие в боевых действиях, и выдача справок происходила по-разному. Тогда мы не знали и не понимали, что это будет иметь огромное значение. У меня есть справка о том, что проходил службу на таджикско-афганской границе в условиях чрезвычайного положения. У других написано, что боец участвовал в миротворческой миссии или миротворческих операциях. У всех написано по-разному.

Фото Медета МЕДРЕСОВА



МИЛОСЕРДИЕ

**МАЛЬЧИКУ ИЗ УРАЛЬСКА ТРЕБУЕТСЯ ОПЕРАЦИЯ ПО УДЛИНЕНИЮ РУК И НОГ**

У 6-летнего Кайрата Нурбергена редкое генетическое заболевание, при котором нарушается процесс роста костей скелета,



Мальчику нужна операция по удлинению верхних и нижних конечностей. Как рассказала мама мальчика Нурсулу Бекбарнаева, врачи с Украины согласились сделать операцию, которая поможет малышу обрести новую жизнь.

– Мой сын страдает ахондроплазией (это врожденное заболе-

вание, при котором нарушается процесс роста костей скелета и основания черепа – прим. автора) Мужественный и стойкий Кайрат нуждается в этой операции не для красоты. А для того, чтобы он мог сам себя обслуживать. Ведь сейчас у сына короткие ручки и ножки, он элементарно не может сам себе завязать шнурки, не может одеться и обуться, дотянуться до нужных вещей. Ортопед и травматолог из Киевской клиники Веклич берётся за эту сложную операцию, – говорит Нурсулу Бекбарнаева.

К слову, операция будет состоять из четырех этапов. На первом этапе мальчику удлинит ноги, на втором – бедра, далее плечи и голень. Каждый этап операции стоит 12 тысяч долларов или более пяти миллионов тенге. Таких денег у семьи нет.

– В ноябре мы съездили к доктору и он назначил нам операцию. Самостоятельно собрать такую сумму мы не можем. Зароботной платы хватает только на лекарства и ежедневные расходы. Сейчас у нас есть около 500 тысяч тенге и я обращаюсь ко всем неравнодушным казахстанцам с просьбой помочь моему сыну. Он очень добрый и искренний ребенок, верит в чудеса. Я очень хочу, чтоб он стал как все обычные дети, мог бегать и играть в футбол, радоваться и хоть немного быть самостоятельным. Очень прошу вас, не оставайтесь в стороне, помогите нам собрать эти деньги, – добавила Нурсулу.

Все, кто желает оказать мальчику помощь, могут перевести деньги:  
Kaspi GOLD: 4400 4301 0001 9501. Счет привязан к номеру 8 775 983 51 15 Нурсулу Бекбарнаева.  
ИИН 840409400282  
Сбербанк: 4578 3200 0283 4758  
Реквизиты для перевода с России: KZ 27914CP64369704412  
Народный банк: 5354510085129137  
Также вы можете позвонить по номеру телефона +7 777 176 02 48 Нурсулу Бекбарнаевой.

**Где купить карту для проезда в автобусах?**

– Добрый день. 17 июня власти обещали, что введут электронное билетирование в автобусах Уральска. Скажите, пожалуйста, где купить карточки для проезда в автобусах?

– Елена

– Пока места продажи не установлены. Они будут определены 9 июня, – сообщили в пресс-службе акимата Уральска.



**Почему справки платные?**



– Здравствуйте. Мы относимся к поликлинике №3 г.Уральск. Недавно нам понадобилась справка от педиатра об эпидокружении ребенка и справка на энтеробиоз (яйцеглист). Медсестра на участке сказала, что сейчас все справки платные. Так ли это?

– Алия

– Данные справки выдаются абсолютно бесплатно, если вы прикреплены к нашей поликлинике. Если вы не прикреплены к нашей поликлинике, вы также можете получить справку, но уже на платной основе, – ответили в городской поликлинике №3.

**Почему нет воды?**

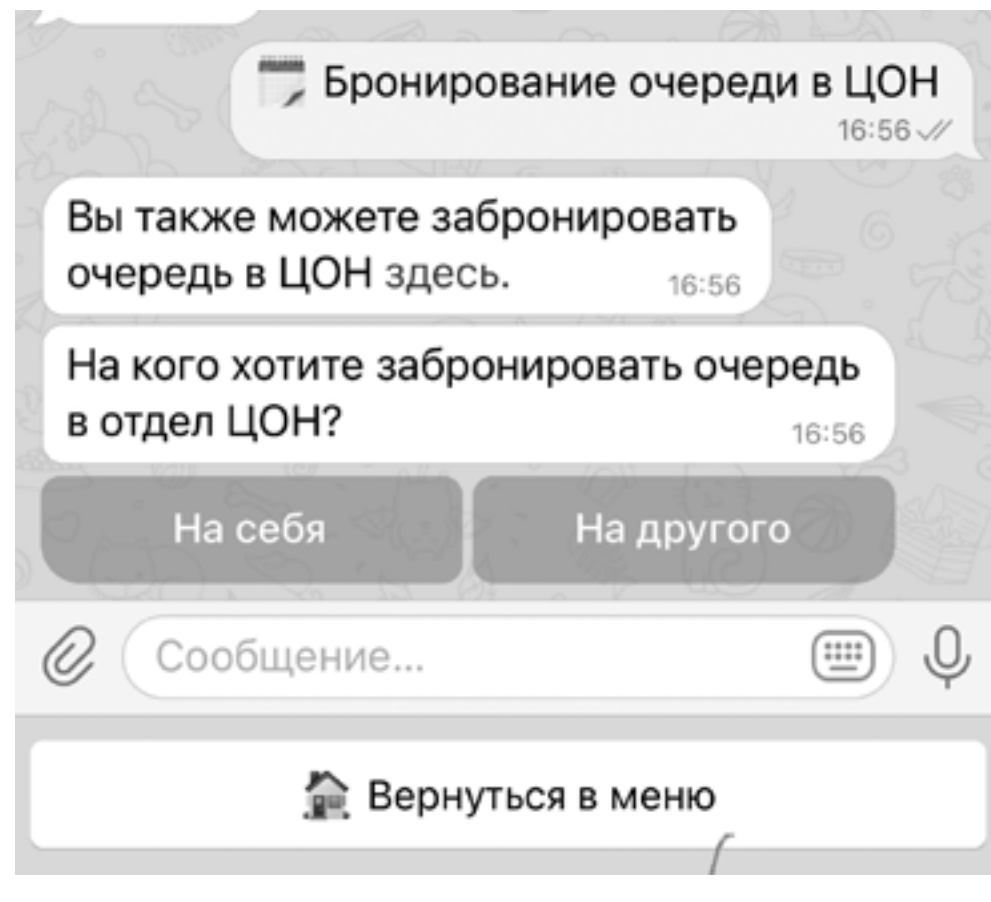
– Добрый день, мы живем во втором рабочем поселке по улице Штыбы. У нас отключили водоснабжение. Почему?

– Елена

– 4 июня по ул.Мусина – ул.Ашхабадская проводятся работы по подключению нового участка трубопровода Д225 мм, протяженностью – 50 м. Поддача водоснабжения временно



прекратилась в жилые дома частного сектора по адресам: ул.Мусина, ул. Ташкентская, ул. Чурилина, ул. Телерафная, ул. Крымская, ул. Штыбы, ул. Партизанская, ул. Совхозная, ул. Исатай Батыра. Ориентировочное время проведения работ – с 11.00 до 23.00. Приносим извинения за временные неудобства, – пояснили ТОО «Батыс су арнасы».



**Как забронировать очередь в ЦОН через Telegram-бот**

– Нахожусь в декретном отпуске с ребенком. Хотела поставить ребенка в очередь в ЦОН, но знаю, что из-за пандемии все услуги оказываются в режиме онлайн, в том числе и бронирование очереди в ЦОН. Как это сделать?

– Айсулу.

– Пользователю необходимо в меню выбрать "Бронирование очереди в ЦОН". Система предложит выбрать регион, район и ЦОН, в котором вам удобнее получить госуслуги, цель посещения, удобную дату и время. Как только все шаги будут пройдены, гражданину придёт SMS, в кото-

ром будет указан ИИН получателя, дата, время и адрес выбранного ЦОНа. Это сообщение и будет являться подтверждением бронирования очереди при посещении ЦОНа, – сообщили в пресс-службе госкорпорации "НАО "Правительство для граждан".

БЛАГОДАРНОСТЬ

**СПАСИБО ЗА СПАСЕНИЕ ОТ COVID-19**

– Здравствуйте. Мы пациенты новой инфекционной больницы, расположенной в микрорайоне Жұлдыз, хотели поблагодарить медицинский персонал за старания, знания, усилия, советы, доброту, понимание, профессионализм и мастерство. Вы замечательные люди, которые помогли многим пациентам.

От всего сердца благодарим лечащего врача Гульрайсу Хамзину, медсестру Марию Трупакову, а также санитаров по именам Тимур и Чингиз и всему персоналу блока D. Спасибо, что вы есть!

– пациенты палаты №9

По рубрике дежурила Кристина Кобина. На этой неделе в среду, 9 июня, ваши вопросы будет принимать Арайлым Усербаева по номеру телефона в редакции: 51-39-97. Присылайте свои письма на наш электронный адрес: mg\_500678@mail.ru или приносите свои письма в редакцию по адресу: г.Уральск, ул.Д.Нурпеисовой, 12/1, каб.№102.

ЧАСТНЫЙ СЕКТОР

УСЛУГИ

СТРОИТЕЛЬНЫЕ

Натяжные потолки (Бельгия, Германия, Франция): широкий выбор цветов, фактур, качество, гибкий подход. Тел.: 8-775-235-03-57, 8-705-800-85-09

Организация примет на работу в г. Уральск:

1. Водителей на автомашину Камаз
2. Оператора автогрейдера

93-91-05, 8 701 757 15 17

РАЗНОЕ

Ремонт холодильников, морозильных камер, стиральных машин, телевизоров, кондиционеров, водонагревателей, титанов, СВЧ микроволновых печей, соковыжималок, блендеров, пылесосов, вытяжек, компьютеров, ноутбуков, клима-

тического и электронного оборудования. установка и подключение любой техники. Оригинальные запчасти в наличии и на заказ. Большой опыт работы. Тел.: 8-747-604-77-48.

НЕДВИЖИМОСТЬ

СДАМ

Сдам комнату в трехкомнатной квартире в р-не Ремзавод. Оплата 10000 тенге. Совместное проживание. Тел.: 8-775-501-18-02.

ЗЕМ.УЧАСТКИ

ПРОДАМ

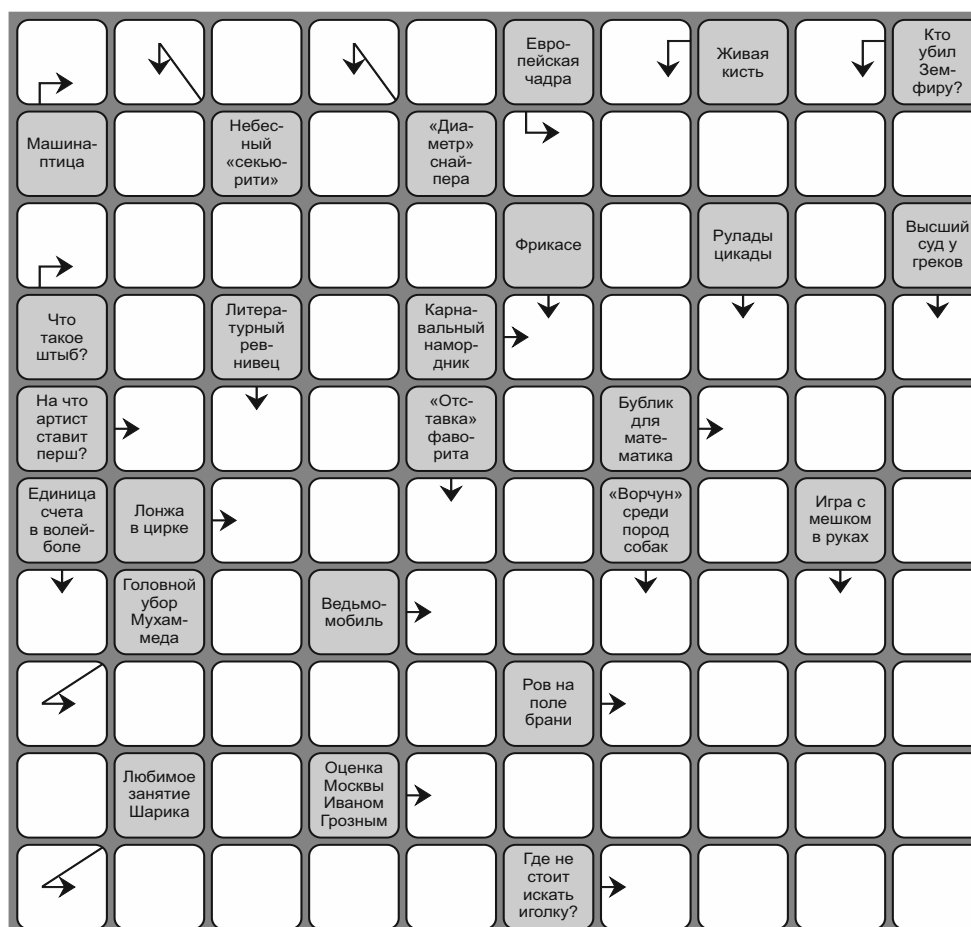
Продам два земельных участка под гаражи в гаражном кооперативе "Омега". Тел.: 8-777-184-89-12

Продам земельный участок 5 соток с фундаментом 8х9 под строительство жилого дома в п. Зачаганск, микр-н Сарытау, по ул. Султана Бейбарыса, д. 46, имеются все коммуникации, госакт, рядом новая школа №50. Тел.: 8-777-184-89-12, 8-705-328-27-30.

МЕБЕЛЬ

ПРОДАМ

Продам диван-кровать двухместный, выдвижной, цена 10000 тенге, телевизор Samsung с кинескопом, цена 20000 тенге, гармонь тульская, хромка, новая, цена 10000 тенге. Тел.: 8-775-501-18-02



# Почему поп-ит и симпл-димпл так нравятся детям? И полезно ли с ними играть?

Сегодня поп-ит и симпл-димпл – одни из самых популярных игрушек для детей. Почему они всем так нравятся? И правда ли, что они успокаивают и снимают стресс? Отвечает **детский психолог Юлия СТАРОСТИНА**.

**ПОЧЕМУ ДЕТЯМ НРАВЯТСЯ ПОП-ИТ И СИМПЛ-ДИМПЛ? ПОЛЕЗНО ЛИ С НИМИ ИГРАТЬ?**

На самом деле, антистресс-игрушки вроде сквиши и симпл-димпл нравятся не только дошкольникам, но и подросткам и даже взрослым. Еще в начале прошлого века немецкий психолог Курт Левин разработал теорию поля: он писал о том, что некоторые предметы имеют очень притягательную силу, «положительную валентность».

Находясь рядом с такими предметами, человек не может их не потрогать, не захотеть взаимодействовать с ними. Особенно это касается дошкольников, уровень самоконтроля у которых ниже, чем у взрослых.

В этом возрасте дети наиболее подвержены влиянию таких притягательных предметов

Не думаю, что такие предметы вообще можно назвать полноценными игрушками: с ними сложно построить игровой сюжет, их трудно использовать в качестве героев. Их скорее можно воспринимать как вспомогательные средства для игры с куклами и машинками. Поэтому су-

дить об эмоциональном влиянии таких антистресс-игрушек на детей сложно. Вряд ли поп-ит служит реальным антистрессом для дошкольников. Его просто приятно трогать, вертеть в руках. Собственно, как и любой другой предмет: мягкую игрушку, бусы, почти позабытый спиннер.

Мне кажется, у современных дошкольников стало гораздо больше игрушек, чем у предыдущих поколений, поэтому они превращаются для них скорее в предметы коллекционирования. Мы постоянно слышим рекламные лозунги: «Собери их всех» или «Такой куклы у тебя еще нет».

Иногда их становится так много, что ребенок просто забывает, что такая игрушка у него уже есть

Соответственно, реально поиграть – взаимодействовать, включить воображение, «оживить» игрушку – ребенку бывает просто некогда. Самые популярные игрушки у детей определяет мода, которая точно пройдет, и вместо симпл-димпл и поп-итов появится что-то еще. Я в детстве играла с друзьями с радужной-пружинкой, которую можно красиво переносить из одной руки в другую,



а потом наблюдать, как она сама спускается с лестницы. Все дети того времени ее хотели, а сейчас всем интересны сквиши. Игрушки вроде таких не полезны и не вредны – они просто есть, и они хорошо продаются.

Источник: Mel.fm

# 7 советов, как научить детей думать – от педагогов из США

«Ошибки – естественная часть обучения, но если ученики впадают в ступор из-за каждой ошибки, они никогда не научатся критически мыслить», – считают педагоги из США. Что же делать учителю? Мы собрали 7 подсказок, как помочь школьникам не бояться высказывать (и отстаивать) свое мнение.



**К**ритическое мышление – это способность принимать четкие и обоснованные решения на основе анализа различных фактов, аргументов, доказательств. Умение мыслить подобным образом – то есть взвешенно, независимо, аналитически – важный навык для того, чтобы ориентироваться в современном мире. К сожалению, в академических кругах (и тем более в школе) развитию таких навыков не уделяется достаточно внимания. Но в этом нельзя винить преподавателей: у них есть программа, которой нужно следовать, и ограниченное количество времени, чтобы дать ученикам максимум знаний.

Тем не менее, есть множество способов, которые учителя могут использовать на уроках, чтобы стимулировать развитие навыков критического мышления у детей. Не отвлекаясь от своей предметной области.

**ЗАБУДЬТЕ ПРО «ПРАВИЛЬНО» И «НЕПРАВИЛЬНО»**

Когда ученик ошибается в ответе, задача учителя – не поправить его, а сделать так, чтобы ребенок сам пришел к верному решению. Вместо того, чтобы отклонять любые неправильные ответы, попробуйте спрашивать: «Что заставило тебя ответить именно так?» После того, ребенок назовет причину, объясните, почему его ответ не может быть правильным и предложите порассуждать другим образом. Скорее всего, после этого ученик сам придет к тому ответу, который вы от него ждете.

вергать сомнению любую информацию и проверять ее, а не просто потреблять контент.

**РАЗРЕШИТЕ ДЕТЯМ БЫТЬ ИНИЦИАТИВНЫМИ**

Задайте своему классу вопрос и дайте детям достаточно времени, чтобы написать ответ. Укажите, какого рода ответ вы хотите получить и убедитесь, что вопрос поставлен одновременно и не слишком расплывчато, и не слишком конкретно. Может показаться, что предоставленные детям самим себе – это лишь трата времени, но благодаря этому ваши ученики научатся думать и принимать решения самостоятельно.

**ЗАДАВАЙТЕ ОТКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ**

Например, вместо того чтобы спрашивать «В каком году началась Первая мировая война?», спросите «Какие обстоятельства привели мир к войне?». Столкнувшись с таким вопросом, дети вместо того, чтобы вспоминать очередную дату, должны будут подумать о том, почему событие произошло и какой была причина. Поставленные таким образом вопросы подталкивают учеников к размышлениям, а также помогают лучше закрепить материал.


**ПРЕДЛАГАЙТЕ ДЕТЯМ САМИМ ИСКАТЬ ОШИБКИ**

Намеренно совершайте ошибки, когда вы говорите или пишете. Посмотрите, сколько времени потребуется ученикам, чтобы заметить их и попросить ребят исправить вас. По мере взросления учеников вы можете научить их находить логические ошибки, в том числе в газетах и других средствах массовой информации. Это заставит детей под-

**ВСЕГДА ПОощряЙТЕ ВОПРОСЫ**

Сделайте свой класс местом, открытым для всех вопросов, ведь умение задавать вопросы – основной навык для развития критического мышления. Каждый раз, когда ребенок задумывается о вопросе, ему на ум приходит еще пара-тройка других. Помните, что, когда вы поощряете детей задавать вопросы на уроке, вы поощряете их думать.

Источник: mel.fm




## ЗАПАДНО-КАЗАХСТАНСКИЙ ИННОВАЦИОННО – ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Гослицензия НКЗТ/01АА00005828 от 30.09.2015 г. выдана Комитетом по контролю в сфере образования и науки Министерства образования и науки РК

**ЗКИТУ ОБЪЯВЛЯЕТ О НАБОРЕ АБИТУРИЕНТОВ НА ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ И ФАКУЛЬТЕТ ЯЗЫКОВ И МЕНЕДЖМЕНТА НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД НА БАКАЛАВРИАТ И МАГИСТРАТУРУ ПО СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ:**

<p><b>БАКАЛАВРИАТ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дошкольное обучение и воспитание</li> <li>• Педагогика и методика начального обучения</li> <li>• Педагогика и психология</li> <li>• Физическая культура и спорт</li> <li>• Информатика</li> <li>• История</li> <li>• Основы права и экономики</li> <li>• Правоохранительная деятельность</li> <li>• Казахский язык и литература</li> <li>• Русский язык и литература в школах с нерусским языком обучения</li> <li>• Музыкальное образование</li> <li>• Психология</li> <li>• Культурно-досуговая работа</li> <li>• Библиотечное дело</li> <li>• Иностранный язык: два иностранных языка</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Переводческое дело</li> <li>• Государственное и местное управление</li> <li>• Менеджмент</li> <li>• Экономика</li> <li>• Экономика и менеджмент (по отраслям)</li> <li>• Учёт и аудит</li> <li>• Финансы</li> <li>• Туризм</li> </ul> <p><b>МАГИСТРАТУРА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Педагогика и психология</li> <li>• Физическая культура и спорт</li> <li>• История</li> <li>• Казахский язык и литература</li> <li>• Экономика</li> <li>• Иностранный язык: два иностранных языка</li> <li>• Финансы</li> <li>• Учёт и аудит</li> </ul>
--	---



**По заключению Независимого агентства аккредитации и рейтинга (НААР/IAAR) ЗКИТУ входит в ТОП 15 лучших высших учебных заведений Казахстана.**

**ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ:**

- ГРАНТЫ!
- ИМЕННЫЕ СТИПЕНДИИ
- СКИДКИ АБИТУРИЕНТАМ
- ВОЕННАЯ КАФЕДРА
- ОБЩЕЖИТИЕ

**ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМЫХ ДОКУМЕНТОВ:**

1. Документ о среднем, техническом, профессиональном или высшем образовании с приложением (подлинник)
2. Сертификат ЕНТ
3. Медицинская справка: форма 063, форма 086 (со снимком флюорографии)
4. 6 фотографий размером 3x4
5. Копия документа, удостоверяющего личность
6. Адресная справка

**г. Уральск, пр. Н. Назарбаева, 194. Тел.: 8 776 710 22 99.**  
**Педагогический факультет** e-mail:wkha@mail.ru, @wkitu\_pedfak **Факультет языков** e-mail:fakultetyazykov@mail.ru, @fakultet\_yazykov



## УРАЛЬСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ КОЛЛЕДЖ

Гослицензия АБ №003468 выдана 02.09.2009 г. выдана Управлением образования ЭКО Акимата ЭКО

**ОБЪЯВЛЯЕТ НАБОР АБИТУРИЕНТОВ НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД НА ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГРАНТ И НА ПЛАТНОЙ ОСНОВЕ ПО СЛЕДУЮЩИМ КВАЛИФИКАЦИЯМ:**

<p>4S01140101 «Учитель начального образования»</p> <p>4S 01120102 - Воспитатель организации дошкольного воспитания и обучения</p> <p>4S01140701 «Учитель информатики начального и среднего образования»</p> <p>4S01140103 «Учитель иностранного языка начального образования»</p> <p>4S01140601 «Учитель казахского языка и литературы»</p> <p>4S01140501 «Учитель физической культуры»</p> <p>4S03220101 «Библиотекарь»</p> <p>4S03220202 «Делопроизводитель»</p> <p>4S04120103 «Менеджер по банковским операциям»</p> <p>4S04110102 «Бухгалтер»</p> <p>4S04210101 «Юрист»</p> <p>4S02310101 «Переводчик»</p> <p>4S06130103 «Разработчик программного обеспечения»</p> <p>4S06130105 «Техник информационных систем»</p>	<p>Часто бывает так, что на вопрос есть два (или больше) ответа, но один из них кажется более точным. Но даже в неправильных ответах может быть некоторая доля правильности. Проработка таких заданий помогает детям глубже разобраться в тонкостях вопроса.</p> <p>Предложите ученикам два уравнения, оба из которых не верны: одно – концептуально, другое – вычислительно. Или предложите два абзаца: один со структурными ошибками, другой – с грамматическими.</p> <p>Задания о том, какой из неправильных ответов более правильный, помогают ученикам перейти от вопросов «что?» и «как?» к вопросам «почему?» и «что, если?», которые, в свою очередь, учат детей не только анализировать мир таким, какой он есть, но и представлять его таким, какой он должен быть.</p>
--	---

**Форма обучения:** очная, заочная  
**Язык обучения:** казахский, русский

**ВНИМАНИЕ!!!**  
**На педагогические специальности выделяется государственный образовательный заказ (гранты).**

**г. Уральск, ул. А. Тайманова, 135.**  
**Тел.: 8 705 815 96 04, 8 705 177 83 71, 50-02-84.**  
 www.ugk.kz, @Ugk\_18



## Более 17 тысяч малышей стоят в очереди в детские сады

На 1 мая в возрасте от 0 до 3 лет в очереди стоят 15 504 детей, от 3 до 6 лет – 2 156.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

В редакцию "МГ" обратились жители области, которые не могут устроить детей в дошкольные учреждения. По словам жительницы Уральска Жанат Мустафиной, весной этого года ее сыну исполнилось 3 года. Женщина решила зачислить ребенка в детский сад, а сама выйти на работу.

– Обошла все близлежащие садики, нигде нет мест. Говорят, следить за очередностью через платформу. Но и там показывает, что мест нет. Насколько мне известно, весной дети старших групп выпускаются из садиков. Но сейчас уже лето. Мне нужно выходить на работу, – говорит женщина.

По информации управления образования ЗКО, по области функционируют 524 дошкольных организации, 15 из которых государственные, 59 комплексов "школа-сад", 221 государственный мини-центр при школах и 94 частных детских садов. Их посещают более 31 тысячи детей.

– В этом году из дошкольных организаций области выпускаются 6 580 детей. На 1 мая в очереди для получения направления в дошкольные организации зарегистрировано 17 760 детей, из них: 0 лет – 4 486, от 1 года до 3 лет – 11 018, от 3 до 6 лет – 2 156.

– Зачисление в дошкольную организацию регулируется стандартом государственной услуги "Прием документов и зачисление детей в дошкольные организации". В настоящее время государственные

и частные детские сады города Уральск работают через сайт INDIGO24.kz, сельские дошкольные организации через сайт Balabagsha-SmartNation TOO «InGraft». Чтобы получить место в детском саду, родители должны зарегистрировать ребенка в очереди. В данной программе есть пошаговая инструкция для родителей, – рассказали в управлении образования ЗКО.

К слову, родители дошколят в государственных садах оплачивают лишь расходы на питание ребенка, что составляет в среднем от 11 до 13 тысяч тенге. За последние три года государственные сады не строились.

– Однако производится размещение государственного заказа в дошкольные организации. В этом году сумма госзаказа

на одного ребенка в городе составляет 37 527 тенге, на селе – 41 053 тенге. Родительская оплата в государственных детских садах в среднем составляет – от 11 до 13 тысяч тенге в городе, и от 5,5 до 14 тысяч тенге в районах. Плата за детский сад – это фактические расходы на питание ребенка. На содержание детских дошкольных организаций выделяются средства из государственного бюджета. Родительская оплата в частных садах составляет от 11 тысяч до 22 тысяч тенге в городе, от 8,5 до 14 тысяч тенге в районах, – сообщили в управлении образования ЗКО.

К слову, за последние три года в области не строились государственные детские сады.

Фото из архива «МГ»

## В Уральске разрушают скульптуру в виде стопки книг

Видео с отколовшимся кафелем на малой архитектурной форме в виде стопки книг распространяется в социальных сетях.

Кристина КОБИНА

В паблике uralsk.interesno в Instagram было опубликовано видео обрушившегося кафеля на малой архитектурной форме в виде стопки книг на площади Первого Президента.

Уральцы стали комментировать опубликованное видео.

– Это вопрос к тем, кто проверяет качество строительства, кафель на лехе

клеить на улице – это верх мастерства, поэтому он и отваливается после зимы, – написал пользователь kazaego\_vladimir.

– И подростки тоже там ломают все, нам женщина говорила, что эти плиты кирпичом, подростки ломали. На ее замечания, они ей нагубили, – прокомментировала пользователь sarzhanovaogunsh.

Как выяснилось, разрушение архитектурной формы не обошлось без помощи горожан. Об этом

рассказали в пресс-службе акима Уральска.

– Стопка книг разрушается не сама, а ее разрушают сами же жители города. Сейчас в ЖКХ объявили конкурс на ремонтно-восстановительные работы. Как только определится победитель, думаем, на следующей неделе уже начнется ремонт. Такая же ситуация была с флагштоком на площади Первого Президента, его пришлось ремонтировать уже два раза, – пояснили в пресс-службе акима

Уральска. Однако в пресс-службе департамента полиции ЗКО заявили, что факта вандализма зафиксировано не было.

Напомним, что малая архитектурная форма в виде стопки книг была презентована на День города в 2016 году. Но буквально через месяц скульптуру испортили. Вандали сломали несколько книг, видимо, пытаясь влезть на композицию.



## Отложенный эффект. 15 неочевидных последствий сотрясения мозга

Последствия сотрясения мозга крайне неприятны: появление тошноты, слабость, головокружения. С этим приходится столкнуться практически сразу же после травмы. Однако иногда бывает так, что последствия сотрясения проявляют себя не сразу, а могут отозваться гораздо позже.

О том, какие последствия бывают и что делать, если сотрясение мозга напомнило о себе заметно позже произошедшей травмы, АиФ.ру рассказал врач-остеопат Владимир ЖИВОТОВ.

Очень многие люди так или иначе хоть раз в жизни получали сильный удар по голове, отмечает специалист. Что касается профессиональных спортсменов, людей, ведущих активный образ жизни, живущих в дикой природе, занимающихся фигурным катанием, конным спортом, гимнастикой, любыми единоборствами, сноубордом, паркуром, другими экстремальными видами спорта – травмы черепа разной степени тяжести практически гарантированы.

«Нередко такие травмы сопровождаются сотрясением головного мозга. Но далеко не во всех случаях человек об этом знает, особенно если после удара не обращался за медицинской помощью», – говорит Владимир Животов.

Естественно, на этом фоне многих интересует вопрос: когда же могут проявиться отложенные последствия, какими они будут, как распознать и можно ли их предупредить, если была травма головы, чтобы даже через несколько лет не почувствовать в полной мере последствия сотрясения.

Распознавать сотрясение

Для начала надо распознать наличие сотрясения при травме. «Помните ли вы все обстоятельства травмы или есть

какая-то часть событий, предшествовавших непосредственно удару, которые вы не можете восстановить в памяти? Может быть, есть какой-то период после травмы, который вы не помните или помните очень смутно? В том случае, если у вас была потеря сознания, если вы были потеряны, если вы получили удар по голове, отмечает специалист. Что касается профессиональных спортсменов, людей, ведущих активный образ жизни, живущих в дикой природе, занимающихся фигурным катанием, конным спортом, гимнастикой, любыми единоборствами, сноубордом, паркуром, другими экстремальными видами спорта – травмы черепа разной степени тяжести практически гарантированы.

«В тех случаях, когда было настоящее сотрясение, а его диагностический критерий, как уже становится понятно, это амнезия, то последствия будут более грубые и выражены. При сильном ударе, который не сопровождался потерей сознания и кратковременной потерей памяти, последствия иногда могут быть легче», – говорит остеопат.

Тут еще крайне важно помнить – сильные удары головы никогда не проходят бесследно, они всегда оставляют свой отпечаток на человеке. Даже если вы отчетливо помните, как получили травму черепа, подчеркивает остеопат.

Последствия травм головы

«При травмах смешаются кости, возникает резкое ограничение подвижности в швах черепа. Это приводит к нарушению циркуляции крови и спинномозговой жидкости в полости черепа. Нарушается отток венозной крови и лимфы, лицо и скальп отекают, под глазами воз-

никают набрякшие мешки. Часто можно заметить, что лицо бледное. Сильные травмы головы, независимо от точки приложения удара, всегда влияют на кровоснабжение головного мозга. Поэтому следствия травмы черепа вполне очевидны, особенно если она сопровождалась сотрясением», – предупреждает Владимир Животов.

ОСНОВНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ТРАВМ ЧЕРЕПА:

- \* головные боли;
- \* отечность;
- \* раздражение на коже лица;
- \* синие круги под глазами;
- \* боли в шее;
- \* протрузии и грыжи шейного отдела позвоночника;
- \* перепадания настроения;
- \* склонность к депрессии;
- \* немотивированное плохое настроение;
- \* возможные ухудшения памяти;
- \* ухудшение внимания и восприятия информации;
- \* ухудшение мышления;
- \* нарушение зрения;
- \* звон в ушах;
- \* ухудшение роста волос.

Все это, естественно, крайне неприятные вещи, которые заметно ухудшают качество жизни человека и заставляют его испытывать серьезный дискомфорт. А это отражается и на работе, и на поведении дома. «Любые деформации черепа не ограничиваются головной и шейной. Некоторые из последствий травм развиваются порой десятилетиями. Со временем задействуется весь позвоночник, всё тело от макушки до стоп. Вот как это происходит. При смещении костей

черепной разворачивается затылочная кость, под нее разворачивается первый шейный позвонок, а за ним – все остальные позвонки и кости до самых стоп. Очень важно серьезно относиться к любым травмам головы, особенно у детей. Большинство заболеваний взрослых, с которыми они обращаются на прием к остеопату, начинаются с детских травм», – говорит Владимир Животов.

Итак, подчеркивает Владимир Животов, чтобы не произошёл разворот позвоночника и конечностей вслед за разворотом костей черепа, важно обратиться на прием к специалисту в течение ближайших 10–14 дней после травмы. Правда, такое раннее обращение бывает очень редко. Обычно люди приходят спустя годы после своих травм.

«При успешном лечении можно значительно уменьшить, иногда – почти полностью убрать все следствия сотрясения мозга», – говорит Владимир Животов.

Кроме того, сотрясение мозга, как отмечают современные медицинские источники, в отдаленном будущем может стать причиной серьезных нейродегенеративных патологий. Например, хронической травматической энцефалопатии (ее еще иногда называют «энцефалопатией боксеров»), которая проявляется спутанностью сознания, походкой, при которой одна нога не успевает за другой, наличием дрожи в конечностях и т. д. Также последствиями сотрясения мозга могут выступать болезнь Альцгеймера и болезнь Паркинсона.



@doctor\_vera\_reabilitolog  
врачебный кабинет  
**Доктор Вера**  
8 (7112) 51 33 52  
+7 705 126 27 33  
+ 7 778 997 30 57  
ул. Кусанова, 53 | мкрн. Жана Орда, 67/2 (2 эт) | ул. Жангир хана, 52/2

ALSHIN ORTO  
Ортопедический салон  
Западного Казахстана  
Широкий выбор и низкие цены на ортопедические изделия  
+7 702 726 66 30  
Уральск, ул. Курмангазы, 99 (ОралСтан)

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ  
оказываем услуги по изготовлению индивидуальных ушных вкладышей  
@radogazvikovkazakhstan  
10% скидка пенсионерам кидки  
«Счастливые часы» с 10:00 до 13:00  
АКЦИЯ  
8 (7112) 51-34-58  
8 771 085 36 36  
г. Уральск, ул. Д. Нурпеисовой, 12

«ОРТО\_ВК»  
Салон ортопедических изделий  
• Бандажи послеоперационные  
• Бандажи для стопы  
• Экзопротезы грудной (молочной) железы  
• Лифы для протезирования молочной железы  
@orto\_vk ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН  
Абая, 103. ТЦ «Аквариум» 2 эт. 37 отдел  
8 777 183 70 10

## НЕ ВРЕМЯ ДЛЯ МОРОЖЕНОГО. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЛЕТОМ В ГОРОДЕ

О важных летних правилах рассказала Президент Профессиональной ассоциации натуротерапевтов доктор фармацевтических наук, профессор Татьяна Киселёва.

### ВРЕМЯ СЛАДКОГО И СОЛЁНОГО

Летом сладкое менее вредно, чем зимой. Но далеко не все сладости пойдут на пользу. Не увлекайтесь кондитерскими изделиями (особенно пирожными) – они вызывают отёки и мешают сердцу поддерживать нормальное кровообращение. Мёд надо ограничить, его свойства – тёплые (чем мёд темнее, тем он теплее), он может усилить «внутренний жар» организма. А вот натуральный сладкий вкус «прохладных» по свойствам сезонных продуктов (свежие ягоды и фрукты, помидоры, молодой картофель и свёкла) летом предупреждает перегрев и обезвоживание организма.

Казалось бы, лето – самое время для мороженого, но в жару оно не件зно. Во-первых, одновременное употребление сладкого и жирного (в любой се-

зон) наносит явный вред печени, а по представлениям восточной медицины – ещё и селезёнке, отвечающей за энергетический потенциал организма и его жизненную силу (со-временным языком – иммунитет). Во-вторых, организм так устроен, что он не может охладить или подогреть выборочно один орган (или систему). Поэтому, восприняв порцию мороженого как холодную атаку на желудок, он начинает вырабатывать тепло во всей системе, усиливая тем самым общий перегрев тела. Если хочется сладкого, выбирайте мармелад или домашнее варенье.

Полезны летом и некоторые солёные продукты, помогающие поддерживать электролитный (водно-солевой) баланс, особенно при повышенном потоотделении. В восточной медицине солёный вкус соответствует почкам, которые охлаждают сердце

и восстанавливают баланс энергий. В жару можно похрустеть малосольным огурчиком или порадовать себя жирной селёдкой с зелёным луком и молодой картошкой.

### ЗЕЛЕНИ БОЛЬШЕ, ШАШЛИКА ПОМЕНЬШЕ

Начало июня – сезон релакса, который помогает бороться с патогенной микрофлорой кишечника (природный антибиотик), улучшает переваривание пищи (по представлениям восточной медицины – «открывает желудок»), обладает антиоксидантными свойствами, способствует уменьшению концентрации продуктов азотного обмена в крови (мочевина, креатинина и мочевой кислоты), улучшает работу почек. А ещё редис отлично сочетается в салатах и окрошке с «холодными» по своим свойствам огурцами и варёными яйцами.

Возвращаясь к теме жары, можно отметить, что в жару лучше есть продукты, которые содержат много воды (лучше со свежей мя-

той и лимоном), ягодные и фруктовые морсы, травяные чаи (охлаждают и улучшают обмен веществ), кефир и другие кисломолочные продукты (охлаждают и предупреждают обезвоживание), квас (охлаждает и бодрит) – в отличие от пива, которое тоже хорошо охлаждает, но расслабляет.

Обед начинайте с зелёных салатов, продолжайте (при необходимости, но обязательно) тёплыми блюдами и завершайте супом, причём чаще холодным (комнатной температуры). Например, гаспачо, таратором, свекольником, ботвиньей, борщом. Окрошку можно делать на кефире, ряженке, просто-кваше (по свойствам она самая «тёплая» из кисломолочных продуктов), томатном соке или на квасе.

А вот чем не стоит увлекаться в жару, так это кофе (сушит организм) и горячительными напитками (крепкий алкоголь, выдержанное или крепленое красное вино). Если уж очень захочется, то кофе пейте сладким и в сочетании с прохладной водой. А из алкогольных напитков отдавайте предпочтение охлажденным белым винам (можно со льдом), шампанскому, ликёрам.

### СУП – В КОНЦЕ ОБЕДА

Возвращаясь к теме жары, можно отметить, что в жару лучше есть продукты, которые содержат много воды (лучше со свежей мя-

той и лимоном), ягодные и фруктовые морсы, травяные чаи (охлаждают и улучшают обмен веществ), кефир и другие кисломолочные продукты (охлаждают и предупреждают обезвоживание), квас (охлаждает и бодрит) – в отличие от пива, которое тоже хорошо охлаждает, но расслабляет.

Обед начинайте с зелёных салатов, продолжайте (при необходимости, но обязательно) тёплыми блюдами и завершайте супом, причём чаще холодным (комнатной температуры). Например, гаспачо, таратором, свекольником, ботвиньей, борщом. Окрошку можно делать на кефире, ряженке, просто-кваше (по свойствам она самая «тёплая» из кисломолочных продуктов), томатном соке или на квасе.

А вот чем не стоит увлекаться в жару, так это кофе (сушит организм) и горячительными напитками (крепкий алкоголь, выдержанное или крепленое красное вино). Если уж очень захочется, то кофе пейте сладким и в сочетании с прохладной водой. А из алкогольных напитков отдавайте предпочтение охлажденным белым винам (можно со льдом), шампанскому, ликёрам.

Возвращаясь к теме жары, можно отметить, что в жару лучше есть продукты, которые содержат много воды (лучше со свежей мя-

### БЕРЕЖЁМ СЕРДЦЕ

Наиболее уязвимый орган летом – сердце. По представлениям восточной медицины, пик его активности и уязвимости приходится как раз на период с мая по август, поскольку стихия сердца – огонь. Поэтому летом минимизируйте своё пребывание в жарких банях и на открытом солнце.

Солнце очень件зно, но в меру. Если переборщить с прогулками на прямом солнце в середине дня, то в организме запускается целый ряд патологических процессов, связанных с образованием активных форм кислорода и свободных радикалов. И не помогут тут ни солнцезащитные кремы (отношение специалистов к УФ-фильтрам в их составе далеко не однозначное), ни лошадиные дозы антиоксидантов, которые при перекисном окислении липидов усиливают в организме окислительные процессы, ведущие к опасным заболеваниям.

Перегрев вреден для сердца и сосудов, особенно когда охлаждение затруднительно. Поэтому регулируйте физические нагрузки, не допуская сильной усталости и обильного пота.

Перегрев вреден для сердца и сосудов, особенно когда охлаждение затруднительно. Поэтому регулируйте физические нагрузки, не допуская сильной усталости и обильного пота.

АиФ Здоровье

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

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

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

**Стационарозамещающую:** онкология, общая хирургия, лучевая терапия.

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

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

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

Лицензия ЛП006170L №0181201 от 5.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.

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

**Служба поддержки пациентов ГКП на ПХВ «Областной онкологический диспансер»: 8 7112 30 83 88 8 775 384 61 30**

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

**Хабарландыру.**

Ересектер мен балалардағы психикалық ауруларды диагностикалаумен және емдеумен айналысатын Батыс Қазақстан облысы әкімдігі денсаулық сақтау басқармасының ШЖҚ «Облыстық психикалық денсаулық орталығы» МКҚК төмендегідей бос жұмыс орындары жөнінде жариялайды:

1. Дәрігер психиатр – 2 бірл.  
2. Психолог – 4 бірл.

**Қойылатын талаптар:**  
Жоғары білім, еңбек өтілі 1 жыл.  
Өтініш білдірген тұлғаларға төмендегідей құжаттарды тапсырулары қажет: медициналық кітапша және келесі құжаттардың көшірмелері: жеке куәлік, диплом, біліктілігі туралы құжат, еңбек кітапшасы, әскери билет, фотосурет (3x4) – 1 дана, скоросшиватель, кадр есебі жөніндегі жеке іс парағы.

Құжаттар хабарландыру шыққан күнінен бастап 15 күн ішінде сағ.09.00–13.00 аралығында мына мекен-жай бойынша қабылданады:  
Орал қаласы, Есенжанов көш. 17, кадр бөлімі, тел. 24-03-82

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

**Объявление**

ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр психического здоровья» Управления здравоохранения акимата Западно-Казахстанской области, занимающийся диагностикой и лечением психических заболеваний у взрослых и детей, объявляет о следующих вакансиях:

1. Врач психиатр – 2 ед.  
2. Психолог – 4 ед.

**Предъявляемые требования:**  
Высшее образование, стаж работы 1 год. Обратившимся лицам необходимо представить следующие документы: медицинская книжка и копии следующих документов: удостоверение личности, диплом, документ о квалификации, трудовая книжка, военный билет, фотографии (3x4) – 1шт. скоросшиватель, личный листок по учёту кадров.

Документы принимаются в течение 15 дней со дня опубликования объявления. с 09.00 до 13.00 по адресу: г. Уральск, ул. Есенжанова, 17 отдел кадров, тел.: 24-03-82

## ПРЕЙСКУРАНТ ЦЕН НА ПЛАТНЫЕ УСЛУГИ, ОКАЗЫВАЕМЫЕ В ГКП НА ПХВ «ОБЛАСТНОЙ КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР» НА 2021 ГОД

№ п/п	Наименование	Стоимость	Един. измер.
<b>Рентгенисследование:</b>			
1	Рентгеноскопия органов грудной клетки	810	Исследование
2	Рентгенография (обзорная) органов грудной клетки	1211	Исследование
3	Рентгенография органов грудной клетки в 2-х проекциях	2100	Исследование
4	Рентгенография позвоночника в 2-х проекциях	2120	Исследование
5	Рентгенография черепа в 2-х проекциях	1930	Исследование
6	Рентгенография височных костей в 2-х проекциях	3000	Исследование
7	Рентгенография пальцев	1370	Исследование
8	Рентгенография кисти	960	Исследование
9	Рентгенография тазобедренного сустава	960	Исследование
10	Рентгенография кисти	1370	Исследование
11	Рентгенография стопы	1370	Исследование
12	Рентгенография голени	1470	Исследование
13	Рентгенография предплечья	1470	Исследование
14	Рентгенография бедра	3700	Исследование
15	Рентгенография стоп на плоскостопие	1370	Исследование
16	Рентгенография придаточных пазух носа	960	Исследование
17	Рентгенография ребра прицельно	1060	Исследование
18	Рентгенография верхней челюсти	960	Исследование
19	Рентгенография нижней челюсти	960	Исследование
<b>Рентгеноскопия ЖКТ:</b>			
20	Рентгеноскопия пищевода	3900	Исследование
21	Рентгеноскопия желудка	3900	Исследование
22	Рентгеноскопия тонкого кишечника	3900	Исследование
<b>УЗИ исследования:</b>			
23	Эхокардиография сердца	6000	Исследование
24	Эхокардиография чрезпищеводная	6100	Исследование
25	Печень и желчный пузырь	2186	Исследование
26	Поджелудочные железы	2186	Исследование
27	Селезенка	2186	Исследование
28	Почки и надпочечники	2186	Исследование
29	Печень+желчный пузырь+поджелудочные железы+селезенка	4227	Исследование
30	Предстательная железа и яички	2186	Исследование
31	УЗИ щитовидной железы	1676	Исследование
32	Почки+надпочечники+мочевой пузырь+ предстательные железы	4737	Исследование
<b>Обследование с нагрузкой:</b>			
1	Велоэргометрия	4100	Исследование
2	Суточное мониторирование АД	5650	Исследование
3	Холтеровское мониторирование ЭКГ	6430	Исследование
4	Тредмил-тест	4230	Исследование
5	ФГДС (Фиброгастроэзофагоденоскопия)	6000	Исследование
6	ЧП ЭФИ	7500	Исследование
7	Пункция и дренирование плевральной полости	10000	Исследование
8	Пункция перикарда	12900	Исследование
9	Пункция брюшной полости	12900	Исследование
<b>Лаборатория</b>			
1	Общего белка	560	Анализ
2	Альбуминов	640	Анализ
3	Тимолава проба	380	Анализ
4	Билирубин общий	450	Анализ
5	Билирубин прямой	450	Анализ
6	Мочевина	640	Анализ
7	Мочевая кислота	690	Анализ
8	Креатинина	530	Анализ
9	Креатинин киназы	670	Анализ
10	Глюкозы крови из вен	580	Анализ
11	Глюкозы крови из пальца	535	Анализ
12	Глюкозы мочи	340	Анализ
13	В-липопротеидов	320	Анализ
14	Холестерина	550	Анализ
15	Холестерин высокой плотности	900	Анализ
16	Холестерин низкой плотности	1060	Анализ
17	Трансаминаз АСТ	460	Анализ
18	Трансаминаз АЛТ (анализ)	540	Анализ
19	КФК на анализаторе	510	Анализ
20	Альфа-амилаза	680	Анализ

ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр». справки по тел.: 21–70–19 (амбулаторный кабинет), 24–03–58 (бухгалерия)

**ШЖҚ «Облыстық кардиологиялық орталығы» МКҚК республикалық бюджет қаражаты есебінен қаржыландырылатын, кепілдікпен тепін медициналық көмек көрсету қызметінің келесідей медициналық көмек түрлері бойынша:** жоғарымамандандырылған, мамандандырылған; медициналық көмектің формасы бойынша: стационарлық, стационарластырылған көмек, қалпына келтіру және медициналық оңалту түрлерінің процедурасына қатысқаны туралы хабарлайды. Жоғарыда аталған қызметтердің медициналық түрлері мына мекен жай бойынша көрсетіледі: ШЖҚ «Облыстық кардиологиялық орталығы» МКҚК, Батыс Қазақстан облысы, Орал қаласы, Деркул ауылы, электрондық поштасы: kardio-zko@mail.ru

№ п/п	Наименование	Стоимость	Един. измер.
21	ЛДГ на анализаторе	630	Анализ
22	Фибриногена	460	Анализ
23	Коагулограмма (5 параметров)	1120	Анализ
24	«С» реактивный белок	1140	Анализ
25	Определение группы крови	340	Анализ
26	Определение резус-фактора	340	Анализ
27	Микрореакция	300	Анализ
28	Триглицериды	535	Анализ
29	Железы	615	Анализ
30	Кальция	550	Анализ
31	Антистрептолизина	1070	Анализ
32	Т-тропонин	4340	Анализ
33	Миоглобин	4600	Анализ
34	Д-димер	4800	Анализ
35	Электролиты	1720	Анализ
<b>Клинические исследования</b>			
36	Определение гемоглобина	480	Анализ
37	Взятие крови на анализ из вены	315	Анализ
38	Подсчет лейкоцитарной формулы	600	Анализ
39	Определение СОЭ	300	Анализ
40	Общий анализ крови	780	Анализ
41	Определение МНО	1010	Анализ
42	Общий анализ мочи	570	Анализ
43	Обнаружение желчных пигментов	300	Анализ
44	Проба Нечипоренко	330	Анализ
45	Проба Земницкого	280	Анализ
46	Забор анализа	526	Анализ

1	Стационарное лечение по желанию пациентов в условиях сервисной палаты	3650	1 койко/день
2	Консультативный прием врача-кардиолога	4350	Консультация
3	Консультативный прием врача-хирурга	4350	Консультация
4	Снятие электрокардиограммы	1500	Исследование
5	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Стабильная стенокардия напряжения ФК 2-3 ст.	153530	Курс лечения 10 дней
6	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Нестабильная стенокардия	170300	Курс лечения 10 дней
7	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: Артериальная гипертензия 2-3 ст.	109560	Курс лечения 10 дней
8	Острый инфаркт миокарда	245700	Курс лечения 14 дней
9	Нарушение ритмов сердца	106190	Курс лечения 10 дней
10	Ишемическая кардиомиопатия	128000	Курс лечения 10 дней
11	Гипертрофическая кардиомиопатия	90200	Курс лечения 10 дней
12	Пролапс митрального клапана. Митральная недостаточность I степени	110705	Курс лечения 10 дней
13	Послеоперационная реабилитация в раннем периоде	118590	Курс лечения 8 дней
14	Послеоперационная реабилитация (после 6 мес. до года)	118590	Курс лечения 8 дней
15	Аортокоронарное шунтирование	227400	Операция
16	Коронароангиографическое исследование сосудов (через руку)	258905	Исследование
17	Коронароангиографическое исследование сосудов (через бедро)	258905	Исследование
18	Введение стента в коронарные артерии без лекарственного вещества	858855	Операция
19	КАГ и стентирование коронарных сосудов с лекарственным покрытием	1069735	Операция
20	Введение стента в коронарные артерии с лекарственным веществом	869943	Операция
21	Введение постоянного ЭКС, первоначальное или его замена	1466500	Операция
22	Стентирование почечных, подвздошных, бедренных артерий	898135	Операция
23	Эндоваскулярная баллонная ангиопластика сосудов	431413	Операция

ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр» объявляет о том, что приняла участие в процедуре услуг по оказанию гарантированного объема бесплатной медицинской помощи, финансируемых за счет средств республиканского бюджета, по видам медицинской помощи: высокоспециализированная, специализированная; по форме (–ам) медицинской помощи: стационарная помощь, стационарозамещающая помощь, восстановительное лечение и медицинской реабилитации. Услуги по вышеперечисленным медицинским видам оказываются по адресу:

ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр», Западно-Казахстанская область, г. Уральск, п. Деркул, электронный адрес: kardio-zko@mail.ru



## КАК ХУДЕТЬ ПЕРЕД ОТПУСКОМ? ДИЕТОЛОГ НАЗВАЛА НАИБОЛЕЕ ВРЕДНЫЕ ДИЕТЫ

Перед отпуском многие начинают задумываться о том, какую диету выбрать, чтобы быстро похудеть к выходу на пляж. Что приемлемо, а что даже опасно?

**Врач-диетолог Фицпитания и биотехнологии, кандидат медицинских наук Наталья ДЕНИСОВА** помогла разобраться в том, какие из модных диет имеют разумное обоснование, а какие представляют собой заблуждение либо вовсе шарлатанство. Начнём от самого опасного к менее вредному.

**СТОИТ ЗНАТЬ: безопасный темп снижения массы тела – примерно 0,5–1 кг в неделю. Так что, если до отпуска остался месяц, вы сможете без вреда для здоровья похудеть не больше чем на 4,5–5 кг. Лучше не выбирать очень жёсткие диеты, калорийность которых – 1000 ккал в сутки или меньше.**

### КЕТО-ДИЕТА

60–75% в питании – жиры, 20–35% – белковые продукты, почти полное отсутствие углеводов. Считается самой опасной для здоровья, так как перегружает жирами и белками и практически не со-

держит углеводов, основных источников энергии. Кето-диета помогает похудеть на короткий срок, но велик шанс быстро набрать потом. Плюс есть риски для здоровья. Низкое содержание пищевых волокон (клетчатки) и повышенное потребление насыщенных жиров – фактор риска развития сердечно-сосудистых заболеваний. Из-за ограничения продуктов, богатых углеводами, часто возникает недостаточность витаминов (особенно С и группы В) и минералов.

### РАЗДЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Основано на теории о том, что смешанная пища плохо переваривается и усваивается за счет «конфликтующего» взаимодействия желудочно-кишечных секретов и различных по групповой принадлежности продуктов. В связи с этим появляются неприятные ощущения в животе, тошнота, изжога и др.

На самом деле пищеварительная система человека

предназначена природой для переваривания смешанной пищи, а симптомами непереносимости чаще всего связаны с заболеваниями желудочно-кишечного тракта. Организму постоянно нужны все пищевые вещества одновременно, обменные процессы идут безостановочно, поэтому эта теория ошибочна.

### ДИЕТА ПО ГРУППЕ КРОВИ

Авторы пытаются убедить, что люди с определённой группой крови имеют генетические особенности, влияющие на переваривание и усвоение различных питательных веществ. Так, людям с первой группой крови рекомендуется питаться в основном мясной пищей, со второй группой крови – в основном растительной, исключая молочное, мясо и кофе, с третьей группой – молочными продуктами и мясом, исключив бобовые и томаты, и т. д. Любое одностороннее предположение какого-либо вида пищи

приводит к нарушению баланса пищевых веществ и неблагоприятным последствиям для здоровья.

### ЩЕЛОЧНАЯ ДИЕТА

Близка к вегетарианскому типу питания, так как «щелочным» действием обладают в основном растительные продукты. Поэтому продукты животного происхождения обменных процессов в сторону накопления жира. Организм «запоминает» чувство голода и старается за последующий прием пищи сделать больше запасов «на черный день».

### ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ: голод, слабость и усталость на начальных этапах, перепады в течение 8-часового периода.

### СИРТУФУД-ДИЕТА

Основана на употреблении продуктов, которые повышают уровень сиртуинов – белков с уникальными свойствами. Это, например, листовая капуста, руккола, оливковое масло, петрушка, гречка, чёрный кофе, зелёный чай, сельдерей, красный лук, чеснок, яблоки, цитрусовые, клубника, финики, чёрный шоколад. По мнению некоторых ученых, сиртуины восстанавливают повреждение ДНК, замедляют процессы ста-

### ИНТЕРВАЛЬНОЕ ГОЛОДАНИЕ 16:8

Суть – в течение 8 часов можно есть что угодно, а 16 часов – воздерживаться от пищи.

Проще всего выбрать 16-часовое окно голодания, включающее время сна. И избегать еды за 2–3 часа до сна. Такую диету легче всего соблюдать. Однако голодание в течение довольно длительного срока (16 часов и более) – сильный стресс для организма и пусковой фактор для перестройки обменных процессов в сторону накопления жира. Организм «запоминает» чувство голода и старается за последующий прием пищи сделать больше запасов «на черный день».

### ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ: голод, слабость и усталость на начальных этапах, перепады в течение 8-часового периода.

### СИРТУФУД-ДИЕТА

Основана на употреблении продуктов, которые повышают уровень сиртуинов – белков с уникальными свойствами. Это, например, листовая капуста, руккола, оливковое масло, петрушка, гречка, чёрный кофе, зелёный чай, сельдерей, красный лук, чеснок, яблоки, цитрусовые, клубника, финики, чёрный шоколад. По мнению некоторых ученых, сиртуины восстанавливают повреждение ДНК, замедляют процессы ста-

рения, повышают устойчивость к стрессам и болезням, улучшают обмен веществ. Из-за своих быстрых результатов и эффекта anti-age считается «диетой невест». Быстро поможет избавиться от нескольких лишних килограммов. Это единственный рацион, который предлагает красное вино и темный шоколад с содержанием какао-бобов не менее 85% для похудения (в разумных количествах, конечно), потому что в них много антиоксиданта ресвератрола. Как и в грецких орехах, гречке, каперсах, красном луке.

В 1–3-й дни недели разрешен один прием пищи, состоящий из сиртфудов и трех стаканов зеленого сока (на основе кейла, рукколы, петрушки, яблока, сельдерея и лимона). Калорийность – не больше 1000 ккал в день. В 4–7-й дни недели – два раза в день блюда, содержащие сиртфуды, по две порции зеленого сока в день, общая калорийность – до 1500 ккал в день.

### МИНУСЫ – ограничение белка, недостаток которого приводит к нарушению метаболизма и потере мышечной массы.

АиФ Здоровье

## ГКП НА ПХВ «ОБЛАСТНАЯ ИНФЕКЦИОННАЯ БОЛЬНИЦА» УЗ АКИМАТА ЗКО

### Прейскурант цен на платные медицинские услуги по производственному контролю

НАИМЕНОВАНИЕ УСЛУГИ	ЦЕНА	НАИМЕНОВАНИЕ УСЛУГИ	ЦЕНА
Бактериологическое исследование испражнений на патогенную и условно-патогенную микрофлору ручным методом (без выделения чистой культуры)	490	Определение фосфора (P) в сыворотке крови на анализаторе	568
Бактериологическое исследование испражнений на кишечный дисбактериоз ручным методом	1914	Определение железа (Fe) в сыворотке крови на анализаторе	682
Бактериологическое исследование отделяемого из зева, ран, глаз, ушей, мочи, желчи и др. ручным методом (выделение чистой культуры) и определение чувствительности к антибиотикам	2390	Определение общей альфа-амилазы в сыворотке крови на анализаторе	598
Бактериологическое исследование отделяемого из зева и носа на Staphylococcus aureus ручным методом (выделение чистой культуры)	1021	Определение калия (K) в сыворотке крови на анализаторе	564
Бактериологическое исследование отделяемого из зева на Staphylococcus aureus ручным методом (выделение чистой культуры)	490	Определение натрия (Na) в сыворотке крови на анализаторе	608
Бактериологическое исследование отделяемого из зева на Staphylococcus aureus ручным методом (выделение чистой культуры)	490	Определение протромбинового времени (ПВ) с последующим расчетом протромбинового индекса (ПТИ) и международного нормализованного отношения (MHO) в плазме крови на автоматическом коагулометре (ПВ-ПТИ-MHO)	663
Бактериологическое исследование грудного молока ручным методом (без выделения чистой культуры)	1329	Определение фибриногена в плазме крови на автоматическом коагулометре	706
Бактериологическое исследование крови на стерильность ручным методом (без выделения чистой культуры)	1097	Определение тромбинового времени (ТВ) в плазме крови на автоматическом коагулометре	693
Постановка реакции Хеддльсона в сыворотке крови на бруцеллез	437	Определение активированного частичного тромбопластинового времени (АЧТВ) в плазме крови на автоматическом коагулометре	648
Постановка реакции пассивной гемагглютинации (РПГА) на сальмонеллез в сыворотке крови	915	Диагностические исследования	
Постановка реакции пассивной гемагглютинации (РПГА) на иерсинию в сыворотке крови	873	Ультразвуковое исследование (УЗИ)	
Постановка реакции Райта в сыворотке крови на бруцеллез	555	УЗИ печени, желчного пузыря, поджелудочной железы, селезенки	2017
Бактериологическое исследование носоглоточной слизи на Neisseria meningitidis (выделение чистой культуры) ручным методом	636	Консультативный прием	
Бактериологическое исследование отделяемого носа и зева на дифтерию ручным методом (без выделения чистой культуры)	761	Консультация инфекциониста (взрослого пациента)	4000
Бактериологическое исследование носоглоточной слизи на Neisseria meningitidis (без выделения чистой культуры) ручным методом	2647	Консультация инфекциониста (взрослого пациента) повторная в течение 10 дней	3500
Определение чувствительности к противомикробным препаратам выделенных культур ручным методом	1545	Консультация инфекциониста (ребенка)	3000
Постановка РПГА на коклюш и паракоклюш сыворотке крови	1976	Консультация инфекциониста (ребенка) повторная в течение 10 дней	2000
На анализаторе		Процедуры и манипуляции	
Бактериологическое исследование испражнений на патогенную и условно-патогенную микрофлору на анализаторе	5701	Иньекции внутривенные	480
Бактериологическое исследование кала на дисбактериоз на анализаторе	6024	Иньекции внутримышечные	248
Бактериологическое исследование отделяемого из зева и носа на Staphylococcus aureus на анализаторе	5573	Дуоденальная зондирование	3200
Бактериологическое исследование отделяемого из зева, ран, глаз, ушей, мочи, желчи и другое на анализаторе	6396	Забор материала на микробиологические исследования	520
Определение чувствительности к противомикробным препаратам выделенных культур на анализаторе	6819	Забор крови из вены	580
Бактериологическое исследование грудного молока на анализаторе	6325	Внутривенное капельное введение	2500
Бактериологическое исследование крови на стерильность на анализаторе	5559	Забор материала для исследования периферического сосуда	250
Бактериологическое исследование биологического материала на грибы рода Candida на анализаторе	2441	Внутривенное капельное введение D99.293.012 ОГЭК до 5 лет	5000
Клинико-диагностическая лаборатория		Внутривенное капельное введение D99.293.012 ОГЭК 5-15 лет	5500
Ручные методы		Внутривенное капельное введение D99.293.012 ОГЭК взрослые	6000
Исследования кала на простейшие ручным методом	1134	Внутривенное капельное введение D99.293.012 ОРВИ до 5 лет	4000
Исследования кала на гельминты ручными методами (Аскариды)	1560	Внутривенное капельное введение D99.293.012 ОРВИ 5-15 лет	4300
Исследования кала на гельминты ручными методами (Описторха)	1498	Внутривенное капельное введение D99.293.012 ОРВИ взрослые	4200
Исследование периферического сосуда ручным методом	697	Дезинтоксикационная терапия	7000
Исследование мочи общеклиническое (общий анализ мочи) ручным методом	631	Прочие услуги	
Анализ мочи по Нечипоренко ручным методом	496	Массаж воротниковой зоны	1000
Исследование кала (копрограмма) общеклиническое ручным методом	557	Массаж грудной клетки	1000
Подсчет лейкоформулы в крови ручным методом (атипичный мононуклеоз)	579	Массаж спины	1000
Подсчет тромбоцитов в крови ручным методом	437	Массаж пояснично-крестцовой области	1000
Определение времени свертывания крови ручным методом	293	Общий массаж у детей	1600
Определение группы крови по системе АВО моноклональными реагентами (циклоннами)	824	Общий массаж у взрослых	2800
Постановка реакции микропреципитации с кардиолипидным антигеном в сыворотке крови ручным методом	473	Озонотерапия	4000
Тимоловая проба в сыворотке крови ручным методом	574	Озонотерапия (курс 2 процедуры)	6000
На анализаторе		Озонотерапия (курс 6 процедур)	15000
Общий анализ крови на анализаторе с дифференцировкой 3 классов клеток	934	Озонотерапия детям	2500
Определение общего белка в сыворотке крови на анализаторе	545	Озонотерапия пенсионерам	3000
Определение аланинаминотрансферазы (АЛат) в сыворотке крови на анализаторе	614	Нахождение мамы вместе с ребенком в палате, без медицинских показаний.	2500
Определение аспартатаминотрансферазы (АСаТ) в сыворотке крови на анализаторе	614	Нахождение мамы вместе с ребенком в возрасте с 1 года до 3 лет в палате, без медицинских показаний (стоимость питания)	1100
Определение глюкозы в сыворотке крови на анализаторе	588	Сервисная платная палата без учета питания	3000
Определение общего билирубина в сыворотке крови на анализаторе	596	Сервисная платная палата с питанием	4000
Определение прямого билирубина в сыворотке крови на анализаторе	596	Стоимость 1 койко-дня круглосуточного стационара для нерезидентов РК, без учета медикаментов по нозологии	5700
Определение креатинина в сыворотке крови на анализаторе	581		
Определение мочевины в сыворотке крови на анализаторе	594		
Определение альбумина в сыворотке крови на анализаторе	553		
Определение общего холестерина в сыворотке крови на анализаторе	640		
Определение кальция (Ca) в сыворотке крови на анализаторе	579		
Определение щелочной фосфатазы в сыворотке крови на анализаторе	577		

г. Уральск, ул. Г. Курмангаalieва, 42. Тел.: +7 (7112) 21-07-40. 8 (777) 861 62 08. E-mail: zko\_infek@mail.ru

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

## ВНИМАНИЕ!!!

### ТОО «МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР» В ЦЕЛЯХ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА И ДОСТУПНОСТИ ОКАЗАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ НАСЕЛЕНИЮ ВОЗОБНОВЛЯЕТ ПРОГРАММУ «КОМПЛЕКСНАЯ ДИАГНОСТИКА ОРГАНИЗМА СHECK UP».

Check up — это комплексное экспресс-обследование за один день. Спешите полностью обследоваться в течение одного дня, проявите заботу о своем здоровье, сохранив при этом свое драгоценное время!

Телефоны для справок: 8 705 186 62 17, 8 701 373 58 65  
Адрес: г. Уральск, ул. Есенжанова, 19

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

## ГКП НА ПХВ «ГОРОДСКАЯ МНОГОПРОФИЛЬНАЯ БОЛЬНИЦА»

ГКП ПХВ «Городская многопрофильная больница» проводит исследование на компьютерном томографе фирмы SIEMENS Somatom definition AS мультиспиральный 64-срезовый не имеющий аналогов в ЗКО, на платной и по ОСМС основе. Проводится обследование головного мозга с контрастным усилением для обследования сосудов головного мозга (интра – экстракраниальных артерий), всех отделов позвоночника костей и сочленения колчичка, всех суставов, обследование органов малого таза, органов брюшной полости и забрюшинного пространства, аортография, ангиография сосудов б/полости и почек), грудной клетки и органов средостения. МСКТ сосудов верхних и нижних конечностей на платной основе.

### Джумагулов Миржан Булатович

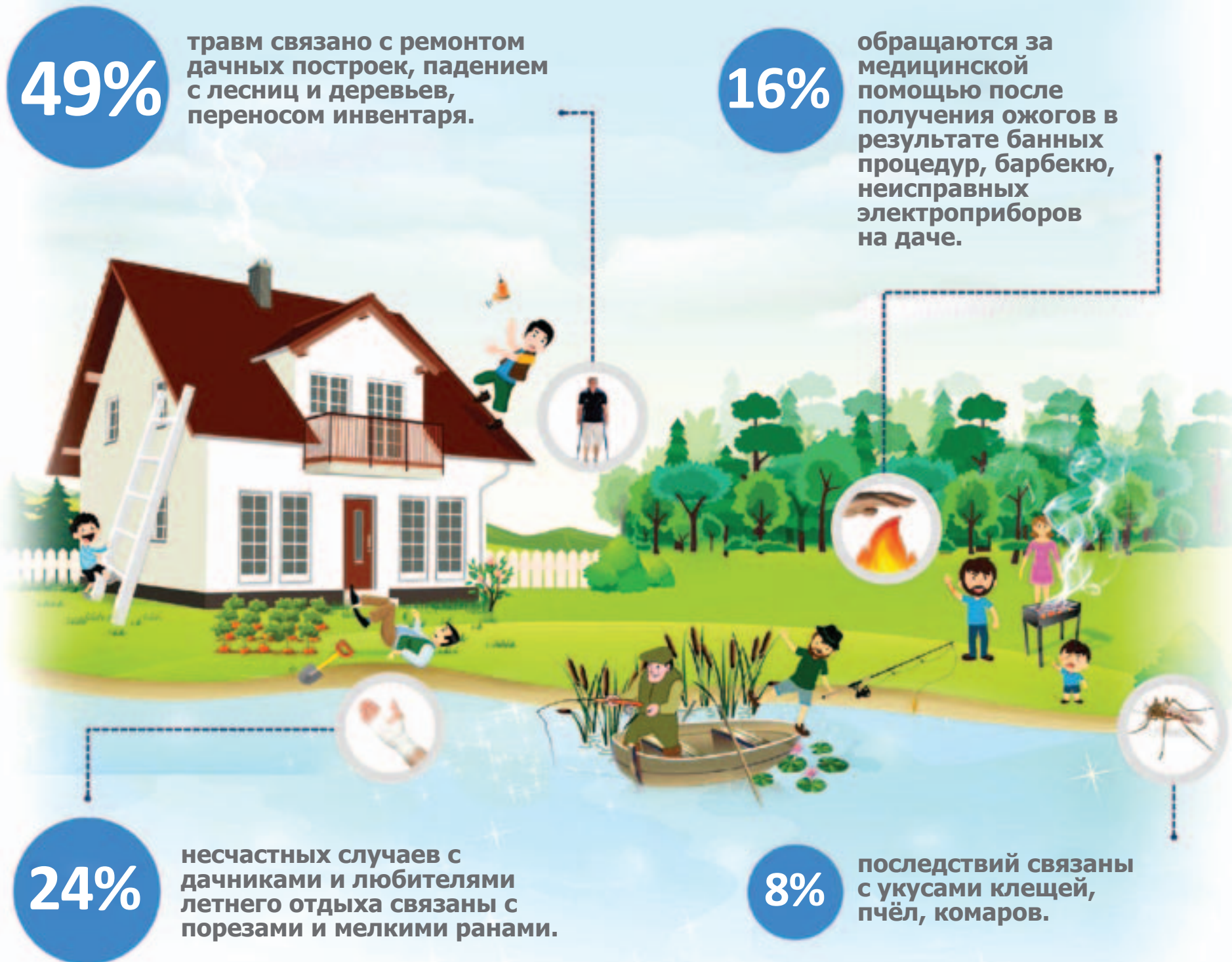
Врач-рентгенолог высшей категории  
Рабочее время с 8.00 до 14.00

### Струльникова Нина Александровна

Врач-рентгенолог первой категории  
Рабочее время с 14.00 до 20.00

Наш адрес: г. Уральск, мкрн Астана, строение, 16. Тел.: 93-37-44

# ДАЧНЫЕ РИСКИ: чем может обернуться отдых за городом



## ПЛЮСЫ ДАЧНОЙ ЖИЗНИ. КАК ПОЕЗДКИ ЗА ГОРОД ВЛИЯЮТ НА НАШЕ ЗДОРОВЬЕ

### БЕРЕЖЁТ ОТ ДЕПРЕССИИ

Общение с природой – лучшее средство против депрессии. Неслучайно депрессивные расстройства в три раза чаще случаются у горожан по сравнению с сельскими жителями. Одна из причин – недостаток солнца, с которым сталкиваются жители мегаполисов. Дело в том, что солнечный свет влияет на выработку нейромедиаторов – особых химических веществ, от которых зависит работа мозга и нервной системы.

### СНИМАЕТ СТРЕСС

Физическая активность даёт дачникам защиту от стресса. Ведь любая работа на огороде – это своего рода антистресс-тренировка. Сначала организм мобилизуется, затем

приспособляется к физической нагрузке и, наконец, отдыхает. То есть проходит все те же стадии, что и при стрессе. А потому люди, которые ведут подвижный образ жизни, более приспособлены к встрече с необычной ситуацией.

### СНИЖАЕТ ДАВЛЕНИЕ

В городах содержание кислорода в воздухе значительно ниже, чем в сельской местности. В ответ на нехватку свежего воздуха сердце начинает биться чаще, ведь, для того чтобы обеспечить поступление кислорода к тканям организма, требуется больше усилий. В результате давление начинает ска-

кать, появляется одышка. Лучший способ справиться с этими неприятностями – отправиться за город. Не исключено, что на даче давление придёт в норму без всяких таблеток. Только учтите, если у вас есть проблемы с сердцем и сосудами, тяжёлая работа на огороде вам противопоказана, особенно в жару!

### ПОМОГАЕТ ПОХУДЕТЬ

И дело не только в физических нагрузках, хотя и в них тоже, – среднестатистический дачник, даже если не работает на огороде, в день тратит на 300 ккал больше, чем горожанин. Но всё же основной вклад в борьбу за тонкую талию вносит витамин D,

выработка которого происходит под действием солнечных лучей.

### УКРЕПЛЯЕТ ИММУНИТЕТ

Те, кто ежедневно проводит на свежем воздухе хотя бы пару часов в день, реже страдают от простуды и быстрее выздоравливают по сравнению с домоседами. Этому есть несколько причин. Во-первых, воздушные ванны – отличная закалилка для организма. Во-вторых, гуляя среди зелёных насаждений, мы вдыхаем фитонциды – своего рода натуральные антибиотики, которые защищают организм от проникновения вирусов и инфекций.

**ВСЕ ДЛЯ САДА И ОГОРОДА**  
Капельный полив, укрывной материал и многое другое.

**8 705 514 78 23**

Рынок "Землячка", контейнер 68.



## Чесночный суп-пюре

Даже самые вкусные супы могут надоесть. Как бы мы ни любили борщ, грибную юшку или щи, иногда хочется разнообразить меню чем-то новеньким. В таких случаях я готовлю чесночный суп-пюре, который полностью справляется со своей задачей.

Рецепт чесночного супа я узнала от своей соседки, которая провела отпуск у родственников в Италии. Оказывается, такое простое первое просто обожают жители солнечной страны. Кстати, вместо куриного бульона можно использовать и овощной, всё зависит от вашего вкуса.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Чеснок 60 г
- Лук 150 г
- Лук-порей 400 г
- Картофель 350 г
- Куриный бульон 1,5 л
- Сливки 125 мл
- Хлеб 150 г
- Топленое масло 4 ст. л.
- Петрушка 10 г
- Тимьян 0,5 ч. л.
- Подсолнечное масло 2 ст. л.
- Соль по вкусу
- Черный перец (молотый) по вкусу

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ



1. Разогрейте в кастрюле растительное масло, добавьте нарезанные репчатый лук и лук-порей. Перемешайте и обжаривайте 5 минут на среднем огне.
2. Добавьте 2 ст. л. топленого масла, нарезанный чеснок и тушите под крышкой 10 минут на слабом огне, периодически помешивая.
3. Добавьте очищенный и нарезанный кубиками картофель, тимьян, перец, соль, овощную приправу и бульон. Перемешайте и доведите до кипения.



После этого варите еще 20 минут на слабом огне.

4. На сковороде разогрейте оставшееся топленое масло, добавьте нарезанный кубиками хлеб. Обжаривайте 10 минут на слабом огне, периодически помешивая.
5. В суп влейте сливки 33 % жирности, перемешайте и доведите до кипения. С помощью погружного блендера измельчите ингредиенты до состояния пюре.
6. Разлейте суп по тарелкам, украсьте его рубленой петрушкой и сухариками.



### ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ

- В случае, если необходимо убрать запах с пальцев после приготовления блюда с добавлением чеснока, то для этого можно использовать лимонный сок. Выдавите один фрукт в пиалу, смочите в нем отрезок бинта и протрите им руки. Буквально через 1–2 часа они перестанут неприятно пахнуть.
- Также можно использовать лимонную кислоту. Разведите ее в воде, нужные здесь пропорции – 1:3, и опустите пальцы в посуду с ней.

## Оладьи из куриной печени с морковью и картофелем



Уже давно заметила одну вещь: многие мои знакомые не любят печень. У нее своеобразный вкус, так что могу их понять. Но вот что интересно. На одном из праздников я приготовила оладьи из куриной печени с морковью и картошкой. К моему большому удивлению, разлетелись они быстро. И больше всего съели те самые нелюбители.

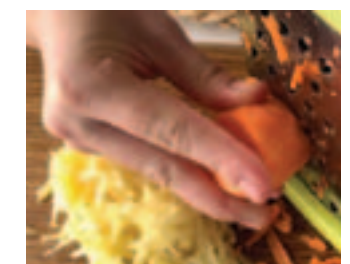
Тогда я стала чаще делать оладушки. Пробовала экспериментировать с составом. Иногда добавляла сезонные овощи или заменяла сметану на майонез. Мне больше всего понравилось с кабачком, а муж проголосовал за первоначальный рецепт. Приготовьте и вы закуску из печени.

### ИНГРЕДИЕНТЫ

- Куриная печень 250 г
- Лук 1 шт.
- Морковь 1 шт.
- Чеснок 2 зуб.
- Картофель 1 шт.
- Сметана 2 ст. л.
- Соль по вкусу
- Черный перец (молотый) по вкусу
- Яйцо 1 шт.
- Пшеничная мука 2–3 ст. л.

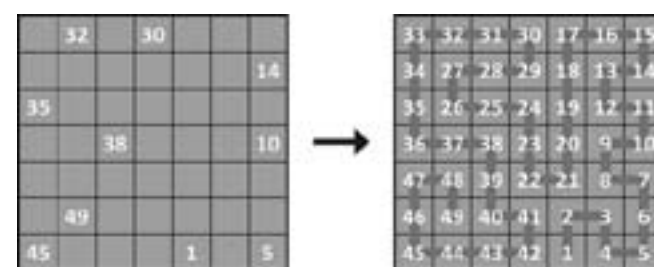
### ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Хорошо промойте печень, лишнюю влагу уберите бумажными полотенцами, затем мелко нарежьте.
2. Нарежьте лук кубиками, а картофель и морковь натрите на крупной терке. Можете добавить немного кабачка для сочности (по желанию).
3. Смешайте печень и овощи, добавьте яйцо, сметану, соль и перец, выдавите чеснок. Хорошо перемешайте.
4. Всыпьте муку, еще раз перемешайте, накройте пищевой пленкой и уберите в холодильник на 30 минут.
5. Разогрейте сковороду с подсолнечным маслом, выложите ложкой оладьи и обжарьте их с двух сторон на огне немного меньше среднего.



НУМЕРАТОР

Заполните пустые клетки недостающими числами таким образом, чтобы они были соединены последовательно от 1 до N (N определяется размером поля). Передвигаться можно только по горизонтали и вертикали. ПРИМЕР РЕШЕНИЯ:



A 10x10 grid for a numerical puzzle. Some cells contain numbers: 40, 21, 25, 48, 16, 3, 4, 5, 64, 61, 54.

ВСТАВЬТЕ БУКВЫ

Вставьте буквы, которые одновременно служили бы окончанием первого слова и началом второго, как показано в первом примере.

A 10x10 grid for a word puzzle. The first row contains the letters: С О А В Т О Р Н И К, С Т Е, Г Р Е, П Р О, В О З, П А Х, Д Е Т, М А Э, К А М, С Т Ы.

ОТВЕТЫ

A 10x10 grid showing the solutions for the word puzzle, with letters filled in the corresponding cells.

ЭСТОНСКИЙ СКАНВОРД

В этом сканворде определения в клетках без стрелок вынесены за пределы сетки с учетом расположения слов по вертикали и горизонтали. Слова в сетке разделяются перегородками.

A crossword puzzle grid with clues in Estonian. Clues include: 'Перила вдоль моста, крыши', 'Бюрократический «механизм»', 'Крепость Суворова', 'Купейная лежанка', 'Настоящее имя Мимино', 'Актриса Маркова', 'LADA-2170', '«Под зад колесом»', 'Фотостудия', 'К югу от киргиза и узбека', 'Отправка шаттла', 'Духи, лосьон', '«Допуск к телу» начальника', 'В какой стране шла война роз?', 'Фабричная порция обоев', '«Русская Америка»', 'Солдат на службе у спорта', 'Соперника по неизвестности', 'Карликовый африканец', 'Занятие до седьмого пота', 'Маус', 'Образцовая мера', '«Капля» огня', 'Брат краткости'.

УРАЛЬЦЕВ ПРИГЛАШАЮТ НА МАТЧ «АКЖАЙЫК» – «ОРДАБАСЫ»

Игра состоится 12 июня на стадионе им.П.Атояна.



12 июня Местный клуб Акжайык проведет матч против команды Ордабасы в рамках 15-го тура. Что можно сказать о матче? Если верить футбольным аналитикам и экспертам, то они отдадут предпочтение команде «Ордабасы», но мы болельщики «Акжайык» с этим не согласны.

Очередная международная пауза в 2021 году наконец-то завершилась. И это замечательно, ведь многие успели соскучиться по клубному футболу. На субботу запланированы несколько матчей и один из них состоится в нашем городе. Местный «Акжайык» сразится с южанами. Соперники пересеклись два месяца назад в Шымкенте. Тогда «Акжайык» чуть не выиграл тот матч, наши футболисты забили первыми и до 90 минуты вели в счете, но в концовке немного расслабились и пропустили в добавленное время 2 мяча. Итоговый счет того матча 2:1 в пользу хозяев.

С тех пор многое изменилось. Наш клуб после этой игры, провел хороший отрезок, набрав хороший ход, начал сметать всех подряд: «Жетысу», «Актобе», «Кайрат» и «Кайсар» были биты, но последние два матча немного огорчили болельщиков. Проигрыв от «Каспия» и «Атырау» немного притормозило ход, но этот матч с «Ордабасы», думаем, даст новый толчок и мы снова наберем тот крейсерский ход.

Почему именно этот матч должен быть началом нового пути?? Да потому что «Ордабасы» только на бумаге является фаворитом, на деле они, как и мы, играют нестабильно. Последние два матча они сыграли вничью с такими командами, как «Тараз» и «Шахтер», с последними они играли в родных стенах. Так что у болельщиков «Акжайык» есть шанс уйти со стадиона с приподнятым настроением!

Приглашаем всех на игру! Будет огненный матч! Нашим футболистам нужно перед болельщиками оправдаться за два проигрыша, а у шымкентцев свои цели.

Соперник сильный и мастеровитый, но у нас есть боевой состав и поддержка трибун.

Ждем гостей и жителей г. Уральска на стадионе им. "П. Атояна" 12 июня в 19:00. Билеты в кассах продажи стадион "Акжайык" и стадион им. "П. Атояна".

Болат Беймагамбетов



В Уральске цены на овощи подорожали в несколько раз

Если полгода назад картофель можно было купить по 120 тенге за килограмм, то сейчас цена повысилась почти втрое.

Кристина КОБИНА

Уральске подскочили цены на картофель, морковь и свеклу. Местные жители недовольны ценами. Ведь еще полгода назад на заседании в акимате ЗКО обсуждали меры по сдерживанию цен на социально значимые продукты. Тогда власти вели работы по принятию предельных цен на картофель, цена которого должна составлять – 122 тенге за килограмм, лук – 117 тенге за килограмм, морковь – 121 тенге за килограмм. А в январе супермаркет Уральска, уличили в завышении цен на овощи.

Сейчас цены выросли почти в три раза. На рынках цена на картофель варьируется от 330 до 350 тенге за килограмм, морковь стоит 400–450 тенге за килограмм и свекла – 350–500 тенге за кило. В супермаркетах также цены подскочили: картофель стоит в зависимости от сорта от 283 тенге до 400 тенге за килограмм, морковь от 350 до 453 тенге за килограмм и цена на свеклу

от 500 тенге и выше. В продуктовых магазинах такая же ситуация с ценами.

Продавцы говорят, что цены повысились примерно две недели назад. Гульмира продает овощи на центральном рынке, она отмечает, что рост цен на овощи связан с тем, что якобы фуры с овощами стоят на границах и по какой-то причине не могут заехать в Казахстан.

Торговцы рассказали, что овощи везут из Шымкента, а также из Азербайджана, Пакистана, Ирака, Узбекистана. – Мы набавляем примерно 20 тенге на килограмм, более. Закупаем дорогой картофель, других цен нет, – отметила продавщица овощей на центральном рынке по имени Алтын.

К слову, стоимость картофеля на оптовых точках продажи составляет от 330 тенге за килограмм. Жительница Уральска Елена считает, что из-за высоких цен на овощи подорожает питание в детских садах, столовых, ресторанах, а уральцы будут "сидеть" на рождках.

– Ну куда такие цены? То растительное масло подорожало, то мясо, теперь еще и овощи. Как наши власти регулируют цены? Понимаете, что среднестатистическая семья, в которой три ребенка, просто не проживет на свою зарплату, скоро будем продукты в магазинах брать в долг, как в старые времена, – возмущается женщина.

Стоит отметить, что на рынках в основном продаются местные огурцы и помидоры. Однако стоимость местных огурцов составляет от 200 до 500 тенге за килограмм. Овощи везут из поселков Желаяво, Круглоозерное, Жданово, Махамбет. Помидоры из Ташкента стоят 600 тенге за килограмм, а местные – 500–750 тенге за килограмм.

– Всегда дорогими были привозные продукты. Оно и понятно, полнены набавляли за расходы по доставке. Но тут овощи из пригородных сел, куда билеты на автобус стоят по 80 тенге, стоят столько же сколько и привозные. Вот сейчас опять пошумим и забудем.

А куда деваться? Кушать нужно. Но таких цен даже лютой зимой не было. Морковь, которая у нас на грядках растет, стоит столько же, сколько и бананы, которые к нам из Африки привозят. Почему?! Власти снова сейчас пробурчат что-то про снижение цен, но не будет этого снижения! Вспомните про подсолнечное масло, про мясо, про бензин и даже про доллар. Говорили будем разбираться и что разобрались?! – возмущается пенсионерка Альфия Маратовна.

К слову, на госграницах с Россией уже второй месяц наблюдается скопление большегрузов. Российская сторона стала требовать обязательное наличие технологического прохода в грузовых автомобилях. Об этой ли проблеме на границе говорят продавцы – неизвестно.

Между тем получить комментарий о сложившейся ситуации и узнать, какие меры предпринимаются властями от управления предпринимательства ЗКО пока не удалось.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

МОЙГОРОД

УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА
Собственик: ТОО «МедиаСтарт 2012», Свидетельство о постановке на учет ПИИ №12639-Г от 26.03.2012 г., выдано Министерством культуры и информации РК.
Адрес редакции: г. Уральск, ул. Д. Нурпейсовой, 12/1, офис №102.
Редакция: 51–39–97.
Рекламный отдел: 51–35–98.
Факс: 50–06–78.
e-mail: mg\_500678@mail.ru

Газета выходит еженедельно, в среду.
Тираж данного выпуска: 2 700 экз.

Директор: Тулисова О. М.
Главный редактор: Кайбеденова А. Б.
Шеф-редактор: Махметов М. Б.
Ответственный секретарь: Сомов А. И.

Дизайн и верстка: Иманалиев Т.
Материалы, опубликованные со знаком Р, а также под рубриками «Новости компании» и «Бизнес» носят рекламный характер. Ответственность за достоверность и содержание рекламы несут рекламодатели. Передача газетных материалов полностью или частично без письменного разрешения редакции запрещена. Редакция не публикует, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы.

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

Рекламный отдел: Е. Рукавишников, А. Кузбакова, Ю. Демьяненко, А. Голубева, Э. Тулешева, В. Голубев.