



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.

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.



Что делать в саду, огороде и цветнике при появлении вредителей или первых признаков болезней

СТР. 3

С первым теплом на дачных участках просыпается армия главных врагов садоводов и огородников – насекомых-вредителей и возбудителей различных заболеваний. Важно не упустить этот момент и сразу начать борьбу с ними.

О появлении проблем сигнализирует внешний вид растений. Внимательно осмотрите свои посадки. Если вдруг увидите, что с ними что-то не так (стали скручиваться листья, на них появились пятна или дырки, усыхают бутоны и т.д.), сразу начинайте бить тревогу. Какие насекомые причиняют культурным растениям наибольший вред и как их узнать?

Тля – один из самых распространенных и опасных вредителей в саду и огороде. Она может питаться совершенно разными растениями, уменьшая продолжительность их жизни и снижая урожай. Вредоносность тли усугубляется еще и тем, что насекомое невероятно плодовито. Перечислим культуры, которые страдают от его нашествия:

плодовые деревья (яблоня, вишня, груша, слива и др.);
ягодные кустарники (крыжовник, смородина и др.);

овощи (томаты, огурцы, перец, капуста, картофель, свекла и т.д.);
декоративные деревья и кустарники (калина Бульдеж, роза, сирень и др.);
цветы.

Какие признаки указывают на то, что на ваших растениях поселился вредитель?
на листьях (чаще на нижней стороне листовых пластинок) и стеблях видны колонии насекомых (в первую очередь вредитель атакует молодые приросты, поэтому искать его нужно именно там).

со временем пораженные верхушки растений и листья начинают искривляться.
молодые побеги приобретают черный цвет – это сажистый вилок, который появляется на сладких выделениях (пади) тли.
листья скручиваются, теряют тургор.
на листовых пластинках некоторых культур появляются вздутия (галлы).

Еще один всеядный и опасный вредитель культурных растений, который часто встречается в саду и огороде, это трипсы. Назовем некоторые поражаемые ими растения:

овощи (огурцы, баклажаны, перцы, томаты, лук, капуста);
цветы (розы, хризантемы и др.), в том числе комнатные; рассада различных культур.

По каким признакам можно обнаружить наличие трипсов? Они ведут скрытный образ жизни, поэтому появляются вначале на нижней части листьев. Однако сложность в том, что невооруженным глазом этих мельчайших насекомых (длина имаго – 0,5–3 мм) увидеть трудно, поэтому обращать внимание нужно на другие признаки поражения:

на листьях в местах укулов появляются светло-желтые некротические пятна неправильной формы или белесые штрихи;
листья быстро усыхают и опадают;
с цветков сама по себе (без ветра и насекомых) осыпается пыльца;
стебли искривляются, а цветы деформируются и осыпаются.

Среди садово-огородных клопов встречаются и полезные виды. Однако их совсем немного, а вот большая часть этих насекомых представляет для рас-

тений немалую опасность. Клопы вредят следующим культурам:
фруктовые деревья (яблоня, груша, слива, абрикос);
овощи (огурцы, перец, томаты, баклажаны, крестоцветные культуры);
ягодные кустарники (малина, смородина, крыжовник, облепиха);
виноград.

Как обнаружить клопов? Их можно увидеть невооруженным глазом: клопы обычно селятся на внутренней стороне листьев, там же спариваются и откладывают яйца. С-

комые покалывают листья, стебли, плоды и высасывают из них сок. В местах проколов остаются отверстия, ткани рядом с отверстием отмирают. Листовые пластинки обесцвечиваются, скручиваются и засыхают. завязи деформируются.

Гусеницы питаются листьями, цветками и плодами различных культурных растений:
плодовых деревьев, овощных культур, роз.

О появлении гусениц на вашем участке свиде-

тельствуют:
листья или мелкие ветки деревьев, опутанные паутиной (внутри вы, скорее всего, обнаружите кладки яиц);
скрученные в трубочку листья растений с паутиной внутри;
неровные – обведенные – края листьев;
многочисленные отверстия на листовых пластинках (причем в основном гусеницы уничтожают мякоть, при этом оставляя нетронутыми жесткие жилки).

Продолжение в следующем номере.

@semenauralsk

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ МАГАЗИНЫ «КРАЯ - 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, 207/1. тел.: 8 747 162 54 57, 8 705 800 66 30
ул. Курмангазы, 198. тел.: 97 00 39, 8 701 423 49 20

ТОО "WORLD GREEN COMPANY"
Жилаевская трасса (в сторону РТС, возле фирмы «Роднички») +7 776 941 10 11

Тепличный комплекс ТОО "World Green Company" ПРИМЕТ НА РАБОТУ ОПЕРАТОРОВ ПО СБОРУ УРОЖАЯ, ГРУЗЧИКОВ, СОРТИРОВЩИКОВ.
График работы с 08.00 до 17.00 ч. Трудоустройство официальное, полный соц.пакет. Работа стабильная и круглогодичная. А также принимаем студентов и выпускников ВУЗ на оплачиваемую практику с дальнейшим трудоустройством. Питание и развозка предоставляются за счет работодателя.

ТОО «Западно-Казхастанская промышленная компания»

КЕРАМЗИТОБЛОК
Качественный Пропаренный

БРУСЧАТКА
ТРОТУАРНАЯ ПЛИТКА

Уральск, ул. Ружейникова, 11/2 тел.: +7 776 292 52 52 @mdecorkz

Лицензия №13009250 от 07.06.2013г. выдана Комитетом строительства и ЖСХ РК

Орталық
КОМФОРТ И БЕЗОПАСНОСТЬ ДЛЯ ВАШЕЙ СЕМЬИ.

НОВЫЙ ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС
ОРТАЛЫҚ
СТАРТ ПРОДАЖ!

- Подсобное помещение в подарок
- 3-х метровые потолки
- Охраняемая территория
- Видеонаблюдение
- Собственные КСК
- Собственная котельная
- Детская площадка
- Парковочные места для велосипедов
- Озона с повышенной звукоизоляцией
- Парковка для автомобилей
- Лифты фирмы «OTIS» США
- Спортивная площадка Work Out

9 г. Уральск ул. Вокзальная 4. @zhk_ortalyk 51-51-29 +7 777 196 67 77 +7 777 747 00 84

АТАМЕКЕН ӨНЕР ОРДАСЫ
29 МАМЫР
МАМАЙ

АТАМЕКЕН ӨНЕР ОРДАСЫ
6 МАМЫР
АТАМЕКЕН ӨНЕР ОРТАЛЫҒЫ

АТАМЕКЕН ӨНЕР ОРДАСЫ
13 МАМЫР
ТАНА ОРТАЛҚАЛАСЫ

ЖАНБОЛАТ ЖАЗИРА
ЖАҢА БАҒДАРЛАМА
МЕРЕКЕЛІК ӘН КЕШІНЕ ШАҚЫРАДЫ

ЗАКАЗ БИЛЕТОВ
+7 771 792 07 07
+7 701 849 76 96
+7 705 320 11 15

АРАЙЛЫМ
УСЕРБАЕВА

Правление Абата Шыныбекова пришлось на сложный период пандемии, с которой весь мир столкнулся впервые. Градоначальнику вместе с мониторинговой группой приходилось «охотиться» на нарушителей карантина и любителей тоев. Впрочем, были в этом периоде и свои плюсы: уральцы не жаловались на плохие дороги, неблагодарные дворы и сломанные качели.

Летом 2020 года возник скандал с Переволочной рощей. Выяснилось, что в роще власти планируют построить зону отдыха. Уральцы категорично выступили против, даже было создано целое движение. Власти пообещали провести общественные слушания, которые уже не раз переносились. Пока Переволочку удалось отстоять.

В прошлом году в городе разразился ещё один скандал, связанный с именем Шыныбекова. Пред-

приниматель Ирменов построил ЖК и, как позже выяснилось, простроил на территории санитарно-защитной зоны консервного завода «Кублей». Были многочисленные разбирательства и суды, кстати, было даже решение о сносе многоэтажки. Но пока до этого не дошло. Рассмотрение дела в суде возобновилось.

С именем Абата Шыныбекова связывают и отсутствие воды просто бесконечное количество раз. Конечно, никто не винит Абат Абаевича в падении уровня воды в Урале, но вот канализационный коллектор, «благодаря» которому чаще всего и случались аварии, заменили при нём. Если в ближайших годах традиционного отключения воды в 40-градусную жару не будет, то Шыныбекова останет-ся только поблагодарить. Тем более при нём было решено капитально отремонтировать 18 скважин с низким расходом воды и началась разработка шести новых скважин, что в итоге должно было увеличить объём воды необхо-

Чем запомнился Абат Шыныбеков на посту акима Уральска

26 апреля Абат Шыныбеков покинул пост акима города. Должность градоначальника он занимал с 2019 года. Чем Абат Абаевич запомнился уральцам.

димой для нужд города. А ещё завершаются работы по реконструкции канализационного коллектора по улице Неусыпова. В настоящее время ведутся работы по замене канализационных коллекторов по Саратовской трассе и «КНС-19а» общей протяженностью 20,7 км.

Из хорошего. В прошлом году в Уральске стартовал проект «Бюджет народного участия». Уральцам предложили самим внести предложения, куда направить бюджетные деньги в рамках данного проекта. В итоге победителями признали два проекта один из которых (амфитеатр под открытым небом) сейчас реализуется.

А потом наступила зима.

Как всегда неожиданно. Причём, зима 2022 года была снежной. Кажется, по утрам ругались все: водители на дорогах, больше похожих на шифер, прохожие в поисках тропинки, да и сами рабочие. Конечно, коммунальщики заявили, что они были готовы, но уральцы им не поверили.

Снег растаял, но уральские водители матерятся не перестали. Вместе со снегом растаяли остатки асфальта на дорогах. Улицы Шолохова и Абулхаир хана в этом году будет средний ремонт, а улицу Шолохова ждёт капремонт, но пока денег

не выделено на ней заложат ямы. Также в этом году обещают отремонтировать дороги на 18 улицах протяженностью 16,3 км. В посёлке Зачаганск в этом году запланирован капитальный ремонт улиц Д?у?ара батыр и Мусагалиева и завершить ремонт на улице 25-й Чапаевской дивизии. В целях реконструкции и капитального ремонта автомобильных дорог города разработан 21 проект с общим охватом более 56 км дорог областного центра.

И куда же без истории со взяткой подчиненных, тем более если это считается самой крупной взяткой за последнее время. Речь идет об Армане Уксукбаеве, руководителе отдела

строительства. В октябре прошлого года ему предъявили обвинение по части 4 статьи 366 УК РК «Получение взятки в особо крупном размере». Сумма внушительная – 134 миллиона тенге из ранее оговоренных 170 миллионов тенге. За это чиновник должен был посодействовать предпринимателю в заключении договора госзакупки и беспрепятственно подписать акты выполненных работ по строительству двух девятиэтажных жилых домов в Уральске на общую сумму 2,2 миллиарда тенге по государственной программе «Нурлы жер». Следствие по этому делу ведётся полг-

Кристина КОБИНА

26 апреля состоялся актив города, на котором и сменили градоначальника. Абат Шыныбеков покинул пост акима Уральска. На эту должность была предложена кандидатура акима Бурлинского района Миржана Сатканова. Депутаты городского маслихата поддержали предложение. Таким образом, с 26 апреля должность акима Уральска занимает 44-летний Миржан Сатканов.

Уже экс-аким города был назначен руководителем аппарата акима ЗКО.

Справка: Миржан Сатканов родился 13 мая 1977 года. Окончил университет имени Докуз Еулул в Турции по специальности «Экономист». Трудовой путь начал с ведущего специалиста отдела финансов Уральска. В разные годы занимал должности главного специалиста, начальника отдела, замначальника, а позже и руководителя управления предприни-

В Уральске новый аким

Абат Шыныбеков занимал этот пост с августа 2019 года.



мательства и промышленности ЗКО. В течение года возглавлял управление пассажирского транспор-

125 ДЕТЕЙ ПЕРЕБОЛЕЛИ СКАРЛАТИНОЙ

В этом году отмечается рост заражения скарлатиной.

Департамент санитарно-эпидемиологического контроля ЗКО за первые три месяца этого года зарегистрировал 125 случаев заболевания скарлатиной. Из них среди детей до 14 лет – 122 случая.

– Только в этом месяце выявлено 34 случая скарлатины (среди детей до 14 лет). Проведены профилактические мероприятия. Все случаи не связаны между собой. Эпидемиологическое обследование скарлатины проводится при регистрации трёх и более случаев в одном организованном коллективе за один инкубационный период, – отметили в пресс-службе ведомства.

Всего по области за это время зарегистрировали 160 случаев заболевания, в том числе среди детей до 14 лет – 157 случаев. В сравнении с аналогичным периодом прошлого года отмечается рост заболеваемости скарлатиной в 3,9 раза.

Скарлатина – острое, широко распространенное инфекционное заболевание. Инкубационный период скарлатины продолжается от одного до 12 дней. Заболевание начинается остро. Температура тела повышается до 38–39 градусов, наблюдаются слабость, головная боль, боли в горле при глотании. К концу первого дня болезни на шею и верхнюю часть туловища появляется обильная точечная сыпь, которая быстро распространяется по всему телу. Часто она сопровождается зудом.

Напомним, в марте этого года один случай скарлатины выявили в детском саду.

Кристина КОБИНА

АРАЙЛЫМ
УСЕРБАЕВА

26 апреля в Жангалинском районном суде своё последнее слово произнёс врач-анестезиолог Жаркын Тлешов. Его судят по факту смерти роженицы и младенца. 24 апреля 2018 года 44-летнюю Бибинур Негметову на 29-й неделе беременности довели в больницу с кровотечением, где вскоре она умерла на операционном столе. Следствие по этому делу длилось более трёх лет. Во время судебных заседаний были допрошены врачи, медицинские работники районной больницы, а так же многочисленные эксперты. Прокурор попросил суд назначить Жаркыну Тлешову наказание в виде трёх лет лишения свободы.

Жаркын Тлешов в своём последнем слове заявил, что не считает себя виновным в смерти женщины, попросил вынести суд справедливое решение и оправдать его. Он подчеркнул, что столичный эксперт дал заключение, что младенец умер ещё в утробе матери, до того, как Негметова оказалась на операционном столе.

– Во-первых, кровотечение началось за 3–4 часа

Смерть роженицы и младенца: врач выступил с последним словом

Анестезиолог свою вину не признал и попросил суд оправдать его.

до трагедии, это тоже отметил эксперт. Женщина потеряла очень много крови, даже вскрытие показало, что внутренние органы стали белыми. Изначально беременная должна была следить за собой, ухаживать за своим здоровьем, а не доить коров, возить молоко и сметану по дорожке на продажу. Во-вторых, все препараты, которые были введены, были правильно подобраны. Во время кесарево сечения женщине вводится целый комплекс препаратов – это обезболивающие, расслабляющие мышцы, наркоз, – сказал врач.

Кроме этого, он отметил, что Бибинур Негметову никуда не перевозили. Перед тем, как её завести в операционную, были сделаны все необходимые процедуры, в том числе и УЗИ.

– После того, как человек оказывается в операционной, его оттуда никуда не вывозят. Женщину не таскали по этажам. Операция

была назначена вовремя. Я не считаю себя виновным, прошу суд вынести справедливое решение и оправдать меня, – заключил подсудимый.

■ **Супруг погибшей Галымжан Сагингалиев остался с четырьмя детьми, младшему из которых на тот момент было всего четыре года. Стоит отметить, что ещё в феврале 2020 года выяснились другие подробности уголовного дела. Почерковеческая экспертиза дала заключение, что подпись в расписке на согласие на операцию не принадлежит погибшей Бибинур. Следствие длилось почти три года, и в январе этого года дело, наконец, перешло в суд. Его рассматривает судья Сабыржан Есжанов.**

Фото с архива «МГ»



Уменьшился сброс воды с Ириклинского водохранилища в Урал

Ранее был увеличен сброс воды с 15 до 30 кубометров в секунду. Сейчас его сократили.

Кристина КОБИНА

По информации филиала управления эксплуатации Ириклинского водохранилища, с первого апреля среднесуточный сброс через гидроузел увеличился с 15 до 30 кубоме-

тров в секунду. Сегодня, 21 апреля, в Западно-Казахстанском филиале РГП «Казводхоз» сообщили, что сейчас сброс воды снова сократили вдвое.

– Прогнозы были не оправданы и сейчас Ириклинское водохранилище наполнено только на

77%. Сброс воды сократился. Уровень Урала на посту в Уральске составляет 365 сантиметров. «Казгидромет» даёт прогноз по паводку в диапазоне 350–450 сантиметров. В прошлом году пик паводка пришёлся на конец апреля, тогда отметка достигала 358 сан-

тиметров. В 2020 году 11 мая уровень воды достиг 307 сантиметров. Сейчас Урал хорошо подпитывают боковые притоки, – рассказал директор Западно-Казахстанского филиала РГП «Казводхоз» Рауан Хусайнов.

Тем не менее, ранее в ДЧС ЗКО сообщили, что пик паводка реки Урал в этом году ожидается примерно с первого по 15 мая.

ВДВОЕ СОКРАТИЛОСЬ ЧИСЛО ВЕТЕРАНОВ ВОВ ЗА ГОД

Ещё в прошлом году их было 40 человек. В этом году в ЗКО проживает 21 ветеран.

В управлении внутренней политики региона сообщили, что в ЗКО на сегодняшний день проживает 21 ветеран, из них 17 – в Уральске.

Также в области живут три жителя блокадного Ленинграда, семь узников фашистских лагерей, три добровольца Советской армии, 238 вдов участников и инвалидов ВОВ и 3 560 тыловинов.

Между тем ещё пять лет назад в 2017 году в ЗКО насчитывалось 112 ветеранов ВОВ, в 2018 году – 111, в 2019 году – 85 ветеранов, в 2020 году – 62 ветерана ВОВ, а в прошлом году – 40.

К слову, в этом году ветераны ВОВ в ЗКО к 9 мая получат по миллиону тенге. Всего в стране проживает 387 участников и инвалидов ВОВ (на первое апреля 2022 года), год назад их числилось 665 человек.

Кристина КОБИНА

РАСПИСАНИЕ МАГНИТНЫХ БУРЬ 26 АПРЕЛЯ С 6 ПО МАЯ

	1	1	1	1	2	2	2	2
26 апреля Вт								
27 апреля Ср	1	1	2	1	1	1	2	2
28 апреля Чт	2	2	2	2	2	2	4	4
29 апреля Пт	4	4	4	4	4	4	4	4
30 апреля Сб	4	4	4	4	4	4	3	3
1 мая Вс	3	3	3	3	3	3	2	2
2 мая Пн	2	2	2	2	2	2	2	2

ПОГОДА В УРАЛЬСКЕ С 27 АПРЕЛЯ ПО 3 МАЯ

СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК
27.04	28.04	29.04	30.04	01.05	02.05	03.05
днем +26° ночью +14°	днем +24° ночью +15°	днем +18° ночью +12°	днем +26° ночью +12°	днем +20° ночью +7°	днем +12° ночью +5°	днем +13° ночью +4°

ДАНА РАХМЕТОВА

22 апреля в ЗКО с рабочей поездкой побывал премьер-министр АЛИХАН СМАИЛОВ. Первым делом он ознакомился с проектом по реконструкции трассы Подстепное – Федоровка – граница РФ. Всего в ЗКО ведут два проекта капитального ремонта автодорог, шесть проектов среднего ремонта и реконструкция трассы Подстепное – Федоровка – граница РФ.

Председатель правления АО «НК «КазАвтоЖол» Мерхат Касымбаев рассказал, что всего в этом году на ремонт автодорог в области выделены 43 миллиарда тенге. Из них 28 миллиардов – из республиканского бюджета, 15 миллиардов – из местного. На эти средства планируют отремонтировать 679 километров дорог, 451 километр из которых дороги республиканского значения.

По поручению президента мы прибыли в ЗКО. Считаю, что критика населения по поводу здешних дорог обоснованная. Проекты капитального ремонта дорог Казталовка – Жанибек, Онеге – Сайхин уже ведутся с 2019 года. По объективным и субъективным причинам ремонтные работы были отложены. Сказались такие факторы как пандемия, малое финансирование первые два года. Но в этом году все минусы учтены, корректировки проектов мы сделали. На этот год выделено 15 миллиардов тенге, подрядчики начали освоение этих средств. до конца года из 248 километров дорог сдадим в эксплуатацию 113 километров, а до конца следующего года – остальные 135 километров. Все республиканские дороги в ЗКО для нас считаются тяжёлыми, потому что здесь мы не обеспечены инертными материалами, их приходится завозить из Актюбинской области. Есть проблемы с транспортировкой, железные дороги проходят через территорию РФ и есть специфические моменты. Две недели назад мы уже приезжали в Уральск и совместно с АО «Казахстан темир жолы» подписали договор о том, как будем решать эти проблемы. На данный момент 260 вагонов с инертными материалами уже в пути, транспортировка в мае уже должна нормализоваться и подрядчики будут усиленно работать, – рассказал Мерхат Касымбаев.



Прошёл год, но ничего не изменилось – премьер-министр о дорогах ЗКО

Глава правительства Аликхан Смаилов поручил Гали Искалиеву ускорить темпы работ по ремонту автодорог.

Вместе с тем, спикер отметил, что из-за удорожания строительных материалов пришлось отправить проект на корректировку, после которой не должны возникнуть проблемы с финансированием.

Удорожание проектов было, в прошлом году произошёл резкий скачок цен горячие-смазочных материалов, а они для дорожников как кровь. В апреле откорректировали проект, в мае получим результаты. Стоимость щебня, к примеру, по старым проектам составляла семь тысяч за тонну, фактически она стоит 13–14 тысяч тенге. Мы всё это учли, у подрядчиков проблем быть не должно, все условия для них созданы. В будущем мы приступим к трассе Уральск – Атырау, которую в народе называют «дорогой смерти». Сейчас проектируем её в дорогу первой категории, чтобы меньше аварий было, – рассказал Мерхат Касымбаев.



Что касается трассы Подстепное – Федоровка – граница РФ, то реконструкцию этой автодороги планируют начать уже в этом году. Она была построена в 70–80 годы прошлого столетия и находится в крайне неудовлетворительном состоянии. При высокой интенсивности 23 километра из 144-х достигают параметров четвёртой технической категории, 15 километров не имеют твёрдого покрытия. Эта дорога соединяет 50 населённых пунктов с населением 94 тысячи человек и с Караганакским месторождением нефтегазового конденсата, а также является транзитной дорогой в Россию, и ежедневно по ней проезжают десятки тысяч граждан Казахстана и других стран.

Её протяжённость составляет 144 километра и стоимость строительства – 77 миллиардов тенге.

Трассу поделили на четыре участка:

* 0–36 км – 24 миллиарда тенге. Реконструкция за счёт республиканского бюджета.

* 36–72 км – 18 миллиардов тенге. Реконструкция за счёт КПО б.в.

* 72–108 км – 18 миллиардов тенге. Реконструкция за счёт КПО б.в.

* 108–144 км – 17 миллиардов тенге. Реконструкция за счёт республиканского бюджета.

В проекте реконструкции этой дороги предусмотрено строительство двух развязок «трубы», одной развязки «клеверный лист», пяти мостов.

В этом году на первый и четвёртый участки выделено шесть миллиардов тенге. Сейчас объявлен конкурс. К 20 мая определим подрядчика. – заключил Мерхат Касымбаев.

Аликхан Смаилов отметил, что тема дорог в ЗКО является одной из острых проблем региона и поручил Гали Искалиеву ускорить темпы ремонта.

В этом году мы должны отработать этот вопрос. Ремонтные работы трассы, которые начались три года назад (Казталовка – Жанибек – прим. автора) из-за финансовых вопросов не были закончены. В этом году выделены дополнительно 15 миллиардов тенге, но если есть технические возможности, то нужно ускорить темпы. Если понадобятся допол-

нительные средства, то мы найдём. На ремонт республиканской трассы Подстепное – Федоровка во время уточнения бюджета мы выделили шесть миллиардов тенге. Работы уже начаты. Переговорим с руководством КПО б.в., а при необходимости дополнительно выделю недостающую сумму. За два года мы должны завершить. Поручаю акиму области Гали Искалиеву держать этот вопрос на постоянном контроле и обеспечить своевременное и эффективное использование этих средств, – заявил премьер.

Позже Аликхан Смаилов провёл совещание по вопросам социально-экономического развития области.

– Вы знаете, что накануне президент прочитал статью «Куре жолдагы курсініс» в газете Egegen Qazaqstan, дал поручение мне и руководству области оперативно принять все необходимые меры по исправлению ситуации с состоянием дорог. Гали Нажмеденович, ровно год назад ваш заместитель, курирующий эту сферу, по поручению президента был освобождён от занимаемой должности (Тимуржан Шакимов – прим. автора). Прошёл год, но ничего не изменилось. Почему для качественного и быстрого решения проблем региона обязательно необходимо вмешательство президента? – обратился к акиму области Аликхан Смаилов.

Со своей стороны Гали Искалиев отметил, что основная причина неудовлетворительного состояния дорог связана с недостатком финансирования и влиянием пандемии. В прошлом году отремонтировали 330 километров дорог местного значения. Продолжается работа по ремонту автодороги, связывающей областной центр с Казталовским, Жанибекским и Бокейординским районами. В этом году на эти цели предусмотрено 15 миллиардов тенге.

По словам главы кабинета, на ЗКО в утверждённом республиканском бюджете на 2022 год предусмотрены расходы в сумме 103,4 миллиарда тенге. Дополнительно при уточнении бюджета выделено 32,2 миллиарда тенге. Эти средства направят на инфраструктурные и социальные нужды региона: ремонт и реконструкцию автодорог, развитие системы водоснабжения, строительство центра реабилитации инвалидов, поддержку сфе-



К слову, по итогам поездки премьер-министра РК в ЗКО был уволен директор филиала «КазАвтоЖол», а несколько работников АО «НК «КазАвтоЖол» и комитета автомобильных дорог наказаны.

ры здравоохранения, строительство индустриальной зоны, электроснабжение и газоснабжение, берегоукрепительные работы и защите от паводковых вод, ремонт объектов образования и другие.

■ 23 апреля за несвоевременное исполнение поручений главы госу-

дарства по ремонту автодорог в ЗКО от занимаемой должности освобождён вице-министр индустрии и инфраструктурного развития Берик Камалиев.

К слову, по итогам поездки премьер-министра РК в ЗКО был уволен директор филиала «КазАвтоЖол», а

несколько работников АО «КазАвтоЖол» и комитета автомобильных дорог наказаны.

В пресс-службе министерства индустрии и инфраструктурного развития сообщили, что за несвоевременное выполнение поручения президента по ремонту дорог в ЗКО уволен директор фи-

лиала АО «НК «КазАвтоЖол» в ЗКО Амир Каримбаев. Кроме этого, меры административного характера применены в отношении ряда руководящих работников и специалистов центрального аппарата АО и комитета автомобильных дорог.

Фото с архива «МГ»



Может ли тенге снова упасть, рассказали эксперты

Эксперты рассказали, что влияет на рост тенге в течение последнего месяца и может ли курс валюты снова упасть из-за внешних и внутренних факторов.

ПОЧЕМУ РУБЛЬ И ТЕНГЕ РАСТУТ

Экономист и автор Telegram-канала **Тенгеномика Галымжан АЙТКАЗИН** отметил, что наблюдаемое с начала весны падение курса тенге было связано преимущественно с внешними факторами, такими как ситуация в Украине, и другими геополитическими причинами. Следом за российским рублем тенге обвалился в среднем на 14–15 процентов, и курс к доллару упал до 500 тенге. Однако, по словам аналитика, в последний месяц ситуация складывается по-другому.

С одной стороны, как отметил аналитик, российские власти и Центральный банк предприняли неординарные меры для поддержания национальной валюты. На бирже осуществлялись большие валютные интервенции. Экспортёры обязали конвертировать 80 процентов своей выручки в рубли. В условиях, когда из-за санкций российская экономика фактически оказалась в изоляции от внешнего финансового мира, накопившаяся иностранная валюта практически не уходит из страны из-за снижения импорта. Валюта поступает через экспорт и не убывает через импорт, что и влияет на нынешний курс. Хотя российский Центробанк недавно увеличил срок конвертации валюты до 60 дней, это серьезно не повлияло на ситуацию.

"Все это очень важно, потому что Россия остается

для Казахстана ключевым торговым партнером. В частности, мы очень сильно зависим от российского импорта. В нашей стране, так же, как и в России, прибегли к некоторым крайним мерам для поддержания экономики. С одной стороны, это и запрет на вывоз за рубеж капиталов, который проводился еще с января в рамках мер, вызванных политической ситуацией. У нас запретили вывозить из страны золото и иностранную валюту больше 10 тысяч долларов. Нацбанк Казахстана периодически оказывал поддержку тенге с помощью валютных интервенций для пресечения высокой волатильности. Были введены тенговые премии на депозиты. Это также укрепляет доверие населения к тенге. Мы видим из мартовских данных по депозитам, что несмотря на отток, который наблюдается во всех банковских организациях, сохраняется баланс между депозитами в тенге и иностранных валютах, так как выводят депозиты и там, и там. Уровень долларизации в депозитах остается на довольно низком показателе, не более 36,9 процента. Все это в конечном итоге и укрепило нашу валюту сейчас", — отметил Айтказин.

КУРС ВАЛЮТЫ ИСКУССТВЕННЫЙ

Аналитик считает, что нынешнее укрепление рубля, как и тенге, нельзя назвать фундаментально обоснованным. Оно про-

диктовано ограничениями, которые ввели в России и Казахстане, и поддерживается искусственным удержанием валюты от обесценения. В отличие от России, в Казахстане нет проблем с импортом, но негативные факторы и нестабильная ситуация в экономике России также влияют и на нас.

"Почему динамика на укрепление валюты несостоятельна? Потому что внешние факторы все так же негативны. Даже без учета последствий санкций и конфликта в соседней стране в мире сейчас ускоряется инфляция и происходит ужесточение денежно-кредитной политики. В частности, США уже повысили базовую ставку и будут продолжать это делать, ведь они столкнулись с рекордной за последние 40 лет инфляцией. Индекс доллара тоже растет, и он находится выше 100 пунктов уже продолжительное время. Это очень тревожный показатель для нас, потому что укрепление доллара означает, что другие валюты по сравнению с ним будут ослабевать, но пока перевешивает обратная тенденция, и мы видим, как курсы тенге и рубля показывают искусственное укрепление. Это очень хорошо в долгосрочной перспективе, ведь если ограничения внутри нашей страны и в России будут сняты, то мы увидим шок и большое влияние этих негативных факторов", — добавил автор Telegram-канала **Тенгеномика**.

КАКОЙ ВРЕД ЭКОНОМИКИ НАНОСИТ "СИЛЬНЫЙ" ТЕНГЕ

По словам Галымжана Айтказина, чрезмерное укрепление тенге также потенциально может нанести вред экономике Казахстана, так как она строится вокруг экспортёров. При укреплении валюты их выручка падает, что также косвенно влияет на доходы бюджета. В Казахстане в 2022 году в бюджет заложили курс валюты в 460 тенге за доллар. Однако сейчас тенге намного крепче, и бюджет, возможно, придется корректировать в связи с сокращением доходов.

Аналитик также рассказал, стоит ли казахстанцам сейчас скупать "дешевые доллары", понимая, что в будущем курс доллара может резко возрасти. "Не хотелось бы заниматься спекуляцией, но в своих наблюдениях я вижу, что текущее укрепление тенге является аномальным и все внешние условия остаются негативными. С этой точки зрения каждому стоит решить, насколько инвестиционно привлекательно сейчас покупать доллары. В долгосрочном горизонте наша структура экономики очень сильно привязана к ценам на сырье, и если сейчас наблюдается резкий рост этих цен, то рано или поздно они пойдут вниз, а вслед за ними — и курс нашей валюты. К сожалению, такова экономическая реальность для Казахстана на сегодняшний день", — заключил

экономист.

ЧЕТЫРЕ ФАКТОРА ВЛИЯНИЯ НА КУРС ВАЛЮТЫ

Независимый финансовый аналитик Андрей Чеботарев отметил, что на курс казахстанской валюты одновременно влияют четыре фактора, и в зависимости от того, какие из них сейчас доминируют, зависит динамика тенге.

"Во-первых, это нефть. Во-вторых, внутренняя и макроэкономическая ситуация. В третьих, курс рубля и, наконец, индекс доллара. Фактически сейчас два фактора играют против нас, а два — за. Макроэкономическая ситуация оказывает негативное влияние из-за турбулентности. Индекс доллара растет из-за того, что ФРС США повышает базовую ставку. Индекс доллара уже приблизился к 101 пункту, хотя еще в начале года был 95. Индекс показывает, насколько доллар растет относительно других валют. В то же время "за нас" работают рубль и высокие цены на нефть", — отметил Чеботарев.

ПРОГНОЗЫ В УСЛОВИЯХ ВОЙНЫ НЕВОЗМОЖНЫ

Финансист подчеркнул, что делать сейчас долгосрочные прогнозы относительно судьбы рубля и тенге невозможно, так как в условиях ситуации в Украине все может диаметрально поменяться в течение недель или даже дней.

"Ситуация может измениться, новые санкции введут, может, конфликт даже обострится... В связи с этим какие-либо прогнозы давать сложно. Если будет затяжной конфликт, то мы, возможно, будем находиться в том же ценовом диапазоне по курсу тенге. Однако не факт, что это случится..." — добавил Андрей Чеботарев.

ТЕНГЕ ИДЕТ ЗА РУБЛЕМ

По словам финансово-аналитика, укрепление рубля сейчас выглядит неестественно, потому что российская экономика находится в глубоком падении. Однако в России сложилась ситуация, при которой 80 процентов всей выручки добывающих компаний, или 4 из 5 долларов,

которые они зарабатывают, меняют на рубли. При этом в стране покупка иностранной валюты крайне затруднена. Все это положительно работает на нынешний курс рубля.

"В нашей стране еще до начала конфликта всегда выбирали идти за рублем, а не за котировками на нефть, и поэтому в данном случае я считаю, что все, что происходит с рублем, будет отражаться и на тенге. В текущей ситуации все выглядит так", — отметил Чеботарев.

ПРОГНОЗЫ В УСЛОВИЯХ ВОЙНЫ НЕВОЗМОЖНЫ

Финансист подчеркнул, что делать сейчас долгосрочные прогнозы относительно судьбы рубля и тенге невозможно, так как в условиях ситуации в Украине все может диаметрально поменяться в течение недель или даже дней.

"Ситуация может измениться, новые санкции введут, может, конфликт даже обострится... В связи с этим какие-либо прогнозы давать сложно. Если будет затяжной конфликт, то мы, возможно, будем находиться в том же ценовом диапазоне по курсу тенге. Однако не факт, что это случится..." — добавил Андрей Чеботарев.

ТЕНГЕ ИДЕТ ЗА РУБЛЕМ

По словам финансово-аналитика, укрепление рубля сейчас выглядит неестественно, потому что российская экономика находится в глубоком падении. Однако в России сложилась ситуация, при которой 80 процентов всей выручки добывающих компаний, или 4 из 5 долларов,

Источник: Tengrinews.kz
Фото из архива «МГ»

Платить кредит или нет? Что делать клиентам "дочек" российских банков

Можно ли не погашать свои займы и стоит ли опасаться за свои деньги, размещенные на счету банка, у которого возникли сложности?

Что делать заемщикам банков, попавших в санкционный список США? Нужно ли продолжать платить по кредитам, снимать ли деньги с депозитов? Об этом рассказали специалисты Fingramota.kz.

№1. КАК БЫТЬ ЗАЕМЩИКАМ, У КОТОРЫХ ЕСТЬ КРЕДИТ В ТАКИХ БАНКАХ?

Нужно и дальше исправно платить по кредиту. Не стоит пропускать плановую дату платежа, потому что, несмотря на санкции, кредитные обязательства никто не отменял.

Рассмотрим на примере "Сбербанка Казахстан". Управление по контролю за иностранными активами Минфина США (OFAC) включило в свой список SDN (Specially Designated Nationals) материнский банк и его "дочки", продлив срок завершения сделок со Сбербанком до 12 июля 2022 года. 13 апреля Halyk Bank выкупил у "Сбербанка Казахстан":

- * портфели беззалоговых кредитов;
- * кредиты под залог недвижимости;
- * кредиты на приобретение жилья.

Для клиентов ничего не меняется: условия останутся неизменными, как и дата ежемесячного платежа. На кредитную историю заемщика смена кредиторов также никак не влияет.

"Передача кредитного портфеля другим банкам вовсе не означает ликвидацию вашего кредита. Таким образом, заемщики "Сбербанка Казахстан", чьи кредиты перешли в "Народный банк", могут выплачивать свою задолженность через каналы Halyk Bank — с помощью банкоматов, в отделениях или посредством мобильного, или онлайн-банкинга. Главное, сохранять все квитанции об оплате: в печатном или электронном виде", — советуют специалисты.

№4. КАКОВЫ МАКСИМАЛЬНЫЕ СУММЫ ГАРАНТИЙ?

Максимальная сумма гарантии составляет:

- * 20 млн тенге по сберегательным вкладам (депозитам) в национальной валюте;
- * 10 млн тенге по карточкам, счетам и другим депозитам в национальной валюте;
- * 5 млн тенге по карточкам, счетам и депозитам в иностранной валюте (в эквиваленте по курсу обмена валют, установленному на дату лишения банка-участника лицензии).

Гарантия распространяется не на каждого отдельного человека, а на каждый банк, в котором хранятся его деньги. То есть если в одном банке у вас открыто несколько

№2. ЧЕМ ГРОЗИТ НЕУПЛАТА КРЕДИТА?

Если приостановить выплаты по кредиту, то у вас возникнет просрочка и будет начисляться пеня. Вот неполный список последствий:

* Информация о невыполнении обязательств кредитора будет обязан направить в кредитные бюро. И эта информация будет отражена в вашей кредитной истории.

* Кредитор может выставить платёжное требование (если эта мера оговорена в договоре) и без дополнительного согласия должника определённая сумма будет списана с банковского счёта. К примеру, это может быть зарплата. Но при этом сумма денег, сохраняемая на текущем счёте, должна составлять не менее размера прожиточного минимума (36 018 тенге на момент публикации материала).

* Кредитор может передать задолженность на досудебное взыскание и урегулирование коллекторскому агентству.

* Если кредит был залоговым, то через суд или в досудебном порядке залоговое имущество должника может быть реализовано.

* Должник не сможет покинуть страну. Он может попасть в список эраждан, которым ограничен выезд за рубеж по постановлению судебного исполнителя.

Неисполнение обязательств по кредиту может серьезно подвести созаёмщика, поручителя и гаранта, поскольку они так же, как и заемщик, несут ответственность. И неважно, в какой ситуации находится банк, введены ли в отношении него какие-либо санкции или его лишили лицензии.

№5. КАК И ГДЕ УЗНАВАТЬ СИТУАЦИЮ ПО ЭТИМ БАНКАМ?

Доверяйте только официальным источникам. Надёжнее всего проверять информацию на сайте Агентства РК по регулированию и развитию финансового рынка, на едином медиапортале по повышению финансовой грамотности www.fingramota.kz, а также в ленте мобильного приложения Fingramota Online, скачать которое вы можете бесплатно можно по ссылке:

- * в App Store;
- * в Play Market.

Кроме того, доступна веб-версия мобильного приложения: <http://online.fingramota.kz/>

Источник: Informburo.kz



В УРАЛЬСКЕ ПРОШЕЛ КОНСТРУКТИВНЫЙ ДИАЛОГ МЕЖДУ АГРАРИЯМИ ЗКО И ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ ГОСУПРАВЛЕНИЯ

10 апреля ТОО «Орал Агро», официальный дилер агротехники Ростсельмаш в ЗКО и Актюбинской области, представил экспозицию высокотехнологичных сельхозмашин от известного мирового производителя, а также в этот день состоялся семинар-конференция на тему «Будущее экономики агропромышленного комплекса Казахстана: перспективы и риски».

Компания Ростсельмаш – крупнейший производитель сельскохозяйственной техники, за 93 года своей рабочей деятельности предприятие произвело более 2 800 000 агрегатов. Компания постоянно модернизирует производство и внедряет новые технологии, разрабатывая уникальные электронные системы в области АПК. К слову, на выставке были представлены модели современных сельхозмашин, актуальные в преддверии посевной, такие как: универсально-пропашной трактор RSM 2375, универсальная самоходная косилка KSU 1 и прицепной опрыскиватель RSM TS-3200/4500 Satellite.

– Как официальный дилер Ростсельмаш, мы рады не только представить, но и продемонстрировать, как работает современнейшая техника от производителя. На сегодняшний день высокотехнологичные агрегаты с 2019 года производятся и у нас в Казахстане, на партнерском предприятии ТОО «Казахстанская Агро Инновационная Корпорация» в г. Кокшетау, – рассказал директор ТОО «Орал Агро» Рамин Кабуев. – Тракторы и другая агротехника имеют высокую произ-

водительность, при этом экономя время и топливо. Сельхозмашины оснащены комфортными кабинами, понятными умными панелями управления и имеют стойкую, доступную для казахстанских аграриев. Кроме того, их можно приобрести по выгодным госпрограммам кредитования. Уже многие фермерские растениеводческие хозяйства ЗКО и Актюбинской области приобрели технику и на деле убедились в ее рентабельности, продуктивности и балансовом соотношении «доступная цена – высокое качество».

В этот же день состоялся семинар-конференция на тему «Будущее экономики агропромышленного комплекса Казахстана: перспективы и риски», в которой приняли участие главы крестьянских хозяйств ЗКО, представители местных органов госуправления, экономисты, а также представители партнерских предприятий по сборке и производству сельхозтехники Ростсельмаш из г. Кокшетау и стран России и Беларуси. Некоторые представители приняли участие в конференции онлайн.



– Наше крестьянское хозяйство сотрудничает с компанией «Орал Агро» уже давно и продуктивно. Мы с благодарностью приняли приглашение на участие в выставке сельхозтехники Ростсельмаш и в семинар-конференции среди аграриев ЗКО. Символично и значимо то, что эти важные события происходят во время священного месяца Рамазан и в канун посевной, – поделился глава крестьянского хозяйства «Бірліл плюс» Санат Габжанов. – Надеемся, что работа сельскохозяйственной отрасли Казахстана в этом году будет плодотворной, и актуальные вопросы, связанные с развитием нашей отрасли будут решаемы.

По словам организатора семинара, диалог между аграриями и госструктурами имеет огромное значение для решения насущных проблем казахстанских крестьянских хозяйств. – Мы решили создать ту площадку, на которой хотелось бы продуктивно обсу-

дить глобальные вопросы взаимодействия государства и агропромышленного комплекса Казахстана, – отметил руководитель ТОО «Орал Агро», – Сложившаяся экономическая ситуация в мире в последнее время удручает казахстанских растениеводов. Попросту говоря, мы хотим найти пути решения на задачи: что и как сеять, какая будет помощь и поддержка со стороны государства, можем ли мы рассчитывать на хорошие возможности сбыта своей продукции и получаемую прибыль. Казахские крестьянские хозяйства хотят быть уверенными в завтрашнем дне, ведь мы выращиваем главный стратегический продукт для народа – хлеб. И нам жизненно необходимы гарантии, чтобы качественно и продуктивно работать, обеспечивать рабочие места достойной заработной платой, обеспечивать наши крестьянские хозяйства качественной техникой, улучшая производительность труда и решая другие производственные задачи.



ПОЧЕМУ ВАШИ РУКИ ВСЕГДА ХОЛОДНЫЕ: 10 ПРИЧИН

Холодные руки не только приносят дискомфорт человеку и его окружению, но и могут говорить о проблемах со здоровьем или быть вариантом физиологической нормы. Собрали возможные причины, по которым ваши прикосновения заставляют близких морщиться.

Холод

Если ваши руки леденеют только когда на улице или в помещении объективно холодно, а летом вы забываете об этой проблеме, это просто механизм терморегуляции. Организм сберегает тепло для внутренних органов и снижает кровоток в конечностях, которые, как бы ужасно это ни звучало, менее важны для выживания. Поэтому при обморожении в первую очередь страдают пальцы рук и ног, а также уши и нос. И потому же первыми всегда замерзают именно руки и ноги. Когда температура воздуха становится нормальной, кровоток восстанавливается, руки отогреваются. Фото: shutterstock.com

Гипофункция щитовидной железы

Если вы стали замечать, что вам постоянно холодно, даже когда окружающие жалуются на жару, и из-за этого у вас холодные руки и к тому же замедленное сердцебиение, постоянная усталость и подавленность, беспричинные отеки и прибавка в весе, вам необходимо обратиться к врачу, чтобы он направил вас проверить уровень гормонов щитовидной железы. Если свободный Т4 понижен, а ТТГ (гормон ги-

пофиза), наоборот, зашкаливает, это указывает на гипотиреоз, то есть ваша щитовидная железа не работает в полную силу. Это приводит к замедлению всех метаболических процессов. Отсюда чувство постоянного холода. После коррекции уровня гормонов симптомы исчезнут. Артериальная гипотензия (пониженное давление) Если у вас постоянно пониженное давление, вероятно, вы уже об этом знаете. Частые головокружения при резкой смене положения тела, шум в ушах и вечные холодные руки из-за недостатка кровообращения – с этим комплексом симптомов вы неразлучны. В этом случае нужен регулярный контроль и меры по улучшению самочувствия, которые посоветует врач: физические упражнения, правильное питание, контрастный душ и тому подобное. Если же вы начали испытывать всё это недавно, нужно обратиться к доктору и выяснить, в чём причина понижения давления. Их может быть множество: от беременности и того же гипотиреоза до проблем с печенью и сердцем. Фото: shutterstock.com

Анемия

Дефицит железа, витамина B12, фолиевой кислоты или других микроэлементов и некоторые заболевания ведут к снижению уровня гемоглобина. Как следствие – внутренние органы и ткани хуже снабжаются кислородом. В первую очередь недостаточное кровоснабжение (опять же из-за экономии ресурсов) сказывается на конечностях, потому ваши ладони становятся холодными. Другие симптомы: слабость, головокружение, учащённое сердцебиение. Чтобы выявить нехватку гемоглобина, достаточно сдать общий анализ крови, а вот чтобы выяснить причину анемии, придётся пройти комплексное обследование.

Болезнь (синдром) Рейно

Если ваши ладони и стопы постоянно холодные, а при замерзании пальцы приобретают белый или синий цвет, возможно, вы относитесь к 3–5% населения Земли, у которых есть болезнь Рейно. От холода сосуды сужаются, пальцы белеют или синеют и очень болят. Когда конечности отогреваются, они становятся ярко-красными. В целом этот синдром неопасен, но он увеличивает риск обморожения. Потому пациентам с болезнью Рейно стоит одеваться намного теплее,

Диабет

Повышенный уровень сахара в крови разрушает нервы, в результате конечности становятся онемевшими, бледными и постоянно мёрзнут. В большей степени страдают ноги. Об этих симптомах стоит сказать своему лечащему врачу – при развитии нейропатии (поражения нервов) возможно инфицирование тканей, воспаления и сильные боли.

Высокий уровень эстрогена

Эта причина, по которой у женщин холодные руки встречаются чаще, чем у мужчин. Повышение уровня эстрогена делает периферические сосуды чувствительнее к холоду. В результате температура тела женщины меняется на протяжении менструального цикла, как и её ощущение тепла и холода. Фото: shutterstock.com

Волчанка

Волчанка – это аутоиммунное заболевание (то есть иммунитет человека начинает атаковать его же организм и разрушать его). Под атаку иммунитета могут попасть кровеносные сосуды. Их разрушение приводит к развитию синдрома Рейно, о котором мы говорили выше. От этого руки и ноги становятся холодными. Диагноз смертельно опасный и, конечно, не ставится только на основании жалоб на холодные руки. Диагностикой и лечением обычно занимается группа врачей – в зависимости от симптомов.

Курение

Помимо прочих вредных привычек, курение сужает сосуды и, как следствие, нарушает кровообращение. Потому курильщики часто жалуются на холодные руки и ноги. Фото: shutterstock.com

Приём некоторых лекарств

Если вы недавно начали принимать новое лекарство и заметили, что руки стали мёрзнуть чаще,

прочитайте инструкцию. Чаще всего такими побочными эффектами обладают бета-блокаторы, препараты для понижения давления и некоторые лекарства от мигрени.

Кристина КОБИНА

Мать с дочерью выживают после инсульта

66-летняя Калуга Капаева с трудом рассказывает, что перенесла инсульт ещё в 2011 году. С тех пор за ней ухаживала дочь Ляззат. Но сейчас и она прикована к постели. А мужа не стало после инсульта пять лет назад.

– У дочери два высших образования, она работала в органах. В 2015 году ей удалили почку. Она перестала работать и получила инвалидность. Но со временем инвалидность не продлили. В декабре прошлого года у неё случился инсульт, она попала в больницу. Потом её выписали домой. И вот две недели назад инсульт снова повторился. Я физически не могу ей даже поменять памперсы, кое-как. Только кормлю её иногда, а так нам помогают люди. С деньгами тоже туго, моей пенсии хватает на памперсы, оплату коммунальных услуг, еду

и таблетки, – говорит Калуга Капаева. Как рассказывают соседи, сейчас Ляззат не может самостоятельно передвигаться, она весь день проводит в постели и не разговаривает. Кроме того, она не может получить медицинскую помощь, у неё нет отчислений по ОСМС (обязательное медицинское страхование). – Это какой-то замкнутый круг. Калуга получает пенсию и проживает с дееспособной дочерью (так числится по документам, у Ляззат нет инвалидности). Поэтому по закону ей не могут предоставить социального работника. Мы как соседи не можем смотреть на это, помогаем. Готовим для них и кормим, – отмечает соседка Гульмаржан Искандирова. Со слов соседки, убирать за женщиной в доме и ме-

таблетки, – говорит Калуга Капаева. Как рассказывают соседи, сейчас Ляззат не может самостоятельно передвигаться, она весь день проводит в постели и не разговаривает. Кроме того, она не может получить медицинскую помощь, у неё нет отчислений по ОСМС (обязательное медицинское страхование). – Это какой-то замкнутый круг. Калуга получает пенсию и проживает с дееспособной дочерью (так числится по документам, у Ляззат нет инвалидности). Поэтому по закону ей не могут предоставить социального работника. Мы как соседи не можем смотреть на это, помогаем. Готовим для них и кормим, – отмечает соседка Гульмаржан Искандирова. Со слов соседки, убирать за женщиной в доме и ме-

Пожилая женщина и её дочь перенесли инсульт, они не могут ухаживать друг за другом. Покормить их приходят соседи.

Когда журналисты «МГ» приехали к Капаевым, туда же пришли сотрудники социальной службы для обследования женщины. Им поступил сигнал от областного управления соцзащиты и соцпрограмм. – Нам необходимо прояснить ситуацию. Ранее к нам они не обращались, потому что Калуга пенсионер по возрасту и проживала с трудоспособной дочерью. У неё была инвалидность, но по стандарту у дочери должна быть инвалидность для оказания нашей помощи. Но сейчас мы видим – семья, как исключение. Предстоит служба оказывает помощь в уборке и поставке продуктов питания. Дозвониться до сына Калуги журналистам не удалось.



К слову, соседи отмечают, что в силу тяжёлого состояния мама с дочкой иногда принимают помощь от незнакомых, но иногда и отказываются. Могут пропускать приём лекарств. Используются подушки, которые оказывают помощь в уборке и поставке продуктов питания. Дозвониться до сына Калуги журналистам не удалось.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

Лицензия 01605DL от 27.05.2021 г. выдана Республиканское ГУ «Департамент комитета фармацевтического контроля Министерства здравоохранения РК».

ГКП на ПХВ «ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ФТИЗИОПУЛЬМОНОЛОГИИ» УПРАВЛЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ АКИМАТА ЗАПАДНО-КАЗАХСТАНСКОЙ ОБЛАСТИ

1) «Выдача справки с противотуберкулезной организации» - бесплатно, через электронный портал www.egov.kz

2) «Выдача выписки из медицинской карты стационарного больного» –бесплатно.

3) Выдача листа о временной нетрудоспособности

Обращаться по адресу: ул.С.Тюленина 51, тел.: 25–10–11.

Батыс Қазақстан облысының әкімдігі денсаулық сақтау басқармасының «Облыстық фтизиопульмонология орталығы» ШЖҚ МКК кәсіпорны келесі мемлекеттік қызметтерді көрсетеді:

1) «Туберкулезге қарсы ұйымнан анықтама беру» тегін, www.egov.kz электрондық портал арқылы

2) «Стационарлық науқастың медициналық картасынан көшірме беру» - тегін.

3) Еңбекке уақытша жарамсыздық парағын беру.

Мекен-жайы: Орал қаласы, С.Тюленин 51, Телефоны: 21–29–47.

В чем разница между антителами и клеточным иммунитетом?

Вопрос о том, что важнее — клеточный иммунитет или антитела, — волнует многих. При этом врачи так вопрос не ставят, так как каждый этот параметр по-своему важен и имеет определенную значимость при оценке иммунной системы организма человека. Так в чем же скрывается разница между антителами и клеточным иммунитетом?

Отвечает Татьяна Филимонова, к. м. н., врач-аллерголог-иммунолог отделения аллергологии и иммунологии ЦКБ РАН:

Иммунная система человека устроена как сложный часовой механизм. Она состоит из клеток и органов, которые защищают организм от повреждающих факторов и инфекций. Иммунитет разделяют на врожденный и приобретенный. Врожденный иммунитет работает как первая линия защиты организма. Он срабатывает немедленно при первом проникновении чужеродного агента в организм.

Приобретенный иммунитет активируется после врожденного, если возбудитель инфекции преодолел первую линию обороны. При первой встрече

с чужеродным агентом часть лимфоцитов сохраняет информацию, и в следующий раз организм распознает его и реагирует быстрее, не позволяя болезни развиваться. По такому принципу работает вакцинация.

Активный иммунитет вырабатывается после перенесенного заболевания или введения вакцины. Пассивный — с молоком матери, а во взрослом возрасте — после введения сыворотки с готовыми антителами.

Важно отметить, что иммунная система борется с чужеродными агентами двумя видами оружия — клетками

(лимфоцитами и другими видами лейкоцитов) и белковыми структурами (антителами). Называются эти два вида оружия, соответственно, клеточный и гуморальный иммунитет. Оба иммунитета направлены на борьбу с инфекциями, но разными путями. Так, лимфоциты распознают собственные клетки организма, пораженные каким-то патогеном или мутировавшие клетки, уничтожая их, и одновременно запускают выработку антител, которые противостоят инфекции.

Если инфекция побеждена, количество антител к ней постепенно снижается: организму нет необходимости вырабатывать их в таком же количестве, как во время болезни. У лимфоцитов память существенно лучше — они

живут дольше антител, иногда несколько десятков лет. И при повторной встрече со знакомой инфекцией они могут запустить производство антител намного быстрее, чем в первый раз.

■ В ходе исследования, которое было проведено шведскими учеными, было показано что у людей, встречающихся с коронавирусом инфекции, лимфоциты памяти к COVID-19 встречаются в два раза чаще, чем антитела. Таким образом, можно предположить, что иммунитет к COVID-19 сохраняется, несмотря на исчезновение антител.

Источник: ЛиФ Здоровье

Лицензия серия ЛП №000223 от 6.02.2003г. выдана Министерством здравоохранения РК.

В ТОО «МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР»

1. Функционирует реабилитационное отделение. Оказываются реабилитационные услуги на бесплатной (госзаказа) и платной основе.

2. Принимает врач-гастроэнтеролог высшей категории, сосудистый хирург, проктолог, маммолог, детский кардиолог. Консультация проводится в поликлинике ТОО» Медицинский центр».

3. Открыли вирусологическую лабораторию для определения COVID-19 на бесплатной (госзаказа) и платной основе. Прием анализов с 08:00 до 10:00. Результаты анализов готовятся в течение 5 часов. Стоимость — 6 000 тенге.

4. По субботам работает кабинет КТ и МРТ

Прием анализов с 08:00 до 10:00. Результаты анализов готовятся в течение 5 часов. Телефоны для справок: 53–67–78, 53–68–94 Адрес: г. Уральск, ул. Есенжанова, 19

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

ГКП на ПХВ «Областной центр психического здоровья «Управления здравоохранения Западно-Казахстанской области, занимающийся диагностикой и лечением психических заболеваний, в том числе, наркологических расстройств» объявляет о следующих вакансиях:

1. Санитар - 3 ед. (на время отпуска без сохранения заработной платы по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет основного работника)

Предъявляемые требования:

Обратившимся лицам необходимо представить следующие документы: медицинская книжка и копии следующих документов: удостоверение личности, трудовая книжка, фотография (3x4) – 1шт, справка о том, что не состоит на учете (психическом, наркологическом, туберкулезном), автобиография, скоросшиватель, личный листок по учету кадров.

Документы представить в течение 15 дней со дня опубликования объявления с 09.00 до 15.00 часов по адресу: г. Уральск, ул. Есенжанова, 17.отдел кадров, тел. 24-03-82

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

Психикалық ауруларды соның ішінде, наркологиялық ауруларды диагностикалаумен және емдеумен айналысатын Батыс Қазақстан облысы денсаулық сақтау басқармасының ШЖҚ «Облыстық психикалық денсаулық орталығы» МҚК төмендегідей бос жұмыс орындары жөнінде жариялайды:

1. Санитар - 3бірл (негізгі қызметкердің бала үш жасқа толғанға дейін оның күтіміне байланысты жалақы сақталмайтын демалысы мерзіміне)

Қойылатын талаптар:

Өтініш білдірген тұлғаларға төмендегідей құжаттарды тапсырулары қажет: медициналық кітапша және келесі құжаттардың көшірмелері: жеке куәлік, фотосурет (3x4) – 1дана, (психикалық, наркологиялық, туберкулез) есепте турмайтыны туралы анықтамалар, өмірбаян, скоросшиватель, кадр есебі жөніндегі жеке іс парағы.

Құжаттар хабарландыру шыққан күннен бастап 15 күн ішінде сағ. 09.00–15.00 аралығында мына мекен-жай бойынша қабылданады: Орал қаласы, Есенжанов көш. 17, кадрлар бөлімшесіне, тел. 24-03-82

Домашний косметолог. Какие продукты сохраняют молодость, а какие — нет

Быть красивой и молодой всегда хочется быть любой женщине. Однако не секрет, что профессиональные процедуры по уходу за собой нередко стоят довольно дорого. И возникает идея — сделать косметику самостоятельно из имеющихся в доме продуктов. Ведь сила натуральных средств оценивается довольно высоко. Однако, как говорят врачи, стоит точно понимать, какие продукты можно применять для красоты и молодости, а с какими надо быть поаккуратнее.

«С продуктами из холодильника вопрос неоднозначный. Очень многие продукты, в частности, фрукты и овощи, могут стать причиной аллергии и повышения чувствительности кожи за счет тех кислот, которые в них содержатся.

В теплое время года весной и летом мы традиционно ограничиваем применение косметических продуктов с содержанием витаминов (витамина А, С, В и т. д.) и кислот (гликолевой), так как все эти компоненты вызывают риск пигментации. В отличие от косметологических средств фрукты и овощи содержат кислоты и витамины «живьем», поэтому предсказать, как отреагирует кожа на тот или иной продукт, невозможно», — рассказывает врач-дерматокосметолог Лилия Дышлева.

СПОРНЫЕ ВАРИАНТЫ

Одной из самых популярных масок в летнее время года является маска из клубники, которую советуют измельчать перед применением или просто протирать ей лицо, отмечает Лилия Дышлева. Однако при чувствительной и сухой коже этот способ ухода за лицом не рекомендуется. Не стоит забывать, что чувствительной может быть в том числе жирная и проблемная кожа. «Также с опаской стоит относиться к маске из помидора, несмотря на то, что она

антиоксидантная и отбеливающая. Кислота, содержащаяся в помидоре, может вызвать ожог и покраснение кожи», — предупреждает специалист.

Также стоит проявлять осторожность в отношении таких популярных в вопросах красоты продуктах, как мед и кофе. «Если мы говорим об использовании данных продуктов в уходе за телом, то тут нет никаких противопоказаний. Скрабы на основе кофе традиционно применяются в домашнем уходе, а мед можно использовать в качестве средства для массажа и эксфолиации в области живота, бедер, ягодиц», — отмечает дерматокосметолог.

Что же касается лица, то кофейный скраб может быть достаточно грубым и травмирующим продуктом для более тонкой кожи лица. «Его использование может травмировать эпидермис, что обернется сухостью и повышением чувствительности кожи», — предупреждает дерматокосметолог Дышлева.

Мед — один из излюбленных продуктов по уходу за собой, но при этом и очень аллергенный. Перед его применением лучше проводить тест на чувствительность кожи, чтобы потом не бороться с неприятными симптомами, советует специалист.

Полезный выбор Если у вас в планах поэкспериментировать с содержимым холодильника, без-

опаснее всего использовать нейтральные продукты, которые точно не причинят вреда вашей коже, говорит Лилия Дышлева. К таким продуктам можно отнести свежие огурцы, картофель, овсяные хлопья, бананы, авокадо, яйца, дрожжи, кисломолочные продукты, желатин. На их основе, говорит дерматокосметолог Дышлева, можно сделать следующие варианты:

Маска из свежего огурца — приготовить такую проще простого. Овощ нужно нарезать тонкими кружочками и положить на лицо минут на 15–20. Свежесть и увлажненность вам гарантирована. Преимущество огурца в том, что он подходит для всех типов кожи, снимает раздражение, может применяться для чувствительной зоны вокруг глаз.

Маска на основе дрожжей, яичного белка и желатина обладает легким лифтинговым эффектом. Дрожжи разводятся в пропорции на 1,5 ч/л столовая ложка теплой воды (при желании можно использовать молоко). Также нужно развести желатин с водой/молоком в пропорции 1:5. Далее в маску добавить взбитый белок. Нанести на лицо минут на 15–20, но не более. «Не передерживайте маску дольше положенного времени, иначе рискуете получить обратный эффект — высушенную кожу», — говорит Лилия Дышлева.

Маска из дрожжей и желтка. Если эффект лифтинга не нужен, можно ограничиться только дрожжами, яичным желтком и чайной ложкой оливкового или другого растительного масла (виноградных косточек, персикового и т. д.) — такая маска будет отлично питать кожу.

Маска из овсяных хлопьев отлично увлажняет и подходит для всех типов

кожи, включая чувствительную. Для приготовления хлопья достаточно запарить кипятком и дать остыть. «Если захотите добавить в маску мед, не забудьте про тест на чувствительность», — рекомендует дерматокосметолог.

Маски из банана и авокадо являются питательными. Оба продукта можно использовать самостоятельно. Банан можно

смешать с какими-либо другими ингредиентами, например, с теми же дрожжами и яичным желтком, творогом или сметаной. Что касается авокадо, его лучше использовать самостоятельно, но сбрызнув парой капель лимонного сока.

Маска из картофеля помогает бороться с отечностью, улучшает лимфодренаж, увлажняет за кожей. Можно картофель измельчить на терке или нарезать тонкими кружочками. Картофель можно сбрызнуть лимонным соком, смешать со сметаной или добавить растительное масло.

Домашняя красота вполне доступна и даже эффективна, но — если подойти к выбору продуктов с умом.

Источник: ЛиФ Здоровье

Лицензия от 14.11.2019г. № 01811 DL выдана ГУ «Управление здравоохранения Западно-Казахстанской области».

ГКП на ПХВ «ОБЛАСТНОЙ КОЖНО-ВЕНЕРОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР» УПРАВЛЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ АКИМАТА ЗАПАДНО-КАЗАХСТАНСКОЙ ОБЛАСТИ, ЗАНИМАЮЩИЙСЯ ДИАГНОСТИКОЙ И ЛЕЧЕНИЕМ КОЖНО-ВЕНЕРОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ОБЪЯВЛЯЕТ О СЛЕДУЮЩИХ ВАКАНСИЯХ:

1. Заведующий лабораторией /врач клинико-лабораторной диагностики/ – 1 ед.
2. Фельдшер-лаборант /на время декретного отпуска/ – 1 ед.

Предъявляемые требования: Высшее и средне-специальное образование, стаж работы - 1 год.

Обратившимся лицам необходимо предоставить следующие документы: медицинская книжка и копии следующих документов: удостоверение личности, диплом, сертификат специалиста, свидетельство специалиста с присвоением соответствующей квалификационной категории (при ее наличии), удостоверение о повышении квалификации, трудовая книжка, военный билет, фотография (3x4) -1 шт, справка о том, что не состоит на учете (психическом, наркологическом, туберкулезном), автобиография, скоросшиватель, личный листок по учету кадров.

Документы представить в течение 15 дней со дня опубликования объявления с 09.00 до 15.00 часов по адресу: г. Уральск, проспект им. Н. Назарбаева, 127, отдел кадров, тел.: 50-45-92

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

ГКП на ПХВ «ОБЛАСТНОЙ ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР» ОКАЗЫВАЕТ УСЛУГИ НА ПЛАТНОЙ ОСНОВЕ:

Консультация : – Онколога – Маммолога, – Онкохирурга – Гинеколога – Уролога – врачи КМН, высшей, 1 и 2 категорий	Отделение хирургии: – Удаление липом, папиллом , атером и других доброкачественных новообразований. – Секторальная резекция молочной железы (киста молочной железы, фиброаденома,узловая мастопатия). – Конизация шейки матки.	продуктивной системы и грудных желез мужчин.
Отделение эндоскопии: – ФГДС – тотальная колоноскопия – бронхоскопия. – Видеоректосигмоидоскопия – Спирография	Отделение лучевой терапии: – Близкофокусная терапия – это лечение пятночных шпор, артритов,бурситов ,невритов,деформирующих и т.д. – Компьютерная томография. – Рентгенография и маммография. – УЗИ всех органов в т.ч. – мягких тканей, сосудов, ре-	Консультация на аппарате Дерматоскоп Дерматоскопия: – это современный, безопасный , безболезненный и быстрый метод обследования различных новообразований на поверхности кожи (папилломы, родинки, невус и т.д.) Цитологические и гистологические исследования. Клинико-диагностическая лаборатория .

Адрес: г. Уральск, ул.Алматинская 58 . Телефон: 8 (7112) 91 80 52

РЕЦЕПТ НЕДЕЛИ



Из муки, стакана кефира и горстки фарша готовлю обалденную закуску вместо беляшей

Сегодня мы представляем вам своеобразную замену беляшам. Если есть под рукой мука, стакан кефира, горстка фарша то обалденную закуску приготовить несложно.

ИНГРЕДИЕНТЫ НАЧИНКИ

- 500 г фарша
- крупная головка лука
- 1 ч. л. сахара
- 1/4 ч. л. черного молотого перца
- 30 мл уксуса (здесь 6-процентный)
- 1 ч. л. приправы для мяса

ИНГРЕДИЕНТЫ ТЕСТА

- 2 куриных яйца
- 200 мл кефира (жирность 2,5 %)
- 1 ч. л. сахара
- 1 ч. л. соли
- ложка коньяка
- 1 ч. л. сухой петрушки
- 250 г муки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Первым делом нарежь лук мелкими кубиками. Пересыпь его в небольшую емкость, добавь сахар, черный молотый перец и уксус. Оставь мариноваться в таком виде на 10 минут. Затем в более просторной посудине соедини мясной фарш и промаринованный лук (уже без уксуса). Посоли и поперчи, добавь приправу для мяса. Вымеси и отбей фарш. В отдельную емкость разбей яйца, добавь кефир, сахар, соль, петрушку и немного коньяка. Взбей венчиком до однородной массы и равномерно всыпь муку. Замешай однородное жидкое тесто. Из подготовленного ранее фарша сформируй небольшие блинчики. Причем перед жаркой каждый погрузи в тесто. Обжаривай получившиеся «беляши» на небольшом огне в смазанной растительным маслом сковородке (под крышкой) 5–7 минут с каждой стороны. Румяные беляши скорее отправляй на тарелку и подавай к столу. Приятного аппетита!

Обилие маринованного лука делает такую закуску особенно вкусной. А добавление крепкого напитка в тесто не дает при жарке впитываться лишнему маслу. Те хозяйки, которые опробовали рецепт, хвалятся, что закуска моментально улетает со стола. И в таком случае приготовить блюдо однозначно стоит. Хотя бы для пробы. И чтобы порадовать всю семью.



По этому рецепту польский торт «Карпатка» получается даже у сумасбродных хозяек

Сегодня на повестке дня – простой рецепт заварного торта. Мне безумно нравится этот торт. Он сильно напоминает один большой профитроль. Верх и низ – это два слоя заварного теста, а посередине находится потрясающе нежный крем. Давай сегодня порадуем своих близких и испечем этот торт вместе!

ДЛЯ ТЕСТА

- 4 яйца
- 100 г муки
- 100 мл воды
- соль
- 80 г сливочного масла
- 100 мл молока

ДЛЯ КРЕМА

- 600 мл молока
- 2 яйца
- 6 г ванильного сахара
- 200 г сливочного масла
- 60 г кукурузного крахмала
- 160 г сахара
- 20 г какао
- 30 г сахарной пудры

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Заварное тесто лишь кажется сложным в приготовлении. На самом деле нужно лишь немного внимательности. В небольшой кастрюльке или сотейнике разогрей сливочное масло, добавив к нему соль, воду и молоко. Как только масло станет жидким, нужно аккуратно насыпать в емкость муку. Всё это время огонь должен быть небольшим, а массу нужно постоянно размешивать.

Тесто начало прилипать к емкости? Это сигнал, что нужно его перелить в миску и начать добавлять яйца. Сначала добавь лишь одно и тщательно всё перемешай. Так же добавь еще три яйца. Не забудь всё время перемешивать тесто.

Для выпекания коржей тебе нужно две разъемные формы. Тесто раздели на две части и вылей в формы, предварительно выстелив их бумагой для выпечки. Выпекать коржи нужно при температуре 200 градусов полчаса, после чего их следует полностью остудить.

Пока коржи пекутся и остывают, можно приготовить крем. В емкости смешай 2 яйца, ванильный сахар и обычный сахар. В кастрюльке нагрей 600 мл молока и отправь половину к яичной смеси. Тщательно перемешай молоко и яйца с сахаром. Теперь вылей эту массу в кастрюльку к оставшемуся там молоку. Доведи крем до густой консистенции на медленном огне, постоянно



но его помешивая венчиком. Готовый крем остуди до комнатной температуры, а затем отправь в холодильник.

Размягчи сливочное масло и взбей его блендером до белого цвета. Масло немного увеличится в объеме, после чего его нужно смешать с кремом и взбить в блендере.

Осталось самое простое – сборка торта. Аккуратно выложи крем на первый заварной корж, а сверху положи второй. Немного прижми верхний и оставь торт в холодильнике на пару часов. Готовый десерт можно щедро посыпать сахарной пудрой и какао-порошком. Приятного аппетита!



Радую мужа лепешками с зеленым луком на завтрак, духовку не включаю

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 100 мл воды
- 0,25 ч. л. соли
- 150 г муки
- 30 г зеленого лука
- щепотка соды
- 50 г твердого сыра

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Смешай воду и соль. Добавь муку и замеси простое эластичное тесто. Оставь его отдыхать на 10 минут. После раздели тесто на 4 части. Каждую вымеси отдельно, скатай в шарик. Оставь отдохнуть еще на 10 минут. Тем временем нарежь лук, добавь в него щепотку соды. Это нужно, чтобы лук сохранился зеленым и после жарки. Отдельно натри твердый сыр на терке. Теперь в отдельной емкости смешай четверть стакана муки с таким же количеством крахмала. Этой

смесью щедро посыпь стол, на него выложи первый кусочек теста и раскатай. Также сделай с остальными. Затем посыпь первый раскатанный кусочек теста этой же смесью. Сверху положи второй. Повтори так 4 раза. Все пласты теста раскатай скалкой. Так тесто получится максимально эластичным и тонким. Теперь раздели пласты теста, каждый смажь сливочным маслом. Сверху выложи лук и тертый сыр. Заверни конвертиком. Обжарь на разогретой сковороде. Приятного аппетита!

ИНГРЕДИЕНТЫ ДЛЯ ЖАРКИ

- 0,25 ст. муки
- 0,25 ст. кукурузного крахмала
- 20 г сливочного масла
- подсолнечное масло



Белый хлеб на сухих дрожжах по турецкому рецепту, хрустящий и мягкий экмек

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 470 г муки
- 250 мл воды
- 1 ч. л. сахара
- 1 ч. л. соли
- 10 г сухих дрожжей
- 2 ст. л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

В теплой воде раствори соль, сахар и дрожжи. Оставь дрожжи на 5 минут. Просей через сито муку. Размешай венчиком воду с дрожжами и влей в муку. Замеси мягкое тесто, постепенно добавляя муку. Тесто должно

быть мягким и слегка прилипать к лопатке или рукам. Долго месить тесто не надо – хватит 5 минут. Добавь в тесто 2 ст. л. растительного масла, лучше оливкового, и вымеси тесто. Положи тесто в глубокую миску и накрой пищевой пленкой. Оставь тесто в разогретой до 50 градусов выключенной духовке на 30 минут. Достань тесто из духовки, вымеси его 1–2 минуты руками и раздели на 2 равные части. Каждую часть сплющи руками и заверни в рулет. Каждый раз, складывая тесто, слегка приминая его руками к центру. Два рулета выложи на противень,

застеленный пергаментной бумагой, и накрой тесто пищевой пленкой. Оставь хлеб на 10 минут под пленкой в теплом месте. Сними пищевую пленку и присыпь хлеб мукой, сделай надрезы на хлебе острым ножом. Затем смажь хлебешек водой, чтобы получилась хрустящая корочка. Выпекай хлеб в разогретой до 220 градусов духовке 30–35 минут. Хлеб получается румяным и хрустящим. Он не крошится и имеет очень нежный мякиш. Если ты хочешь сделать корочку мягкой, накрой горячий хлеб кухонным полотенцем и дай ему постоять несколько минут.



Вкуснейшие булочки всего за 10 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 200 мл кефира
- 1 яйцо
- 3 ст. л. сахара
- 3 ст. муки
- 0,5 ч. л. соды
- 0,5 ч. л. соли
- 1 ч. л. уксуса
- 30 г сливочного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для начала взбей яйцо с сахаром и солью до однородной массы. Затем добавь в смесь кефир и хорошо перемешай. Теперь добавь просеянную муку. Затем погаси соду уксусом и отправь в смесь. Замеси эластичное тесто и оставь его на 10 минут отдохнуть. После раскатай тесто в корж толщиной 1 см. Смажь всю его поверхность подтаявшим сливочным мас-

лом. Сверни тесто в плотный рулет. Затем нарежь этот рулет на небольшие булочки. В глубокую сковороду налей подсолнечное масло и разогрей до кипения. Масла должно быть столько, чтобы оно покрывало булочки примерно до половины. Выложи их на сковородку и жарь на среднем огне с обеих сторон до золотистой корочки. Сдобная выпечка готова!

РЕЦЕПТ В КОПИЛКУ



Эксперимент с ящиком апельсинов. Рассказываю что получилось

Наши хозяйки с апельсинами не спешат экспериментировать. Хотя те же итальянские гурманы давно варят эти цитрусовые и даже готовят из них апельсиновый джем. Здесь считается, что именно в таком виде можно почувствовать настоящий вкус спелых апельсинов.

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 2 кг апельсинов
- 5 ст. сахара (1 кг)
- 1 ст. воды
- 1 ч. л. сливочного масла
- половинка лимона

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Первым делом нужно хорошенько вымыть апельсины. Затем убери цедру с помощью мелкой терки. К слову, позже эту измелченную цедру можно использовать для приготовления десертов. Главное, не забудь ее отправить в морозильную камеру. Почищенные апельсины клади в кастрюлю с горячей водой и провари несколько минут. Затем помести вареные апельсины в емкость с холодной водой на сутки. Причем учти, что воду за это время нужно будет поменять 5–6 раз. Вареные апельсины разрежь пополам, удали серединки и прочие несъедобные части. После чего порежь фрукты небольшими кубиками.



Половину всех апельсиновых кубиков пересыпь в большую кастрюлю, засыпь двумя стаканами сахара. Затем пересыпь оставшуюся половину кубиков и засыпь еще тремя стаканами сахара. Оставь на сутки. Когда 24 часа пройдут, добавь воды и перемешай апельсины. Дальше ставь кастрюлю на средний огонь. Когда варево закипит, добавь сливочное масло, перемешай. Помешивая, держи на огне около часа. Под конец добавь сок половинки лимона. Апельсиновый джем готов! Дай ему остыть, а потом перекладывай в стеклянные баночки и закрывай крышками. Такое аппетитное лакомство наверняка долго на дальней полке не простоят. Однако теперь у тебя есть чем потчевать самых дорогих гостей.

ПОНЕДЕЛЬНИК | 02.05

QAZAQSTAN	ХАБАР
05:00 Әнұран	04:00 «Привет»
05:05, 01:20 «Жадігер»	06:00 «Таңғы хабар»
05:25, 22:20 «Көңіл толқыны»	05:05 «Принимайте участие в казах»
06:05, 00:05 «Másele»	11:30 «Әмір жолы»
06:35 Т/х «Астана күзі ызарды»	11:30 Т/х «Алтыстан асып барамын»
08:05 «Түркістан - достық мекені»	12:00 Т/х «Бәтелер»
09:00 Т/х «Гүлдер күлпінсы»	14:00 «Бүгін»
11:00 «Достығымыз жарасқан»	17:00 «Всегда верен»
12:50 М/ф «Тарзан»	19:00 Коңцерт
14:15 Х/ф Деректі фильм. (бірілігіміз жарасқан)	20:35 Т/х «Ана жүрегі»
15:00 «Арта»	21:30 Т/х «Қарлығаш уя салғанда»
15:50 «Әнім сен едің...»	23:00 Әсем әуен
17:00 Т/х «Гүлдер күлпінсы»	
19:00 «Музарт»	
21:25 Т/х «Жат мекені»	
23:20 Х/ф Деректі фильм. (бірілігіміз жарасқан)	
00:45 «Бі мен болмыс»	

ЕВРАЗИЯ	КТК
05:00, 03:25 «Тамаша city» (қайталау)	06:05 "Мираблат алені" (қайталау)
06:10, 01:45 «П@yтiпa»	08:00 "Юморина" (повтор)
07:00, 02:30 «Тамаша battle»	09:20 "Я пышка, комедия battle»
08:00 Х/ф «Азық тұлкі. Басты нем бақырлығы?»	11:00 "Несладная месьт", мелодрама (повтор)
08:25 Шоу «Лүше өскен»	12:00 "Юморина" (повтор)
10:00 Т/с «Не жукы теб тертеш»	19:00 "Ozat отбасы", ток-шоу тусуәсері
13:30 «Qosіlke»	20:00 "Испытание-2", мелодрама (повтор)
17:30, 01:15 «Басты жаңалықтар»	21:40 "Морские дьяволы. особое задание", остророкетный боевик (повтор)
18:00 «Kіreтіz»	23:40 "Референт", мелодрама (повтор)
19:00 «Главные новости»	
19:40 Т/с «Невский. чужой среди чужих»	
23:20 Т/с «Начальник разведки»	
00:20 «Хиromант. линии судьбы»	

НТК	7 КАНАЛ
06:00 «Разминка»	05:00, 03:30 «Қуырдақ»
06:15 «Джеки чанның оқиғасы»	05:30 «Серт пен сезім»
07:00, 01:20 «Бүлдір-күлдір»	06:30, 21:30 «Қадам»
08:05 «Екі езу»	07:30, 01:20 Оян, qazaqstan music
08:40 «Фиксики»	08:05 «Екі езу»
09:00 «Смешарики»	09:00, 16:30 «Женский доктор»
09:00 «Аист»	09:00 «Смешарики доктор»
11:00 «Бір бойлық»	10:00, 18:30 «Обычная женщина»
11:00 «Шикси по соседству»	10:20 Шоу «Santagart»
16:45 «Мат. монстр клубин»	12:15 «Эйн-эйн кулаш»
18:40 «Мир найзанаңу»	14:20, 00:10 «Гадалка»
19:40 «Рампейдж»	15:35 «Рампейдж»
21:40 «Зачётный препод. 3»	22:20 «Опмай-опмай»
00:00 «Опмай, опмай»	01:40 «Тамаша»
00:40 «Жұлдызды weekend»	02:30 «Пышка»
03:00 «Екі езу»	03:00 «Айна-online»

31 КАНАЛ	ASTANA TV
05:00 Әәл студіо	05:00 Т/х «Белгісіз жан»
05:00, 04:00 Ризамын	06:00 «Маша и медведь»
06:30 Информборо (повтор)	08:20, 20:55 Т/х «Қарындасым, қарлығашым»
07:30, 22:50 «31 Әәл»	10:20 Т/х «Мым»
08:00 М/с «Маша и медведь»	11:20, 22:50 Т/х «Сарай жауын»
09:40 М/ф «Принцесса-лебедь»	12:30, 01:50 «Бауырған fest»
11:00 Х/ф «Танцуй, танцуй»	16:00 «Келина сабина»
14:30 «Питер пан»	18:10 «Келина сабина 2»
17:00 Х/ф «Такси 3»	20:00 Т/х «Шшқан уя»
18:50 Х/ф «My love is asiluu»	20:55 Х/ф «Патруль времени»
20:40 Х/ф «Район №9»	22:25 Т/с «Анупам»
00:30 Т/с «Базарбаевтар»	00:30 Т/с «Базарбаевтар»
01:50 Әәл студіо	01:50 Әәл студіо
03:00 What's up?	03:00 What's up?

ВТОРНИК | 03.05

QAZAQSTAN	ХАБАР
05:00 Әнұран	04:00 «Брат или брак 2»
05:05, 01:50 «Жадігер»	06:00 «Таңғы хабар»
05:25 «Көңіл толқыны»	05:05 «Принимайте участие в казах»
06:00 «Тайшолпан»	11:00 Т/х «Алтыстан асып барамын»
09:05, 12:00, 14:00, 16:05, 19:05, 23:25 Aqparat	12:00, 21:30 Т/х «Қарлығаш уя салғанда»
09:10 Т/х «Гүлдер күлпінсы»	14:00 «Бүгін»
11:00 Т/х «Ынтымақ аулы»	19:35 «Еркенше балықтар»
12:10, 16:20 «Қызық екен...»	19:40 Қорытынды жаңалықтар
12:50 «Теледарігер»	19:30 «Негізінде»
14:15 Х/ф «Тұлға»	19:35 «Еркенше балықтар»
14:45 «Ауылдастар»	20:00 Итоги дня
15:15, 20:35 Т/х «Қара таңба»	20:30 «По сути»
17:05 Т/х «Гүлдер күлпінсы»	20:35 Т/х «Күлаш»
19:40 «Ашуд алағи»	23:00 «Сырты бүтін»
21:30 Т/х «Жат мекені»	
00:00 Шоу «Ашуд алағи»	
00:50 «Теледарігер»	

ЕВРАЗИЯ	КТК
05:00, 03:25 «Тамаша city» (қайталау)	06:05 "Мерекелік концерт"
06:10, 03:35 «Той закс»	06:20 "Бір нем дүние", өзбек тележақасы.
06:25 «Жит здрово!»	08:00 "Доброе утро, казакстан!"
07:00 «Қайырлы таң, қазақстан!»	09:00 «На самом деле»
08:00 «Доброе утро, казакстан!»	10:00 «Пусть говорят»
09:00 «На самом деле»	11:10 Т/с «По законам военного времени»
10:00 «Пусть говорят»	11:30 «Испытание-2», мелодрама (повтор)
11:10 Т/с «По законам военного времени»	13:00 «Новости»
13:00 «Испытание-2», мелодрама (повтор)	13:15 «Жаңалықтар»
13:15 «Жаңалықтар»	13:30 «Qosіlke»
13:30 «Qosіlke»	17:30, 02:20 «Басты жаңалықтар»
17:30, 02:20 «Басты жаңалықтар»	18:00 «Kіreтіz»
18:00 «Kіreтіz»	19:00 «Главные новости»
19:00 «Главные новости»	19:40 Т/с «Невский. теня архитектора»
19:40 Т/с «Невский. теня архитектора»	23:20 Т/с «Начальник разведки»
23:20 Т/с «Начальник разведки»	00:20 «Хиromант. линии судьбы»
00:20 «Хиromант. линии судьбы»	01:30 «П@yтiпa»
01:30 «П@yтiпa»	

НТК	7 КАНАЛ
06:00 «Разминка»	05:00, 03:30 «Қуырдақ»
06:15 «Джеки чанның оқиғасы»	05:30 «Серт пен сезім»
07:00, 01:30 «Бүлдір-күлдір»	06:30, 21:30 «Қадам»
08:05 «Екі езу»	07:30 Оян, qazaqstan music
08:40 «Фиксики»	08:05 «Екі езу»
09:00 «Смешарики»	09:00, 16:30 «Женский доктор»
09:00 «Аист»	10:00, 18:30 «Обычная женщина»
11:00 «Бір бойлық»	10:20 Шоу «Santagart»
11:00 «Шикси по соседству»	12:15 «Эйн-эйн кулаш»
16:45 «Мат. монстр клубин»	14:20, 23:20 «Гадалка»
18:40 «Мир найзанаңу»	15:35 «Рампейдж»
19:40 «Рампейдж»	22:20 «Ата-ана, бала-шаға»
21:40 «Зачётный препод. 3»	01:10 «Студия 7»
00:00 «Опмай, опмай»	01:40 «Тамаша»
00:40 «Жұлдызды weekend»	02:30 «Пышка»
03:00 «Екі езу»	03:00 «Айна-online»

31 КАНАЛ	ASTANA TV
05:00 Әәл студіо	05:00 Т/х «Белгісіз жан»
05:00, 04:00 Ризамын	06:00 «Маша и медведь»
06:30 Информборо (повтор)	08:20, 20:55 Т/х «Қарындасым, қарлығашым»
07:30, 22:50 «31 Әәл»	10:20, 01:10 Т/х «Мым»
08:00 М/с «Маша и медведь»	11:20, 22:50 Т/х «Сарай жауын»
09:40 М/ф «Принцесса-лебедь»	12:30, 01:50 «Бауырған fest»
11:00 Х/ф «Танцуй, танцуй»	16:00 «Келина сабина»
14:30 «Питер пан»	18:10 «Келина сабина 2»
17:00 Х/ф «Такси 3»	20:00 Т/х «Шшқан уя»
18:50 Х/ф «My love is asiluu»	20:55 Х/ф «Патруль времени»
20:40 Х/ф «Район №9»	22:25 Т/с «Анупам»
00:30 Т/с «Базарбаевтар»	00:30 Т/с «Базарбаевтар»
01:50 Әәл студіо	01:50 Әәл студіо
03:00 What's up?	03:00 What's up?

СРЕДА | 04.05

QAZAQSTAN	ХАБАР
05:00 Әнұран	04:00 «Брат или брак 2»
05:05, 01:50 «Жадігер»	06:00 «Таңғы хабар»
05:25 «Көңіл толқыны»	05:05 «Принимайте участие в казах»
06:00 «Тайшолпан»	11:00 Т/х «Алтыстан асып барамын»
09:05, 12:00, 14:00, 16:00, 19:00, 23:25 Aqparat	12:00, 21:30 Т/х «Қарлығаш уя салғанда»
09:10 Т/х «Гүлдер күлпінсы»	14:00 «Бүгін»
11:00 Т/х «Ынтымақ аулы»	19:35 «Еркенше балықтар»
12:10, 16:20 «Қызық екен...»	19:40 Қорытынды жаңалықтар
12:50 «Теледарігер»	19:30 «Негізінде»
14:15 «Бір халық - бір ел - бір тағдыр»	19:35 «Еркенше балықтар»
14:40 «Ауылдастар»	20:00 Итоги дня
15:10, 20:30 Т/х «Қара таңба»	20:30 «По сути»
17:00 Т/х «Гүлдер күлпінсы»	20:35 Т/х «Күлаш»
19:35 «Ашуд алағи»	23:00 «Сырты бүтін»
21:25 Т/х «Жат мекені»	
00:00 Шоу «Ашуд алағи»	
00:50 «Теледарігер»	

ЕВРАЗИЯ	КТК
05:00, 03:25 «Тамаша city» (қайталау)	06:05 Неши жаңалықтар концерт
06:10, 03:35 «Той закс»	06:20 "Бір нем дүние", өзбек тележақасы.
06:25 «Жит здрово!»	08:00 "Доброе утро, казакстан!"
07:00 «Қайырлы таң, қазақстан!»	09:00 «На самом деле»
08:00 «Доброе утро, казакстан!»	10:00 «Пусть говорят»
09:00 «На самом деле»	11:10 Т/с «По законам военного времени»
10:00 «Пусть говорят»	11:30 «Испытание-2», мелодрама (повтор)
11:10 Т/с «По законам военного времени»	13:00 «Новости»
13:00 «Испытание-2», мелодрама (повтор)	13:15 «Жаңалықтар»
13:15 «Жаңалықтар»	13:30 «Qosіlke»
13:30 «Qosіlke»	17:30, 02:20 «Басты жаңалықтар»
17:30, 02:20 «Басты жаңалықтар»	18:00 «Kіreтіz»
18:00 «Kіreтіz»	19:00 «Главные новости»
19:00 «Главные новости»	19:40 Т/с «Невский. теня архитектора»
19:40 Т/с «Невский. теня архитектора»	23:20 Т/с «Начальник разведки»
23:20 Т/с «Начальник разведки»	00:20 «Хиromант. линии судьбы»
00:20 «Хиromант. линии судьбы»	01:30 «П@yтiпa»
01:30 «П@yтiпa»	

НТК	7 КАНАЛ
06:00 «Разминка»	05:00, 03:30 «Қуырдақ»
06:15 «Джеки чанның оқиғасы»	05:30 «Серт пен сезім»
07:00, 01:30 «Бүлдір-күлдір»	06:30, 21:30 «Қадам»
08:05 «Екі езу»	07:30 Оян, qazaqstan music
08:40 «Фиксики»	08:05 «Екі езу»
09:00 «Смешарики»	09:00, 16:30 «Женский доктор»
09:00 «Аист»	10:00, 18:30 «Обычная женщина»
11:00 «Бір бойлық»	10:20 Шоу «Santagart»
11:00 «Шикси по соседству»	12:15 «Эйн-эйн кулаш»
16:45 «Мат. монстр клубин»	14:20, 23:20 «Гадалка»
18:40 «Мир найзанаңу»	15:35 «Рампейдж»
19:40 «Рампейдж»	22:20 «Ата-ана, бала-шаға»
21:40 «Зачётный препод. 3»	01:10 «Студия 7»
00:00 «Опмай, опмай»	01:40 «Тамаша»
00:40 «Жұлдызды weekend»	02:30 «Пышка»
03:00 «Екі езу»	03:00 «Айна-online»

31 КАНАЛ	ASTANA TV
05:00 Әәл студіо	05:00 Т/х «Белгісіз жан»
05:00, 04:00 Ризамын	06:00 «Маша и медведь»
06:30 Информборо (повтор)	08:20, 20:55 Т/х «Қарындасым, қарлығашым»
07:30, 22:50 «31 Әәл»	10:20, 01:10 Т/х «Мым»
08:00 М/с «Маша и медведь»	11:20, 22:50 Т/х «Сарай жауын»
09:40 М/ф «Принцесса-лебедь»	12:30, 01:50 «Бауырған fest»
11:00 Х/ф «Танцуй, танцуй»	16:00 «Келина сабина»
14:30 «Питер пан»	18:10 «Келина сабина 2»
17:00 Х/ф «Такси 3»	20:00 Т/х «Шшқан уя»
18:50 Х/ф «My love is asiluu»	20:55 Х/ф «Патруль времени»
20:40 Х/ф «Район №9»	22:25 Т/с «Анупам»
00:30 Т/с «Базарбаевтар»	00:30 Т/с «Базарбаевтар»
01:50 Әәл студіо	01:50 Әәл студіо
03:00 What's up?	03:00 What's up?

ЧЕТВЕРГ | 05.05

QAZAQSTAN	ХАБАР
05:00 Әнұран	04:00 «Ва-банк»
05:05 «Жадігер»	06:00 «Таңғы хабар»
05:25, 03:00, 12:00, 14:00, 16:00, 19:00, 01:45 Aqparat	05:05 «Принимайте участие в казах»
06:00 «Тайшолпан»	11:00 Т/х «Алтыстан асып барамын»
09:10 Т/х «Гүлдер күлпінсы»	12:00, 21:30 Т/х «Қарлығаш уя салғанда»
11:00 Т/х «Ынтымақ аулы»	14:00 «Бүгін»
12:10, 16:20 «Қызық екен...»	19:35 «Еркенше балықтар»
12:50 «Теледарігер»	19:40 Қорытынды жаңалықтар
14:15 «Бір халық - бір ел - бір тағдыр»	19:30 «Негізінде»
14:40 «Ауылдастар»	19:35 «Еркенше балықтар»
15:10, 20:30 Т/х «Қара таңба»	20:00 Итоги дня
17:00 Т/х «Гүлдер күлпінсы»	20:30 «По сути»
19:35 «Ашуд алағи»	20:35 Т/х «Күлаш»
21:25 Т/х «Жат мекені»	23:00 «Сырты бүтін»
00:00 Шоу «Ашуд алағи»	
00:50 «Теледарігер»	

ЕВРАЗИЯ	КТК
05:00, 03:25 «Тамаша city» (қайталау)	06:05 Неши жаңалықтар концерт
06:10, 03:35 «Той закс»	06:20 "Бір нем дүние", өзбек тележақасы.
06:25 «Жит здрово!»	08:00 "Доброе утро, казакстан!"
07:00 «Қайырлы таң, қазақстан!»	09:00 «На самом деле»
08:00 «Доброе утро, казакстан!»	10:00 «Пусть говорят»
09:00 «На самом деле»	11:10 Т/с «По законам военного времени»
10:00 «Пусть говорят»	11:30 «Испытание-2», мелодрама (повтор)
11:10 Т/с «По законам военного времени»	13:00 «Новости»
13:00 «Испытание-2», мелодрама (повтор)	13:15 «Жаңалықтар»
13:15 «Жаңалықтар»	13:30 «Qosіlke»
13:30 «Qosіlke»	17:30, 02:20 «Басты жаңалықтар»
17:30, 02:20 «Басты жаңалықтар»	18:00 «Kіreтіz»
18:00 «Kіreтіz»	19:00 «Главные новости»
19:00 «Главные новости»	19:40 Т/с «Невский. теня архитектора»
19:40 Т/с «Невский. теня архитектора»	23:20 Т/с «Начальник разведки»
23:20 Т/с «Начальник разведки»	00:20 «Хиromант. линии судьбы»
00:20 «Хиromант. линии судьбы»	01:30 «П@yтiпa»
01:30 «П@yтiпa»	

НТК	7 КАНАЛ
06:00 «Разминка»	05:00, 03:30 «Қуырдақ»
06:15 «Джеки чанның оқиғасы»	05:30 «Серт пен сезім»
07:00, 01:30 «Бүлдір-күлдір»	