



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

# ПОБЕДИТЕЛЬ ЛОТЕРЕИ ОТДАЛ СВОЙ ВЫИГРЫШ

СТР. 4

Пограничник из ЗКО выиграл в лото автомобиль. Он получил стоимость авто деньгами, которые отдал нуждающимся.

## ТРИ ЧЕЛОВЕКА ПОГИБЛИ В АВАРИИ

Микроавтобус врезался в стоящий автовоз. На месте погибли две женщины и мужчина.

СТР. 3

## ШТРАФ ГРОЗИТ ЗА ЖИВОТНОЕ БЕЗ ЧИПА

45 владельцев нечипированных кошек и собак привлекут к ответственности в Уральске.

СТР. 5

Лицензия №13009350 от 07.06.2019г. выдана Комитетом строительства и ЖКХ РК

**ОРТАЛЫҚ**  
ЖАҢЫ ҚОМПАНИА  
КОМФОРТ И БЕЗОПАСНОСТЬ  
ДЛЯ ВАШЕЙ СЕМЬИ

**НОВЫЙ ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС  
ОРТАЛЫҚ  
СТАРТ ПРОДАЖ!**

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

г. Уральск ул. Вокзальная 4 | zhk\_ortalyk | 51-51-29 | +7 777 196 67 77 | +7 777 747 00 84

**РАБОТА**  
ТРЕБУЮТСЯ СОТРУДНИКИ | ВАКАНСИИ

ЗАХОДИ НА MGOROD.KZ  
И НАЙДИ РАБОТУ!

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

# «ДВОЙКУ» ПЕРЕДАДУТ ДРУГОМУ ПЕРЕВОЗЧИКУ?

СТР. 2

Акимат после жалоб уральцев на маршрут №2 выдал предписание перевозчику. Нарушения он не устранил.

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,
- балюсы,
- ступени из бетона, полимербетона.

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

Работаем по всему Казахстану. Опыт работы более 5 лет.

@aalma.kz

**СТРОЙ**  
МАТЕРИАЛЫ

САНТЕХНИКА

ТОЛЬКО У НАС  
ПОЛИКАРБОНАТ

инструменты

**БОЛЬШОЙ  
выбор**

крепёж

приятные  
**ЦЕНЫ**

ВСЁ ДЛЯ ОТДЕЛКИ И РЕМОНТА  
сухие смеси и краски

ЦОТ "АЛТЫН АЛМА" | Г.УРАЛЬСК, УЛ. КАРИМУЛЛИНА 2/5

## СТРОИТЕЛЬСТВО 10 ШКОЛ МОЖЕТ СОРВАТЬСЯ В ЗКО

Если по строительству двух школ ещё не объявлен конкурс, то по восьми школам у компании КПО б.в. не заключен договор с подрядными организациями.

По словам руководителя управления строительства ЗКО Алибека Антазиева, в этом году в регионе планируют построить 16 малокомплектных школ, восемь из которых рассчитаны на 108 ученических мест, ещё восемь – на 60. По шести школам в пяти районах области подрядчики уже определены. Однако строительство 10 малокомплектных школ может сорваться. Если по двум школам ещё не объявлен конкурс на проведение строительного-монтажных работ, то по восьми школам у компании КПО б.в. нет договоров с подрядчиками на строительство зданий. Глава региона Гали Искалиев поручил в течение двух дней создать рабочую группу и составить дорожную карту с указанием сроков по основным ключевым этапам реализации каждого строительного проекта.

Кроме этого, в 2022 году необходимо решить проблему четырёх трехэтажных и шести аварийных школ. За счёт местного бюджета могут построить две школы – в посёлке Сарыкудук Казталовского района на 60 мест и в посёлке Жулдыз этого же района на 108 мест. СОШ №31 на 400 мест и СОШ №52 на 900 мест в Уральске намерены возвести за счёт частных инвесторов.

Возникли проблемы и со строительством СОШ №18 на 300 мест. Подрядной организацией является ТОО "Альтаир". Строительство начали в июне прошлого года. В эксплуатацию её должны были ввести в феврале 2022 года.

– Однако подрядчик не вводит в эксплуатацию в связи с отсутствием положительного решения по оплате инфляционного удорожания строительных материалов, – сказал Алибек Антазиев.

Аким области подчеркнул, что в этом году в регионе должны построить как минимум 15 школ.

Арайлым УСЕРБАЕВА

## ЖЕНСКИЕ ВАГОНЫ ПОЯВИЛИСЬ В ПОЕЗДЕ «АЛМАТЫ–2 – УРАЛЬСК»

Ещё в шести поездах появились женские вагоны.

В АО «Пассажирские перевозки» сообщили, что с первого февраля ещё на нескольких маршрутах появились женские вагоны:

- \* № 45/46 «Павлодар – Шымкент»;
- \* № 85/86 «Нур–Султан–1 – Шымкент»;
- \* № 37/38 «Мангистау – Нур–Султан–Нурлы жол – Семей»;
- \* № 47/48 «Нур–Султан–Нурлы жол – Атырау»;
- \* № 379/380 «Алматы–2 – Уральск»;
- \* № 73/74 «Алматы–2 – Жезказган».

10 октября появились первые вагоны, предназначенные исключительно для женщин. В них могут ездить дети мужского пола до семи лет. Стоимость проезда одинаковая.

Стоит отметить, что за два с половиной месяца услугой воспользовались более 13 тысяч женщин.

Инна БУГАЕВА

# Госорганы ЗКО закупаали ГСМ по завышенной цене

ГСМ по стоимости, превышающей предельные цены, закупаали акиматы Бурлинского сельского округа, Казталовского, Теректинского районов, АО «Жайыктеплоэнерго», областная станция скорой медицинской помощи, городская поликлиника №6, ГКП «Ақсайжылуқат». Об этом сообщил правозащитник.

Арайлым УСЕРБАЕВА

Представитель филиала РОО «Әділдік жолы» Бауыржан Ахметжан на своей странице в Facebook напомнил, что шестого января этого года в стране установлены предельные цены на розничную реализацию нефтепродуктов. Бензин марки Аи–92 должен продаваться по цене, не превышающей 182 тенге за литр, а бензин марки Аи–95 – 215 тенге за литр. Дизельное топливо (летнее, межсезонное) не дороже 260 тенге за литр.

– Однако 10 января акимат Бурлинского сельского округа объявил закупки способом запроса ценовых предложений по приобре-

тению «Бензин АИ–92» 5 245 литров на сумму более 1,1 миллиона тенге, 209,82 тенге за один литр. Победителем конкурса признан ТОО «МегаОйлОрал», предложивший 191,96 тенге за литр или 1 006 830 тенге за весь объем товара. В другом случае, 10 января АО «Жайыктеплоэнерго» заключило договор с ТОО «VenOil» о приобретении «Бензин АИ–92» в количестве 65 тысяч литров на сумму 12,9 миллионов тенге, то есть 199,36 тенге за один литр ГСМ. ГСМ. Этот же заказчик приобрел у поставщика бензин по 219,52 тенге за один литр, – написал правозащитник.

Кроме этого, по его словам, дизельное топливо Областная станция скорой медицинской помощи во-

все закупила по 385 тенге, тогда как предельная цена 260 тенге.

– Таким образом, акиматом Бурлинского сельского округа, АО «Жайыктеплоэнерго», Областная станция скорой медицинской помощи, Акиматом Казталовского района, Теректинская районная больница, Городская поликлиника №6, ГКП «Ақсайжылуқат» допущены нарушения закона о государственных закупках, выразившиеся в приобретении товаров по цене, явно превышающую ту, которая установлена государством. Одной из задач государственной политики в сферах управления бюджетными средствами и противодействия коррупции является экономия и целесообраз-

ное расходование бюджетных средств. 21 января мы обратились в департамент агентства по защите и развитию конкуренции по ЗКО о привлечении поставщиков к административной ответственности, – заключил Бауыржан Ахметжан.

В департаменте агентства по защите и развитию конкуренции сообщили, что письмо от представителя РОО Бауыржана Ахметжана действительно поступило.

– Оно было перенаправлено в наш департамент по регулированию естественных монополий. Данное письмо зарегистрировано и находится на рассмотрении, – сообщили в ведомстве.

## После жалоб уральцев маршрут №2 могут передать другому перевозчику

Акимат и ранее выдавал предписания этому перевозчику.

Арайлым УСЕРБАЕВА

В конце прошлого года заместитель акима Уральска Асхат Кульбаев рассказал, что с наступлением холодов уральцы чаще стали жаловаться на работу общественного транспорта – на линию выходят мало автобусов, в связи с чем увеличился интервал. Особенно много нареканий вызывает работа маршрутов №3, 2, 7, 13, 35 и 6, которые обслужи-

вают "Алый парус", "Урал ТехСервис" и "Алжол Авто". В адрес этих предприятий была направлена досудебная претензия об устранении выявленных нарушений в течение 20 рабочих дней.

25 января истёк срок исполнения обязательств, однако замечания не были устранены. В частности это касается ТОО "УралТехСервис". По словам руководителя отдела ЖКХ, ПТИАД Жаңдоса Дуйсенгалиева, акимат и ранее выдавал

предписания этому предприятию.

– Проблема в том, что у нас в городе нет альтернативных перевозчиков, не хватает компаний, которые готовы заниматься перевозкой пассажиров. Конечно, мы можем подать в суд, расторгнуть договор, но кто потом этим будет заниматься? Ведь для перевозки пассажиров необходимо, чтобы компания соответствовала требованиям, у них должна быть база, транспорт раз-

ного класса. Поэтому мы отнесли к подрядчикам снисходительно, но сейчас мы вынуждены идти на крайние меры. Мы направили претензию, дали время, замечания не устранены. Теперь мы имеем право через суд расторгнуть договор. Самым проблемным маршрутом является №2, – рассказал Жаңдос Дуйсенгалиев.

Корреспонденту "МГ" не удалось связаться с руководством ТОО "УралТехСервис".



## Трое погибли и четверо пострадали в ДТП

Авария произошла на трассе Шымкент–Самара.

Инна БУГАЕВА

ДТП случилось в 8:50 27 января. В пресс–службе департамента полиции ЗКО сообщили, что водитель Volkswagen

Sharan, не справившись с рулевым управлением, выехал на встречную полосу движения. Там он столкнулся с припаркованным на обочине автобусом Mercedes.

– В результате столкновения трое пассажиров (две

женщины 1987, 1988 годов рождения и мужчина 1976 года рождения) погибли на месте, другие три пассажира и водитель Volkswagen с различными телесными повреждениями доставлены в больницу, – информиро-

вали в ведомстве.

По данному факту начато досудебное расследование по части 4 статьи 345 УК РК (нарушение ПДД, повлекшее смерть двух и более лиц).

Стражи порядка напоминают участникам дорожного движения о необходимости быть бдительными и внимательными, строго соблюдать ПДД и правила эксплуатации транспортных средств.

Фото предоставлено ДП ЗКО

## Убивший бывшую жену экс-чиновник обжалует приговор

Бауыржан Хайруллин не согласился с решением суда первой инстанции.

Арайлым УСЕРБАЕВА

31 декабря прошлого года в специализированном межрайонном уголовном суде вынесли приговор отношению бывшего специалиста отдела ЖКХ Бауыржана Хайруллина. Он был признан виновным в жестоком убийстве экс-супруги Айнагуль Хайруллиной и пригово-

рён к 15 годам лишения свободы с отбыванием наказания в учреждении уголовно–исправительной системы максимальной безопасности. Кроме этого, Бауыржан Хайруллин должен выплатить матери и сестре покойной 15 миллионов тенге в качестве моральной компенсации.

Как выяснилось позже, осуждённый не согласился с решением суда первой

инстанции и подал апелляционный иск. Уголовное дело вновь будет рассматриваться в областном суде. Первое слушание назначено на 23 февраля.

Напомним, жуткое преступление произошло 19 апреля по улице Урдинская. Бауыржан Хайруллин нанёс множественные ножевые ранения бывшей супруге Айнагуль Хайруллиной. Женщину госпита-

лизировали в больницу, где она вскоре скончалась.

Первое слушание по этому громкому делу началось 16 ноября. Прокурор запросил для подсудимого 15 лет лишения свободы и выплату моральной компенсации в размере 15 миллионов тенге. В своем последнем слове Бауыржан Хайруллин попросил прощения у родственников своей бывшей жены.

## ТОКАЕВ РАСКРИТИКОВАЛ ЗАКУПКИ «КАЗАВТОЖОЛ»

Президент поручил пересмотреть всю систему госзакупок и закупок в квазигосударственном секторе.

Глава государства провёл совещание по вопросам противодействия коррупции. В ходе него он сказал, что в госзакупках должны участвовать производители, имеющие репутацию, соответствующую технику, квалифицированных работников и своевременно уплачивающие налоги.

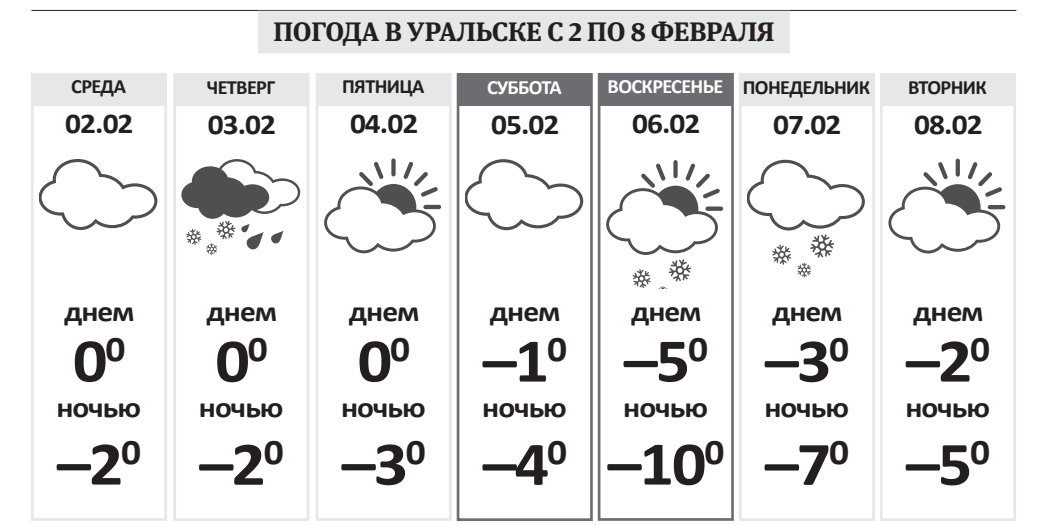
– Сейчас же мы видим, что вместо реального искоренения коррупции происходит бюрократизация процесса. Много месяцев уходит на процедуры выбора поставщика, но все равно нет ни качества, ни добропорядочности, – сказал Токаев.

По его словам, зачастую, несмотря на все имеющиеся нормативные фильтры, заведомо известно, кто выиграет тот или иной тендер.

– К примеру, за два года «Казавтожол» провёл 99 конкурсов по закупкам услуг технического надзора. Половину из них выиграли четыре компании с явными признаками аффилированности. При этом в стране есть более двух тысяч аккредитованных организаций и шести тысяч аттестованных экспертов. Поэтому стоит ли удивляться тому, что в госзакупках редко участвуют серьёзные компании международного уровня, – отметил президент.

Правительству совместно с агентствами по противодействию коррупции и финансового мониторинга поручено кардинально изменить подходы к регулированию закупок государства и квазигосударственного сектора, включая систему государственного контроля в этой сфере.

Инна БУГАЕВА



## Пограничник из ЗКО отдал выигрыш в лото на благотворительность

Выигрыш Нурлыбека Иманбаев – новенький Hyundai Accent. Но мужчина решил отдать все деньги от стоимости машины нуждающимся казахстанцам.



АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

43-летний Нурлыбек Иманбаев живёт и работает в селе Бисен Бокейординского района. Вот уже 13 лет он охраняет государственную границу. Участвовать в розыгрыше авто мужчина не планировал. По его словам, всё получилось спонтанно.

— Старший сын сидел в социальных сетях и наткнулся на розыгрыш машины. Решили поучаствовать и выиграли. Сам я никогда не был азартным человеком, никогда не играл, здесь нам, как говорится, повезло. Но мы всей семьей посоветовались и решили направить выигрыш на благотворительность. Ведь она пришла к нам с лёгкостью, пусть и уйдёт с лёгкостью. Есть люди, которые нуждаются в этих деньгах больше, чем мы, — рассказал Нурлыбек Иманбаев.

Стоит отметить, что своего авто у Нурлыбека нет, но он уверяет, что государство обеспечивает его и его семью всем необходимым. Сто-

имость выигранной машины составляет 7,5 миллионов тенге, их со дня на день должны перевести Нурлыбеку. Он, в свою очередь, решил разделить эту сумму на несколько частей и перечислить тем, кто в них нуждается.

— Первую часть отдадим семьям военнослужащих Даулета Жупарбекова и Мейрхана Битима, которые погибли во время беспорядков в Алматы. Вторую часть решили пожертвовать на лечение трёхлетнего ребёнка из Урalsька. С его родителями я недавно познакомился и обещал, что помогу. Оставшуюся часть — в благотворительный фонд. Так будет правильнее, ведь есть люди, которые сильно нуждаются в этих деньгах. А мы, к счастью, живём в достатке, я работаю в пограничной службе, зарплаты хватает, крыша над головой есть, — говорит мужчина.

Нурлыбек Иманбаев 13 лет трудится в пограничной службе, до этого работал преподавателем в колледже. Вместе с супругой воспитывает троих детей: у них два сына и одна дочь. Жена работает учителем начальных классов. Сам Нурлыбек родился и вырос в посёлке Бисен Бокейординского района, а через четыре года переезжает выходить на пенсию.

Фото из личного архива Нурлыбека Иманбаева

## Средства за ремонт бомбоубежищ предложили засчитывать как налог

Предприниматели заявили, что у них нет таких средств на содержание и ремонт бомбоубежищ, расположенных в принадлежащих им зданиях.

КРИСТИНА КОБИНА

Палата предпринимателей ЗКО организовала встречу с руководителями госорганов, наделённых функциями осуществления проверок. Там же была возможность обозначить злободневные для бизнеса вопросы. Встреча прошла с участием акима области Гали Искалиева и его заместителем Темирханом Мендгалиевым.

Государственные органы представляли руководители областного ДЧС, департамента полиции и департамента санитарно-эпидемиологического контроля.

Со стороны бизнеса присутствовали директор группы компаний «Белес-Агро» (председатель Регионального совета Палаты предпринимателей ЗКО) Мурат Джакибаев, представитель ОЮЛ «Ассоциация частных организаций образования ЗКО» Борис Лаврентьев (член Регсовета РПП), представитель АО «Желаевский комбинат хлебопродуктов», директор АО «Уральскагропромаш» Гимран Бисенов, директор АО «ЗКМК» Азамат Битурин, директор АО «Уральский Механический завод» Ануар Есенов. Некоторые предприниматели приняли участие во встрече в режиме онлайн.

Одним из актуальных вопросов для субъектов бизнеса стал вопрос содержания бомбоубежищ, доставшихся предприятиям «в наследство» с советских времен.

Проблему озвучил директор АО «Уральскагропромаш» Гимран Бисенов, отметив, что приведение этих защитных сооружений в соответствии с требованиями гражданско-оборонной — это серьёзные финансовые вложения, и не каждому предприятию они под силу. Поскольку АО «Уральскагропромаш» не располагает такими инвестициями, Гимран Бисенов попросил местные исполнительные органы исклю-

чить предприятие из соответствующего списка.

Мурат Джакибаев подтвердил доводы спикера в части того, что обучение бомбоубежищ действительно — недешевое мероприятие, ведь возглавляемой им Группе компаний крупный ремонт на территории защитного сооружения обошёлся в сумму 10 млн тенге.

Председатель Регионального совета РПП поднял вопрос о необходимости введения преференций для субъектов бизнеса, которые финансово вкладываются в благоустройство объектов стратегического значения. К примеру, затраты, которые предприниматель по-

ответствующих министерств. Помимо того, что организации образования частной формы собственности должны не только оплачивать расходы по подключению к Центрам ДП и ДЧС, они также должны будут ежемесячно платить по 100 тысяч тенге за обслуживание.

Теперь юристам МИО предстоит разобраться, насколько обоснована заявленная сумма, и если Дорожная карта безопасности носит рекомендательный характер, то какие НПА могли послужить основанием для принуждения дольщиков организации к подключению к ЦОУ и пожарной безопасности.

Теперь юристам МИО предстоит разобраться, насколько обоснована заявленная сумма, и если Дорожная карта безопасности носит рекомендательный характер, то какие НПА могли послужить основанием для принуждения дольщиков организации к подключению к ЦОУ и пожарной безопасности.

Теперь юристам МИО предстоит разобраться, насколько обоснована заявленная сумма, и если Дорожная карта безопасности носит рекомендательный характер, то какие НПА могли послужить основанием для принуждения дольщиков организации к подключению к ЦОУ и пожарной безопасности.

Теперь юристам МИО предстоит разобраться, насколько обоснована заявленная сумма, и если Дорожная карта безопасности носит рекомендательный характер, то какие НПА могли послужить основанием для принуждения дольщиков организации к подключению к ЦОУ и пожарной безопасности.

Теперь юристам МИО предстоит разобраться, насколько обоснована заявленная сумма, и если Дорожная карта безопасности носит рекомендательный характер, то какие НПА могли послужить основанием для принуждения дольщиков организации к подключению к ЦОУ и пожарной безопасности.

## УНИВЕРСАЛЬНО—ПРОПАШНОЙ ТРАКТОР RSM 2375 ПРЕДЛАГАЕТ «ОРАЛ АГРО»

Компания «Орал Агро», официальный дилер Ростсельмаш в Западно-Казахстанской и Актобинской областях, предлагает крестьянским растениеводческим хозяйствам приобрести по выгодным финансовым предложениям универсальный трактор с высокопроизводительными широкозахватными агрегатами RSM 2375.

Комбайны и тракторы известного производителя сельхозтехники Ростсельмаш успешно прошли испытания в России, а также в Иране, Канаде и ряде европейских стран. Срок эксплуатации сельхозмашин превышает 20–30 лет. В частности, трактор RSM 2375 — простой в эксплуатации, отличный по качеству и имеющий доступную стоимость.

— В помощь казахстанским аграриям компания Ростсельмаш предлагает усовершенствованную и экономичную по затратам топлива сельскохозяйственную технику, имеющую прекрасное соотношение отличного качества и доступной цены. К слову, RSM 2375 — это мощный полноприводный сельскохозяйственный трактор, сконструированный специально для больших объемов работ в сложных природных условиях, маневренный и экономичный по топливным затратам, как и другая техника Ростсельмаш, — рассказал руководитель предприятия «Орал Агро» Рамин КАБУЕВ.

По словам специалиста, RSM 2375 — это пришедший к трактору тягового класса, отлично справляющийся с задачами перемещения тяжёлых широкозахватных агрегатов и уверенного маневрирования по полям. Шумо- и пылеза-

щищённая кабина трактора очень просторная, с круговым обзором, климатической системой, креслом на пневматической подвеске, регулируемой рулевой колонкой. Управление является простым, интуитивно понятным. Все показатели приборов, пиктограммы рычагов и клавиш просто считываются. Обслуживание является максимально простым, все узлы и агрегаты находятся в прямом доступе. Трактор отлично стыкуется и работает с почвообрабатывающими агрегатами, которые предназначены как для глубокой, так и для поверхностной почвообработки по любым актуальным в наше время агротехнологиям. Трактор способен потянуть девяти- и одиннадцатикорпусный плуг, 21-метровую пружинную и 11-метровую дисковую борону, 12-метровый комплекс сеялок, 14-метровый культиватор и так далее. Трактор также приспособлен для других сезонных задач: проведения посевных работ, текущего ухода за культурными растениями в течение сезона и вывоза урожая к местам его временного и постоянного складирования. Расчётная суточная производительность — до 200 гектаров.

— Наша компания приобрела трактор RSM 2375. Он легко и оперативно справ-

ляется с поставленными производственными задачами. У трактора мощный двигатель. Благодаря RSM 2375 повысилась производительность труда. А также отсутствуют трудности в его техническом обслуживании, — сказал управляющий агрофирмы «Бирлик» Алибек ГАБЖАНОВ.

### ВАЖНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ RSM 2375

Дизельный двигатель трактора с рабочим объёмом 10,8 л — мощный, но экономичный, адаптирован к работе в современных климатических реалиях. Имеет турбонаддув, интеркуллер и электронный впрыск дизтоплива. Он свободно запускается в морозную погоду, развивает мощность в 375 лошадиных сил, способен работать в круглосуточном режиме и долгий срок без необходимости в капитальном ремонте. При этом двигатель экологичен, имеет сербый моторесурс, минимально возможную шумность на больших оборотах, элементарный контроль над параметрами хода. В зависимости от ширины захвата рабочего сельхозагрегата потребляет горючего при посеве 5,5–8 л на гектар, при дисковании — порядка 6–7 л, на бороновании — от 1,5 л на каждый гектар.



— Трактор RSM 2375 отличается экономичностью, простотой в обслуживании и ремонте. Его стоимость вполне доступна нашим фермерам. Он специально создан для средних и крупных растениеводческих хозяйств, которые нуждаются в быстрой обработке больших полевых площадей. Трактор можно приобрести по специальным программам агрокредитования через Казаргофинанс, Банк Развития Казахстана и Агрокредитную корпорацию Казахстана, — добавил офи-

циальный дилер Ростсельмаш. — Также мы помогаем нашим клиентам по консультации со специалистами завода-изготовителя в случае ремонта и осуществляем доставку необходимых запчастей.

— Наша компания в 2019 году приобрела два трактора RSM 2375 для производства сельскохозяйственных работ. Агромашины прекрасно выполняют работы по подготовке почвы и посеву кормовых культур, выступая в роли тягового оборудования, — по-

делился Генеральный Директор ТОО «Перспектива КАН Нурлан Карин». — Мы остановили выбор именно на тракторах марки RSM 2375 из-за отличного качества, положительной эксплуатационной истории данной модели и приемлемой цены по сравнению с другими производителями. За период работы нареканий по качеству не возникло, и мы можем рекомендовать RSM 2375 как надежного помощника в производстве сельскохозяйственных работ.

## 45 владельцев нечипированных животных привлекают к ответственности

Согласно правилам содержания кошек и собак, чипирование является обязательной процедурой.

КРИСТИНА КОБИНА

По словам директрисы Уральской городской ветеринарной станции Гадилбека Алибекова, ещё в прошлом году были внесены изменения в правила содержания собак и кошек — ещё один пункт, согласно которому животные должны быть обяза-

тельно чипированы.

— В прошлом году мы обошли почти весь город, вручали уведомления. Кого не было дома, оставляли в дверях и заборах. Как оказалось, желающих чипировать своих животных совсем мало. Всего было чипировано и поставлено на учет более 500 собак и кошек, — сказал директор ветстанции. Гадилбек Алибеков за-

верил, что для животного процедура чипирования практически безболезненная.

— Это как маленький укольчик, который делается в районе холки и шеи с помощью одноразового шприца, в который вводится чип. У нас это стоит 500 тенге, с выездом ветеринара на дом 1 700 тенге, — пояснил спикер. Кроме того, директор

ветстанции отметил, что уже началась проверка и выявление не чипированных домашних животных. Уже насчиталось 45 владельцев питомцев. Их привлекают к ответственности согласно статьи 408 КоАП РК "Нарушение правил содержания и выгула собак и кошек".

К слову, на первый раз сотрудники полиции делают предупреждение. Если

нарушение не будет устранено, тогда владельцы животных должны будут оплатить штраф в размере трёх МРП (более девяти тысяч тенге).

Между тем чипировать животных можно в любой ветеринарной клинике, а внести в базу данных в Уральской городской ветеринарной станции.



## Дачники попросили президента спасти природу Уральска

В своём письме президенту дачники пожаловались на бизнесмена, который, по их мнению, незаконно застраивает берег реки Чаган.

АРАЙЛЫМ  
УСЕРБАЕВА

В августе прошлого года жители дачного общества "Мичуринское" выразили своё возмущение по поводу работы базы отдыха Set Sail Park. По их словам, при строительстве объекта были нарушены все нормы экологического законодательства, такие как вырубка деревьев и сокращение ширины реки. Жители также пожаловались на шум и ограничение доступа к воде. Более того, был озвучен тот факт, что изначально предприниматель должен был разводить на этом месте осетров и карпов, по этой причине земля была выделена ему на безвозмездной основе. Но рыбу здесь, по словам

дачников, разводить никто не стал.

Владелец базы отдыха Серик Мергалиев тогда заверил, что он парк построит с соблюдением всех требований законодательства, а что касается земли, то она была выдана ему в аренду на определённый срок.

### ЛЕС ВЫРУБЛЕН, ЗАВОДЬ ЗАСЫПАНА

Дачники, так и не дожидаясь реакции властей, обратились за помощью к президенту. Они написали открытое письмо на имя Касым-Жомарта Токаева.

Как рассказала жительница садоводческого общества Лариса Румянцева, за это время они обратились во все государственные

органы, писали письма в прокуратуру, подавали заявления в суд, но всё тщетно. Предприниматель продолжает застраивать берег реки, а работы ведутся даже зимой. Дачники просят президента разобраться в сложившейся ситуации и помочь сберечь природу.

— Мы не однократно обращались в местные органы, органы городской и областной прокуратуры по происшедшим противоправным действиям на береговой линии реки Чаган в водоохранной полосе и зоне со стороны ТОО ПСП «Серик», но конкретных действий и результата не последовало. С 2019 года вдоль береговой линии ТОО ПСП «Серик» начало активно производиться вырубку лесного массива. Это был не сушняк, это были

живые деревья, растущие десятилетиями, лесной массив был ухожен, местные жители ухаживали за лесом. ТОО «ПСП Серик» вырубало практически всё, оставив несколько деревьев. Позднее начались земляные работы на береговой линии, а также в самом бассейне реки Чаган. ТОО «ПСП Серик» произведено спрямление реки насыпной дамбой, которую сделали в русле реки без каких-либо согласований с Каспийской инспекцией. До данных работ здесь было широкое место реки Чаган, и была природная заводь, естественное озеро, где нерестилась рыба, жили утки, бобры, раки, приплывали лебеди. Теперь же лес вырублен, вырыли искусственное озеро (якобы для разведения

рыбы), заводь засыпана землёй и утрамбована, сделали спрямление русла, т.е. изменили его (нарушение статьи 360 Водного Кодекса), нарушили экосистему реки, что не допустимо согласно законодательства РК, произошло уничтожение биоразнообразия водного объекта, которое может привести к последствиям истощения водных ресурсов, — говорится в письме.

### ВСЕ ПРОХОДЫ К РЕКЕ ЗАКРЫТЫ

Помимо этого, дачники подчеркнули, что изначально на этом участке должно было проводиться строительство берегоукрепительных и водозаборных сооружений, пирсов и организация пляжа, но прово-

димые работы вовсе не соответствуют заявленным.

— На этой береговой линии в ПСО «Мичуринское» был пляж, организованный за счёт собственных средств жителями, был свободный доступ к реке, местные жители и дачники пользовались берегом реки, купались на пляже с детьми, плавали на лодках, рыбачили, теперь же доступа к реке нет, так как бизнесмен закрыл все проходы к реке ограждениями, поставлен шлагбаум, охрана, вход платный, что запрещено законодательством РК. Согласно закону РК, береговая линия и бассейн реки принадлежат государству, чтобы любой гражданин РК мог беспрепятственно пройти по береговой зоне к реке и пользоваться природными

ресурсами нашей страны. Дачники пользовались поливом с реки, теперь же не имеют возможности поливать с реки огород. По факту мы видим, что ПСП «Серик» не укрепил береговую линию, а увеличил берег для ведения бизнеса, засыпав часть основного русла Чагана. Сейчас январь 2022 года уже грунтом (песком, глиной) засыпана третья часть Чагана, практически половина реки, произвёл сужение русла водного объекта на расстоянии от 30 до 60 метров от среднего уровня водного объекта, засыпав дно реки землей местами от 1 до 2,5 метра и выше по всему периметру данного участка в аренду. Засыпал природные родники, питающие реку, что приводит реку к истощению вод, чем нарушается статья 328 УК РК. Река Чаган является одним из основных притоков реки Урал. В настоящее время проблема обмеления Урала широко освещается на различных уровнях, — говорится в письме.

### ГОСОРГАНЫ ЗАНИМАЮТСЯ УКРЫВАТЕЛЬСТВОМ?

По словам дачников, в результате проверок выявлено, что данный проект не согласован с Каспийской бассейновой инспекцией, в результате чего инспекцией было возбуждено административное дело в отношении ТОО ПСП «Серик» по статье 360 КоАП РК «Незаконное строительство зданий, сооружений и других объектов на водоохраных зонах и полосах, а также незаконное изменение естественного русла реки».

— Однако делопродводство было прекращено по каким-то процессуальным причинам — неправильное оформление документа Каспийской инспекцией (хотя инспекция считает, что нарушений с их стороны не было). Тем не менее почему-то прокуратура и Каспийская инспекция не подали апелляционную жалобу на решение суда для исправления своей ошибки в документе и привлечения ТОО к ответственности за засыпку реки согласно Водному кодексу РК. Получается, что госорганы заинтересованы в прекращении делопроизводства по правонарушению ТОО «ПСП Серик», то есть бездействуют и занимаются укрывательством. Слушания по данному обществу по проекту Парк развлечений Set Sail Park с



нами не проводились, это спальный тихий район, люди живут тут круглогодично, мы хотим жить в тишине и спокойствии. ПСП «Серик» ежедневно с весны и летом в 8:00 утра и до 22:00 включает музыку через громкоговорители, проводятся очень громкие увеселительные программы «Пенные вечеринки» с приглашением аниматоров, музыка и ор ведущих звучит на весь район, что нарушает покой дачников и местных жителей. Просим вас вмешаться в данные обстоятельства прове-

### НИЧЕГО НОВОГО НЕТ

Между тем заместитель генерального директора ТОО ПСП Серик Татьяна Трифонова в телефонном разговоре с корреспондентом «МГ» сообщила, что письмо от дачников к ним поступало неоднократно.

— Одно и то же письмо продолжает поступать к нам

на протяжении двух лет, там ничего нового нет. Всё, что в нём написано, не соответствует действительности. Дачники хотят забрать земли, которыми они незаконно завладели. Речь идёт о трёх жителях, которые незаконно прирезали себе по шесть соток земли. Там никакого пляжа не было, была мусорка, которую мы очистили. Они проиграли суды, земли которые они незаконно занимали, уже предоставлены под инвестиционный проект, — рассказала Татьяна Трифонова. Руководитель управле-

ния природных ресурсов и регулирования природопользования ЗКО Алдияр Халелов отметил, что он в данный момент занимается изучением этой ситуации. — Земля находится на балансе города. Сейчас, к сожалению, многие наши сотрудники находятся на больничном, у специалистов выявлена коронавирусная инфекция. Проверка должна была начаться на этой неделе, но была отсрочена, — пояснили в учреждении.

В РГУ «Жайык-Каспийской бассейновой инспекции по регулированию использования и охране водных ресурсов» сообщили, что по данному факту будет проводиться проверка.

— Сейчас, к сожалению, многие наши сотрудники находятся на больничном, у специалистов выявлена коронавирусная инфекция. Проверка должна была начаться на этой неделе, но была отсрочена, — пояснили в учреждении.

Фото предоставлено жителями СК Мичуринское



Нартай Дутбаев

# Самые громкие дела против высокопоставленных силовиков в Казахстане

## Редакция Informburo.kz сделала подборку на шумевших уголовных дел в отношении руководителей силовых ведомств страны.

Казахстанцы ещё не отошли от шокирующего ареста экс-главы КНБ Карима Масимова, который вместе с двумя заместителями подозревается в превышении должностных полномочий, государственной измене и попытке захвата власти.

Политический тяжеловес, Масимов до задержания считался одним из самых влиятельных людей в Казахстане. Однако, как показывает практика, никто даже из очень высокопоставленных глав силовиков не застрахован от ареста и суда.



Рахат Алиев

### ВСПОМНИМ НАИБОЛЕЕ ГРОМКИЕ ДЕЛА.

Обвинение в попытке госпереворота, побег за границу и смерть в тюрьме. Рахат Алиев, бывший зять Нурсул-

тана Назарбаева и бывший посол Казахстана в Австрии, стал своего рода первой ласточкой. Алиев в разное время возглавлял финансовую полицию страны и Алматынский городской департамент КНБ.

В мае 2007 года на Алиева возбудили уголовное дело по обвинению в похищении топ-менеджеров Нурбанка Жолдаса Тимралиева и Айбара Хасенова. Он был лишён всех наград, специального звания "генерал-майор финансовой полиции" и воинского звания "генерал-майор", а также дипломатических рангов и объявлен в международный розыск. Алиев заявил о переходе в оппозицию президенту Назарбаеву. 1 июня 2007 года он был задержан австрийской полицией. Австрийский суд отклонил экстредицию Алиева в Казахстан, сославшись на отсутствие гарантий объективного расследования.

15 января 2008 года Алиева заочно осудили в Казахстане сначала на 20 лет лишения свободы за похищение людей, а затем, 25 марта 2008 года, ещё на 20 лет колонии строгого режима с конфискацией имущества по обвинению в создании ОПГ, злоупотреблении властью, хищении госимущества в крупном размере, разглашении госсекретов и попытке насильственного захвата власти. Алиев также был обвинён в отмывании денег в период его пребывания в Европе и в заказе в 2006 году убийства лидера казахстанской оппозиции Алтынбека Сарсенбаева.

В 2014 году Алиев сдался австрийским властям и с июня 2014 года находился под стражей в Вене. 24 февраля 2015 года найден мёртвым в ванной комнате своей камеры тюрьмы Лозешфатт. По официальной версии, это был суицид.



Рахат Алиев и Альнур Мусаев / Фото Knews.kz

Под замес с Алиевым попал и генерал-майор Альнур Мусаев, бывший председатель КНБ Казахстана (1997–2001 годы), а также около 16 сотрудников силовых ведомств. Мусаеву предъявили те же обвинения, что и Алиеву. В 2008 году он был заочно приговорён к 35 годам колонии строгого режима за попытку насильственного захвата власти, шпионаж, а также другие тяжкие уголовные преступления. Мусаев также бежал из страны. Попытка осудить Мусаева за рубежом за похищение и убийство людей по делу о Нурбанке не увенчалась успехом. Решением суда присяжных и верховного суда Австрии он признан невиновным. Сейчас Мусаев проживает за границей и является активным критиком казахстанских властей.



Нурлан Джулмаманов / Фото lada.kz

В июне 2020 года условно-досрочно вышел на свободу бывший председатель КНБ Казахстана Нартай Дутбаев, возглавлявший ведомство с 2001 по 2006 год.

В августе 2017 года военный суд Акмолинского гарнизона в закрытом процессе приговорил его к 7,5 годам тюрьмы по обвинению в разглашении госсекретов и превышении должностных полномочий. В январе 2018 года тот же суд признал его виновным в хищении и отмывании денег. Дутбаева также лишили воинского звания "генерал-лейтенант" и госнаград.

Ранее глава КНБ подал в отставку, после того как стало известно о причастности сотрудников спецназа КНБ "Арыстан" к убийству лидера оппозиции Алтынбека Сарсенбаева. После Дутбаев работал начальником академии КНБ, был советником Нурсултана Назарбаева, вице-президентом национальной компании "Казатомпром".



Кажимурат Маерманов / Фото издания «Караван»

В апреле 2009 года по обвинению в злоупотреблении должностными полномочиями и превышении власти был арестован министр обороны, генерал-лейтенант Кажимурат Маерманов (назначен министром в 2007 году). За коррупцию при заключении и реализации контрактов с израильскими фирмами IMI и Soltam Systems по приобретению реактивных систем залпового огня "Найза" и модернизации артиллерийских систем "Семсер" и "Айбат" в феврале 2010 года суд приговорил Маерманова к 11 годам лишения свободы с конфискацией имущества. Общая сумма заключённых с Израилем контрактов тогда составляла 190 млн долларов. Во время следствия сообщалось, что уголовное дело было возбуждено в августе 2008 года по итогам доследственной проверки материалов Счётного комитета о фактах неэффективного использования министерством обороны бюджетных средств на сумму более 82 млн долларов.

Выйдя на свободу в 2021 году, Маерманов заявил в прессе, что оговорил себя под давлением.



Багдат Майкеев / Фото kapital.kz

Осуждённый 27 июня 2014 года на шесть лет тюрьмы по обвинению в получении взятки в особо крупном размере и незаконном хранении оружия заместитель мини-

стра обороны Багдат Майкеев в 2015 году вышел на свободу в связи с болезнью.



Нурлан Джулмаманов / Фото lada.kz

В 2015 году к 11 годам заключения по обвинению в получении взятки в особо крупных размерах, а также в создании и руководстве ОПГ был приговорён директор Пограничной службы КНБ, генерал-лейтенант Нурлан Джулмаманов, который до этого также служил в Министерстве обороны.



Аскар Бульдешев / Фото издания «Караван»

Экс-заместитель главнокомандующего силами воздушной обороны генерал-майор Аскар Бульдешев приговором Военного суда Акмолинского гарнизона в 2013 году был осуждён на 8,5 лет за хищения в сумме 140 миллионов тенге. По версии следствия, Бульдешев закупал неисправные запчастки для зенитно-ракетного комплекса С-300.



Абдырзак Ильясов

### В 2020 ГОДУ БУЛЬДЕШЕВ ВЫШЕЛ НА СВОБОДУ.

В декабре 2013 года военный суд Алматы приговорил к 13 годам лишения свободы начальника управления Погранвойск КНБ "Батыс", генерал-майора Абдырзака Ильясова по обвинению в совершении коррупционных преступлений, организации преступной группы и превышении должностных полномочий. По версии следствия, Ильясов организовал преступную группу, которая вымогала деньги у иностранных предпринимателей за беспрепятственное пересечение границы через Казахстан при их следовании поездом или автотранспортом из Узбекистана в Россию и обратно. Взятки с иностранных граждан на общую сумму более 100 миллионов тенге получались при их следовании через три пункта пропуска: "Бейнеу ж/д", "Тажен Авто" и "Сырым Авто".

Осуждённый 27 июня 2014 года на шесть лет тюрьмы по обвинению в получении взятки в особо крупном размере и незаконном хранении оружия заместитель мини-



Серик Баймаганбетов / Фото Даниэля Окасова

В 2013 году к 10 годам тюрьмы по обвинению в получении крупной взятки был приговорён экс-глава МВД (2009–2011 годы) и бывший председатель комитета таможенного контроля Министерства финансов (2011–2012 годы) Серик Баймаганбетов.

В сентябре 2014 года указом тогдашнего президента Казахстана Нурсултана Назарбаева тюремный срок Баймаганбетову был сокращён до пяти лет, и 4 февраля 2015 года он условно-досрочно вышел на свободу.

## ДОПСРЕДСТВА МОГУТ ВЫДЕЛИТЬ НА ПРОГРАММУ ЛЬГОТНОГО АВТОКРЕДИТОВАНИЯ

Министерство индустрии и инфраструктурного развития рассматривает несколько вариантов перезапуска программы льготного автокредитования.

В пресс-службе министерства сообщили, что прорабатывают вопрос по выделению дополнительных бюджетных средств на программу льготного кредитования автомобилей. В стране также разработают новую программу. Пока рассматривается несколько вариантов.

— Один из вариантов отличается тем, что в него предлагается дополнительно включить подпрограмму по поддержке многодетных семей, работников силовых структур, медиков и учителей. Также рассматривается вариант с включением подпрограммы «Первый семейный автомобиль», — пояснили в МИИР.

Напомним, текущая программа разработана более семи лет назад. Она рассчитана на 20 лет. Общий лимит финансирования составляет 82 млрд тенге.

Условия программы льготного автокредитования:

- \* стоимость одного легкового авто составляет не более 15 млн тенге;
- \* срок кредитования — не более семи лет;
- \* номинальная ставка вознаграждения для конечного заемщика не должна превышать 4% годовых;
- \* при погашении конечным заемщиком займа перед БВУ допускается повторное кредитование покупателей легкового автотранспорта отечественного производства за счёт возвращенных средств.

По программе доступны машины отечественной сборки: Hyundai, KIA, JAC, Chevrolet, и LADA.

Инна БУГАЕВА



## Два жёстких школьных эксперимента, об этичности которых продолжают спорить

В 1960-х годах в США два педагога в разных концах страны провели эксперименты, которые изменили представление школьников о самих себе и познакомили детей с темной стороной их собственной личности. Споры о том, этично ли повели себя учителя Джейн Эллиотт и Рон Джонс, ведутся до сих пор. О них снимают фильмы и передачи, а давно повзрослевшие ученики благодарны своим педагогам.

### Почувствуй ДИСКРИМИНАЦИЮ НА СЕБЕ: ЭКСПЕРИМЕНТ «КАРИЕ ГЛАЗА — ГОЛУБЬЕ ГЛАЗА»

Педагог Джейн Эллиотт родилась в 1933 году в американском штате Айова, в городе Рисевилл. В начале 60-х годов она работала учительницей начальных классов, была противницей дискриминации людей по цвету кожи и не скрывала свою гражданскую позицию. 4 апреля 1968 года в Теннесси произошло убийство Мартина Лютера Кинга, Джейн была потрясена. На следующий день она демонстративно выбросила план подготовленного урока в мусорное ведро и задала ученикам вопрос: «Кто-нибудь знает, каково это — быть темнокожим мальчиком или девочкой?» Дети ответили отрицательно. Большинство из них даже не видели людей другой расы (даже сегодня в Айове только 4,1% населения — афроамериканцы).

Учительница продолжила: «Трудно почувствовать, что это значит, особенно если ваши права никогда не ущемляли из-за вашего цвета кожи». Чтобы объяснить детям, как работает дискриминация, она попросила их разделиться на две группы по цвету глаз. В одну команду попали дети со светлыми, голубыми глазами, в другую — с карими. Детям из второй группы учительница повязала на шею коричневые платки, чтобы их было лучше видно в толпе.

Эксперимент начался. Детям с голубыми глазами Эллиотт рассказала про исследование, которое она сама выдумала. Его результаты якобы гласили, что люди с голубыми глазами от природы обладают лидерскими качествами, а еще они намного умнее людей с карими глазами.

Она также предоставила голубоглазым ученикам множество привилегий. Им давали двойную порцию еды на обед, они могли дольше отдыхать, ходить в игровую комнату, когда вздумается. Кроме того, Эллиотт рассказы-

ла детям из этой группы на первые парты. На уроках она задавала им самые легкие вопросы. Они быстро отвечали на них — и получали высокие оценки, не прикладывая особых усилий, в то время как кареглазые ученики сидели на задних рядах, их задания были в разы сложнее, и учитель чаще ругала их и постоянно наказывала.

Вскоре школьники из первой группы стали обращаться с кареглазыми одноклассниками как с подчиненными. Они насмехались над ними и не стеснялись ими командовать. Те чувствовали себя подавленными и униженными.

Через неделю преподавательница изменила условия эксперимента: отныне привилегии и преимущества имели ученики с карими глазами. Эллиотт, объясняя о решении, сослалась на еще одно выдуманное исследование. Итоги его якобы показывали, что кареглазые люди намного успешнее и целеустремленнее голубоглазых. Школьники безоговорочно поверили её словам

Один кареглазый мальчик даже задал Эллиотт вопрос: «Но как вы вообще можете работать учителем, если у вас голубые глаза?» А другой ребенок прокомментировал: «Она могла бы стать директором, если бы глаза у нее были карие!»

Эллиотт заметила: к тому моменту, когда группы поменялись местами, ученики с карими глазами уже успели почувствовать, как это неприятно, когда к тебе относятся свысока. И потому были более снисходительны к одноклассникам.

Когда эксперимент завершился, Эллиотт попросила детей написать сочинение о том, что они почувствовали. Сама учительница написала статью об этом опыте и опубликовала ее в газете Riceville Recorder — материал назывался «Как почувствовать дискриминацию на себе». Эксперимент прогремел на всю страну, учительницу даже пригласили на программу Tonight Show — старейшее и популярнейшее ток-шоу в Штатах.

После этого многие начали обвинять учительницу в жестоком обращении с детьми. Большинство коллег по школе объявили Эллиотт бойкот. Ее дети подвергались травле со стороны взрослых людей и ровесников. Но Эллиотт не сдавалась и продолжала доказывать, что проведенный ею эксперимент крайне важен, несмотря ни на что: «Да, это было трудно. Да, дети чувствовали себя злыми, обиженными, преданными. Но в итоге они вернулись к привычной жизни — чего не скажешь про детей с другим цветом кожи, которые подвергаются жестокому обращению каждый день и никогда не смогут найти для себя благоприятную среду».

Но были и те, кто одобрял действия Эллиотт. А потому эксперимент учительницы стали повторять в разных организациях по всему миру.

Подобные тренинги проводили даже в Министерстве образования США, ФБР и налоговой службе.

Джейн Эллиотт заложила основы обучения разнообразию — сегодня ее метод применяют не только в образовательных учреждениях, но и в крупных компаниях. Эта методика помогает и детям, и взрослым лучше взаимодействовать с коллегами, одноклассниками и одноклассниками из других стран, с другим опытом и взглядами.

Через 17 лет после окончания эксперимента учительница встретилась с бывшими учениками, которые в нем участвовали. Они рассказали, что та история сильно на них повлияла, что им было психологически тяжело, когда их делили на группы. При этом бывшие ученики Эллиотт были благодарны ей за урок эмпатии и возможность поставить себя на место другого.

Про эксперимент Эллиотт сняли два документальных фильма, а саму учительницу наградили премией Национальной ассоциации психического здоровья. Позже преподавательница говорила в интервью: «Мы вакцинируем наших детей от полиомиелита и оспы, чтобы защитить их здоровье в будущем. Прививки сопряжены с рисками, но мы считаем, что оно того стоит. Мой эксперимент — это тоже прививка, только против расизма».

### КАК ЗАРОЖДАЕТСЯ НАЦИЗМ: ЭКСПЕРИМЕНТ «ТРЕТЬЯ ВОЛНА»

Рон Джонс, будущий автор второго громкого педагогического эксперимента, родился в 1941 году в Сан-Франциско. Он окончил Стэнфордский университет и пошел работать учителем истории в гимназию Пало-Альто, штат Калифорния.

В апреле 1967 года он изучал историю Второй мировой войны с десятиклассниками. На одном из уроков между учениками и учителем возникла дискуссия. Рон рассказывал детям, что такое диктатура, но подростки не понимали, почему немцы поддерживали решения нацистского правительства. Они не верили, что простые граждане не протестовали против Гитлера и его решений.

Тогда педагог предложил ребятам поучаствовать в эксперименте длиной в неделю. За это учитель пообещал поставить им высокие баллы. Дети любили его и доверяли ему, а потому моментально согласились.

### «ВСЁ НАЧИНАЛОСЬ КАК ЗАБАВНАЯ ИГРА С УЧАСТИЕМ САМОГО ПОПУЛЯРНОГО УЧИТЕЛЯ В ШКОЛЕ», — РАССКАЗЫВАЛ ПОЗЖЕ ОДИН ИЗ УЧЕНИКОВ

Но задумка Джонса произвела совсем не детский эффект. Эксперимент начался в понедельник. Рон рассказал детям о пользе дисциплины — о том, как она по-



Документальный фильм «Jane Elliott: Blue Eyes — Brown Eyes»

могает развивать силу воли и добиваться успеха в учебе и спорте. После он ввёл новые правила. С этого момента ученики должны были сидеть в определенной позе, а отвечать на вопросы учителя им позволялось только стоя. Позже Рон усложнил задачу: по команде «смирно» каждый ученик должен был сесть за стол, согнуть колени под углом 90 градусов, прижать ступни к полу, положить на стол один лист бумаги и один карандаш, а потом скрестить руки за спиной. Детям понравилась «игра», они с удовольствием выполняли приказы Джонса.

На следующий день, во вторник, педагог начал тренировать в учениках командный, коллективистский дух. Дети ходили строем и хором скандировали: «Сила — через порядок, сила — через общность». Рон также придумал специальный жест, с помощью которого ребята должны были приветствовать друг друга каждый раз, когда видели в толпе «своего». Дети с удовольствием выполняли задания: им нравилось чувствовать себя частью одного большого процесса. Вместе с учителем они придумали и название для движения — «Третья волна». Согнутая в приветствии ладонь напоминала волну на море, а третья волна, по поверьям моряков, самая крупная.

В среду Джонс принес в школу членские билеты для участников нового объединения. У каждого ученика появились должностные и обязанности — например, докладывать о непослушании или вербовать новобранцев. Учитель поручил жаловаться на других всего троим подопечным, но по факту около 20 человек начали докладывать ему о нарушениях порядка без всяких просьб.

К концу дня к отряду «Третья волна», в котором изначально числилось 30 десятиклассников, начали присоединяться дети из других классов — в итоге отряд насчитывал около 200 детей. Один из учеников даже напросился к Рону в телохранители. Учитель был крайне разочарован, когда понял, что никто не думает сопротивляться нововведениям. По свидетельствам очевидцев, игру поддержал даже директор школы, который начал приветствовать окружающих придуманным жестом.

На четвертый день Рон по-настоящему испугался и хотел было завершить эксперимент, но в итоге решил не останавливаться.

Он сказал детям, что «Третья волна» — это новое общенациональное движение, что подобные молодежные группы якобы создаются по всей стране и в пятницу об этом объявят по телевидению. Также он дал ученикам новое задание — вывести из аудитории трех человек, которые недостаточно лояльны к их объединению. Никто из детей не был против.

Именно в этот день эксперимент окончательно вышел за рамки классной комнаты. Участники «Третьей волны» почувствовали свое превосходство над другими. Они начали патрулировать школу и устраивать массовые беспорядки. Дети защищали единомышленников и нападали на тех, кто говорил хоть что-то плохое про их объединение.

■ «Я просто хотел быть одним из революционеров, которые потом получат высшую отметку. Но все довольно быстро вышло за рамки нашего класса, и я был напуган до смерти», — рассказывал потом один из участников эксперимента.

В пятницу учитель собрал участников «Третьей волны» в школьном актовом зале, якобы чтобы они все вместе посмотрели обращение к сторонникам движения. Он включил телевизор — на экране возник белый шум. Он приказал детям смотреть на экран в течение семи минут. Никто из учеников не спросил, зачем это нужно, — они беспрекословно выполнили указ.

После этого Рон Джонс признался: «Не существует никакого общенационального молодежного движения под названием „Третья волна“. Вас использовали, вами манипулировали. Вас подталкивали ваши собственные амбиции, так вы и оказались в том положении, в котором находитесь сейчас. Вы ничем не лучше и не хуже сторонников немецких нацистов, о которых мы читали на уроках истории».

Некоторые школьники не поверили словам педагога — они продолжили ходить строем и скандировать любимые лозунги

Другие расплакались. Третья сказали, что вели себя так только потому, что знали, что участвуют в эксперименте. Взрослые не проявили никакой заинтересованности: за то время, пока в классе Рона шел эксперимент, только двое родителей пришли в школу, чтобы узнать, что происходит. Директор и вовсе не видел в происходящем ничего предосудительного.

Через несколько лет Джонс выпустил книгу о своем педагогическом опыте, и лишь тогда «Третья волна» стала широко обсуждаться. До того бывшие участники эксперимента старались о нем не распространяться: им было стыдно. После выхода книги многие обвинили Джонса в неэтичном поведении.

В интервью СМИ Рон Джонс говорил, что не хотел бы повторять «Третью волну». Более того, он подчеркивал, что не гордится этим экспериментом. Он отмечал, что средние ученики и школьные изгои во время эксперимента наконец-то почувствовали себя нужными: «Особенно интересно, что самые умные дети были исключены и изгнаны из класса еще в начале эксперимента. Остались середнячки, которые в этот момент почувствовали себя ответственными и компетентными».

Через два года после эксперимента Рон уволился из школы, отучился на психолога и стал работать с людьми, страдающими тяжелыми психическими заболеваниями. Об эксперименте «Третья волна» сняли несколько документальных и художественных фильмов. И до сих пор нет единого мнения о том, как подобные эксперименты влияют на психику.

НОВИНКИ СЕЗОНА - 2022

VIP Огурец Кватрино F1

Снековый огурец с высочайшими вкусовыми качествами для ежедневного сбора. Гибрид раннеспелый, партенокарпический для выращивания в защищенном грунте, в том числе в условиях световой культуры. Растение индетерминантное, слабоветвистое, Лист не крупный. Число женских цветков в узле преимущественно пять и более. Зеленец очень короткий, длиной 5-6 см, цилиндрический, темно-зеленый. Кожица гладкая, блестящая. Масса зеленца 15-20 гр. При переработке вкусовые качества ухудшаются. Обладает высокой устойчивостью к основным болезням огурца Нг: Ссу (бурая пятнистость/кладоспориоз) Иг: CMV(вирус огуречной мозаики)



VIP Томат ДРК 936 F1

Среднеспелый индетерминантный гибрид. Растение мощное, высокорослое, умеренно-вегетативное. Плоды овально-округлые, гладкие, достаточно плотные, без зеленого пятна у плодоножки, массой 70-110 гр., розового цвета. Отличные вкусовые качества свежих и консервированных плодов. Высокая устойчивость к вирусам. Отлично завязывается в стрессовых условиях. Оптимальный возраст рассады для высадки в грунт 45-50 дней. Десертные вкусовые качества достигаются только при условии созревания плодов на растении, что наступает через 6-10 дней после достижения розового цвета. Растение формируется в 1-2 стебля в зависимости от условий выращивания.



VIP Томат Роза Паво F1

Ранний, индетерминантный розовый БИФ-томат. Растения урожайные, компактные. Гибрид отлично завязывает плоды даже в стрессовых условиях. Кисть состоит из 5-6 крупных плодов средней массой 220-250 грамм. Вкусовые качества отличные. Плоды имеют оригинальную ребристую форму, поделенную на дольки. Высокая устойчивость к фузариозу, альтернариозу, кладоспориозу. Оптимальный возраст рассады для высадки в грунт 45-50 дней. Десертные вкусовые качества достигаются только при условии созревания плодов на растении. Растение формируется в 1-2 стебля в зависимости от условий выращивания.



Источник: semena-tut.ru

# Посадка семян перца на рассаду

Посадка семян перца на рассаду дело очень ответственное. У любой культуры есть важные нюансы выращивания, знание которых позволяют вырастить растения так, чтобы можно было получить от них максимальную отдачу.

Вам в первую очередь нужно знать, что перец категорически не любит малейшего повреждения корневой системы. У него плохая регенерация корней, то есть при повреждении они долго и плохо восстанавливаются. И поэтому плохо реагируют на пересадку, особенно на ранних этапах выращивания. У молодых растений уже начинается формирование цветочных почек, поэтому при выращивании рассады перца в домашних условиях очень важно обеспечить хорошее освещение. Особенно если рассада высевается рано, в феврале.

**КОГДА ВЫСАЖИВАТЬ**  
Не стоит сажать перцы рано, в январе. Пока не наступит солнечная погода, рассада будет плохо развиваться, даже при досвечивании. И в дальнейшем это плохо скажется на урожае.

**ВЫБОР ГРУНТА**  
Почву для рассады перца нужно заготовить такую же, как и для томата: умеренно плодородную, рыхлую воздуха и влагопроницаемую. Оптимальная кислотность грунта — нейтральная или слабोकислая. Семена перца нужно сеять глубже, чем семена томата, поэтому емкость для посева надо брать более глубокой. Примерно высота ёмкости должна быть 10-12 см. Корневая система перца компактная, но, тем не менее, его не следует сажать в слишком маленькие ёмкости. Стаканчик должен быть размером 0,5 литра, а ещё лучше 1 литр. В малом объёме корни закручиваются клубок и после пересадки на место останавливаются в росте на долгое время. Многие садоводы задают вопрос: можно ли использовать торфяные горшочки для выращивания рассады? Не рекомендуется, потому что они быстро забирают воду из почвы и очень быстро пересыхают, в них трудно создать оптимальную влажность почвы. Рассада высаживается на место прямо в таком горшочке, это как раз и является преимуществом, так как не повреждают корни. Но по

факту, корни с трудом прорастают через стенку такого горшочка, и это задерживает развитие растений.

**ПОДГОТОВКА СЕМЯН**  
Семена перца всходят достаточно долго, поэтому их прорастание нужно стимулировать. Для этих целей перед посадкой семян перца проводят их замачивание в горячей воде. Их выдерживают в термосе, 20 минут при 53°C.

Следующий этап, семена, во влажной тряпочке, на несколько часов помещаются под морозильную камеру холодильника. После этого их уже можно высевать. А можно провести дополнительную обработку стимуляторами роста: выдержать в растворе «Новосила», «Эпина-экстра», «Энергена» или «Циркона».

**КАК ПРАВИЛЬНО ПОСАДИТЬ**  
Непосредственно посадку семян перца на рассаду необходимо выполнять следующим образом: Рассадные ёмкости на половину высоты заполнить влажным (не сырими!) грунтом. Почву хорошо уплотнить. Семена разложить по схеме 2 на 2 см. Присыпать слоем почвы 5 см и уплотнить ее. В итоге глубина посева семян перца будет 3 — 4 см. Рекомендация автора: перец сразу нужно сажать так глубоко, потому что он не переносит заглубления при пикировке или пересадке. Ёмкости накрыть плёнкой или стеклом и убрать в тёплое место.

**ПРАВИЛА УХОДА**  
Температурный режим  
Температура выращивания оказывает очень сильное влияние на всхожесть семян и развитие рассады. При температуре воздуха 28...32°C семена перца прорастают на 6-7 день. При 25...27°C перец всходит 14-15 дней, при 22°C — около 20 дней. При температуре ниже 20°C и выше 36...40°C семена могут не взойти совсем. Как только начнут появляться проростки, нужно снизить температуру до 16...18°C (иначе первые всходы начнут вытягиваться).

А через 4-5 дней поднять до 22...25°C. Растения перца теплолюбивые, их ни в коем случае нельзя ставить на подоконник у самой рамы.

**ОСВЕЩЕНИЕ**  
Очень важно: перец светолубив, на ранней стадии выращивания рассады у него уже закладывается программа плодоношения. Как только начнут появляться первые(!) всходы нужно сразу ставить ёмкости с посевами под лампу дневного света для досвечивания.

тении старше, тем они легче перенесут эту операцию. Обычно пикировку рассады перца делают на стадии 3 — 4 настоящих листочков.

При пикировке главное не повредить корневую систему перца, поэтому последовательность действий такая: рассаду хорошо полить, так можно будет вынимать растения, минимально повреждая корни. Стаканчики и горшочки для рассады должны быть с отверстиями для поступления воздуха и отвода лишней влаги. То есть дренажные отверстия надо сделать на дне стаканчика и его нижней боковой части. Стаканчики нужно заполнить подготовленной почвенной смесью, которую нужно уплотнить и полить. Затем нужно сделать воронку в грунте и осторожно опустить в неё сеянец, не повреждая и не загнув корешок. Центральный корешок у перца ни в коем случае нельзя укорачивать.

**ПОЛИВ И ПОДКОРМКА**  
Подкормку рекомендуется начинать, как только у молодых растений развернутся семядольные листочки. При этом нужно поливать не водой, а раствором жидкого удобрения «Унифлор бутон» в очень низкой концентрации. Обычно в начале роста любой рассады рекомендуется использование удобрения «Унифлор рост», содержащий повышенное количество азота, но перец — калиелюб, поэтому лучше сразу использовать «Унифлор бутон».

Это удобрение в своём составе содержит азот, фосфор, 15 микроэлементов и повышенные дозы калия. Для подкормки нужно 2 чайных ложки этого удобрения развести в 5 л воды. Сначала под каждый сеянец выливайте по одной чайной ложке питательного раствора через день. Потом постепенно дозу немного увеличивайте (не заливая растения!). Ещё можно использовать золу или азофоску или другие минеральные удобрения. В начале роста не надо давать слишком много органических подкормок, иначе растения начнут образовывать слишком большую наземную часть в ущерб корневой системе.

**ПИКИРОВКА**  
Очень важный этап при выращивании рассады перца, как уже говорилось выше, растения перца не выносят малейшего повреждения корней. С пикировкой перца торопиться не нужно, чем рассада старше, тем они легче перенесут эту операцию.

Обычно пикировку рассады перца делают на стадии 3 — 4 настоящих листочков.

При пикировке главное не повредить корневую систему перца, поэтому последовательность действий такая: рассаду хорошо полить, так можно будет вынимать растения, минимально повреждая корни. Стаканчики и горшочки для рассады должны быть с отверстиями для поступления воздуха и отвода лишней влаги. То есть дренажные отверстия надо сделать на дне стаканчика и его нижней боковой части. Стаканчики нужно заполнить подготовленной почвенной смесью, которую нужно уплотнить и полить. Затем нужно сделать воронку в грунте и осторожно опустить в неё сеянец, не повреждая и не загнув корешок. Центральный корешок у перца ни в коем случае нельзя укорачивать.

Перец не заглубляют, его высаживают на ту же глубину, на какой он рос. Дальше почву вокруг растений нужно осторожно обжать. Растение полить питательным раствором из чайной ложки.

Первые 2-3 дня рассаду не надо подсвечивать, потом лампу нужно будет включать приблизительно на 8 часов. Возможные проблемы при посадке перца на рассаду Галина Александровна отмечает, что часто бывают случаи, когда рассада перца поражается тлей. Это происходит если грунт с огорода, из теплицы, или рядом находится заражённые комнатные цветы. Также причина может быть в покупном грунте, который вы не прокалили, не подготовили к посадке.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**  
Надеемся, рекомендации по посадке семян перца на рассаду от опытного садовода, автора большого количества замечательных книг, будут полезны не только начинающим огородникам. Но и опытные садоводы узнают что — то новое для себя.



# На стороне зла. Пальмовое масло может делать рак более агрессивным?

Пальмовое масло может делать рак более агрессивным. В результате опухоль быстрее растёт и метастазирует.

Об этом свидетельствуют сразу два новых исследования, опубликованных в научных медицинских журналах в январе.

НА СТОРОНЕ ЗЛА

Об этой проблеме заговорили ещё в 2017 г., когда большая группа учёных из Испании задокументировала взаимосвязь между потреблением пальмового масла и агрессивностью ряда опухолей. Они опубликовали свою работу в научном журнале Nature. Изучались два типа опухолей — рак полости рта и меланнома (рак кожи, одна из самых злых опухолей). Но почему они становились более агрессивными и быстрее метастазировали, было неясно.

ДОЗА ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ

Представлена практически во всех маслах и жирах, но в разном количестве. Больше всего её в пальмовом масле — это благодаря ей оно такое плотное. В жидких маслах её мало, в твёрдых животных жирах — много, но меньше, чем в пальмовом масле (см. инфографику). Проблема в том, что в последние 20 лет «пальма» стала главным жиром для пищевой промышленности во всём мире. Она вытеснила маргарин и кулинарные масла, использовавшиеся до этого почти 100 лет и оказавшиеся крайне вредными из-за трансжиров. Пальмовое масло есть во всех кондитерских и хлебных изделиях, в полуфабрикатах,

фастфуде и в большинстве готовых продуктов. Поэтому сейчас мы потребляем много больше пальмитиновой кислоты, чем раньше. А её избыток чреват негативными эффектами (в прежние годы это грозило лишь тем, кто ел очень много животных жиров). Причём вредно это не только из-за рака. Немало исследований показывают, что пальмитиновая кислота способствует развитию и иных заболеваний. Группа китайских учёных из Гонконга в 2019 г. подготовила обзор таких работ и сделала вывод: «Пальмитиновая кислота среди всех насыщенных жирных кислот уникальна своей ролью в развитии метаболического синдрома, сердечно-сосудистых болезней, рака, нейродегенеративных заболеваний и воспаления» (см. инфографику). Это объясняют тем, что она способна вмешиваться в регуляцию разных процессов в клетке, приводя к негативным последствиям. Учёные призывают больше изучать эти механизмы, так как они могут привести к созданию новых лекарств.

КСТАТИ

Могут ли запретить пальмовое масло? Нет, это многомиллиардный бизнес нескольких глобальных

компаний, которые много лет успешно боролись с запретом трансжиров. Да и заменить его в пищевой промышленности пока нечем. Это мы дома вместо маргарина можем готовить на сливочном масле и салате. А для пищевого производства животных жиров недостаточно, и они очень дороги, «пальму» они не заменят. К тому же сейчас осуществляется так называемый «зелёный переход». Его обязательный пункт — сокращение животноводства, поскольку оно очень сильно загрязняет среду. И следовательно, увеличить производство животных жиров не позволят «зелёные». Так что пальмовое масло и его побочные эффекты, увы, с нами надолго.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

Доктор биологических наук, биогеронтолог, член-корреспондент РАН Алексей Москалёв: — Пальмитиновая кислота — одна из так называемых насыщенных жирных кислот, содержащаяся в наибольшей концентрации в пальмовом масле, а также в салате и других животных жирах. Недавно было установлено, что она влияет на активность генов опухолевых клеток таким образом, что способствует их распространению в организме (метастазированию опухоли). На практике это означает, что всё хорошо в меру. Избыток насыщенных жиров, содержащих пальмитиновую кислоту, при определённых обстоятельствах может спровоцировать проблемы со здоровьем.

ВОПРОС-ОТВЕТ

**В чем разница кокосового и пальмового масла?**  
Как съести вредное масло в своём рационе к минимуму  
**Сделать это можно, если соблюдать следующие правила:**

1. Откажитесь от готовых продуктов и полуфабрикатов. Из жиров в них обычно содержится пальмовое масло — если только в составе продукта не указано, что в него добавлено какое-то другое масло. Если же написано «растительное масло» или «кулинарный жир», то они, скорее всего, получены именно из «пальмы». Все блюда старайтесь готовить сами нежирными и из первичных компонентов (мясо, птица, рыба, овощи, крупы).
2. По этой же причине надо отказаться от пирожных, тортов, печеня, ва-

фель, конфет и прочих сладостей и кондитерки. Старайтесь их делать сами.  
3. Дома при готовке не используйте маргарин и другие твёрдые жиры — вместо них применяйте сливочное масло, сало и другие животные жиры. Но старайтесь их добавлять немного, так как в них тоже есть пальмитиновая кислота. Где можно, обходитесь жидкими маслами — оливковым, подсолнечным, рапсовым, соевым и т.д.  
4. Старайтесь чаще употреблять масла и продукты с омега-3 жирными кислотами. Это не только жирная рыба, рыбий жир (например, в печени трески), но и некоторые раститель-

ные масла (рапсовое, льняное, рыжиковое, горчичное) и продукты (семена льна и чиа, орехи грецкие, лесные и пекан, брокколи, шпинат, киви, клубника).  
5. Мясо и птицу лучше выбирать нежирные. Жир с них можно срезать и использовать при жарке других блюд, когда без смазки не обойтись, — так его общее потребление будет меньше.  
6. Самое вредное сочетание — пальмитиновая кислота в составе продуктов с сахаром (пирожные, печенье и прочие кондитерские изделия и сладости).

Источник: АиФ Здоровье

**БАТЫСГИРУДОМЕД**  
Лечение пиявками

8 705 454 00 07 | ул. Есентаева, 123 | @batysgirudomed

@doctor\_vera\_reabilitolog

врачебный кабинет  
**Доктор Вера**

8 (7112) 51 33 52  
+7 705 126 27 33  
+7 778 997 30 57  
ул. Мусанова, 53 | мкр. Жана Сары, 67/2 (2-й) | ул. Жаңғар хана, 52/2

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

оказываем услуги по изготовлению индивидуальных ушных вкладышей

@radugazvukovkzakhstan

**АКЦИЯ** РАСПРОДАЖА 30-0-0 ОТ «РАДГА ЗАВУКОВ» 0-0-12 ОТ КАСПИ БАНК

50%

8 771 085 36 36  
8 (7112) 51 34 58  
г. Уральск, ул. Д. Нурпеисовой, 12

## ИНФЕКЦИОНИСТ РАССКАЗАЛ, КАК ОТЛИЧИТЬ КОРОНАВИРУС ОТ ДРУГИХ ОРВИ

Сюжет Пандемия коронавируса нового типа, распространившегося из Китая.

Симптомы любой острой респираторной вирусной инфекции можно ошибочно принять за возможное проявление коронавирусной инфекции. Исключительные особенности COVID-19 в интервью радио Sputnik перечислил врач-инфекционист Сергей Вознесенский.

По словам специалиста, для всех заболеваний из группы ОРВИ, в том числе и для коронавируса, характерно поражение дыхательной системы, однако при новом вирусе чаще всего поражаются именно носовая полость и легкие.

«Тем не менее, и боль в горле, и першение, и кашель при поражении гортани, трахеи тоже могут встречаться», — обратил внимание эксперт.

Еще один синдром, характерный для всех ОРВИ, — интоксикационный, который, как пояснил Вознесенский, проявляется при любых инфекциях головной болью, ломотой в теле или повышением температуры. Соответствующие симптомы могут быть характерны и для коронавируса, поэтому для определения точного диагноза в случае проявления недомогания врач рекомендует делать лабораторные исследования.

Сергей Вознесенский также добавил, что люди с повышенной тревожностью склонны думать, что заразились именно COVID. Они могут ощущать симптомы данного вируса и быть при этом совершенно здоровыми.

Ранее ученые предупредили, что недостаток витамина К может вызвать осложнения при коронавирусе, это касается и повреждения сосудов.

## ЧТО ТАКОЕ ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА?

О пагубном влиянии психоактивных веществ на человеческий организм, а также о раннем выявлении их употребления и профилактике рассказала врач психиатр-нарколог Елена Великанова.

Психоактивные вещества (ПАВ) — вещества, которые при попадании в организм человека могут изменять восприятие, настроение, поведение и двигательные функции, способность к познанию. К психоактивным веществам относят: алкоголь, табак, наркотики, некоторые лекарства, влияющие на психическое состояние человека. Все психоактивные вещества при их злоупотреблении или применению не по медицинским показаниям являются опасными для здоровья, поскольку они негативно отражаются на работе всего организма, особенно на функционировании мозга и нервной системы. Регулярное применение ПАВ вызывает формирование зависимости — серьезного прогрессирующего заболевания, которое разрушает здоровье и приводит к гибели человека.

В старшем подростковом возрасте для человека резко возрастает значимость мнения группы сверстников, поэтому причиной потребления ПАВ может стать наличие друзей, которые уже этим занимаются. Организация мероприятий по раннему выявлению случаев употребления ПАВ подростками на семейном уровне можно ограничить термином «наркологическая настороженность». На медицинском уровне мероприятия по раннему выявлению подростков потребляющих ПАВ, проводятся специалистами: врачами психиатрами-наркологами и психологами. В обществе необходимо формировать негативное отношение к употреблению наркотиков, в том числе путем проведения активной антинар-

котической пропаганды. Следует также создавать условия для вовлечения граждан в антинаркотическую деятельность, формировать, стимулировать развитие и государственную поддержку деятельности волонтерского молодежного движения, общественных антинаркотических объединений и организаций, занимающихся профилактикой наркомании. Позитивные семейные взаимоотношения, надежное окружение, прививаемые моральные ценности, спокойная школьная обстановка, проводимые с учащимися консультации психолога могут служить защитой от психоактивных веществ. Профилактика злоупотребления ПАВ среди молодежи должна сводиться к немедикаментозному поведению факторов риска наркотизации. В настоящее время на государственном уров-

не этот вопрос решается посредством ограничения распространения психоактивных веществ и антинаркотической пропаганды, которую обеспечивают социальные институты и средства массовой информации. С позиции медицинской профилактики наркологических заболеваний здоровый образ жизни предполагает активное неприятие и отказ от потребления табака и наркотиков, алкоголя, рациональное питание, физическую активность, предотвращение развития опасного суицидального поведения, стимулирование подростков к обращению за психологической и иной профессиональной помощью.

## НАШИ МЕДИКИ — ВЫСОКИЕ ПРОФЕССИОНАЛЫ!

Жительница Уральска выражает глубочайшую благодарность своим лечащим врачам, а также среднему и младшему медперсоналу больниц ЗКО.



Ни для кого не секрет, что сейчас многие привыкли ругать и обвинять врачей и медиков. На этот счет хочу рассказать о личном опыте общения с врачами. Так уж получилось, что декабрь 2021 года и январь 2022 года мне пришлось провести в стационарах. Вначале это было

отделение нейрохирургии Областной Многопрофильной больницы — я была госпитализирована и получила лечение по поводу компрессионного перелома позвоночника. Так вот, за все время, проведенное в отделении, ни разу не услышала грубого слова от медперсонала, хотя, как

вы понимаете, пациенты (в том числе и я) бывали порой капризны и требовательны. Медики очень вежливо и терпеливо относились к любым просьбам. Я считаю, что это заслуга, прежде всего, директора Областной Многопрофильной больницы Байдеуова Нурлана Нуркаировича, а

также заведующего отделением нейрохирургии Есетова Ербола Альменовича. Отдельные слова благодарности хотелось бы выразить нейрохирургу, врачу с золотыми руками Траисову Бекежану Каласовичу, а также моему лечащему врачу Щедровой Найле Валиевне. Это люди с большим сердцем и большие профессионалы.

К сожалению, я не запомнила всех имён, но хочется отметить труд медсестёр, у всех девочек очень лёгкая рука и добрые сердца. Хочу сказать огромное спасибо младшему медицинскому персоналу, в любое время дня и ночи они были рядом.

Так уж получилось, что после этого попала в Модульную Инфекционную больницу. Пока везли туда на скорой помощи, было очень страшно и неприятно осознавать, что едешь в такое место. Тем не менее, хочется отметить, что, едва

переступив порог больницы, попадаешь в руки доброжелательно настроенного медперсонала. С первых минут они успокаивают и ни на минуту не оставляют. Сама больница построена таким образом, что обстановка больше приближена к домашним условиям. В каждой палате есть душевая кабина, санузел, кругом идеальная чистота, хорошее питание и вежливый персонал. Такая комфортная обстановка и само теплое участие отношение к пациентам, во многом способствует их быстрому выздоровлению. С восхищением хочу отметить отделение реанимации. Тут есть специальные медсестры по уходу, которые ни на минуту не оставляют больного, уход осуществляется круглосуточно, хотя им и тяжело ходить в масках и костюмах. Они всегда вежливы и добры. Я считаю, что в четко поставленной работе в медучреждении боль-

шая заслуга директора Ахметовой Нади Абриковны, опытного и мудрого руководителя. Отдельно хотелось бы выразить признательность врачам — терапевту Гульнаре Сабитовне и гепатологу Дергуль Динмухамедовне, реанимационным медсестрам Айдане, Маншук, Баян, Назгуль, Алмагуль, Алтынгуль и медсестрам Махамбету, а также всему младшему персоналу.

Кроме того, я также хочу выразить глубочайшую благодарность руководителю Управления областного здравоохранения Абдрахмановой Гульнаре Максустовне за чуткое внимание и помощь в моем лечении.

Может быть не всех запомнила, извините, но всем низкий поклон за ваш нелегкий труд, за то что вы спасаете жизни людей, нашей жизни. Берегите себя!

С уважением пациентка А. Мукатова.

## В ТОО «МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР»

1. Функционирует реабилитационное отделение. Оказываются реабилитационные услуги на бесплатной (госзаказ) 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 (госзаказ) 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

## Переступить черту. Пять признаков, что близкие нарушают ваши границы

Про личные границы в последнее время сказано немало. При этом обычно дают рекомендации, как их выстраивать в общении с коллегами, друзьями и чужими людьми. А вот как быть, когда нарушают границы близкие?

«Личные границы полагают нам защитить себя от использования, манипулирования или насилия со стороны других. Эти ограничения помогают нам четко отличать, кто мы и что нам нужно, от других людей и их потребностей. Создание и поддержание личных границ — ключевой способ сохранить физическое и психологическое здоровье, а также нашу безопасность», — разъясняет понятие врач-психотерапевт, психолог, к.м.н. Елена Колесниченко.

Сложнее всего бывает установить и поддерживать границы в отношениях с родными людьми. Когда наши границы нарушаются, это приводит к сильным отрицательным эмоциям, таким как злость, негодование, внутреннее напряжение, страх, чувство вины, смущение, стыд, оби-

да. 5 признаков, по которым можно предположить нарушение личных границ в отношениях с близкими, говорит психолог Колесниченко, выглядят следующим образом:

### ТАКТИЛЬНОЕ ВТОРЖЕНИЕ

Как бы мы ни любили своих близких, мы не всегда готовы к тесному телесному контакту — объятиям, поцелуям, рукопожатиям. Если прикосновения другого человека вам неприятны, вы считаете их несвоевременными, то вы вправе отказать. Никто не имеет права вторгаться в ваши физические личные границы, если вы этого не хотите. Чтобы не обидеть близкого человека отказом, объясните своё нежелание

спокойно и понятно. Если человек дорожит отношениями с вами, то он попытается понять ваш отказ и принять ваши правила. Скрывать или нет? Надо ли прятать негативные эмоции от детей?

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАТЕРИАЛЬНЫХ РЕСУРСОВ

Только вы сами определяете, кто и как, помимо вас, может пользоваться вашими личными вещами, финансами и территорией, которую вы считаете своей. Вы можете спокойно реагировать на то, что ребёнок без разрешения пользуется вашей чашкой или спит на вашей постели, но если кто-то другой из близких делает это, вы можете испытать негодование. Отрицательные эмоции в данном случае послужат

подсказкой о нарушении личных границ и поводом для разговора.

### ВТОРЖЕНИЕ В ЛИЧНУЮ ЖИЗНЬ

«Почему у вас нет детей?», «Сколько ты зарабатываешь?», «Ты ещё не вышла замуж?», «Как часто вы занимаетесь сексом?» — такие вопросы заставляют испытывать неловкость и раздражение, являются грубым вторжением в вашу личную жизнь. Бестактные вопросы часто используются для целенаправленного нарушения ваших границ. Вы имеет полное право не отвечать на вопросы, которые касаются вашей личной жизни, и при желании указать вопрошающему темы, которые вы не хотите обсуждать.

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВРЕМЕНИ

Время — важный невосполнимый ресурс. Близкие люди могут использовать ваше время, вовлекая вас в бессмысленное общение или прося об одолжении, зная, что вы не откажете. Важно научиться говорить: «Нет». Если вы чем-то жертвуете ради кого-то, кто вам дорог, это должно происходить потому, что вы этого хотите, а не потому, что чувствуете себя обязанным или боитесь последствий, если этого не сделаете.

«Защитить свои границы — означает улучшить жизнь себе и другим. Не нужно заставлять близких гадать, нормально ли что-то для вас или неприятно. Также важно уважать границы окружающих вас людей и стараться быть тактичными. Человек с сильными границами понимает, что здоровые близкие отношения — это поддержка каждого в его росте и на пути к самореализации», — резюмирует Елена Колесниченко.

Источник: АуФ Здоровье



# Дело за пастой. Как выбрать её и не навредить зубам?

Зубные пасты — один из самых важных и обсуждаемых предметов гигиены. Однако специалисты отмечают: парадокс в том, что, хотя информации о разных продуктах полно, вопросов все равно остается не меньше.

Например, большинство паст на основе фтора и его соединений имеют идентичный состав и область применения, однако ключевую роль в ценообразовании играют бренд, страна производства и дополнительные компоненты в составе, которые крайне редко оказывают существенное влияние на эффективность продукта, поясняет врач-стоматолог-ортопед, хирург-имплантолог Юлиана Романова.

## ВНИМАНИЕ ВЫБОРУ

Рассмотрим ключевые особенности зубных паст, которые позволяют легко выбрать эффективный продукт на переполненном прилавке магазина. И для этого разделим их на 3 группы. Первая — «категорически нельзя использовать» и «использовать с осторожностью», вторая — «подходит всем, эффективность средняя», третья — «максимально эффективные».

**Категорически нельзя использовать / использовать с осторожностью**  
**Зубной порошок, отбеливающие пасты и пасты для курильщиков**

Все их объединяет одна максимальная неприятная черта: наличие большого количества абразивных компонентов в составе.  
«Чаще всего это соединения на основе кремния или фосфатов кальция. Вы можете предположить, что эти соединения позволяют эффективно «сошлифовать» пигменты, налет и даже зубной камень, и будете абсолютно правы. Однако подвох в том, что те же абразивы «спиливают» поверхностный слой эмали, истончая ее и делая зуб шероховатым и весьма восприимчивым к проникновению красителей, пищевых остатков, а также микроорганизмов и продуктов их жизнедеятельности», — поясняет Юлиана Романова.  
Формируется порочный

круг: снятие зубных отложений абразивом, повреждение поверхности зуба им же, скопление большего количества отложений на более выраженной глубине, их удаление и дальнейшее повреждение зуба абразивом. Это приведет к чувствительности зубов, сколам, стираемости и ускоренному отложению зубного камня и пигментов.

«Определить потенциально опасный продукт можно по так называемому индексу RDA, который порядочные производители обязаны указывать на тюбике с продуктом. В идеале — крупным шрифтом на лицевой стороне упаковки. Итак, безопасными считают показатели до 100 для взрослых и до 40 для детей, однако на фоне повышенной чувствительности или стираемости зубов они должны быть существенно ниже и определяться индивидуально», — подчеркивает Юлиана Романова.

## ПАСТЫ СО ФТОРОМ ДЛЯ МАЛЕНЬКИХ ДЕТЕЙ

Еще один продукт из категории «нельзя использовать». Представляет угрозу прежде всего для малышей до 4 лет. В связи с малой массой тела и умением только проглатывать пасту, а не слезывывать ее, для таких крох пасты с фторидами являются не только бесполезными, но и токсичными, а их применение приводит к тяжелым отравлениям и целому ряду негативных последствий для организма в целом, предупреждает Юлиана Романова. Именно поэтому детям до 4 лет показаны только пасты на основе кальция с RDA не выше 40 (молочные зубы в большей степени подвержены стираемости по сравнению с постоянными, а значит, осложнения на фоне применения абразивных паст наступают гораздо быстрее).

## ЛЕЧЕБНЫЕ ПАСТЫ

Переходим к категории «применять с осторожностью». И первые на очереди именно лечебные пасты, что может звучать странно, ведь «они же лечат». «Основная масса паст относится к числу профилактических и подходит для ежедневного применения, в то время как лечебные назначаются исключительно курсами, как антибиотики. А что будет, если принимать антибиотики каждый день? Верно, множество неприятностей», — рассказывает Юлиана Романова. Лечебные пасты при нерациональном применении работают по такому же принципу, только сбой они сначала провоцируют в полости рта, а уже потом оказывают эффект на все системы организма. Помимо прочего, продукт при использовании в течение 14 дней и более вызывает привыкание и «синдром отмены», провоцирующий обострение процесса, с которым паста была изначально призвана бороться.

«Например, длительное использование паст, призванных бороться с пародонитом, приводит к его масштабному обострению и практически полной неэффективности антисептиков и антибиотиков в борьбе на фоне адаптации микрофлоры к аналогичным компонентам состава пасты. Длительное применение паст от повышенной чувствительности зубов провоцирует ту же картину. Как и в случае с индексом RDA, крупные производители указывают, какой группе относится их продукт, правда, обычно с тыльной стороны», — поясняет специалист.

Пару слов стоит добавить о десенсибилизирующих пастах, или пастах от повышенной чувствительности. Они относятся к категории лечебных, но устраняют только симптомы проблемы, а не ее саму. «Чаще всего повышенную чув-

ствительность зубов провоцируют сколы и трещины эмали, ее стираемость, рецессии (оголение шеек зубов), т. е. вполне видимые причины, с которыми имеет смысл бороться путем различных стоматологических манипуляций, направленных на их окончательное и безвозвратное устранение, а не «замазыванием дыр» пастами, снижающими чувствительность», — рассказывает врач.

## «ЭКЗОТИКА»

Ни для кого не секрет, что, помимо крупных производителей, на рынке паст регулярно появляются «чудо-средства» из Таиланда, Индии и других экзотических стран. «Безусловно, не все они являются плохими и тем более вредными, однако вопрос их сертификации довольно часто бывает в подвешенном состоянии. А это значит, что в случае возникновения побочных эффектов и осложнений претензии предъявлять будет некому», — предупреждает Юлиана Романова. Кроме того, как подчеркивает специалист, невозможно прочитать и интерпретировать большую часть компонентов состава продукта, и вытязки, природа которых остается загадкой для большинства населения за пределами страны-производителя. Следовательно, природа негативной реакции на них, в том числе аллергической, может так и остаться загадкой, несмотря на ее распространенность. Отдельная проблема — невозможность определения степени абразивности паст и наличие в их составе сильнодействующих лечебных компонентов.

## ПАСТЫ НА ОСНОВЕ КАЛЬЦИЯ

Чуть менее распространенная группа паст. Подходят абсолютно всем, не имеют противопоказаний и, что весьма немаловажно, содержат соединения кальция, молекулы которых тоже встраиваются между эмалевыми призмами, но за счет меньшего размера имеют возможность плотнее заполнить промежутки между ними и качественнее восстановить эмаль зуба.

## ПАСТЫ С ЛЕЧЕБНЫМИ ТРАВАМИ

Адекватная альтернатива «экзотике», так как они содержат экстракты знакомых растений и сертифицированы. «Фактически эта группа паст чаще используется в качестве

представленных на рынке паст. Подавляющее большинство из них содержит соединения фторида олова, алюминия или натрия, олафлур (он же аминфторид) в безвредных концентрациях. Исключением являются пасты для детей до 4 лет по причинам, перечисленным ранее, и пациентов, проживающих в регионах с повышенным уровнем фтора в воде. Все эти соединения действуют по схожему принципу: укрепляют эмаль и повышают ее прочностные характеристики одновременно с созданием неблагоприятного для микроорганизмов pH за счет встраивания своих ионов между микроструктур эмали (эмалевые призмы). Таким образом, они фактически восстанавливают целостность ее структуры и укрепляют их, отмечает Юлиана Романова. Хотелось бы добавить пару слов о маркетинге: наличие в составе пасты «экстракта черного лотоса», «тайного рецепта предков» или «вытязки из философского камня» очень редко влияет на ее эффективность.

## ПАСТЫ НА ОСНОВЕ Кальция

Чуть менее распространенная группа паст. Подходят абсолютно всем, не имеют противопоказаний и, что весьма немаловажно, содержат соединения кальция, молекулы которых тоже встраиваются между эмалевыми призмами, но за счет меньшего размера имеют возможность плотнее заполнить промежутки между ними и качественнее восстановить эмаль зуба.

## ПАСТЫ С ЛЕЧЕБНЫМИ ТРАВАМИ

Адекватная альтернатива «экзотике», так как они содержат экстракты знакомых растений и сертифицированы. «Фактически эта группа паст чаще используется в качестве

профилактической при заболеваниях слизистистой и десен. «Травки» в составе являются природными аналогами слабых антисептиков и ранозаживляющих средств, но злоупотреблять пастой более 2–3 месяцев также не стоит. Виной всему низкий индекс абразивности, она с трудом справляется даже с мягким налетом, не говоря уже о чем-то более существенном», — подчеркивает специалист.

## МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНЫЕ

Представителями данной группы все просто: это пасты с адекватным уровнем абразивности, излученными компонентами в составе, индивидуально подобранными для каждого случая. Секрет достаточно прост, поэтому встраивания своих ионов между микроструктур эмали (эмалевые призмы). Таким образом, они фактически восстанавливают целостность ее структуры и укрепляют их, отмечает Юлиана Романова. Хотелось бы добавить пару слов о маркетинге: наличие в составе пасты «экстракта черного лотоса», «тайного рецепта предков» или «вытязки из философского камня» очень редко влияет на ее эффективность.

Источник: ЛиФ Здоровье  
Фото с сайта jooinn.com



# Рак под контроль. Как генетика помогает предупредить болезнь?

Такое заболевание, как рак, одновременно пугает и вызывает неподдельный интерес. Людям хочется знать, как же можно защититься от патологии.

Согласно статистике, каждый третий человек столкнется с онкологическим диагнозом. Поэтому стоит понимать, как его можно предсказать и начать профилактику.

«В структуре 30% риска развития онкологического заболевания у каждого из нас 6% отводится раку молочной железы у женщин. Около 0,5% людей заболеет раком поджелудочной железы. Плохая наследственность в 10 раз повышает вероятность наступления болезни. До 10% всех случаев заболевания раком передаются из поколения в поколение. Соответствующие записи об этом можно найти в собственных генах. Но вовсе не обязательно мутации, провоцирующие развитие рака, передались нам от родителей и закрепились в наших генах. Риски рака повышаются при курении, неправильном питании или работе на вредных производствах. Почему возник рак? Нужно ли искать записи о случаях заболевания раком в родословной? В этом стоит разбираться глубже», — говорит руководитель Центра молекулярной онкологии Владислав Милейко.

## ГЕНЕТИЧЕСКИЙ ШИФР: ГДЕ ИСКАТЬ ПОЛОМКИ

Генетическая основа в онкологии играет существенную роль, подчеркивает специалист. Клетки постоянно обновляются и делятся, при этом каждый раз копируется и ДНК в виде 3 миллиардов «букв». Этот процесс не всегда проходит безупречно: возникает ошибка. «Но и наш организм не так прост: каждую поломку можно починить за счет срабатывания защитных механизмов. Если же у человека уже выявлен рак поджелудочной железы, ему все равно нужно пройти ДНК-обследование на наследственные мутации. От этого зависит эффективность лечения. Если в генах BRCA1 и BRCA2 обнаружены неблагоприятные изменения, то пациенту назначат определенную

опухоли. Иными словами, если у машины одно колесо уже повреждено, скорее всего, автомобиль во время движения попадет в аварию», — рассказывает Владислав Милейко.

Что касается наследственности, то наибольшую роль она играет при развитии рака молочной железы, отмечает специалист. При наличии наследственных патогенных вариантов в генах BRCA1, BRCA2, ATM, CHEK2 риск заболеть раком груди и раком яичников возрастает до 80–90%. Ему подвержена одна из тысячи женщин.

Если человек живет с синдромом Линча, то риск заболеть раком толстой кишки, раком желудка, мочевого пузыря, раком женской репродуктивной системы повышается до 90%.

Мутации в генах APC, MUTYH, PTEN укажут на риски возникновения полипов в толстой кишке, ассоциированные с аденокарциномой. Риск развития рака может возрасти, если не заниматься скринингом.

«Ошибочно думать, что если в семье не было рака, то беспокоиться не о чем. Например, рак поджелудочной железы встречается довольно редко (всего в 0,5% случаев). Если кажется, что никто из родственников с ним не сталкивался, то это не повод не пройти обследование. Возможно, в генах обнаружится редкая мутация, полученная в наследство, которая позже спровоцирует развитие этого коварного заболевания», — поясняет Владислав Милейко.

Даже если у человека уже выявлен рак поджелудочной железы, ему все равно нужно пройти ДНК-обследование на наследственные мутации. От этого зависит эффективность лечения. Если в генах BRCA1 и BRCA2 обнаружены неблагоприятные изменения, то пациенту назначат определенную



терапию. В случае развития такого вида рака важно проинформировать своих кровных родственников о заболевании и отправить их на тестирование. Такой подход описан в международных клинических руководствах. Аналогичные рекомендации — по раку молочной железы, по раку предстательной железы и раку яичников, подчеркивает специалист.

## МУТАЦИИ НЕИЗБЕЖНЫ

Способствовать развитию рака толстой кишки могут воспалительные заболевания кишечника: язвенный колит и болезнь Крона. Усугубить положение может употребление в пищу большого количества процессированных (обработанных для быстрого приготовления) продуктов и красного мяса.

Кожа следует беречь от ультрафиолета, носить не пропускающую прямые солнечные лучи одежду и пользоваться солнцезащитными кремами, чтобы избежать меланомы. Солнри тоже усугубляют положение. Важ-

ного следить и за состоянием кожи. Большое число родинок, предрасположенность к солнечным ожогам — повод поберечь себя, советует Владислав Милейко.

Рак желудка тоже встречается довольно часто. Спровоцировать его развитие могут не только генетические факторы, но и некоторые хронические заболевания. Это язва и гастрит, а также инфекция Helicobacter pylori. Их важно лечить, не отмахиваясь от врачебных рекомендаций.

Интересный исторический факт — у трубочистов в силу специфики их работы довольно часто выявлялось редкое заболевание: рак мошонки. Выяснилось, что работа на вредных производствах или с опасными веществами усиливает риск развития болезни.

Ушибы и удары, вопреки расхожему мнению, напротив, на риски возникновения рака не влияют. Редким исключением может быть саркома у ребенка, которая появилась на месте травмы. Зарбота о себе и близких Во всем мире рак воспри-

Фото с сайта Shutterstock.com

Продолжение читайте на следующем номере «МГ»

## РЕЦЕПТ НЕДЕЛИ

## Маннны кексы рецепт заловки Ирины

Мои дети не любят манную кашу, а вот такой манник с удовольствием уплетают за обе щеки. Выпечка получается очень ароматной, влажной, с довольно интересной структурой!

Сегодня поделимся инструкцией по приготовлению необычных маннх кексов с нотками апельсина. Буквально тают во рту!

## ИНГРЕДИЕНТЫ

- 200 г сметаны или греческого йогурта
- 220 г манки
- 2 яйца
- 240 г сахара
- 130 г сливочного масла
- 5 г разрыхлителя
- цедра 2 апельсинов
- 200 г апельсинового сока
- щепотка соли

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ



Натри цедру 2 апельсинов, а затем перетри ее с сахаром в удобной емкости. После этого отдели четвертую часть массы в отдельную мисочку. К оставшейся массе добавь яйца. Перемешай венчиком до однородности. А затем влей охлажденное растопленное сливочное масло и добавь сметану. Снова перемешай до однородности. Всыпь манку, соль и разрыхлитель. Перемешай и оставь на 15 минут.

В сотейник влей апельсиновый сок и добавь к нему отложенный сахар с цедрой. Поставь сотейник на огонь и нагрей до кипения и полного растворения сахара.



Формы для кексов смажь растопленным сливочным маслом, а затем заполни формы на 4/5 объема. Выпекай кексы в заранее разогретой до 180 градусов духовке в течение полчаса.



Горячие кексы наколи шпажкой, а затем полевай охлажденным апельсиновым соком. Вот и всё, апельсиновые кексы на манке готовы.

## Муж требовал шашлык, но я приготовила в 100 раз лучше



Надо ли ждать весенне-летнего сезона, чтобы откусить сочного и ароматного шашлычка? Однозначно нет, ведь можно просто и быстро приготовить мясо, жаренное кусочками. Оно идеально делается как на кухне, так и за ее пределами. Скажем, даже на самом простом мангале возле дома. Рассказываем, как потешить семью лакомым угощением уже сейчас.

Зима — это вовсе не повод отказываться себе во всех прелестях летних пикников. Можно же сделать не менее крутое мясо, и при этом не играть с шампурами. Да, в этом рецепте придется обойтись без них. Но это в каком-то плане даже хорошо. К сожалению, не у каждого есть собственная придомовая территория, где можно удобно разместиться с грилем или мангалом.

Такая мясная альтернатива станет прекрасным дополнением любого праздничного дня. Только представь, как удивятся твои гости, когда почувствуют приятный запах дымка во время дегустации блюда. Чудо же. И мясо можно выбрать то, которое под рукой. Вовсе не обязательно покупать специальные виды мяса, хотя в этом определенно есть свой смысл. Почему же для приготовления пусть и такого нестандартного шашлычка стоит пристально выбирать главный компонент?

Кто-то решит: «Какая вообще разница в этих шашлыках? Купили мясо и пожарили, чего еще хотеть?» Однако разница всё же есть. Если ты собираешься готовить шашлык или же просто жарить мясо на гриле, тогда стоит подойти к выбору мяса более ответственно. Лучше всего выбрать то мясо, где будут хотя бы небольшие прослойки жира.

Например, лучше взять шейную часть свинины, чтобы максимально насладиться вкусом жареного мяса. Если планируешь готовить говядину, тогда лучше купить лопаточную часть. Из бараньего мяса прежде всего выбирай мясо из задней части ноги или спинной части тушки. К слову, мясо обязательно должно быть свежим.

Смоделируем ситуацию. Допустим, тебе захотелось увидеть на своем столе аппетитнейшее мясо, жаренное кусочками. Только шампура нет, да и возиться с приготовлением шашлыка нет особого желания. Ну и что делать в таком случае? Готовить это мясо на сетке. Да, той самой сетке, которая располагается сверху на мангале.

Работы тут не должно быть много, так как достаточно лишь подготовить мясо, а затем следить, чтобы оно не подгорело. Стой возле сетки да переворачивай мяско. И ничего больше. Только мясо надо подготовить основательно. Например, его необходимо нарезать на не слишком толстые, но и не слишком тонкие полоски. А с каждой стороны стоит сделать несколько надрезов вдоль и поперек, чтобы добавить куску своеобразную сетку из линий. Делается это для того, чтобы куски прожарились быстро и равномерно.

И да, важно не забыть про маринад. Тут можно дать волю фантазии. Кто-то щедро натирает мясо майонезом, а кто-то обходится только перцем и солью. Майонез, к слову, не так уж плох, если речь идет о курином мясе. Ради эксперимента можешь приготовить именно такое барбекю.

Что же, мясо нарезано, мангал готов, приступаем к маринованию. В отличии от классического шашлыка, этому мясу хватит и 20–30 минут, чтобы промариноваться. Оно ведь куда более тонкое, чем кубики мяса на шампуре. Итак, раз под рукой нет ничего, кроме соли и перца, тогда настоятельно рекомендуем поискать хотя бы луковичку и лимон. Чтобы мясо мариновалось быстро, выжми из нарезанных колечек лука немного сока, а затем сбрызни всё соком лимона. Уверены, даже такой простой маринад даст отличный вкус мясу.

Вот такой практичный способ подать мясо, жаренное кусочками. Если грандиозные планы вдруг изменились, не нужно откладывать приготовление альтернативной версии шашлыка в долгий ящик. Выйди лишь мясо, специи, лук и лимон и увидишь, что застолье окажется не хуже полноценной версии летнего пикника.

## Гости спорят, с чем мои пирожки на самом деле: с капустой или с луком, а я посмеиваюсь, ведь не то и не другое

Зачем я обжариваю соленые огурцы на сковороде? Чтобы испечь пирожки с огурцами. Знаю, с такой начинкой мало кто готовит, а зря. Вкус пирожков получается похожим то ли на капусту, то ли на рис с яйцом. С первого раза еще никто не понял, что в составе. Поэтому если хочешь удивить своих близких, то этот рецепт для тебя.

## ТЕСТО

- 500 мл кефира
- 2 ст. л. сметаны
- 800 г муки
- 2 ст. л. сахара
- 0,5 ч. л. соли
- 1 ч. л. соды
- 1 яйцо
- 3 ст. л. растительного масла

## НАЧИНКА

- 4–5 соленых огурцов
- 3 луковички
- 2 ст. л. растительного масла

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Просей в миску примерно 500 г муки. Добавь соль,

сахар, сметану, растительное масло и соду.

Влей кефир комнатной температуры и замеси тесто. Когда тесто перестанет липнуть к рукам, убери его на полчаса в пакет. Мелко нарежь лук и обжаривай до прозрачности. Нарежь соленые огурцы

небольшими кубиками. Если их нет, подойдут и маринованные, но с соевыми всё-таки вкуснее.

Обжаривай соленые огурцы вместе с луком, пока из них не выпарится жидкость, а корочки подрумянятся. Нарежь тесто на кусочки. Раскатай каждый в блин -

## Можно ли отличить мальчика от девочки, выбирая селедку, и как это сделать

Ты замечала, что вкус селедки во многом зависит от пола рыбы? Сельдь-девочка разительно отличается от сельди-мальчика и по внешним признакам, и по внутренним особенностям. Зная, как отличить их друг от друга, ты сможешь без труда выбирать в магазине или на рынке ту селедку, которая нравится тебе больше. Обо всех отличиях рассказываем далее в статье.

Вкус селедки во многом зависит от ее половой принадлежности. Так, сельдь мужского пола более мясистая, жирная и нежная одновременно. Сельдь-мальчик содержит в себе особые железы-молоки, которые считаются самой вкусной частью рыбы. А сельдь-девочка может похвастаться ценной икрой.

Чтобы определить пол селедки, не нужно обладать какими-то особенными знаниями и навыками. Всё достаточно просто. Первым делом внимательно осмотри рыбешку и обрати особое внимание на ее спинку. У мальчиков она слегка выгнутая и горбатая, а у девочек, наоборот, ровная и прямая. Кроме того, спинка мальчиков толще, за счет чего и мяса у рыбы выходит больше.

Отличаются особи также и формой брюшка: у самцов оно поджато, но в то же время мягкое; а у самок брюшко более тонкое, однако при этом плотное на ощупь. И это очень логично, так как сельдь женского пола в брюшке хранит икру.

Эти основные признаки, по которым ты без труда определишь пол сельди. Но есть и другие показатели. Например, форма головы и носа. У мальчиков он более узкий и будто вытянутый, а у девочек — короткий и круглый.

Не везде при покупке рыбы можно ее потрогать. Однако, если у тебя есть такая возможность, это тоже может помочь тебе определить половую принадлежность селедки. Для этого достаточно пощупать ее рот и нажать на него двумя пальцами. У самки он станет кругловатым, а у самца форму не изменит, останется таким же вытянутым. Если ты выбираешь селедку на рынке, обрати внимание на невзрачную рыбешку с отошедшей шкуркой. Это признак,

характерный для более жирной и вкусной рыбы. Но приготовить и съесть ее лучше в день покупки.

## СВЕЖЕСТЬ СЕЛЕДКИ

На вкус селедки в первую очередь влияет степень ее свежести. Прав был Михаил Булгаков: рыба может быть только первой свежести. Сельдь в целом портится очень быстро: свежий достаточно пары дней, а рыба в закрытом рассоле может храниться не более 20 дней. В испорченной рыбе начинает образовываться особое вещество тирамин, которое уменьшает количество серотонина (гормон счастья) в мозгу. Из-за этого у человека может испортиться настроение и появятся головные боли.

А еще бытует мнение, что лучше выбирать сельдь размером не более 17 см в длину. Слишком крупные особи часто накапливают в себе большое количество вредных веществ. Недобросовестные производители пренебрегают истекающим сроком годности рыбы. Они режут ее на кусочки и заливают масляно-солевым раствором.

Чтобы не попасться на такую уловку, лучше всего покупать рыбу в целом виде и готовить ее самостоятельно. Тем более это совершенно не сложно. Вот, к примеру, наш рецепт сельди пряного посола. Также советуем засолить селедку в домашних условиях, используя простой проверенный способ.

## СОВЕТ РЕДАКЦИИ

Если раньше ты не обращала внимания на пол сельди, попробуй купить и мальчика, и девочку, чтобы просто сравнить их. Тогда ты поймешь, какой вкус селедки тебе нравится больше.

## ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

## Три слова, которые я подмечаю, выбирая масло, совет привезла из Греции, но у нас тоже работает

Выбор масла для готовки и заправки ничуть не уступает по важности выбору остальных продуктов. Ведь от его качества зависит не только вкус и запах, но и польза приготовленного блюда. Сегодня мы поговорим об оливковом масле. Но действительно ли оливковое масло полезно? И на что следует обращать внимание перед покупкой? Сейчас разберем.

Пожалуй, сперва стоит подчеркнуть, что хоть оливковое масло в разы полезней подсолнечного, последнее всё же не стоит полностью убирать из продуктового арсенала. Так как подсолнечное масло остается хорошей альтернативой для поджаривания. Почему же жарить на оливковом масле не в наших традициях? И почему это верный подход? Мы уже привыкли добавлять данное масло в салаты, морепродукты и даже макароны. Но при этом никогда не используем его для скороводы. Есть несколько причин.

Конечно же, это цена. Если масло действительно качественное, то и его стоимость соответственно немаленькая. Поэтому идея о том, чтобы тратить столь ценный продукт на яичницу или на котлеты, звучит, как минимум, странно. И тут на помощь приходит старое доброе подсолнечное масло.

Оливковое масло выпускается в 2 видах. И тот, что европейцы используют для всего (включая жарку), продается у нас как нечто элитное. И, соответственно, ценники это подтверждают. Второй же, более дешевый вид, нежелателен для употребления. Да и совсем невыгодный.

## ВИДЫ ОЛИВКОВОГО МАСЛА

Итак, есть 2 вида оливкового масла: Extra Virgin Oil и Pomace Olive Oil. Разница между ними достаточно весомая. Extra Virgin Oil делается из натуральных оливок без применения каких-либо химических средств. Оливки просто собирают, моют и под прессом отжимают.

Интересный момент заключается в таком показателе, как кислотность. Чем она меньше, тем лучше. Но она ни в коем случае не должна превышать отметку в 0,8. В идеале на полках должно быть масло, кислотность которого составляет от 0 до 0,5 (как, собственно, в европейских магазинах). Но чаще всего в наших торговых точках можно встретить бутылки с 0,8, что не очень хорошо.

**Всегда проверяйте этот показатель перед покупкой. Если же его нет на этикетке в принципе, то это подозрительно.**

Pomace Olive Oil (еще встречается как просто Olive Oil), в свою очередь, делается из отходов Extra Virgin Oil. Только в ход уже пускаются растворители, термическая обработка и фильтрация. В данном виде уже намного меньше полезных веществ и отсутствует вкус первого отжима. Чтобы хоть как-то придать маслу соответствующий вкус и запах, в масло второго отжима добавляется до 15 % Extra Virgin Oil.

## ВЫБОР МАСЛА

Если говорить о том, стоит ли покупать Pomace Olive Oil, то скорее нет. Вкуса мало, да и пользы от него никакой. А цена тоже не маленькая. К тому же лишней раз употреблять продукт с химическими добавками мало кому захочется. Лучше приобрести дорогую бутылку Extra Virgin Oil, чья польза неоспорима, а вкус станет отличным дополнением для овощного салата.

В качестве масла для жарки использовать старое доброе подсолнечное. Это и родной вкус, и приемлемая цена.

## СОВЕТ РЕДАКЦИИ

Оливковое масло действительно очень полезно для здоровья. Поэтому желательно время от времени добавлять его в блюда. Достаточно всего 1 столовой ложки на салатник или на кастрюлю с макаронами. И так как расход масла не особо велик, пожалуй, стоит взять бутылку на 1–2 года вперед.

чик, выложи ложку начинки и сформируй пирожок. Обжаривай пирожки с двух сторон до румяной корочки.

Говорят, что такими пирожками актриса Алла Будничкая угощала Марчелло Мастроянни, когда он приезжал на съемки фильма «Очи черные». Тогда впечатленный Марчелло расцеловал хозяйку и потом долго вспоминал необычное угощение.

Приятного аппетита!



НЕДВИЖИМОСТЬ

ЕСТЬ РАБОТА

ОБМЕН ДРУГИЕ ВАРИАНТЫ

Меняю двухэтажный коттедж в мкр. Деркул, 165 кв.м, в чистой отделке, газ, вода, благоустроенный на трехкомнатную квартиру в р-не ул. Монкеулы или в 6-ом микрорайоне. Тел.: 8-707-896-68-37, 8-777-861-58-88.

Организации требуется на постоянную работу газозлектросварщик, водитель на грузовой авто-транспорт и механизаторы. Оплата по договоренности. Тел.: 8-777-511-69-75, 8-705-504-10-24.

Приму в оптовый отдел административного помощника, можно без опыта работы. Тел.: 8-777-587-17-44.

Нотариус г. Уральска Косчанова Гульзада Зариповна, госполицензия №0001539 от 05.08.2003 г. вид. МЮ РК, разыскивает наследников после смерти Жусупова Сандыбая Ермановича, умершего 6 июля 2021 года. Обращаться по адресу: г. Уральск, ул. М. Маметовой, д. 103. тел.: 8 (7112) 26-94-01, 8 701 531 25 61.

СВЯЗЫВАТЬ РЕКЛАМУ, ЧТОБЫ СБЕРЕЧЬ ДЕНЕГИ. ВСЕ РАВНО, ЧТО ОСТАНАВЛИВАТЬ ЧАСЫ, ЧТОБЫ СБЕРЕЧЬ ВРЕМЯ.

513 590 ГАУДИУСКИ МОЙГОРОД

ПЛЕТЁНКИ

На каждой из полосок этой плетёнки написано слово на заданную тематику. Все полоски сплетены так, что половина букв оказалась не видна. Попробуйте восстановить все слова.

Word puzzle grid with letters and arrows. Row 1: Б О П К О Д Л В. Row 2: С Е А У И О Л Н. Row 3: Л А Й М Ч Т Г Н. Row 4: Л И Б Ь А О О У. Row 5: Н В Т Р Р Я В А. Row 6: Ч Е Х О А А У Е. Row 7: А О Р Е А М Я Н.

Answers for the word puzzle. OTBETЫ: депулант, ельнухин, вевезел, елянропф, евазаво, дофараф, ежневов, нитамет, лотчубу, чельинел, ренди, вондад, энини, ленин, еноно. OTBETЫ: лдеранам, «нижя»(Собаян) «Плетёнка»(Собаян)

ОТВЕТЫ

Мат. Осина. Фимам. Нирвана. Дтел. Кинг. Кинга. Обок. Пон. Алетон. Ларга. Айра. Атом. Сила. Рожа. Арект. Навар. Матадор. Лове. Осага. Такт. ка. Акра. Манж. Саша. Дута. Арфа. Лотч. Кингид. Ворк. веса. Бланя, Кингид. Буля. Ива. Флат. Смета. Ост. Книжк. Уста. Акча. Крап. Амур. За. Обочина. Излом. Шер. Бар. По ориентали: Сол. По вертикали: Стржа. По вертикали: Стржа.

СКАНВОРД

Scrabble grid with 13 columns and 13 rows. Clues include: Мебель, помогающая переговорам; Чистка белья; Знамя; Игла с головкой на одном конце; Ароматная подушечка; Пятнистый или обычный тюлень; Раструбы у перчаток; Плавающая мясорубка; Высушенный навоз; Губы; Народный поэт-певец у народов Кавказа; Высокое строение; Американская певица; Облако дыма для маскировки; Открытый прилавок для торговли; Название волынки на Украине; Род трав семейства Злаки; Пушистый спой на поверхности ткани; Край дороги; Яйца в гнезде; Экономический термин; Садовый цветок; Одежда; Область деятельности, поприще; Главный боец в корриде; Способ военных действий; Она есть - ума не надо; Чувств меры; Струнная рама с педалями; Скорченная часть головы; Прикрытие халтуры строителей; Мельчайшая частица; Жирок из супа; Римский полководец; Крепость на Азовском побережье Крыма; Тёмно-синее красящее вещество; Путеводный светоч; Бесцветная горячая жидкость; Освобождение от мирской суеты; Изгиб на грани разрыва; Благоухающее вещество; Копытное животное; Нога зверя; Муза, покровительница истории; Куст у реки; Восточный ветер; Производитель дупел, но не кариес; Знак того, что тебя вспоминают; Сорное растение; Священник; Мягкая толстая подстилка; Дерево от вампиров.

# Свидетель рассказал, как подсудимый избавился от мешка с трупом

Обгоревший труп девушки был найден недалеко от посёлка Ветелки. Свидетель, который довез подсудимого и мешок с трупом Анастасии Чёрной до места, где её сожгли, рассказал подробности.



Кристина КОБИНА

26 января в Уральском городском суде продолжились разбирательства в отношении Темирлана Амангалиева, который обвиняется в смерти Анастасии Чёрной. Был допрошен свидетель Жалгас Темуров, который подвёз Темирлана Амангалиева с трупом Анастасии Чёрной в лесополосу.

13 сентября я приехал домой после работы. Мне позвонил Темирлан и предложил потаксовать (отвести что-то за пределы посёлка Махамбет). Я согласился. Приехал к нему, он попросил открыть багажник, чтобы положить на улице мешок. Темирлан сказал, что там труп барана,

который был заражён бруцеллёзом. По дороге он сказал остановиться у местного "заправщика" и купил пять литров бензина, якобы сжечь труп заражённого животного. По дороге мы разговаривали на отвлечённые темы. Подсудимый был спокойным, не нервничал. Показал дорогу. А когда мы доехали до места, я открыл багажник, он вытаскил оттуда мешок, поставил на землю и поволок в сторону лесополосы. Я сел в машину и стал ждать его, тем временем просматривая свой телефон. Через некоторое время он пришёл обратно, а когда стали отъезжать, я увидел в зеркале авто, как вспыхнул огонь. Мы приехали в Махамбет и он вышел из машины на улицу, которой живёт, - рассказал Жалгас Темуров.

Свидетель отметил, что мешок был белого цвета и следов крови он на нём не видел. Постороннего запаха он тоже не почувствовал, так как в этот период у него был забитый нос. Уже 16 сентября Жалгас Темуров обратился в полицию. Он увидел в СМИ фотографии с места, куда подвозил Темирлана с мешком. Однако в сводке новостей говорилось, что там был обнаружен труп. Также ходят разговоры о подвздошном вмятине у Анастасии Чёрной, где подсудимому вновь задавали уточняющие вопросы по обстоятельству, где Анастасия Чёрная получила смертельную травму. Но Темирлан Амангалиев путался в показаниях. После чего прокурор ходатайствовала, чтобы в суд снова пригласили эксперта. В суде был показан ви-

деоорлик следственных действий, где подсудимый Темирлан Амангалиев подробно объясняет, как произошла стычка между ним и погибшей в подъезде и какие травмы она могла при этом получить. Вопрос оставался открытым, так как без наглядного объяснения было непонятно, каким образом Анастасия Чёрная ударилась головой о бетонную плиту. Кроме того, вопросом задалась и мать погибшей: могла ли её дочь умереть от удущения? По словам судебно-медицинского эксперта филиала РГП "ЦСЗ МЮ РК" Института судебных экспертиз по ЗКО Марата Жонысова, обгоревший труп ему пришлось исследовать изнутри, так как из-за воздействия высоких темпера-

тур при горении визуально найти гематомы, царапины или повреждения на теле было невозможно. - От воздействия тупым предметом или от удара после падения на правую часть головы, в теменной области образовалось кровоизлияние размером 11 на 7. Исследование показало, что смерть наступила именно от этой травмы. То, что девушка была ещё жива, когда её подожгли - исключено. То, что смерть наступила от удущения, также исключено. Согласно следственному эксперименту, который я только что просмотрел, погибшая могла получить травму именно этим местом, на котором было обнаружено кровоизлияние, - заключил Марат Жонысов. Кроме того, ранее мать погибшей Светлана Лобанова в суде ходатайствовала о материальном ущербе в 30 миллионов тенге и моральном в 15 миллионов тенге. На этом заседании она снизила материальный ущерб до суммы подтверждающих документов, а это траты на ритуальные услуги в сумме 154 тысячи тенге.

Подсудимый Темирлан Амангалиев согласен выплатить деньги, потраченные на погребение. А также он отметил, что готов содержать малолетнюю дочь погибшей до ее совершеннолетия. Анастасия Чёрная пропала 13 сентября прошлого года. Девушка вышла из дома и больше на связь не выходила. А 15 сентября в 13:45 в лесном массиве недалеко от посёлка Ветелки был обнаружен её труп. Под подозрение в убийстве попал 27-летний уралец, который вскоре был задержан полицейскими. Отец задержанного тогда заявил, что лучше бы умер, чем услышать такое. 25 января началось главное судебное разбирательство, где стали известны ужасающие подробности произошедшего. На скамье подсудимых оказался Темирлан Амангалиев, который был предан суду по части 3 статьи 106 УК РК «умышленное причинение тяжкого вреда здоровью, повлёкшее по неосторожности смерть потерпевшего». 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. Нурпеисовой, 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: Кайнеденова А. Б.  
Шеф-редактор: Махметов М. Б.  
Ответственный секретарь: Соменов А. И.  
Дизайн и верстка: Имангалиев Т.  
Журналисты: К. Кобина, А. Усербаева.  
Фотокорреспондент: М. Медресов.  
Рекламный отдел: Е. Рукавишников, А. Кузбакова, Ю. Демьяненко, А. Голубев, Э. Тулешев, В. Голубев, А. Зайнулиева.  
Газета отпечатана в ТОО «Полиграфсервис». Адрес типографии: г. Уральск, ул. Л. Толстого, 27/6. Тел.: 50-51-46.  
Материалы в «МГ» не всегда отражают точку зрения редакции.  
Материалы, опубликованные со знаком R, а также под рубриками «Новости компании» и «Бизнес» носят рекламный характер. Ответственность за достоверность и содержание рекламных 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.