



Обсуждайте новости в наших группах социальных сетей.

Все новости Уральска и области на нашем сайте

mgorod.kz
НОВОСТНОЙ ПОРТАЛ ЗАПАДНОГО КАЗАХСТАНА



Подписывайся и узнавай о событиях первым.

**МОЙ ГОРОД
В ТИК-ТОК**
@mgorod.kz @mgorod.kz2022

СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ КАКОГО-ЛИБО События – присылайте фото, видео и короткий текст на 8 776 863 36 36. ВАША НОВОСТЬ ПОЯВИЛАСЬ В ГАЗЕТЕ ИЛИ НА САЙТЕ – ВАС ЖДЕТ ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ.

СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ КАКОГО-ЛИБО События – присылайте фото, видео и короткий текст на 8 776 863 36 36. ВАША НОВОСТЬ ПОЯВИЛАСЬ В ГАЗЕТЕ ИЛИ НА САЙТЕ – ВАС ЖДЕТ ВОЗНАГРАЖДЕНИЕ.



Сайгаков начали отстреливать На сегодня отстрелено 14 голов, отловили 91 особь.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

Если в 2003 году на территории Казахстана обитала 21 тысяча голов, то по результатам весеннего авиаучёта этого года, только уральская популяция составила 1,8 миллиона особей. В конце года численность сайгаков может составить около 2,6 миллионов.

На шаштук животных не раз жаловались фермеры: парнокопытные вытаптывают сенокосы, на пастбищах не остаются травы для домашнего скота. Позже стало известно, что сайгаков включили в перечень животных, подлежащих регулированию.

16 октября министр экологии и природных ресурсов Казахстана Ерлан Нысанбаев на брифинге в СЦК сообщил, что по биологическим обоснованиям предусмотрено два вида регулирования численности сайгаков. Это коралевый метод (в большой за-

гон из капроновой сети будут загонять сайгаков – прим. автора) и отстрел. Первый способ применяется в дневное время, второй – в ночное.

Биологическое обоснование разработал ЗКАТУ имени Жангир хана, который долгие годы занимается изучением сайгаков. Там создан питомник. Мы пошли по первому пути, но из-за ухудшения погодных условий наша техника начала застревать в грязи. Ведь чтобы отловить сайгаков, нужно с помощью техники направлять животных. Тогда

мы решили пойти по второму пути. Оба этих метода наносят урон сельскому хозяйству. Ущерб от них составил более 12 миллиардов тенге.

На сегодня мы отловили чуть более 90 голов, отстрелено 14 голов. Регулирование будет проводиться рационально, не в ущерб популяции. Незаконная охота будет пресекаться в рамках действующего законодательства. В регионе достаточно сил и средств, чтобы предотвратить массовую незаконную охоту. Отдельные факты могут быть, но

нет. Сегодня животные наносят урон сельскому хозяйству. Ущерб от них составил более 12 миллиардов тенге. На сегодня мы отловили чуть более 90 голов, отстрелено 14 голов. Регулирование будет проводиться рационально, не в ущерб популяции. Незаконная охота будет пресекаться в рамках действующего законодательства. В регионе достаточно сил и средств, чтобы предотвратить массовую незаконную охоту. Отдельные факты могут быть, но

мы будем жёстко пресекать их. В рамках регулирования сдаём мясо в мясокombинаты. Но мы не преследуем цель заработать деньги. Вырученными средствами погашаем свои расходы. Ведь деньги тратятся из действующего бюджета предприятия. Поэтому мы по 300 тенге сдаём мясокombинатам, а они – это субъекты бизнеса и реализовывают по розничной цене. Розничная стоимость не должна быть слишком высокой. На базарах мясо продаваться не будет, – заключил он.

В ЗКО перерабатывать мясо будут три предприятия.

Вместе с тем министр отметил, что информация по отлову и отстрелу сайгаков является открытой. Однако представителям СМИ показать сам процесс не представляется возможным «по соображениям безопасности».

Между тем, стало известно, что в Казталовском районе уже задержан участковый инспектор полиции, у которого нашли 13 рогов сайги.

К слову, это не первый скандал, связанный с рогами этих животных. В 2016 году на железнодорожном вокзале Уральска задержали мужчину с крупной партией сайгачьих рогов. Полицейские изъяли 402 рога на 170 миллионов тенге. Вещдоки – изъятые рога – поместили в камеры хранения ДВД (сейчас ДП) ЗКО. Позже обнаружили, что рога похитили.

Рога сайгаков являются скоропортящимся продуктом. Поэтому вещдоки пришлось сдать на хранение индивидуальному предпринимателю. С его склада их и похитили. Спустя некоторое время уголовное дело приостановили.

Фото из архива «МГ»

РЕБЁНОК ОШПАРИЛСЯ БУЛЬОНОМ В ДЕТСАДУ

Девочка получила 20-25% ожогов кожных покровов.

СТР. 3

ПОВЫШЕНИЮ ТАРИФА БЫТЬ

Общественный совет Уральска поддержал подорожание проезда в автобусах.

СТР. 2

**БАНКЕТНЫЙ ЗАЛ
"КЕРЕМЕТ"**

Мы приглашаем Вас в наш большой банкетный зал для проведения вашего торжества

- 270 посадочных мест,
- обитель любви для молодоженов,
- лучшие блюда для лучших гостей,
- радость в кругу близких и родных,
- гости, песни, танцы, веселье и еда...

Также для вашего удобства, у нас имеются 4 VIP-зала, с разным количеством посадочных мест

8 (7112) 28 72 72 8 777 788 90 11
г. Уральск, ул. Кунаева, 16/4 @restoran_keremet

9 КАНДИДАТОВ ПОДАЛИ ЗАЯВКИ НА ВЫБОРЫ АКИМА РАЙОНОВ

Акимов изберут в трёх районах области.

СТР. 3

Ярмарка

УВАЖАЕМЫЕ ГОСТИ И ЖИТЕЛИ ГОРОДА УРАЛЬСКО! НАЧИНАЯ С 23 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОДА, КАЖДУЮ СУББОТУ И ВОСКРЕСЕНЬЕ С 09:00 Ч. ДО 16:00 Ч. НА ТЕРРИТОРИИ 2 СЕКТОРА ГИПЕРМАРКЕТА «АЛТЫН АЛМА»

ПРЕДСТАВИТЕЛИ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ОТРАСЛИ ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПРИНЯТЬ УЧАСТИЕ НА ЯРМАРКЕ. АРЕНДА МЕСТ БЕСПЛАТНО!
ТЕЛ. ДЛЯ СПРАВОК: 8 701 520 56 97

ЖДЁМ ВСЕХ!!!

Общественный совет поддержал повышение тарифа на проезд в автобусах

Девять членов общественного совета проголосовали «за» и пятеро — «против».

Кристина КОБИНА

26 сентября акимат Уральска опубликовал проект постановления о повышении стоимости тарифа на проезд в автобусах. Предлагается, чтобы плата за проезд была: при безналочном расчёте — 120 тенге (сейчас 80 тенге), при наличном — 200 тенге (сейчас 150 тенге).

Уральцы активно обсуждали повышение стоимости проезда. 28 сентября заместитель акима объяснил, что без роста тарифа пассажирский транспорт города «встанет».

12 октября повышение стоимости проезда обсудили на общественном совете. Присутствующие задали вопросы замкаиму Уральска Асхату Кульбаеву, почему за счёт обычных людей пытаются закрыть «дыры» в бюджете. И почему не повышают стоимость проезда постепенно.

— На основе методики, которая является нормативным актом, выполнены расчёты стоимости проезда. Самый дешёвый проезд на сегодня составляет 218 тенге, если в основу брать маршруты №22 или №5.

Если брать маршрут №16, то там сумма билета составляет от 300 до 1 200 тенге. Эти цифры могут полностью обосновать, — сказал Асхат Кульбаев.

По словам замкаима, методика хороша тем, что затрагивает практически все затраты и пассажиропоток. Когда люди оплачивают за проезд 80 тенге, то разницу компенсируют из бюджета. За последние пять лет субсидирование выросло более, чем в десять раз. И составляет почти 15% бюджета города, заверил чиновник.

— Если оставим так же, как говорите, то придётся поднимать субсидии как минимум на два миллиарда тенге. Если считаете, что в бюджете города есть такие деньги, думаю, что вы ошибаетесь. Если перевозчикам эти деньги не доплатить, то они начнут «задыхаться», — говорит Кульбаев.

Он считает, что их подход прагматичен. За каждой выплатой стоят средства из государственного бюджета, а значит деньги налогоплательщиков. Повышение тарифа не является самоцелью, но «выхода другого нет».

— Я считаю, нельзя ру-

бить хвост кошки по частям. Если мы примем промежуточные решения, то войдем в ту же стадию, что и сегодня. Опять придём к дефициту, — ответил замкаима.

Член общественного совета Гулбаршын Муштанова отметила — хорошая тенденция, что многодетные матери, участники ВОВ и категории людей с инвалидностью будут ездить на общественном транспорте бесплатно. Затем предложила дополнить список и включить в социальную группу родителей детей инвалидов не только первой группы, но и остальных.

— Очень хорошее предложение, и я сейчас дам поручение, чтобы собрали статистику. Вы правы, что это не будет большой нагрузкой для бюджета. В течение десяти дней постараюсь подготовить включение дополнительных категорий, — ответил Кульбаев.

После замкаима предложили улучшить качество пассажироперевозок и включить в категорию бесплатного проезда и детей до 14 лет.

Член общественного совета Закир Хамзин считает, что в основном автобусами

пользуются люди из уязвимых слоёв населения. Для них повышение проезда на 20 тенге — большая сумма.

— Почему никто не озвучивает заработную плату водителя автобусных парков и прибыль предприятия? Почему не устроили льготы для студентов? Мы обсуждаем, что это бремя мы возлагаем либо на пассажиров, либо на субсидии. Почему третья сторона, именно перевозчиков, никто не затрагивает? Насколько эффективно они работают? Какая у них прибыль? Вы показываете прибыль того человека, который с утра до ночи крутит баранку. Самое интересное для людей — узнать, какой доход компаний, — сказал Закир Хамзин.

Асхат Кульбаев сказал, что по закону они запрашивают только определённые данные у перевозчиков, сверх этого списка уже не могут.

— Мы запрашиваем только то, что ложится в основу автомобильных перевозок, — пояснил замкаима. — Что касается студентов, то работа ведётся. От 12 до 25 лет — это активная часть населения. И вопрос проездного билета рассматривается. От лица перевозчиков

выступил учредитель компании ТОО «Западно-Казахстанский автобусный парк» Марат Абдрахманов. Он пояснил, что себестоимость перевозки одного пассажира составляла 240 тенге при установленном тарифе 80 тенге. При всём при этом перевозчик получал лишь 30% от того, что должен получать.

— Мы не можем купить новые автобусы и создать качественное обслуживание. Ни один нормальный водитель не хочет садиться в автобус, которому уже 17 лет. В конце концов эти автобусы сошли с линии. Мы купили 30 автобусов на 1,6 млрд тенге. Из-за слабого субсидирования ежемесячно должны платить 23 миллиона лизинговых платежей. В прошлом году за просрочку заплатили 10 млн штрафов, потому что нас нормально не субсидировали, — рассказал Марат Абдрахманов.

Он отметил, что в этом году они закупили 23 новых автобуса, но водителей по-прежнему не хватает.

— Вы должны понимать, что труд водителей тяжёлый. С шести утра на ногах. О такой зарплате водителей мы и не мечтали, действительно платим 375

тысяч тенге на руки. Заплатили за полгода налогов на 520 миллионов тенге. До конца года сумма поднимется до 700–800 миллионов тенге. Никогда ни один перевозчик такие налоги не платил, потому что были старые автобусы, не могли платить официально зарплату. Последние два года работаем «по-белому». При всём при этом 30% водителей не хватает. Автобусы есть, но они стоят. И ничего мы не можем сделать с этим, — пояснил Абдрахманов.

В отношении зарплат руководителей он ответил, что его зарплата составляет 350 тысяч тенге. Однако сумму дохода компании не озвучил. Лишь отметил, что как указано в расчётах, прибыль компании составляет 15%. Но они его недополучают.

— Какая прибыль может быть, если мы не получаем свою доходную часть, — сказал Абдрахманов.

По итогам голосования за тариф в 120 тенге девять членов общественного совета проголосовали «за» и пятеро — «против». Когда именно вступит в силу новый тариф, пока неизвестно. После завершения всех юридических процедур власти должны официально объявить дату, когда проезд станет дороже.

Кроме этого, борцы с

20 млн тенге отдали мошенникам жители ЗКО

Полиция проводит расследование.

Дана РАХМЕТОВА

Восемь фактов мошенничества зарегистрировали полицейские ЗКО за три дня, передаёт Polisia.kz.

В одном случае пожилая женщина передала злоумышленникам пять миллионов тенге. За эти деньги она хотела «откупить» родственника от «уголовной ответственности».

Ещё одна жительница ре-

гиона лишилась трёх миллионов тенге. Завладев её данными, мошенники оформили кредит на имя потерпевшей.

— Чтобы не стать жертвой мошенников, необходимо соблюдать простые правила. Не производить каких-либо онлайн-операций по инструкциям в ходе телефонного разговора от неизвестных лиц. Не скачивать и не устанавливать на телефон неизвестные приложе-

ния. Если вам позвонили на мобильный и представились сотрудником банка или правоохранительного органа, прервите разговор и обратитесь в ближайший отдел полиции или позвоните на номер 102, — напомнили правоохранители.

Обратились они и к так называемым дропперам, которые помогают мошенникам забирать деньги у жертв. Им грозит ответственность как пособникам преступлений.



Ребёнок ошпарился бульоном в детсаду

Девочка получила 20–25% ожогов кожных покровов.

Арайлым УСЕРБАЕВА

Инцидент произошёл 10 октября в детском саду «Балбобек», который находится в микрорайоне Северо-Восток. По словам мамы ребёнка, в обеденное время ей позвонили с дошкольного учреждения и попросили срочно приехать. Прибыв на место, женщина увидела свою дочь всю в волдырях. Она получила ожоги лица, руки и обеих ног.

— Приехала скорая и оказала первую необходимую

помощь. Сейчас ребёнок лежит в реанимации, состояние тяжёлое. Я хочу, чтобы наказали всё руководство детского сада и поваров за то, что дали кипящий суп. Какой-то ребёнок толкнул её. Где была нянечка? Воспитатель? Куда смотрели клетки, верхней и нижней конечности справа, левого и правого бедра. Сейчас она находится в отделении реанимации областной детской многопрофильной больницы. Врачи оценивают её состояние как тяжёлое. Она получила 20–25% ожогов

кожных покровов. По данному факту полицейские начали досудебное расследование по статье 141 УК РК «Ненадлежащее исполнение обязанностей по обеспечению безопасности жизни и здоровья детей». Между тем в отделе образования Уральска сообщили, что допустившие грубые нарушения воспитатель и нянечка будут уволены. А исполняющая обязанности заведующей получит «строгий выговор».

В школах работали учителя с поддельными дипломами

Ещё 130 человек приняли на работу без открытого конкурса.

Арайлым УСЕРБАЕВА

В Казахстане на все вакантные и временно открытые должности государственная организация образования проводит конкурс. Исключением являются малокомплектные школы.

Однако, по словам руководителя антикоррупционной службы по ЗКО Адильхана Сабурова, 49 организаций образования приняли на работу более 130 человек без проведения конкурсного отбора.

Кроме этого, борцы с



коррупцией выявили 11 преподавателей из Таскалинского, Казталовского, Шынгырлауского и района Байтерек, у которых были дипломы с «признаками

подделки». Позже вузы не подтвердили выдачу дипломов. На основании поддельных документов учителя получили сертификаты о присвоении квалифика-

ции. А в последующем получили за это доплаты на общую сумму в 13,9 миллиона тенге. Стражи порядка завели уголовные дела, виновные оштрафованы.

ТРИ ШКОЛЫ РАБОТАЛИ БЕЗ ЛИЦЕНЗИИ

Без разрешительных документов функционировал и один детский сад.

В нескольких образовательных учреждениях ЗКО выявили коррупционные риски, сообщил глава антикоррупционной службы региона Адильхан Сабуров.

Четыре организации образования работали без лицензии. Это начальная школа «Ынтымак» в Таскалинском районе, общая средняя школа Жамбыл в районе Байтерек, Озерновская общая средняя школа в этом же районе. И школа-ясль-детский сад №18 «Комплекс» в Уральске.

Не имея лицензий, школы на протяжении двух лет выдавали аттестаты об основном и общем среднем образовании.

Мониторинг также показал, что 13 руководителей организаций образования, подлежащие ротации, её не прошли.

Арайлым УСЕРБАЕВА

9 КАНДИДАТОВ ПОДАЛИ ЗАЯВКИ НА ВЫБОРЫ АКИМА РАЙОНОВ

Акимов изберут в трёх районах области.

На сайте акимата ЗКО опубликовали итоги регистрации кандидатов в акимы Бокеевординского, Каратобинского и Таскалинского районов. Выборы пройдут 20 ноября.

Шестого октября председатель избирательной комиссии по ЗКО Гайса Капаков рассказал, что выдвинуты 16 кандидатов. Десятого октября завершилась регистрация кандидатов и началась предвыборная агитация, которая продлится до четвёртого ноября.

Зарегистрировались всего девять кандидатов, по трое человек в каждом районе.

На сайте сообщается, что в Бокеевординском районе зарегистрировались Нурлыбек Дауменов от партии АМАНАТ, Нарынбек Кереш и Мирамбек Гильманов — самовыдвиженцы.

В Каратобинском районе: от партии АМАНАТ Кадыржан Суйеугалиев, двое самовыдвиженцев — Ермек Сайнов и Канат Муханов.

В Таскалинском районе в порядке самовыдвижения зарегистрировался Мэлс Нарыков, от «Народной партии Казахстана» Бекжан Тужканов и от партии АМАНАТ Талгат Шакиров.

Кристина КОБИНА

РАСПИСАНИЕ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 17 ПО 23 ОКТЯБРЯ

Дата / Время	0	3	6	9	12	15	18	21
17 октября вт	3	2	1	1	2	3	2	2
18 октября ср	3	2	2	2	2	2	2	2
19 октября чт	2	2	2	2	2	2	2	2
20 октября пт	2	2	2	2	2	2	2	2
21 октября сб	2	2	2	2	2	2	2	2
22 октября вс	2	2	2	2	2	2	2	2
23 октября пн	2	2	2	2	2	2	2	2

- 1 Нет заметных возмущений
- 2 Небольшое возмущение
- 3 Слабая геомагнитная буря
- 4 Малая геомагнитная буря
- 5 Умеренная геомагнитная буря
- 6 Сильная геомагнитная буря
- 7 Жесткий геомагнитный шторм
- 8 Экстремальный шторм

ПОГОДА В УРАЛЬСКЕ С 18 ПО 24 ОКТЯБРЯ

СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК
18.10	19.10	20.10	21.10	22.10	23.10	24.10
днем +10° ночью -1°	днем +11° ночью -2°	днем +11° ночью +1°	днем +10° ночью +4°	днем +8° ночью +1°	днем +7° ночью -2°	днем +9° ночью 0°

14-летняя спортсменка вновь стала чемпионом мира

Эрика Ганина за пять лет занятий единоборствами стала двукратной чемпионкой мира. Семья вынуждена оплачивать все поездки на соревнования самостоятельно.



Жулдызхан ЛОСЬ

Четырнадцатилетняя девочка своё первое золото получила на чемпионате мира по Muay Thai (Тайский бокс — прим. автора) в прошлом году. В этом году она стала лучшей в Gamta MMA (единоборство с сочетанием множества техник). В планах у чемпионки к 18 годам соревноваться с профессионалами.

По словам Эрики, в спорт её привел отец. В детстве показывал приемы, а потом отдал на секцию каратэ. Уже через пол года девочка отправилась на соревнования, где познакомилась с Кариной Сисеновой — чемпионкой мира по MMA. Девятиклассница вдохновилась победами коллеги по цеху и стала упорно тренироваться. Когда семья проживала в посёлке, глава семейства возил дочь на тренировки каждый день.

Для меня примером служит мой тренер, на втором месте Хабиб Нурмагомедов. А свой первый шаг я сделала благодаря Карине Сисеновой. Серьёзно заниматься начала с 2019 года, в 2020 переехали из посёлка в город. У нас в зале всего две девочки занимаются, мы работаем наравне с мальчишками. У меня сейчас планы построены только на 10–15 лет, я буду продолжать развиваться. А в 20 лет — выйти на профессиональный уровень. Мой тренер мне как второй отец, мы тренируемся с девяти лет.

Отец Эрики рассказал, что дочь с детства была активной. Поэтому когда в посёлке открылась секция каратэ, девочку сразу же туда записали. От первых побед семья ждала хотя бы медали за третьи места в областных соревнованиях. Никто не мог подумать, что медали будут с чемпионатов мира.

— Я её возил каждый

день за 45 километров на тренировки, домой мы приезжали в 23 часа. Это продолжалось где-то полтора года. Потом дочь выиграла чемпионат Казахстана по jiu jitsu (японское элитарное боевое искусство), её заметили. Да и желаниа у неё больше появилось. Ездим мы везде за свой счёт, очень тяжело собирать деньги. На Малайзию мы миллион с лишним собирали. В долги залезли, машину продали. Все выступления смотрим в прямом эфире. Сейчас она двукратная чемпионка мира, а помощи никакой нет. Нам ни поздравлений, ни грамоты не дали, — говорит мужчина.

Марат Шергалиев — основатель бойцовского клуба SVR mma и тренер Эрики. Мужчина в спорте с детства, начинал свой путь с национальной борьбы казахша курес, затем перешёл на грэпплинг (разновидность борьбы) и MMA. Выступал на областных, республиканских и мировых чемпионатах.

— Когда мои воспитанники побеждают — это лучшее, что может случиться в моей работе. С Эрикой мы вместе почти пять лет. Конечно, хотелось бы отметить Руслана Аристанова, который поставил ей базу и Тимура Ешева, который продолжил заниматься с ней и вывел на мировой уровень. С самого начала Эрика была образцом дисциплины. Спасибо её родителям. Особенно отцу Сергею, который ещё в самом начале возил её каждый день на тренировки с посёлка, — говорит тренер Эрики Марат Шергалиев.

Четырнадцатилетняя девочка является чемпионкой Казахстана и мира по Муай Тай. Так же победительницей турнира Turkic world по грэпплингу, бронзовый призёр чемпионата РК по Панкратиону, и многих областных, республиканских и международных турниров. По словам тренера, Эрика работает наравне со всеми, и даже встаёт в пару с тренером. Так как она девочка, её нагрузки пытаются снизить. Но она не любит, когда так делают и всегда работает на максимум.

— Дисциплина бьёт талант. 1% таланта и 99% труда. Вот, что отличает чемпионов от обычных спортсменов. Эрика в этом плане очень строга к самой себе. У неё чемпионское мышление: нет мысли, что она проиграет... Наши поездки мы оплачиваем сами. Федерация, к сожалению, нам не помогает. Спасибо моим друзьям, которые поддерживают нашу команду. Эрика занимается бесплатно. Абонемент на тренировки, спортивные добавки для восстановления после тяжёлых тренировок, бинты для рук, капа для защиты зубов. Итого в среднем выходит 30–40 тысяч тенге в месяц, — рассказал Марат Шергалиев.

Вместе с Эрикой и другие Уральские спортсмены показали хорошие результаты на чемпионате мира. Муслим Болатжан занял первое место, мальчику всего девять лет. Десятилетний Ахмад Болатжан получит второе место, а восьмилетнему Расулу Алибекову присудили третье место.

Кроме того, в начале сентября уральские спортсмены заняли призовые места на чемпионате Азии по грэпплингу. Эльнара Таскалева и семилетний Аслан Искандиров привезли золото, а пятилетний Аскар Омар и Уали Кисамбаев, который выступал в категории 18+, привезли бронзовые медали.

Фото Ивана Певятикова

Дебелей

О МЕДИЦИНЕ И НЕ ТОЛЬКО.



Как одеваться зимой, чтобы не заболеть? Отвечает врач

Пренебречь правилами можно, только если на улице вы будете не больше пяти минут.

Из года в год многие оказываются не готовы к наступлению холодов и не могут одеваться по погоде. В том числе из-за этого осенью и зимой мы чаще простужаемся и болеем. Вместе с врачом Николаем Дубининым разбираемся, на что обращать внимание и как научиться одеваться так, чтобы не мерзнуть.

КАК НЕ НАДО

Есть миф о том, что «правильная» зимняя

одежда должна плотно прилегать к телу. На самом деле все как раз наоборот: «Если одежда не стесняет движения, а между слоями есть пространство — это помогает лучше сохранять тепло и свободно двигаться».

Еще один стереотип — главное, чтобы одежда была теплой, остальное не важно. На самом деле, при выборе необходимо учитывать три критерия: тепло, защита от влаги и от ветра. Поэтому важен не только процент утеплителя в пуховике или куртке, но и наличие удобного воротника, капюшона и водонепроницаемость материала.

КАКИЕ МАТЕРИАЛЫ ВЫБРАТЬ

При выборе одежды для «минусовой» температуры лучше отдавать предпочтение натуральным материалам, таким как шерсть и кашемир. Среди синтетики исключение можно сделать для флиса.

Эти ткани не только хорошо удерживают тепло, но и дают возможность коже дышать — а это очень важно в зимнее время года. Потеть под одеждой — первый шаг к заболеваниям и снижению иммунитета.

Для зимней обуви материалы лучше натуральной кожи еще не придумали. Такие модели хорошо сидят на ноге, пропускают воздух, но при этом хорошо сохраняют тепло.

СКОЛЬКО СЛОЕВ ОДЕЖДЫ НАДЕВАТЬ

Важнее состава вещей количество их слоев. По большей части именно от этого параметра зависит, насколько тепло вам будет, потому что решающую роль играет прослойка теплого воздуха между предметами одежды.

Определимся по-жест эта схема:

* При температуре выше нуля и высокой влажности можно ограничиться базовым термослоем (футболка, лосины) и комплектом из куртки и брюк с влагозащитой.

* При сухом воздухе и температуре от 0°C до -10°C понадобятся первый легкий слой, термослоем и утепленный верхний слой.

* При температуре от -10°C до -20°C следует добавить еще один теплый слой — например, свитер (флиску). И обязательно позаботиться о варежках

и головном уборе. Пренебрегать схемой можно, если вы уверены, что проведете на улице не более пяти минут.

Во всех остальных случаях (даже для десятиминутной прогулки) следует одеваться по погоде, чтобы не подвергать организм перепадам температур и ненужному стрессу. А вот планируемый уровень физической нагрузки может по праву вносить свои коррективы по принципу: чем выше активность, тем меньше слоев.

КАКИЕ ЧАСТИ ТЕЛА ВАЖНЕЕ ВСЕГО ДЕРЖАТЬ В ТЕПЛЕ

В первую очередь позаботиться нужно о ногах и голове. Дело в том, что изменение температуры ног влияет на почки, органы дыхания и мочеполовую систему.

А переохлаждение головы приводит к снижению иммунитета и негативно влияет на центральную нервную систему. Поэтому при отрицательных показателях термометра, а также при снеге и сильном

ветре необходимо носить теплый головной убор.

Фото с сайта catherine.schillingallery.com

Источник: www.sport-express.ru

@doctor_vera_rehabilitolog

врачебный кабинет

Доктор Вера

8 (7112) 51 33 52
+7 705 126 27 33
+7 702 866 30 57

ул. Кусанова, 53 | мкр. Жана Орда, 67/2 (2 эт.)

Радуга Звук

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Оказываем услуги по изготовлению индивидуальных слуховых аппаратов

Высокая слышимость

г. Уфа, ул. Д. Нурмагомедов, 12
8 (7112) 513 33 52 8 (7112) 513 33 52

Светлана Ибрагимова, Д. Д. 46
Высокая слышимость

8 (7112) 513 33 52 8 (7112) 513 33 52

HALYK BANK

Может ли вросший ноготь привести к ампутации ноги?

Вросший ноготь по-научному называется онихокриптозом. Под термином понимают ситуацию, когда ногтевая пластина врастает в боковой кожный валик.

В результате палец болят и человеку становится сложно передвигаться. Чаще всего эта проблема характерна для больших пальцев ног. Если вросший ноготь не лечить, то может появиться много неприятных последствий. Например, в ноге может «тукать», и симптомы будут усугубляться все больше. Также заболевание может рецидивировать, при этом применяемая лекарственная терапия может быть кратковременной.

Из-за того, что воспаление серьезное, возникает вопрос: а не может ли вросший ноготь стать причиной ампутации ноги? Об этом aif.ru рассказала врач-дерматолог, трихолог, косметолог Татьяна Егорова.

Зачастую вросший ноготь не может стать причиной ампутации ноги. Самое страшное в большинстве случаев — это панариций, то есть нагноение. Сначала при врастании появляется боль, покраснение в пораженной области, отекает область, отечность тканей. Чем дольше ситуация остается без лечения, тем сложнее могут быть последствия. Постепенно будет дотронуться до пальца, ходить станет сложнее, ведь обувь попросту станет не надевать. Все это приведет к серьезному ухудшению качества жизни.

Лечить вросший ноготь надо обязательно. Делают это подологи. У них есть специальный спектр методов, включая установку специальных скоб на ногти. Кроме того, требуется специальный лечеб-

ный маникюр/педикюр, возможно, целый курс таких процедур с определенной периодичностью (как раз его определяет подолог в зависимости от состояния ногтевой пластины). Если ситуация дошла до панариция, следует обращаться к хирургам, которые примут решение о вмешательстве. Зачастую нагноение лечат в гнойной хирургии.

Надо учитывать, что все же есть состояние, когда следует особое внимание уделить вросшему ногтю. Это сахарный диабет. При такой патологии ногти врастают нередко. Риск увеличивается из-за нарушения микроциркуляции в тканях и сбоях чувствительности, а также из-за падения иммунитета. На фоне этого ухудшается зажив-

ление. Человек может просто не почувствовать, что у него есть проблемы с ногами, руками и ногтями. Из-за плохого заживления ран у таких пациентов может развиваться гангрена, которая по мере прогрессирования приводит к потере конечности. Поэтому диабетикам следует уделять особое внимание качеству своего педикюра и маникюра, а также проводить осмотры своих ногтей, рук и ног ежедневно, даже если ничего не беспокоит ни физически, ни визуально. Если же появляются какие-тостораживающие признаки, то не стоит справляться с ними самостоятельно, надо сразу же обращаться к врачу.

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

Батыс Қазақстан облысының әкімдігі денсаулық сақтау басқармасының «Облыстық фтизиопульмонология орталығы» шаруашылық жүргізу құқығындағы мемлекеттік коммуналдық кәсіпорны келесі мемлекеттік қызметтерді көрсетеді:

- 1) «Туберкулезге қарсы ұйымнан анықтама беру» тегін, www.egov.kz электрондық портал арқылы
- 2) «Стационарлық науқастың медициналық картасынан көшірме беру» — тегін.
- 3) Еңбекке уақытша жарамсыздық парағын беру.

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

ГКП на ПХВ «Областной центр фтизиопульмонологии» оказывает следующие государственные услуги:

- 1) «Выдача справки с противотуберкулезной организации» — бесплатно, через электронный портал www.egov.kz
- 2) «Выдача выписки из медицинской карты стационарного больного» — бесплатно.
- 3) Выдача листа о временной нетрудоспособности

Обращаться по адресу: ул. С. Тюленина 51, тел.: 21–29–47.

ГКП на ПХВ «Областной онкологический диспансер» ОКАЗЫВАЕТ УСЛУГИ НА ПЛАТНОЙ ОСНОВЕ:

Консультация:
— Онколога
— Маммолога,
— Бронхиолога
— Гинеколога
— Уролога
— врачи КМН, высшей, 1 и 2 категорий

Отделение эндоскопии:
— ФГДС
— тотальная колоноскопия
— бронхоскопия.
— Видеоректосигмоидоскопия
— Спирография

Отделение хирургии:
— Удаление

липом, папиллом, атером и других доброкачественных новообразований.
— Секторальная резекция молочной железы (киста молочной железы, фиброаденома, узловатая мастопатия).
— Конизация шейки матки.

Отделение лучевой терапии:
— Близкофокусная терапия — это лечение пяточных шпор, артритов, бурситов, невритов, деформирующих и т.д.
— Компьютерная томография,
— Рентгенография и мам-

мография.
— УЗИ всех органов в т.ч. — мягких тканей, сосудов, репродуктивной системы и грудных желез мужчин.

Консультация на аппарате Дерматоскоп
Дерматоскопия: — это современный, безопасный

безболезненный и быстрый метод обследования различных новообразований на поверхности кожи (папилломы, родинки, невус и т.д.)
Цитологические и гистологические исследования.
Клинико-диагностическая лаборатория.

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



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

ОБЪЯВЛЕНИЕ

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

1. Врач психиатр (взрослый, детский) - 6 ед.
2. Врач психотерапевт - 2 ед.
3. Медсестра - 10 ед.
4. Санитар - 10 ед.

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

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

ХАБАРЛАНДЫРУ

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

1. Дәрігер психиатр-нарколог - 6 бірл.
2. Дәрігер психотерапевт - 2 бірл.
3. Медбике - 10 бірл.
4. Санитар - 10 бірл.

Қойылатын талаптар: Жоғары білім (дәрігер үшін). Өтініш білдірген тұлғаларға төмендегідей құжаттарды тапсырулары қажет: медициналық кітапша және келесі құжаттардың көшірмелері: жеке куәлік, диплом, маман сертификаты, тиісті біліктілік санаты берілетін маман куәлігі (болған жағдайда), біліктілігін арттырғаны туралы куәлік, еңбек кітапшасы, әскери билет, фотосурет (3x4) — 1дана, (психикалық, наркологиялық, туберкулез) есепте тұрмайтыны туралы анықтамалар, өмірбаян, скоросшиватель, кадр есебі жөніндегі жеке іс парағы.

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

Прейскурант цен на платные услуги, оказываемые в ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центре»

№ Наименование	Стоимость/тг
Рентгеноскопия органов грудной клетки	1145
Рентгенография позвоночника в 2–х проекциях	2120
Рентгенография пальцев	1536
Рентгенография ключицы	1796
Рентгенография турецкого седла	1557
Рентгенография кисти	1934
Рентгенография стопы	1714
Рентгенография стоп на плоскостопие	1370
Рентгенография придаточных пазух носа	960
Рентгеноскопия пищевода	3900
Рентгеноскопия желудка	3900
Рентгеноскопия тонкого кишечника	3900
Эхокардиография сердца	8000
Эхокардиография чрезпищеводная	8000
Печень (и желчный пузырь)	5314
Поджелудочная железа	5028
селезенка	3800
Почки и надпочечники	5412
Печень+желчный пузырь+поджелудочная железа+селезенка	5548
Предстательная железа и яички	2870
УЗИ щитовидной железы	3636
Обследование с нагрузкой велоэргометрия	6000
Суточное мониторирование АД	7000
Холтеровское мониторирование ЭКГ	7500
Тредмил–тест	7500
ФГДС (фибробрастродуоденоскопия)	8000
ЧП ЭФИ	10000
Пункция и дренирование плевральной полости	10000
Пункция перикарда	12900
Пункция брюшной полости	12900
Анализ	
Общего белка	640
альбуминов	1610
Тимоловая проба 840	
Билирубин общий	740
Билирубин прямой	740
мочевины	860
креатинина	810
Креатинин кеназы	1649
Глюкозы крови из вен	1420
Шлюкозы крови из пальца	690
Глюкозы мочи	470
В–липопротеидов	878

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

ПОКУПАЕМ ДОРОГО СОВЕТСКИЕ ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ ПРИБОРЫ: ОСЦИЛЛОГРАФЫ, ГЕНЕРАТОРЫ, ЧАСТОТОМЕРЫ, РАДИОСТАНЦИИ, ЛЕН, АНГАРА, ВИОЛА И ДР. ПЛАТЫ, РАДИОДЕТАЛИ, КОНТАКТОРЫ И ДР. ОБРАЩАТЬСЯ ПО ТЕЛ.: 8-705-716-40-91, 8-777-397-19-98

ОРГАНИЗАЦИЯ, ЗАНИМАЮЩАЯ ГРУЗОПЕРЕВОЗКАМИ ПРИМЕТ НА РАБОТУ ВЕСОВЩИКА

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 8 778 359 98 98

ВЕСТИ БИЗНЕС БЕЗ РЕКЛАМЫ – ВСЕ РАВНО, ЧТО ПОДМИГИВАТЬ ДЕВУШКЕ В ПОЛНОЙ ТЕМНОТЕ.

513 598 МОЙГОРОД

холестерина	550
Холестирин высокой плотности	2310
Холестерин низкой плотности	2467
Трансаминаз АСТ	1161
Трансаминаз АЛТ	1377
КФК на анализаторе	1196
Альфа–амилаза	1161
ЛДГ на анализаторе	1610
фибриногена	740
Коагулограмма (5 параметров)	2667
«С» реактивный белок	2539
Определение группы крови	900
Определение резус–фактора	1480
микрореакция	350
триглицериды	1600
железо	1457
кальция	950
Стационарное лечение по желанию пациентов в условиях сервисной палаты	4450
Консультативный прием врача–кардиолога	5000
Консультативный прием врача–хирурга	5000
Снятие ЭКГ	2000
Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Стабильная стенокардия напряжения ФК 2–3 ст.	221817
Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Нестабильная стенокардия	199680
Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: артериальная гипертензия 2–3 ст	155212
Острый инфаркт миокарда	384057
Нарушение ритмов сердца	166154
Ишемическая кардиомиопатия	157014
Гипертрофическая кардиомиопатия	116454
Пролапс митрального клапана	157324
Послеоперационная реабилитация в раннем периоде	234939
Послеоперационная реабилитация (после 6 мес до года)	234939
Аортокоронарное шунтирование	3306209
Коронароангиографическое исследование сосудов (через руку)	261908
Введение стента в коронарные артерии без лекарственного вещества	1254225
КАГ и стентирование коронарных сосудов с лекарственным покрытием	112110
Введение стента в коронарные артерии с лекарственным веществом	1457827
Введение постоянного ЭКС первоначальное или его замена	2048810
Стентирование почечных, подвздошных, бедренных артерий	1254225
Эндоваскулярная баллонная ангиопластика сосудов	752764

Адрес: г. Уральск, пос. Деркул, ул. Лагерная Тел: 8 7112 21–70–19, 21–72–99

Лицензия ЛП00618DL №0181102 от 19.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

Вы обязательно истратите слишком много, если захотите сэкономить на хорошей рекламе. Это подобно покупке билета на три четверти пути в Европу: вы потратили деньги, но туда не доехали.

513 598 МОЙГОРОД

МОЙГОРОД УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Собственник: ТОО «МедиаСтарт 2012». Свидетельство о постановке на учет ППИ №12639-Г от 26.03.2012 г., выдано Министерством культуры и информации РК.

Газета выходит еженедельно, в среду.

Директор: Тулисова О. М.

Главный редактор: Кайенденова А. Б.

Шеф-редактор: Махметов М. В.

Дизайн и верстка: Иманалиев Т. Журналисты: К. Кобина, А. Усербаева.

Фотокорреспондент: М. Медресов.

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

Адрес редакции: г. Уральск, ул. Нурленской, 12/1, офис №102.

Редакция: 51–39–97. **Рекламный отдел:** 51–35–98. **Факс:** 50–06–78. **e-mail:** mg_500678@mail.ru

Тираж данного выпуска: 2 700 экз. Газета отпечатана в ТОО «Полиграфсервис».

Адрес типографии: г.Уральск, ул. Л. Толстого, 27/6. Тел.: 50–51–46.

Материалы, опубликованные со знаком Р, а также под рубриками «Новости компаний» и «Бизнес» носят рекламный характер. Ответственность за достоверность и содержание рекламных сообщений несет рекламодатель. Передача газетных материалов полнотой или частично без письменного разрешения редакции запрещена. Редакция не публикует, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы.