



№ 52 (647) 27 декабря 2023 г.

Обсуждайте новости в наших группах социальных сетей.

Все новости Уральска и области на нашем сайте

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

Гламурная «Мимоза»

Ингредиенты

- 3 яйца
- 2 отварных морковки
- Пучок зеленого лука
- Пучок рукколы
- 1 крупный свежий огурец
- 200 г мягкого творожного сыра
- 350 г свежей горбуши
- 1 лимон
- 1 ч. л. соевого соуса
- 200 г сметаны
- 1 ч. л. Горчицы
- Соль, перец по вкусу



Горбушу (филе или кусок тушки) маринуем с солью, перцем и соком половинки лимона. Через 30–40 минут запекаем рыбу в духовке на режиме гриля в течение 10 минут. Рыбка должна получиться не сухой, влажная внутри. Смешиваем соус для салата: для этого соединяем горчицу со сметаной, соевым соусом и оставшимся лимонным соком.

Ставим на блюдо кулинарное кольцо. На дно кладем слегка порванную рукколу, сбрызгиваем соусом, сверху кладем небольшие волокна рыбки. Следующий слой — сыр, затем свежий огурец, морковка и яичный белок (все слои, кроме сырного, промазываем соусом). Завершаем слоем зеленого лука и затем яичного желтка. Сверху соус не кладем. Даем салату настояться, перед подачей убираем кольцо и украшаем блюдо ломтиком лимона.

Царский салат с креветками и сыром

Ингредиенты

- 20 крупных креветок (лучше очищенных)
- Сок 2 лимонов
- 2 спелых авокадо
- 150 г сыра пармезан
- 5 ломтиков белого хлеба
- 3 дольки чеснока
- 50 мл оливкового масла
- Салат айсберг
- 2 ч. л. жидкого меда



Креветки маринуем в половине лимонного сока с медом. Оливковое масло прогреваем в сковороде с толстым дном вместе с раздавленными зубчиками чеснока. Затем вынимаем чеснок, в масле обжариваем креветки до корочки, потом кубики белого хлеба. Рубим салат айсберг, добавляем креветки, натертый сыр, ломтики авокадо, политые оставшимся лимонным соком.

Новогоднее меню на 2024 год: Новогодние блюда с рецептами

Вы уже придумали, что приготовить на Новый год? Судя по тому, что пишут астрологи про Зеленого Деревянного Дракона, меню на новогодний стол — 2024 должно немного отличаться от предыдущих, ведь этот восточный чревоугодник не приемлет консервов, продуктов быстрого приготовления и даже копченостей. Некоторые новогодние рецепты придется немного переименовать, чтобы угодить символу года.

Мясная закуска

Ингредиенты

- 20 куриных крылышек
- 1 ч. л. Соли
- 6 зубчиков чеснока
- 1 ст. л. растворимого кофе
- ? стакана соевого соуса
- 3 апельсина
- 1 ст. л. тростникового сахара
- Соль, перец



Выжимаем сок из двух апельсинов, снимаем с них цедру и измельчаем в ступке. Все соединяем с соевым соусом, солью, сахаром, кофе, добавляем немного перца, измельченный чеснок. Выкладываем крылышки на противень, выстланный фольгой или пергаментом, поливаем соусом, жарим 20 минут на режиме гриля при температуре 200 градусов. Затем переворачиваем крылышки, поливаем оставшимся соусом и дожариваем еще 10 минут.

Основное блюдо из мяса «Купаты домашние»

Ингредиенты

- 2 кг бараньего фарша
- 200 г курдючного жира
- 4 крупных луковички
- Соль, перец, тмин, зира — по вкусу
- Промытые и готовые кишки (можно заказать у мясника)

Измельчаем фарш в блендере, чтобы получилась мягкая, но неоднородная масса. Мелко рубим лук и курдюк, смешиваем с фаршем, добавляем специи по вкусу. Можно влить пару ложек воды для сочности. Начинаем колбаски и запекаем в духовке при температуре 200 градусов.

ГАРНИРЫ

В новогоднюю ночь основная задача гарнира — не придать блюдам сытности (с этим проблем не будет), а взять на себя лишний жир основного блюда. Впитать сок рыбы, оттенить яркость соуса к мясу. Дракон — не большой фанат круп, но порция хорошего риса не мешала еще никакому жаркому.

Источник: flowwow.com



№ 52 (647) 27 декабря 2023 г.



Подписывайся и узнавай о событиях первым.

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

ЧТО БУДЕТ С ПЕНСИЕЙ В 2024 ГОДУ

СТР. 3



На сегодня по ЗКО осуществляются более 301 тысячи социальных выплат гражданам. 94 тысячи из них — пенсионерам.

НАЦФОНД — ДЕТЯМ: ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УКАЗАНА НЕВЕРНАЯ ДАТА РОЖДЕНИЯ

Жительница Уральска обратила внимание, что в eGov указана неверная дата рождения её детей.

СТР. 2

КАК ИЗМЕНИЛИСЬ ТАРИФЫ НА КОМУСЛУГИ В 2023 ГОДУ

Спойлер: тарифы повысились почти на все коммунальные услуги.

СТР. 4-5

ГОРОСКОП ДЛЯ ВСЕХ ЗНАКОВ ЗОДИАКА НА 2024 ГОД

СТР. 6-7-8

НОВОГОДНИЕ СОВЕТЫ

Как пережить похмелье и переедание, что приготовить на новогодний стол и много других советов.

СТР. 9

ПОДАВАЙ ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

В INSTAGRAM @mgorod.kz

•Купля •Продажа •Обмен

Звоните и пишите в WhatsApp **+ 7 705 320 54 77**

Нацфонд — детям: что делать, если указана неверная дата рождения



Жительница Уральска обратила внимание, что в eGov указана неверная дата рождения её детей.

Жулдызхан ЛОСЬ

Преддверии запуска программы «Национальный фонд – детям» казахстанские родители начали проверять корректность информации о своих детях в личном кабинете на веб-портале «Электронного правительства». И многие столкнулись с про-

блемой — раздел «Сведения о детях» либо пустует, либо в нём не хватает кого-то из детей. Как решить эту проблему, мы уже знаем. Но появилась новая — теперь дата рождения и дата заключения брака не соответствуют действительности. К тому же, в разных приложениях и на сайте информация разная.

Сначала в личном кабинете не отображалась информация о детях, как будто у меня их вообще нет. А их у меня, на минуточку, трое. Информация, что не видно детей, рождённых до 2008 года, тоже не подходит, все трое рождены после 2008 года. Затем я добавила детей по ИИН, и после этого дата рождения детей и дата заключения брака стоит неверная. То есть, день свадьбы тоже самое.

Между тем, в приложении Kaspi все даты сходятся с документами. Интересно, почему такая ошибка выходит? Изменить самостоятельно не получается. Это сделано для того, чтобы потом мне сказали, что у меня ошибка в данных, и поэтому выплат не будет? — сказала жительница Уральска Роза.

Журналист связался с операторами единого центра и ЕНПФ. Выяснилось, что чтобы исправить ошибку в личном кабинете, достаточно обратиться в техподдержку электронного правительства. Для этого нужно сфотографировать разделы с неверными датами и отправить фото с описанием проблемы в telegram-чат eGov.kz или на почту support@goscorp.kz.

■ Оператор call-центра ЕНПФ ответила, что дата рождения обязательно должна совпадать с номером ИИН. В противном случае открыть счёт для начислений по программе «Национальный фонд – детям» будет невозможно.

Проект предусматривает отчисление 50% от ежегодного инвестиционного дохода Нацфонда на специальные накопительные счета детей до достижения ими 18 лет. По предварительным подсчётам, за 18 лет ребёнок накопит 3 500 долларов. Средняя сумма начислений за год составит 150–160 долларов. Деньги можно будет потратить на учёбу в Казахстане или за рубежом, либо приобрести на них жильё исключительно на территории РК. Оператором программы будет ЕНПФ.

15 МЛРД ТЕНГЕ НЕОБХОДИМО НА РЕМОНТ ДОРОГ В УРАЛЬСКЕ В 2024–2025 ГОДАХ

Готова документация на ремонт дорог по 60 объектам.

Как отметил аким города Миржан Сатканов на встрече с населением, в этом году в Уральске началась ремонт 77 километров дорог на 71 улице. Из них на сегодня отремонтировали 40 улиц и построили 54 километра дорог. Остальные объекты завершат в следующем году, что увеличит показатель асфальтного покрытия дорог.

В последнее время состояние дороги на улице Шолохова беспокоило всех жителей областного центра. По прямому поручению акима области в этом году провели капитальный ремонт этой основной дороги. Проект длился два года. На сегодня работы идут к завершению, — сказал градоначальник.

К тому же, готова документация на ремонт дорог по 60 объектам общей протяжённостью 171 километр, на 2024–2025 годы. Среди них 30 проектов предусматривают реконструкцию дорог на семь млрд тенге, 25 проектов — это средний ремонт на 4 млрд тенге и пять проектов — капитальный ремонт на 3,6 млрд тенге. На всё необходимо 15 млрд тенге.

Ещё один очень важный вопрос — улучшение обслуживания общественного транспорта, поэтому вопросу от горожан поступает много жалоб. Среди них долгое отсутствие автобусов на маршрутах, неудобное расписание движений, культура обслуживания водителей и кондукторов. Как вы знаете, на всех маршрутах внедрена электронная система оплаты проезда. В результате доходы перевозчиков увеличились в три раза, налоговые поступления в бюджет в пять раз, занятость — в четыре раза. Сегодня улучшается обновление автобусного парка. В прошлом году было закуплено 79 автобусов, в этом — 85. В результате за последние два года городской автобусный парк обновился почти на 50%, — заявил Сатканов.

Оксана КАТКОВА

Что будет с пенсией в 2024 году

На сегодня по ЗКО осуществляются более 301 тысячи социальных выплат гражданам. 94 тысячи из них — пенсионерам.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

В новом 2024 году в пенсионную систему Казахстана внесли изменения. По словам заместителя директора филиала НАО «Государственная корпорация «Правительство для граждан» по ЗКО Данагуль Кауметовой, со следующего года месячный расчётный показатель (МРП) будут составлять 3 692 тенге. Меняется и размер минимальной пенсии — он составит 57 853 тенге. Прогнозный минимум со следующего года будет равен 43 407 тенге.

Пенсия состоит из двух частей — солидарная и базовая. Солидарная пенсия рассчитывается от трудового стажа, который человек нарабатывает до первого января 1998 года и от его дохода. Базовая пенсия рассчитывается от общего стажа: как солидарного, так и накопительного. С 1 января 2024 года увели-

чится размер солидарной пенсии по возрасту и за выслугу лет на 9% от получаемого размера. Максимальный доход, учитываемый для исчисления размеров вновь назначенных пенсионных выплат по возрасту, с 1 января 2024 года составляет 55 МРП (203 060 тенге — прим. автора). Размеры государственной базовой пенсионной выплаты с 1 января 2024 года устанавливаются в соответствии со статьёй 205 Социального кодекса РК в процентном соотношении к новому размеру прожиточного минимума, — рассказала Данагуль Кауметова.

Кроме этого, по её словам, изменятся размеры государственных социальных пособий по инвалидности и по случаю потери кормильца. Это касается и постояльцев центров оказания специальных социальных услуг и людей, находящихся в исправительных учреждениях. С первого января 2024 года в

связи с увеличением размера прожиточного минимума размеры государственных социальных пособий по инвалидности так же будут увеличены. Размеры социальных выплат по случаю утраты трудоспособности и потери кормильца из государственного фонда социального страхования повышаются с 1 января 2024 года на 7%.

А также изменятся размеры: — специальных государственных пособий, — пособий многодетным матерям, многодетным семьям, — пособий по уходу за ребёнком,

— государственных специальных пособий по списку №1 и №2, — единовременной выплаты на погребение, — единовременного государственного пособия в связи с рождением ребёнка, — ежемесячного государ-



ственного пособия по уходу за ребёнком до достижения им возраста полутора лет. — Размер ежемесячного государственного пособия, назначаемого и выплачиваемого матери или отцу, усыновителю (удочерителю), опекуну (попечителю), воспитывающему ребёнка

с инвалидностью (детей с инвалидностью) и государственного пособия лицу, осуществляющему уход за лицом с инвалидностью первой группы с 1 января 2024 года повышается в связи с увеличением прожиточного минимума, — добавила Данагуль Кауметова.

Фото с архива «МГ»

76,9 млрд тенге внесли жители ЗКО за медицинские услуги

На данный момент 83,3% населения области застрахованы.

Жулдызхан ЛОСЬ

Директор филиала «Фонд обязательного медицинского страхования» по ЗКО Нуржамал Жумагулова на пресс-конференции сообщила, что сумма заключённых договоров за год составляет 76,9 миллиарда тенге. Из них по гарантированному объёму бесплатной медицинской помощи — 47,5 миллиарда тенге. По обязательному социальному медицинскому страхованию — 29,4 миллиарда тенге.

В рамках ГОБМП и в системе ОСМС стационарную помощь оказывают 11 медицинских организаций. Пролечено 45 853 пациентов в плановом порядке. Проведено 15 915 операций в том числе с применением ВТМП (высокотехнологичная медицинская помощь — прим. автора) — 280 услуг. Реабилитацию получили

5 322 пациентов. На уровне АПП оказано 232 637 услуг по реабилитации. За 10 месяцев этого года по антенатальному наблюдению беременных женщин оплачено за 297 тысяч услуг. Скринингом занимаются 28 медицинских организаций, общее количество беременных женщин, находившихся под консультативно-диагностическим наблюдением — 16 649. Профилактические осмотры целевых групп населения фактически оказано и оплачено 379 тысяч услуг, — сказала Нуржамал Жумагулова.

По словам спикера, с внедрением ОСМС финансирование стоматологической помощи выросло по республике в четыре раза. До внедрения страхования стоматологическую услугу можно было получить только в государственных клиниках. Сейчас граждане, попадающие в льготную

группу, могут получить услугу в частной клинике. В системе ОСМС работает порядка 30 клиник, из них 19 государственных и 11 частных.

На процедуру ЭКО в области было выделено 240 квот, у 109 женщин наступила беременность. По программе родилось 22 ребёнка. Вместе с тем, за 11 месяцев лекарствами было обеспечено 138 477 пациентов. Также были проведены три уникальные операции. Директор филиала отметила, что на данный момент 83,3% населения застрахованы, у остальных 113 769 человек страховки нет. По сравнению с прошлым годом, количество не застрахованных граждан уменьшилось на 10 227 человек.

В ОСМС входят следующие медицинские услуги: — профилактические медицинские осмотры; — прием и консультации

врачей узкого профиля по направлению участкового врача;

— динамическое наблюдение профильными специалистами лиц с хроническими заболеваниями;

— оказание стоматологической помощи в экстренной и плановой форме отдельным категориям населения;

— диагностические услуги, в том числе лабораторная диагностика (УЗИ, рентген, КТ, МРТ);

— специализированная, в том числе высокотехнологичная, стационарная медицинская помощь; — обеспечение лекарственными средствами, при оказании специализированной медицинской помощи в стационарных условиях.

Почему уральцы не могут дозвониться до скорой помощи

Из-за сезонных простуд количество обращений на пульт 103 увеличилось.



Жулдызхан ЛОСЬ

Редакцию «МГ» поступают сообщения от жителей города, которые не могут дозвониться до неотложки. Телефонная линия занята, либо на зво-

нок никто не отвечает. — У меня была высокая температура, трудно было дышать. Позвонила на 103, звонила долго, трубку не взяла. Я подумала: наверное, много пациентов, позвоню через минутку. Перезваниваю, трубку

не берут. Через какое-то время я всё-таки дозвонилась, но врача пришлось ждать около 40 минут. Когда моя сестра вызвала скорую, у неё было тоже самое. Сначала дозвониться не могла, потом отвечала на кучу вопросов, а потом

долго ждала врача, — говорит жительница города.

■ В пресс-службе управления здравоохранения ЗКО ответили, что количество обращений на пульт 103 увеличилось из-за сезонных ОРВИ.

— В первую очередь обслуживаются вызовы, относящиеся к первой категории срочности: без сознания, судороги, травмы, ДПП, кровотечения и дети до одного года. Для обслуживания пациентов на дому при вызове участ-

кового врача на дом дополнительно со стороны городских поликлиник организовываются мобильные бригады, — пояснили в ведомстве.

РАСПИСАНИЕ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 26 ДЕКАБРЯ ПО 1 ЯНВАРЯ

Дата / Время	0	3	6	9	12	15	18	21
26 декабря вт	1	1	1	0	1	1	1	2
27 декабря ср	1	1	1	2	3	3	4	2
28 декабря чт	2	2	2	2	2	2	2	2
29 декабря пт	2	2	2	2	2	2	2	2
30 декабря сб	2	2	2	2	2	2	3	3
31 декабря вс	3	3	3	3	3	3	4	4
1 января пн	4	4	4	4	4	4	3	3

- 1 Нет заметных возмущений
- 2 Небольшие возмущения
- 3 Слабая геомагнитная буря
- 4 Малая геомагнитная буря
- 5 Умеренная геомагнитная буря
- 6 Сильная геомагнитная буря
- 7 Жёсткий геомагнитный шторм
- 8 Экстремальный шторм

ПОГОДА В УРАЛЬСКЕ С 27 ДЕКАБРЯ ПО 2 ЯНВАРЯ

СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК
27.12	28.12	29.12	30.12	31.12	01.01	02.01
днем +2° ночью 0°	днем +1° ночью -6°	днем -3° ночью -6°	днем 0° ночью -2°	днем +1° ночью 0°	днем +2° ночью +1°	днем +1° ночью -1°



Как изменились тарифы на коммунальные услуги в Уральске в 2023 году

Спойлер: тарифы повысились почти на все коммунальные услуги.

АРАЙЛЫМ
УСЕРБАЕВА

Входящем году практически все монополи-

сты подали заявки на повышение тарифов на свои услуги. И все они получили положительный ответ. Для уральцев повысилась стоимость на воду, кана-

лизацию, тепло, газ, электричество и проезд. Единственное предприятие, которое не стало подавать заявку, — это ТОО «Орал таза сервис». В по-

следний раз тариф на вывоз мусора для уральцев повышался в октябре прошлого года. И составил 442 тенге для жителей благоустроенных домов, для жителей частного сектора — 451 тенге за одного человека. До этого действовал тариф в размере 286 тенге для жителей многоэтажных домов и 291 тенге для жителей частных домов.

ВОДА И КАНАЛИЗАЦИЯ

ТОО «Батыс су арнасы» уральцев «особая любовь». То и дело горожане жалуются на качество питьевой воды, а многочисленные аварии на водопроводе и канализации уже давно стало обычным делом. Но несмотря на это, в сентябре этого года тариф на воду повысился сразу на 50%. Таким образом среднеотпускной тариф на водоснабжение повысился со 116,24 тенге за кубометр воды до 151,48 тенге. Стоимость всех услуг указана с учётом налога на добавленную стоимость (НДС — прим. автора). В том числе для населения тариф на воду повысился с 45,79 тенге за кубометр до 62,46 тенге. Для бюджетных организаций было 526,69 тенге за кубометр, стало — 592,83 тенге. Для прочих потребителей тариф на воду со-

ставлял 291,24 тенге, новый тариф — 379,52 тенге за один кубометр воды. Вместе с новым тарифом на воду представили и новый тариф на канализацию. Среднеотпускной тариф на водоотведение составлял 146,30 тенге за кубометр, теперь он составляет 188,62 тенге. Для населения тариф повысился с 49,29 тенге до 73,94 тенге. Для бюджетных организаций — с 627,93 тенге до 726,57 тенге. Для прочих потребителей тариф на канализацию составлял 146,30 тенге за кубометр, теперь он составляет 188,62 тенге. Для населения тариф повысился с 49,29 тенге до 73,94 тенге. Для бюджетных организаций — с 627,93 тенге до 726,57 тенге. Для прочих потребителей тариф на канализацию составлял 146,30 тенге за кубометр, теперь он составляет 188,62 тенге.

ТЕПЛОСНАБЖЕНИЕ

Что касается теплоснабжения и горячей воды, то в июне этого года повысился тариф на услуги АО «Жайыктеплоэнерг». Позже предприятие во второй раз подало заявку, мотивируя это тем, что повысилась стоимость газа. Таким образом, в 2023 году среднеотпускной тариф на тепловую энергию повысился до 6206,50 тенге за 1 Гкал. Тогда как на начало года он составлял 5214,78 тенге за 1 Гкал. В том числе для населения тариф на тепло повысился с 3873,37 тенге до 4610,08 тенге. Для бюджетных организаций было 4601,18 тенге, стало 5476,32 тенге. Для прочих потребителей тариф на тепло повысился с 12043,28 тенге до 18256,49 тенге.

ГАЗОСНАБЖЕНИЕ

Газовики так же посчитали действующий тариф нерентабельным и тоже подали заявку на повышение своих услуг. Таким образом стоимость газа для рядовых жителей повысилась с 18,80 тенге за кубометр газа до 20,05 тенге. Для юридических лиц — с 20,75 тенге до 23,8 тенге.

Рост тарифа на передачу и распределение электроэнергии хоть и не сказывается на квитанциях горожан, но всё же повлиял на стоимость электричества. В этом году ТОО «ЗапКаз РЭК» повысило стоимость своих услуг с 7,44 тенге за 1 кВт/час до 8,48 тенге.

ЭЛЕКТРОСНАБЖЕНИЕ

Входящем году ТОО «Батысэнергоресурсы» целых два раза подавали заявки на повышение тарифа на свои услуги. Если в первом случае антимонопольный тариф, после повышения стала

№ п/п	Наименование услуги	Ед. изм.	Было	Стало
			с НДС	с НДС
ТОО «Батыс Су Арнасы» (вода и канализация)				
1.	Водоснабжение среднеотпускной тариф	м ³	116,24	151,48
	в том числе: для населения		45,79	62,46
	для бюджетных организаций		526,69	592,83
	для прочих потребителей	291,24	379,52	
	Канализация - среднеотпускной тариф	м ³	146,30	188,62
	в том числе: для населения		49,29	73,94
для бюджетных организаций	627,93		726,57	
для прочих потребителей	293,97	378,99		
ТОО «ЖайыкТеплоЭнергия» (тепло и горячая вода)				
2.	Тепловая энергия - среднеотпускной тариф	Гкал	5214,78	6206,50
	в том числе: для населения		3873,37	4610,08
	для прочих потребителей		4601,18	5476,32
	для государственных учреждений и государственных предприятий		12 043,28	18256,49
ЗКПФ АО «КазТрансГаз Аймақ»				
3.	Газоснабжение - для жителей	тг /м ³	18,80	20,05
	Для юридических лиц	тг /м ³	20,75	23,8
ТОО «ЗапКаз РЭК»				
4.	Передача и распределение	кВт/ч.	7,44	8,48
ТОО «Батыс Энергоресурсы»				
5.	Электроснабжение - Среднеотпускной тариф	кВт/ч.	23,50	24,61
	Юридические лица		24,91	24,61
	Государственные учреждения и государственные предприятия	кВт/ч.	34,8	24,61
	Физические лица (население)		21,20	24,61

Т во втором случае заявку вернули. Причина — «не соответствие уведомления требованиям действующего законодательства». Но повышение всё же было. Если на начало года среднеотпускной тариф на электроснабжение составлял 23,50 тенге за 1 кВт/час, то на конец года — 24,61 тенге. В том числе для населения стоимость 1 кВт/час электроэнергии утвердили в размере 24,61 тенге, тогда как на начало года он составлял 21,20 тенге. Для юридических лиц тариф меняться не стал и остался на уровне 24,91 тенге. А вот для госучреждений электричество, напротив, подешевело. Если на начало года они платили по 34,8 тенге за 1 кВт/час электроэнергии, то на конец года им снизили тариф до 24,61 тенге.

Проезд. Ещё одним ударом для уральцев стало повышение тарифа на проезд в общественном транспорте. Шестого декабря депутаты городского маслихата после долгих обсуждений приняли окончательное решение по этому поводу. И теперь с января сле-

дующего года стоимость проезда в общественном транспорте повысится до 100 тенге при безналичной оплате. При наличном расчёте уральцы будут платить за проезд 200 тенге на одного человека.

дующего года стоимость проезда в общественном транспорте повысится до 100 тенге при безналичной оплате. При наличном расчёте уральцы будут платить за проезд 200 тенге на одного человека.

МебельСити
Качественная мебель для всей семьи

Instagram: zhangirkhan2505



Китайский гороскоп на 2024 год

Прекрасное время для продвижения и развития, нестандартных подходов и реализации смелых идей. Этот год будет богат на яркие события и многим принесет долгожданные результаты, считает астролог Ольга Давыдкина.

Крыса год рождения: 1972, 1984, 1996

Рожденные в год Крысы — фавориты судьбы в этом году. У вас отличные перспективы обрести популярность и признание среди широкого круга людей. Смело демонстрируйте свои таланты в публичном поле и реализовывайте самые смелые идеи. Весь год у вас будут силы и энергия для преодоления любых препятствий и проблем. Вы получите поддержку для проектов, в которых участвуете. Прекрасный год для развития финансовой и профессиональной сфер. В 2024 году абсолютно реально карьерный рост, повышение статуса в обществе, развитие бизнеса. Ключом к успеху станут личные связи, развитие сферы коммуникаций, нетворкинг. Участвуйте в мероприятиях и заводите новые знакомства, делайте упор на развитии личного бренда и публичности. Любая активность в обществе принесет желаемый результат. Сохраняйте дипломатичность в общении с коллегами. Обязательно структурируйте свои намерения и цели в четкий план на этот год — так вы быстрее достигнете желаемого.

Бык год рождения: 1973, 1985, 1997

Рост финансового положения и новые уровни мастерства ожидают рожденных в год Быка. Верьте в свои силы и ни на миг не сомневайтесь в своей компетентности — результаты превзойдут ожидания. Вы уже владеете достаточными знаниями, опытом и умениями — берите новую высоту в этом году. Удача сопутствует смелым — ваш девиз на весь год. Проявив врожденные упорство и целеустремленность, вы получите одобрение влиятельных партнеров. В этом году конкуренция особенно высока. Активно защищайте свои интересы, не давайте ввести себя в заблуждение или воспользоваться вашей доверчивостью. Внимательно следите за соблюдением условий и договоренностей, особенно в коммерческих делах. Усилите свою долгосрочную стратегию развития амбициозными целями и планомерно следуйте стратегии в течение года — результат не заставит себя ждать. Не сомневайтесь, все ваши проекты получат успешное развитие в короткий срок, особенно если заручитесь поддержкой окружения.

Тигр год рождения: 1974, 1986, 1998

Для вас 2024 год обещает быть изобильным на поездки. Вас ждут увлекательные путешествия, новые города и страны, незабываемый культурный опыт. Смело покупайте билеты в те места, о которых давно мечтали. В поездке вероятно судьбоносная встреча, которая повлияет на другие в вашей жизни. Не упустите возможность сменить место жительства и повысить уровень комфорта, которая представится в этом году. Скорость и стремительное развитие зададут темп вашей жизни и профессии. Однако, не торопитесь принимать решения и воспользуйтесь советами тех, кому доверяете. Обязательно оценивайте ситуацию со всех сторон — в этом году велика вероятность ошибиться в поспешных выводах. Исследуйте новые тенденции в профессиональной нише — вы можете либо выступить новатором или лидером мнений в отрасли, либо заявить о себе в абсолютно новом направлении. Самая уязвимая сфера жизни в этом году — эмоциональное состояние.

Кролик год рождения: 1975, 1987, 1999

Рожденным в год Кролика представится расслабиться и отдохнуть от суеты. Желание углубить знания позволит с головой погрузиться в то самое обучение, которое давно откладывали, и значительно повысит уровень квалификации в профессиональной сфере. Полностью доверьтесь своим ощущениям и используйте возможности побыть наедине с собой, прислушаться к внутреннему состоянию. В этом году возникнет жгучее желание перемен в образе жизни. Действуйте — всё получится. Баланс работы и отдыха, режим дня и питания позволят укрепить здоровье и улучшить качество жизни. Не забудьте о себе, когда будете расставлять приоритеты на 2024 год. Взвешенно определите направление, которому хочется следовать и окружение, которое будет по душе. Сильная интуиция и талант выстраивать отношения, который будет поддерживать на протяжении года. Не вступайте в этот год в споры и конкурентную борьбу.

Дракон год рождения: 1974, 1986, 1998

Год, наполненный невероятными возможностями расширения и развития, ожидается у рожденных под покровительством Дракона. С первых недель года вас захватит круговорот событий во всех сферах жизни. Обязательно разработайте четкий план действий — так вы всё успеете и покорите вершины, которые казались недостижимыми. Делайте ставку на самые амбициозные и многообещающие идеи. Через творческую энергию, которая будет с избытком, и активные действия вы обязательно реализуете свои идеи, а результаты превзойдут ожидания. В 2024 году откроются новые пути для роста финансового положения и статуса в обществе. Сконцентрируйтесь на своих целях и не разрешайте перегружать себя задачами, которые мешают вашему развитию. Активная позиция и регулярные действия позволят воплотить в жизнь ваши креативные задумки. Ваш источник вдохновения в этом году — впечатления от путешествий и поездок в необычные места, которые раньше не посещали.

Змея год рождения: 1977, 1989, 2001

В этом году у вас прекрасная возможность сиять на пьедестале славы. Вас ждёт очень благоприятный период для развития личного бренда. Лучшая стратегия — отбросить сомнения и выходить в публичность. На протяжении года смело используйте свою мудрость, внутреннюю силу и невероятный интеллект. Эти качества помогут стать известной и получить влияние в обществе. Для вас 2024 год обещает быть богатым на счастливые события — многие мечты и желания воплотятся в жизнь, особенно в сфере семьи и личной жизни. Год благоприятен для вступления в брак, рождения детей и приобретения недвижимости. Обязательно проявите свои таланты. Смело участвуйте в мероприятиях и публичных выступлениях — вы не только обретете последователей и даже поклонников, но и получите поддержку более опытных покровителей. Они помогут в продвижении и преодолении препятствий на пути к успеху. Интересные предложения будут поступать с завидной регулярностью.

Лошадь год рождения: 1978, 1990, 2002

В этом году представители самого активного и инициативного знака восточного гороскопа ощутят потребность в уединении. Наступает время перемен и переоценки своих приоритетов. Вы будете комфортно чувствовать себя и в обществе, и в эпицентре событий, но желание отсечь всё лишнее будет брать верх. Почувствуете потребность глубже разобраться в своих ощущениях — отправляйтесь в путешествие. Это поможет понять, каких именно перемен вы хотите и послужит толчком к их воплощению в жизнь. На протяжении года будут возникать желания изменить свой стиль, пересмотреть гардероб, упорядочить питание и приобрести полезные привычки. Значительным толчком к изменениям станет изучение философии и духовных практик. В 2024 году особенно важно проявить заботу о здоровье и эмоциональном состоянии. Не пренебрегайте самочувствием — давайте себе отдохнуть, поддерживайте организм оздоровительными процедурами. Не отказывайтесь принимать помощь, которую вам предлагают. Отличный год для развития блога, социальных сетей — ваш путь изменений будет привлекать последователей. Успех в обществе принесут мероприятия с благотворительными целями, они усилят ваше влияние и авторитет.

Овца год рождения: 1979, 1991, 2003

В этом году вы имеете все шансы стать автором книги или начать работу над научным трудом. Защита диссертации, публикация статей в научной монографии, повышение квалификации, исследование новой отрасли знаний — чтобы вы не выбрали, вы совершите интеллектуальный прорыв в своей сфере и повысите свой статус среди коллег. Щедро делитесь знаниями и получите признание. Велика вероятность стать победителем в номинациях среди выдающихся экспертов и обрести влиятельных покровителей. Дайте свободу амбициям — 2024 год идеально подходит вам для реализации креативных идей. Однако, в рабочих делах готовьтесь проявлять твердость и настаивать на своих решениях. Вы преодолеете любые препятствия, если покажете настойчивость и аргументируете свои позиции. Вас будут продвигать по карьерной лестнице, предлагать ответственные должности, а если живёте в мире бизнеса — ваше дело перейдёт на новый уровень развития. Как бы не хотелось с головой погрузиться в знания и посвятить себя профессиональному развитию, помните: вам важно наполниться вдохновением для будущих свершений. Несмотря на обилие свободной энергии, посвятите всё свободное время работе и развитию, обязательно внесите в график посещение культурных мероприятий — театр, кино, выставки, музеи.

Обезьяна год рождения: 1980, 1992, 2004

В этом году репутация и прежние заслуги работают на вас. К вашему мнению прислушаются, а полезные связи помогут продвинуться вперед без лишних усилий. На протяжении года работайте в команде, это важно для получения результатов. Следуйте девизу «доверяй, но проверяй» и перед тем, как реализовывать идеи обратитесь к ушедшим специалистам. Берите консультации по юридическим, финансовым и другим вопросам, но самостоятельно оценивайте полученные выводы и принимайте решения. Будьте осторожны — год таит в себе высокую вероятность ошибочных решений в бизнесе и коммерческих сделках. Используйте свой талант подмечать то, что ускользает из внимания у других и присматривайтесь к окружению. Взвешивайте каждое своё слово — недоброжелатели будут плести интриги за вашей спиной, не давайте им шансов сыграть на вашем положении. Вы сможете получить неожиданную помощь от влиятельных людей, заручитесь поддержкой вышестоящих. В течение 2024 года появится поклонник, который будет одаривать Вас дорогими подарками и оказывать широкое жёсткое внимание. Не принимайте поспешных решений, дайте себе возможность лучше узнать человека. В этом году деньги к вам идут через удовольствие и расслабление.

Петух год рождения: 1981, 1993, 2005

Вас ожидает год новых достижений и счастливых событий. Все шансы встретить вторую половинку или официально оформить отношения появятся у тех, кто находится в поиске. Семейным представителям этого знака восточного гороскопа год поможет укрепить отношения и принесёт особое удовольствие. Устраивайте свидания вне дома, ездите в совместные поездки, наслаждайтесь друг другом. Правда наслаждаться отношениями придется в перерыве от работы — в 2024 году вас ждёт рост и в профессиональной среде. Повышение, новый уровень дохода, выгодные предложения о сотрудничестве, развитие бизнеса — всё придёт к вам через регулярные усилия. Люди видят в вас сильного игрока, наставника — пришло время делиться своим опытом и знаниями. Возможно выгодное партнерство, результаты которого увидите во второй половине года. Занимайте активную жизненную позицию, используйте все возможности, которые приходят в этом году. Проявляйте себя и будьте заметными во всех направлениях: выходите в публичное поле, выступайте на мероприятиях, привлекайте внимание яркими образами. Смело и уверенно ведите себя, любые ваши инициативы принесут успех.

Собака год рождения: 1970, 1982, 1994

Вы откроете в себе новые способности и таланты, о которых даже не подозревали. Посвятите этот год раскрытию своего потенциала. Исследуйте новые знания, проявляйте креативность, пробуйте новые хобби, творчество, виды спорта — вероятно, новое занятие увлечет вас настолько, что станет новой профессией. Идеальный период чтобы глубоко разобраться в себе, выстроить долгосрочную стратегию развития. Год Дракона принесет вам необыкновенную жажду к путешествиям, странствиям, возможна даже смена места жительства, переезд в другой город или страну. Проявляйте смелость и решительность, встречайте перемены с радостью — для вас откроются новые горизонты. Необходимым источником жизненной энергии для вас станут теплые уютные встречи в узком семейном кругу. Уделите внимание старшим родственникам, узнайте больше о своем роде и происхождении. Заручитесь поддержкой близких и все препятствия года станут вам по плечу. В 2024 году особенно внимательно планируйте личный бюджет. Это уберечь вас от необдуманных расходов и позволит сделать ценное приобретение во второй половине года. Справиться с вихрем внутренних перемен помогут процедуры для удовольствия и расслабления: ароматический массаж, флоатинг, стоун-терапия.

Свинья год рождения: 1971, 1983, 1995

Используйте этот год для исполнения самых заветных желаний — вам открыты все дороги. Встреча со второй половинкой приведет к счастливому союзу, а брак, заключенный в этот год, станет долгим и благополучным. Если вы уже в браке, воспользуйтесь возможностью надолго укрепить отношения. Проведите символическую церемонию, чаще устраивайте романтические праздники для двоих на протяжении года. Ваша популярность в 2024 году вырастет не только у противоположного пола. На работе оценят ваше мнение и примут ваши идеи. Возможно, всё идет не так быстро, как вам хотелось бы, но это лишь внутренние ощущения — сконцентрируйтесь на повышении квалификации и применяйте новые знания на практике. Вашу инициативу и стремление к лидерству обязательно отметят и вознаградают по заслугам. У вас наступает прекрасное время для развития личного бренда — вы особенно привлекательны для других в этом году, можете поинтересоваться и значительно вырасти с помощью своего окружения. Изучайте эффективные способы продвижения и популяризации своих идей и уже в первой половине года вы заметите результаты. Удача сама придёт к вам в руки. Не забывайте вовремя восстанавливать силы, чтобы братья за возможностями с энтузиазмом и вдохновением.

Источник: thesymbol.ru



ОВЕН

В этом году, Овнам рекомендуется проявлять инициативу в карьере. Появятся возможности для профессионального роста, так что будьте готовы использовать свои навыки. В личной жизни старайтесь быть более терпеливыми и слушайте мнение близких. Работа над коммуникацией поможет укрепить отношения.

Физическая активность будет особенно полезной в этот период, помогая снять стресс и поддерживать общее благополучие. Не забывайте о финансовой стабильности. Планируйте бюджет и избегайте рискованных финансовых решений.

Возможны путешествия или обучение, которые могут расширить ваш кругозор.

ТЕЛЕЦ

Личные отношения могут претерпеть изменения. Будьте открытыми к диалогу и готовыми к компромиссам в отношениях. В работе и карьере стремитесь к постоянному росту. Новые проекты и ответственности могут поднять вас на новый уровень. Заботьтесь о своем здоровье, уделяйте внимание регулярным физическим упражнениям и здоровому питанию. Возможны приятные семейные события, так что наслаждайтесь временем с близкими.

БЛИЗНЕЦЫ

Коммуникация будет ключевым элементом успеха. Стройте связи, будьте открытыми к сотрудничеству и обменивайтесь идеями.

Любовные отношения могут стать особенно стойкими, если уделите достаточно времени общению и взаимопониманию. Будьте осторожны в финансовых вопросах. Сосредотачивайтесь на планировании и избегайте излишних трат.

Возможны краткосрочные поездки или изменения места жительства, что придаст вашей жизни дополнительную динамику.

РАКИ

В карьере вы можете столкнуться с новыми возможностями. Будьте открытыми к изменениям и готовьтесь к профессиональному росту.

Личные отношения могут стать источником радости. Время, проведенное с семьей, будет особенно ценным. Старайтесь поддерживать здоровый образ жизни и обращать внимание на свое физическое и эмоциональное благополучие.

Подумайте о расширении семьи или обновлении домашнего интерьера.

ЛЕВ

Стремитесь к новым высотам в карьере и не бойтесь принимать дополнительные обязанности. Любовные отношения могут стать стабильными и гармоничными. Стремитесь к взаимопониманию и теплым, поддерживающим взаимоотношениям. Финансовая стабильность может потребовать внимания. Будьте осторожны в финансовых решениях и планируйте бюджет. Здоровье будет благоприятствовать активному образу жизни. Регулярные физические упражнения и забота о себе поддержат вашу энергию. Уделите внимание творческим увлечениям. Экспрессия через искусство или хобби приносит удовлетворение и вдохновение.

ДЕВЫ

Развивайте свои профессиональные навыки и стремитесь к новым уровням компетенции. В личных отношениях старайтесь быть более открытыми и проявлять эмоциональную доступность. Это может укрепить ваши близкие связи. Заботьтесь о своем здоровье, как физическом, так и эмоциональном. Регулярные практики самозаботы помогут вам поддерживать баланс. Финансовые аспекты могут потребовать внимания. Поставьте перед собой финансовые цели и стремитесь к ним. Возможны изменения в домашней обстановке. Рассмотрите возможность ремонта или изменения распределения пространства.

ВЕСЫ

Работайте над укреплением связей с партнером и близкими, выражайте свои чувства открыто. В карьере может появиться необходимость в сотрудничестве и партнерствах. Используйте свои навыки в общении для достижения общих целей. Финансовые возможности могут возникнуть через совместные проекты или инвестиции. Будьте готовы к рассмотрению новых финансовых стратегий. Заботьтесь о своем физическом и эмоциональном благополучии. Внимание к здоровью станет ключевым фактором в успешном 2024 году.

Возможны путешествия или новые культурные опыты, что придаст вашей жизни разнообразие и вдохновение.

Гороскоп для всех знаков зодиака на 2024 год от нейросети

Редакция «МГ» попросила популярную нейросеть ChatGPT составить гороскоп для наших читателей на 2024 год. И вот что получилось. Помните, что ваша судьба зависит от ваших действий, и гороскоп - лишь один из аспектов множества факторов, влияющих на вашу жизнь.

СКОРПИОН

Будьте готовы к новым отношениям или развитию текущих. В карьере появятся возможности для трансформации и роста. Старайтесь осуществлять свои профессиональные амбиции. Заботьтесь о своем внутреннем мире. Практики медитации и саморазвития могут помочь вам достичь эмоциональной стабильности. Финансовые вопросы потребуют внимания. Будьте внимательными к бюджету и избегайте излишних трат. Стремитесь к расширению своего круга общения. Новые знакомства могут принести в вашу жизнь ценные перспективы и идеи.

СТРЕЛЕЦ

Старайтесь внедрять новые идеи и проявлять лидерские качества. Любовные отношения могут стать источником радости. Посвятите достаточно времени своему партнеру и укрепите свои чувства. Развивайте свой творческий потенциал. Исследуйте новые хобби или формы искусства, чтобы раскрыть свой талант. Финансовые возможности могут возникнуть через нестандартные проекты или инвестиции. Будьте готовы к финансовым экспериментам. Заботьтесь о своем здоровье, особенно обращайте внимание на физическую активность и режим питания.

КОЗЕРОГ

Поставьте перед собой ясные финансовые цели и следите за своим бюджетом. В личных отношениях стремитесь к взаимопониманию и стабильности. Открытое общение поможет разрешить любые недопонимания. В работе возможны новые ответственности и профессиональный рост. Будьте готовы к трудолюбивой деятельности и целеустремленности. Заботьтесь о своем физическом и эмоциональном благополучии. Регулярные занятия спортом и здоровый образ жизни поддержат ваш организм и повысят уровень энергии. Обратите внимание на свои эмоции и стремитесь к психологической гармонии. В этот период особенно важно находить время для отдыха и релаксации, чтобы сохранить баланс в своей жизни. Помните, что забота о себе — залог успешного и счастливого 2024 года.

ВОДОЛЕЙ

В отношениях стремитесь к гармонии и открытому общению. Поддерживайте диалог с партнером и проявляйте терпение в отношениях. Проявляйте активность в социальной сфере. Возможны новые знакомства и интересные события, которые расширят ваш круг общения. Финансовые перспективы могут возникнуть через творческие проекты или стартапы. Будьте открытыми к новым возможностям в этой области. Уделяйте внимание своему внутреннему миру. Практики медитации и самоанализа помогут вам поддерживать эмоциональное равновесие.

РЫБЫ

Для Рыб 2024 год может принести перемены в личной жизни. Будьте открытыми к новым отношениям или углублению текущих.

В работе и карьере возможны новые проекты и ответственности. Будьте готовы к трудолюбивой деятельности и творческому росту.

Заботьтесь о своем физическом здоровье. Регулярные физические упражнения и здоровое питание поддержат вашу жизненную энергию.

Финансовые возможности могут появиться через партнерства или общие инвестиции. Будьте внимательными к финансовым соглашениям.

Развивайте свой творческий потенциал. Искусство и творчество могут стать способом самовыражения и наслаждения жизнью.



Просто пережить: 10 советов при похмелье



Хорошо отметили Новый год и немного перебрали? Голова раскалывается, во рту — все пески Сахары, а желудок скрутило морским узлом? Ну что ж, попробуем выбраться из похмелья, пока оно не похоронило все планы поздравить друзей и близких, или активно провести новогодние выходные.

Впринципе, этот день уже можно считать потерянном. Скорее всего, вы проснулись не раньше обеда, а на восстановление сил и ликвидацию последствий праздника потребуется время.

Пейте воду

Обезвоживание — самое частое последствие алкогольных возлияний. Пейте воду, минералку (лучше с газом), кислые

морсы. Еще хороши в период похмелья спортивные напитки, в которых много электролитов. Они помогут быстрее восстановить водный баланс. Если спортивных напитков в доме нет, но в аптечке оказался регидрон — разводите и пейте. На вкус — гадость, но в вашем состоянии выбирать не приходится. Помните: никакого кофеина! Кофе, чай и прочие кофенинсодержащие напитки только усилят обезвоживание. Рассол? Да, если есть. Помните: рассол и маринад — разные

вещи, последний вам не нужен.

АНТИПОХМЕЛИН

Если терпеть нет никаких сил, отправляйте гонцов в аптеку. Препаратов от похмелья сегодня много, обязательно полегчает. Головную боль терпеть точно не стоит, если плохо — примите таблетку.

НЕ ДЕЛАЙТЕ РЕЗКИХ ДВИЖЕНИЙ

Если есть возможность провести день в постели, воспользуйтесь ею. Спи-те или просто лежите в темной комнате с холодным компрессом на лбу. Не стоит «наказание» за вчерашний вечер нагружать себя, организму сейчас и так нелегко. Дайте ему время восстановиться.

Примите душ

Если есть силы дойти до ванной, примите прохладный душ. Контрастный — не надо! Ваши сосуды и так в шоке, не стоит добавлять им проблем. В ванну ложиться тоже не стоит. Греться и «размокать» в состоянии похмелья может быть опасно.

СЪЕШЬТЕ ПЛОТНЫЙ ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

Идеале — налейте себе тарелочку горячего жирного супа. Борщ, уха, наваристые щи — все годится. Многим с похмелья хорошо «заходит» лапша быстрого приготовления. Сомнительный рецепт с точки зрения пользы для ЖКТ, но в борьбе с похмельем не стоит сбрасывать со счетов и этот способ. Если супа или «Дошира-

ка» нет, готовьте омлет. В яйцах есть цистеин, который поможет снизить воздействие продуктов распада алкоголя на организм.

ЗАВАРИТЕ ИМБИРЬ

Мелко нарезанный корень имбиря, половинка лимона, мед и кипяток — неожиданный, но очень эффективный рецепт от похмелья. Помимо прочего, этот напиток снимает тошноту. Пейте медленно и думайте над своим поведением.

ЕШЬТЕ БАНАНЫ И КАРТОШКУ

Вчера вы потеряли много калия. Недостаток этого микроэлемента и «подарил» вам эту неповторимую слабость. Восполнить запасы калия помогут бананы, картофель, киви, грибы и курага. Кроме калия в бананах есть электролиты, которые помогут справиться с обезвоживанием.

ПРИМИТЕ ВИТАМИН С

Ускорить вывод токсинов из организма и помочь печени пережить

последствия вечеринки поможет витамин С. Лучше всего использовать растворимые «шипучки», они действуют быстрее. Если есть апельсины и мандарины — ешьте.

УСПОКОЙТЕ НЕРВЫ

Ненавидите весь мир и вот-вот начнете кусаться? Это у вас уровень сахара в крови упал. Лечиться конфетами не предлагаем, а вот сухари или крекеры погрызть стоит. Они помогут поднять уровень глюкозы и немного скрасят жизнь.

ПОСТАВЬТЕ КЛИЗМУ

Если ничего не помогает, а состояние — не пожелаешь и врагу, придется идти на крайние меры. Клизма или промывание желудка — это, конечно, очень неприятно. Однако при сильном похмелье поможет быстро вывести яд из организма.

Помните, похмелье может быть очень опасным. Если чувствуете, что состояние ухудшается, вызывайте врача.

Источник: Kuban24.tv

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

В ТОО МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР ОТКРЫТЫ ЦЕНТРЫ ДИАБЕТА И МУЖСКОГО ЗДОРОВЬЯ

При сотрудничестве кафедры эндокринологии КазНМУ им. Асфендиярова.

Мы проводим: лечение диабета, персональные консультации, платная и бесплатная госпитализация.

Наш адрес: ТОО "Медицинский центр" ул. Есенжанова, 19 тел. для справок: +7 7112 53-67-78, +7 700 153 67 78

В ТОО Медицинский центр открыт ЦЕНТР МУЖСКОГО ЗДОРОВЬЯ

- прием ведут Уролог, андролог, эндокринолог.
- Работает своя лаборатория анализов
- Прием-консультации по вопросам мужского здоровья и консультации семейных пар

Адрес: г. Уральск, ул. Есенжанова 19
Тел: 8 700 153 67 78

@doctor_vera_reabilitolog

врачебный кабинет

Доктор Вера

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

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

ОТ УШНЫХ АППАРАТЫ

оказываем услуги по изготовлению индивидуальных ушных вкладышей

@adug.aznuk.ovk.azakhstan

Северо-Восток 2, д. 46
Башкирй мкр. Белошаевкя
8-711-231-49-00
8-777-088-08-68

г. Уральск,
ул. Д. Нурленовой, 12
8-771-085-36-36
8-771-231-34-58

№	Наименование услуги	Единица измерения	Стоимость в тенге
1.	Психиатрическое комиссионное освидетельствование (не менее 3-х врачей) с выдачей заключения ВСК	услуга	7440
2.	Наркологическое освидетельствование (с использованием мультитеста) с выдачей заключения	лабораторное исследование	5230
3.	Медицинское освидетельствование для выдачи лицензии на право приобретения оружия	лабораторное исследование, консультация	8280
4.	Психиатрическое и наркологическое освидетельствование при прохождении периодических медицинских осмотров	услуга	6435
5.	Психиатрическое освидетельствование на предмет определения слезки способности (способность понимать значение своих действий и руководить ими при заключении какой-либо сделки)	услуга	8740
6.	Прием врача психиатра-нарколога (консультация, осмотр первичный) анонимно	консультация	6740
7.	Консультация врача психиатра, нарколога, без предварительной записи, территориального приращения	консультация	4625
8.	Консультация психиатра с психологическим тестированием	консультация	5529
9.	Психологическое исследование	исследование	3805
10.	Заполнение форм медицинской документации психиатрических осмотров, заверенные печатью учреждения и подписью врача	услуга	360
11.	Заполнение форм медицинской документации наркологических осмотров, заверенные печатью учреждения и подписью врача	услуга	360
12.	Кутирование абстинентного синдрома, проведение детоксикационной терапии, без питания и медикаментов	койко-день	7965
13.	Освидетельствование на степень алкогольного опьянения	услуга	2815
14.	Экспертиза наркотического опьянения с использованием мультитеста	лабораторное исследование	5230
15.	Определение алкоголя в крови методом газовой хроматографии	лабораторное исследование	6310
16.	Определение алкоголя в моче методом газовой хроматографии	лабораторное исследование	6310
17.	Лечение в стационаре без территориального приращения	койко-день	7630
18.	Лечение в стационаре для нерезидентов РК, по экстренному показанию неротические, связанные со стрессом и соматоформные расстройства (F 4)	койко-день	15166
19.	Лечение в стационаре для нерезидентов РК, по экстренному показанию легкая умственная отсталость с суточным синдромом, умеренная отсталость с суточным синдромом, эпилепсия (F 70.1, 71.1, 02.8, 07.8)	койко-день	14761
20.	Лечение в стационаре для нерезидентов РК, по экстренному показанию делириоз с психотическими нарушениями, другие органические расстройства (F 02.8, 06)	койко-день	14766
21.	Лечение в стационаре для нерезидентов РК, по экстренному показанию органическое расстройство личности, психорганический синдром (F 07.0, 07.8)	койко-день	14524
22.	Лечение в стационаре для нерезидентов РК, по экстренному показанию острые транзиторные психотические расстройства (F 23)	койко-день	14552
23.	Лечение в стационаре для нерезидентов РК, по экстренному показанию шизофрения, шизоаффективное расстройство, маниакально-депрессивный психоз, депрессия с психотическими симптомами (F 20, 25, 30.2, 32.3)	койко-день	14552
24.	Лечение в стационаре для нерезидентов РК, по экстренному показанию острое алкогольное опьянение (F 10.5)	койко-день	15799
25.	Пребывание в палате повышенной комфортности	койко-день	2156
26.	Согласование списков работников, связанных с оборотом прекурсоров в психологическом диспансере	услуга за одного работника в списке	360
27.	Согласование списков работников, связанных с оборотом прекурсоров в наркологическом диспансере	услуга за одного работника в списке	360
28.	Стоимость 1 койко-дня питания	25/018	1973
29.	Стоимость 1 койко-дня медикаментов	25/018	1283

Какие симптомы могут указывать на аллергию на живую елку?

Хвойные деревья могут вызвать симптомы аллергии такие, как насморк, чихание, зуд глаз и першение в горле. Кроме того, при бронхиальной астме в результате аллергии может возникнуть приступ.

Как рассказала изданию Express-терапевт Кики Сотери, аллергию могут вызвать пятна плесени и пыльца, которые могут быть на хвойном дереве, а также химические вещества, которыми деревья обрабатывают для длительного хранения. Кроме того, в живой ели могут жить пылевые клещи, которые также вызывают симптомы аллергии. Врач советует перед тем как внести дерево домой, помыть его водой из шланга, а после высушить. А при установке елки следует пользоваться перчатками, чтобы избежать аллергии.

Когда нужно ставить елку, чтобы она не осыпалась до Нового года? Как проявляется аллергия на елку? Изначально симптомы аллергии могут выражаться в виде жжения и зуда под веками, краснотой и слезотечением, ощущением песка или инородных предметов в области глаз, светобоязни. После этого могут возникнуть симптомы ринита, характеризующиеся сильной заложенностью носа, чиханием, насморком. Может ли быть аллергия на искусственную ель?

Аллергия на искусственную ель возникает чаще, чем на живую ель. Дешевые искусственные деревья, выполненные из некачественных материалов, способны спровоцировать сильные аллергические реакции. Они могут также содержать пыль и плесень, так как проводят много лет в ящиках в подвальных или полуподвальных помещениях. Что делать, если появились симптомы аллергии? При признаках аллергии следует принять антигистаминное средство и не подходить к дереву близко.

Лицензия 016050L 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.

Лицензия ЛП006170L №0181101 от 5.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

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

Консультация:
– Онколога
– Маммолога,
– Онкохирурга
– Гинеколога
– Уролога
– врачи КМН, высшей, 1 и 2 категорий

Отделение эндоскопии:
– ФГДС
– тотальная колоноскопия
– Онкоколоноскопия
– 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 пятчатых шпор, артритов, бурситов, невритов, деформирующих и т.д.
– Компьютерная томография,
– Рентгенография и маммография.

– 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.

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

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

№ Наименование	Стоимость/тг
Рентгенокопия 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
Рентгенокопия пищевода	3900
Рентгенокопия желудка	3900
Рентгенокопия 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 (фиброгастроудоденоскопия)	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

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 ЛП006180L №0181102 от 19.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

ПОКУПАЕМ ДОРОГО СОВЕТСКИЕ ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ ПРИБОРЫ: ОСЦИЛЛОГРАФЫ, ГЕНЕРАТОРЫ, ЧАСТОМЕРЫ, РАДИОСТАНЦИИ, ЛЕН, АНГАРА, ВИОЛА И ДР. ПЛАТЫ, РАДИОДЕТАЛИ, КОНТАКТОРЫ И ДР.

ОБРАЩАТЬСЯ ПО ТЕЛ.: 8-705-716-40-91, 8-777-397-19-98

513 598 ТЕЛЕФОН РЕКЛАМНОЙ СЛУЖБЫ

СВРАЧИВАТЬ РЕКЛАМУ. ЧТОБЫ СБЕРЕЧЬ ДЕНЬГИ. ВСЕ РАВНО, ЧТО ОСТАНАВЛИВАТЬ ЧАСЫ. ЧТОБЫ СБЕРЕЧЬ ВРЕМЯ.

/ ЭНДРИЙ МАКЕЗИ /

МОЙГОРОД

УПАВШАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

МОЙГОРОД

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

Газета выходит еженедельно, в среду.

Директор: Тулисова О. М.

Главный редактор: Кайнаденова А. Б.
Шеф-редактор: Махметов М. Б.

Дизайн и верстка: Имангалиев Т. Пovyлгычов И.

Журналисты: К. Кобина, А. Усербаева, Лось Ж.
Фотокорреспондент: М. Медресов.

Редакционный отдел: Е. Рукавишников, Ю. Демьяненко, А. Голубева, Э. Тулешева, В. Голубев, А. Зайнулеева.

Адрес редакции: г. Уральск, ул. Д. Нурпеисовой, 12/1, офис №102.
Редакция: 51–39–97.
Редакционный 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 в «МГ» не всегда отражают точку зрения редакции. Материалы, опубликованные со знаком R, а также под рубриками «Новости компаний» и «Бизнес» носят рекламный характер. Ответственность за достоверность и содержание рекламы несут рекламодатели. Передача газетных материалов полностью или частично без письменного разрешения редакции запрещена. Редакция не публикует, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы.