

6-летняя девочка борется со страшной болезнью



СТР. 31

Даяна БАУРЖАН не может долго ходить, не умеет разговаривать и самостоятельно есть. Полностью диагноз Даяны звучит как ДЦП атонико-атакисический синдром, задержка психико-речевого моторного развития. Сейчас семья собирает деньги на реабилитацию.

Дворники украли мусорные контейнеры

Два дворника крупного предприятия города украли 13 мусорных контейнеров на сумму почти 160 тысяч тенге. Контейнеры они сдали в пункт приема металлолома.

СТР. 2

Полицейского задержали за взятку

При получении взятки был задержан заместитель начальника отдела полиции Таскалинского района ЗКО. Мзду он получил за прекращение уголовного дела.

СТР. 2

На что потратят средства, выделенные КПО Б.В.

Размер средств, выделяемых компанией КПО на развитие региона, увеличили с 20 млн до 30 млн долларов США. На эти деньги планируется построить два физкультурно-оздоровительных комплекса, корпус для кардиологического центра, мост через реку Чаган и городскую поликлинику №7.

СТР. 6

Арендаторы школьных столовых пожаловались на проверки

Предприниматели, оказывающие услуги питания в школьных столовых, пожаловались, что подвергаются как плановым, так и внеплановым проверкам со стороны органов государственного санитарно-эпидемиологического надзора.

СТР. 30

Родителей напугали рассылкой об утонувших детях

СТР. 3

21 ноября с утра в родительские чаты уральских школ в мессенджере WhatsApp классные руководители прислали сообщение, где говорится, что в Казталовском районе ЗКО утонули двое детей. При этом ни в ДЧС, ни в акимате района, ни в самом отделе образования информацию не подтвердили.

www.blitz.kz 8-777-214-26-57 8-702-587-91-43 **Блиц** Рольставни и ворота за 1 день 30-70-80 30-70-34 24-70-07

ТЕПЛОИЗОЛЯЦИЯ **СУХИЕ СМЕСИ**
ISOVER №1 официальный дистрибьютер **СМЕГА СТРОЙ** торговый дом **vetonit** официальный дистрибьютер
Вместе строим с Мегастроем! ул.С.Ескалиева, 305 51-94-55; 51-94-56

лампочка led e27 led от 460 ЭЛЕКТРИКА САНТЕХНИКА ЭЛЕКТРОИНСТРУМЕНТ **СТРОИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ** НАЧНИ РЕМОНТ С ЭЛЕКОМСТРОЙ!
ЗЕЛЕНОВСКИЙ Р-ОН, С. МИЧУРИНСКОЕ, МКРН. ПДП ЮГО-ВОСТОК, ЗДАНИЕ 2 А (РЯДОМ С ГИПЕРМАРКЕТОМ «ДИНА») 981-948, 981-949, 981-947 (ФАКС)
08:00 22:00 **ЭЛЕКОМ** **СТРОЙ** **elecomstroy** **elekcom.stroy@mail.ru**

ЭЛЕКТРОКОМПЛЕКТ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ ТОВАРАМИ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ
НОВОГОДНИЕ ИГРУШКИ ЕЛКИ, ГИРЛЯНДЫ, ДЮРАЛАЙТ И МНОГООЕ ДРУГОЕ **МЫ РАБОТАЕМ 08:00 22:00**
Найдется ВСЁ!
www.elc.kz elc.kz electrokomplekt
г. Уральск, ул. В. Шубина, 2/4, тел.: 8 (7112) 21-49-08, 21-49-82
г. Атырау, пр. Султан Бейбарыс, 53, тел.: 8 (7122) 32-16-82, 30-55-49

Дворники украли мусорные контейнеры

Два дворника крупного предприятия города украли 13 мусорных контейнеров, один из которых стоит 12 тысяч тенге.

По информации управления полиции города Уральск, 8 октября 2018 года два дворника украли мусорные контейнеры.

— Сначала был похищен один контейнер, расположенный по улице Просторная. Чтобы доставить контейнер в пункт приема металла, они попросили водителя мусоровоза предприятия. Водитель не знал о намерениях злоумышленников и несколько раз помог им. Таким образом, были похищены по одному контейнеру с улицы Тополинская, Сусанина, Лесозащитная, Огородная, три контейнера с улицы Алматинской, пять контейнеров с улицы Жамбыла. Все контейнеры были реализованы в пункте приема металла по улице Тополинская. Вырученные деньги они поделили между собой и потратили на свои нужды, — рассказала пресс-секретарь управления полиции Гульман ИСМАГУЛОВА.

Стоит отметить, что противоправными действиями дворников предприятию был нанесен ущерб в размере 158 тысяч тенге, тогда как один контейнер стоит около 12 тысяч тенге.

— Было украдено 13 мусорных контейнеров. По 11 эпизодам было возбуждено уголовное дело по части 2 статьи 188 УК РК "Кража, совершенная группой лиц по предварительному сговору". Дело направлено в суд, — рассказали в пресс-службе УП города Уральск.

Арайлым УСЕРБАЕВА

Замначальника отдела полиции подозревается во взятке

18 ноября при получении взятки задержан заместитель начальника отдела полиции Таскалинского района ЗКО.

По данным Национального бюро Агентства по делам госслужбы и противодействию коррупции, замначальника Таскалинского района был задержан с поличным при получении взятки за прекращение уголовного дела.

— В связи с полным признанием вины задержание подозреваемого в соответствии со ст.128 УПК не применялось. По данному факту департаментом Национального бюро по противодействию коррупции по Западно-Казахстанской области начато досудебное расследование по ст.366 УК "Получение взятки".

Дана РАХМЕТОВА



Роста цен на хлеб не избежать - директор КХП "Желаевский комбинат"

Если не будут приняты меры по стабилизации цен, то, по словам работников сельского хозяйства, цены на муку, макаронные изделия и хлеб будут расти.

Арайлым УСЕРБАЕВА

Как рассказал директор КХП "Желаевский комбинат" Эдуард ФЕДОРЧЕНКО, в данный момент руководство предприятия старается не повышать цену на муку и держать стоимость продукта на уровне начала года.

— Но если тенденция роста цен на пшеницу будет продолжаться, то, к сожалению, мы будем вынуждены поднять цену. Сейчас килограмм муки высшего сорта мы продаем по 105 тенге, килограмм муки первого сорта стоит 95 тенге. В последний раз мы купили более 30 тысяч тонн пшеницы. Сейчас мы ведем переговоры о закупке еще дополнительных 20 тысяч тонн пшеницы, чтобы обеспечить нашу область стабильной поставкой муки и удержать цены на существующем уровне. Если не будут приняты меры по стабилизации цен, то на социальные продукты, муку, макаронные изделия и, скорее всего, хлеб, роста цен не избежать, — отметил Эдуард ФЕДОРЧЕНКО.

Как рассказал Эдуард ФЕДОРЧЕНКО,

КО, если предприятие раньше закупало тонну пшеницы по 48 тысяч тенге, то сейчас она стоит около 65-70 тысяч тенге.

По словам директора предприятия, рост цен на пшеницу позволит крестьянам поддержать финансовое положение своего хозяйства, развить свой бизнес и закупить новое оборудование.

Между тем, как отметили в ТОО "Стабфонд", у них в запасе имеется около 200 тонн муки, 100 тонн подсолнечного масла, 30 тонн гречки, 45 тонн мяса говядины, 10 тонн сливочного масла, 1000 тонн картофеля.

— В настоящее время в стабилизационном фонде имеется достаточный запас муки первого сорта, как социальное значимого вида продовольствия, и сейчас проводится реализация продукции фонда на еженедельных ярмарках в городе, на рынке "Ел Ырысы", а также начата продажа через сеть торговых павильонов "Ел Ырысы" в различных районах города. Цены на продукцию ниже рыночных. Исходя из анализа еженедельных продаж, высокого спроса на муку не наблюдается, в связи с чем оснований для резкого повышения цены на муку и хлеб первого

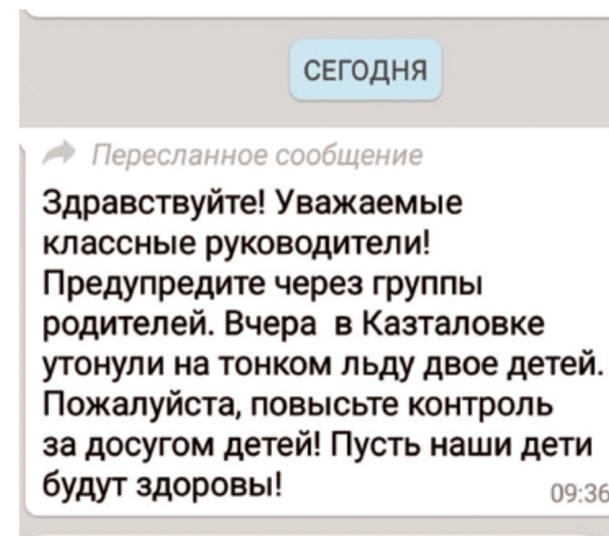
сорта не имеется. Стабфонд продолжит осуществлять интервенции на рынок по основным видам социально значимых продовольственных товаров в случае резкого повышения цен на них для стабилизации цен и недопущения спекулятивных настроений, — отметили в ТОО "Стабфонд ЗКО".

Стоит отметить, что в запасе стабфонда имеется около 200 тонн муки, 100 тонн подсолнечного масла, 30 тонн гречки, 45 тонн мяса говядины, 10 тонн сливочного масла, 1000 тонн картофеля. Кроме этого, по сообщению ТОО "Стабфонд ЗКО", дополнительно закладывается 3000 тонн картофеля, 20 тонн сливочного масла, 90 тысяч литров подсолнечного масла, 200 тонн муки первого сорта, 50 тонн макарон, 10 тонн мяса кур.

Фото из архива "МГ"

Учителя напугали родителей рассылкой об утонувших детях

В рассылке говорится, что в якобы в Казталовском районе утонули двое детей.



Дана РАХМЕТОВА

Мама шестиклассника рассказывает, что 21 ноября с утра в родительский чат в мессенджере WhatsApp классный руководитель прислала сообщение, где говорится, что в Казталовском районе ЗКО утонули двое детей.

— Здравствуйте! Уважаемые классные руководители! Предупредите через группы родителей. Вчера в Казталовке утонули на тонком льду двое детей. Пожалуйста, повысьте контроль за досугом детей! Пусть наши дети будут здоровы! — говорится в сообщении, которое было прислано в чат.

Более того, в некоторых школах классные руководители просили написать, сколько родителей прочитало это сообщение, чтобы сделать отчет.

Между тем, в пресс-службе ДЧС ЗКО опровергли данную информацию.

— В ЗКО не было такого случая. Дети не тонули, в том числе и в Казталовском районе, — заявили в ДЧС ЗКО.

То же самое сказал и аким Казталовского района Абат ШЫНЬБЕКОВ.

— На прошлой неделе у нас в районе был случай, когда утонули двое взрослых мужчин. Дети у нас не тонули, — пояснил Абат ШЫНЬБЕКОВ.

Между тем в городском отделе образования отрицают рассылку информации об утонувших детях

— ГорОО никаких официальных писем, никаких сообщений никуда не отправляло. Через канцелярию ничего не проходило, можете проверить, — заявила и.о. руководителя отдела образования г.Уральска Батика Пайдина.



Лицензия ГПС №0000680 от 12.04.2005г. выдана Управлением по госветропю и надзору в области ЧО по ЗКО

ТОО «Өрт Қорғау»

ИЗГОТОВЛЕНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ пожарно-технического и аварийно-спасательного снаряжения.

МОНТАЖ, РЕМОНТ И ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ систем пожарной и охранной сигнализации, установок пожаротушения и видеонаблюдения.

ОГНЕЗАЩИТНАЯ ОБРАБОТКА деревянных, металлических конструкций, кабельной продукции и тканей.

ЗАРЯДКА, РЕМОНТ И ОСВИДЕТЕЛЬСТВОВАНИЕ огнетушителей всех типов, баллонов высокого давления.

ОБУЧЕНИЕ специалистов по промышленной безопасности, по безопасности и охране труда, по пожарно-техническому минимуму.

ИСПЫТАНИЕ стационарных, наружных пожарных лестниц и ограждений.

ПРЕДОСТАВЛЯЕТ В АРЕНДУ:

- однофазный электрогидравлический подъемник для монтажных работ на высоте до 22 метров.
- пожарный автомобиль АЦ-40 (130)б.

e-mail: ortkorgau@mail.ru

ул. Жангир хана, 37/3
8 (7112) 50-24-50,51-63-02

www.ortkorgau.kz
+7-778-105-86-53

Акима могут привлечь к ответственности за установку памятника Маншук Маметовой

■ Аким сельского округа сначала заключил один договор на установку памятника в селе Сайхин, а затем второй договор на доставку скульптуры.

Дана РАХМЕТОВА

21 ноября на совете по этике были рассмотрены дела в отношении двух акимов сельских округов. Первое дело было рассмотрено в отношении акима сельского округа Сайхин Бокейординского района Мейрамбека Аккалиева.

— Был нарушен закон о госзакупках при строительстве детских площадок в поселках Сайхин и Мамбет, при облагораживании сквера имени М. Маметовой, при установлении тротуарных плит. В августе 2017 года аппаратом акима Сайхинского сельского округа и частным предпринимателем был заключен договор о госзакупках на установку памятника Маншук Маметовой. Согласно договору, частный предприниматель должен был доставить памятник в поселок. Но был заключен дополнительный договор на отдельную доставку. Кроме того, в августе также был заключен договор об установке конструкции освещения. За это предусмотрено административное наказание, — сообщила на совете по этике.

Мейрамбек Аккалиев заявил, что при заключении договоров ориентировался на ст. 39 ч. 42 Закона РК о госзакупках "Приобретения однородных товаров, работ, услуг, если годовой объем таких однородных товаров, работ, услуг в стоимостном выражении

не превышает стократного размера месячного расчетного показателя, установленного на соответствующий финансовый год законом о республиканском бюджете".

— В августе 2017 года памятник управлению культуры был передан в наш район. Когда мы его забирали, на это не было предусмотрено денег из бюджета. Было залито 60 кубометров бетона для установки памятника. Ни на перевозку ни на дополнительные материалы — щебень, гравий, арматуру — деньги не выделялись. А в типовом договоре это указано не было. Сама установка памятника была накладна для нас. В начале года на это сметы не было, — объяснил Мейрамбек Аккалиев.

Председатель совета по этике Болат Исаков предложил направить материалы дела в органы для проведения аудита и привлечения акима сельского округа к административной ответственности.

Также в совет по этике поступило представление в отношении акима Бурлинского сельского округа Бактыгали Макеева. В представлении указано, что прокуратурой района проводился анализ по вопросу соблюдения законодательства госзакупок в деятельности местных исполнительных органов и в ходе анализа прокуратурой установлены некоторые нарушения законодательства в госзакупках со стороны аппарата акима сельского округа.

Так, служебное расследование установило следующее: аппаратом акима Бурлинского сельского округа и ИП "КХ Надежда"

был заключен договор о госзакупках, согласно которому сумма работ по восстановлению дорог в Бурлинском сельском округе с января по декабрь 2018 года составила 9 млн 700 тысяч тенге. По заданию прокуратуры был проведен аудиторский отчет и были установлены нарушения законодательства.

К примеру, в отчете указано, что дополнительно между аппаратом акима и "КХ Надежда" в августе было заключено допсоглашение на сумму 114 млн тенге, и в итоге сумма составила 124 миллиона тенге. Из аудиторского отчета следует, что работы, предусмотренные в первоначальном договоре, не соответствуют видам работ в допсоглашении. Таким образом, аким сельского округа необоснованно заключил допсоглашение и нарушил правила проведения госзакупок.

В свою очередь аким Бурлинского сельского округа Бактыгали Макеев пояснил, что с 1 января 2018 года Бурлинский сельский округ вошел в число населенных пунктов, где население более 2 тысяч человек, и ему присвоен четвертый уровень бюджета, то есть все работы, планируемые в сельском округе, согласуются с собранием местного сообщества.

— В начале 2018 года маслихатом был утвержден бюджет Бурлинского сельского округа на сумму 112 миллионов тенге. Эти деньги были распределены на содержание аппарата и другие работы. Весной руководитель отдела экономики и финансов проинформировал, что свободный остаток бюд-

жета будет распределен между Бурлинским и Пугачевским сельскими округами и Ксаем. Была озвучена сумма 125 млн тенге, которые будут направлены в наш округ. Мы в мае провели собрание и решили эти деньги направить на ремонт дорог, — пояснил Бактыгали Макеев. — В июне эти деньги не поступили, они пришли лишь в августе. Я принял решение заключить допсоглашение, не зная, что я нарушаю закон.

Из разбирательства выяснилось, что ни аким сельского округа, который занимает эту должность чуть более года, ни бухгалтер не были знакомы с процедурой заключения госзакупок.

Нужно отметить, что подрядчик свою часть работ полностью выполнил — в поселке были заасфальтированы дороги на двух улицах, а также благоустроены тротуары, однако не получили деньги в полном объеме. По словам председателя совета по этике Болат ИСАКОВ, подрядчик при помощи суда может получить оставшиеся 39 миллионов тенге.

Болат ИСАКОВ рекомендовал акиму Бурлинского района привлечь акима сельского округа Бактыгали Макеева к дисциплинарной ответственности в виде предупреждения о неполном соответствии с занимаемой должностью.

Площадь терминала аэропорта увеличат в два раза

Если сейчас общая площадь терминала уральского аэропорта составляет 4 тысячи квадратных метров, то после капремонта площадь будет составлять 8 тысяч квадратных метров.



Арайлым УСЕРБАЕВА

Как рассказал аким ЗКО Алтай КУЛЬГИНОВ, нынешнему терминалу больше 40 лет и сейчас его состояние не соответствует международным стандартам.

— В связи с увеличением пассажиропотока есть острая необходимость в реконструкции терминала аэропорта. Этим вопросом мы занимаемся около двух лет. Если в 2016 году было 160 тысяч пассажиров, то в этом году их число достигло 220 тысяч человек. Мы открыли новые рейсы в Москву, во Франкфурт, в Атырау, в Актау. Терминал до этого момента находился у частных бизнесменов. В этом месяце вышло постановление правительства о передаче терминала аэропорта государству. Ведь аэ-

ропорт является стратегически важным объектом. Мы получили нужные разрешения, — отметил глава региона.

По словам акима области, сейчас подготовлена проектно-сметная документация, проводится государственная экспертиза и в начале следующего года будут готовы результаты.

— Ремонт будет проводиться за счет компании "КПО б.в." Площадь терминала будет увеличена с 4 тысяч квадратных метров до восьми тысяч квадратных метров. Будет открыт международный терминал. Кроме этого, зал вылета сейчас находится в подвале. Это создает определенные неудобства. Все эти элементы учтены. Работа будет проводиться в плановом режиме, — рассказал Алтай КУЛЬГИНОВ.

На рынке цены на продукты выше, чем в торговых домах

ОБ ЭТОМ ЗАЯВИЛ АКИМ УРАЛЬСКА НА СОВЕЩАНИИ, ГДЕ ОБСУДИЛИ ЦЕНЫ НА СОЦИАЛЬНО—ЗНАЧИМЫЕ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЕ ТОВАРЫ.

Дана РАХМЕТОВА

На совещании, где обсуждали сдерживание цен на социально значимые продовольственные товары под председательством акима города Мурата МУКАЕВА, присутствовали предприниматели, занимающиеся реализацией продуктов. По словам градоначальника, в этот перечень входит 19 наименований продуктов.

— Как вы знаете, сейчас пересматриваются тарифы на коммунальные услуги, они будут снижены на 10%. Это большое подспорье для супермаркетов. Поэтому нельзя допустить рост цен на продукты перед праздниками, — заявил Мурат МУКАЕВ. — Я хочу отметить, что наблюдается значительный разброс цен на одни и те же товары.

И.о. руководителя отдела предпринимательства г. Уральска Мейрам ХАИРОВ пояснил, что они все время занимаются мониторингом цен на социально значимые товары.

— В этом месяце наблюдается рост цен на яйца. По сравнению с прошлым ме-

сяцем стоимость их выросла на 7%, мука 1 сорта подорожала на 8% по сравнению с прошлым месяцем, сахар на 1,5%, мясо кур на 4%, капуста на 24% по сравнению с прошлым месяцем. В целях стабилизации цен в городе проводятся ярмарки сельскохозяйственных товаров. Так, за весь период было проведено 24 ярмарки по улице Ихсанова, 16 ярмарок в Зачаганске и 3 на рынке "Ел-Ырысы". Работа в этом направлении продолжается. Кроме того, сейчас выдается разрешение на установку торговых павильонов на улицах города, к примеру, хлебные киоски, — сообщил Мейрам ХАИРОВ.

Мурат МУКАЕВ был возмущен тем, что гречка на рынке "Мирлан" стоит 180 тенге, в то время как в "Алтындаре" она продается по 126 тенге.

— Рис на "Мирлане" стоит 230 тенге, а в "Лидере" 187 тенге. Понятно, что в пого-

не за повышением арендной платы мы забываем на что мы должны обратить внимание. Наша задача — пересмотреть политику в отношении посредников. Есть продавец, есть поставщик, но когда товар проходит через нескольких людей, то он получается дороже. Мы говорим только о 19 видах



Фото из архива "МГ"

социально значимых товаров, — пояснил градоначальник.

Кроме того, аким города заявил, что некоторые предприниматели за свой счет облагораживают скверы.

— Летом за счет предпринимателей было открыто три сквера. И ни один

из них не работает в сфере торговли продуктами. Мы не просим вас, чтобы вы что-то делали для города, сейчас главная задача — сдерживание цен на социально значимые товары. Киоски не решают эту проблему. Я предлагаю в торговых домах установить социальные уголки, к примеру

для пенсионеров, — обратился к присутствующим Мурат МУКАЕВ. — Некоторые предприятия уже это делают. Так, рынок "Мирлан" предоставляет бесплатные торговые места для общества людей-инвалидов "Демеу", которое выпускает мебель.

По словам Мурата МУКАЕВА, каждый предприни-

матель может что-то сделать для горожан.

— До понедельника я жду от каждого из вас предложения. А затем мы соберемся и будем их обсуждать, — заключил аким города.

ПОЖАРНЫЕ ЭВАКУИРОВАЛИ 95 ЧЕЛОВЕК ИЗ ОБЩЕЖИТИЯ

■ В числе эвакуированных оказалось 25 детей.



Арайлым УСЕРБАЕВА

По данным группы государственного языка и информации ДЧС ЗКО, 20 ноября в 19.40 на пульт центрального пункта пожарной связи поступило сообщение о возгорании в комнате общежития по адресу: улица Х.Чурина, 119.

— В ходе проведенной разведки установлено, что в комнате, расположенной на пятом этаже пятиэтажного общежития, произошло возгорание телевизора на площади 0,5 квадратных метра. Благодаря своевременным и оперативным действиям пожарных был спасен 1 человек, эвакуированы 95 человек, из них 25 детей, — отметил сотрудник группы государственного языка и ин-

формации службы пожаротушения и аварийно-спасательных работ ДЧС ЗКО.

Как рассказали в пресс-службе управления здравоохранения, вызов поступил 20 ноября в 19.53.

— В 20.02 бригада скорой помощи была уже на месте. С места пожара был госпитализирован мужчина 1952 года рождения. Диагноз — отравление угарным газом легкой степени. Он был доставлен в городскую многопрофильную больницу, — рассказала пресс-секретарь управления здравоохранения ЗКО Айнагуль САКПУСУНОВА.

Стоит отметить, что в ликвидации возгорания были задействованы 12 человек личного состава и пять единиц техники.

Фото предоставлено сотрудниками ДЧС ЗКО

На какие проекты направят средства, выделенные КПО б.в.

Размер средств, выделяемых компанией КПО б.в. на развитие региона, увеличили с 20 млн до 30 млн долларов США.

Арайлым УСЕРБАЕВА

По сообщению прессы акимата ЗКО, на заседании совместного комитета по управлению Карачаганакским проектом, прошедшее в столице Объединенных Арабских эмиратов Абу-Даби, было принято решение об увеличении социальных выплат «КПО б.в.» на развитие региона с 20 млн долларов до 30 млн долларов США.

С 2019 года консорциум будет перечислять средства на реализацию социально-инфраструктурных проектов в ЗКО. Как отметил аким области Алтай Кульгинов, соответствующее постановление принято Правительством РК.

Так, в следующем году



го терминала. Работа будет проведена также за счёт средств КПО б.в.

Стоит отметить, что в рамках визита делегация ЗКО посетила ряд столичных объектов, в частности бизнес-акселератор «Dubai-Future-Accelerators» и провели ряд встреч с предпринимателями, в ходе которых были обсуждены вопросы внедрения цифровизации и смарт-технологии.

Напомним, за 20 лет консорциумом КПО б.в. на развитие региона было выделено 360 млн долларов США.

Фото предоставлено пресс-службой акимата ЗКО

на выделенные средства планируется построить два физкультурно-оздоровительных комплекса в отдаленных районах области, новый корпус для областно-

го кардиологического центра, мост через реку Чаган в новом микрорайоне «Акжайык», а также открыть городскую поликлинику №7 и реализовать другие соци-

альные проекты.

Кроме того, аким области рассказал о подписании постановления Правительства Республики Казахстан о передаче Международ-

ного аэропорта «Орал» из частных рук государству. Будущей весной в целях увеличения пассажиропотока планируется начать модернизацию международно-

ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР АСТАНА

Приглашаем всех жителей и гостей города за БОЛЬШИМИ ПОКУПКАМИ!

Здесь вас ждет Мужская, Женская и Детская одежда, Обувь, Сотовые телефоны и аксессуары, Сувениры, Салон красоты «Тафис», Суши-бар «Ялона мама», Курсы английского языка, Игрушки, Канцтовары, Бытовая химия, Бижутерия, Белье, Очки, Сибирское здоровье, Tieande, Товары из IKEA, Ателье, Сумки, Ломбард, зоомагазин, Золото, Массажный кабинет, Спецдежда, Туристическое агентство FREE TRAVEL, Меллоискатель, Салон красоты «Тафис», Косметологический кабинет, Оптовые продажи канцелярские товары, Avon, Фотопечать, Супермаркет FRESH, Продажа и Ремонт часов, Профессиональная Косметика Saga, Ортопедия - ортопедические изделия, Студия рукоделия и уникальные подарки ручной работы «Лаванда».

мкр. «Северо Восток 2», 47, ТЦ «Астана», 3 этаж
8-701-989-52-80
 26-13-08 26-14-43

ЗАВЕРШЕН РЕМОНТ АВТОДОРОГИ УРАЛЬСК—ТАСКАЛА—ГРАНИЦА РФ

В области завершён ремонт 56 километров саратовской трассы.

Арайлым УСЕРБАЕВА

В своем выступлении в службе центральных коммуникаций аким ЗКО Алтай КУЛЬГИНОВ отметил, что ежегодно в области ремонтируются порядка 500 км дорог.

В этом году на строительство более 450 километров автомобильных дорог выделено 32 млрд тенге.

По дорогам республиканского значения ведется ремонт 285 километров. Уже завершён ремонт Саратовской трассы (56,3 км – прим. автора). Здесь на границе построена 8-полосная развязка. Такая же будет построена на трассе по направлению к Самаре, – рассказал Алтай КУЛЬГИНОВ. – Отметим, что ежегодно через наш регион проезжают порядка 4 млн пассажиров и 1,2 миллиона машин.

В ближайшие годы поток будет только увеличиваться. Поэтому мы планируем построить связующую дорогу между тремя магистральными трассами – са-



ратовской, самарской и атырауской, которая позволит проходить грузовым автомобилям значительно сокращая время и расстояние, при этом не заезжая в город Уральск и не создавая дополнительных помех движению в областном центре.

В Уральске на ремонт выделено порядка 8,8 млрд тенге (КПО б.в. – 6,3 млрд тенге). Отремонтировано 50 улиц или порядка 50 км дорог.

В последние три года мы ежегодно выделяем 7–8 млрд тенге на ремонт дорог г. Уральска. Кроме того, введен в эксплуатацию 4-полосный «деповской» мост.

Фото из архива «МГ»

Более 5 тысяч уральцев трудоустроились через центр занятости населения

В наше время безработица – это весьма актуальная тема. Часто люди, оставшись без работы, не знают куда обратиться. Корреспонденты «МГ» выяснили, как можно устроиться на работу и пройти молодежную практику с помощью центра занятости.

Анна СУВорова

По данным заместителя директора центра занятости населения Айнура КАЗМУХАНОВОЙ, их ведомство реализует программу продуктивной занятости и массового предпринимательства и программу развития территорий.

В начале года региональная комиссия утверждает перечень специальностей и учебных заведений, на основании этого перечня безработный, состоящий у нас на учете, приходит и выбирает место работы, допустим, сварщиком. Затем он выбирает учебное заведение, где обучают по данной специальности, пишет заявление, и мы отправляем его на обучение. Безработный приходит к нам, мы ставим его на учет и в течение 10 дней ищем ему постоянную работу. Если мы не трудоустроили человека на постоянную работу, то ставим человека на учет как безработного и после этого идем на активные меры содействия – обучение, социальные рабочие места, общественные работы и молодежная практика. Любой человек, не имеющий работы, может обратиться к нам, либо в ЦОН, там есть наши представители. При себе лишь нужно иметь удостоверение личности, – рассказала Айнура КАЗМУХАНОВА.

МОЛОДЕЖНАЯ ПРАКТИКА

Выпускники учебных заведений прошлых лет, которые не смогли устроиться на работу, могут пройти молодежную оплачиваемую практику, чтобы затем трудоустроиться.

К нам могут обратиться выпускники, закончившие учебное заведение не более, чем три года назад, а также не имеющие опыта работы по своей специальности. В этом году мы направили 548 человек на молодежную практику. На практику мы отправляем молодых людей строго по их специальности. 333 челове-

дворник, сварщик, водитель разных категорий, машинист крана.

По словам замдиректора центра занятости, трудоустроиться могут также люди с ограниченными возможностями. Правда, у них немного иные условия.

Для постановки на учет людей-инвалидов у них на руках должен быть индивидуальный план реабилитации. Если из заключения следует, что человеку с ограниченными возможностями можно работать, тогда мы их ставим на учет. По данным на 1 ноября, к нам обратились 19 инвалидов. В этом году на постоянную работу были трудоустроены 56 людей с ограниченными возможностями, 4 человека были направлены на социальные рабочие места, 17 человек были направлены на краткосрочные курсы, на молодежную практику было отправлено 11 человек, на общественные работы отправлено 183 человека, – объяснила Айнура КАЗМУХАНОВА.

Помимо этого, в городе организуются ярмарки вакансий. В этом году таких ярмарок было семь. 29 ноября в драматреатре имени Х.Бокеевой пройдет очередная ярмарка вакансий.

В этом году у нас есть новшество – сайт enbek.kz. На этом сайте размещены все вакансии. Кроме того, любой желающий может прийти к нам – у нас оборудована зона самообслуживания – сеть за компьютер и посмотреть имеющиеся вакансии по Уральску и даже Казахстану. Также работодатель может при помощи этого сайта найти себе соискателя, так как там размещаются резюме ищущих работу, с их согласия, естественно, – пояснила замдиректора центра занятости населения.



СОЦИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ

Заместитель директора центра занятости населения г. Уральск Шыңғыс ШӘКІЛ таюке рассказал, что для малообеспеченных семей предусмотрена адресная социальная помощь. Она назначается семьям или гражданам, чьи доходы ниже 50% от величины прожиточного минимума в виде обусловленной денежной помощи и безусловной денежной помощи.

Например, безусловная денежная помощь назначается семьям, которые не имеют в составе трудоспособных членов семьи либо по объективным причинам не могут участвовать в активных мерах содействия занятости. Чаще всего это люди-инвалиды, студенты очной формы обучения, либо те, кто не может работать из-за болезни, – рассказал Шыңғыс ШӘКІЛ. – Обусловленная денежная помощь назначается семьям, которые имеют в своем составе трудоспособных членов семьи. С ними заключается социальный контракт, где стороны берут на себя обязательства. Малообеспеченной считается семья, уровень дохода которой является ниже черты бедности, то есть ниже 50% от прожиточного минимума (прожиточный минимум в 2018 году составляет 28284 тенге – прим. автора). То

СОЦИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ

есть доход делится на всех членов семьи, и если он ниже 14142 тенге, то разницу дополняем мы. Что касается безусловной денежной помощи, то там также высчитывается разница.

Нужно отметить, что центр занятости населения также оказывает помощь в виде выплат тем, кто оказался без работы либо попал под сокращение.

Жителям города нужно лишь прийти к нам, в центр занятости населения, расположенный по ул. Курмангазы (бывшее здание ЗАГС – прим. автора). При себе нужно иметь документ, удостоверяющий личность, – заключила Айнура КАЗМУХАНОВА.

Всего в центр занятости обратились 7773 человека. Из них 5429 человек были охвачены мерами содействия занятости, то есть краткосрочные курсы обучения прошли 216 человек, 207 человек завершили обучение, 107 человек были трудоустроены, из них 13 человек устроились на работу самостоятельно, а 94 человека по специальности.

Вести бизнес без рекламы – все равно, что подмигивать девушке в полной темноте.

513 598

ТЕЛЕФОН РЕКЛАМНОЙ СЛУЖБЫ

МОЙГОРОД

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

ТЕЛЕФОН РЕКЛАМНОЙ СЛУЖБЫ

МОЙГОРОД



Сельчане недовольны затянувшимся строительством водопровода

По словам сельчан, рабочие вырыли траншеи вдоль улиц, не оградив их предупреждающими лентами.

Арайлым УСЕРБАЕВА

Как рассказала жительница села Володарское Зеленовского района Светлана ЛЕОНЕНКО, работа по строительству водопровода возобновились в ноябре 2018 года.

– Сейчас ведутся работы. Нас никто не оповещал о проведении работ. У нас уже возникают проблемы с подъездными путями. Сможем ли мы по утрам беспрепятственно выезжать из дома на работу? Сейчас уже снегопад начался. Выехать со двора будет сложно, можно и скатиться в траншею. В прошлом году при проведении работ экскаватор скатился в яму и снес столб электропередачи рядом с жилым домом. А если бы столб упал на дом или на людей? После этого случая траншеи закопали и работы прекратились, – возмущенно рассказала Светлана ЛЕОНЕНКО.

Кроме этого, по словам жителей села, работы проводятся в темное время суток, несмотря на то, что улицы плохо освещаются.

– Рабочие приходят к обеду и работают до 12 ночи. Мы просили показать нам план работ, но начальник участка отказался, ссылаясь на то, что план они с собой не носят. Почему они перерыли весь поселок – тоже не понятно. Ведь у всех жителей на участках есть свои колодцы. Да и цена у них недешевая. Мы переживаем за подъездные пути и за свою безопасность. К тому же мы недавно сделали ремонт. У нас дорогостоящие ворота, крыша. Не хотелось бы, чтобы из-за работ был причинен материальный ущерб, – отметила Светлана ЛЕОНЕНКО.

Как отметил руководитель управления строительства Алтыньбек КАЙСАГАЛИЕВ, строительство водопровода в поселке Володарское закончится в первом квартале 2019 года.

– Предыдущий подрядчик был признан судом недобросовестным и сейчас строительство осуществляет другая компания. В связи с судебными тяжбами время затянулось и пришлось приступить к работе в ноябре. Открытые колодцы, траншеи не можем оставить на следующий год. Строительство практически завершено. Земляные работы закончены, – заявил Алтыньбек КАЙСАГАЛИЕВ.

Напомним, работы по строительству водопровода в селе Володарское Зеленовского района были начаты в августе 2017 года. Однако сельчане сразу же были недовольны. По их словам, компания затягивала строительство из-за отсутствия материалов, а также жители села были недовольны ценами на подключение к центральному водопроводу. Жители села Володарское утверждали, что они должны заплатить за это 40 тысяч тенге, тогда как в других районах подключение к водопроводу стоит 20 тысяч тенге. Кроме того, жена рабочего, занятого на строительстве водопровода, сообщила, что мужу не выдают зарплату несколько месяцев. Позже подрядная организация ТОО «Алатау-Альдан-Агро» была признана недобросовестным участником госзакупки и должна была возместить в доход государства неустойку в размере 2 миллионов тенге.

Фото предоставлено жителям села Володарское

В Уральске снесут 17 аварийных домов

ЭТИ ДОМА БУДУТ СНЕСЕНЫ ДО КОНЦА 2018 ГОДА.

Дана РАХМЕТОВА

Об этом рассказала аким ЗКО Алтай КУЛЬГИНОВ 26 ноября выступая на брифинге в службе центральных коммуникаций.

– У нас свыше 200 ветхих домов, из них 44 аварийных. Нам очень помогает программа государственно-частного партнерства. До конца этого года будет снесено 17 домов. Два новых дома у нас сдано в этом году, еще два дома будет сдано позже. Плюс этой программы в том, что владельцы аварийного жилья получают квартиры в новых домах в частную собственность. Нужно отметить, что частный инвестор строит эти дома за свой счет, мы со своей стороны подводим инфраструктуру и делаем благоустройство дворов, – рассказал Алтай

КУЛЬГИНОВ.

Глава области также отметил, что по программе «Нуры жер» ведется строительство 26 многоквартирных жилых домов на 314 квартиры и 104 жилых дома на селе на 327 квартир, всего – 3461 квартира. По итогам года планируется ввести в эксплуатацию 6 домов на 688 квартир и 83 жилых дома на селе на 139 квартир, всего – 827 квартир.

– За счет частных инвестиций уже построено 1400 коммерческих квартир, из них по программе «7-20-25» получили ключи от квартир 100 семей, готовы к реализации 280 квартир. Жители аварийных домов обеспечены квартирами, оставшиеся квартиры реализуются согласно программе «7-20-25». На сегодня готовы к сдаче еще 2 новых дома из пяти. Ведется комплексная работа в рамках 5-ти социальных инициатив президента страны. Начата подготовительная работа по строительству



пяти общежитий для 1800 студентов, – пояснил Алтай КУЛЬГИНОВ.

Фото из архива "МГ"

e-mail: advkantorai@mail.ru www.advokat-uralsk.kz

Адвокатская контора «ИЩАНОВ И ПАРТНЕРЫ»

Профессиональная юридическая помощь и услуги юридическим и физическим лицам

090000, Казахстан, ЗКО, г. Уральск, ул. Жунисова, 110
Факс/тел.: 8 (7112) 51-41-98, 8 775 324 81 27
Гос. лицензия № 0003831 от 22.12.1999

магазин женского белья

Цыгирганка

КОЛГОТКИ

БЕЛЬЕ А-Г
КОРРЕКТИРУЮЩЕЕ БЕЛЬЕ
ТРИКОТАЖ
ПРОТИВ ЦЕЛЮЛЛИТА

8 707 280 16 43

пр. Евразия, 35/2
(рядом маг. «Юбиляр»)

ВНИМАНИЕ!
НОВОЕ
ПОСТУПЛЕНИЕ
ТОВАРА!

МЕТАЛЛСЕРВИС
ВАШ СТАЛЬНОЙ ПАРТНЕР

ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИЛЕР
ОАО «МАГНИТОГОРСКИЙ
МЕТАЛЛУРГИЧЕСКИЙ КОМБИНАТ»

РЕГИОНАЛЬНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ
ОАО «ТРУБНАЯ МЕТАЛЛУРГИЧЕСКАЯ
КОМПАНИЯ»

МЕТАЛЛОПРОКАТ

ПРОФИЛЬНЫЕ ТРУБЫ • ТРУБЫ СВАРНЫЕ
УГОЛОК • ЛИСТ • АРМАТУРА • КРУГ • ШВЕЛЛЕР
БАЛКА • ПРОВОЛОКА • ПОЛОСА • КВАДРАТ
ШЕСТИГРАННИК • СЕТКА-РАБИЦА • СЕТКА СВАРНАЯ

РАБОТАЕМ
БЕЗ ВЫХОДНЫХ

ДОСТАВКА - БЕСПЛАТНО !!!

+7-701-767-29-84
543-000
544-000

ул. Конкина, 2/2
(район «Алау газ»)
www.metall-service.kz

ВНИМАНИЕ!

udom.kz_07
Уютный дом
Мебель udom

Салон мебели «Уютный Дом»
едва ли не с
НОВОГОДНИМ
РОЗЫГРЫШЕМ!!!

Купи товар на сумму
свыше 200 000 тенге
до 23.12.2018 г. и становишься
участником грандиозного
розыгрыша ценных призов!

ЦОТ «Алтынь Алтын», корпус 14, 24-й этаж
ТД «Богданов, 0 этаж,
пр. Астана-Камат, 83/1, 52-70-33

С ЧЕМПИОНАМИ МИРА ПО САМБО ВСТРЕТИЛСЯ АКИМ ЗКО

■ 22 ноября аким ЗКО Алтай КУЛЬГИНОВ встретился с чемпионами мира по самбо Нурболом СЕРИКОВЫМ и Темирланом ИХСАНГАЛИЕВЫМ.

Дана РАХМЕТОВА

Аким ЗКО отметил, что победа спортсменов на чемпионате мира – это большое достижение не только для области, но и для республики в целом.

– На чемпионате мира, где участие принимали спортсмены из ста стран, победили наши спортсмены. Это нелегкая задача стать чемпионом. Тем более это физический труд. Такой результат достигается не за один день. Я думаю, мечта каждого спортсмена стать чемпионом. Мы гордимся вашими победами. Вы знаете, что глава государства всегда говорит о том, что нужно развивать спорт в стране. В следующем году мы достроим спортинтернат. Дополнительно будут отремонтированы стадионы "Акожайк" и стадион имени Атояна по программе ГЧП, также в городе будет построена Ледовая арена за счет КПО б.в., – сообщил Алтай КУЛЬГИНОВ.

Темирлан ИХСАНГАЛИЕВ рассказал, что победа далась ему нелегко.

– Я начал с вольной

борьбы. На прошедших соревнованиях я боролся в весе 80 кг. У меня было 4 схватки. Первый соперник был из Франции, второй из Туркменистана, с ним я ранее встречался на ринге, причем на Азиатских играх я ему проиграл. Потом со спортсменом из Кыргызстана. За 9 лет, что я занимаюсь спортом, я изучил технику и приемы практически всех соперников. Это моя первая золотая медаль, и она досталась мне с большим трудом, – рассказал Темирлан ИХСАНГАЛИЕВ.

По словам Нурбола СЕРИКОВА, он неоднократно встречался с соперником, над которым на чемпионате мира одержал победу.

– Со спортсменом, над которым я одержал победу в финале, я ранее встречался 4 раза и 2 раза ему проиграл, а два раза одержал над ним победу, – говорит Нурбол СЕРИКОВ.

На встрече также присутствовала руководитель управления физкультуры и спорта ЗКО Асия АМАНБАЕВА. По ее словам, скорая сдача спортинтерната – это прекрасная новость.



– Этот интернат является центром подготовки спортивного резерва нашей области. Нужно отметить, что многие выходцы интерната являются членами молодежных и юношеских колледжных и юношеских команд национальной сборной РК. Также радует, что сейчас спортивные школы обеспечиваются всем необходимым. В этом году на экзамен для поступления в интернат

приехали дети со всех районов области. Нурбол СЕРИКОВ является выпускником этого интерната, а также его выпускниками являются Нурберген ЖУМАГАЗИЕВ, Абзал АЖГАЛИЕВ, Катя ЛАРИОНОВА. Что касается победы наших спортсменов на мировом чемпионате по самбо, хочу подчеркнуть, что это отличный результат. На этом чемпионате у Казах-

стана две золотые медали, и обе они из нашей области. Это результат многолетнего труда спортсменов. Ребята долго шли к этим целям, – сообщила Асия АМАНБАЕВА. – У них много серебряных и бронзовых наград. Теперь они взяли "золото" на чемпионате мира. Как вы знаете, что для неолимпийских видов спорта чемпионат мира является самым

высоким показателем.

Напомним, 10 ноября Нурбол Сериков стал чемпионом мира по самбо в весовой категории 68 кг в чемпионате, который проходил в Румынии. На этом же чемпионате мира победу в боевом самбо одержал спортсмен из ЗКО Темирлан ИХСАНГАЛИЕВ.

Фото Александра КУПРИЕНКО

Золотые медали завоевали каратисты из ЗКО на чемпионате РК

Чемпионат Казахстана по олимпийскому каратэ WKF проходил в Уральске с 16 по 18 ноября.

Дана РАХМЕТОВА

В соревнованиях принимали участие спортсмены из Астаны, Алматы, а также 14 областей Казахстана.

Старший тренер по карате Ринат МЕРГАЛИЕВ отметил, что этот чемпионат проводился для отбора спортсменов на чемпионат Азии и на чемпионат мира, который

пройдет в 2019 году в столице Чили городе Сантьяго.

– Наши спортсмены успешно выступили и добились исторических побед. Так, Дархан Тимралиев занял 1 место в весовой категории 55 кг, также первое место заняла Камелия Джулманова в весовой категории 54, Натали Косикова, кроме того "золото" взяла женская сборная по карате, – рассказал Ринат МЕРГАЛИЕВ.

Второе место в весовой категории 53 кг заняла Дилляра Тлепбергенова, Алихан Сартаев в весовой категории 70 кг, Руслан Давлеткалиев Руслан в весовой катего-

рии 57 кг, третье место заняла Мерурет Бурабай, Жансая Казыбекова в весовой категории 47 кг, Даурен Ильясов и Вадим Закарян в весовой категории 84 кг.

– Впереди у спортсменов сбор и Международный турнир, который пройдет в Германии и Малайзии. Кроме того, наши спортсмены могут претендовать на призовые места в Токио в 2020 году, – отметил Ринат МЕРГАЛИЕВ.

Новогодние подарки

ОО «Рахат»

ЖАНА ЖЫЛЫҢЫЗБЕН!

2019

С НОВЫМ ГОДОМ!

Безопасное питание
743 ₸ 350 г

Новогодний календарь
350 г 530 ₸

Новогодний презент
400 г 660 ₸

Новогодний календарь
350 г 880 ₸

Новогодний календарь
700 г 1210 ₸

Новогодний календарь
500 г 1485 ₸

Новогодний календарь
1000 г 1750 ₸

Новогодний календарь
1500 г 2145 ₸

Новогодний календарь
2500 г 4400 ₸

RAHAT

Наш адрес: ул. Вокзальная, 2. Тел.: 8 (7112) 51 58 33, 8 (7112) 51 98 90

Государственное коммунальное казенное предприятие «Дом культуры молодежи отдела культуры и развития языков акимата г. Уральска» объявляет конкурс на занятие вакантных должностей гражданских служащих:

- 1.Руководитель кружка «Разговорный жанр и выразительное чтение» – 1ед. /временно, на время декретного отпуска основного работника/;
- 2.Техник – оператор световой техники –1ед;
- 3.Руководитель кружка «Домбыра»–0,5 ед;
- 4.Руководитель кружка «Терме»–0,5 ед;
- 5.Техник–сантехник–1ед;
- 6.Рабочий сцены–1 ед;
- 7.Контролеры на зрительный зал–2 ед / девушки с приятной внешностью/;
- 8.Дизайнер–1ед;
- 9.Пресс–секретарь /специалист –1ед;
10. Культурный организатор– 1ед.

Требование к кандидатам :
высшее образование или среднее–профессиональное образование, техническое и профессиональное образование по группам специальностей «искусство и культура» с опытом работы по данной профессии, умение работать в коллективе, пунктуальность.

Перечень необходимых документов :

- 1.Заявление установленного образца, об участии в конкурсе.
- 2.Удостоверение личности (копия)
- 3.Личный листок по учету кадров/ с точным адресом проживания и контактными телефонами/.
- 4.Документы об образовании и квалификации,наличии специальных знаний или профессиональной подготовки (оригиналы и копии , заверенные нотариально) ,
- 5.Трудовая книжка (оригинал и копия нотариально заверенная).
- 6.Военный билет.
- 7.Адресная справка (оригинал).
- 8.Справка о наличии либо отсутствии сведений о совершении уголовного правонарушения,
9. Документ о прохождении предварительного медицинского освидетельствования (медкнижка с допуском на работу);
- 10.Фото –1 шт (3x4),
- 11.Пенсионный договор (копия).

Конкурс проводится на основе Правил поступления на гражданскую службу и проведения конкурса на занятие вакантной должности гражданского служащего. Документы, необходимые для участия в конкурсе, должны быть представлены в течение 15 календарных дней с момента публикации объявления о проведении конкурса по адресу: г. Уральск, ул: Карбышева 60. ДК Молодежи. Тел : отдела кадров 26–43–54, факс 8/7112/ 26–43–54. проезд автобусами:№ 3, 35, ост. «Экспресс»; №20,5, 22,29, 45 ост. «Депо».



Увезти в аул? Отучаем ребенка от гаджетов

Современные дети, впрочем как и взрослые, не видят жизни без сотовых телефонов или планшетов. Причем привязанность детей формируется уже с первого года жизни. Родители малышей, "когда очень надо", начинают подсовывать ребенку телефон и не замечают, что ребенок все больше проводит времени один на один с гаджетами. При этом мало кто из родителей обращается к специалистам даже после того, как понимают, что зависимость от телефона стала сказываться на психике ребенка.

Э тот вопрос поднимался и в Парламенте. В начале прошлого года спикер Мажилиса Нурлан Нигматулин возмутился тем, что молодые родители занимают детей гаджетами. — Очень много вопросов доступа их к планшетам, айпадам и так далее. Дети с малого возраста (пользуются гаджетами — прим.) вместо того, чтобы книжки читать, а молодые родители только потакают, чтобы ребенок не беспокоил. А потом к пятилетнему возрасту у него и со зрением проблема, и другие болячки, — говорил Нигматулин. После был подписан Закон о защите детей от вредной информации. Он вступит в силу в январе 2019 года.

Корреспондент Tengrinews.kz побеседовал с детским психологом Анастасией Стеблянко о зависимости детей от гаджетов и узнал, когда родителям нужно принимать решительные меры.

Нет времени на ребенка

Причина чрезмерной привязанности детей к смартфонам и планшетам таится в нескольких основных причинах. У родителей нет времени на ребенка и они занимают его гаджетами. Вторая причина — у маленьких детей много свободного времени, но занимать себя они не умеют.

Кроме того, они копируют поведение взрослых. Если родители вечером приходят и, не отрываясь, проводят время за телефоном и планшетом, то и дети будут считать это нормой поведения. Как отмечает психолог, когда родители замечают, что ребенок очень много времени проводит за просмотром мультфильмов или играми на смартфоне — уже становится поздно.

Конечно, мультфильмы, если носят познавательный характер, вреда не несут. Но здесь речь идет о физическом вреде. То есть экран планшета и телефона достаточно мал, и зрение у такого ребенка сильно напрягается. Смотреть мультфильмы можно, но возникает вопрос, сколько времени это делать, — говорит Стеблянко.

По словам специалиста, годовалому ребенку можно смотреть мультики не больше 15 минут в день, и прибавлять по 15–20 минут в год. То есть в два года можно смотреть полчаса, в три — 45 минут и продолжать увеличивать время в таком порядке. По мнению детского психолога, меньше вреда от просмотра мультфильмов на телевизоре или на проекторе.

— Это проблема привычки и проблема навыка. То есть в прямом смысле слова ребенок не умеет смотреть какие-то видео с телевизора. Потому что это требует работы других процессов, связанных с вниманием. У детей очень тесно связаны внимание и манипуляция руками. Если он держит в руке свой телефон или планшет, то он удерживает свое внимание в этом поле, если он смотрит на телевизоре мультфильм, то внимание ему гораздо сложнее удерживать", — отмечает она.

Синдром дефицита внимания

По мнению эксперта, планшеты или смартфоны можно давать детям не раньше 4,5–5 лет. До этого возраста у детей развивается такой психический процесс как внимание.

Внимание очень чувствительно. Есть такой диагноз: синдром дефицита внимания и гиперактивность. То есть у ребенка в достаточной степени не развивается внимание к пяти годам. В планшете или смартфоне быстро меняется картинка, быстро меняется сюжет, течение событий. В связи с этим у ребенка развивается неустойчивость внимания — внимание либо быстро переключается, либо вообще не успевает за течением событий. Это приводит к тому, что не формируется устойчивое внимание, — отмечает Анастасия Стеблянко.

Из-за этого у ребенка формируется устойчивая привычка неумения концентрировать свое внимание. Как следствие — он неусидчивый, ему трудно делать уроки, трудно переключать внимание с доски на свою рабочую тетрадь. Это пагубно влияет на психическое развитие ребенка.

Признаки гаджето-зависимости у детей

И тровая зависимость уже давно существует. И привязанность к телефонам — это форма игровой зависимости.

Если это зависимость эмоциональная, когда у ребенка забирают телефон или планшет, он закатывает истерику, ведет себя агрессивно. То тогда здесь необходима помощь детского психиатра, вплоть до лечения медикаментозными средствами. Если так или иначе родитель может забрать у ребенка смартфон и его реакция при этом не слишком бурная, то в этом случае можно обойтись помощью психолога без медикаментозного лечения, — говорит психолог.

"У детей младшего возраста в каком-то смысле незрелая психика, и они более чувствительны к приобретению зависимости. Любую игрушку, если у него забирают в этом возрасте, он будет сильно переживать — плакать и устраивать истерики. У детей наиболее ярко выражена именно эмоциональная реакция", — добавила Стеблянко.

ОПРЕДЕЛИТЬ, ЧТО У РЕБЕНКА ЗАВИСИМОСТЬ ОТ ГАДЖЕТОВ, МОЖНО ПО СЛЕДУЮЩИМ ПРИЗНАКАМ:

- у ребенка возникают эмоциональные проблемы, начиная от истерик до закрытости и замкнутости;
- он не может долго концентрировать внимание на чем-либо, портится память;
- начинаются проблемы, связанные с физическим здоровьем: ухудшение зрения, сколиоз;
- встречается проблема развития речи из-за того, что ограничена моторика

рук (мелкая моторика). То есть ребенок в три года не говорит, потому что его моторика заключается только в том, чтобы нажимать на фигурки на планшете;

— заторможенность в развитии. Такое можно наблюдать не в 100 процентах случаев. Это уже патологические процессы. Но, тем не менее, такие процессы в практике психологов наблюдались.

Купите настольные игры

По словам Анастасии Стеблянко, есть специальные процедуры освобождения от привязанности к гаджетам. Психолог дала рекомендации родителям, как себя вести, если они замечают чрезмерную любовь ребенка к телефону. Прежде всего, в своем плотном графике выделить ребенку время. Чаще это время не превышает часа в день, в зависимости от возраста. При этом важно именно запланировать в своем расписании досуг с ребенком, потому что если это время специально не выделять, то его и не будет. Пойти с ребенком в магазин и выбрать ему книги и реальные игры — паззлы, раскраски, конструкторы, настольные игры.

Определиться с правилом, сколько времени в день ребенок может провести за компьютером или планшетом. Этим правил очень жестко придерживаться. Если мы играем час в день, то разбить этот час на четыре подхода. Очень строго контролировать и не допускать попустительства в этом. Еще один вариант отвлечь ребенка от телефона — это совместная работа с родителями. Надо привлекать детей к работе по дому, пусть помогает в готовке, уборке, летом можно вместе работать на даче. Чтобы занять время ребенка, можно отдать его в различные кружки или спортивные секции.



В некоторых случаях помогает решение завести домашнего питомца и попросить ребенка за ним ухаживать. И, конечно, надо, чтобы ребенок чаще играл на улице.

Но, как отмечает Анастасия Стеблянко, бывают случаи, когда, несмотря на соблюдение родителями всех вышеописанных рекомендаций, ребенок не может справиться с зависимостью от гаджетов, и это сказывается на его психическом здоровье. В таких случаях эксперт советует посетить детского невропатолога, чтобы он определил, есть ли какие-то изменения в нервной системе малыша. Затем нужно сходить к детскому психологу, и уже по результатам обследований этих двух специалистов будет понятно, нужен ли детский психиатр.

Ссылка в аул — не решение

Чаще всего родители обращаются с целой плеядой проблем, начиная от проблемы в отношениях. Попутно выплывает проблема, что ребенок много времени проводит с гаджетом. Это не большая редкость, — говорит психолог.

Некоторые родители в качестве крайней меры избавления детей от гаджето-зависимости решают отправить их в аул, где нет Интернета. По мнению психолога, это лишь на время избавит от проблемы. Вернувшись в город, ребенок снова попадет в ту среду, из которой уехал в аул. Соответственно, эта острая привязанность к гаджету вернется. При этом специалист отмечает, что сейчас Интернет есть почти везде и бывали случаи, когда родители детей с периферии также обращались за помощью.

НОВИНКА СЕЗОНА

Примула Либре Пикоти голубая

Бриллиантовая россыпь. Счастье на окошке. Великолепная серия гибридов для комнатной культуры, которые по праву можно назвать живыми антидепрессантами. Цветет очень обильно с декабря по май, наполняя Ваш дом невероятным позитивом, добром и радостью. Цветки большие. В диаметре до 6 см, зеленоглазые, лучистые. Лепестки изумительных небесных оттенков, по краю волнистые.



Гербера Мега Революция оранжевая

Оранжевая революция в Вашем доме. Мощные кустистые растения распускаются очень крупными цветками. Гербера прекрасно себя чувствует на недостаточно освещенном окне. Благодаря своему невысокому росту мило смотрится на комод в спальне или на журнальном столике в гостиной.



Хамеропс

Изящная неприхотливая пальма. Низкорослое многоствольное дерево с кроной из верных листьев с колочими черешками. Растение требует хорошее освещение. Во время роста и развития пальмы температура не должна опускаться ниже 25-27°C, осенью температуру надо немного снизить, а зимой она не должна опускаться ниже - 6-8°C. Помещение, где содержится цветок, обязательно должно проветриваться каждый день. Обязательно обильный полив и ежедневные опрыскивания. Для посадки используют тяжелую дерновую землю, перегной, торф и песок (2:2:2:1). Пересаживают растение раз в 3-5 лет. Свежие семена при температуре около +25°C прорастают через 30-40 дней.



Источник: myfo.ru

Карликовый гранат

Гранат (Punica), субтропический кустарник с вкусными плодами, можно выращивать в качестве декоративного комнатного растения. Комнатному гранату несложно обеспечить правильный уход в домашних условиях, он будет и цвести, и даже завязывать плоды.

Гранат цветёт не только красиво и необычно, но и долго – с апреля до конца лета. Цветки бывают двух типов: кувшинообразные с длинными пестиками, образующие плоды, и колокольчатые с короткими – не образующие плодов. Стерильные цветки опадают быстро, плодородные «живут» 6-10 дней. Размер цветков до 2 см в диаметре и до 4 см в длину.

После цветения, осенью, у карликового граната завязываются очаровательные маленькие круглые плодики с плотной, но тонкой кожурой, цветом от светло-оранжевого до бордово-красного, в диаметре они не превышают 4-5 см. Плоды покрыты твердой кожурой, под которой находятся семена, «обёрнутые» сочной мякотью тёмно-красного цвета. Плоды съедобны, на вкус кислые.

Самое главное требование при уходе за комнатным гранатом – достаточная освещённость. Гранату нужно много света и солнца, при их недостатке растение сбрасывает листья. Лучше всего отвести ему место на окне южной, юго-западной или юго-восточной ориентации. Гранат – одно из немногих растений, которое не требует притенять от солнечных лучей даже в полуденные часы.

В период роста, цветения и плодоношения гранат – «водохлёб». Поливают его в это время обильно, минимум 1-2 раза в неделю. Но и допускать залива нельзя, при переувлажнении на листьях появляются жёлтые и коричневые пятна. В горшках обязательно нужен дренаж. В зимний период полив существенно сокращают, но следят, чтобы не происходило пересыхание грунта. Также гранат любит опрыскивания мягкой тёплой водой, их проводят с весны до осени 2 раза в неделю, в жаркую погоду можно делать это и чаще. Зимой при прохладном содержании опрыскивание не требуется.

С весны до осени гранат нужно подкармливать комплексным минеральным удобрением. Частота внесения удобрений – 2 раза в месяц. На период покоя подкормки прекращают и возобновляют с началом вегетации.

В феврале-марте проводят раннюю обрезку граната. Удаляют прикорневую поросль, волчки (вертикальные побеги), сухие, загущающие крону, значительно более длинные, чем основные ветки кроны. При обрезке важно учитывать, что у граната плоды образуются на вызревших побегах прошлого года. Поэтому удаляют только те веточки, которые уже отплодоносили.

Источник: myfo.ru



ФЭН-ШУЙ

Комнатный гранат

Гранат, как уникальное растение, выделяют не только с точки зрения полезных плодов и витаминов, а также и в рамках учения фен шуй. Растение гранат можно располагать на юго-восточной и западной стороне. Считается, что гранат способствует урегулированию и восстановлению репродуктивной функции и приводит в норму гормональный баланс. Поэтому гранат по фен шуй будет очень разумно и уместно поставить прямо в детской комнате или недалеко от неё. Особенно, если дети являются подростками и переживают переходный возраст.

Цветы граната яркие, красные, очень красивые и видные. Это растение очень любит солнце и свет. По всем характеристикам понятно, что это растение подходит людям, родившимся под знаком зодиака Овна, а знак Овна, в свою очередь относится к стихии огня.

Источник: astralomir.ru

УДАЧНАЯ ПОКУПКА



Кофейное деревце

Маленькое вечнозеленое деревце из семейства мареновых высотой до 1 м, с длинными раскидистыми или поникающими ветвями. Это растение красиво, у него крупные и блестящие темно-зеленые кожистые листья и белые, трубчатые, ароматные, пятилепестковые цветки, из которых образуются чудесные красные плоды. Цветет и плодоносит на протяжении почти всего года. Растение нуждается в слабокислом субстрате. Лучше всего использовать смесь дерновой земли с кислым торфом, листовой землей и крупнозернистым песком.

Лучше растет при рассеянном свете. Под прямыми яркими лучами солнца листья желтеют и сморщиваются. При сильном затенении рост растения замедляется.

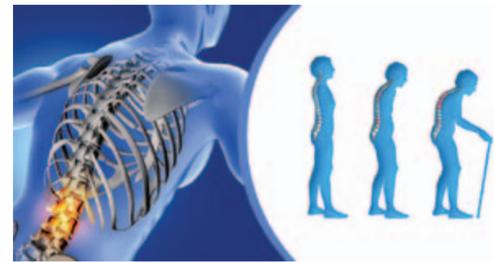
Отлично растет при комнатной температуре. Зимой, в период покоя (с октября по февраль), растение лучше содержать при температуре 16 - 18°C. Размещают на подоконнике с восточной или западной стороны квартиры. Растение любит простор и свежий воздух, поэтому еще больше ему подойдет место у дверей на балкон. Летом деревце можно вынести на балкон и разместить на солнечном, но слегка затененном месте. Поливают мягкой водой обильно, особенно в период роста, следя за тем, чтобы не было переувлажнения почвы. Зимой не подкармливают. Пересаживают регулярно.



Лицензия № ЛО-63-01-003864 от 22.08.2016 г. выдана Министерством здравоохранения Самарской области.

Самарский диагностический центр предлагает диагностическое исследование на остеопороз

Остеопороз считается одним из наиболее опасных заболеваний, поражающим костную ткань и приводящим к инвалидности. Очень часто человек не подозревает о болезни до тех пор, пока не произойдет перелом какой-либо ослабленной кости.



Остеопороз – особое заболевание костной ткани, при котором в ней образуются пустоты-поры. От этого кости нашего скелета становятся чрезвычайно хрупкими и могут сломаться даже при небольших нагрузках. Обычно это состояние на ранних стадиях никак себя не проявляет. Но по мере ослабления костной ткани могут появляться следующие признаки: боль в спине, вызванная разрушением позвонка; уменьшение роста со временем; сутулость; перелом кости, возникающий при незначительной нагрузке. Нередко перелом происходит буквально на ровном месте, вследствие незначительного удара, падения с высоты своего роста или подъема тяжести. Чаще всего ломаются кости предплечья, позвонки или бедренные кости (перелом шейки бедра).

Особого внимания заслуживает проблема остеопороза, вызванного длительным приемом кортикостероидных гормонов, противосудорожных лекарств, иммунодепрессантов и средств, содержащих алюминий и снижающих кислотность желудочного сока. Если вы принимаете подобные препараты, вы должны знать о возможном риске развития остеопороза. Курение и алкоголизм также являются факторами риска остеопороза.

Если вы обнаружили у себя подобные симптомы, то можете пройти тщательное обследование на остеопороз в Самарском диагностическом центре, тем самым исключив или подтвердив болезнь. Диагностику проводят за 2 дня: в первый день – компьютерная денситометрия и анализ ясици, или возникает боль между лопатками. И, как правило, боль быстро исчезает, если немного полежать. Но при переломе позвонка интенсивность этой боли будет очень высокой, и боль будет возникать не от 30 минут стояния, а уже от 5-10 минут нахождения в вертикальном положении. Иногда к боли в спине при компрессионных переломах добавляются боли в ягодичных мышцах или в бедрах в области «галифе». Предотвратить данное заболевание гораздо легче, чем его лечить.

- ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ОСТЕОПОРОЗА:**
- Уменьшение роста на 2-3 см;
 - Изменение осанки с развитием горба;
 - Хрупкость ногтей и их расслоение;
 - Преждевременное поседение;
 - Выпадение зубов.



У вас есть возможность пройти обследование в удобное для вас время, а также в день обращения. Ждём вас по адресу: г. Самара, ул. Мяги, 7а
Тел.: 8 (846) 300-44-63. www.samaradc.ru

ИП Павлов А. М.
частный медицинский кабинет
г. Уральск, ул. Циолковского, 37/1 кв. 21
23-22-18, 23-25-42
8 701 534 54 55

- ведет прием врач нарколог
- услуги процедурного кабинета
- мануальная терапия
- лечение алкоголизма

Лицензия № ЛО-63-01-003864 от 22.08.2016 г. выдана Министерством здравоохранения Самарской области.

ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

ВРАЧ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ
ДЕМЧЕНКО НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА
Лицензия № ЛО-63-01-003864 от 22.08.2016 г. выдана Министерством здравоохранения Самарской области.

г. Уральск, 2
ул. Мухоморова, 2
тел.: 51-77-21, 8-701-378-44-37

ПОДСКАЖИТЕ, ДОКТОР!

– Как наследуется группа крови? – Семен

Отвечает заведующая лабораторией анализа генома Института общей генетики Российской академии медицинских наук им. Н. И. Вавилова, доктор биологических наук Светлана Боринская:

Группа крови определяется состоянием пары генов, один из которых человек получает от отца, другой – от матери. Ген существует в разных версиях. При этом если у человека одна версия определяет первую (она еще называется «нулевой») группу крови, а вторая – вторую группу крови (А) или третью (В), то «нулевая» версия остаётся в скрытом состоянии – ген не проявляется. Такой вариант гена называется рецессивным. Из письма ясно, что оба родителя имеют рецессивную, «нулевую», версию гена и именно её они передали ребёнку. Вероятность этого в указанном случае составляет 25%, в остальных 75% ребёнок рождается со второй группой.

– Почему зимой трескаются уголки рта? – Ксения

Отвечает врач-дерматолог Татьяна Егорова:

Раздражающими факторами являются холод и ветер: они приводят к повышенной сухости губ. Так как губы – это слизистая, они содержат влагу. Под действием низких температур она кристаллизуется, в результате происходит разрушение клеток. У тех людей, у которых недостаточен защитный гидролипидный слой кожи, происходит потрескивание губ. Вторая возможная причина образования трещин в уголках рта – нехватка в организме витаминов А и В2.

Появление неприятных симптомов можно предупредить, если правильно ухаживать за кожей губ и пополнять запасы полезных для неё витаминов. Надо обязательно пользоваться гигиеническими помадами до выхода на улицу. Для очищения лица следует использовать деликатные средства, которые не нарушают гидролипидный слой. Нужно употреблять в пищу продукты с содержанием омега-3, витаминов А и группы В, например, жирные сорта рыб, морковь и так далее, а также пивные дрожжи.

АиФ Здоровье

Акция
Зима с «Радужой звуков»

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Скидки 20%

Скидки 5%

Возможно купить в КРЕДИТ или в РАССРОЧКУ

г. Уральск, ул. Д. Нурпеисовой, 12
тел.: 8 (7112) 51-34-58

ВОПРОС-ОТВЕТ

- При каких болезнях поможет смородина?

- Роза

Отвечает преподаватель Пятигорской государственной фармацевтической академии, профессор Валерий Мелник-Гусейнов:

Смородина – это не только ягоды, но и листья, ветви и почки. Все части этого растения обладают целебными свойствами.

При сахарном диабете рекомендован следующий состав растений, взятых поровну: листья смородины, листья черники, листья ежевики, листья маты переночной, листья толокнянки. Одну столовую ложку сбора заливают 300 мл кипятка, кипятят 3 минуты, настаивают 10 минут, процеживают и принимают по 1/3–1/2 стакана 3 раза в день за 20 минут до еды.

Для лечения дерматита, глазных болезней приготавливают ванночки или раствор для примочек из настоя, приготовленного из расчёта: 50 г смеси измельчённых веточек, почек, листьев на 1 л кипячёной воды.

- Правда ли, что в самолёте волосы растут вдвое быстрее?

- Пелагея

Отвечает врач-дерматолог, трихолог Татьяна Егорова:

Ускоренный метаболизм может повышать скорость роста волос. Однако стресс (в частности, полет на самолете), напротив, обычно негативно влияет на их рост. Волосы могут начать расти быстрее в связи с поступлением большого количества витамина D, увеличением питания, повышением уровня мужских половых гормонов. Стресс может повлиять на увеличение мужских половых гормонов: адреналин и кортизол под действием фермента 5-альфа-редуктазы превращаются в дигидротестостерон. Он бьёт по фолликулам, что приводит к увеличению роста волос на теле. На голове они, наоборот, начнут сильнее выпадать.

АиФ Здоровье

Курение - коварная ловушка для вашего здоровья

Сигарета – это не удовольствие и статус в компании, а самое коварное зло, которое постепенно отравляет весь организм. О вреде курения рассказала врач–радиолог областного онкологического диспансера Ксения ДОЛЖЕНКО.



По словам Ксении ДОЛЖЕНКО, в настоящее время наша молодежь, да и те, кто постарше, выбирают не совсем здоровые привычки, одна из которых – курение. Зачем? Скажите, с какой целью вы отравляете свой прекрасный организм? Вы один такой человек во всей Вселенной! Так зачем же себя любимого губить? Вы достойны лучшего, помните об этом. Жизнь прекрасна и не должна сводиться к выкуриванию сигарет.

—О том, что капля никотина убивает лошадь, знает даже ребенок. Однако на ку-

рильщиков этот факт не производит особого впечатления: успокаивая себя тем, что столько сигарет одновременно всё равно не выкуришь, они продолжают медленно себя убивать, делая затяжку за затяжкой, – говорит врач. — Вместе с тем, вред табачного дыма обусловлен не только никотином – он лишь вызывает привыкание, а всё остальное разрушает организм. Курение забивает легочную ткань смолой и канцерогенами. При постоянном выкуривании хотя бы 10 сигарет в день через несколько лет развивается не только легочная недостаточность, хроническая обструктивная болезнь легких, хронический бронхит курильщика, но и такое страшное заболевание как рак легких.

В настоящее время с курением связано 90 % случаев рака легкого – злокачественной опухоли, которая в 60 % случаев приводит к гибели заболевшего. Курение в подростковом возрасте вызывает необратимые гене-

тические изменения в легких и навсегда увеличивает риск развития рака легкого, даже если человек впоследствии бросает курить. Среди курящих мужчин пожизненный риск развития рака легких составляет 17,2 %, среди курящих женщин – 11,6 %. Этот риск значительно ниже у некурящих: 1,3 % у мужчин и 1,4 % у женщин.

Среди людей курящих по полпачки в день число вырастает до 51,4 случаев из 100 000, 1-2 пачки в день увеличивают риск до 143,9 из 100 000, а при употреблении более двух пачек в день – до 217,3 из 100 000.

Женский организм реагирует на табак куда более выраженно, чем мужской. Помимо основных заболеваний, знакомых едва ли не каждому курильщику, представительница прекрасного пола с сигаретой рискует пожертвовать во имя вредной привычки своей молодостью, свежестью и красотой, о самом страшном – возможно- стью стать матерью.

Все врачи мира предупреждают и громко говорят на разных языках об опасном вреде курения, чтобы понять как можно больше людей. Достаточно отравлять свой организм. Лучше на деньги, которые вы тратите на очередную пачку сигарет, купите цветы для любимой, фрукты своим чадам и молоко домашнему питомцу.

— Скоро любимый всеми праздник – Новый Год. Так давайте же начнем новый год с новых полезных привычек и отбросим весь негатив, оставив его в старом году. Возьмите себе за правило просыпаться в хорошем настроении, всем близким желать добра, с утра выпивать стакан воды на голодный желудок, затем делать зарядку, для того чтобы ваш организм проснулся, – призывает Ксения ДОЛЖЕНКО. – Любите себя и будьте любимыми. Бросайте курить уже сейчас! И получайте удовольствие от своего сил духа и заряжайте положительными эмоциями окружающих людей.

ВОПРОС-ОТВЕТ

- Можно ли разным людям пользоваться одной мочалкой?

- Дарья

Отвечает ученый-микробиолог Светлана Чубатова:

По правилам личной гигиены у каждого должна быть собственная мочалка, собственное полотенце, и я уже не говорю о собственной зубной щетке. У каждого человека свой микробиоз, свои бактерии, которые безопасны для него, но могут причинить вред другим людям. Мы живем в тесной связи с другими микроорганизмами, которые постоянно присутствуют в нашей микрофлоре. А если туда попадают организмы чужие, то между ними возникает конфликт, который может повлечь за собой не только недомогания в виде сыпи и раздражения, но и серьезные заболевания.

Как правило, мочалка не успевает полностью высо-

хнуть, так как постоянно находится во влажном помещении. Таким образом, она становится идеальной средой для размножения бактерий, в том числе опасной Staphylococcus aureus (золотистый стафилококк). Эта бактерия способна вызывать множество различных заболеваний: от легких кожных инфекций вроде угрей и до смертельно опасных болезней вроде пневмонии и менингита. Чтобы снизить риск заражения, пользуйтесь отдельной мочалкой и тщательно промывайте и просушивайте ее после каждого использования.

- Можно ли снижать давление не лекарствами, а синим светом?

- Павел

Отвечает заместитель директора Научного центра сердечно-сосудистой хирургии им. Бакулева академик Российской академии наук Юрий Бузиашвили:

В ходе эксперимента учёные действительно обнаружили, что синий свет, доза которого была сопоставима с дневной дозой солнечного света, снижает систолическое давление почти на 8 мм рт. ст. по сравнению с контрольными показателями. Учёные объясняют полученный эффект тем, что синий свет стимулирует выделение оксида азота, который расслабляюще действует на стенки кровеносных сосудов, что и приводит к снижению артериального давления.

Однако нужно понимать, что подобный эксперимент может лишь быть основанием для проведения полномасштабного исследования по канонам доказательной медицины. И только результаты такого исследования могут стать основанием для того, чтобы включить синий свет в рекомендации для терапии пациентов с сердечно-сосудистыми заболеваниями. Но даже в этом случае воздействие синим светом может служить дополнением, а не альтернативой лекарственной терапии.

Шугыл психологиялық Тәулік бойы көмек көрсету қызметі Сенім телефоны өмірдің Қиыншылықтарына Кездескен адамдарға шугыл Психологиялық жәрдем беріп, проблемаларды шешу жолын табуға көмектеседі.

Төмендегі телефондарға хабарласыңыз: 53-74-74, 8 778 907 99 81

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

Әр адамның ағдыры әр қилы, Өмірде адам шешімшн таба алмайтын қын жағдайлар Туындайды. Ұрыс-керіс, жанжал жалғыздық, бір нәрсені таңдауда Шешім таба алмай толғану, ауыртыпалық, қайғы-қасірет... Осындай қиын кездерде біреудің көмек қажет...сол кезде жаныңды түсінетін адам табыла бермейді туыстарын түсінбейді...достарын алыс бөтен адамдардан ақыл сұрау ыңғайсыз...Басына қиыншылық түскен сәттерде Тәулік бойы сенім телефонына қоңырау шалыңыз біз әрдайым көмекке келуге әзірміз.

Төмендегі телефондарға хабарласыңыз: 53-74-74, 8 778 907 99 81

Служба экстренной психологической помощи «Телефон доверия» круглосуточно оказывает экстренную помощь людям, находящимся в сложной жизненной ситуации, Помогает найти пути решения проблемы.

Контактные телефоны: 53-74-74, 8 778 907 99 81

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

У каждого бывают ситуации, с которыми трудно справиться самому. Ссора, конфликты, одиночество, сложность что-то решить или выбрать, тяжелые потери, горе...И важно получить чью-то поддержку... но не всегда рядом оказывается человек, которому можно довериться... близкие могут не понять...друзья далеко... к чужим людям обратиться неловко...

В такие моменты лучшей помощью может стать телефон доверия, работающий в круглосуточном режиме.

Контактные телефоны: 53-74-74, 8 778 907 99 81

ГКП ПХВ "Областная многопрофильная больница" консультативно-диагностическая служба

в ГКП ПХВ "Областной многопрофильной больнице" ведут прием врачи:

терапевт, заведующий консультативным отделением
Никитин Олег Николаевич

1. Консультативный прием. 2. Дневной Стационар (проведение внутримышечных, внутривенных инъекций, внутривенная система). Открытие больничных листов для пролеченных в дневном стационаре. Манипуляции проводятся под наблюдением врача.

График работы: с 8.00 до 16.00 (кроме субботы и воскресенья)
Справки по телефону: 8(7112) 23-81-00, 23-94-00, 52-75-10, 52-75-21, 8 708 128 04 57 Ирина
Наш адрес: 3 Строительный переулок 6\1 ост. ТЭЦ

врач-кардиолог II квалификационной категории,
Мавлюдова Альфия Ильмировна

дополнительно всю информацию вы можете получить по номеру **26-63-91.**

Лицензия №001397DL от 08.12.2016г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

ГКП на ПХВ «Городская многопрофильная больница»
Перечень платных услуг, оказываемых пациентам, не входящих в гарантированный объем бесплатной медицинской помощи и по инициативе пациентов

НАИМЕНОВАНИЕ	Стоимость
Консультация врача акушер-гинеколога высшей категории, кандидат наук	5000
Повторное обращение	2000
Консультация врача акушер-гинеколога	2435
Консультация врача неонатолога	2040
Консультация врача невропатолога	2435
Консультация хирурга	2540
Консультация врача травматолога профиля высшей категории	5000
Консультация врача нейрохирурга профиля второй категории	2100
Консультация врача уролога профиля высшей категории	2540
Консультация врача пульмонолога профиля высшей категории	2300
Консультация врача сосудистый хирург	5000
Консультация врача проктолога	4500
Консультация врача лор	3500
Консультация мануального терапевта	5000

НАИМЕНОВАНИЕ	Стоимость
РОДЫ	
Проведение кесарева сечения	156 690
Роды консервативные неосложненные	102 490
ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛУГИ	
Медикаментозный аборт до 7-недели	15 000
Полипэктомия + Диагностическое выскабливание полости матки	30 000
Диагностическое выскабливание полости матки (аспирация)	20 000
Лапароскопическая ампутация и экстирпация матки	200 000
Лапароскопическая удаление кисты яичника	100 000
Лапароскопическая удаление кисты и яичника с обследованием	100 000
Лапароскопия при бесплодии	150 000
Лапароскопия при бесплодии	120 000
Гистероскопия	50 000
Гистеросальпингография	16 000
Вагинальная пластика с установкой сетчатого протеза	350 000

НАИМЕНОВАНИЕ	Стоимость
Введение ВМС Мирена	10 000
ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ	
Исследования на МРТ	18 860
МР-ангиография сосудов	9 560
МРТ после введения контрастного вещества	32 505
Компьютерная томография одной области	12 165
УЗИ обследования гинекологических заболеваний	3500
УЗИ исследования почек и надпочечники	2000
УЗИ плевральной полости	2000
УЗИ исследования поджелудочной железы	2000
УЗИ исследования селезенки	2000
УЗИ исследования предстательной железы и яички	4500
УЗИ исследования предстательной железы	4000
УЗИ исследования молочной железы	2000
УЗИ исследования щитовидной железы	2000
УЗИ исследования печени+ желчный пузырь	3000
УЗИ исследования мошонки	2000
УЗИ исследования мочевого пузыря с определением функции	1600

С интересующими вопросами можно обратиться по телефонному номеру: **8 (7112) 93 37 48**

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

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

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

Стационарозамещающую: онкология, общая хирургия, лучевая терапия.

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

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

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

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

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

ТОО «Медицинский центр»

1. Компьютерная томография. Магнитно-резонансная томография тел.: 53-69-01

2. Стационарное лечение в следующих отделениях: хирургическое и урологическое, гинекологическое, терапевтическое, неврологическое, офтальмологическое и ЛОР-отделение.

3. Соляная шахта
- Улучшает состояние кожи
- Помогает при юношеской угревой сыпи, аллергических проявлениях, экземах, дерматитах и даже псориазе в стадии ремиссии.
- Укрепляет нервную систему, улучшает сон, снимает стресс.
- Способствует улучшению иммунитета.
- Показана при острых заболеваниях органов дыхания.
- Профилактика ОРВИ, гриппа.

Наш адрес: г. Уральск, ул. Есенжанова, 19 (район завода Омега). Справки по телефону: 53-67-78
Лицензия серия ЛП №002223 от 6.02.2003г. выдана Министерством здравоохранения РК.

ВОПРОС – ОТВЕТ

- Какой алкоголь хуже всего влияет на кожу лица?

- Светлана

Отвечает врач-дерматолог, косметолог Антон Авербух:

Если мы говорим о негативных последствиях именно для кожи, то, конечно, как дерматолог я считаю, что самый вредный алкоголь – шампанское. Вторую строчку

в этом рейтинге занимают коктейли, ведь в них сочетаются разнообразные напитки исключительно по вкусовому принципу, а не с целью оздоровления. На третьей позиции по вредности находятся пиво и коньяк. А на четвертой – красное сухое вино. Титул самого «безопасного» для нашей кожи напиток принадлежит белому негазированной вину и водке очень высокого качества.

В целом, если вы все же пьете алкоголь, то помните следующее: во-первых, старайтесь не злоупотреблять

спиртным, принимайте его в небольших количествах не более одного раза в неделю. А под небольшим количеством подразумевается 100 граммов вина, 20-30 граммов крепких напитков. Такие дозы будут практически безвредными для вашей кожи.

АиФ Здоровье

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

ШЖК «Областық кардиологиялық орталығы» МКК республикалық бюджет қаражаты есебінен қаржыландырылатын, кепілдікпен тегін медициналық көмек көрсету қызметінің келесідей медициналық көмек түрлері бойынша: жоғарымамандандырылған, мамандандырылған; медициналық көмектің формасы бойынша: стационарлық, стационаралмастырғыш көмек, қалпына келтіру және медициналық оңалту түрлерінің процедурасына қатысқаны туралы хабарлайды.

Жоғарыда аталған қызметтердің медициналық түрлері мына мекен жай бойынша көрсетіледі: ШЖК «Областық кардиологиялық орталығы» МКК, Батыс Қазақстан облысы, Орал қаласы, Деркөл ауылы, электрондық поштасы: kardio-zko@mail.ru

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

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

Услуги по вышеперечисленным медицинским видам оказываются по адресу: ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр», Западно–Казахстанская область, г. Уральск, п. Деркул, электронный адрес: kardio-zko@mail.ru

ПРЕЙСКУРАНТ ЦЕН НА ПЛАТНЫЕ УСЛУГИ, ОКАЗЫВАЕМЫЕ В ГКП НА ПХВ «ОБЛАСТНОЙ КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР» НА 2018 ГОД

№ п/п	Наименование	Стоимость
РЕНТГЕНИССЛЕДОВАНИЕ:		
1	Рентгеноскопия органов грудной клетки	784
2	Рентгенография (обзорная) органов грудной клетки	1388
3	Рентгенография органов грудной клетки в 2–х проекциях	1633
4	Рентгенография позвоночника в 2–х проекциях	2339
5	Рентгенография черепа в 2–х проекциях	2085
6	Рентгенография височных костей в 2–х проекциях	2182
7	Рентгенография пальцев	1459
8	Рентгенография ключицы	1238
9	Рентгенография турецкого седла	1949
10	Рентгенография кисти	1483
11	Рентгенография стопы	1483
12	Рентгенография голени	1537
13	Рентгенография предплечья	1537
14	Рентгенография бедра	1702
15	Рентгенография стоп на плоскостопие	2833
16	Рентгенография придаточных пазух носа	1091
17	Рентгенография ребра прицельно	1243
18	Рентгенография верхней челюсти	1973
19	Рентгенография нижней челюсти	1949
20	Урография внутривенная	7183
21	Урограмма обзорная	2224
РЕНТГЕНОСКОПИЯ ЖКТ:		
22	Рентгеноскопия грудной клетки	784
23	Рентгеноскопия пищевода	2026
24	Рентгеноскопия желудка	2955
25	Рентгеноскопия кишечника через 24 часа	882
26	Ирригоскопия кишечника	4415
27	Рентгеноскопия тонкого кишечника	3521
28	Томография грудной клетки	2375
УЗИ ИССЛЕДОВАНИЯ:		
29	Эхокардиография сердца	5129
30	Эхокардиография чрезпищеводная	6129
31	Ультразвук диагност. артерий конечностей со спектральн. анализом	3457
32	Печень и желчный пузырь	2021
33	Поджелудочные железа	2021
34	Селезенка	2021
35	Почки и надпочечники	2021
36	Печень+желчный пузырь+поджелудочная железа+селезенка	4043
37	Предстательная железа и яички	2021
38	УЗИ цитовидной железы	1516
39	Почки+надпочечники+мочевой пузырь+предстательные железа	4548

№ п/п	Наименование	Стоимость
ОБСЛЕДОВАНИЕ С НАГРУЗКОЙ:		
1	Велоэргометрия	4215
2	Холтеровское мониторирование АД	5160
3	Холтеровское мониторирование ЭКГ	5160
4	Тредмил–тест	4417
5	ФГДС (Фиброгастроудоскопия)	4200
6	ЧП ЭФИ	7500
ЛАБОРАТОРИЯ БИОХИМИЧЕСКИЕ АНАЛИЗЫ ОПРЕДЕЛЕНИЕ:		
1	Общего белка	524
2	Альбуминов	592
3	Тимолова проба	364
4	Билирубин общий	441
5	Билирубин прямой	434
6	Мочевины	589
7	Мочевая кислота	640
8	Креатинина	492
9	Креатинин киназы	624
10	Глюкозы крови из вен	541
11	Глюкозы крови из пальца	526
12	Глюкозы мочи	389
13	В–липопротендов	292
14	Холестерина	511
15	Холестерин высокой плотности	845
16	Холестерин низкой плотности	1002
17	Трансаминаз АСТ	429
18	Трансаминаз АЛТ (анализ)	499
19	КФК на анализаторе	476
20	Альфа–амилаза	636
21	ЛДГ на анализаторе	585
22	Фибриногена	429
23	Коагулограмма (5 параметров)	1056
24	«С» реактивный белок	1074
25	Определение группы крови	318
26	Определение резус–фактора	318
27	Микрореакция	296
28	Триглицериды	498
29	Железы	579
30	Кальция	517
31	Антистрептолизина	1018
32	Т–тропонин	3170
33	Миоглобин	4546
34	Д–димер	6050
35	Электролиты	1483
КЛИНИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ		
35	Определение гемоглобина	471
36	Взятие крови на анализ из вены	286

№ п/п	Наименование	Стоимость
37	Подсчет лейкоцитарной формулы	591
38	Определение СОЭ	296
39	Общий анализ крови	797
40	Определение МНО	917
41	Общий анализ мочи	497
42	Обнаружение желчных пигментов	297
43	Проба Нечипоренко	295
44	Проба Земницкого	246
45	Забор анализа	526
1	Стационарное лечение по желанию пациентов в условиях сервисной палаты	3650
2	Консультативный прием врача–кардиолога	3600
3	Консультативный прием врача–хирурга	3335
4	Снятие электрокардиограммы	690
5	Снятие электрокардиограммы с расшифровкой	820
6	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Стабильная стенокардия напряжения ФК 2–3 ст.	141393
7	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Нестабильная стенокардия	141393
8	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: Артериальная гипертензия 2–3 ст.	92620
9	Инфаркт миокарда	229182
10	Нарушение ритмов сердца	75700
11	Ранняя реабилитация после инфаркта миокарда и кардиохирургических операций	118465
12	Реабилитация после 6 месяцев до 1 года	99949
13	Аортокоронарное шунтирование	2201029
14	Коронарографическое исследование сосудов (через руку)	258905
15	Коронарографическое исследование сосудов (через бедро)	258905
16	Введение стента в коронарные артерии без лекарственного вещества	858855
17	КАГ и стентирование коронарных сосудов с лекарственным покрытием	1069735
18	Введение стента в коронарные артерии с лекарственным веществом	869943
19	Введение постоянного ЭКС, первоначальное или его замена	1466500
20	Стентирование почечных, подвздошных, бедренных артерий	898135
21	Эндоваскулярная баллонная ангиопластика сосудов	431413
УСЛУГИ КОРОНАРОГРАФИИ		
1	Запись на 2 диска	1018
2	Запись на 1 диск	838
3	Запись на свой диск	658

Огради себя от сахарного диабета

В Казахстане увеличивается число больных сахарным диабетом. О том, как не стать заложником этого опасного заболевания, рассказала медсестра областного перинатального центра Назерке АХМЕТОВА.

По словам Назерке АХМЕТОВОЙ, сахарный диабет – это хроническая болезнь, которая возникает в тех случаях, когда поджелудочная железа не вырабатывает достаточно инсулина или когда организм не может эффективно использовать вырабатываемый им инсулин. Это приводит к повышенному уровню содержания глюкозы в крови (гипергликемии).
– Болезнь характеризуется устойчивым повышением уровня глюкозы в крови, может возникнуть в любом возрасте и продолжаться всю жизнь, – поясняет медик. – Различают сахарный диабет I типа (инсулинозависимый) и сахарный диабет II типа (инсулинонезависимый). И хотя сахарный диабет до сих пор считается неизлечимым, благодаря инсулину люди научились держать эту болезнь под контролем. А успехи ученых в области диабетологии последних лет позволяют оптимистически смотреть на решение проблем, вызываемых диабетом.

ПРОВЕРЬТЕ СЕБЯ

Существует несложный тест, позволяющий сориентироваться в том, есть ли у вас симптомы диабета. **Согласие даже с одним из предложенных высказываний – повод обратиться к врачу–эндокринологу.**

1. Сколько ни утоляю жажду, никак не могу напиться.
2. Из–за частых позывов к мочеиспусканию испытываю неудобства, когда приходится надолго отлучиться из дома.
3. Высохшие капли мочи оставляют на белье плотные белые пятна, напоминающие следы от крахмала.
4. Меня одолевают слабость и сонливость.
5. Отмечаю ухудшение зрения: контуры предметов расплываются, как будто смотрю сквозь туман.
6. Периодически возникает ощущение мурашек, онемение и покалывание в ладонях и подошвах.
7. Никан не могу избавиться от прыщей.
8. У меня очень сухая кожа, плохо заживают порезы и царапины.
9. Беспочинит кожный зуд, особенно в области

промежности.
10. В последние месяцы сбросил (а) 3–5 кг и более, не прикладывая к этому ни малейших усилий;
11. Ем и не могу наестся, постоянно испытываю сильную голод.

Однако важно учесть, что классические признаки диабета, описанные здесь, – жажда, сухость во рту, кожный зуд, увеличение объема выделяемой мочи, похудание, нарушение зрения – проявляются не в начале заболевания, а лишь когда недостаточность инсулина принимает серьезный характер. Поэтому по оценке специалистов, на одного выявленного больного диабетом приходится три–четыре человека, которые не подозревают об уже имеющейся у них болезни.
– Чтобы можно было своевременно начать лечение, каждому человеку после 45 лет необходимо раз в год сдавать анализ для определения уровня глюкозы в крови натощак, – продолжила Назерке АХМЕТОВА. – Если же человек входит в группу риска, данный анализ нужно проводить чаще, а в дополнение к нему проходить еще тест с пищевой нагрузкой либо тест на толерантность к глюкозе.

ФАКТОРЫ РИСКА

Привести к развитию диабета могут:

- Переедание и несбалансированное питание с обилием калорийной, рафинированной пищи;
 - Избыточный вес;
 - Малоактивный образ жизни;
 - Хронический стресс;
 - Длительное использование некоторых лекарственных препаратов (мочегонных, гормональных, салицилатов, цитостатиков и так далее).
- Профилактика
По словам специалиста, чтобы избежать развития сахарного диабета важно нормализовать вес, ограничить калорийность рациона, повысить двигательную активность. Такая тактика дает хорошие результаты не только у здоровых людей, имеющих факторы риска, но и на этапе преддиабета, когда болезнь еще не наступила, но глюкоза уже плохо усваивается. А в школах диабета при медучреж-

дениях рассказывают и показывают, как научиться контролировать болезнь и жить в удовольствие. Если в это время грамотно выстроить тактику поведения, то 50–60% человек может избежать развития недуга.

Важную роль в компенсации сахарного диабета играет диета. Выбор продуктов для человека, страдающего этим заболеванием, можно сравнить с принципом выбора.

Красный цвет – это продукты, которые приводят к резкому повышению уровня глюкозы в крови. К ним относятся белый хлеб, булочки, сладости, пиво, квас, кола, лимонад, сладкие соки, каши быстрого приготовления, белый рис, жареный картофель и пюре. Также в эту группу входят жирные продукты. Жир – самый калорийный компонент пищи, поэтому, злоупотребляя им, вы рискуете набрать вес. А животные жиры плохо влияют на сердце, а оно при диабете и без того под ударом.

Желтый цвет – продукты, которые повышают уровень глюкозы в крови не так резко, их можно употреблять, но в разумных количествах. Это – ржаной хлеб и изделия из муки грубого помола, свекла, морковь, зеленый горошек, изюм, ананас, банан, дыня, абрикос, киви, картофель.

Зеленый цвет зажен для таких продуктов, как: кабачки, капуста, огурцы, помидоры, яблочный и апельсиновый соки, вишня, сливы, груша, зеленый салат, молочные продукты, отварное мясо и рыба.

SOS!
Одним из самых опасных состояний при сахарном диабете является гипогликемия – снижение глюкозы в крови ниже 2,8 ммоль/л. Она может возникнуть в том случае, если больной неточно рассчитал необходимую ему дозу препаратов, снижающих уровень глюкозы.
– При первых же симптомах гипогликемии (острое чувство голода, потливость, дрожь в руках или ногах, слабость, головокружение) нужно незамедлительно принять 20–30 г чистой глюкозы или других быстроусвояемых углеводов. Поэтому каждый диабетик, выходя из дома даже ненадолго, должен иметь при себе 3–4 кусочка сахара или маленький пакет сока, – посоветовала медик.

ГКП на ПХВ «Областной перинатальный центр» УЗА ЗКО Гинекологическое отделение

На базе Областного Перинатального центра проводится Плазмолифтинг – инъекционная процедура локальной стимуляции регенеративных процессов в тканях с помощью собственной плазмы крови человека.

ПОЛУЧАЕМЫЕ ЭФФЕКТЫ:
– Противомикробный
– Противовоспалительный
– Восстановление слизистой оболочки шейки матки и влагалища.
– Усиление тонуса мышц тазового дна.
– Улучшение микроциркуляции и метаболизма.
– Устранение дискомфорта в интимной жизни.

–Снижение риска возникновения рецидивов.
–Улучшение качества жизни.
АМАЛАИН ИНТИМ. ВОЗМОЖНОСТИ ИНТИМНОГО ЛИФТИНГФИЛЛИНГА:
–Лабипластика–коррекция объема и формы больших и малых половых губ.
–Устранение дискомфорта в интимной жизни.

стенки влагалища.
–Клиторопластика–увеличение объема головки и кармана клитора–
–Аугментация точкиG
–Коррекция инволюционных изменений.
–Косметический эффект–«омоложение».

ВРАЧ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ НИЯЗОВА КЛАРА ТУРЕСОВНА.

СРОЧНО ТРЕБУЕТСЯ МЛАДШИЙ МЕДИЦИНСКИЙ ПЕРСОНАЛ (САНИТАРКИ).
Обращаться: ул. Ахмирова, 4, отдел кадров.

Наш адрес: г. Уральск, ул. Ахмирова, 4. Телефон: 26–63–41

Лицензия ЛП00619DL №0181103 от 19.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.

ПИСЬМО С ПРОДОЛЖЕНИЕМ

ЕЛЕНА КУЛЕЦКАЯ:



«СЕЙЧАС УДАЧНЫЙ МОМЕНТ РАССТАВИТЬ С БИЛАНОМ ТОЧКИ НАД!»

Я замужем. Казалось бы, все прекрасно, если бы не одно: постоянное упоминание моего имени как экс-невесты Димы Билана...

В восемнадцать лет я стала моделью, снималась в рекламных кампаниях крупнейших мировых брендов. В двадцать четыре на свои кровно заработанные купила квартиру в центре Парижа, недалеко от Марсова поля. В двадцать шесть начала вести несколько программ на российском телевидении, а прошлым летом я вышла замуж за прекрасного человека, телеоператора Стаса Романовского. Я люблю и умею работать, но уже давно мечтала о семье. Казалось бы, все прекрасно, если бы не одно: постоянное упоминание моего имени как экс-невесты Димы Билана. Может, именно сейчас удачный момент, чтобы расставить все точки над и?

С Димой мы познакомились во французском аэропорту «Шарль де Голль». Я летела в Германию на съемки рекламы и перед посадкой решила купить новый диск Патрисии Каас. Нашла на полке, хотела было взять, но CD оказался последним, и я схватилась за него одновременно с каким-то парнем. Взглянула на незнакомца. Вот это да! Рядом со мной стоял Билан. Минуты две мы передавали друг другу диск, сопровождаемая бессмысленными действиями вежливыми восклицаниями. В конце концов Дима взял коробочку и направился к кассе.

Пока я шла в кафе, он догнал меня. Протянул диск:

- Это тебе.
- Спасибо.
- Меня зовут Дима Билан.
- Я узнала. Лена Кулецкая.

Мы вместе выпили кофе, поболтали. И все. Сидя в самолете, я увидела, что Дима написал на диске номер своего телефона. Было приятно, но тогда дорожки наши разошлись, мы так и не созвонились.

Примерно через месяц после нашей встречи продюсер Билана Яна Рудковская вместе с режиссером проводили кастинг на роль принцессы Анны для съемок клипа «Это была любовь!». Им требовалась русская модель с международным опытом работы. Дима увидел среди множества других мой снимок: «О, берем Кулецкую!»

Снимали в Марокко. Приезжаю на пляж, где уже собралась вся группа, и тут появляется Дима. В одной руке чашка чая, в другой – багет с надкушенной горбушкой. Обрадовался: «Лена приехала! А я жутко замерз, целый день снимали на ветру. Хочешь?» – спросил он, протягивая хлеб. И мы тут же, укутавшись в пледы, съели этот багет, я ведь тоже была голодная, с дороги. Вечером допоздна засиделись вдвоем в баре, болтали о путешествиях, фильмах, музыке.

Съемки проходили в ноябре, вся группа в пуховиках, а мы с Димой практически без одежды. И нам сделали маленькое укрытие с подветренной стороны огромного камня: набросали одеял, подушек, отработав очередной дубль, мы ныряли туда, чтобы немного погреться. Конечно, за пять съемочных дней, проведенных в такой романтической атмосфере, наше сближение было неизбежным.

Продолжение в следующем номере газеты.

Правила цивилизованного разговора

ЭТИ ПРАВИЛА ХОРОШЕГО ТОНА ПРИГОДЯТСЯ ВАМ В ЛЮБОЙ БЕСЕДЕ.

НЕ ГОВОРИТЕ О ТОМ, В ЧЁМ НЕ РАЗБИРАЕТЕСЬ

Держитесь подальше от ситуаций, когда ложь может вырваться из ваших уст случайно. Не утверждайте того, в чём не уверены. Предупреждайте, если то, о чём вы говорите, просто догадка или мнение.

БУДЬТЕ НЕМНОГОСЛОВНЫ

Попусту не вступайте. Лучше говорите мало, не лишая себя возможности слушать других и вбирать их знания, мудрость и опыт.

БУДЬТЕ СДЕРЖАННЫ

Не кричите во время жаркого спора, держите себя в руках. Заставьте оппонента молчать не с помощью шума, но с помощью здравого смысла.

НЕ ПЕРЕБИВАЙТЕ

Ни в коем случае не перебивайте человека, когда он говорит. Выслушайте его. Так вы лучше его поймёте и сможете дать более связный ответ.

ВЗВЕШИВАЙТЕ СВОИ СЛОВА

Если не подумали сначала, молчите. Взвесьте смысл того, что хотите сказать, и определитесь

с выражением, с которым хотите это произнести. Опротечивые люди не думают, пока не начнут говорить. Или думают, но уже после того, как скажут.

НАБЛЮДАЙТЕ ЗА НЕДОСТАТКАМИ И НЕПРИЯТНЫМИ ЛЮДЕЙ

Если находитесь в компании с тщеславными и нахальными людьми, обращайтесь к ним с осторожностью. Так вы сможете избежать их ошибок как в разговоре, так и в поведении в целом.

НЕ ХВАЛИТЕ СЕБЯ

Не хвастайтесь и не оценивайте самого себя. Если вас может похвалить только ваш язык, то это знак того, что ваша репутация низкая и стремительно падает.

НЕ ГОВОРИТЕ ПЛОХО ОБ ОТСУТСТВУЮЩИХ

Если кого-то из вашего круга общения нет рядом, то старайтесь при каждой возможности говорить о нём только хорошее. Никогда не говорите плохо о ком-либо, если тот этого не заслуживает. Исключением могут быть только ситуации, в которых такие разговоры способны помочь человеку стать лучше или защитить окружающих.

НЕ ШУТИТЕ О НЕДОСТАТКАХ

Не насмехайтесь и не высмеивайте естественные недостатки человека. Такое поведение оставляет очень плохое впечатление.

БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ С НЕГАТИВНЫМИ ВЫСКАЗЫВАНИЯМИ

Постарайтесь никого не упрекать, не угрожать и не произносить ни в чью сторону злобные слова. Если пришлось указать на ошибку, постарайтесь сделать это без укора, чтобы человеку не было неприятно. Иначе упрек ничем не поможет, а только огорчит человека и, возможно, настроит его против вас.

НЕ ГНЕВАЙТЕСЬ

Если человек пылкий и произносит в ваш адрес не самые приятные слова, то лучше пожалейте его, а не впадайте в ярость. Молчание или очень вежливый ответ – лучшая реакция на такое поведение. Они либо смягчат виновника шумихи и заставят его раскаяться, либо станут для него наказанием. В любом случае вежливость и невозмутимость сохраняют ваши нервы, а также создают вам репутацию мудрого и сдержанного человека.

Источник: Лафхакер



Готовим из топинамбура

Из этого сладковатого сочного корнеплода, который казахстанцы называют «китайской картошкой», можно приготовить множество блюд: нежное пюре, ароматный суп, вкусные оладьи и разнообразные салаты. Предлагаем вам взять на заметку несколько рецептов.



Крем-суп

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Морковь крупная – 1 шт.;
- Лук – 1 шт.;
- Топинамбур – 700 г;
- Вода – 300 мл;
- Молоко – 300 мл;
- Соль по вкусу;
- Сушарика с любым вкусом – 100 г;
- Зеленый лук и зелень по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Нарежьте морковь, лук и очищенный топинамбур небольшими кубиками.

сочками. Выложите в кастрюлю и залейте водой. Доведите до кипения и варите около 15 минут.

Шаг 2. Влейте молоко, подсолите, снова доведите до кипения и снимите кастрюлю с огня. Порциями суп погружайте блендером до однородной консистенции и снова доведите до кипения.

Шаг 3. Перед подачей посыпьте суп сушариками, мелко нарезанным зеленым луком и зеленью.

Оладьи из топинамбура и кабачков

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Топинамбур – 600 г;
- Кабачки – 400 г;
- Чеснок – 10 зуб.;
- Яйцо – 3 шт.;
- Соль по вкусу;
- Черный молотый перец – ½ ч.л.;
- Молотый кориандр – ½ ч.л.;
- Мука – 120 г;
- Растительное масло для жарки.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Очистите топинамбур и кабачки от кожуры и натрите по от-

дельности на крупной тёрке. Слегка отожмите кабачки, чтобы убрать лишнюю жидкость.

Шаг 2. Смешайте топинамбур, кабачки, измельченный чеснок, взбитые яйца, соль, перец и кориандр. Всыпьте муку и замесите тесто для оладий.

Шаг 3. На сковородке разогрейте масло на среднем огне. Готовьте оладьи порциями. Выкладывайте примерно по столовой ложке теста на сковороду и обжаривайте оладьи по 2-4 минуты с каждой стороны, пока они не подрумянятся.

Котлеты из топинамбура и моркови

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Топинамбур – 400 г;
- Морковь – 400 г;
- Сливки – 100 мл;
- Соль по вкусу;
- Манная крупа – 50 г;
- Яйцо – 2 шт.;
- Панировочные сухари – 70 г;
- Растительное масло для жарки.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Натрите очищенные топинамбур и морковь на крупной тёрке. Выложите их на сковороду, добавьте

сливки и соль и перемешайте. Тушите, помешивая, на медленном огне до мягкости ингредиентов.

Шаг 2. Снимите сковороду с огня, добавьте манку и яйца и тщательно перемешайте. Переложите массу на тарелку и оставьте на 15 минут, чтобы крупа разбухла.

Шаг 3. Сформируйте из смеси небольшие шарики и обваляйте их в сухарях. В сковородке на сильном огне разогрейте масло. Обжаривайте котлеты до золотистой корочки со всех сторон.

Запеканка

ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

- Топинамбур – 250 г;
- Сливочное масло – 1,5 ст.л.;
- Яйцо – 1 шт.;
- Молоко – 120 мл;
- Соль по вкусу.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Шаг 1. Очистите топинамбур от кожуры и нарежьте очень тонкими пластинками. Выложите их в форму для выпечки. Сверху разложите несколько

немногих кусочков сливочного масла.

Шаг 2. Взбейте яйцо, молоко и соль. Можно добавить другие приправы на ваш вкус. Залейте яичной смесью топинамбур. Запекайте 15 минут при температуре 250 °С, убавьте до 200 °С и готовьте ещё 15 минут.

Приятного аппетита!

Источник: Лайфхакер

ПРОРЕМОНТ

о ремонте и не только...

Семь простых шагов, которые помогут составить смету на ремонтные работы



Определите общий объем работ. Перед тем, как приступить к ремонту, продумайте, какую цель вы преследуете – обновить отделку или внести капитальные изменения. После этого составьте список работ. Учтите, что для самостоятельного составления

сметы нужно хорошо разбираться в технологии отделочных и строительно-монтажных работ. Учтите, что для самостоятельного составления

Выполните инвентаризацию. Чтобы понять, какие инструменты и материалы у вас уже имеются, проведите ревизию на

балконе, в гараже и кладовке. Затем составьте перечень тех стройматериалов, которые необходимо купить.

Подсчитайте стоимость новой мебели, бытовой техники и предметов декора. Это необходимо сделать до составления сметы, чтобы не оказалось, что вы неправильно выполнили отделочные работы.

Распределите обязанности. Внимательно изучите список работ и определитесь, какие из них вы можете выполнить самостоятельно. После этого найдите подрядчиков для выполнения оставшихся работ. Самостоятельно можно выполнять несложные отделочные работы, а вот прокладку коммуникаций, монтаж электропроводки и установку дверей лучше доверить профессионалам.

Не забудьте запланировать бюджет на случай появления форс-мажорных ситуаций (возникновения непредусмотренных расходов, подорожания услуг и товаров и т.д.). Для этого полученную сумму увеличьте в полтора раза. Составляя смету, не забудьте рассчитать и время выполнения работ. Учтите, что если ваш ремонт затянется, его стоимость возрастет.

Учтите инструкции на упаковках. Получить необходимую информацию можно и с помощью интернета.

Рассчитайте расход стройматериалов. Для этого внимательно из-

Источник: mgorod.kz

Самые распространенные ошибки при самостоятельном ремонте квартиры



ка в квартире уже сделана, а храп соседа все равно слышен каждую ночь. Заботьтесь о своем спокойствии и сделайте шумоизоляцию стен в самом начале ремонта. Благо, специальных материалов в строительных магазинах полным-полно.

ГОРЯЧАЯ ВОДА И ЭЛЕКТРОПРОВОДКА

До заселения в квартиру обязательно установите в ванной

бойлер. Его отсутствие чревато появлением множества неудобств, ставить прибор придется обязательно. Лучше сделать это заранее, чем каждый день тратить уйму времени и газа на нагрев воды в кастрюльках. Перед прокладкой электропроводки обдумайте, где лучше всего разместить розетки и выключатели. Пригласенный электрик должен четко следовать вашим требованиям. Пользуясь услугами "дешевого" неопытного мастера,

Источник: mgorod.kz

СПЕШКА И ЭКОНОМИЯ

Планируя самостоятельный ремонт без привлечения специалистов, многие владельцы квартир делают одинаковые ошибки. Огромное их число связано с желанием побыстрее заехать в квартиру, не дождавшись окончания ремонта. К примеру, хозяева посчитали, что некоторые не слишком важную мебель они успеют приобрести уже после заезда. В результате так и спят месяцами на раскладушках, а

телевизор смотрят, сидя на полу. Так что заезжать стоит в уже полностью обставленную квартиру, поскольку покупка вещей "не первой необходимости" может откладываться бесконечно. Экономия – враг качественного ремонта. Купили дешевые обои – через год придется менять, ведь ежедневно глазеть на не красивые стены не хочется никому. Уложили в ванной плохую плитку – она начала раскалываться от малейшего удара. Экономии на напольных покрытиях – последние потрескались и деформировались даже без значительных нагрузок. Так что покупка дорогого качественного материала – это совсем не расточительство, а элементарная необходимость.

ХОРОШАЯ ШУМОИЗОЛЯЦИЯ – ЗАЛОГ СПОКОЙСТВИЯ

Необходимости шумоизоляции стен многие из нас задумываются только тогда, когда внутренняя отдел-

ПРОДАЖА КВАРТИР ПОД КЛЮЧ
ПО АДРЕСУ: г. Уральск, ул. Урдинская, 2/9

ОБР. ПО ТЕЛ.: 54-13-14, 8-778-153-16-71

МЕТАЛЛИНВЕСТ
СЕТЬ МЕТАЛЛОБАЗ

МЕТАЛЛОПРОКАТ

- ТРУБЫ
- ЛИСТ
- УГОЛОК
- АРМАТУРА
- КРУГ
- КВАДРАТ
- ШВЕЛЛЕР
- БАЛКА
- ПОЛОСА
- ПРОФНАСТИЛ
- СВАРНАЯ СЕТКА

NEW

Скидки
Доставка
Всегда в наличии

г. Уральск, ул. Гагарина, 10/1, остановка «ТЭЦ»
тел.: 241-000, 249-000, WWW.METALL-INVEST.KZ

ГИБКИЙ ПОДХОД С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ



ПРОФНАСТИЛ

- СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО
- ДОБОРНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ КРЫШИ
- РЕЗКА В РАЗМЕР
- ДОСТАВКА ПО ГОРОДУ

Всегда лучшая цена!

УЛ. ГАГАРИНА, 10/1 (ОСТ. ТЭЦ) | WWW.METALL-INVEST.KZ
8 (7112) 241-000, +7 701 091 18 79

Арендаторы школьных столовых пожаловались на проверки

Предприниматели, оказывающие услуги питания в школьных столовых, пожаловались, что подвергаются как плановым, так и внеплановым проверкам со стороны органов государственного санитарно-эпидемиологического надзора.

Арайлым УСЕРБАЕВА

По словам предпринимателя Ляны ТУРСЫНОВОЙ, с 2016 года в стране внедрена система внутреннего контроля, которая освобождает предпринимателей от плановых проверок СЭС.

На протяжении нескольких лет санитарно-эпидемиологическая ситуация в сфере обеспечения питания детей в столовых школ, арендуемых предпринимателями, остается благополучной. Вспышек зарегистрировано не было, что говорит о качестве работы бизнесменов. Несмотря на это, с начала нового учебного года сотрудниками ГУ «Уральское городское управление охраны общественного здоровья» участилось количество внеплановых проверок в пищеблоках школ. Проверки проводятся по каждому случаю регистрации инфекции среди учащихся, независимо от того, где ребенок мог подхватить ту или иную инфекцию.



фото с сайта yandex.kz

цию, — отметила Ляна ТУРСЫНОВА.

Кроме этого, Ляна ТУРСЫНОВА заявила, что санврачами не в полной мере устанавливаются возможные очаги инфекции.

— Может быть, отравившиеся дети были в гостях, уезжали на соревнования, покупали что-то в магазинах. Кстати, магазины в этих случаях не прове-

ряются. Но зато тщательным образом проверяются пищеблоки школ. Хотя в большинстве случаев за несколько дней учащиеся школ не посещали учебное заведение и, соответственно, там не питались. Хочу отметить, что почти все учащиеся, которые попали в инфекционную больницу, не питаются в школьных столовых, — отметила Ляна ТУРСЫНОВА.

По словам руководителя Уральского городского управления охраны общественного здоровья Мадениет ТАНАУОВОЙ, за три учебных месяца этого года из инфекционных больниц по школам поступило 65 экстренных извещений, из них было проверено только девять фактов.

— Это девять объектов, в которых, со слов роди-

телей, могли отравиться их дети. На детские дошкольные учреждения за три месяца поступило 66 экстренных извещений, из них мы проверили 24. Мы проверяем не все объекты, а только те, где родители подтверждают, что в течение инкубационного периода их дети периодически едят в этих столовых, — заявил Мадениет ТАНАУОВ.

Стоит отметить, что по девяти фактам проверок в школах только в трех случаях были наложены штрафы.

— Штрафы накладываются только при выходе положительных находок, то есть срывов. Например, в школе-гимназии №41 в двух пищевых продуктах, в салате были положительные результаты. В СОШ №9 со срывов и в СОШ №1 с тарелок были найдены предпосылки для возникновения инфекции. В этих случаях были обнаружены кишечные инфекции и по ним приняты меры. Штрафы накладываются по бактериологическим показателям, — отметил Мадениет ТАНАУОВ.

Председатель совета по защите прав предпринимателей Хайдар КАПАНОВ отметил, что плановые проверки должны проводиться по предписанию и при наличии соответствующих документов.

6-летняя девочка борется со страшной болезнью

Даяна БАУРЖАН не может долго ходить, не умеет разговаривать и самостоятельно есть.



Арайлым УСЕРБАЕВА

Полностью Даяна — наш первый ребенок. С 2012 года я упорно занимаюсь только здоровьем Даяны, борюсь за ее счастливое место под солнцем. На тот момент мы не знали, какое испытание нам уготовила судьба. Наша доченька оказалась особенным ребенком. Это жутко страшно, когда с самого раннего детства, с рождения на твоем ребенке "ставят крест" и говорят, что она никогда не будет такой как все, что она будет инвалидом на всю жизнь. Несмотря на все это, мы не опустили руки, а стали наоборот сильнее. Даяна у меня самая лучшая. Я благодарна богу за нее, она научила меня всему — жить, ценить, дорожить и знать цену всему, что у меня есть. Мы боремся с ее болезнями уже шесть лет. Сейчас она не может долго ходить,

разговаривать, она ест из бутылочки. Еще у нее начинаются проблемы с глазами, — рассказала Ульяна МАХМЕТОВА.

По словам мамы, Даяна прошла несколько реабилитационных курсов в клинике Оренбурга, после которых у девочки наблюдаются значительные улучшения. Теперь, по многочисленным рекомендациям, семья решила вести Даяну в физкультурно-оздоровительный центр "Потенциал" в Оренбурге, где обещают еще более заметные улучшения. Однако собрать необходимую сумму самостоятельно семье просто не в силах. Реабилитация в клинике "Потенциал" стоит 539 тысяч тенге. Из них на данный момент удалось собрать 174 тысячи тенге. Осталось еще собрать 365 тысяч тенге.

— Раньше мы как-то справлялись сами. Были кое-какие накопления. А сейчас нам не под силу собрать сумму для лечения дочери. Работает один супруг, я дома с детьми. У нас есть еще младший сын. Ему полтора года. Родственники помогают чем могут. Мы все в

кредитах. В Россию планируем ехать в декабре. Без помощи добрых людей нам не справиться. Время не ждет. Ведь чем раньше мы пройдем курс реабилитации, тем лучше. Сколько мы боремся с диагнозом Даяны, сколько испытываем боли и страха за свою дочь, не знает никто.

Помогите нам, пожалуйста, победить эту болезнь. Отзовитесь добрые и неравнодушные сердца. Подарите нам шанс на здоровое будущее, — говорит мама девочки.

Фото предоставлено Ульяной МАХМЕТОВОЙ

Все, кто желает помочь Даяне, может перевести средства на следующие реквизиты:

Kaspi Gold : 5169 4931 7189 1313

HALYK BANK : KZ316010002005869364

QIWI кошелек: 87770612514

Карта Российского Сбербанка по номеру телефона: 8 967 133 95 19

Вы также можете позвонить по телефону 8 777 061 25 14 Ульяне МАХМЕТОВОЙ.

На 246 млн тенге оштрафовали браконьеров

Двое жителей села Тайпак были осуждены на три года и должны будут выплатить государству ущерб в размере 246 млн тенге.

Арайлым УСЕРБАЕВА

По информации пресс-службы прокуратуры ЗКО, в 2018 году за браконьерство было задержано 21 лицо, по восьми фактам вынесены судебные приговоры.

— С виновных, причастных к истреблению 99 сайгаков, в пользу государства взыскано 331 млн тенге, изъято и уничтожено несколько охотничьих ружей, конфисковано шесть

снегоступов и автомобилей. По всем фактам органами прокуратуры осуществляется пристальный надзор, что способствует неотвратимости наказания, — отметили в пресс-службе прокуратуры ЗКО.

Стоит отметить, что в конце сентября 2018 года двое жителей села Тайпак были осуждены по статье 337 УК РК "Незаконная охота" и по статье 339 УК РК "Незаконное обращение с ружьями и находящимися под

угрозой исчезновения, а также запрещенными к пользованию видами растений или животных, их частями или дериватами".

— Приговор Акжайыкского районного суда вступил в законную силу. Браконьеры были приговорены к трем годам лишения свободы. За истребление 74 особей сайгаков с них взыскан ущерб в размере 246 млн тенге, — рассказали в пресс-службе прокуратуры ЗКО.

БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ КАНЦЕЛЯРСКИХ ТОВАРОВ

MAXIMUM

Канцтовары

ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ
ОФИСНЫХ КАНЦТОВАРОВ

ул. Т. Масина, 89, 24-41-14, 25-55-02

ул. Ихсанова, 109, 54-81-41

www.maximum.uralsk24.kz
maximum_2007@mail.ru

У нас всегда найдется ВАША ДВЕРЬ!

МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

г. Уральск, ул. Лесозащитная, 1/1
тел./факс: 8 (7112) 28-16-51, 54-57-41, 27-57-99, сот.: 8-702-135-89-79

МОЙГОРОД
УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Директор: Тупикова О. М.
Главный редактор: Кайкендинова А. Б.
Шеф-редактор: Махметов М. Б.

Ответственный секретарь: Соменов А. И.
Дизайн и верстка: Амантаева А.

Журналисты: А. Кузбакова, А. Усербоева.
Фотокорреспондент: М. Мадресов.
Корректор: Н. Глебова.

Рекламный отдел:
С. Бегалова, А. Кузбакова, Е. Рукавишников, Ю. Демьяненко, Б. Баймуратов, А. Толубаев.

Адрес редакции:
г. Уральск, ул. Д. Нурпековой, 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: 3 000 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 рубрикой «Новости компании», носят рекламный характер.

Ответственность за достоверность и содержание рекламы несут рекламодатели. Передача газетных материалов полностью или частично без письменного разрешения редакции запрещена.

Материалы в «МГ» не всегда отражают точку зрения редакции.

Редакция не публикует, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы.