



№ 7 (550) 16 февраля 2022 г.

МОЙГОРОД

УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Обсуждайте новости в наших группах социальных сетей.

Все новости Уральска и области на нашем сайте

mgorod.kz

НОВОСТНОЙ ПОРТАЛ ЗАПАДНОГО КАЗАХСТАНА



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



СТР. 2

Полицейский попал в ДТП

В результате аварии пострадали две женщины.

СВАДЕБНЫЙ БУМ НАМЕЧЕН НА 22.02.2022

Последняя зеркальная дата
в этом году.

СТР. 3

ДОРОЖЕ, ЧЕМ У СОСЕДЕЙ

Дорогим дизтопливом возмущились
грузоперевозчики ЗКО.

СТР. 7

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

Орталық

КОМФОРТ И БЕЗОПАСНОСТЬ
ДЛЯ ВАШЕЙ СЕМЬИ.

**НОВЫЙ ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС
ОРТАЛЫҚ
СТАРТ ПРОДАЖ!**

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

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



№ 7 (550) 16 февраля 2022 г.

МОЙГОРОД

УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

РАБОТА

ТРЕБУЮТСЯ СОТРУДНИКИ | ВАКАНСИИ

ЗАХОДИ НА MGOROD.KZ
И НАЙДИ РАБОТУ!

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

СТР. 3

СТУДЕНТКУ ИЗНАСИЛОВАЛИ В ТАКСИ: ДЕЛО ПЕРЕДАНО В СУД

Алтын Алма
ЦЕНТР ОПТОВОЙ ТОРГОВЛИ

СДАЁМ
ПЛОЩАДЬЮ ОТ 20 КВ.М
ОФИСНЫЕ ПОМЕЩЕНИЯ
ПАРКОВКА, ОТДЕЛЬНЫЙ
ВЪЕЗД ДЛЯ АРЕНДАТОРОВ,
ОХРАНА
8 701 520 56 97

Мы РАБОТАЕМ С 09.00 ДО 17.00 ЧАС
ЕСТЬ ВСЕ: ПРОДУКТЫ, ПОСУДА, МЯСО, РЫБА,
ХОЗЯЙСТВЕННЫЕ ТОВАРЫ, СТРОЙМАТЕРИАЛЫ,
КАНЦ ТОВАРЫ И Т.Д.

Новый адрес: г. Уральск, ул. Аманжолова Кариммуллина, 2/5 | @aaltyn.kz

@aaltma.kz

СТРОЙ

МАТЕРИАЛЫ

ТОЛЬКО У НАС
ПОЛИКАРБОНАТ
инструменты

**БОЛЬШОЙ
выбор**
крепеж

приятные
ЦЕНЫ

ВСЁ ДЛЯ ОТДЕЛКИ И РЕМОНТА
сухие смеси и краски

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

СКОЛЬКО ЛЕТ САМОМУ МОЛОДОМУ ДЕПУТАТУ ЗКО

Средний возраст депутатов – 45 лет.

Как рассказала секретарь областного маслихата Бибигуль Конысбаева, очередные выборы депутатов седьмого созыва в области состоялись 10 января 2021 года. Всего был избран 31 депутат. Они представляют три политических партии: 25 депутатов представляют Nur Otan, ещё по три депутата – "Ауыл" и "Ақжол".

– В депутатский корпус вошли восемь женщин и 23 мужчины. Средний возраст составляет 45 лет. Самому молодому депутату 28 лет, самому возрастному – 61 год. Из 31 народного избранника, 14 являются предпринимателями, трое трудятся в сфере государственного управления, двое являются представителями неправительственных объединений, четверо представляют сферу образования, пятеро – сферу сельского хозяйства, один – сферу здравоохранения, ещё двое работают в сфере СМИ, – дополнилась Бибигуль Конысбаева.

По словам спикера, работают четыре постоянной комиссии – по аграрным вопросам и природопользованию, по вопросам социально-культурного развития и образования, по вопросам инновационного развития и предпринимательства, а также по вопросам финансов, бюджета и развития территорий.

В 2021 году проведено восемь сессий маслихата, одна сессия по организационным вопросам, четыре – очередные, три – внеочередные.

– Все сессии проходили в открытом режиме, проводилась онлайн-трансляция. Объявления о проведении сессий регулярно печатаются на страницах газет, а также публикуются на официальной странице маслихата, – отметила Бибигуль Конысбаева.

В 2021 году на сессиях был утверждён и уточнён бюджет области, контролировалось исполнение, был заслушан отчёт главы региона.

Арайлым УСЕРБАЕВА

ШОРТ-ТРЕКИСТ ИЗ УРАЛЬСКА СТАЛ ЧЕТВЁРТЫМ НА ОЛИМПИАДЕ

Абзал Ажгалиев вошёл в пятёрку лучших на Олимпиаде в Пекине. Об этом сообщает Национальный Олимпийский комитет.

В финале А на дистанции 500 метров он финишировал четвёртым. «Золото» завоевал венгр Шаоанг Лю, вторым стал Константин Ивлиев из России, третье место у канадца Стивена Дюбуа.

– У меня была цель добраться до финала. На отборочных турнирах к Олимпиаде мне было очень тяжело, потому что в предыдущем сезоне я много пропустил по состоянию здоровья. Но, несмотря на это, я поднабрал форму к Играм и хотел порадовать казахстанский народ сегодня. В Казахстане никто не знает о шорт-треке. Люди впервые видят этот вид спорта, только когда его показывают на Олимпиаде... Это спорт. Он не предсказуем. Я сделал всё, что мог, очень старался. Всем большое спасибо, – сказал Абзал Ажгалиев.

Олимпиец родился в Уральске. В 11 лет он начал заниматься шорт-треком. Для Ажгалиева эта Олимпиада стала третьей в спортивной карьере. Также он был знаменосцем на двух зимних Олимпийских играх – в 2018 и 2022 годах. В этом году он не представляет ЗКО. В Пекин от региона поехал один спортсмен – шорт-трекист Адиль Галиахметов.

Дана РАХМЕТОВА

Не отвечают на запросы: на КазАвтоЖол пожаловались депутаты

Мурат Мукаев требует завершить ремонт трассы Казталовка – Жанибек – граница РФ в ближайшее время.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

Депутат Мурат Мукаев во время девятой очередной сессии областного маслихата затронул тему, которая волнует большинство жителей региона – ремонт трассы Казталовка – Жанибек – граница РФ. По его словам, этот вопрос регулярно обсуждается на заседаниях постоянной комиссии.

– Всем известно, что трассы Казталовка – Жанибек – граница РФ и Онеге – Бисен – Сайхин вызывают массу нареканий со стороны жителей области, по этому пово-

ду и к нам поступает множество жалоб. Этот вопрос мы неоднократно поднимали на заседаниях постоянной комиссии. Но руководство АО "КазАвтоЖол" никак не реагирует на наши обращения, игнорирует наши предложения. Просим главу региона поспособствовать решению этой проблемы. Ремонт этой трассы мы должны закончить в самое ближайшее время, так как жители отдаленных районов региона испытывают большие трудности, – высказался Мукаев.

Вообще тема автомобильных дорог является

одной из самых болезненных для жителей нашего региона. 70% дорог в области требуют ремонта, это хуже среднего показателя по республике. Особое нарекание со стороны западноказахстанцев вызывает состояние дорог в южных районах, а именно в Жанибекском и Казталовском.

Предположительной датой окончания строительства трассы в ЗКОФ АО "НК Казавтожол" назвали 2023 год. К слову, деньги на строительство в размере 35 миллиардов тенге выделены из республиканского бюджета. Протяженность участка составляет 139 километров.

По словам директора ЗКОФ АО "НК Казавтожол" Амира Каримбаева, сейчас идёт строительство дороги Казталовка – Жанибек. Договоры подписаны ещё в 2019 году, однако из-за ограниченного финансирования работы так и не начались.

Предположительной датой окончания строительства трассы в ЗКОФ АО "НК Казавтожол" назвали 2023 год. К слову, деньги на строительство в размере 35 миллиардов тенге выделены из республиканского бюджета. Протяженность участка составляет 139 километров.

Кристина КОБИНА

По информации пресс-службы департамента полиции ЗКО, ДТП произошло на пересечении проспекта Абулхаир хана и улицы Орақбаева (бывшая Шорса).

– Инспектор батальона патрульной полиции за рулем "Лады Ларгус" (личное авто сотрудника) двигался по Абулхаир хана. По предварительной информации, проехал на мигающий светфор и столкнулся с "Нивой", которая выехала с улицы Орақбаева, – рассказали в пресс-службе ведомства.

К слову, сотрудник находится в отпуске. Медосвидетельствование показало, что он был трезв. В результате ДТП пострадали две женщины – они находились в "Ниве".

– 22-летняя женщина получила ушибы и ссадины обеих голеней. После получения необходимой медицинской помощи была отправлена на амбулаторное наблюдение. 65-летняя женщина в результате аварии получила закрытый перелом трёх ребер. Однако она отказалась от госпитализации, – дополнили в облздраве.

Остальные подробности выяснит следствие.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

Полицейский на «Ларгусе» столкнулся с «Нивой»

Авария произошла 15 февраля в 7:30.



30 млрд тенге на улучшение Урала

В ближайшие пять лет на эти средства планируется провести ряд мероприятий на реке Урал. Каких именно, не уточняется.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

Вице-министр экологии, геологии и природных ресурсов Казахстана Серик Кожаниязов на странице ведомства в Facebook сообщил, что на протяжении 4–5 лет в реку Урал всё меньше и меньше прибывает вода.

– В основном река заполняется талой водой. 70% воды в реке набирается именно во время весенних паводков, эта вода набирается в 30 больших и малых водохранилищах, которые расположены в русле реки. Мы должны наладить этот процесс, поэтому совместно с российской стороной подготовили дорожную карту. Сейчас мы разработали программу экологического оздоровления реки Урал и работаем по ней. Кроме этого, каза-

станская сторона также не будет сидеть сложа руки, в ближайшие пять лет будет реализован ряд мероприятий на сумму более 30 миллиардов тенге, на 7.4 миллиарда из которых уже начаты работы, – отметил вице-министр.

По словам Кожаниязова, аналогичная работа проводится и на территории Атырауской области, там на эти цели выделены 27 миллиардов тенге. На эти средства планируется отремонтировать каналы, провести дноуглубительные работы, очистить дно реки от затонувших судов и кораблей.

Месяцем ранее Кожаниязов сообщил, что Урал могут включить в перечень водных объектов особого государственного значения.

В октябре прошлого года читатели отправили фото и видео, где с новой набережной возле Стелы открывается вид пересохшего Урала. Острова виднеются до середины реки. Местные жители считают, что настала экологическая катастрофа и в скором времени от реки ничего не останется, а уральцы останутся без питьевой воды. Из-за резкого обмеления погибнет рыба и начнётся падеж скота.

– На территории области нет дождей в осеннее время. В зимнее время выпадает мало снега, почва практически не промерзает. Также наблюдается скоротечная весна. Это все относится к природным факторам. Ещё один немаловажный момент, идёт малый сброс воды из России. В этом году мы просили установить норму

– хотя бы 60 кубов в секунду. К сожалению, нам было отказано. В летний период сброс шёл по 30 кубометров в секунду, а сейчас все по 15 кубометров. Вода от Ириклинского водохранилища идёт к нам 25–30 дней, – прокомментировал тогда ситуацию руководитель отдела водных ресурсов Марат Машекенов.

■ Аналогичная ситуация возникла в России, там мелеет одна из крупнейших рек земного шара – Волга. Издание "Парламентская газета" сообщает, что уровень воды в Волге в Астраханском бассейне упал на 60 сантиметров и приближается к критической отметке.

Фото из архива «МГ»

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

Как сообщили в пресс-службе акима города, 22 февраля 2022 года в городском отделе регистрации актов гражданского состояния 32 молодожёна узаконят свои отношения. Это вдвое больше, чем в обычные дни. Из 32 бракосочетаний, пять пройдут в торжественной обстановке. – Обычно в день проходят до 15 бракосочетаний, это в выходные дни. Но не-

Свадебный бум намечен на 22.02.2022

В эту зеркальную дату связать себя узами брака решили 32 пары в Уральске.

смотря на то, что 22 февраля 2022 года приходится на вторник, количество желающих заключить брак увеличилось вдвое, – отметили в городском акимате. Между тем, нумерологи в один голос утверждают, что 22.02.2022 действительно является очень мощной

датой, ведь она зеркальная. Такие дни называют датами-палиндромами. В этой дате шесть двоек. Двойка – это уже число союза, заключения договоров, получение информации, мощной интуиции. Ещё в этот день солнце будет делать слияние со звездой Фомальгаут, и если

дословно почитать информацию об этой звезде, то она даёт удачу, успех, счастье в любви и возможности начинать новое дело. Конечно, эта дата однозначно лучше по всем своим характеристикам.

Фото с сайта ymgimg.com

Таксиста и его друга судят за изнасилование студентки

Преступление произошло восьмого августа прошлого года.

Кристина КОБИНА

Тогда в полиции рассказали, что девушка заказала такси через сервис inDriver, на вызов приехали двое мужчин. Ничего не подозревая, она села в машину. По пути водитель изменил маршрут и выехал за город в район Птицефабрики, где он и его пассажир изнасиловали девушку. Пассажирку душили и угрожали ей. Стражам порядка удалось установить и задержать двоих подозреваемых – 26 и 28 лет. Позже студентка решилась рассказать подробности преступления, подумав, что подобное может повториться с другими женщинами.

Сейчас подозреваемые на скамье подсудимых. Судебный процесс начался, но проходит в закрытом режиме.

– В Уральский городской суд поступило уголовное дело в отношении Паритова и Кажымуратова по части 2 статьи 120 УК РК "Изнасилование", – пояснили в пресс-службе облсуда.

■ Согласно уголовному кодексу, подсудимым грозит лишение свободы на срок от девяти до двенадцати лет.



ПОГОДА В УРАЛЬСКЕ С 16 ПО 22 ФЕВРАЛЯ

СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК
16.02	17.02	18.02	19.02	20.02	21.02	22.02
днем -10° ночью -15°	днем -7° ночью -11°	днем -3° ночью -8°	днем -2° ночью -8°	днем +2° ночью -1°	днем -1° ночью -5°	днем 0° ночью -5°

5 млн тенге оштрафовали школьные столовые

В них требуется провести ремонт, обновить оборудование и посуду.

КРИСТИНА
КОБИНА

Главный санитарный врач ЗКО Мухамгали АРЫСПАЕВ в ходе доклада на аппаратном совещании в акимате области заявил, что условия в школьных столовых региона оставляют желать лучшего.

В области насчитывается 341 школьная столовая, в которых не соблюдены санитарно-технические нормы. Иными словами, там не закупили новую технику и оборудование. В некоторых отсутствует горячая вода. Кроме того, требуется ремонт в сельских столовых района Байтерек, Акжайыкском и Казталовском районах. Это всё влияет на качество приготовленной еды для детей. Мы проверили столовые и выдали 20 протоколов. Наложены штрафы более чем на пять миллионов тенге из-за таких недостатков, – пояснил главный санврач области, а после попросил главу региона обновить школьные столовые.

Он привел в пример Нур-Султан, где строятся специальные комбинаты. Там будут готовить еду на все школьные столовые, а затем развозить.

Руководитель управления образования ЗКО Айгуль Мынбаева отметила, что в этом году на школьное питание выделено 1,4 миллиарда тенге, из которых 587 миллионов тенге предусмотрено на приобретение продуктов питания и 811 миллионов тенге на услуги по организации горячего питания.



Фото из архива «МГ»

Владельцев нечипированных животных штрафуют в ЗКО

Сумма штрафа за одного нечипированного питомца составляет 49 тысяч тенге.



Фото из архива «МГ»

КРИСТИНА
КОБИНА

Глава региона Гали ИСКАЛИЕВ в ходе аппаратного совещания в областном акимате заявил о необходимости мониторинга соблюдения правил содержания домашних животных, а именно чипирование собак и кошек.

Сегодня управление ветеринарии доложило, что произвели обход всех владельцев собак. Если животное окажется на улице без чипа, его признают бродячим, затем стерилизуют или кастрируют. А если у него обнаружится болезнь, то умертвят. Наличие чипа поможет найти хозяина и избежать таких последствий. Сейчас начали штрафовать владельцев животных. Штраф составляет 49 тысяч тенге (за одно нечипированное животное – прим. автора), это не малые деньги, поэтому лучше владельцам чипировать своих питомцев. Тем более процедура стоит 500 тенге, с выездом на дом 1 200–1 700 тенге, – сказал Искалиев.

Аким отметил, что единственный путь снизить количество бродячих собак – повысить ответственность владельцев и чипировать животных.

Ранее директор Уральской городской ветеринарной станции Гадилбека Алибекова сообщила, что в городе выявили 45 владельцев животных, которые не чипировали своих животных и теперь они будут привлечены к ответственности по статье 408 КоАП РК "Нарушение правил содержания и выгула собак и кошек".

27 января этого года проблему бродячих собак обсудили на онлайн-встрече, где жительница Уральска рассказала, что носит с собой петарды, чтобы отпугнуть животных и попасть в подъезд.

Центр ремесленников открыли в Уральске

Здесь будут продавать необычные изделия ручной работы из натуральных материалов.



КРИСТИНА
КОБИНА

Несколько месяцев назад предприниматели попросили акима области Гали Искалиева помочь

им и выделить помещение в центре города, чтобы ремесленники могли продавать там свои работы.

11 февраля состоялось открытие центра ремесленников. Мастерам не толь-

ко нашли помещение, но и оказали поддержку с оплатой аренды.

Тут аренда минимальная. Если в городе за квадратный метр аренды платят по три тысячи тен-

ге, то тут всего одна тысяча, может поднимется до полторы. Мы таким образом поддерживаем наших ремесленников, чтобы они могли радовать своими красивыми изделиями

уральцев и туристов. Они делают всё своими руками из волока, дерева, кожи, камней. Поддерживают национальное искусство, – сказал Искалиев.

Центр ремесленников находится по адресу: улица 8 марта, 109 (на втором этаже). Как стало известно, уже 20 человек заключили договора аренды. На открытии центра были предоставлены самые красивые изделия из натуральных материалов: сшитая вручную кожаная обувь и сумки, деревянная и глиняная посуда, юрты, украшения. Изделия в основном выполнены в национальном стиле, что придает колоритность.

Айдынбек Имангалиев закончил в 1985 году художественно-графический факультет, после чего стал заниматься рисованием, затем работал в школе, потом сапожником, занимался гравировкой по камням и постепенно перешёл на ремесло из дерева. Но пару лет назад вновь стал создавать изделия из кожи.

Пока мои изделия покупают только родственники и знакомые. Да я и сам делаю подарки всем. Обо мне мало кто знает. Но сейчас есть возможность проявить себя, работать в этом центре и иметь постоянный заработок, – пояснил Айдынбек Имангалиев.

Индивидуальный предприниматель Нурслу Бис-

манова резкой дерева начала заниматься 1,5 года назад. Свои работы она продавала до сегодняшнего дня только онлайн и доставляла по всем городам Казахстана.

Я самоучка. Начала с малого, сейчас у меня уже есть своя команда, закуплены станки, открыт свой цех. Закупаем дуб, кедр, берёзу и ясень, делаем из них бешбармачные доски, астау (посуда для бешбармака), скалки, игрушки, сувениры, посуду, шкатулки. Вообще я получила средне-техническое образование и была трактористкой. Потом работала на валяльной фабрике, продавала канцтовары. Занималась наружной рекламой, но во время пандемии она перестала быть востребованной. Нужно было чем-то заниматься, как-то зарабатывать. И вот, решила изготавливать из дерева такие вещи, – отметила женщина.

К слову, в центре ремесленников можно приобрести не только товары для взрослых, но и для детей. К примеру, маленькие валенки из войлока, сумочки, украшения, спортивные костюмы для мальчиков, безрукавки и многое другое.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

Родители третий год ждут ремонта школы №8

Власти планировали строительство новой школы на месте аварийного здания.

РУСЛАН АЛИМОВ

Областная специализированная школа №8 для одарённых детей третий год на замке. Здание было признано аварийным и в нём собирались сделать ремонт. Для этого учеников перевели в среднюю школу №37. До сих пор в закрытом учебном заведении ничего не делается.

Мама пятиклассника Алишера Алия Алдибаева говорит, что здание признали аварийным в 2019 году. Родители просили тогда предоставить им документы. Но им их никто не показал. Школа №37, куда перевели контингент учащихся, рас-

положена в районе Старого аэропорта.

Мы до сих пор вынуждены ездить в чужую школу. Дети туда заходят через чёрный ход. Полноценных уроков для них не проводят. На уроки физкультуры ученики вынуждены переодеваться в туалете. С ремонтом здания тишина, никаких работ не ведётся, – отметила женщина.

Отметим, что в планах руководства области было строительство новой школы на месте аварийного здания. Но этот проект не был реализован. Поэтому в школе будут делать ремонт. Оформление необходимых бумаг затягивается. Плюс к этому подрядные организации по-



дают в суд друг на друга.

На ремонт школы была разработана проектно-сметная документация, которая уже прошла экс-

пертизу. Мы направили документы в управление экономикой. Был проведён конкурс госзакупок, определён подрядчик. Срок

проведения работ – 5,5 месяцев. Сейчас ждём выделения средств от областного управления экономики и бюджетного планирования,

– сказал заместитель руководителя управления образования ЗКО Абат Ашык.

Фото автора

На 80% износился парк медоборудования в ЗКО

Из-за изношенности либо отсутствия необходимого медицинского оборудования врачи оказываются ограниченными в возможностях.



В ходе заседания не раз поднимался вопрос закупа спецавтотранспорта для экстренной медпомощи в городе и сёлах. Глава региона поручил управлению здравоохранения провести анализ и представить полную картину необходимого транспорта и варианты его закупа.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

В середине ноября прошлого года аким области поручил создать специальную экспертную комиссию для проведения комплексного анализа необходимой медицинской

техники для медучреждений города, районов области и подготовки конкретного плана закупок.

Руководитель управления здравоохранения Арман КАЛИБЕКОВ во время рабочего совещания в областном акимате отметил наиболее актуальные проблемы в сфере. Это увеличение онкологических больных на III–IV стадиях и количества детей с врождёнными пороками развития, отток пациентов за получением медицинской помощи в ближнее и дальнее зарубежье, отсутствие оказания медицинской помощи в рамках «золотого часа».

Ввиду отсутствия необходимого оборудования медицинские кадры ограничены в возможностях применять на практике имеющиеся профессиональные навыки. Кроме того, общий износ парка медицинского оборудования составляет более 80% по области, – подчеркнул Арман Калибеков.

Руководитель управления представил перечень соответствующего

оборудования, отметил предварительную полную обеспеченность квалифицированными кадрами, способными работать на этой технике.

Наша цель – сократить выезды жителей за пределы района или области для получения диагностики или операционных услуг, которые вполне могут быть доступны и у нас. Так мы сэкономим и время, и деньги наших граждан. Но самое главное – дать возможность жителям получить помощь своевременно. У нас есть специалисты в районах. Они могут и должны на месте оказывать профессиональные услуги, за которыми сейчас люди ездят в Уралск. Медработники района должны быть загружены работой с соответствующей зарплатой, чтобы иметь возможность показать свою квалификацию, – отметил аким области Гали Искалиев.

Главврачи назначены ответственными по подготовке кадров и проектов помещений под оборудование, которое закупят специально для конкретной медорганизации.

По поручению акима области управления экономики представит варианты оплаты закупа медоборудования. При этом Гали Искалиев отметил, что средства будут выделены после того, Фондом социального медицинского страхования будет представлена система финансирования медуслуг.

Медоборудование должно быть по наиболее приемлемой цене, при этом стоимость его обслуживания, к примеру на период 5–10 лет, не должна превышать цену самой техники, – сказал аким области.

В ходе заседания не раз поднимался вопрос закупа спецавтотранспорта для экстренной медпомощи в городе и сёлах. Глава региона поручил управлению здравоохранения провести анализ и представить полную картину необходимого транспорта и варианты его закупа.

Аким области также поступают жалобы на работников некоторых медорганизаций. Речь идет о неэтичном отношении к пациентам. Глава региона потребовал от главврачей провести беседы с коллективами по недопущению формализма со стороны медиков.

Фото из архива «МГ»

Разница в 100 тенге

Депутат возмутился разницей в цене на яйца. Народный избранник попросил проверить деятельность перекупщиков.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

11 февраля состоялась очередная девятая сессия областного маслихата. По словам депутата Мурата Мукаева, в области сложилась нестабильная ситуация с ценами на продукты питания. В этом, по его словам, виноваты и перекупщики. Разница в стоимости яиц у производителя и реализатора, к примеру, достигает 100 тенге.

Президент поручил стабилизировать цены на продукты питания, а также разобраться с посредниками, которые необоснованно делают надбавки. Хочется знать, какая работа делается в этом направлении. В качестве примера хочу привести ситуацию с яйцами. На рынке "Алтын алма" в одном месте этот продукт продается по 350–360 тенге, а рядом на 100 тенге дороже. Таких фактов очень много, – сказал Мукаев.

Руководитель управления сельского хозяйства по ЗКО Жасулан Халиуллин пояснил, что отпускная цена на одно яйцо категории С1 в местной птицефабрике составляет 32 тенге. Посредники могут делать надбавку на продукты, однако в размере не более 15% от изначальной цены.

Работа с посредниками находится в компетенции управления предпринимательства. Но, как мне известно, этот вопрос находится на контроле акима области, проводится работа по мониторингу цен на 19 наименований социально-значимых продуктов питания. В этот список входят и яйца категории С1. Местная птицефабрика отпускает их по 32 тенге за штуку, надбавка предпринимателей не должна превышать 15%. Даже если до конечного потребителя яйца доходят через несколько посредни-

ков, надбавка не должна превышать этой цифры. У Уральской птицефабрики по городу есть четыре точки, где они реализуют свою продукцию с надбавкой в один тенге, то есть продают яйца по 33 тенге. Эти точки находятся в ТД "City Center", на рынках "Караван", "Алтын алма" и фирменный магазин рядом с самой птицефабрикой. Вторая птицефабрика ООО "Акас" доставляет свою продукцию в торговые точки, а также ведёт работу по открытию своей точки на территории рынка "Алтын алма". Ежедневно проводится мониторинг цен, на рынках очень много перекупщиков, которые делают свою надбавку. Работа в этом направлении продолжается, – заверил Жасулан Халиуллин.

Напомним, цены на яйца птицефабрики ЗКО снизили в декабре прошлого года.



АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

10 февраля на площадке региональной палаты предпринимателей прошло заседание комитета по энергетике, транспорту и ЖКХ. Основной темой стала стоимость дизельного топлива в нашей области. В большинстве регионов его продают по 230 тенге за литр, а в ЗКО и Актобинской области с января этого года цена на этот вид ГСМ достигает 260 тенге.

Руководитель компании по грузоперевозкам ИП "Бек-Транс" Серик СЫТДЫКОВ говорит, что цена топлива в ЗКО максимально была приближена к российским ценам.

Мы, граждане Казахстана, предприниматели, не должны из-за этого страдать. За счёт граждан страны поднять розничную цену – не лучшее решение. Мы внесли предложение, чтобы грузоперевозчики получали дизельное топливо на территории Казахстана по 230 тенге. Ведь фактически во всех областях установлена именно такая цена. Нам должны предоставить возможность приобрести топливо по минимальной цене, которая имеется на рынке. 230 тенге за литр дизельного топлива – рентабельная цена для

реализаторов топлива. Нам было бы легче работать, ведь за счёт увеличения цены за ГСМ увеличивается и стоимость грузоперевозок, что отражается на цене товаров народного потребления. А работать себе в убыток мы не можем, хотим, чтобы нас услышали и поддержали, – высказался Серик Сытдыков.

Председатель комитета по энергетике, транспорту и ЖКХ ИП ЗКО Турарбек ТЛЕМИСОВ говорит, что вопрос назревал давно, состоялась даже встреча с главой области по этой проблеме, а акимат написал письмо в министерство энергетики.

Конституция РК гласит, что перед законом все равны и у всех граждан должны быть равные условия. Но, как мы видим, приказом министра цену на топливо подняли только у нас и в Актобинской области. Мотивируют это тем, что наш регион является приграничной областью и транзитные большегрузы заправляются у нас. Но Атырауская область граничит с Астраханской областью, Павлодар тоже граничит с РФ, но у них топливо стоит 230 тенге. Цену подняли в январе. В ноябре оно стоило 195 тенге, топливо имело в наличии во всех заправках. Далее за день цена поднялась до 260

Дорогим дизтопливом возмутились грузоперевозчики

Если в других регионах Казахстана цена на дизельное топливо составляет 230 тенге за литр, то в ЗКО оно стоит 260 тенге.

Объяснили это тем, что на Атырауском нефтеперерабатывающем заводе идут ремонтные работы. Повышение стоимости дизельного топлива повлияло на всё – подорожали продукты, дорожно-строительные работы и другие услуги, – рассказал председатель комитета по энергетике, транспорту и ЖКХ ИП ЗКО Турарбек Тлемисов.

В качестве решения этой проблемы предложили ввести систему заправки танками и топливными картами. Другими словами, если жители ЗКО будут заправляться по этой системе, то топливо им обойдется в 230 тенге, а если наличными, как это делают транзитные большегрузы, то придется заплатить 260 тенге.

Реализатору ТОО PetroRetail так же не выгодна эта цена, они написали три письма в ассоциацию реализаторов дизельного топлива Казахстана с просьбой снизить



цену до 230 тенге. У них в два раза упали объёмы реализации, ведь все транзитные фуры заправляются в других регионах по 230 тенге, минуя при этом за-

правки ЗКО и Актобинской области, – подчеркнул Турарбек Тлемисов.

Председатель комитета добавил, что принято решение направить обра-

щение в национальную палату предпринимателей с просьбой рассмотреть этот вопрос.

Фото из архива «МГ»

У каждой коровы свой QR

В ЗКО животные на убой будут отправляться со своим QR-кодом. С 14 февраля ветеринарные справки на убой и реализацию животных без QR-кода будут недействительны.



Также глава области пояснил, что в районах, где нет убойных пунктов, животных будут доставлять для уоя в специализированные пункты в областной центр.

Кристина КОБИНА

Руководитель управления информатизации государственных услуг и архивов ЗКО Пётр ЛЕЖНИКОВ сообщил о запуске системы, которая позволит мониторить сферу ветеринарного контроля.

Сейчас процедура движения мяса животных происходит следующим образом: получение животного, идентификация, ввод в систему, реализация, выдача ветеринарной справки, доставка до убойного пункта, утилизация, снятие с учёта. Основная проблема, которая возникла в этой системе, то, что владелец животного получал справку и дальнейшее движение мяса было затруднительно проследить. Из-за этого ветврач не всегда мог вовремя снять животное с учёта, часть скота могли не привезти в убойном пункте и соответственно было непонятно, куда оно делось, – рассказал Лежников на аппаратном сообщении в областной акимате. Он отметил, что процесс

нужно было сделать более прозрачным и контролируемым. Для этого разработали информационную платформу, где основной инструмент для мониторинга – это внедрение в справки QR-кода.

Процесс остался таким же, только теперь после выписки справки она регистрируется в базе данных в электронном виде и на неё выработывается QR-код. Это позволяет проконтролировать достоверность справки и любой проверяющий орган может отсканировать код и посмотреть, что указано в документе, куда перемещается мясо. То есть, в QR-коде будут "защиты" все данные. После доставки мяса до пункта ветврач получит уведомление в мобильном приложении и снимет животное с учёта. Таким образом будет контролироваться движение животного, правильность заполнения справок, а также работа ветврачей, – пояснил руководитель управления информатизации ЗКО.

Также глава области пояснил, что в районах, где нет убойных пунктов, животных будут доставлять для уоя в специализированные пункты в областной центр.

Также глава области пояснил, что в районах, где нет убойных пунктов, животных будут доставлять для уоя в специализированные пункты в областной центр. Также глава области пояснил, что в районах, где нет убойных пунктов, животных будут доставлять для уоя в специализированные пункты в областной центр.

Иллюстрационное фото с сайта bbc.com

Кто из казахстанцев сможет объявить себя банкротом и не выплачивать кредиты

Можно ли будет объявить себя банкротом в Казахстане.

Необходимость разработки процедуры банкротства физических лиц в Казахстане обсуждается уже несколько лет. Однако под различными предложениями принятия этого закона откладывается.

Между тем сложности в погашении долгов у граждан страны растут с каждым годом. По мнению некоторых экспертов, виной такому положению стал рост кредитования. Если на 1 января 2018 года портфель кредитов физических лиц в целом составлял 4,3 трлн тенге, к 1 декабря 2021 года он вырос уже до 9,8 трлн тенге.

Динамика роста суммы просроченной задолженности физических лиц не настолько активна. По официальным данным, на 1 января 2018 года просрочки по платежам свыше 90 дней граждан составляли 414,5 млрд тенге (9,6% от ссудного портфеля физических лиц), на 1 января 2019 года – 410,2 млрд тенге (8,2%), на 1 января 2020 года – 408,2 млрд тенге (6,5%), на 1 января 2021 года – 454 млрд тенге (6,2%), на 1 декабря 2021 года – 422 млрд тенге (4,3%).

ЗАЧЕМ НУЖНЫ ПРОЦЕДУРЫ БАНКРОТСТВА

В случае возникновения крайне сложной ситуации банкротство – вполне цивилизованный способ освободиться от долгов, если нет возможности их платить. Во многих странах, в том числе в соседней России, институт банкротства физических лиц работает. У казахстанцев пока такой законной возможности нет.

Сейчас законопроект "О восстановлении платёжеспособности и банкротстве граждан Республики Казахстан" разработан и уже представлен на публичное обсуждение на портале "Открытие НПА".

"Ежегодно в Национальный банк Республики Казахстан поступает порядка 6 тысяч обращений/жалоб на деятельность финансовых организаций, в том числе от проблемных заёмщиков с просьбами о реструктуризации и списании задолженности. В большинстве случаев заёмщики жалуются на потерю работы и/или кормильца, ухудшение здоровья и другое, что приводит к невозможности обслуживания кредита и потере залога (недвижимости)", – говорится в документе.

В концепции также отмечается, что во многих случаях банки, "учитывая угрозу роста социальной напряжённости, идут на определённые уступки заёмщикам: списывают пеню, частично либо полностью – просроченное вознаграждение и иногда часть основного долга, если в семье заёмщика погибает кормилец и остаются нетрудоспособные родители, малолетние дети. Банки подходят индивидуально к каждому проблемному заёмщику". Кроме того, в период чрезвычайного положения заёмщикам предоставлена отсрочка платежей по кредитам 1,9 млн человек на сумму 268,2 млрд тенге. Также на этот период была приостановлена претензионно-исковая работа по заёмщикам, имеющим просрочку платежей, отозваны инкассовые распоряжения и платёжные требования, не осуществлялось начисление вознаграждения по беззалоговым займам с просрочкой платежей свыше 90 дней, штрафов и пени по всем займам и микрокредитам.

"Однако предпринимаемые меры лишь на короткое время улучшают условия обслуживания займа. Далее, после завершения льготного периода, многие граждане не смогут погашать задолженность ввиду отсутствия у многих прежнего заработка (дохода). Таким образом, предпринимаемые меры не снимают социальной напряжённости, и проблемы заёмщиков не решаются в полной мере", – пишут в концепции законопроекта.

Проблема есть не только с погашением банковских займов. У многих граждан имеются накопленные долги по



оплате коммунальных услуг, а также налоговая задолженность. Так, динамика долгов по налогам физических лиц такова:

* на 1 января 2018 года – 19,1 млрд тенге, недоимка – 12,7 млрд тенге;

* на 1 января 2019 года – 21,1 млн тенге, недоимка – 14,3 млрд тенге;

* на 1 января 2020 года – 20,5 млрд тенге, недоимка – 14,6 млрд тенге;

* на 1 января 2021 года – 19,5 млрд тенге, недоимка – 15,1 млрд тенге;

* на 1 января 2022 года – 16,2 млрд тенге, недоимка – 12,1 млрд тенге.

Взыскание долгов через суды тоже работает не всегда. Согласно официальным данным, если на 1 января 2018 года количество исполнительных документов до-

стигало 1,6 млн на общую сумму 1,03 трлн тенге, то на 1 января 2022 года зафиксировано уже 3,8 млн документов на сумму 3,9 трлн тенге. При этом наличие исполнительных документов не гарантирует возврат долга. Есть и статистика невозвратов: на 1 января 2018 года возвращены взыскателю без исполнения в связи с отсутствием у должника имущества, в том числе денег, ценных бумаг или доходов, на которые может быть обращено взыскание, 261,5 тысячи документов на сумму 300 млрд тенге. Впрочем, за несколько лет ситуация улучшилась хотя бы по количеству бумаг: на 1 января 2022 года количество таких документов составило 142,5 тысячи на сумму 400 млрд тенге.

Законопроект предусматривает два варианта банкротства физического лица – судебное и внесудебное. Какую процедуру применять, зависит от суммы долга.

Установлено также, что процедуры банкротства не могут применяться к категории должников, которые в силу совершённых ими уголовных правонарушений и вступивших в законную силу приговоров суда имеют долг возмещения причинённого уголовным преступлением ущерба.

Таким образом авторы законопроекта рассчитывают "не допустить к системе лиц, желающих использовать процедуру банкротства как способ ухода от ответственности по последствиям совершённого уголовного преступления, а также запятнавших свою репутацию проступками, основанными на обмане, злоупотреблением доверием, злым неисполнением своих обязательств".

ВНЕСУДЕБНОЕ БАНКРОТСТВО

Внесудебное банкротство может применяться к физическому лицу, чей долг не превышает 1600 месячных расчётных показателей (1 МРП в 2022 году – 3063 тенге) и в отношении которого имеется исполнительный документ, возвращённый взыскателю в связи с отсутствием имущества. Также процедуру внесудебного банкротства могут применить граждане, чьи обязательства по договору банковского займа и (или) договору о предоставлении микрокредита, а также по договору о взыскании задолженности и (или) договору уступки права требования, заключённому между коллекторским агентством и кредитором, не исполнены в течение пяти лет со дня наступления срока их исполнения.

На сайте уполномоченного органа будет размещаться объявление о применении в отношении должника процедуры внесудебного банкротства и в течение шести месяцев информация о должнике будет доступна для всех кредиторов. Если в течение этого времени в собственность должника поступило имущество или иным образом существенно изменилось его имущественное положение, должник обязан обратиться с заявлением о прекращении процедуры внесудебного банкротства.

Кредитор также может обратиться с аналогичным заявлением при выявлении им наличия в собственности должника имущества, подлежащего государственной регистрации, либо если должник при применении процедуры внесудебного банкротства указал меньший размер задолженности, чем имеется в действительности, что позволило ему воспользоваться данной процедурой.

Прекращение процедуры не освобождает должника от исполнения обязательств. Однако если в течение указанного периода подобных обстоятельств не выявлено, процедура внесудебного банкротства завершается, должник объявляется банкротом и освобождается от долгов, за исключением обязательств по уплате алиментов и по возмещению вреда, причинённого жизни или здоровью.

При этом для должника наступают определённые последствия. Он не сможет получать займы в банках и микрофинансовых организациях в течение пяти лет. Также вводится запрет на выезд за пределы Казахстана в течение трёх лет. Исключение делается лишь для случаев необходимости проведения лечения, сопровождения близкого родственника на лечение и проведения погребения близкого родственника за пределами Республики Казахстан.

Повторно такой процедурой граждане вправе воспользоваться через 7 лет.

СУДЕБНОЕ БАНКРОТСТВО

Процедуру судебного банкротства либо восстановления платёжеспособности законопроект предполагает применять к физическому лицу, имеющему долг в размере, превышающем 1600 месячных расчётных показателей, при условии, что обязательства должника перед кредиторами не исполнены в течение шести месяцев, а также размер всех обязательств должника превышает стоимость принадлежащего ему имущества.

До подачи заявления в суд должник должен выбрать кандидатуру финансового управляющего из числа лиц, состоящих в реестре уполномоченного органа, и заключить с ним договор об оказании услуг по проведению процедуры восстановления платёжеспособности или судебного банкротства. Изучив финансовое положение должника, финансовый управляющий определит возможные пути восстановления платёжеспособности. Если у должника есть стабильный доход, финансовый управляющий разработает план восстановления платёжеспособности гражданина и порядок расчёта с кредиторами.

Законопроект определяет, что планом могут быть пред-

усмотрены любые меры, не противоречащие законодательству и направленные на улучшение финансового положения гражданина:

* изменение сроков исполнения денежных обязательств (отсрочка или рассрочка выплаты долга);

* списание пени, штрафов, прощение части долга;

* исполнение обязательств вначале по основному долгу, затем – по выплате вознаграждения и пени;

* обмен жилья на меньшее по стоимости;

* переезд для проживания в арендное жильё и сдача в наём собственного дорогостоящего жилья, если в этом усматривается экономическая целесообразность.

При этом прежние обязательства считаются прекращёнными в связи с новацией обязательств, то есть на основе соглашения сторон о замене первоначального обязательства, существовавшего между ними, другим обязательством между теми же лицами, предусматривающим иной предмет или способ исполнения. Также планом должен быть установлен минимальный размер денежных средств, оставаемых на нужды должника, а все доходы, получаемые сверх установленного размера, подлежат направлению на удовлетворение требований кредиторов.

После успешного завершения процесса восстановления платёжеспособности и ослабления долговой нагрузки гражданина, при наличии обязательств, имеющих более длительный срок исполнения, чем срок реализации плана (к примеру, по договору займа сроком на 10 лет), продолжают действовать условия, предусмотренные планом, в силу новации обязательств. При положительном исходе реализации плана восстановления платёжеспособности по окончании срока его исполнения должник будет считаться восстановившим свою платёжеспособность. Однако за ним сохраняются обязанности по исполнению обязательств, связанных с его личностью, – алиментные платежи, возмещение вреда, причиненного жизни и здоровью другого человека.

В случае невозможности исполнения гражданином плана восстановления платёжеспособности кредиторы вправе, а сам должник обязан обратиться в суд с заявлением о применении судебного банкротства.

Основаниями для применения судебного банкротства законопроект устанавливает такие случаи:

1. Задолженность составляет более 1600-кратного размера месячного расчётного показателя, установленного на 1 января соответствующего финансового года законом о республиканском бюджете.

2. Размер всех обязательств должника, в том числе срок исполнения которых не наступил, превышает стоимость принадлежащего ему имущества.

3. Должник принял меры по проведению урегулирования задолженности по договору банковского займа и (или) договору о предоставлении микрокредита.

4. Процедура восстановления платёжеспособности, внесудебного и судебного банкротства не применялись в отношении должника в течение семи лет, предшествующих подаче заявления.

При судебной процедуре имущество реализуется фи-

нансовым управляющим согласно плану продажи на электронных торгах или методом прямой продажи, за исключением того, на которое не может быть обращено взыскание, согласно Закону "Об исполнительном производстве и статусе судебных исполнителей".

Также взыскание не может быть обращено на единственное жилище должника, не являющееся обеспечением исполнения обязательств.

Средства, вырученные от реализации имущественной массы должника, направляются на удовлетворение требований кредиторов. Срок проведения судебного банкротства – шесть месяцев.

По окончании процедуры судебного банкротства суд утверждает заключительный отчёт финансового управляющего и принимает решение об освобождении гражданина от долгов с учётом заключения финансового управляющего.

В законопроекте предусмотрен также перечень обстоятельств, являющихся основанием для отказа в освобождении гражданина от долгов, оставшихся непогашенными по итогам процедуры судебного банкротства.

Таковыми обстоятельствами будут:

1. Предоставление гражданином ложной информации о своём финансовом положении: имущество, доходах и обязательствах.

2. Скрытие лицом имущества, части его или информации о нём.

3. Увеличение лицом задолженности путём отчуждения имущества, получения кредитов в процедуре судебного банкротства в ущерб интересам кредиторов без согласия финансового управляющего.

4. Оказание необоснованного предпочтения одному кредитору перед другими или иные действия в ущерб кредиторам.

5. Привлечение должником заёмных средств для целей обеспечения досуга (кредиты на проведение праздников и отдых) либо по иным основаниям, не имеющим острой жизненной необходимости (кредиты для покупки очередного дома или машины).

6. Установление судом факта нецелевого использования должником заёмных средств в период до применения процедуры судебного банкротства.

7. Иные обстоятельства на усмотрение суда, позволяющие расценить поведение должника как недобросовестное.

Определён также перечень обязательств, от исполнения которых должник не подлежит освобождению ни при каких обстоятельствах. Это выплата алиментов на содержание несовершеннолетних детей, нетрудоспособного супруга или родителей, возмещение ущерба, причинённого жизни или здоровью человека.

После процедуры судебного банкротства для человека наступают последствия, как и при внесудебном банкротстве – ограничения на получение займов и выезда за границу.

Источник: Informburo.kz
Фото из архива «МГ»

Определён также перечень обязательств, от исполнения которых должник не подлежит освобождению ни при каких обстоятельствах. Это выплата алиментов на содержание несовершеннолетних детей, нетрудоспособного супруга или родителей, возмещение ущерба, причинённого жизни или здоровью человека.



Десять лет спустя после ада. Как сложилась жизнь казахстанцев, попавших в рабство в Москве

Стартовал престижный международный Берлинский кинофестиваль. В его рамках состоится мировая премьера российской драмы кинорежиссера Михаила Бородина "Продукты 24". Этот фильм основан на реальных событиях, участниками которых поневоле стали несколько казахстанцев.

Многие наверняка помнят историю "гольяновских" рабов. Драма произошла в обычном московском районе Гольяново. Десять лет назад гражданские активисты освободили из подсобки круглосуточного магазина "Продукты" 12 человек – граждан Казахстана, Узбекистана и Таджикистана. Некоторые из них находились в рабстве более десяти лет. До сих пор жертвы боятся своих бывших хозяев, многие избегают общения с прессой, меняют номера телефонов.

Корреспондент Tengrinews.kz узнала, как сложилась судьба некоторых участников той трагедии спустя десять лет.

Что это было

Об этой истории впервые заговорили в октябре 2012 года, когда представители российского движения против рабства "Альтернатива" вместе с журналистами освободили из плена продуктового магазина пострадавших. У жертв были зафиксированы травмы – гематомы, следы изнасилований, уже бывшие работники были сломлены – психически и эмоционально. Среди освобожден-

ных были как женщины, так мужчины. По рассказам людей, они толком не спали, ели что попало, у них не было элементарных условий – туалета и медпомощи. Женщины в результате сексуального насилия рожали прямо там, в изоляции, либо делали аборт.

Таких злополучных магазинов, как потом выяснилось, в российской столице было несколько. Рабовладельцами, по версии потерпевших, были сестры Истанбековы – Шолпан, Жанар и Жансулу, а также супруг одной из сестер Сакен Муздыбаев. По данным из открытых источников, эти люди родом из Казахстана, позже получили гражданство РФ.

Однако по итогам проверки прокуратура не нашла в "гольяновском" деле состава преступления и отказалась возбуждать уголовное дело. Позже Мосгорсуд признал это решение законным.

При этом в конце 2016 года история повторилась – из плена продуктового магазина, принадлежавшего одной из сестер, сбежала еще одна казахстанка.

Несмотря на весь информационный шум, до сих пор, по словам общественников, работодатели так и не понесли наказания. Более того, по рассказам наших московских

коллег, тот самый продуктовый магазин, где происходило освобождение пленников, до сих пор работает. Журналисты интернет-издания Mash три месяца назад побывали там. Они пишут, что их встретил агрессивный сотрудник, который бил по камере и предлагал выйти "один на один".

Как живут пострадавшие сейчас

О том, как сложилась жизнь некоторых участниц той истории, нам рассказала координатор программ казахстанского правового центра женских инициатив "Сапа Сезім" Раушан Худайшукурова.

Представители центра были в числе тех, кто протянул руку помощи пострадавшим.

"По "гольяновскому" делу от казахстанцев к нам тогда поступило много обращений – более десяти. Но не все они пошли до конца. То есть когда начался процесс рассмотрения и объединения всех этих дел в одно, многие стали отказываться – кто-то не верил, что что-то будет решаться. Мы работали с теми, кто хотел, – оказывали медицинскую помощь, социальную поддержку, проводили оценку потребностей.

Постепенно с нами остались только три девушки. Сейчас они благополучно проживают в Казахстане. Одна из них, Макпал (имя изменено. – Прим. авт.), создала семью. У нее уже был ребенок, рожденный в России. Если вспомнить ту историю, там девочки рожали в подвалах. Наша подопечная оказалась в их числе.

Ее заставили пойти к нотариусу и подписать разрешительные документы на выезд ребенка за пределы страны. Рядом с ней на тот момент находилась представительница этих работодателей, якобы переводчик, которая все контролировала. Таким образом малыша вывезли из России в Казахстан.

Где именно он находился, мы так и не выяснили. Главное, что ребенка вернули. Мы оказали юридическую помощь, социальное сопровождение. Ему тогда было девять месяцев, но по физическому состоянию он соответствовал двум–трем месяцам, даже головку не держал.

А сейчас все замечательно. Ребенок полностью получил все прививки, весь объем медпомощи, его устроили в детский сад. Потом он пошел в школу, к тому моменту его маме мы помогли получить квартиру. Сейчас это уже большой, хороший мальчик, нормально учится.

На сегодняшний день наша подопечная полностью социализирована, с учетом того, что она сирота, получила квартиру от государства. У нее еще дети есть, ее восстановили в учебном заведении, мы оказывали поддержку при защите диплома, она получила образование, создала свой бизнес. Эта девушка вполне успешна. Возможно, она поменяла фамилию, выйдя замуж.

Что касается второй девушки, Асель (имя изменено. – Прим. авт.), то у нее тоже все хорошо. Она семью не создала, но у нее есть постоянная работа, ребенок учится в школе.

Третья девушка, Карлыгаш (имя изменено. – Прим. авт.), время от времени выходит с нами на связь, но она очень часто меняет телефонные номера, возможно, это связано с тем, что она до сих пор опасается своих бывших работодателей. Она несколько раз меняла город проживания: жила то в Алматы, то в Нур-Султане, то в Шымкенте.

Последний раз мы с ней общались в начале прошлого года, тогда у нее все было нормально. Она тоже поступила в вуз, не знаю, окончила ли его. Раньше частенько звонила с вопросами при поступлении. У нее нет собственного жилья, и Карлыгаш спрашивала, на что может претендовать. Раз сейчас она не звонит, думаем, что у нее все хорошо".

Что с владельцами магазина

Что касается руководства магазина, то, по нашей информации, на сегодняшний день никто из них так и не понес никакой ответственности. Я могу даже сказать больше. Мы получили официальный документ, в котором говорилось, что заявления в отношении этих лиц приниматься не будут. А знаете почему? Они просто взяли и изменили анкетные данные. То есть оказалось, что фактически тех людей, на которых писали заявления, не существует.

Была проделана огромная работа. Все документы направлялись сначала в отделы полиции в Казахстане, потом материалы были переданы в Россию. Наши сотрудники полиции ездили туда, чтобы как-то наладить там эту работу. Но потом к нам пришло письмо, что таких людей нет. Получается, что вся работа была проделана зря, нужно было начинать по новой.

Самое первое обращение у нас появилось в 2009 году, потом через год обратилась еще одна девочка. Мы сначала даже не сразу связали эти дела, потому что нам рассказывали общую информацию, а потом поняли, что это один и тот же магазин.

■ **Стали объединять эти дела, поднимать материалы по работодателям, и выяснилось, что это три сестры, одна из которых уже привлекалась в РФ по смежным статьям и была помилована российским президентом. Было件件, что человек уже в этой области работал, понимает, что это доходный бизнес, и стрит свою работу так, чтобы себя обезопасить и не быть привлеченным к ответственности".**

"Судя по рассказам девочек, это была организованная налаженная преступная группировка, у которой был четкий план и механизм, и он очень грамотно работал. Сами работодатели были из Казыгуртского района Туркестанской области. Пострадавшие тоже оттуда. Там, в этом рай-

оне, специальные люди занимались вербовкой. Причем таким образом, что жертвы не могли потом обратиться в полицию, так как они получали угрозы еще до того, как их отправляли.

Вербовщики знали, кого вербовать. Например, у девочек, с которыми мы работали, никого не было, никто за них не мог заступиться. Был случай, когда одной из пострадавших удалось сбежать из злополучного магазина в РФ и обратиться в полицию, но сотрудник тут же позвонил работодателю и вернул ее обратно.

Хозяева не платили зарплату, говорили, мол, сами будут деньги собирать и отсылать родственникам или будут копить, а пленники смогут оплатить свою учебу, купить машину, квартиру. Обещания были такие. Был четкий инструктор, как разговаривать с родственниками. Если те звонили, телефоны всегда включались на громкую связь.

После того как об этой истории стало известно, со стороны работодателей велась большая работа. Когда поднялся шум, они пытались замечать следы, купили одной девочке какую-то непонятную лачугу, за городом практически, максимально дешевой вариант, чтобы себя реабилитировать.

Она сказала, что не живет в той комнате и вообще долгое время не хотела ей пользоваться, у нее даже прав на это жилье не было. Мы помогли правоустанавливающие документы восстанавливать. А так она долгое время ничего не могла с этой квартирой сделать.

Одна из девочек говорила, что магазины как работали, так сейчас и работают. Нам известно, что работодатели что-то документально предпринимали касательно этих магазинов, то есть они их на кого-то переформляли, возможно, на каких-то своих работников. Их же там минимум человек десять".

ЖАЛОБА В ЕСПЧ И ФИЛЬМ НА БЕРЛИНСКОМ КИНОФЕСТИВАЛЕ

Мы гордимся тем, какая работа была проведена. Во-первых, мы смогли социализировать девочек здесь. Больше у них нет необходимости искать работу где-то за границей. По крайней мере именно те, кто с нами контактировал, после всей этой истории за пределы Казахстана не выезжали.

Во-вторых, они знают, какие будут последствия, в случае если допустят прежние ошибки при трудоустройстве и общении с посторонними людьми. Помимо горького опыта, девушки получили полный объем информации по безопасности и, если им потребуется юридическая помощь, они всегда могут обратиться к нам.

В 2016 году от имени нескольких пострадавших, в том числе казахстанок, была подана жалоба в Страсбургский суд. Нас предупреждали, что материалы будут рассматриваться в порядке очереди, обращений со всего мира очень много.

Пару месяцев назад пришел ответ, что Европейский суд по правам человека (ЕСПЧ) принял к рассмотрению жалобу. Есть определенные процедуры, которые нужно пройти до начала этого суда.

Переписка идет с партнерами из РФ, там два языка, рабочий – английский. А наши девочки плохо говорят по-русски и вообще не говорят по-английски. Сейчас идет процесс подготовки ко всему этому. Уже времени много прошло, у девочек может уже что-то и подостыло, но все же они не отказываются от своих заявлений.

Что касается фильма "Продукты 24", который будет представлен на Берлинском кинофестивале, да, были какие-то просьбы со стороны создателей фильма, информацию запрашивали о тех событиях (в картине снялась одна из реальных участниц событий в Гольяново – Бакия Касимова, главную героиню сыграла актриса Зухара Сансызбай. – Прим. авт.).

Была проделана огромная работа. Все документы направлялись сначала в отделы полиции в Казахстане, потом материалы были переданы в Россию. Наши сотрудники полиции ездили туда, чтобы как-то наладить там эту работу. Но потом к нам пришло письмо, что таких людей нет. Получается, что вся работа была проделана зря, нужно было начинать по новой.

Что делать, если вас завербовали

После всей этой истории к нам поступали обращения, они были связаны с производством, были недопонимания по зарплатам. Часто случаются истории, связанные с трудовой эксплуатацией. Это когда людей вывозят из города, в отдаленные районы, и они не могут обратиться за помощью. Как правило, у пострадавших нет образования и жилья, они готовы выполнять любую работу просто за крышу над головой. А это долговая кабала.

У нас сейчас есть проект, в рамках которого мы консультируем людей, желающих уехать на заработок. Наши рекомендации такие.

* *Прежде чем приступать к работе, нужно внимательно читать договоры, которые предлагают.*

* *Запишите номера телефонов консульства.*

* *Поскольку у работников могут отобрать документы, рекомендуем делать копии и держать их в личных вещах.*

* *Нужно информировать своих родственников о том, куда и с кем вы едете. Так как телефоны могут тоже отобрать, важно наизусть знать номер телефона своих родственников либо организации, куда можно позвонить, если что-то случится.*

* *Не доверять сомнительным предложениям. Если предлагают большие заработки, но при этом трудоустройство неофициальное, то надо задуматься, почему такая сумма и без договора.*

* *Если все же уже что-то произошло, то нужно любым способом попасть на территорию своего консульства. Потому что если вы переступили этот порог, то, считайте, попали в свое государство".*

Комментарий руководителя российской организации по освобождению из рабства "Альтернатива" Олега Мельникова:

"Мы до сих пор поддерживаем связь с одной из пострадавших в Гольяново, гражданкой Узбекистана Бакией Касимовой. Сейчас она работает в России, периодически к нам приходит, стараемся ей помогать по возможности.

■ **Никто из работодателей по "гольяновскому" делу ответственности не понес. Они на время только закрыли магазины, и в результате дело по прошествии долгого времени стали рассматривать в ЕСПЧ. Что касается данной семьи, то, по моей информации, года четыре назад были задержаны и арестованы мужчины, имевшие к этой семье самое прямое отношение. Они похитили двух подростков и заставили их копаться сауну в одном из подвалов. Детям удалось сбежать.**

У нас довольно много кейсов, когда кого-то удерживают, и есть среди них случаи с казахстанцами. Сейчас самая большая проблема – это проблема трансконтинентальных группировок. Одна из последних нашумевших историй произошла в Бахрейне, куда заманивали девушек из Казахстана, России и других стран и принуждали к занятиям проституцией.

Из рекомендаций:

* *нужно заранее проверять работодателя,*

* *иметь с собой, помимо загранпаспорта, внутренний паспорт. Это поможет в консульстве восстановить ваши документы,*

* *продумать со своими родственниками какое-то кодовое слово, чтобы при созвоне было понятно, что с вами что-то случилось,*

* *иметь небольшую сумму денег, желательно в долларах.*

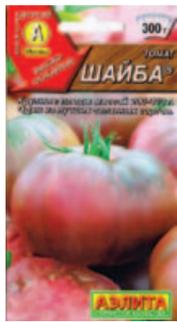
Текст: Анастасия Солнцева
Фото: elements.envato.com

НОВИНКИ СЕЗОНА

ШАЙБА

Крупноплодный высокоурожайный сорт с невероятно вкусными плодами. Под пленочными укрытиями плодоносит до конца сентября. По срокам созревания среднеспелый, от всходов до плодоношения 110-115 дней. Растения индетерминантные, высотой 1,5-1,7 м, с хорошей нагрузкой урожаем. Томаты массой 200-300 г, выравненные, мясистые. Заминаются отличным вкусом и насыщенным фиолетово-красным цветом. Идеальны для приготовления свежих салатов и соков. Урожайность под пленкой 7-8 кг/м².

Посев на рассаду – в начале марта. Пикировка в фазе 1-2-х настоящих листьев. Растения подвязывают и формируют в 1-2 стебля. Обязательным является удаление боковых побегов (пасынков). Посадка рассады – в середине мая под пленку, в начале июня – в открытый грунт. Возраст рассады – 60-65 дней (в фазе пяти-семи настоящих листьев). Схема посадки 60х50 см.



Орлиный клюв

Название сорта отражает внешний вид плодов. Помидоры сердцевидной формы напоминают голову орла с клювом. Розовые, с глянцевой кожей плоды отличаются сочной, сахаристой мякотью. Семенные камеры (5-6 штук) слабо выражены, семена мелкие или отсутствуют совсем. На разлом мякоть сахаристая, сок не течет. Средняя масса плодов 500-600 г, но при хорошем уходе отдельные экземпляры наливаются до 800 г. В пределах одной кисти плоды разные по размеру – самые крупные формируются ближе к основанию.

За счет крупноплодности и высокорослости растений, выход урожая с 1 кв. м. получается отличный. Первая кисть закладывается над 9-10 листом, далее через каждые 3 листа. В плодовой кисти формируется по 5-6 крупных помидор. При условии хорошей погоды, плодоношение может продлиться до сентября. При соблюдении схемы посадки – на 1 кв. м. 1/3 куста, урожайность может достигать 20 кг с 1 кв. м или 6-8 кг с куста.



Пасто Итальяно

Надежно гарантирует стабильно высокую завязываемость плодов в любой год, радует формой и вкусом, плодоносит до поздней осени.

Растение высотой до 2 м, формирует до 7 обильно нагруженных кистей насыщенно-малинового цвета. Плоды цилиндрические, массой 100-120г, гладкие, ровные, упругие и мясистые с плотной сахаристой мякотью и малым количеством семян. Возможен сбор кистями.

Не астрескиваются. Хороши в свежем виде, идеальны для засолки и консервирования. В банках отлично сочетаются по форме с огурцами и болгарским перцем. Урожайность до 16кг/м².

Сорт мало поражается фитофторой.



Тонкости выбора семян

Дачный сезон опытного огородника начинается ещё задолго до того, как начнёт таять снег. Ведь до момента пробуждения всей природы необходимо выбрать и приобрести семена. Сегодня, агроном и практикующий садовод расскажет вам о тонкостях выбора семян.

КРИТЕРИИ ВЫБОРА СЕМЯН

Правильный выбор семенного материала в садоводстве и огородничестве является залогом хорошего урожая. Поэтому все семена необходимо покупать в специализированных магазинах или отделах. Как правило, только в таких местах на руках у продавцов есть документы, удостоверяющие сортовые и посевные качества товара. Предпочтительнее приобретать посевной материал известных фирм. Также следует обратить внимание на сроки годности и отметку о прохождении семян. На пакетике должно быть написано как можно больше информации: номер партии, характеристики сорта, сроки сбора, контакты производителя и т.д.

При подготовке к посеву также нужно обращать внимание не только на качество семян, но на состав почвы. Грунт должен иметь лёгкую структуру, хорошо пропускать воздух и влагу. Если используется покупной грунт и о его качестве ничего неизвестно, лучше смешать его с садовой землёй в соотношении 3:1. Перед посевом прокалить любым известным методом: в микроволновой печи, духовке и т.п. Для посадки рассады можно использовать любую удобную ёмкость с дренажными отверстиями.

ПРЕПОСЕВНАЯ ПОДГОТОВКА СЕМЯН

Перед посевом на рассаду для лучшей всхожести семена рекомендуют замачивать. Стимулировать семена к прорастанию нужно непосредственно перед посевом. Но необходимо помнить, что многие семена уже заранее подготовлены производителем и замачивать их не нужно. Заграничные или окрашенные посевной материал в предпосевной подготовке не нуждается.

Для замачивания семян можно использовать как средства, приготовленные собственноручно, так и биопрепараты промышленного производства. К примеру, в домашних условиях можно приготовить раствор из луковой шелухи. Для этого шелуху 3-4 луковиц нужно залить 500 мл воды. Семена можно поместить в раствор, как только он остынет. Вещества, находящиеся в луковой шелухе, не только простимулируют семена к более раннему пробуждению и повысят всхожесть, но и питают их необходимыми микроэлементами.

Для получения более эффективного раствора, в жидкость можно добавить янтарную или борную кислоту, зольный раствор. Или использовать янтарную кислоту как самостоятель-

- излишки воды выливают;
- ёмкость помещают пакет;
- ставят в тёплое место.

ный стимулятор, растворив 1 таблетку в 0,5 ст. воды. Также для замачивания семян можно использовать медовую воду, приготовленную из 1 ч.л. мёда и 1 ст. воды. Для обеззараживания семена поддержать в жидкости из 3-4 зубчиков измельчённого чеснока и 2 ст.л. воды.

Среди безопасных промышленных препаратов лучше всего использовать гуминовые вещества «Гуми» (гумат натрия, гумат калия), «Энерген», «Биогумус», «Фитоспорин», «Алирин Б», «НВ-101». Данные вещества относятся к биологическим препаратам. Они не только улучшают всхожесть, но и защищают будущие растения от болезней.

При использовании любого промышленного вещества посевной материал обязательно нужно промыть.

ЗАМАЧИВАНИЕ СЕМЯН ДЕЛАЮТ СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОМ:

- берут плоскую ёмкость (блюде, неглубокую тарелку);
- посередине ставят салфетку, марлю или лёгкую ткань;
- высыпают на салфетку семена;
- сверху семена заливают жидкостью для обработки;
- краями салфетки или ткани закрывают семена;

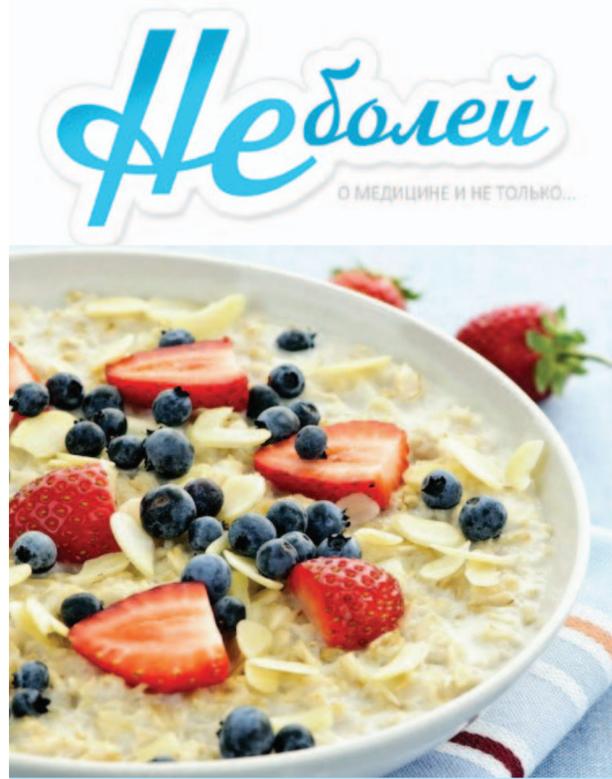
СЕМЕНА ОВОЩЕЙ ВЫБИРАЮТ ПО СЛЕДУЮЩИМ КРИТЕРИЯМ:

1. месту высадки (открытый грунт, парник, теплица, балкон);
2. климатическим условиям (сорта для Сибири и Урала, средней полосы, южных регионов);
3. назначению (заморозка, свежие салаты, консервирование);
4. устойчивости к определённым заболеваниям и вредителям (грибковым, бактериальным болезням);
5. требовательности к уходу (сорта, которые не нужно окучивать или пасынковать и т.п.).

Продолжение в сл. номере газеты.

Предлагаем в широком ассортименте семена овощных, цветочных, бахчевых, комнатных и декоративных культур. Почвогрунты, удобрения, садовый инвентарь и др.

Ждем вас по адресам:
ул. А. Тайманова, 207/Л. тел.: 8 747 162 54 57, 8 705 800 66 30
ул. Курмангазы, 198. тел.: 97 00 39, 8 701 423 49 20



Антистресс-диета. Чем заесть тревогу вместо сладкого, кофе и алкоголя?

Когда мы нервничаем, проще всего съесть что-то вкусное — сладкое, жирное. Либо выпить побольше кофе или алкоголя. Как компенсировать стресс питанием, не подключая кофе, сладкое и алкоголь?

Рассказывает диетолог, консультант по правильному питанию Алла Макарова.

Вкусности, как правило, имеют достаточно высокую калорийность, что незамедлительно скажется на фигуре. Кофе даёт временный прилив сил и бодрости, но потом мы падаем в энергетическую яму, и организм начинает требовать очередную дозу подпитки. Плюс большие дозы кофеина негативно сказываются на коже. Про

алкоголь и так понятно. Решая одну проблему, мы рискуем нажать другую.

Есть другие приемы в питании, которые помогут справиться со стрессом более полезными способами, дадут дополнительную поддержку организму и помогут работе пищеварительной системы.

- Ешьте больше продуктов с антиоксидантами. Именно недостаток этих биологически активных компонентов в пище связан с повышением выра-

ботки гормонов стресса. Поэтому ежедневно включайте в свой рацион зелёный чай, цитрусовые, брокколи, ягоды, болгарский перец, свеклу, печень, морков, растительные масла и морепродукты.

- Выбирайте блюда и продукты, богатые омега-3 жирными кислотами. Эти полезные соединения способствуют снижению тревожности. В большом количестве они содержатся в орехах, семенах, растительных маслах и красной рыбе.

Принимайте пробиотические комплексы и включайте в рацион натуральные кисломолочные продукты, квашеную капусту. Эмоциональная нестабильность часто связана с состоянием желудочно-кишечного тракта, преобладанием патогенной микрофлоры. Дисбаланс в кишечнике приводит к постоянному беспокойству и усиливает раздражительность. Поэтому желательнее также снизить употребление сахара и дрожжевой выпечки, которые способствуют росту грибковой микрофлоры.

- Восполните дефицит витаминов. По данным исследований, нехватку витаминов испытывают большинство жителей России. А это зачастую приводит к тому, что нам сложно справиться с внешними раздражающими факторами, и любая мелочь тогда будет выводить нас из равновесия. Есть специальные анализы, которые позволяют выявить, каких витаминов вам не хватает. А пока вы этого не сделали, налегайте на печень, мидии, гречку, грецкий орех, овсянку, бобовые, сельдь, яйца, сыр, творог, шпинат.
- Следите, чтобы рацион был сбалансированным. Тогда организму будет проще противостоять стрессовым факторам. Употребляйте достаточное количество белковых продуктов животного происхождения. Это мясо, рыба, субпродукты, морепродукты, творог, яйца. Включайте эти продукты в каждый из основных приёмов пищи в количестве 70-150 г.

Резюмируя все эти правила, могу предложить вот такой примерный антистрессовый рацион на 1 день.

Полдник

* творог с ягодами

Ужин

* тушёная в сметане пельмени с гречкой
* овощной салат с болгарским перцем

За час до сна

* при желании можно выпить стакан кефира

Такой рацион даст вам много дополнительной энергии, будет идеально сбалансированным по белкам, жирам и углеводам, а также содержать все вещества, необходимые для снижения уровня стресса.

Помните, что в периоды, когда вы находитесь под активным влиянием стрессовых факторов, очень важно высыпаться, больше времени проводить на свежем воздухе и помогать своей нервной системе расслабляться при помощи различных дыхательных, медитативных или релаксирующих практик.

Всё это вместе с правильно выстроенным рационом даст отличный результат и поможет вам пережить стресс без употребления больших доз кофе, алкоголя и других квази-успокоительных средств.

Источник: АиФ Здоровье
Фото с сайта kroxa.info.ru

БАТЫСГИРУДОМЕД
Лечение пиявками

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

@doctor_vera_reabilitolog
врачебный кабинет
Доктор Вера

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

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ
оказываем услуги по изготовлению индивидуальных ушных вкладышей

@radugazvukovkazzhstan

АКЦИЯ
РАСПРОДАЖА 30-0-0 ОТ РАДУГА ЗВУКОВ 0-0-12 ОТ KASPI BANK

50% скидка

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

ЗАВТРАК

* пишенная каша на молоке с чайной ложкой сливочного масла, ягодами и горстью семян или семечек
* бутерброд на цельнозерновом бездрожжевом хлебе с листьями шпината и семгой
* чашка зеленого чая

ПЕРЕКУС

* апельсин и горсть орехов

ОБЕД

* запеченная в духовке семга с бурым рисом
* салат из квашеной капусты с небольшим количеством оливкового масла

ПОЧЕМУ ЛЮДИ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?

Существует много разнообразных теорий, объясняющих это явление. О причинах наркозависимости рассказала психолог Областного центра психического здоровья Татьяна Канивец.

Причины возникновения наркозависимости у людей весьма разнообразны, существуют и генетические факторы, и личностные. Они подробно исследованы врачами, психологами и социологами.

Вот некоторые из них:

Главная причина наркомании среди подростков – недостаток любви и душевного тепла. Со свободным временем у всех нас проблема, причем, именно с тем временем, которое следовало бы посвятить ребенку. Поэтому, дорогие мамы и папы, обратите внимание на своего ребенка. Он родился для любви – вашей любви! И если вы пытаетесь заменить ее дорогой няней, шикарными «игрушками» или просто деньгами, будьте готовы – когда-то он сам отправится на поиски «заменителей». И возможно, это будет «путешествие» в один конец.

Эксперимент над сознанием, попытка расширить его за границы рационального. Эта мотивация характерна для интеллектуальной молодежи. «Экспериментаторы» достаточно образованы, они изучают психоделическую литературу, знакомятся с новинками психоделиков через интернет, принимают меры, чтобы не перешагнуть грань зависимости. Ситуация, в общем, «безопасная», но... «Экспериментируя» с подсознанием, юные «философы» подменяют наркотиком духовную практику, принятую в мировых религиях. Это как разные способы полета: долгая учеба управления парашютом – или прыжок с крыши с украденным парашютом (не факт, что он раскроется).

Любознательство. Почти все подростки пробуют алкоголь или наркотики. Если ребенок только «экспериментирует», он

обращается к наркотикам редко, всего несколько раз, а потом останавливается. Экспериментирование является первой из четырех стадий развития наркотической зависимости. За экспериментированием обычно следует спорадическое употребление, реже, чем раз в неделю, потом – регулярное употребление, финальной стадией является развитие зависимости.

Нажим со стороны ровесников или поиск общения. Обычно среди друзей есть такие, кто употребляет наркотики. Иногда их давление противостоять достаточно сложно. Некоторые подростки, испытывающие трудности во взаимодействии с ровесниками или с противоположным полом, полагают, что наркотики раскрепощают и облегчают общение.

Бунтарство. Иногда употребление наркотиков является формой вы-

ражения протеста против ценностей, исповедуемых родителями или насаждаемых в обществе.

Отсутствие внутренней дисциплины, чувства ответственности и мотивации. Это когда отношение к жизни основано на эгоизме, нет чувства ответственности перед собой и обществом. Подростки действуют импульсивно, совершают поступок прежде, чем успеют подумать, во всем ищут удовольствия и не желают выполнять какие-либо обязанности. Из-за отсутствия чувства ответственности они часто вступают в конфликт со всеми, кто обладает над ними какой-либо властью. По той же причине они обычно плохо учатся. Наши дети очень часто имеют весьма высокий уровень притязаний, не обладая при этом необходимой дисциплинированностью и не представляя себе, что нужно для достижения честолю-

бия целей. У некоторых подростков отсутствует интерес к каким-либо занятиям, вещам, событиям. Они равнодушны к школе и не имеют никаких увлечений. Они живут сегодняшним днем, не проявляют интереса к будущему, какие-либо личные достижения не имеют для них ценности.

Серьезные внутренние конфликты. Субъективное ощущение несчастия, неудовлетворенность, депрессия, тревога, скука, неуверенность в себе. Эти симптомы весьма характерны для тех, у кого низкая самооценка и кто других считает лучше себя. Они несчастны дома, часто ощущают отчужденность, изоляцию в семье. Часто человек нуждается в дополнительной «безболезненной» – вот тут-то и входят на сцену алкоголь, наркотики, переживание азартных игр. Но внутренняя боль – не наказа-

ние, а призыв к действию. Тот, кто понимает это, раскрывается людям и растет как личность. Ну, а другие убегают в «замены» и замыкаются в собственном неподвижном и иллюзорном мире.

Стремление побороть депрессию. Некоторые употребляют наркотики или алкоголь в порядке самолечения. В центре их эмоциональных трудностей – депрессия, ощущение безнадежности, несчастья. Наркотики приносят временное облегчение этих симптомов.

Эти свойства личности весьма типичны, но не являются обязательными причинами для всех, кто склонен к злоупотреблению алкоголем и наркотиками, потому что все мы – разные!

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

В ТОО «МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР»

1. Функционирует реабилитационное отделение. Оказываются реабилитационные услуги на бесплатной (госзаказ) и платной основе.
2. Принимает врач-гастроэнтеролог высшей категории, сосудистый хирург, проктолог, маммолог, детский кардиолог. Консультация проводится в поликлинике ТОО «Медицинский центр».
3. Открыли вирусологическую лабораторию для определения COVID-19 на бесплатной (госзаказ) и платной основе. Прием анализов с 08:00 до 10:00. Результаты анализов готовятся в течение 5 часов. Стоимость – 6 000 тенге.
4. По субботам работает кабинет КТ и МРТ

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

Лицензия ЛП005760L №0181065 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.

Хабарландыру.

Ересектер мен балалардағы психикалық ауруларды диагностикалаумен және емдеумен айналысатын Батыс Қазақстан облысы ақимдік денсаулық сақтау басқармасының ШЖҚ «Облыстық психикалық денсаулық орталығы» МҚК төмендегідей бос жұмыс орындары жөнінде жариялайды:

1. Дәрігер психиатр – 2 бірл.
2. Психолог – 4 бірл.

Қойылатын талаптар:

Жоғары білім, еңбек өтілі 1 жыл.
Өтініш бiлдiрген тұлғаларға төмендегiдей құжаттарды тапсырулары қажет: медициналық кiтапша және келесi құжаттардың көшiмдерi: жеке куәлiк, диплом, бiлiмгiлiгi туралы құжат, еңбек кiтапшасы, әскери билет, фотосурет (3x4) – 1 дана, скоросшиватель, кадр есебi жөнiндегi жеке iс парағы.

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

Лицензия ЛП005760L №0181065 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЗКО.

Объявление

ГКП на ПХВ «Областной центр психического здоровья» Управления здравоохранения акимата Западно-Казахстанской области, занимающийся диагностикой и лечением психических заболеваний у взрослых и детей, объявляет о следующих вакансиях:

1. Врач психиатр – 2 ед.
2. Психолог – 4 ед.

Предъявляемые требования:

Высшее образование, стаж работы 1 год. Обратившимся лицам необходимо представить следующие документы: медицинская книжка и копии следующих документов: удостоверение личности, диплом, документ о квалификации, трудовая книжка, военный билет, фотография (3x4) - 1 шт. скоросшиватель, личный листок по учету кадров.

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

Милые кости. Шесть вредных привычек, которые губят

На состояние костей в организме человека далеко не всегда обращают внимание — как правило, лишь тогда, когда они начинают «сыпаться». При этом у человека есть определенные привычки, которые буквально «убивают» скелет. И многие о таком даже не догадываются. Специалисты выделяют целых шесть вредных действий, которые приводят к разбалансировке костного аппарата.



«Наша кость — это сложная часть скелета, который выполняет важнейшие задачи — участвует в движении, поддерживает наше тело в вертикальном положении, защищает органы. Иногда бывает так, что образ жизни может негативно сказаться на здоровье опорно-двигательного аппарата», — говорит заведующий отделением травматологии и ортопедии клинико-диагностического центра «Мединцентр» Юрий Костенко.

Неожиданный вред

В числе таких привычек травматолог Костенко называет следующие пункты.

1. Несбалансированный рацион питания. При нарушении режима питания, систематических перекусах «на ходу» или частом употреблении фастфуда может возникнуть дефицит витаминов и минеральных веществ. Особенно опасен дефицит кальция и витамина Д. «Кальций для костей — это своего рода строительный материал, но хорошо усваиваться и выполнять эту функцию он может только если его употреблять вместе с витамином Д», — поясняет Юрий Костенко.

Источники кальция, как подчеркивает специалист, это:

- * молоко,
 - * йогурт,
 - * сыр,
 - * творог,
 - * кунжутные семечки,
 - * зеленые овощи и зелень,
 - * сардина, лосось,
 - * миндальный орех.
- Витамин Д богат яйца, рыба жирных сортов, печень трески и животных. «Можно контролировать уровень кальция и витамином Д, сдавая соответствующие анализы. Однако следует помнить, что восполнять их дефицит, в том числе и принимать биодобавки, содержащие кальций и витамин Д, нужно только после консультации с врачом», — предупреждает

Юрий Костенко.

2. Недостаточная физическая активность. Малоподвижный образ жизни вреден и даже разрушителен для костей. Организм реагирует на отсутствие мышечной нагрузки уменьшением костной массы. «Важно сделать физическую активность частью повседневной жизни. Пешие прогулки, катание на коньках или лыжах — занимайтесь теми видами физкультуры, которые нравятся, но с соблюдением правильной техники и учетом индивидуальных особенностей», — говорит травматолог Костенко.

3. Газированные напитки. В сладких газированных напитках содержится большое количество различных кислот. В составе газировки часто присутствует ортофосфорная. При ее регулярном употреблении кальций может вымываться из костей, что делает их более хрупкими. «Специалисты рекомендуют полностью отказаться от газировки или свести ее потребление к минимуму. Можно заменить газировку водой с лимоном, мятой, сезонными ягодами, натуральным соком», — отмечает специалист.

4. Недостаток клетчатки и избыток трансжиров. Продукты, богатые клетчаткой, помогают нам поддерживать здоровую микрофлору кишечника. А вот трансжиры, которые находятся в составе фастфуда или сладостей, наоборот, могут стать причиной формирования патогенной микрофлоры. «Если микрофлора нормальная — организм лучше усваивается витамин К₂, отвечающий за формирование костной ткани. Если этого витамина недостаточно или он плохо усваивается, это может вести к истощению костей. Включая в рацион зелень и овощи, содержащие клетчатку, и исключая из него сладости и быструю еду, мы заботимся в том числе и о здоровье наших костей», — советует Юрий Костенко.

Во взрослом возрасте необходимо помнить, что здоровье костей не менее важно, чем здоровье любых других органов, предупреждает врач. «Уже после 20 лет молодым людям следует предпринимать усилия для поддержания плотности костей и предотвращения остеопороза. Это заболе-

вание опасно тем, что кости теряют плотность и становятся хрупкими, что может приводить к переломам даже при незначительных нагрузках», — рассказывает Юрий Костенко.

Чтобы уменьшить риск развития остеопороза, врачи рекомендуют занятия физическими упражнениями не менее четырех-пяти раз в неделю по полчаса. Полезно сочетать силовые и аэробные виды нагрузок, внимание рекомендуется обратить на специальную лечебную гимнастику. Помогут в профилактике остеопороза кальциевая диета и отказ от вредных привычек. Особо тщательное внимание на профилактику остеопороза необходимо обращать женщинам после наступления менопаузы, так как в этот период уменьшается плотность костей. Важно начать проходить проверки на плотность костной ткани, поскольку остеопороз у женщин встречается почти в 50% случаев. Особенно это актуально, если есть факторы риска — подобные заболевания у родственников или имевшиеся переломы. Также факторами риска являются:

- * некоторые хронические заболевания,
- * длительный постельный режим,
- * прием глюкокортикоидов,
- * склонность к падениям (головокружения, плохое зрение),
- * недостаток веса.

О ЗДОРОВЬЕ КОСТЕЙ ДУМАТЬ С МОЛОДОСТИ

Детский и юношеский возраст (до 19 лет) самый подходящий период, чтобы задуматься о кальциевой диете — достаточному потреблению кальция вместе с витамином Д, поясняет специалист. Именно в этот период, когда тело человека стремительно изменяется — после 70 лет. Людям в возрасте старше 70 лет, если они занимались физическими упражнениями, рекомендуются не прекращать эти занятия, лишь скорректировав их интенсивность, советует специалист. Следует также немного интенсифицировать кальциевую диету, введя ежедневное потребление кальция до 1,2 мг. Регулярное обследование, позволяющее определить плотность костей, в пожилом возрасте рекомендуется проходить и женщинам, и мужчинам, особенно тем, кто резко потерял в весе или долгое время подвергался воздействию стероидов. Если остеопороз диагностирован на ранней стадии, специальное лечение по укреплению костей скелета позволит устранить его серьезные последствия, резюмирует Юрий Костенко.

Источники: АиФ Здоровье
Фото с сайта omsanctuary.org



Нить помощи. Что важно знать о зубных флоссах и как их использовать?

Зубные флоссы, они же нити — явление в стоматологии давнее, однако при этом они не так распространены и разрекламированы. Хотя стоматологи отмечают, что без нее современная гигиена уже немислима. А некоторые и вовсе считают, что зубные нити серьезно недооценены.

«Парадокс в том, что нить является таким же обязательным элементом ухода за полостью рта, как зубная щетка и паста, однако из-за отсутствия достаточной рекламной поддержки она не получила соответствующего распространения», — говорит врач стоматолог-ортопед, хирург-имплантолог Юлиана Романова.

Когда появились

Зубные нити известны человечеству достаточно давно. Слово floss, пришедшее из английского, так и переводится, как зубная нить. Заговорили активно о таком средстве гигиены после ее описания в «Практическом руководстве по уходу за зубами» — эту книгу написал американский дантист Леви Спир Парми еще в 1819 году. Он предлагал использовать нить, изготовленную из шелка, для извлечения остатков еды из промежутков между зубами.

Однако во времена Второй Мировой войны были прекращены поставки шелка из Японии, и нити ста-

ли нейлоновые. Из плюсов замены — они тоньше, дешевле и прочнее. Такой материал пользовался огромным спросом.

Сегодня зубные нити представляют собой небольшие контейнеры со спрятым внутри флоссом. Длина нити 25–50 метров (по усмотрению производителя). Каждый раз надо использовать новый кусок ленты — в идеале достаточно оторвать 35–40 см.

Зачем нужны

Стоит понимать, что есть опция, доступная только флоссу. «Он может обработать контактные поверхности зубов, куда не проникает ни одна ворсинка даже самой крутой зубной щетки. Для этих целей потребуется вариант с восковой пропиткой», — говорит Юлиана Романова.

Зубные нити волокнистые, за счет чего получается быстро снимать отложения с эмали, что останавливает размножение бактерий и предотвращает разрушение тканей. Используя флосс в промежутках между зубами —

сначала обрабатывают ряд с одной стороны, затем с другой.

Виды нитей

Специалисты отмечают, что из числа основных характеристик нитей выделяются военные и невоенные. Под первыми понимают нити, покрытые воском. Нити второго типа легче проскальзывают, в том числе и в промежутки между плотно стоящими или скученными зубами. Первые считаются нетравматичными, не приводят к появлению дискомфортных ощущений и качественнее очищают контактные поверхности зубов.

«Все это благодаря восковой пропитке и способности распушаться при очистке межзубного проема, извлекая из него все пищевые остатки. Невоенные флоссы, например, лишены подобных преимуществ и чаще прилегают к поверхности зубов», — говорит Юлиана Романова.

Зубные нити волокнистые, за счет чего получается быстро снимать отложения с эмали, что останавливает размножение бактерий и предотвращает разрушение тканей. Используя флосс в промежутках между зубами —

яющими на качество конструкции», — рассказывает Юлиана Романова.

Все нити различают по сечению:

Круглые — прекрасно очищают межзубные промежутки в подавляющем большинстве случаев;

Плоские — такие выбирают при наличии скученности зубов;

Ленточные (или супер-флоссы) — используют исключительно брекет-тонсоны и те, кто только начинает свое знакомство с этим средством гигиены.

Чем пропитывают нити

При выборе нити можно увидеть, что она имеет рваный край. Это может быть несколько — антисептическая, минерализирующая, вкусовая. Выделяют такие варианты:

Ментоловые — такие предназначены для освежения дыхания, могут быть не только освежающими, но и фруктовыми. Фторсодержание — такие должны укреплять эмаль за счет выделяемых ионов фтора, однако их концентрация слишком

низкая для достижения существенного эффекта.

Хлоргексидиновые, кислотометазолиновые и триклозановые — содержат одноименный антисептик в качестве пропитки, применяют у пациентов, страдающих воспалительными заболеваниями десен и слизистой оболочки полости. Ощущать каждой клеткой. Что нужно знать о чувствительности зубов?

Почему так важно использование нитей каждый день?

Как отмечают специалисты, случаи отказа от использования нитей редко заканчиваются позитивно. Так как только благодаря этому атрибуту у человека есть шанс самостоятельно и своевременно узнать о скрытой кариозной полости, которую, помимо прочего, можно выявить исключительно на рентгене или уже на стадии глубокого поражения дентина и нерва внутри зуба, или в условиях стоматологического кабинета, поясняет Юлиана Романова. Более того, только это средство гиги-

ены предназначено для очистки контактных поверхностей зубов от налета и прочих «невкусностей», которые часто являются причиной кровоточивости десен, запаха изо рта и воспалительных поражений слизистой оболочки, подчеркивает стоматолог.

Как пользоваться?

Так же, как и пасту, флосс рекомендуют применять 1–2 раза в день. В то же время обладатели брекет-систем могут использовать приспособление чаще остальных, например, во время и после приема пищи, даже если нет ощущения, что между зубами что-то застряло, предупреждает стоматолог Романова.

Упаковка компактна, легко помещается даже в кармане, а значит, флосс удобно применять в любых условиях и комфортно возить с собой, так как он не занимает много места. «Единственный нюанс — в отличие от привычных пасты и зубной щетки, к которым нас приучают с момента появления первого зуба (в норме), зубную нить рекомендуют использовать с 11 лет, когда мелкая моторика позволяет успешно вводить его в межзубные промежутки и очищать их», — советует Юлиана Романова. Также лучше начать приобщение к зубной нити с супер-флоссов с пластиковой ручкой — они позволяют быстрее привыкнуть к данному средству гигиены, однако имеют более высокую стоимость и меньшее число нитей в упаковке.

Если нить застряла?

Это обычно означает, что она зацепилась за нависающий край пломбы, дефективной коронки или кариозной полости, говорит Романова. В таких случаях флосс обычно рвется, так что его извлечение не является проблемой, в отличие от причины «заклинивания», которая становится весомым поводом для похода к стоматологу. Более того, если попытка извлечь нить заканчивается легким и непринужденным «отклеиванием» пломбы или коронки, то это говорит о их несостоятельности и необходимости замены, а не о силе и мастерстве ваших пальцев в ходе гигиены полости рта, резюмирует стоматолог.

Источники: АиФ Здоровье Фото с сайта expertdent.net

Стопа атлета и ноготь бегуна. К чему могут привести занятия спортом?

При активных спортивных тренировках не только прокачиваются мышцы и повышается выносливость организма в целом. Есть и неприятная сторона — это травмы, которые двигательной активности человека, возможно, и не лишают, но при этом вред здоровью оказывают вполне определенный.

«Черные ногти — это признак усердных тренировок? Если наматывать тренировочные километры, вы почувствовали боль в пальцах ног, а сняв кроссовки, обнаружили гематому под ногтем, следует задуматься. В первую очередь обратите внимание на свою беговую обувь: часто причиной травмы является несоответствие размера. При беге стопы отекают и увеличиваются, поэтому придерживайтесь рекомендаций опытных бегунов и выбирайте обувь для тренировок и соревнований на размер (или хотя бы полразмера) больше. Но не перегните палку! Так же, как и тесная обувь, «излишняя свобода» может привести к микротравмам», — предупреждает Ольга Чижевская, исполнительный директор

Виновата только обувь?

Механизм травмирования прост: в фазе приземления и отталкивания пальцы ударяются о носок кроссовок. Даже если носок мягкий, из-за постоянного и длительного воздействия (допустим, вы бегите со скоростью 180 шагов в минуту, а значит, только за час ваши пальцы «встречаются» с носком 10800 раз) микротравмы суммируются, под ногтем скапливается кровь, и образуется гематома. Такие травмы легко переходят в разряд хронических. Достаточно часто поврежденный ноготь отслаивается, расска-

Что же такое «стопа атлета»?

Этот вид микоза, разумеется, может развиваться не только у спортсмена. Да, спортсмены сталкиваются чаще, отсюда и название, но если у вас появилось подозрение — обратитесь к врачу, советует специалист. «Не запускайте, ведь «легкие» случаи микоза часто требуют лечения местными антигрибковыми препаратами, тогда как в запущенных и тяжелых случаях может потребоваться длительное системное лечение», — поясняет Ольга Чижевская.

На что нужно обратить внимание

Первым звоночком может стать появление

трещин на пятках, частое образование натоптышей, отвердевшая кожа. Это симптомы начальной стадии распространения грибка, они пока мало заметны, и многие не обращают на них внимания. Следующая стадия — шелушение кожи стоп, особенно между пальцами, и появление неприятного запаха. На этой стадии точно стоит обратиться к врачу для исключения или подтверждения диагноза, а не пытаться бороться с запахом «народными» средствами, говорит специалист. Запах — это симптом, а не причина заболевания!

Как защитить стопы?

Соблюдайте элементарные правила гигиены, особенно в местах общественного пользования.

Ежедневно мойте ноги и не забывайте их как следует просушивать, особенно в межпальцевых промежутках. Чаще меняйте постельное белье и полотенце для ног, не носите чужую обувь, пользуйтесь хлопковыми носками, регулярно их меняйте. Старайтесь, чтобы ваши ноги оставались сухими, при необходимости, например, при сильном пототделении, используйте тальк для ног.

Если вы обнаружили «но-

готь бегуна»: проверьте вашу обувь — как говорят опытные бегуны, расстояние между самым длинным пальцем стопы и носком беговой обуви должно быть приблизительно равно ширине вашего большого пальца руки. Выберите обувь с широким передним отделом, вашим стопам должно быть комфортно, говорит Ольга Чижевская. «Если ваши пальцы уже отмечены гематомой, используйте пластырь или силиконовые накладки для защиты пальцев. Также рекомендуем посетить врача-подиатра: возможно, все беды вызваны чрезмерной перегрузкой и деформациями стоп. В этом случае понадобится комплексное лечение, в том числе ортопедическая (ношение индивидуальных ортопедических стелек), направленная на разгрузку и коррекцию стопы», — отмечает специалист.

«Ноготь бегуна» и «стопа атлета» чаще всего «настигают» опытных, интенсивно и упорно тренирующихся спортсменов. И все же, независимо от наличия бегового опыта, хорошо иметь в запасе продуманный план действий, ведь раннее лечение всегда дает лучший результат.

Источники: АиФ Здоровье

Минздрав Казахстана упрощает порядок обращения к узким специалистам

Ведомство готовит изменения в порядок оказания медпомощи на амбулаторном уровне.

Минздрав Казахстана упрощает порядок обращения к узким специалистам. По проекту «100 дней — 100 вопросов» в ответ на многочисленные обращения пациентов по поводу длительного процесса получения услуг узких специалистов министерство готовит изменения в порядок оказания медпомощи на амбулаторном уровне, сообщает на сайте министерства.

Ведомство получает множество обращений, касающихся оказания консультативно-диагностических услуг без направления врача общей практики в определенных случаях:

- * оказание экстренной и плановой стоматологической помощи;
- * заболевания дерматовенерологического профиля;
- * приемы к акушеру-гинекологу и психологу по месту прикрепления;
- * при подозрении на заболевания онкологического и гематологического профиля;
- * по профилю заболевания динамического наблюдения;
- * в молодежных центрах здоровья;
- * при повторном приеме к профильному специалисту в рамках одного случая;
- * при оказании услуг передвижных медицинских комплексов.

Учитывая многочисленные обращения пациентов, министерство разработало проект приказа «Об утверждении правил оказания специализированной медицинской помощи в амбулаторных условиях», который предусматривает оказание консультативно-диагностических услуг без направления врача общей практики в определенных случаях:

- * неотложные состояния и травмы, в том числе офтальмологические, оторино-

ГЛАВНУЮ ОСОБЕННОСТЬ ГОЛОВНОЙ БОЛИ ПРИ "ОМИКРОНЕ" НАЗВАЛА НЕВРОЛОГ

Почему «омикрон» может приводить к появлению головной боли и какие особенности имеет этот симптом, если он вызван коронавирусом, объяснила кандидат медицинских наук, российский врач-невролог Ольга Голубинская.

По словам Голубинской, самым распространенным симптомом заражения штаммом коронавируса «омикрон» врачи называют продолжительный насморк. Но, помимо этого, пациенты часто жалуются на головную боль. У пациентов с COVID-19 это ощущение имеет свои особенности.

«Не только при «омикроне», но и при любом другом штамме коронавируса есть головная боль. Дело в том, что вирус частично проникает через гематоэнцефалический барьер. Там он может вызвать отек, и возникнет гипертензионная головная боль. Она отличается от мигрени, потому что такая головная боль (при «омикроне». — Прим.) больше сжимает всю голову, а не одну сторону», — пояснила Ольга Голубинская. Снять «сдавливающую» головную боль, вызванную «омикроном», можно с помощью довольно простых средств, отметила врач.

«При головной боли следует соблюдать покой, никуда ходить не надо, если голову тяжело поднять. При этом надо больше пить воды, принять анальгетики и витамин С. Можно еще прохладную повязку завязать на голову. Если это действительно вирус, то следует обратиться к врачу и лечиться соответствующим образом», — посоветовала Голубинская. Снизить риск возникновения головной боли в результате заражения «омикроном» можно с помощью вакцинации. Вероятность заболеть COVID-19 у привитого человека значительно ниже, чем у непривитого.

Источники: Informbura.kz

РЕЦЕПТ НЕДЕЛИ

Найден идеальный суп для капризных внуков с плохим аппетитом

Сегодня я расскажу, как готовить простой куриный суп, который будут есть и дети, и взрослые. Главное, что готовить такой суп довольно просто. А прелесть его заключается в том, что ни один из членов семьи не станет отказываться от вкусного блюда. Секрет в том, что суп каждый член семьи собирает в собственной тарелке. Как? Сейчас расскажу.

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 500 г куриного мяса
- 300 г картофеля
- 200 г моркови
- 100 г репчатого лука
- 100 г макарон
- 1 лавровый лист
- перец горошком
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Курицу залей чистой водой и отвари бульон. Вариться мясо должно 2 часа. Помни, что первый бульон употреблять нельзя, его надо слить через 20 минут и залить чистой водой. Добавь в кастрюлю 1 луковицу, перец горошком и лавровый лист.



Пока бульон варится, почисти морковь и картофель. Затем разрежь овощи на большие куски или брось в бульон через 1 час. Добавь воды в кастрюлю. Вари бульон с овощами еще час. Чтобы суп был вкуснее, туда можно добавить стручковую фасоль, кукурузу или зеленый горошек, брокколи. Но важно потом вынуть все овощи из бульона. Вынь готовые овощи из бульона и отвари макароны в нём. Можно отварить рис или пшено. Теперь надо процедить бульон, а овощи, мясо и макароны разложить в отдельные тарелки. Подавай горячий бульон. Теперь те, кто не любит овощи, могут отдельно составить свой идеальный суп.



Бульон получается наваристым и вкусным, а овощи даже вкуснее, когда они отварены целиком. Чтобы маленьких детей заинтересовать полезной морковкой, можно сырую морковь разделить на две части, а нижнюю разрезать вдоль на несколько частей. Когда морковь сварится, получатся симпатичные осьминоги. Приятного аппетита.



Замачиваю перловку вечером, чтобы утром подать кашу с солеными огурцами

Историк русской кухни Вильям Похлебкин с сожалением писал, что с перловкой мы в основном встречаемся лишь в супах, где она одиноко плавает, затерявшись среди картошки, морковки, лука и других овощей. Между тем «солдатская каша» вполне может удивить тебя своим отменным вкусом. Например, если добавить в нее соленые огурцы. А как приготовить перловку с солеными огурцами в мультиварке, ты узнаешь из нашей статьи.

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1 мультистакан перловой крупы
- 3,5 мультистакана теплой кипяченой воды для варки
- 1–2 моркови
- 2–4 соленых огурца
- 2–3 ст. л. растительного масла
- соль и черный молотый перец по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Промой крупу и замочи в литре воды на 6–12 часов. Очисти и нарежь лук так, как тебе нравится. Морковь и соленые огурцы натри на крупной терке. Залей в чашу мультиварки растительное масло. Включи режим «Жарка» на 20 минут. Выложи в мультиварку нарезанный лук. Обжаривай его, не закрывая крышку, примерно 5–6 минут, периодически помешивая, чтобы не пригорал. Отправь к луку морковь, перемешай и продолжай готовить.

Через 6–7 минут добавь к овощам натертые огурцы. Образовавшуюся в них жидкость можно не сливать. Обжаривай всё вместе еще 5 минут. В самом конце поперчи. Откинь на сито замоченную перловку. Затем высыпь ее в мультиварку. Залей горячей водой, перемешай, посол. При этом не забывай, что в блюде уже есть соленые огурцы. Напомним, что в одном мультистакане (идет в комплекте с мультиваркой), как правило, содержится 180 мл.

Закрой крышку мультиварки, выбери режим «Каша» и время 30 минут. Запусти аппарат в работу. После сигнала открой крышку и попробуй на вкус. Если не хватает соли, подсоли. Перемешай и оставь на подогреве минут на 10–15.

Разложи кашу по тарелкам, добавь в каждую кусочек сливочного масла. Такую кашу можно использовать как самостоятельное блюдо или подавать в качестве гарнира к мясу.

Приятного аппетита!



Супруг испек торт в два счета

Выпечка из домашнего творога – моя слабость. «Пока я валялась с температурой, супруг испек блинный торт в два счета. Крем в нём творожный, а сами блинчики шоколадные. Это удивительно вкусно!» – сказала мне коллега по телефону. Этот торт вдохновил и меня купить домашнего творога на рынке. В ближайшие выходные буду радовать домашних этим лакомством!

Сегодня поделимся инструкцией по приготовлению блинного торта с творожным кремом. Оторваться невозможно!

ИНГРЕДИЕНТЫ для БЛИНОВ

- 100 г муки
- 1,5 ст. л. какао
- 300 г молока
- 2 яйца
- 2 ст. л. растительного масла
- 30 г тростникового сахара
- щепотка соли

ИНГРЕДИЕНТЫ для КРЕМА

- 450 г творога
- 20 г сливочного масла
- 100 г молока
- 30 г кукурузного крахмала
- 1 яйцо
- 45 г тростникового сахара
- 2–3 г ванилина

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Для приготовления блинов в глубокую миску вбей яйца, добавь сахар и соль. Влей 100 граммов от общего количества молока. Взбей всё венчиком до однородности.



В отдельной емкости смешай муку с какао. Высыпь к жидкой смеси, а затем влей растительное масло. Перемешай, а затем влей оставшееся молоко. Снова перемешай.

На разогретой сковороде с растительным маслом выпекай блинчики с двух сторон до готовности. Перед каждым разом, когда ты будешь выпекать новый блинчик, нужно перемешивать тесто. Из этого количества ингредиентов выходит 15 блинчиков при диаметре сковороды 17 сантиметров.

Для приготовления крема в мисочку высыпь творог. Добавь яйцо и размягченное сливочное масло, влей молоко. Добавь сахар, ванилин и кукурузный крахмал. Взбей всё блендером до однородности.

Пересыпь крем в сотейник и поставь на огонь. Доведи крем до кипения, постоянно помешивая. Выключай огонь, когда крем загустеет.

По всей поверхности каждого блина распределяй горячий крем не очень толстым слоем. Сворачивай блины в трубочку. На тарелочку выкладывай 5 свернутых в трубочку блинов в ряд, смажь их кремом. Сверху, по типу кирпичной кладки, выкладывай еще 4 блина. Снова немного крема. Затем выкладывай еще 3 блина, смазывая кремом. Выкладывай 2 блина, затем крем, а завершает всё последний 15-й блин. Смажь верх и бока торта кремом.

Поставь торт в холодильник на 2–3 часа, чтоб пропитался. По желанию блинный торт можно присыпать какао и шоколадной стружкой.

Приятного аппетита!

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ



Забыла спрятать блины, а они высохли

Ответить на вопрос, почему блины сухие, довольно просто. В тонком приготовленном тесте заветрилась корочка, и поэтому теперь блин перестал быть вкусным и аппетитным. А еще, если при приготовлении добавить слишком много муки, блины и готовые будут выглядеть не очень. Что уж говорить о вкусе.

Что же делать, если блины уже стоят сухие? Например, ты их приготовил, всё сделал по рецепту, выложил стопкой на блюдо. А потом совершенно забыл о прошедшем времени. Приходишь на кухню и видишь стопку сухих блинов, есть их невозможно. Остается только выбросить?

Конечно же, нет. Блины вообще выбрасывать как-то рука не поднимается. Их же можно с фаршем, например, с творогом, джемом, рыбой в конце концов взять и употребить. Да даже с сахарной пудрой или вообще просто так. Но для этого нужно использовать свежие блины. Сухие неприятные на вкус и могут растрескаться в процессе.

Некоторые утверждают, что если закинуть лежалые блины в пароварку, то они снова смогут принять свой первоначальный вид. Во-первых, существует множество разных рецептов. И если для одного вида блинов подобные манипуляции и принесут какой-то толк, то для других видов это может вылиться в то, что они попросту развалятся в руках или потеряют во вкусе, станут водянистыми.

Следовательно, этот вариант мы отвергаем. Но не полностью. В приготовлении большинства блинов мы используем молочные продукты. Это, можно сказать, основа. Вот мы и будем ее улучшать. Для этого будем распаривать блины не в агрессивной пароварке, а в обычной сковороде. Вместо воды возьмем молоко. А для верности каждый блин смажем тонким слоем сливочного масла. Это придаст блинчикам нужный вкус и умеренно их увлажнит.

Всё, теперь можно добавлять любимые начинки и подавать блины на стол. Только не надо в процессе использовать микроволновую печь. Принцип ее работы отличается от газовой или электрической плиты. Микроволны могут сделать еще хуже, убрав из блюда и так недостающую влагу. Времени не сэкономит, а проблем подбросит. Удачи в поисках и приятного тебе аппетита!



ОРГАНИЗАЦИЯ ПРИМЕТ НА РАБОТУ в г. Уральск:
 • Водителей на автомашину Камаз
 Справки по тел.: 8701 757 15 17

УСЛУГИ

МЕБЕЛЬНЫЕ
 "МУЖ НА ЧАС" - ремонт и сборка мебели, замена замков и так далее. Тел.: 8 (7112) 34-19-96, 8-707-815-19-15, 8-708-434-19-96

Ремонт и дизайн диванов, кресел, стульев, матрасов, кухонных уголков. Тел.: 8 (7112) 34-19-96, 8-707-815-19-15, 8-708-434-19-96.

ЕСТЬ РАБОТА
 Организации требуются на постоянную работу газозлектросварщик, водитель на грузовой автотранспорт и механизаторы. Оплата по договоренности. Тел.: 8-777-511-69-75, 8-705-504-10-24.

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

513 598

ФИЛВОРДЫ

Суть головоломки проста, и это ее главное достоинство. От пользователя требуется найти все спрятанные на поле слова, следуя подсказкам. Подсказки помогут определить направление чтения – справа налево или наоборот, ломанные или прямые линии, написание по диагонали. Отвлекать от прохождения игры будет яркий фон и хаотичное расположение букв.

Е	В	О	П	Я	А	Н	Н	Е	М
Л	О	К	Р	Е	М	З	И	Е	▲
И	Р	Т	И	А	Н	▲	З	▲	П
Т	О	▲	К	Ц	И	Т	И	П	▲
▲	С	В	▲	А	Г	А	Ж	А	Н
Р	Т	И	Н	К	С	З	▲	▲	Т
▲	▲	О	Т	Б	▲	Г	▲	О	Я
С	С	▲	Ш	А	Н	Д	М	Т	С
И	В	Н	И	Б	Т	▲	О	Т	А
Р	▲	А	Ц	▲	Ё	Т	А	▲	Н

Слова, скрытые в филворде:

Слова, скрытые в филворде:

ОТВЕТЫ

Слова, скрытые в филворде:

СКАНВОРД

Комнатная собака	Комплекс для бегов и скачек	Хищник семейства кошачьих	Рыбачья снасть	Крупный японский город	Мыс на северо-западе Австралии
→		Скромный фурор	→		
Большое помещение	Движение на колёсах		Квартет + квартет	Не мужик, а кусок старой ткани!	Секретное хранилище
→				↓	↓
Центр древней эгейской культуры	Порода собак				
→		Часть тела	Нянька на Руси	Единица деления земли в ряде стран	
Одноклеточное существо	Водка с пивом	Пробка для обработки раны			
→			Серебряная монета колоний Золотой Берег		
Гимнастические тапочки	Правая рука атамана	Основоположник зоопсихологии			
→			Судовой колокол	Знак, обозначающий звук	Карлик среди буйволов
Путеводный свет для кораблей	Центр мишени	Переносное жилище на Севере			
→			Род морского рака	Заметьте ума	Сын сына или дочери
Отделка, обстановка, внешний вид					
→		Богиня луны и охоты			
Плоская вершина в Крыму	ЧП в горах			Кудрявая часть дерева	У якутов злые духи
→		Тупая сторона острого орудия	В неё всё канет	Гора в шведской Лапландии	
Часть лампы накаливания	Огневая позиция в поле				
→				Морское деревянное судно	Ненужная мелочь
Крупный город в Японии				Атрибут ходячей смерти	
→					
Большой период времени	Зверёк, косящий под крякву				
→				Напускает колдунья	

Бизнесмена осудили за уклонение от уплаты 1,6 млрд тенге налогов

Аманжолу Конееву назначили наказание в виде лишения свободы сроком на пять лет.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

14 февраля в Уральском городском суде огласили приговор в отношении **директора строительных фирм ТОО "Марасант" и ТОО "Бірлік" Аманжолу Конееву.**

Из материалов дела следует, что Аманжол Конеев, являясь руководителем двух ТОО, уклонился от уплаты налогов в бюджет путём внесения в декларацию заведомо искажённых данных о доходах и расходах, с использованием счетов-фактур без фактического выполнения работ.

В соответствии с заключением судебно-экономической экспертизы общая сумма НДС (налог на добавленную стоимость) и КПП (корпоративный подоходный налог) за 2015–2017 годы, подлежащая уплате в бюджет по взаиморасчетам ТОО "Марасант" с поставщиками ТОО Universal Sara и ТОО "KZ Астана-Курлыс XXI", составила более 1,2 миллиардов тенге. Из них НДС – 422 миллиона тенге, КПП – 704 миллиона тенге. Кроме того, согласно заключению судебно-экономической экс-

пертизы, общая сумма НДС и КПП за 2017–2018 годы, подлежащая к уплате в бюджет по взаиморасчетам ТОО "Бірлік" с поставщиками ТОО Universal Sara, ТОО WestForce, ТОО "Аласат" и ТОО "МеталлКомплектСервис", составила 539 миллионов тенге, из них НДС – 202 миллиона тенге, КПП – 337 миллионов тенге, – сообщили в областном суде.

Государственный обвинитель попросил суд назначить наказание в виде шести лет и восьми месяцев лишения свободы в учреждении средней безопасности.

Приговором Уральского городского суда Аманжол Конеев признан виновным по статье 190 УК РК "Мошенничество" и оправдан за отсутствием в его действиях состава уголовного правонарушения. Однако по статье 245 УК РК "Уклонение от уплаты налогов в особо крупном размере" предпринимателя всё же признали виновным. Ему назначено наказание в виде пяти лет лишения свободы с отбыванием наказания в учреждении уголовно-исполнительной системы минимальной безопасно-



сти. При этом в связи с амнистией осуждённому сократили срок на один год. Кроме этого Аманжолу Конееву запретили занимать руководящие должности в коммерческих организациях сроком на три года.

Гражданский иск прокуратуры ЗКО удовлетворён, с Аманжолу Конеева

звзысканы в доход государства 1,6 миллиардов тенге и государственная пошлина по иску в размере 50 миллионов тенге, – заключили в областном суде.

Между тем брат осужденного Каиргали Конеев заявил, что они не согласны с таким решением суда и намерены его обжаловать.

Мы полностью доказали, что всё было сфальсифицировано, акт нахождения налогоплательщика они провели так, будто его не было в регистрации. Сделали так, будто у моего брата была "фирма-однодневка". По делу есть грубейшие нарушения. Было несколько налоговых про-

верок, результаты которых не были отменены. Тогда проверка ничего не нашла. Мы в любом случае будем оспаривать приговор, – говорит Каиргали Конеев.

По словам мужчины, здоровье Аманжолу Конеева в следственном изоляторе резко ухудшилось. У мужчины диагностирован туберкулез, полиартрит и подагра.

Человек, который ходил на своих ногах, был успешным бизнесменом, руководил одной из крупных строительных компаний, сейчас находится в беспомощном состоянии и не может передвигаться без костылей. Кому это надо было – непонятно, – заключил Каиргали Конеев.

Адвокат осуждённого Загир Вагапов также заявил, что не согласен с вердиктом суда.

Очень много вопросов по законности осуждения по уклонению от уплаты налогов, поскольку там очень много нарушений, на которые мы указывали. Мы в данный момент ждём окончательный приговор, чтобы посмотреть мотивировочную часть, в последующем будем обжаловать в суд второй инстанции. Думается, осуждение Конеева был вопросом политическим, поскольку в случае его полного оправдания полетят головы должностных лиц не в одном правоохранительном органе, – отметил Загир Вагапов.

Приговор суда не вступил в законную силу и может быть обжалован.

Фото из архива «МГ»

Из тысячи домов только 24 создали ОСИ

Всего в областном центре 1 248 многоэтажных домов.

КРИСТИНА КОБИНА

По словам заместителя акима Уральска Мираса Мулкая, сейчас в 24 домах созданы объединения собственников имущества (ОСИ), в 707 домах – простые товарищества (ПТ). 374 дома по-прежнему обслуживают кооперативы собственников квартир (КСК). В 143 домах вовсе отсутствуют формы управления.

С первого июля 2022 года форма собственности КСК прекратит свою деятельность. Стоит отметить, что в КСК имелся один счёт, на который поступали деньги от жильцов, и их могли потратить на ремонт любого дома, состоящего в этой форме собственности. В ОСИ и ПТ будет по-другому: будут открыты счета для каждого дома, при этом жильцы выступают заказчиками и принимают работу само-

стоятельно, могут внести коррективы и вести полный контроль за расходованием денег, которые они платили, – пояснили Мирас Мулкая.

Заместитель градоначальника отметил, что при переходе на новую форму собственности жителей всегда интересует, кто будет председателем и кто будет ходить в составе совета дома.

Также Мирас Мулкая сообщил, что в городе планируется создать ассоциацию ОСИ.

Эти условия обязатель-

ны. Главный принцип перехода в ОСИ и ПТ – это активность жителей, которая, как показывает практика – низкая. Те, кто до первого июля не поменяет форму собственности, будут без органа управления. Никто обслуживать дом не будет. И если возникнут какие-либо работы по содержанию и ремонту, либо по подготовке к отопительному сезону, опрессовке сетей – возникнут проблемы. В помощь новым создаваемым органам управления был создан центр ОСИ и ПТ, которые дают рекомендации, советы, – пояснил он.

Также Мирас Мулкая сообщил, что в городе планируется создать ассоциацию ОСИ.

МОЙГОРОД

УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Собственник: ТОО «Медиаарт 2012», Свидетельство о постановке на учет ПИИ №126391 от 26.03.2012 г., выдано Министерством культуры и информации РК.

Газета выходит еженедельно, в среду.

Тираж данного выпуска: 2 700 экз.

Директор: Тулисова О. М.

Главный редактор: Кайнеденова А. Б.
Шеф-редактор: Махметов М. Б.
Ответственный секретарь: Сомов А. И.

Дизайн и верстка: Имангалиев Т.

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

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

Адрес редакции: ул. Д. Нурпеисовой, 12/1, офис №102.
Редакция: 51–39–97.
Редакционный отдел: 51–35–98.
Факс: 50–06–78.
e-mail: mg_500678@mail.ru

Газета отпечатана в ТОО «Полиграфсервис». Адрес типографии: г. Уральск, ул. Л. Толстого, 27/6. Тел.: 50–51–46.

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

Материалы, опубликованные со знаком R, а также под рубриками «Новости компании» и «Бизнес» носят рекламный характер. Ответственность за достоверность и содержание рекламных несут рекламодатели. Передача газетных материалов полностью или частично без письменного разрешения редакции запрещена. Редакция не публикует, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы.