



mgorod.kz2022
**«МОЙ ГОРОД»
В ТИК-ТОК**
Подписывайся и узнавай о событиях первым.

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

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

Лицензия KZ33LAA00005815 от 29.09.2015 г. выдана Департаментом по контролю в сфере образования ЭКО.

Международный колледж Цифровых Технологий, Архитектуры и Права

ПРИГЛАШАЕТ ВЫПУСКНИКОВ 9-11 КЛАССОВ НА ОБУЧЕНИЕ ПО ГОСУДАРСТВЕННОМУ ЗАКАЗУ С ТРУДОУСТРОЙСТВОМ (ГРАНТЫ, СТИПЕНДИИ).

- Обучение проводится с привлечением зарубежных специалистов.
- Бесплатное обучение в автошколе.
- Вступительный конкурс по среднему баллу аттестата.

Новые Технологии в новой Казахстане!

Колледж готовит высококвалифицированных специалистов по востребованным профессиям на рынке труда:

- 05220200 Охрана и рациональное использование природных ресурсов (по отраслям)
- 4505220203 Техник-технолог
- 07880100 Стандартизация, метрология и сертификация (по отраслям)
- 4507880101 Техник по стандартизации
- 07320700 Строительство и эксплуатация автомобильных дорог и аэродромов
- 4507320703 Техник-строитель
- 07320100 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений
- 4507320106 Техник-строитель
- 04120100 Банковское и страховое дело
- 4504120103 Менеджер по банковским операциям
- 0210300 Графический и мультимедийный дизайн
- 450210304 Графический дизайнер
- 02310100 Переводческое дело (по видам)
- 4502310101 Переводчик
- 04210100 Правоведение
- 4504210101 Юрист
- 01140800 Профессиональное обучение (по отраслям)
- 4501140801 Мастер производственного обучения, техник (всех наименований)

ГРАНТЫ! ГРАНТЫ! ГРАНТЫ!
по следующим специальностям после 9 класса, с казахским языком обучения:

- 06130100 Программное обеспечение (по видам)
- 4506130103 Разработчик программного обеспечения
- 4506130305 Техник информационных систем
- 07140900 Радиотехника, электроника и телекоммуникации
- 4507140902 Техник телекоммуникационных систем связи
- 04130100 Менеджмент (по отраслям и областям примерения)
- 4504130101 Менеджер
- 0410100 Учет и аудит
- 4504101002 Бухгалтер

Мы ЖДЕМ ВАС: г. Уральск, ул. М. Мамбетовой, 81/2. Тел.: 8(7112) 54-67-77, 50-66-66, 8 701 650 62 43, 8 771 434 07 45.

СТР. 3

ЭЛЕКТРОЭНЕРГИЯ И ТЕПЛО ПОДДОРОЖАЮТ?

Частный детский сад принимает детей от 2 до 5 лет.

Адрес: ул. М. Мамбетовой, 85/3
Приходите, ждем вас!

«Айяна»

8 775 116 51 82

ЖКе бағалықтары 2-5 жас аралығындағы бүлдіршіндері қабылдайды.

ЖКке жайылы: М. Мамбетовты көшесі, 85/3
Келіңіздер, күтеміз!

Лицензия №13009350 от 07.06.2013г. выдана Комитетом строительства и ЖКХ РК.

«ОРТАЛЫҚ» ЖАҢА ТҰРҒЫН ҮЙ КЕШЕНІ

ҮЙ ТАПСЫРЫЛДЫ

- Сыйлыққа қосалқы үй-жай
- 3 метрлік төбелер
- Күзетілетін аумақ
- Бейнебақылау
- Меншікті ПИК
- Меншікті қазандық

- Балалар алаңы
- Велосипедтерге арналған тұрақ орындары
- Дыбыс оқшаулағышы жоғары терезелер
- Автокөліктерге арналған тұрақ
- АҚШ-тың "OTIS" фирмасының лифтілері
- Спорт алаңы

г. УРАЛЬСК, КВ. ОЖАҚТЫҒЫН 4/1 | ЖӘК_ОРТАЛЫҚ | 51-51-29 | +7 777 195 82 77 | +7 777 747 60 04

ТОО "WORLD GREEN COMPANY" Желаяевская трасса (в сторону РТС, возле фирмы «Родники») +7 776 941 10 11; 8 705 790 13 61

ПРИМЕТ НА РАБОТУ ОПЕРАТОРОВ - РАБОЧИХ
3/л от 120000 тг.и выше. График работы 6/л, режим с 08.00 до 17.00 ч.
УБОРЩИЦЫ - 3/л от 90000 тг. и выше. График работы- 2/2 режим с 08.00 до 17.00 ч.
Работа круглогодичная. Питание и развозка предоставляются БЕСПЛАТНО.

ВАКАНСИИ

- Бухгалтер
- Оператор кассир
- Тракторист
- Экскаваторщик
- Охранник
- Электрик
- Водитель легкового автомобиля

☎ 28 38 19; 8 771 032 00 05

ТОО «Западно-Казakhstanская промышленная компания»

КЕРАМЗИТОБЛОК

- Качественный
- Пропаренный

БРУСЧАТКИ

- Большой выбор

ФОНТАНЫ

ВАЗОНЫ

БАЛЯСИНЫ

ЕВРОЗАБОРЫ

Уральск, ул. Ружейникова, 11/2 | тел.: +7 776 292 52 52 | @mdecorkz

Кристина КОБИНА

В палатках и сараях живут сельчане, оставшиеся без жилья из-за паводков

В посёлке Шалгын Каратобинского района идёт строительство домов и школы.

Весна этого года принесла неприятные сюрпризы для жителей районов ЗКО. С разных уголков области в редакцию поступали ужасающие видеоклады с затопленными домами и улицами. Спасатели эвакуировали людей, погиб скот, сельчане остались без крова.

28 марта стало известно, что талые воды разрушили корпус сельской школы в селе Шалгын Каратобинского района. Жертв и пострадавших, к счастью, удалось избежать. Спустя день вода затопила дома и жителей пришлось эвакуировать в соседнее село Коскол. Первого апреля в Каратобинском и Шынгылауском районах был объявлен режим ЧС, через пару дней ситуация стабилизировалась. После прихода большой воды, власти оценили ущерб в 1,6 млрд тенге.

Позже было принято решение в селе Шалгын построить 23 новых дома и школу на 60 мест.

ЖИВЕМ В САРАЕ, ПИТАЕМСЯ В ПАЛАТКАХ

19 августа мы побывали в Шалгыне, поговорили с местными жителями и увидели, как живут сельчане, оставшиеся без крова.

Вообще строители работают, но материалы не привозят, наверняка как-то задержка. И что они будут делать без стройматериалов? На улице жара, они просто будут сидеть. Сейчас в семи домах возводят стены. В начале сентября ожидаются дожди и для нас этот период будет сложным. До сих пор на домах нет крыши, лишь только стены. Мы требуем, чтобы нам побыстрее построили дома. Власти обещают завершить строительство до конца октября. Но мы считаем, что это затянется.

Сейчас я живу в сарае вместе с коровами. С одной стороны животные, с другой стороны люди. Мухи не дают покоя. Нам выдали палатки, там мы только пьем по утрам чай. Днём кушаем на улице, и прячемся в тени, потому что в палатке настолько душно, что невозможно в ней находиться, — рассказала жительница села Шалгын Умит Бекжанова.

Женщина показала, как выглядит её сарай. Там же семья готовит еду на плите, которая работает от газовых баллонов.

Ещё один сельчанин Садык Муканбеяров отметил, что весной всем пострадавшим от паводка выдали палатки, но при этом взяли с них расписку, где при порче выданного имущества они должны будут возместить ущерб в размере полумиллиона тенге.

В палатках в жаркую погоду — жарко, в холодную погоду — холодно. Там мы жили один месяц, потом переехали в сарай. Наше жильё затопило 31 марта. Сейчас просим быстрее построить дома. Есть супруга, но она очень сильно болеет, у нее проблемы с сердцем и это беспокоит меня, — сказал Садык Муканбеяров.

ЛУЧШЕ БЫ ДЕНЬГИ ОТДАЛИ НА РУКИ

Житель села Шалгын Мереке Шадиар так же возмущен тем, что все деньги в семье уходят на строительство сарая, в котором они сейчас живут.

Прошло четыре месяца, лето заканчивается, а деньги никак не могут выделить. Приезжал аким области Гали Искалиев, видел всю ситуацию. На дворе XXI век, независимая страна. Что за государство, которое не может построить 23 дома за лето? Ущерб нашего дома оценили в 1,7 миллиона тенге, просто нужно было выдать средства и мы сами бы всё построили. Мы живем на месте, где разрушился наш дом. До сих пор не закончили строительство сарая, все деньги уходят туда. Бригада приехала, работают, но им ещё не перечислили денег. Куда смотрит наше государство? Завтра начнутся дожди, что мы будем делать? — задаётся вопросами Мереке Шадиар.

Учитель казахского языка и литературы основной средней школы в селе Шалгын Айнура Муканова вспоминает, как они пережили паводок. За одну ночь они переоборудовали Дом культуры и продолжили обучение учеников.

Когда разрушилась школа, за один день мы переоборудовали для учебного процесса Дом культуры. У нас насчитывается в школе 20 учителей и 16 человек младшего техперсонала. В школе 41 ученик, обучение только до девятого класса, — пояснила Айнура Муканова.



Началось строительство 23 домов. Подрядчик ТОО «Жиенбай». В настоящее время застройщик это делает за свои деньги. 27 июля аким ЗКО Гали Искалиев приехал в посёлок, разговаривал с подрядчиками, встретился с населением. Застройщики обещают сдать объекты вовремя. Дома построят до конца октября, а школу до конца этого года. На данный момент 30% финансирования на строительство школы выделено. На строительство домов должны выделить деньги из фонда «Казахстан халкына». В настоящее время шесть домов

полностью построены, ещё два дома вот-вот закончат. Для 17 домов залили фундамент. Все материалы для строительства завезены, все работают. Конечно, жители переживают, что скоро холода, а дома не достроены. Я думаю, всё решится. Мы всё контролируем, — сказал глава района.

Он отметил, что стоимость строительства школы составит 700 миллионов тенге. На строительство каждого дома выделят 24 миллиона тенге, общая сумма составит около 570 миллионов тенге.

ДО НОЯБРЯ ДОМА БУДУТ ГОТОВЫ

Аким Каратобинского района Кадыржан Суйеугалиев заверил, что в селе Шалгын строительство идёт полным ходом и застройщик это делает на

Фото Медема МЕДРЕСОВА

Электроэнергия может подорожать вдвое

ТОО «ЗапКазРЭК» попросило повысить тариф на электричество на 100%, АО «Жайыктеплоэнерго» — на 51%.

Арайлым УСЕРБАЕВА

В начале года в стране ввели мораторий на повышение тарифов на коммунальные услуги для населения на 180 дней. Первого июля этот срок истёк и субъекты естественных монополий уже начали подавать заявки на утверждение новых тарифов.

Так, на рассмотрении департамента комитета по регулированию естественных монополий по ЗКО находится две заявки на утверждение новых тарифов — от АО «Жайыктеплоэнерго» и ТОО «ЗапКазРЭК».

ТОО «ЗапКазРЭК» занимается передачей и распределением электрической энергии. До сегодняшнего дня действовал тариф в размере 6,18 тенге за кВт без НДС, предприятие просит утвердить тариф в размере 12,56 тенге без НДС. АО «Жайыктеплоэнерго» предоставляет услуги по производству, передаче, распределению и снабжению тепловой энергии. Среднеотпускной тариф составляет 4 766,64 тенге/Гкал без НДС. По проекту предприятие просит утвердить тариф в размере 7 225,44 тенге/Гкал без НДС, — сообщили в ДКРЕМ по ЗКО.

Генеральный директор АО «Жайыктеплоэнерго» Куат МУСИН пояснил, что действующий тариф был

утверждён в 2016 году. По закону предприятие имеет право подавать заявку на утверждение нового тарифа не чаще одного раза в пять лет. Однако в прошлом году из-за пандемии заявку они не подавали, а в начале этого года был введён мораторий.

Прошло шесть лет, и мы вынуждены просить утверждение нового тарифа. За это время подорожало всё, и при старом тарифе мы сможем отремонтировать лишь три километра тепловых сетей, а это очень мало. Изношенность составляет 51%, в этом году мы планируем капитально отремонтировать 5,8 километров. С 18 августа будем проводить технические испытания. Да, мы подали заявку, каждый её пункт будет внимательно изучать сотрудники ДКРЕМ по ЗКО. Вряд ли нам утвердят тот тариф, который мы просим, — отметил Куат Мусин.

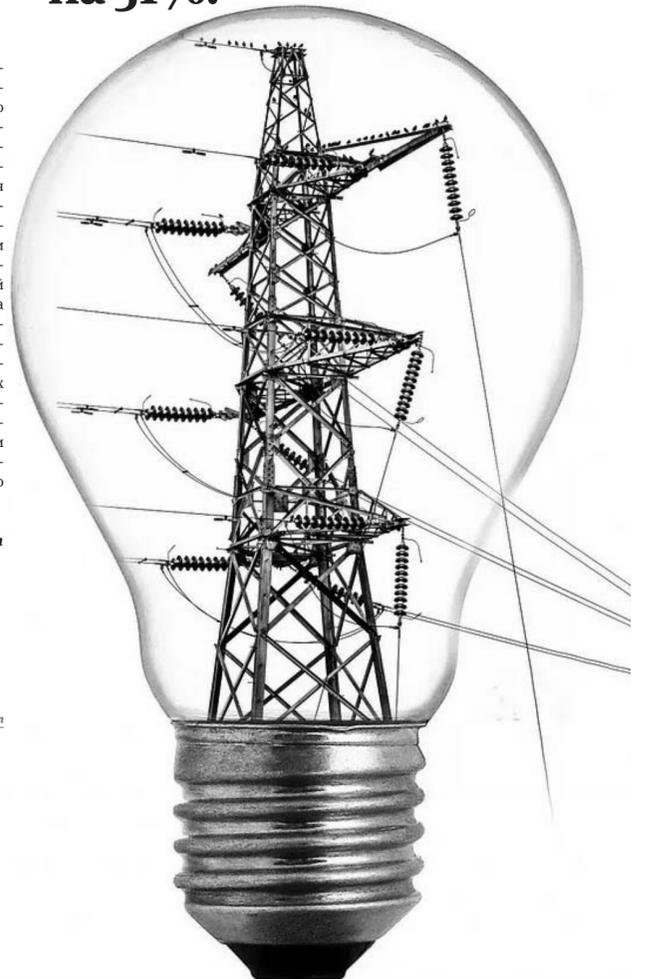
Вместе с тем стикер подчеркнул, что долг населения превысил 500 миллионов тенге.

В ТОО «ЗапКазРЭК» от комментариев отказались. К слову, предприятие оказывает услуги по передаче и распределению электрической энергии от

производителя до населённого пункта. Электричество непосредственно до абонентов в ЗКО поставляют ТОО «БатысЭнерго-Ресурс». С первого сентября в области вводится пилотный проект по сокращению дифференцированных тарифов на услуги электроснабжения и оказания адресной жилищной помощи от государства на оплату коммунальных услуг для социально уязвимых слоёв населения. Новшество внедряется в трёх регионах — Алматы, Западно-Казахстанской и Костанайской областях. Другими словами, тариф на электроэнергию повысится только для населения.

Между тем утвердятся ли монополистам заявленные тарифы, будет известно позже. Новые тарифы вступят в законную силу с первого января 2022 года.

Фото с сайта pixabay.com



Какие продукты подорожали больше всего

Рекордсменами по подорожанию можно смело назвать лук, сахар и морковь.

Арайлым УСЕРБАЕВА

Ни для кого не секрет, что в этом году повысились цены практически на все продукты, товары и услуги. Исключением даже не стали 19

наименований социально значимых продуктов питания.

По информации исполняющего обязанности заместителя руководителя управления предпринимательства и индустриально-инновационного

развития ЗКО Бауыржана Саткалиева, наибольший прирост составил на лук, сахар, морковь, крупную гречневую и масло сливочное. А вот капуста и куриное яйцо, напротив, упало в цене. Если в начале года килограмм

капусты стоил 123 тенге, то сейчас она стоит 88 тенге. Десятку куриных яиц в начале года продавали по 364 тенге, а сейчас — 335 тенге.

При этом в ведомстве подчеркнули, что рост цен на данную продук-

цию наблюдается во всех регионах республики.

По соблюдению торговой надбавки с начала года поступило 13 жалоб. По всем проведенным проверкам шести субъектам предпринимательства наложено админи-

стративное взыскание в виде «предупреждения». По остальным семи субъектам правонарушений не выявлено.

РАСПИСАНИЕ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 23 ПО 29 АВГУСТА

Дата / Время	0	3	6	9	12	15	18	21
23 августа Вт	2	2	2	2	1	2	3	3
24 августа Ср	2	2	1	1	2	2	2	2
25 августа Чт	2	2	2	2	2	2	2	2
26 августа Пт	2	2	2	2	2	2	2	2
27 августа Сб	2	2	2	2	2	2	3	3
28 августа Вс	3	3	3	3	3	3	3	3
29 августа Пн	3	3	3	3	3	3	3	3

- 1 Нет заметных возмущений
- 2 Небольшое возмущение
- 3 Слабая геомагнитная буря
- 4 Малая геомагнитная буря
- 5 Умеренная геомагнитная буря
- 6 Сильная геомагнитная буря
- 7 Жесткая геомагнитная буря
- 8 Экстремальная буря

ПОГОДА В УРАЛЬСКЕ С 24 ПО 30 АВГУСТА

СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК
24.08	25.08	26.08	27.08	28.08	29.08	30.08
днем +33°	днем +33°	днем +35°	днем +36°	днем +34°	днем +34°	днем +34°
ночью +22°	ночью +20°	ночью +21°	ночью +22°	ночью +22°	ночью +22°	ночью +22°

ВСЁ ЛУЧШЕЕ ЧАСТНИКАМ?

В Уральске родители учеников государственной художественной школы требуют оставить их в здании, где открыли частную школу. В здании по адресу Некрасова 16/1 сейчас обучаются и ученики художественной школы имени Сакена Гумарова, и ученики частной республиканской физико-математической школы. При этом ежегодно количество обучаемых в частной школе увеличивается, а власти решают этот вопрос с помощью переселения художественной школы в другое здание.



Кристина Кобина

22 августа в здании художественной школы состоялось собрание, куда пришли более полсотни родителей, а также учителя. Все они требовали, чтобы их оставили обучаться в этом здании и не выселяли в очередной раз.

За последние пять лет мы меняем пятое или шестое здание. Наше представление, как о художественной школе ломается тем, что нет своего здания. Мы постоянно в переездах. Сейчас мы обучаем детей в этой школе. Это храм искусства, нашей радости нет предела. И снова стал вопрос переселить нас, потому что частная физико-математическая школа расширяется и мы должны предоставить ей площадь. Это частная школа, которая основалась в Нурсултане и они, приезжая из другого города, занимают государственное здание, хотя у них есть деньги на строительство или съём зданий.

Им, наверное, так удобно.. Наша школа является членом междуна-

родной организации ЮНЕСКО, – пояснила преподаватель детской художественной школы имени Сакена Гумарова Гульмира Куспанова.

Родители и учителя говорят, что детская художественная школа имеет право существовать, так как она единственная в ЗКО и является государственной. Оплата за занятия в месяц составляет 1 000 тенге с ученика, таких цен уже не существует по всей стране. В ней обучается около тысячи детей.

У нас учатся одарённые таланты и очень обидно, что такие дети практически никому не нужны. Обучение в художественной школе длится четыре года и затем они получают государственную диплом государственной школы. Они получают фундамент для поступления в высшие учебные заведения. Это скульпторы, архитекторы, дизайнеры, фотографы, модельеры, – сказала Гульмира Куспанова.

Родители задаются вопросом, почему у детей отнимают право заниматься в нормальных условиях, тем более выпускники становятся успешными и известны по всему миру.

– Пусть частная математическая школа берёт землю и строится, за каждо-

Все говорили, что некоторые дети занимаются в художественной школе по назначению врачей, при этом абсолютно все ученики посещают занятия по собственному желанию.

– Не надо нам ничего другого. Наши дети вдохновляются тут, – отмечают родители.

Также родители были возмущены бездействием сотрудников управления образования области.

– Почему вы свое здание не отдаёте для частной школы, – задавали вопрос родители.

Председатель Западно-Казахстанского филиала народной партии «Казахстан» Борис ЛАВРЕНТЬЕВ рассказал, что по обращению родителей они отправили письмо в Антиторреспондентскую службу, в прокуратуру области и департамент санитарно-эпидемиологического контроля для

она отмечают, что проблем в их школе и так предостаточно, не хватает финансирования – приходится обращаться к бизнесменам и предпринимателям области, которые покупают им мольберты.

– Нас футболист из здания в здании с 1979 года, – заявила Алия Базарбаева.

Между тем родителям и учителям предлагают альтернативное здание, там где раньше была расположена СОШ ГЭН или вечерняя школа. Но на эти варианты они не согласны.

Родители один за другим выступали на собрании и высказывали своё мнение.

открытия проверки имени физико-математической школы. Так как частная школа незаконно занимает площадь с мая этого года.

– Почему идёт лоббирование интересов? Все знаем, что РФМШ является акционерным обществом и одним из учредителей АО НИИШ. Почему интересы компаний выше государственных интересов, – задал вопрос Лаврентьев.

Со слов заместителя руководителя управления образования ЗКО Светланы ТЕМИРГАЛИЕВОЙ, частная школа РФМШ открыта для загрузки трёхлетнего обучения в школах города.

– Здание этой школы предназначено для средне-общеобразовательных школ, есть спортивный

зал и так далее. Для переезда художественной школы рассматривалось пару вариантов, в старое здание СОШ ГЭН или в здание вечерней школы напротив торгового дома Достык, – сказала Светлана Темиргалиева.

На что все родители заявили, что их требования никто не слышит.

В заключение заместитель главного педагога области завершила, что пока дети художественной школы могут обучаться в здании школы имени С. Гумарова, но вопрос остаётся открытым.

■ Получить комментарий от руководства частной школы РФМШ по номеру +7777725297767 не удалось.

Фото Медета МЕДРЕСОВА



Родители один за другим выступали на собрании и высказывали своё мнение. Все говорили, что некоторые дети занимаются в художественной школе по назначению врачей, при этом абсолютно все ученики посещают занятия по собственному желанию.

Кристина Кобина

18 августа возле городского отдела образования собрались обеспокоенные мамы дошколят. Всё дело в том, что на днях в детских садах им сообщили, что дети, которым до конца этого исполнится шесть лет, должны отправиться в первый класс.

Сыну и дочери Светланы Бархатовой пятого октября исполнится шесть лет, они близнецы и посещают детский сад «Колобок». Женщина говорит, что её дети не готовы идти в первый класс, так как в прошлом году просидели на карантине, садик толком не посещали и даже не ходили в подготовительные курсы.

– В мае нам сказали, что мы в пять лет должны уйти из садика. Мы сказали, что не согласны, так как никакого закона нет. Чтобы детей более или менее подготовить к школе, мы хотели ещё на год остаться в старшей подготовительной группе детского сада. Мои дети к школе не готовы ни морально, ни психологически, да и я не готова за неделю их собрать в школу, – отметила Светлана.

Аналогичная проблема образовалась и у Тамары Манаповой, Евгения Погашикина, Светланы Сургановой. Их дети посещают детский сад «Жигер».

■ Получить комментарий от руководства частной школы РФМШ по номеру +7777725297767 не удалось.

Снова власть меняется?

Дети не готовы, это одно. Второе – не готовы мы, родители. Сейчас собрать одного ребёнка в школу – это всё равно, что свадьбу сыграть, денег нужно много. И готовиться к этому процессу нужно заранее. Я сейчас не могу бросить работу, поскольку занятия 3–4 часа, а куда дальше девать ребёнка, непонятно. Оставлять дома одного я боюсь, столько происшествий каждый день случается. Во-вторых, взять и сейчас просто выложить 150 тысяч тенге на одежду и канцтовары я тоже не могу, я не рассчитывала на такие траты в ближайшее время. К чему такая спешность? – говорит мама Анна.

■ Также родители возмущаются частыми изменениями в сфере образования.

– День рождения старшего сына 12 сентября. В 2017 году его не брали в первый класс, а он был и морально и физически развит и готов к школе. Я тогда обо-

Родители дошколят требуют оставить их детей в саду ещё на год

Они пришли в городской отдел образования, но там им ничего не смогли ответить.



ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ ГРУПП НЕТ

Главный эксперт управления дошкольного и специального образования министерства просвещения Гульнара ИСКАКОВА в телефонном разговоре с родителями отметила, что возрастные группы формируются к началу учебного года с учётом детей, которые достигли шестилетнего возраста на календарный год. Дети, рожденные с первого января по 31 декабря, относятся к одной возрастной группе.

– Раньше было иначе, дети, рожденные до первого сентября, сидели в одну возрастную группу. А те, кто был рождён позже, сидели в группе младше. Тогда многие родители возмущались, что их детей распределяли в группы младше. Сейчас дети будут учиться со своими сверстниками. Просто так отчислить вас из детского сада не могут, вам должны выдать уведомление. Мы разясним нашим коллегам из ЗКО этот стандарт, а они в свою очередь разяснят вам, – рассказала Гульнара Искакова.

Заместитель руководителя отдела образования Айтжан ДАУМОВА приня-

ла возмущённых родителей и отметила, что в садиках не существует подготовительных групп, вместо них в школах функционируют «нулевые» классы, а в первом классе оценки детям не выставляются.

– В 2017 году вышел приказ министра №564, согласно которому дети шести лет принимаются в первый класс. Все дети 2016 года идут в первый класс. По городу остались около 250 детей 2016 года, которые остались в садиках, остальные все идут в школу. Об этом мы предупреди-

ли ещё в январе. В старших группах остаются только те дети, которым в календарном году исполняется пять лет. Мы направили в министерство просвещения официальный запрос, ответ на ваше требование будет предоставлен в понедельник. Хотя в первый класс подготовка не требуется, – отметила Айтжан Даумова.

ВОПРОС ВОЗНИК ПО ВСЕЙ РЕСПУБЛИКЕ

Председатель ЗКОФ «Народная партия»

Борис ЛАВРЕНТЬЕВ говорит, что в этой ситуации детские сады тоже можно понять, так как они обязаны выполнять стандарт. В противном случае во время аттестации они рискуют её не пройти.

– Надо подождать понедельника, придет руководство управления и тогда картина будет более или менее ясна. На днях состоится августовская конференция и пленарное заседание, на котором будет рассматриваться эта проблема. Этот вопрос возник

по всей республике, – отметил Борис Лаврентьев.

К слову, эти дети в первый класс вряд ли попадут, так как приём заявок завершился ещё первого августа и все школы просто переполнены. В отделе образования пообещали, что дошколята будут определены в «нулевые» классы.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

Куда обратиться школьникам и родителям за помощью

Call-центр круглосуточно принимает жалобы от родителей и учеников в ЗКО

Кристина КОБИНА

Опытные специалисты помогут разобраться в ситуации, а также посодействуют в решении проблем. Как рассказала главный специалист отдела инклюзивного, специального образования и охраны прав детей управления образования ЗКО Саулеш Хамзина, уже не первый год они принимают звонки от жителей ЗКО по телефону горячей линии 1301 или по

номеру 8 (708) 435-04-63. – Обращения бывают абсолютно разными. К примеру, кто-то из родителей перепроверяет информацию, предоставленную в школе. Во время карантина было много звонков и просьб оставить онлайн обучение, сообщают о социальных проблемах. Этим летом бывало, что не работала база egov.kz, родители не могли «поймать» место в детский сад. С начала года нам поступило 20 звонков, из них два – от детей. Разглашать информа-

цию о звонках мы не имеем права. Но могу сказать, что работаем с каждым обратившимся. Наша цель не только выслушать их, но и помирить родителей и детей, воссоединить семьи, решить конфликты между учителями и учениками, – рассказала Саулеш Хамзина.

Стоит отметить, что в Уральске функционирует центр для детей, оказавшихся в тяжелой жизненной ситуации. Дети, у которых есть проблемы в семье могут обратиться в центр, и даже остаться там пожить на некоторое время.

■ К слову, также ученики могут написать Telegram-чат BALA QORGAU или позвонить по номеру доверия 8 (7172) 74-25-28.

ВЫГОДНЫЙ ОБМЕН
ОБМЕНЯЙ СТАРЫЕ УКРАШЕНИЯ НА НОВЫЕ

ТРК «ОРАЛ» 1 этаж Ювелирный салон ТОПАЗ
@topaz_zoloto_uralsk_ 8 705 804 65 18

КАСПИ RED Покупки в рассрочку 0%

В ТОО "КВАНТ" ТРЕБУЮТСЯ КАДРЫ:
Закройщица 3 человека
Учетчица 1 человек
Технолог 1 человек

В КХ ДОНГЕЛЕК
Вет.врач
Рыбаки с большим опытом работы

Район Зачаганск 8 771 032 00 05 8 777 288 46 33

УНИВЕРСИТЕТ **QAZIITU**

ГРАНТЫ Бакалавриат

Именные стипендии

Обучение в автошколе бесплатно (с получением водительского удостоверения)

Военная карьера

ТОП 14 ВУЗОВ РК

Лицензия KZ33LAA00005815 от 29.09.2015 г. выдана Департаментом по контролю в сфере образования ЗКО.

НАШИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ

- 6804105 МЕНЕДЖМЕНТ
- 6804106 ГОСУДАРСТВЕННАЯ СЛУЖБА И МЕСТНОЕ УПРАВЛЕНИЕ
- 6804107 ЭКОНОМИКА И БИЗНЕС
- 6804108 БУХГАЛТЕРСКИЙ УЧЕТ И АУДИТ
- 6804109 ОЦЕНКА
- 6804110 ФИНАНСЫ И КРЕДИТ
- 6804211 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ
- 6805212 ЭКОЛОГИЯ
- 6806113 ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ
- 6806114 ВЫЧИСЛИТЕЛЬНАЯ ТЕХНИКА И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
- 6806215 РАДИОТЕХНИКА, ЭЛЕКТРОНИКА И ТЕЛЕКОММУНИКАЦИИ
- 6807123 ТРАНСПОРТ, ТРАНСПОРТНАЯ ТЕХНИКА И ТЕХНОЛОГИИ
- 6807116 АВТОМАТИЗАЦИЯ И УПРАВЛЕНИЕ
- 6807122 ЭЛЕКТРОЭНЕРГЕТИКА
- 6807327 СТРОИТЕЛЬСТВО
- 6807317 ПРОИЗВОДСТВО СТРОИТЕЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ, ИЗДЕЛИЙ И КОНСТРУКЦИЙ
- 6807318 КАДАСТР
- 6807319 ЗЕМЛЕУСТРОЙСТВО
- 6807520 СТАНДАРТИЗАЦИЯ И СЕРТИФИКАЦИЯ (ПО ОТРАСЛЯМ)
- 6811221 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЗАЩИТА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ
- Магистратура
- 7M04225 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ
- 7M04129 ЭКОНОМИКА
- 7M06130 ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ



Сколько калорий можно после 40? 14 правил от врача для сохранения молодости

С возрастом у женщин замедляются обменные процессы, меняется гормональный фон, уровень физической активности. Поэтому даже тем, кто до 40 лет мог позволить себе не обращать внимания на ограничения в питании, стоит пересмотреть свои взгляды и скорректировать рацион и режим так, чтобы дольше сохранить молодость и привлекательный внешний вид.

Рассказывает врач кардиолог, терапевт, диетолог, научный сотрудник отделения персонализированной диетотерапии «ФИЦ питания и биотехнологии», кандидат медицинских наук Татьяна Феофанова:

«После 40 лет рекомендовано немного снизить калорийность рациона, чтобы не набирать массу тела, так как лишний вес – фактор риска, прежде всего сердечно-сосудистых заболеваний. Однако слишком низкокалорийные диеты (1000–1200 ккал) тоже не полезны. В среднем норма составляет примерно 1800 ккал. Однако это тоже не универсальная рекомендация, так как нужно еще учитывать индивидуальные особенности и уровень физической активности. Следите, чтобы каждый основной приём пищи (завтрак, обед, ужин) включал белковое блюдо – тогда не будет происходить потеря мышечной массы.

Снижение объема мышечной ткани отразится не только на физической активности, но и во внешнем виде. Белок необходим и растительного, и животного происхождения. Если вы готовите блюдо из мяса и хотите сделать его более диетическим и полезным, то весь видимый жир нужно удалять до приготовления. Включайте в рацион правильные жиры. Это, прежде всего, растительные масла. Используйте в том

числе нерафинированные. Ограничение – желчно-каменная болезнь. Употребление масла при наличии камней в желчном пузыре может спровоцировать обострение. Старайтесь ограничить количество сахара, в том числе скрытого. Как можно себя мотивировать? От избытка простых углеводов раньше могут проступать морщинки, кожа будет либо тонкой, либо наоборот – грубоватой и пористой, а овал лица – менее четким. Контролируйте количество соли. Норма – не более 5 г в день (чайная ложка без верха), включая соль во всех готовых продуктах. Избыток может приводить к повышению артериального давления, отекам, нарушениям водного обмена. Рекомендовано максимально ограничить в рационе колбасы, копчености, соленья, полуфабрикаты, соки с большим количеством соли. Лучше не солить пищу при готовке, а досаливать готовое блюдо. Так проще отследить количество соли, которое вы потребляете в сутки. Хорошая альтернатива соли – специи. В магазине выбирайте «чистые» специи, а не наборы для разных блюд – в них тоже может содержаться соль. Не отказывайтесь от молочных и кисломолочных продуктов, если нет непереносимости лактозы или аллергических реакций на белок коровьего молока. Ешьте рыбу не реже 2 раз в неделю. Помимо белка, рыба содержит полезные

полиненасыщенные жирные кислоты омега-3. Хороший выбор – скумбрия, сардина, сельдь, лосось и форель. Речная рыба более диетическая, морская содержит больше полиненасыщенных жирных кислот. Возьмите в привычку съедать в день не меньше 500 г овощей, фруктов и ягод. На самом деле, это не так уж немного. Сладкий перец, огурчик, помидор, яблоко и т. д. – в течение суток вы спокойно наберёте необходимые 500 г. Полезно вводить в рацион антиоксиданты. Например, белый чай, любые напитки, содержащие овощи и фрукты (соки, компоты, отвары, смузи). При условии, что нет противопоказаний. Помните, что приемом БАД нельзя заменить разнообразие в питании. Сначала должно быть сбалансированное разнообразное питание, а потом, если чего-то не хватает, по назначению врача можно добавлять БАД. Только в такой последовательности. Пейте негазированную воду. Пакетированные напитки лучше исключить. Норма – 1,5–2 л в день. Избыток может привести к

повышению артериального давления и нагрузке на почки. Сведите к минимуму жарку на масле с низкой точкой дымления – сливочном, рапсовом, льняном. Запекать продукты лучше после предварительного отваривания. Выберите для себя подходящую физическую нагрузку – 200–300 минут в неделю при умеренном уровне активности или 150 минут высокоинтенсивных нагрузок. Но тут важно обязательно учитывать переносимость нагрузок. Поможет посещение спортивного клуба – это могут быть занятия на растяжку (женщинам важно поддерживать эластичность и тонус мышц), танцы, бассейн (профилактика болезней позвоночника и вен нижних конечностей – таким образом, мы сохраняем красоту ног) и другие. Старайтесь ложиться спать до 12 часов ночи. Проще говоря, ложиться спать нужно не в тот день, когда планируете встать. Исключайте поздний ужин.

Источник: АуФ Здоровье

@doctor_vera_rehabilitolog
врачебный кабинет
Доктор Вера
8 (7112) 51 33 52
+7 705 126 27 33
+7 778 997 37 57
ул. Кусанова, 53 | мкрн. Жана Орда, 67/2 (2-эт)

ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА
ВРАЧ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ
ДЕМЧЕНКО НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА
Лицензия № 07-0402 от 14.11.2004 выдана Министерством здравоохранения РК.
Жульков, 2
ул. Мухометовой, вход с ул. Манкеевой
тел.: 51-77-21, 8-701-378-66-37

БАТЫСГИРУДОМЕД
Лечение пиявками
8 705 454 00 07 | ул. Ескалина, 123 @батысгирудомед

СТАЖ РАБОТЫ 20 ЛЕТ
Доктор Татьяна @doctor_tatiana
ВРАЧ ХИРУРГ-ПРОКТОЛОГ
ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ
Приём с понедельника по пятницу с 10:00-16:00 (строго по записи).
Циолковского, 37/1
8 705 591 22 67 | 8 705 591 22 65
Лицензия № 0185101 выдана Управлением здравоохранения ЗКО. Номер 390 от 20.08.19

ALSHIN MED. Медицинский центр
• Травматологи • Ортопеды • Хирург • Уролог • Терапевт • Педиатр
• Кардиолог • Невролог детский и взрослый • Гастроэнтеролог • Онколог • Маммолог
8 702 726 66 19 8 (7112) 30 77 66
п-кт. Абулхаир хана, 91 @alshin_med

Лицензия 12087873 от 01.08.2012 выдана ГУ «Департамент контроля качества и факельной деятельности по г. Астана»
СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ
оказываем услуги по изготовлению индивидуальных ушных вкладышей
НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ - SIGNIA ACTIVE X И SIGNIA ACTIVE PRO ПОЧТИ КАК НАУШНИКИ. С ЧЕХЛОМ-ЗАРЯДКОЙ!
8 771 085 36 36 8 (7112) 51 34 58
г. Уральск, ул. Д. Нурпеисовой, 12

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

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

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

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

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

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

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

Никогда не кланяйся. Как сохранить здоровый позвоночник

Все люди условно делятся на две категории. У одних приступы поясничного радикулита уже были, у других – ещё нет. С возрастом они настигают практически каждого. А ведь их можно избежать.

И в первую очередь нужно исключить некоторые виды движений и позиции, оказывающие вредное действие на поясничный отдел позвоночника. Как это сделать, советует известный невролог – вертеболог, специалист по мануальной терапии, создатель метода неинвазивной репозиции позвонков и суставов (НИРПИС), профессор Римского университета Сапиенца Джалал Саидбетов.

– Поднимать тяжести – однозначно вредно для позвоночника. Но порой и самые обычные движения и позы не менее вредны и опасны. Например, когда я вижу, как многие молодые люди пользуются смартфонами и ноутбуками, я понимаю, что через 10–15 лет у них будут проблемы в поясничном отделе позвоночника – протрузии или грыжи дисков. Я говорю о юношах и девуш-

ках, сидящих на скамейке, в транспорте или ещё где и склонившихся над своим смартфоном. Руки у них локтями или предплечьями опираются на бедра.

Казалось бы, обычная поза. Но наши поясничные диски так устроены, что в таком положении нагрузка на них резко возрастает. Это экспериментально доказал ещё в 1960–е гг. шведский ортопед Альф Нахемсон. Он предложил принять нагрузку на поясничные диски у человека, стоящего прямо, за 100% (см. график). При небольшом наклоне туловища нагрузка увеличивается на 50%. Если лечь на бок, она уменьшится на 25%, а в

позе лёжа на спине станет меньше на 75%. В положении сидя, когда туловище расположено вертикально, нагрузка будет больше и достигнет 140%. А если сидеть согнувшись, как со смартфоном, она выра-

стет до 185%. Это одна из самых вредных поз. Поэтому со смартфоном или ноутбуком лучше всего сидеть, отклонившись назад, чтобы спина опиралась на спинку сиденья.

НАЖМИТЕ ДЛЯ УВЕЛИЧЕНИЯ

Другая важная проблема – это то, как человек ведёт себя во время приступа поясничного радикулита. Обычно люди ищут такое положение, чтобы боль была меньше. На самом деле есть способ уменьшить эту боль и улучшить прогноз на лечение даже без лекарств. Нужно сделать упражнения на провисание. Они помогут ослабить давление на нервные корешки, вызывающие боль. Суть их в том, чтобы растянуть позвоночник в поясничной области, используя собственный вес.

Делают их по-разному, но принцип одинаков: ноги и таз своим весом как бы тянут позвоночник вниз. Можно повиснуть на двери или дверном проёме или на ветке дерева, если боль застигла на природе. Способов сделать это много. Но всегда нужно расслабить поясницу и, почувствовав растяжение, медленно считать до 10–15. Потом вернуться в исходное положение. Упражнения повторите несколько раз, пока не почувствуете облегчение. Если вис делается на турнике, важно, чтобы он был низким, ноги должны свободно доставать до земли, и не было нужды с него прыгать – это очень опасно при таких болях. Людям с проблемами в поясничном отделе надо делать упражнения на провисание регулярно, для профилактики. Эффект отличный.

Источник: АиФ Здоровье

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

ГКП на ПХВ «Областной онкологический диспансер» оказывает услуги на платной основе:

Консультация:

- Онколога
- Маммолога,
- Онкохирурга
- Гинеколога
- Уролога
- врачи КМН, высшей, 1 и 2 категорий

Отделение эндоскопии:

- ФГДС
- тотальная колоноскопия
- бронхоскопия.
- Видеоректосигмоидоскопия
- Спирография

Отделение хирургии:

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

Отделение лучевой терапии:

- Близкофокусная терапия – это лечение пяточных шпор, артритов, бурситов, невритов, деформирующих и т.д.
- Компьютерная томография,
- Рентгенография и маммография.
- УЗИ всех органов в т.ч. – мягких тканей, сосудов, репродуктивной системы и грудных желез мужчин.

Консультация на аппарате Дерматоскоп

Дерматоскопия: – это современный, безопасный, безболезненный и быстрый метод обследования различных новообразований на поверхности кожи (папиломы, родинки, невус и т.д.)

Цитологические и гистологические исследования. Клинико-диагностическая лаборатория.

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

Лицензия серия ЛП №000223 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

Не чихай на солнце. Как лечить аллергический ринит

Вроде на улице тепло, даже жарко, а у вас опять насморк. Да ещё какой! И где вы умудрились подхватить простуду? Или это не простуда вовсе?

Наш эксперт – оториноларинголог, врач высшей категории, доктор медицинских наук Елена Савлевич.

Чтобы понять, как лечиться, надо сначала удостовериться, что дело именно в аллергии, а не в инфекции. Если не хотите обмануться, задайте себе минимум пару вопросов.

НАЙДИТЕ ОТЛИЧИЯ

Первый: были ли у вас в последнее время контакты с аллергеном? Второй: не было ли накануне заболевания переохлаждения, переутомления, встречи с больным ОРВИ? В первом случае положительный ответ будет склоняться в пользу аллергии, во втором – к инфекционному заболеванию.

Чаще всего люди страдают от сезонной аллергии, вызванной пылью цветущих растений. Аэроаллергены попадают на слизистую оболочку носа и вызывают развитие IgE-зависимого воспалительного процесса.

Среди главных провокаторов круглогодичного ринита – клещи домашней пыли и эпидермальные аллергены (кошки, собаки, другие животные). Вызвать аллергию могут также чистящие и моющие средства, химикаты, которые добавляют, например, в воду бассейнов для её очистки.

Прежде всего обратите внимание на наличие или отсутствие интоксикационного синдрома: повышение температуры тела, ломота или боль в суставах и мышцах. Всё это скорее признаки инфекционного ринита.

С головной болью и кашлем сложнее – они бывают и при том, и при другом за-

болевании. А вот зуд, частое чихание и покраснение глаз – верные спутники аллергии.

ОТ АЛЛЕРГИИ НЕ УМИРАЮТ...

Существует 3 степени тяжести аллергического ринита. При лёгкой форме проявляется ограниченное количество симптомов, не влияющих на качество жизни. Симптоматика ринита средней тяжести – умеренно выраженная. Проявления тяжёлого аллергического ринита бывают мучительными. Некоторые относятся к аллергии как к пустяку. Но заложенность носа и отёк приводит сначала к проблемам со сном, а затем – к раздражительности, усталости, разбитости с утра, нарушению концентрации внимания, снижению производительности труда вследствие заторможенности психомоторных процессов. К тому же запущенный аллергический ринит повышает риск развития бронхиальной астмы.

Сегодня при аллергическом рините врачи применяют так называемую step by step, или пошаговую терапию. Она заключается в определении объёма лечения и доз назначаемых препаратов в зависимости от степени тяжести заболевания.

«ВСЕГДА БЫТЬ В МАСКЕ...»

Основа лечения аллергического ринита – антигистаминные препараты. Они блокируют Н1гистаминовые рецепторы, эффективно снижая зуд

в носу и глазах. Препараты системного применения этого поколения в большинстве случаев не вызывают сонливости. Но если вы всё же опасаетесь этого побочного эффекта, используйте топические антигистаминные средства, например назальные спреи, в которых блокатор Н1гистаминовых рецепторов цетиризин комбинируется с «мягким» сосудосуживающим препаратом фенилэфрином.

Вторая группа – глюкокортикостероиды. Они хорошо устраняют заложенность носа, снимают отёк. Наиболее хорошо изучен мометазон фураат, который практически не вызывает побочных эффектов.

Несмотря на то что антиковидные меры сняты, для человека с аллергическим ринитом ношение маски в период цветения растений часто помогает снизить концентрацию аэроаллергена.

Также на всех этапах аллергии в период ремиссии рассматривается возможность проведения аллергенспецифической терапии (АСИТ). Этот радикальный метод борется не с симптомами, а с самой причиной аллергии.

Что положить в аптечку аллергику:

- * антигистаминный препарат (дезлоратадин);
- * комбинированный назальный спрей (фуринзол, назоаль);
- * изотонический раствор морской воды в виде спрея в нос;
- * топический интраназальный глюкокортикостероид (нозэфрин, назонекс, дезринит).

Источник: АиФ Здоровье

Лицензия от 14.11.2019г. № 01811 DL выдана ГУ «Управление здравоохранения Западно-Казахстанской области»

2021 жылдан бастап БҚО әкімдігі ДСБ ШЖҚ "Облыстық тері-пациентологиялық диспансер" МКК косметологиялық кабинетінде ПАЦИЕНТТЕР ҮШІН КӨРСЕТІЛГЕН АҚЫЛЫ ҚЫЗМЕТТЕРДІҢ ТІЗБЕСІ

ПЕРЕЧЕНЬ ДЕРМАТОКОСМЕТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ, ОКАЗЫВАЕМЫХ НА ПЛАТНОЙ ОСНОВЕ, НА 2022 ГОД

Зерттеудің атауы (наименование услуги)	Құны (теңге) Стоимости (тенге)	Өлшем бірлігі (единица измерения)
Дерматокосметолог дәрігердің қабылдауы / прием врача дерматокосметолога	3350	қабылдау / приём
Бетті механикалық+ультрадыбыстық тазалау / Чистка лица механическая+ультразвуковая	5000	1 емшара / 1 процедура
Бетке массаж жасау / массаж лица	5000	1 емшара / 1 процедура
RF-лифтинг	5000	1 емшара / 1 процедура
Ионофорез	5000	1 емшара / 1 процедура
Сүйелді электрокоагуляция әдісімен кетіру (1 өсімді) / удаление бородавок методом электрокоагуляции (1 образование)	1200	1 бірлік / 1 единица
Папилломаны кетіру (1 өсімді) / удаление папиллом методом электрокоагуляции (1 образование)	500	1 бірлік / 1 единица
Плазмотерапия	10000	1 емшара / 1 процедура
Мезотерапия	10000	1 емшара / 1 процедура
Биоревитализация	25000	1 емшара / 1 процедура
Пиллинг жасау / пиллинг	6000	1 емшара / 1 процедура
Ерінге, мұрын–ерін әкімдеріне арналған филлерлер / Филлеры для губ, носогубных складок	45000	1 емшара / 1 процедура
Диспорт ботулинотерапия	400	1 единица / 1 единица
Лазер терапиясы / лазерная терапия	20000	1 сеанс
Терідегі өсімділерді лазермен кетіру / лазерное удаление кожных образований	20000	1 сеанс
RF лазерлі лифтинг / RF – лазерный лифтинг	20000	1 сеанс
Татуировкаларды, татуаждарды кетіру / удаление татуировок, татуажа	6000	1 сеанс

Адрес: Пр. Н. Назарбаева, 127 Справки по тел.: 50 92 47, 50 01 91

Лицензия ЛП00576DL №0181055 от 17.03.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.

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

1. Медсестра	- 9 ед.
2. Санитар	- 7 ед.

Предъявляемые требования:

Обратившимся лицам необходимо представить следующие документы: медицинская книжка и копии следующих документов: удостоверение личности, трудовая книжка, фотография (3x4) – 1шт, справка о том, что не состоит на учете (психическом, наркологическом, туберкулезном), автобиография, скоросшиватель, личный листок по учету кадров.

Документы представить в течение 15 дней со дня опубликования объявления.с 09.00 до 15.00 часов по адресу: г. Уральск, ул. Есенжанова. 17.отдел кадров, тел. 24-03-82

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

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

1. Медбике	- 9 бірл.
2. Санитар	- 7 бірл.

Қойылатын талаптар:

Өтініш білдірген тұлғаларға төмендегідей құжаттарды тапсырулары қажет: медициналық кітапша және келесі құжаттардың көшірмелері: жеке куәлік, фотосурет (3x4) – 1дана, (психикалық, наркологиялық, туберкулез) есепте турмайтыны туралы аяқтамалар, өмірбаян, скоросшиватель, кадр есебі жөніндегі жеке іс парағы.

Құжаттар қабылдауды шұғылдан күйінен бастап 15 күн ішінде сағ. 09.00–15.00 аралығында мына мекен-жай бойынша қабылданды:

Орал қаласы, Есенжанов көш. 17, кадрлар бөлімшесіне, тел. 24-03-82

Лицензия ЛП0061801, №0181102 от 19.07.2011г. выдана ГУ Управления здравоохранения ЭКО.



ПРЕЙСКУРАНТ ЦЕН НА ПЛАТНЫЕ УСЛУГИ, ОКАЗЫВАЕМЫЕ В ГКП НА ПХВ «ОБЛАСТНОЙ КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР» НА 2022 ГОД

№ п/п	Наименование	Стоимость	Един.измер.
Рентген исследование:			
1	Рентгеноскопия органов грудной клетки	810	Исследование
2	Рентгенография (обзорная) органов грудной клетки	1 211	Исследование
3	Рентгенография органов грудной клетки в 2-х проекциях	2 100	Исследование
4	Рентгенография позвоночника в 2-х проекциях	2 120	Исследование
5	Рентгенография черепа в 2-х проекциях	1 930	Исследование
6	Рентгенография височных костей в 2-х проекциях	3 000	Исследование
7	Рентгенография пальцев	1 370	Исследование
8	Рентгенография ключицы	960	Исследование
9	Рентгенография турецкого седла	960	Исследование
10	Рентгенография кисти	1 370	Исследование
11	Рентгенография стопы	1 370	Исследование
12	Рентгенография голени	1 470	Исследование
13	Рентгенография предплечья	1 470	Исследование
14	Рентгенография бедра	3 700	Исследование
15	Рентгенография стоп на плоскостопие	1 370	Исследование
16	Рентгенография придаточных пазух носа	960	Исследование
17	Рентгенография ребра прицельно	1 060	Исследование
18	Рентгенография верхней челюсти	960	Исследование
19	Рентгенография нижней челюсти	960	Исследование
Рентгеноскопия ЖКТ:			
20	Рентгеноскопия пищевода	3 900	Исследование
21	Рентгеноскопия желудка	3 900	Исследование
22	Рентгеноскопия тонкого кишечника	3 900	Исследование

УЗИ исследования:			
23	Эхокардиография сердца	6 000	Исследование
24	Эхокардиография чрезпищеводная	6 100	Исследование
25	Печень и желчный пузырь	2 186	Исследование
26	Поджелудочные железы	2 186	Исследование
27	Селезенка	2 186	Исследование
28	Почки и надпочечники	2 186	Исследование
29	Печень+желчный пузырь+поджелудочные железы+селезенка	4 227	Исследование
30	Предстательная железа и яички	2 186	Исследование
31	УЗИ щитовидной железы	1 676	Исследование
32	Почки+надпочечники+мочевой пузырь+предстательные железы	4 737	Исследование

Обследование с нагрузкой:			
1	Велоэргометрия	4 100	Исследование
2	Суточное мониторирование АД	5 650	Исследование
3	Холтеровское мониторирование ЭКГ	6 430	Исследование
4	Тредмил-тест	4 230	Исследование
5	ФГДС (Фиброгастродуоденоскопия)	6 000	Исследование
6	ЧП ЭФИ	7 500	Исследование
7	Пункция и дренирование плевральной полости	10 000	Исследование
8	Пункция перикарда	12 900	Исследование
9	Пункция брюшной полости	12 900	Исследование

ЛАБОРАТОРИЯ

Биохимические анализы			
Определение:			
1	Общего белка	560	Анализ
2	Альбуминов	640	Анализ
3	Тимоловая проба	380	Анализ
4	Билирубин общий	450	Анализ
5	Билирубин прямой	450	Анализ
6	Мочевины	640	Анализ
7	Мочевая кислота	690	Анализ
8	Креатинина	530	Анализ
9	Креатинин киназы	670	Анализ
10	Глюкозы крови из вен	580	Анализ
11	Глюкозы крови из пальца	535	Анализ
12	Глюкозы мочи	340	Анализ
13	В-липопротеидов	320	Анализ
14	Холестерина	550	Анализ
15	Холестерин высокой плотности	900	Анализ
16	Холестерин низкой плотности	1 060	Анализ
17	Трансаминаз АСТ	460	Анализ

ГКП на ПХВ «Областной кардиологический центр».
Справки по тел.: 21-70-19 (амбулаторный кабинет), 24-03-58 (бухгалерия)

№ п/п	Наименование	Стоимость	Един.измер.
18	Трансаминаз АЛТ (анализ)	540	Анализ
19	КФК на анализаторе	510	Анализ
20	Альфа-амилаза	680	Анализ
21	ЛДГ на анализаторе	630	Анализ
22	Фибриногена	460	Анализ
23	Коагулограмма (5 параметров)	1 120	Анализ
24	«С» реактивный белок	1 140	Анализ
25	Определение группы крови	340	Анализ
26	Определение резус-фактора	340	Анализ
27	Микрореакция	300	Анализ
28	Триглицериды	535	Анализ
29	Железы	615	Анализ
30	Кальция	550	Анализ
31	Антистрептозиллина	1 070	Анализ
32	T-тропонин	4 340	Анализ
33	Миоглобин	4 600	Анализ
34	D-димер	4 800	Анализ
35	Электролиты	1 720	Анализ
Клинические исследования			
36	Определение гемоглобина	480	Анализ
37	Взятие крови на анализ из вены	315	Анализ
38	Подсчет лейкоцитарной формулы	600	Анализ
39	Определение СОЭ	300	Анализ
40	Общий анализ крови	780	Анализ
41	Определение МНО	1 010	Анализ
42	Общий анализ мочи	570	Анализ
43	Обнаружение желчных пигментов	300	Анализ
44	Проба Нечипоренко	330	Анализ
45	Проба Земницкого	280	Анализ
46	Забор анализа	526	Анализ

1	Стационарное лечение по желанию пациентов в условиях сервисной палаты	3 650	1 койко/день
2	Консультативный прием врача-кардиолога	4 350	Консультация
3	Консультативный прием врача-хирурга	4 350	Консультация
4	Снятие электрокардиограммы	1 500	Исследование
5	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Стабильная стенокардия напряжения ФК 2-3 ст.	153 530	Курс лечения 10 дней
6	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: ИБС. Нестабильная стенокардия	170 300	Курс лечения 10 дней
7	Платное стационарное лечение пациентов кардиологического профиля с диагнозом: Артериальная гипертензия 2-3 ст.	109 560	Курс лечения 10 дней
8	Острый инфаркт миокарда	245 700	Курс лечения 14 дней
9	Нарушение ритмов сердца	106 190	Курс лечения 10 дней
10	Ишемическая кардиомиопатия	128 000	Курс лечения 10 дней
11	Гипертрофическая кардиомиопатия	90 200	Курс лечения 10 дней
12	Пролапс митрального клапана. Митральная недостаточность I степени	110 705	Курс лечения 10 дней
13	Послеоперационная реабилитация в раннем периоде	118 590	Курс лечения 8 дней
14	Послеоперационная реабилитация (после 6 мес. до года)	118 590	Курс лечения 8 дней
15	Аортокоронарное шунтирование	2 274 700	Операция
16	Коронароангиографическое исследование сосудов (через руку)	258 905	Исследование
17	Коронароангиографическое исследование сосудов (через бедро)	258 905	Исследование
18	Введение стента в коронарные артерии без лекарственного вещества	858 855	Операция
19	КАГ и стентирование коронарных сосудов с лекарственным покрытием	1 069 735	Операция
20	Введение стента в коронарные артерии с лекарственным веществом	869 943	Операция
21	Введение постоянного ЭКС, первоначальное или его замена	1 466 500	Операция
22	Стентирование почечных, подвздошных, бедренных артерий	898 135	Операция
23	Эндоваскулярная баллонная ангиопластика сосудов	431 413	Операция



Когда впервые угостила этим лакомством гостей, они так и не поняли, из чего оно

Помню, впервые приготовила эти чудные булочки без дрожжей на праздник. Гости были поражены. Все восхищались десертом, но никто не мог понять, из чего же они сделаны. Сестра даже не поверила, что я готовила их сама. Теперь это мой фирменный десерт. Хочу поделиться рецептом и с тобой. Пусть и в твоей копилке будет нечто настолько особенное.

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 480 г муки
- 125 мл кефира
- 125 мл воды
- 1 яйцо
- 1 ст. л. яблочного уксуса
- 40 мл растительного масла
- 30 г сливочного масла
- 1 ч. л. разрыхлителя
- щепотка соли

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ

- сливочное масло для смазывания теста
- кукурузный крахмал для раскатки теста
- грецкие орехи
- сахарный сироп

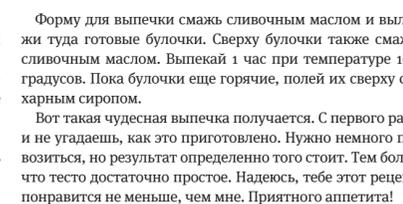
ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Замесим наше тесто. В большой емкости смешай кефир, воду, яйцо, уксус и растительное масло. Сливочное масло растопи и вылей к остальным ингредиентам. Добавь разрыхлитель и соль. Хорошо всё перемешай. К однородной смеси добавь просеянную муку. Замеси мягкое тесто. Оставь его на 15 минут под пленкой.

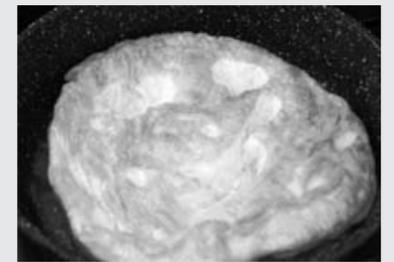
После этого раздели тесто на 4 части. Каждую вымеси отдельно и сформируй из теста аккуратные колобки. Рабочую поверхность посыпь кукурузным крахмалом. На нём тонко раскатай первую часть теста. Пласт должен получиться почти прозрачным. Сверху посыпь его крахмалом.

После раскатки смажь тесто растопленным сливочным маслом. Сверху на него выложи второй слой теста, раскатанный таким же образом. Снова смажь маслом. То же самое проделай с оставшимся тестом. Последний слой тоже нужно смазать маслом.

Измельчи грецкие орехи и щедро посыпь сверху последнего слоя теста. Скатай всё это в широкий рулет. Теперь формой для пены или стаканом вырежь из этого рулета небольшие булочки.



ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ



Пышные лепешки точь-в-точь как из школьного буфета

Рецепты из дешевых ингредиентов пользуются спросом во все времена. Ведь приготовить вкуснятину за три копейки – настоящее искусство. Люди постарше прекрасно помнят лангош, который продавали в школьных столовых по 4 копейки. По сути лангош – это обычные дрожжевые лепешки, жареные на сковороде. Но зато какие же они классные. Их вкус помнят на протяжении многих лет!

Так что запоминай рецепт. Он прост и незатейлив. А все составляющие можно дешево купить в любом магазине.

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1,5 ст. теплой воды
- 1 ст. л. сахара
- 10 г сухих дрожжей
- 400 г муки
- 0,5 ч. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Раствори в теплой воде столовую ложку сахара и добавь 10-граммовую упаковку сухих дрожжей. Тщательно всё перемешай и оставь на 5 минут.

Пока дрожжи растворяются, возьми 400 граммов муки и добавь к ней половину чайной ложки соли. Затем влей приготовленный ранее дрожжевой раствор и тщательно замеси смесь. В результате у тебя должно получиться тягучее тесто.

Поставь тесто на полчаса в теплое место, чтобы дрожжи успели подойти. После этого тщательно обомни его и вновь оставь на 20 минут в теплом месте.

Когда тесто подойдет, выложи его на посыпанную мукой поверхность. Разомни тесто и раздели на пять частей. Накрой пищевой пленкой и оставь на 15 минут.

Поставь сковороду на огонь и влей растительное масло. Сформируй из куска теста лепешку по размеру сковороды и обжарь ее на среднем огне по 2 минуты с каждой стороны.

Сними приготовленный лангош и выложи его на бумажное полотенце, чтобы избавиться от лишнего жира. Присыпь сверху сахаром и можешь наслаждаться приготовленным блюдом!

Как видишь, блюдо простое в приготовлении. Кстати, похожие дрожжевые лепешки подавали еще в древнем Египте, так что качество блюда проверено десятилетиями!

