

СТР. 3

# ВИНА НЕ ДОКАЗАНА

**Так решили присяжные заседатели, и приговором суда обвиняемый в изнасиловании и убийстве несовершеннолетней девушки был отпущен на свободу. Родители убитого подростка в шоке от решения присяжных и суда.**

## РАЗДАДУТ ЗЕМЛИ ПОД ИЖС

В этом году под ИЖС выделяют более 2 тысяч земельных участков. В нашей области в очереди на получение земли зарегистрировано более 100 тысяч человек, из них более 70 тысяч – уральцы. Где и когда начнут выдавать земли, читайте на странице 7.

## ПУСТЬ БУДЕТ ПОЖИЗНЕННЫЙ СРОК

Отец убитого полицейского требует для обвиняемого пожизненного лишения свободы. 14 января в специализированном межрайонном уголовном суде началось разбирательство по делу бывшего полицейского Серика Гарифа, который обвиняется в убийстве своего начальника Рустема Ракишева.

СТР. 31

## ГОЛОЛЕД, МЕТЕЛЬ И ВЕТЕР СОХРАНЯТСЯ В ЗКО

По данным РГП «Казгидромет», высота снежного покрова вдвое больше, чем в прошлом году за этот же период. Стоит отметить, что неблагоприятные метеоусловия – гололед, метель и сильный ветер – сохранятся на протяжении предстоящих недель.

СТР. 5

## ВДОВЕ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ ПОМОГЛИ КУПИТЬ ЖИЛЬЕ

Виктории Хусаиновой, муж которой погиб прошлым летом, пытаясь вытащить из септика чужого ребенка, не хватало 150 тысяч тенге на покупку собственного жилья. Неравнодушные уральцы помогли им, и теперь семья с тремя детьми живет в собственной квартире.

СТР. 2

СТР. 31

# казахстанцев вернули из Сирии

**Казахстанские спецслужбы сумели вернуть 47 граждан страны на родину из зоны боевых действий в Сирии. Там мужчины, женщины и дети были заложниками террористов и через родных просили о помощи. Почему казахстанцы уезжают в Сирию и как возвращаются домой, читайте на страницах 12-13.**

www.blitz.kz 8-777-214-26-57 8-702-587-91-43 **Блиц** Рольставни и ворота за 1 день 24-70-07 24-17-17 30-70-80

САНТЕХНИКА ВОДОНАГРЕВАТЕЛИ

**СМЕГА СТРОЙ** торговый дом ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИСТРИБЬЮТЕР

ВМЕСТЕ СТРОИМ С МЕТАСТРОЕМ! УЛ. С. ЕСКАЛМЕВА, 305 51-94-55 51-94-56 **СМАЙЛ** **thermex**

БОЛЕЕ 2000 ВИДОВ **ОБОИ** ГАЛТЕЛИ | КЛЕЙ ФОТООБОИ

www.oboi.kz

**Империя**

«Возле рынка» ул. Бирманова, 22/11 8 (7122) 55 99 22 47 700 383 88 22

«Ул. Шайкын» пр. Ш. 1-а и 10-б

«Степной рынок» пр. Ш. 10-б и 10-в

**ЭЛЕКТРОКОМПЛЕКТ** ЦЕНТР ТОРГОВЛИ ТОВАРАМИ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

**Большой ассортимент!**

МЫ РАБОТАЕМ 08:00 22:00

www.elc.kz elc.kz electrokomplekt

г. Уральск, ул. В. Шубина, 2/4, тел.: 8 (7112) 21-49-08, 21-49-82 г. Атырау, пр. Султан Бейбарыс, 53, тел.: 8 (7122) 32-16-82, 30-55-49

# Вина в изнасиловании и убийстве не доказана

Так решили присяжные заседатели, и приговором суда обвиняемый в изнасиловании и убийстве подростка был отпущен на свободу в зале суда.

Дана РАХМЕТОВА

Отец убитой в июле в селе Дарьинское Зеленовского района Даны Ербол Утегалиев до сих пор не может поверить, что обвиняемого в убийстве Асхата Темирбаева отпустили на свободу.

– Он обвинялся по четырем статьям: ст. 99 ч. 1 УК РК "Убийство", ст. 120 ч.3 УК РК "Изнасилование, совершенное в отношении заведомо несовершеннолетней", ст. 121 ч.3 п.3 "Насильственные действия сексуального характера", ст. 188 ч.1 "Кража". Был суд с присяжными. Его оправдал суд присяжных. Был приговор и его отпустили. Он ранее судимый. Он вышел на свободу и теперь ходит среди нас, – плача рассказал мужчина.

По словам отца убитой девочки, когда Асхат Темирбаев давал первые показания, он во всем сознался, однако позже изменил свои показания, заявив, что на него было оказано давление.

Из обвинительного акта, который предоставили родители убитой Даны следует, что 28 июля в 1.30 Дана и Асхат находились в компании своих знакомых на спортивной площадке школы, где распивали спиртные напитки.

– Примерно в 3.40 у Темирбаева, находившегося в состоянии алкогольного опьянения, появился умысел вступить в половой акт с несовершеннолетней Утегалиевой. Темирбаев с целью реализации своих намерений предложил Утегалиевой уйти с ним со спортивной площадки для дальнейшего уединения, – говорится в обвинительном акте.

Далее следует, что Дана отказалась вступать с ним в половой акт. В обвинительном акте указано, что Асхат, "осознавая свое физическое превосходство с целью изнасилования, совершенного в отношении заведомо несовершеннолетней, нанес несколько ударов ладонями рук в щечную область". От этого Дана упала на землю. Затем Асхат изнасиловал ее, а после угроз, что она обратится в правоохранительные органы, задушил веревкой.

– Убедившись, что Дана мертва, Темирбаев с целью кражи, то есть хищения чужого имущества, достал с кармана кофты Даны принадлежащий ей телефон марки "Айфон SE" белого цвета стоимостью 150 тысяч тенге, после чего он выключил данный телефон, продолжая свой умысел, направленный на кражу и скрывать другого преступления убийства, после чего скрылся с места преступления, – написано в акте обвинения.

Далее следует, что телефон был найден возле подъезда дома, куда пришел Асхат Темирбаев примерно в 6.00 – 6.30.



Также нужно отметить, что экспертиза показала, что концентрация алкоголя в крови убитой "является отсутствием влияния алкоголя на организм".

*Адвокат потерпевшей стороны Упагали Байбулатов пояснил, что Асхат во всем признался на предварительном следствии, а на последующих отказался от своих слов.*

– Все допросы записывались на видео, потом эти видео были отправлены на экспертизу в Алматы и Атырау. Экспертиза показала, что первые показания правдивые, а дальше он уже задумывается. Он сначала признался, а потом стал отказываться, что не убивал. Хотя он сказал, что проводил ее в 5.30 (Дану – прим.

автора), а экспертиза показывает, что она была убита с 5 до 6 утра, – рассказал Упагали Байбулатов.

– Он ее изнасиловал, а потом его отпустили. Как это может быть, где правосудие? – говорит тетя убитой девушки.

Мать и отец девушки в недоумении, почему присяжные заседатели вынесли такой приговор. Они намерены его обжаловать.

– Наша девочка мечтала учиться, она поступила в университет в Калмыкии, – плача говорит Ербол Утегалиев.

*Между тем, по словам судьи Бақыта Ермаханова, присяжные заседатели пришли к выводу, что вина подсудимого в изнасиловании и убийстве не была доказана, и он был освобожден в зале суда.*

– Тем не менее приговор суда в законную силу не вступил и может быть обжалован, – сообщил Бақыт Ермаханов корреспонденту "МГ" по телефону.

Напомним, 17-летняя девушка была убита в селе Дарьинское в ночь на 28 июля. Полицейские задержали подозреваемого сразу же. Им оказался 20-летний Асхат ТЕМИРБАЕВ. Он обвиняется в преступлении по ст. 99 ч. 1 "Убийство", был арестован на 2 месяца. Также стало известно, что ТЕМИРБАЕВ был задержан полицейскими 28 июля, в тот же день, когда было обнаружено тело убитой девушки. Родные убитой Даны УТЕГАЛИЕВОЙ рассказали, что девушка в этом году закончила школу и поступила в российский вуз на грант. Кроме того, они не верят, что Дану убил один человек. По словам тети, девочка занималась борьбой и одному человеку могла дать отпор.

# Ежедневно бесплатный ночлег получают 40 бездомных

**Для бездомных действует ночное отделение центра для ресоциализации лиц, оказавшихся в трудной жизненной ситуации. Когда на улице мороз, здесь нет свободных мест.**

РУСЛАН АЛИМОВ

**В** центре отметили, что за год здесь побывали около трехсот уральцев.

Отделение ночного пребывания находится на территории центра. Зимой здесь люди могут находиться с 18.00 до 10 утра. Пускают не всех – запрет на вход действует для психически нездоровых граждан, а также лиц, находящихся в состоянии алкогольного опьянения. Сейчас в изоляторе находится больной мужчина, от которого отказались собственные дети. Решается вопрос о взыскании с них алиментов.

От мужчины отказались две дочери и сын. Мы их вызывали. Пробовали договориться во внесудебном порядке. Не получилось. Будем обращаться в суд. Мужчина нуждается в медицинской помощи, – отметил заведующий отделением ночного пребывания Ерлан Медетов.

С утра постояльцы расходятся. Многие из них вечером вернутся снова в центр. Если не достанется место в ночлежке, этим людям придется искать место в теплотрассе или подвале.



– Я с ноября 2018 года ночью в отделении ночного пребывания. У меня нет ни жилья, ни документов. Обещали помочь. Здесь чисто, у нас убираются. Никаких жалоб нет, – говорит Мейрам.

За год в центре для ресоциализации лиц, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, нашли приют 190 человек. Эти люди проживали здесь на постоянной основе. Их кормили, помогли с документа-

ми и работой.

– За год мы оформили документы 56 людям. 7 человек оформили на пенсию. Направили в Дом престарелых и инвалидов 15 человек. Оказываем клиентам социально-медицинскую и психологическую помощь, – отметил директор центра для ресоциализации лиц, оказавшихся в трудной жизненной ситуации Курмангалий Байгаржанов.

*Истории постояльцев разные, но схожи в одном. Кроме государства эти люди оказались никому не нужны.*

– Мне уже скоро исполнится 80 лет. Дети живут в Беларуси. Я раньше пас баранов неподалеку от города. Но хозяйка продала дом и скот и переехала в город. Так я остался без жилья. Сейчас, надеюсь, определит в Дом престарелых, – сообщил один из постояльцев центра.

Сейчас по разным оценкам в областном центре насчитывается порядка 300 бездомных.

Фото автора

## В ЗКО не хватает 83 педагога

**В области не хватает учителей математики, русского языка в национальных школах, начальных классов с русским языком обучения.**



АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

**К**ак рассказала руководитель управления образования Шолпан Кадырова, для решения данной проблемы уже второй год выделяются гранты для подготовки кадров с высшим образованием за счет средств областного бюджета.

– Стоит отметить, что в 2018 году выделены 35 грантов на востребованные педагогические специальности. Это русский язык в национальной школе, математика, биология, физика, химия на английском языке и другие. В 2017 году в области не хватало 66 учителей. С обладателями грантов заключается договор, согласно которому по окончании вуза

они направляются туда, где есть потребность в специалистах, – заявила Шолпан Кадырова.

*По словам руководителя управления, в области в пилотном режиме в 129 школах химия, биология, физика и информатика преподаются на английском языке.*

– В этих школах 326 учителей преподают свой предмет на английском языке, которые прошли специальные языковые курсы по повышению квалификации. За это учителя получают надбавку к зарплате в размере 35 тысяч тенге, – отметила Шолпан Кадырова.

# Гололед, метель и ветер сохранятся в ЗКО

**13 января аким области провел совещание с руководителями коммунальных служб, КСК и дорожных предприятий.**



ДАНА РАХМЕТОВА

**– В** связи с неблагоприятными погодными условиями уборка территорий

каждого района, каждого населенного пункта взята под особый контроль. Необходимо обеспечить безопасность и создать удобства для жителей. Все дороги к

социальным объектам – школы, детские сады, больницы и поликлиники – должны очищены от снега и льда, – заявил Алтай Кульгинов.

Данное совещание было посвящено работе коммунальных служб области в зимний период. Руководители «Казгидромет», «КазАвтоЖол», «Жайык газкала» и акимы районов выступили с отчетами о мерах по обеспечению безопасного прохождения зимнего периода.

Аким области акцентировал внимание ответственных служб на уборку дворов и населенных пунктов от

обильных осадков, гололеда и своевременный вывоз снега.

Как отметил руководитель областного филиала РГП «Казгидромет» Нуржан Шияп, высота снежного покрова вдвое больше, чем в прошлом году за этот же период. Также он сообщил о том, что неблагоприятные метеоусловия – гололед, метель и сильный ветер – сохраняются на протяжении предстоящих недель.

В ходе совещания аким области поручил руководителям КСК уделить повышенное внимание уборке дворов и тротуаров, своевременной очистке крыш и

козырьков подъездов от сосулек и наледи. Глава региона также сделал замечание руководству «КазАвтоЖол» за недостаточную подготовленность спецтехники к зиме и подчеркнул, что техника должна была быть полностью готова к снегопадам заранее.

Кроме того, Алтай Кульгинов поручил акимам районов держать на постоянном контроле расчистку дорог от снега во всех населенных пунктах и обеспечение бесперебойной подачи электричества и питьевой воды жителям, а также обеспечение кормами крестьянских хозяйств.

Также на встрече присутствовали руководители строительных и дорожных компаний, которые выразили готовность в предоставлении спецтехники по уборке и вывозу снега как в областном центре, так и в районах области.

*По итогам совещания акимом области даны конкретные поручения по обеспечению надлежащего содержания территорий в зимний период, в том числе обеспечению бесперебойной работы коммунальных служб.*

Фото предоставлено пресс-службой акима ЗКО

## Изменилась схема движения автобусов 45 маршрута

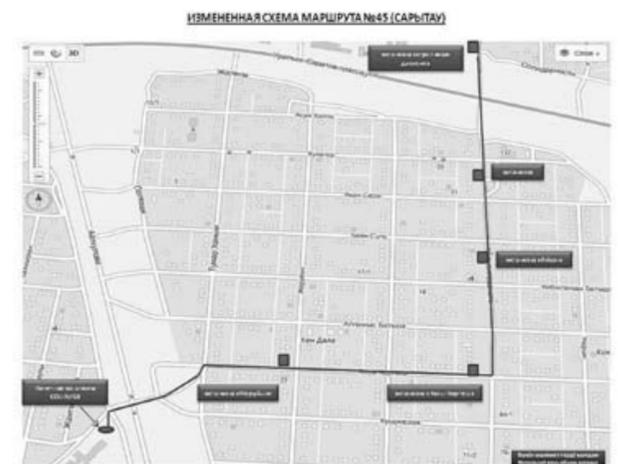
**В отделе пассажирского транспорта и автомобильных дорог города Уральска рассказали, что схема движения маршрута №45 будет изменена в связи с поступившими обращениями жителей мкр. Сарытау.**

АННА СУВОРОВА

**П**о новой схеме маршрут №45 начали ездить с утра 14 января. Кроме того, теперь автобусы этого маршрута ездят по двум графикам. Путь маршрута №45 (поликлиника №5 – СОШ №50 (мкр.Сарытау) будет пролегать по следующему маршруту: ул. Кызылжарская – ул. Московская – ул. М. Шолохова – ул. С. Тюленина – ул. Абулхаир хана – ул. М. Маметовой – ул. Курмангазы – ул. Ж. Досмухамедова – пр. Достык – ул. Жангир хана – ул. 4-я Линейная – ул. Темиртауская – ул. Автомобилистов – ул. Азербайджанская – ул. Энтузиастов – ул. Х. Доспановой – ул. Южная – ул.

Пятимарская – ул. Е. Брусиловского – через ул. Козы Корпеш на ул. С. Айткулова (СОШ №50).

Маршрут №45 (СОШ №50 (мкр.Сарытау) – поликлиника №5) – будет начинать движение с ул. С. Айткулова (СОШ №50) – ул. Козы Корпеш – ул. Е. Брусиловского – ул. Пятимарская – ул. Южная – ул. Х. Доспановой – ул. Энтузиастов – ул. Азербайджанская – ул. Автомобилистов – ул. Темиртауская – ул. 4-я Линейная – ул. М. Ихсанова – ул. Курмангазы – ул. М. Маметовой – ул. Абулхаир хана – ул. С. Тюленина – ул. М. Шолохова – ул. Московская – ул. Кызылжарская (поликлиника №5).



### 17 голов скота сгорели заживо

Пожар произошел в частном доме в п. Жымпиты Сырмынского района ЗКО 15 января в 01.18.

Как рассказал начальник управления контрольной и профилактической деятельности пожарной безопасности ДЧС ЗКО Ерлан Турегелдиев, 15 января в 01.18 поступило сообщение о том, что в п. Жымпиты по ул. Байжанова, 6, в 1 км от ПЧ, на территории частного жилого дома горит хозяйственная постройка.

– В 01.21 первое пожарное подразделение приступило к тушению. В 3.35 пожар был локализован, в 4.15 полностью ликвидирован. Площадь пожара составила 210 кв. м. В результате пожара погибли 16 КРС и 1 кобыла. Спасены 1 корова и 2 теленка, – сообщил Ерлан Турегелдиев.

**По предварительным данным, причиной пожара стал поджог. Точная причина и материальный ущерб уточняются.**

На место пожара выехали 2 единицы техники и 7 человек личного состава.

ДАНА РАХМЕТОВА

### 23 человека спасли из снежного плена

Сотрудники ДЧС ЗКО совместно с местными исполнительными органами выпустили из снежного плена 7 легковых автомобилей.

В прошедшие выходные управлением единой дежурно-диспетчерской службы ДЧС ЗКО были сделаны 4 СМС-расылки о предстоящей непогоде в области, а также о закрытии трасс. Однако, несмотря на предупреждения, некоторые жители области проигнорировали их и оказались в снежном плену.

– Так, 12 января в 10.00 в Таскалинском районе на 5 км автодороге Таскала–Уральск силами ОЧС, МИО и ТОО «Казахавтор» на оцепленный участок дороги отбуксированы 5 легковых автомобилей, которые застряли в снежном заносе. Всего в них находилось 13 человек, в медицинской помощи они не нуждаются. В 12.00 в этом же районе на 7 км автодороги Таскала–граница РФ силами ОЧС, МИО и ТОО «Казахавтор» на оцепленный участок дороги отбуксированы 2 легковых авто, которые застряли в снежном заносе. В них находилось 10 человек, в медицинской помощи они также не нуждаются, – сообщили в пресс-службе ДЧС ЗКО.

**Департамент по чрезвычайным ситуациям Западно-Казахстанской области убедительно просит жителей области во время штормовых предупреждений и снежных заносов воздержаться от дальних поездок.**

ДАНА РАХМЕТОВА

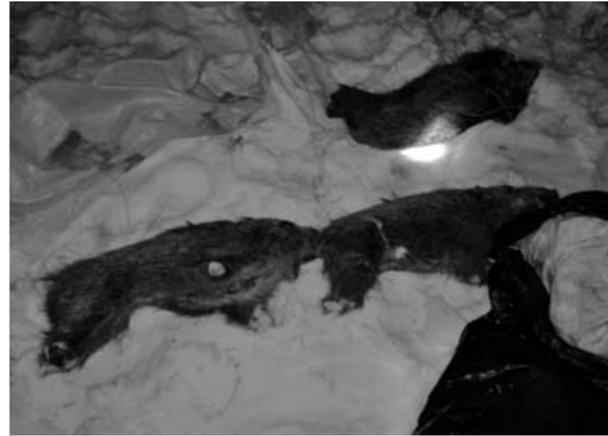
## Туши кабанов и головы сайгаков обнаружили в степи сотрудники теринспекции

Несмотря на запрет охоты на парнокопытных, браконьеры продолжают охотиться.

АННА СУВОРОВА

По словам главного специалиста областной территориальной инспекции лесного хозяйства и животного мира по ЗКО Амангельды Еламанова, 10 января на территории Жангалинского района была задержана автомашина Mitsubishi Pajero с прицепом, в котором находился снегоход.

– В салоне автомашины находились двое жителей Уралья, также было обнаружено охотничье ружье. Водитель и пассажиры второй машины марки Toyota Hilux, не подчинившись требованию об остановке сотрудников полиции и инспекторов, скрываясь от преследования скинули с машины 6 туш кабанов. По следам автомашины в степи обнаружено семь голов самцов сайгаков со спиленными рогами. По данным фактам в отделе полиции Жангалинского района было начато расследование по статье 337 части 4 УК РК «Незаконная охота на редких и находящихся под угрозой исчезновения видов животных», – рассказал Амангельды Еламанов, добавив, что в настоящее



время полицейские района ведут поиски автомашины «Тойота Хайлюкс».

Следует отметить, что охота на снеговой технике производится только по разрешению на отстрел волков. С начала

года разрешения не выдавались, поскольку еще не утвержден лимит на 2019 год.

Фото предоставлено Амангельды Еламановым

## Не посещающим занятия студентам платили стипендию

Прокуратура ЗКО провела проверку реализации государственного образовательного заказа и подготовки специалистов с техническим и профессиональным образованием в 29 колледжах региона.

ДАНА РАХМЕТОВА

Как выяснилось, в основном нарушения были в необеспечении студентам обучения, необоснованном расходовании средств и так далее.

– Установлено отсутствие общежития для иногородних студентов в шести колледжах (Уральский информационно-технологический, Уральский политехнический, Западно-Казахстанский индустриальный, Западно-Казахстанский инженерно-технологический, Аксайский технический колледжи и Колледж экономики и информационных технологий), в то время как наличие такового является обязательным условием размещения госзаказа, – сообщили в пресс-службе прокуратуры ЗКО.

Также выявлено, что Аксайским техническим колледжем превышен контингент обучающихся на 116 лиц, в результате чего незаконно получены средства из бюджета в размере 3 млн тенге. Учреж-

дению намеренно включались в список отчисленные и завершившие обучение студенты.

По данным пресс-службы ведомства, факты выплаты стипендий обучающимся, не посещающим учебные заведения в связи с трудоустройством, установлены в деятельности шести колледжей – Бокейординский, Жалпакталский, Каратобинский, Теректинский, Сырмынский, Чингирлауский колледжи.

– К примеру, гражданин, числящийся в 2016–2017 годах студентом Теректинского колледжа, фактически на тот период осуществлял постоянную трудовую деятельность в ГКП «Ветеринарная станция Чингирлауского района», но последнему продолжалась выплата стипендии. Повсеместно имеет место искусственное завышение сведений о количестве обеспеченных рабочих местами выпускников, а также отсутствие содействия в их трудоустройстве со стороны администрации учебных заведений. Так, в Жалпакталском колледже по итогам 2017 года показатель трудоустроенных

составлял 92%. Проверкой установлено, что фактически данный показатель равен 48%, так как 41 студентом представлены фиктивные данные о занятости, – рассказали в пресс-службе прокуратуры.

Кроме того, в результате проверки стало известно, что некоторым студентам Уральского колледжа газа, нефти и отраслевых технологий вставлялись отметки в журнале обучения, несмотря на пребывание в это время за рубежом. Таскалинским колледжем нарушены права иногородних студентов на оплату льготного проезда в период зимних и летних каникул на общую сумму свыше 75 тысяч тенге.

**Всего по результатам проверки в бюджет возмещено свыше 8 млн тенге, к ответственности привлечено 72 должностных лица.**

## Четыре наркопритона ликвидировали полицейские

В 2018 году из незаконного оборота изъято более 78 килограммов наркотических средств.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

Как сообщил начальник управления по борьбе с наркобизнесом, департамента полиции ЗКО Андрей Хлевин, на территории ЗКО было выявлено 216 правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, из них 82 наркопреступления, в том числе 40 фактов сбыта наркотиков.

– Из общего числа 17 фактов хранения наркотических средств в особо крупном размере, тогда как в 2017 году это число достигало 9. На территории города Уральск выявлено четыре наркопритона. С 1 июня по 30 октября в республике проводилась операция «Кокнар», в ходе которой было выявлено 18 фактов незаконной культивации наркосодержащих растений. В 2017 году было выявлено 8 подобных случаев. Были пресечены три факта контрабанды наркотиков, – рассказал Андрей Хлевин.

По словам начальника управления, были задержаны 176 человек, которые совершили правонарушения в сфере незаконного оборота наркотиков, из них 41 человек являются наркобывчиками. Из незаконного оборота было изъято 78 килограммов наркотических средств.

– Сотрудниками полиции выявлено 134 уголовных проступка в сфере незаконного обращения с наркотическими веществами. По части 1 статьи 296 УК РК «Немедикальное потребление наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов, прекурсоров в общественных местах» был выявлен один факт. По части 2 статьи 296 УК РК «Незаконные изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов, прекурсоров» было выявлено 114 фактов, а по части 3 статьи 296 УК РК «Незаконные изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов в крупном размере» было выявлено 19 фактов, – отметил Андрей Хлевин.



Стоит отметить, что сотрудниками МПС в 2018 году были задержаны 188 человек, которые управляли транспортными средствами в состоянии наркотического опьянения. Тогда как в 2017 году по данному факту были задержаны 126 человек.

**Сотрудники полиции отмечают, что в синтетические наркотические средства завозятся из приграничных регионов РФ.**

– Сейчас синтетические наркотики в основном заказывают через интернет-магазины. Кроме того, ранее в таблицу наркотических средств входило лишь несколько компонентов синтетических средств, тогда как состав заказанной через интернет «синтетики» менялся постоянно. Но 27 декабря 2018 года были внесены поправки по вопросам контроля над оборотом наркотических веществ и их аналогов. Теперь поправки позволят нам незамедлительно вводить запрет на быстро появляющиеся на рынке новые виды синтетических наркотиков, которые ранее не входили в список запре-

ценных веществ, – рассказал начальник УБН.

**Кроме этого, полицейские убедительно просят жителей города и области сообщать о надписях на стенах зданий, которые якобы предлагают приобрести наркотические средства.**

– Наверняка жители Уралья неоднократно встречали странные надписи с указанием номеров телефонов на стенах домов, гаражей и других строений. Преимущественно это действия мошенников, которые под видом наркокурьеров предлагают сначала оплатить и только после этого получить наркотики. Большая часть отправивших деньги не получили наркотики, – рассказал Андрей Хлевин.

Стоит отметить, что в ЗКО на учете полицейских состоят 635 наркоманов, большинству из которых менее 30 лет.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

### Под ИЖС выделяют более 2 тысячи земельных участков

В Западно-Казахстанской области в очереди на получение земли зарегистрировано 103 462 человека, 71 878 из них проживают в областном центре.

– В 2018 году по 11 районам области было выделено 2113 участков под ИЖС. В 2019 году готова проектно-сметная документация на выдачу 2065 участков в трех районах – Бурлинском, Зеленовском и Теректинском. По городу Уральск в 2017 году был разработан проект детальной планировки и подаются от поселка Круглоозерное на 1141 участок. В 2019 году планируется подведение коммуникаций. После этого участки будут выдаваться очередникам, – отметила руководитель отдела земельного кадастра управления земельными отношениями ЗКО Аяжан Амангельдиева.

Отметим, что в последний раз в Уральске земельные участки под ИЖС выдавались в 2010 году.

РУСЛАН АЛИМОВ

### Студента колледжа убили в Аксае

17-летний парень скончался от ножевого ранения в больнице 13 января. В пресс-службе управления здравоохранения ЗКО сообщили, что молодой человек поступил в Бурлинскую центральную районную больницу с ножевым ранением 13 января в 6.36.

– В 7.12 он скончался от полученного ножевого ранения, – заявили в пресс-службе облздрава.

Нужно отметить, что умерший был студентом колледжа. В пресс-службе департамента полиции ЗКО отметили, что подозреваемый в преступлении задержан.

– В результате оперативно-розыскных мероприятий сотрудниками полиции Бурлинского района установлены и задержаны подозреваемого в совершении преступления. Он водворен в изолятор временного содержания. Начало досудебное расследование по ч. 3 ст. 106 УК РК «Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью, повлекшее по неосторожности смерть потерпевшего», – сообщили в пресс-службе департамента полиции ЗКО.

ДАНА РАХМЕТОВА

# Школьница стала победительницей престижного конкурса в Москве

**Алина Хожантаева выиграла третий сезон проекта «Топ модель по-детски».**

**АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА**

Как рассказала мама девочки Олеся Хожантаева, в 2016 году Алина впервые участвовала в конкурсе красоты "Первая принцесса Уральска". Тогда она выиграла в номинации "Мисс Артистичность".

— К сожалению, в Уральске да и в Казахстане талант Алины остался незамеченным. Тогда мы не прошли в финал. Но мы не стали отчаиваться и решили идти дальше. В Instagram увидели, что в Москве будет проходить конкурс красоты. Для участия Алине нужно было пройти онлайн-кастинг. Она его прошла безо всяких проблем, и мы попали в полуфинал, который проходил в августе 2018 года в Москве. Это был второй полуфинал третьего сезона, — рассказала мама Алины.

По словам Олеси, в конкурсе участвовали 16 девочек в возрасте от 6 до 17 лет, и все они имели опыт работы в качестве модели.

— Все конкурсантки ранее участвовали в неделях высокой моды, их фото-

графии печатались в журналах. Из 16 девочек в финал вышли всего шесть. Могу сказать, что конкуренция была сильная. Были девочки из России, Турции и Казахстана. В рамках конкурса Алина участвовала в самой престижной неделе высокой моды Mercedes Benz Fashion Week Russia, — отметила Олеся Хожантаева.

*Стоит отметить, что победительницей и лицом третьего сезона проекта «Топ модель по-детски», по мнению жюри, была названа Алина Хожантаева. Финал проходил в октябре 2018 года в городе Москва.*

По словам самой Алины, два года назад в мир моды её привела мама.

— Тогда мы переживали трудный момент в жизни. Мы потеряли бабушку. Но оказавшись среди других девочек разного возраста, я почувствовала себя более уверенной. Мне понравилось быть в центре внимания объективов. У меня изменилась походка и осанка. Кроме моде-



линга я увлекаюсь рисованием, танцами, люблю петь песни на разных языках. Учю китайский, английский, испанский, итальянский языки. Знаю казахский и русский. Пишу статьи для журнала. Люблю плавать, ездить верхом на лошади, кататься на коньках и лыжах, летала на парашютизме, занимаюсь дайвингом. Нравится кататься на американских горках, играть в шахматы, ходить в кино. Больше всего я люблю путешествовать, узнавать что-то новое, — говорит Алина Хожантаева.

Стоит отметить, что сейчас Алина является ученицей шестого класса СОШ №8 и, кроме всего прочего, у девочки есть большие успехи в школе.

— Алина является неоднократным призером областных и республиканских

олимпиад по математике. У неё много друзей не только в Казахстане. За время конкурса в Москве она подружилась со многими девочками из других стран и сейчас поддерживает с ними связь, — рассказала Олеся Хожантаева.

*В будущем Алина планирует вести активный образ жизни, побывать на Антарктиде, поехать по подиуму в Нью-Йорке, сфотографироваться с Дуэйном Джонсоном, посетить Японию и увидеть Голливуд.*

Фото предоставлено Олесей Хожантаевой

# Оленья упряжка, кабан и собака: уралец создает фигуры из снега

**Данияр Шатииков во дворе своего офиса делает скульптуры из снега.**



**АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА**

Как рассказал автор скульптур Данияр Шатииков, он занимается предпринимательством, а делать разные фигуры — это его хобби, которому он уделяет только свободное от работы время.

— Вообще я строитель, работал электриком, сантехником. Сейчас я работаю в сфере туризма. Но я всю жизнь увлекался поделками. Нигде этому не учился,

так сказать, самоучка. Делаю поделки из дерева, костей, гипса и глины. В зимнее время делаю фигуры из снега. Мне нравится этим заниматься. Это ведь полезно для здоровья, — говорит Данияр Шатииков.

По словам мужчины, идея делать скульптуры из снега пришла к нему давно. Все началось с обычной фигуры собаки, символа прошлого года.

— В этом году снега выпало много и я решил сделать скульптуру собаки. Поначалу люди все время ломали её, но я за-

ново чинил. Когда я закончил, заметил, что людям нравится. Они приходили, смотрели, делали селфи. Потом сделал оленьей с упряжкой. На это у меня ушло два дня. Сначала придать форму, потом залил водой, ждал когда все застынет. Самое сложное было сделать кабана. Никак у меня не получалось придать ему форму. Долго думал, представлял его. Наконец, и его доделал. Теперь хочу сделать лебедей и медведя. Но для этого тоже нужно вдохновение и время. Лебедей уже начал делать. На днях, думаю, закончу, — рассказал Данияр Шатииков.

По словам коллег Данияра, его произведения очень нравятся прохожим. Многие останавливаются рядом с ними, рассматривают, фотографируются с ними, а дети с радостью садятся в оленью упряжку.

— Здесь рядом расположен детский сад. Дети приходят и играют рядом с фигурами. Данияру это понравилось. Он выходил и вместе с ними играл, рассказывал им. Людям очень нравится. Некоторые заходят к нам и спрашивают про автора. Мы его поддерживаем, — рассказала коллега Данияра Алия Кунабаева.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

## Из снега слепили пожарную машину

Пожарные Уральска таким образом решили внести свой вклад в украшение города.

В пресс-службе ДЧС ЭКО рассказали, что идея создания спецмашины из снега пришла в голову младшему сержанту гражданской защиты СПЧ №4 Алшшеру Куттыгали. Ему помогло в этом командир отделения Валерий Сидельников.

— Лепить машину марки ЗИЛ-131 АЦ-40 начали еще 31 декабря, а вот покраской занялись лишь спустя 2 дня, так как не было времени, — рассказал начальник караула СПЧ №4 Дархан Азаматов.

Теперь автомобиль из снега располагается по ул. Гагарина, напротив СПЧ №4.

ДАНА РАХМЕТОВА

Фото предоставлено пресс-службой ДЧС ЭКО



## YAMAHA – В УРАЛЬСКЕ!

**В Уральске стартовала продажа снегоходов, квадроциклов и мотоциклов Yamaha.**

Автомобилотехника величайшего японского бренда предлагает известная автомобильная компания «Урал-Кров-Авто».

Ценность любого начинания становится очевидной с годами. Истинность этих слов подтверждается деятельностью компании «Урал-Кров-Авто», которой в этом году исполнилось 27 лет. И на сегодняшний день «Урал-Кров-Авто» — один из крупнейших автодилеров в Западно-Казахстанской области.

— Наши предложения могут удовлетворить потребности практически любого покупателя. У нас богатый выбор легковых и коммерческих автомобилей крупнейших европейских, китайских брендов, — рассказал бренд-менеджер компании «Урал-Кров-Авто» Гулбакыт Ткатова. — Постоянное стремление к развитию, открытие новых направлений деятельности, ориентация и быстрое реагирование на потребности клиента, высокое качество работы персонала — все это помогает нашей компании занимать

лидирующие позиции на автомобильном рынке. Спешим порадовать жителей нашей области, что с 2019 года мы даем старт продажам крупнейшего производителя рекреационной техники Yamaha.

Компания предлагает весь ассортимент продукции Yamaha в наличии и на заказ: мотоциклы, скутеры, снегоходы, квадроциклы, гидроциклы, катера, моторы, генераторы и многое другое. Для вашего удобства действуют специальные кредитные предложения и 1 год гарантии, специалисты без труда подберут для Вас наиболее подходящий вариант.

### МОТОЦИКЛЫ YAMAHA

Мотоциклы «Ямаха» считаются эталоном по всем показателям и оставляют далеко позади своих конкурентов, оставаясь в течение последних десятилетий безусловными лидерами продаж. На мировом рынке продукция Yamaha давно выделена в отдельный класс, ведь это со-

вершенно новый уровень динамики, управляемости, маневренности и фантастических возможностей для активного отдыха.

### КВАДРОЦИКЛЫ И МОТОВЕЗДЕХОДЫ YAMAHA

Среди внедорожной мототехники Yamaha мотовездеходы и квадроциклы (ATV) занимают отдельное место. Эталонное качество сборки, беспрецедентная выносливость, высокая мощность и отличная управляемость на любой дороге — это лишь схематичное описание мотовездеходов и квадроциклов Yamaha, пользующихся спросом у дачников и любителей активного отдыха.



на природе. Эту универсальную мототехнику можно легко приспособить для перевозки грузов или объезда территории, но все, что покупает мотовездеход или квадроциклы Yamaha, в первую очередь, хотят оценить их динамику и устойчивость на лесных дорогах, песчаных карьерах и в бескрайних степях.

### СНЕГОХОДЫ YAMAHA

Что такое непроходимые суровые, занесенные снегом дороги и гололед,

если у вас есть снегоход Yamaha, специально разработанный для зимнего отдыха в самых экстремальных условиях! Отправляясь на зимнюю рыбалку или на прогулку по лесу, не стоит увлекаться большими скоростями, ведь главное в этом случае — надежность, устойчивость и безопасное преодоление сложных участков, которые вам обеспечат утилитарные снегоходы Yamaha.

### ГИДРОЦИКЛЫ YAMAHA

Если покoreние суши на мототехнике Yamaha — это для вас уже пройденный этап, то пора переходить в другое измерение. У нас представлены лучшие модели гидроциклов, которые раскроют перед вами секреты укрощения водной стихии.

### ЛОДОЧНЫЕ МОТОРЫ YAMAHA

Производством подвесных лодочных моторов японская корпорация Yamaha занимается на протяжении нескольких десятков лет и в настоящее время является одним из крупнейших поставщиков лодочных моторов на мировой рынок. Лодочные моторы Yamaha предназначены для различных назначений: лодки для рыбной ловли, активного отдыха, спортивных соревнований и коммерческих перевозок.

Стоит также отметить, что компания «Урал-Кров-Авто» объявляет о старте акции «Зимние шины в подарок». По этой акции каждый покупатель автомобиля Lifaп получает в подарок комплект зимних шин. В акции участвуют все автомобили модельного ряда Lifaп.

Акция «Зимние шины в подарок» будет действовать до 31 января 2019 года.

Ждем всех по адресу: г. Уральск, ул. Шолохова, 11/4.

Телефон: 21-45-45, 8 705 790 74 44

**DOMINO** home & business  
ПОСУДА ДЛЯ ДОМА И РЕСТАУРАЦИИ

*Поздравляем всех жителей и гостей г. Уральска с наступающим Новым годом и приглашаем за покупками и подарками в наши магазины.*

Клиент Вас. по адресу: ул. Астана, 81 (Сторожевая Восток-Степак) ул. Демоскопская, 12 (Сторожевая Восток) ул. Бульварный, 4 (Бульварный) ул. Чкалова, 9 (ТЦ) 894-90-34

ОБЩЕСТВЕННАЯ БАНЯ **AQUA TIME**

**СДАЕТСЯ В АРЕНДУ ПОМЕЩЕНИЕ с кедровой бочкой, оборудованием для вакуумного и простого массажа.**

мкрн. Строитель, 36/1 8 7112 23 37 67

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

513 598

**YAMAHA**  
Revs Your Heart

**YAMAHA – В УРАЛЬСКЕ!**

**В Уральске стартовала продажа снегоходов, квадроциклов и мотоциклов Yamaha.**

Автомобилотехника величайшего японского бренда предлагает известная автомобильная компания «Урал-Кров-Авто».

Ценность любого начинания становится очевидной с годами. Истинность этих слов подтверждается деятельностью компании «Урал-Кров-Авто», которой в этом году исполнилось 27 лет. И на сегодняшний день «Урал-Кров-Авто» — один из крупнейших автодилеров в Западно-Казахстанской области.

— Наши предложения могут удовлетворить потребности практически любого покупателя. У нас богатый выбор легковых и коммерческих автомобилей крупнейших европейских, китайских брендов, — рассказал бренд-менеджер компании «Урал-Кров-Авто» Гулбакыт Ткатова. — Постоянное стремление к развитию, открытие новых направлений деятельности, ориентация и быстрое реагирование на потребности клиента, высокое качество работы персонала — все это помогает нашей компании занимать лидирующие позиции на автомобильном рынке. Спешим порадовать жителей нашей области, что с 2019 года мы даем старт продажам крупнейшего производителя рекреационной техники Yamaha.

Компания предлагает весь ассортимент продукции Yamaha в наличии и на заказ: мотоциклы, скутеры, снегоходы, квадроциклы, гидроциклы, катера, моторы, генераторы и многое другое. Для вашего удобства действуют специальные кредитные предложения и 1 год гарантии, специалисты без труда подберут для Вас наиболее подходящий вариант.

**МОТОЦИКЛЫ YAMAHA**  
Мотоциклы «Ямаха» считаются эталоном по всем показателям и оставляют далеко позади своих конкурентов, оставаясь в течение последних десятилетий безусловными лидерами продаж. На мировом рынке продукция Yamaha давно выделена в отдельный класс, ведь это со-

вершенно новый уровень динамики, управляемости, маневренности и фантастических возможностей для активного отдыха.

**КВАДРОЦИКЛЫ И МОТОВЕЗДЕХОДЫ YAMAHA**  
Среди внедорожной мототехники Yamaha мотовездеходы и квадроциклы (ATV) занимают отдельное место. Эталонное качество сборки, беспрецедентная выносливость, высокая мощность и отличная управляемость на любой дороге — это лишь схематичное описание мотовездеходов и квадроциклов Yamaha, пользующихся спросом у дачников и любителей активного отдыха.

**СНЕГОХОДЫ YAMAHA**  
Что такое непроходимые суровые, занесенные снегом дороги и гололед,

если у вас есть снегоход Yamaha, специально разработанный для зимнего отдыха в самых экстремальных условиях! Отправляясь на зимнюю рыбалку или на прогулку по лесу, не стоит увлекаться большими скоростями, ведь главное в этом случае — надежность, устойчивость и безопасное преодоление сложных участков, которые вам обеспечат утилитарные снегоходы Yamaha.

**ГИДРОЦИКЛЫ YAMAHA**  
Если покoreние суши на мототехнике Yamaha — это для вас уже пройденный этап, то пора переходить в другое измерение. У нас представлены лучшие модели гидроциклов, которые раскроют перед вами секреты укрощения водной стихии.

**ЛОДОЧНЫЕ МОТОРЫ YAMAHA**  
Производством подвесных лодочных моторов японская корпорация Yamaha занимается на протяжении нескольких десятков лет и в настоящее время является одним из крупнейших поставщиков лодочных моторов на мировой рынок. Лодочные моторы Yamaha предназначены для различных назначений: лодки для рыбной ловли, активного отдыха, спортивных соревнований и коммерческих перевозок.

Стоит также отметить, что компания «Урал-Кров-Авто» объявляет о старте акции «Зимние шины в подарок». По этой акции каждый покупатель автомобиля Lifaп получает в подарок комплект зимних шин. В акции участвуют все автомобили модельного ряда Lifaп.

Акция «Зимние шины в подарок» будет действовать до 31 января 2019 года.

Ждем всех по адресу: г. Уральск, ул. Шолохова, 11/4.

Телефон: 21-45-45, 8 705 790 74 44

### Врачи спасли мужчину, который выстрелил себе в грудь

В Мангистауской центральной районной больнице Шетте врачи экстренно прооперировали мужчину, который случайно произвел выстрел в область груди.

9 января в 11.30 в Мангистаускую центральную районную больницу Шетте доставили мужчину в тяжелом состоянии с огнестрельными ранениями в области сердца и легких.

**Мангистауские врачи в экстренном порядке прооперировали больного. Несколько часов длилась операция, благодаря которой врачам удалось спасти жизнь мужчине.**

— Операция прошла успешно, врачи на данный момент положительно оценивают состояние пострадавшего, хотя он находится в стабильно тяжелом состоянии, — сообщил руководитель пресс-службы управления здравоохранения Мангистауской области Азамат Сарсенбаев.

РЕГИНА ЯСНАЯ

### Младенца прооперировали после инсульта

Мангистауским врачам удалось спасти жизнь малыша, благодаря хирургическому вмешательству.

Ребенок 2018 года рождения поступил в детскую областную больницу с диагнозами — острое нарушение мозгового кровообращения в постдиффузное перенесенного инсульта и анемия тяжелой степени.

По словам пресс-секретаря управления здравоохранения Мангистауской области Азамата Сарсенбаева, операция, которую провел детский нейрохирург Ербол Кенжевалов, длилась около часа.

**По словам врачей, операция прошла успешно, хотя операция считается сложной. Малыш уже пришел в сознание после оперативного вмешательства.**

РЕГИНА ЯСНАЯ

## Владельцу вернули 1,1 млн тенге, забытые в такси

Таксист сам приехал в полицию и сообщил о находке.

**ДАНА РАХМЕТОВА**

Как сообщили в пресс-службе департамента полиции Актюбинской области, начальник департамента полиции Махамбет Абисатов вручил благодарственные письма двум жителям Актюбе.

— В ночь на 11 января Аслан Наби и его знакомый Дарын Ембергенов, занимающийся частным извозом, довели мужчину к его дому. Спустя некоторое время, они обнаружили на заднем сиденье крупную сумму денег. Недолго думая, парни приехали в отдел полиции №3 Алматинского района и сообщили полицейским, что клиент, которого подвозили, оставил сумку с деньгами. Через несколько минут в полицию позвонил мужчина. Он рас-

сказал, что в машине такси забыл деньги — 1 миллион 100 тысяч тенге, — сообщили в пресс-службе.

Впрочем, Аслан и Дарын не видят ничего особого в том, что они вернули деньги. Молодые люди считают, что деньги никому легко не достаются и так должен поступать каждый добросовестный и законопослушный гражданин. Эти деньги, отметили они, могли быть предназначены для лечения, оплаты кредита или какого-нибудь другого долга. Поэтому они и решили вернуть находку законному владельцу.

— Начальник департамента полиции поблагодарил Аслана и Дарына за честность и добросовестность и вручил им благодарственные письма, — отметили в полиции.



Фото предоставлено пресс-службой департамента полиции

## Браконьеры убили инспектора лесного хозяйства в Карагандинской области

Два инспектора преследовали 6 браконьеров, застреливших сайгаков. Убегавшие оказали сопротивление и избили их, одного — до смерти.

В Карагандинской области браконьеры напали на инспекторов лесного хозяйства, один из них погиб, сообщил пресс-секретарь Комитета лесного хозяйства и животного мира МСХ РК Сакен Дилдахмет.

«13 января 2019 года около 18 часов в ходе рейдовых мероприятий инспекторами РГКП "ПО "Охотзоопром" на территории Нурунского района Карагандинской области обнаружены 5 отстреленных туш сайгаков. В ходе преследования было обнаружено два автомобиля Toyota Land Cruiser без регистрационных номеров, один из которых удалось остановить. При проверке автомобиля неизвестными

оказано сопротивление", — сообщил он на своей странице в Facebook.

*В результате один инспектор получил колото-резаные раны и перелом челюсти, второй инспектор после черепно-мозговой травмы находился в коме, но врачи не смогли его спасти.*

На место ЧП выехала оперативная группа из сотрудников правоохранительных органов. Возбуждено уголовное дело. Полиция ищет подозреваемых.

В департаменте полиции Карагандин-

ской области добавили, что телесные повреждения инспекторам нанесли шесть браконьеров.

РГКП "ПО "Охотзоопром" занимается организацией охраны и учёта животного и растительного мира с помощью наземного и воздушного транспорта, а также борется с правонарушениями в области охраны, воспроизводства и использования животного мира. Одной из основных задач в деятельности предприятия является охрана редких и исчезающих видов диких животных и сайгаков.

ИСТОЧНИК: INFORMBURO.KZ

## Суд по делу мальчика из села Абай: подростку-насильнику дали семь лет лишения свободы

Процесс прошёл в закрытом режиме, на скамье подсудимых оказался лишь один из четверых подростков, подозревавшихся в насилии над ребёнком.

В Шымкентском специализированном межрайонном суде завершился суд по делу об изнасиловании семилетнего мальчика четырьмя подростками в посёлке Абай. Громкая история произошла в Келесском районе Туркестанской области (ранее ЮКО) в начале 2018 года.

*На скамье подсудимых оказался лишь один из четверых подростков. Его приговорили к семи годам лишения свободы. Подсудимый во время следствия и пока шёл суд, посещал школу. Его взяли под стражу в день приговора, 10 января. С этого же дня и будет отсчитываться срок.*

В отношении других уголовное преследование прекратили — они не достигли возраста, когда наступает уголовная ответственность, им не было 14 лет. Суд прошёл в закрытом режиме.

Во время процесса все четверо подростков, которых подозревали в совершении сексуального насилия, продолжали учёбу. Главный и единственный фигурант уголовного дела перешёл в этом году в девятый класс.

Об изнасиловании семилетнего мальчика из села Абай заявила его бабушка. Она рассказала, что над её внуком над-

ругались старшеклассники и не один раз. Жители села в свою очередь отрицали эту информацию. Позже стало известно, что бабушка мальчика заявляла о насилии над её внуком ещё в 2016 году.

На скамье подсудимых оказался лишь один из четырёх подозреваемых в насилии над ребёнком. Трое подростков избежали уголовной ответственности, так как им ещё не было 14 лет.

После скандального заявления бабушки мальчика были уволены глава районной МПС и школьный инспектор.

*Скандальное дело также прокомментировал Президент Казахстана Нурсултан Назарбаев, который рассказал, что расследование на нескольких уровнях тормозили родственники подозреваемых, в том числе полицейские.*

ИСТОЧНИК: INFORMBURO.KZ.

## Мать бросила детей, застрявших в грязи

Женщина решила сократить путь и пройти с тремя детьми по бездорожью.

**КАМИЛЛА МАЛИК**

По сообщению пресс-службы департамента полиции Атырауской области, 13 января в 20.03 от охранников АНПЗ поступил звонок в службу "102" о том, что к ним за помощью обратилась неизвестная женщина, которая сообщила о пропаже в окрестностях завода ее двух детей — восьмилетней девочки и трехлетнего мальчика.

— Выяснилось, что женщина приехала к заводу на такси около 19.00, вышла с детьми из машины и по бездорожью решила пройти до поселка Таскала. В пути двое детей не смогли выбраться из грязи, после чего женщина решила оставить их и пойти домой с малолетним ребенком, который был у нее на руках. Когда женщина вернулась за детьми, на месте их не оказалось. Она решила обратиться к охранникам АНПЗ, которые и вызвали полицию, — рассказали в пресс-службе департамента полиции.

На поиски пропавших детей был брошен весь личный состав полиции, и к 23.00 участковый обнаружил девочку и мальчика под кустами. 3-лет-

ний ребенок спал, на нем не было сапог.

— Детей сразу же забрали в городской отдел полиции №1, напоили горячим чаем, покормили, вызвали скорую помощь. Детей забрали в больницу, осмотрели, сегодня их уже отпустили, так как не было опасений за их здоровье. Наркологическое обследование матери показало, что она в тот вечер находилась в легкой степени опьянения. Действия матери будут вынесены на рассмотрение комиссией по делам несовершеннолетних, — сообщили в пресс-службе департамента полиции.

*Отметим, что в ноябре прошлого года 38-летняя женщина уже была привлечена к административной ответственности по статье 127 КоАП за невыполнение родительских обязанностей, ее семья была поставлена на учет как неблагополучная.*

Скриншот видео

## СОШ № 32 ОБЪЯВЛЯЕТ КОНКУРС НА ЗАНЯТИЕ ВАКАНТНЫХ ДОЛЖНОСТЕЙ НА 2018–2019 УЧ.Г.

### 1. Диетсестра— 0,5 ставки

**Требования:**

- образование медицинское
- обязательно наличие сертификата диетсестры
- стаж работы в сфере образования.

**Документы для участия в конкурсе:**

1. Заявление.
2. Копия удостоверения личности
3. Резюме.
4. Копии документов об образовании и квалификации.
5. Копия трудовой книжки.
6. Личный листок по учету кадров.
8. фото 3x4— 2 шт.

**Документы для участия в конкурсе должны быть предоставлены в течение 15 дней с момента опубликования объявления по адресу: г. Уральск, ул. Жданова, 48 телефон/факс: 28–30–88**

**К/Х «ЩАПОВО», СОГЛАСНО ТРЕБОВАНИЯМ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО КОДЕКСА РК (СТ. 57), ОБЪЯВЛЯЕТ О ПРОВЕДЕНИИ ОБЩЕСТВЕННЫХ СЛУШАНИЙ В ФОРМЕ ОПРОСА С РАЗДЕЛОМ ОХРАНА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ С ПОСЛЕДУЮЩЕЙ ПЕРЕДАЧЕЙ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ КОМПЛЕКСНОЙ ЭКСПЕРТИЗЫ В ОРГАНИЗАЦИЮ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ ЭКСПЕРТИЗЫ ПО РАБОЧЕМУ ПРОЕКТУ:**

Строительство убойного цеха в п.Щапово Зеленовского района ЗКО. С разделом охраны окружающей среды с последующей передачей для проведения вневедомственной комплексной экспертизы. Заказчик проекта: К/Х «Щапово», Генеральный проектировщик: ТОО «ТАТПРОЕКТ», г.Уральск, ул. Кердери, 137, тел.: 8 771 432–00–41. Орган по проведению экологической экспертизы: Вневедомственная комплексная экспертиза. Адрес интернет-ресурса местного испол.органа, где размещена документация по проекту и опросный лист по учету мнения заинтересованной общественности. <http://uralsk.gov.kz>

**ПРЕДСТАВИТЕЛИ ОБЩЕСТВЕННОСТИ МОГУТ ОЗНАКОМИТЬСЯ С МАТЕРИАЛАМИ ПРОЕКТА ООС И НАПРАВИТЬ СВОИ ЗАМЕЧАНИЯ И ПРЕДЛОЖЕНИЯ ПО ЭЛЕКТРОННОМУ АДРЕСУ: AZATMAX74@YANDEX.RU, ТЕЛ.: 8 771 432–00–41**

**"ЩАПОВО" Ш / Қ, ТАЛАПТАРЫНА СӘЙКЕС, ҚР ЭКОЛОГИЯЛЫҚ КОДЕКСІНІҢ (57–БАП), ҚОҒАМДЫҚ ТЫҢДАУЛАР ӨТКІЗІЛЕТІН ТУРАЛЫ ХАБАРЛАЙДЫ НЫСАНЫНДАҒЫ СУРАУ–БӨЛІМІНЕ СӘЙКЕС ҚОРШАҒАН ОРТАНЫ ҚОРҒАУ, КЕЙІННЕН КЕШЕНДІ САРАПТАМА ЖҮРГІЗУ ҮШІН ҰЙЫМҒА ЭКОЛОГИЯЛЫҚ САРАПТАМА ЖҮРГІЗУ ЖӨНІНДЕГІ ЖҰМЫС ЖОБАСЫ БОЙЫНША:**

БҚО Зеленов ауданы Щапово ауылында мал сою цехының құрылысы. Тарауына сәйкес қоршаған ортаны қорғау кейіннен өткізу үшін ведомстводан тыс кешенді сараптама. Жобаға тапсырыс беруші: "Щапово" Ш / Қ, Бас жобалаушы: ЖШС "ТАТПРОЕКТ", г. Уральск, ул. Кердери 137, тел.: 8 771 432–00–41. Орган экологиялық сараптама жүргізу жөніндегі ведомстводан тыс кешенді сараптама. Интернет-ресурстың мекенжайы жергілікті атқарушы органның орналастырылған, құжаттама жоба бойынша сауалнама парағын есепке алу жөніндегі пікірін мүдделі жұртшылық. <http://uralsk.gov.kz>

**ЖҮРТШЫЛЫҚ ӨКІЛДЕРІ МАТЕРИАЛДАРЫМЕН ТАНЫСА АЛАДЫ ЖОБАСЫНЫҢ ҚОҒ ЖӘНЕ ЖІБЕРУ БОЙЫНША ӨЗДЕРІНІҢ ЕСКЕРТУЛЕРІ МЕН УСЫНЫСТАРЫН МЫНА ЭЛЕКТРОНДЫҚ МЕКЕН-ЖАЙ: AZATMAX74@YANDEX.RU, ТЕЛ.: 8 771 432–00–41**

**В НАСТОЯЩЕЕ ВРЕМЯ «Орал Құрылыс Жөндеу Сервис» РАЗРАБАТЫВАЮТСЯ ПРОЕКТНО – СМЕТНЫЕ ДОКУМЕНТАЦИИ ПО СЛЕДУЮЩИМ ОБЪЕКТАМ:**

1. «Модернизация пассажирского лифта в здании жилого дома по адресу: ЗКО, г.Уральск, ул.Т.Масина, 48»
2. «Модернизация пассажирского лифта в здании жилого дома по адресу: ЗКО, г.Уральск, ул.Есенжанова, 20»
3. «Модернизация пассажирского лифта в здании жилого дома по адресу: ЗКО, г.Уральск, мкр.Строитель, 33, 2 подъезд»
4. «Модернизация пассажирского лифта в здании жилого дома по адресу: ЗКО, г.Уральск, мкр.Строитель, 2/1, 2 подъезд»
5. «Модернизация пассажирского лифта в здании жилого дома по адресу: ЗКО, г.Уральск, пр.Достык, 249, 2 подъезд»
6. «Модернизация пассажирского лифта в здании жилого дома по адресу: ЗКО, г.Уральск, мкр.Кунаева, 10, 2 подъезд»
7. «Модернизация пассажирского лифта в здании жилого дома по адресу: ЗКО, г.Уральск, пр.Достык, 249, 1 подъезд».

**В СВЯЗИ С ЭТИМ ВСЕ ЗАИНТЕРЕСОВАННЫЕ ЛИЦА МОГУТ ОЗНАКОМИТЬСЯ С РАБОЧИМ ПРОЕКТОМ ПО АДРЕСУ: ЗАПАДНО–КАЗАХСТАНСКАЯ ОБЛАСТЬ, Г.УРАЛЬСК, УЛ.МИРЗОЯНА, Д.6/1, ТЕЛ.ДЛЯ СПРАВКИ: 8 (7112) 21–31–34; НАПРАВИТЬ СВОИ ПРЕДЛОЖЕНИЯ И ЗАМЕЧАНИЯ МОЖНО ПО СЛЕДУЮЩЕМУ ЭЛЕКТРОННОМУ АДРЕСУ: ORAL\_OK@MAIL.RU**



# ОПЕРАЦИЯ «ЖУСАН»

## Почему казахстанцы уезжают в Сирию и как возвращаются домой

**Казахстанские спецслужбы сумели вернуть 47 граждан страны на родину из зоны боевых действий в Сирии. Там мужчины, женщины и дети были заложниками террористов и через родных просили о помощи. Tengrinews.kz рассказывает о том, как складывается судьба уезжающих в горячие точки.**

**В** 2012–2015 годы завербованные казахстанцы чаще всего уезжали в Афганистан, Ирак и Сирию. Подсчитать точное количество уехавших невозможно: люди, зачастую не имея документов, покидали страну и через три–четыре границы попадали к экстремистам.

### Почему они уезжают?

Что так влекло некогда мирных граждан в Сирию и другие зоны боевых действий? По словам начальника департамента КНБ Бахытбека Рахымбердиева, им обещали жизнь по "истинным мусульманским правилам". Все чаще казахстанцев вербуют через социальные сети. Легче всего на улов-

**Им расписывалась красивая жизнь, которая якобы там существует. Говорили, что там жизнь по справедливости, соблюдаются все религиозные каноны. Они выезжали туда и убеждались, что на самом деле ситуация совсем не такая, что никакой справедливости там и в помине нет.**

ки экстремистов и их рассказы о красивой жизни в "истинно мусульманском государстве" попадают молодые люди, только пришедшие в ислам. Именно молодые казахстанцы против воли родителей или без их ведома уезжали в горячие точки, даже не зная, что их там ждет во-

йна, убийства и разрушения.

"Им расписывалась красивая жизнь, которая якобы там существует. Говорили, что там жизнь по справедливости, соблюдаются все религиозные каноны. Они выезжали туда и убеждались, что на самом деле ситуация совсем не такая, что ника-

кой справедливости там и в помине нет. Там мусульмане воюют с мусульманами. А выйти оттуда уже невозможно. За это карают вплоть до смертной казни", – говорит Рахымбердиев.

### История жителя Сатпаева

**М**олодой парень из Сатпаева, студент третьего курса колледжа, столкнулся с работой вербовщиков в 2012 году. Зная, что родители ни за что не отпустят его в Сирию, он под видом поездки в Алматы покинул Казахстан и уехал в Египет. Уже там, связавшись с родственными, он рассказал им о своем замысле, но когда понял свою ошибку, вернуться обратно не смог. В Сирии в 2013 году он женился на уроженке Актюбе, так же как и он уехавшей в поисках веры. У них родилось трое детей.



Несмотря на сложные условия жизни, казахстанцу время от времени удавалось связаться с родными. "Когда мы разговаривали с ними по видеосвязи, за ним постоянно стояли вооруженные люди. Они не давали нам толком разговаривать, всего минуту, просто увидеть, что жив и здоров. Позже он уже сам смог выходить на связь", – вспоминает мама молодого человека Ботагоз Махатова.

Однако спокойствие матери продлилось недолго. В 2016 году новость при слала видеозапись похорон мужчины. Как он погиб, так и осталось неизвестным. По информации КНБ, нескольких граждан Казахстана в Сирии казнили за попытку бегства. Стал ли сын Ботагоз Махатовой такой же жертвой самосуда террористов, неизвестно. Теперь актионка и трое ее детей ждут возможности вернуться в Казахстан. Пока для них это невозможно, но казахстанские спецслужбы не оставляют попыток вернуть своих граждан.

### "Готовы понести наказание на родине"

**С**овместными силами казахстанских спецслужб при поддержке международных миротворческих организаций 5–6 января удалось вернуть в Казахстан 47 граждан страны. Взрослые – жители Астаны и Алматы, Алматинской, Атырауской, Западно-Казахстанской, Карагандинской и Мангистауской областей. Вылет военных и спасателей состоялся 5 января из аэропорта Актау. В самолетах везли гуманитарную помощь, предметы первой необходимости, упаковки индивидуального пакета питания. На место эвакуации казахстанские

силы прибыли 5 января в 15.45. Для детей создали условия для спокойного перелета, их накормили, подарили книжки и игрушки. Некоторых мужчин вели к самолету с закрытыми глазами. Борт с казахстанцами прибыл в Актау 6 января около двух часов ночи. Многие из привезенных в Казахстан 30 детей свою родину видят впервые – за годы жизни в Сирии казахстанцы создавали там семьи и рожали детей. Почти все отцы этих детей уже погибли.

"Некоторые из возвращенных детей рождены в Сирии. Вопрос их документирования будет решаться Министерством иностранных дел и акиматами. Эта процедура утверждена нашим законодательством, и никаких вопросов и проблем с этим нет. Почти у всех детей погибли отцы, они вернулись с матерями. Есть один ребенок, у которого мать пока остается там, он здесь один", – рассказал начальник департамента КНБ Бахытбек Рахымбердиев.

Подготовка к операции длилась несколько месяцев. В Сирии была определена засекреченная безопасная зона, куда тайно, чтобы об этом не узнали террористы, собирали всех казахстанцев. В назначенный день за ними прилетели спасатели. Операция получила название "Жусан", что в переводе с казахского языка означает "горькая польня".

На родину все наши граждане прибыли добровольно. Сейчас в отношении шести мужчин и одной женщины ведется досудебное расследование по подозрению в участии в террористической деятельности.

Как заявили в Министерстве иностранных дел, казахстанцы не знали о том, что им грозит на родине, но готовы понести наказание.

"По всем фактам выездов проводится расследование. Но вербовщику не обязательно находиться в Казахстане. В со-



циальных сетях начинается размещение таких пропагандистских материалов. Чтобы выехать за границу, никаких посредников в Казахстане не нужно, можно просто взять билет и просто выехать в любую страну. В Сирию, конечно, просто так не доберешься, но можно через Египет, Турцию и другие страны. Суммы на выезд не такие уж и большие, а когда они приезжают, террористы берут их на полное обеспечение. Но здесь идет больше речь не об оплате. Им обещают райскую жизнь, коттеджи, но больше превалирует идеология", – указал представитель КНБ Рахымбердиев.

Тем не менее, по его словам, борьба с иностранными вербовщиками ведется на всех уровнях.

"В течение прошлого года мы совместно с другими госорганами, в первую очередь Пограничной службой, органами внутренних дел, при попытке въезда в страну либо уже на территории выявили и депортировали 58 иностранных граждан, которые имели какую-то причастность к радикальным течениям. Это представители разных стран, терроризм национальности не имеет", – заверил он.

На брифинге в Министерстве иностранных дел Рахымбердиев заверил, что все последствия тщательно анализируются.

"Общественность волнуется, нет ли угроз со стороны этих возвращенных лиц. Ранее ряд граждан, не в таких масштабах, но понемногу, были возвращены в течение нескольких лет. Некоторые из осужденных уже даже вышли на свободу. Все остальные подвергались мерам реабилитации. На данный момент мы угрозы со стороны этих лиц не видим", – отметил он.

Журналисты поинтересовались, могут ли подсудимых лишить гражданства, в соответствии с казахстанским законо-

дательством.

"На данный момент в отношении ряда лиц, пребывающих в зонах конфликта, эта мера прорабатывается. Возможно, будет реализована по решению суда. Но те, кто возвращен, здесь совсем другая ситуация. Они добровольно изъявили желание вернуться. Те, кто будет признан виновным, понесут наказание здесь, в Казахстане. Вопрос о лишении их гражданства – такой целесообразности не усматривается", – заверил Бахытбек Рахымбердиев.

### Почти 500 детей все еще находятся там

**С**ейчас в Афганистане, Ираке и Сирии в зонах боевых действий, по данным КНБ, остаются еще около 380 казахстанцев, а с ними порядка 400–500 детей. Еще часть детей потерялись после смерти обоих родителей. Осенью прошлого года в распоряжение МИД попала неподтвержденная информация о детях-казахстанцах в Сирии, родители которых погибли на афгано-пакистанской границе в 2012 году. Власти страны продолжают их поиски.

"Они обманым путем были вывезены в эту охваченную кризисом страну, где находились в заложниках у террористов. Казахстан всегда поддерживает волю своих граждан, вне зависимости от их местонахождения. Мы продолжим работу по возвращению детей, не по своей воле находящихся в зоне боевых действий", – заверил Президент Нурсултан Назарбаев, выступая с заявлением о спасении 47 казахстанцев. Он пообещал, что работа по возвращению наших граждан в Казахстан продолжится при любых обстоятельствах.



# Взрыв прогремел в многоэтажке в городе Шахты

В городе Шахты Ростовской области утром 14 января прогремел взрыв. ЧП произошло в 6:18 по московскому времени в многоквартирном доме № 16 на улице Хабарова. Разрушены четыре квартиры на восьмом и девятом этажах, предварительная причина — взрыв газа.

По предварительным данным, один человек погиб, ещё два человека госпитализированы в больницу в состоянии средней тяжести. Из здания были эвакуированы 140 жильцов.

Пяти пострадавшим помощь оказана амбулаторно. Спасены 7 человек. Эпицентр взрыва газа, по предварительным данным, находился на девятом этаже дома в 72-й квартире.

Под завалами могут находиться люди. На месте происшествия работают оперативные службы. На месте ЧП ведутся поисково-спасательные работы. В них задействованы около 230 человек и 65 единиц техники. В Шахты также отправили диагностический комплекс «Стрела» для оценки технического состояния дома.

По информации, которую только сообщили представители МЧС, всего в этих квартирах, пострадавших от взрыва, находились 13 человек.



*Уголовное дело о взрыве в жилом доме в Ростовской области будет расследовать Главное следственное управление по СКФО. По поручению Александра Бастрыкина работу опытных следователей и криминалистов на месте происшествия лично организует руководитель ГСУ СК России по СКФО.*

На территории города Шахты введён режим ЧС. «Вводим режим ЧС», — сообщил губернатор Ростовской области Василий Голубев.

В настоящее время на месте происшествия находятся 228 спасателей и 65 единиц техники. В работах участвуют также два кинологических расчёта. Каждый 15-20 минут на месте ЧП объявляют «минуту тишины», чтобы услышать, есть ли кто-то под завалами. После этого поисково-спасательная операция продолжается. На месте трагедии находятся около 20 альпинистов областной службы спасения, которые приступили к работам. Кроме того, из Сочи прибыл самолёт с альпинистами Южного регионального поисково-спасательного отряда.

Около разрушенного дома устанавливают краны. С их помощью разрушенная часть строения будет разобрана.

Сейчас МЧС задействовано для ликвидации последствий ЧП 422 человека и 74 единицы техники. На месте трагедии находятся около 20 альпинистов областной службы спасения, которые готовы при-

ступить к работам. Кроме того, из Сочи вылетел самолёт, на борту которого ещё 10 альпинистов Южного регионального поисково-спасательного отряда.

Непростую работу спасателей осложнил снегопад. Из-за него работы по поиску людей, предположительно находящихся под завалами дома, могут замедлиться, что существенно снижает шансы на благополучный исход операции.

Двухлетняя девочка, которая пострадала при взрыве газа в жилом девятиэтажном доме в Шахтах, находится в удовлетворительном состоянии. Она была доставлена в областную детскую больницу, сейчас с ней рядом бабушка. По предварительным данным, мать ребенка погибла.

«Из-за угрозы обрушения части стены пришлось сократить число спасателей, работающих в эпицентре ЧП. Сейчас специалисты МЧС определяют порядок продолжения работ, чтобы снять угрозы для спасателей, разбирающих завал», — рассказали позже в пресс-службе губернатора.

*Представители МЧС общаются с прессой. Спасатели не подтверждают, что тела найдены. Таким образом, официально количество жертв взрыва — один человек, число пропавших без вести — четверо.*

К вечеру на месте взрыва газа в доме в Шахтах начался демонтаж конструкций, которые грозят обрушением. Спасатели снимают плиты перекрытий технического этажа и девятого этажа, обрушившегося в результате взрыва газа дома.

Визуальный осмотр конструкций первого подъезда жилого дома не выявил нарушения целостности конструкций, сообщил представитель штаба на месте ЧП. По предварительной версии экспертов, в квартире, расположенной на девятом этаже, произошёл взрыв газовой смеси из-за неисправности газового баллона, который использовался жильцами квартиры как источник для дополнительного обогрева помещения.

Губернатор Ростовской области Василий Голубев навестил одного из пострадавших. После взрыва за помощью к врачам обратились 15 человек. В пунктах временного размещения после взрыва находятся 23 человека.

Жители дома на улице Хабарова ранее жаловались на проблемы с газом. Такое заявление сделал представитель газовой службы в ходе заседания оперативного штаба на месте ЧП. «Последний вызов по утечке газа 10 декабря в этом доме», — сказал он.

Жильцы дома вызвали газовую службу за месяц до взрыва, отметил глава Ростовской области Василий Голубев. «Я заинтересовался у газовой службы, каково состояние газоснабжения, мне сказали — нормальное. Достаточно

приличное количество квартир, которые имеют индивидуальное газовое отопление. Это та проблема, которой газовая служба постоянно занимается. В данном случае это не имеет отношения к происшествию», — сказал он журналистам.

Прокурор Ростовской области Юрий Баранов поручил организовать проверку исполнения законодательства в сфере ЖКХ после взрыва бытового газа в девятиэтажном доме в городе Шахты. Баранов находится на месте происшествия, где следит и координирует работу оперативных служб и спасателей.

Губернатор Ростовской области Василий Голубев на месте ЧП. Сейчас на месте трагедии спасатели возводят подпорки, чтобы избежать дальнейшего обрушения здания. Для укрепления конструкции задействованы три крана.

*Угроза дальнейшего обрушения конструкций сохраняется в повреждённом при взрыве доме, сообщил руководитель ГУ МЧС по региону Вячеслав Бутко.*

«Сейчас спасателями проводятся мероприятия по укреплению несущих конструкций и межэтажных перекрытий лестничных маршей», — сказал Бутко, уточнив, что это меры предосторожности, чтобы не допустить дальнейшего обрушения.

ИК: ACHTUNGPARTISANEN.RU



# НЕБОЛЕЙ

о медицине и не только...

## Скрипят суставы

Боли в коленях традиционно считаются уделом пожилых. Хотя сегодня ситуация стремительно меняется, и столкнуться с болью в коленях может даже молодой человек.

### Причин, по которым могут болеть колени, несколько:

- прямые травмы. К ним относятся разрывы менисков и связок;
- различные переломы: стопы или голени, бедра, таза;
- системные заболевания, такие как остеопороз, подагра, ревматоидный артрит.

### Боль бывает нескольких видов:

— острая. Такая боль характерна при разрыве связок, бурсите, обычных ушибах, а также когда происходит перелом элементов колена.

— боль, возникающая во время ходьбы. Ее может вызывать артрит или другие заболевания: киста Бейкера, периартрит.

— при артритах боль может беспокоить не только во время ходьбы, но и в состоянии покоя.

— пульсирующая боль возникает при травмах мениска, запущенном артрозе.

Колени несут на себе практически весь вес тела (кроме стоп и голени), при этом они подвижны и участвуют в каждом движении ног. Это также располагает к возникновению болей в коленях. Как показывает практика, у большинства людей с симптомом «боль в колене» обнаруживалась травма копчиково-крестцовой

области. При этом пациентам ставили следующие диагнозы: остеоартроз, пояснично-крестцовый остеохондроз, артрит, нарушение местного кровообращения. Конечно, все эти диагнозы имели место быть, но вопрос в том, что они являлись не самостоятельными заболеваниями, а следствиями ранее перенесенной травмы.

### Что делать?

Конечно, в первую очередь надо обратиться к врачу. Только установив причину возникновения данного симптома, можно назначить и провести правильное лечение. Но можно и проводить профилактику, чтобы болей не было. Прежде всего, путем выполнения некоторых упражнений.

Самое эффективное — аэробные приседания. Их цель — выполнять около 500 приседаний за один подход. Конечно, сразу вы это сделать не сможете. Даже физически подготовленный, натренированный человек не всегда может выполнить такое количество приседаний сразу. Поэтому начинать необходимо с минимального количества — 10–20, не больше. В течение двух недель вы выполняете именно такое количество приседов за один подход. Затем увеличиваете число на пару приседаний, пока их не станет 50 за раз. Затем до 100 и так далее. Где-то за полгода вы дойдете до заветного числа

в 500 приседаний. Если вам потребуется больше времени, это не страшно: главное идти к цели, медленно — хорошо, но идти и постепенно увеличивать нагрузку. Данное упражнение весьма полезно, так как оно обеспечивает тренировку суставных структур и выработку суставной жидкости.

Кроме того, очень важно беречь ноги от переохлаждений. Не зря существует одна очень старая поговорка: держи ноги в тепле. Это проверенное временем и нашими предками наставление. Следовать ему — значит сохранить свое здоровье. Это касается не только взрослых — бабушек, носящих теплые носки летом. Чем раньше вы осознаете важность этой рекомендации, тем здоровее будут ваши суставы. Поэтому помните, что ноги, в частности колени, не должны ни в коем случае переохлаждаться.

*Огромное значение играет и то, в какой обуви мы ходим. Неудобная некачественная обувь в прямом смысле калечит нас, нашу опорно-двигательную систему. Поэтому нельзя жалеть время и средства на поиск и приобретение комфортной обуви, в которой нога будет чувствовать себя свободно, которая не натирает и не сжимает стопу.*

Источник: АИФ Здоровье

### ВОПРОС – ОТВЕТ

— Правда ли, что у левшей и правшей мозг работает по-разному?

— Валерия

Отвечает директор Института возрастной физиологии Российской Академии Образования Марьяна Безруких:

В разных видах деятельности у разных людей мозг работает по-разному, а правши они или левши, не имеет значения. Нет никаких общих характеристик, по которым можно сказать, что мозг левшей работает так, а мозг правшей — иначе.

Многие нейробиологические исследования говорят, что среди одаренных людей, имеющих высокие достижения в науке, есть как выраженные правши, так и левши и амбидекстры. Поэтому распространенное мнение о том, что левши гораздо более сообразительны и креативны, чем правши, является мифом. По словам ученых, различия между левшами и правшами слишком незначительны, чтобы по ведущей руке можно было сделать какие бы то ни было выводы о различиях мозговой деятельности.

— Что делать, если последствия ушиба долго не проходят?

— Максим

Отвечает ведущий программы «О самом главном», доктор Сергей Азаткин:

Так быть не должно. Скорее всего, во время ушиба произошло повреждение связок. Поскольку при нагрузке на ногу связочный аппарат травмируется, при движении возникает отёк, боли, воспалительный процесс. Нужно обратиться к врачу-травматологу, который уточнит характер травмы. Возможно, потребуется наложение лангет, противовоспалительная терапия и физиолечение.

— Почему после простуды пропало обоняние?

— Светлана

Отвечает доктор Сергей Азаткин, ведущий программы «О самом главном»:

Потеря обоняния должна полностью проходить либо сразу после простуды, либо спустя некоторое время после ингаляций с ментолом, лимонном и т.д. Если обоняние не восстанавливается, необходимо обратиться к неврологу и провести компьютерную томографию мозга, чтобы выявить причину нарушения.

Гос. регистрация № 10100168835751 от 11.11.2015г. выдан Управлением юстиции Алматинского района Департамента юстиции г. Астана

**ТОО "РЦПР Санат" проводит обучение (повышение квалификации, переподготовка, парамедика) специалистов с высшим и средним медицинским образованием на договорной основе.**  
Тел.: 53 68 92, 8 771 865 00 96, ул. Есенжанова, 19 (в здании ТОО "Медицинский центр")

**ИП Павлов А. М.**  
частный медицинский кабинет

г. Уральск, ул. Циолковского, 37/1 кв. 21  
**23-22-18, 23-25-42**  
**8 701 534 54 55**

ведет прием врач нарколог  
услуги процедурного кабинета  
мануальная терапия  
лечение алкоголизма

Лидия ИП 00383, K000902 от 25.10.2009 выдан ГУ Управления здравоохранения ЗКО

ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

ВРАЧ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ  
**ДЕМЕНКО НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА**

Лицензия № IP 00452 от 14.10.2004 выдан Министерством здравоохранения РК

ул. Жукова, 2  
ул. в. Мухоморова, этаж 4, ул. Мухоморова  
тел.: 51-77-21, 8-701-378-44-17

**АКЦИЯ**  
**Зима с «Радугой звуков»**

**СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ**

Слуховые аппараты Германия Швейцария Россия, США

**НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ**

Возвращайте мирность в свой мир и радость!

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



**ВОПРОС – ОТВЕТ**

**– Какая температура воды в душе является оптимальной?**

– Ульяна

**Отвечает врач-дерматолог**

**Елена Ковтунова:**

Обычно люди не задумываются о том, какая температура воды считается оптимальной для душа. Они просто подбирают её по собственным ощущениям. В результате параметры у всех разнятся. Но проводились определенные исследования по данному вопросу, в рамках которых было выяснено, что оптимальным значением считается промежуток 36–37 градусов, приближенный к стандартной температуре здорового организма. Так, например, в дошкольных и школьных учреждениях, где есть бассейны, этот параметр должен соблюдаться. Теплой считается вода с температурой 37–40 градусов, выше 40 – уже горячая. Прохладной пользуются те, кто закаляется. Слишком горячая вода вредна для кожи. Она смывает гидролипидный защитный слой. И если мы выходим из душа распаренные, а иммунная система не в порядке, то есть риск заболеть ОРВИ или получить обострение хронических болезней, так как вирусам на коже противостоять ничто не станет. Я рекомендую подбирать комфортную воду по своим ощущениям, но при этом не забывать, что слишком горячая негативно скажется на сердце. Могут быть и сбои ритма, и повышение давления. При комфортной температуре в 37 градусов человеку будет хорошо: сосуды его не будут беспрочно сужаться или расширяться, кровотоком не поменяется.

**– Что такое «крещенские морозы» и откуда пошло это понятие?**

– Павел

**Отвечает заведующий лабораторией Гидрометцентра РФ Людмила Паршина:**

Крещенские морозы – это народная примета, согласно которой, на Крещение, православный праздник, который верующие отмечают 19 января, то есть устанавливаются особенно крепкие морозы. Примета, действительно, имеет некоторые основания – вторая половина января является наиболее холодным периодом в году.

**– Можно ли исправить возрастную дальнозоркость?**

– Нина

**Отвечает доктор Сергей Азапкин, ведущий программы «О самом главном»:**

С возрастом дальнозоркость развивается у всех – у одних раньше, у других позже. Существует мнение, что сегодня с этой проблемой люди сталкиваются в более молодом возрасте, что связано с возросшей нагрузкой на глаза. Для профилактики любых проблем со зрением (близорукости, дальнозоркости и так далее) врачи рекомендуют профилактическую гимнастику для глаз. Корректировать уже развившуюся дальнозоркость можно только при помощи очков. Если это не даёт результата, необходимо обратиться к специалисту для решения вопроса об оперативном лечении.

Источник: АиФ Здоровье

## Как остановить приступ ночного кашля

**Кашель – важный помощник в борьбе с болезнью. Это защитный рефлекс, который помогает очистить дыхательные пути от мокроты и микробов. Но ночные приступы кашля мешают отдохнуть и выматывают и без того ослабленный организм.**

### Ночные муки

Когда человек находится в горизонтальном положении, слизь скапливается в носоглотке, дыхательные пути не очищаются. При насморке выделения из носа и околоносовых пазух стекают в глотку и вызывают кашлевой рефлекс, поэтому кашель мучает во сне, особенно когда мы переворачиваемся с боку на бок, и по утрам – когда встаём с кровати.

Усиливать кашель может пыль и сухость воздуха. Это особенно актуально в квартирах с центральным отоплением. Сухой и горячий воздух раздражает слизистые и провоцирует приступы кашля. Чтобы облегчить своё состояние, регулярно проветривайте спальню и делайте влажную уборку. Не лишним будет купить увлажнитель воздуха. Но если у вас его нет, а бороться с кашлем нужно прямо сейчас, можно повесить на батарею влажное полотенце или поставить рядом с кроватью ёмкость с водой.

### Сухой и влажный кашель – в чем разница?

Важный кашель, связанный с простудой и гриппом, полезен для очистки носоглотки и дыхательных путей. Мокрота защищает слизистые оболочки и мешает бактериям проникнуть в организм.

А сухой, дерущий горло кашель, наоборот, довольно опасен для организма. Мокрота при таком кашле не выделяется, бронхи не очищаются, а носоглотка пересыхает. На стенках дыхательных путей поддерживается постоянный воспалительный процесс. Сухой кашель в отличие от влажного не помогает выздороветь, а только изматывает и мешает дышать. Чтобы ускорить процесс выздоровления, нужно постараться перевести сухой кашель во влажный. Но делать это стоит под наблюдением врача.

### Причины ночного кашля у ребенка

Самая распространённая причина кашля у детей – вирусная инфекция. Вирусы поражают дыхательные пути на разных уровнях – от носа до бронхов, бронхиол и лёгких. Порой кашель продолжается по несколько недель, потому что ребёнок не успевает выздороветь после одной инфекции и подхватывает другую. Около 10% детей продолжают кашлять даже после пролеченного ОРВИ.



### Советы взрослым

Некоторые врачи даже предлагают ввести новый термин – «поствирусный кашель». Такие долгие приступы пугают родителей, но чаще всего они не говорят о серьёзных патологиях.

Но даже если болезнь не опасна или вовсе прошла, ребёнку сложно переносить бессонные ночи, особенно при сухом кашле. Да и родителям приходится нелегко, если не знать, как помочь.

Важно: если ребёнок часто кашляет по ночам, это может быть признаком патологии дыхательных путей, аллергии или коклюша. Обязательно проконсультируйтесь с врачом и не лечите ребёнка самостоятельно, чтобы не ухудшить его состояние.

### Помощь ребенку при кашле

**ЧТОБЫ БЫСТРО ОСТАНОВИТЬ ПРИСТУП НОЧНОГО КАШЛЯ И ПОМОЧЬ РЕБЁНКУ, МОЖНО:**

- Подложить под спину высокую подушку, перевернуть ребёнка со спины на бок, чтобы предотвратит сильный отток слизи, проглоченной и накопленной в течение дня.
- Если у ребёнка нет аллергии, поможет ложка мёда – он обволакивает и успокаивает слизистые оболочки горла.

- Чтобы смягчить кашель и успокоить дыхательные пути, дайте ребёнку пить тёплого чая или воды. Лучше не пить газированные напитки или соки цитрусовых – они могут дополнительно раздражать и без того воспалённые слизистые.

Источник: INFORMATIK



## Какие витамины продлевают молодость организма?

**Красота и молодость — цель для многих дам. Да и мужчинам тоже нередко требуется внутренняя подпитка для сохранения работоспособности и более-менее свежего вида. И в этом активно помогают витамины красоты.**

Витаминами красоты называют те варианты микроэлементов, которые позволяют сохранять молодость и тонус кожи, обеспечивают ее сияние, способствуют крепости ногтей и зубов, а также делают более здоровыми и блестящими волосы и крепкими – кости. Выделяют несколько видов витаминов, которые обеспечивают красоту и молодость организма. Каждый из них отвечает за свой участок и отличается тем или иным воздействием на организм.

**Витамин E** считается витамином кожи. Он оказывает антиоксидантный эффект, за счет чего борется с признаками старения. Также он ответственный за профилактику появления опухолей. Данное вещество поддерживает работу женской репродуктивной системы.

**Витамин C** – витамин красоты. Он также имеет антиоксидантный эффект. Также аскорбиновая кислота работает с меланином в коже, регулируя его. Если отмечается недостаток этого вещества, на коже могут проступать как пигментные пятна, так и пятна депигментации.

**Витамин A** – важный витамин для кожи. Если отмечается его нехватка, то кожа будет сухой, с появляющимися на ней трещинками, кроме того, она станет шершавой, с прыщами. В уголках губ могут быть заеды на фоне его нехватки.

**Витамины группы B** – это вещества, которые регулируют работу нервной системы. Если их не будет хватать, человек начнет ощущать усталость, сонливость, упадок сил, депрессию. Если, например, в организме отмечается нехватка витамина B5, то начнут сохнуть и ломаться волосы.

**Витамины H и D** – это не самые популярные витамины, но для красоты человека они крайне важны. Первый отвечает за кожу и слизистые оболочки, второй – за здоровье и белизну зубов, крепость и твердость костей.

Некоторые витамины продаются по отдельности, как, например, E и A, некоторые – в составе комплексов. Однако стоит понимать, что самостоятельно назначать себе даже такие на первый взгляд полезные и безопасные препараты не стоит. Специалист точно поймет, каких микроэлементов не хватает, а также укажет, что с чем надо пить вместе, чтобы был максимальный эффект.

Витамины красоты можно получить и из пищи, если нет ярко выраженных гиповитаминозов. Нужно соблюдать определенный тип питания, в котором будет много белковых продуктов, клетчатки. Соответственно, это разнообразные овощи и фрукты, мясо, рыба и морепродукты, а также субпродукты: та же печень, например. Чем еда разнообразнее, тем больше витаминов можно получить. Нехватку витаминов можно компенсировать и за счет употребления готовых комплексов, где дозировки тщательно просчитаны. В этом случае дополнительно отдельно принимать витамины красоты не стоит, иначе будет риск гипервитаминоза, который не менее опасен, чем недостаток. Есть риск переборщить с A и E, это может приводить к аллергическим реакциям и к токсическому эффекту, то есть появлению симптомов угнетения центральной нервной системы, слабости, вялости, симптомам интоксикации: рвоте, тошноте, падению давления и так далее.

### Как сочетаются между собой

Обязательно нужно учитывать правила сочетания витаминов красоты между собой. Несочетаемые витамины просто разрушают друг друга: либо не дают всасываться, либо не позволяют витамину вовремя разложиться, чтобы начать свою работу. В результате витамин скапливается в избытке и начинает отравлять организм. Комбинация витаминов вместе по тем или иным принципам обеспечивает лучшую их усваиваемость, а значит, гарантирует более качественный результат их потребления.

Витамины красоты, как и любые другие, нельзя принимать просто так. Во-первых, это надо делать только курсами. Во-вторых, обязательно требуется консультация врача, который определит наличие показаний. Стоит понимать, что сами по себе витамины – довольно токсичные вещества. Поэтому их бесконтрольное употребление может нанести серьезный вред организму, а вовсе не вернуть ему красоту и молодость.

Источник: АиФ Здоровье

**НАРОДНЫЕ СОВЕТЫ**

**Какими лечебными свойствами обладает имбирь?**

Имбирь, как и любое лекарство, нужно принимать с осторожностью. При любых острых проявлениях заболеваний желудочно-кишечного тракта стоит воздержаться от его употребления. При этом кроме эффективной помощи при простуде имбиря, как считается, чистит организм от хлестерина, бляшек, выводит токсины, паразитов и, главное, в целом обладает омолаживающим действием.

**ИНГРЕДИЕНТЫ:**

- 300–350 г имбиря,
- один лимон,
- 150–200 г мёда.

**ПРИГОТОВЛЕНИЕ:**

1. Корень имбиря чистим и нарезаем на небольшие кусочки.
2. Лимон чистим и удаляем из него косточки.
3. Пропускаем имбирь и лимон через мясорубку или размельчаем блендером.
4. Добавляем мёд, хорошенько перемешиваем.

Принимать чайную ложку смеси в день. Можно, размешав в утреннем чае.

Источник: АиФ Здоровье



**СПРАВКА**

Синоним: белый корень. Многолетнее травянистое растение семейства имбирных. Родина – Южная Азия. Культивируется в Китае, Индии, Индонезии, на Цейлоне, в Австралии, Западной Африке, на Ямайке, Барбадосе. Имбирь был первой азиатской пряностью, переселившейся в Америку еще в начале XVI века и быстро прижившейся там. В диком виде имбирь не встречается, он возделывается исключительно как огородное растение, а иногда и просто в домашних условиях (в ящиках, горшках).

## НАРОДНЫЕ СОВЕТЫ

Если вас беспокоят боли в суставах, чувство «тяжести» в ногах, старые травмы и т. д. - эта смесь заменит дорогие мази и гели.

**Понадобится:** 300 г спирта, 1 флакон камфорного спирта (10 мл), 1 пузырек йода (10 мл), 10 таблеток самого обыкновенного анальгина. Все тщательно перемешать, настоять в темном месте 21 день, и можно пользоваться. Лечит все: радикулиты, артриты, артрозы, остеохондрозы - все, что связано с суставами, костной тканью и мышцами. Перед применением рецептов требуется консультация специалиста.

Облепиховое масло является хорошим общеукрепляющим препаратом и используется для повышения иммунитета и эффективной защиты от микробов. Пейте по 0,5 столовой ложки 1 раз в день на протяжении 2х недель. Для лечения фарингитов, тонзиллитов и заболвавшей горла целесообразно принимать облепиховое масло по 1 чайной ложечке 1 раз в день. Для смягчения и антисептической обработки следует проводить процедуру полоскания маслом несколько раз в день после еды.

**Чудо-натток!** Вам нужна одна свекла, две моркови и одно яблоко, чтобы сделать сок! Это просто. Вымыть все, срезать кожу, разрезать на куски, положить их в соковыжималку и сразу выпить сок. Вы можете добавить лим или лимон для более освежающего вкуса и пейте на здоровье.

**Натток будет эффективным для следующих заболеваний:**

1. Предотвращение развития раковых клеток. Натток будет сдерживать рост раковых клеток.

2. Предотвращение болезни печени, поджелудочной железы, а также может вылечить язву.

3. Укрепление легких, поможет предотвратить сердечный приступ и высокое кровяное давление.

4. Укрепление иммунной системы.

5. Хорошо для зрения: поможет устранить красные и уставшие глаза или сухость глаз.

6. Помощь для устранения боли от физической подготовки, мышечной боли.

7. Выводит токсины, помогает дефекации, устраняет запоры. Поэтому кожа делается здоровой и сияющей.

8. Устраняет неприятный запах изо рта из-за расстройства желудка, инфекции горла.

9. Уменьшить менструальные боли.

10. Помощь для страдающих сенной лихорадкой.

**Сочетание прополиса и молока дает особый эффект:** помимо лечения простудных и легочных заболеваний улучшается общее самочувствие, сон, снимается раздражительность, усталость. 10%-ную настойку прополиса лучше всего купить в аптеке. Пузырьковая емкость 25 мл вам хватит надолго, а стоит он всего несколько рублей. Принимать средство следует вечером, перед сном по 20 капель в 100 мл горячего молока в течение 10 дней один раз в месяц. Курс повторять в течение 4-6 месяцев. При лечении простудных заболеваний у детей положительный эффект наступает после первых капель приема настойки прополиса. Для детей дошкольного возраста на ночь дать 1-2 капли прополиса на 1/3 стакана горячего молока. При панкреатите, гастрите, язве желудка, заболеваниях печени принимайте настойку прополиса по указанной схеме в течение 6 месяцев. Прополис с молоком уменьшает содержание холестерина в крови, лечит экзему и другие кожные заболевания, нормализует менструальный цикл. Очень существенно влияет прополис на стабилизацию психики. Если вы принимаете настойку прополиса, все тревожные мысли уходят, и вы настраиваетесь на лучшее, а это очень важно при лечении.

# Устраняем страхи и комплексы у детей

**Стрессы современных детей стали уже приметой времени. Причем страхи подрастающего поколения могут быть самыми разнообразными — от боязни неприятия в коллективе до выбора не тех кружков и секций. Как их побороть?**

**К**ак спасти своего ребенка от стресса — таким вопросом задаются многие родители. Ведь сегодня подростки и школьники совсем не такие, какие были даже 10 лет назад.

Сейчас выросло поколение, которое с первых дней окружено потоком информации, растет среди гаджетов, VR-технологий и симуляций. В итоге дети получили продвинутое, но совершенно беззащитное. Взрослые же не всегда могут адекватно оценить резкие перепады настроения. На что же нужно обращать внимание, чтобы предупредить нервные срывы, панические атаки и депрессию у школьников, и какие самые распространенные ошибки совершают взрослые в общении с детьми?

## Детские страхи

Для детей характерна гипертеррофированность восприятия. Так, например, они нередко считают: если я не лучший, то я никакой. Даже взрослым бывает сложно справиться с негативными эмоциями, когда они сравнивают себя с другими, листая фотоленты соцсетей. Ведь неосознанно начинаешь проводить параллели между своими сверстниками и собой, причем не всегда сравнение оказывается в твою пользу. Вдвойне сложно приходиться ребенку, который в принципе еще не понял, кто он сам по себе и какое место он занимает среди окружающих. Сравнение себя с другими свойственно для всех подростков. В пубертатном периоде у них эта конкуренция ощущается особенно остро. В этом возрасте ребенок рассматривает только два варианта сравнения: «я — лучший», «я — никакой». Причем нередко дети сами себе проигрывают в данной схватке.

Чтобы справиться с таким явлением или не допустить его совсем, родителям нужно не сравнивать своего ребенка никогда и ни с кем. Многие взрослые совершают такую ошибку, когда говорят: «Смотри, какой мальчик хороший. Он не плачет, а ты плачешь» или «Быстро ешь кашку, а то Вася отдам твою конфету». Все эти установки негативно сказываются на ребенке любого возраста. В период становления ребенку-школьнику надо, чтобы рядом с ним был родитель-

друг, который без лишней авторитарности сможет поговорить с ним, а главное — услышать и помочь разобраться. Если школьник не получит отдачи от близких, он найдет ее в сети. Сейчас, чтобы потреться и попасть под негативное влияние, детям совсем не обязательно уходить из дома. У подростков очень слабая психика. На это и делают ставку группы в соцсетях. Большинство пабликов, чья целевая аудитория — школьники, пропагандируют депрессию, безысходность, безнадежность. В этом возрасте им легко внушить все, что угодно. У многих складывается ощущение, что они одни против всех, в частности, против родителей.

Также к стрессу и страхам может приводить компьютер. Особенно если ребенок долго сидит за ним. Нагрузка на глаза и мозг увеличилась, в том числе и за счет введения электронных досок и большого количества учебников в школах. Все это вызывает вегетативные нарушения, ребенок быстрее истощается, становится более восприимчивым ко всему и представляет все в более темном свете. В результате дети чаще начинают жаловаться на боли в спине, голове и на панические атаки. Причем девочки в большей степени подвержены депрессии на этом фоне, так как у них более образное мышление. Мальчикам попроще, у них мышление конкретное. Усилить проблемы может гормональное влияние, которое отмечается в период созревания. Нужно учитывать, что это тоже стресс и страхи. Особенно для девочек, так как у них начинается установившаяся цикл, явление не из приятных. Если заранее не проработать тревожные моменты в этом возрасте, они перенесутся во взрослую жизнь.

Проблемы с самостоятельностью также могут вызывать у детей приступы паники. Они попросту не понимают собственных действий. Когда школьник отправляется в секцию или кружок, он преимущественно идет туда, куда его отпустили родители. И в такой ситуации депрессивных настроений и проблем с самоопределением не избежать. Много есть показательных примеров, когда дети, насильно отданные в музыкальную школу, часами со слезами на глазах тыкали по клавишам фортепиано. Их родители при этом не очень понимали сами, зачем они их отдали туда. Действовали по принципу: все ходят на музыку, и ты будешь. Практика показывает, что до сих пор люди, которым уже за 40, с дрожью вспоминают эти часы мучений.

## Что делать

**Н**е обязательно идти сразу к специалистам, достаточно проявить внимание, понять, что ребенок получает в конкретном сообщении и попробовать найти альтернативу. Чаще всего детям нужно просто выговориться, излить душу, поделиться сомнениями. Поэтому они идут туда, где их якобы слушают. Важно разговаривать с ребенком. Дети нередко боятся неприятия со стороны родителей. Ведь взрослые склонны обесценивать ощущения ребенка. Тут родителям важно понять, что не бывает неважных эмоций. Необходимо разрешать детям проявлять все свои ощущения. Если же родители будут ставить запреты, то они просто загонят в стрессовую ситуацию не только своего ребенка, но и себя. На одной из консультаций мама заявила, что не в силах сама наладить контакт с ребенком и решить вопрос с ним. Когда стали выяснять, почему у нее возникают трудности, оказалось, что каждый раз она говорила плачущему ребенку следующее: «Ты не должен расстраиваться. У тебя все хорошо». Это дико и ужасно. Ребенку просто запретили эмоции.

*Такие шаблоны провоцируют замкнутость. Если ребенок переживает что-то, значит, для него это важно. Нет таких детских эмоций, которые делились бы на первостепенные и второстепенные. Усилить стресс также могут недосып, что не редкость у современных детей. Тут стоит обратить внимание на режим дня. Если отмечаются бессонница или проблемы со сном, стоит копаться глубже и искать, что именно мучает ребенка — непонимание сверстников, неприятие родителей, ощущение, что он хуже других и т.д. Относительно принудительных секций — чтобы не сформировать у детей такой кошмар на всю жизнь, взрослые должны понимать, что ребенок — это самостоятельная личность. Он не должен заниматься тем, что нравится родителям.*

Источник: АИФ ЗДОРОВЬЕ

# Разгрузочные дни, которые вредят здоровью

**Яблочные, кефирные, гречневые. Разгрузочных дней очень много, но не все из них эффективны и полезны. После бурных новогодних праздников многие решают «почистить организм» от тортиков, оливье, шампанского и всего, что было съедено и выпито за каникулы с помощью разгрузочных дней. Однако далеко не все рецепты, которые вы найдете на просторах интернета, действенны и безопасны.**

## Яблочный разгрузочный день

**Что едим:** 2 килограмма яблок в сутки.

**Последствия:** Как минимум такой разгрузочный день может спровоцировать у вас повышенный аппетит. Но это не самое страшное. Куда более неприятные последствия — слабость и головноекружение. Именно по этой причине «яблочные дни» противопоказаны молодым девушкам: резкое падение уровня сахара в крови обычно заканчивается для них обмороком.

## Кефирный разгрузочный день

**Что едим:** 1-1,5 литра обезжиренного кефира.

**Последствия:** Не только «кефирный день» может обернуться проблемами со здоровьем, но и практически все другие «голодные» разгрузочные дни, когда используется минимальное количество еды. Особенно это актуально для тех людей, которые решили провести подобную чистку резко, т.е. еще вчера улетели за обе щеки фаст-фуд и курили, а сегодня пьют один кефир. Обычно неподготовленный организм реагирует на такой переход головными болями и слабостью, когда сложно даже просто пошевелить ногой или рукой.

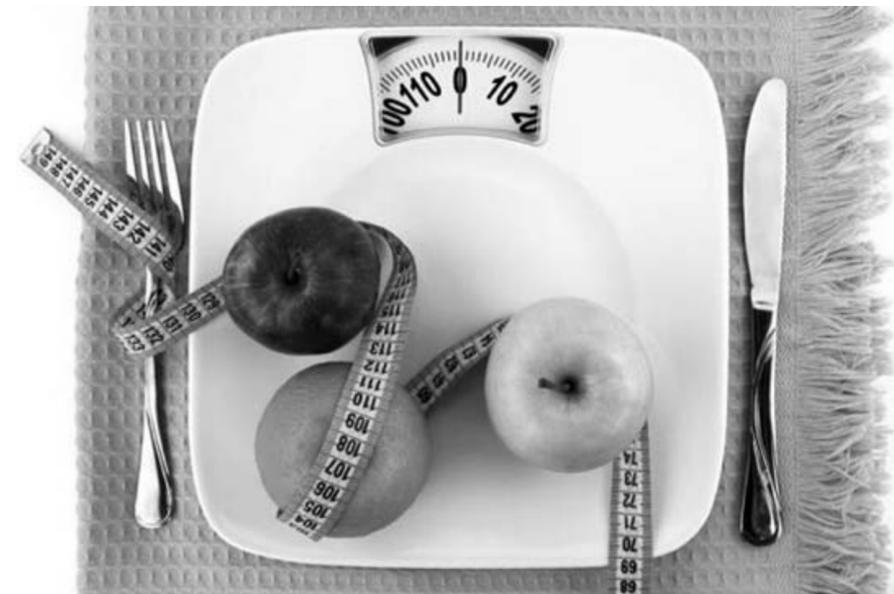
Также «голодные» разгрузочные дни преследуют две основные цели — детокс либо снижение веса. А в идеале каждая женщина хочет получить и то, и другое. Но в данном случае ни о каком из этих эффектов речи не идет, ведь вы устраиваете себе углеводный день, который к тому же опасен задержкой жидкости, может спровоцировать повышение давления и даже учащенное сердцебиение. Также будьте готовы к тому, что настроение у вас, скорее всего, ухудшится. Это плохой признак, ведь если разгрузочный день составлен грамотно, ничего подобного происходить не должно.

Так называемые «голодные» разгрузочные дни в принципе мало кому подходят, лучше использовать «сытые» аналоги, например, 400 г творога и 800 г фруктов.

## Разгрузочный день на молокочае

**Что едим:** молокочай (1,5 литра нежирного молока и 3-4 чайных ложки зеленого чая).

**Последствия:** Этот разгрузочный день также является «голодным», а значит нужно учитывать все нюансы, о которых я сказала выше. Людям с гастритом лучше вообще забыть о подобной разгрузке, иначе вы можете спровоцировать обострение болезни.



## Разгрузочный день на гречке

**Что едим:** гречку в неограниченных количествах, но без соли, масла и других добавок.

**Последствия:** Чаще всего разгрузочные дни преследуют две основные цели — детокс либо снижение веса. А в идеале каждая женщина хочет получить и то, и другое. Но в данном случае ни о каком из этих эффектов речи не идет, ведь вы устраиваете себе углеводный день, который к тому же опасен задержкой жидкости, может спровоцировать повышение давления и даже учащенное сердцебиение. Также будьте готовы к тому, что настроение у вас, скорее всего, ухудшится. Это плохой признак, ведь если разгрузочный день составлен грамотно, ничего подобного происходить не должно.

## Разгрузочный день на отварной курице

**Что едим:** 350 г отварной курицы в день, без соли и других добавок.

**Последствия:** Скорее всего, этот день закончится для вас задержкой опорожнения кишечника, т.е. запором. Это есте-

ственная реакция, когда организм получает много белка и совсем не получает овощей и содержащейся в них клетчатки.

Если уж вы любите мясо, то используйте альтернативную разгрузку: 300 г мяса (например индейки), 1 кг любых некрахмальных овощей (огурцы, помидоры, цветная капуста, брокколи и так далее).

## Разгрузочный день на вине и сыре

**Что едим:** 300 г сыра и бутылка сухого вина.

**Последствия:** Сыр, алкоголь, а также помидоры — все это продукты, которые могут провоцировать головную боль. По этой причине устраивать такую разгрузку нужно только по показаниям врача.

## Картофельный разгрузочный день

**Что едим:** 1,5 килограмма картофеля без каких-либо добавок.

**Последствия:** Этот день изначально был придуман для людей, которые страдают от проблем с почками, ведь в карто-

феле содержится много калия. Если у вас их нет, и вы просто хотите получить эффект детокса или похудеть, «картофельный день» не ваш вариант, поскольку может закончиться не только прибавкой веса, но и повышением давления.

## Банановый разгрузочный день

**Что едим:** 1,5 килограмма бананов и 2 литра чистой воды.

**Последствия:** Если вы устраиваете себе разгрузочный день, то под запрет автоматически попадают не только бананы, но и все остальные крахмалистые фрукты — виноград, хурма и т.д. Почему стоит избегать их? Они дают очень сильный скачок сахара и содержат много калорий, таким образом вы не разгрузаетесь, а тратите все свои силы, чтобы переварить банан или любой другой крахмалистый фрукт.

Используйте альтернативу: устраивайте разгрузочные дни на смузи. Пить их нужно 6 раз в день по 200 миллилитров. Как вы уже догадаетесь, делать смузи нужно из некрахмалистых овощей и фруктов.

Источник: АИФ ЗДОРОВЬЕ

ПИСЬМО

Елена Кулецакая:



**«Сейчас удачный момент расставить с Биланом точки над i»**

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

В какой-то момент я поняла, что в Европе уже поработала со всеми крупными рекламодателями и пора отправляться в Нью-Йорк, покорять новые вершины. Прилетела, устроилась в квартире своей подружки модели Жены Володиной и тут же бросила в социальную сеть статус: «Нью-Йорк, я здесь!» Мгновенно откликнулись два десятка русских девочек, с которыми работала раньше: «О, классно, мы тоже здесь!». На следующий день встретилась с агентами, заключила контракт и начала работать. Периодически приезжала в Москву.

Я была рядом с Димой, когда позвонили из какой-то газеты. Билан взял трубку, выслушал вопрос и в сердцах бросил: «Сначала дайте выиграть «Евроидение», все остальное – потом!» А назавтра в СМИ появились сенсационные заголовки: «Если выиграно «Евроидение» – женюсь!» Прихожу домой, родители спрашивают:

– Как понимать? Пресса пишет, ты замуж выходишь?  
– Нет, не выхожу. Если соберусь, вы узнаете первыми.

Они деликатно промолчали, на этом разговор и закончился.

За несколько дней до конкурса Дима позвонил в Нью-Йорк:

– Лен, ты приедешь в Белград? Поддержишь?

– Если зовешь, приеду.

Набрала номер агента:

– Извините, мне нужен двухнедельный перерыв.

– Пожалуйста, правда, одну из съёмок придется отменить.

– Я понимаю, но для меня это важно.

Так случилось, что в белградском аэропорту потеряли мой багаж. Приехала в гостиницу с маленькой сумочкой.

– Дим, я сегодня с тобой не пойду, мне надеть нечего, – не могла же я появиться в дорожном костюме.

Дима достал свои любимые джинсы.

– Вот, возьми.

Влезла в них и рассмеялась:

– Они с меня спадают!

– А мне нравится. Приспусти на бедра, будет классно.

Я уже не первый раз пользовалась Диминой одеждой. Иногда, проснувшись в его квартире, брала в шкафу понравившийся свитерок или рубашку и спокойно уезжала по своим делам. Мы оба были худенькие, и Дима не сильно выше меня.

Перед приемом по случаю открытия конкурса Билан попросил одного из своих администраторов отвезти меня в бутик. Протянул свою банковскую карту: «Возьми все, что понравится, хочу сделать тебе подарок». Я купила вечернее платье, сумочку и туфли.

**Продолжение в следующем номере газеты.**

# Как сохранить отношения на расстоянии

Как пережить командировки, обучение за границей и другие ситуации, когда вам грозит долгая разлука с близким человеком.

## Беречь друг друга

Очень важно быть осторожным в общении с партнёром. Любое колкое слово или пренебрежительный тон могут задеть, а вот подойти, извиниться и обнять любимого человека сразу у вас не получится. Не стоит также провоцировать спутника на ревность и вызывать ненужные домыслы о том, чего в реальности нет. Разные города, страны, часовые пояса способствуют тому, что обиды подтачивают основу отношений, а недоверие растёт. Чем дальше вы друг от друга, тем сложнее урегулировать конфликтные ситуации. Именно поэтому их лучше не допускать.

## Поддерживать близость

Вам нужно компенсировать живое общение: созваниваться, переписываться. Необходимо как можно чаще делиться с партнёром новостями, переживаниями и эмоциями.

Это не значит, что вы обязаны ежедневно предоставлять поминутный отчёт о своих действиях, но и отрываться сухим «всё нормально» не стоит. Человек на другом конце провода должен чувствовать себя важной частью вашей жизни.

## Уважать чувства партнёра

Один может легче переживать разлуку, чем другой. И в определённый момент кому-то из вас жить в

отношениях на расстоянии может стать невыносимо тяжело. Важно сразу понять и принять это. Если вы, в отличие от партнёра, ещё не успели соскучиться, не нужно говорить: «Да ладно, прошла всего неделя». Не обесценивайте чужие чувства – вместо этого проявите понимание.

Фразы «Я же говорил, что так и будет» или «Я не могу вернуться раньше, хватит поднимать этот вопрос» сделают лишь хуже. Нужно искать пути решения и как можно чаще показывать, что вам безразличны чувства другого и вы так же сильно желаете поскорее увидеть любимого.

## Добавлять в общение живые эмоции

Тон сообщения можно трактовать неправильно, а смайлик с сердечком едва ли передаёт, как сильно вы любите человека. Поэтому, чтобы избежать недопонимания и добавить жизни в общение, совмещайте переписку, звонки и разговоры по видео.

Особенно это касается разрешения конфликтов и обсуждения трудностей – не делайте этого в мессенджере, используйте видеосвязь.

## Проводить праздники вместе

В эти дни тоска от одиночества может быть как никогда сильной. Если выпадает шанс встретиться, используйте его именно в праздничные даты.

Даже если уверены, что устойчивы к подобным вещам, массовое давление, изображения счастливых семей повсюду и рассказы знакомых о совместных планах могут сыграть злую шутку, считают психологи.

## Доверять

Это важно для любых отношений. Требования доказательств верности, проверка социальных сетей и учёт лайков от незнакомцев сигнализируют об отсутствии доверия. Нужно научиться справляться с нахлынувшими эмоциями и понимать, что домыслы могут не иметь ничего общего с реальностью. А также осознавать, что ваши сегодняшние переживания (если на них не закикливаться) завтра уже пройдут.

**Любые отношения – труд. А расстояние добавляет немало новых сложностей. Но если вы действительно дорожите союзом, даже временная разлука не сможет его разрушить.**

Источник: Лайфхакер



# Праздничные блюда на Крещение

Приближается великий православный праздник Крещение. И в этот день, как и на новогодние праздники, принято угощать свою семью и гостей вкусной едой. Возьмите на заметку рецепты традиционных блюд праздничного крещенского стола.

## Домашние вареники с яйцом и сыром

Самое простое и в то же время любимое блюдо вполне станет праздничным для вашего стола.

### ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

**Тесто:** 200 г муки, 5 ст. ложек воды, 2 желтка, 1 ст. ложка сливочного масла и щепотка соли.

**Начинка:** 10 г сухого укропа (3–4 веточки свежего), 2 яйца, 3–4 картофелины, 100 г сыра (можно взять фета или рикотту).

**Подливка:** 1 луковица, 1 морковь, 1 ч. ложка сахара и 5 ст. ложек растительного масла.

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

**Шаг 1.** Для теста надо просеять муку и растопить масло. В муку добавляем холодную воду, желтки, масло. Все это не круто замешиваем и ставим в холодильник на полчаса.

**Шаг 2.** Для начинки сварим яйцо (чи-

стм, измельчаем), приготовим из картофеля пюре (с маслом или молоком), натрем сыр, добавим укроп. Теперь можно лепить вареники. Тесто надо раскатывать очень тонко. Тогда варятся они 10 минут и получаются нежными.

**Шаг 3.** Подливку готовят на хорошо разогретом масле (лук и морковь поджарить, добавить сахар, дождаться его растворения).



## Кутья

Одним из самых традиционных блюд на Богоявление является кутья. Этот рецепт передается из поколения в поколение, а теперь такую кутью можете приготовить и вы.

### ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

Очищенная пшеница – 150 г;  
Мед – 2 ст.л.;  
Кулинарный мак – 50 г;  
Сухофрукты – 200 г;  
Орехи (грецкие, кешиу или миндаль) – 1 стак.

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

**Шаг 1.** Для начала нужно залить зерно пшеницы прокипяченной холодной водой и замочить их. Через пару часов необходимо слить лишнюю воду. После поставьте пшеницу вариться. Как только закипит вода, убавьте огонь и варите примерно сорок минут. Как только пшеница будет сварена, воспользуйтесь дуршлагом, чтобы слить воду.

**Шаг 2.** Промойте мак, а также сухофрукты залейте кипятком и оставьте набухать. После натрите мак до

молокообразной массы. Разведите мед теплой водой до образования сиропа и поджарьте, если необходимо, орехи без масла.

**Шаг 3.** Нарезьте на мелкие кусочки сухофрукты. Смешайте в глубокой миске все ингредиенты. Залейте медом. Переложите кутью на блюдо, а затем украсьте сухофруктами.



## Мясной колобок с начинкой

Это отличная мясная закуска, которую по достоинству оценят ваши близкие и гости.

### ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

Жир или растительное масло для жарения;  
Свинная отбивная – 150 г;  
Нарезка бекона – 1 ломтик;  
Обжаренные с луком грибы – 1 ст.л.;  
Перец и соль по вкусу.

### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

**Шаг 1.** Положите в пакет каждый мясной ломтик. Отбейте так, чтобы получился тончайший пласт. Посыпьте его перцем и солью, а на середину выложите грибную начинку. Аккуратно заверните, чтобы получился крулечный закрывающийся колобок. Оберните шарик из мяса длинным тонким ломтиком сала или ломтиком нарезки бекона. Перевяжите колобка хлопчатобумажной бечевкой.

**Шаг 2.** Промаринуйте колобок в сое-

вом соусе или другом маринаде в течение полутора часа.

**Шаг 3.** Можно как запечь колобок в духовке, так и обжарить на сковороде в течение двадцати минут. Готовят такое блюдо и на пару. Еще один вариант – потушить в сметане или поджарить на гриле.



## Печенье «Крест»

Печенье в форме креста издавна традиционно было на столе в сочельник Крещения.

### ВАМ ПОНАДОБИТСЯ:

Мука – 250 г;  
Сливочное масло – 100 г;  
Сахар – ½ стак.;  
Яйцо – 1 шт.;  
Ванилин – 1 щеп.;  
Соль – 1 щеп.

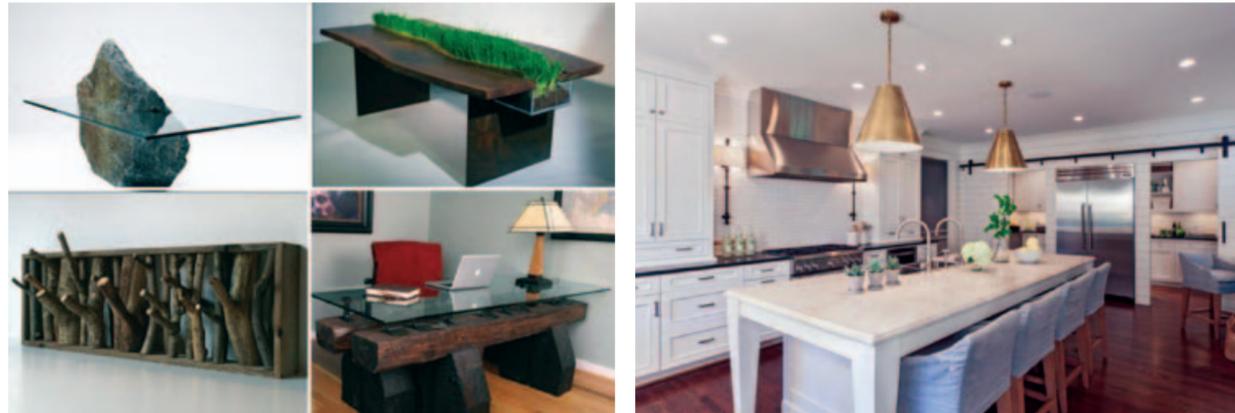
### ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

**Шаг 1.** Смешайте все ингредиенты, раскатайте тесто и разрежьте на полоски. Сделайте из полосок кресты, а затем украсьте середину цукатом или орехом.

**Шаг 2.** Запекайте в духовке или печи, пока на печенье не появится золотистый оттенок.

Источник: JOINFO.UA





# Я бы развелась, если бы не шкаф

Если вы задумались об обновлении комнаты, обратите внимание на следующие тренды мебели в 2019 году, которые помогут сделать любое пространство стильным.

## Драгоценные тона

Насыщенные драгоценные тона создают ощущение элегантности и богатства, поэтому идеально подойдут, если вы хотите добавить роскошный штрих комнате. Хотя тенденции мебели постоянно меняются, классические драгоценные оттенки являются довольно безопасным вариантом, так как они будут уместны всегда. Плюс этой тенденции заключается в том, что драгоценные тона хорошо сочетаются с любым дизайном, позволяя создать многослойное и расслабляющее пространство.

## Бархатная мебель

Бархатная мебель способна превратить любую комнату в роскошное пространство. Воспользуйтесь обеими тенденциями, сочетая драгоценные тона и бархат.

## Матовая отделка

Когда человек слышит о матовой мебели, то обычно сразу думает о белой или черной, но последние тен-

денции мебели 2019 года могут удивить. Чернильно-синие, темно-зеленые и темно-серые цвета по-настоящему освежат комнату. Выберите стандартную белую или черную отделку, дополнив смелым, но приглушенным цветом.

## Глянцевая отделка

Не менее популярной в 2019 году будет глянцевая мебель. Так как от блестящей поверхности отражается свет, комната выглядит светлее. Глянцевая отделка придает интерьеру современный вид кухне, спальне или ванной комнате.

Глянцевая отделка хорошо сочетается с матовой поверхностью. Вы также можете добавить блестящие предметы декора, такие как металлические рамки для картин и хрустальные акценты.

## Использование натуральных материалов

Натуральные материалы царят в мебельных трендах 2019 года, начиная камнем и древесиной и заканчивая естественными тканями. Подумайте о кашпо из натурального камня или темных деревянных подставках для растений, а также обивке из хлопка и шерсти.

## Цветочный принт

Старомодные цветочные узоры можно назвать одной из лучших тенденций мебели в 2019 году. Особенно хорошо они будут смотреться на одноцветной мебели.

## Минимализм

Среди различных принтов и ярких цветов притаилась другая тенденция 2019 года, заключающаяся в минималистичном дизайне и прямых линиях.

## Смешивание металлов

В списке мебельных тенденций 2019 года можно найти и ту, которая заключается в смешивании металлов. Объединение серебра, золота и розового золота в одной комнате создает шикарное и гламурное пространство. Подберите аксессуары цвета розового золота, золотистые светильники и стулья с серебристыми ножками.

MGOROD.KZ

## НОВИНКА СЕЗОНА

### Эustoma Мэйдж Йеллоу

Серия высокорослого лициантуса, предназначенного для выращивания на срезку. Это необыкновенно красивые растения с длинными цветоносами и крупными махровыми колокольчатыми цветками. На каждом цветоносе образуется большое количество бутонов, которые распускаются друг за другом - поэтому цветение очень продолжительное. Букет из эustomы прекрасно стоит в вазе, постепенно раскрывая новые бутоны, не вянувшие до двух недель. При выращивании дома или в теплице цветение возможно практически круглый год.



### Бругмансия Аромагия Желтая



Мощное, очень красивое пышно цветущее растение из семейства Пасленовые. В умеренных широтах вырастает до 2 м. Тот, кто однажды увидит эту красавицу во время цветения, просто не сможет не влюбиться в неё. Гигантские трубчатые колокольчатые цветки золотистой окраски достигают в длину до 30 см и в диаметре до 15 см, обладают сильным приятным ароматом, особенно в ночное время. Листья яйцевидные, достаточного крупные, длиной 20-30 см, ярко-зеленого цвета. Бругмансия хорошо переносит заморозки до -5°C, прекрасно подходит для выращивания в кадках, которые зимой можно разместить в большом светлом помещении или зимнем саду.

### Фатсия Самурай



Великолепное декоративно-лиственное растение, впечатляющее размером и формой листьев. Ценится за красивую крону с пальчатыми блестящими листьями. Растет очень быстро и при хорошем уходе за пару лет достигает полутора метров высотой. Листья до 35 см в поперечнике, блестящие, очередные, черешковые, в очертании округлые, в основании сердцевидные, собраны на верхушках побегов. Куст выглядит весьма привлекательно круглый год. Благоприятно влияет на атмосферу в помещении, вносит спокойствие и уютное тепло.

КУПИТЬ-СЕМЕНА-ПОЧТОЙ.РФ

# Крассула – денежное дерево

Денежное дерево (также его называют толстянкой и крассулой) – неприхотливое комнатное растение. Его историческая родина – Африка. Суровые условия и частые засухи идеально подготовили толстянку к сложным условиям городских квартир.

Денежное дерево любит свет, но ему не нравятся прямые солнечные лучи. Рекомендуется ставить его на подставки или полочки под окном, чтобы оно получало рассеянный свет. Лучшая ориентация окон – юго-восток. С этой стороны всегда много света, но, когда солнце в зените, оно уже переходит на другую сторону дома и не опаливает листья.

На пользу пойдут воздушные ванны: денежное дерево советую выносить на открытый воздух, когда на улице тепло, но не жарко. Например, весной ее можно выставить на балкон или лоджию.

Если воздух очень сухой, то можно опрыскивать растение из пульверизатора. Но гораздо больше ему понравится протирание листьев влажной тряпкой или губкой. К тому же, это отличный способ убрать пыль, очистить поверхность самого растения от различных загрязнений.

Денежное дерево имеет развитую мочковатую корневую систему, то есть подземная часть довольно слабая и растетвширь. Поэтому горшок нужно подбирать с учетом этой особенности: широкий и не очень глубокий. Почва должна быть рыхлой, чтобы вода не за-

стаивалась возле корней. В противном случае они могут загнить. Желательно предусмотреть дренаж. Оптимальной считается такая земляная смесь: дерновая почва (4 части) + по 1 части песка, перегноя и лиственной земли. Можно приобрести и какой-либо готовый субстрат. Однако нужно внимательно читать, для каких растений он подходит.

Денежное дерево растет довольно медленно, поэтому пересаживать его потребуется не чаще, чем 1 раз в 2-3 года.

Очень важно соблюдать режим полива. Денежное дерево не любит избытка влаги. От этого у него гниют корни, что приводит к гибели растения. Весной и летом крассула активно растет, ей нужен более частый полив – раз в 7-10 дней. Зимой и осенью наступает период замины. Поливать становится реже – 1 раз в 3-4 недели. Растению нравится хорошая вода: мягкая, отстоявшаяся, комнатной температуры.

ИСТОЧНИК: ATTUALE.RU



## ФЕН - ШУЙ

### Денежное дерево по фэн-шуй

Согласно древнему китайскому учению фэн-шуй богатство проявляется в разных областях жизни: финансах, духовном мире, культуре. Одним из основных символов материального блага стало денежное дерево. Денежное дерево по фэн-шуй считается сильным талисманом в области финансов.

Решив обзавестись живым талисманом, следует купить его в цветочном магазине или незаметно оторвать росток в гостях. Специалисты по фэн-шуй рекомендуют прикапывать растение вместе с небольшим количеством китайских монет. Неприхотливое, оно пускает корни даже при наличии одного листка.

Самым благоприятным местом в квартире является юго-восточная сторона. Согласно фэн-шуй она отвечает за финансовое благополучие семьи.

ИСТОЧНИК: DAONOTEL.COM

## НОВИНКА СЕЗОНА



### Торения Кауй Тенно-Голубая

«Колдовское озеро, голубой магнит». Серия Кауй отличается исключительной выровненностью, компактностью, сильной ветвистостью растений с пышной листвой и многочисленными воронкообразными цветками диаметром 2,5-3 см. Цветет обильно и продолжительно. Можно выращивать как комнатное растение или в саду как однолетник в вазах и контейнерах.

### Бальзамин Флорифик Сладкий апельсин

Совершенно новый цвет для бальзаминов – нежно-оранжевый с белым. Цветки крупные, покрывают весь куст. Идеальны для выращивания в контейнерах. Хорошо переносят тень. Можно использовать как комнатные или балконные растения.

КУПИТЬ-СЕМЕНА-ПОЧТОЙ.РФ



PLAFEN.RU Тел.: 8-701-123-90-54  
54-13-14, 54-15-97  
23-80-61

48 000 тт. 39 000 тт. 65 000 тт.  
80 000 тт. 70 000 тт.

# Семья с 7 детьми живет в разваливающемся доме с тараканами и сыростью

У 32-летней Гульшат Байгуттиевой семь малолетних детей. Живет семья в домике барачного типа в дачном обществе Локомотив.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

Семья живет в доме барачного типа. По словам женщины, это жилье ей в 2015 году предоставили в акимате Уральска.

— Раньше мы арендовали жилье в районе Мясокомбината. Для получения инвалидности сыну нам требовалась прописка. Тогда аким города Алтай Кульгинов предоставил нам это жилье. В доме течет крыша, сырость, очень много тараканов. В очередь на жилье встала в 2012 году, сейчас я трехтысячная. За семь лет очередь продвинулась на 400 человек, — говорит Гульшат Байгуттиева.

В семье растут семь детей, трое из которых были рождены от первого брака. Глава семейства ушел, и в данный момент платить алименты отказывается, так как числится безработным.

— Первый муж алименты не платит. Говорит, что нигде не работает. Нынешний муж работает грузчиком, а я недавно устроилась санитаркой. Старшей дочери 15 лет. В детстве она получила сильный ожог. Была инвалидность. Сейчас время от времени нуждается в реабилитации и состоит на учете у хирурга. 13-



летний Ернур учится в 8 классе в СОШ №4, 8-летний Султан страдает эпилепсией и находится на домашнем обучении, у него часто бывают приступы. Пятилетняя дочь учится в классе дошкольной подготовки, 4-летний Бекзат посещает мини-центр, 2-летняя Жангулим и 10-месячный Бибарыс сейчас болеют бронхитом и находятся дома, — рассказала Гульшат Байгуттиева.

Адресную социальную помощь семья не получает, так как по подсчетам их доход превышает норму. По словам женщины, больше всего они нуждаются в жилье.

— Очередь на жилье продвигается очень медленно. Дом, в котором мы сейчас живем находится в аварийном состоянии. Из-за сырости дети часто болеют. Все деньги уходят на лекарства и продукты. Накопить самостоятельно на кварти-

ру у нас не получается. Мы просим предоставить нам более менее пригодное для жизни жилье, — рассказала женщина.

В акимате Уральска, куда редакция «МГ» обратилась за комментариями, пообещали ответить позже.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

**БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ КАНЦЕЛЯРСКИХ ТОВАРОВ ДЛЯ ШКОЛЫ И ОФИСА**

**MAXIMUM КАНЦТОВАРЫ**

**ЛУЧШИЕ ЦЕНЫ ОФИСНЫХ КАНЦТОВАРОВ**

ул. Т.Масина, 89, 24-41-14, 25-55-02

ул. Ихсанова, 109, 54-81-41

WWW.MAXIMUM.URALSK.KZ  
MAXIMUM\_2007@MAIL.RU

У нас всегда найдется ВАША ДВЕРЬ!

МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ДВЕРИ | МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

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

# Отец убитого полицейского требует для обвиняемого пожизненный срок

14 января в специализированном межрайонном уголовном суде началось разбирательство по делу бывшего полицейского Серика Гарифа, который обвиняется в убийстве своего начальника.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

Судья по делу назначен Кайрат Чалкаров. Процесс проходит на казахском языке. Потерпевшим по делу выступает отец убитого Жаскайрат Ракишев.

Дело в суде рассматривается по ст. 99 ч.1 УК РК "Убийство". На первом заседании адвокат обвиняемого Серика Гарифа сказал, что его подзащитный раскаивается.

Отец убитого после первого заседания суда сказал журналистам, что хочет пожизненного срока для убийцы сына.

— Экспертиза была неправильной. Я не согласен. Пусть будет вторая. Мы хотим, чтобы была часть вторая (отец требует, чтобы дело рассматривалось по части 2 статьи 99 УК РК, которое грозит наказанием в виде лишения свободы пожизненно — прим. автора). Мы ходатайство писали, ответа нет. Мы в прокуратуру обращались, ответа нам не дали. Теперь, посмотрим. Я хочу часть вторую, пожизненное заключение. Никто ко мне не приходил (родственники обвиняемого в убийстве — прим. автора) вот уже пятый месяц. Я уже два раза попадал в больницу. Здорового человека убили, семью кто будет кормить? Разве так можно? В мирное время друг друга убивают возле полиции. Он хочет



себя показать, что он здоровый, но он как заяц пугается, — заявил Жаскайрат Ракишев.

Напомним, убийство командира взвода во дворе РОВД произошло вечером 6 сентября. Подчиненный выстрелил в начальника из табельного оружия. Мужчине скончался до приезда скорой помощи. Позже в ДВД ЗКО сообщили, что полицейский произвел несколько выстрелов командира. По словам начальника департамента полиции Махсудхана Аблазимо-

ва, обвиняемый произвел 7 выстрелов. В команду взвода попали 4 пули — в голову, ногу и спину. Стрелявший не пытался скрыться. Он сдал табельное оружие и сдался сам.

Следующий процесс назначен на 10.00 15 января.

Фото Медета МЕДРЕСОВА

## В ЗКО построят три школы

Новые школы будут построены в Акжайыкском, Казталовском районах и в городе Уральск.

Как рассказала руководитель управления образования ЗКО Шолпан Кадьрова, бюджет сферы образования составит 60,5 млрд тенге.

— В 2018 году было завершено строительство семи объектов образования. Это школа в поселке Деркул на 300 мест, школа в поселке Дарыньск на 300 мест с интернатом на 100 мест, школа в поселке Зачаганск на 900 мест и школа в Акжайыкском районе на 198 мест, интернат в Бокеевском районе на 70 мест, музыкальная школа в Казталовском районе и детский сад в городе Аксай на 240 мест. В данный момент идет строительство оздоровительного лагеря на 48 мест в поселке Сары Омур Теректинского района, — рассказала Шолпан Кадьрова.

По словам руководителя управления, в области работают пять аварийных школ. Это школы №31, №33 в городе Уральск, гимназия и школа в Акжайыкском районе и школа в Казталовском районе.

— Для решения проблем с аварийными школами подготовлена проектно-сметная документация на строительство двух школ, которое начнется в 2019 году. Это школа на 600 мест в Казталовском районе и школа на 300 мест в поселке Чапаево Акжайыкского района. Кроме этого, в начале учебного года в области работали пять школ с трехсменной формой обучения. В 2018 году была сдана в эксплуатацию школа №50 в поселке Зачаганск на 900 мест, что значительно снизило количество трехсменных школ. В данный момент в городе работают четыре трехсменные школы. В 2019 году начнется строительство новой школы №51 в поселке Зачаганск, — рассказала Шолпан Кадьрова.

АРАЙЛЫМ УСЕРБАЕВА

## МОЙГОРОД

УРАЛЬСКАЯ ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

Собственник: ТОО «Медиаарт 2012», Свидетельство о постановке на учет ПИИ №12639-Г от 26. 03. 2012 г., выдано Министерством культуры и информации РК. Газета выходит еженедельно, в среду.

Директор: Тулисова О. М.  
Главный редактор: Кайнеденова А. Б.  
Шеф-редактор: Махметов М. Б.  
Ответственный секретарь: Сомов А. И.  
Дизайн и верстка: Амантаева А.  
Журналисты: А. Кузбакова, А. Усербаева.  
Фотокорреспондент: М. Медресов.  
Корректор: Н. Глебова.

Редакция: С. Бигалиева, А. Кузбакова, Е. Рукавишников, Ю. Демьяненко, Б. Баймуратов, А. Голубева.  
Адрес редакции: г. Уральск, ул. Д. Нурпеисовой, 12/1, офис №102.  
Редакция: 51-39-97. Рекламный отдел: 51-35-98.  
Факс: 50-06-78. e-mail: mg\_500678@mail.ru  
Тираж данного выпуска: 3 000 экз.

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

Материалы в «МГ» не всегда отражают точку зрения редакции. Материалы, опубликованные со знаком №, а также под рубрикой «Новости компаний», носят рекламный характер. Ответственность за достоверность и содержание рекламы несут рекламодатели. Передача газетной материалю полностью или частично без письменного разрешения редакции запрещена. Редакция не публикует, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы.