



БӘРІ СІЗДІҢ
ДЕНСАУЛЫҒЫҢЫЗ ҮШІН!
ВСЁ ДЛЯ ВАШЕГО
ЗДОРОВЬЯ!

АПТЕКА
№30

ОРТОПЕДИЯ

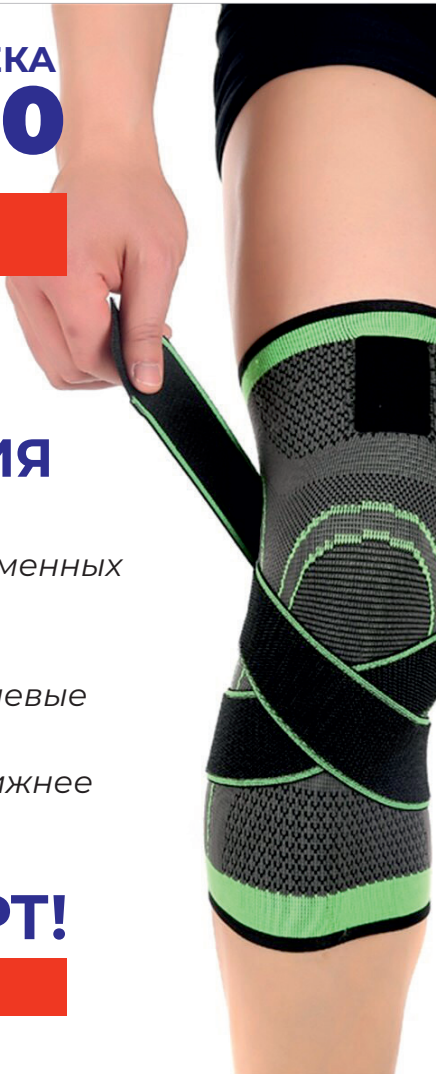
БОЛЬШОЙ ВЫБОР ТОВАРОВ ДЛЯ РЕАБИЛИТАЦИИ, ЛЕЧЕНИЯ И ВОССТАНОВЛЕНИЯ

- Ортопедическая обувь
- Ортопедические стельки
- Корректоры стопы
- Изделия для суставов и позвоночника
- Компрессионный трикотаж
- Кислородные подушки
- Кресла-коляски
- Товары для беременных
- Тонометры
- Небулайзеры
- Противоопрежневые матрасы
- Впитывающее нижнее белье и мн.др

ПОЧУВСТВУЙТЕ КОМФОРТ!

Уральск, ул. Ихсанова, 44/2

Гос.лицензия №65700186DL от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО.



ОПЛАЧИВАЙТЕ
СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЕ
УСЛУГИ
В ПОЛИКЛИНИКЕ
АО ТАЛАП
С ПОМОЩЬЮ
KASPI RED
В РАССРОЧКУ.

СПРАВКИ ПО ТЕЛЕФОНАМ:
247 300; +7 778 749 73 00

Таблетки для памяти и умственной деятельности

СКАНДИНАВСКИЕ ТАБЛЕТКИ, КОТОРЫЕ ЗА НЕСКОЛЬКО МИНУТ ОБОГАЩАЮТ КЛЕТКИ МОЗГА ВИТАМИНАМИ

Вы забываете имена людей, с которыми постоянно общаетесь? Вы часто теряете мысль при разговоре? Вы не помните, куда положили очки или зачем пришли в комнату, а во время вождения автомобиля забываете, куда едете?

Ослабление памяти у людей даже молодого возраста может быть вызвано недостатком в организме некоторых витаминов, например, B12. Также память может подвести из-за нервного напряжения, депрессии или неполноценного питания.

Мозгу необходимы питательные вещества

Как показывают исследования, для обеспечения продолжительной и активной умственной деятельности необходимо заботливое и надлежащее питание клеток мозга. Скандинавская компания New Nordic создала новый препарат для мозга и умственной деятельности – таблетки Клеар

Браин произведенные из растительных экстрактов, витаминов группы В и йода. Содержащиеся в таблетках Клеар Браин биологически активные вещества стимулируют клетки мозга, способствуют поддержанию умственной активности, улучшают память и увеличивают концентрацию.

Таблетки Клеар Браин могут принимать люди разного возраста. Это также актуально для учащихся, когда за короткое время необходимо усвоить максимальное количество информации.

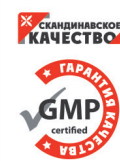
Знаете ли вы, что... Полифенолы, содержащиеся в стандартизированном экстракте из коры французской морской сосны (лат. *Pinus Pinaster Aiton*), способствуют поддержанию кровообращения в капиллярах, что очень важно для микроциркуляции крови головного мозга. В результате их приема улучшается снабжение клеток мозга кислородом.



Таблетки Clear Brain – шведское открытие

В состав таблеток Клеар Браин входят экстракты из плодов гранатового дерева, грецких орехов и коры приморского сосны, черного перца, душицы, а также йод и витамины. Йод помогает поддерживать познавательную (когнитивную) функцию и деятельность нервной системы. Витамины B5, B1, B6, B12, B3 способствуют поддержанию умственной активности, психологического состояния и деятельности нервной системы.

Отпускается без рецепта. В состав препарата входят: экстракты плодов граната, коры французской морской сосны, черного перца, масла душицы, витамины B3, B5, B6, B2, B1, B12, фолиевая кислота, йод. Рекомендация по применению: лицам старше 14 лет 2 таблетки 3 раза в день после еды. Не превышать рекомендуемой дозы. Противопоказания: лицам моложе 14 лет, а также лицам, имеющим индивидуальную непереносимость компонентов продукта. Препараты беременным и кормящим женщинам перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом. Импортеры: New Nordic Healthbrands AB, Södra Fjällgatan 3C, SE - 211 43, Malmö, Швеция. Представитель, уполномоченный на принятие претензий в Республике Казахстан, филиал ЗАО New Nordic («Нью Нордик») в Республике Казахстан: г. Алматы, ул. Шарипова, 90, оф. 308/4. СИНТ. БУ.70.06.01.003.8.003586.07.19. от 29.07.2019 выдано Республиканским центром гигиены эпидемии и общественного здоровья. БАД, не является лекарством.



Я ПОЧТИ УТРАТИЛА ОСТРЫЙ УМ



Рута уже давно на пенсии, однако она достаточно активная и занятая женщина. «Я всегда гордилась собой, так как одновременно могла выполнять и контролировать множество различных действий. Но совсем недавно почувствовала, что теряю остроту ума».

«Даже выполнение повседневных работ было утомительным – не могла сконцентрироваться, все чаще забывала о чем-нибудь. Обнаружить это было для меня ударом. К счастью, я открыла для себя таблетки Клеар Браин, которые принимаю каждый день».

Острый ум и хорошая память «Для меня очень важны повседневные хлопоты, своевременный уход за палисадником, общение с внуками или с соседями, игра с ними в настольные игры. Поэтому я просто обязана иметь светлую голову и острый ум. Мне очень хочется оставаться самостоятельной, активной и не чувствовать себя рассеянной и утратившей внимание. Я не отношусь к тем, кто сидит дома в кресле и только и делает, что смотрит телевизор. Мне хочется чаще встречаться с друзьями, путешествовать, навещать своих родственников».

ПРОДАЁТСЯ В АПТЕКАХ
И ОНЛАЙН-МАГАЗИНАХ



ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС
+7771993 00 87

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НА НАШЕМ САЙТЕ
WWW.NEWNORDIC.KZ

ОТСКНИРУЙТЕ QR-КОД КАМЕРОЙ, ЧТОБЫ
НАЙТИ НАС В МАГАЗИНЕ НА KASPI.KZ

АКЦИЯ

2 упаковки
по ОДНОЙ цене



Собственник, издатель АО «Талап»
Свидетельство о регистрации №10362-Г
выдано Министерством культуры
и информации, Комитетом информации
и архивов РК от 28.08.2009г.
Гл. редактор: С. Добряев

Опубликованные материалы не всегда
отражают точку зрения редакции. Материалы,
помеченные * публикуются на коммерческой
основе. Перепечатка материалов разреша-
ется только со ссылкой на автора и газету
«Талап». За содержание и достоверность ре-
кламы ответственность несут рекламодатели.

Адрес редакции: 090000, Уральск,
ул. Ескалиева, 126

Сайт: www.talap.com
E-mail: gazeta_talap@mail.ru
Частные объявления и реклама принимаются
по адресу: ул.Ескалиева, 126.

Газета набрана и сверстана в издательском центре
АО «Талап»: г.Уральск, ул. Ескалиева, 126.
Претензии по качеству печати принимает
типография ТОО «Полиграфсервис»: 50-51-46.
Распространяется бесплатно во всех аптеках
АО Талап при покупке на 1000 тенге и более.
Тираж: 1 950 экземпляров.



247 300
+7 778 749 73 00



talap.com
talap.clinic



apteka-talap.kz
АО Талап



@talap.ao
@talap.apteka



ВСЕГДА ЕСТЬ ПОВОД
ДЛЯ ПОДАРКА!
@ choco_boom07



ВСЁ для вашего здоровья!

Областной
еженедельник

№ 3 (1306)
25.01.2023

Уральск
Издаётся с 1997 г.



ЭСТЕТИЧЕСКАЯ ГИНЕКОЛОГИЯ – ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КОМФОРТА!

Гинеколог Медицинского центра АО Талап
Гульнур Шалкарова владеет методиками,
которые восстанавливают женское здоровье
и возвращают яркость интимной жизни.

НАРОДНОМУ МУЗЕЮ – 20 ЛЕТ!

17 января в театре им. Островского
музей «Старый Уральск» отметил
20-летний юбилей. В зале собрались
все друзья музея – люди, которые на
протяжении многих лет участвуют в
его жизни.

стр.2

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МАЛЫША!

Педиатр Медицинского центра АО Талап
Мадина Кабаева дает рекомендации о
том, как правильно вводить прикорм
грудничкам, и какие витамины нужны с
раннего возраста.

стр.3

ГАСТРИТ НА НЕРВНОЙ ПОЧВЕ?

Эмоциональное состояние может
напрямую влиять на развитие
гастрита. Беспокойство, стресс и
нервозность повышают выработку
кислоты в желудке, и это наносит вред
слизистой.

стр.5



Гос.лицензия №65700186DL от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО. Акимат ЗКО.

ЗАКАЖИТЕ ДОСТАВКУ
ЛЕКАРСТВ НА ДОМ!

ЦИФРОВАЯ АПТЕКА apteka-talap.kz



Возможность не выходя из дома купить лекарства.
Оплата наличными или картой.
Удаленная оплата Kaspi Pay.
Узнавайте о наличии лекарственных средств.



+7 771 217 84 54 в будние дни с 08:00 до 17:00
+7 771 731 05 63 в будние дни с 17:00 до 21:00, в выходные дни с 08:00 до 21:00

ОПТИКА АО ТАЛАП

ВСЕМ
НА ДЕНЬ
РОЖДЕНИЯ

15%
скидка
+БОНУС



Поздравление
с днем рождения
на радио «ОКЕЙ»!

Скидка предоставляется
1 день до, 1 день после
и в день рождения
по предъявлению документа
удостоверяющего личность.



Гос.лицензия №65700186DL от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО.

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

В АО ТАЛАП ТРЕБУЮТСЯ

- Врачи всех специальностей: образование высшее, медицинское; наличие сертификата специалиста, наличие специальности, стаж работы не менее 3-х лет.
- Врач эпидемиолог.
- Медицинская сестра общей практики
- Фармацевт.
- Продавец-консультант в аптеку.
- Продавец оптики.
- Менеджер по приходу.
- Администратор клиники.
- Менеджер по рекламе.
- Водитель на спец.технику «Миксер».
- Специалист по ремонту электрооборудования.
- Оформитель веночной продукции в Ритуальную службу
- Санитарка, техника.
- Кухонный работник.
- Рабочий-копчик на кладбище.

УЛ.ЕСКАЛИЕВА, 126, КАБИНЕТ №18
Тел.: 50 35 99 (доб. 118); 50 76 59
E-MAIL: EVKOLESINA@TALAP.COM

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18

РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ ПЛАСТИЧЕСКИХ ОПЕРАЦИЙ ПРОВОДИТ ХИРУРГ

АЛЕКСАНДР ВЛАДИМИРОВИЧ СИДОРОВ

- Блефаропластика верхнего и нижнего века
- Эпикантопластика
- Височный лифтинг
- Лифтинг лица, губ
- Устранение лопухости
- Абдоминопластика, липосакция
- Увеличение и редукция молочных желез

ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 247 300; +7 778 749 73 00

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЭКО.

В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18

ГИНЕКОЛОГ-ХИРУРГ

ГУЛЬНУР НУРЖАНОВНА ШАЛКАРОВА

ПРОВОДИТ ИНТИМНУЮ ПЛАСТИКУ

Доктор занимается эстетической гинекологией. Показания для вагинопластики:

- Опущение стенок влагалища
- Недержание мочи
- Многократные или трудные роды с растяжением и разрывами
- Возрастные изменения, связанные с потерей тонуса и эластичности тканей
- Потеря чувствительности при половом контакте

Эстетическая гинекология помогает сделать интимную жизнь женщины более комфортной и яркой!

Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00

«РАДИОРУБКА»

Блок частных объявлений на радио О'Кей 6 раз в день.

Телефон для размещения +7 771 202 10 06

Народному музею – 20 лет!

17 января в театре им. Островского музей «Старый Уральск» отметил 20-летний юбилей. В зале собрались все друзья музея – люди, которые на протяжении многих лет участвуют в его жизни.

Культурно-просветительская деятельность музея «Старый Уральск» отмечена на областном уровне. Руководитель Управления внутренней политики ЗКО Ерлан Ерсайынович Галиев поздравил сотрудников музея со знаменательной датой: «В музее сохраняется история нашего края. Много знаний вы передаете новым поколениям, вкладываете огромный труд в их воспитание. Это учит молодёжь патриотизму, бережному отношению к культуре и окружающей среде!».

Необходимо отметить, что директор музея Геннадий Леонидович Мухин и все сотрудники работают на безвозмездной основе, и экскурсии проводятся бесплатно. Музей также бесплатно предоставляет свои фонды для исследователей.

– Всё началось с выставки старинных вещей, которую организовала Наталья Акимовна Сладкова в своём книжном магазине «Оптим», – рассказал ведущий мероприятия, руководитель Центра русской культуры Сергей Быков. – 17 января 2003 года состоялось открытие выставки, и это было ярким событием в жизни города. Выставку продлили, а люди всё шли, несли свои семейные реликвии. Тогда и было решено создать музей «Старый Уральск». В него вложен труд многих краеведов, любителей старины.

Сегодня в музее представлены отделы археологии, нумизматики, предметов быта, икон, воинской славы... за 20 лет собрано 32 тысячи экспонатов. Музей посетили в общей сложности 250 тыс. человек. Много лет подряд здесь проводятся презентации книг, картин, исследовательских трудов краеведов. В серии «уральская библиотека» с 2003 года издано 90 книг. Благодаря деятельности активистов в Уральске появился памятник местного писателя середины 19 века Никиты Савичева.



В годы пандемии краеведы совместно с Уральской епархией создали цикл фильмов о старинных храмах Уральска. При поддержке Консульства РФ, совместно с библиотекой Х.Есенжанова был реализован проект видеожурнала «Литературное Приуралье. Мозаика имен и лиц».

За годы деятельности музей наладил связи со многими культурными учреждениями области. Для поздравления на сцену вышли вице-консул РФ Хаджимурат Атмузаев, директор музея им. Г. Тукая Марат Багаутдинов, директор библиотеки Х.Есенжанова Звайда Утешова, заведующая музеем Шолохова Антонина Пудова, руководители этнокультурных центров АНК ЗКО.

За участие в жизни музея Геннадий Леонидович вручил грамоты и памятные знаки спонсорам, общественным деятелям, авторам исторических трудов, представителям местных СМИ. Подарком для собравшихся стали выступления казачьих ансамблей и Городского оркестра русских народных инструментов.

На прием к акиму

В минувшую субботу аким ЗКО Нариман Турегалиев принял граждан ЗКО по личным вопросам.

Граждане подняли вопросы по вопросам ЖКХ, здравоохранения, жилья и обратились за помощью в трудоустройстве на постоянную работу.

Аким области подчеркнул, что предоставление жилья в рамках закона будет осуществляться в порядке очереди, и отметил, что будет проводиться работа по обеспечению временного жилья. Также возложил поручения на ответственных руководителей отрасли по другим вопросам.

Жители ЗКО могут записаться на прием к акиму области через портал egov, единую базу e-otinish или обратиться с письменным заявлением в акимат.



К предстоящим выборам

Центральная избирательная комиссия обратилась к избирателям в связи с предстоящими 19 марта выборами депутатов Мажлиса.

Текст обращения озвучил член комиссии Шавкат Утемисов: «Списки избирателей составляют местные акиматы на основании постоянной регистрации по месту жительства. Граждане, не имеющие постоянной регистрации, включаются в списки на основании заявления, поданного в акиматы по месту их нахождения. Каждый гражданин, который не может явиться на избирательный участок по месту своей регистрации в день голосования, имеет право зарегистрироваться на избирательном участке по своему фактическому месту нахождения. Для этого нужно подать заявление в соответствующий акимат за 30 дней до дня

голосования, то есть не позднее 17 февраля 2023 года. Этим правом могут воспользоваться граждане, не имеющие места регистрации в день голосования, иногородние студенты, обучающиеся в специальных высших и средних учебных заведениях, граждане, работающие вахтовым методом.

Проверить, внесены ли вы в список избирателей по месту регистрации, можно на сайте соответствующего акимата или в колл-центре. С 4 марта 2023 года будет предоставлена возможность проверить свои данные в списке избирателей на вашем участке.

Эстетическая гинекология – для здоровья и комфорта!

Гинекологическая пластика становится всё популярнее у современных женщин. Многие проблемы интимного характера можно решить с помощью несложного хирургического вмешательства. Гинеколог Медицинского центра АО Талап Гульнур Нуржановна Шалкарова владеет методиками, которые восстанавливают женское здоровье и возвращают яркость интимной жизни.



Клииторальная худэктомия

Многие пациентки нередко жалуются на аноргазмию, говорит Гульнур Нуржановна. – Причины у этого могут быть разные. Одна из них – большой размер кожной складки, расположенной в интимной области. В таком случае помогает худэктомия – хирургическая операция, при которой врач уменьшает клиторальный капюшон. Процедура имеет не только эстетический, но и оздоровительный характер, поскольку излишние складки становятся местом скопления болезнетворных микроорганизмов, вызывающих воспалительные процессы.

Во время этой операции врач уменьшает капюшон клитора. В норме он защищает клитор от трения и других нежелательных воздействий. Однако слишком большой капюшон становится причиной интимных и гинекологических проблем.

Аноргазмия – весомый повод обратиться к гинекологу нашего Медицинского центра для консультации. Мы поможем вернуть женщине утраченную радость от интимной близости!

Лабииопластика

Если женщина не получает красивого тела от природы, то рано или поздно обращается к косметологическим и медицинским услугам. Решить эстетические проблемы в интимной сфере, кардинально изменив вид внешних поло-

вых органов, можно с помощью распространенной операции – лабииопластики. В основном эта операция проводится по эстетическим соображениям, когда асимметричные половые губы становятся причиной дискомфорта. Во время операции врач изменит форму и размер больших или малых половых губ, исправив визуальные и физические недостатки.

Реабилитация после хирургического вмешательства

Реабилитация после клиторальной худэктомии и лабииопластики длится три недели, – продолжает Гульнур Нуржановна. – В течение этого времени женщине необходимо соблюдать все рекомендации врача, чтобы избежать осложнений.

Следует носить свободное, не обтягивающее нижнее белье, изготовленное из натуральных тканей.

Одежда не должна быть тесной.

В течение двух месяцев не следует заниматься спортом, поднимать тяжести, избегать других физических нагрузок.

В течение двух месяцев нельзя посещать сауны, бассейны, солярии. Не купаться в открытых водоемах.

Следует употреблять продукты, которые не вызывают проблем с кишечником. Нужно отказаться от курения и алкоголя, так как при этом замедляется процесс заживления тканей.

Организируйте своему малышу правильное питание!

Здоровье ребенка формируется в раннем возрасте. Некоторые родители «балуют» свое чадо чипсами и газировкой, а потом удивляются, почему малыши часто болеют. Педиатр Медицинского центра АО Талап Мадина Николаевна Кабаева дает рекомендации о том, как правильно вводить прикорм грудничкам, и какие витамины нужны с раннего возраста.



Родители достаточно часто жалуются на пониженный аппетит у ребенка и большую избирательность в еде, – говорит Мадина Николаевна. – Если исключить патологические изменения в органах, то причиной плохого аппетита стали ошибки родителей во время адаптации ребенка к обычной еде. Все начинается с младенчества.

С семи месяцев дети могут кушать каши – гречневую, рисовую, кукурузную, геркулес. Первое время их нужно варить на воде, а к 9-ти месяцам добавлять молоко. В каши вместо сахара хорошо добавлять банан, курагу, изюм. Не рекомендуется до года давать манную кашу и картофельное пюре.

Мясо вводят в рацион с 8 – 9 месяцев, при этом начиная с мяса птицы. Категорически запрещено давать малышам газированные напитки, чипсы, колбасу!

Давая прикорм в таком порядке, вы приучите ребенка есть полезную пищу, резюмирует Мадина Николаевна. – Благодаря правильному питанию формируется крепкий иммунитет, ребенок намного меньше болеет простудными заболеваниями. Как видите, секрет хорошего аппетита прост. Но надо со всей ответственностью подойти к питанию ребенка и вложить в этот процесс немало труда.

Лучшие витамины для детей

Какие витамины и с какого возраста нужно давать детям? Обязательно проконсультируйтесь по этому вопросу у педиатра!

– Растущему организму просто необходим витамин D. В осенне-зимний период не хватает солнца, и содержание этого витамина снижено. Поэтому дети его должны получать в виде капель или таблеток, – объясняет Мадина Николаевна.

Если женщина не получает красивого тела от природы, то рано или поздно обращается к косметологическим и медицинским услугам. Решить эстетические проблемы в интимной сфере, кардинально изменив вид внешних половых органов, можно с помощью распространенной операции – лабииопластики.

В течение 6-8 недель запрещена интимная близость, так как это может травмировать ткани.

Эстетическая пластика восстанавливает нормальную половую функцию и дарит женщине уверенность в себе, радость интимной близости и гармонию личных отношений!

Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00

Растущему организму просто необходим витамин D. В осенне-зимний период не хватает солнца, и содержание этого витамина снижено. Поэтому дети его должны получать в виде капель или таблеток.

– Недоношенным детям дают витамин D с рождения, доношенным – с 14 дней жизни. Этот витамин способствует укреплению костей, иммунитета, дает силы и повышает аппетит. Часто болеющим детям мы выписываем регулярный прием поливитаминов. Необходимы они и после антибиотикотерапии. Если ребенок заболел, его силы поддержит комплекс витамина С и цинка. Дозировку подберет врач. Самостоятельно «назначать» малышу тот или иной комплекс витаминов не следует, особенно детям в раннем возрасте!

Запись к педиатру по телефону: 247 300; +7 778 749 73 00

1947



1947

Solgar запускает свой первый продукт, Naturvite, витаминный комплекс с добавлением овощей вместо искусственных ингредиентов.

1968



Запуск линии продуктов без аллергенов: из формулы исключены консерванты, искусственные ароматизаторы и красители.

1975



VM-75, первый мегавитамин с минералами в легкоусвояемой хелатной (органической) форме.

1993



Solgar представляет Vegiscars, первые двусоставные вегетарианские капсулы.

1997



Запуск кошерной продукции. Solgar — первый в индустрии бренд, который применяет натуральную, водорастворимую оболочку для таблеток.

2008



Первые сертифицированные халяльные продукты. Solgar реализует продукцию в 65 странах.

2022

Мы продолжаем придерживаться высочайших стандартов качества со строгим контролем сырья и готовой продукции. Работаем на благо потребителя и его здоровья!

ОПИРАЯСЬ НА БОГАТУЮ ИСТОРИЮ, МЫ СТРОИМ СИЛЬНОЕ БУДУЩЕЕ

В КАЖДОМ ЯНТАРНОМ ФЛАКОНЕ SOLGAR ПОД ЗОЛОТИСТОЙ КРЫШКОЙ ХРАНИТСЯ ИСТОРИЯ О ДЕСЯТИЛЕТИЯХ КРОПОТЛИВЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ, ПЕРЕДОВЫХ НАУЧНЫХ ДОСТИЖЕНИЯХ И НЕПОКОЛЕБИМОЙ ПРИВЕРЖЕННОСТИ ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ.



ОМЕГА-3: ВАЖНОСТЬ, ПОЛЬЗА, НЕОБХОДИМОСТЬ

Омега-3 – класс полиненасыщенных жирных кислот (ПНЖК), оказывают благотворное влияние на организм, в том числе на иммунитет и здоровье сердечно-сосудистой системы. Жирные кислоты поддерживают структуру и функцию клеточных мембран, регулируют обменные процессы. Незаменимые жирные кислоты также важны для нормального роста, в том числе кровеносных сосудов и нервов. Они не синтезируются в организме и должны поступать извне. К наиболее важным жирным кислотам относят: эйкозапентаеновую кислоту (ЭПК) и докозагексаеновую кислоту (ДГК).

Далеко не все регионы нашей страны имеют постоянный доступ к свежеевыловленной дикой морской рыбе, богатой омега-3 жирными кислотами. И очень небольшое количество людей (в среднем, не более 20%) обеспечивает себя как минимум 2–3 порциями жирной рыбы в неделю.

Недостаточное потребление продуктов, содержащих омега-3 жирные кислоты может привести к развитию дефицита.

В соответствии с рекомендациями Всемирной организации здравоохранения (2016) достаточное количество докозагексаеновой кислоты составляет 200–300 мг в сутки, что может быть обеспечено при включении в рацион рыбы дважды в неделю, в том числе жирной – не чаще 1 раза в неделю (лосось, форель, сардины).

Однако учитывая, что в мясе океанической рыбы содержатся ртуть и другие соли тяжелых металлов, употреблять её в большом количестве не рекомендовано. Если человек не ест рыбу, целесообразно включать в рацион яйца и молоко, а также принимать препараты, содержащие ЭПК и ДГК, рыбий жир.*

Эйкозапентаеновая (ЭПК) и докозагексаеновая (ДГК) кислоты в составе «Тройной Омега-3 950 мг» от SOLGAR представлены в выверенной и наиболее органически полезной дозировке.

При производстве используется технология холодного прессования для сохранения всех полезных свойств омега-3 жирных кислот, а также применяется метод молекулярной дистилляции с целью очистки сырья от солей тяжелых металлов, что гарантирует качество и безопасность омега-3 для приема женщинами на этапе прегравидарной подготовки, а также во время беременности и кормления.

* Прегравидарная подготовка. Клинический протокол Междисциплинарной ассоциации специалистов репродуктивной медицины (МАРС). Версия 2.0 / [коллектив авторов]. – М.: Редакция журнала StatusPraesens, 2020. – 128 с

ОМЕГА-3: ДЛЯ ДЕТЕЙ

Дети – наше наследие. Сбалансированное питание и дополнительный прием необходимых нутриентов – важная составляющая для полноценного роста. Выбирая для детей продукты премиального качества, мы можем помочь им вырасти здоровыми, сильными и успешными.

Рыба жирных сортов обязательно должна присутствовать в рационе детей, как основной источник Омега-3. Важно выбирать качественную и свежую рыбу, выращенную в дикой среде. Компания Solgar для производства продукта «Золотые рыбки Солгар» с оптимальным содержанием ДГК и ЭПК использует филейную часть глубоководных дикорастущих рыб благородных пород, которые по праву признаны качественным источником Омега-3.

Благодаря современному методу очистки – молекулярной дистилляции, продукт обладает высоким профилем безопасности, в качестве антиоксиданта и защиты от прогоркания добавлен натуральный витамин Е.

Продукт «Золотые рыбки Солгар» стандартизирован по содержанию ДГК и ЭПК. Это кислоты, отвечающие за деятельность головного мозга и сердечно-сосудистой системы. Докозагексаеновая кислота (ДГК) – основной компонент фосфолипидов головного мозга и органов зрения, являющихся строительными материалом клеточных мембран. Оптимальное количество ДГК в клетках мозга помогает повысить концентрацию внимания и улучшить поведенческие особенности ребенка.

Жевательные золотые рыбки обладают приятным вкусом, не содержат сахара, соли, крахмала, дрожжей, клейковины, молочных компонентов и синтетических добавок, не оставляют привкуса рыбы во рту. А форма 90 жевательных капсул позволит удобно и с комфортом принимать продукт длительное время.

Solgar на протяжении 75 лет использует натуральное сырье и ориентируется на научный подход в производстве нутриентов премиального качества, которые несут отличное самочувствие людям по всему миру.

RU.77.99.11.003.E.002466.07.19 от 19.07.2019 Биологический добавка к пище «Жевательные капсулы для детей «Золотые рыбки Солгар»

RU.77.99.11.003.R.000281.02.20 от 05.02.2020 Биологический активная добавка к пище «Капсулы «Тройная Омега-3 950 мг ЭПК и ДГК»

ГАСТРИТ – НА НЕРВНОЙ ПОЧВЕ?

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ МОЖЕТ НАПРЯМУЮ ВЛИЯТЬ НА РАЗВИТИЕ ГАСТРИТА. БЕСПОКОЙСТВО, СТРЕСС И НЕРВНОЗНОСТЬ ПОВЫШАЮТ ВЫРАБОТКУ КИСЛОТЫ В ЖЕЛУДКЕ, И ЭТО НАНОСИТ ВРЕД СЛИЗИСТОЙ.

Эта проблема встречается довольно часто, и она затрагивает множество людей. Ее основными проявлениями являются повышенная кислотность, тошнота, жжение или боль в желудке.

КАКИЕ СИМПТОМЫ У ГАСТРИТА НА НЕРВНОЙ ПОЧВЕ?

Гастрит может быть острым или хроническим. Острая форма проявляется внезапно и характеризуется сильной болью. А вот хроническая форма без должного лечения может длиться годами.

Причины гастрита также является наличие в организме бактерии *helicobacter pylori*. Эта бактерия присутствует в желудках у 60–80% населения Земли. Обычно она не вызывает никаких симптомов, так что вы можете даже не подозревать о ее наличии. Однако в некоторых случаях она разрушает защитный слой слизистой желудка.

КАК ЛЕЧИТЬ ГАСТРИТ

В первую очередь необходимо обратиться к гастроэнтерологу. Только специалист может провести диагностику и назначить правильное лечение. Однако есть распространенные рекомендации, которые соблюдают все пациенты. Прежде всего важно придерживаться здоровой сбалансированной диеты. Это поможет остановить неприятные симптомы. В ваш рацион должны входить овощи, фрукты, мясо, рыба, супы, рис и, конечно же, много воды. Исключить или максимально ограничить следует жирные, жареные, копченые продукты, алкоголь.

Эмоциональный фон не менее важен. В организме все взаимосвязано, а потому душевный покой поможет вам быстрее справиться с болезнью.

Прежде всего, вам стоит научиться справляться со стрессом. Ведь именно он провоцирует повышенную кислотность желудка. А это, в свою очередь, нарушает защитную мембрану его стенок. Одним из лучших способов победить стресс являются занятия спортом, потому что физическая активность приводит к выделению эндорфинов – гормонов счастья.

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА

Помимо традиционно применяемых медикаментов, которые стимулируют работу слизистой оболочки желудка, на этапе ремиссии могут применяться дополнительные средства. Их использование лучше обговорить со специалистом.

Народная медицина рекомендует отвар шиповника, который понижает производство соляной кислоты. Пьют его до еды. Не менее эффективны ягоды облепихи. Из них готовят соки или морсы, которые значительно улучшают состояние ЖКТ.

Справиться с патологическим состоянием помогают абрикосы – как свежие или сушеные, так и в виде сока.

Некоторые исследования доказали, что если пить зеленый чай с медом как минимум раз в неделю, это поможет значительно снизить количество бактерий *Helicobacter pylori* в ЖКТ.

Наиболее мягким и результативным народным средством является подорожник. С его помощью можно приготовить отвар, который смешивают с медом без добавок и принимают ежедневно по одной столовой ложке.

Отвар семян льна помогает бороться с воспалительными процессами. Столовую ложку семян заливают 200 мл кипятка и настаивают на протяжении 24 часов. Принимают напиток на голодный желудок по 150 мл.

Ромашка часто используется в лечении гастрита народными средствами, особенно если у человека аллергическая реакция на продукты пчеловодства. Смешение с молоком избавляет от болей и положительно сказывается на заживлении язв или эрозий. Готовится так: получают настой ромашки, который на 50% разбавляют молоком и в свежем виде употребляют перед едой.

Для нормализации функций ЖКТ фармацевты АО Талап рекомендуют БАД растительного происхождения Иберогаст. Иберогаст – капли для приема внутрь. Это натуральное средство для устранения симптомов нарушенного пищеварения (спазмы, вздутие, тяжесть, тошнота, боль). Обладает противовоспалительным действием, а также нормализует тонус гладкой мускулатуры ЖКТ.

Иберогаст® капли для приема внутрь 20 мл
RU.77.99.11.003.049



ПРЕЖДЕ ВСЕГО, ВАМ СТОИТ НАУЧИТЬСЯ СПРАВЛЯТЬСЯ СО СТРЕССОМ. ВЕДЬ ИМЕННО ОН ПРОВОЦИРУЕТ ПОВЫШЕННУЮ КИСЛОТНОСТЬ ЖЕЛУДКА. А ЭТО, В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ, НАРУШАЕТ ЗАЩИТНУЮ МЕМБРАНУ ЕГО СТЕНОК. ОДНИМ ИЗ ЛУЧШИХ СПОСОБОВ ПОБЕДИТЬ СТРЕСС ЯВЛЯЮТСЯ ЗАНЯТИЯ СПОРТОМ, ПОТОМУ ЧТО ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ ПРИВОДИТ К ВЫДЕЛЕНИЮ ЭНДОРФИНОВ – ГОРМОНОВ СЧАСТЬЯ.

Гос. лицензия №06700186CL от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЭКО. Актинат ЭКО



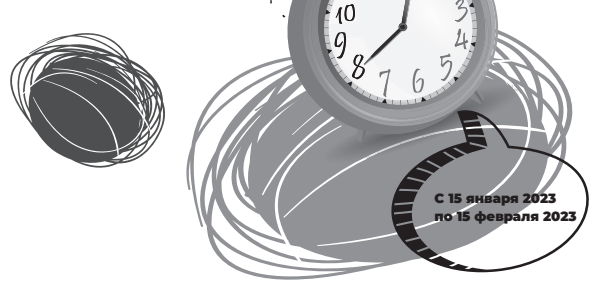
**В аптеке АО Талап №3
по адресу: пр. Назарбаева, 178**

АКЦИЯ

каждый день с 15:00 до 19:00

**УДАЧНОЕ
ВРЕМЯ!**

**СКИДКА
на весь
ассортимент
отдела оптики!**



С 15 января 2023
по 15 февраля 2023

CALL- ЦЕНТР АО ТАЛАП

+7 778 749 73 00, 247 300



**НОВЫЕ ПУНКТЫ
ХИМЧИСТКИ ЛОТОС
ЖДУТ ВАС**

**ТД АТРИУМ 1 ЭТАЖ,
РЯДОМ С МАГ. «INTERTOP»**

ТД ЖЕНИС (6-й МКР.)

Тел.: 235 075, +7 776 923 50 75

**КУПОН
ЧАСТНОГО
ОБЪЯВЛЕНИЯ**

**ДЛЯ БЕСПЛАТНОГО
РАЗМЕЩЕНИЯ
В ГАЗЕТЕ «ТАЛАП»**

**ПРОДАМ • КУПЛЮ • МЕНЯЮ
ОТДАМ • ЗНАКОМСТВА
ИЩУ РАБОТУ**

(Нужную рубрику подчеркнуть)

**Ваш контактный номер телефона для
объявления: +7**

Текст объявления писать печатными (разборчиво) буквами. Купоны принимают во всех аптеках сети АО Талап. Крайний день приема купонов в аптечной сети АО Талап для публикации в текущий номер – пятница до 18:00. Объявление будет размещено 1 раз в текущем номере газеты «Талап».

ВНИМАНИЕ! ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ!

ВНИМАНИЕ! ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ!

ХАБАРЛАНДЫРУ

«Батыс Қазақстан облысының денсаулық сақтау басқармасы» ММ жанындағы байқау кеңесі жөніндегі комиссия (бұдан әрі – комиссия) келесідегідей шаруашылық жүргізу құқығындағы мемлекеттік коммуналдық кәсіпорындардағы байқау кеңесі құрамына сайланатын тұлғаларға конкурс жариялайды:

1. Батыс Қазақстан облысы әкімдігі денсаулық сақтау басқармасының ШЖҚ "Қазталов ауданының 2-ауруханасы" МКҚА **адресі:** БҚО., Жалпақтал ауылы, Аксиков көш., №14 негізгі қызметінің қысқаша сипаттамасы: Азаматтарды медициналық қамтамасыз етудегі қоғамдық қажеттілікті және денсаулық сақтау саласындағы өндірістік-шаруашылық қызметті жүзеге асыруды тиімді қанағаттандыру;

Конкурс **2023 жылғы 09 ақпан сағат 11.00-де** БҚО, Орал қаласы, Нұрсұлтан Назарбаев даңғылы даңғылы, 201 үй, № 117 кабинетте өткізіледі.

1. Денсаулық сақтау саласындағы шаруашылық жүргізу құқығындағы мемлекеттік кәсіпорындардағы байқау кеңестеріне сайланатын адамдарға қойылатын талаптар жоғары білімнің, сондай-ақ мынадай талаптардың бірінің:

1) денсаулық сақтау немесе ұйым бейіні бойынша және (немесе) экономика/қаржы және (немесе) бизнес және (немесе) құқық саласында кемінде 5 жыл жұмыс тәжірибесінің;

2) денсаулық сақтау немесе ұйым бейіні бойынша және (немесе) экономика/қаржы және (немесе) бизнес және (немесе) құқық саласындағы басшылық қызметте кемінде 3 жыл тәжірибесінің;

3) денсаулық сақтау және (немесе) экономика/қаржы және (немесе) бизнес және (немесе) құқық саласындағы қоғамдық бірлестіктердің мүшесі.

2. Мынадай:

1) Қазақстан Республикасының заңнамасында белгіленген тәртіппен соттылығы өтелмеген немесе алынбаған;

2) заңды тұлғаны банкрот деп тану туралы шешім қабылданғанға дейін бір жылдан астам осы заңды тұлғаның басшысы болған;

3) бұрын сыбайлас жемқорлық құқық бұзушылық жасаған;

4) байқау кеңесінің басқа мүшесімен немесе мемлекеттік кәсіпорын басшысымен жақын туыстық және туыстық қатынастағы адамды байқау кеңесінің мүшесі ретінде сайлауға болмайды.

Конкурсқа қатысу туралы өтініштер 2023 жылғы 08 ақпанға дейін қабылданады.

3.Конкурсқа қатысуға ниет білдірген тұлға конкурс өткізу туралы хабарландыруда көрсетілген мерзімде Комиссияға мынадай құжаттарды ұсынуы тиіс:

- 1) конкурсқа қатысу туралы өтініш (еркін нысанда жазылған);
- 2) мемлекеттік және орыс тілдерінде түйіндеме;
- 3) еркін нысанда жазылған өмірбаян;
- 4) үміткердің жеке басын куәландыратын құжаттың көшірмесі;
- 5) жоғары білімі туралы құжаттың көшірмесі;
- 6) 2015 жылғы 23 қарашадағы Қазақстан Республикасы Еңбек кодексінің 35-бабына сәйкес жұмыскердің еңбек қызметін растайтын құжаттың көшірмесі;
- 7) Қазақстан Республикасы Бас прокуратурасының Құқықтық статистика және арнайы есепке алу комитетінің аумақтық бөлімшелері берген соттылығы және сыбайлас жемқорлық құқық бұзушылықтары жоқ екендігін растайтын құжаттар.

Конкурсқа қатысушы өзінің біліміне, жұмыс тәжірибесіне, кәсіби деңгейіне қатысты қосымша ақпаратты (біліктілігін арттыру, ғылыми дәрежелер мен атақтар беру, ғылыми жарияланымдар, осының алдындағы жұмыс орнының басшылығынан ұсыным) беруіне болады.

Үміткер конкурстық өтінімінің түпнұсқасын «Түпнұсқа» деп белгіленген конвертке салып мөрлейді. Бұл конвертке үміткердің аты-жөні және мекенжайы көрсетілуі тиіс. Одан кейін конверт сыртқы конвертке салынып мөрленеді.

Ішкі және сыртқы конвертертер:

- 1) шақыруда немесе мерзімдік басылымдағы ақпаратта көрсетілген мекенжай бойынша тиісті саладағы уәкілетті органға бағытталуы;
- 2) «Байқау кеңесі мүшелерінің - мемлекеттік кәсіпорының байқау кеңесі мүшелерінің конкурсы» және «**2023 жылғы 09 ақпанға дейін ашуға болмайды**» деген сөздерді қамтуы тиіс.

Конкурстық өтінім мемлекеттік және орыс тілдерінде бір-бір данадан жіберіледі.

Конкурсқа қатысу туралы өтініш **2023 жылдың 25 қантардан бастап 2023 жылғы 08 ақпанға** дейін инд. 090001, БҚО, Орал қаласы, Нұрсұлтан Назарбаев даңғылы, 201 үй, №113 кабинетте (тел. 8(7112) 245510, 504504) қабылданады.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

Комиссия по наблюдательному совету при ГУ «Управлении здравоохранения ЗКО» (далее- комиссия) объявляет о наборе лиц избираемых в состав наблюдательного совета в следующие государственных коммунальных предприятия на праве хозяйственного ведения:

1. ГКП на ПХВ "2-больница Казталовского района" управления здравоохранения акимата Западно-Казахстанской области **адрес:** ЗКО., с. Жалпақтал, ул. Аксикова, №14 краткое описание его основной деятельности: Эффективное удовлетворение общественной потребности в медицинском обслуживании граждан и производственно - хозяйственной деятельности в области здравоохранения;

Конкурс проводится **09 февраля 2023 года в 11.00 часов** по адресу: ЗКО, г.Уральск, пр.Нурсултана Назарбаева, 201, каб. № 117.

1. Требования, предъявляемые к лицам, избираемым в наблюдательные советы в государственных предприятиях на праве хозяйственного ведения в сфере здравоохранения, включают наличие высшего образования, а также одного из следующих требований:

- 1) наличие опыта работы в сфере здравоохранения или по профилю организации и (или) экономики/финансы и (или) бизнеса и (или) права не менее 5 лет;
- 2) наличие опыта работы в сфере здравоохранения или по профилю организации и (или) экономики/финансы и (или) бизнеса и (или) права на руководящей должности не менее 3 лет;
- 3) членство в общественных объединениях в сфере здравоохранения и (или) экономики и (или) бизнеса и (или) права;

2. В качестве члена наблюдательного совета не может быть избрано лицо:

- 1) имеющее непогашенную или неснятую судимость в установленном законодательством Республики Казахстан порядке;
- 2) являвшееся руководителем юридического лица более одного года до принятия решения о признании данного юридического лица банкротом;
- 3) ранее совершившее коррупционное правонарушение;
- 4) находящееся в отношениях близкого родства и свойства с другим членом наблюдательного совета или руководителем государственного предприятия.

Срок представления заявлений об участии в конкурсе до 08 февраля 2023г.

3.Лицо, изъявившее желание принять участие в конкурсе (далее - кандидат), в сроки, указанные в объявлении о проведении конкурса, представляет Комиссии следующие документы:

- 1) заявление об участии в конкурсе (в произвольной форме);
- 2) резюме на государственном и русском языках;
- 3) автобиография (в произвольной форме);
- 4) копия документа, удостоверяющего личность кандидата;
- 5) копия документа о высшем образовании;
- 6) копия документа,подтверждающая трудовую деятельность работника;
- 7) документы, подтверждающие отсутствие судимости и коррупционных правонарушений, выданные территориальными подразделениями Комитета по правовой статистике и специальным учетам Генеральной прокуратуры Республики Казахстан.

Участник конкурса может представить дополнительную информацию, касающуюся его образования, опыта работы, профессионального уровня (копии документов о повышении квалификации, присвоении ученых степеней и званий, научных публикациях, рекомендации от руководства предыдущего места работы).

Кандидат записывает оригинал конкурсной заявки в конверт, пометив его: "Оригинал". На этом конверте должны быть указаны фамилия, имя, отчество и адрес кандидата. После этого конверт записывается во внешний конверт.

Внутренний и внешний конверты должны:

- 1) быть адресованы уполномоченному органу соответствующей отрасли (местному исполнительному органу) по адресу, указанному в приглашении или информации в периодической печати;
- 2) содержать слова "Конкурс членов наблюдательного совета - членов наблюдательного совета государственного предприятия" и "Не вскрывать до 09 февраля 2023 года".

Конкурсная заявка направляется на государственном и русском языках по одному экземпляру.

Конкурсная заявка принимается с **25 января 2023 года по 08 февраля 2023 года** по адресу: инд. 090001, ЗКО, г.Уральск, пр.Нурсултана Назарбаева, д.201, каб. №113, тел. 8(7112) 245510, 504504.

		«Пашевая дробь» (5)	Расход «забоек» (8)	Оружие для фехтования (5)	«Бег-ство» кадров (5)	Абакур (6)	Специальная горячка (7)	Берон-оборка в сказке (8)	«Шести-рукий» ансамбль (4)	Ив ...-Лоран (3)	Что такое базук? (10)	Мера веса гири (3)	Жалкий вид (8)	Хвост растения (3)
Старинный юноша (5)	Резный столик, щенок (5)		Горы в Европе (7)		Часть шляпа (7)	Устный леп (8)		Пожоже, да не то же (8)	Халцедон (5)	Собирает сор (5)	«Пожар» на небе (6)	Пушистая подставка (5)	Композитор Шунан (6)	Головной убор (5)
Высший орган власти при охотничестве (5)														
1	«Меха» для са-мовара (5)													
Из князя - дость (5)	Восточная сла-дость (4)													
То, что варил сорока (5)	Храни-тель упова (5)		К											
Хулиганская свинчатка (6)			Р											
«Птица» глашата-тая (4)	«Про-центный» молоко (8)		У											
«Капризный» скрипка-виолонч-ль (8)			П											
Палестинец (4)	Чемпион по упрямству (4)		А											
«Трое-кратный» кавказ (4)	Стадо «на улу-пиче» (5)													
«Молочный брат» Остапа Бендера (9)														
Элитные места в театре (4)	Пред-ассе-лерат (5)													
Требование явиться (5)	«Обшир-ватель» небя (7)													
Специальная группа милиции (9)	1													
Бог с целями (7)														
«Звуковой диапазон» брани (4)														
Хорошая слышимость или видимость (7)														

Кто сегодня молодец?!

Совершил хороший поступок? Хочешь поздравить друзей с днем рождения?

Рубрика на радио О'Кей «Кто сегодня молодец?!» дает вам такую возможность! **Передай привет в прямом эфире!**

Напиши нам на Whats App текст поздравления и слушай радио О'Кей!

100.6
РАДИО О'КЕЙ

8 771 202 10 06



ОВЕН • 21.03 • 19.04

Вероятны перемены к лучшему в деловой сфере, и вы сможете неплохо на этом заработать. Середина недели отлично подойдет для того, чтобы проявить инициативу в делах. Попытайтесь реализовать свои новые идеи или вернуться к планам, которые прежде не удавалось воплотить в жизнь. Все получится даже лучше, чем вы ожидали. А в последние дни недели будет особенно заметным влияние позитивных тенденций в личных отношениях. Заметно проще станет ладить с близкими, а друзья и любимый человек не упустят возможности вас порадовать.

ТЕЛЕЦ • 20.04 • 20.05

Стоит поспешить, потому что начало недели будет особенно благоприятным, подталкивая к самым разным делам. Хорошо пройдут даже те деловые встречи, от которых вы не ожидали ничего особенного. Вероятны предложения о сотрудничестве. Некоторые Тельцы благодаря умению ладить с людьми и производить на всех хорошее впечатление найдут именно ту работу, о которой давно мечтали. Со временем влияние позитивных тенденций несколько снизится, а события станут развиваться медленнее, чем вам хотелось бы. Запаситесь терпением.

БЛИЗНЕЦЫ • 21.05 • 21.06

Начало недели будет очень благоприятным для работы. Чем сложнее будет дело, за которое вы в это время возьметесь, тем больше окажется шансов добиться в них успеха. Вторая половина недели пройдет спокойно. Будет возможность заняться какими-то интересными делами, побывать в необычных местах. Друзья и другие близкие люди около составят вам компанию. Вы отлично проведете время вместе. Возможны хорошие новости издалека. Они могут повлиять на ваши планы, подскажут, на чем нужно сосредоточиться сейчас, а что можно отложить.

РАК • 22.06 • 22.07

Не исключено, что придется отложить собственные дела, чтобы заняться решением чужих проблем, и это вас едва ли порадует. Однако вскоре влияние позитивных тенденций усилится, и вы вернетесь к тому, что считали важным. Вероятны новые знакомства, которые приведут на вас сильное впечатление, помогут по-новому взглянуть на то, что казалось привычным. Не исключено начало дружеских или романтических отношений, которые вы будете очень ценить. В течение всей недели стоит быть осторожнее в решении финансовых вопросов.

ЛЕВ • 23.07 • 22.08

Это очень благоприятная неделя для начала новых дел, каких-то серьезных и масштабных проектов. Если вы сосредоточитесь на работе, то наверняка добьетесь в ней заметных успехов. И они не останутся незамеченными. На ваши победы обратят внимание люди, от которых многие выжили бы получить от них какие-то интересные предложения. Можно решать организационные вопросы, заниматься оформлением документов – все это не потребует усилий. Вероятно удачное для вас завершение судебных противостаний и имущественных споров.

ДЕВА • 23.08 • 22.09

Неделя начнется очень удачно. Не откладывайте важные дела: проще всего справиться с ними будет именно сейчас. Звезды будут на вашей стороне, благодаря их поддержке вы решите многие сложные вопросы, добьетесь успеха там, где прежде многие потерпели неудачу. Не исключено, что нужно будет быстро учиться чему-то новому. Серьезных сложностей здесь не возникнет, вы все будете сватывать на лад. Со временем влияние позитивных тенденций несколько снизится, но серьезных проблем у вас все же не возникнет.

РЫБЫ • 19.02 • 20.03

Начинайте неделю с самых важных дел. С ними вы справитесь отличной интуицией поможет найти кратчайший путь к цели, а благодаря настойчивости вы не бросите начатое на полпути. Вероятны хорошие новости издалека, а также интересные предложения о сотрудничестве. Милости Рыбам их незарудное обаяние поможет найти новых союзников, заручиться поддержкой авторитетных людей. Но и просто приятных знакомств будет немало, особенно если вы решите посетить какие-то мероприятия, связанные с вашей работой или хобби.

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЗКО, Акимат ЗКО

malon

ДЛЯ ВАШЕГО УДОБСТВА! ПО СУББОТАМ И ВОСКРЕСЕНЬЯМ

В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18

РАБОТАЮТ ДНЕВНОЙ СТАЦИОНАР И ОТДЕЛЕНИЕ ФИЗИОЛЕЧЕНИЯ

ВРЕМЯ ПРИЕМА С 9.00 ДО 13.00

Гос.лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЗКО, Акимат ЗКО

malon

ДЛЯ ВАШЕГО УДОБСТВА! ПО СУББОТАМ

В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ПРОСПЕКТЕ Н.НАЗАРБАЕВА, 206

ПРОВОДЯТ ПРИЁМ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

• Работает кабинет УЗИ, процедурный, рентген, лаборатория, физиокабинет.

ВРЕМЯ ПРИЕМА С 9.00 ДО 13.00

ЛОТОС

НАКАПЛИВАЙТЕ ЛОТОСЫ! ВОСПОЛЬЗУЙТЕСЬ НАКОПИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМОЙ В ХИМЧИСТКЕ ЛОТОС!

• С 1 сентября наши клиенты получают накопительные книжки, на которых будут накапливаться бонусы – ЛОТОСЫ 5 тысяч тенге из суммы заказа = 1 ЛОТОС

• На накопленные ЛОТОСЫ вы можете – выбрать подарок из дополнительных продаж при пункте приёма – частично оплатить услуги из расчета 1 ЛОТОС – 250 тенге.

Заводите накопительные книжки и экономьте на чистке вещей!

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 235 075