

ЛотоС

**СКИДКА 10 ПРОЦЕНТОВ**

**ХИМЧИСТКА**

Предъявителю скидка на химчистку вещей весенне-зимнего ассортимента и чистки ковровых изделий!

Акция действует до 31 марта 2023 года.

мкр. Строителей, 19 | Иксанова, 44/2  
Жангир хана, 13 | 6 мкрн. ТД Женис | ТД Атриум  
8 776 923 50 75 | 23 50 75

**ОПТИКА**  
АО ТАЛАП

**ВСЕМ НА ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ 15% скидка**

**+БОНУС**

100.6 РАДИО О'КЕЙ

Поздравление с днем рождения на радио «О'КЕЙ»!

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.

**KASPI RED**

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

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

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

**АО Талап**

**ВСЁ для вашего ЗДОРОВЬЯ!**

Областной еженедельник № 4 (1307) 8.02.2023

Уральск Издаётся с 1997 г.



**САМОЛЕЧЕНИЕ НАВРЕДИТ ЗДОРОВЬЮ РЕБЕНКА!**

У маленьких детей вирусные заболевания развиваются быстро, поэтому при первых признаках простуды нужно показать малыша врачу.

**стр.3**

**ЕСТЬ ЛИ У ВАС СИМПТОМЫ ПРЕДИАБЕТА?**

У многих людей уровень сахара в крови держится выше нормы, но еще ниже той цифры, за которой может быть поставлен диагноз «сахарный диабет».

**стр.4**

**ПРОЕКТ ДЛЯ ГОРОДА**

«Школа будущего врача» работает в АО Талап с октября 2022 года. Идея руководства АО Талап о профориентации молодежи показала свою актуальность и востребованность.

**стр.5**

**С ДНЕМ СТОМАТОЛОГА!**

В наши дни стоматология стала самой высокотехнологичной отраслью, где постоянно появляются новые материалы и методы лечения.

**стр.3**

Звон в ушах, плохо слышите? Скандинавское качество

**НАКОНЕЦ-ТО ЗВОН В УШАХ ИСЧЕЗ И Я С НОВА МОГУ НАСЛАЖДАТЬСЯ ТИШИНОЙ!**

Вы тоже слышите шум и звон в ушах, даже если находитесь в тихой обстановке? Джонни Геллер (Johnny Geller) живет в шведском городе Мальмё и рассказывает свою историю. «До пенсии я много лет проработал в шумной обстановке. Но несколько лет назад заметил, что слух ухудшился. Мне казалось, что я слышал шум даже в тишине. Для меня это было сильным потрясением. Раньше я просто забывал защищать свои уши во время работы. Но сейчас я принимаю таблетки Tone и очень счастлив, что теперь наконец звон в ушах исчез и могу наслаждаться покоем», - говорит Джонни.

Открыл таблетки Tone™ «Ослабевший слух и посторонний шум в ушах очень раздражали, так как мешали нормально общаться с семьей, друзьями, слушать радио или смотреть телевизор. Шум не позволял отдохнуть или сосредоточиться, хотя я живу в тихом живописном месте. Однажды прочел статью о скандинавском препарате Tone™ и решил попробовать его. Через некоторое время я заметил, что звон в ушах и раздражающие посторонние шумы гораздо меньше мешают жить полной жизнью и радоваться ей», - продолжает Джонни.

Изменения, связанные с возрастом

Связанное с возрастом ослабление слуха называется пресбиакузией (лат. presbycusis). Частые жалобы: трудно понять, когда говорят тихо, и звон в ушах. Люди нередко свыкаются с изменением слуха, однако их очень утомляет звон в ушах и в голове. Звон становится более интенсивным, если человек нервничает, вечером, в тихой обстановке. Он может ощущаться и



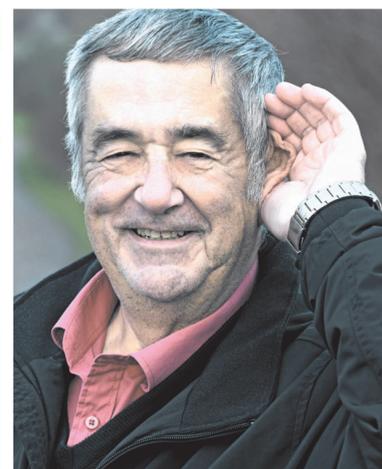
**Факты о таблетках Tone™**

Tone™ - это оригинальная скандинавская таблетка, в состав которой входят натуральные растительные экстракты, поддерживающие состояние органов внутреннего уха. Рутин и оксирутин из гречишки укрепляют капилляры. Экстракты альпийской хмели повышают чувствительность. Ниацин, магний и калий поддерживают хорошее функционирование нервной системы, восстанавливают баланс электролитов.

Принимайте по 2 таблетки Tone™ каждое утро как минимум 2-3 месяца, чтобы поддержать баланс электролитов и микроциркуляцию в капиллярах слухового органа.



Отпускается без рецепта. Состав: экстракты гинго билоба, гречишки, черники, эхинацеи, калия, магния, ниацина, рутина. Рекомендация по применению: для взрослых и детей старше 14 лет 2 таблетки в день, запивать стаканом воды, во время еды. Противопоказания: гипертоническая болезнь, беременность, кормление грудью. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом. Manufacturer: New Nordic Healthbrands AB, Södra Förstaåsgatan 3, SE - 211 43, Malmö, Швеция. Адрес производства: Propharma A/S, Skattevej 11-14, DK-3230 Billund, Дания. Представитель, уполномоченный на принятие претензий в Республике Казахстан: Оптика ЗАО New Nordic Рязь Норд и Республика Казахстан, г. Алматы, Шарипова, 30, оф. 308/4. Соп. ВУ70.06.01.003.R.005215.12.20. от 30.12.2020 г. выдано ГУ «Республиканский центр слуха, оториноларингологии и общественного здоровья». БАД, не является лекарством.



Не ослаблен ли Ваш слух? **ДА** **НЕТ**

1. Часто трудно понять слова собеседника.
2. Во время разговора часто переспрашиваю.
3. Некоторые звуки раздражают или навязчивы.
4. Звонит в ушах, иногда кружится голова.
5. Избегаю разговоров с окружающими, так как чувствую себя неловко.

Если вы положительно ответили хотя бы на три из приведенных утверждений - ваш слух может быть ослаблен.

**СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ ВАШЕГО ГОРОДА.**

zerde

talap

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС +7771 993 0087 WWW.NEWNORDIC.KZ

ОТСКАНИРУЙТЕ КАМЕРОЙ НА ТЕЛЕФОНЕ, ЧТОБЫ НАЙТИ НАС В МАГАЗИНЕ НА

kaspi.kz

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 разрешается только со ссылкой на автора и газету «Талап». За содержание и достоверность рекламы 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.

АО Талап

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

С 1 февраля 2023 года в оптике АО Талап **АКЦИЯ** на все виды растворов для линз объемом 350 мл.

**ЦЕНА МЕНЬШЕ! на 20%**

**ОБЪЕМ БОЛЬШЕ!**

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

## ОГРАНИЧЕНИЯ НА ТРАНЗИТ

**Министерство индустрии и инфраструктурного развития РК подготовило проект «О введении ограничений на транзит некоторых грузов через территорию Республики Казахстан»**

Планируется ввести ограничение на транзит через территорию республики сроком на 3 года для следующих грузов:

- лом черных и цветных металлов
- отходы черных металлов, слитки черных металлов для переплаки, бывших в употреблении труб, рельсов, элементов железнодорожного полотна, изделия из черных металлов, используемые для железнодорожных или трамвайных путей, рельсы, шпалы и т. д.
- профили полье, бесшовные, из черных металлов, трубы для нефте- или газопроводов.

Цель проекта – ограничить транзит лома черных и цветных металлов через территорию Казахстана железнодорожным транспортом.

## ПОДПИСАН ЗАКОН О РЕГУЛИРОВАНИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МАЙНЕРОВ

**Президент Касым-Жомарт Токаев подписал закон «О цифровых активах в Республике Казахстан».**

Также подписан закон «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики Казахстан по вопросам цифровых активов и информатизации». Закон «О цифровых активах в РК» и пакет сопутствующих поправок к нему будут регулировать деятельность майнеров. В документе содержатся нормы, касающиеся представления сведений о доходах цифровых майнеров и пулов в целях налогообложения.

Главная цель мероприятий – создание законодательной основы для сферы производства и обращения цифровых активов. Ожидается, что эти законы позволят сформировать легальный рынок цифровых активов, привлечь больше иностранных инвестиций в данную отрасль, что в дальнейшем поможет развитию экономики Казахстана в целом, повысит его конкурентоспособность и увеличит поступления в госбюджет.

## ПАВОДКОВАЯ ОПАСНОСТЬ

**В Западно-Казахстанской области проводятся мероприятия по предупреждению возможного весеннего паводка.**

По оценкам специалистов, в нашей области из-за значительного промерзания грунта – 86–135 см – в этом году сложилась непростая гидрометеорологическая обстановка. Несмотря на то, что объем влагозапасов в бассейнах рек Утва, Чина–2, Деркул, Чаган, Оленты и Шидерты ниже среднемесячных значений на 33 – 96%, наша область входит в число регионов повышенной паводковой опасности.

– На сегодняшний день укреплено 20 км защитных дамб в 43-х поселках ЗКО, – отметил начальник Управления по предупреждению ЧС ЗКО Нуралы Мусиев. – Проведен капитальный ремонт плотины близ п. Акбулак, а также капитальный ремонт водохранилища на реке Барбастау. Ведутся берегоукрепляющие работы по Уралу.

Для ликвидации чрезвычайных ситуаций во время паводка 2023 года подготовлено 708 единиц техники, 69 плавсредств, 265 мотопомпы. Для работы в паводкоопасных зонах подготовлены 3269 человек личного состава.

## В ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШИМ ОТ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ В ТУРЦИИ

**Казахстанские спасатели и медики 7 февраля вылетели в Турцию, сообщает пресс-служба Министерства по ЧС РК.**

Напомним, в ночь на 6 февраля в Турции произошло сильнейшее землетрясение магнитудой более 7 баллов, вызвавшее серьезные разрушения. В стране объявлен самый высокий уровень тревоги.

МИД Казахстана выясняет ситуацию с казахстанцами в пострадавших районах Турции.

Президент Казахстана Касым-Жомарт Токаев выразил соболезнования президенту Турции Реджепу Тайипу Эрдогану в связи с многочисленными жертвами и поручил правительству направить казахстанских спасателей и медиков на помощь в Турецкую Республику. Позднее Токаев созвонился с Эрдоганом.

По данным на 7 февраля, в Турции погибло около 1,5 тыс. человек, около 8,5 тыс. человек пострадали, кроме того, сообщается о многочисленных жертвах и пострадавших в соседней Сирии.

В Турции объявлен семидневный траур.



## КОЛИЧЕСТВО ПОЖАРОВ УВЕЛИЧИЛОСЬ

**За текущий отопительный период в жилом секторе ЗКО зарегистрировано 127 пожаров.**

По сравнению с прошлым периодом количество пожаров увеличилось на 10%. В результате пожаров погибли 5 человек, травмирован 1 человек. Отравления угарным газом пострадали 2 человека.

По словам начальника Управления государственного пожарного контроля ДЧС ЗКО Мереке Жумагалиева, в январе произошел резкий рост пожаров. На территории области было зарегистрировано 56 пожаров, что на 30% больше, чем в 2022 году. Он отметил, что причина таких происшествий – беспечное отношение к огню. Каждый четвертый пожар произошел в результате нарушения правил устройства и эксплуатации электрооборудования, каждый пятый – из-за нарушения правил эксплуатации печей.

– Наличие в квартирах легковоспламеняющихся предметов, синтетических изделий и разнообразной бытовой техники делает даже самый незначительный пожар опасным для жизни и здоровья людей из-за выделения ядовитых газов при горении, – подчеркнул Мереке Жумагалиев.

Сотрудники ДЧС проводят профилактическую работу в частном секторе. Особое внимание уделяется социально уязвимым слоям населения. Департаментом взято на учет 1214 семей, относящихся к этой категории. Спасатели обошли 73 тыс. жилых домов.

С начала отопительного периода за счет акиматов и спонсорской помощи в жилых домах социально уязвимых слоев населения установлено 347 датчиков угарного и природного газа.

## ЛУЧШЕЕ ИЗ ГОЛЛИВУДА

**Эстрадно-симфонический оркестр акима ЗКО продолжает радовать уральцев концертами в необычном формате. 2 февраля состоялось очередное представление с 3D эффектами.**

Голливудские блок-бастеры вызывают у всех самые яркие воспоминания, поэтому главный дирижер оркестра Никита Говоров выбрал такую тематику концерта. В известных голливудских фильмах звучит симфоническая и эстрадная музыка высокого класса. Сцена арт-центра Атамекен оснащена современным оборудованием, в том числе 3D-проектором. На экране демонстрировались знакомые публике кадры из фильмов «Звездные войны», «Гарри Поттер», «Властелин колец», «Пираты Карибского моря», «Терминатор» и других. На этом фоне живая музыка оркестра звучала особенно мощно, а от экрана в зрительный зал летели разноцветные лучи и футуристические узоры. Никита Говоров вышел к оркестру в маске Дарта Вейдера и черной накидке. Его экспрессивная манера дирижировать дополняла эмоциональный накал представления. Песни из фильмов исполнили солисты Молодежного творческого центра Альбина Наурузалиева, Назира Хибашева и Асхат Габдукулов.

По словам дирижера, ноты произведений, звучащих в блок-бастерах, найти непросто, а нужно еще адаптировать их к возможностям оркестра. Некоторые произведения пришлось расписать на слух. Подготовка к концерту заняла полгода кропотливой работы.



Такой формат концерта востребован у уральской публики – оркестр представляет его третий раз, и возможно, он повторится ещё. В ближайших планах коллектива – «Венский бал», на котором прозвучат вальсы, польки и увертюры из произведений известных в мире композиторов. В марте подарком для женщин станет перформанс «Скажи мне, что ты меня любишь...» по письмам Ремарка к Марлен Дитрих.

## С ДНЕМ СТОМАТОЛОГА!

**Международный день стоматолога отмечают 9 февраля. Сегодня в стоматологии есть разные специализации: хирургия, ортодонтия, терапия, пародонтология... Врачи помогают людям сохранить здоровье зубов и приобрести красивую улыбку.**

В наши дни стоматология стала самой высокотехнологичной отраслью, где постоянно появляются новые материалы и методы лечения. В стоматологических отделениях поликлиники АО Талап при лечении зубов, протезировании и хирургических вмешательствах применяются передовые методики.

### НАЧИНАЯ С ДЕТСТВА

– Детский прием – самый ответственный. Врач, работающий с детьми, должен быть хорошим психологом, – говорит Алма Еркекмызы Сейтова. – Если я нахожу ключик к своему маленькому пациенту, то он спокойно переносит все манипуляции и в дальнейшем не испытывает никакого страха перед бор-машиной.

С родителями мы также проводим большую работу. В первую очередь объясняем, как правильно ухаживать за детскими зубами. Ежедневную чистку зубов нужно начинать с того момента, как у младенца прорежутся первые четыре зуба. Паста нужна специализированная – содержащая 500 ррп. Для профилактики кариеса следует исключить ночные кормления сладкой водой и соками.

Регулярно проверяйте состояние зубов у детей, не затягивайте лечение кариеса, – советует врач. – Мы обеспечиваем комфортное и безболезненное лечение, причём детей не боятся стоматологических процедур!

### ОСЛЕПИТЕЛЬНАЯ УЛЫБКА

– Неправильный прикус, скученность зубов и другие ортодонтические проблемы встречаются у людей достаточно часто, – говорит Дана Батырбековна Тайжан. – По данным Всемирной организации здравоохранения, у 90% жителей Земли неправильный прикус. Последствия этого – асимметрия лица, головная боль, затруднения при жевании и глотании, звон в ушах, головокружение, проблемы с осанкой... Чтобы этого избежать, нужно в 4 года привести ребенка на консультацию к ортодонт. При необходимости врач



**РЕГУЛЯРНО ПРОВЕРЯЙТЕ СОСТОЯНИЕ ЗУБОВ У ДЕТЕЙ, НЕ ЗАТЯГИВАЙТЕ ЛЕЧЕНИЕ КАРИЕСА. МЫ ОБЕСПЕЧИВАЕМ КОМФОРТНОЕ И БЕЗОБЛЕЗНЕННОЕ ЛЕЧЕНИЕ, ПРИЧЁМ АКИМАТ ДЕТЕЙ НЕ БОЯТСЯ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР!**

начнет лечение. При скученности зубов детям до 12 лет ставят расширяющие пластинки. Для формирования красивой улыбки помогут трейнеры, элайнеры. В сложных случаях мы устанавливаем брекет-системы. Результат – красота и здоровье!

### ПРАВИЛЬНАЯ ГИГИЕНА

– Гигиена ротовой полости имеет решающее значение для здоровья зубов, – напоминает своим пациентам Гульназ Жусуповна Пазилова. – Даже при современной доступности информации люди не знают простые правила: зубы нужно чистить 2–3 минуты, выметающими движениями «от красного к белому». Если вы хотите сохранить зубы на долгие годы, обратитесь к стоматологу, который сделает профессиональную аппаратную чистку, с укрепляющими гелями.

Стоматологи Поликлиники АО Талап проводят чистку зубного налета с помощью аппарата Air Flow, при этом зубы освещаются на полтона. Я советую также приобрести ирригатор – прибор, с помощью которого можно проводить тщательную чистку зубов в домашних условиях.

### ВСЕ ВИДЫ ПРОТЕЗИРОВАНИЯ

– В стоматологии АО Талап учитываются пожелания пациентов с разными возможностями, – рассказывает Светлана Петровна Бородина. – Если необходимо сэкономить, предлагаем литые коронки из гипоаллергенного кобальт-хромового сплава. Если нужно обновить протез и сэкономить – выберите привлекательную металлокерамику. А те, кому важна эстетика, могут выбрать современные высокотехнологичные методы протезирования: коронки из оксида циркония, биоидентгалст, пресс-керамику, импланты. Наши зубные техники имеют большой опыт, для повышения квалификации часто проходят обучающие курсы.

**Поздравляем своих коллег-стоматологов с профессиональным праздником! Желаем новых успехов в нашем нелегком, но очень востребованном труде!**

## САМОЛЕЧЕНИЕ НАВРЕДИТ ЗДОРОВЬЮ РЕБЕНКА!

**У маленьких детей вирусные заболевания развиваются быстро, поэтому при первых признаках простуды нужно показать малыша врачу. «Если родители пытаются самостоятельно лечить ребенка домашними средствами, заболевание может обостриться, разовьется пневмония», – говорит педиатр Поликлиники АО Талап Ляззат Адилкаировна Мендыгалиева.**

– Этой зимой в городе ходят вирусы А и В, у детей заболевание протекает достаточно тяжело, – отмечает Ляззат Адилкаировна. – Некоторые родители считают, что начинающийся насморк – не проблема, а главный показатель болезни – температура. Кто-то отрицательно относится к антибиотикам и предпочитает разнообразные народные средства. Результат один – болезнь прогрессирует и даёт осложнение на бронхи или лёгкие. Тогда ребенку приходится пройти курс инъекций, что намного тяжелее, чем лечение таблетированными препаратами или суспензиями. А после болезни иммунитет восстанавливается гораздо медленнее.

Детский организм может дать острую реакцию на инфекцию. За несколько минут температура может резко повыситься, и осложнения развиваются так же быстро. Поэтому нужно точно выполнять все рекомендации врача.



### В ДОМАШНЕЙ АПТЕЧКЕ

– Важно иметь в домашней аптечке жаропонижающие средства. Их дают в экстренном случае, если температура у ребенка поднялась вечером, – советует педиатр. – Также в аптечке должны быть противовирусные препараты. А если ребенок склонен к аллергии – то противоаллергенные препараты, которые посоветует врач.

### ПОМОЖЕТ ФИЗИОТЕРАПИЯ

– При лечении детей мы применяем комплексный подход, – отмечает Ляззат Адилкаировна. – Когда состояние ребенка стабилизируется и температура больше не повышается, очень полезно получать физиолечение. В нашей поликлинике есть для этого все возможности, причем многие процедуры включены в детские программы. Так, при бронхите и пневмонии наряду с антибиотиками я назначаю электрофорез на грудную клетку. Такое комбинированное лечение дает прекрасный эффект. Также при бронхо-легочных заболеваниях полезен дренажный массаж, ингаляции, КУФ. Впоследствии для укрепления иммунитета я рекомендую пройти процедуры в ОЦ Фаворит – соляную шахту, реабокс-терапию, аппликации глин.

Благодаря таким лечебным и профилактическим мероприятиям у часто болеющих детей улучшается состояние, они начинают стабильно посещать детский сад.

**Запись по телефону: 247 300; 8 778 749 73 00**

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

**В АО ТАЛАП  
ТРЕБУЮТСЯ**

- Врачи всех специализаций: образование высшее, медицинское; наличие сертификата специалиста, наличие специализации, стаж работы не менее 3-х лет.
- Врач эпидемиолог.
- Медицинская сестра общей практики.
- Фармацевт: образование высшее, среднее специальное; специализация – «Фармация».
- Продавец-консультант в аптеку.
- Менеджер по приходу.
- Администратор-хостес.
- Администратор-приемщик в химчистку.
- Администратор-приемщик в химчистку.
- Водитель на спецтехнику «Миксер».
- ремонт электрооборудования.
- Плотник
- Слесарь-сантехник.
- Оформитель веночной продукции в Ритуальную службу
- Санитарка, техника.
- Кухонный работник.
- Рабочий-копщик на кладбище.

**КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН 50-35-99 (ДОБ. 118);  
50-76-59 (КОЛЕСИНА ЕЛЕНА ВЛАДИМИРОВНА)  
E-MAIL: EVKOLESIINA@TALAP.COM. ОБРАЩАТЬСЯ ПО  
АДРЕСУ: УЛ. ЕСКАЛИЕВА, 12Б; КАБИНЕТ 18**

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

**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 ЗКО.

**В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ГИНЕКОЛОГ-ХИРУРГ**

**ГУЛЬНУР НУРЖАНОВНА  
ШАЛКАРОВА**

**ПРОВОДИТ ИНТИМНУЮ ПЛАСТИКУ**

**Показания для вагинопластики:**

- Опухание 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**

**В КАЖДОМ НОМЕРЕ  
ГАЗЕТЫ «ТАЛАП»  
НА 6 СТРАНИЦЕ  
ПУБЛИКУЕТСЯ  
«КУПОН БЕСПЛАТНОГО  
ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ»**

## ЕСТЬ ЛИ У ВАС СИМПТОМЫ ПРЕДИАБЕТА?

*Если в течение многих лет вы несколько раз в день пьете чай со сладостями, то в организме постоянно присутствует переизбыток углеводов. А излишек сахара в крови в итоге приводит к диабету.*

У многих людей уровень сахара в крови держится выше нормы, но еще ниже той цифры, за которой может быть поставлен диагноз «сахарный диабет». Врачи полагают, что если ничего не делать, то в течение 10 лет предиабет разовьется в диабет второго типа.

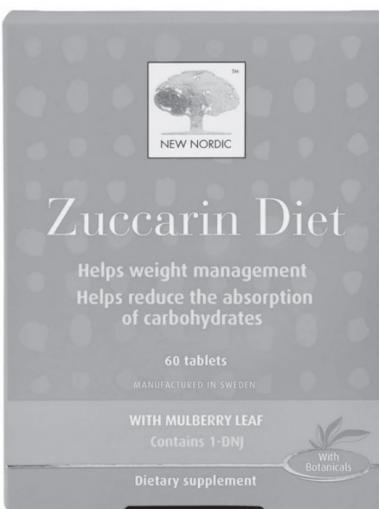
Но хотя диагноз «диабет» еще не поставлен, долгосрочные повреждения, вызываемые диабетом (особенно в системе кровообращения), уже могут начаться.

### Симптомы?

Точных симптомов предиабета нет. Предиабетическое состояние определяется по анализам крови. И тем, кому за 40 лет, стоит пройти обследование у эндокринолога. Насторожиться нужно, если у вас есть такие признаки:

1. Постоянный голод. Человек испытывает голод, потому что организм уже не в состоянии использовать глюкозу крови, как мог раньше.
2. Лишний вес. Поскольку человек постоянно голоден, то ест больше нормы и набирает лишний вес. На этой стадии еще можно вернуться к нормальному состоянию.

**Если хотите сохранить здоровье на долгие годы, необходимо изменить свой образ жизни — правильно питаться, достаточно двигаться и иметь нормальный вес. При выполнении таких простых правил уровень сахара в крови постепенно вернется к норме, и о возможных проблемах можно будет забыть.**



3. Частое мочеиспускание. Это происходит потому, что организм старается избавиться от излишнего сахара с помощью выброса его с мочой. Таким образом организм теряет много жидкости. Человек начинает испытывать жажду. Надо пить, чтобы восполнить потерю воды.

4. Усталость и слабость. Это происходит потому, что в клетках организма развивается сопротивляемость действию инсулина, поэтому клетки не могут использовать глюкозу.

Простые углеводы быстро усваиваются организмом, уровень сахара в крови быстро увеличивается, появляется энергия. Потом через 1-2 часа уровень сахара быстро падает, вызывая увеличивающееся чувство голода, усталости, нервозности и ощущения дрожи во всем теле. Знакомо?

Чтобы избавиться от этого неприятного состояния, надо что-нибудь съесть, причем обычно людей тянет на что-нибудь сладкое — и цикл повторяется. Такое состояние знакомо и диабетикам, и многим предиабетикам.

### Понижаем сахар без лекарств

Что же делать, чтобы поддерживать уровень сахара в крови в пределах нормы? Можно ли понизить его самим и без лекарств?

Да, можно. Правильная еда решает проблему. Уменьшаем потребление простых углеводов — сладкого и мучного, включая фрукты. Заменяем их углеводами сложными — это соя, чечевица, макароны из твердой пшеницы, гречка, овес, зеленый горошек, бурый рис...

Если хотите сохранить здоровье на долгие годы, необходимо изменить свой образ жизни — правильно питаться, достаточно двигаться и иметь нормальный вес. При выполнении таких простых правил уровень сахара в крови постепенно вернется к норме, и о возможных проблемах можно будет забыть.

Фармацевты АО Талап советуют: поддерживать сахар в норме поможет БАД на растительной основе — Зукарин. Основное действующее вещество БАДа — экстракт листьев шелковицы. Листья белой шелковицы уменьшают всасывание углеводов в кровь. Таблетка дополнительно оптимизирована пиколинатом хрома, который способствует поддержанию нормального уровня глюкозы в крови и нормального жирового, углеводного и белкового обмена.

ЗУКАРИН 910mg NSD TAB 8V7.06.01.003.R.000431.02.22

ВНИМАНИЕ! ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ!



## ПРОЕКТ ДЛЯ ГОРОДА

*«Школа будущего врача» работает в АО Талап с октября 2022 года. Ученики уральских школ знакомятся с профессией медика, узнают о новых технологиях, применяемых в современной медицине.*

Идея руководства АО Талап о профориентации молодежи показала свою актуальность и востребованность. Детям очень сложно выбрать свой жизненный путь. Разговаривая со старшеклассниками, я поняла, что большинство из них не знают, в какой сфере они могут реализовать себя, — говорит куратор проекта, старший администратор «Службы сервиса» Ирина Герасимчук. — Пройдя курс в «Школе будущего врача», ребята получили ответы на многие волнующие их вопросы. Кто-то понял, что медицина — не их специальность, а для кого-то эта сфера стала настоящим открытием. Но все без исключения получили полезные знания о том, как нужно следить за своим здоровьем. Дети своими глазами увидели, что все диагностические исследования для пациента просты, лечебные манипуляции безболезненны.

Наши врачи, медсестры, младший персонал с большой ответственностью подошли к своим задачам. Детям было очень интересно слушать врачей-офтальмологов Лягину О.В., Латипову А.А., Сураеву Л.В., Крячко Э.Ю. Они показывают работу новейшего оборудования, рассказывают о методиках проведения операций. Так же увлеченно говорят о своей работе хирурги Илекеев А.А., Сидоров А.В., Сакипкереева А.С. Процедуру гастродуоденоскопии проводят врач Кадыров Р.С. и медсестра О. Малах. О том, как проходят процедуры МРТ и КТ, рассказывает Сабанова Э.Б. Стоматолог Мураталиева А.А. просто и понятно доносит информацию о новых методиках лечения зубов. Каждый раз дети задают много вопросов и получают обстоятельные ответы.

В программе Школы — все виды аппаратных диагностических исследований, работа Объединенной лаборатории, стоматология, знакомство с процедурами в ОЦ Фаворит. Главная медсестра Медицинского центра АО Талап Голубева Л.Н. ведет курс по оказанию первой доврачебной помощи. Провизор-информатор Будилова И.В. рассказывает о преимуществах профессии фармацевта.

За четыре месяца в Школе прошло 4 курса. Сертификаты получили 46 человек.

Сформированы группы на февраль, март, апрель. На сентябрь 2023 года записана школа-гимназия Вальдорфской ориентации, на октябрь — СОШ №28. Планируем проводить экскурсии и в новой Поликлинике АО Талап, — говорит менеджер по подбору персонала Елена Колесина. — Мы видим, что проект популярен и приносит практическую пользу. Мы постоянно получаем благодарственные отзывы от школьников, педагогов и родителей.

Миссия «Школы будущего врача» — повышение престижа профессии, связанных с медициной, привлечение молодых кадров. Многие состоявшиеся врачи делятся своими яркими впечатлениями, которые сыграли решающую роль в их выборе. Сотрудники АО Талап надеются, что их уроки так же будут вспоминать ученики уральских школ в далеком будущем, когда сами станут высококлассными специалистами.



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

**ТОЛЬКО  
24 И 25 ФЕВРАЛЯ  
2023 Г.!**

**В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП  
НА ОРАКБАЕВА (БЫВ.ЩОРСА),18**

будет вести приём известный в Казахстане детский ортопед-травматолог, кандидат медицинских наук, врач высшей категории, заведующий отделением ортопедии и реабилитации ГДБ №2 г.Астана

**ЧИКИНАЕВ  
АГАБЕК  
АЛИБЕКОВИЧ**

Получить подробную информацию и записаться на прием вы можете у администраторов Клиники.

**КОНТАКТ-ЦЕНТР АО ТАЛАП:  
8 (7112) 247-300  
+7 778 749 73 00**

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

**В Оздоровительном центре  
ФАВОРИТ НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ВЕДЕТ ПРИЕМ  
ФИЗИОТЕРАПЕВТ-РЕАБИЛИТОЛОГ**

**АЙБЕК АЛИБЕКОВИЧ  
НУРЕКЕШОВ**

Врач помогает восстановить здоровье с помощью проверенных и эффективных методик: ультразвук, лечебный массаж, магнитотерапия, электрофорез, лечебная физкультура, лазеротерапия.

- Разработка индивидуальной программы физиопроцедур для восстановления после бронхо-легочных заболеваний, инсульта
- Разработка программы реабилитации при хронических заболеваниях опорно-двигательного аппарата: артрите, артрозе, остеохондрозе.

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

**KASPI  
RED**

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

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

**В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЦЕНТРЕ «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ПРИГЛАШАЕМ ВАС НА ЗАНЯТИЯ АКВААЭРОБИКОЙ**

Эффективное снижение лишнего веса. Упругая и подтянутая кожа живота, бедер. Отсутствие ударной нагрузки на позвоночник и суставы. Снятие стресса.

**СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; 8 778 749 73 00**

**В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЦЕНТРЕ «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**РАБОТАЕТ ПРОГРАММА ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ ПЛАВНИКОМ ДЕЛЬФИНЁНОК**

Закаливание и укрепление организма. Тренирует деятельность сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем.

- Создает основу для всестороннего физического развития.
- Улучшает сон и аппетит.

**ПУСТЬ ВАШ РЕБЕНОК РАСТЕТ ЗДОРОВЫМ И КРЕПКИМ!**

**СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; 8 778 749 73 00**

**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 ЛОТОСУ
- На накопленные ЛОТОСЫ вы можете – выбрать подарок из дополнительных продаж при пункте приёма – частично оплатить услуги из расчёта 1 ЛОТОС = 250 тенге.

**Заводите накопительные книжки и экономьте на чистке вещей!**

**СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 235 075**

**Для ВАШЕГО УДОБСТВА! ПО СУББОТАМ**

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ПРОСПЕКТЕ Н. НАЗАРБАЕВА, 206**

**ПРОВОДИТСЯ ПРИЁМ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ**

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

**ВРЕМЯ ПРИЕМА С 9.00 ДО 13.00**

**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**

**В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЦЕНТРЕ «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

**ПРЕДЛАГАЕМ НОВУЮ УСЛУГУ ТЕЙПИРОВАНИЕ**

Тейпирование – способ лечения растяжения мышц, связок и травм суставов при помощи клейких лент.

**При:**

- Заболевания коленных и плечевых суставов
- Ушибах и растяжениях
- Отечности ног

**СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; 8 778 749 73 00**

**В АО ТАЛАП ТРЕБУЕТСЯ САНИТАРКА, ТЕХНИЧКА**

- Образование среднее
- Полная занятость
- Стабильность
- Система дополнительных социальных льгот

**8-705-622-63-66; 50-35-99 (доб.118), (Колесина Елена Владимировна) E-MAIL: EVKOLESINA@TALAP-AO.KZ**

**В РИТУАЛЬНУЮ СЛУЖБУ АО ТАЛАП ТРЕБУЕТСЯ РАБОЧИЙ-КОПЩИК НА КЛАДБИЩЕ**

- Полная занятость;
- Система дополнительных социальных льгот

**Тел.: 50 35 99 (доб. 118); 50 76 59 E-MAIL: EVKOLESINA@TALAP.COM**

**«РАДИОРУБКА»**

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

**ТЕЛЕФОН ДЛЯ РАЗМЕЩЕНИЯ +7 771 202 10 06**

**НОВЫЕ ПУНКТЫ ХИМЧИСТКИ ЛОТОС ЖДУТ ВАС**

**ТД АТРИУМ 1 ЭТАЖ, РЯДОМ С МАГ. «ИНТЕРТОР» ТД ЖЕНИС (6–й МКР.)**

**Тел.: 235 075, +7 776 923 50 75**

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОДАСТ**

- Mitsubishi Outlander-2019 г.в.
- Volkswagen Vw70\*0c 1995 г.в.
- Газ 322 132-224
- MAZ 437041, белый фургон изотермический на шасси
- Нива (Лада) 2121-209 2008 г. цвет ярко-белый
- УАЗ 396255-330, цвет белая ночь
- Камаз 4514201013 (самосвал)
- Камаз 65115-026, оранжевый
- Прицеп площадка
- Бетономеситель МЕТЕМ – для изготовления кирпичей полистирол

- Установка по фасовке сыпучих материалов
- Механизированная линия для производства субстратных блоков для грибов вешенки
- Аппарат флюорографический 12F7K, заводской номер 31
- Брусчатка – плитка 200\*300\*80
- Полистирол (кирпич)
- Погрузчик Амкардор 684
- Будка от Хюндай

**Все вопросы: 8-747-536-72-46; 8-776-212-77-93; 8-705-621-60-92**

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

**АКЦИЯ**

**каждый день с 15:00 до 19:00 УДАЧНОЕ ВРЕМЯ!**

**СКИДКА 10% на весь ассортимент отдела оптики!**

**С 15 января 2023 по 15 февраля 2023**

**CONTACT - ЦЕНТР АО ТАЛАП +7 778 749 73 00, 247 300**

**КУПОН ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ №6**

**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 принимаются 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».

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОДАСТ**

- Установа по фасовке сыпучих материалов
- Механизированная линия для производства субстратных блоков для грибов вешенки
- Аппарат флюорографический 12F7K, заводской номер 31
- Брусчатка – плитка 200\*300\*80
- Полистирол (кирпич)
- Погрузчик Амкардор 684
- Будка от Хюндай

**Все вопросы: 8-747-536-72-46; 8-776-212-77-93; 8-705-621-60-92**

Мадам бургера	Тот, кого к ночи не поминуют	Театральная «фарма»	«Мишень» для сторожа	Жалящее насекомое	Желание рвать и метать	«Закон, что ...»	Эрудированный пошляк																
Один из тех, кто учится летать	Баянлон минус лыжная гонка	«Хлевцев на пиль овец»	И клоп, и комар	Элита фаняса	Нычка теши Кисы	Брвэна, пушённы на самолетк	Докисторический компьютер																
Третье-сортный металл (спорт)	Бойкий ребёнок	Старт дня	Учебный взрыв хомички	Удлинитель ног	«Материя» для дыры	Водила «Харлея»	1																
Жильё ухаживающей плавировки	Ай, в варенье хороша!	«Рай-отдел» полиции при царя	Лесник	«Материя» для дыры	Усталость от смеха (разг.)	2	3																
Сдача позиций океаном	Иностранно из математики	«Рай-отдел» полиции при царя	Лесник	Удлинитель ног	«Материя» для дыры	4	5	6															
Выступ шестерёнки	Хоровой индивидуалист	«Шу-пальце» нейрона	Еда для домашних лю-бимцев	Словотёзка	«Калибр соли»	14	5	7	11	12	13	14											
Багажничего	Уродливый монстр	«Шу-пальце» нейрона	Еда для домашних лю-бимцев	Словотёзка	«Калибр соли»	14	5	7	11	12	13	14											
Нужен для выхода в сеть	«Калибр соли»	14	5	7	11	12	13	14	15	16	3	17	4	5	6								
Жесток правитель	Стремление победить	8	5	7	20	7	1	7	3	4	2	3	11	21	2	5	14	5	18	11	3		
Пещерная откры-валка	22	7	18	11	6	5	2	6	2	18	6	2	18	6	2	18	6	2	18	6	2	18	6
17	9	23	3	14	3	19	3	4	3	6	4	3	6	4	3	6	4	3	6	4	3	6	4

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14

15 16 17 18 19 20 21 22 23

• Это задание представляет собой смесь классического сканворда и ключворда.

**ПРОГНОЗ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 7 ФЕВРАЛЯ ПО 5 МАРТА 2023 Г.**

■ магнитосфера спокойная G1  
■ магнитосфера возбужденная G2  
■ магнитная буря G3  
■ магнитная буря G4  
■ магнитная буря G5

G1 - слабая буря (уровень G1)  
G2 - средняя буря (уровень G2)  
G3 - сильная буря (уровень G3)  
G4 - очень сильная буря (уровень G4)  
G5 - экстремально сильная буря (уровень G5)

07 09 11 13 15 17 19 21 23 25 27 01 03 05

**ОВЕН** • 21.03 • 19.04

Будьте готовы к неординарностям: они на этой неделе весьма вероятны. Какое-то незначительное событие могут стать началом больших перемен в вашей жизни. Может заметно расширится круг общения, не потребуется много времени, чтобы подружиться с новыми знакомыми. Не исключены и романтические увлечения. Новые отношения могут развиваться медленно, но едва ли вас это огорчит. Неделя будет благоприятной для начала новых дел, как-то долгосрочных рабочих проектов.

**ТЕЛЕЦ** • 20.04 • 20.05

Обратите внимание на свое эмоциональное состояние. Неделя может принести вам немало переживаний и волнений, из-за них сложно будет принять правильные решения. Помните: спешка не приведет ни к чему хорошему, а вот хорошо продуманные шаги позволят вам быстро достичь многих целей. Стоит проявить осторожность в деловых отношениях. Возможно, вы почувствуете, что кто-то пытается давить на вас, навязывать свою точку зрения. В таких случаях важно не поддаваться и защищать свои интересы.

**БЛИЗНЕЦЫ** • 21.05 • 21.06

Как бы ни складывалась эта неделя, старайтесь сохранить здоровый смысл, не идти у эмоций на поводу. Будет много опасений и сомнений – не поддавайтесь им и помните о тех целях, которые поставили раньше. Предельно рационально менять планы, опаздывая к задуманному раньше. У вас будет шанс добиться заметных успехов в работе. Нужно вовремя проявить инициативу, не растеряться в новой ситуации, правильно выбрать союзников. Будьте готовы взять на себя ответственность, не ждите, пока все важные вопросы решит кто-то другой.

**РАК** • 22.06 • 22.07

Настройтесь на серьезный лад. Это неплохая неделя, однако рассчитывать на легкие успехи и быстрые победы не стоит: вам придется потрудиться. Начинать с решения серьезных задач. Благодаря поддержке союзников – друзей и новых – вы быстро добьетесь нужного результата. Первые дни недели будут благоприятными для участия в профессиональных мероприятиях, посещениях конференций и семинаров. Вероятны полезные знакомства, встречи с людьми, к которым вы еще не раз сможете обратиться за поддержкой. Многим Ракам пригодится их обаяние.

**ЛЕВ** • 23.07 • 22.08

Неделя будет яркой и запоминающейся. У вас появится много новых идей, а обстоятельства будут благоприятными для их воплощения в жизнь. Это благоприятное время для смелых экспериментов, начала работы над какими-то необычными проектами. Вероятны интересные знакомства. Вам предстоит много общаться с теми, чьи взгляды и цели сильно отличаются от ваших. Это окажется не только интересным, но и очень полезным. Вы на многие вещи взглянете по-новому. Могут открыться новые перспективы в деловой сфере.

**ДЕВА** • 23.08 • 22.09

На этой неделе вы сделаете много полезного не только для себя, но и для окружающих. Добиться успехов будет непросто, но вы не опустите руки, прикладывая для этого усилия. Вероятны успешные деловые переговоры, не исключено, что благодаря им вы получите предложение, на которое даже не рассчитывали. Могут напомнить о себе те, с кем вы когда-то ссорились. Не упустите возможность восстановить старые деловые связи: вскоре они окажутся полезными. Стоит быть осторожнее с деньгами.

**ВЕСЫ** • 23.09 • 23.10

Это важная неделя с профессиональной точки зрения. От ваших поступков и решений будет зависеть многое: они сыграют важную роль в развитии важных для вас деловых отношений, а также в ходе работы над проектами, которым вы придаете большое значение. Старайтесь действовать последовательно. Попытки решить несколько задач сразу едва ли будут успешными, а вот к ошибкам привестись могут. В личных отношениях будет преобладать влияние позитивных тенденций. Эта неделя окажется очень благоприятной для общения с близкими людьми.

**СКОРПИОН** • 24.10 • 22.11

Начало недели будет довольно сложным. В это время вам придется решить несколько важных вопросов сразу, и далеко не сразу станет ясно, как это лучше сделать. Едва ли удастся совершенно избежать спешки. Скорее всего, вы все же быстро достигнете многих целей. Стоит проявить осторожность в деловых отношениях. Возможно, вы почувствуете, что кто-то пытается давить на вас, навязывать свою точку зрения. В таких случаях важно не поддаваться и защищать свои интересы.

**СТРЕЛЕЦ** • 23.11 • 21.12

Неделя будет насыщенной, полной забот и новых задач. Не исключено, что добиться поставленных целей удастся далеко не сразу. Но вы не бросите начатое, столкнетесь с трудностями, найдете способ преодолеть все преграды. Дела, которыми вы будете заниматься, наверняка привлекут внимание, и найдутся люди, которые займутся вам помочь. Интуиция подскажет, на кого из них вы можете положиться. Вероятны денежные поступления, удачные финансовые операции. У некоторых Стрельцов могут появиться конкретные планы.

**КОЗЕРОГ** • 22.12 • 20.01

Эта неделя будет интересной. Она наверняка принесет приятные знакомства, встречи, которых вы с нетерпением ждали. Вероятны перемены к лучшему в отношениях с теми, с кем в последнее время было сложно общаться. Вам станет ясно, почему окружающие поступают так, а не иначе. Недопонимание останется в прошлом, станет меньше поводов для разногласий. Возможны романтические увлечения. Некоторые Козероги могут совершенно потерять голову. Отношения будут развиваться стремительно. Не исключены напряженные моменты.

**ВОДОЛЕЙ** • 21.01 • 18.02

Неделя будет очень благоприятной для общения, укрепления профессиональных связей. Найти общий язык с коллегами, руководством и деловыми партнерами будет несложно, они во многом поймут вас на встрече, поддержат идеи, которыми вы поделитесь. Будет возможность посетить какие-то интересные мероприятия, познакомиться с людьми, чьи интересы и взгляды схожи с вашими. Вы наверняка узнаете много полезного, найдете источник вдохновения. Трудности в работе не исключены, но они не станут непреодолимыми и не лишат вас уверенности в успехе.

**РЫБЫ** • 19.02 • 20.03

Неделя будет очень благоприятной для общения. Ладить с людьми будет легко, вы на многих произведете наилучшее впечатление, вовсе не прикладывая для этого усилий. Вероятны успешные деловые переговоры, не исключено, что благодаря им вы получите предложение, на которое даже не рассчитывали. Могут напомнить о себе те, с кем вы когда-то ссорились. Не упустите возможность восстановить старые деловые связи: вскоре они окажутся полезными. Стоит быть осторожнее с деньгами.