

ВСЕ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!

5% ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА

ПО ВОСКРЕСЕНЬЯМ!

СКИДКА ДЕЙСТВИТЕЛЬНА ВО ВСЕХ АПТЕКАХ АО ТАЛАП. В АПТЕКАХ №26 И №7 СКИДКА ДЕЙСТВУЕТ КАЖДЫЙ ДЕНЬ. Скидка предоставляется при наличии пенсионного удостоверения или удостоверения личности.

Гос. лицензия №05701860L от 25.05.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗКО, Акимат ЗКО.

ВСЕ ВИДЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58

ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ
Индивидуальный подход к ребенку. Лечение и удаление зубов без стресса и боли. Ортодонтическое лечение с помощью трейнеров и пластинок, установка брекет-систем.

ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ
Безболезненное лечение зубов; восстановление разрушенных зубов фотополимерами; лечение пародонтита ультразвуковым аппаратом «Вектор».

ХИРУРГИЧЕСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ
Проведение амбулаторных операций; удаление зубов, иссечение уздечки языка, иссечение «капюшона»

ДЕНТАЛЬНАЯ ИМПЛАНТАЦИЯ
Ортопедическая стоматология: металлокерамика; безметалловая керамика. Простые металлические протезы, протезы из драгметалла и пластмассы. Биогельное протезирование с замковым креплением. Съемные протезы - акриловые и нейлоновые.

CONTACT- ЦЕНТР АО ТАЛАП
+7 771 749 73 00, 8 7112 247 300

ВСЁ ДЛЯ ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ!

CONTACT- ЦЕНТР АО ТАЛАП
+7 778 749 73 00, 8 7112 247 300
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

talap.com
talap.clinic
apteka-talap.kz

@talap.ao
@talap.apteka

АО Талап

talap

№ 47 (1350) от 29.11.2023

ОБЛАСТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Уральск. Издаётся с 1997 г.

СДАЮТСЯ В АРЕНДУ

1. Отдельно стоящее здание 611,8 кв.м в центре города по ул. Хусаинова, 58. (остановка Ахмедьяр Батыра).

2. Отдельно стоящее здание 900 кв.м в центре города по улице Иксанова, 44/2. (напротив сш №21).

ВСЕ ЦЕНТРАЛИЗОВАННОЕ, ИМЕЕТСЯ БОЛЬШАЯ ПАРКОВКА, ПОЖАРНО-ОХРАННАЯ СИГНАЛИЗАЦИЯ.

ТЕЛ. ДЛЯ СПРАВОК: 8 705 621 6092, 8 702 007 2214

НОРДИК ГЛЮКОЗАМИНЕ™

ДЛЯ ВАШИХ СУСТАВОВ И МЫШЦ, ЧТОБЫ ВЫ ДВИГАЛИСЬ ЛЕГКО И ПЛАВНО, А СУСТАВЫ БЫЛИ ГИБКИМИ!

НОРДИК ГЛЮКОЗАМИНЕ ДЛЯ ЗДОРОВОГО ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СУСТАВОВ

Глюкозамин - это природное соединение углеводов и белков (аминополисахарид), которое содержится во всех тканях человеческого организма. С возрастом организм вырабатывает все меньше глюкозамина, и это вызывает дегенерационные процессы в суставах. Поэтому для улучшения структуры хрящевой ткани суставов необходимо подобрать специальную диету или дополнительно употреблять глюкозамин.

Глюкозамин стимулирует образование коллагена в хондроцитах - клетках, производящих хрящевую ткань, а также улучшает состояние хрящей, придавая им упругость. Глюкозамин способствует регенерации хрящей суставов и обновлению их поверхности.

ФАКТЫ ПРО НОРДИК ГЛЮКОЗАМИНЕ
В таблетке Нордик Глюкозамине со-

держится 750 мг чистого глюкозамина. Это исключительно высокая концентрация активного вещества в одной таблетке. Медицинские исследования показали, что достаточное количество глюкозамина может заметно улучшить самочувствие больных, страдающих остеоартритом, и уменьшить боли в суставах.

ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ?
Глюкозамин является основой биосинтеза и основным строительным веществом гликозаминогликанов и протеогликанов - важных составных частей хрящевой ткани суставов. Глюкозамин оказывает питательную поддержку суставам и соединительной ткани, препятствует разрушению и способствует восстановлению хрящей суставов и обновлению их поверхности, оказывает противовоспалительное действие, участвует в формировании связок.

Отпускается без рецепта. Состав: сыпучий глюкозамин. Рекомендации по применению: для взрослых и детей старше 13 лет по 1 таблетке в день со стаканом воды во время еды. **Противопоказания:** если вы принимаете какие-либо препараты, содержащие калий, калийные добавки или кормите грудью, проконсультируйтесь с врачом. Ежедневную дозировку не следует превышать. **Производитель:** New Nordic Manufacturing ApS, Ny Østergade 11 DK-4000 Roskilde, Дания. **Представитель, уполномоченный на прием претензий в РК:** Филиал ЗАО New Nordic (Гилье Нордик) в Республике Казахстан, г. Алматы, ул. Шарипова, 90, оф. 308/4. ССРП: ВУ 70.06.01.003.Е.002518.06.19. От 04.06.2019, выд. Респ. центром печати, тираж и облож. зак. №42. Не является лекарством.

ПРОДАЕТСЯ В АПТЕКАХ И ОНЛАЙН-МАГАЗИНАХ

zerde, talap, kaspi.kz

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС
+77719930087
WWW.NEWNORDIC.KZ
НАШИ ИНСТАГРАМ: @newnordic.kz

В АО ТАЛАП – ШКОЛА ДОЛГОЛЕТИЯ

Новый социальный проект направлен на поддержку людей старшего поколения. Ведущая проекта – провизор Аптечной службы Ирина Владимировна Будилова разработала программу, которая охватывает основные «болевы точки» зрелого возраста.

СТР.3

ВСЕ БОЛЕЗНИ – ОТ НЕРВОВ?

1 декабря отмечается **Международный день невролога.** «Неврология среди медицинских специальностей занимает особое место. Связано это с тем, что нервная система человека участвует во всех процессах жизнедеятельности», - говорит невролог Медицинского центра АО Талап Евгений Анатольевич Остапенко.

СТР.3

БИОТИН – ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ КОЖИ И ВОЛОС

Красивая гладкая кожа и густые шелковистые волосы зависят от состояния вашего кишечника, именно в нем бактерии производят биотин, или витамин В7.

СТР.5

К 200-ЛЕТИЮ А.Н.ОСТРОВСКОГО

Юбилейный 165-й сезон в русском театре Уральска открылся пьесой А.Н. Островского «Бесприданница».

СТР.4

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.

ПРИЛОЖЕНИЕ ТАЛАП – В ВАШЕМ СМАРТФОНЕ!

АО Талап всегда идет в ногу со временем и является лидером в продвижении услуг в цифровом формате. Оперативность и легкий доступ к информации – главные составляющие современной жизни. Цифровизация в АО Талап позволяет людям пользоваться услугами, не выходя из дома!

СКАЧАЙ МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ ТАЛАП И ПОЛЬЗУЙСЯ НА ЗДОРОВЬЕ!

Скачайте приложение Талап, и вы получите возможность быстро и просто:

- заказать лекарства с доставкой на дом
- записаться на прием к врачу или на диагностику в клинику АО Талап
- узнать о бонусах и скидках
- посмотреть наличие и цены на весь ассортимент АО Талап
- ознакомиться с инструкцией по применению
- ваша бонусная карта теперь в мобильном приложении

СКАЧАТЬ ПРИЛОЖЕНИЕ ТАЛАП МОЖНО В APP STORE И GOOGLE PLAY ПО ЗАПРОСУ «ТАЛАП»

АПТЕКА №39

на Монкеулы, 77

АПТЕКА ОПТОВЫХ ЦЕН!

В НАШЕЙ АПТЕКЕ ОПТОВЫЕ ЦЕНЫ НА ВСЁ!

ЦИФРОВИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ

Министерство просвещения и Министерство цифрового развития РК подписали совместный приказ «О реализации пилотного проекта по оказанию госуслуги «Предоставление бесплатного и льготного питания отдельным категориям обучающихся и воспитанников в общеобразовательных школах».

Пилотный проект запущен в школах Алматы, с применением аналитического решения «Цифровая карта семьи», через «Социальный кошелек». Определять детей, которым в школах будет предоставляться бесплатное питание, будут с помощью цифровизации.

Для использования динамического QR-кода услугополучатель в Кошелеке генерирует QR-код и передает его учащемуся в электронном виде. Цифровые ваучеры выдаются на каждого учащегося по отдельности. Работник школьной столовой считывает предъявляемый динамический QR-код посредством Кошелька. После использования цифрового ваучера в разделе «История» в Кошелеке отображается статус его использования.

При этом родители или законные представители имеют возможность в Кошелеке оценить качество предоставляемой услуги в школьной столовой, направить жалобу в уполномоченный орган посредством информационной системы «e-Otinish» по мере реализации указанных функций в Кошелеке в период проведения пилотного проекта.

Цифровые ваучеры, выданные в рамках услуги, действуют в течение учебного года.

ГАЗ – ЭТО ОПАСНОСТЬ!

Владельцев автомобилей с газобаллонным оборудованием обяжут устанавливать специальный знак в Казахстане. Изменения вступят в силу с 1 января 2024 года.

В Казахстане продолжается активная работа по улучшению стандартов, обеспечивающих безопасность граждан. Председатель Комитета технического регулирования и метрологии Куаныш Еликбаев пояснил, для чего вводятся новые требования: «Переоборудование на газ не всегда проводится с соблюдением всех требований безопасности. К сожалению, иногда такие транспортные средства являются потенциально опасными для наших граждан. В связи с чем выезд транспортных средств, переоборудованных на газ, на закрытые стоянки запрещен. Именно для идентификации таких автомобилей и администрирования таких запретов введен специальный знак».

Изменение вводит обязательное размещение специального знака на автомобилях с газобаллонным оборудованием, который представляет собой равнобедренный треугольник желтого цвета с каймой черного цвета с восклицательным знаком и надписью «GAS». Этот знак должен быть установлен так, чтобы при въезде в закрытые паркинги автомобиль был легко узнаваем, пояснили в КазСтандарте.

Новые нормы также обеспечивают возможность эффективного контроля и запрета парковки газовых автомобилей в закрытых парковочных зонах, что в конечном итоге способствует общей безопасности граждан.

Напомним, с 29 декабря 2019 года автомобилям, оснащенным газобаллонным оборудованием (ГБО), запретили въезд на крытые стоянки из соображений безопасности. Если ГБО в автомобиле установлено неправильно, малейшей искры достаточно для взрыва, который повредит не только соседние транспортные средства на стоянке, но и может причинить вред находящимся поблизости людям.

ЖИТЕЛИ ШЫНГЫРЛАУ ВЪЕХАЛИ В НОВЫЕ КВАРТИРЫ

Ключи от квартир в новостроенном доме вручил жителям поселка аким ЗКО Нариман Турегалиев. 45 семей отпраздновали долгожданное новоселье.

Ключи от квартир для жителей и правда стали долгожданными. Строительство трехэтажного дома началось в апреле 2021 года. Подрядчиком выступил ТОО «АксайСтройСервис и К». В 2022 году из-за резкого скачка цен на строительные материалы стройка приостановилась, и только в 2023 году решился вопрос с финансированием. Трехэтажный дом рассчитан на 45 квартир. 13 квартир получат семьи социально уязвимого слоя населения, 9 – многодетные семьи, 9 квартир получат дети-сироты, 9 квартир предназначены для бюджетников и 5 квартир достанутся тем, у кого дома находятся в аварийном состоянии. В дом проведены все необходимые коммуникации. На территории дома расположена детская площадка и место для отдыха.

Делегация во главе с акимом ЗКО посетила теплицу ИП «Аруман», ознакомилась с ходом работ. Затем аким обла-



сти посетил село Ащысай, где ознакомился с работой СПХК «CHINGIRLAU MILK», которая ведет работу по проекту «Луыл Аманаты». В ходе поездки была проведена встреча с населением села Ащысай, а также личный прием граждан.

В ПОМОЩЬ «ТРУДНЫМ» ПОДРОСТКАМ

24 ноября в здании дворца Бракосочетания состоялся городской семинар «Бала тәрбиесі – қоғам айнасы», в котором приняли участие психологи всех учебных заведений Уральска, а также психологи Центра социального развития подростков «Жас Уртақ».

Мероприятие подобного рода позволило специалистам поделиться опытом работы, послушать своих коллег, обсудить проблемные вопросы. В ходе встречи психологи делились своим практическим опытом и наработками. Они отметили, что грамотно выстроенная индивидуальная работа может предупредить совершение уголовных правонарушений. Специалисты делали сообщения о методиках оказания психологической помощи, выявления и профилактики суицидальных наклонностей несовершеннолетних. Остро актуальные темы – профилактика буллинга и работа с несовершеннолетними, подвергшимся буллингу; выявление несовершеннолетних, подвергшихся насилию в семье и обществе.

Работа семинара была построена в форме обсуждения вопросов в группах, на которые были разделены участники в начале встречи. Проигрывались ситуации в форме ролевых игр, психологи искали креативные методы в работе с несовершеннолетними.

– В данный момент на учете службы пробации города Уральска состоят 7 несовершеннолетних подчетных, осужденных к наказаниям, не связанным с изоляцией от общества. В отношении двух несовершеннолетних имеются решения суда об их освобождении от дальнейшего отбывания наказания. Постановления не вступили в законную силу, – рассказала инспектор – психолог службы пробации города Уральска, майор юстиции Асель Тимирбекова.

ЕПИСКОП ВИАНОР ВСТУПИЛ В УПРАВЛЕНИЕ ЕПАРХИЕЙ

В Уральской и Атырауской православной епархии – новый владыка. 26 ноября в соборе Михаила Архангела епископа Вianора представил уральцам митрополит Астанайский и Казахстанский Александр.

Утром 26 ноября в Уральск прибыла делегация православных иерархов Казахстана во главе с митрополитом Астанайским и Казахстанским Александром. В наш город была привезена великая христианская святыня – ковчег с частью Пояса Пресвятой Богородицы. Митрополит провел в кафедральном соборе Божественную Литургию, а после представил народу нового главу Уральской и Атырауской епархии – епископа Вianора, вручив ему икону Пророка Божия Илии. Предстоятель православной церкви Казахстана тепло поблагодарил архиепископа Антония, более 30-ти лет возглавлявшего Уральскую епархию. Владыка Антоний благословил на служение нового руководителя епархии. В ответном слове епископ Вianор сказал слова благодарности в адрес Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла и митрополита Астанайского и Казахстанского Александра за оказанное высокое доверие и испросил молитвенной поддержки у всех собравшихся в этот день в Михаило-Архангельском соборе.

Епископ Вianор (Иванов) родился 11 ноября 1972 года в Новосибирске в семье рабочих. Вскоре семья переехала в Казахстан, и он окончил среднюю школу и индустриальный техникум в Алматы. С 1990 по 1992 год был алтарником в Казанском соборе Алма-Аты.

21 апреля 1992 года был рукоположен в сан диакона, 23 апреля того же года – в сан священника и направлен в Пророко-Ильинский храм города Жаркент Панфиловского района



Алма-Атинской области. С 1993 года окормлял православных верующих, проживающих в Синдызьян-Уйгурском автономном районе Китая. В 2009–10 гг учился в Илийском педагогическом университете города Кульджа (Китай). В 2013–2017 годах обучался на заочном секторе Московской духовной академии. 21 сентября 2023 года хиротонисан во епископа Уральского и Атырауского. Хиротонию в московском храме Христа Спасителя возглавил патриарх Московский и всея Руси Кирилл.

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

ВСЕ БОЛЕЗНИ – ОТ НЕРВОВ?

1 декабря отмечается Международный день невролога – профессиональный праздник врачей и ученых, чей труд направлен на профилактику и лечение заболеваний центральной и периферической нервной системы.

Неврология среди медицинских специальностей занимает особое место. Связано это с тем, что нервная система человека участвует во всех процессах жизнедеятельности. Нарушения в работе центральной и периферической нервной системы могут приводить к сбоям в работе многих органов. Диагностика, выявление и лечение подобных нарушений является основной деятельностью врачей-неврологов. – Много лет состояние нервной системы врачи оценивали по внешним проявлениям болезней, – говорит невролог Медицинского центра АО Талап Евгений Анатольевич Остапенко. – Сегодня мы вооружены современной аппаратурой, которая позволяет провести точную диагностику. Исследование головного мозга, позвоочника производится с помощью магнитно-резонансной томографии – МРТ. Сосуды шейного отдела можно изучить с помощью современного аппарата УЗИ, в котором есть соответствующие программы. Очень часто нашим пациентам требуется электроэнцефалография (ЭЭГ). Это высокоинформативный метод диагностики состояния нервной системы, он основан на регистрации биоэлектрических потенциалов коры головного мозга.

– ЭЭГ-исследование имеет ряд преимуществ, – говорит Евгений Анатольевич. – Процедура проста: к голове пациента прикрепляются датчики, при этом он совершенно не ощущает дискомфорта. К ЭЭГ не нужно как-то особенно готовиться. Врачи рекомендуют эту методику как первичное исследование. Возможно, специалист при этом получит ответы на все вопросы по состоянию пациента, и других, более дорогостоящих исследований не потребуется. Процедура занимает минут 15–20, плюс описание электроэнцефалограммы врачом. ЭЭГ ответит на многие вопросы при лечении эпилепсии.



ПОКАЗАНИЯ К ЭЛЕКТРОЭНЦЕФАЛОГРАФИИ

ЭЭГ назначается при головных болях и головокружениях, не имеющих видимых причин, а также при:

- обмороках и судорожных припадках.
- вегетососудистой дистонии.
- черепно-мозговых травмах.
- нарушениях сна.
- сосудистых патологиях и нарушениях кровообращения.

ЭЭГ обязательно назначают при повторяющихся обмороках. По результатам невролог определит причину этого состояния. Если это транзиторные ишемические атаки, то дальнейшее исследование и лечение будет проводить кардиолог.

В АО ТАЛАП – ШКОЛА ДОЛГОЛЕТИЯ

Новый социальный проект направлен на поддержку людей старшего поколения. На встречах специалисты рассказывают, как следить за здоровьем, чтобы много лет вести активный образ жизни.

Ведущая проекта провизор Аптечной службы Ирина Владимировна Будилова разработала программу, которая охватывает основные «болевые точки» зрелого возраста.

– Один курс рассчитан на четыре встречи, – говорит она. – На первом занятии мы поговорили о том, как долго жить с диагнозом «гипертония», на втором – о здоровье суставов, на третьем – о том, как улучшить память и мышление. Четвертое занятие будет посвящено зрению. Дело в том, что сегодня есть множество методик поддержания здоровья при хронических заболеваниях. Современные лекарственные средства имеют широкий спектр действия, а побочные эффекты сведены к минимуму. Но пенсионеры в большинстве своем мало осведомлены о новых технологиях. Людям в солидном возрасте трудно получать информацию из Интернета. Лучший способ донести им важные знания – беседа в непринужденной обстановке. Организаторы проекта «Школа долголетия» приглашают пенсионеров в конференц-зал Поликлиники АО Талап на Хусаинова, 58. Здесь удобно расставлены мягкие диваны, в термопоте согрет витаминный травяной чай.

Ирина Владимировна после презентации темы внимательно слушает участников встречи и отвечает на их вопросы. На столе выставлены витаминные комплексы и БАДы, которые восполняют дефицит микроэлементов в организме. Выставка всегда связана с темой занятия. Если речь идет о суставах – Ирина Владимировна рассказывает о действии хондроитина и глюкозамина, демонстрирует средства, которые помогают восстановить хрящевую ткань. Также она показывает трости, которые нужны пожилым людям для устойчивой ходьбы, и рассказывает, почему нужно приобретать сертифицированный товар. На выставке всегда присутствуют полезные сладости без сахара, которые в широком ассортименте представлены в аптеках АО Талап. Они нужны не только тем, кто страдает сахарным диабетом, но и всем же-

лающим похудеть и вести здоровый образ жизни.

Хорошее настроение, позитивные мысли – одна из составляющих здоровья. Об этом не устают напоминать ведущая проекта. Участники вместе с ней сделали гимнастику для суставов. «Найдите время себе загорнудно, веселую песню, двигайтесь в такт музыке. Всего три минуты, а организм получит хороший заряд бодрости», – советует Ирина Владимировна.

После трех занятий организаторы Школы долголетия получили много благодарственных отзывов. Пожилые люди нуждаются в особом внимании, поэтому проект будет продолжаться. В планах – открытие такой же Школы в Медицинском центре АО Талап и курс для желающих похудеть.

Напоминаем, Школа долголетия – проект бесплатный. Приглашаются все люди, желающие сохранить свое здоровье и бодрость на долгие годы! Запись по телефону 50 07 95

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

ШКОЛА БУДУЩИХ МАМ В АО ТАЛАП ОБЪЯВЛЯЕТ НАБОР В НОВУЮ ГРУППУ!

ПРИГЛАШАЕМ БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН – ОТ 20-Й НЕДЕЛИ.

На занятиях вы узнаете об изменениях в женском организме во время беременности, научитесь правильно проходить роды. В программе – беседы с эндокринологом, педиатром и другими специалистами. Проект социальный, занятия проводятся бесплатно!

ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ 8 747 463 47 39 – ПИШИТЕ СООБЩЕНИЯ В WHATSAPP

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

ПРИГЛАШАЕМ ПЕНСИОНЕРОВ УРАЛЬСКА В ШКОЛУ ДОЛГОЛЕТИЯ АО ТАЛАП!

НА ЗАНЯТИЯХ ВЫ УЗНАЕТЕ, КАК НА ДОЛГИЕ ГОДЫ МОЖНО СОХРАНИТЬ БОДРОСТЬ И ЗДОРОВЬЕ. В ПРОГРАММЕ – ЧАЕПИТИЕ С ЛЕКАРСТВЕННЫМИ ТРАВМАМИ И ВЫСТАВКА СОВРЕМЕННЫХ МЕДИЦИНСКИХ ПРИБОРОВ И БАДОВ.

Занятия проводятся **БЕСПЛАТНО** – по понедельникам, в Поликлинике АО Талап по адресу ул. А.Хусаинова, 58.

ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ 50 07 95

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

ФАВОРИТ

В ОЦ «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП НА ОЗОНАБЕВА, 18

ПРОЙДИТЕ ОЗДОРОВЛЕНИЕ В НОВОЙ СОЛЯНОЙ ШАХТЕ!

Соляная шахта полезна при:

- хронических заболеваниях легочной системы;
- аллергических проявлениях;
- заболеваниях кожи (дерматозах);
- патологии сердца и сосудов;
- хронической усталости, тревожности, депрессии;
- гормональных нарушениях (при сахарном диабете, болезнях щитовидной железы);
- в восстановительном периоде после острых респираторных вирусных болезней, гриппа.

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДИН С 8:00 ДО 19:00. СУББОТА С 9:00 ДО 14:00, ВОСКРЕСЕНЬЕ С 9:00 ДО 13:00. СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WHATSPAPP)

ЛОТОС

НАКАПЛИВАЙТЕ ЛОТОСЫ!

ВОСПОЛЬЗУЙТЕСЬ НАКОПИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМОЙ В ХИМЧИСТКЕ ЛОТОС!

С 1 сентября 2022 г. 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 приема – частично оплатить услуги из расчета 1 ЛОТОС = 250 тенге.

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 235 075

Гос. лицензия №00184DL от 28.06.2007 года
Выдана Управлением Здравоохранения ЭКО, Алматы ЭКО

ФАВОРИТ
Оздоровительный центр «ФАВОРИТ»
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18

ПРЕДЛАГАЕТ ВАМ

ПРОГРАММЫ ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ

Счастливая подготовка!

программа **RELAX**

УДОВОЛЬСТВИЕ
НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ

10 803

В ПРОГРАММАХ – КОМПЛЕКС ПРОЦЕДУР, КОТОРЫЕ СНИМУТ СТРЕСС И ХРОНИЧЕСКУЮ УСТАЛОСТЬ, УКРЕПЯТ НЕРВНУЮ СИСТЕМУ, ВОССТАНОВЯТ ЭНЕРГИЮ И ЖИЗНЕННЫЙ ТОНУС!

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДИНИ С 8:00 ДО 19:00.
Суббота с 9:00 до 14:00, воскресенье с 9:00 до 13:00.

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)



К 200-ЛЕТИЮ А. Н. Островского

Юбилейный 165-й сезон в русском театре Уральяска открылся пьесой А.Н. Островского – «Бесприданница». Знаменательно, что в этом году культурная общественность отмечает 200-летие этого великого драматурга.

«Бесприданница» – одно из наиболее значимых и заметных произведений в творчестве Александра Николаевича Островского. Здесь автор раскрыл то общественное явление, которое присуще всем временам и народам. Поданное под разным «соусом», но всегда узнаваемое, когда любовь меняется на корысть, а люди видят в окружающих только возможности материальной выгоды. У старшего поколения пьеса стойко ассоциируется с одноименным культовым фильмом, героев которого сыграли известные советские артисты. Современная молодежь в большинстве своем также знакома с советским кино. Кажется, любая постановка теперь будет лишь подражанием этому шедевру.

И все-таки уральский театр нашел свое, особенное звучание этой вечной драмы. Сюжет в ней остался тем же – не стоит спорить с классиком русской драматургии! Но при этом у зрителя не появляется никаких параллелей с художественным фильмом – и в этом удивительный парадокс искусства. В постановке Оксаны Михайловны Малуша трагедия сочетается с фарсом. Лариса здесь – живая кукла, в подтверждение слов автора, вложенных в уста героини: «Уж если быть вещью, так одно утешение – быть дорогой, очень дорогой...». Актриса Виктория Сторожевских (в другом составе Анастасия Котельникова) воплощает это в своеобразном танце куклы, с механическими угловатыми движениями. Ее инфантильность выражается одной маленькой деталью – детской игрушкой-вертушкой. «С высоты своего возраста я вижу Ларису именно такой – наивной дурочкой, которая счастье понимает как роскошь и развлечения. Если б я ставила эту пьесу в 20 лет, я бы попыталась сделать из нее героиню. Но сейчас это было бы верхом пошлости», – комментирует Оксана Малуша. Фарсовую линию поддерживает «сэр Робинзон» (Насим Мамедов) – актер, которого Паратов возит с собой в качестве шута. Накал страстей снижает также персонаж Юлии Ким. Тетушка с сучонным шкафом появляется в самые драматические моменты, бормочет о засолке капусты и цене на рыбий клей.

Декорации в этом спектакле «работают» на развитие сюжетной линии. Так, предложение купца Кнурова (Виталий Котельников) прозвучало в адрес куклы, в отгороженном прозрачной материей пространстве, в то время как раздаленная ужасными вестями Лариса безвольно лежала на сцене. Это «глубинное» пространство используется и как символическая комната в квартире Карандышева, где происходит знаменитый ужин. Этого персонажа воплотил актер Юрий



Недопекин, и его Карандышев так же убедителен в болезненном желании восстановить свою честь, и при этом он никак не напоминает Андрея Магкова. Инструментом для удовлетворения амбиций является Лариса – ему неважно, что она чувствует, что говорит. Сначала этот герой вызывает жалость, но потом, слушая его рассуждения, понимаешь, что Карандышев так же цинично пользуется Ларисой, как и другие «почитатели» ее прелестей. Ю.Недопекин показал, что его высокая трагедия в итоге сводится к банальному эгоизму, это не плач о потерянной любви. Респектабельный и успешный Паратов легко переступает через людей, этот образ стал новым в творческой копилке Руслана Джумахметова.

«Все актеры прекрасно справились со своими задачами и донесли то, что должны были донести до зрителя», – считает искусствовед Галина Герасимовна Гурьева. «Как поставить на сцене миф, который все знают? Это было нашей творческой задачей, и думаю, нам это удалось. Я благодарю актеров и технические цеха. Мы отошли от русского романса, главным мотивом пьесы стала музыка Моцарта, и пьеса заиграла новыми красками».

Биотин – для здоровья кожи, волос и ногтей

Красивая гладкая кожа и густые шелковистые волосы зависят от состояния нашего кишечника, именно в нем бактерии производят биотин, или витамин В7. Таким образом, наш организм «изготавливает» этот витамин сам, но только при условии, что наша пища содержит достаточно дрожжей, печени, личного желтка, помидоров, соевых бобов, неочищенного риса и отрубей.

Те, кто предпочитает копченую колбасу с жареной картошкой, пирожные с кремом, консервированную пищу, жирное мясо с макаронами или хрустящие палочки, в течение нескольких недель может убить всю свою кишечную флору. Алкоголь, никотин и злоупотребление таблетками довершают дело. Ввиду того, что испорченный кишечник и плохая еда ведут к ожирению, многие садятся на диету, а следствием этого является то, что исключительно важный биотин не поступает в организм и с пищей.

Так, в чисто фруктовой диете зачастую вообще не содержится биотина. То же можно сказать о картофельной и мясной диете.

Биотин благотворно влияет на кожу: повышает ее эластичность, замедляет процессы старения.

Биотин способствует стимуляции естественного образования коллагена, который, в свою очередь, отвечает за молодость кератиноцитов, замедляет сечение кончиков волос. Биологически активный компонент оказывает благоприятное действие в качестве профилактического средства от сезонного выпадения волос и от их ломкости. Следует отметить, что применение В7 имеет накопительный эффект, и чем дольше его принимает человек, тем лучше становится структура тканей, содержащих кератин.

Биотин содержит серу, которая влияет на содержание

жира в коже. Там, где не хватает витамина, начинается себорея, нарушение функции сальных желез. Ее следствием является, в частности, выпадение волос и перхоть. Кожа становится бледной, а волосы тусклыми. Более ломкими становятся и ногти.

Сколько необходимо биотина?

На 1000 употребленных калорий нам требуется около 100 мкг биотина. Соответственно у женщин ежедневная потребность составляет примерно 250 мкг витамина, а у мужчин – 300 мкг. При нормальной работе кишечника достаточно, если лишь одна пятая этого количества поступит с пищей. Мы должны правильно питаться полноценными продуктами. К ним относятся неочищенный рис, картофель, овощи, салаты, фрукты, молоко сыр, яйца, а также нежирное мясо, рыба и птица. Идеальными пищевыми добавками служат пивные дрожжи, патока, отруби и рыбий жир, где биологически активные вещества содержатся в концентрированном виде.

Витаминные комплексы для волос и ногтей с содержанием биотина имеются в аптеках АО Талап. Наши фармацевты помогут вам выбрать подходящий комплекс.

ВНИМАНИЕ! Имеются противопоказания! Перед применением проконсультируйтесь с лечащим врачом!

Питание с заботой о двоих

На **100%** обеспечивает дополнительные потребности беременных и кормящих женщин в основных

- пищевых веществах
- макро- и микронутриентах

nutrilak.com | @Nutrilak | @Nutrilak_kz

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

malon

В аптеке №22 АО ТАЛАП
НА ПР. АБУЛКАИР ХАНА, 153

и в аптеке №30 АО ТАЛАП
НА ИХСАНОВА, 44/2

ПРОКАТ

колясок, ходунков и костылей

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

malon

МРТ КТ УЗИ Цифровой РЕНТГЕН

+7 778 749 73 00, 8 7112 247 300
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Гос. лицензия №00184DL от 28.06.2007 года
Выдана Управлением Здравоохранения ЭКО, Алматы ЭКО

ФАВОРИТ
ОЦ «ФАВОРИТ»
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18

СПЕЦИАЛИСТЫ ОЦ ФАВОРИТ
АО ТАЛАП РЕКОМЕНДУЮТ ЛЕЧЕБНЫЕ
И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ,
КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ
ЗАБОЛЕВАНИЯХ. ФИЗИОТЕРАПИЯ СНИЖАЕТ
ЛЕКАРСТВЕННУЮ НАГРУЗКУ,
УКРЕПЛЯЕТ ИММУНИТЕТ И УСКОРЯЕТ
ПРОЦЕСС ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ!

ЗАБОЛЕВАНИЯ	ПРОЦЕДУРЫ
Лечение заболеваний опорно – двигательного аппарата	
Травмы суставов	Водолечение, гидромассаж
Артроз	Массаж
Ревматоидный артрит	ЛФК
Подошва	Лазерная терапия
Остеохондроз	Парафинолечение
Сколиоз	Физиопроцедуры
Плоскостопие	Гирудотерапия
Лечение заболеваний желудочно – кишечного тракта	
Гастрит	Йодобромные ванны
Гастродуоденит	Лазерная терапия
Холестазит	Массаж воротниковой зоны
	Гирудотерапия, реобокстерапия
Лечение заболеваний органов дыхания	
Простудные заболевания	Солная шахта
Хронический бронхит	Реабокстерапия
Бронхиальная астма	Парафинолечение
Пневмония	Массаж грудной клетки
Лечение мочеполовой системы	
Воспаление придатков матки	Водолечение
Бесплодие	Лазерная терапия
Простатит	Гирудотерапия
	Физиопроцедуры
Лечение заболеваний сердечно – сосудистой системы	
ИБС	Водолечение
Артериальная гипертензия	Лазеротерапия
Нейро – сосудистая дистония	Реабокстерапия
Микрокардиты	Массаж воротниковой зоны
Кардиосклероз	Гирудотерапия

ОЦ ФАВОРИТ РАБОТАЕТ В БУДИНИ С 8:00 ДО 19:00.
Суббота с 9:00 до 14:00, воскресенье с 9:00 до 13:00.
СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 213 397, 247 300; +7 778 749 73 00
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

Лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЗНО.

В АО ТАЛАП ТРЕБУЮТСЯ

Врачи всех специализаций: образование высшее, медицинское; наличие сертификата специалиста, наличие специализации, стаж работы не менее 3-х лет.

- Врач мануальный терапевт;
- Врач невролог детский;
- Врач хирург детский;
- Рентген-лаборант;
- Медсестра ПИТ;
- Акушерка;
- Медсестра общей практики;
- Ассистент стоматолога;
- Фельдшер-лаборант;
- Инструктор аквааэробики;
- Фармацевт;
- Администратор клиники;
- Менеджер по оптовым продажам;
- Менеджер Оптики;
- Продавец оптики;
- Инженер по информационным технологиям;
- Электромеханик по ремонту и обслуживанию медицинского оборудования;
- Ведущий радио эфира (русский язык);
- Электромонтёр;
- Помощник воспитателя;
- Санитарка;
- Рабочий;
- Экспедитор;

Телефоны для справок: 50-07-95; 50-76-59 (Колесина Елена Владимировна)
E-MAIL: EVKOLESINA@TALAP.COM
УЛ. ЕСКАЛМЕВА, 126; КАБ.18

Лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЗНО. Алимат ЗНО

для ВАШЕГО УДОБСТВА! ПО СУББОТАМ И ВОСКРЕСЕНЬЯМ

В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18 С 9.00 ДО 13.00

- Работают дневной стационар и отделение физиолечения.

для ВАШЕГО УДОБСТВА! ПО СУББОТАМ

В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58 С 9.00 ДО 13.00

ПРОВОДИТСЯ ПРИЁМ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

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

Запись по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00
+7 771 749 73 00 (WhatsApp)

КУПОН ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ

для БЕСПЛАТНОГО РАЗМЕЩЕНИЯ В ГАЗЕТЕ «ТАЛАП»

ПРОДАМ • КУПЛЮ • МЕНЯЮ ОТДАМ • ИЩУ РАБОТУ
(Нужную рубрику подчеркнуть)

Ваш контактный номер телефона для объявлений: +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

- Нива (Лада) 21214–209 № 2008гг/н, цвет ярко–белый
- УАЗ 396255–330 г/н цв.белая ночь
- Прицеп – площадка
- Бетоносмеситель МЕТЕМ – для изготовления кирпичей полистирол
- Установка по фасовке сыпучих материалов
- Механизированная линия для производства субстратных блоков для грибов вешенка
- Аппарат флюорографический 12F7K
- Брусчатка–Плитка 200*300*80
- Полистирол (кирпич)
- Погрузчик Амкадор
- Бетонный насос стационарный БН–70Д (в комплекте трубы и хомуты)
- Контейнер 40–тонник
- Керамогранит в ассортименте (600*600, 400*400)
- Цветовая гамма: белый, серый, серый мрамор, коричневый, шоколад. Предназначен для внутренних работ, а так же и для фасада

Телефоны для справок: +7 705 621 60 92; +7 747 536 72 46; +7 776 212 77 93

РИТУАЛЬНАЯ СЛУЖБА ТАЛАП ПРЕДЛАГАЕТ УСЛУГУ: «УБОРКА ПОМЕЩЕНИЯ ПОСЛЕ СМЕРТИ ЧЕЛОВЕКА».

- Осмотр и оценка объёма работы.
- Дезинфекция помещения озономотором - 2 раза.
- Влажная уборка.

ОЗОНИРОВАНИЕ – единственный надежный способ удаления неприятного запаха. ОЗОНИРОВАНИЕ НЕОБХОДИМО, ЕСЛИ ЗАПАХ ВПИТАЛСЯ В ПОРИСТЫЕ ПОВЕРХНОСТИ. МЫ ВЛАДЕЕМ УНИКАЛЬНОЙ МЕТОДИКОЙ ОЧИСТКИ ПОМЕЩЕНИЯ ПОСЛЕ СООТВЕТСТВУЮЩИХ СЛУЧАЕВ!

Справки по тел: 21-39-28, 8-701-501-9680 (КРУГЛОСУТОЧНО) НАШ АДРЕС: УЛ. ОРАКБАЕВА А, 18 Остановка «Детская больница».

«РАДИОРУБКА» БЛОК ЧАСТНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ НА РАДИО О'КЕЙ 6 РАЗ В ДЕНЬ.

Телефон для размещения +7 771 202 10 06

Лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЗНО.

«Көшім арнаулы әлеуметтік қызмет көрсету орталығы» КММ азаматтық қызметшінің бос лауазымына байқау жариялайды.

1. **Бас есепші – 1 бірлік.**
Қойылатын талаптар: тиісті мамандық бойынша жоғары немесе орта білім және қаржылық бухгалтерлік жұмыс, оның ішінде кемінде 3 жыл жұмыс өтілі болуы тиіс.

2. **Музыка мұғалімі – 1 бірлік**
Қойылатын талаптар: жоғары және орта арнайы педагогикалық музыкалық білім, 1 жылдан кем емес еңбек өтілі

1. Конкурсқа қатысу жөніндегі өтініш.
2. Кәдр есебі жөніндегі жеке іс парағы
3. Жеке куәлік көшірмесі.
4. Білім туралы құжаттардың көшірмесі.
5. Еңбек кітапшасының көшірмесі.
6. Медициналық тексеруден өткендігі туралы кітапша көшірмесі.
7. Сотталмағандығы жөнінде анықтам.

Құжаттар қабылдандыру берген күннен бастап 15 күн ішінде мына мекен-жай бойынша қабылданады: **Көшім ауылы, «Көшім арнаулы әлеуметтік қызмет көрсету орталығы» КММ.**
Тел: 55-63-15 , 8-(711)-30-92-100

Көрсетілген құжаттардың бірінші болмауы құжаттарды конкурсқа қатысушыға кейін қайтару үшін негіз болып табылады.

УСЛУГИ

- **РЕМОНТ** телевизоров, холодильников, морозильников, стиральных и посудомоечных машин, кондиционеров, автокондиционеров, водонагревателей, бойлеров, титанов, СВЧ микроволновок, электр.оборудования, вытжек, мясорубок, миксеров, блендеров, мультиварок, компьютеров, ноутбуксов, планшетов, заправка и обслуживание. Большой опыт работы, оригинальные запчасти всех марок.
- **Тел.: 8-747-604-77-48**

ПРОДАМ

- **Акордеон б/у «Велтмейстер»**, цвет перламутрово-красный.
- **Телефон +7 777 565 72 97**

ПРОДАМ

- **ПРОДАЕТСЯ ДАЧНЫЙ УЧАСТОК** в Садовом товариществе «Локомотив» ул.Розовая, 373. Размер участка: 7 соток. Хорошее место для постройки дома. Не затопляется, газификация, электрификация, центральный полив, при забивании колодца вода близко.
- **Телефон +7 747 105-66-74**

Лицензия 8370018601 от 12.03.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗНО. Алимат ЗНО.

АПТЕКА №39 на Монкеулы, 77

АПТЕКА ОПТОВЫХ ЦЕН!

в НАШЕЙ АПТЕКЕ ОПТОВЫЕ ЦЕНЫ НА ВСЁ!

Лицензия №00184DL от 28.06.2007года выдана Управлением Здравоохранения ЗНО.

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ ГОРОДА И ОБЛАСТИ!

Городская Многопрофильная больница АО Талап информирует о размещении объемов предоставления медицинских услуг в рамках Обязательного Социального Медицинского Страхования на 2023 год в форме стационарной и стационароразмещающей медицинской помощи взрослому населению на следующие виды услуг:

- предоставление стационарной и стационароразмещающей медицинской помощи пациентам офтальмологического профиля.
- предоставление стационарной медицинской помощи пациентам хирургического профиля.
- предоставление стационарной медицинской помощи пациентам гинекологического профиля.

Оперативное и консервативное лечение проводят врачи:

- Крячко Эдуард Юрьевич - врач офтальмолог
- Сураева Лариса Васильевна - врач офтальмолог
- Латипова Айнура Айсаялиевна - врач офтальмолог
- Ташкенбаев Бахтияр Шарыптевич – врач хирург
- Сидоров Александр Владимирович – врач хирург
- Илекеев Азамат Алпамысович – врач хирург
- Шалкаррова Гульнур Нуржановна – врач акушер-гинеколог

НАШ АДРЕС: ЗНО г.Уральск, ул.Е.Оракбаева, 18
КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ: 8 (7112) 247-300, 21-39-06

1		2		3		4		5		6		7	8	9	10	11
12						13		14		15	16					
	17					18						19				
20										21						
	22					23						24				
25	26		27		28			29		30		31	32		33	34
					35											
36						37							38			
39		40		41	42		43		44		45			46	47	48
49						50					51					
	52					53		54		55			56			
57												58				
	59					60							61			
62													63			
64						65								66		

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. «Приплюснутая» верёвочка для украшения. 4. Малолетний зверь. 8. Кирпич на вес золота. 12. Урок пляски в стиле диско. 16. Бремя новосёла на 20 лет. 17. «Голова» машины боевой. 18. «Рыболов» промышленного масштаба. 19. «Рог», торчащий из штекера. 20. Носитель лицевой растительности. 21. Японский гербарий. 22. Неприятный запах. 23. Раб карт. 24. «Пищевая дробь». 25. Верхушка на макушке. 26. Самая богатая страна в мире потому, что половина её населения, составляют потомки сбегавших из Европы кассирсы. 35. Остолбеневшая дама. 36. Береги его снова. 37. Обычный стиль платья для ранней Аллы Пугачёвой. 38. Призывник на демонстрации. 42. Помещение, чтобы «слушать», выражаясь буквально. 49. «Пиджак для курения». 51. Народная метеоподказка. 52. Волосатый неформал. 53. Суп для красного патриота. 56. Спальня на плаву. 57. Крупнокалиберная ванна. 58. Герб счастливого случая. 59. «Зимний дырокол» рыболова. 60. Состояние «вылизанной» квартиры. 61. Французский писатель, автор сказки «Синяя борода». 62. Мастерца избавления от хвасты. 63. Дурное наследие одного из сыновей Ноя. 64. «Чудо техники» от Ноя. 65. Назойливый двигатель торговли. 66. Пирамидальный покойник.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Внутренности животного, переходящие во внутренности пирогов. 2. Шантажистка в «Золотой Рыбке». 3. Какой орех дробят, чтобы приготовить марципан? 4. «Чуткий» прибор. 5. Место, где разыгрывается трагедия. 6. Слева направо - рыба, справа налево - город в Италии. 7. Длина поперёк. 9. Розыгрыш счастья по билету. 10. Какая отрасль медицины может быть шоковой? 11. Пустынный

МАРАФОН: 1. Марафон. 2. Марафон. 3. Марафон. 4. Марафон. 5. Марафон. 6. Марафон. 7. Марафон. 8. Марафон. 9. Марафон. 10. Марафон. 11. Марафон. 12. Марафон. 13. Марафон. 14. Марафон. 15. Марафон. 16. Марафон. 17. Марафон. 18. Марафон. 19. Марафон. 20. Марафон. 21. Марафон. 22. Марафон. 23. Марафон. 24. Марафон. 25. Марафон. 26. Марафон. 27. Марафон. 28. Марафон. 29. Марафон. 30. Марафон. 31. Марафон. 32. Марафон. 33. Марафон. 34. Марафон. 35. Марафон. 36. Марафон. 37. Марафон. 38. Марафон. 39. Марафон. 40. Марафон. 41. Марафон. 42. Марафон. 43. Марафон. 44. Марафон. 45. Марафон. 46. Марафон. 47. Марафон. 48. Марафон. 49. Марафон. 50. Марафон. 51. Марафон. 52. Марафон. 53. Марафон. 54. Марафон. 55. Марафон. 56. Марафон. 57. Марафон. 58. Марафон. 59. Марафон. 60. Марафон. 61. Марафон. 62. Марафон. 63. Марафон. 64. Марафон. 65. Марафон. 66. Марафон. 67. Марафон. 68. Марафон. 69. Марафон. 70. Марафон. 71. Марафон. 72. Марафон. 73. Марафон. 74. Марафон. 75. Марафон. 76. Марафон. 77. Марафон. 78. Марафон. 79. Марафон. 80. Марафон. 81. Марафон. 82. Марафон. 83. Марафон. 84. Марафон. 85. Марафон. 86. Марафон. 87. Марафон. 88. Марафон. 89. Марафон. 90. Марафон. 91. Марафон. 92. Марафон. 93. Марафон. 94. Марафон. 95. Марафон. 96. Марафон. 97. Марафон. 98. Марафон. 99. Марафон. 100. Марафон.



ОВЕН

• 21.03
• 20.04

Постарайтесь не гордиться в начале недели. Это будет не очень просто: эмоциональный фон окажется довольно напряженным. Но все же постарайтесь не принимать решений под влиянием мимолетных порывов, обдумывать каждый свой шаг. Особенно важно это в деловой сфере. Все, что касается работы, сейчас будет требовать больше внимания, чем обычно. Могут складываться непростые ситуации, вам потребуется время, чтобы в них разобраться. Лучше не спешить с заключением договоров, не подписывать никакие документы, пока вы не изучите их полностью. Вторая половина недели будет очень гармоничной.

БЛИЗНЕЦЫ

• 21.05
• 21.06

В начале недели вам очень пригодится настойчивость и целеустремленность. Это время, когда не стоит бросать начатое, даже если что-то идет совсем не так, как хотелось бы. Старайтесь не терять оптимизма, гоните мрачные мысли. Многие займут от того, увидев, ли вы сохраните хорошее настроение и уверенность в своих силах. Важным будет также в начале недели переговоры, договориться с новыми знакомыми. Тут поможет интуиция: она подскажет, когда можно идти на уступки, а когда стоит настаивать на своем. Вторая половина недели будет очень интересной и плодотворной. У вас многое будет получаться хорошо.

ЛЕВ

• 23.07
• 23.08

Начало недели будет плодотворным и интересным. Это очень благоприятное время для работы и учебы. У вас многое будет получаться сразу, вы быстро справитесь с тем, что раньше не получалось. Можно браться за какие-то масштабные проекты, осуществлять то, что вы запланировали раньше. Нежелательно опаздывать от задуманного просто из-за занятости. Если вы подписывали документы, не изучив их самым тщательным образом. Не спешите с решениями, внимательно изучайте вас, но и для ваших близких. Вторая половина недели сложится иначе. Она будет выдохом, но даже ли подходящей для серьезных дел.

ВЕСЫ

• 23.09
• 23.10

Неделя будет непростой, но назвать ее реально сложной никак нельзя. Откроется много новых возможностей, будет шанс добиться того, чему вы давно стремились. Что требуется от вас? Не теряться в неоднозначной ситуации, импровизировать, не бояться самостоятельно принимать важные решения. Придется решать совершенно новые профессиональные задачи, и весь ваш опыт может оказаться бесполезным. Зато подскажут интуиция и подсознание. Лучше не нарушать традиций и общепринятых правил, избегать поступков и высказываний, которые могли бы негативно отразиться на ваших отношениях. Стоит прислушаться и к советам, которые дадут люди, чья профессия уме не раз вас выручала.

СТРЕЛЕЦ

• 23.11
• 23.12

Будьте готовы к неожиданности: их на этой неделе будет много. Сейчас вам будет особенно полезно умение быстро ориентироваться в новой ситуации, мгновенно принимать решения и ни минуты не сомневаться в том, что вы сделали правильным выбор. Уверенность и оптимизм сделают вас особенно привлекательными; очень разные люди захотят познакомиться с вами поближе, подружиться. Вероятны перемены в деловых отношениях. Ваш авторитет возрастет, а люди, которые прежде сомневались в вас, изменят мнение. Не исключены предостережения, касающиеся работы, долгосрочного сотрудничества.

ВОДОЛЕЙ

• 21.01
• 18.02

Неделя будет очень благоприятной для работы. Вы увидите возможности, которые прежде оставались незамеченными, найдете ответы на вопросы, всех ставившие в тупик. Будете готовы не только действовать самостоятельно, но и руководить другими. Не исключено, что нужно будет найти новых союзников, потому что перемены не оправдают ваших ожиданий. Вы справитесь и с этим, так что преодолевать все трудности в одиночку не придется. А вот личные отношения будут складываться гармонично в течение всей недели. Ближние часто будут понимать вас с полуслова, наверняка найдут способ порадовать.

ТЕЛЕЦ

• 20.04
• 20.05

Не такто просто будет взяться за дела в начале недели. Придется сделать над собой усилие, чтобы настроиться на серьезный лад. Силнее будет желание отложить все на потом, но поступать так не стоит. Правда ползание будет все же начаться. Постарайтесь не упустить ни одной из них. Общение с окружающими в это время может даваться сложнее, чем обычно. Даже люди, с которыми вы раньше отлично ладили, не всегда будут понимать вас правильно. Но серьезного конфликта удастся избежать, а вскоре отношения наладятся.

РАК

• 22.06
• 22.07

Не спешите. Это удачная неделя, вполне подходящая для того, чтобы взяться за что-то новое. Однако все ваши действия должны быть хорошо продуманы, особенно в первые ее дни. Звезды будут на вашей стороне, но это не значит, что вам повезет абсолютно во всем. Решения развешиваясь с близкими, споры, напряженные моменты в общении. Увы, вас все же не всегда будут понимать правильно. Не ленитесь объяснять то, что кажется очевидным, и старайтесь при этом сохранять дружелюбие. Поверьте, окружающие это оценят.

ДЕВА

• 23.08
• 23.09

Начало недели будет беспокойным, и даже ли в это время удастся сосредоточиться на чем-то одном. Придется заниматься несколькими делами сразу, вы быстро справитесь, однако, допущенные кем-то другим. Но все это не помешает вам добиться успеха, осуществлять то, что вы запланировали раньше. Нежелательно в это время связывать себя какими-то обязательствами, подписывать документы, не изучив их самым тщательным образом. Не спешите с решениями, внимательно изучайте вас, но и для ваших близких. Вторая половина недели сложится иначе. Она будет выдохом, но даже ли подходящей для серьезных дел.

СКОРПИОН

• 24.10
• 23.11

Довольно сложно будет на этой неделе реально оценивать свои силы и возможности. Многие Скорпионы склоняются к иллюзиям, фантазируют, вместо того чтобы изучить ситуацию и сделать выводы. Рядом будут люди, которые дадут отличные советы (пусть и не всегда в самой деликатной форме), стоит внимательно к ним прислушаться. Лучше не нарушать традиций и общепринятых правил, избегать поступков и высказываний, которые могли бы негативно отразиться на ваших отношениях. Стоит прислушаться и к советам, которые дадут люди, чья профессия уме не раз вас выручала.

КОЗЕРОГ

• 22.12
• 20.01

Начало недели будет благоприятным для работы. Вы увидите возможности, которые прежде оставались незамеченными, найдете ответы на вопросы, всех ставившие в тупик. Будете готовы не только действовать самостоятельно, но и руководить другими. Не исключено, что нужно будет найти новых союзников, потому что перемены не оправдают ваших ожиданий. Вы справитесь и с этим, так что преодолевать все трудности в одиночку не придется. А вот личные отношения будут складываться гармонично в течение всей недели. Ближние часто будут понимать вас с полуслова, наверняка найдут способ порадовать.

РЫБЫ

• 19.02
• 20.03

Подходящая неделя для того, чтобы взяться за что-то новое, проявить инициативу, действовать решительно; у вас многое будет получаться отлично. Недвижиме недоброжелатели поймут, что лучше не стоять у вас на пути. Некоторые даже предложат вам сотрудничество. Но тут лучше выслушать, а также вовремя задержать какое-то важное дело. А вот действовать самостоятельно может быть непростой задачей. Порой вас будут одолевать сомнения, из-за этого не удастся воспользоваться ситуацией, сделать нужный шаг. Старайтесь не тревожиться от себя слишком много. Если вы и допустите какое-то оплошность, то вскоре наверняка их исправите.