

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

# МРТ КТ УЗИ Цифровой РЕНТГЕН

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

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

## ВСЕ ВИДЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

В ПОЛИКЛИНИКЕ  
АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58

**ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ**  
Безболезненное лечение зубов; восстановление разрушенных зубов фотополимерами; лечение пародонтоза 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. Съёмные протезы - акриловые и нейлоновые.

**CONTACT- ЦЕНТР АО ТАЛАП**  
**+7 778 749 73 00, 8 7112 247 300**

**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 Ихсанова, 44/2. (напротив сш №21).

**ВСЕ ЦЕНТРАЛИЗОВАННОЕ, ИМЕЕТСЯ БОЛЬШАЯ ПАРКОВКА, ПОЖАРНО-ОХРАННАЯ СИГНАЛИЗАЦИЯ.**  
ТЕЛ. ДЛЯ СПРАВОК: 8 705 621 6092, 8 702 007 2214

Хорошая микроциркуляция является очень важной для нашего слуха

## ИЗУМИТЕЛЬНО, КОГДА НЕ УТОМЛЯЕТ ЗВОН В УШАХ!

Джон из канадского города Онтарио, рассказывает свою историю: «Длительное время меня беспокоил шум в ушах, я плохо слышал, это было очень неприятно. Тогда я попробовал **Тоне**...»

«Проблемы со слухом у меня начались несколько лет назад. Я почувствовал, что слышу не так хорошо, как раньше, начал беспокоить шум в ушах. Иногда мне казалось, что я нахожусь в центре большого города, где гул никогда не затихает. Когда я разговаривал с друзьями, часто было трудно услышать и понять то, что они говорят. Им приходилось повторять по несколько раз, чтобы я понял, о чем идет речь. Я чувствовал себя неловко и сильно расстраивался».

### ПОЧУВСТВОВАЛ РАЗНИЦУ

«Когда в аптеке впервые мне предложили таблетки **Тоне**, я не поверил, что мне может что-либо помочь. Однако фармацевт объяснил, что в составе **Тоне** содержатся не только уникальные растительные экстракты, но и микроэлементы, поддерживающие баланс электролитов и нормальное психологическое состояние человека. Попробовать стоило. Я приобрел упаковку **Тоне** и стал принимать по 2 таблетки в день. Спустя некоторое время, мои друзья и семья заметили, что мой слух улучшился. Сейчас я чувствую себя, как в старые добрые времена и могу без стеснения общаться со всеми!».

### ИЗМЕНЕНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С ВОЗРАСТОМ

Связанное с возрастом ослабление слуха называется пресбикузией (лат. presby-

cusia). Чаще всего встречающиеся жалобы: трудно понять, когда говорят тихо, и шум в ушах. Люди часто свыкаются с изменением слуха, однако их очень утомляет шум в ушах и в голове. Шум становится более интенсивным, если человек устал или нервничает, вечером, в тихой обстановке. Шум может ощущаться ночью. Для людей, у которых ухудшился слух, особенно важно их психологическое состояние. Они часто страдают от беспокойства, смущения, чувства незащищенности и печали, сниженной социальной активности. У многих людей существуют проблемы со слухом, и большинство из них стараются скрыть это. Ведь не секрет, что никому не нравится ощущать себя не таким, как все, не хочется вызывать насмешки людей, из-за того что ты не все слышишь, о чем говорят. По этой причине большинство людей отрицают проблемы и утверждают, что все «как обычно».

### НЕ ОСЛАБЛЕН ЛИ ВАШ СЛУХ? ДА НЕТ

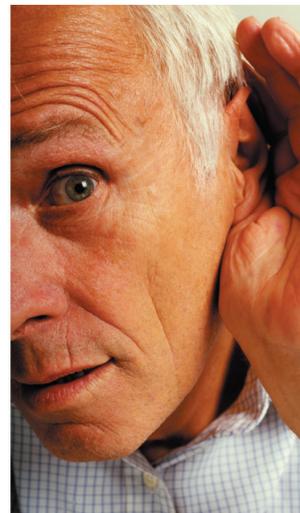
- Часто трудно понять слова собеседника.
- Во время разговора часто переспрашиваю.
- Некоторые звуки раздражают или навязчивы.
- Звонит в ушах, иногда кружится голова.
- Избегаю разговоров с окружающими, так как чувствую себя неловко.

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

### ФАКТЫ О ТОНЕ



**Тоне** содержит экстракты гречихи, черники, корня альпийки, шишек хмеля, гинкго билоба, а также ниацин, калий и магний. Магний помогает поддерживать нормальный электролитный баланс, а экстракт листьев гинкго билоба улучшает периферическое кровообращение, что особенно важно для хорошего слуха. Электролиты - это различные соли и минералы, которые создают в организме электрические импульсы. Следовательно, они также важны для нормального слуха. Электролиты нужны организму, как топливо для автомобиля.



Отпускается без рецепта. Состав: экстракты гинго билоба, гречихи, черники, хмеля, альпийки, калий, магний, ниацин, витамин С. Рекомендации по применению: для взрослых и детей старше 14 лет 2 таблетки в день, запивать стаканом воды, во время еды. Противопоказания: лицам моложе 14 лет, а также лицам, имеющим индивидуальную непереносимость к компонентам продукта, при беременности, кормлении грудью. Период применения рекомендуется проконсультироваться с врачом. Изготовитель: New Nordic Healthbrands AB, Södra Förstadsgatan 3, SE - 211 43, Malmö, Швеция. Адрес производства: Propharma AS, Skarvetsovej 11-14, DK-3230 Blstrup, Skotland, Дания. Представитель, уполномоченный на принятие претензий в РК: Фирма ЗАО New Nordic (Нью Нордик) в Республике Казахстан, г. Алматы, Шереметьев, 90, оф. 303/4; С/ПВУ 70.08.01.003. R.005 215.12.20. от 30.12.2020 г. выдано ТУ «Республиканским центром гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья». БАД, не является лекарством.

### ПРОДАЕТСЯ В АПТЕКАХ И ОНЛАЙН-МАГАЗИНАХ



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

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.

**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

№ 26 (1329) от 5.07.2023

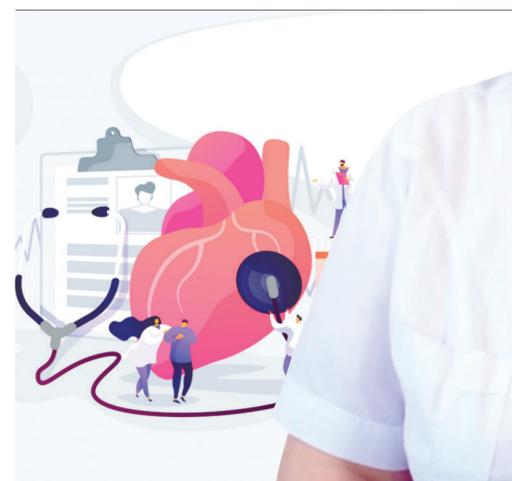
ОБЛАСТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Уральск. Издаётся с 1997 г.

## ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ КАРДИОЛОГА

Кардиолог Медицинского центра АО Талап Татьяна Владимировна Безбородова советует уральцам внимательно относиться к собственному здоровью, чтобы не пропустить начальную стадию заболеваний сердца.

стр.3



## В УРАЛЬСКЕ ОТМЕТИЛИ ДЕНЬ ДОМБРЫ

В Уральске состоялся областной фестиваль «Домбра-дастан», посвященный 205-летию со дня рождения великого композитора Курмангазы Сагырбаева.

стр.2

## ШКОЛА БУДУЩИХ МАМ!

В АО Талап успешно работает проект «Школа будущих мам». Этот проект социальный, занятия проводятся бесплатно.

стр.4

## КАМНИ В ЖЕЛЧНОМ ПУЗЫРЕ

В группу повышенного риска по желчнокаменной болезни входят люди с лишним весом, сахарным диабетом 2-ого типа и ведущие малоподвижный образ жизни.

стр.5

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 рекламных объявлений 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.

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

## ЗАКАЖИТЕ ДОСТАВКУ ЛЕКАРСТВ НА ДОМ!

**apteka-talap.kz**

## ИНТЕРНЕТ АПТЕКА

**+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

ЗАКАЖИТЕ ДОСТАВКУ ЛЕКАРСТВ НА ДОМ!  
apteka-talap.kz

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

## ЗАПИСАТЬСЯ К ВРАЧУ ЛЕГКО!

В аптеках АО Талап фармацевты помогут вам записаться на прием к врачам нашей компании!

Также вы можете записаться на прием сами на сайте **talap.clinic** в разделе «Записаться на прием».

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

**CONTACT- ЦЕНТР АО ТАЛАП**

## РЕГИСТРАЦИЯ БРАКА – В ЦОНЕ

С 1 июля 2023 года функции РАГС были переданы Госкорпорации. При этом для граждан порядок оказания услуг не изменился. Заключить брак по-прежнему можно в регистрирующем органе.

Помимо регистрации рождения, заключения и расторжения брака РАГСами осуществляется внесение изменений, дополнений, исправлений в акты записи, в том числе изменение имени, отчества, фамилии, установление отцовства (материнства), усыновление (удочерение). Кроме этого, через РАГС можно подать заявку на восстановление и уничтожение записей актов гражданского состояния, а также на выдачу первичных и вторичных свидетельств, справок в электронном виде или на бумажном носителе.

С переходом функций РАГС стандарты обслуживания, порядок, а также сроки их рассмотрения остаются без изменений. Тариф на оказание государственных услуг для бесплатных услуг, таких как регистрация рождения, смерти, остается прежним. К платным услугам будет добавляться налог добавочную стоимость, так как Госкорпорация является плательщиком НДС. Так, к примеру, если ранее тариф на регистрацию брака составлял 3450 тенге, то с 1 июля он повысился до 3874 тенге.

Адреса РАГСов также остались прежними. При подаче заявления граждане могут выбрать, в торжественной обстановке они желают провести регистрацию брака или нет.

Услуги регистрирующего органа оказывают только сотрудники РАГСов. Другие работники Госкорпорации, включая операторов ЦОНов, не имеют доступа к базе.



## ПО ПРИМЕРУ ВETERANОВ

В воинской части 5517 регионального командования «Батыс» Национальной гвардии Республики Казахстан состоялась встреча личного состава с председателями Совета ветеранов Органов внутренних дел.

Гостями торжественной встречи стали председатель Совета ветеранов Национальной гвардии, генерал-майор Калиакпар Токушев и председатель Совета ветеранов органов внутренних дел, генерал-майор милиции Әмірзақ Болсамбеков. Ветераны познакомились с экспонатами музея регионального командования «Батыс», организовали экскурсию по территории части. Гости вечера поделились воспоминаниями о своей службе. Әмірзақ Қоспанұлы свои первые погны получил 60 лет назад. По сей день он держит себя в форме и занимается спортом. Калиакпар Жұбаншышеви, сравняя прошлое с настоящим, отметил, что военная отрасль сегодня динамично развивается, большое внимание уделяется условиям, в которых солдаты проходят службу. – Если каждый военнослужащий четко будет выполнять свои обязанности боевая готовность, дисциплина и служба будет на высоком уровне. Главным критерием является воинская дисциплина. Желая удачи во всем – и в службе, и в жизни, – сказал ветеран.

Командир воинской части 5517 подполковник С.Алқайдаров поблагодарил гостей за добрые слова. Ветеранам были подарены книги, рассказывающие об истории Акжайыкского края.

## КСК или ОСИ?

Жилищная реформа РК продолжается. С учетом последних обстоятельств собственники квартир могут выбрать следующие формы управления общедомовым имуществом: ПКСК, ПК, КСК, ОСИ, ПТ, а также непосредственное совместное управление всеми собственниками.

Все эти формы разрешены действующим жилищным законодательством, последние поправки в которое подписал 28 июня Президент РК. СК – кооператив собственников квартир (КСК) считается наиболее совершенным способом управления общедомовым имуществом. Его главные плюсы – работа над ошибками, которые обнаружены при функционировании ПКСК (потребительскими кооперативами). В свое время это были специфические кооперативы для управления многоквартирным домом. Впоследствии была отменена субсидиарная имущественная ответственность одних членов кооператива за долги других. «Кооператив собственников помещений не отвечает по обязательствам своих членов. Члены кооператива не отвечают по долгам кооператива» (пункт 2 статьи 45 Закона).

Другое важное преимущество – освобождение от налогов на содержание жилья. Согласно статье 289 Налогового кодекса, взносы собственников квартир, нежилых помещений

многоквартирного жилого дома – не входят в совокупный годовой доход некоммерческих организаций. И потому не облагаются, в частности, КПН и НДС.

Жилищная реформа «ОСИ вместо КСК» фактически провалилась. Причина понятна: один многоквартирный дом должен нести расходы по оплате работы председателя, бухгалтера, а также оплачивать услуги юристов, сантехников, электриков... А в КСК был общий бюджет для десятков домов. Вместо одного председателя КСК нужно выбирать, для примера, десять председателей ОСИ, по количеству домов в КСК. И всем платить зарплату, хотя бы минимальную.

В остальном они похожи. В ОСИ в Казахстане на 2023 год, как в КСК ранее, нет субсидиарной ответственности (пункт 2 статьи 44–1 Закона РК «О жилищных отношениях»). Но, как и прочие юридические лица, закон ОСИ в Казахстане не освобождает от проверок.

## В ПАМЯТЬ О ЖУРНАЛИСТЕ

На здании областной универсальной научной библиотеки им. Ж. Молдагалиева установили мемориальную доску в честь ветерана войны и труда, журналиста областных газет «Орал өңірі» и «Приуралье» Хабира Нурмухамедова.

В этом историческом здании прошли многие годы творческой деятельности Хабира Нурмухамедова, там размещалась редакция газеты. Хабир Нурмухамедов окончил Казахский коммунистический институт журналистики в предвоенном 1940 году, и по направлению ЦК Компартии Казахстана был назначен заместителем редактора Павлодарской областной газеты «Қызыл ту». Во время Великой Отечественной войны политрук роты Хабир Нурмухамедов совмещал боевое оружие с пером, выпуская фронтовую газету «Қызыл әскер». Возвратившись с войны, он трудился главным редактором областной газеты «Орал өңірі» в послевоенные 1948–1951 годы, а затем в период с 1963 по 1973 годы. За это время под началом Хабира Нурмухамедова и на примере его беззаветного мужества и преданности Родине трудились многие поколения молодых журналистов. Ушел из жизни ветеран войны и журналистики в 2008 году.



На открытии памятной доски присутствовал аким области Нариман Турғалиев. Глава региона поздравил журналистское сообщество с профессиональным праздником.

## В УРАЛЬСКЕ ОТМЕТИЛИ ДЕНЬ ДОМБРЫ

Национальный День домбры отмечается в первое воскресенье июля. В Уральске 2 июля состоялся областной фестиваль «Домбра–дастан», посвященный 205-летию со дня рождения великого композитора Курмангазы Сағырбаева.

Праздничное мероприятие началось с возложения цветов к памятникам великих кюйши Курмангазы Сағырбаева и Дины Нурпейсовой, композитора Гарифуллы Курманғалиева, поэта Кадыра Мырза Али. Во Дворце искусств Атамекен жители и гости города посетили выставку копий музыкального народного инструмента. На витринах были выставлены домбры исторических личностей, изготовленные местными мастерами декоративно-прикладного искусства. «Пятый год в стране отмечается национальный праздник – День домбры. Казахский национальный музыкальный инструмент известен всему миру, благодаря нашим великим народным композиторам прошлых веков. Современные знаменитые музыканты прославляют домбру и в наши дни. Домбра – вечный спутник казахского народа, который будет жить в сердце каждого, кто чтит народные традиции и обычаи. Выражаю огромную благодарность нашим мастерам, кто своими руками изготовил музыкальный инструмент и пополнил музейный фонд области копиями домбр исторических личностей Махамбета Утемисова, Курмангазы Сағырбаева, Дины Нурпейсовой и других», – сказал заместитель акима Западно-Казахстанской области Бакытжан Нарымбетов.

Каждому мастеру были вручены Благодарственные письма от имени акима ЗКО и премии. За изготовленные копии домбры великого композитора Курмангазы профессор Казахской



национальной консерватории им. Курмангазы, почетный гражданин Уральска Едиге Набиев. Также в фестивале приняли участие такие мастера по изготовлению казахских национальных инструментов, как Бейбитали Досқалиев, Аслан Серікбаев, Досжан Бижанов, Тлек Мауленов, Сансызбай Ахметов.

В следующем году областной центр народного творчества отметит свое 80-летие. В честь праздничного события планируется открытие музея, в фонд которого будут переданы копии домбр исторических личностей.

## САНАТОРИЙ ОДНОГО ДНЯ – ЗАРЯД БОДРОСТИ НА МЕСЯЦ!

Оздоровительный центр Фаворит предлагает услугу – Санаторий одного дня. Комплексы процедур разработаны для тех, кто желает укрепить здоровье, избавиться от хронической усталости и накопившихся шлаков.

Врачи-физиотерапевты ОЦ Фаворит разработали для уральцев четыре целевые оздоровительные программы. Можно выбрать ту, которая именно в этот момент соответствует вашим целям. За один день вы получите несколько процедур, которые в комплексе усиливают эффект друг друга!

### АНТИСТРЕСС

Если у вас выдалась трудная неделя и вы работали с полным напряжением сил, восстановите потраченную энергию, выбрав программу АНТИСТРЕСС. Массаж головы и воротниковой зоны, душ Шарко, водорослевое обертывание, электросон, кедровая бочка и другие процедуры снимут напряжение, улучшат самочувствие.

### УКРЕПИ ИММУНИТЕТ

Переболели простудой и никак не можете восстановиться? Слабость и быстрая утомляемость мешают работать, а переохлаждение приводит к появлению насморка и усилению кашля... Озонотерапия, сухая углекислая ванна, массаж стоп и грудной клетки, циркулярный душ существенно улучшат самочувствие.

### БОДИ-ДЕТОКС

Хотите начать худеть – посвятите себе день, с которого вы начнете новую жизнь. Программа БОДИ-ДЕТОКС – это жемчужная ванна, антицеллюлитный массаж, водорослевое обертывание, душ Шарко, инфракрасная кабина, гидроколонотерапия. Все эти процедуры вы получите в течение дня, и с их помощью уйдут отеки, станет более упругой кожа, организм очистится от шлаков. Это поможет настроиться на предстоящий похудательный марафон.

### РЕЛАКС

Испытываете хроническую усталость, и весь мир предстает в серых тонах? Снять накопившийся стресс помогут оздоровительные процедуры. Общий массаж разогреет кровь, а стоун-терапия даст долгожданный психологический отдых. Подводный гидромассаж и водорослевое обертывание, кедровая бочка помогут расслабиться и восстановить силы.



” ЗА ОДИН ДЕНЬ ВЫ ПОЛУЧИТЕ НЕСКОЛЬКО ПРОЦЕДУР, КОТОРЫЕ В КОМПЛЕКСЕ УСИЛИВАЮТ ЭФФЕКТ ДРУГ ДРУГА!

### ОТДЫХ В VIP-ПАЛАТЕ

– Санаторий одного дня – прекрасная возможность решить накопившиеся проблемы, – говорит менеджер ОЦ Фаворит Ирина Герасимчук. – Отдых в vip-палате – это полный релакс, возможность уединиться и ни о чем не заботиться. При желании можно заказать в палату завтрак, обед и ужин. Фирменный бонус Фаворита – фиточай: с шиповником и мятой, облепихой, липой, ромашкой...

На все процедуры приглашают медсестры. При желании в vip-палате можно получить консультацию врачей – узких специалистов, по назначению врача сделать внутривенную инфузию.

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

## ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ КАРДИОЛОГА

6 июля в качестве знаменательной даты выбрали специалисты Всемирной Ассоциации здравоохранения. Первый раз День кардиолога отметили в конце 20-го века.

Международные медицинские организации стремятся привлечь внимание людей к проблеме распространения сердечно-сосудистых заболеваний, которые являются главной причиной смертности и инвалидности в мире. Кардиолог Медицинского центра АО Талап Татьяна Владимировна Безбородова советует уральцам внимательно относиться к собственному здоровью, чтобы не пропустить начальную стадию заболеваний сердца.

– Сегодня сердечные заболевания «молодеют», и даже возраст до 30-ти лет не является страховкой от инфаркта, – говорит Татьяна Владимировна. – Объяснение этому простое: неправильный образ жизни. Молодые люди сегодня даже редко ходят пешком, у многих есть автомобили. Массовое увлечение энергетическими напитками, гиподинамия, неправильное питание – причина развития сердечно-сосудистых заболеваний. Опасность ещё заключается в том, что люди не чувствуют первых симптомов повышенного давления, и в результате приходят к врачам, когда болезнь перешла во вторую-третью стадию.

Чтобы вовремя принять меры, нужно с 30-ти лет регулярно сдавать биохимический анализ крови. Отклонения в та-

ком показателе, как холестерин, – причина получить лечение, которое предотвратит проблемы с сосудами.

### – Какие симптомы заставляют обратиться к кардиологу?

– Это боли в области грудной клетки, причём они могут отдаваться в лопатку, верхнюю челюсть; онемение рук, одышка, сухой кашель. Нужно обращать внимание на наследственность. Если болезни постелили наших родителей, они «записаны» и в нашем генетическом коде. Ишемическая болезнь сердца проявляется в нарушении сердечного ритма, приступообразных болевых ощущениях. В клиниках АО Талап производится не только электрокардиография – одномоментное снятие данных, но и суточное мониторирование деятельности сердца, артериального давления, а также эхокардиография. Это помогает уточнить диагноз в сложных случаях. Вылечить полностью сердечно-сосудистые заболевания нельзя, но вполне возможно добиться стойкой ремиссии.

Гипертония сегодня также молодеет – и по тем же причинам. Поэтому врачи рекомендуют всем людям, независимо

от возраста, регулярно измерять давление – благо, в аптеках АО «Талап», в других городских аптеках есть специально оборудованные зоны для мониторинга АД.

Женщины после 50-ти лет также должны регулярно измерять давление. Часто давление повышается из-за стресса, усталости, так что следует упорядочить режим дня. При развившейся болезни необходимо всестороннее обследование – следует сделать кардиограмму, ультразвуковое исследование почек и надпочечников, эхокардиографию, проверить состояние щитовидной железы, измерить уровень гормонов. Так выяснится причина гипертонии, и комплексное лечение будет эффективным. Главное – нужно не медля заняться собой, чтобы предупредить сосудистые катастрофы.

Записаться на приём к врачам-кардиологам АО Талап можно по телефонам: 247 300; +7 778 749 73 00



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

**ФАВОРИТ**

Оздоровительный  
ЦЕНТР «ФАВОРИТ»  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18

ПРЕДЛАГАЕТ ВАМ

**ПРОГРАММЫ  
ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

Специальной подборки!

программа  
**RELAX**

УДОВОЛЬСТВИЕ  
НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ

23 800

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

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

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

**ФАВОРИТ**

Оздоровительный  
ЦЕНТР «ФАВОРИТ»  
АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18

ВОССТАНОВИТЕ ЗДОРОВЬЕ  
С ПОМОЩЬЮ ГИДРОТЕРАПИИ!

**ДУШ ШАРКО**

ТОНИЗИРУЕТ, УСКОРЯЕТ ОБМЕН ВЕЩЕСТВ,  
АКТИВИЗИРУЕТ ИММУННУЮ СИСТЕМУ,  
ОКАЗЫВАЕТ ДЕТОКСИКАЦИОННЫЙ ЭФФЕКТ.

ПРОЦЕДУРА ПОКАЗАНА ПРИ:

- синдроме хронической усталости
- депрессии;
- неврозах, хронических стрессах;
- заболеваний костно-суставного аппарата (артрит, остеоартроз, остеохондроз);
- нарушении обмена веществ, в частности, ожирении.

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

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



В ОЦ «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП  
НА ОРАКБАЕВА, 18

ВЕДЕТ ПРИЕМ ПОДОЛОГ  
– специалист ногтевого сервиса  
с медицинским образованием

**ЛЮДМИЛА НИКОЛАЕВНА  
ГОЛУБЕВА**

- лечение грибка ногтей;
- работа с возрастной стопой - при онихолизисе и гиперкератозе;
- лечение вросшего ногтя;
- установка титановых нитей и скоб для коррекции вросшего ногтя;
- удаление натоптышей и мозолей, бородавок на стопах;
- эстетический педикюр, гигиенический педикюр

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

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



В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58

ВЕДЕТ ПРИЕМ ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ  
**НАПИЗА ТУЛЕУВНА  
КАЮПОВА**

Лечение кариеса

- Эндодонтия (терапия зубных каналов)
- Лечение заболеваний десен
- Хирургическое лечение

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

## Продукты, которые вредят зубам

Все знают, что у сладкоеежек выше риск кариеса. Но и среди несладких блюд имеются такие, которые опасны для зубов.

Зубная эмаль — это динамическая структура, в которой происходит постоянный обмен ионами между ней и полостью рта. Одни продукты питания выделяют ионы, укрепляющие эмаль зубов, другие — разрушающие.

**ЕДА НЕ ПО ЗУБАМ**

Сладости и сладкие напитки. Сахароза расщепляется на глюкозу и фруктозу — отличное питание для микробов, которые в процессе жизнедеятельности выделяют большое количество кислоты. Чтобы ее нейтрализовать, нужен кальций, который является основой кристаллической решетки зубной эмали. Эмаль истончается, сквозь нее проникают бактерии.

Наиболее опасными для зубов сладостями являются вязкие и тягучие ириски и леденцы, которые долго находятся в полости рта. От них желательно отказаться. Как и от сладкой газировки, которая способствует вымыванию кальция из костей и зубов. А вот горький шоколад для зубов наименее вреден. Тем не менее, после десерта не помешает воспользоваться ополаскивателем для полости рта, а еще лучше — почистить зубы.

**Кислота**

Именно кислота разрушающим образом действует на зубы. На первом месте среди таких продуктов — шиповник. Несмотря на то, что он содержит большое количество полезного витамина С, при этом его отвар богат пигментами, которые при нарушении структуры эмали могут окрашивать зубы, и кислотой, разрушающей эмаль. На втором месте — цитрусовые (апельсины, лимоны, мандарины, грейпфрут, богатые фруктовыми кислотами). На третьем — яблоки. Эти фрукты — твердые, и при их откусывании человек снимает с зуба защитную пленку.

**Пища контрастных температур**

Например, кофе с мороженым. Также не стоит запивать горячие блюда холодной водой. Перепады температуры для эмали даже более опасны, чем сладости, считают эксперты.

**Очень твердая пища**

Хотя зубная эмаль является самой твердой тканью нашего организма, при жевании такой пищи в зубочелюстной системе возникает очень сильная нагрузка. В эмали образуются сколы, трещины. Поэтому очень жесткую пищу надо употреблять аккуратно и жевать ее не агрессивно, а постепенно и тщательно.

**Мягкая, протертая пища**

Еда такой консистенции тоже опасна для здоровья зубов. Чтобы зуб получал достаточное количество питательных веществ из кровеносных сосудов, расположенных в деснах, необходимо стимулировать сжатие и растяжение этих сосудов. Без этой «гимнастики» питание будет поступать недостаточно. В результате зубные ткани не могут насыщаться необходимыми питательными компонентами и кислородом, и в полости рта, в деснах возникнут дистрофические процессы (пародонтит), которые в последующем грозят потерей зубов.

**Вязкая и волокнистая пища**

Именно она чаще всего застревает в зубах. Чем дольше эта еда переваривается бактериями, в результате чего растет риск кариеса. К вязкой пище, прежде всего, относятся хлебобулочные изделия. К анти-лидерам принадлежат конфеты-«тянучки». Среди волокнистой пищи выделяются фрукты (например, хурма), а также мясо и другие мясные продукты, которые состоят из мышечных волокон. Белки не так опасны, как углеводы, с точки зрения риска кариеса, но при их употреблении выше риск повреждения десен, а значит, воспаления в тканях, окружающих зубы. После употребления такой пищи нужно обязательно чистить зубы. Особенно тща-



тельно следует очищать межзубные промежутки, в которых прячутся бактерии. Для этого можно использовать зубную нить или ирригаторы.

**Алкоголь**

Люди подчас заблуждаются, считая, что, поскольку алкоголь обладает мощным дезинфицирующим действием, то он должен убивать бактерии полости рта, однако это абсолютно не так. Спиртное, прежде всего, обладает токсическим эффектом — оно убивает всю полезную микрофлору, что ведет к дисбалансу и нарушению здоровья полости рта. Горячительные напитки содержат сахар, который потребляют условно патогенные микроорганизмы.

**Кофе**

Чрезмерное употребление кофе для зубов нежелательно, поскольку опасность представляют дубильные вещества, которые вместе с пигментными частицами хромогенами могут проникать в трещины эмали и вызывать стойкую пигментацию эмали.

**ОБРАТИТЕСЬ  
К ПРОФЕССИОНАЛАМ!**

Врачи-стоматологи АО Талап проводят профессиональную аппаратную чистку зубов, а также реминерализацию. Эти процедуры способствуют укреплению эмали и сохраняют здоровье зубов.

## Камни в желчном пузыре: факторы риска

Избыточный вес является серьезным фактором образования камней в желчном пузыре. Ситуация осложняется на фоне сахарного диабета и при малоподвижном образе жизни. Но резкое снижение веса тела также увеличивает риск камнеобразования в желчном пузыре. Какие профилактические меры можно принять?

В группу повышенного риска по желчнокаменной болезни входят люди, страдающие лишним весом, сахарным диабетом 2-ого типа и ведущие малоподвижный образ жизни. Какие меры помогут сохранить здоровье желчного пузыря? Это здоровый пищевой протокол и активный образ жизни.

Лишний вес и ожирение повышают вероятность образования камней в желчном пузыре, особенно это касается женщин. Почему так происходит? У тех, кто страдает ожирением, вероятен высокий показатель холестерина в желчи, что ведет к формированию камней. Поэтому важно поддерживать оптимальный вес тела.

Но резкое снижение массы увеличивает риск появления камней в желчном пузыре, и худеть желательнее постепенно, без резких скачков. В этом плане противопоказаны экстремальные диеты.

**ФАКТОРЫ РИСКА ФОРМИРОВАНИЯ КАМНЕЙ В ЖЕЛЧНОМ ПУЗЫРЕ ПРИ ПОХУДАНИИ:**

- Потеря веса тела более чем 24% от изначальной массы.
- Скорость потери веса более 1,5 килограммов в неделю.
- Крайне низкокалорийный рацион без жиров.
- Высокий показатель триглицеридов в сыворотке.

**ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРЫ**

- Урсодезоксихолевая кислота снижает концентрацию холестерина в желчи и снижает число камней в процессе похудения.
- Контроль скорости потери веса.
- Сокращение длительности голодания в ночное время.
- Обеспечение умеренного объема жиров в пищевом протоколе.

Диетические факторы, предотвращающие формирования камней в желчном пузыре — полиненасыщенные жиры, мононенасыщенные жиры, клетчатка, кофеин, вегетарианский рацион.

Для предотвращения камнеобразования в желчном пузыре в рацион можно включать диетические добавки — витамин С, соевый лецитин.



В аптеках АО Талап можно записаться к врачу, чтобы проверить состояние желчного пузыря. В наличии имеется широкий ассортимент БАДов, содействующих здоровью желудочно-кишечного тракта.

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

## Здоровье во время беременности зависит от женщины!

В АО Талап успешно работает проект «Школа будущих мам». Мамочки получают актуальные для себя сведения о поддержании здоровья во время беременности и о родах.

Программу Школы разработала Ведущая проекта акушер-гинеколог Анаргуль Бахтыгалиевна Айтмагамбетова, которая прошла обучение по этой теме в Алматы. Первая группа мамочек приближается к завершению курса. А во второй группе прошло 2-е занятие, в котором слушательницы изучали тему «Изменения в женском организме с 20-й недели беременности. Развитие ребенка».

Анаргуль Бахтыгалиевна рассказала о важности соблюдения режима дня, правильного питания, приема витаминов, о двигательной активности. Врач разъяснила, чем опасна анемия для здоровья плода и родовой деятельности. Женщины по специальной методике рассчитали дату родов и сравнили результат с данными наблюдающих их гинекологов. Врач подробно ответила на многочисленные вопросы.

Вторая часть занятия — практическая. Во втором занятии доктор демонстрирует упражнения для беременных. «Умеренная двигательная активность полезна для здоровья женщины, — напомнила Анаргуль Бахтыгалиевна. — Если нет противопоказаний, можно плавать, заниматься йогой. А если на это не хватает времени, следует ежедневно заниматься специальной гимнастикой. Движение стимулирует кровообращение, укрепляет мышцы и иммунитет. Физическая



подготовка положительно влияет на родовую деятельность». Специальные упражнения для беременных женщины отработали на практическом занятии.

Школа будущих мам — проект социальный, занятия проводятся бесплатно.

Желающие участвовать в проекте могут записаться по телефону: 50 07—95

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



В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58

ВЕДЕТ ДЕТСКИЙ И ВЗРОСЛЫЙ ПРИЕМ  
ВРАЧ АКУШЕР-ГИНЕКОЛОГ  
**ХАСМУТДИНОВА  
БОТАГОЗ БАУЫРЖАНКЫЗЫ**

- Консультации по гигиене ребенка
- Консультации по здоровью девочки в подростковом возрасте

Согласно закону, девочек до 18-ти лет  
врач-гинеколог принимает только с мамой!

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

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



В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП  
НА ОРАКБАЕВА, 18

ВЕДЕТ ДЕТСКИЙ И ВЗРОСЛЫЙ ПРИЕМ  
ВРАЧ-ДЕРМАТОВЕНЕРОЛОГ  
**НАТАЛЬЯ ЮРЬЕВНА  
БЕКУЛАТОВА**

- Лечение угревой сыпи, атропического дерматита, герпеса, экземы.
- Удаление акрохордонов, бородавок и других доброкачественных новообразований с помощью плазменного аппарата Plasma RFL

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

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



В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58

ВЕДЕТ ПРИЕМ ВЗРОСЛЫХ  
И ДЕТЕЙ С 5 ЛЕТ СТОМАТОЛОГ  
**АЛЬФИЯ РУСЛАНОВНА  
ДЖАРМУХАМБЕТОВА**

- Терапевтическое лечение зубов
- Лечение и профилактика кариеса
- удаление зубного камня

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

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



В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58

ВЕДЕТ ПРИЕМ  
СТОМАТОЛОГ-ОРТОДОНТ

**ТАЙЖАН  
ДАНА БАТЫРБЕКОВНА**

- Терапевтическое лечение зубов
- Консультация по поводу ортодонтических проблем у детей и взрослых
- Исправление прикуса: установка пластин, подбор трейнеров, установка брекетов.

Эффективность ортодонтического лечения, начатого в раннем возрасте, составляет 90%!

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

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



В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП  
НА ХУСАИНОВА, 58

ВЕДЕТ ДЕТСКИЙ И ВЗРОСЛЫЙ ПРИЕМ  
ВРАЧ-ОТОРИНОЛАРИНГОЛОГ  
**ОЛЕГ ВАЛЕРЬЕВИЧ  
САЛЬНИКОВ**

- Удаление серных пробок
- Промывание миндалин

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

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

**В АО ТАЛАП ТРЕБУЮТСЯ**

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

- Рентген-лаборант.
- Медсестра ЦСО.
- Фармацевт.
- Администратор Ритуальной службы.
- Кладовщик.
- Инженер-строитель.
- Техник-электрик.
- Электрогазосварщик.
- Диспетчер.
- Воспитатель.
- Помощник воспитателя.
- Администратор клиники.
- Электромонтёр.
- Экспедитор.
- Водитель на спецтехнику «Миксер».
- Оформитель готовой продукции (веночница) в Ритуальную службу
- Санитарка, техника.
- Рабочий-колпачик на кладбище.

**КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ:**  
50-07-95; 50-76-59  
e-mail: evkolesina@talap.com (Колесина Елена).  
ул. ЕСКАЛИЕВА, 126; КАБИНЕТ 18

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОДАСТ**

- Нива (Лада) 21214-209 № 2008гг/н, цвет ярко-белый
- UA3 396255-330 г/н цв.белая ночь
- Прицеп площадка
- Бетоностмеситель 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
- Гараж-ракушка металлический
- 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

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

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

ТЕЛЕФОН ДЛЯ РАЗМЕЩЕНИЯ +7 771 202 10 06

**КУПОН ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ**  
ДЛЯ БЕСПЛАТНОГО РАЗМЕЩЕНИЯ В ГАЗЕТЕ «ТАЛАП»

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

**Ваш контактный номер телефона**  
**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».

**ВНИМАНИЕ!**  
В ХИМЧИСТКЕ ЛОТОС ПО АДРЕСУ МКР. СТРОИТЕЛЬ, 19

**ЛЕТНИЙ РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ**  
с 18.06.2023 г. по 31.08.2023 г. ВЫХОДНОЙ – ВОСКРЕСЕНЬЕ  
с ПОНЕДЕЛЬНИКА ПО СУББОТУ РАБОЧЕЕ ВРЕМЯ - с 8.00 до 20.00

Тел.: 235 075, +7 776 923 50 75

**УСЛУГИ**

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

**ПРОДАМ**

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

**ПРОДАМ**

- Продам дачу. 1200000 т. С/о «Кабачок». Приватизированная, 9 соток. ц/п. Кирпичный дом, плодовые деревья. Вспахана. Долгов нет. Торг. Проезд автобусом 23Д.
- Телефон +7 747 115 84 02

**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

**УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!**

**В АПТЕКАХ АО ТАЛАП ФАРМАЦЕВТЫ ПОМОГУТ ВАМ ЗАПИСАТЬСЯ НА ПРИЕМ К ВРАЧАМ НАШЕЙ КОМПАНИИ! ТАКЖЕ ВЫ МОЖЕТЕ ЗАПИСАТЬСЯ НА ПРИЕМ САМИ НА САЙТЕ talap.clinic В РАЗДЕЛЕ «ЗАПИСАТЬСЯ НА ПРИЕМ».**

**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.

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

**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 приёма – частично оплатить услуги из расчёта 1 ЛОТОС = 250 тенге.

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 235 075

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 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)

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

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

**ВЕДЕТ ПРИЕМ АКУШЕР-ГИНЕКОЛОГ АЙТМАГАМБЕТОВА АНАРГУЛЬ БАХТЫГАЛИЕВНА**

- Диагностика гинекологических заболеваний
- Лечение патологии шейки матки
- Лечение нарушений менструального цикла
- Планирование беременности
- Ведение беременности по программе «Буду мамой».

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

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

**ДЛЯ ВАШЕГО УДОБСТВА! ПО СУББОТАМ**

В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58 с 9.00 до 13.00

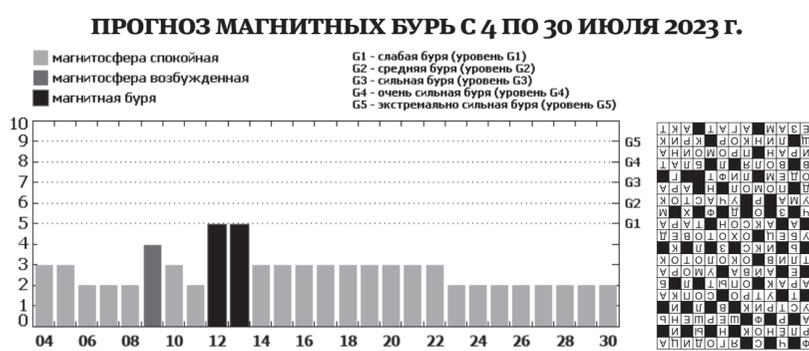
**ПРОВОДИТ ПРИЁМ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ**

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

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

Мадам бюргерша	Тот, кого к ночи не поминают	Театральная «фаря»	«Мишень» для сторожа	Жалящее насекомое	Желание рвать и метать	«Закон, что ...»	Эрудированный пошляк
Один из тех, кто учится летать	Биятпон минус лыжная гонка	«Хлевец на петь овец»	И клоп, и комар	Элита фаянса	Нычка теши Кыя	Брёвна, пущенные на самолёт	Доисторический компьютер
Третье-сортный металл (спорт)	Бойкий ребёнок	Старт дня	Учебный взрыв химички	Курильщица с Курил	Орудие труда с герба (совет.)	Водила «Харлея»	1
Жильев ухушенной планировки	Ай, в варенье хороша!	«Рай-отдел» полиции при царе	Лесник	Усталость от смеха (разг.)	«Материя» для дыры		2 3
Одна позиция океаном	Иного из математики	Удлинитель ног					4 5 6
Выступ шестерёнки	Хороший индивидуалист						7 8 9 10
Багаж нищего	Уродливый монстр	«Шупальце» нейрона	Еда для домашних лыб-бимья				11 12 13 14
Нужен для выезда в сеть	«Калибр соли»	Словотёзка					15 16 3 17 4 5 6
Жестокый правитель	Стремление победить						14 5 7 18 12 4 3 2 3
Пещерная откры-валка							8 5 7 20 7 1 7 3 4
							2 3 11 21 2 5 14 5 18 11 3
							22 7 18 11 6 5 2 6 2 18 6
							17 9 23 3 14 3 19 3 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					



**ОВЕН** • 23.03 • 23.04

Начало недели едва ли обойдется без напряженных моментов. Не исключены и трудности в работе, и разногласия с близкими, истинная причина которых не всегда будет вам понятна. К тому же в это время вы будете больше внимания обращать на неудачные совпадения и свои ошибки, чем на какие-то приятные события. Поверьте, серьезные причины для тревоги нет. Позитивные тенденции будут быстро набирать силу, и вас будет много хороших дел, да и не сомневайтесь в этом. Последние дни недели окажутся особенно благоприятными для общения.

**ТЕЛЕЦ** • 20.04 • 20.05

Начало недели принесет поводы для беспокойства. Многие в это время будут получать не так много, как хотелось бы. Вы предпочли бы сосредоточиться на чем-то одном, но такая возможность у вас едва ли будет. Гораздо вероятнее, что вам придется заниматься несколькими делами одновременно. Вы со всем этим поспешаете справиться самостоятельно. Многие Скорпионы благодаря вам что-то в мире изменится к лучшему, и окружающие это оценят. Люди, которые прежде вас почти не замечали, наверняка захотят подружиться.

**БЛИЗНЕЦЫ** • 21.05 • 21.06

Вам предстоит иметь дело с очень разными людьми, и к каждому нужно будет найти подход. Справитесь ли вы с этим? Наверняка. Полагаясь на интуицию: она подскажет, как лучше вести себя, поможет понять, что на душе у окружающих. Не исключены полезные знакомства. Некоторые действия найдут союзников, на которых сможете полагаться еще не раз. Неделя подойдет для важных деловых переговоров. Не исключено, что вам придется сделать работу или сделку, которая принесет прибыль.

**РАК** • 22.06 • 22.07

Старайтесь спокойно относиться ко всему, что будет происходить в начале недели. В это время возможны неожиданные события, странные совпадения, не исключено, что напомнят о себе какие-то старые проблемы. Придется поспешить в некоторые моменты, чтобы исправить ошибки, допущенные раньше. Главное в это время – полагаться на собственный опыт и здравый смысл, проверять все поступающую информацию, не следовать чужим советам, не поддаваться на уловки знакомых. Неделя окажется благоприятной для общения.

**ЛЕВ** • 23.07 • 22.08

На этой неделе вам предстоит узнать много интересного. Наверняка будет шанс и научиться чему-то полезному. Вероятны неожиданные знакомства, которые окажутся очень полезными. Люди, прежде не бывшие вашими союзниками, помогут вам решить рабочие задачи или исправить старые ошибки. Вероятно удастся избежать разногласий на работе и дома. Но вы не допускайте серьезных конфликтов, которые могут повлиять на общение со всеми, кто вам дорог. До середины недели лучше не спорить из-за мелочей и не обсуждать то, из-за чего прежде возникали ссоры.

**ДЕВА** • 23.08 • 22.09

Будет шанс найти ответы на многие вопросы, возникшие в последнее время. На смену сомнениям придет определенность. Вы почувствуете себя гораздо спокойнее и увереннее. Многие дела к тому же пойдут, что вы раньше считали сложными, чем казалось раньше. Можно браться за новые дела, однако будьте готовы к тому, что быстро справиться с ними не удастся. Потребуется время и сил, чтобы добиться нужного результата. Боритесь! Вы не знаете, если не все получится сразу. Конечно же, нет. Позже вы не раз похвалите себя за настойчивость, проявленную на этой неделе.

**ВЕСЫ** • 23.09 • 23.10

Не падайте духом, если в начале недели вдруг возникнут трудности. Даже если не все будет идти гладко, вы обязательно найдете способ добиться успеха. Люди, которые хорошо вас знают, дадут вам немало хороших советов. Окружающие могут заметить то, что ускользнуло от вас, и указать на ошибки, когда еще не поздно исправить. Будет возможность укрепить деловые отношения, найти новых союзников. Но если вам понадобится помощь в решении каких-то действительно важных задач, обратитесь к тем, кого давно знаете.

**СКОРПИОН** • 24.10 • 22.11

Эта неделя может потребовать решительных действий. Едва ли стоит рассчитывать на то, что все удивно сложится само собой. Куда вероятнее, что вам придется приложить усилия даже для того, чтобы справиться с привычными делами. Главное – не бросать начатое, если возникнут трудности, не отказываться от своих планов, как бы ни складывались обстоятельства. Многие Скорпионы благодаря своей настойчивости добьются того, о чем другие могли только мечтать. Вы не станете перемывать из-за пустяков, не только сохраните оптимизм, но и других заразите им.

**СТРЕЛЕЦ** • 23.11 • 21.12

Неделя будет, вероятно, не самой простой, но точно очень интересной и многообещающей. Появятся новые дела, и вы возмнетесь за них с энтузиазмом. Для того чтобы добиться успеха, вам нужно будет постоянно учиться. К счастью, рядом окажутся люди, готовые поделиться своим опытом, подсказать, как лучше действовать. Вероятно, перемены в отношении с людьми, которые вам особенно дороги. Вы будете особенно внимательны к своим близким, позаботитесь об их комфорте и благополучии. От мелких разногласий, ограничивающих вас, не останется и следа.

**КОЗЕРОГ** • 22.12 • 20.01

На этой неделе вам очень пригодится умение в любых обстоятельствах сохранять самообладание и держаться в стороне от тех, кто идет на поводу у эмоций, тем самым создавая проблемы и ссоры, и окружающим. Пока другие будут переживать из-за того, что не в силах повлиять, вы сосредоточитесь на реализации своих самых важных планов. Самые заметные успехи добьются Козероги, которые будут рассчитывать только на свои силы. В первой половине недели стоит сосредоточиться на уже знакомых делах, а потом можно переключиться на что-то совершенно новое.

**ВОДОЛЕЙ** • 21.01 • 18.02

Эта неделя сложится хорошо. Она обещает успех во многих начинаниях. Вы не станете торгаться с решениями, серьезно подойдете ко всем делам, за которые нужно будет взяться. Удастся не упустить ни одной важной детали, не совершить ошибок, которые могли бы поставить под сомнение ваши планы. Окружающим не всегда будет понятно, почему вы действуете так, а не иначе, но, если вы сохраните хорошие отношения со всеми, кто вам дорог. До середины недели лучше не спорить из-за мелочей и не обсуждать то, из-за чего прежде возникали ссоры.

**РЫБЫ** • 19.02 • 20.03

В первой половине недели нужно будет уделить внимание деталям. Вам придется потратить много сил, чтобы справиться с проблемами, которые возникнут в этот период. Не исключено, что придется столкнуться с проблемами, которые вы раньше считали сложными. Однако, если вы проявите настойчивость, вы сможете справиться с ними. Не забывайте, что успех зависит не только от ваших усилий, но и от поддержки окружающих. Не бойтесь просить о помощи, когда это действительно необходимо.