

Гос. лицензия №65700186DL от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗНО, Алматы ЗНО.

**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

Гос. лицензия №40270096DL от 12.07.2017 года выдана Управлением здравоохранения ЗНО, Алматы ЗНО.

**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**

**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 с/ш №21).

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

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

**ПОМОЩЬ ВАШИМ ГЛАЗАМ ИЗ ШВЕЦИИ!**

**КАК ПРЕКРАСНО ИМЕТЬ ХОРОШЕЕ ЗРЕНИЕ!**

Некоторое время назад Ингвар понял, насколько важно хорошее зрение для качества жизни, поэтому решил позаботиться и улучшить его. Близкий родственник посоветовал попробовать оригинальный шведский препарат для глаз и зрения Блю Берри. Ингвар, энергичный, обаятельный, целеустремленный мужчина, всю жизнь много работал, но при этом всегда уделял внимание семье, друзьям и увлечениям в свободное время, поэтому хорошо видеть для него всегда было очень важно. Когда Ингвар вышел на пенсию, он открыл для себя таблетки Блю Берри.

катается на лыжах, проводит время с семьей.

**ПОРЕКОМЕНДОВАЛИ БЛЮ БЕРРИ**  
После того как Ингвар вышел на пенсию, родственник посоветовал ему позаботиться о своем зрении и порекомендовал таблетки Блю Берри. «Ухаживать за глазами и поддерживать хорошее зрение важно на протяжении всей жизни, а пожилым людям это просто необходимо. Из полученных рекомендаций и советов я понял, что скандинавское качество Блю Берри очень высоко», — продолжает Ингвар.

**ДОВОЛЕН ИЗ ГОДА В ГОД**  
Ингвар начал принимать таблетки Блю Берри уже давно и до сих пор не жалеет об этом. «Я не планирую прекращать принимать их, потому что для меня важно хорошее зрение. Я очень доволен Блю Берри и рекомендую его всем своим друзьям, которые ищут эффективные таблетки специально для зрения», — смеясь, говорит Ингвар.

Вы можете выбрать один из продуктов Блю Берри: только растительные таблетки Блю Берри Айбрайт или растительные таблетки с витаминами Блю Берри Ай Стресс.

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.

**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**

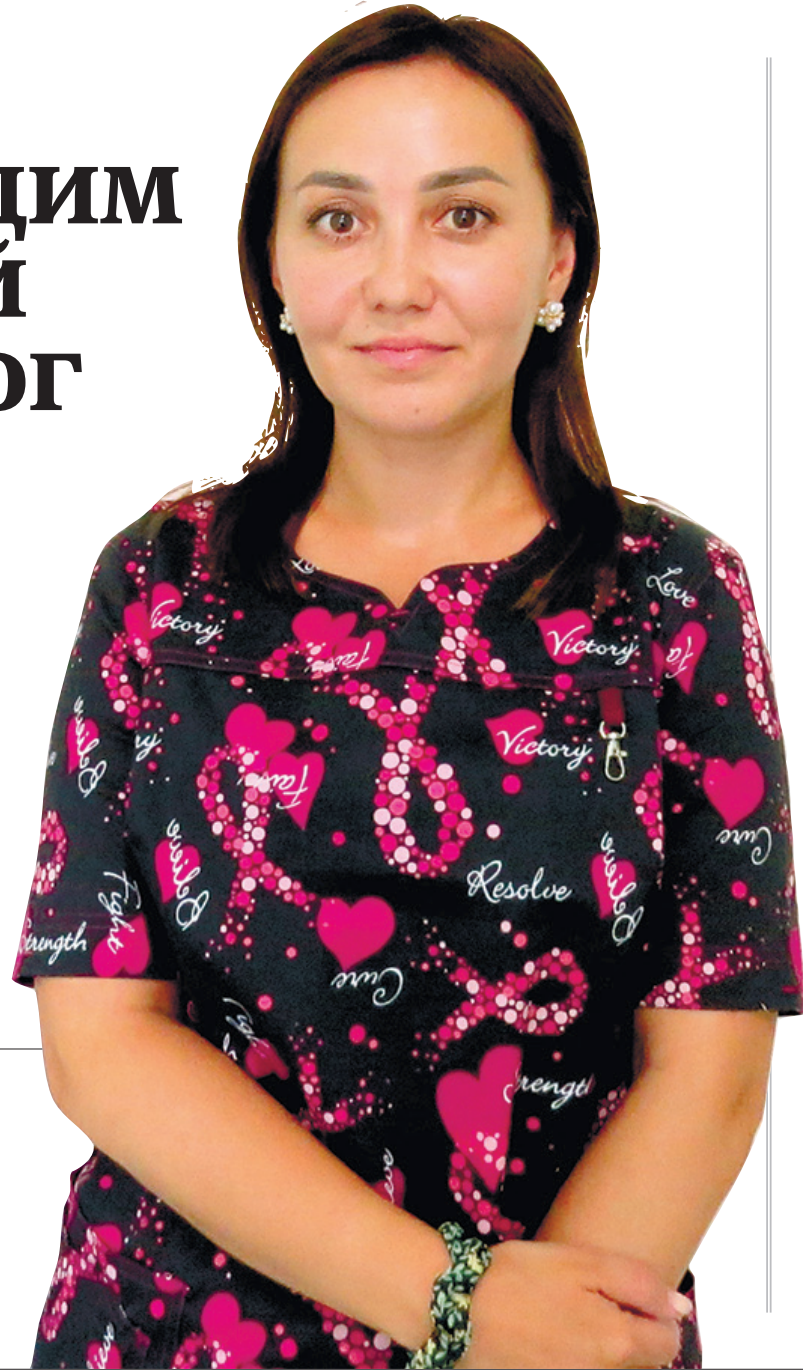
№ 27 (1330) от 12.07.2023

**ОБЛАСТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА**

Уральск. Издаётся с 1997 г.

**КОГДА НЕОБХОДИМ ДЕТСКИЙ НЕВРОЛОГ**

С рождением ребенка у родителей добавляется поводов не только для радости, но и для волнений. Почему малыши так часто плачут или мало спят? Вопросы много, и они часто связаны со здоровьем – эмоциональным или физическим.



стр.3

**КВОТЫ НА ОБУЧЕНИЕ - 2023**

В этом году сохранены семь квот для социально уязвимых категорий граждан. Об этом на брифинге в ЦЦК сообщил вице-министр науки и высшего образования РК Куаныш Ергалиев.

стр.2

**ТОВАРЫ МЕДИЦИНСКОГО НАЗНАЧЕНИЯ!**

В аптеках и на Аптечном складе АО Талап – широкий ассортимент технических средств реабилитации и ортопедических товаров. Люди с ограниченными возможностями с их помощью могут существенно увеличить двигательную активность.

стр.3

**ОРГАНИЗМУ НЕОБХОДИМ СЕЛЕН**

Селен человеку требуется для обеспечения правильного обмена веществ, функционирования щитовидной железы, борьбы со свободными радикалами и укрепления иммунной системы.

стр.4

**НОВЫЕ ВИДЫ МАССАЖА**

В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЦЕНТРЕ «ФАВОРИТ»

**«Бразильский» моделирующий антицеллюлитный массаж 4 зоны**

**«Бора - Бора» общий массаж с травяными мешочками**

**Массаж спины с элементами «Бора - Бора»**

**Массаж спины и ног с элементами «Бора - Бора»**

**Японский лифтинг массажа лица «Кобидо» (абонемент на 5 дней)**

**Японский лифтинг массаж лица «Кобидо»**

**Индийский массаж головы**

**ФАВОРИТ**

**ЛОТОС**

**СКИДКА 10 ПРОЦЕНТОВ**

**ХИМЧИСТКА**

Предъявителю скидки на химчистку вещей весенне-зимнего ассортимента!

Акция действует до 1 августа 2023 года.

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



## НОВЫЕ ПРАВИЛА ПЕРЕЧИСЛЕНИЯ ПЕНСИОННЫХ ВЗНОСОВ В ЕНПФ

**Постановлением правительства от 3 июля 2023 года утверждены Правила и сроки перечисления обязательных пенсионных взносов работодателя в Единый накопительный пенсионный фонд и взъясания по ним.**

Новая редакция правил разработана в связи с вступлением в действие Социального кодекса. Так, обязательные пенсионные взносы работодателя (ОПВР), подлежащие уплате в ЕНПФ, будут исчисляться с 1 января 2024 года путем применения ставки, установленной ст. 251 Социального кодекса:

- с 1 января 2024 года – в размере 1,5%;
- с 1 января 2025 года – в размере 2,5%;
- с 1 января 2026 года – в размере 3,5%;
- с 1 января 2027 года – в размере 4,5%;
- с 1 января 2028 года – в размере 5%.

**Объектами исчисления обязательных пенсионных взносов работодателя являются:**

- для юридических лиц – ежемесячный доход наемных работников, лиц, имеющих иную оплачиваемую работу (избранные, назначенные или утвержденные), принимаемый для исчисления обязательных пенсионных взносов работодателя;

- для лиц, занимающихся частной практикой, а также индивидуальных предпринимателей, использующих труд наемных работников, – ежемесячный доход наемных работников и лиц, имеющих иную оплачиваемую работу (избранные, назначенные или утвержденные), принимаемый для исчисления обязательных пенсионных взносов работодателя.

При этом для лиц, занимающихся частной практикой, а также индивидуальных предпринимателей – исчисление обязательных пенсионных взносов работодателя осуществляется через банки, которые осуществляется с получаемого ими дохода.

Исчисленные обязательные пенсионные взносы работодателя перечисляются в Государственную корпорацию не позднее 25 числа месяца, следующего за месяцем выплаты доходов.

Перечисление обязательных пенсионных взносов работодателя осуществляется агентами через банки в Государственную корпорацию для последующего перечисления на условные пенсионные счета в ЕНПФ.

Обязательные пенсионные взносы работодателя перечисляются платежным поручением формата ИТ–102 с приложением списка физических лиц.

Новые правила вводятся в действие с 1 января 2024 года.

## ВСТРЕЧА С ДЕПУТАТОМ

**Депутат Мажилиса Парламента встретилась с личным составом воинской части 5517, дислоцированной в Уральске.**

Депутат комитета по законодательству и судебно-правовой реформе Мажилиса Парламента Республики Казахстан Снежанна Имашева встрети-



лась с личным составом воинской части 5517. В рамках рабочей поездки в Западно-Казахстанскую область Снежанна Валерьевна лично встретилась с военнослужащими, чтобы узнать о социально-бытовых проблемах военнослужащих и обратила внимание на актуальные вопросы. В первую очередь, депутат осмотрел столовую и казарму, где питаются и отдыхают солдаты. Снежанну Имашеву познакомили с историей военной части в музее, экспонаты которого собирались в течение многих лет. В ходе встречи депутат Мажилиса выслушала предложения военнослужащих об улучшении социального обеспечения и ответила на вопросы.

## В ПРИОРИТЕТЕ – БЕЗОПАСНОСТЬ

**Специальная группа во главе с акимом области Нариманом Турегалиевым провела рейд, чтобы проверить готовность к обеспечению безопасности детей в летний период.**

Сначала глава региона посетил Центр детско-юношеского туризма и экологии «Атамекен». Здесь он ознакомился с организацией летнего отдыха детей. После чего по реке Чаган отправился дальше, обратив внимание на состояние берегов и самого водоема, а также находящихся здесь объектов. В лагере «Евразия» стал болельщиком спортивного состязания.

Далее рабочая группа посетила лагерь «Дарын», где дети имеют возможность развивать свои творческие и другие способности. Здесь же состоялось заседание с участием членов Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, руководством прокуратуры области, полиции, ЧС, акимами районов. Особое внимание собраны были на реализацию областной акции «Безопасное детство–2023», о содержании и ходе реализации которой доложил заместитель акима области Бакытжан Нарымбетов.

В завершении встречи Нариман Турегалиевич дал поручения всем ответственным за обеспечение безопасности детей в каникулярное время.



## В УРАЛЬСКЕ СОСТОЯЛСЯ РОДИТЕЛЬСКИЙ ФОРУМ

**Проблемы детей и подростков обсудили на родительском форуме, который был организован Комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав при акимате ЗКО.**

Кибербуллинг, подростковая преступность, безопасность детей на водоемах, суицид, онлайн игры и синтетические наркотики – эти проблемы стали актуальными для современного мира, в котором мы живем. Негативным тенденциям нужно противопоставить морально-нравственное воспитание подрастающего поколения, передачу семейных ценностей.

– Все начинается с семьи. Не зря ее называют ячейкой общества, из которой этот социум и формируется. Поэтому главный аспект – это воспитание. Именно на нем надо делать акцент. Цель форума – укрепление института семьи, повышение педагогической культуры родителей, продвижение духовно-нравственных ценностей, способствование обеспечению безопасности детей, – заявили участники.

Спикерами в пленарной части форума стали заместитель акима области Бакытжан Нарымбетов, руководитель областного Управления образования Айгуль Мынбаева, уполномоченная по правам ребенка Шаттык Утебалиева, заместитель начальника областного Департамента по чрезвычайным ситуациям Канат Доспаев, заместитель руководителя областного Управления здравоохранения Айнаш



Губайдуллина, начальник УМПС Департамента полиции Западно-Казахстанской области Ернар Султангалиев, руководитель областного Управления координации занятости и социальных программ Альмира Тулегенова. Участники обменялись идеями семейного воспитания, обсуждали эффективные способы укрепления взаимодействия родительской общины, НПО, государственных органов для обеспечения безопасности и благополучия детей.

## КВОТЫ НА ОБУЧЕНИЕ – 2023

**В этом году сохранены семь квот для социально уязвимых категорий граждан. Об этом на брифинге в ЦИК сообщил вице-министр науки и высшего образования РК Куаныш Ергалиев.**

«Ежегодно выделяются специальные квоты от общего количества грантов. В этом сохранены семь квот для социально уязвимых категорий граждан. Также с прошлого года сельская квота определена в размере 35%. С прошлого года призеры международных предметных олимпиад, соревнований и конкурсов могут стать обладателями госгранта без ЕНТ. При равенстве баллов в конкурсе госгрантов преимущество будет отдано обладателям знака «Алтын белгі», – сказал Куаныш Ергалиев.

Было отмечено, что в 2023 году 5 812 выпускников стали обладателями «Алтын белгі». «Остановлюсь на отслуживших казахстанцах. После службы они могут лишь поступить в университеты без сдачи ЕНТ, но на платной основе. А вот бесплатное обучение получают лишь особо отличившиеся. И предоставляют его сами вузы», – добавил Куаныш Ергалиев. В этом году для обучения на бакалавриате выделено 73 тысячи грантов.

## НЕ ПРОПУСКАЙТЕ ПЛАНОВЫЕ ПРИЕМЫ У НЕВРОЛОГА!

**В Медицинском центре АО Талап начала прием детский невролог Алеся Нурарбековна Цой.**

С рождением ребенка у родителей добавляется поводов не только для радости, но и волнений. Почему малыш так часто плачет или мало спит? Не обильно ли он срыгивает? Вопросов много, и они часто связаны со здоровьем – эмоциональным или физическим. Не пускайте эти тревоги на самотек. Правильное решение – своевременная консультация специалиста. Детский невролог – важный врач для ребенка с момента рождения и до совершеннолетия.

– Часто маме сложно оценить, нормально ли то или иное состояние младенца. Поэтому соблюдайте график плановых визитов к специалистам. Врачу проще на начальном этапе заметить и устранить проблему, чем лечить запущенные случаи, – советует Алеся Нурарбековна. – Плановые осмотры детским неврологом в первый год жизни рекомендованы каждые три месяца. Первый осмотр проходит обычно в один месяц, затем в 3, 6, 9 и 12 месяцев. Специалисту нужно показывать ребенка каждый год и в «переломные» моменты для психики ребенка (4–5 лет, 7 лет, 13–14 лет).

– В первые месяцы после рождения малыш активно развивается, приобретает навыки, – продолжает доктор. – Даже если есть какие-то отклонения в этот период, мы не можем ставить диагноз, так как нервная система младенца только формируется. Но при определенных признаках, указывающих на какие-то проблемы, мы назначаем лечение.

**– В каких случаях малышу необходимо пристальное внимание невролога?**

– Формирование нервной системы начинается во время беременности. Нежелательный сбой может произойти по разным причинам. Распространенные причины – тяжелое протекание беременности (токсикоз), курение матери, перенесенные инфекции, побочные явления от лекарств, родовые травмы. На нервную систему малыша негативно влияют гипоксия (кислородное голодание клеток головного мозга) и асфиксия (отсутствие дыхания во время рождения). Наличие таких проблем нужно определить как можно раньше, что-

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



бы скорее начать лечение. В большинстве случаев грамотная терапия даёт положительный эффект – детское здоровье восстанавливается.

### СРОЧНО ОБРАТИТЕСЬ К НЕВРОЛОГУ, ЕСЛИ:

- у малыша частое и обильное срыгивание.
- Во время плача дрожат руки и подбородок.
- Беспокойный, излишне чуткий сон, сопровождаемый плачем.
- Судороги даже при небольшом повышении температуры.
- Травма головы.

**Записаться к специалисту можно по тел.: 247 300; +7 778 749 73 00 +7 771 749 73 00 (WhatsApp)**

## ТОВАРЫ МЕДИЦИНСКОГО НАЗНАЧЕНИЯ – В ПОМОЩЬ!

**В аптеках и на Аптечном складе АО Талап – широкий ассортимент технических средств реабилитации и ортопедических товаров. Люди с ограниченными возможностями с их помощью могут существенно увеличить двигательную активность и расширить свой мир.**

– Несмотря на болезненные ощущения в суставах, например, при артрите, люди должны двигаться, – говорит провизор Аптечной сети АО Талап Ирина Владимировна Будилова. – Движение укрепляет и суставы, и здоровье в целом. Для облегчения ходьбы можно использовать различные приспособления – трости разных видов, костыли, ходунки. Кому-то они нужны в период восстановления после травмы, а кому-то – постоянно.

Трость – это опора, на которую человек переносит часть своего веса. Она должна быть надежной и удобной. Поэтому такие товары должны обязательно быть сертифицированы, иметь соответствующие документы. Все средства реабилитации, которые реализуются в аптеках АО Талап, имеют сертификаты и паспорта. В них написано, какую нагрузку они могут выдержать. Поручни, ручки, наконечники у ходунков и тростей изготовлены из специального противоскользящего пластика. На наконечниках имеются металлические шипы для ходьбы по скользкой поверхности. Если в этом нет нужды, шипы заворачиваются наверх. Костыли выполнены из легкого и прочного материала, они регулируются по размерам. Есть костыли с опорой под локоть.



### КОЛЯСКИ – ДЛЯ РАЗНЫХ ЦЕЛЕЙ

Современные инвалидные коляски – удобное средство передвижения. Они выполнены из легкого, прочного материала, который хорошо моется. Коляску можно сложить, и тогда она уместится в багажник машины – и колясочник может свободно путешествовать, выезжать на природу с родственниками. Подножки и подлокотники регулируются, подгоняются под параметры их владельцев. Коляски соотносятся с размером одежды – они изготавливаются и для худощавых, и для полных. Есть коляски, которые двигаются с помощью рычага, человек может управлять ей самостоятельно.

**В аптеках АО Талап есть коляски для людей, получивших травму спины – у них спинка более высокая и другие особенности конструкции. Есть детские коляски, в том числе для детей с тяжелой степенью ДЦП. Цена колясок демократична.**

### ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ

В наших аптеках вы сможете подобрать ортопедические приспособления, которые помогут решить проблемы со здоровьем. Для профилактики проблем с шейным отделом позвоночника воспользуйтесь ортопедическими подушками и воротниками. Для водителей-дальнобойщиков и тех, кто отправляется в долгое автопутешествие, очень полезным будет приобретение ортопедического воротника. Он снимает мышечное напряжение, риск спазмов, помогает избавиться от головных болей.

В аптеках АО Талап также представлено множество видов корсетов для коррекции осанки. Сегодня это нарушение стало проблемой для детей и подростков. Корректоры осанки предотвращают развитие сколиоза и других нарушений. Такие корсеты приучают человека держать голову прямо и отводить плечи назад. Со временем мышцы привыкнут к такому положению, и вы приобретёте прекрасную осанку!

**В аптеках АО Талап также представлено множество видов корсетов для коррекции осанки. Сегодня это нарушение стало проблемой для детей и подростков. Корректоры осанки предотвращают развитие сколиоза и других нарушений.**



**” ВСЕ СРЕДСТВА РЕАБИЛИТАЦИИ, КОТОРЫЕ РЕАЛИЗУЮТСЯ В АПТЕКАХ АО ТАЛАП, ИМЕЮТ СЕРТИФИКАТЫ И ПАСПОРТА. В НИХ НАПИСАНО, КАКУЮ НАГРУЗКУ ОНИ МОГУТ ВЫДЕРЖАТЬ.**

В аптеках компании – широкий выбор послеродовых и послеоперационных бандажей, фиксаторов для конечностей, которые используются при переломах. Опытные продавцы-консультанты помогут вам выбрать необходимый товар по размеру и по назначению!



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

**Оздоровительный ЦЕНТР «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

ПРЕДЛАГАЕТ ВАМ **ПРОГРАММУ ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

*Специальной подборки!*

программа **RELAX** **УДОВОЛЬСТВИЕ НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ**

10 839 23 800

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

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 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

**Оздоровительный ЦЕНТР «ФАВОРИТ» АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18**

ВОССТАНОВИТЕ ЗДОРОВЬЕ С ПОМОЩЬЮ ГИДРОТЕРАПИИ!

УКРЕПИТЬ ИММУНИТЕТ И НЕРВНУЮ СИСТЕМУ ПОМОГУТ **ЖЕМЧУЖНЫЕ И ХВОЙНЫЕ ВАННЫ**

Лечебные ванны показаны в комплексном лечении остеохондроза, нарушения обмена веществ, восстановлении после простудных заболеваний и травм, переутомления.

Релакс в жемчужной или хвойной ванне – лучший способ отдыха от напряженной работы!

СПРАВКИ ПО ТЕЛ.: 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.

**В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58**

ВЕДЕТ ПРИЕМ ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ **НАПИЗА ТУЛЕВНА 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)

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 взрослого ногтя;
- установка титановых нитей и скоб для коррекции взрослого 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)



## ОРГАНИЗМУ НЕОБХОДИМ СЕЛЕН!

*Селен человеку требуется для обеспечения правильного обмена веществ, функционирования щитовидной железы, борьбы со свободными радикалами и укрепления иммунной системы. Кроме того, селен выступает мощным антиоксидантом.*

Селен выступает в роли антиоксиданта, помогающего контролировать число свободных радикалов, понижающего их число при необходимости и обеспечивающего защиту клеток организма от повреждения. Селен – один из ключевых микроэлементов, нужных для полноценного функционирования организма. Он задействован в обмене веществ, функционировании щитовидной железы, защите клеток от повреждений, вызванных окислением.

По результатам специальных исследований, высокий показатель селена в крови дает защиту от целого ряда раковых болезней, в том числе рака простаты, толстой кишки, легких и молочных желез.

Употребляя продукты со значительным содержанием селена, человек значительно снижает вероятность появления и развития сердечно-сосудистых заболеваний. Введение в ежедневный рацион продуктов с высоким содержанием селена даст возможность минимизировать риск сердечно-сосудистых недугов.

### Профилактика снижения умственных способностей

По мнению исследователей, окислительный стресс выступает ключевым фактором нарушения функций центральной нервной системы и развития болезни Паркинсона, болезни Альцгеймера, атеросклероза. Существуют доказательства, что введение в рацион продуктов с высоким содержанием селена укрепляет память и интеллектуальные возможности людей, страдающих болезнью Альцгеймера.



**СЕЛЕН – ОДИН ИЗ КЛЮЧЕВЫХ МИКРОЭЛЕМЕНТОВ, НУЖНЫХ ДЛЯ ПОЛНОЦЕННОГО ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ОРГАНИЗМА. ОН ЗАДЕЙСТВОВАН В ОБМЕНЕ ВЕЩЕСТВ, ФУНКЦИОНИРОВАНИИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ, ЗАЩИТЕ КЛЕТОК ОТ ПОВРЕЖДЕНИЙ, ВЫЗВАННЫХ ОКИСЛЕНИЕМ.**

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

### Стабилизация функций щитовидной железы

Селен помогает поддерживать на нужном уровне функции щитовидной железы. Микроэлемент обеспечивает защиту железы от пагубного влияния окислительных процессов, благоприятствует продуцированию нужных гормонов.

### Улучшение работы иммунной системы

Ключевая функция иммунной системы состоит в поддержании нормальной работы внутренних органов. Иммунитет защищает от паразитов, вирусов и болезнетворных бактерий. Систематическое введение в организм селена усиливает иммунную реакцию.

Лучше всего селен усваивается вместе с белком и витаминами А, С, Е. Впитывание элемента увеличивается при его дефиците в организме. Высокое содержание серы и тяжелых металлов в пище снижают его всасывание. Восполнить дефицит селена в организме можно, употребляя продукты, богатые этим элементом, или используя препараты из аптеки.

### Продукты питания с высоким показателем селена:

• бразильский орех, палтус, тунец, устрицы, семена подсолнечника, грибы шиитаке, куриные яйца, сардины.

В аптеках АО Талап – широкий выбор БАДов, содержащих селен. Фармацевт поможет вам определиться с выбором.

## КАКИЕ СПОСОБЫ ЛЕЧЕНИЯ СОЛНЕЧНЫХ ОЖОГОВ ИСПОЛЬЗОВАТЬ НЕЛЬЗЯ

*Солнечные ожоги – неотъемлемый атрибут лета. Даже немного побыв под палящим солнцем, мы отмечаем неприятное жжение и покраснения на коже.*

Любители загара обычно находятся на солнце больше, чем нужно. При перегреве может повышаться температура тела, а кожа краснеет, воспаляется, на ней появляются волдыри.

Ожоги чреваты развитием пигментных пятен и рисками рака кожи. При этом многие нередко дополнительно усугубляют ситуацию, когда неправильно пытаются лечить ожоги на коже. Какие методы не стоит брать на вооружение?

### ПРОТИРАНИЕ КОЖИ КУБИКАМИ ЛЬДА

Логика такого решения понятна – обгоревшая красная кожа «горит», так что человеку даже больно повернуться. Кажется, будто лед сможет охладить ее. Для этого берут замороженную воду, а иногда и создают отвары трав (той же ромашки, отличающейся противовоспалительным эффектом) и периодически начинают обрабатывать кожу. Да, можно почувствовать определенное облегчение. Но результат такой обработки будет печальным. Начнется отмирание эпителия, которое потребует длительного восстановления кожи. В процессе восстановления могут образоваться рубцы.

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПАРФЮМИРОВАННЫХ СРЕДСТВ И ЩЕЛОЧНОГО МЫЛА

Поврежденная кожа очень тонкая и нежная. Попытки помыть ее привычным гелем для душа могут обернуться раздражением, появлением высыпаний и еще большим жжением. Щелочное мыло может привести к уничтожению защитного слоя, который только формируется.

### ТЕРЕТЬ КОЖУ МОЧАЛКОЙ В ПОПЫТКАХ БЫСТРЕЕ ЕЕ СНЯТЬ

Когда кожа начинает облезать, появляется еще больший зуд. Может возникнуть желание буквально содрать ее с помощью мочалки или жесткой щетки. Тут надо лишь перетерпеть и смазывать поврежденные участки увлажняющими средствами с пантенолом. Иначе можно расцарапать нежную заживающую кожу, занести инфекцию и вызвать воспаление.

### ОДЕВАТЬСЯ В ПРИВЫЧНУЮ, ДАЖЕ УЗКУЮ ОДЕЖДУ

Носить узкие джинсы или обтягивающую кофточку, да еще и из искусственных материалов усугубит ситуацию, если кожа обожжена. Ей требуется дать ей больше воздуха и свободы, чтобы был воздухообмен и процессы регенерации шли быстрее. Так что оптимальным решением станет широкая легкая одежда из натуральных тканей.

### ВЫХОДИТЬ НА УЛИЦУ БЕЗ ЗАЩИТЫ

Если кожа сгорела, не надо думать, что усугубить состояние еще больше невозможно. На деле она становится еще более восприимчивой к внешнему воздействию. Поэтому, выходя на улицу, надо обрабатывать обязательно пострадавшие участки кремом с SPF-фильтром. Причем уровень защиты должен быть максимальным. Обновлять средство надо каждые пару часов. В идеале, соблюдая правила обработки, – сначала смыть старый слой хлорексидином и только затем наносить новый свежий слой.

### ОБХОДИТЬ ВНИМАНИЕМ ПУЗЫРИ

При сильном ожоге на коже появляются волдыри. Считается, что их нельзя трогать и прокалывать, чтобы не занести инфекцию. На деле же, наоборот, – пузыри надо прокалывать. Ведь из-за вздувшейся кожи будет ощущаться большая напряженность и болезненные ощущения. К тому же пузыри все равно рано или поздно сами лопнут, и это будет хуже, так как поврежденная поверхность может оказаться большой. И это хуже, чем когда ранку прикрывает пленочка, оставшаяся от пузыря.

Но прокалывать тоже нужно правильно – нельзя просто взять первую попавшуюся иглу и вскрыть пузырек. Обязательно следует обработать место прокола хлорексидином, взять стерильную иглу (простерилизовать ее можно, используя средство на спирту). Остается только сделать маленький укол, не достигая поврежденной кожи. И через это небольшое отверстие жидкость будет потихоньку вытекать. Тогда и боли не будет.

### А ЧТО ИСПОЛЬЗОВАТЬ МОЖНО?

Сметану и кефир дерматологи также не рекомендуют применять при лечении солнечных ожогов. Они создают на коже пленку, перекрывающую доступ воздуха. Наиболее полезно применять специальные средства от ожогов – гели, мази, спреи. Обычно они обладают обезболяющим и противовоспалительным эффектом.

**В аптеках АО Талап имеется широкий выбор наружных средств от ожогов, а также кремов с SPF-фильтром. Товар сертифицирован, а значит – безопасен. Фармацевты помогут вам определиться с выбором нужного препарата.**



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 БЕКБУЛОВА**

- Лечение угревой сыпи, атропического дерматита, герпеса, экземы.
- Удаление акроорденов, 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
- дление 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)



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. Рентген-лаборант.
• Медсестра ЦСО.
• Фармацевт.
• Бухгалтер-ревизор.
• 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, техничка.
• Рабочий-копщик на кладбище.

КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН 50-07-95; 50-76-59 (КОЛЕСИНА ЕЛЕНА ВЛАДИМИРОВНА), E-MAIL: EVKOLESIINA@TALAP.COM ОБРАЩАТЬСЯ ПО АДРЕСУ: УЛ. ЕСКАЛИЕВА, 126; КАБИНЕТ 18

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОДАСТ

- Нива (Лада) 21214-209 № 2008г/н, цвет ярко-белый
• УАЗ 396255-330 г/н цв.белая ночь
• Прицеп площадка
• Бетоносмеситель МЕТЕМ - для изготовления кирпичной 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 Амкардор
• 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 ЧАСТНОЕ ОБЪЯВЛЕНИЕ НА РАДИО О'КЕЙ 6 РАЗ В ДЕНЬ.

ТЕЛЕФОН ДЛЯ РАЗМЕЩЕНИЯ +7 771 202 10 06

КУПОН ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ

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».

ЛотоС ВНИМАНИЕ! В ХИМИСТКЕ 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

УСЛУГИ • РЕМОНТ телевизоров, холодильников, морозильников, стиральных и посудомоечных машин, кондиционеров, автокондиционеров, водонагревателей, бойлеров, титанов, СВЧ микроволновок, электр.оборудования, вытжек, мясорубок, миксеров, блендеров, мультиварок, компьютеров, ноутбуков, планшетов, заправка и обслуживание. Большой опыт работы, оригинальные запчасти всех марок.

ПРОДАМ • Продается дачный 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.

ПРОДАМ • Продам дачу. 1200000 т. С/о «Кабачок». Приватизированная, 9 соток. ц/п. Кирпичный дом, плодовые деревья, вспахана. Долгов нет. Торг. Проезд автомобилем 23д.

для ВАШЕГО УДОБСТВА! ПО СУББОТАМ В ПОЛИКЛИНИКЕ АО ТАЛАП НА ХУСАИНОВА, 58 С 9.00 ДО 13.00 ПРОВОДИТСЯ ПРИЁМ УЗКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

для ВАШЕГО УДОБСТВА! ПО СУББОТАМ И ВОСКРЕСЕНЬЯМ В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ АО ТАЛАП НА ОРАКБАЕВА, 18 С 9.00 ДО 13.00

ХАБАРЛАНДЫРУ

Белгіленген қызметтің бастамашысы: «West group» ЖШС, БСН 070240001463, Тел: 87029155102. Электрондық пошта: west.group@inbox.ru. Жобалық құжаттама пакетімен www.ecoport.kz, Бірыңғай экологиялық порталында және жергілікті атқарушы орган сайтында: https://www.gov.kz/memleket/entities/bko-zher-paidalanuy?lang=ru табысуға болады.
Жобаны әзірлеуші: ЖШС «ЕНБЕК GROUP KAZAKHSTAN», БСН: 080140004515. Тел: 8(7112)549688, электрондық пошта: info@enbek.com.kz.
«West group» ЖШС экологиялық рұқсат алу үшін құжаттар пакеті (рұқсат етілген шығарындылар нормативтерінің жобасы, қалдықтарды басқару бағдарламасы, өндірістік экологиялық бақылау нормативтерінің жобасы, қалдықтарды басқару жоспары, қоршаған ортаны қорғау бөлімі) бойынша ашық жиналыс арқылы қоғамдық тыңдаулар өткізілетіні туралы хабарлайды.
Тыңдау 18.08.2023 ж. сағат 11.00. Өткізілетін орны: Батыс Қазақстан облысы, Заचाган кенті, Чапаев дивизиясының 25-көшесі, 2 (Орал қаласы Зачаган кенттік округі әкімінің аппараты ғимараты). Карантин жарияланған жағдайда, бұл қоғамдық тыңдаулар ZOOM платформасында бейнеконференция арқылы онлайн режимінде өткізіледі. Конференция идентификаторы: 784 5250 3836 Кіру коды: egiX33
Белгіленген қызметтің бастамашысы: «West group» ЖШС, БИН 070240001463, Тел: 87029155102. e-mail: west.group@inbox.ru. Жобаны әзірлеуші: ЖШС «ЕНБЕК GROUP KAZAKHSTAN», БСН: 080140004515, Тел: 8(7112)549688. e-mail: info@enbek.com.kz. Жобалық құжаттама пакетімен www.ecoport.kz, Бірыңғай экологиялық порталында, сондай-ақ БҚО табиғи ресурстар және табиғатты пайдалануды реттеу басқармасы сайтында табысуға болады.

Барлық ескертулер және ұсыныстар Бірыңғай экологиялық порталында қоғамдық тыңдаулар өткізілетін күнге дейін 3 жұмыс күнінен кешіктірмейтін мерзімде қабылданады.

ОБЪЯВЛЕНИЕ

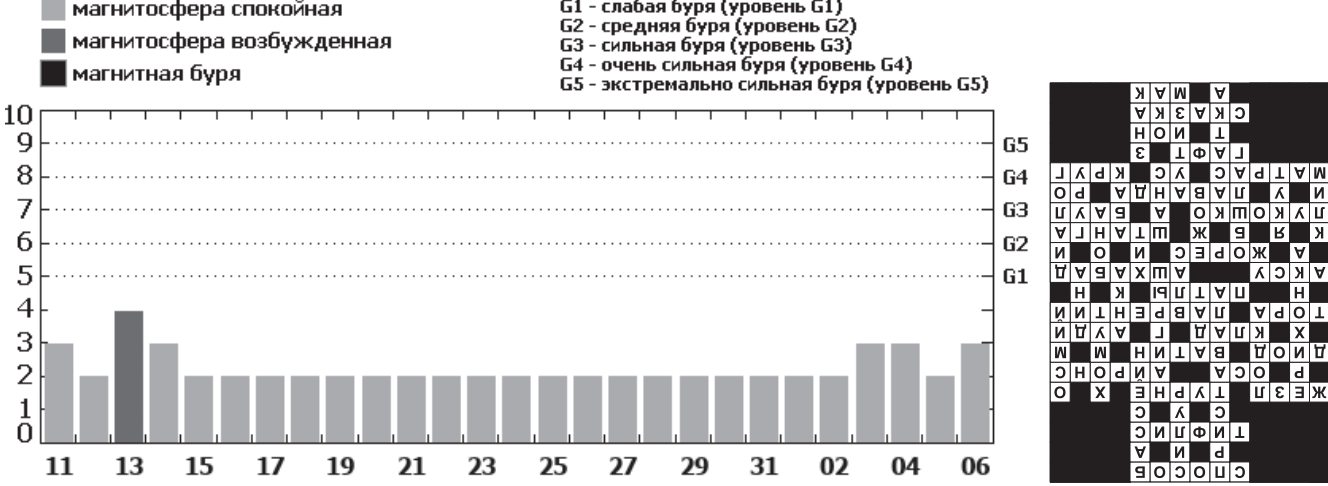
Реквизиты намечаемой деятельности ТОО «West group», БИН: 070240001463, Тел: 87029155102. Электронная почта: west.group@inbox.ru. С пакетом проектной документации можно ознакомиться на Едином экологическом портале www.ecoport.kz, а также на сайте МИО: https://www.gov.kz/memleket/entities/bko-zher-paidalanuy?lang=ru.
Разработчик: ТОО «ЕНБЕК GROUP KAZAKHSTAN», БИН: 080140004515. Тел: 8(7112)549688. e-mail: info@enbek.com.kz
ТОО «West group» объявляет о проведении общественных слушаний посредством открытого собрания по пакет документов для получения экологического разрешения (проект нормативов допустимых выбросов, программа управления отходами, программа производственного экологического контроля, план мероприятий по ООС, раздел охраны окружающей среды).

Слушания состоится: 18.08.2023 г. в 11.00 ч. По адресу: Западно-Казахстанский область, п.Зачаганск, улица 25 Чапаевской дивизии, 2 (здание Аппарат Акима Зачаганского поселкового округа города Уральск). В случае объявления карантина общественные слушания будут проводиться в онлайн-режиме посредством видеоконференции на платформе ZOOM. Идентификатор конференции: 784 5250 3836 Код доступа: egiX33
Инициатор намечаемой деятельности: ТОО «West group», БИН 070240001463, Тел: 87029155102. e-mail: west.group@inbox.ru. Разработчик: ТОО «ЕНБЕК GROUP KAZAKHSTAN», БИН: 080140004515. Тел: 8(7112)549688. e-mail: info@enbek.com.kz

С пакетом проектной документации можно ознакомиться на Едином экологическом портале www.ecoport.kz, а также на сайте "Управление природных ресурсов и регулирования природопользования ЭКО". Все замечания и/или предложения принимаются в срок не позднее 3 рабочих дней до даты проведения общественных слушаний на Едином экологическом портале.

Кто сегодня молодец?! Совершил хороший поступок? Хочешь поздравить друзей с днем рождения? Рубрика на радио О'Кей «Кто сегодня молодец?!» дает вам такую возможность! Передай привет в прямом эфире! Напиши нам на Whats App текст поздравления и слушай радио О'Кей! 8 771 202 10 06

ПРОГНОЗ МАГНИТНЫХ БУРЬ С 11 ИЮЛЯ ПО 6 АВГУСТА 2023 г.



ОВЕН • 21.03 • 23.04 На этой неделе вы будете особенно наблюдательны, и именно поэтому раньше других увидите ответы на многие важные вопросы. Пригодится и умение быстро учиться новому: благодаря ему вы справитесь с действительно сложными рабочими заданиями. Не возникнет сложностей там, где требуются аккуратность и внимание к мелким деталям. Но особенно полезно будет сосредоточиться на делах, требующих творческого подхода. Ваш подход многое изменит, и вскоре вы наверняка получите какие-то интересные деловые предложения.

ТЕЛЕЦ • 20.04 • 20.05 Неделя может принести массу неожиданных и странных событий. Но что бы ни происходило, и правильно сделаете, сохраняя здравый смысл. Именно это позволит вовремя определиться с приоритетами, решить, чем вы займетесь именно сейчас. Будет шанс достичь каких-то важных профессиональных целей. Если только вы будете достаточно полезными связями, другие найдут шанс подняться по служебной лестнице. Если вы проявите инициативу в работе, то наверняка получите поддержку.

БЛИЗНЕЦЫ • 21.05 • 21.06 Осторожность в делах не помешает. В первую очередь это касается руководителей, принимающих важные решения, и предпринимателей, стремящихся к расширению бизнеса. Идея, которые покажутся очень привлекательными, будет так-то просто реализовать, а принести это может больше забот, чем пользы. Поэтому прежде чем браться на штурм новых вершин, убедитесь, что правильно оцениваете свои силы и хорошо понимаете, чего и как можете достичь. Заметнее будет влияние позитивных тенденций в личных отношениях.

РАК • 22.06 • 22.07 Влияние позитивных тенденций будет особенно сильным, и нет сомнений в том, что вас ждет удачная неделя. Если вы возмущаетесь за что-то новое, то удивите окружающих своими успехами. У вас отлично получится даже то, что казалось многим почти невозможным. Вероятны необычные встречи, знакомства, которым вы будете рады. У одних Раков жизнь будет меняться к лучшему быстро, у других – медленнее. Но в любом случае вы будете чувствовать, что выбрали правильный путь, и уверенно двигаетесь к своим целям.

ЛЕВ • 23.07 • 22.08 Наверняка захочется взяться за что-то новое – и интуиция подскажет, что стоит выбрать дело поспокойнее. Действительно, на этой неделе вы отлично справитесь с решением трудных вопросов. И пригодится тут не только опыт, но и умение ориентироваться в ситуации, замечая те мелкие детали, которые ускользнули от других. Вы и сами не допустите ошибок, и окружающих удивит от оптимистичных поступков. Хотя неделя будет довольно насыщенной, едва ли вы почувствуете усталость. Наоборот, энергии будет даже больше, чем обычно.

ДЕВА • 23.08 • 22.09 Хороших идей на этой неделе появится особенно много, а обстоятельство позволит сразу воплотить задуманное в жизнь. Правда, не все получится легко, но отсутствие лишних преград вы не заметите и обязательно добьетесь того, к чему стремились. Помощь союзники – и новые, и давние. Вам удастся договориться о совместных действиях даже с теми, с кем вы прежде не находили общего языка. Самые заметные успехи на этой неделе добьются Девы, которые не боятся вступить в борьбу с сильными соперниками и готовы защищать свои интересы, как бы ни складывались обстоятельства.

ВЕСЫ • 23.09 • 23.10 Благодаря информации, полученной на этой неделе, вы сможете определиться с планами на будущее. Станет совершенно ясно, сможете ли вы осуществить то, что задумали раньше, или нужно переключиться на что-то совершенно иное. В делах могут помочь новые знакомые. Вам понравится их взгляд на вещи и подход к делам. Легко будет договориться о сотрудничестве, а с него может начаться долгая дружба или расцвет романтической истории. Во многих сферах жизни вероятны перемены к лучшему. Особенно приятным будет конец недели.

СКОРПИОН • 24.10 • 22.11 Эта неделя едва ли обойдется без трудностей. Однако тревожиться из-за них вы не станете, и правильно сделаете. Ситуация очень скоро изменится к лучшему. Не упустите возможность исправить какие-то старые ошибки, или успешно завершить то, с чем долго не удавалось справиться. Настойчивость в делах позволит не только достичь самых важных целей, но и совершенно оборзуют соперников и недоброжелателей, которых вы опасались. Благодаря своему трудолюбию вы проведете хорошее впечатление на тех, кто прежде не испытывал к вам симпатии.

СТРЕЛЕЦ • 23.11 • 21.12 Стоит проявить инициативу в деловых отношениях. Неделя подойдет для обсуждения рабочих вопросов, определения профессиональных связей. Люди, с которыми вы познакомитесь, вскоре окажут вам важные услуги или поддержат какие-то смелые начинания. Однако проявите к ним благоприятное впечатление, удасться не сразу. Вам пригодится умение находить подход к тем, кто обычно оценивает его силы и хорошо понимаете, чего и как можете достичь. Заметнее будет влияние позитивных тенденций в личных отношениях.

КОЗЕРОГ • 22.12 • 20.01 Стоит проявить настойчивость. Именно благодаря ей вы добьетесь успеха во многих делах, даже очень сложных. Если раньше что-то не получалось, то удивите окружающих своими успехами. У вас отлично получится даже то, что казалось многим почти невозможным. Вероятны необычные встречи, знакомства, которым вы будете рады. У одних Раков жизнь будет меняться к лучшему быстро, у других – медленнее. Но в любом случае вы будете чувствовать, что выбрали правильный путь, и уверенно двигаетесь к своим целям.

ВОДОЛЕЙ • 21.01 • 19.02 Будьте внимательны и не спешите с решениями. На этой неделе вам не раз и не два придется наблюдать за тем, как кто-то пытается справиться с решением трудных вопросов. И пригодится тут не только опыт, но и умение ориентироваться в ситуации, замечая те мелкие детали, которые ускользнули от других. Вы и сами не допустите ошибок, и окружающих удивит от оптимистичных поступков. Хотя неделя будет довольно насыщенной, едва ли вы почувствуете усталость. Наоборот, энергии будет даже больше, чем обычно.

РЫБЫ • 19.02 • 20.03 Неделя не раз удивит вас: многое будет складываться не так, как можно было ожидать. Если проблемы возникнут там, где вы рассчитывали на легкий успех, важно не теряться, а сразу сосредоточиться на их решении. Кстати, справиться с такими трудностями будет проще, чем покажется сначала. Приятные сюрпризы тоже весьма вероятны. Больше всего их будет в сфере личных отношений. Первая половина недели едва ли подойдет для того, чтобы браться за что-то новое. Позднее же в это время будет сосредоточиться на уже знакомых задачах и текущих делах.