

ПРИЛОЖЕНИЕ

к газете **ПРИОЗЕРСКИЙ ВЕСТНИК**

№ 48/329 от 29.11.2013 года

издается с 26.06.2004 года

Принят уточненный бюджет страны

Ранее закон об уточнении бюджета был одобрен парламентом

На заседании правительства РК одобрен проект постановления о реализации уточненного бюджета на 2013 год, передает **КазТАГ**. Проект постановления представил министр экономики и бюджетного планирования Ерболат Досаев.

«Проектом постановления о реализации принимаются к исполнению изменения, внесенные в бюджет 2013 года, направленные на обеспечение сбалансированности бюджета и реализацию поручений главы государства. Закон об уточнении бюджета был одобрен сенатом парламата 21 ноября и сейчас находится на подписании у Главы государства», – отметил министр экономики и бюджетного планирования Ерболат Досаев.

Члены правительства одобрили этот документ. Напомним, сенат парламата РК на пленарном заседании 21 ноября одобрил законопроект «О внесении изменений в закон Республики Казахстан «О республиканском бюджете на 2013-2015 годы».

Как указано в заключении профильного комитета палаты, основной целью уточнений является рациональное использование дополнительных поступлений, прогнозируемых по итогам года, и ожидаемого недооценки бюджетных средств путем направления их на реализацию крупных инвестиционных проектов, которые обеспечат экономику

дополнительными ресурсами.

При этом будет уменьшен дефицит республиканского бюджета с 870,6 млрд. до 790,6 млрд. тенге, или на 80 млрд. тенге (0,2% к ВВП).

Как сообщалось, правительством РК скорректированы параметры республиканского бюджета (РБ) на 2013 год в рамках республиканского бюджета на 2013-2015 годы.



«С учетом уточненного в сторону увеличения прогноза по ВВП и импорту доходы республиканского бюджета без учета трансфертов в 2013 году оцениваются в объеме 3608,3 млрд. тенге, что на 20 млрд. тенге выше утвержденного плана. Уточнение прогноза по доходам произведено на основе поступления доходов за 9 месяцев 2013 года и уточненного макропрогноза на 2013 год. Размер гарантированного трансферта из Национального фонда сохраняется на

утвержденном уровне», – пояснил ранее Ерболат Досаев.

Поступления в бюджет увеличатся на 14,4 млрд. тенге до 5,242 трлн. тенге, расходы будут снижены на 65,6 млрд. тенге до 6,033 трлн. тенге, в том числе за счет экономии в сфере госзакупок и ожидаемого недооценки бюджетных средств.

При этом поступления от продажи финансовых активов государства уменьшены на 5,6 млрд. тенге.

В связи с увеличением прогноза цены на нефть поступления от нефтяного сектора в Национальный фонд увеличатся на 407,3 млрд. тенге и всего составят 3,4 трлн. тенге.

С учетом уточненного прогноза по поступлениям и уменьшения дефицита расходы РБ предлагается оптимизировать до 6033,4 млрд. тенге.

В целом уменьшение расходов составит 165,8 млрд. тенге, в том числе за счет экономии по расходам, связанным с исполнением обязательств государства, 29 млрд. тенге экономии в результате государственных закупок 19 млрд. тенге, и ожидаемого недооценки 117,8 млрд. тенге.

По материалам интернет-ресурсов РК

ИЗМЕНЕНИЯ В ЗАКОНЕ О ТРУДОВОЙ МИГРАЦИИ

Глава Казахстана Нурсултан Назарбаев подписал закон «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики



Казахстан по вопросам трудовой миграции», направленный на совершенствование государственной политики в сфере трудовой миграции, сообщает пресс-служба Президента.

Закон предусматривает запрещение заключения трудового договора по выполнению работ или оказанию услуг одним работодателем — физическим лицом в домашнем хозяйстве одновременно более чем с пятью мигрантами. В законе также предусматривается снижение срока проживания оралманов на территории республики с пяти до четырех лет для получения гражданства.

Кроме того, закон предполагает усиление контроля за трудовыми мигрантами путем ведения дактофотоучетов.

По информации министерства экономики и бюджетного планирования, основной целью закона является легализация трудовых мигрантов, совершенствование государственного регулирования миграционных процессов в части определения порядка выдачи разрешений трудовому мигранту на осуществление трудовой деятельности у физических лиц.

Госзакупки без криминала

На состоявшемся 27 ноября пленарном заседании Мажилиса под председательством спикера палаты Нурлана Нигматулина депутаты согласились с поправками Сената, внесенными в республиканский бюджет на 2014-2016 годы.



Таким образом, закон считается принятым Парламентом.

Еще один важнейший и резонансный, по мнению Н. Нигматулина, законопроект депутаты одобрили в первом чтении. Речь идет о поправках, касающихся государственных закупок. Согласно нововведениям, теперь Правительством, акимами областей, Астаны и Алматы создается единый организатор госзакупок.

Как проинформировал министр финансов Бахыт Султанов, делается это для проведения госзакупок способом конкурса и аукциона по бюджетным программам и (или) товарам, работам, услугам, которые определены решением Правительства и местных исполнительных органов. При этом преимущества устанавливаются для общественных объединений инвалидов, госпредприятий исправительных учреждений, а также субъектов малого бизнеса.

В целом предусматривается исключение скрытой монополии юридических лиц с государственным участием при закупках у них товаров, работ и услуг без применения норм Закона «О государственных закупках».

В ходе обсуждения документа Н. Нигматулин отметил, что государственные закупки всегда вызывают очень много вопросов. И поэтому законопроект должен быть проработан так, чтобы ни у кого не было возможности «погреть руки на этом деле». Говоря об одной из предлагаемых норм, в частности, об обязательном приобретении товаров казахстанских производителей, председатель Мажилиса подчеркнул, что это послужит поддержке отечественных производителей. Однако при этом в качестве примера привел такую ситуацию:

– Все государственные органы сегодня, в том числе и ХОЗУ Парламента, обновляют автомобили. Покупаем мы их у отечественных товаропроизводителей в Усть-Каменогорске. Но ни с того ни с сего, в аккurate на 4 миллиона увеличивается цена. И авто автоматически становится неконкурентоспособным, так как автомобиль такого же класса – Toyota Camry российского производства – на 20 тысяч долларов дешевле. И как поступать государственному органу? С одной стороны, будет та норма закона, которую вы хотите сейчас заложить, с другой – госорганы вынуждены будут подходить к государственному деньгам нерационально. Где здесь логика? И таких примеров немало, поэтому каждая строка закона должна быть тщательно отработана. При этом главными критериями должны стать рациональность, эффективность исполь-

зования бюджетных средств, – резюмировал Н. Нигматулин.

При этом спикер акцентировал внимание на том, что ко второму чтению работа над качеством законопроекта должна быть усилена.

– Он должен быть качественным и прозрачным, – подчеркнул он.

Депутат Мейрам Бегентаев отмечает, что в сфере госзакупок сохраняется высокий уровень коррупционности. Она зачастую кроется в бюрократических процедурах, в конкурсных условиях, в квалификационных требованиях, которые можно адаптировать под «своих» поставщиков.

– Именно с помощью таких уловок отсеиваются негодные поставщики. Как предполагается снизить коррупционность в сфере госзакупок, можно ли говорить, что с принятием законопроекта мы добьемся серьезных подвижек в борьбе с коррупцией? – спрашивает депутат.

Министр Б. Султанов признал: действительно, возможности для использования коррупционных схем имеются. Зарегулированность процедур позволяет находить лазейки, которые повышают коррупционность процесса. Но в законопроекте предусмотрен ряд новшеств, в том числе такие, как введение единого организатора госзакупок. Кроме того, изменить ситуацию в лучшую сторону может система электронных способов закупок, которая регулярно совершенствуется.

– Эти процессы будут позволять снижать коррупционность, – считает министр.

В целом, как отметил глава Минфина, документ направлен на совершенствование законодательства во исполнение

поручений Главы государства.

Также вчера Мажилис во втором чтении поддержал депутатский проект закона по вопросам агропрома. Инициатива парламентариев законодательно закрепляет новые виды господдержки субъектов данной сферы и предусматривает, в частности, дальнейшее совершенствование законодательства в области ветеринарии, сельских территорий.

В этот же день депутаты дали «добро» законопроекту «О ратификации Протокола к Соглашению между правительствами государств – членом Шанхайской организации сотрудничества о взаимодействии при оказании помощи в ликвидации чрезвычайных ситуаций от 26 октября 2005 года». Утверждение типовых форм документов поможет слаженным действиям сторон в случаях бедствия.

Основной целью одобренных во втором чтении поправок по вопросам архитектурной, градостроительной и строительной деятельности является создание единой системы государственного градостроительного кадастра. Она направлена на обеспечение оперативности, полноты и достоверности информации о состоянии населенных пунктов, инженерных сооружений и сетей, транспортной и социальной инфраструктуры, а также на улучшение взаимодействия государственных органов.

автор: Л.Тусупбекова, газета «Казахстанская правда»



Жауапсыздық жемқорлыққа жол ашады

Сыбайлас жемқорлық қылмыстар әлеуметтік құқықтық іс болып қылмыстық заңнамамен қорғалатын қоғамдық қауіпті әрекет жасау болып табылады. Мұндай қылмыстар қауіпті, себебі қоғамға және қоғамның мүшелеріне саяси материалды және басқа зиянды келтіреді.

«Сыбайлас жемқорлыққа қарсы күресу туралы» Заңы 4 тараудан тұрады: жалпы ережелері, сыбайлас жемқорлықтың алдын алу, сыбайлас жемқорлықпен құқық бұзушылықпен және ол үшін жауаптылық, сыбайлас жемқорлықпен құқық бұзушылықтардың зардаптарын жою туралы.

«Сыбайлас жемқорлыққа қарсы күресу туралы» заңның мақсаты азаматтардың құқықтары мен бостандықтарын қорғауға, сыбайлас жемқорлық көрністерінен туындайтын қауіп-қатерден Қазақстан Республикасының ұлттық қауіпсіздігін қамтамасыз етуге, сыбайлас жемқорлыққа байланысты құқық бұзушылықтың алдын алу, анықтау, олардың жолын кесу және ашу, олардың зардаптарын жою және кінәлілерді жауапқа тарту арқылы мемлекеттік органдардың, мемлекеттік міндеттерді атқаратын лауазымды және басқа адамдардың тиімді қызметін қамтамасыз етуге бағытталған, сондай-ақ сыбайлас жемқорлыққа байланысты құқық бұзушылықтың түрлерін, жауаптылықтың пайда болу жағдайларын белгілейді.

Сыбайлас жемқорлыққа байланысты құқық бұзушылық субъектілеріне мемлекеттік міндеттер атқаруға уәкілетті адамдар мен оларға теңестірілген адамдар жауапты болады. Сыбайлас жемқорлықпен құқық бұзушылық фактісі туралы хабарланған немесе өзге де түрде жәрдемдесетін адам мемлекеттің қорғауында болады. Сыбайлас жемқорлыққа қарсы күрес жүргізуші органға басқа мемлекеттік қызметші, құқық қорғау органының ұсынуы бойынша тәртіптік ретпен қызметтен бастауға немесе тиісті міндеттерді атқарудан өзгедей түрде босатуға дейін жазаланады.

Сыбайлас жемқорлық тек парамен ғана шектелмейді. Бұл жолдағы күресті алдымен сыбайластың өзінен бастау керек. Сыбайластың тамырына балта шабылса, жемқорлықтың да жолы кесілері анық. Сыбайлас жемқорлықтың өршуіне алдымен жерлестік, тамыр таныстық байланыстар оң ықпал етеді. Сол байланыстар арқылы өздеріне, сана-сезімдері мен білік-білімдеріне лайықсыз болса да, лауазымды орынға әлдекімдердің демеуімен келген біліксіздер, бұл жемқорлықтың нағыз бастау алар тұсы.

Қорытындылай келе, сыбайлас жемқорлық бірталай экономикалық заңдардың іс-әрекетін төмендетеді және әлемдік қауымдастықтың алдында елдің беделін түсіреді, оған тиімді шетел инвестиция жолында басты кедергі болып табылады. Адал және әлеуметтік бағытталған бизнес нарықтан ысырылады, себебі сыбайлас-жемқорлық мұндай бизнесті тиімсіз етеді.

Сыбайлас-жемқорлық әсіресе мемлекеттік билік органдарында қауіпті, Мұндай жағдайда ол биліктің монополиясын, мемлекеттік қызметшілердің шешім қабылдау өкілеттігін күшейтеді және жояды.

Сыбайлас жемқорлық мемлекеттік жүйенің барлығын бұзады, мемлекеттік билік беделінің және мемлекеттік қызмет абыройының құлдырауына ықпал етеді. Сыбайлас-жемқорлық экономиканың дамуына кедергі жасайды және ұйымдастырылған қылмыстың, әсіресе экономика саласында, өсірмеуге ықпал жасайды.

Барлық мемлекеттік органдар мен лауазымды адамдар өз құзыретінің шегінде лауазымдық нұсқауларына жауаптылықпен қараса, сыбайлас жемқорлыққа қарсы күрес жүргізуге болады. Жалпы, ертеңі үшін елендейтін әрбір саналы азамат жемқорлықты ауыздықтау ісінде өзінің жеке үлесін қосқаны абзал.

М.Исабеков,

Приозерск қаласы

Әділет басқармасының басшысы

Готовим автомобиль к зиме

Выбор зимней резины для автомобилей достаточно обширен, но, каждый раз возникают одни и те же вопросы: какие зимние шины позволят двигаться автомобилю максимально уверенно? Шипованные или нет? Пошире или поуже? Будем разбираться.

Некоторые автомобилисты считают, что можно не переходить на зимнюю обувь для автомобиля и обойтись внесезонными шинами. Мол, на то они и внесезонные – подойдут как для зимы, так и для лета. Это в



корне неверно. Зимой машина должна быть «обута» в зимние шины, другой вопрос – в какие именно?

При их выборе нужно отталкиваться, прежде всего, от погодных условий, которые преобладают в данном регионе. Шины, которые идеально подходят для северных морозов, могут не совсем адекватно вести себя на дорогах южного региона, где термометр всю зиму стабильно показывает нулевую температуру, а на дорогах находится

не слой накатанного снега, а, скорее, снежные лужи.

По поводу шипов на протекторах также идут давние споры – нужны ли они на зимней резине? Ведь езда «на шипах», по логике, должна быть более безопасной. Но не всё столь однозначно. Уровень коэффициента сцепления колёс с дорогой зависит не только от наличия или отсутствия шипов, но ещё и от химического состава резины, а также от направления рисунка протектора. Сотрудники фирменных магазинов, в которых осуществляется оптовая продажа шин и дисков, об этом прекрасно знают и всегда обращают внимание своих покупателей на эти аспекты.

Выбор идеальных шин

Шипованные зимние шины очень пригодятся в условиях гололёда или для езды по плотно накатанному снегу. Шипы, нанесённые на протектор, обеспечат хорошее сцепление с дорогой, а, значит, сократят тормозной путь, снизят возможность заносов и пробуксовки.

При движении по глубокому снегу значение имеет не столько наличие шипов, сколько направление рисунка на протекторе. А, если на дороге лежит мокрый снег и такая слякоть наиболее характерна для вашего региона, то толку от шипов совсем не будет.

Во-первых, они уменьшают контакт колеса с дорожным полотном, что неизбежно скажется на качестве управляемости автомобиля, во-вторых, при разгоне либо торможении на мокром асфальте они

ҚАЛА ТҰРҒЫНДАРЫНЫҢ НАЗАРЫНА

«КТҰҚҚБ» КМК бойынша тарифтердің көтерілуі туралы»

ҚР Табиғи монополияларды реттеу Агенттігінің Қарағанды облысы бойынша Департаментінің «Тарату желілерімен су беру, сарқынды суларды бұру, жылу қуатын өндіру, тарату және қамтамасыз ету қызметтерінің тарифтік сметаларын және тарифтерін бекіту туралы» 25.11.2013 жылғы № 540 – ОД Бұйрығы негізінде «Коммуналдық тұрғын-үйлерді қайта қалпына келтіру басқармасы» КМК үшін 2014 жылдың 1 қаңтарынан бастап төмендегі қызмет түрлеріне тарифтер бекітілген:

тарату желілерімен су беру қызметтері үшін 1 м³ бағасы ҚҚС қоспағанда 41,12 теңге мөлшерінде;

сарқынды суларды бұру қызметтері үшін 1 м³ бағасы ҚҚС қоспағанда 35,38 теңге мөлшерінде;

жылу қуатын өндіру, тарату және қамтамасыз ету қызметтері үшін 1 Гкал бағасы ҚҚС қоспағанда 3332,73 теңге мөлшерінде.

Жылу қуатын өндіру, тарату және онымен қамтамасыз ету қызметтерін есептеу құралдары жоқ тұтынушылар үшін айына жылытылатын 1 м² ауданға жылу қуатының мөлшері 0,0221 Гкал/м², бағасы ҚҚС қосқанда 82,49 теңге мөлшерінде.

«КТҰҚҚБ» КМК әкімшілігі
2013 жылдың 29 қарашасы

К СВЕДЕНИЮ НАСЕЛЕНИЯ

КГП «УЖКР» информирует об изменении тарифов

На основании Приказа Департамента Агентства по регулированию естественных монополий за № 540 – ОД от 25.11.2013 года «Об утверждении тарифов и тарифных смет на услуги подачи воды по распределительным сетям, отвода сточных вод и по производству, передаче, распределению и снабжению тепловой энергией» с 1 января 2014 года для КГП «Управление жилищно-коммунального реформирования» утверждены тарифы на следующие виды услуг:

-на услуги подачи воды по распределительным сетям в размере 41,12 тенге за м³ без НДС.

-на услуги подачи воды по отводу сточных вод в размере 35,38 тенге за м³ без НДС.

-на услуги подачи воды по производству, передаче, распределению и снабжению тепловой энергией в размере 3332,73 тенге за Гкал без НДС.

Для потребителей, не имеющих приборов учета на услуги по производству, передаче, распределению и снабжению тепловой энергией при норме потребления 0,0221 Гкал/м² в размере 82,49 тенге за м² отапливаемой площади в месяц с учетом НДС.

Руководство КГП «УЖКР»
29 ноября 2013 года



окажутся не эффективными. Для таких погодных условий идеально подойдут шины с направленным рисунком протектора и без шипов.

Новые зимние шины на первых двух-трёх сотнях километров следует «обкатать» – как бы приучить к дороге. Ездить рекомендуется осторожно, не делая резкого старта или остановки. В повороты нужно входить плавно, обязательно снижая скорость. От этого зависит, сколько прослужат вам зимние шины и как надолго сохранят свои первоначальные свойства.

по материалам интернет-изданий



НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

Поддержите иммунитет во время!

БАД "Элемвитал с органическим цинком"

Цинк - исключительно важный микроэлемент, о котором мы всегда должны помнить! Цинк просто необходим для роста и развития опорно-двигательной системы человеческого организма, восстановления циркуляции крови, регенерации кожных покровов при эндокринных заболеваниях.

В сутки человеческому организму необходимо около 15 мг цинка. Восполнить необходимое количество цинка продуктами питания очень трудно. К тому же алкоголь и кофеин выводят цинк из организма, а насыщенный кальцием рацион, снижает его усвоение.

В период простудных заболеваний, эпидемий гриппа и при сниженном иммунитете, организму необходимо дополнительное поступление цинка, которое может обеспечить новый продукт серии «Элемвитал».

Наиболее удобная для усвоения организмом форма микроэлементов цинка и меди – органические соединения в виде солей лимонной и молочной кислот. Так как цитраты и лактаты являются лучшими проводниками в клетки.

Таким образом, попадая в организм, цинк выполняет несколько ключевых функций:

- препятствует образованию свободных радикалов;
- укрепляет иммунитет;
- стимулирует процесс омоложения клеток;
- стимулирует синтез 3 основных гормонов-анаболиков (гормона роста, инсулиноподобного фактора роста и тестостерона);
- нормализует состояние предстательной железы и стимулирует активность сперматозоидов;
- отвечает за процессы обоняния, вкусовые ощущения;
- снижает уровень холестерина в крови;
- участвует в заживлении ран, поскольку играет

важную роль в синтезе белков организма.

Комплекс «Элемвитал с органическим цинком» содержит:

-экстракт эхинацеи защищает от гриппа, простуды и рецидивирующих (повторяющихся) инфекционно-воспалительных заболеваний дыхательных и мочевыводящих путей;



-экстракт ацеролы обладает выраженным антиоксидантным действием, укрепляет мужскую репродуктивную систему;

-экстракт корня лопуха способствует очищению крови (связывает свободный аммиак и другие токсины в крови и выводит с мочой), проявляет жаропонижающее, потогонное, противовоспалительное свойства, а также мочегонное, желчегонное, бактерицидное действие;

-экстракт шиповника оказывает общеукрепляющее действие, оказывает иммуностимулирующее действие, усиливает регенерацию тканей, уменьшает проницаемость сосудов, принимает участие в углеводном и минеральном обмене, обладает противовоспалительными свойствами;

- цитрат меди поддерживает уровень артериального давления, участвует в обмене холестерина и глюкозы, а главное увеличивает биодоступность цинка в организме.

Взрослым рекомендуется принимать по 1 капсуле в день во время еды.

«ВитаМама» Сироп для укрепления иммунитета

Антипростудный сироп «ВитаМама» – это живая сила плодов, ягод и лекарственных растений, необходимых для здоровья каждого взрослого и ребенка.

Сироп создан на основе натуральных экс-



трактов и ягодного сока, не содержит искусственных консервантов и красителей. Рекомендуется в качестве общеукрепляющего средства и источника натуральных витаминов для повышения защитных сил детского организма, улучшения состояния органов дыхания и профилактики простудных инфекций.

Активный состав продукта:

- натуральные экстракты травы эхинацеи, плодов шиповника, листьев малины, травы чабреца, листьев мать-и-мачехи;
- вишневый концентрат;
- фруктоза.

Рекомендуется принимать по 1 чайной ложке натошак 1-2 раза в день; можно разводить в теплой воде или чае.

Продукт выпускается в баночной упаковке в форме медведя, емкостью 150 мг.

Очищение межклеточной среды организма

Известно, что в организме человека каждая клетка окружена межклеточной жидкостью. Эта жидкость постоянно обновляется, в то время как отработанная межклеточная жидкость с растворенными в ней шлаками удаляется через сеть специальных протоков. Это могут быть лимфатические, желчные, мочевыводящие, бронхиальные и другие каналы.

Межклеточная жидкость выполняет несколько важных задач, но самое главное – помогает выводить из организма всевозможные вредные вещества. Что происходит в случае, когда межклеточное пространство настолько «загрязнено», что уже не в состоянии справиться со своей основной функцией вывода токсинов из организма? В таком случае начинает активироваться процесс старения, а это значит, что организму срочно требуется помощь в стимулировании очищения межклеточной среды.

Внутриклеточное очищение

За годы нашей жизни в клетки организма поступает немало вредных веществ. Их источники – сильнодействующие лекарственные препараты, курение, переизбыток и многое другое, негативно отражаются на внутренней среде клеток. Важной задачей на втором этапе очищения организма является обезвреживание опасных клеточных ядов, которые отрицательно влияют на общее состояние организма. Для этого в клетке существуют два вида ферментов первые обезвреживают токсические вещества и изменяют их

(окончание на стр. 4)

Продукты Корпорации «Сибирское здоровье» можно приобрести по адресу: г. Приозёрск, ул. Космонавтов, д.5 - 107. (мини-склад), телефон для справок: 5-50-81, с 10.00 до 19.00 часов.

Чистота организма – залог долголетия

В современном мире технического прогресса, наряду с достижениями науки, наблюдается все большее ухудшение экологической ситуации. В результате нам приходится сталкиваться с негативными факторами, которые отражаются на нашем состоянии. Борьбу с этими явлениями необходимо начинать изнутри. Речь здесь идет, в первую очередь, о поддержании чистоты внутренней среды организма, которая активизирует эффективную работу встроенных систем очищения.

В последние 20 лет очищение организма стало модной темой. Кто-то с удовольствием разделяет это всеобщее увлечение. Кому-то эта идея кажется несерьезной и надуманной. Так где же истина?

Если рассмотреть этот вопрос с научной точки зрения, то ответ будет однозначным – регулярное очищение организма необходимо. Ведь важнейшим условием нормальной работы клеток является гомеостаз, то есть постоянство внутренней среды организма. Клеткам нужна строго определенная температура, влажность, кислотно-щелочное равновесие, концентрация натрия и других ионов и т.д. И с помощью многочисленных «встроенных» систем очищения наш организм как раз и обеспечивает химическое постоянство своей внутренней среды, удаляя все, что может его нарушить. Чистотой внутренней среды организма занимается особая наука – эндоэкология.

Эндоэкологическая коррекция организма включает в себя:

- очищение межклеточной среды организма
- внутриклеточное очищение
- антиоксидантную защиту клеток

Мы должны регулярно помогать своему организму поддерживать чистоту внутренней среды в условиях постоянно растущей химической нагрузки, но делать это только с помощью научно обоснованных средств и



методов очищения. Специалисты по эндоэкологии советуют остановить внимание на очищении межклеточной и внутриклеточной среды, уделить время антиоксидантной защите клеток и учесть характер биологических ритмов организма человека. Тогда можно очистить организм без «революционных потрясений».

**Чистота организма – залог долголетия***(окончание. начало на стр.3)*

химическое строение. Вторые – переводят эти токсины в растворимую форму, после чего в действие вступает межклеточная жидкость.

Помочь своему организму обезвредить вредные токсины внутри клетки – значит сохранить жизнь клетки и создать все условия для эффективного очищения организма от вредных веществ.

Антиоксидантная защита клеток

Это последний и очень важный этап очищения. В организме постоянно происходят процессы с участием кислорода, в результате которых образуются свободные радикалы – агрессивные самостоятельные химические соединения. Они необходимы организму, так как участвуют во многих физиологических процессах. Однако, под влиянием скудного рациона питания, стресса, пестицидов, загрязнения окружающей среды, работы электронных приборов и даже в ходе протекания естественных биологических процессов в

организме часто число свободных радикалов возрастает сверх меры. Тогда они разрушают все, что попадает им «под руку»: молекулы, клетки, ДНК. Большое количество свободных радикалов вызывает так называемый окислительный стресс (или окислительный стресс), в результате которого организм человека начинает стареть, запускается процесс клеточного повреждения органов и систем. Остановить или замедлить этот процесс могут антиоксиданты – вещества, которые защищают клетки нашего организма от внешних и внутренних токсических воздействий. Большое число клинических и экспериментальных исследований последних лет посвящено антиоксидантам и их влиянию на организм человека. Природа предусмотрела систему антиоксидантной защиты нашего организма, которая делится на первичную (антиоксиданты-ферменты) и вторичную (антиоксиданты-витамины). Антиоксидантная защита действует у нас с рождения, на протяжении всей жизни, но с годами постепенно слабеет. Поэтому необходимо

поддерживать эту защитную систему извне. В борьбе со свободными радикалами принимают участие не только антиоксидантные вещества, вырабатываемые организмом, но и антиоксиданты, поступающие с пищей. К антиоксидантам относятся также минеральные вещества (соединения селена, магния, меди), некоторые аминокислоты и растительные полифенолы (флавоноиды).

Комплексное очищение организма на клеточном уровне необходимо. Сегодня в условиях тотального загрязнения окружающей среды чужеродными химическими веществами главная роль в очищении организма принадлежит сложной системе внутриклеточного очищения, которая осуществляет не просто пассивное «вымывание» шлаков, но с помощью специализированных обезвреживающих ферментов занимается активной нейтрализацией особо опасных токсинов.

по материалам Корпорации
"Сибирское здоровье"

ОБЪЯВЛЕНИЯ

ХАБАРЛАНДЫРУ**АВТОМОБИЛИ****Продается**

Бортовой УАЗ 1986 г. Цвет хаки в хорошем состоянии. Двигатель после капитального ремонта.
Обращаться по телефону: 5-44-86, 8 771 528 34 54, 5-41-95, 8778 853 88 75, 8 777 976 15 63

Ауди -80, 1998 г.в., механика, цвет черный, в хор. состоянии, проведен средний ремонт, новая АКБ, магнитола.
Торг уместен.

Телефоны: 5-32-57, 701-498-0964, 701-271-1424

Ваз-2163 в хорошем состоянии за 1500 у.е. возможен торг.
Телефон: 8778 321 61 71, 5-32-77

МАЗДА-626 или меняю на 1 комнатную квартиру.
Обращаться по телефону: **87053369160**

«Мерседес» 1999г., в отл. состоянии (все опции) на 3-х комнатную приватизированную квартиру.
Телефон: 87017630486.

Газель 2002 года (пассажирская 13 мест).
Есть варианты.

Меняю на однокомнатную или двухкомнатную квартиру.
Обращаться по тел. 8-702-822-00-52

Продается

Спальный гарнитур-40000 тг.
Диван с креслом 12000 тг.
Телевизор цветной LG-17000 тг.
Обращается по телефону: 5-48-02, 8 7788538280

Детские костюмы (осень) на 2 года – 2000тг. и 1600тг.
Костюм зимний, б/у, на лет 4-7 – 4500тг.
Костюм зимний новый (на овчине), примерно лет на 5-7 – 6500тг.
Дубленка на девочку (почти новая), лет на 8-10 – 3000тг.
Телефон: 5-36-68

Холодильник 2-х камерный SAMSUNG RL-28FBSW/SI-50000 тг.
Стиральная машина (автомат 5 кг.) INDEZIT W162-20000 тг.
Телевизор цветной (диагональ 54 см.)

SAMSUNG – 10000 тг.
Стол 1-тумбовый-10000 тг.
Микроволновая печь PANASONIG, новая – 17000 тг.
Стол кухонный-3000 тг.
Компьютерный стол-10000 тг.
Обувная полка – 3000 тг.
Телефоны:
8-778-853-62-86, 8-777-024-55-39.

Стиральная машина BEKO WMD-5500 на 5 к, б/у,
в отличном состоянии за 32000 тг.
Торг уместен.
Телефон: 87056616545

Детская кровать за 8000 тенге.
Телефон: 8778 321 61 71, 5-32-77

Телевизор «SUPRA», диагн.70 см., тумба стеклянная под телевизор, кондиционер зима-лета «Веко» в отличном состоянии.

Обращаться по телефону: 5-31-75, 87053218425

Компьютер
Телефон: 87712730461

Телевизор SAMSUNG Cs29k3, диагональ 72 см. в отличном состоянии
Телефон: 87772337504

Мягкий уголок б/у (диван, два кресла) в хорошем состоянии-20000 тг.;
Тумба под телевизор-3000 тг.;
Детская кроватка с колыбелью, розового цвета, в отличном состоянии-13000 тенге;
Женская верхняя одежда, размеры 44-46, хорошего качества, доступные цены, б/у.
Контактный телефон: 8-7051020022

От гарнитура «Мерей»:
Шифоньер 3-дверный, 15.000 тг.
Кровать - 2 шт., по 5.000 тг.
Тумбочки 3 шт., по 1.000 тг.
Дверь деревянная с коробкой, 2.000 тг.
Кухонный шкаф, 5.000 тг.
Тел: 87777053142, 5-37-65.

Кровать 2-спальная - 20000 тг.
Шкаф купе в прихожую - 17000 тг.
Бойлер 80 л. - 20000 тг.
Телевизор Daewoo на запчасти – 5000 тг.
Гараж для скутера 500 у.е
Телефон:5-42-84, 87013021326

Компьютерный стол, микроволновая печь,
Ковер 2*1,5м., Стулья 5 шт.
Телефон: 87783630214

Коляска детская универсальная (цвет: зеленый, колеса -резина) -9500 тг.
Стол детский для кормления, новый (цвет: розовый) -8000 тг.
Форма футбольная б/у (Челси – Lampard 8), на мальчика 8- 10 лет-1000тг.
Банки стекл. 2 л – 10 тг.
Клюшка хоккейная, новая (на левую руку, Россия) -3000 тг.
Музыкальный центр « AIWA», Япония (дисковод на 3 диска, с-ма Караоке, LSD ж/к дисплей, пульт) -10 000 тг.
Обращаться по телефону: 5-37-89

**Здесь могло быть
Ваше объявление!**
**По вопросам подачи объявлений
в газету «Приозерский Вестник»
обращаться по телефону:
+7-777-815-70-16
или по адресу:
ул. Балхашская, д.5, каб. 309**

Стол, 2 стула, тарелка с тюнером, шифоньер, две кровати, монитор, зеркало, карниз, шторы, светильник, трюмо, кондиционер, стремянка, лестница.
Телевизор PANASONIC 72 см, FUNAI 35 см. Шкаф в прихожку, багажник на авто. Справки по телефонам: 5-38-78, 8 7770745575

Стенка (из 5-секций) в хор. сост.- 95000 тг.
Мягкая мебель (диван-раскладушка и 2 кресла) в хор. сост., цена -35000 тг.
Стол компьютерный угловой, цена 8000 тг.
Стол-книжка 7000 тг.
Справки по телефону: 5-35-11, 8-777-391-14-78

Холодильник «Бирюса» однокамерный, б/у в хорошем состоянии, цена 10.000 тг.
Обращаться по телефону 5-44-38

Детская коляска (Зима -лето) (б/у)
Домашние напольные качели (б/у)
Трехколесный велосипед (новый)
Спутниковая антенна (новая)
Цены договорные.
Телефон: 8-777-582-53-30

Охотничье ружье ТОЗ- 25, 16 калибр горизонталка, зарегистрированное. газовый баллон 50 л.
Обращаться по телефону 8-777-419-39-21

**Шуба норковая -100000 тг.
Телефон: 87755225889**

Видеокамера SONY -30000 тг
Телефон: 87025899919,
87059164264, 5-34-54

Продается срочно!

Передвижная 4-х колесная тележка с цистерной на 5 тонн, для перевозки воды.
Обращаться по телефонам:
5-42-81, 5-32-19,
87054461036, 87758789572

НЕДВИЖИМОСТЬ**Продается**

2-х комнатная приватизир. квартира по улице Балхашская-2/2.
Телефон: 87712730461

3-х комнатная приватиз. квартира 2-этаж. Ремонт.Мебель тел.5-28-78, 87751465956

2-х комн.приват. квартира. Рядом: школа, детский сад, центральный рынок. Имеется: лоджа 5 м., аристон, дом.телефон. Солнечная сторона. Обращаться по адресу: БСА-28 Тел:5-51-66, 8775-514-52-87

СРОЧНО!!!

3-х комн квартира приватизированная, по улице Б.Момышулы 3 кв 72
Обращаться по телефону: 8-776-104-83-86
Цена договорная.

Сдается

2-х комнатная квартира на длительной срок по адресу: улица Гвардейская дом-12, кв.-33.
Телефоны: сот. 8 701 497 59 66, 8 777 491 77 76

1- комнатная квартира: аристон, машинка-автомат, холодильник, кабельное TV
Телефон: 87056229004

Квартира по ул.Дружба народов, 4/1
Телефон: 87715270684

Срочно сниму!!!

квартиру или дом (желательно с мебелью).
Телефон: 8701-417-01-82, 8700-992-04-88 87715844736

Собственник: ИП Нартаева У.Т.
Газета «Приозерский вестник» зарегистрирована в Министерстве связи и информации Республики Казахстан
Свидетельство о постановке на учет СМИ № 13263-Г от 26.12.2012г.
Адрес редакции: 101100 г. Приозерск, ЦР (временно).
Справки по тел. +7-705-981-86-79 (Гл. редактор), +7-702-604-02-60 (тех. редактор)
E-mail: prz_westnik@mail.ru **Веб-сайт:** www.prio-vestnik.kz
Газета отпечатана в ТОО «Арко» г. Караганда, ул. Сатпаева 15. Заказ -**Приложение к газете № 48/329.**
Тираж: 1000 экз., объем- 1 п.л., формат - А2, 4 стр.

Главный редактор: Кенжебеков Б.А.
Технический редактор: Струментов А.В.
Для подачи частных объявлений и рекламы
обращаться по тел: +7-777-815-70-16
Корреспонденция принимается на электронный
адрес: prz_westnik@mail.ru

Газета распространяется в местах продажи газет и журналов (киоски печати, магазины, рынки), в редакции и частными распространителями в г.Приозерске и г.Караганде, а также по подписке во всех городах и районах области.
Подписной индекс - 65041
Письма, рукописи, фотографии и рисунки не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за точность приведенных фактов, статистических данных, собственных имен, географических названий и других данных несут авторы публикаций. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений. Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. Перепечатка материалов без согласия редакции запрещена.