

Хабарландыру

"Асфекс" ЖШС 05.03.2026 жылы ШҚО, Зайсан ауданы, Қарабұлақ а.о., Қарабұлақ а., Абай Құнанбайұлы к-сі №12А (әкімдік ғимараты) мекен жайында "ШҚО, Зайсан ауданы (Зайсан қаласынан солтүстік-батысқа қарай 27 км) мекенжайы бойынша мұнай және мұнай өнімдерін өңдеуге арналған жабдықтар мен АТК ғимаратын орната отырып, өндірістік база салу" нысаны бойынша

- сағат 10:00-де, ҚР ЭК 73-бабының талаптарына сәйкес, ықтимал әсерлер туралы есеп бойынша;

- сағат 11:00-де, ҚР ЭК 96-бабының талаптарына сәйкес, әсер етуге экологиялық рұқсат алу үшін құжаттар жиынтығы бойынша ашық жиналыс нысанында қоғамдық тыңдаулар өтетінін хабарлайды.

Қажет болған жағдайда Сәтпей а. тұрғындарын тыңдау өтетін жерге жеткізу ұйымдастырылады. Жеткізу мәселелері бойынша қоғамдық тыңдаулар өткізілетін күнге дейін 3 жұмыс күнінен кешіктірмей +7 771 831 1777 тел. арқылы хабарласуға болады.

Ескертулер/ұсыныстар ҰБД сайтында қоғамдық тыңдаулар өткізілетін күнге дейін 3 жұмыс күнінен кешіктірмейтін мерзімде, сондай-ақ Өскемен қ., Б. Керімбаев к., 19 "ШҚО Табиғи ресурстар және табиғат пайдалануды реттеу басқармасы" ММ, тел. 8(7232) 25-70-82, g.zhunisbekova@akimvko.gov.kz.

ТЖ және (немесе) шектеу іс-шаралары енгізілген жағдайда қоғамдық тыңдаулар онлайн-режимде өткізіледі.

Қосылуға арналған деректер:
<https://us06web.zoom.us/j/84162801124?pwd=QBWugxgvv3W6mEPOG5S4Ov2lavA>

Тb.1
Конференция идентификаторы: 841 6280 1124.

Кіру коды: L5PS8U.

Қосымша ақпаратты жоспарланған қызметтің бастамашысы – "Асфекс" ЖШС-дан алуға болады. БСН: 250840026439, ҚР, ШҚО, Өскемен қ., Гагарин бульвары, № 21/1 үй, 33, тел: +7 771 831 1777.

Жобалаушы – "Облградпроект" ЖШС. БСН: 111140010668. Заңды мекен-жайы: ҚР, ШҚО, Өскемен қ., Әуезов даңғылы, 14/1 үй. Тел.: +7 777 651 3184. Ал.мекен-жайы: t_rusanova1@mail.ru.

Объявление

ТОО «Асфекс» сообщает, что 05.03.2026 года по адресу ВКО, Зайсанский район, Карабулакский с.о., с.Карабулак, ул. Абая Құнанбайұлы №12А (здание акимата), состоятся общественные слушания в форме открытого собрания по объекту «Строительство производственной базы с установкой оборудования для переработки нефти и нефтепродуктов и здания АБК по адресу ВКО, Зайсанский район (в 27 км северо-западнее г.Зайсан)»:

- в 10:00 ч., в соответствии с требованиями статьи 73 ЭК РК, по отчету о возможных воздействиях;

- в 11:00 ч., в соответствии с требованиями статьи 96 ЭК РК, по комплекту документов для получения экологического разрешения на воздействие.

В случае необходимости будет организована доставка жителей с. Сәтпей до места проведения слушаний. По вопросам доставки обращаться по тел. +7 771 831 1777 не позднее 3 рабочих дней до даты проведения общественных слушаний.

Замечания/предложения принимаются в срок не позднее 3 рабочих дней до даты проведения общественных слушаний на сайте НБД, а также по адресу г. Усть-Каменогорск, ул. Б. Керімбаев, 19 ГУ «Управление природных ресурсов и регулирования природопользования ВКО», тел. 8 (7232) 25-70-82, g.zhunisbekova@akimvko.gov.kz.

В случае введения ЧП и (или) ограничительных мероприятий, общественные слушания проводятся в онлайн-режиме.

Данные для подключения:
<https://us06web.zoom.us/j/84162801124?pwd=QBWugxgvv3W6mEPOG5S4Ov2lavA>

Идентификатор конференции: 841 6280 1124

Код доступа: L5PS8U

Дополнительную информацию можно получить у инициатора намечаемой деятельности - ТОО «Асфекс». БИН: 250840026439, РК, ВКО Усть-Каменогорск г.а., г.Усть-Каменогорск, Бульвар Гагарина, дом № 21/1, 33, тел: +7 771 831 1777.

Проектировщик - ТОО «Облградпроект». БИН: 111140010668. Юр.адрес: РК, ВКО, г.Усть-Каменогорск, пр. Ауэзова, д. 14/1. Тел.: +7 777 651 3184. Эл.адрес: t_rusanova1@mail.ru.

Сәбиіңді сырқаттан сақта

Сәбиіңді тамақты тым аз немесе тым көп жейді, сүйісі мазасыз немесе күтпеген жерден ызаланады делік - бұның бәрі ата-ананы мазалауы тиіс. Бірақ кейбір жайбарақат ата-ана бұған түк мән бермейді, жай еркелік не уақытша нәрсе деп санайды. Шынтуайтына келгенде, баланың іс-әрекетіндегі кейбір ерекшеліктер оның қандай да бір ауруға бейімділігі туралы белгі береді.

Жүйке жүйесі

Әдетте ата-ана баланың дене қызуына көңіл бөледі: қалыпты болса – бәрі жақсы, қызуы көтерілсе – аспириін беру керек. Алайда бәрі осыншалық оңай және қарапайым емес. Мысалы, қызу көтерілгенімен сәбидің қолдары мұздай болса, бұл шеткі қан тамырларының қысылуынан болуы мүмкін.

Егер бөпенің қолы үнемі суық болса, демек оның жүйке жүйесі тым қозғыш болғандығы. Жалпы термореттеудің бұзылысы бала ағзасының әлсіздігін, жүйке жүйесінің күйзеліске қарсы тұруға қабілетсіздігін білдіреді. Тершендік те осыдан болады. Алақандарының үнемі терлеуі, аз қимылдаса да ішкіімінің ылғалдануы ағзадағы жүйке регуляциясының бұзылысын көрсетеді.

Неврозға жақын ахуалдар туралы мына жайттар хабар береді – сәби қолында үнемі бірденені жұпмалап жүргенді ұнатады, тырнағын мүжиді, күтпеген жерден жиі шошынады, ұйқы кезінде сөйлейді (бұл анда-санда болып тұрса, ештеңе етпейді, алайда күнде қайталанса, невропатологтан кеңес алған жөн).

Тіл

Бұрынғы дәрігерлердің науқасты тексеру алдын-

да алдымен тіліне назар аударатыны бекерден-бекер емес. Өйткені тіл – асқазан-ішек жолының айнасы.

Егер тілде үнемі сары не ақ өңез болса, демек асқазан немесе ішек жұмысы бұзылған. Тілдегі "географиялық" өрнектер де күдік туғызуы тиіс, олар антибиотиктерді ұзақ ішкеннен немесе ішек дисбактериозы кезінде, ішекте пайдалы бактериялар жетіспегенде болады.

Тері

Бала терісі де ағзаның ахуалы туралы көп нәрсе айта алады. Мәселен, дисбактериоз кезінде тері құрғақ, қабыршақтанғыш, оған аллергиялық бөртпе жиі шығады. Егер ерін кеуіп, жарылса, бұның себебі асқазан мен ішек қызметінің бұзылысынан болуы мүмкін.

Бала терісі мрамор тәріздес (солғын, ұсақ қыл-тамырлар көрінеді, аздап таңбаланған) болса да күдіктену керек. Бұл вегетативті жүйке жүйесі қызметінің бұзылысынан. Бұл тез шаршағыштыққа, ашуланшақтыққа, бас ауруларына соқтырады.

Көз астының көгеруі балаға темір немесе басқа дәрумендер жетіспейді деген сөз. Егер төменгі қабақ асты ісінсе, балада міндетті түрде бүйрек ауруы бар деген сөз емес, бұл тері-



сты клетчаткасының ерекшелігі болуы мүмкін.

Тырнақ және тіс

Балаңыздың тырнақтарына назар аударыңыз – жасөспірім шақта олар үгітіліп, бетінде ақ сызықтар пайда болуы мүмкін. Бұл – кальций тапшылығының белгісі. Оның жетіспеуі тіске, сүйекке әсер етеді.

Тәбет пен ұйқы

Ата-ана көбіне баланың ұйқысы мен тәбетіне назар аударады. Тәбеттің төмендеуі бір нәрсені білдіре ме? Міндетті түрде, өйткені тәбет – сәби жүйке жүйесінің жалпы ахуалының айнасы.

Егер бала тым арық, көзінің асты көгеріп тұратын болса, жиі суық тисе, онда туберкулезге бейімділігі бар деуге болады. Демек, оны фтизиатр дәрігерге жиі қарату керек. Тәбет ағза жұмсаған қуатқа сайма-сай болуы тиіс, сондықтан бала аз

қозғалса, тыныш ойындарды ұнатса, тамақты аз жегені қауіпті емес. Ал, керісінше, күні бойы жүгіріп, үйге тілі салақтап келсе, тамақты опыра жейтіні анық.

Егер бала ден қимылының аз-көптігіне қарамастан тамақты жақсы жесе, бірақ жүдеу болса, бұл да ауру белгісі болуы мүмкін. Мысалы, ішек құрттарының немесе қандай да бір психологиялық мәселелердің.

Баланың ұйқысы дұрыс болмаса да ата-ана мазасызданады. Көбіне дені сау балалар түнде оянабайды, бірақ ұйқыға кетуі қиын болуы мүмкін. Оның күн тәртібін сақтауын қадағалаңыз, ұйқыға күнде бір уақытта жатсын, жатар алдында қорқынышты, атыс-шабыс кино не мультфильм қарамасын, компьютер алдында ұзақ отырмасын. Бұның бәрі баланың жүйке жүйесін қоздырып, оның биологиялық ырғақтарын бұзады.

Қысқаша

Артық май несімен қауіпті

Май бізге қажет, өйткені ол ағзаға қуат береді, суықта жылытады. Бірақ шамадан артық болса зиян. Әсіресе ішке жиналса, нақтырақ айтсақ, іш қуысы ағзаларының маңына жиналса, аса қауіпті.

Өлшеп көріңіз

Асқазан, бауыр, өт қалтасы, бүйрек маңына жиналған майды дәрігерлер висцеральды май деп атайды. Ол ішкі ағзаларды сыртқы әсерлерден қорғай отырып, амортизатор рөлін атқарады. Алайда егер бұндай май организмде көп болса (май тіндерінің жалпы мөлшерінен 10-15 пайыз артық), үлкен қауіп төнді деген сөз. Бұл жағдайда қан айналымы бұзылады, ағзаларға оттегі жетіспейді, метаболизмдік синдром, эндокриндік бұзылыстар, тамырлардың варикоздық кеңеюі мен жүрек-тамыр бұзылыстарының қауіпі күшейеді. Сондықтан жиналған майдан арылған жөн.

Өзіңіздегі висцеральды семіздікті анықтау үшін дене құрамының биоимпедансты талдауын жасату керек. Бұл қымбат зерттеу. Біз сізге мынадай қарапайым әдіс ұсынбақпыз – бөліңізді өлшеңіз. Егер оның көлемі әйелде 88 см-ден, ал еркекте 94 см-ден аспаса, висцеральды семіздік қауіпі төмен. Бірақ қауіптің жоқтығына көз жеткізе түсу үшін бөксе шеңберін де өлшеңіз. Бөккенің көлемін бел көлеміне бөліңіз. Әйелдерде бұл коэффициент 0,88-ден, еркектерде 0,95-тен төмен болуы тиіс.

Қандай "жеміссіз"?

Дене бітімінің түр-түрі болады. Ең тамаша әйел денесі - құмсағат тәрізді дене бітімі. Сосын алма және алмұрт тәрізділері бар. Біріншісінде май негізінен бел аумағына жиналады (ал жамбасы еркектердікі секілді шағын болуы мүмкін). Ал "алмұрттарда", керісінше, бел жіңішке, ал май бөксе мен жамбасқа жиналады. Висцеральды семіздік қауіпі "алмаларда" жоғары. Бұл тұрғыда "алмұрттардың" жолы болды.

Алайда дене бітіміне қарамастан, 40 жастан асқан соң әйелдерде жыныстық гармондардың өндірілуі төмендейді. Демек висцеральды майдың ұлғаюу қауіпі жоғарылай түспек. Висцеральды май сондай-ақ саламатты өмір салтын сақтамағанда, стресске көп ұшырағанда, тамақты шамадан көп ішкенде, дене қимылы аз болғанда көбейеді.

Өзіңізді қадағалаңыз

Липосакция жасырын майдан құтылуға көмектеспейді, хирургиялық тұрғыда ол жасырын майды емес, тек теріасты майын жояды. Сондықтан өзіңіз тер төгіңіз:

- Тұтынатын жануар майларын (сары май, майлы ет) азайтыңыз. Пальма және кокос майы секілді зиянды майларды да пайдаланбаңыз. Сізге зәйтүн, жержаңғақ, балық, зығыр майлары пайдалы.

- Маргариннен, маргарин қосылған тәттілерден бас тартыңыз.

- Ақ нан, картоп, ақ күріш, кез келген тәттілерден бас тартыңыз.

- Спиртті ішімдікті татып алмаңыз.

- Көкөністі көп жеңіз. Әсіресе қырыққабаттың кез келген түрі, кәді пайдалы.

- Спортпен тұрақты түрде шұғылданыңыз. Висцеральды майды жою үшін жай дене жаттығулары аздық етеді, белсенді, қатты терлететін, шаршататын қимыл қажет.