



Волшебный флакон

Фото: Essential/Stock, архив прес-службы

Сухость, перхоть, секущиеся кончики волос возможны, даже если средства для ухода стоят дорого. Причина – неправильный подбор косметики.

Ошибка – приобретать средства, ориентируясь на состояние волос. Их видимая часть – мертвая структура. Она не бывает жирной или сухой сама по себе. Процессы, влияющие на внешний вид практически, происходят в коже головы. Они зависят от работы эндокринной и нервной систем, уровня стресса, образа жизни, питания. Поэтому шампуни и бальзамы дают временный эффект. Они убирают следствие – сухость, шелушение, быстрое загрязнение, но не устраняют причину явлений. А значит, выбирая средства, надо учитывать тип кожи головы.

Она может быть...
 • **жирной**, в этом случае волосы быстро теряют свежий вид, мыть их приходится чаще трех раз в неделю.
 • Если приложить салфетку к корням до водных процедур, на ней останутся жирные следы;

• **сухой**, мыть голову достаточно один-два раза в неделю. От частого контакта с водой и шампунем могут появиться зуд, перхоть;

• **чувствительной**, она самая капризная. Шампуни и укладочные средства во многих случаях вызывают зуд, покраснение, шелушение.
С ПЕРЕМЕННЫМ УСПЕХОМ
 Так как на состояние кожи головы оказывают влияние многие факторы, средства, еще вчера обеспечивающие хороший эффект, завтра становятся бесполезными. Поэтому после мытья надо обращать внимание на ощущения. Если за день не возникло дискомфорта, прическа опрятная, значит, средство подходит. Появились зуд, ощущение, что голова

ПОРА К ВРАЧУ

ПОСЕТИТЬ ТРИХОЛОГА НАДО ПРИ Сильном зуде и перхоти, если на голове появились корочки и уплотнения, область у корней стала болезненной, наблюдается выраженное выпадение волос.

НАШ КОНСУЛЬТАНТ
 г. м. н., профессор, трихолог, дерматолог
Юлия ГАЛЛЯМОВА

в том числе пилингами, с маленькими временными интервалами не надо. От этого и жирные волосы становятся секущимися. Помогают маски, бальзамы, но распределяют их

только по длине. Для сильно пересушенных волос подходят интенсивные маски под шапочку. Полезно наносить бальзам или масло накончикидомыть головы, а затем повторно после очищения.

*Ирина Ломанова,
 style@antennatv.ru*

ВАМ ПРИГОДЯТСЯ

1. Шампунь для волос «Рост и укрепление Black Pepper & Tonka», SOKOLOV BEAUTY.
2. Маска интенсивная очищающая для жирной кожи головы для окрашенных волос, LABA.
3. Бондинг-шампунь INSTASURE Build-A-Bond, MATRIX.
4. Сыворотка для кожи головы, «Мастерская Олеси Мустаевой».
5. Увлажняющий кондиционер для сухих и поврежденных волос, KATSURI.
6. Шампунь-активатор против выпадения волос с пептидным комплексом и экстрактом красной водоросли, HYDROBIONIQUE.
7. Ковошинг-бальзам для волос FERMENTED RECOVERY, BIOLOGICA.
8. Укрепляющий тоник для роста волос с розмарином, WELEDA.
9. Фитомаска укрепляющая против выпадения волос с маслом черного тмина, ZEITUN.
10. Липидная маска для поврежденных и ослабленных волос X REPAIR 1-MINUTE MASK, BBONE.
11. Шампунь-активатор против выпадения волос с маслом черного тмина, ZEITUN.

ТВ-ОТВЕТЫ: ДОКТОР

КАК УСКОРИТЬ РОСТ РЕБЕНКА

Прежде всего надо понять, есть ли повод для беспокойства. В случае, когда показатель роста увеличивается на 4 см в год, волноваться не стоит, ребенок развивается в соответствии с нормами. Если прибавка меньше, необходимо посетить детского эндокринолога: возможно, проблема вызвана гормональными отклонениями. Важно проверить уровень витамина D, белка и железа в крови. Результаты исследований не подтверждают отклонение в состоянии здоровья? Надо изменить образ жизни ребенка. Утром необходима гимнастика: прыжки в высоту, подтягивания на турнике способствуют росту костей. В меню следует добавить порцию белка, он является строительным материалом для клеток. Для завтрака подходят яйца, творог. На обед стоит готовить суп из индейки с овощами или кашу из чечевицы. Лучший ужин – запеченная рыба. Полезен салат из тертой моркови со сметаной. Овощ богат витамином А, он способствует росту костей.

«ДОБРОЕ УТРО» (0), ПЕРВЫЙ КАНАЛ



ПРИЕМ ОБЪЯВЛЕНИЙ ПО ТЕЛ. +7 705 335 6390

«Алматы қаласы Құрылыс басқармасы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі «Алматы қаласы, Жетісу ауданы, Казаков к., 13а, мекенжайы бойынша №163 бөбекежай-балабақша ғимаратын қайта жаңғырту» жобасына кәсіпшілік талқылау арқылы қоғамдық тыңдаулар өткізілетін туралы хабарлайды. Қоғамдық талқылау 11.02.2026 ж. бастап бес жұмыс күні ішінде аралығында порталда ndbecology.gov.kz өтеді және онда жобалық құжаттама пакеті орналастырылған, ескертулер мен ұсыныстар қабылданады.

Коммунальное государственное учреждение «Управление строительства города Алматы» сообщает о проведении общественных слушаний в форме публичных обсуждений по проекту «Реконструкция здания ясли-сада №163 по адресу: ул. Казакова, 13а, Жетысуский район, г. Алматы». Публичные обсуждения будут проходить с 11.02.2026 г. в течение пяти рабочих дней на портале ndbecology.gov.kz, на котором размещен пакет проектной документации и принимаются замечания и предложения.

«АлмаТауСтрой» ЖШС «Алматы қаласы, Алатау ауданы, Райымбек даңғылы, 535/2 (сыртқы инженерлік желілерсіз) учаскесінде орналасқан, кіріктірілген, кіріктірілген және жеке тұрған үй-жайлары, жерасты паркінгі және 500 адам қабылдайтын қалалық емхана құрылысы бар көпфункционалды тұрғын үй кешенінің құрылысы. 2-құрылыс кезеңі, жұмыс жобасына арналған қоршаған ортаны қорғау бөлімі (ҚОҚБ) бойынша кәсіпшілік талқылау арқылы қоғамдық тыңдаулар өткізілетін хабарлайды. «АлмаТауСтрой» ЖШС деректемелері: БСН: 161040016763, Алматы қаласы, Бостандық ауданы, Тимирязев көшесі, ғимарат 26/29, тел. 8 705 535 1760. Қоғамдық талқылау 13.02.2026 ж. бастап 5 жұмыс күні аралығында өтеді. ndbecology.gov.kz ақпараттық жүйесінде жобалық құжаттама пакетімен танысып, ескертулер мен ұсыныстар беруге болады. Анықтама телефоны +7 771 276 4966.

«Абай облысы білім басқармасының «Арнаулы әлеуметтік қызметтерге мұқтаж балаларды қолдау орталығы» КММ 2026 жылғы 11 ақпанын бастап 5 (бес) жұмыс күні ішінде аталған мекемені пайдалану кезеңіне арналған «Қоршаған ортаны қорғау» бөлімі бойынша жария талқылау жария талқылау нысанында шығарылған материалдармен Бірыңғай экологиялық порталында (<https://ndbecology.gov.kz/>) танысуға болады. Бастамашы - «Абай облысы білім басқармасының «Арнаулы әлеуметтік қызметтерге мұқтаж балаларды қолдау орталығы» коммуналдық мемлекеттік мекемесі», БСН 190840005412, Қазақстан Республикасы, Абай облысы, Бородулиха ауданы, Новая Шульба ауылы, Гагарин көшесі, 1216, e-mail: novohulbadetdom@yandex.kz, тел.: 8 702 303 2552. Жобалық құжаттамамен әзірлесу «НПГ Экология Будущего» ЖШС, БСН: 221140002919, ҚР, Астана қ., Байқоңыр ауданы, Республика даңғылы, 34А үй, 906 кеңсе, e-mail: ecolog1@prieco.kz, тел.: +7-707-661-3609. Барлық ескертулер және/немесе ұсыныстар 2026 жылғы 11 ақпанын бастап бірыңғай экологиялық порталда 5 (бес) жұмыс күні ішінде қабылданады (ҚР ЭК 87 – бабының 2-тармағында көрсетілген объектілер бойынша - қоғамдық тыңдаулар өткізу қағидаларының 4-тарауының 43-тармағына сәйкес).

Жетісу ауданы, Ақсу ауданы, Жансүгіров аудандық округі, Жансүгіров ауылы, Желтоқсан көшесі, 25 А, Б. В мекенжайында орналасқан «Ақсу ТВК» ЖШС қоршаған ортаны қорғау секциясының материалдары бойынша қоғамдық талқылау түрінде қоғамдық тыңдаулар өткізілетін хабарлайды. С 12.02.2026 – 18.02.2026 Бірыңғай экологиялық порталда <https://ndbecology.gov.kz> сайтында қоғамдық талқылаулар өткізіліп, ескертулер мен ұсыныстар қабылданады. Бұл бөлімді ЖШС «Ecology Food» әзірлеген. Жобалық құжаттама, ескертулер мен ұсыныстарды aigerim@ecoex.com.kz мекенжайына жіберуге болады.

ТОО «Ақсу ТВК», расположенное по адресу: область Жетісу, Ақсу ауданы, Жансүгіров аудандық округі, село Жансүгіров, ул. Желтоқсан, 25 А, Б, В, объявляет о проведении общественных слушаний в форме публичных обсуждений по материалу Раздел «Охрана окружающей среды». С 12.02.2026 – 18.02.2026 года на сайте Единого Экологического Портала <https://ndbecology.gov.kz> проводятся публичные обсуждения и принимаются замечания и предложения. Разработчик раздела ТОО «Ecology Food». Документация по проекту, замечания и предложения можно отправлять на электронный адрес: aigerim@ecoex.com.kz.

ТОО «АлмаТауСтрой» уведомляет о проведении общественных слушаний в форме публичных обсуждений по проекту «Раздел охраны окружающей среды (РООС) к рабочему проекту «Строительство многофункционального жилого комплекса со встроенными, встроенно-пристроенными и отдельно стоящими помещениями, подземным паркингом и строительством городской поликлиники на 500 посещений, расположенный по адресу: г. Алматы, р-н Алатауский, пр. Райымбек, уч. 535/2 (без наружных инженерных сетей) 2-я очередь строительства. Реквизиты ТОО «АлмаТауСтрой»: БИИ: 161040016763, ул. г. Алматы, Бостандық ауданы, ул. Тимирязева, д. 26/29, тел. 8 705 535 1760. Публичные обсуждения состоятся с 13.02.2026 г. в течение 5 рабочих дней. С пакетом проектной документации можно ознакомиться в информационной системе ndbecology.gov.kz для предоставления замечаний и предложений. Телефон для справок: +7 771 276 4966.

КТУ Центр поддержки детей, нуждающихся в специальных социальных услугах управления образования области Абай с 11 февраля 2026 г. в течение 5 (пяти) рабочих дней проводит общественные слушания в форме публичных обсуждений по разделу «Охрана окружающей среды» для эксплуатации КТУ «Центр поддержки детей, нуждающихся в специальных социальных услугах» управления образования области Абай. Ознакомиться с материалами, вынесенными на общественное слушание в форме публичного обсуждения, можно на Едином экологическом портале (<https://ndbecology.gov.kz/>). Инициатор – КТУ Центр поддержки детей, нуждающихся в специальных социальных услугах» управления образования области Абай, БИИ 190840005412, РК, область Абай, Бородулихинский район, с. Новая Шульба, ул. Гагарина 1216, e-mail: novohulbadetdom@yandex.kz, тел.: 8702 303 2552. Разработчик проектной документации ТОО «НПГ Экология Будущего», БИИ: 221140002919, РК, г.Астана, район Байқоңыр, Проспект Республика, дом 34а, оф. 906, e-mail: ecolog1@prieco.kz, тел.: +7-707-661-3609. Все замечания и/или предложения принимаются в срок с 11 февраля 2026 г. в течение 5 (пяти) рабочих дней на Едином экологическом портале (по объектам, указанным в пункте 2 ст. 87 ЭК РК – согласно п. 43 главы 4 Правил проведения общественных слушаний).

«Консолидированная Строительная Горнорудная Компания» ЖШС ҚР Экологиялық кодексінің 73-бабының талаптарына сәйкес ашық жиналыс нысанында қоғамдық тыңдаулардың өткізілетін туралы хабарлайды. 1. Жобаның атауы: жоспарланып отырған қызметке ықтимал әсерлер туралы есеп – «Жетісу облысы, Қербұлақ ауданы, Кексай кен орнында ашық тау-кен жұмыстарын жүргізуге арналған кен және инженерлік инфрақұрылым құрылысы – су құбырлары мен сорғы станциялары, автожолдар және су буру арналары. Құрылыстың ІІ кезеңі». 2. Есеп ету аумағы: Жетісу облысы, Қербұлақ ауданы, Жайнақ Батыр аудандық округі, Қоғалы аудандық округі. Жоспарланып отырған жұмыстар жүргізілетін учаскенің бұрыштық нүктелерінің координаттары (солтүстік ендік / шығыс бойлық): 44°28'37.39"С 78°25'2.59"В; 44°29'47.85"С 78°28'13.57"В; 44°28'57.47"С 78°30'42.95"В; 44°27'57.77"С 78°27'57.61"В. 3. Қоғамдық тыңдаулар: - 2026 жылдың 10 наурызында сағат 11:00-де, Жетісу облысы, Қербұлақ ауданы, Қоғалы аудандық округі, Шаған ауылы, Дутов көшесі, №64, Мәдениет үйі ғимараты; - 2026 жылдың 10 наурызында сағат 15:00-де, Жетісу облысы, Қербұлақ ауданы, Жайнақ Батыр аудандық округі, Қарымсақ ауылы, Киров көшесі, 26, Қарымсақ орта мектебі (акт залы) мекенжайларында өткізіледі. Жоспарланып отырған қызметтің бастамашысы: «Консолидированная Строительная Горнорудная Компания» ЖШС. Мекенжайы: ҚР Жетісу облысы, Қербұлақ ауданы, Сарыөзек аудандық округі, Сарыөзек ауылы, Б. Момышұлы көшесі, 1Г ғимарат. БСН: 120640017812. Тел. +7 (727) 330-45-2. E-mail: office@ksqk.kz. Жобалаушы: «ЭКО2» ЖШС. Шығыс Қазақстан облысы, Өскемен қ., Стахановская көшесі, 70/1 ғимарат. БСН: 120140005583. Тел. +7 (7232) 40-28-42. E-mail: eco2@eco2.kz. Жобалық құжаттама пакетімен [www.ndbecology.gov.kz](https://ndbecology.gov.kz) сайтында, сондай-ақ «Жетісу облысының табиғи ресурстар және табиғат пайдалануды реттеу басқармасы» ММ ресми сайтында «Қоғамдық тыңдаулар» бөлімінде танысуға болады. Қоғамдық тыңдаулар өткізілетін күнге дейін 3 жұмыс күнінен кешіктірмей ескертулер мен ұсыныстар электрондық түрде – [www.ndbecology.gov.kz](https://ndbecology.gov.kz), rigoda@zhetisu.gov.kz; қағаз түрінде – Жетісу облысы, 040000, Талдықорған қаласы, Қабанбай батыр көшесі, №26 мекенжайы бойынша қабылданады. Тел. +7 (7282) 32-93-83. 2025 жылғы 10 наурыз сағат 11:00-де өтетін тыңдауларға қатысу үшін келесі сілтеме бойынша өту қажет: <https://us05web.zoom.us/j/81181931123?pwd=4erQARXyokuD4ADpRPaYrIK9hdVN6R.1>. Конференция идентификаторы: 811 8193 1123. Қол жеткізу коды: JvJ3L. 2025 жылғы 10 наурыз сағат 15:00-де өтетін тыңдауларға қатысу үшін келесі сілтеме бойынша өту қажет: <https://us05web.zoom.us/j/84209416396?pwd=9IwvO2JG16WkNFpG5b9d9q53x.1>. Конференция идентификаторы: 842 0941 6396. Қол жеткізу коды: VPrQd9. Тіркеу қоғамдық тыңдаулар басталардан 30 минут бұрын басталады. Қосылу теселері бойынша жоспарланып отырған қызметтің бастамашысына хабарласуға болады.

ТОО «Консолидированная Строительная Горнорудная Компания», в соответствии с требованиями статьи 73 Экологического кодекса РК, уведомляет о проведении общественных слушаний в форме открытого собрания. 1. Наименование проекта отчет о возможных воздействиях к намечаемой деятельности «Строительство транспортной и инженерной инфраструктуры открытых горных работ на месторождении Коксай в Қербұлақском районе области Жетісу - Водоводы и насосные станции, автодороги и водоотводные каналы. III очередь строительства». 2. Территория воздействия: область Жетісу, Қербұлақ аудандық округі, с. Жайнақ Батыр, с. о. Қоғалы. Координаты угловых точек участка проведения планируемых работ (северная широта/восточная долгота): 44°28'37.39"С 78°25'2.59"В; 44°29'47.85"С 78°28'13.57"В; 44°28'57.47"С 78°30'42.95"В; 44°27'57.77"С 78°27'57.61"В. 3. Общественные слушания состоятся: - 10 марта 2026 года в 11:00 ч. по адресу область Жетісу, Қербұлақ аудандық округі, Когалинский сельский округ, село Шаған, ул. Дутова, №64, здание Дома культуры. - 10 марта 2026 года в 15:00 ч. по адресу область Жетісу, Қербұлақ аудандық округі, Жайнақ батыр аудандық округі, село Қарымсақ, ул. Кирова 26, Карымсақская СУ (актовый зал). Инициатор намечаемой деятельности: ТОО «Консолидированная Строительная Горнорудная Компания». Адрес: РК область Жетісу, Қербұлақ аудандық округі, Сарыөзек аудандық округі, село Сарыөзек, улица Б. Момышұлы, здание 1Г. БИИ: 120640017812. Тел. +7 727 330 45 52. e-mail: office@ksqk.kz. Разработчик: ТОО «ЭКО2». Восточно-Казахстанская область, Густя-Каменогорск, ул. Стахановская, д. 70/1. БИИ: 120140005583. Тел. +7 7232 402 842. e-mail: eco2@eco2.kz. С пакетом проектной документации можно ознакомиться на сайте [www.ndbecology.gov.kz](https://ndbecology.gov.kz), а также сайте ГУ «Управление природных ресурсов и регулирования природопользования области Жетісу», в разделе «Общественные слушания». Замечания и предложения принимаются не позднее 3-х рабочих дней до проведения общественных слушаний: по электронным адресам [www.ndbecology.gov.kz](https://ndbecology.gov.kz), в бумажной форме по адресу: область Жетісу, 040000, город Талдықорған, ул. Кабанбай батыра, № 26, тел. +7 (7282) 32-93-83. Замечания и предложения принимаются не позднее 3-х рабочих дней до проведения общественных слушаний: по электронным адресам: [www.ndbecology.gov.kz](https://ndbecology.gov.kz); rigoda@zhetisu.gov.kz в бумажной форме по адресу: область Жетісу, 040000, город Талдықорған, ул. Кабанбай батыра, № 26, тел. +7 (7282) 32-93-83. Для участия в слушаниях 10 марта 2025 года в 11:00 часов необходимо пройти по ссылке: <https://us05web.zoom.us/j/81181931123?pwd=4erQARXyokuD4ADpRPaYrIK9hdVN6R.1>. Идентификатор конференции: 811 8193 1123. Код доступа: JvJ3L. Для участия в слушаниях 10 марта 2025 года в 15:00 часов необходимо пройти по ссылке: <https://us05web.zoom.us/j/84209416396?pwd=9IwvO2JG16WkNFpG5b9d9q53x.1>. Идентификатор конференции: 842 0941 6396. Код доступа: VPrQd9. Регистрация начинается за 30 минут до начала обсуждения. По вопросам подключения обращаться по телефону инициатора намечаемой деятельности.

Валерия ЛАНСКАЯ: свадьба была скромная, но красивая. Как я мечтала

ТВ 9–15 февраля 2026 № 5 (1488)

Ваш любимый телегиг!

АНТОННА

В КАЗАХСТАНЕ

гороскоп на всю неделю

Дмитрий ИСАЕВ:
в центре каждой истории – женщина!

12+

Ольга Красько

Дмитрий Исаев

ГЛАВНЫЙ
ЖЕНСКИЙ

100 историй любви

С 9 ФЕВРАЛЯ

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЦЕНА 160 ТГ.

