Хабарландыру

"Менің өлкем" газетінде 2024 жылғы 29 ақпандағы №26 нөмірде жарияланған Ақпараттық хабарламадағы шаруа қожалығын, ауыл шаруашылығы өндірісін жүргізу үшін ауыл шаруашылығы мақсатындағы жер учаскелерін уақытша өтеулі жер пайдалану (жалға алу) құқығын беру бойынша"Күршім ауданы әкімінің аппараты" мемлекеттік мекемесімен конкурсқа ұсынылатын жер учаскелерінің тізімінен №12 лот алынып тасталсын

Лоттың №	Есеп кварталы, жер телімінің орналасқан орыны	Жер учаскесі беріледі		Ауыл шаруашылығы мамандануы	Бекітілгенкөлемі, жалдау мерзімі	Соның ішінде				Топырақтың сапалы сипаттамасы Бонитет балы	Сумен қамтылуы	Басқалар
		Шаруа немесе фермер қожалығын жүргізу үшін	ауыл шаруашылығы өндірісін жүргізу үшін			егістік	шабындық	жайылым	басқа да жерлер			
12	05-072-004 есеп кварталы Қайыңды ауылынан солтүстік-шығысқа қарай 2,0 шақырым	Шаруа немесе фермер қожалығын жүргізу үшін		Өсімдік шаруашылығы	150,8300 49 жыл	82,0000		68,0300	0,8000	Қара қоңыр Балл бонитет 8	жоқ	

Хабарландыру

Оқушылардың, студенттердің, ата-аналардың, мұғалімдердің назарына! ШҚО білім басқармасы өмірлік қиын жағдайға тап болған адамдарға шұғыл психологиялық, заңгерлік көмек көрсету бойынша тәулік бойы жұмыс істейтін сенім телефоны желілері жұмыс атқаруда.

Байланыс телефондарының нөмірлері және ұйымдардың деректері:

Жұмыс уақытында 09.00 ден 18.30 дейін, түскі үзіліс – 13.00-14.30:

- 8 (7232) 700 800 – ШҚО білім басқармасының бірыңғай байланыс орталығы;

Күнделікті 09.00 ден 20.00 дейін, түскі үзіліссіз және демалыссыз:

- 87076629513 – "Қазақстанның болашағы үшін" Өскемен жастар қоғамдық бірлестігі, қызмет бағыттары -мемлекеттік жастар саясатын іске асыру, жастардың белсенді және шығармашылық дамуы үшін қажетті жағдайлар жасау. Мақсаттары ішінде - консультациялық және ақпараттық-анықтамалық қызметтер көрсету, халықты әлеуметтік және құқықтық қорғау орталықтарын құру және т. б.

Тәулік бойы:

- 8 (7232) 266892, 8 7079073350 – өңірлік психологиялық қолдау және көмек орталығының сенім телефоны.

Объявление

Вниманию школьников, студентов, родителей, педагогов! Управление образования ВКО сообщает, что действуют службы доверия - круглосуточная горячая линия, телефон доверия по оказанию бесплатной экстренной психологической, юридической помощи лицам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации.

Номера контактных телефонов и данные организаций:

В рабочее время с 9.00 до 18.30, обеденный перерыв – 13.00-14.30:

- 8 (7232) 700 800 – единый Call-центр управления образования ВКО;

Ежедневно с 9.00-20.00, без перерыва на обед и без выходных:

- 87076629513 - Усть-Каменогорское общественное объединение молодежи "За будущее Казахстана", направления деятельности – реализация государственной молодежной политики, создание необходимых условий для активного и творческого развития молодежи. В числе целей - Оказание консультационных и информационно-справочных услуг, создание центров социальной и правовой защиты населения и т.п.

Круглосуточно:

- 8 (7232) 266892, 8 7079073350 –телефон доверия регионального центра психологической поддержки и помощи.

Хабарландыру

02.04.2024 жылдан бастап бес жұмыс күн аралығында "Ақбұлақ-1" учаскесінде шашыраңқы алтын өндіруге арналған барлау жоспарына "Қоршаған ортаны қорғау" бөлімі бойынша талқылау нысанындағы қоғамдық тыңдаулар өткізіледі.

Жобалық құжаттама пакетімен Бірыңғай экологиялық порталда https://ecoportal.kz/ "Жарияланған қоғамдық талқылаулар" бөлімінде танысуға болады. Барлық ескертулер және / немесе ұсыныстар бірыңғай экологиялық порталда құжаттама жарияланғаннан кейін бес жұмыс күні ішінде қабылданады. Осы мерзім өткеннен кейін ескертулер мен ұсыныстар қабылданбайды.

Жобаға тапсырыс беруші – Бергалиева Г.Т. ЖСН 660514401075. Мекен-жайы: ШҚО, Өскемен қ., Космическая к.6, тел+7 777 350 8717.

Жобалаушы: "Сидякин Е.А." ЖК. ҚР, Өскемен қ., Гагарин бульвары 19/127. Тел.: 8(7232) 402-842, 87084402842. Эл.мекен-жайы: ofis@eco2.kz.

Жергілікті атқарушы орган – "ШҚО табиғи ресурстар және табиғат пайдалануды реттеу басқармасы" ММ тел. +7 (7232) 25-73-47.

Объявление

С 02.04.2024 в течение пяти рабочих дней пройдут общественные слушания в форме публичных обсуждений по разделу "Охрана окружающей среды" к Плану старательства на добычу россыпного золота на участке "Акбулак-1".

С пакетом проектной документации можно ознакомиться на Едином экологическом портале https://ecoportal.kz/ в разделе "Опубликованные общественные обсуждения". Все замечания и/или предложения принимаются в течении пяти рабочих дней после опубликования документации на Едином экологическом портале. По истечении данного срока замечания и предложения не принимаются.

Заказчик проекта – Бергалиева Г.Т., ИИН 660514401075. Адрес: ВКО, г.Усть-Каменогорск, ул.Космическая, 6, тел +7 777 350 8717.

Проектировщик: ИП "Сидякин Е.А.". Юр.адрес: Республика Казахстан, ВКО, г. Усть-Каменогорск, Бульвар Гагарина, 19-127, офис 223. Тел.: 8(7232) 402-842, 87084402842. Эл.адрес: ofis@eco2.kz.

Местный исполнительный орган – ГУ "Управление природных ресурсов и регулирования природопользования ВКО" тел. +7 (7232) 25-73-47.

Тиімді тамақтану - бұл адамның денсаулығын жақсартуға және аурулардың алдын алуға, ағзаның қалыпты дамуына ықпалын тигізеді.

Балалар мен жасөспірімдерде қарқынды оқу жүктемелері кезінде ағзаның күрделі гормоналды қайта құрылуы, жүйке және жүрек – тамыр жүйесінің, мидың қызметі белсендірілуі жүреді. Сондықтан, осы уақытта баланың ағзасын қолдау өте қажет.

Демек, мектептегі тамақтану, толыққанды, теңдестірілген, сапалы болуы тиіс.

Тиімді тамақтанудың қағидалары: энергетикалық тепе-теңдік, теңдестірілген тамақтану және тамақтану режимін сақтау болып табылады.

Бірінші қағида: энергетикалық тепе-теңдік. Мектеп оқушыларының диетасы дененің тез өсуіне және балалардың қарқынды өміріне байланысты барлық энергетикалық қажеттіліктерді өтеуі тиіс. Бұл жағдайда күніне бес рет тамақтану маңызды. Күнделікті рационның калория мөлшері таңғы асқа-20-25%, түскі ас-30-35%, түстен кейінгі тағамдар – 10-15%, кешкі ас – 20-25%, екінші кешкі ас -10% құрау керек.

Екінші қағида: теңдестірілген тамақтану. Баланың барлық тағамдық ингредиенттермен, дәрумендермен, макро және микроэлементтермен жеткілікті қамтамасыз етілуі иммундық жүйенің жай -күйін жақсартады, ағзаның қоршаған ортаның теріс факторына төзімділігін арттырады. Тиімді тамақтану орталық жүйке жүйесінің дамуына, интеллектке, жұмыс қабілетіне әсер етеді. Көбінесе аштық сезімі май мен қант мөлшері жоғары тағамдарды көп тұтыну арқылы жойылады, бұл болашақта балалар ағзасына кері әсерін тигізетін семіздік, кариес, гиповитаминоздың дамуына әкелуі мүмкін. Күнделікті тамақтануға ет, сүт, май, өсімдік майы, қара бидай және (немесе) бидай наны, көкөністер мен қант кіреді. Балық, жұмыртқа, ірімшік, сүзбе, құс еті жеті күнтізбелік күнде кемінде бір рет қосылады. Толық, теңдестірілген тамақтану ақуыздардың, майлардың, көмірсулардың -1:1:4 қатынасын қамтамасыз етеді.

Үшінші қағида: тамақтану тәртібі. Тұрақты болуы керек, тамақтану арасындағы уақыт 3,5-4 сағаттан аспауы керек. Осылайша, тағамның жақсы қорытылуы мен сіңуі қамтамасыз етіледі, сонымен қатар аштық сезімі жойылады. Күн сайын бір уақытта азды-көпті біркелкі мөлшерде үнемі тамақтану-бұл балалардың ұтымды тамақтануының негізі.

Балалардың тамақтануы химиялық құрамы мен дайындау әдісіне сәйкес жұмсақ болуы керек. Балалардың рационында ащы дәмдеуіштерді (желкек, бұрыш, қыша, сірке суы және оларды қолданатын тамақ өнімдері), шырындар мен сусындардың құрғақ концентраттар түрінде қолдануға болмайды. Балаларға арналған тағамдарды дайындау тәсілдері бойынша негізінен қайнату, бұқтыру, бумен пісіру көзделеді.

21 ғасырда тамақ өнеркәсібі бізге дәмді, бірақ әрқашан пайдалы емес тағамдардың үлкен таңдауын ұсынады. Сондықтан, балалық шақта адамның дұрыс тамақтану дағдыларын қалыптастыру және баланың өз денсаулығы алдында жауапкершілігін ояту өте маңызды.

Құрметті ата-аналар! Біз балаларымыздың тамақтануының тиімді ұйымдастырылуына жауаптымыз. Баланың тамағы жұмсайтын күш қуатының орнын толтыру ғана емес, сонымен қатар ағзаның дұрыс өсуі мен дамуына ықпал ету қажет.

Дұрыс тамақтану-денсаулық кепілі.

ДЕНДЕРІҢІЗ САУ БОЛСЫН!!!

Ғ.Алин – Шығыс Қазақстан облысының санитариялық-эпидемиологиялық бақылау Департаменті басшысының орынбасары.

Жарнама бөлімінің телефон нөмірі:
41-21-10
8-777-994-79-58
E-mail: menin_olkem@mail.ru