Жолдауды қолдаймыз

Жақында біз Қазақстан Республикасының Президенті Қасым-Жомарт Кемелұлы Тоқаевтың ел халқына Жолдауын естідік. Бұл жай ғана бағдарламалық сипаттағы құжат емес - бұл қоғамның шынайы қажеттіліктерін, оның ішінде денсаулық сақтау сияқты маңызды саланы көрсететін нақты іс-қимыл нұсқаулығы.

Бас дәрігер қызметін атқарып, өз өмірін денсаулық сақтау жүйесіне арнаған адам ретінде мен Жолдаудың біздің саланы дамыту туралы айтылған бөлігін ерекше мұқият тыңдадым. Сіздермен негізгі сәттерді және осы бастамаларды жергілікті жерлерде қалай жүзеге асыратынымызды бөлісуге рұқсат етіңіз.

Ең алдымен, әрбір азаматтың мегаполисте немесе ең шалғай ауылда тұратынына қарамастан, қолжетімді әрі сапалы медицинаның маңыздылығы туралы Президенттің сөзін атап өткім келеді. «Ауылдық денсаулық сақтауды жаңғырту» ұлттық жобасы аясында 540 нысан салынды, 2025 жылдың соңына дейін тағы 115 нысан пайдалануға беріледі. Бұл мемлекеттің халықтың мұқтаждығын естіп, көріп отырғанына нақты дәлел.

Бұл, медицина қызметкерлері үшін жаңа мүмкіндіктер ашады - заманауи ғимараттар, жаңа жабдықтар, жақсартылған еңбек жағдайлары және ең бастысы - жаңа сапалы деңгейде медициналық көмек көрсету мүмкіндігі.

Жолдауда мамандандырылған көмекке ерекше назар аударылған. Биыл Астанада онкологиялық орталықтың және Алматыда инфекциялық аурулар орталығының құрылысы аяқталды. Бұл нысандар - ауыр ауруларға қарсы күрестің заманауи тәсілінің үлгісі.

Президент сондай-ақ нақты тапсырма берді: өңірлерде жаңа көпсалалы ауруханаларды іске қосуды жеделдету және бұл үдеріске жеке серіктестерді тарту. Біз бюрократияны барынша азайтып, нәтижеге - азаматтарымыздың денсаулығына барынша назар аударуымыз керек.

Тағы бір маңызды жайт, мен оны маңызды деп есептеймін. Елге қайтарылған заңсыз активтердің арқасында мемлекет 235 денсаулық сақтау нысанын салуға және жаңғыртуға 850 миллиард теңге бағыттады. Бұл нақты істерде көрініс тапқан әділдік.

Жандос МАХАНОВ,
аудандық аурухананың бас дәрігері.

8 сентября состоялось важное событие в политической жизни нашей страны — Президент Касым-Жомарт Токаев выступил с очередным посланием к народу. Это обращение - знак внимания к текущим реалиям и вызовам, стоящим перед Казахстаном. Президент затронул ключевые проблемы, касающиеся социально-экономической ситуации в стране, и обозначил приоритетные направления развития. Осмысляя каждое слово, произнесенное Касым-Жомартом Токаевым, невозможно не отметить его стремление к открытости и диалогу с гражданами. Он призвал всех нас активно участвовать в обсуждении реформ, что подтверждает его намерение строить государство, основанное на принципах демократии и прозрачности.

Особое внимание в послании уделяется вопросам образования и науки. Как директор школы, я хочу подчеркнуть, как важно для молодежи ощущать поддержку со стороны государства. Образование — это не просто передача знаний, это фундамент, на котором строится будущее нации. Упоминание о необходимости модернизации образовательной системы и поощрении научных исследований вселяет надежду на то, что каждый из нас сможет внести свой вклад в общее дело. Также стоит выделить акцент на культурной составляющей нашего общества. В мире, где глобализация часто разрушает уникальные традиции, особенно важно сохранять культурное наследие. Мы должны гордиться своей историей и языком, и роль образования в этом процессе трудно переоценить. Работая с детьми, я вижу, как важно знакомить их с богатством родной истории— это формирует личность и укрепляет национальную идентичность.

Однако в послании также были выражены тревожные ноты — непростая экономическая ситуация, необходимость обеспечения справедливости и равенства. Эти моменты требуют особого внимания от каждого из нас. Нам необходимо объединить усилия, проявить солидарность и готовность к изменениям.

Подводя итог, можно сказать, что послание нашего Президента — это не просто набор тезисов, а полноценный план действий, который требует активного участия каждого гражданина. Все эти идеи, безусловно, пронзают современную действительность, и я верю, что вместе мы сможем сделать Казахстан еще более процветающим и успешным. Каждый из нас должен понимать: будущее в наших руках, и только вместе мы сможем двигаться вперед.

Флорентина КЕЛЛЕР,
директор общеобразовательной школы №2. с. Балкашино.

Противодействие коррупции

Коррупция остаётся одной из серьёзных угроз устойчивому развитию Республики Казахстан, подрывая доверие граждан к государству, тормозя экономический рост и нарушая принципы справедливости. В связи с этим борьба с коррупцией в государственных органах является приоритетным направлением государственной политики.

Основой антикоррупционной деятельности в Казахстане служит Закон РК «О противодействии коррупции», предусматривающий комплекс мер по предупреждению, выявлению и пресечению коррупционных правонарушений. В каждом государственном органе внедряются механизмы внутреннего контроля, соблюдаются антикоррупционные стандарты, проводится служебная этика и регулярное обучение сотрудников.

Особое внимание уделяется цифровизации государственных услуг — электронные госуслуги снижают риски прямого контакта между гражданами и чиновниками, что существенно уменьшает возможности для коррупции. Кроме того, активно внедряется практика декларирования доходов и имущества госслужащих, а также проводится антикоррупционный мониторинг.

Важно подчеркнуть, что эффективное противодействие коррупции невозможно без участия гражданского общества. Обратная связь от населения, защита информаторов и поддержка независимых расследований — важные элементы формирования открытого и подотчётного государственного аппарата.

Таким образом, только совместными усилиями государства и общества можно сформировать культуру нулевой терпимости к коррупции и обеспечить честную и прозрачную деятельность органов государственной власти в Республике Казахстан.

Управление государственными доходами
по Сандыктаускому району..

Ваше здоровье

Что такое здоровое питание и почему оно важно?

Здоровое питание – это такое питание, которое обеспечивает рост, оптимальное развитие, полноценную жизнедеятельность, способствует укреплению здоровья и профилактике неинфекционных заболеваний, включая диабет, болезни сердца, инсульт и рак.

Здоровое питание на протяжении всей жизни – важнейший элемент сохранения и укрепления здоровья нынешнего и будущего поколения, а так же непременное условие достижения активного долголетия.

Рост производства переработанных продуктов, быстрая урбанизация и изменяющийся образ жизни привели в настоящее время к опасным для здоровья изменениям в моделях питания во всем мире.

Сегодня люди потребляют избыточное количество продуктов с высоким содержанием калорий, жиров, свободных сахаров и соли, и в то же время, критически мало фруктов, овощей и других видов клетчатки, таких как цельные злаки.

Точный состав здорового питания зависит от индивидуальных особенностей (возраст, пол, образ жизни и степень физической активности), культурного контекста, имеющихся местных продуктов и обычаев в области питания.

Потребление энергии (калорий) должно быть сбалансировано с ее расходом.

Ежедневное употребление 400 грамм (минимум) фруктов и овощей, помимо картофеля, и крахмалосодержащих корнеплодов.

Потребление жиров не должно превышать 30% от общей потребляемой энергии.

Насыщенные жиры должны составлять менее 10%, трансжиры – менее 1% от общей потребляемой энергии. Желательно заменять насыщенные жиры и трансжиры ненасыщенными жирами, и полностью исключить из рациона трансжиры промышленного производства.

Свободные сахара должны составлять менее 10% (50 грамм или 12 чайных ложек без верха для человека с нормальным весом, потребляющего около 2000 калорий в день) от общей потребляемой энергии, причем, сокращение потребления до 5% и менее обеспечивает дополнительные преимущества для здоровья. Свободные сахара – это все сахара, добавляемые в пищевые продукты или напитки производителем, поваром или потребителем, а также сахара, естественным образом присутствующие в меде, сиропах, фруктовых соках и их концентратах.

Соль предпочтительно йодированная, менее 5 г в день (чайная ложка без верха).

Как интегрировать принципы здорового питания в свою жизнь с помощью небольших изменений в привычном рационе?

НАЧНИТЕ ИЗМЕНЯТЬ СВОЕ ПИТАНИЕ, ЧТОБЫ СДЕЛАТЬ ЕГО ЗДОРОВЫМ.

Управление санитарно-эпидемиологичекого контроля и надзора.

О профилактике наркомании

Одной из наиболее острых проблем, вызывающих большую тревогу как в Казахстане, так и во всем мире является распространение наркомании. Это явление представляет собой непосредственную угрозу здоровью не только отдельной личности, но и нации в целом.

Проблема наркомании сегодня может коснуться каждого из нас. Все чаще мы говорим о ней, читаем в прессе, слышим о трагедиях, произошедших в семьях, различных городов Казахстана вследствие употребления наркотиков. Нарастающая напряженность, стрессовые ситуации, неопределенность, нестабильность вызывают у молодого поколения асоциальные формы поведения – злоупотребление наркотическими веществами.

Что такое наркотики?

Наркотики – это химические вещества растительного или синтетического происхождения, способные вызывать изменение психического состояния, систематическое применение которых приводит к зависимости.

Каковы последствия употребления наркотиков для организма человека, его здоровья? Огромный риск заражения ВИЧ и гепатитом; поражения печени и мозга; снижение иммунитета и, как следствие, подверженность инфекционным заболеваниям; заболевания вен; разрушения зубов из-за нарушения кальциевого обмена; импотенция; снижение уровня интеллекта.

Что такое наркомания?

Наркомания – заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества. В результате употребления наркотиков формируется психическая и физическая зависимость. Скорость формирования зависимости и ее тяжесть могут быть разными: влияет возраст, частота употребления, особенности организма.

Почему молодежь решает попробовать наркотик? Давление группы, в которой находишься; это риск, а потому это интересно; это приносит «приятные» ощущения; так принято на любой вечеринке; то помогает чувствовать себя взрослым; это помогает забыть о проблемах; у некоторых бытует мнение, что в жизни надо попробовать все.

Мы все встречаемся со сложностями в жизни, ищем удовлетворенности, счастья. Но прежде чем решить, что ваше счастье и смысл жизни в наркотике, подумайте о последствиях. Помните также, что лечить наркоманию очень и очень трудно. Знайте, что на вас идет охота. Те, кто предлагают попробовать наркотики, не заботятся о вашем душевном состоянии, но лишь ищут жертву, которая даст им возможность быстро и много заработать. Не позволяйте себя обмануть и заманить в лабиринт, из которого можно так никогда и не найти выход.

ГКП на ПХВ "Сандыктауская РБ".

Возмещение затрат за санаторно-курортное лечение пенсионерам

В Правила по оказанию социальной помощи, установления ее размеров и определения перечня отдельных категорий нуждающихся граждан по Сандыктаускому району внесены дополнения по категории - пенсионерам по возрасту, за исключением лиц с инвалидностью, которым в соответствии с индивидуальной программой абилитации и реабилитации разработаны услуги санаторно-курортного лечения на возмещение стоимости путевки за санаторно-курортное лечение в пределах Республики Казахстан.

Граждане пенсионного возраста, зарегистрированные и проживающие в Сандыктауском районе, на основании документов об оплате 1 раз в два года могут обратиться по месту жительства в акимат сельского округа или в ГУ «Отдел занятости и социальных программ Сандыктауского района» с заявлением о возмещении затрат за санаторно-курортное лечение. Сумма возмещения составляет 30 месячных расчетных показателей, (на 2025 год – 117960 тг).

Контактный телефон: 9-17-27

Отдел занятости и социальных программ
Сандыктауского района.