



СОЁМБОМЭДЭЭ

“СОЁМБО” РЕДАКЦААС ЭРХЛЭН ГАРГАДАГ ӨДӨР ТУТМЫН ЦАХИМ СОНИН

2021.06.15. №74 (74)

ТҮВШИН ТОГТООХ ҮЗЛЭГ ЗЭВСЭГТ ХҮЧНИЙ 150 ДУГААР АНГИД ҮРГЭЛЖИЛЖ БАЙНА

Зэвсэгт хүчний офицер, ахлагчийн түвшин тогтоох үзлэг өнөөдөр Зэвсэгт хүчний 150 дугаар ангид үргэлжилнэ. Офицер, ахлагчийн мэргэшил, ур чадвар, албан тушаалын гүйцэтгэл, сахилга хариуцлага, ёс зүйн хэм хэмжээ, эрүүл мэндийн зэрэглэл, бие бялдар болон сэтгэл зүйн бэлтгэлжилтийн түвшин тогтоох, цаашид хэрэгжүүлэх арга хэмжээг тодорхойлж, цэргийн алба хаагчдын ёс зүйн төлөвшил, албандаа хандах хандлага, нийгэмд эзлэх байр суурь, манлайллыг нэмэгдүүлэх зорилготой түвшин тогтоох үзлэг нь тавдугаар сарын 24-ний өдөр эхэлсэн юм. Түвшин тогтоох үзлэг нь бие тамирын бэлтгэлжилт, ажлын гүйцэтгэл, үр дүн, албаны хандлага, мэргэжлийн түвшин, сахилга, ёс зүйн төлөвшил, эрүүл мэндийн болон сэтгэл зүйн байдал гэсэн таван чиглэлээр явагдаж буй. Ингэхдээ тухайн алба хаагчийн сайшаал, шийтгэлийн мэдээ, цагийн бүртгэл, гэмт хэрэг, зөрчил зэргийг нарийвчлан шалгаж, сүүлийн 3 жил эрүүл мэндийн үзлэгт хамрагдсан байдал, донтолт, зан төрхийн эмгэгийг илрүүлэх асуумж авах юм. Мөн сэтгэл зүйн бэлтгэлжилтийн дүгнэлтийн хуудсыг хүн нэг бүрээр гаргаж цэргийн мэргэжлийн шалгалтыг ч төстээр авна. Шалгалтыг техник, технологийн дэвшлийг ашиглан ID код буюу гар утсаар авч, хариуг нь тэр дор нь гаргаж байгаа юм.



ЦАГ АГААР	
УЛААНБААТАР	
ӨДӨР	ШӨНӨ
☀️ 17	🌧️ 3
ӨМНӨД СУДАН	
ӨДӨР	ШӨНӨ
☀️ 33	🌧️ 22
АФГАНИСТАН	
ӨДӨР	ШӨНӨ
☀️ 28	🌧️ 13

ВАЛЮТЫН ХАНШ		
ВАЛЮТ	АВАХ	ЗАРАХ
USD 🇺🇸	2.849.00	2.855.00
EUR 🇪🇺	3.438.00	3.498.00
CNY 🇨🇳	444.00	447.40
RUB 🇷🇺	38.50	40.20
JPY 🇯🇵	25.73	26.22
KRW 🇰🇷	2.48	2.61

ЗУРХАЙ

БИЛГИЙН ТООЛЛЫН 5
2021.06.15.
/МЯГМАР ГАРАГ/

ЗУНЫ ДУНД ХӨХ МОРЬ САРЫН ДӨРВӨН НОГООН ХӨХ МОРЬ ӨДӨР

Үс засуулбал:
Эд, мал арвижна
Наран ургах, шингэх:
04.52-20.53
Барилдлага:
Үхэх
Шүтэн барилдлага:
Сансар
Суудал:
Мод

Аргын тооллын 6 сарын 15, Ангараг гараг. Билгийн тооллын 5, Үнэг одтой, хөх морь өдөр. Өдрийн наран 4 цаг 52 минутад мандан, 20 цаг 53 минутад жаргана. Тухайн өдөр бар, нохой жилтнээ аливаа үйлийг хийхэд эерэг сайн ба бич, тахиа жилтнээ сөрөг муу нөлөөтэй тул элдэв үйлд хянамгай хандаж, биеэ энхрийлүүштэй. Эл өдөр элдэв үйлд хянуур хандах хэрэгтэй ба ан, гөрөө хийх, мал, адегуус муулах, лусыг тахиx, тангараг тавих, гэр, байшингийн суурь тавихад сайн. Гэр бүрэх, хэрүүл тэмцэл хийх, сэтгэлд сэтгэй газар очиход муу. Өдрийн сайн цаг нь хулгана, үхэр, туулай, морь, бич, тахиа болой. Хол газар яваар одогсод хойш мөрөө гаргавал зохистой. Модон хохимой, Тэрсүүд өдөр. Үс шинээр үргээлгэх буюу засуулбал эд, мал арвидна.

58 ШИРХЭГ СУМ, ГАЛТ ХЭРЭГЛЭЛИЙГ ИЛРҮҮЛЭН АЮУЛГҮЙ БОЛГОВ

ЗХЖШ-ын даргын тушаалаар Зэвсэгт хүчний 084 дүгээр ангийн Тэсэрч дэлбэрэх зүйлийн хайгуул устгалын бүлэг Дархан-Уул аймгаас ирүүлсэн дуудлагын дагуу ажиллаж, 13 нэр төрлийн 58 ширхэг сум, галт хэрэглэлийг илрүүлэн аюулгүй болгов. Залгуулан Зэвсэгт хүчний 336 дугаар ангийн мөн тус бүлэг Сүхбаатар аймгийн Баяндэлгэр сумын Хонгор багийн

нутгаас байлдааны зориулалттай тэсэрч дэлбэрэх 5 нэр төрлийн 57 сум, галт хэрэглэлийг илрүүлж, устгасан байна. Цаашид байлдааны зориулалттай тэсэрч дэлбэрэх зүйл болон байрлалын талаарх мэдээ, мэдээллийг холбогдох байгууллагад мэдэгдэж, өөрийн болон иргэдийн амь нас, аюулгүй байдлыг хангах талаар хүн бүхэн анхаарч сэрэмжтэй байхыг анхааруулж байна.



ЦЭРГИЙН ШТАБУУД “ДАСГАЛ ХӨДӨЛГӨӨН ХИЙЦГЭЭ” АЯНД НЭГДЛЭЭ



“Дасгал хөдөлгөөн хийцгээ” идэвхтэй хөдөлгөөнийг дэмжих сарын аяныг улс орон даяар энэ сарын 2-30-ны өдрүүдэд зохион байгуулж буй. Тус аяны нээлтийг нийслэл, дүүргийн ЗДТГ-ын Цэргийн штабын офицер, ахлагч нар болон цэргийн албыг биеэр дүйцүүлэн хаагчид энэ сарын 5-нд Үндэсний цэцэрлэгт хүрээлэнд хийн, долоо хоног бүрийн Бямба гарагт нэгдэн биеийн тамираар хамтдаа хичээллэх

болсон. Аяны хугацаанд бие бүрэлдэхүүн Strava.app ашиглан “Нутгийн захиргааны гүйгчид 2021” клубт нэгдэж, идэвхтэй алхалт хийн өглөө бүр гүйж, нийт туулсан замын км, бусад үзүүлэлтийг дундын цахим бүлэгтээ мэдээлж байх юм. Энэ хүрээнд дугуй унах, иог болон дасгал хийх, төрийн албан хаагчдад өдрийн цагаар 1, 2 дугаар 16 тоот дасгалыг хийж хэвшүүлж байна.

ЭРҮҮЛ МЭНДИЙНХЭЭ ТӨЛӨӨ ГҮЙЦГЭЭ!

МОНГОЛ УЛС ДАХЬ КОРОНАВИРУСИЙН МЭДЭЭ

НИЙТ БҮРТГЭГДСЭН	ЭДГЭРСЭН	НАС БАРСАН
78.374	57.025	369/10

ЦЭРГИЙН ТӨВ ЭМНЭЛЭГ

НИЙТ БАТЛАГДСАН	ХЭВТЭН ЭМЧЛҮҮЛЖ БУЙ	ЭДГЭРСЭН
2950 (43)	338	2567

КОРОНАВИРУС ДЭЛХИЙ ДАХИНД

Тохиолдол	Нийт: 176,481,476
Эдгэрсэн	Нийт: 160,452,450
Нас барсан	Нийт: 3,812,135

Хүүхдийг КОРОНАВИРУСТ ХАЛДВАР (КОВИД-19)-ААС СЭРГИЙЛЬЕ!

ЦАХИМ ШУУДАНД

ЭРДМИЙН ЧУУЛГЫН ЭРДМИЙН БУУХИА ҮРГЭЛЖИЛСЭЭР...

ЦДБЭЧ



Цэргийн дуу бүжгийн эрдмийн чуулгын уран бүтээлчид цар тахал, хөл хорионы хүнд үед ч эрдэм ном, уран бүтээлдээ шамдан, тасралтгүй эрэл хайгуул

хийж, шинийг эрэлхийлж өөрсдийгөө хөгжүүлсээр явна.

Бүжигчин Х.Юлэхорол СУИС-ийн Бүжгийн урлагийн сургуулийг Найруулах урлаг-бүжиг дэглэгчийн магистр, дуучин Г.Мөнхбат, С.Хүрэлбаатар, Б.Буян, Б.Намнандорж нар "Сити" их сургуулийн Урлагийн тэнхимийн Дуулах ур зүйн магистр, хөгжимчин Б.Төгсжаргал СУИС-ийн Хөгжмийн урлагийн сургуулийг Урлагийн бакалавр, бүжигчин Б.Соёлцэцэг, Г.Эрдэнэболор, Г.Гантөмөр нар СУИС-ийн Бүжгийн урлагийн сургуулийг Бүжгийн багш-урлагийн боловсрол мэргэжлээр бакалавр зэрэгтэйгээр төгсөж, Эрдмийн чуулгын эрдмийн буухиа амжилттай үргэлжлүүлж байна. Авьяаслаг, эрч хүчтэй, оюунлаг залуустаа эрдэм оюуны эрэл хайгуулд нь гялалзсан амжилт, уран бүтээлд нь онгод хийморийг хүсэн ерөөе.

САГСАН БӨМБӨГИЙН ТЭМЦЭЭН БОЛОВ

Зэвсэгт Хүчний 186 дугаар анги

Хугацаат цэргийн алба хаагчдын дунд "Сагсан бөмбөгийн аварга шалгаруулах тэмцээн"-ийг Биеийн тамир спортын офицер, ахлах ахлагч Ч.Бархүү амжилттай зохион явууллаа. Тэмцээний 1 дүгээр байрт Танкийн ротын баг, 2 дугаар байрт Гаубицын артиллерийн батареины баг, 3 дугаар байрт Тийрэлтэт артиллерийн батареины баг тус тус шагналт байрыг эзэллээ.



Хошууч Т. Заяандарь

ЗӨВЛӨМЖ

КОВИД-19-ИЙН ШИНЖ ТЭМДЭГ



Хэрвээ танд доорх шинж тэмдгүүд илэрч байвал халдвар авсан байх магадлалтай.

- Үүнд:
- Хуурай ханиалгах,
- Хоолой өвдөх,
- Амт, үнэрээ алдах,
- Толгой өвдөх,
- Хамар битүүрэх,
- Шингэн нус гойжих,
- 38 хэм хүртэл халуурч байвал

КОВИД-19-ийн халдварын хөнгөн хэлбэрээр өвчилсөн байх магадлалтай.

Энэ тохиолдолд та айж сандралгүй гэртээ өөрийгөө 10 хоног тусгаарлаж аль болох шингэн зүйлийг халуун, бүлээнээр ууж, илчлэг сайтай хоол хүнс идэж, маш сайн унтаж амрах хэрэгтэй. Хөнгөн дасгал, хөдөлгөөн хийгээрэй.

Шаардлагатай тохиолдолд халуун бууруулах, өвдөлт намдаах зэрэг шинж тэмдгийн эмчилгээг хийнэ.

Мөн Д аминдэм 4,000-5,000 мг-аар өдөрт нэг удаа, С аминдэмийг 1,000 мг-аар өдөрт нэг удаа 14 хоногийн турш ууна.

Хэрвээ танд: (КОВИД 19-ийн хүнд хэлбэрүүд болох)

- Амьсгаадах,
- Амьсгалын тоо насанд хүрэгчдэд 1 минутад 20 буюу түүнээс дээш болж амьсгал давчдах,
- Ханиалгалт эрс нэмэгдэх,
- Амны салст, хэл, уруул, хурууны үзүүр хөхрөх,
- Амт үнэрээ алдах,
- Цээж хөндүүрлэж өвдөх,
- 38 хэмээс дээш халуурах,
- Зарим тохиолдолд гүйлгэх, бөөлжих шинжүүд илэрч байвал эмнэлгийн тусламж яаралтай авах шаардлагатай бөгөөд 119 дугаараас тусламж, мэдээлэл авна уу.

Хэдийгээр ТА вакцины бүрэн тунд хамрагдсан ч гэсэн энхрий бяцхан үрс, жирэмсэн эхчүүдийн төлөө халдвар хамгааллын дэглэмээ чандлан баримтлаарай!

СПОРТ

“АЛДАР” СПОРТ ХОРООНЫ ТАМИРЧИД АЛТАН МЕДАЛИЙН ЭЗЭД БОЛОВ



Өнгөрсөн 5 дугаар сарын 21-31-ны өдрүүдэд Дубай хотод зохиогдсон сонирхогчдын боксын 2021 оны Ази тивийн аварга шалгаруулах эрэгтэй, эмэгтэй тэмцээнд Монгол Улсын боксын үндэсний шигшээ багийн тамирчид амжилттай оролцож 3 алт, 5 хүрэл медаль хүртсэн бахдам амжилт гаргалаа.

Тодруулбал, тэмцээний эрэгтэйчүүдийн 56кг-д БХЯ-ны “Алдар” спорт хороо, Мон-Алтиус дээд сургууль,

“МАК” компанийн тамирчин ОУХМ Х.Энх-Амар, 60 кг-д Үндэсний шигшээ баг, ШШГЕГ-ын “Сүлд” спорт хороо, “Ажнай Групп”-ийн тамирчин МУГТ, ОУХМ Э.Цэндбаатар, 64 кг-д Үндэсний шигшээ баг, “Алдар” спорт хороо, Капитрон банкны тамирчин ОУХМ Б.Чинзориг нар алтан медаль хүртсэн бол 49 кг-д “Эрдэнэт бокс” клубын тамирчин, спортын мастер О.Өнөболд, 69 кг-д ОБЕГ-ын “Аврагч” спорт хороо, “Бест буйдан” компанийн тамирчин ОУХМ Б.Мишээлт,

эмэгтэйчүүдийн 51 кг-д ОБЕГ-ын “Аврагч” спорт хорооны тамирчин, ОУХМ Л.Алтанцэцэг, 54 кг-д “Эрдэнэт бокс” клубын тамирчин, спортын мастер Э.Мичидмаа, 75 кг-д Үндэсний шигшээ багийн “Ширэн бээлий клуб”-ын тамирчин, спортын мастер М.Мягмаржаргал нар тус тус хүрэл медаль хүртсэн амжилт үзүүллээ. Багийн дасгалжуулагчаар ОУХМ Ж.Энхтөр, гавьяат дасгалжуулагч А.Гантулга, спортын мастер Б.Пүрэв-Очир нар ажиллажээ.

БЭЛТГЭЛ ХУРАНДАА НАР ХОЛЫН ЗАЙД ЯВГАН АЛХАЛТ ХИЙВ

1500 км-т гүйж буй Зэвсэгт хүчний 123 дугаар ангийн ахлах ахлагч Э.Даваажамцыг дэмжиж бэлтгэл хурандаа Б.Батбаатар, Д.Дүрэвдорж, Д.Байгал, Ё.Түмэнжаргал, хурандаа С.Гантулга, түүний гэр бүлийн гишүүдээс бүрдсэн баг Төрхурх, Цэцээгүний чиглэлээр 20 гаруй км алхалт, уулын авиралт хийв. Энэхүү алхалтаа тэд цаашид тогтмол хийж байхаар төлөвлөж байгаа бөгөөд Зэвсэгт хүчний алба хаагчдаа алхалт, гүйлтээр тогтмол хичээллэж байхыг уриалав.



ЦАГ ҮЕ

ЖИРЭМСНИЙ 14-36 ДОЛОО ХОНОГТОЙ ЭХЧҮҮДИЙГ ВАКЦИНД ХАМРУУЛЖ ЭХЭЛЛЭЭ

ТА [HTTPS://VIS.HEALTH.GOV.MN/SURVEY](https://vis.health.gov.mn/survey) ХАЯГААР НЭВТЭРЭН ЦАГ АВЧ ҮЙЛЧЛҮҮЭЭЭРЭЙ

1-Р ТУНГ ЖИРЭМСНИЙ 14 ДЭХ ДОЛОО ХОНОГООС ХОЙШ
2-Р ТУНГ ЖИРЭМСНИЙ 36 ДАХЬ ДОЛОО ХОНОГООС ӨМНӨ **ХИЙЛГЭНЭ**

Коронавирусийн халдварын эсрэг вакцинжуулалтад өчигдрөөс эхлэн жирэмсэн эмэгтэйчүүдийг хамруулж эхэлсэн. Тодруулбал, Комирнэти (BNT 162b2) буюу Файзер вакцинаар дархлаажуулж байна. Вакцины эхний тунг жирэмсний 14 дэх долоо

хоноогоос хойших хугацаанд хийх бол давтан тунг жирэмсний 36 дахь долоо хоноогоос өмнөх хугацаанд хийлгэх юм. Хэрвээ давтан тунг дээрх хугацаанд хийлгэж амжихгүй бол төрснөөс хойш 42 хоногийн дараа вакцины II тунд хамрагдах боломжтой. Дархлаажуулалтыг

сайн дурын үндсэн дээр хийх бөгөөд вакцинд хамрагдахыг хүсвэл <https://vis.health.gov.mn/survey> хаягаар нэвтэрч, цаг авч үйлчлүүлнэ. Энэ нь жирэмсэн эхчүүдэд аль болох хүндрэл учруулахгүй үйлчлэх зорилготой юм.