



СОЁМБО

МОНГОЛ УЛСЫНХАА ТӨЛӨӨ ЗҮТГЭЭ

МЭДЭЭ

№15 /229/

ӨДӨР ТУТМЫН ЦАХИМ СОНИН

2022.01.19

Цаг үе, үйл явдал

ЦЭРГИЙН АНХАН ШАТНЫ СУРГАЛТ АМЖИЛТТАЙ ЯВАГДАЖ БАЙНА



Зэвсэгт хүчний Агаарын цэргийн командлал

Зэвсэгт хүчний 065, 325 дугаар ангиудын материаллаг баазыг түшиглэн 2021 оны 11 дүгээр сарын 15-ны өдрөөс энэ сарын 14-ний өдөр хүртэл буюу 2 сарын хугацаатай радиотелеграфчины мэргэжил олгох сургалтыг Зэвсэгт хүчний

Агаарын цэргийн командлалаас зохион байгууллаа.

Тус сургалтыг Зэвсэгт хүчний 065 дугаар ангийн холбооны засварчин жолооч, сургагч ахлагч Ц.Болдбаатар, бэлтгэл ахлах ахлагч У.Удаахцэцэг нар удирдан явуулсан ба ахлагчийн албаны шалгуур шаардлагыг хангасан, цаашид Зэвсэгт хүчинд ажиллах хүсэлтэй иргэдээс сэтгэл зүй, эрүүл

мэнд, сонсголын шалгалтуудыг авч тэнцсэн нийт 63 иргэнийг элсүүлэн сургалтад хамрууллаа.

Мөн Зэвсэгт хүчний Агаарын цэргийн командлалын харьяа анги, тусгай ротуудад ахлагчийн албан тушаалд энгийнээр томилогдон ажиллаж байгаа алба хаагчидтай цэргийн анхан шатны сургалтыг Зэвсэгт хүчний 065, 325, 353 дугаар ангиуд болон Зэвсэгт

хүчний 065 дугаар ангийн 278 дугаар байгууламжийн байрлалд халдвар хамгааллын дэглэмийг чанд сахин амжилттай зохион байгуулж байна. Сургалтын төгсгөлд Зэвсэгт хүчний Агаарын цэргийн командлагчийн баталсан удирдамжийн дагуу томилогдсон комисс шалгалт авч, Монгол Улсын цэргийн тангараг өргүүлэх юм.

Түүхэнд энэ өдөр

2011 он
Засгийн газрын 9 дүгээр тогтоолоор “Цэргийн алба хаагчийг гэр бүлд тэтгэмж олгох журам”, “Цэргийн алба хаагчид орон сууцны дэмжлэг үзүүлэх журам”, “Цэргийн тэтгэвэр авагчийн цалин, нийгмийн даатгалын шимтгэлийн зөрүүг төлөх журам”-ыг тус тус баталжээ.

ЦАГ АГААР

УЛААНБААТАР

ӨДӨР	ШӨНӨ
-9	-27

ӨМНӨД СУДАН

ӨДӨР	ШӨНӨ
34	24

ВАЛЮТЫН ХАНШ

ВАЛЮТ	АВАХ	ЗАРАХ
USD	2,852.00	2,855.0
EUR	3,255.0	3,265.0
CNY	448.00	449.20
RUB	38.10	39.40
JPY	24.85	25.00
KRW	2.39	2.40

ЗУРХАЙ



2022.01.19 ЛХАГВА ГАРАГ /БИЛГИЙН ТООЛЛЫН 17/

ӨВЛИЙН АДАГ ЦАГААГЧИН ҮХЭР САРЫН ХОЁР МЭНГЭТЭЙ ХАР ХАР БИЧ ӨДӨР

Үс засуулбал:

Өнгө зүс доройтно
НАРАН УРГАХ, ШИНГЭХ:
08.34-17.32

БАРИЛДЛАГА:

РАШААН
ШҮТЭН БАРИЛДЛАГА:
Өтлөх үхэхүй
Суудал: Гал

Энэ өдөр хулгана, луу жилтнээ аливаа үйлийг хийхэд эерэг сайн ба могой, морь жилтнээ сөрөг муу нөлөөтэй тул элдэв үйлд хянамгай хандаж, биеэ энхрийлүүштэй. Эл өдөр эм, эмнэлгийн элдэв үйл, хагалгаа хийлгэх, биеийн тамирыг сэргээх, хараал, жатхыг буцаах, бүжиг наадам хийх, цэцэрлэг байгуулах, урлан бүтээхэд сайн. Хувцас эсгэх, шинэ хувцас өмсөх, зөвлөгөө хийхэд муу.

Өдрийн сайн цаг нь хулгана, үхэр, луу, могой, хонь, нохой болой. Хол газар яваар одогсод зүүн урагш мөрөө гаргавал зохистой. Үс шинээр үргээлгэх буюу засуулахад тохиромжгүй.

ДОРНЫН ЗУРХАЙ: Энэ өдөр хулгана, луу жилтнээ ЭЕРЭГ сайн

УУЛЫН ТУСГАЙ РОТЫНХОН 30 КМ-ИЙН МАРШААР ...



Зэвсэгт хүчний 331 дүгээр анги

Ангийн 2021-2022 оны цэргийн сургалт бэлтгэлийн төлөвлөгөөний дагуу бие бүрэлдэхүүний үүрэг гүйцэтгэх бэлэн байдлыг хангаж, сэтгэл зүй, бие бялдрын бэлтгэлжилтийн түвшнийг дээшлүүлэх, тасгийн жигдрэлтийг хангах зорилгоор энэ сарын 13-ны өдөр тактик, тусгай бэлтгэлийн цогцолбор 30 км-ийн явган маршийг зохион байгууллаа.

Маршийн явцад “Тактикийн ажиллагаа”, “Химийн бэлтгэл”, “Отолт”, “Эмнэлгийн татангаргалт”, “Бэхлэгээний талбай байгуулах,

хаднаас буух” зэрэг хичээллүүдийг амжилттай явууллаа. Явган маршаар тасгийн захирагч, даргалах бүрэлдэхүүний ахлагч нарыг байр зүйн зураг дээр ажиллах, өөрийн байгаа цэгийг тодорхойлох, газар орны шинж чанарыг судлуулж, мөсөн замд олсоор зам тавьж, уулын тусгай хэрэгсэл ашиглан туулсан нь өвлийн цагт бие бүрэлдэхүүний бэлэн байдал, үүрэг гүйцэтгэх боломжийг дээшлүүлж, хүн нэг бүрийн уулын тусгай хэрэгсэл, олсыг ашиглан үүрэг гүйцэтгэх чадавхыг нэмэгдүүлсэн чухал ач холбогдолтой сургалт боллоо.

Ахлах дэслэгч Ч.ДАЛАНТАЙ



МОНГОЛ УЛС ДАХЬ КОРОНАВИРУСЫН МЭДЭЭ

ВАКЦИНЖУУЛАЛТ I ТУН

2,267,969 /69.7%/

ВАКЦИНЖУУЛАЛТ II ТУН

2,168,125 /66.6%/

ДАРХЛАА СЭРГЭЭХ ТУН

968,478 30,0%

ЦЭРГИЙН ТӨВ ЭМНЭЛЭГ

НИЙТ БАТЛАГДСАН
7584 +112

ХЭВТЭН ЭМЧЛҮҮЛЖ БУЙ
188

ЭДГЭРСЭН
7280

КОРОНАВИРУС ДЭЛХИЙ ДАХИНД

Тохиолдол

Нийт: 331,362,580

Эдгэрсэн

Нийт: 269,037,707

Нас барсан

Нийт: 5,563,425



Цахим шууданд

ХҮМҮҮНЛЭГИЙН ҮЙЛСЭД НЭГДЭВ



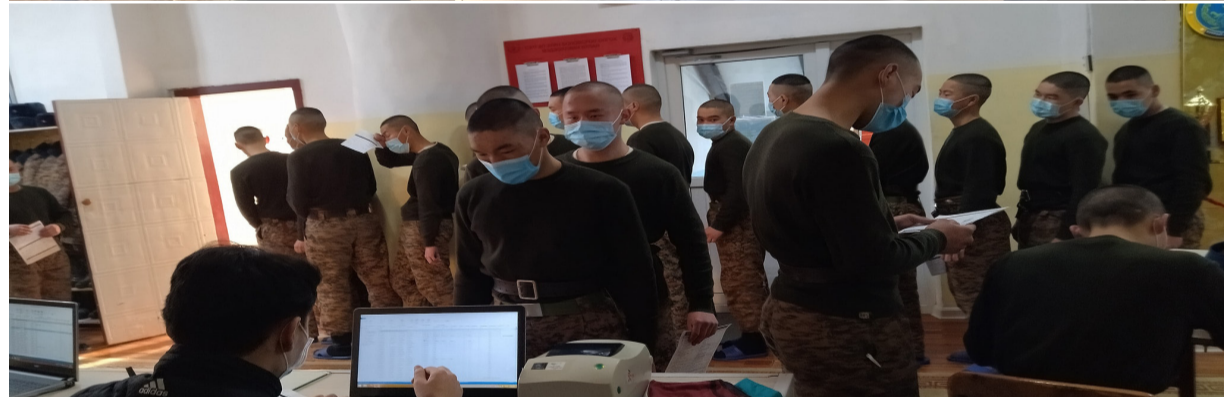
Зэвсэгт хүчний 014 дүгээр анги

Цус сэлбэлт судлалын үндэсний төвтэй хамтран "Цусаа хандивлаж, бусдын амийг аваръя" аяныг зохион байгууллаа. Цар тахлын халдвар буурахгүй байгаатай холбогдуулан цусны доноруудын хандив буурч, цусны нөөц улс орон даяар багассан энэ үед

инженерийн цэргүүдийн санаачилсан эл аян оновчтой арга хэмжээ болж байна. Бусдад амьдрал бэлэглэх аянд хугацаат цэргийн алба хаагчид өөрсдийн хүсэлтээр хамрагдсанд Цус сэлбэлт судлалын үндэсний төвөөс талархал илэрхийлж, "Эх орноо батлан хамгаалагч эр цэргүүд та нар энэ үйлсээрээ том гавьяа байгуулж байна.

Бусдын алтан амийг аварна гэдэг дайны талбарт нөхөртөө тусалсан шиг баатарлаг үйлс, хэзээ ч мартагдахгүй мөнхийн гавьяа" хэмээн баяр хүргэж, цэргийн албаа нэр төртэй хаахыг захисан юм. Энэхүү аяныг халдвар хамгааллын дэглэмийг чанд баримтлан явууллаа.

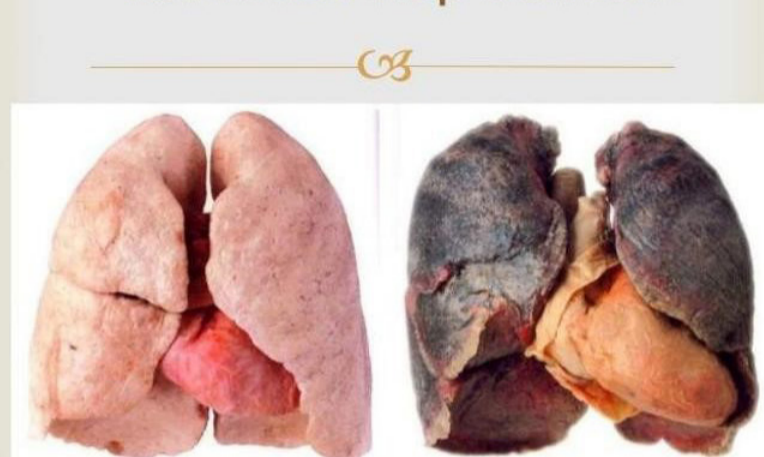
Ахлах дэслэгч Г.ТҮМЭНБАЯР



УУШГИ ЦЭВЭРЛЭЖ, ЭРҮҮЛЖҮҮЛЭХ СУПЕР 4 БҮТЭЭГДЭХҮҮН

Уушгиа эрүүл байлгах гол үндэс нь тамхи татахгүй байх явдал юм. Уушгиа хэрхэн цэвэрлэх вэ? Тамхичдын уушги тамхинаас гадна гаднын хортой нөлөөллөөс болж улам илүү хорддог.

Тамхины хор хөнөөл



1. Хаан жүрж
Цитрусын төрлийн энэ жимс нь антиоксидантуудаар баялаг төдийгүй эсийн үйл ажиллагаанд эергээр нөлөөлдөг байна. Түүнчлэн түүнд агуулагдах бодисууд нь хавдаг үүсгэгчийг эсэргүүцэх чадвартай аж. Иймээс тамхи татдаг, тэр тусмаа уушгины хорт хавдраар өвчилж болзошгүй, эрсдэл бүхий хүн бүр энэ исгэлэн жимсийг заавал хэрэглэх шаардлагатай.

2. Саримс
Саримс нь олон зуун өвчнийг анагаах хүчтэй зэвсэг юм. Саримс нь бие организмд сайнаар нөлөөлж биеийг эрүүлжүүлэх чадвартай тул өдөр тутмын хоол хүнсэндээ эргэлзэлгүйгээр хэрэглэж байх нь уушгиа хамгаалах, эмчлэх, уушгины төрөл бүрийн өвчнөөс урьдчилан сэргийлэх арга юм.

3. Цагаан гаа
Цагаан гаа нь нян, вирусийн эсрэг үйлчилгээтэй төдийгүй судас тэлж, цэр гадагшуулахаас гадна гуурсан хоолойн сувгийг нөхөн сэргээх чадвартай.

4. Лууван нь А, С, Е, К болон В бүлгийн аминдэмүүдээр баялаг. Энэ дундаас онцгойлон А аминдэм нь эд болон хучуур эдийн эсэнд сайнаар нөлөөлдөг. Бие махбодоос бүхий л амин дэмийг "хөөгөөд" гаргачихдаг никотины хортой нөлөөг саармагжуулахын тулд лууванг түүхийгээр нь эсвэл салат бэлтгэх хэрэглээрэй. Луувангийн шүүс нь мөн чухал.

Эцэст нь хэрэв тамхиа хаяхаар шийдсэн бол уушгиа цэвэрлэхэд анхаараарай. Ингэснээр уушгины хэвийн үйл ажиллагаа эргэн хэвэндээ орж эрчимждэг. Хурдан хугацаанд үр дүн мэдрэхгүй ч гэлээ толгой чинь илүү сайн ажиллаж, үнэр сайн ялгадаг болохоос гадна өөрийн дуртай хоолны тэрхүү сайхан амтыг улам илүү мэдэрдэг болно.

ЦТЭ-ийн Уушгины эмгэг судлалын тасгийн сувилагч, ахлагч С.ЛХАГВАСҮРЭН сувилагч Э.МӨНХЦЭЦЭГ

ЖАНЖИН Д.СҮХБААТАРЫН НЭРЭМЖИТ СҮХБААТАРЫН БА БАЙЛДААНЫ ГАВЪЯАНЫ БОЛОН ХӨДӨЛМӨРИЙН ГАВЪЯАНЫ УЛААН ТУГИЙН ОДОНТ ҮНДЭСНИЙ БАТЛАН ХАМГААЛАХЫН ИХ СУРГУУЛЬ 2021-2022 ОНЫ ХИЧЭЭЛИЙН ЖИЛИЙН ХАВРЫН УЛИРЛЫН МАГИСТР ДОКТОРЫН ЭЛСЭЛТ ЭЛСЭЛТ АВАХ ХӨТӨЛБӨР, МЭРГЭЖЛИЙН ЧИГЛЭЛ:

МАГИСТРЫН ХӨТӨЛБӨР

1. Хуурай замын цэргийн сургалт
2. Агаарын цэргийн сургалт
3. Кибер аюулгүй байдлын цэргийн сургалт
4. Батлан хамгаалах
5. Цэргийн шинжлэх ухаан
6. Аюулгүй байдал судлал
7. Төрийн удирдлага

ДОКТОРЫН ХӨТӨЛБӨР

1. Батлан хамгаалах
2. Цэргийн шинжлэх ухаан
3. Аюулгүй байдал судлал

Бүртгэл: 2022.01.03-аас 2022.01.25-ны ажлын өдрүүдэд 09.00-17.00 цагт бүртгэж байна.
Шалгалт: 2022.01.26 -нд
Холбоо барих: 99092890, 86100101, 94095225
E-mail: Магистр: lhbatjargal@gmail.com, Доктор: sbolortsetseg22@gmail.com