



# На посту

За законность и правопорядок

ГАЗЕТА ВЫХОДИТ  
С 12 МАЯ 1930 ГОДА

Издатель – МВД Республики Узбекистан • Четверг, 2 декабря 2004 года • №49 (3572)

## С ЗАСЕДАНИЯ КОЛЛЕГИИ МВД РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

В ходе очередного заседания коллегии МВД республики, которое открыл и вел министр внутренних дел генерал-полковник З. Алматов, были рассмотрены следующие вопросы. О мерах, которые предпринимаются органами и подразделениями органов внутренних дел по обеспечению общественного порядка и безопасности граждан в период подготовки и проведения выборов в Олий Мажлис Республики Узбекистан, доложил заместитель министра З. Бобоколов. Заслушаны сообщения с мест о проводимой работе в данном направлении.

Следующим был обсужден вопрос о состоянии дел в повышении уровня боевой подготовки личного состава органов и подразделений внутренних дел в различных экстремальных ситуациях и мерах по дальнейшему совершенствованию управления.

Начальник ГСУ МВД республики полковник А. Шарафутдинов в своем докладе затронул актуальную тему, прокомментировав постановление Пленума Верховного суда Республики Узбекистан. Оно касается, в частности, требований к процессу доказывания вины находящихся под следствием лиц, и разъясняет, что доказательства, добытые с нарушением процессуальных норм, не имеют юридической силы и не могут учитываться при вынесении приговора.

На все возникшие в ходе заседания вопросы были получены исчерпывающие ответы, а по всем обсужденным темам повестки дня приняты соответствующие решения.

Наш корр.



## МОЛОДЕЖЬ ПРОТИВ ТЕРРОРИЗМА

В докладе Президента И. Каримова на 14-й сессии второго созыва Олий Мажлиса особо подчеркивалась актуальность борьбы с терроризмом и религиозным экстремизмом, призывалось для повышения влияния на молодежь активно использовать все формы и методы идеологической работы, современные информационные технологии, помощь родителей, педагогов и наставников.

В свете этих требований при участии МВД республики осуществляется программа, в рамках которой проводятся мероприятия соответствующей направленности. Одно из них – “Тасвирий ойна” – проведено недавно в Ташкенте. В выставочном зале Узбекской академии художеств состоялась выставка работ молодых художников на темы, связанные с противо-

действием терроризму и религиозному экстремизму.

Посетители выставки имели в эти дни возможность познакомиться с произведениями изобразительного искусства, созданными молодежью. Экспозиция выставки это терроризм

и экстремизм глазами молодых.

На выставке были отобраны наиболее выразительные плакаты, которые рекомендованы для издания и распространения.

Наш корр.



На снимке: экспозиция в выставочном зале.

Фото А. КЕНЖАЕВА.

## ВНИМАНИЕ: ПОДПИСКА!

Оформив подписку на газеты “На посту”, “Постда”, журналы “Щит”, “Qalqon”, вы будете знать о последних новостях в деятельности подразделений МВД республики. На страницах наших изданий можно прочесть о работе служб уголовного розыска, следствия, профилактики, пожарной безопасности и безопасности дорожного движения, кинологической, патрульно-постовой и других.

Вы найдете здесь рассказы о ветеранах милиции, материалы на морально-нравственную тематику, размышления о человеческих судьбах, криминальные истории, спортивные новости.

Если вы хотите знать обо всем, чем живут сотрудники органов внутренних дел республики, о событиях в нашей стране и в мире, – подписывайтесь на издания

Объединенной редакции МВД Республики Узбекистан!

### ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

“На посту” – 169 (367)

“Постда” – 180 (360)

“Щит” – 971 (1084)

“Qalqon” – 970 (1083).

## СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ: КАК СОЗДАВАЛСЯ ОСНОВНОЙ ЗАКОН

“Конституция – от латинского *constitutio* – установление, устройство. Термин “конституция” в Древнем Риме означал акты (эдикты, декреты, мандаты), исходившие от императора. А вообще конституция – это основной закон государства”.

2

## МИРОВЫЕ НОВОСТИ



3

## КРИМИНАЛИСТЫ: ТРАДИЦИИ И НОВАТОРСТВО

“Средства криминалистики используются в раскрытии преступлений так же давно, как и сыск. Поэтому когда случается преступление, то на месте его совершения одним из первых появляется работник экспертно-криминалистического подразделения”.

4

## ПО ВСЕЙ СТРОГОСТИ

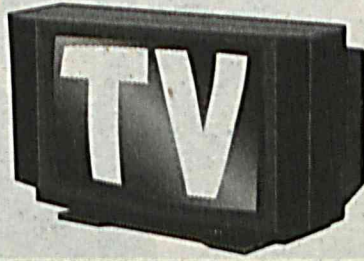
“Встречаются люди, которые, оказавшись в какого-нибудь рода затруднении, сотни раз готовы молиться и просить у господи помощи. Но когда все позади, прошло, то тут же забывают о своих мольбах”.

14

# ОУНАЯ СТАВКА

# ГАЗЕТА В ГАЗЕТЕ

ТЕЛЕПРОГРАММА



НА НЕДЕЛЮ

8 ДЕКАБРЯ — ДЕНЬ КОНСТИТУЦИИ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

**Слушателям Учебного центра ГУВД г. Ташкента, а обучаются здесь вновь принятые сотрудники, преподаются многие дисциплины. Наряду со специальными им дают знания по праву. Так, юридическая подготовка включает в себя отдельные положения государственного права, общие положения административного и уголовного права**

## ПЕРВЫЙ УРОК

Первая тема, с которой знакомятся слушатели в учебном центре, связана с Конституцией Республики Узбекистан. Изучение Основного Закона начинается со знакомства слушателей с основами государственного устройства, структурой органов власти и управления Республики Узбекистан, основами государственной власти на местах. Затем изучаются основные права, свободы, обязанности граждан Республики Узбекистан.

Изучение данного раздела имеет важное значение для работников правоохранительных органов, так как уголовное, административное законодательство и другие отрасли права основываются на юридических гарантиях прав личности.

Помогают постигать азы юридической грамотности преподаватели подполковники Г. Мирзаева, Н. Темирова, майор М. Матчанова. При их активном участии в библиотеке учебного центра оформлен стенд "Конституция Республики Узбекистан — основной закон государства". В часы самоподготовки проводятся беседы со слушателями, где рассказывается об истории принятия Конституции, верховенстве Конституции и закона о государственном суверенитете и т. д.

В честь празднования 12-й годовщины принятия Конституции Республики Узбекистан в учебном центре будут проведены занятия, посвященные этому дню.

**Л. ИРАЛИЕВА,**  
подполковник.

Конституция Республики Узбекистан принята 8 декабря 1992 года. Минувшие 12 лет в полной мере подтвердили ее достоинство, жизнеспособность, созидательный потенциал, притягательную силу и международное значение. Интересна история ее создания. В июне 1990 года высший законодательный орган Узбекистана образовал Конституционную комиссию в составе 64 человек во главе с И. Каримовым. Свою работу комиссия начала с изучения большинства конституций мира. Особое внимание уделялось достижениям демократии, международным документам по правам человека. В апреле 1991 года в комиссии были образованы рабочая группа и подгруппы по отдельным конституционным проблемам. Первоначальный вариант проекта Конституции "был готов уже к осени 1991 года. Затем началась скрупулезная работа над его шлифовкой. Каждая статья многократно обсуждалась.

Как говорят очевидцы и участники создания проекта Конституции, председатель Конституционной комиссии, Президент Уз-

## КАК СОЗДАВАЛСЯ ОСНОВНОЙ ЗАКОН

*Конституция — от латинского *constitutio* — установление, устройство. Термин "конституция" в Древнем Риме означал акты (эдикты, декреты, мандаты), исходящие от императора. А вообще конституция — это основной закон государства. Она отражает общественное и государственное устройство, определяет принципы организации и деятельности органов государственной власти и управления, избирательной системы, основные права и обязанности граждан*

бекистана И. Каримов, показывая образец прилежности, компетентности, грамотности и трудолюбия, лично с карандашом в руке несколько раз "прошелся" по всему проекту, менял текст, исправлял, вносил свои предложения.

Особо встал вопрос об использовании иноязычных терминов, ибо в комиссию поступали предложения о нецелесообразности употребления тех или иных слов, таких как "конституция", "республика", "суверенитет". Предлагалось заменить их словами "коммун", "жумхурият", "муस्ताкиллик" и т. д. Рабочая комиссия для решения терминологических вопросов обратилась к председателю Конституционной комиссии и в Терминологический комитет.

Председатель комиссии И. Каримов внимательно изучил эту проблему и внес предложение сократить в тексте Конституции слова иностранного происхождения, которые стали достоянием узбекского народа в результате мировых интеграционных языковых процессов. Было решено сохранить в тексте Основного Закона слова: конституция, демократия, герб, референдум, суверенитет, президент, митинг, парламент, депутат, адвокатура, ратификация. И многое другое. Также, по предложению президента, в текст были введены новые понятия и термины: Олий Мажлис, хоким, вилоят, туман, хозяйственный суд и т. д.

Каждое понятие, каждое слово, каждый термин

— это плод долгих раздумий, стремлений учесть историю и традиции народа, это результат огромной творческой работы многих людей.

Параллельно Конституции решался вопрос разработки государственных символов — флага и герба Республики Узбекистан, согласно пятой статье Конституции. В апреле 1991 года Конституционная комиссия утвердила творческую и экспертную группы для подготовки предложений по эскизам флага и герба.

Как известно, флаг Республики Узбекистан был утвержден 18 ноября 1991 года, а герб — 2 июля 1992 года, задолго до принятия Основного Закона.

**Н. ЧУРСИНОВ.**

## ПОДГОТОВКА ЗАВЕРШЕНА

В эти дни Шаватская окружная избирательная комиссия проводит работу по подготовке проведения выборов депутатов Законодательной палаты. Регистрацию прошли пять кандидатов в депутаты в нижнюю палату от разных политических партий. Определены места и время проведения встреч кандидатов в депутаты с избирателями. В данный округ входят Шаватский и Кошкуньерский районы

Наш округ состоит из 53 избирательных участков, а число избирателей составляет более 118 тысяч человек, — говорит председатель Шаватской окружной избирательной комиссии Йулдош Хажиев. — Каждый кандидат в депутаты может иметь до пяти доверенных лиц. После регистрации доверенных лиц они могут развернуть пропаганду программ от своей партии и агитацию. По законодатель-

ству всем кандидатам предоставляются равные права и возможности.

Следует отметить, что депутаты в нижнюю палату, выдвинутые от политических партий и инициативных групп, избираются прямым голосованием.

В Шаватском округе созданы необходимые условия для ознакомления избирателей с этим этапом построения правового государства.

### НАВСТРЕЧУ ВЫБОРАМ



За нашим подразделением закреплено 33 избирательных участка, активно осуществляются мероприятия по охране общественного порядка и обеспечению пожарной безопасности, — рассказывает заместитель начальника Шаватского РОВД подполковник Рустам Курбонов. — Сотрудники прилагают усилия для того, чтобы выборы в Законодательную палату и местные кенгаши прошли без каких-либо происшествий.

Избирательный участок №32 можно считать образцовым. Участок расположен в здании Шаватского строительного профессионального колледжа. Директор колледжа Мухаб-

бат Йулдошева тоже не стоит в стороне, постаралась сделать все комфортно и создать удобные условия для избирателей. Старший инспектор отделения по охране общественного порядка Шаватского РОВД старший лейтенант Рузимбой Курбонов часто навещает избирательный участок и как ответственный работник участвует в совещаниях избирательной комиссии. Председатель комиссии избирательного участка Рахим Нурматов сказал, что на участке проведена регистрация населения и составлен список избирателей.

На снимках: председатель Шаватской окружной избирательной комиссии Йулдош Хажиев и заместитель начальника Шаватского РОВД подполковник Рустам Курбонов; старший инспектор Шаватского РОВД старший лейтенант Рузимбой Курбонов участвует в совещании избирательной комиссии.

**Ф. МУХАММАДИЕВ,**  
**М. АБДУЛЛАЕВ.**  
Фото Ф. МУХАММАДИЕВА.

### МЕСТО СЛУЖБЫ КАРАУЛЬНЫЕ ВОЙСКА

## ИТОГИ ПОДВЕДЕНЫ, ЗАДАЧИ ОПРЕДЕЛЕННЫ

**В канун начала нового учебного года в караульных войсках проведено служебное совещание, в котором приняли участие начальники управлений, отделов и служб Главного управления войск, командиры воинских частей и их заместители, командиры подразделений**

С докладами об итогах служебно-боевой деятельности, боевой учебы в истекшем учебном году, состоянии воспитательной работы и воинской дисциплины, подготовки к зиме выступили заместитель начальника штаба войск полковник С. Ем, начальник управления по работе с личным составом полковник М. Фазылов, заместитель командующего по тылу полковник М. Шерматов и начальники отделов ГУКВ. Лучшими в текущем году являются части, где командирами полковник В. Бударников, майор В. Халимов и подполковник Ф. Алимов.

Интересными и полезными для командующего состава частей и подразделений были выступления заместителя начальника ГУИН полковника В. Эргашева, представителя военной прокуратуры майора юстиции И. Гречишного и заместителя начальника управления материально-технического и военного снабжения майора А. Аристов.

Командующий караульными войсками полковник Н. Сулейманов подробно остановился на основных нерешенных вопросах, имевших место недостатках, определил конкретные задачи на предстоящий период по организованному началу учебного периода.

Соб. инф.



## МИРОВЫЕ



НОВОСТИ

Миллионы итальянцев во вторник вышли на забастовки, протестуя против экономической политики премьер-министра Италии Сильвио Берлускони. Как сообщается на сайте телекомпании ВВС, лидеры профсоюзов крайне недовольны сокращением финансирования государственных служб в бюджете на следующий год.

В результате акции протеста, в которой принимают участие, в том числе, авиадиспетчеры, национальной авиакомпании

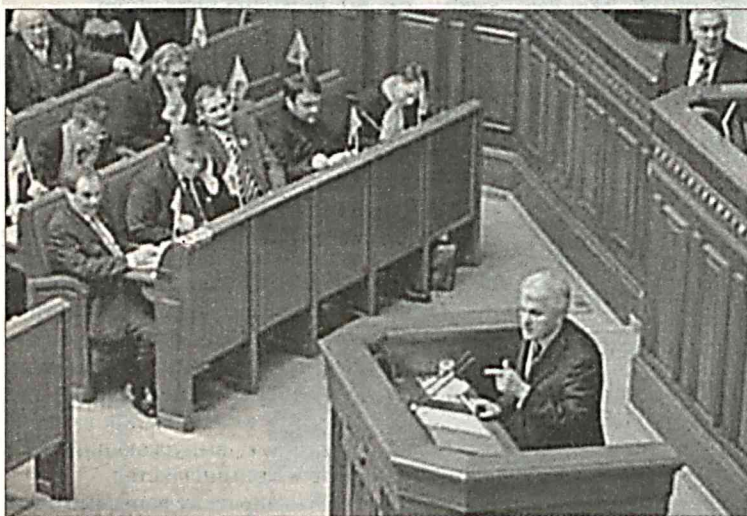
ИТАЛЬЯНЦЫ  
ПРОТЕСТУЮТ

Alitalia пришлось отменить более 130 рейсов. До часа дня по местному времени прекратилось движение поездов. Почтовые отделения и правительственные учреждения закрылись на весь день. Больницы оказывают только неотложную помощь.

Проект бюджета, предло-

женный Берлускони, был принят парламентом на прошлой неделе. Сокращение некоторых статей расходов связано с необходимостью снизить государственный долг Италии, так как его размерами недовольна Европейская комиссия. По этому показателю Италия занимает третье место в мире.

Однако, по мнению жителей около 70 итальянских городов, где проходит забастовка, сокращение расходов на общественный сектор на 8 миллиардов долларов неприемлемо. Представители власти, в свою очередь, не понимают, как можно протестовать против реформы, направленной на всеобщее обогашение. Ведь сокращение финансирования сопровождается снижением налогов, что выгодно для каждого гражданина Италии.

ОТКАЗАЛАСЬ ПРОВОДИТЬ  
ВНЕОЧЕРЕДНОЕ ЗАСЕДАНИЕ

Вечером во вторник Верховная Рада не собралась на внеочередную сессию. Таким образом, парламентарии не выполнили требование оппозиции.

Напомним, что ранее комитет национального спасения Украины, объединяющий сторонников кандидата в президенты от оппозиции Виктора Ющенко, отказался продолжать переговоры по

урегулированию политического кризиса и объявил о мобилизации. Вместе с тем комитет заявил о возобновлении блокирования кабинета министров Украины и потребовал созыва внеочередной сессии Рады.

В среду в парламенте будет обсужден и поставлен на голосование третий вариант проекта постановления Верховной Рады о социально-политической ситуации в Украине.

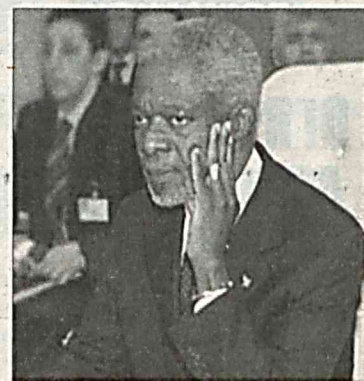
Отдельно по настоянию лидеров фракций будут вынесены вопросы об отставке действующего правительства и Генерального прокурора Украины. На данный момент первое предложение набирает максимум 200 голосов народных депутатов при 226 необходимых, а второе еще меньше.

Владимир Литвин заявил, что не намерен баллотироваться в президенты в случае назначения повторных выборов. "Нереальных задач я перед собой не ставлю", - добавил спикер Верховной Рады.

ОПОЗОРИЛ  
СОБСТВЕННЫЙ СЫН

Природа действительно отдыхает на детях известных людей. Отличился сын генсека ООН Кофи Аннана Койо. 29-летний молодой человек уличен в том, что он брал взятки у швейцарской компании Cotecna Inspection S.A, занимающейся производством медикаментов, продуктов питания и их поставкой на Ближний Восток в рамках программы "Нефть в обмен на продовольствие". Аннан-младший работал в Cotecna с 22 лет в качестве стажера, а затем - консультанта (в то время его отец еще не возглавлял ООН). Официально Койо ушел из фирмы в 1998 г., однако, как выяснилось, с тех пор он получил от нее \$125 тыс. (по \$2,5 тыс. ежемесячно).

Как заявил пресс-секретарь Организации Объединенных Наций Фред Экхард, швейцарцы платили сыну Кофи Анна-



на за то, чтобы тот не создавал бизнес-структуры, конкурирующие с Cotecna Inspection S.A.

Деятельность Койо проверяется в рамках расследования о коррупции среди руководителей программы "Нефть в обмен на продовольствие". Как выяснилось, ряд чиновников Организации Объединенных Наций неплохо заработали на реализации программы.

## СОПЕРНИК АББАСА — БАРГУТИ

Палестинский общественный и политический деятель Мустафа Баргути выдвинул свою кандидатуру на выборах главы Палестинской автономии. По популярности среди избирателей Баргути занимает второе место после другого кандидата в президенты Махмуда Аббаса, представляющего движение ФАТХ.

Мустафа Баргути участвует в выборах как независимый кандидат. Его предвыборная платформа основывается на необходимости проведения полномасштабных реформ, которые будут направлены, в первую очередь, на борьбу с коррупцией во властных структурах. В целом, Баргути расплывчато пообещал "установить власть закона" в стране.

В оптимистичные планы Баргути входит создание палестинского государства со столицей в Иерусалиме. Политическая система этого государства будет строиться на демократических принципах. Баргути призвал возобновить переговоры с Израилем по принятию плана мирного урегулирования - "дорожной карты".

## ПРИМАКОВА СПРОСИЛИ В ГААГЕ

**Во вторник в Гаагском трибунале, где идет процесс над Слободаном Милошевичем, произошло символическое событие. В защиту свергнутого президента Югославии выступил Евгений Примаков**

Милошевич вызвал его в Гаагу сам. Как известно, в свое время он получил в Белграде хорошее юридическое образование, а поэтому воспользовался правом отказаться от адвокатов и самому разработать линию защиты. В качестве свидетелей Милошевич решил вызвать больше тысячи человек, в том числе Билла Клинтона, Гельмута Коля, Тони Блэра и Мадлен Олбрайт, которая уже выступала в Гааге на процессе по делу Биллианы Плавшич, создавшей на территории Боснии националистическую Республику Сербскую. Из России убеждать судей в том, что Милошевич не виновен в геноциде, преступ-

лениях против человечества и военных преступлениях (так сформулировано обвинение), поехал не только Примаков. До него на процессе успели выступить генерал Леонид Ивашов, представлявший российское Минобороны, и бывший председатель Совмина Николай Рыжков.

Примаков говорил недолго и не сказал ничего такого, что могло бы изменить ход процесса, хотя за все время суда обвинение тоже не представило никаких сенсационных доказательств вины Милошевича. Суть выступления бывшего российского премьера сводилась к тому, что бывший президент Югославии не был сербским

националистом и не вынашивал плана создать Великую Сербию.

В доказательство Примаков пересказал один из своих разговоров с Милошевичем. Первый раз он встретился с ним еще в качестве руководителя Службы внешней разведки. Был 1993 год, и на Балканах уже шла война. Примаков тогда специально спросил югославского президента про Великую Сербию. "Он сказал мне, что достичь это возможно только в теории и ценой большой крови", - сказал экс-премьер и процитировал Милошевича: "Я не готов сделать этого".

ПЫТАЛИСЬ  
ВЗОРВАТЬ

**Заминированный автомобиль был взорван на переполненном людьми рынке в городе Байджи к северу от Багдада, когда мимо проезжал американский патруль**

В результате теракта пострадали гражданские лица: 7 из них погибли, а 18 получили ранения. Были также ранены два американских солдата. Кроме того, еще один солдат получил ранения, когда один из повстанцев выстрелил в американский танк из гранатомета.

Инцидент произошел в этом же городе, в котором находится крупный нефтеперерабатывающий завод. Байджи расположен в 180 километрах к северу от Багдада на полпути между столицей Ирака и Мосулом, у поворота на Киркук. В последние три недели повстанцы активизировали свои действия на этом направлении после падения Фаллуджи.

Кроме того, еще одна попытка взорвать американцев с помощью заминированного автомобиля была предпринята во вторник на дороге в багдадский аэропорт. Взрывом была повреждена машина, несколько человек получили ранения.

Эта трасса считается одной из самых опасных в Ираке. На ней ежедневно совершаются нападения на военнослужащих коалиции и представителей западных стран, работающих в Багдаде. В понедельник британское посольство запретило своим сотрудникам пользоваться этой дорогой для поездок в аэропорт, где находится крупная военная база.

## ПАМЯТЬ

**С майором в отставке Болтихоном Таджибаевым я последний раз виделся в 2002 году, когда отмечали 80-летие ветерана**

Бывший фронтовик, прошедший через огонь войны, он очень любил и ценил жизнь, всегда старался быть впереди.

В марте 1945 года Б. Таджибаев был комиссован из действующей армии из-за полученных ранений, вернулся в родной Ан-

## МГНОВЕНИЕ И ВЕЧНОСТЬ

дijan. Фронтовые раны долго не заживали, но долечиться и отдохнуть фронтовик не успел. Органам внутренних дел нужны были опытные офицеры. Забыв о боли и ранах Болтихон с головой окунулся в беспокойную работу. Приобретенный на фронте опыт был хорошим подспорьем в работе молодого сотрудника, помогали старшие товарищи. Вскоре и сам Болтихон стал наставником, учил азам службы молодых сотрудников, не забывал о повышении собственного профессионализма. Самостоятельно изучал юриспруденцию, уголов-

ное право, криминалистику. Шло время, на разных должностях честно и добросовестно служил офицер. На заслуженный отдых Болтихон Таджибаев ушел в звании майора. С того времени прошло больше тридцати лет.

На вечере, посвященном юбилею ветерана, отмечавшегося в торжественной обстановке в Учебном центре УВД, много теплых слов и поздравлений было сказано в адрес ветерана. После окончания торжества Болтихон ака пригласил домой близких друзей и соратников. Он с гордостью показывал гостям свой

фронтовой альбом. Пожелтевшие от времени снимки, большинство из которых любительские, одиночные и групповые, с улыбающимися и очень серьезными лицами. Как будто и впрямь люди, на которых был наведен объектив, думали, что из магической камеры вот-вот вылетит птица счастья. Но после того как шелкнул затвор фотоаппарата, она прилетела, увы, не к каждому...

Ах, эти черно-белые кадры олицетворение прошедшей эпохи! Бережно хранимые — пока жив хоть кто-то в роду. Пожелтевшие фотографии вернувших-

ся и не вернувшихся с войны мужей, братьев и отцов.

Таким, с альбомом в руках, бодрый и веселый, запомнился мне Болтихон Таджибаев, когда он торжественно и чинно, стараясь ничего не забыть рассказывал, показывая снимки, о друзьях — товарищах, о фронтовом братстве, годах боевой молодости.

К сожалению, больше мне встретиться с ветераном не удалось... В начале осени нынешнего года он ушел из жизни.

Б. КЛЕЙМАН.

МЕСЯЧНИК  
ПОЖАРНОЙ  
БЕЗОПАСНОСТИ

## ОГНЕБОРЦЫ В АВТОБУСНОМ ПАРКЕ

Месячник пожарной безопасности близится к завершению. В эти дни активно проводятся агитационные мероприятия на предприятиях столицы: в людных местах можно видеть огнеборцев, разъясняющих населению необходимость соблюдать меры пожарной безопасности. Тематическая встреча с участием инспекторов пожарной безопасности состоялась на днях в автопарке № 3. В ней участвовали также служащие акционерных обществ «ОНИКС» и «Дори Дармон», учащиеся лицея при Институте востоковедения. Собранным была показана пожарная техника: автомашин «Мерседес-1224» с механической лестницей, пожарная автоцистерна «ЗИЛ-131» в агитационном автобусе была размещена наглядная агитация — плакаты, фотографии на тему острого обращения с огнем.

Начальник пожарной безопасности Сабир-Рахимовского района подполковник Г. Рахимов проинформировал собравшихся о мерах по предотвращению пожаров, их причинах, привел несколько примеров, где виновниками поджогов были дети, оставшиеся без надзора.

Лейтенант Ш. Усманов и капитан Ф. Наджмидинов объясняли, как пользоваться средствами тушения пожаров, продемонстрировали технику. На этом предприятии имеется добровольная пожарная дружина. Возглавляет ее подполковник в отставке А. Естафьев. Местные огнеборцы, а их 12 человек, соответствующим образом вооружены, так, имеются первичные средства пожаротушения — огнетушитель, рукава и ствол. Добровольцы обеспечены боевой одеждой. На встрече они организовали показательное выступление — тушение пожара. Участникам встречи были розданы плакаты и другие материалы.

Примечательно, что жители Ташкента очень охотно участвуют в подобных мероприятиях. Интересуются, задают вопросы. Сотрудники службы пожарной безопасности уверены, что месячник пройдет с высокой результативностью.

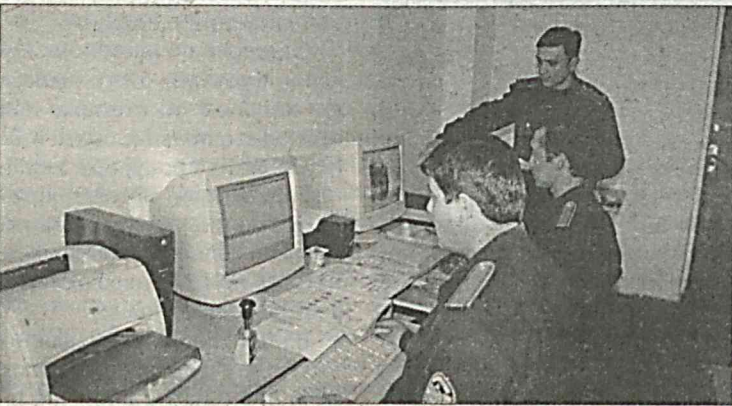
М. РАХИМОВА,  
Лейтенант.

Средства криминалистики используются в раскрытии преступлений так же давно, как и сыск. Поэтому когда случается преступление, то на месте его совершения одним из первых появляется работник экспертно-криминалистического подразделения.

Не первый год работает в ЭКО УВД Самаркандской области лейтенант С. Нуруллаев. Этот молодой сотрудник считается уже опытным экспертом, при его участии раскрыто не одно преступление благодаря тому, что удалось обнаружить оставленные преступником следы. Нередки случаи, когда найденные экспертом улики сыграли решающую роль в изобличении того, кто был причастен к тому или иному преступлению.

Для обработки собранной на месте преступления информации сегодня применяются компьютерные технологии. Одна из программ, например, предназначена для создания изображе-

## КРИМИНАЛИСТЫ: ТРАДИЦИИ И НОВАТОРСТВО



ния внешности (портретов) лиц, подозреваемых в совершении преступления.

Давно и успешно используется система идентификации личности на основе дактилоскопической информации. Эта

система для раскрытия преступлений действует в автоматическом режиме. Возглавляет отдел подполковник А. Лапин.

— Результативность использования научных методов и технических средств в раскрытии

преступлений определяется прежде всего уровнем подготовки кадров, — говорит Александр Карлович. — В нашем криминалистическом подразделении трудятся высококвалифицированные специалисты, прошедшие обучение в Академии МВД, где имеется специализированный факультет, выпускающий экспертов-криминалистов.

Решены также вопросы повышения квалификации сотрудников, их аттестации на производство тех или иных криминалистических экспертиз.

С уверенностью можно сказать, что роль криминалистики в раскрытии преступлений возрастает.

Д. САЛОХИДИНОВА.  
Фото автора.

## ЕСЛИ РЯДОМ ИНСПЕКТОР

Все чаще приходится видеть инспекторов профилактики, круг забот которых не ограничивается его прямыми служебными обязанностями

В Касансайском районе из 28 имеющихся опорных пунктов, четыре считаются централизованными. Охватывая несколько близлежащих махалей и кишлаков, с 35-40 тысячами жителей, эти опорные пункты выполняют функцию отделений РОВД. Здесь по графику ведут прием граждан работники различных служб: без поездки в районный центр можно решить вопросы, связанные с обменом паспорта, пропиской, регистрацией автомобиля и другие.

Централизованный опорный пункт приблизил сотрудников органов внутренних дел к населению. Люди сильнее ощутили свою при-

частность к борьбе с правонарушениями, предупреждению преступлений на почве семейно-бытовых неурядиц. Последовательно проводится работа по устранению условий, способствующих совершению преступлений. Ведется профилактический учет лиц, со стороны которых возможны правонарушения, контролируется поведение тех, кто вступал уже в конфликт с законом. В этом инспекторам помогают представители органов местного самоуправления, аксакалы, махалинские активисты.

Народ становится более бдительным, активнее принимает участие в охране

общественного порядка. К централизованным опорным пунктам имеет прямое отношение деятельность общественных комиссий, штабов по руководству махалинскими стражниками, различные секции по работе с подростками.

Один из центральных опорных пунктов возглавляет капитан Ботиржан Саломов, опытный работник, в органах внутренних дел почти десять лет, а на этом участке уже пять.

В 2003 году за мужество и героизм, проявленные при задержании особо опасных вооруженных преступников, Б. Саломов удостоился награждения медалью «Жасорат».

У капитана Саломова сложились хорошие взаимоотношения с председателями сходов граждан, махалинскими аксакалами. Жители кишлака «Тергачи» очень довольны работой старшего инспектора профилактики и считают его своим. Для стража порядка это лучшая оценка его труда.

На снимке: старший инспектор профилактики капитан Б. Саломов беседует с дехканом фермерского хозяйства «Янги хайт» А. Норчиевым.

Б. КЛЕЙМАН.  
Фото автора.



*Обучать детей правилам безопасного поведения на дороге — задача не из легких. Здесь важно пробудить у юного гражданина интерес к предмету и зародить в нем понимание важности в жизни Правил дорожного движения. Творчески подходит к решению этой задачи коллектив одной из школ города Ургенча. Все — от директора Н. Ванаевой до учителя младших классов — в постоянном творческом поиске.*

## КОГДА И КАК ИЗУЧАТЬ ПДД

Уроки на эту тему проводятся уже в начальных классах. Вот как это делает, например, учительница У. Сабирова среди своих второклашек. Рассказ, о том как появился светофор, она построила в форме сказки. В последующем дети инсценировали эту сказку и показали представление первоклассникам.

На уроках по изучению ПДД дети составляют кроссворды, что помогает им твердо запомнить то, что связано с дорожным движением. У каждого ученика в тетрадке имеется схема пути от дома до школы. Часто проводятся конкурсы рисунков, где школьники изображают знаки дорожного движения, определяют победителя обязательно.

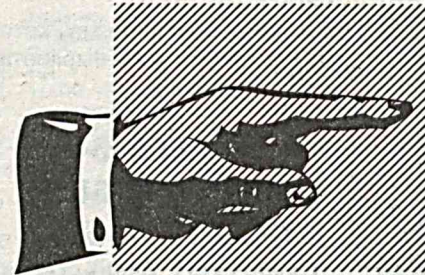
Использует Умида Пулатовна и такие формы обучения, как эскурсии по городу. Дети отправляются в такие путешествия пешком и учатся правильно переходить дорогу.

Есть в этой школе и свой КВН по теме безопасности движения. Заседания клуба проходят во дворе школы, где на асфальте изображена схема-макет перекрестка с соответствующими дорожными знаками. Участвуют в КВН и родители и инспектора службы БДД.

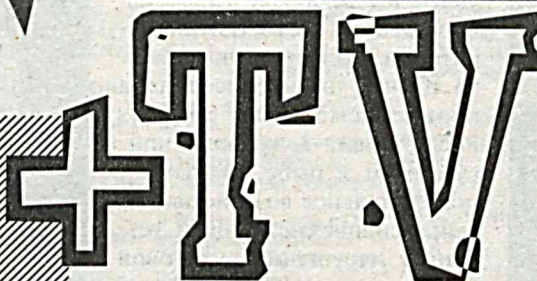
Опыт педагогического коллектива этой школы, номер ее 27, бесспорно заслуживает внимания и повсеместного распространения.

М. ИБРАГИМОВА.

# ОУНАЯ СТАВКА



ТЕЛЕПРОГРАММА



НА НЕДЕЛЮ

Вас ждут  
скан-  
кроссворды,  
юмор,  
КРИМИНАЛЬНАЯ  
ХРОНИКА,  
ТЕСТЫ - ВСЕ,  
ЧТО ПОМОЖЕТ  
ВАМ  
ОТДОХНУТЬ И  
РАЗВЛЕЧЬСЯ

За законность и правоохранок

## На посту

		Небылица, выдумка	Символ государства	
		Шпион	Пуля-дура ... - молодец	
		Доходит как до ...	Невольник Хвалебное стихотворение	Судьба Долгоиграющий билет
		Труд, деятельность	Не рай Дерево	
Помещение для стрельбы	Не лает, не кусает, а в дом не пускает	Способн. мыслить Автомат Израиль		
...где, когда? Очень много	Волшебник страны... Барометр	Морская хищница	-Дай! - ...!	
		Коллектив певцов		
Классный час	В каждом ... по серьге			
Порода овец Детское гоноч. авто				

### ДЕТСКАЯ КОМНАТА

## КАК ПОЮТ КИТЫ

Из всех млекопитающих, кроме человека, умеют петь киты и делают это с удовольствием. Многие из них издают низкие воркующие звуки, кашалот, например, хрипит, хрюкает и шелкает, а горбатые и гладкие киты поют по-настоящему, то есть издают различные повторяющиеся в определенной последовательности звуки.

Песни китов так явственны, а звуки так организованы, что создается впечатление, словно музыку им пишет свой композитор. Самая короткая ария длится шесть минут, а самая длинная - около получаса. Правда, бывает иногда, что "солист" исполняет свой номер часами, прерываясь только для того, чтобы освежить запас воздуха в легких. О чем, для чего поют киты, ученым пока не удалось выяснить, но поскольку они поют исключительно в период размножения, то можно предположить, что пение как-то помогает им в их семейной жизни. Сначала считали, что поют только самцы, но потом выяснилось, что самки поют песенки своим малышам.

"Репертуар" стада постоянно меняется. Очевидно, песни служат китам также и для общения. Во всяком случае, каким-то образом все киты оказываются в курсе малейших изменений в обстановке. У китов нет обоняния, очень слабое зрение, поэтому практически всю информацию они получают и передают через звуки и слух.

Иногда киты собираются целыми стаями только для того, чтобы "пообщаться". Было замечено, что в районе Бермудских островов иногда сходятся две группы китов. После "совещания", которое сопровождается различными звуками, одна из этих групп направляется в район Лабрадора-Ньюфаундленда, а другая - в залив Мэн.

Правда, поют не все киты, некоторые умеют только ворчать, но ворчание, например полосатых китов, слышно в воде на многие километры.

Но как же киты "поют" или даже просто ворчат и разговаривают, если известно, что у них нет голосовых связок? Многие ученые склоняются к мнению, что у китов есть особая звукопроизводящая система, которая находится у них в передней части головы. Она расположена в костном ложе черепа за жировой подушкой. Вот она-то и служит своеобразной линзой, направляющей и усиливающей звуки, которые издает кит.

Подготовил Б. КЛЕЙМАН.

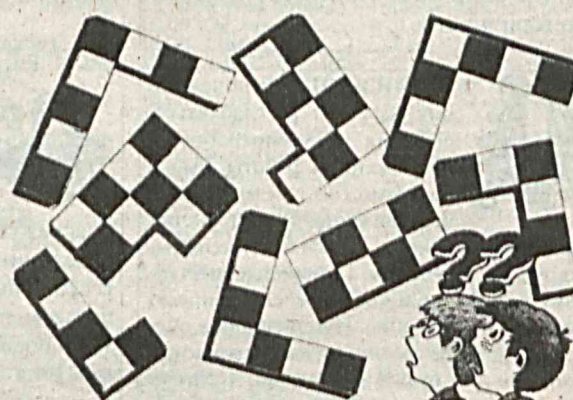
Приходит паренек домой с фингалом под глазом. Папаша подлетает:  
- Сынок, кто это тебя так?  
- Да трое напали, хотели часы отобрать.  
- Да ты что, сынок, а увидишь, опознать сможешь?  
- А чего я-то. Пускай родственники их теперь опознают.  
- Деда, ты спишь?  
- А что?

- Дай 20 рублей.  
- Сплю, внучек, сплю.  
Два малыша разговаривают:  
- Скажи "лук".  
- Лук!  
- По лбу стук!.. А скажи еще "лук"!  
- Лук!  
- Еще раз по лбу стук!  
Тут второй разозлился:  
- Скажи "чеснок"!  
- Чеснок.  
- По спине лопатой. - на!

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В ПРЕДЫДУЩЕМ НОМЕРЕ

Р	А	С	К	Р	А	С	К	А					
	Л							О	Б				
И	Г	О						М	Я	У			
В	Н							О	Е				
А								Д	А	Р			
С	О	Б	А	Ч	К	А		И					
И	А	У						О	Л	Е			
								Н	И	М	Б		
П	А	К	Т	У									
		К	И	О	С	К							
Ф	И	Р	Г	С									
								Т	А	В	Р	С	
								О		О	С	А	
								Р		З	И	Л	
								Ф	И	Г	А	Р	О

Помоги ребятам восстановить шахматную доску



**КОРЕЙСКАЯ  
КАПУСТА  
УБИВАЕТ  
БАКТЕРИИ**

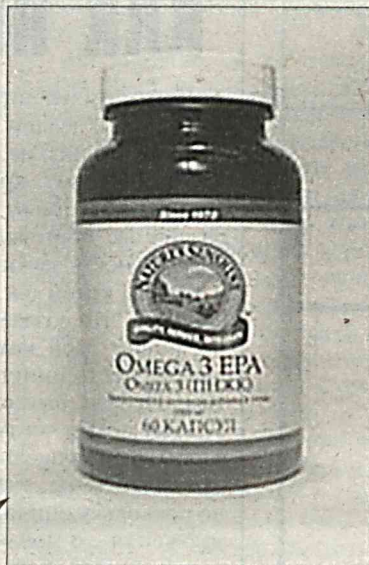


Корейские ученые разработали технологию производства антибиотиков из национального корейского блюда кимчи. У нас в стране кимчи больше известно как корейская капуста (измельченная, смешанная с острым перцем, чесноком имбирем). Как заявляют корейские микробиологи, в процессе анализа фермента, выделенного из кимчи, им удалось открыть уникальный антибиотик, названный Pediosin. Ученые утверждают, что новое вещество способно убивать бактерии, вызывающие гастрит и пищевые отравления. Кроме того, поскольку антибиотик выделен из пищи, он будет безвреден для человеческого организма и сможет заменить существующие более токсичные анти-

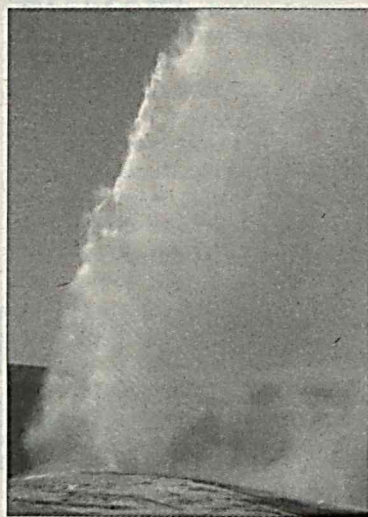
биотики, к большинству которых у бактерий уже выработалась устойчивость.

**ОМЕГА-3  
ПОМОГАЕТ БЫТЬ  
СЧАСТЛИВЫМ**

Существует очень тесная связь между диетой, работой мозга и эмоциональным состоянием человека. Исследования, проведенные в США, Великобритании и Израиле, указывают на то, что увеличение приема полиненасыщенных жирных кислот омега-3, которые присутствуют в рыбе, оказывают положительное воздействие на депрессивное состояние и устраняет нарушение мозговой деятельности. У 88% пациентов улучшилось настроение, исчезли приступы паники после исключения из рациона чрезмерного количества сахара, кофеина, алкоголя, насыщенных жиров и одновременного уве-



личения в меню количества фруктов, зелени и рыбы – тунца, семги, сардин, макрели и скумбрии.



**ВОДА ВАЖНЕЕ  
МЯСА И МОЛОКА?**

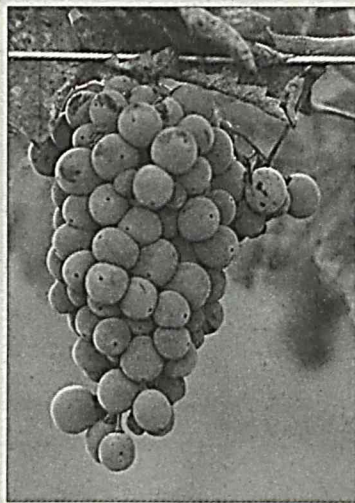
Нашу диету может диктовать экология планеты. Участники международной конференции "Всемирная неделя воды" пришли к выводу: животные нуждаются в гораздо большем количестве воды, чем зерновые культуры, чтобы произвести одно и то же количество пищи. Потому распространение по всему миру западноевропейского или североамериканского образа питания, где большую долю рациона занимают мясные и молочные продукты, грозит нам большими проблемами с питьевой водой, нехватка которой уже остро ощущается во многих регионах планеты. Специалисты, подготовившие доклад, подчеркнули, что не хотели бы призывать к вегетариан-

ской диете, так как питание человека должно быть сбалансированным. Однако нехватка воды в будущем заставит людей пересмотреть свои вкусы.

**НАТУРАЛЬНАЯ  
ЗАЩИТА  
ВИНОГРАДА**

Виноградные выжимки, остающиеся после производства вина, эффективно защищают от болезнетворных микробов, обнаружили турецкие ученые.

Тесты на 14 наиболее распространенных бактерий, среди которых кишечная палочка и золотистый стафилококк, показали, что добавление в продукты питания виноградных выжимок снижает риск пищевого отравления. Это оз-



начает, что экстракт из этого сырья может быть использован в качестве консерванта для защиты пищи от опасных бактерий.

**ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...**

**ИЗ ИСТОРИИ  
ОГОРОДНЫХ  
КУЛЬТУР**

\* Картофель первыми завезли из Южной Америки в свою страну испанцы в начале XVI века. Он получил в Европе быстрое распространение. На Руси его даже прозвали вторым хлебом, ибо он помогал людям прокормиться при неурожае зерновых культур.

Питательные свойства картофеля отражает название, которое происходит от сочетания немецких слов "крафт тойфель" (что в переводе означает "дьявольская сила").

\* Родина томата – Южная Америка: Перу, север Чили, Галаногосские острова. Индейцы – инки и ацтеки – называли его "томатль", что есть "крупная ягода".

В середине XVI века испанцы привезли томаты в Европу под именем "томи дель Перд", то есть "яблоко перуанское", и использовали их как декоративное и отчасти лекарственное растение. Зато в Италии томат быстро стал новым любимым овощем, и его иногда даже величали сеньором. Из всех многочисленных названий лучше всего прижилось итальянское слово "помо д'еро" ("золотое яблоко").

Подготовил  
Н. ЧУРСИНОВ.

**АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ**

**НА СЛЕДУЮЩУЮ НЕДЕЛЮ**

**ОВЕН.** На этой неделе вы сможете добиться успеха, для этого придется много работать, чтобы доказать свою состоятельность. Правда, в понедельник, чувство лени может подавить все другие желания. В четверг у вас появится шанс использовать капризы судьбы в своих интересах. А вот в выходные дни вам придется серьезно разбираться с накопившимися домашними делами и проблемами.

**РАК.** Неделя может оказаться активной и плодотворной при условии, если вы в последние два дня проявите терпеливость, вам просто необходимо уловить важную идею в середине недели, которая, расширит ваши возможности. Пятница, может оказаться самым благоприятным днем для серьезных начинаний в вашем коллективе.

**ВЕСЫ.** На этой неделе вы будете активны и нетерпеливы. Совет, полученный от близкого друга, поможет найти выход из тупиковой ситуации. В среду ваша успешность будет зависеть от заинтересованности в результате и готовности проявить инициативу. Пятница может принести неожиданную свободу действий, о которой после придется пожалеть – держите себя в руках.

**КОЗЕРОГ.** Понадобится содействие влиятельных знакомых и надежных друзей. Хорошее будет проявляться заметно: встречи с друзьями, новые возможности. Проявляйте инициативу в профессиональных делах, не ждите, пока ваши достижения кто-нибудь признает. В четверг вам рекомендуется быть начеку, так как грядет предложение со стороны поменять работу, возможно, очень заманчивое, но не просчитываемое.

**ТЕЛЕЦ.** Планируйте важные встречи и переговоры на середину недели. События четверга позволят приобрести ценный практический опыт. Если вы в чем-то будете сомневаться, не стесняйтесь задать вопрос. Частью работы можете поделиться с сослуживцами, они не обидятся. Вы можете оказаться излишне упрямыми в принципиальных вопросах, старайтесь избегать категоричности.

**ЛЕВ.** Намечаются неплохие перспективы, но необходимо будет пройти некое испытание. Достижение поставленных целей потребует реальных и вполне подъемных затрат. Ваше хорошее настроение очень многим поможет в трудную минуту. В четверг постарайтесь свести до минимума нагрузку на работе, так как вы можете эмоционально переутомиться.

**СКОРПИОН.** Неприятным событием могут оказаться нападки недоброжелателей или необоснованные претензии докучливых родственников. После утомительного и сумбурного понедельника, важен хороший коллектив – если такового нет на работе, жизненно необходимо общаться с приятными вам людьми по вечерам. В среду вам придется отстаивать свои интересы без посторонней помощи, используйте свой богатый жизненный опыт.

**ВОДОЛЕЙ.** В середине недели вы можете быть немного рассеянными и забыть о своих обязанностях. Доверьтесь друзьям, и они помогут хорошей идеей. В конце рабочей недели возможны конфликты с начальством, окружающими вас людьми. Но вы можете избежать неприятных ситуаций, ведь все вам по силам. В выходные дни постарайтесь удержаться от неблагоприятных поступков дома.

**БЛИЗНЕЦЫ.** В понедельник не стоит расслабляться, события могут потребовать напряженной работы мысли и, возможно, интенсивного передвижения в пространстве. Начиная со вторника, судьба будет испытывать вас на прочность. Публичные выступления в середине и конце недели принесут вам успех и признание. Путешествия и смена места жительства пойдет вам на пользу. В выходные дни будьте бдительны, чтобы не оказаться жертвой мошенничества.

**ДЕВА.** Вы будете склонны усложнять положение. Возможно, стоит поговорить с тем, кому вы доверяете, не исключено, что вам подскажут простой и верный путь. В понедельник остерегайтесь чужих советов. В среду вы будете как никогда легки на подъем, но лучше большую часть времени посвятить завершению неотложных дел. В пятницу подумайте, что бы вы хотели изменить в ближайшем будущем.

**СТРЕЛЕЦ.** На этой неделе на происходящее следует смотреть философски. Вы же можете извлечь нечто полезное для себя, просто наблюдая за развитием событий. Во второй половине недели возможны конфликты с окружающими людьми, потеря сил и возможностей. Рутинная работа может неожиданно ознаменоваться карьерным взлетом. В пятницу утром хорошо планировать будущее. Воскресенье – прекрасный день для уединенного отдыха.

**РЫБЫ.** На этой неделе вам придется многое упорядочить. Направьте свою энергию на созидание, благо, разрушено уже более чем достаточно. В пятницу возможна серьезная проверка ваших целей и принципов. Тем представителям знака Рыб, кто хочет сохранить какие-то свои дела в тайне, звезды настоятельно рекомендуют завершить такие действия до конца недели. В воскресенье вы можете ощутить улучшение своего благосостояния.

Понедельник 6

Телеканал

«Узбекистан»

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
8.00-8.45 «Тахлилнома»
8.45 «Эхтимол, улар акдан озишгандир».

Телеканал

«Ёшлар»

16.35 «Давр» ҳафта ичида.

Телеканал

«Узбекистан»

17.10 «Янги авлод» почтаси, Соғлом авлод.
17.50 Нўхат полвон».
18.00 Ёшлар овози.

Телеканал

«Тошкент»

17.10 Кўрсатувлар тартиби.
17.20 ТТВда сериал: «Кўркмас ва довораклар».

Телеканал

«Узбекистан»

17.10 «Янги авлод» почтаси, Соғлом авлод.
17.50 Нўхат полвон».
18.00 Ёшлар овози.

Телеканал

«Sport»

7.30 «Хабарлар».
7.45 «Бардам бўлинг».
8.45 «Хабарлар» (Рус тилида).

30-й канал

16.55 гача профилактика ишлари
16.55 Открытие программы
17.00, 21.15 «Телехамкор».

ОРТ

6.00 «Доброе утро»
9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.30 Новости
9.05 Комедия «Лжец, лжец».

Телеканал

«Тошкент»

17.10 Кўрсатувлар тартиби.
17.20 ТТВда сериал: «Кўркмас ва довораклар».

Телеканал

«Sport»

7.30 «Хабарлар».
7.45 «Бардам бўлинг».
8.45 «Хабарлар» (Рус тилида).

15.50 «Последний герой».
17.00 «Пять вечеров».
18.20 «Пан или пропал».
19.00 Сериал «Клон».

РТР

3:00 «Доброе утро, Россия!».
6:45 «ВЕСТИ НЕДЕЛИ».
7:45 «Как Сталин снимал кино».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

НТВ

6:00 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ «СЕГОДНЯ УТРОМ».

ДТВ

8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа
9.20 Музыкальная про...

«СЕГОДНЯ»
10:20 «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗНАНИЕ»
10:55 Комедия «ЯДЫ ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИИ».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

НТВ

6:00 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ «СЕГОДНЯ УТРОМ».

ДТВ

8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа
9.20 Музыкальная про...

грамма «Неслучайная музыка»
9.30, 16.50 Мультфильмы.
10.00 «На бульваре с Эвелиной Блэдэн...».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

НТВ

6:00 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ «СЕГОДНЯ УТРОМ».

ДТВ

8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа
9.20 Музыкальная про...

мальчика-гения»
8.30, 13.30 ТВ-клуб.
8.45 Наши песни.
9.00 «Завтрак с Дискавери».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

НТВ

6:00 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ «СЕГОДНЯ УТРОМ».

ДТВ

8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа
9.20 Музыкальная про...

ДРУГА МОЕЙ ДОЧЕРИ-ПОДРОСТКА»
21.30, 1.30 Истории в деталях.
23.00 «ПОЛЕТ НАВИГАТОРА».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

НТВ

6:00 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ «СЕГОДНЯ УТРОМ».

ДТВ

8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа
9.20 Музыкальная про...

Вторник 7

Телеканал

«Узбекистан»

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
8.00-8.35 «Ахборот».
8.40 «Эхтимол, улар акдан озишгандир».

Телеканал

«Ёшлар»

6.55 Кўрсатувлар дастури.
7.00 «Мунаввар тонг».
8.50 Олтин мерос.

Телеканал

«Тошкент»

17.10 Кўрсатувлар тартиби.
17.20 ТТВда сериал: «Кўркмас ва довораклар».

Телеканал

«Узбекистан»

17.10 «Янги авлод» почтаси, Соғлом авлод.
17.50 Нўхат полвон».
18.00 Ёшлар овози.

21.00 «Время».
21.30 «Хабарлар».
21.45 «Спорт - менинг ҳаётим».

30-й канал

12.00 Открытие программы
12.05, 17.00, 21.15 «Телехамкор».

ОРТ

6.00 «Доброе утро»
9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.30 Новости
9.05 Комедия «Лжец, лжец».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

19.50 «Улицы разбитых фонарей».
22.40 Спецрасследование.
23.50 «Фабрика звезд».

РТР

3:00 «Доброе утро, Россия!».
6:45, 16.40, 18.55 Телесериял «Опера. Хроники убойного отдела».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

НТВ

6:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ»
9:05 Сериал «МЕРТВЫЕ НЕ ЛГУТ».

«ТОЛЬКО ТЫ...»
13:35 Детективный сериал «ПОЛИЦЕЙСКИЙ КЭТТС И ЕГО СОБАКА».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

НТВ

6:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ»
9:05 Сериал «МЕРТВЫЕ НЕ ЛГУТ».

ДТВ

8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа
9.30, 16.50 Мультфильмы.

11.35, 21.40, 1.15 «Агентство криминальных новостей».
11.50 Фильм «АМСТЕРДАМСКИЕ СВЯЗИ».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

НТВ

6:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ»
9:05 Сериал «МЕРТВЫЕ НЕ ЛГУТ».

ДТВ

8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа
9.30, 16.50 Мультфильмы.

17.25 Мультфильмы.
9.30, 21.00, 2.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериял «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

НТВ

6:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ»
9:05 Сериал «МЕРТВЫЕ НЕ ЛГУТ».

ДТВ

8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа
9.30, 16.50 Мультфильмы.

Среда

8



РТР, 6 декабря, понедельник
12.30 Приключенческий фильм "ЗАПАДНЯ"

Роберт Макдугал пользуется в криминальных кругах репутацией величайшего вора, специализирующегося на похищении произведений искусства.

В ролях: Шон Коннери, Кэтрин Зета-Джонс, Уилл Пэттон, Маури Чайкин.

ТВ 3, 7 декабря, вторник
16.00 Художественный фильм "МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ"

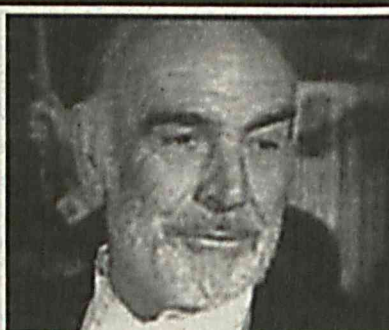
События происходят в поезде. Приемочная комиссия, выявив недостатки в построенном хлебозаводе и не подписав акт его сдачи, возвращается в Москву.

В ролях: Леонид Куравлев, Аристарх Ливанов, Клара Лучко.

НТВ, 8 декабря, среда
20.15 Художественный фильм "ФИЛАДЕЛЬФИЯ"

Молодой, перспективный адвокат Эндрю Беккет успешно делает карьеру в одной из ведущих юридических фирм Филадельфии.

В ролях: Том Хэнкс, Дензел Вашингтон, Джейсон Робертс.



НТВ, 9 декабря, четверг
0.20 Приключенческий фильм "ВЕТЕР И ЛЕВ"

Марокко, 1904 год... Предводитель воинственного племени берберов Райсули берет в заложники американку Иден Педикарес с двумя детьми.

В ролях: Шон Коннери, Кэндис Берген, Брайан Кейт, Жон Хьюстон.

Телеканал "Узбекистан"

- 6.00 «Ассалом, Узбекистан!»
8.00-8.35 «Ахборот».
8.35 «Узбектефильм»...

Телеканал "Ёшлар"

- 6.55 Кўрсатувлар дастури.
7.00 «Мунаввар тонг».
8.50 Олтин мерос.

Четверг

9

Телеканал "Узбекистан"

- 6.00 «Ассалом, Узбекистан!»
8.00-8.35 «Ахборот».
8.40 «Эхтимол, улар акдан озишгандир»...

Телеканал "Ёшлар"

- 6.55 Кўрсатувлар дастури.
7.00 «Мунаввар тонг».
8.50 Олтин мерос.

дан: Конституциям кафолатланган келажигимдир.
18.45 ТВ-афиша.
18.50 Мумтоз наволар.

Телеканал "Тошкент"

- 17.10 Кўрсатувлар тартиби.
17.20 ТТВда сериал: «Кўркмас ва довраклар».

Телеканал "Спорт"

- 7.30 «Хабарлар».
7.45 «Бардам бўлинг».
8.45 «Хабарлар» (Рус тилида).

30-й канал

- 9.00 Открытие программы
9.05, 17.20 «Детский час»
9.30 Фильм детям: «Старик Хотатабыч»...

ОРТ

- 6.00 «Доброе утро»
9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.30 Новости

РТР

- 3:00 «Доброе утро, Россия!»
6:45, 18.55 Телесериал «Опера. Хроники убойного отдела».

НТВ

- 6:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ»
9:05 Сериал «МЕРТВЫЕ НЕ ЛГУТ»
10:00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00, 0.00, 4.00 «СЕГОДНЯ»...

ТВ 3

- 8.30 Победоносный голос верующего.
9.00 Телесериал «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

ДТВ

- 8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа
9.30, 14.05, 16.50 Мультфильмы.

ТНТ

- 5.55, 19.30, 23.45 Москва: инструкция по применению.

- 6.20 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ». Телесериал.
7.05 «Глобальные новости».

СТС

- 8.00 «КРОШКА БОБ». Фильм.
8.20, 8.50, 9.00, 15.30, 16.00, 16.30, 16.55, 17.25 Мультфильмы.

7 ТВ

- 7.00 8.00 16.30 20.30 23.30
3.30 5.00 6.00 Диалоги о рыбалке.

- хәтим: Майдон ортидаги одам».
22.00 Каратэ. Марказий Осиё очик кубоги.

30-й канал

- 12.00 Открытие программы
12.05, 17.00, 21.15 «Телехамкор»

Телеканал "Спорт"

- 7.30 «Хабарлар».
7.45 «Бардам бўлинг».
8.45 «Хабарлар» (Рус тилида).

ОРТ

- 6.00 «Доброе утро»
9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00, 23.30, 5.00 Новости



Пятница 10

Телеканал «Узбекистан»

6.00 «Ассалом, Узбекистон!» 8.00-8.35 «Ахборот».

Телеканал «Ёшлар»

6.55 Кўрсатувлар дастури. 7.00 «Мунаввар тонг».

РТР

3:00 «Доброе утро, Россия!» 6:45, 18.50 Телесериал «Опера. Хроники убийного отдела».

НТВ

6:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ» 9:05 Сериал «МЕРТВЫЕ НЕ ЛГУТ».

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего. 9.00 Телесериал «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

СТС

8.00 «КРОШКА БОБ». Фильм. 8.20, 8.50, 9.00, 15.30, 16.00, 16.30, 16.55, 17.25 Мультфильмы.

Телеканал «Ташкент»

17.10 Кўрсатувлар тартиби. 17.20 ТТВда сериал: «Кўркмас ва довораклар».

Телеканал «Sport»

7.30 «Хабарлар». 7.45 «Бардам бўлинг». Тонги дам олиш дастури.

НТВ

6:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ» 9:05 Сериал «МЕРТВЫЕ НЕ ЛГУТ».

ДТВ

8.30, 9.20, 20.25, 2.45 Музыкальная программа 9.30, 16.50 Мультфильмы.

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего. 9.00 Телесериал «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

ТНТ

5.55, 19.30, 0.55 Москва: инструкция по применению. 6.20 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ БИЧ».

30-й канал

12.00 Открытие программы 12.05, 17.00, 21.15 «Телехамкор».

ОРТ

6.00 «Доброе утро» 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 Новости.

РТР

3:00 «Доброе утро, Россия!» 6:45 Телесериал «Опера. Хроники убийного отдела».

НТВ

6:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ» 9:05 Сериал «МЕРТВЫЕ НЕ ЛГУТ-2».

СТС

8.00 «КРОШКА БОБ». Фильм. 8.20, 8.50, 9.00, 15.30, 16.00, 16.30, 16.55, 17.25 Мультфильмы.

ТВ 3

8.30 Победоносный голос верующего. 9.00 Телесериал «ДОРОГИ ЛЮБВИ».

ТНТ

5.55, 19.30, 0.20 Москва: инструкция по применению. 6.20 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ БИЧ».

СТС

8.00 «КРОШКА БОБ». Фильм. 8.20, 8.50, 9.00, 15.30, 16.00, 16.30, 16.55, 17.25 Мультфильмы.

7 ТВ

7.00 8.00 16.30 20.30 23.30 5.00 6.00 Диалоги о рыбалке.

ДТВ, 10 декабря, пятница 18.15 Мелодрама «КТО ВОЙДЕТ В ПОСЛЕДНИЙ ВАГОН»



Возлюбленный медсестры Инны Сорокиной должен уехать в длительную зарубежную командировку.

СТС, 11 декабря, суббота 0.50 Историческая драма «ЖАННА Д'АРК»



В этой эпической саге оживает величественное и мрачное средневековье, время кровавых битв и фанатичных героев.

ОРТ, 12 декабря, воскресенье 15.10 Художественный фильм «СЕМЬЯ ИВАНОВЫХ»



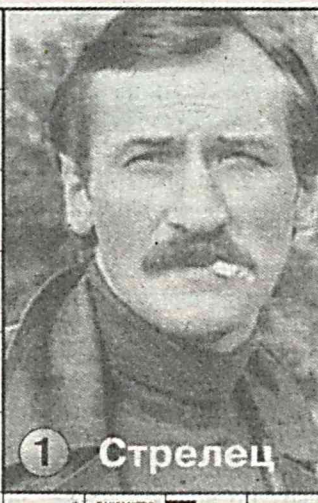
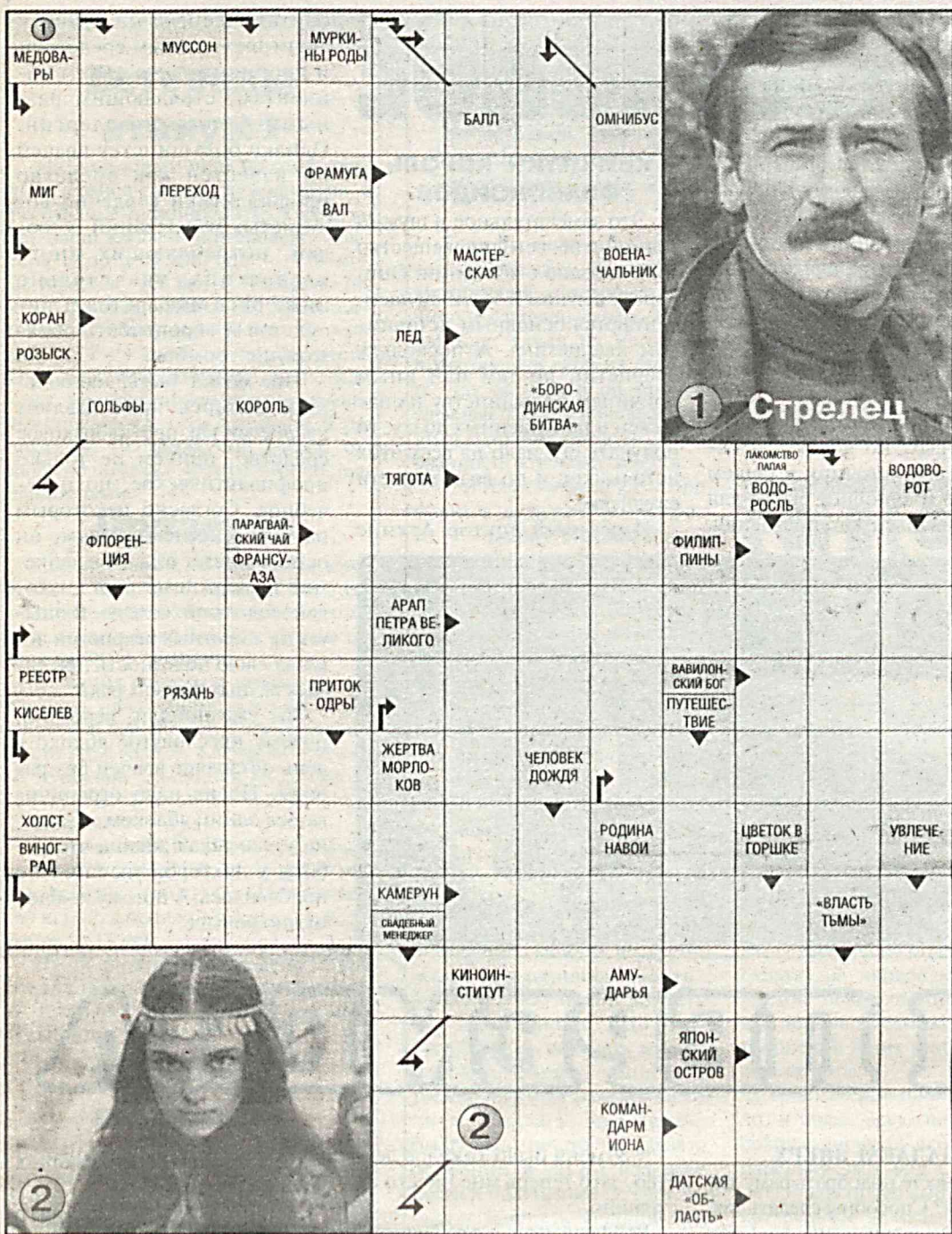
Старый уральский городок. Иван Иванович Иванов - рабочий-металлист, всю жизнь отдал родному заводу.

РТР, 12 декабря, воскресенье 0.00 Художественный фильм «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ»



История любви юной учительницы школы рабочей молодежи и ее ученика - одна из самых популярных отечественных мелодрам.





Анекдоты

**В глухой африканской деревне родился белый младенец.**

Вожьд пришел к единственному белому миссионеру:

- Твой?  
- Нет!

- А чей же? Белых больше в округе нет.

- Это игра природы. Видишь, пасется стадо белых овец? Все - белые, а один ягненок - черный..

- Ладно, я никому не скажу про твоего младенца, а ты никому не говори про моего ягненка.

Муж стоит у зеркала и бреется. Жена спрашивает у него:

-Куда это ты собираешься?  
-Пойду сегодня на скачки!

ответает супруг.

-Так скачек сегодня не будет!- говорит жена.

-Откуда ты знаешь?  
-Да твоя кобыла звонила!

На пустынном перекрестке.  
- Мужик, а ну вылезай из ворванной машины!

- Да вы че, ребята, это ж моя машина!

- Была твоя, теперь ворванная! Вылезай, говорят!

Бракоразводный процесс. Судья:

- Истец, почему вы хотите развестись с вашей женой?

Муж: - Да холодная она. Тепла в ней нету!

Вскакивает жена:

- Да есть у меня тепло, есть! Только он до него не достает!



«Сочувствия мне не надо — пишу, чтобы высказаться. Зайкаться начала в пять лет. Причина банальна — испуг. Сначала заикание было легким, в младших классах даже читала стихи у доски. В двенадцать лет занималась дыхательной гимнастикой и упражнениями с логопедом и одновременно ходила на гипноз — все прошло. Но после смерти близких родственников заикание вернулось. В институте диплом защищала с трудом. Парень, который мне нравился, не решился строить со мной отношения. Потом встретила понимающего человека, вышла замуж. Но два года назад переехали в Германию, и тут началось... Дошла до того, что полностью перестала контролировать свою речь — каждое слово дается с таким трудом, что лучше не говорить совсем. По телефону не разговариваю — это просто пытка. В различных инстанциях за меня говорят муж или мама. Даже к женскому врачу вынуждена ходить с бумажкой...»

торых звуках можно увязнуть, словно в глубоком сугробе.

**ШТРИХ К ПОРТРЕТУ**

Легкое заикание порой выглядит вполне мило и даже придает человеку своеобразный шарм. Этот «штрих к портрету» нередко используется в литературе и кинематографе, для того чтобы

стает его большая распространенность именно в развитых странах. С этим можно поспорить. Но, например, на Африканском континенте заикание встречается не часто. Еще меньше заик в Китае, правда, этот факт специалисты связывают все-таки с фонетическими особенностями китайского языка.

**ПОЧЕМУ ЗАИКАЮТСЯ ЗНАМЕНИТОСТИ**

**ПРИМЕТА ИНТЕЛЛЕКТА ИЛИ ТЯЖЕЛЫЙ НЕДУГ?**

«Подумаешь, — скажет кто-то, — от этого не умирают!» Не умирают, но жить с заиканием трудно. Этот недуг мешает человеку проявить себя, постоянно ставит его в невыносимые ситуации, когда любая мелочь превращается в неразрешимую проблему. «Который час?», «Как пройти?», «Сколько стоит?», «Кто последний?» — любой вопрос как экзамен, потому что на неко-

подчеркнуть мягкость, интеллигентность, романтичность героя. Вот и сыщик Эраст Фандорин, любимый персонаж Бориса Акунина, очень симпатично заикается. Увы, в жизни все намного драматичнее. Лицо искажает мучительная судорога, спазм запечатывает губы, и вместо нужного слова толчками вырывается прерывистый звук. Ситуация тягостна и для окружающих. Тактичный слушатель отводит глаза, пытается подсказать, советует не волноваться, но только вызывает раздражение у заикающегося человека, безумно уставшего от затянувшейся борьбы со словом.  
Есть мнение, что заикание — примета достаточно высокого интеллекта, об этом свидетель-

Среди известных людей немало заик. Демосфену этот дефект речи не помешал сделаться блестящим оратором, Мольеру — интереснейшим драматургом, Диккенсу — классиком английской литературы, Наполеону — легендарным полководцем, Бисмарку — железным канцлером, Мэрилин Монро — кумиром поколений, а Брюсу Уиллису — крепким орешком.  
Поэт Роберт Рождественский сильно заикался, но при этом собирал тысячные аудитории, и для огромного числа его поклонников особая манера чтения стихов была привлекательнее уверенной декламации Вознесенского или Евтушенко. Борис Хмельницкий, Николай Бурляев — заикание не стало преградой даже для сверхпубличной актерской профессии. В одном из интервью, отвечая на вопрос, почему он не заикается перед камерой, Дмитрий Певцов ответил: «Я же не заик играю!»

«Известный фотомастер Владимир В. заикается с шести лет. Летом 1957 года, перед Московским фестивалем молодежи и студентов, столичных детей вывозили за город. Старшую группу детского сада, в которой был Володя, разместили спать на веранде. Ночью разразился сильнейший ураган, с бушующим ветром, громом и молнией. Порывом ветра подломило сосну, и она с ужасающим грохотом упала на крышу веранды. В эту ночь четверо из десяти детишек стали заикаться.  
— Похожий случай произошел с моим приятелем из Киева — он в детстве провалился в погреб деревенского дома. С тех пор он заикается, — рассказывает Владимир. — В школе этот недуг мне очень мешал. Я великолепно знал историю и географию, но учителя не решались лишним раз вызвать меня к доске, а если все-таки спрашивали, приходилось подбирать удобные слова, в которых не было опасных звуков. Все заики знают эти уловки.

Он учился в интернате, больше походил на детский дом. Но даже там не было случая, чтобы кто-то поиздевался над ним, высмеивая его речевой дефект. В армии Владимира уважительно называли «профессором» за жизненный опыт и обширные знания.

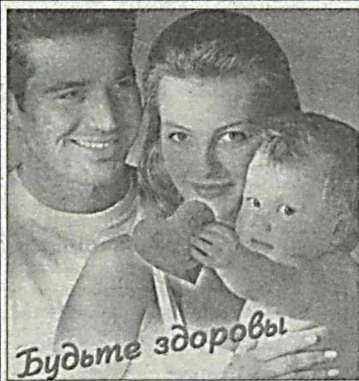
— Помню только, замполит, якобы желая научить меня говорить правильно, заставлял многократно долбить армейскую скороговорку: «Здравия желаю, товарищ майор!» Мало того, что обращение к начальству — всегда стресс, так еще набор трудных согласных, на которых я постоянно спотыкался.

Камнем преткновения стали вступительные экзамены в институт. В общей сложности он поступал 21 раз! Каждое лето по три-четыре самоотверженные попытки. «Резался» на устных экзаменах, которые для заикающегося — двойной, если не тройной стресс, на сочинениях, потому что любая запинка в речи автоматически превращалась при написании в запяту, но все-таки стал студентом факультета журналистики Московского государственного универ-

ситета. Сегодня он один из лучших фотографов России, лауреат самых престижных международных конкурсов и преподаватель МГУ. Студенты его обожают.

(Продолжение следует).



**САМОЕ ПОПУЛЯРНОЕ**

Родом из Азии, оно еще в незапамятные времена распространилось по миру. Его ели наши далекие предки. Римский историк Плиний-старший называл уже 23 сорта яблок. Сегодня яблоки выращивают на всех обитаемых континентах, в разных климатических зонах; они занимают первое место среди фруктов как по занимаемым площадям, так и по общему объему производства.

**САМОЕ УНИВЕРСАЛЬНОЕ**

Пожалуй, ни один фрукт не имеет столь разнообразного применения: яблоки едят сырыми и печеными, готовят соки, компоты, пюре, желе.... Из них получается веселый сидр и знаменитый кальвадос.

# ЗОЛОТОЕ НАЛИВНОЕ

С ними пекут пироги и ватрушки. Их мочат, квасят, маринуют и сушат. Их используют в салатах, супах, овощных рагу. Ими фаршируют утку и гуся, подают как гарнир к свинине. Их самих, в свою очередь, фаршируют рисом и мясом.

**САМОЕ ПОЛЕЗНОЕ**

При этом яблоко не является чемпионом ни по одному из питательных веществ. Какой ни возьми витамин или минерал — всегда найдется фрукт, в котором его значительно больше, чем в яблоках.

Возможно, сила яблок — в гармоничном сочетании разных компонентов, включая фруктовые кислоты, сахар и клетчатку. А может, все дело в том, что яблоки растут в любом саду. Это свой, родной, местный фрукт, с которым за много поколений мы химически сроднились.

**ЯБЛОЧНЫЙ ПЕКТИН**

Название этого вещества знакомо каждой хозяйке. Раньше его готовили сами, увари-

вая тертые яблоки. Теперь его производят на заводах и продают в аптеках как средство для снижения уровня холестерина и триглицеридов, для стабилизации сахара в крови при гипер- и гипогликемии, для улучшения пищеварения. Им также лечат людей, получивших высокие дозы радиации.

Пектин есть в землянике и цитрусовых, но яблоки — основной его источник в нашем питании и основное сырье для его промышленного получения.

**КВЕРЦЕТИН—КОРОЛЬ ФЛАВОНОИДОВ**

Это замечательное и шумно знаменитое сегодня вещество тоже связано с яблоками. Они, наряду с луком и зеленым чаем, считаются основным источником кверцетина. А поскольку кверцетин по тем или иным причинам большинству из нас нужен в повышенных дозах, то получать его надо из всех этих источников и по возможности ежедневно.

Известный доктор Аткинс



# БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА

**Зоологи вели наблюдение за группой горилл. Молодой, ничем не примечательный самец по имени Майкл стащил у исследователей сверкающую канистру... Авантюризм и хватка обеспечили чудесное превращение: очень быстро он стал вожаком с целым гаремом возлюбленных**

Хотите испытать на себе «эффект Майкла», жаждете перемен, новых впечатлений? Не обязательно покупать новый костюм или красивую машину. Можно, не вставая с кресла, развернуться на 180° и понять, так ли нам это необходимо.

Оказывается, давным-давно мы заказали свои будущие метаморфозы вместе с любимой сказкой. По мнению некоторых психологов, сказки интуитивно выбранные жизненные сценарии. И, возможно, не случайно, любимое произведение мы слушаем, читаем, перечитываем, словно учим наизусть, чтобы в течение всей жизни осуществлять свой волшебный план.

Любители «Красной Шапочки» интуитивно стремятся к встрече с «волками». Бесстрашных и храбрых, их не остановят ни лес, ни другие предупреждающие сигналы. И рано или поздно с ними произойдет судьбоносная и рискованная встреча. Из почитателя сказки «Мальчик с пальчик» вырастает удачливый карьерист, который всегда хитрее великана любого ранга. Из Хоббита просто «не вырастают», а продолжают играть всю жизнь, пребывая в параллельном и виртуальном мире, а в реальном возвращаются только поест.

Самые успешные из нас те, кто играет всерьез. О неожиданно разбогатевшем соседе завистники говорят: «Из грязи — в князи!». А человек просто осуществил, закончил по всем правилам свою сказку.

Современные сказочные истории моделируют те метаморфозы, которые будут происходить с нашими детьми. Истории про Шрека, космического уродца Стича поставили под удар представление о том, что все самое лучшее происходит с красавицами, принцами. Толстые, живущие в болоте, шестипалые, страдающие от газов в животе, оказываются самым подходящим объектом для любви и дружбы. Такая метаморфоза облегчит жизнь поколению, которое, возможно, будет реже обращаться к пластическому хирургу, чем сегодня это делают те, кому столетняя свежесть Спящей Красавицы запала в душу.

«Чтобы случилось нечто удивительное, надо почаще перечитывать свой персональный сказочный сценарий», считает кандидат психологических наук Мария Мишина. Специалисты советуют проиграть историю заново, поставить себя на место всех героев, в том числе и неприятных, досочинить и добавить. И выучить наизусть. А там, как пишут в сказках: «Увидишь, что будет...».

**ПАДАЕМ ВВЕРХ**

Вы умеете подобрать раму для картины? Способны сделать так, чтобы дилетантский рисунок сочли шедевром, пусть примитивного, но искусства? Если отвечаете утвердительно, с вами ежедневно происходит что-то удивительное, и даже неприятные события оборачиваются в вашу пользу. Если говорите «нет», возможно, стоит овладеть искусством рефрейминга, иначе перемены еще долго не постучатся в вашу дверь.

Современные психотерапевты предлагают этот метод тем, кто хочет сдвинуть жизнь с мертвой точки, изменить не только свое настоящее и будущее, но добиться перемен... в собственном прошлом.

Английское слово «reframe», давнее название методу, переводится как «замена рамки у картины...». Наши представления о себе, неприятные ситуации это картины, которые мы обязаны украсить и вписать в интерьер жизни совершенно по-новому.

Например, вы в 25 лет твердите одно и то же:

— Я слабая женщина.

— У меня было тяжелое детство.

— Я трачу кучу денег.

Любое из этих утверждений, сказанное категорическим тоном, исключает приятные метаморфозы в обозримом будущем.

Чтобы измениться, мы должны выйти за границы неприятных истин и превратить их в нечто противоположное. Ведь всегда можно сказать:

— Я слабая женщина, но таких любят мужчины.

— Я трачу кучу денег, но, если бы вы знали, как много я зарабатываю!

— У меня было тяжелое детство, зато теперь мне ничего не страшно...

Рефрейминг — это возможность выйти за пределы ограничений и посмотреть на те события с другой стороны. Это напоминает грамотный пиар своей собственной жизни. При чем мы должны представить себя в лучшем виде не столько перед окружающими, сколько перед собой.

Не ставить точку там, где всегда есть возможность поставить запятую, это и есть внутренняя готовность к переменам. Даже в самых тяжелых ситуациях мы обязаны найти удачный поворот сюжета — свою метаморфозу. Вспомните притчу про ежика, который, стоя на пне, восклицал: «Я сильный, очень сильный». Подошел медведь, дунул и ежик, не удержавшись, полетел, приговаривая: «Я сильный, но легкий...». И стал первым летающим ежиком.

**СКОЛЬКО РАЗ НАДО РОДИТЬСЯ?**

Иногда ждем перемен, порой не принимаем. Старение — неизбежная метаморфоза, которой мы не рады. Женщины переживают это тяжелее, потому что склонны ставить знак равенства между красотой и сексуальностью и рассуждают примерно так: если старение уменьшает нашу красоту, то оно уменьшает и сексуальную привлекательность. Если мы выглядим менее сексуально, то не можем привлекать партнеров. Если мы не привлекаем партнеров, то не можем иметь детей. Если нет детей, то не выполняем своего предназначения... Такая цепочка умозаключений способна привести женщину в отчаяние. Хотя отчаи-

считал кверцетин лучшим антигистаминным средством и прописывал его своим пациентам, страдающим разными формами аллергии. Однако большинству врачей он известен как средство профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. У людей, потребляющих много кверцетина, значительно ниже риск инфарктов и инсультов и вероятность образования тромбов.

Но, может быть, наибольший интерес представляет кверцетин как противораковое средство, причем не только профилактическое, но и лечебное. Согласно некоторым научным исследованиям, он останавливает развитие лейкемии и сдерживает рост опухолей молочной железы. В опытах на животных кверцетин доказал свою полезность при самых разных формах рака.

Вы уже поняли, вероятно, почему пресловутое яблоко в день оставляет врачей без работы. Но не надо ограничиваться одним яблоком... Сегодня у нас такая жизнь, что работы у докторов значительно прибавилось. А потому и яблок нужно больше.

ваться не стоит. Надо выбрать другой сценарий.

Американский психиатр Элизабет Очинк делает удивительные сравнения: «Зрелые годы сходны с периодом в раннем детстве, когда ребенок — обычно это происходит в возрасте около полутора лет — впервые осознает, что он не всемогущ». Открытие уязвляет ребенка, в ответ он делает такой рывок в развитии своей индивидуальности, что психологи назвали это время вторым психологическим рождением. Женщина способна откликнуться на свое старение примерно так же. И специалисты предлагают рассматривать зрелый возраст как время второго рождения — рождение себя самой.

Кстати, наиболее успешно «рождаются» и хорошеют женщины, которые в молодости не были красавицами и меньше сконцентрированы на внешности. Голливуд, очень чуткий на всякие перемены, лишает ролей и жестко выводит в тираж стареющих красавиц, перешагнувших 40-летний рубеж, а «новорожденных» дурнушек активно снимает. Сегодня расцвет переживает, например, 57-летняя Сюзен Сарандон, которую 20 лет назад режиссеры просто не замечали.

Как рождаются заново? «Все по-разному», говорят ученые. Одна для этого покупает «Мерседес» и впервые садится за руль, другая начинает профессионально заниматься живописью, третья идет в политику... По большому счету, место «второго рождения» не так важно. Главное, чтобы роды прошли успешно...



# ПО ВСЕЙ СТРОГОСТИ

*Встречаются люди, которые, оказавшись в какого-нибудь рода затрудниении, сотни раз готовы молиться и просить у господ помощи. Но когда все позади, прошло, то тут же забывают о своих мольбах. К таким похоже относится и Саятхон Бердимуратова, жительница города Нукуса. За свои противозаконные деяния она попала под суд и была приговорена к лишению свободы. Стала молить судьбу о милости. Через какое-то время подошла ей амнистия. Но оказавшись на свободе до полного истечения срока наказания, Саятхон забыла обо всем, посчитав, что женщина, даже сотворившая какое-то преступление, надолго в тюрьме не останется*

И Саятхон с такими убеждениями вновь принялась за старое. Когда она прослышала о женщине, которой понадобилось срочно продать драгоценности, то восприняла это как подарок судьбы.

Мошенницей она была ловкой, даже одаренной: умела заморочить человеку голову, втереться в доверие к нему. И воспользоваться потом этим в преступных целях.

В очередной раз жертвой мошенницы стала жительница Нукуса — Нагимаш. Узнав, что у той имеются в большом количестве драгоценности, Саятхон стала искать к ней подходы. Это ей скоро удалось, и она познакомилась с Нагимаш. Наговорила той, что берет их под реализацию в большом количестве. И в конце концов убедилась женщину, та поверила и отдала имеющиеся у нее ценности, почти на три миллиона сумов. Ловкая мошенница, чтобы укрепить доверие к себе, действительно сдержала слово и хотя и не сразу, но стала отдавать долги своей кредиторше. Это нужно было, чтобы стать совсем "своим" человеком для Нагимаш.

— Если знаете еще кого-нибудь, кто хотел бы продать свои золотые украшения, я готова в этом помочь, — потупив взор, скромно сказала она Нагимаш. — Скоро я получаю кредит из банка в сумме 30 миллионов сумов. Эти деньги пушу в оборот, будет чем рассчитываться за вещи, взятые на продажу. Из того, что выручу от продажи, поделюсь с вами.

Нагимаш такое предложение обрадовало: ведь ей и надо-то всего — найти того, кто хочет продать золото, а остальное — заботы Саятхон. А за это будут перепадать деньги.

Вскоре случай подвернулся: Нагимаш узнала, что ее знакомая Гульчехра хочет продать свои драгоценности, которых у нее на десять миллионов сумов.

Нагимаш при встрече с Гульчехрой рассказала, что знает одну очень честную женщину, занимающуюся

скупкой изделий из золота и других драгоценностей. Для убедительности рассказала о кредите в 30 млн сумов, что при деньгах, значит и быстро рассчитается.

Гульчехра хотя и не слышала ранее о Саятхон, но хорошо знала Нагимаш как порядочную, честную женщину. Подкупало и то, что, по словам Нагимаш, Саятхон брала драгоценности без кого-либо залога и вернула деньги до последней копейки.

И Гульчехра отдала свои вещи Нагимаш и стала ждать наступления договоренного срока расчета. Но время шло, сроки наступили и прошли, а Саятхон почему-то затягивала с расчетом, объясняя тем, что еще не получила кредит.

Тем временем в сетях Саятхон оказалась еще одна женщина, по имени Тамара, тоже хотевшая продать драгоценности более чем на полтора миллиона. Потом кредиторы не единожды встречались с Саятхон и всякий раз, когда те просили ее поторопиться с долгом, она доставала свой сотовый телефон и начинала почему-то звонить, с кем-то разговаривать, даже требовать побыстрее выдать ей деньги, говорила, что не может больше ждать, что вот, мол, пришли женщины за деньгами, а она должна из-за кого-то краснеть перед ними. Сцена со звонком повторялось не один раз. И женщины, разобравшись, с кем имеют дело, заявили о мошеннице куда следует. На следствии она тоже пыталась изобразить все так, точно сама стала жертвой чьей-то не порядочности, но выйти сухой из воды ей не удалось и ее привлекли к уголовной ответственности за мошенничество.

Выяснилось, что и с Нагимаш она тоже полностью не рассчиталась, оставшись должной крупную сумму.

Суд на этот раз наказал Саятхон Бердимуратову по всей строгости закона.

**Б. ЕСИМБЕТОВА,**  
старший следователь.  
**К. СЕЙТМУРАТОВ.**

**В повышении боеготовности караульных войск важную роль играет конкурс на звание лучшего по профессии — "лучший сержант", "лучший командир группы", "лучший командир взвода", "лучший командир батальона"**

## КОНКУРС ВОИНОВ

Для организованного проведения конкурса приказом командующего войсками была создана комиссия из наиболее опытных офицеров Главного управления во главе с полковником М. Фазыловым.

На прошедший недавно второй этап конкурса подразделения делегировали своих представителей — победителей и призеров первого этапа. Соперничество конкурсантов проходило в полевых условиях по трем основным направлениям: оценивалась общественно-политическая подготовка; знания по тактике, уставу боевой службы, инженерно-техническим средствам и умение принимать решения при осложнении обстановки на охраняемых объектах; военное троеборье, владение стрелковым оружием и физическая подготовленность.

На тестировании по общественно-политической подготовке и тактике караульных войск большинство участников уверенно справились с вопросами и показали свои глубокие знания. Лидировали после тестирования сержанты О. Облакулов и У. Уматов, старший лейтенант К. Каршиев, капитаны Ф. Бегматов и А. Ташматов, майор М. Абдуллаев.

На стрельбах из автомата и пистолета наибольшее количество баллов получили младший сержант Ж. Базаров, лейтенант А. Солиев, капитаны Б. Ибрагимов, А. Хуррамов, подполковник У. Холматов.

Победители в конкурсе определились, когда участникам нужно было показывать свою силу, ловкость и выносливость. В сложных погодных условиях даже не все

лидеры смогли выдержать испытание кроссом и полусой препятствий. Так, победитель в предшествующем виде конкурса командир взвода старший лейтенант Ш. Усманов не смог отстоять свой титул и оказался только пятым, не попал в призеры и сержант А. Нурматов, до этого он был вторым.

С учетом набранных баллов, достигнутых возглавляемыми подразделениями и самими лично результатами в боевой службе, учебе и воинской дисциплине, победителями конкурса стали: по номинациям "лучший сержант" — командир секции младший сержант Заиржон Халиков, "лучший командир группы" — лейтенант Нурилло Гулбаев, "лучший командир взвода" — капитан Ихтиер Мукадилов и "лучший командир батальона" — подполковник Уктам Холматов.

Победители и призеры конкурса поощрены приказом командующего войсками.

Проведенный конкурс будет способствовать дальнейшему совершенствованию системы боевой подготовки и стимулированию профессионального роста младшего и среднего командного состава, утверждению в войсках новых традиций, основанных на любви к избранной профессии.

**Н. ЧУРСИНОВ,**  
полковник в отставке.

## НАЧАЛЬНИК КЛУБА

Ни одно культурно-массовое мероприятие в УВД Самаркандской области не проходит без деятельного участия Марат ака Алимова, ведь он — начальник клуба. Это благодаря его заботам радуется своим искусством вокально-инструментальный ансамбль, ежегодно проводятся конкурсы художественной самодеятельности среди сотрудников УВД.

Марат Рахимович не обходит стороной и ветеранов, участвуя во многих делах ветеранской организации.

— Когда после напря-



женных дней службы видишь в глазах сотрудников радость, это своего рода наша победа, — говорит М. Алимов.

Сотрудники относятся к

нему с уважением, он по праву заслужил это вкладом в общее дело своим многолетним трудом.

**Д. САЛОХИДИНОВА,**  
Фото автора.

Было обеденное время, когда около дехканского базара в Чиназском районе встретились двое знакомых — местный житель и приезжий из столицы. Были они примерно одного возраста: сельчанину чуть за тридцать, горожанин на четыре года старше. Не маленькие дети, а повздорили, как мальчишки. Правда, кончилось у них не под детки. Сельчанин за какие-то свои обиды ударил горожанина ножом в область брюшной полости, пришлось стражам порядка задерживать хулигана. А пострадавшего отравили в больницу.

Этот уличный разбой произошел в Хамзинском районе столицы. Среди бела дня, припугнув и применив силу, двое злоумышленников отобрали сережки из золота у школьницы. Дело дошло до вмешательства сотрудников РУВД. Каково же было удивление стражей порядка, когда они

## СО СРЕДЫ ДО СРЕДЫ

разыскали грабителей — те тоже оказались ученицами средней школы, только соседней.

\*\*\*

В результате оперативных мероприятий, проведенных сотрудниками Багатского РОВД, сорвалась сделка купли-продажи, сулившая в случае удачи почти полтора миллиона сумов 37-летнему жителю ширкатного хозяйства "Огахит". А нажиться тот намеревался на продаже опиума. Сделка должна была состояться в доме продавца, на торгах в качестве наблюдателей присутствовали знакомые сбытчика — один из соседнего хозяйства "Тошкент", другой из Самаркандской области. Когда сотрудники РОВД произвели изъятие выстав-

ленной хозяином дома на продажу партии опиума в количестве, превышающем 350 граммов, они решили произвести досмотр гостей и обнаружили у каждого наркотики, у соседа, например, почти 40 граммов.

\*\*\*

Оказавшись в два часа ночи около кафе "Принц", что в Сергелийском районе столицы, 28-летний горожанин, служащий авиакомпания, неожиданно повел себя крайне агрессивно. Ни с того ни с сего он набросился на проходившего мимо юношу, избил его, отнял деньги и куртку. Пострадавшему оказана помощь, агрессивный служащий задержан.

\*\*\*

В одной из квартир девятиэтажки на массиве А. Югнаки в Ташкенте днем был обнаружен труп временно проживавшей там 31-летней женщины, имелись признаки насильственной смерти. По подозрению в причастности к этому происшествию задержан 29-летний житель Кибрайского района, который, как установлено следствием, накануне случившегося был в гостях у погибшей и на почве возникшей между ними ссоры нанес женщине удар тупым предметом.

\*\*\*

Сотрудникам органов внутренних дел Бухарской области удалось изъять из незаконного оборота 20 кг героина, что считается крупной

партией. Изъятие стало возможным в результате проведения оперативных мероприятий. Была пресечена сделка по купле-продаже, которая проходила в Караулбазарском районе. Задержаны четверо ее участников, среди которых один 52-летний житель Касанского района, один 37-летний — Термезского и два брата — жители ширкатного хозяйства "Халкабад". Один из задержанных ранее уже привлекался к уголовной ответственности.

\*\*\*

В городе Фергане в минувшее воскресенье был обнаружен труп молодой женщины с признаками насильственной смерти в доме местного жителя, пенсионера. В результате проведенного расследования установлено, что погибшая была задушена. Подозреваемый в убийстве задержан. Это — мужчина, проживающий в одном из общежитий, который был знаком со своей жертвой.

## ПРЕСТУПНЫЕ СООБЩЕСТВА

**Мафии посвящено немало произведений художественной литературы, сняты десятки фильмов о ее главарях и тех, кто пытался бороться с ней. Но как она зарождалась, об этом мало кто знает**

Первоначальные сведения о сицилийской мафии относятся к первой половине XIX века. Она родилась на острове Сицилия в треугольнике, в вершинах которого находятся города Палермо, Трапани и Агридженто. Само слово «мафия» впервые появилось в 1862–1863 годах, когда в Палермо с успехом шла комедия Джузеппе Ричцотто «Мафиози из местничества». Возникновение мафии на Сицилии связано с землевладением. Земля Сицилии, разбитая на феодалы, принадлежала дворянам (князьям, графам, маркизам, градам). Сам дворянин, владевший феодалом (свыше 1000 гектаров), не мог управлять им, так как это означало бы «работать» и привело бы к потере им сословных прав и привилегий. Поэтому, феодал, разделенный на мессерии (большие хутора с достаточно большой территорией), сдавался в аренду на основе «габеллы», то есть за твердо установленную годовую плату. В свою очередь, габеллотто или сами обрабатывали землю, или же по частям сдавали ее внаем. Так в среде габеллоттов появляются немногие, которым удается разбогатеть и они получают возможность приобрести отдельные наделы или целые феодалы.

Покупая у разорившихся аристократов землю, они наследовали соответствующие титулы. Габеллотто необходимо было иметь в личном подчинении наемную силу: помощников (наблюдающих за ходом работ и взимающих арендную плату) и охраняющих его землю. Они оказались единственными в сицилийской деревне, у которых были лошади и оружие. Землю обрабатывали крестьяне-батраки, которыми они стали после отмены в 1781 году крепостного права. В сельской местности Сицилии действовали разбойники, в чьи ряды стекались ожесточенные голодом крестьяне, преступники, солдаты-дезертиры. В 1812 году для борьбы с ними были созданы правительственные «вооруженные отряды». Так организовались стелкивающиеся между собой разбойники, вооруженные правительственные отряды и габеллотто, которые защищали жителей своих поселков. Между этими тремя вооруженными группами возникали конфликты, но и были общие интересы. Убийства чередовались с торгами и скупкой краденого скота и ворованных товаров.

Иногда вооруженные отряды давали какой-нибудь шайке разбойников, разумеется, после предварительной оплаты, обещание воздерживаться от нападений. Стало практиковаться похищение людей, которое приносило богатые выкупы в наличных деньгах. Не-

которые высокопоставленные и образованные чиновники предупреждали короля о сложившейся ситуации. Так, Лодовико Бианкини докладывал, что в сицилийских деревнях почти все земледельцы платят определенную ежегодную сумму для умиротворения бандитов. Королевский прокурор в судебном округе Трапани, предостерегал Неаполь (там жил король, охраняемый наемным войском, набранным из швейцарцев), что во многих сельских местностях существуют братства, име-

затронула мафию, в январе 1861 г. королевский наместник уведомлял правительство о продолжающейся цепи убийств и похищений людей с целью получения выкупа. В 1865 г. префект Палермо маркиз Филиппо Гуальтерно в официальном донесении министру внутренних дел впервые употребил слово «мафия». Также в государственном архиве Палермо хранятся бумаги тех дней, доказывающие, что уже в те годы много богатых людей поддерживают связи с мафией. Префекты, квесторы, судебские чиновники и журналисты начинают разоблачать вмешательство мафиози в муниципальные выборы, не сомневаясь, что нити от мафии, объединяющей бандитов, тянутся к другой организации, которую называли мафией «белых перча-

характерных для Сицилии конца XIX – начала XX веков. Мафиози в «белых перчатках» используют выборы для достижения собственных целей: избирательные бюллетени выдаются только лицам, которые считаются надежными, уничтожаются виноградники, оливковые и апельсиновые рощи, голодают «мертвые души», появляются избиратели, которые по несколько раз голосуют. Все это делалось для того, чтобы избранными стали проверенные и надежные люди. Выпускались из тюрем крупные мафиози, чьи «семьи» могли сыграть большую роль в избрании депутатом выдвинутого кандидата. С конца XIX века во многих сицилийских городах мэрами и коммунальными советниками становятся мафиози.

В это же время увеличилось количество эмигрантов, осевших в основном в Нью-Йорке. Среди них были и мафиози, которые на

нем около 250 убийств в год (в это же время по всей Италии зарегистрировано около 2500 умышленных убийств).

В 1921–1922 годах в Италии зародился фашизм и многие влиятельные круги открыто ему содействовали финансированием. На Сицилии до 1922 года фашизм пользовался незначительным успехом (на выборах 1921 года ни один фашистский кандидат не сумел пройти в парламент от сицилийских избирательных округов). Однако после октября 1922 года, когда власть в Риме захватили фашисты, мафия как бы раскололась надвое. «Старой мафии», состоявшей из людей уже достигших своих целей и не заинтересованных в переменах, противостояла «новая мафия» – молодежь, старающаяся вытеснить стариков и уже связанная с фашистским режимом.

В сложившейся ситуации Муссолини проявил решительность в борьбе с мафией. Префектом Палермо был назначен Чезаре Примо Мори, который получил прямое указание покончить с мафией. Мори и нанес преступной организации страшный удар. С 1925 по 1931 год проводились многочисленные судебные процессы против мафии. С политической точки зрения борьба с мафией для Муссолини – одна из многочисленных уловок, которыми он пользовался для укрепления своего авторитета. Но мафию Муссолини полностью не смог уничтожить. Несмотря на то, что с 1925 по 1931 год большое число мафиози были посажены в тюрьмы, но самые крупные, богатые и влиятельные были оправданы. Старый принцип безнаказанности мафии в «белых перчатках» действовал и при фашизме. Это к ним обратился Муссолини для развязывания беспорядков в Тунисе.

10 июля 1943 года войска англо-американских союзников высадились на Сицилии и получили большую поддержку от мафии. Гэвин Максвелл, работавший в те годы на английскую разведку, писал, что агенты союзников, тайно высадившиеся на острове, еще находившемся в руках фашистов, направлялись к сицилийским мафиози. Американская разведка еще в 1942 году установила контакты с итало-американским гангстером Лаки Лучиано, приговоренным в Америке к тридцатилетнему тюремному заключению за принуждение многих женщин к занятию проституцией. Услуги мафиози не были забыты союзниками, и некоторые стали мэрами городов: Муссолини – мафиозо Дженко Руссо, Виллальбы – Калоджеро Вицини, Палермо – Лучо Таску. Другие мафиози действовали нагло, так «дон» Калоджеро Вицини, бывший член фашистской партии заявлял: «Фашизм опорочил Сицилию своими полицейскими законами. Теперь все должны смотреть на Сицилию, как на жемчужину Средиземноморья».

(Окончание следует).

Подготовил А. СОШНИКОВ.

# МАФИЯ



# «СИЦИЛИЙСКАЯ»

уемые партиями. Эти партии применяют различные средства, помогающие им, если это необходимо, убрать с должности какого-нибудь чиновника или защитить его, или покровительствовать подсудимому, другой раз обвинить невиновного человека. Это были как бы маленькие государства в государстве. В таких условиях мафия существовала еще до объединения Италии.

После объединения правительство проводит некоторые военные кампании против сицилийского бандитизма, так в 1863 году были возрождены «вооруженные отряды», распущенные Гарибальди. Эти отряды теперь назывались «конные ратники» и просуществовали до 1882 года. Борьба против бандитизма практически не

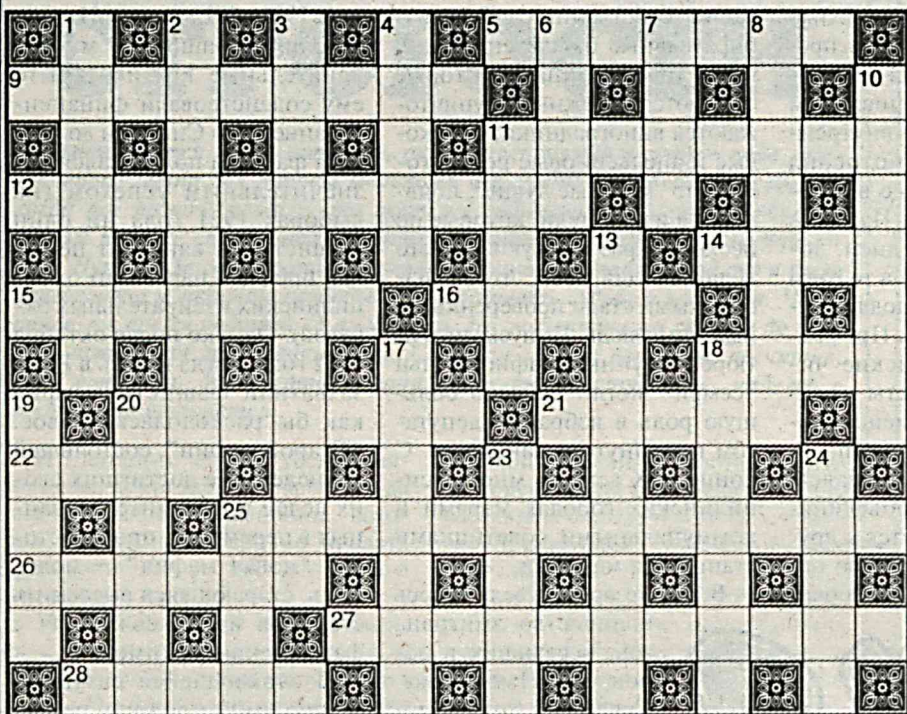
удачно. Так, в 1875 полиция провела удачную операцию и арестовала членов банды Сайева. Вместе с ними задержали барона Калауро, землевладельцев Чезаре и Инноченцо Траинити, которые были предводителями мафии «белых перчаток» в Джирдженте. Были разделены суды, один для бандитов, другой для барона и землевладельцев. Бандиты получали строгие приговоры, вплоть до пожизненной каторги, а бароны – от шести месяцев до трех лет тюрьмы.

Начиная с 1882 года, подвергается различным изменениям избирательный закон. В связи с этим увеличивается число лиц, имеющих право быть избранными в представительные органы. С этим обстоятельством связан целый ряд эпизодов,

американской земле начали организовывать свои преступные группы. В 1909 году на площади Пьяцца Марина был убит лейтенант нью-йоркской полиции Джо Петрозини, приехавший в Сицилию для установления связей местной мафии с членами преступной организации «черная рука», быстро расплывшейся в это время по Нью-Йорку. В убийстве был обвинен «дон» Вито Като-Ферро, знаменитый главарь палермской мафии. На суде «дона» Вито спасает один из депутатов парламента, избранного в Палермо. Становится ясно, какую роль играют «белые перчатки».

С 1901 по 1909 год в треугольнике, образуемом городами Палермо, Трапани и Агридженто, было совершено 5084 умышленных убийства, в сред-

# КРОССВОРД



**По горизонтали:** 5. Страна, чьи высокогорья, наряду с перуанскими, подарили миру картофель. 9. Кто разделил вместе с супругами Кюри в 1903 году Нобелевскую премию за исследование радиоактивности? 11. Великанский камень, работающий карликовой планеты. 12. Рядовая прессы. 14.

Одно из имен шведского химика Берцелиуса, много сделавшего для таблицы Менделеева. 15. Город в Сахаре, где для строительства домов используют соляные кирпичи, не опасаясь, что они пострадают от дождя. 16. Посаженный голос. 18. Продублированная черточка из знака равенства. 20. Житель ази-

атской страны, на флаг которой попала ветвь с оливкового дерева. 21. Театральное светило.

22. Знаете ли вы, что птица-тупик улетает зимовать в открытое ...?! 25. Главная функция верхней камеры холодильника. 26. Кит, если судить по его размерам. 27. Магические знания. 28. Что собой представляет экзотическая "карамбола"?

**По вертикали:** 1. Сошел с ума. 2. Какой этап скрывается за финалом? 3. Марксистский "могилишник буржуазии". 4. Какую девочку Льюис Керролл отправил в Страну чудес, а Кир Булычев — в про-

## ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В ПРЕДЫДУЩЕМ НОМЕРЕ

**По горизонтали:** 4. Школа. 9. Кузовок. 10. Труба. 11. Опоссум. 12. Масштаб. 14. Пират. 15. Телепатия. 16. Серсо. 19. Редис. 22. Энгр. 24. Овраг. 25. Егерь. 26. Поло. 28. "Финн". 29. Пианистка. 31. Равнин. 32. Импорт. 33. Минос. 34. Ангел. 35. Орган.

**По вертикали:** 1. Муравей. 2. Новшество. 3. Томат. 5. Копчение. 6. Листаж. 7. Армия. 8. Обвал. 10. Тупик. 13. Берег. 17. Антилопа. 18. Граната. 19. Разин. 20. Стусток. 21. Брюки. 23. Опера. 24. Оливин. 27. Индия. 29. Пике. 30. Амур.

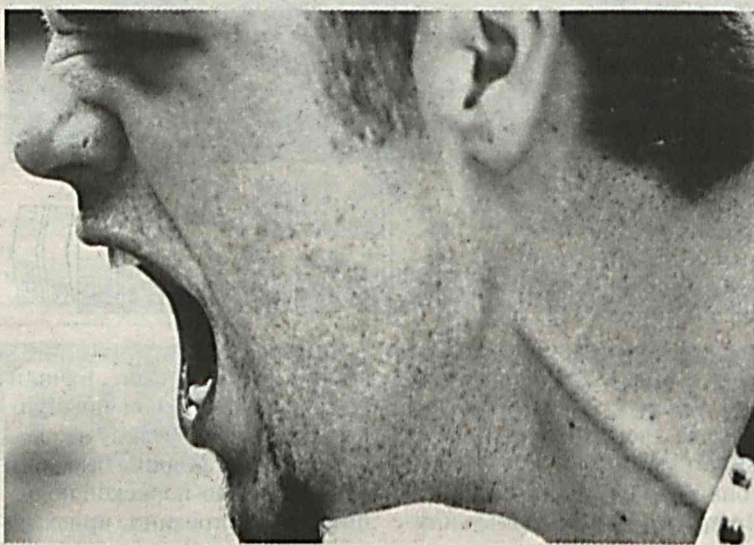
Мы привыкли считать, что без печали нет радости, без ревности — любви, без злости — доброты. Одно уравновешивает другое и создается баланс переживаний. На самом деле отрицательные эмоции нам ни к чему, так как отрицают все хорошее на Земле. Оттого нам плохо бывает, что мы разбазариваем собственное нутро, делая себя никакими. Завидуешь, отщипываешь у себя кусочек уверенности, ревнуешь — кусочек любви. А ведь любовь, радость, уверенность — кирпичики, из которых строится мир в душе. Поэтому надо постоянно отлавливать у себя разрушающие "мысли плохого настроения" и тут же переключать мозг на созидательные, приятные. Мгновенно менять одну мысль на другую. Таков процесс чистки ума. Никогда не надо забывать, что всякий удар судьбы, всякая проблема завязана на отрицательной эмоции. И если вы научитесь все время быть благодушным, то и все вокруг будет складываться наилучшим образом.

Есть еще жизненные принципы, в точности следуя которым вы не создадите почву для плохого настроения. Вот эти шесть "НЕ"

1. Не выдумывайте причин, по которым у вас якобы есть все основания испытывать

# ПОДАРИ СЕБЕ НАСТРОЕНИЕ

**Откуда берется хорошее настроение? Насколько зависит оно от внешних событий, а насколько — от нашего характера? Хотите ответить на эти вопросы — поставьте на себе опыт**



злость, досаду, гнев и прочее. На самом деле вы сами решаете, как реагировать: разозлиться или рассмеяться. Когда кто-

то выводит вас из себя, скажите что-нибудь типа: "Благослови его, Господи: очевидно у него плохой день".

2. Не осуждайте никого. В том числе и себя. Не произносите слов неконструктивной критики ни в чей адрес. Отказавшись играть роль судьи, вы закрываете клапан выброса чувств и позволяете себе сохранить свой мир в душе.

3. Не обвиняйте. Никогда, никого и ни в чем.

4. Не позволяйте никому обвинять вас. Есть люди, обожающие играть эту игру. Чтобы пресечь ее, задайте "прокурору" прямой вопрос: "Ты хочешь вызвать у меня чувство вины?". Задавайте его хоть сто раз на дню. Это обязательно подействует.

5. Не принимайте все на свой счет. Постарайтесь посмотреть на ситуацию со стороны.

6. Не беспокойтесь о том, что думают о вас другие. Если бы знали, как редко они вообще думают о вас, вы были бы обескуражены.

Выпишите эти мудрые принципы на бумажку, которую постоянно держите при себе. Соберите в кулак всю волю и постарайтесь в течение 21 дня не поддаваться дурным эмоциям и вы с радостью заметите, что в борьбе с унынием вы оказались победителем.

Подготовила  
Д. САЛОХИДИНОВА.

## ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ...

### \* ПОЧЕМУ ВЕРБЛЮД МОЖЕТ ДОЛГО ОБХОДИТЬСЯ БЕЗ ПИЩИ И ВОДЫ

Оказывается, у верблюда своеобразным хранилищем пищи является горб, в котором накапливается запас жира, и он достигает порой веса сорока пяти килограммов. Кроме того, у этого животного имеется три желудка: в первом — накапливается пища, пока верблюд пасется, для образования жвачки; во втором желудке находятся пищеварительные соки, а в третьем — эта жвачка уже переваривается.

В стенках первых двух желудков находятся карманы для накопления воды, вмещающие до 50 л. Мышцы держат эти карманы закрытыми и открывают их лишь на момент выпуска необходимого количества воды. Всего воды хватает верблюду на срок до 10 дней.

### \* ЗА ЧТО СТРАУСА

#### В ДРЕВНОСТИ НАЗЫВАЛИ ПТИЦА-ВЕРБЛЮД

Да за некоторое внешнее сходство: два толстых пальца ступни страуса похожи на раздвоенное копыто верблюда; у того и другого длинные голые ноги и шея; на груди страуса как бы моль или подушка, вроде нароста на груди верблюда.

Страус — интересное животное. Аристотель и Плиний описывали его как полуптицу-полузверя, конечно, трудно назвать птицей трехметровое животное весом в 150-200 кг, и тем более не умеющее летать. Зато бегаёт страус необыкновенно быстро: 70 километров в час, при этом каждый его шаг равен 4-5 метрам. Страусы умеют пнуть врага не хуже заслуженного каратиста, и ударом ноги они сгибают железный прут толщиной в полтора сантиметра. Страусы могут прожить 60-70 лет и оставить после себя стаю потомков, ибо каждая страусиха откладывает минимум восемь яиц.

Подготовил Н. ЧУРСИНОВ.

Объединенная редакция МВД Республики Узбекистан

НАШ АДРЕС:  
700029, ТАШКЕНТ,  
улица Юнуса  
Раджабий, 1.

Главный редактор  
Шухрат МУРАДОВ

Зам. главного редактора  
Александр  
ВОРГУДЯЕВ

Дежурный  
Леонид  
КИЯШКО  
Корректор  
Любовь  
МУХАМЕДЖАНОВА  
Верстальщик  
Акбар БОЛТАЕВ

ТЕЛЕФОНЫ:  
Главный редактор  
139-70-40,  
E-mail: urmvd@globalnet.uz  
Зам. гл. редактора  
139-75-69  
Отв. секретарь  
139-73-88,  
Бухгалтерия  
139-75-37  
Отдел распространения  
59-23-08  
Факс 132-05-51

Р/с  
20210000700447980001  
Акционерного  
в Мирзо-Улугбекском  
филиале  
инвестиционного  
коммерческого  
банка  
«Ипак йули».  
Код банка 00421.  
ИНН 200637499.

Газета зарегистрирована  
Агентством по печати и информации Узбекистана.  
Регистрационный номер 010 от 23 ноября 2003.

Зак. № J 773.  
Тираж 6760

При перепечатке ссылка на «На посту» обязательна.  
За точность приведенных цифр, фактов и прочих сведений несут ответственность авторы.  
Мнения авторов могут не совпадать с мнением редакции.  
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.  
Материал перепечатан из зарубежных СМИ и Интернета.

Печать офсетная, 4 печ. л.  
Формат А-3.

ИНДЕКСЫ:  
для частных лиц — 169  
для организаций — 367  
Время подписания в печать по графику ... 20.00  
номер подписан ... 20.00  
Отпечатано в Издательско-полиграфическом творческом доме «Узбекистон»  
Адрес предприятия: ул. А. Навои, 30.