



# ТАШКЕНТСКАЯ ПРАВДА

5 сентября  
2007 года  
СРЕДА  
№ 74  
(11366)

Издается с февраля 1954 г. ● Областная общественно-политическая газета ● В розницу цена свободная

Здравствуй, школа!



Юным жителям поселка Алмазар Чиназского района можно позавидовать. Нынешние первоклассники, в числе которых Окберди Файзуллаев и Наргиза Ахмеджанова, будут постигать знания в новой уютной школе, построенной специалистами ООО «Эрта».

## ПЕРВЫЙ РАЗ В НОВЫЙ КЛАСС

Общеобразовательная школа № 15, на строительство которой было затрачено 720 миллионов сумов, рассчитана на 315 мест. В новом учебном заведении для детворы созданы все необходимые условия - светлые просторные классы, кабинет информатики с современной компьютерной техникой, столовая, спортивный зал.

Для приобщения молодого поколения к занятиям физической культурой рядом со школой оборудованы волейбольная и футбольная площадки, созданы кружки и секции по различным видам спорта.

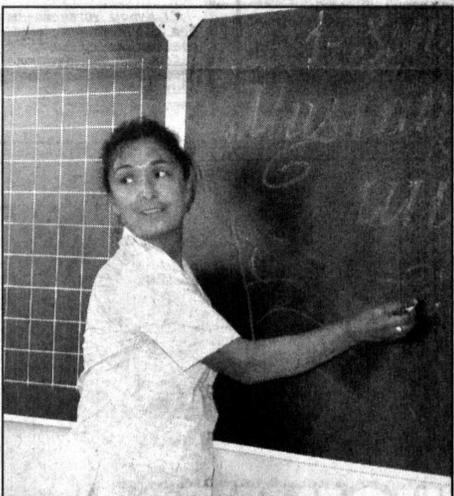
Появление таких учебных заведений в «глубинке», по мнению начальника областного управления народного образования Юнуса

Шарипова, прямой результат реформ и преобразований, осуществляемых в стране в рамках Государственной общенациональной программы развития школьного образования на 2004-2009 годы, которая позволит укрепить материально-техническую базу учебных заведений и существенно повысить уровень знаний обучающейся в них молодежи.

Сергей ЛЕВЧЕНКО.

На снимках: первоклассники Окберди Файзуллаев и Наргиза Ахмеджанова; преподаватель Мухаббат Отакулова.

Фото Даврона АХМАДА.



Курсом реформ

## УЗБЕКСКИЙ ТЕКСТИЛЬ ВСЕГДА В ЦЕНЕ

Узбекистанцы с большим вниманием продолжают изучать доклад Президента Ислама Каримова на совместном заседании Олий Мажлиса, Кабинета Министров, Аппарата Президента Республики Узбекистан, посвященном 16-й годовщине независимости Узбекистана. Одно из основных положений доклада - анализ истории современного развития страны, веки становления независимости государства. Президент говорит: «Было бы правильным разделить истекший путь на два самостоятельных периода». Нынешний, второй этап развития страны - с 2001 по 2007 годы - Ислам Каримов охарактеризовал как «период активного демократического обновления и модернизации страны».

Для нас, работников легкой промышленности, принципиально важно то важное место в экономике страны на этом, втором этапе ее развития, которое Президент отводит хлопкопрому и текстильной промышленности. Не будем забывать, и об этом еще раз напомнил в

докладе Ислам Каримов, что в старое время «только около 7 процентов производимого хлопка-сырца перерабатывалось в республике». По истечении 16 лет независимости ситуация в легкой промышленности принципиально иная: Узбекистан - второй в мире производитель хлопка,

и переработка сырья уже сегодня приближается к наметченному Президентом рубежу - половина узбекского хлопка должна продаваться за рубежом в виде готовых изделий, выработанных с использованием технологий нового века. Поэтому, говоря о целях второго этапа развития страны и ее экономики, Ислам Каримов говорит: «Приоритетное значение придается проведению активной инвестиционной политики, направленной на обеспечение ускоренной модернизации, технического перевооружения действующих и создание новых, современных, высокотехнологичных производств, таких, как текстильная и другие».

Президент отметил, что для этого «создан благоприятный, во многом беспрецедентный, инвестиционный климат для иностранных и отечественных инвесторов». Примеров тому - множество, в том числе - и в Ташкентской области.

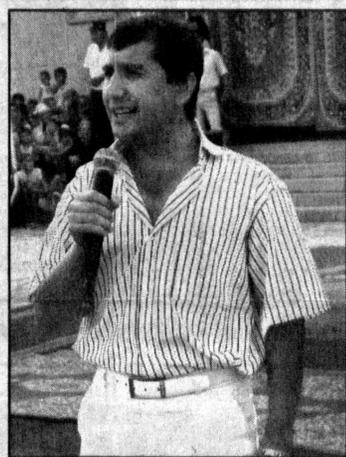
«На мировом рынке для узбекского текстиля и других товаров место есть! Заменяемый инвестиционный климат вашей страны, органично сочетающий льготы для деловых людей и четкую, прозрачную работу с бизнесом государственных органов, привлекает многих иностранных бизнесменов. Поскольку узбекский хлопок издавна ценится во всем мире, то эти два фактора, гаранти-

(Окончание на 2-й стр.)

До 2010 года на восьми крупных агрофирмах и перерабатывающих предприятиях области будет осуществлена реконструкция и модернизация производства.

## В РАМКАХ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОГРАММЫ

К концу текущего года замена морально устаревшего технологического оборудования на современное за счет зарубежных инвестиций, бюджетных средств и капитала самих производителей будет завершена в агрофирмах «Янгиюль» и «Газалкент». Это, по расчетам специалистов, позволит существенно повысить качество переработки сельхозпродукции и расширить экспортные возможности региона.



## САМЫЙ ВЕЛИКИЙ, САМЫЙ ДОРОГОЙ

День независимости Республики Узбекистан - наш самый великий и самый дорогой праздник - всегда отмечается особенно торжественно и широко. Так было и на этот раз, в год 16-летия знаменательной даты. «Оценивая пройденный за 16 лет путь и достигнутые высокие рубежи, мы гордимся осуществленной масштабной работой, самоотверженным и кропотливым трудом», - сказал наш Президент, обращаясь к гражданам страны на торжественной церемонии, посвященной 16-летию независимости Республики Узбекистан. Гордость за свои свершения, уверенность в правильности выбранного исторического пути продемонстрировали и жители Ташкентской области, где, как и во всей стране, в каждом городе, в каждом районном центре, в каждом поселке и кишлаке, в каждой махалле прошли торжества. На этом народном празднике было все, чем он по традиции сопровождается: пронзительные слова аскакалов, яркие концертные про-

граммы, богатые дастарханы. Ташкентская область за годы независимости развивалась стремительными темпами и менялась буквально на глазах. Появились новые предприятия, быстрыми темпами развивалась фермерство, строились социально значимые образовательные и медицинские объекты.

О достижениях в промышленности, аграрном секторе, социальной сфере говорили выступавшие на празднике, посвященном Дню независимости. И каждый из выступавших, говоря о пришедшей к нашей земле празднике, подерживал ту мысль, что так ярко и четко выразил Ислам Каримов в своем обращении: «Мы вправе жить с высоко поднятой головой, с осознанием того, что каждый из нас внес свой достойный вклад в общий успех». В числе тех, кто может стать примером в этом благородном деле, назывались те, кто в эти радостные дни удостоен высоких правительственных наград. В Алматы это был Герой Узбекистана, экскаваторщик карьера «Кальмакир» Сайдали Рахманов, в Бекабаде - кавалер ордена «Мехнат шухрати» на-

чальник цеха АПО «Узметкомбинат» Марат Валиев, в Ангрене - кавалер ордена «Дустлик» старший мастер электрического цеха ОАО «Янги Ангрэн исскиликэлектр станцияси» Гульнара Асанова, в Аккургане - кавалер ордена «Дустлик» руководитель фермерского хозяйства «Покиза-М» Малик Каримов, в Газалкенте - рабочая ОАО «Газалкент» Сабура Бабаджанова, удостоенная медали «Жасорат», в Кибрае - председатель фермерского хозяйства «Солих» Олимжан Хаитов, удостоенный медали «Жасорат», и другие наши замечательные земляки, награжденные орденами и медалями.

Более трех тысяч неповторимых по своему сценарию мероприятий состоялось в эти праздничные дни.

(Окончание на 2-й стр.)

На снимках: незабываемые моменты праздника в Букинском районе.

Фото Даврона АХМАДА.



«ТШ» - во всемирной сети

www.th.uz - таков электронный адрес в Интернете, на котором отныне во всех странах мира люди смогут прочесть полную версию газет «Ташкент хақиқати» и «Ташкентская правда». При этом условие, конечно, что они владеют узбекским или русским - на этих языках сайт наших газет размещается во всемирной сети.

## ЧИТАЙТЕ ЭЛЕКТРОННУЮ ВЕРСИЮ

Создание электронной версии «Ташкент хақиқати» и «Ташкентской правды» обусловлено все расширяющимся интересом к жизни нашей страны за рубежом, к тем позитивным переменам, которые привлекают внимание простых граждан и политиков всего мира. Буквально несколько дней назад, во время торжеств по случаю 16-летия независимости нашей страны, участники праздника - гости из России, Германии, Китая и других стран в беседе с корреспондентами «Ташкентской правды» высказывали пожелание о создании электронной версии газет Ташкентской области, в которой сосредоточена значительная часть промышленного и научного потенциала Узбекистана.

Электронную версию «Ташкент хақиқати» и «Ташкентской правды» создает команда журналистов и специалистов объединенного Компьютерного центра двух газет. Сайт содержит не только тексты статей, но и оригинальные фотографии, сделанные корреспондентами газет специально для сайта с учетом специфики Интернета.

Итак, до встречи во всемирной сети.

Наша марка

## ДИПЛОМ ДЛЯ ПАСТЫ С АРОМАТОМ ПЕРСИКА

Сразу две награды получила продукция предприятий Алмалыка на Международной выставке «Современный дом», которая состоялась в индийском городе Мумбае.

На выставке была представлена разнообразная продукция - товары для дома: мебель, ковры, художественные изделия, кухонная утварь, предметы гигиены, домашняя одежда и обувь.

Достоинство были представлены здесь и производители из Узбекистана.

Жюри присудило призы и дипломы выставки двум изделиям из Алмалыка - новой серии зубной пасты для детей с добавлением натуральных растительных лекарственных трав и экстрактов из свежих фруктов, в том числе и из персика, и такой же приз - замечательным по колористическому решению алмалыкским коврам. Товары бытовой химии, в том числе и детскую зубную пасту, экспонировало узбек-

ско-российское совместное предприятие «Паллада-Восток», а ковровую продукцию - СП «Фаязод» - бывшая Алмалыкская ковровая фабрика.

Специальный приз получила коллекция народных художественных промыслов самообитных мастеров Ташкентской области - керамические фигурки Ходжи Наередины с осликом и деревянные блюда, украшенные резьбой в стиле «ислими», ажурные ширмы в стиле «панжара» и многоцветные покрывала из натурального шелка «хан-атлас».

Новая продукция пользуется высоким спросом не только на внутреннем рынке Узбекистана, но и поставляется на экспорт.

Наталья АРДЖАН.

«Бунёдкор-2007»

Воспитание физического здоровья, духовно зрелого подрастающего поколения, защита молодежи от воздействия негативных идеологических течений, глубокого внедрения в сознание юношей и девушек чувства верности идеям независимости, почитание общечеловеческих ценностей являются важнейшими направлениями деятельности общественного движения молодежи Узбекистана «Камолот».

## ТРУДОВОЙ СЕМЕСТР НА ОТЛИЧНО

В этом направлении проводится широкомасштабная работа в сотрудничестве с соответствующими министерствами, ведомствами и организациями, общественными объединениями.

Одним из таких мероприятий является проект студенческих трудовых отрядов «Бунёдкор-2007», разработанный и внедренный в жизнь в целом содержательного проведения летних каникул студентов, обучающихся в вузах страны, содействием практическому закреплению полученных теоретических знаний, привлечению молодежи к полезному труду и ее социальной защите.

Как сообщили в пресс-службе Центрального совета ОДМ «Камолот», в трудовые отряды, образованные при 46 высших учебных заведениях Республики Каракалпакстан, областей и города Ташкента, было привлечено около семи тысяч студентов. В соответствии со своими специализациями они активно работали в сферах строительства, благоустройства, реконструкции и оказания услуг, сельского хозяйства и археологических раскопок.

В ходе трудового сезона в сво-

бодное время студентов организовывались различные духовно-просветительские, культурные и оздоровительные мероприятия.

Большая часть студентов-строителей оказывала помощь в благоустройстве, реконструкции вузов, в которых они обучаются, привнесения в порядок студенческих домов.

Шаги, действующие при местных структурах общественного движения молодежи «Камолот», последовательно координировали трудовой сезон студентов-строителей. В рамках проекта «Бунёдкор-2007» был организован молодежный марафон «Независимость, я и мои возможности».

Проект студенческих трудовых отрядов является важной составной частью реформ, проводимых под руководством Президента Ислама Каримова. Участие в нем дает молодежи хорошую жизненную закалку, прививает трудовые навыки и дисциплину, защищает интересы молодых людей. Полученный опыт они смело будут использовать в своей дальнейшей самостоятельной жизнедеятельности.

Вахор ХИДИРОВА, корр. Уза.

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

Техника для села  
ДИВИДЕНДЫ СОТРУДНИЧЕСТВА  
стр. 2

Будьте здоровы!  
С ЛЮБОВЬЮ К ЛЮДЯМ  
стр. 3

О братьях наших меньших  
ЕСЛИ У ВАС НЕТ СОБАКИ, ТО СРОЧНО ЗАВОДИТЕ  
стр. 4

**Курсом реформ**

рованные государством, внушают многим надежды на деловой успех в этом хлопковом краю. Тут можно на месте переработать отличное, высококачественное волокно и безо всяких дополнительных затрат выгодно его экспортировать. Я, впрочем, уверен, что в первую очередь это выгодно для вашей страны: вы получаете современные технологии и рабочие места, вы получаете лейбл «Сделано в Узбекистане» на мировые рынки», - так рассуждает о своем бизнесе в нашей стране генеральный директор предприятия со 100-процентным иностранным капиталом «Спентекс Ташкент Тойтепа» Санджай Чоудхари.

ственные менеджеры не ошиблись. Тот же «Спентекс Ташкент Тойтепа» большинство своих экспортных контрактов заключает на сумму не менее 1 млн. долларов. Своё предприятие в Тойтепа Санджай Чоудхари и его коллеги купили на тендере за 81 млн. долларов и, как я знаю, очень довольны. 82 процента производимой на предприятии пряжи и полотна покупают в Европе. Это очень «капризный» рынок, но технологии, которыми обладает «Спентекс Ташкент Тойтепа», позволяют узбекскому товару успешно конкурировать в Европе с египетской и американской пряжей. А

спрос. Более того, география экспорта из Тойтепы стремительно расширяется: есть уже заказы из Латинской Америки! Я давно работаю в легкой промышленности и могу сказать, что продать свой товар в Латинской Америке, где своего хлопка «деть некуда» - так много, - это надо иметь сверхвысококачественный товар и отличный менеджмент на международном уровне. И то, и другое в Тойтепе сегодня есть.

16 лет независимости стали для нашей отрасли годами возрождения. Появилась собственная товарная марка. Мы утвердились на перспективных рынках Европы, Азии,



**УЗБЕКСКИЙ ТЕКСТИЛЬ ВСЕГДА В ЦЕНЕ**



главное - покупатели в Европе постепенно привыкают к тому, что марка «Сделано в Узбекистане» стоит на товарах высокого качества. 4,5 тысячи рабочих, которые трудятся в цехах «Спентекс Ташкент Тойтепа», знают: их продукция имеет стабильный

СНГ и даже США, как производители высококачественных хлопковых изделий. В прошлом году предприятия легкой промышленности страны продали за рубежом товаров на 315,2 млн. долларов, в том числе только фирмы Ташкентской области эк-

спортировали изделий на 49,4 млн. долларов. Например, уже знакомый нам «Спентекс Ташкент Тойтепа» продал продукцию на 38,2 млн. долларов, СП «Чиноз тукимачи» - на 6,2 млн. долларов, СП «Бурсель Ташкент текстиль» - на 5,1 млн.

Тут надо бы особо отметить: современные технологии, предоставляемые инвесторами и закупаемые нами в большом количестве самостоятельно, позволяют нам выпускать тот товар, который ждут в Европе и в Америке, к примеру, немнущееся хлопковое полотно особого плетения, особо гигроскопичный трикотаж для белья. Старые работники отрасли, которые помнят, как лет 20 назад их фабрики работали только для «вала», утверждают, что такой ассортимент в те годы был просто невозможен! Делали - что попроще, авось и так купят.

Сегодня же только легкое перечисление всего того, что делают умелые руки наших девушек на современных чудо-машинах, займет не одну строку. Только коротко: это высокотехнологичные хлопчатобумажная пряжа, ткани и трикотажные полотна, вата, нитки, швейные и трикотажные изделия, чулочно-носочные изделия, махровые полотенца и халаты...

Возьмите в руки любое из этих изделий, - вы ощутите его мягкость и воздушность, оно легкое, как пух, и «летучее», как ветерок на утреннем хлопковом поле. И на нем прищита небольшая бирочка со словами, которые так много для всех нас значат: «Сделано в Узбекистане».

**Алексей ДОГОНКИН,** руководитель департамента внешнеэкономической деятельности ассоциации «Узбеклегпром».

**САМЫЙ ВЕЛИКИЙ, САМЫЙ ДОРОГОЙ**

В Алмалыке и Бекабаде праздники прошли особенно торжественно - для этого постарались сделать все возможное администрации градообразующих предприятий - Алмалыкский ГМК и АПО «Узметкомбинат». День независимости отметили не только в цехах и подразделениях, но и в каждой семье. С особым почетом горняки и металлурги отнеслись к ветеранам труда, проработавшим много лет на родном предприятии и немало сделавшим для развития промышленности нашей страны. Профсоюзные комитеты этих двух крупнейших

предприятий сделали ветеранам ценные подарки. Широко отметили День независимости нашей страны в Чирчике. Здесь сегодня работают десятки производственных объектов, руководители которых создали активно действующий «Клуб деловых людей», помогающий решать городские проблемы.

В Ангрене активное участие в подготовке главного торжества страны принял Русский культурный центр, показавший лучшие номера своих народных и фольклорных ансамблей.

С большим размахом отметили главный праздник страны в Ташкентском, Паркентском, Бостанлыкском и

других районах. В Ташкентском районе с утра на центральной площади играл оркестр, а затем началось музыкально-театрализованное представление. В центре Келеса и других районных центрах области работали ярмарки, где можно было купить продукцию фермерских хозяйств, малых предприятий по сниженным ценам.

Повсеместно прошли собрания, посвященные вручению паспортов ровесникам независимости - юношам и девушкам, которым 16 сентября исполнилось 16 лет.

Во всех уголках области гуляния и концерты продолжались до позднего вечера. **Номира ДАЛАБЕКОВА, Сергей ВАЛЕРЬЕВ.**

**Техника для села**

**Партнерские отношения коллектива ОАО «Узбеккишлолмаш» с российским ЗАО «Техника-сервис» позволили специалистам создать новую сеялку для точного посева калиброванных семян сельскохозяйственных культур и другую современную технику.**

**ДИВИДЕНДЫ СОТРУДНИЧЕСТВА**

Делая ставку на освоение выпуска машин нового поколения, узбекские производители сельхозтехники уже внедрили в производство сеялку для оголенных семян хлопчатника и уборочную машину, способную скашивать

и измельчать естественные и сеянные травы.

Техника, изготовленная столичными машиностроителями, уже эффективно используется в ряде фермерских хозяйств Чиназского, Кибрайского и других районов области.

**Ученые - производству**

**НОВЫЙ СПОСОБ ПОЛИВА**

**Группа ученых Узбекского НИИ хлопководства разработала новый метод борьбы с ирригационной эрозией, которая губительно воздействует на плодородие почвы.**

Эксперименты, проведенные на небольших опытных участках в хлопководящих районах Ташкентской области, дали обнадеживающие результаты. К примеру, урожайность хлопчатника при экономичном поливе зигзагообразной бороздой возросла на три и более центнера.

Широкое внедрение такого способа полива сельскохозяйственных культур, считают специалисты, позволит фермерам и воду экономить, и объемы производства увеличивать.

**СООБЩЕНИЕ ЦЕНТРАЛЬНОГО БАНКА РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН**

Центральный банк Республики Узбекистан установил с 4 сентября 2007 года следующие курсы иностранных валют к суму для ведения бухгалтерского учета, статистической и иной отчетности по валютным операциям, а также исчисления таможенных и других обязательных платежей:

1 австралийский доллар	1042,74
1 английский фунт стерлингов	2558,49
1 датская крона	233,28
1 дирхам ОАЭ	346,49
1 доллар США	1272,54
1 египетский фунт	225,20
1 исландская крона	19,87
1 канадский доллар	1202,85
1 китайский юань	168,49
1 малайзийский ринггит	364,09
1 польский злотый	453,86
1 СДР	1948,95
1 турецкая лира	965,26
1 швейцарский франк	1059,06
1 евро	1736,10
10 южнокорейских вон	13,54
10 японских иен	110,10
1 российский рубль	49,51
1 украинская гривна	251,99

\*) Курс установлен без обязательств Центрального банка Республики Узбекистан покупать или продавать валюты по данному курсу.

**Хокимият города Ангрена**



**искренне поздравляет всех тружеников нашей солнечной страны с самым великим и дорогим праздником - 16-летием независимости Узбекистана.**

*Каждый из нас своим трудом, благородными поступками должен беречь и крепить великое достояние - независимость Родины и прилагать все усилия во имя её процветания. Желаем всем всего самого наилучшего, мира и счастья каждой семье!*



КОЛЛЕКТИВ
Алмалыкского горно-металлургического
профессионального колледжа

поздравляет народ Узбекистана с самым великим и дорогим
праздником - 16-летием провозглашения независимости республики.

Мы горды тем, что являемся активными участниками
Национальной программы по подготовке кадров,
которая позволит стране уверенно идти по пути прогресса.
Желаем каждой семье мира и процветания!



Table of TV programs for Friday (Суббота) and Saturday (7 СЕНТЯБРЯ, 8 СЕНТЯБРЯ) across various channels like 'Узбекистон', 'Ташкент', 'Шарк', 'Спорт', 'Россия'.

Филиталом
«Узбекистон маркаси»
ОАО «Узбекистон почтаси»
подготовлены новые почтовые марки, посвященные 16-летию независимости Республики Узбекистан.

НОВЫЕ
ПОЧТОВЫЕ
МАРКИ

На выпущенных в обращение
Узбекистан агентством связи и информатизации
марках изображены древние города, исторические
памятники нашей страны, отмечающие в нынешнем
году знаменательные даты.

Среди них особо отличаются
марки, посвященные 2750-летию города Самарканда.
В серии марок отражено множество исторических
памятников древнего и вечно молодого города, широко
праздновавшего в нынешнем году знаменательные
даты.

Почтовая марка «2000-
летие города Маргилана»
стала достойным подарком
к юбилею этого города.
Маргилан, расположенный
на Великом шелковом пути,
с древних времен до Востока
до Западу славится своими
атласными и шелковыми
тканями, разнообразными
тубетейками, ювелирными
украшениями и другими
изделиями ремесленничества.
На марке воплощены
эти особенности.

Выпущена также народная
марка, посвященная народному
писателю Узбекистана
Абдулле Каххару, чей
100-летний юбилей будет
широко праздноваться в
нынешнем году.

Абу Бакр УРОЗОВ,
корр. УЗА.

О братьях наших меньших
ЕСЛИ У ВАС НЕТ СОБАКИ,
ТО СРОЧНО ЗАВОДИТЕ

Задумывались ли вы, за что собаки так любят нас
- хитрых, коварных и самовлюбленных Homo
sapiens? Мало-мальски логического объяснения
этому не существует, и мы вечно придумываем
какие-то полумифические истории. Одна из старинных
легенд гласит: после того, как первый человек
был изгнан из Эдема на грешную землю, его окружили
дикие звери и начали атаковать, причем возглавлял
стаю огромный злобный пес. Адам взмолился о
помощи, и тогда Бог велел ему погладить собаку.



ОДА
МОПСУ

О мопсе упоминается в
древнеиндийском эпосе
IV века до н.э. «Махабхарата»,
а во времена правления
династии Хоу в Китае
этих собак называли фу
и ообах. Мопс - собачка
умная и добродушная, но
отнюдь не безобидная, ведь
ведет свой род от лиоты
дога, то ли от мастифа
(только карликового), с
примесью благородных
кровей левкинея и хина.

Моду на мопса, как на
салонную собачку, ввел
герцог Вильгельм Оранский,
который на все без
исключения светские
мероприятия являлся с
люпоглазым малюткой, за-

жатым под мышкой. При
всем своем жизнерадостном
характере и нежности эти
песики славятся большим
чувством собственного
достоинства и весьма
недоверчивы к посторонним.

ШОТЛАНДЦЫ
ВСЕГДА
В ЮБКЕ

Небольшой, приземистый,
коротконогий, очень
компактно сложенный,
мускулистый скотчерьер -
природный циркач, он хорошо
поддается дрессировке.
Его образ - натуральная
шерстяная «юбочка» из
жестких, как проволока, волос,
закрывающая нижнюю часть
туловища и ножки, стоячие



Малика
ТУРСУНХОДЖАЕВА.

Праotec не преминул воспользоваться мудрым
советом, а его недавний враг развернулся и стал
защищать человека от наседавших зверей. Так
собака стала настоящим и практически единственным
верным другом человека на Земле.

С ростом человеческой популяции становилось
все больше четвероногих друзей различных мастей
и расцветок на любой вкускательный вкус. На
сегодняшний день в рейтинг самых модных и
редких пород мопс, скотчерьер, шпиц,

ИГРИВЫЙ
НЕПОСЕДА

Острая забавная
мордочка с загадочной
«полуплюбкой», роскошный
хвост, дерзость и отвага -
отличительные черты шпица.
Миниатюрная «лисичка»,
выведенная в Южной
Германии, необходима для
дома, как овчарка для стада.
Шпицы ценятся за
безупречную привязанность
и верностью своему господину,
а еще они до крайности
веселы и не боятся ни дождя,
ни холода. Подвижный
«звонок» любит детей и
членов своей «стаи», зато
равнодушен к окружающим
и к кошкам. Шпиц подойдет
начинающим собаководам и



Малика
ТУРСУНХОДЖАЕВА.

пожилым людям, с ним легко
ладить.

Собака живет рядом с
человеком тысячами лет,
причем за свои привязанность,
любовь, мужество,
верность и самопожертвование
зачастую расплачивается
собственной жизнью.
И несмотря ни на что,
собака снова и снова готова
помнить вас вечно и
прощать вам безразличие.
Будем же достойны этой
непонятной всепоглощающей
любви.

Это интересно



ОСТОРОЖНО:
ПОНЕДЕЛЬНИК!

Японские ученые утверждают, что если уснуть
работать по утрам в понедельник, то можно вполне доработать
до серьезных заболеваний. По данным статистики, именно на
утро понедельника приходится пик артериального давления, а отсюда
- риск получения инсульта и других недугов. Так что в начале
дня полегче с нагрузками!

В МРАЧНЫХ
ТОНАХ

Психолог Аманда Роуз из Миссурийского университета (США)
считает, что привычка многих юных девушек постоянно обсуждать
свои проблемы с подругами чревата появлением новых неприятностей.
У «жалобщих» возникает повышенная тревожность, чувство
безысходности. Смакование неудач приводит к ощущению того, что
жизнь, в принципе, проходит мимо.

БЫСТРЕЕ
НА СВЕЖИЙ
ВОЗДУХ!

Психологи утверждают, если человек в течение
года не получает возможности полноценно отдохнуть, то вероятность
«заработать» серьезную депрессию повышается для него на
70 процентов! Количество трудоводчиков, которые разучились
расслабляться, стремительно увеличивается. Сейчас даже существует
специальный термин - «синдром отсутствия отпуска».

(По материалам
зарубежной
печати).

Утерянный аттестат
Д № 794986 о среднем
образовании, выданный
в 1989 году ЦОВ-59
М-Улугбекского района
на имя Григорьевы
Ашота Валерьевича,
считать
недействительным.

Сезон бахчевых
НЕ ТОЛЬКО ЛАКОМСТВО, НО И ЛЕКАРСТВО

В сентябре на базарах - горы арбузов и дынь.
Редкий день мы не ставим на стол эти поистине
бессценные дары природы. Они не только вкусны,
но и, как утверждают ученые, очень полезны,
особенно арбуз.

Мякоть арбуза содержит хорошо
усвояемые сахара, большую
часть которых составляют
фруктоза и глюкоза, меньшею
- сахароза. В арбузе содержатся
также витамины В1, В2, С, РР,
фолиевая кислота, каротин,
пектиновые полисахариды,
клетчатка и микроэлементы: калий,
магний, железо, натрий, кальций,
фосфор и другие. Такой
богатый ассортимент питательных
веществ благотворно влияет
на сердечно-сосудистую
систему, железу внутренней
секреции, способствует
повышению активности полезной
кишечной микрофлоры.

Арбуз издавна широко
применяют в народной
медицине как мочегонное
при отеках почечного
и сердечно-сосудистого
происхождения. Арбузы
рекомендуют при таких заболе-

ваниях, как цистит, нефрит,
пиелонефрит. Очень важно, что
клетчатка арбузов содержит
калий, который при приеме
других мочегонных
лекарств вымывается из
организма.

Арбуз рекомендуется включать
в диету при болезнях печени
и желчного пузыря (цирроз,
болезнь Боткина, дискинезия
желчевыводящих путей), запорах,
подагре, артрите, атеросклерозе,
гипертонии, коронарной
недостаточности, ангине. Он
также эффективен в тех
случаях, когда человек
подвергается производственным
или бытовым интоксикациям.

Поскольку арбуз богат
железом, необходимым для
кровотворения, он помогает
при анемии.

Повышенное содержание
в яго мякоти легкоусвояемых
сахаров делает этот плод
весьма полезным при сахарном
диабете, а большое количество
клетчатки благотворно
сказывается на пищеварении,
способствует усилению
перистальтики кишечника,
ускоряет выведение
холестерина.

Для общего очищения
организма при отсутствии
противопоказаний применяется
так называемое «арбузное
голодание», когда в течение
3-4 дней в пищу употребляют
только арбузы и
черный хлеб. Интенсивное
выделение мочи во время
этой процедуры также
промывает почки и
мочевыводящие пути, вынося
за счет высокой динамики
процесса крупинки песка и
мелкие камни. Правда, такое
лечение возможно лишь
осенью, поскольку
полноценно законсервировать
мякоть арбуза для его
использования в течение
длительного времени не
удается.

Арбузная диета (около 1,5
кг мякоти арбуза в день и
больше ничего) - прекрасный
способ

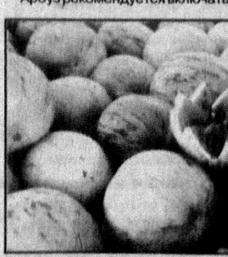
сбросить лишний вес. Только
использовать такую диету
лучше в виде разгрузочных
дней, 1-2 раза в неделю.

«Арбузное голодание»
применяют также в
сочетании с
прикладыванием мякоти к
пораженным местам при
псориазе и экземе.

Для ухода за кожей и ее
омоложения используют
маски из арбузной мякоти
или арбузного сока - им
противостоят
слохоненно в несколько
слоев марлю, которую
затем кладут на
лицо и шею. Через
20 минут марлевую
салфетку снимают,
кожу ополаскивают,
промакивают полотенцем
и наносят крем.

Так что старайтесь в
полной мере использовать
возможности, которые
дает нам в эту
пору природы. Ешьте
как можно больше
арбузов. Получите
удовольствие, которое
дает нам каждый
кусочек арбуза,
вы еще и поправите
свое здоровье.

(По материалам
медицинских
изданий).



ТАШКЕНТСКАЯ ПРАВДА
ТОШКЕНТ ХАКИЯТИ
Учредитель:
ХОКИМИЯТ ТАШКЕНТСКОЙ ОБЛАСТИ

Главный редактор
Убайдулла
АБДУШАХИДОВ
ОТДЕЛЫ:
писем - 133-12-83
информации -
133-54-10
рекламы - 133-05-22

Адрес редакции:
700000,
Ташкент, ГСП,
ул. Матбуотчилар, 32

Газета зарегистрирована в
Управлении по печати
и информации
Ташкентской области.
Регистрационный № 03-002.
Объем - 2 п.л. и. Формат - А-2,
2 3 4 5 6
Газета набрана и
сверстана в
компьютерном центре
«Ташкентская правда».

Ответственность
за содержание
рекламы и объявлений
несет
рекламодатель