



# ВЕЧЕРНИЙ ТАШКЕНТ

Газета выходит  
с 1 июля  
1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

№ 131 (12.442)

Цена в розницу — свободная



## ЛЮБОВЬ И ГОРДОСТЬ МОЯ, РОДНОЙ УЗБЕКИСТАН!

### СТОЛИЦА: ДЕНЬ ЗА ДНЕМ



Приоритеты развития

### ПО ПУТИ ПРЕОБРАЗОВАНИЙ

**Требованиям, предъявляемым самим временем — веком бурного развития информационных технологий, в достаточной полной мере отвечает крупнейший не только в столице, но и во всем Узбекистане Издательско-полиграфический творческий дом «O'zbekiston». 22-ю годовщину независимости республики коллектив готовится встретить новыми достижениями.**

— Прежде всего в целях постоянного наращивания объема выпускаемой продукции, а это не только книги, журналы и газеты, но и бумажно-мелованные товары, расширения ассортимента достаточно эффективно проводим модернизацию производства, — рассказывает первый заместитель директора ИПТД «O'zbekiston» Мухаммаджон Зайтаев. — Так, недавно установлены и запущены в действие новые линии по выпуску альбомов для рисования, школьных и общих тетрадей, наборов цветной бумаги. Техническое перевооружение позволило начать производство импортозамещающей продукции — офисной бумаги. Мощностью этой линии составляет 4 тысячи тонн в год. Каждая упаковка такой бумаги, получившей торговое название «Стандарт», и в самом деле отвечает по качеству, размеру и

способу упаковки принятому в нашей стране стандарту. А ведь еще недавно офисная бумага в нашу страну поступала только из-за рубежа, а потому и стоила недешево.

За счет собственных средств и привлеченных инвестиций в текущем году приобретено и такое высокопроизводительное оборудование, как две программируемые резальные машины «Perfecta 115E» (Германия), линия по изготовлению термальных пластин «СТР Agfa Avalon» (Бельгия) и листорезательная машина бумажных и картонных рулонов «Astrocut II-110» (Турция). Работа по запуску на полную мощность названной техники, обошедшейся в творческому дому более чем в 442 тысячи долларов США, будет завершена в ближайшее время.

(Окончание на 2-й стр.)

**В Сеуле состоялся научно-практический семинар на тему «Вопросы развития парламентаризма в условиях модернизации политической системы», организованный Посольством нашей страны в Республике Корея совместно с Корейским фондом «Шелковый путь», Азиатско-Тихоокеанским исследовательским центром Университета Ханянг и Корейским институтом международной экономической политики.**

### ВОПРОСЫ РАЗВИТИЯ ПАРЛАМЕНТАРИЗМА ОБСУДИЛИ В СЕУЛЕ

В мероприятии приняла участие делегация Республики Узбекистан в составе представителей Института мониторинга действующего законодательства при Президенте Республики Узбекистан, Законодательной палаты Олий Мажлиса и Независимого института по мониторингу формирования гражданского общества. Корейскую сторону представляли депутаты Национальной ассамблеи, политические и общественные деятели, представители академических и деловых кругов, а также журналисты.

В ходе научно-практического семинара особое внимание его участников было обращено на проводимые в Узбекистане преобразования по дальнейшему углублению демократических реформ, формированию гражданского общества, созданию эффективных механизмов защиты прав и свобод человека.

Большой интерес у корейской стороны вызвала Концепция дальнейшего углубления демократических реформ и формирования гражданского общества в стране. По мнению депутата Нацио-

нальной ассамблеи Республики Корея, председателя Ассоциации межпарламентской дружбы «Корея — Узбекистан» Ли Джэ О, инициированный Президентом Узбекистана данный важный документ определяет долгосрочную стратегию реализации демократических реформ в стране, максимально учитывающей особенности узбекской модели развития и передовой международной опыт.

Наряду с вопросами развития парламентаризма, участники научно-прак-

### Защита Родины — священный долг

### ПОДВЕДЕНЫ ИТОГИ, ОБСУЖДЕНА ПЕРСПЕКТИВЫ

**В Ташкенте состоялось заседание Общественного совета при Министерстве обороны Республики Узбекистан, посвященное итогам его деятельности в первом полугодии 2013 года, намеченным планам на второе полугодие, а также достойной подготовке к 22-летию государственной независимости Республики Узбекистан.**

Председатель Общественного совета при Министерстве обороны Республики Узбекистан, член Сената Олий Мажлиса Республики Узбекистан И. Мирзаалиев подчеркнул, что Общественным советом за отчетный период была проведена масштабная работа по реализации задач, поставленных в Постановлении Президента Республики Узбекистан «О создании Общественного совета при Министерстве обороны Республики Узбекистан» от 24 октября 2012 года.

В данном документе особо отмечается, что Общественный совет будет служить дальнейшему углублению демократических реформ и формированию гражданского общества, обеспечению открытости и гласности в деятельности Вооруженных Сил и Министерства обороны Республики Узбекистан, расширению участия граждан и общественности в государственной политике, осуществляемой в военной сфере, повышению престижа военной службы, воспитанию молодых людей, проходящих военную службу, и призывной молодежи в духе патриотизма.

При Общественном совете были созданы пять комиссий. Первая из них проводит системный мониторинг и глубокий анализ общественного мнения по основным вопросам государственной политики в сфере обороны и военного строительства и на основе этого выдвигает предложения и рекомендации по совершенствованию деятельности сферы. В задачу следующей комиссии входит проведение общественной экспертизы отдельных нормативно-правовых актов отрасли. Третья комиссия занимается вопросами социально-правовой защиты военнослужащих и граждан, уволенных в запас, а также членов их семей. Четвертая комиссия отвечает за организацию культурно-просветительских и военно-спортивных мероприятий, а пятая — за широкое освещение в СМИ реформ в Вооруженных Силах страны, повышение имиджа национальной армии.

На расширенном заседании были заслушаны отчеты руководителей и членов комиссий Общественного совета о выполненных работах за шесть месяцев нынешнего года.

В военных, военно-образовательных учреждениях, воинских частях нашей страны были организованы культурно-просветительские и разъяснительные мероприятия с участием творческой интеллигенции, деятелей культуры и искусства, направленные на разъяснение сути и значения проводимых в Вооруженных Силах страны реформ, усиление патриотизма защитников Родины, их ознакомление с бесценным наследием великих предков, организацию их полезного досуга.

Проведены десятки встреч, в ходе которых члены Общественного совета ознакомились с условиями прохождения службы, проживания и досуга военнослужащих и членов их семей. Особое внимание уделено вопросам социальной защиты семей военнослужащих, погибших при исполнении священного долга перед Родиной, ветеранов Второй мировой войны и труда, проведения военно-патриотических соревнований среди молодежи.

На заседании были определены основные задачи Общественного совета во втором полугодии 2013 года, в числе которых достойная подготовка к 22-летию государственной независимости Узбекистана.

Сардор ТАДЖИЕВ,  
корр. УзА.

тического семинара также обсудили проблему трансграничного загрязнения территорий северных районов Сурхандарьинской области Узбекистана выборами Государственного унитарного предприятия «Таджикская алюминиевая компания» (ГУП «Талко»). Было отмечено, что охрана окружающей среды сегодня является одной из острых глобальных проблем, требующих согласованных усилий международного сообщества по их решению. По общему мнению представителей общественно-политических и экспертно-аналитических кругов Республики Корея, таджикской стороне следует прислушаться к призыву международного сообщества и предпринять конкретные шаги по недопущению дальнейшего ухудшения экологической ситуации в регионе из-за вредных производственных выбросов ГУП «Талко».

(Окончание на 2-й стр.)



### В СТРАНЕ

• В Наманганской области идет активная уборка пшеницы. В последние годы в выращивании и продаже государству зерна лидирует Мингбулакский район. В нынешнем сезоне земледельцы вырастили богатый урожай почти на девяти тысячах гектаров полей.

• В Международном бизнес-центре в Ташкенте ВЧЕРА состоялась открытие форума на тему «Специальная индустриальная зона «Джизак» — уникальные инвестиционные возможности для китайских компаний». Мероприятие организовано Министерством внешних экономических связей, инвестиций и торговли Республики Узбекистан, агентством «Узинфинвест» совместно с Министерством коммерции Китайской Народной Республики.

• В Андижане проведен семинар по вопросам системной организации качественного орошения хлопковых полей и применения водосберегающих технологий. Его организовали Министерство сельского и водного хозяйства Республики Узбекистан и Управление бассейнами ирригационных систем «Норин-Коррадарё».

• В Термезе состоялась выставка «BankExpo 2013». В ее рамках проведен семинар, посвященный льготам и возможностям, предоставляемым для развития малого бизнеса и частного предпринимательства, создания благоприятной деловой среды.

• В Каракалпакском государственном музыкальном театре им. Бердаха прошел научно-практический семинар, посвященный роли национальных и духовных ценностей в обеспечении благополучия в обществе.

### В МИРЕ

• Безработица в еврозоне обновила очередной рекорд. Эксперты, правда, ждали более резкого повышения. Для сравнения, в США безработица в полтора раза ниже, чем в еврозоне, — 7,5 процента против 12,1 процента. Чемпионами остаются Испания и Греция, где на бирже труда официально зарегистрировано более четверти трудоспособного населения.

• Британский мобильный гигант Vodafone дал согласие на покупку крупнейшего оператора кабельного телевидения Kabel Deutschland Holdings. Сумма сделки — 7,7 млрд. евро. Аналитики видят в этом приобретении знак того, что Vodafone готовится менять стратегию в Европе, до сих пор его бизнес в регионе был сосредоточен в секторе мобильной связи. Вместе с Kabel Deutschland компания получает доступ к клиентской базе, куда входят 32 млн. абонентов сотовой связи, 5 млн. пользователей высокоскоростного Интернета и почти 8 млн. клиентов платного ТВ.

• Проблема доноров по-прежнему остается весьма актуальной, ведь благодаря пересадке почек, сердца, печени и т. д. можно спасти сотни человеческих жизней. Однако ожидание донора может затянуться, поэтому ряд ученых предлагает органы выращивать. Сегодня такие операции уже проводятся, но в значительно меньшей степени, чем должны.

• В Перу обнаружена королевская гробница, наполненная серебряными и золотыми украшениями. Она является памятником цивилизации уари, которая существовала на территории Перу задолго до возникновения империи инков. Возраст гробницы составляет около 1200 лет. Она была сооружена в период расцвета цивилизации уари, когда их королевство занимало большую часть современной территории Перу. Инки овладели этими землями лишь спустя несколько столетий. Как подчеркивают археологи, полное обследование гробницы и находок займет еще 8–10 лет.

### ОДНИМ АБЗАЦЕМ

По сообщениям информационной службы Ташгорхонимията и наших корреспондентов.

✓ **СЕГОДНЯ** в Международном Вестминстерском университете в Ташкенте проходит семинар-тренинг

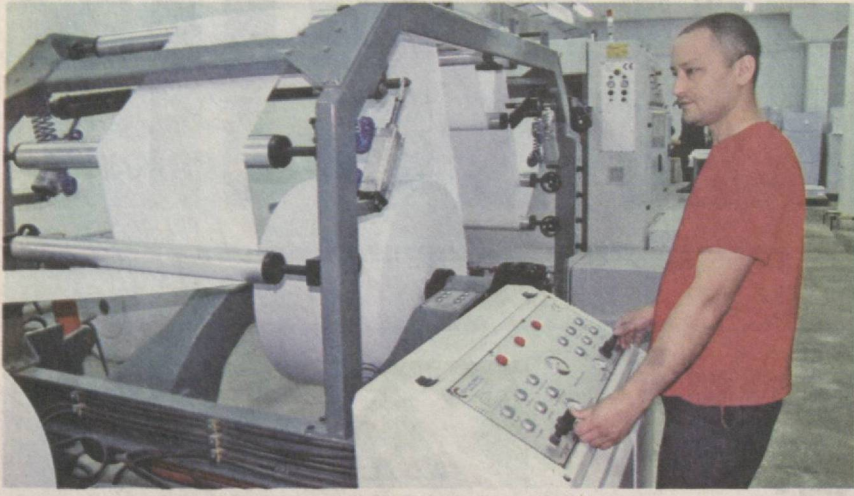
для преподавателей английского языка. Слушатели знакомятся с новыми стандартами и интерактивными методами преподавания.

✓ **СЕГОДНЯ** в Узбекском государственном драматическом театре

состоится концерт и вручение дипломов выпускникам академического лицея № 5 при Ташкентском государственном техническом университете.

✓ **СЕГОДНЯ** в детском оздоро-

вительном лагере при общеобразовательной школе № 244 Хамзинского района пройдут концерт коллективов художественной самодеятельности и выступление ребят в честь закрытия второго сезона и подготовки к следующему.



## ПО ПУТИ ПРЕОБРАЗОВАНИЙ

(Окончание.  
Начало на 1-й стр.)

Заклучены контракты общей суммой в 724 тысячи долларов на поставку от производителей и таких необходимых для обновления производств видов оборудования, как цифровая печатная машина «Хеко» (США), ниткошвейная машина для книжных блоков «Astek 180» (Италия), линия продольной резки и перемотки термобумаги «LM-110» (Германия).

— Модернизация позволяет нам не только достигать высокого качества продукции, но и экономить ресурсы, — продолжает М. Зайтаев. — В целом мы ежегодно снижаем затраты на 11 процентов.

Коллектив ИПТД, который состоит не только из рабочих типографии, но и творческих специалистов, административных работников, успешно выполняет и другие параметры. К примеру, годовые плановые задания перевыполняются на 15–20 процентов; до 1 млн. 88 тыс. сумов поднялась за последние годы средняя заработная плата сотрудников. С большим перевыполнением (на 54 процента) исполнено задание пяти месяцев нынешнего года по реализации товаров — их отгружено заказчикам на 20 млрд. сумов.

— В настоящее время особое внимание уделяем школьным учебникам, которые печатаем по заказу Министерства народно-

го образования. Эту работу нужно оканчивать к началу нового учебного года, — отметил М. Зайтаев. — Впервые в нашей стране уже ближайшей осенью первокурсники начнут изучать английский язык. Учебник по английскому языку для них разработан нашей творческой редакцией. Сейчас перед нами стоит задача — отпечатать к сроку весь его тираж, составляющий на первом этапе 506 тысяч экземпляров.

Ну и, конечно, еженедельно выдают ожидаемую большим читательским кругом продукцию газетно-журнальные цеха, соответствующие международному сертификату ISO 9001:2008 «Система менеджмента качества». Ежемесячно в ИПТД «O'zbekiston» печатается более 60 наименований газет общим тиражом 2,5 млн. экземпляров и несколько десятков журналов общим тиражом 200 тыс. экземпляров.

В профессиональный праздник работников печати и СМИ в Агентстве по печати и информации Республики Узбекистан Издательско-полиграфическому творческому дому «O'zbekiston», где директором является Заир Исаджанов, был вручен диплом как самому лучшему полиграфическому предприятию Узбекистана.

А. АЛИМКУЛОВ.  
Фото К. УЛЬМАСОВА.

## ВОПРОСЫ РАЗВИТИЯ ПАРЛАМЕНТАРИЗМА ОБСУДИЛИ В СЕУЛЕ

(Окончание.  
Начало на 1-й стр.)

Корейская сторона дала положительную оценку ходу демократических реформ в Узбекистане, а также отметила высокий уровень организации и проведения данного научно-практического семинара. В заключение мероприятия было высказано пожелание о регулярном проведении таких встреч, которые способствуют углублению межпарламентских связей и взаимопонимания между народами двух стран.

В ходе визита делегации Узбекистана в Сеул состоялись переговоры с представителями ряда министерств и ведомств Республики Корея, на которых были обсуждены вопросы дальнейшего развития межпарламентского и межведомственного сотрудничества. В частности, спикер Национальной ассамблеи Южной Кореи Канг Чанг Хи подчеркнул, что регулярные взаимные визиты парламентариев Узбекистана и Кореи подтверждают намерение двух стран к дальнейшему укреплению многопланового партнерства. Он заявил, что правительство Республики Корея уделяет особое внимание вопросу корейских диаспор

за рубежом и в этой связи выразил признательность руководству Узбекистана за созданные благоприятные условия проживания и поддержания культурной идентичности для этнических корейцев на территории республики.

На встрече с вице-губернатором провинции Кёнсан-Пукто Хонг Джонг Кёнгом было отмечено, что администрация провинции в целях содействия продвижению узбекско-южнокорейских отношений приняла решение об установлении тесных двусторонних отношений с Ташкентской областью для развития взаимовыгодного сотрудничества в различных областях. Также в ходе беседы было озвучено предложение корейской стороны установить побратимские связи между Самаркандом и древней столицей Кореи городом Кёнгджу.

В рамках визита был подписан Меморандум о взаимопонимании по сотрудничеству между Институтом мониторинга действующего законодательства при Президенте Республики Узбекистан и Исследовательской службой Национальной ассамблеи Республики Корея. ИА «Жахон».

## В русле реформ

### ОБНОВЛЯЯ АВИАПАРК

В международном аэропорту «Ташкент» ВЧЕРА приземлился новый самолет «Boeing-767-300ER». Очередной современный лайнер ведущей мировой компании по производству воздушных судов пополнит парк Национальной авиакомпании Узбекистана.



НАК «Узбекистон хаво йуллари» благодарю поддержке руководства республики продолжает планомерное поступательное развитие. В рамках осуществляемой программы основное внимание уделяется подготовке специалистов, поддержанию их профессионального уровня, техническому перевооружению, внедрению инноваций с целью обеспечения безопасности полетов. Делается все, чтобы соответствовать международным требованиям по уровню обслуживания и комфорта пассажира как на земле, так и в воздухе.

В авиапарке нашей страны первый самолет «Boeing-767» появился в ноябре 1996 года. Тогда его прибытие в столичный аэропорт ознаменовало начало эксплуатации НАК «Узбекистон хаво йуллари» дальнема-

гистральных самолетов этой марки. Семнадцать лет успешных полетов по международным направлениям на самолетах «Boeing-767» позволяют специалистам с полной ответственностью заявить, что это оптимальный вариант дальнемагистрального воздушного судна для выполнения рейсов Национальной авиакомпании на маршрутах до 9 тысяч километров. Вместимость лайнера 247 пассажиров, максимальная загрузка 38 тонн. «Boeing-767» развивает скорость до 900 км в час, высота полета составляет 13 тысяч метров. В числе преимуществ лайнера — низкие эксплуатационные затраты, технологические инновации, а также более уютный интерьер пассажирского салона.

Получение нового, четвертого по счету лайнера стало очередным звеном реализации контракта, заключенного с компанией «Boeing». В его рамках НАК приобретает четыре воздушных судна B-767-300ER и два B-787 Dreamliner.

Дальнейшее использование современных комфортабельных воздушных лайнеров позволит Национальной авиакомпании Узбекистана сохранять статус одного из безопаснейших авиаперевозчиков, заботящихся о сервисе для своих пассажиров.

О. ИВАНОВА.

Развивая и укрепляя социальное партнерство, профсоюзные организации Яккасарайского районного совета профсоюза работников производства потребительских товаров, торговли и организаций обслуживания осуществляют широкий спектр мероприятий, направленных на защиту законных прав и интересов работников, создание для них благоприятных условий.

— Наши первички все более глубоко внедряются в трудовую жизнь предприятий малого бизнеса, — рассказывает председатель райсовета профсоюза работников отрасли Абдухамид Васыкович Пулатов. — Немало примеров, когда сами работодатели — владельцы фирм и предприятий — обращаются к нам с целью выяснения отдельных организационных моментов. Там, где профкомы и администрация предприятий нашли соответствующие точки соприкосновения, стабильная обстановка, текущие и перспективные программы осуществляются без особых сбоев.

Основной упор делается на реализацию коллективных договоров. На сегодняшний день заключено 17 колдоговоров. Этими важнейшими документами защищены интересы около 17 тысяч человек. Во многих трудовых коллективах, где профко-

## В общественных организациях

### РАБОТА ПО ВСЕМ НАПРАВЛЕНИЯМ

мы заключили с администрацией колдоговоры, работники имеют льготы, успешно защищаются их интересы. Только за пять месяцев нынешнего года профсоюзными организациями и работодателями ООО «Тошиссиликмаркази», ООО «Акфа», ГУП «Сувсоз» была оказана материальная помощь нуждающимся работникам этих предприятий на 2 миллиона 160 тысяч сумов.

Специалисты из профсоюзных организаций отрасли совместно с представителями районного центра содействия занятости и социальной защиты населения проводят большую работу по созданию новых рабочих мест. В результате только за первый

квартал нынешнего года в районе вместо предусмотренных 1599 создано 1617 новых рабочих мест, из этого количества 1401 — на малых и частных предприятиях. На предприятиях, действующих в районе, на основе надомничества создано 62 новых рабочих места, а на основе кооперации с предприятиями, по договорам семейного подряда и ремесленничества были приняты на работу 32 человека.

Серьезное внимание уделяется созданию профсоюзных организаций на предприятиях малого бизнеса и частного предпринимательства. Только за пять месяцев текущего года создано 17 новых профсоюзных пер-

вичек. В члены профсоюза принято около 200 человек. Комплексно стали решаться вопросы социальной защиты на совместном предприятии «Роммис Мера», ООО «Edison Metal Profi», ООО «Нурли келажак бизнес» и других.

Всего в районе 110 профсоюзных организаций, которые объединяют 23 тысячи человек. Их активисты все чаще становятся организаторами различных культурно-массовых мероприятий, спортивных состязаний.

В центре внимания профсоюзных организаций — оказание различной благотворительной помощи наиболее уязвимым слоям населения. С начала года на эти цели было израсходовано 4 миллиона сумов. Эта работа будет продолжена.

В настоящее время в трудовых коллективах отрасли идет энергичная подготовка к 22-й годовщине независимости республики, широко развернулось работы по благоустройству территорий предприятий, будут проведены просветительские мероприятия, встречи с творческими людьми.

А. ГАЕВ.

## Указ и его исполнение

### ИНОСТРАННЫЕ ИНВЕСТОРЫ УЧАСТВУЮТ В ПРИВАТИЗАЦИИ

В Национальном пресс-центре Узбекистана состоялась пресс-конференция, на которой шла речь о вопросах реализации программы приватизации государственного имущества.

Было отмечено, что приватизация представляет собой передачу государственного имущества частному сектору, что способствует повышению его эффективности и увеличению присутствия в экономике страны. За годы независимости в Узбекистане проведена масштабная работа в этом направлении, что сказалось на изменении форм собственности свыше 31 000 государственных предприятий и объектов. В данном процессе принимает активное участие Государственный комитет Республики Узбекистан по приватизации, демонополизации и развитию конкуренции.

Как пояснили журналистам в ходе мероприятия, в числе главных задач данного ведомства является разработка и осуществление системных мер по углублению процессов приватизации, передаче в частную собственность государственного имущества и пакетов акций (долей) в уставных фондах хозяйствующих субъектов, внедрение новых форм собственности и способов разгосударствления, обеспечивающих открытость и прозрачность реализации государственного имущества частным собственникам, и другие.

Об эффективности процесса приватизации государственного имущества можно судить по уже достигнутым результатам. Только за первое полугодие 2013 года в частные руки передано 55 государственных активов с условием модернизации производства, создания дополнительных рабочих мест, увеличения объемов производства импортозамещающей продукции. По «нулевой» выкупной стоимости было реализовано 28 объектов. На базе новых предприятий создано 1200 дополнительных рабочих мест.

Следует отметить, что в процесс приватизации этих объектов были вовлечены иностранные инвесторы, взявшие на себя конкретные инвестиционные обязательства. Это стало возможным благодаря принятым за последние годы законодательным и нормативно-правовым актам, направленным на совершенствование инвестиционной политики страны. В частности, широкие льготы и преференции для иностранных инвесторов предоставил Указ Президента Ислама Каримова «О дополнительных мерах по стимулированию привлечения прямых иностранных инвестиций» от 10 апреля 2012 года.

По словам начальника управления мониторинга за исполнением инвестиционных обязательств Государственного комитета Республики Узбекистан по приватизации, демонополизации и развитию конкуренции Н. Якубова, в соответствии с указом значительно расширен список отраслей и сфер экономики, предприятия с иностранными инвестициями которых со второго квартала 2012 года попали под действие налоговых льгот. Немаловажным также стало решение о разрешении продажи иностранным инвесторам для создания современных предприятий низколиквидных объектов по «нулевой» выкупной стоимости без проведения конкурса, путем заключения прямых договоров под конкретные инвестиционные обязательства.

Важно подчеркнуть, что указом был также утвержден порядок, в соответствии с которым в рамках инвестиционных проектов стоимостью свыше 50 миллионов долларов и долей иностранного инвестора не менее 50 процентов строительство необходимых внешних инженерно-коммуникационных сетей осуществляется за счет бюджетных средств и других внутренних источников финансирования.

Согласно данным комитета, за первый квартал 2013 года был осуществлен мониторинг по 155 договорам купли-продажи государственных активов с принятием инвестиционных обязательств на общую сумму 243 миллиона долларов и 125 миллиардов сумов. В текущем году полностью выполнены обязательства со стороны инвесторов по 8 договорам. Среди них СП ООО «UZTEX Showot» в Хорезмской области и ООО «BF Textile Production» в Ташкенте по организации современного текстильного производства, ООО «Roison Electronics» по созданию производства бытовой техники в столице.

Мехрибон МАМЕТОВА,  
корр. УзА.

## Человек и природа

*Зеленые насаждения играют огромную роль в формировании архитектурно-художественного облика любого населенного пункта, придают ему индивидуальные, своеобразные черты. Система озеленения также выполняет очень важные санитарно-гигиенические и микроклиматические функции.*

**Городу – красоту и зеленый наряд**

### ПЕРСПЕКТИВЫ ЛАНДШАФТНОГО ДИЗАЙНА

Одной из актуальнейших задач в деле улучшения и охраны окружающей среды в столице является расширение работы по зеленому строительству. В связи с этим необходимо учитывать, что в условиях резко континентального климата ассортимент растений, помимо декоративных качеств, должен обладать достаточной зимостойкостью, жаростойкостью и быстрым ростом.

В настоящее время в озеленении Ташкента предпочтение отдается вечнозеленым, в основном хвойным растениям. Это сосна крымская, сосна черная, сосна эльдарская, различные можжевельники, туи и ели. Хвойные интенсивно выделяют фитонциды, убивающие болезнетворные микроорганизмы. Все эти виды обеспечивают полную очистку воздуха от пыли.

Для Узбекистана весьма перспективны можжевельник зеравшанский, обыкновенный, длиннолистный, китайский, казацкий, ложноказацкий. Все они различаются между собой высотой, формой кроны, размером и цветом хвои и плодов. К этому роду относятся ароматические кустарники, нередко стелющиеся, или небольшие деревца с прямыми стволами до 10–12 м высоты. Благодаря широкой цветовой гамме хвои, разнообразию формы кроны и высоте можжевельники могут служить благодатным материалом для самых разнообразных фантазий дизайнеров по ландшафту. Кроме того, практически все можжевельники светлюбивы, большинство из них отличается засухоустойчивостью, нетребовательностью к почвенным условиям, хотя лучше растут на легких и питательных почвах.

Кроме можжевельников, можно рекомендовать к использованию виды рода тисс. До 3 лет эти растения растут очень медленно, но затем их рост несколько увеличивается. В природе тисс ягодный может достигать 20–27 м в высоту, тисс остроконечный – 10–12 м.

Помимо хвойных, существует много вечнозеленых лиственных растений. Это новый ассортимент для зеленого строительства. Ученые определили, что ритм и развитие изученных лиственных вечнозеленых видов (магнолия крупноцветковая, барбарис Юлии, вечнозеленая лавровишня лекарственная и другие растения) вполне укладываются в вегетационный период, характерный для Ташкента. Это дает возможность для широкого использования этих видов в озеленении столицы.

М. МАКСИМОВ.

## ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ДНЕВНИК

**Специалисты Ташкентского городского комитета по охране природы продолжают комплекс мероприятий по улучшению санитарного состояния столицы, выявлению нарушений соблюдения природоохранного законодательства.**

В нынешнем году, как сообщил заместитель председателя Ташгоркомприроды А. Мустафин, нарушители соответствующих статей закона привлечены к ответственности с наложением штрафов. Вот лишь некоторые факты.

Директор ООО «TRANSNEFTEGAZ GLOBAL

SERVIS» А. Сайфуллаев оштрафован на 79 тысяч сумов за выпуск на линию автомашин с повышенной токсичностью.

Директор ЧП «ABDUQODIRQUL LINK» М. Туляганов выплатит 80 тысяч сумов за нарушение правил хранения и утилизации производственных отходов.



Каждый год в столице пополяется зеленый наряд.

Фото К. УЛЬМАСОВА.

**В рамках Государственной программы «Год благополучия и процветания» Главным управлением методического обеспечения и организации деятельности учреждений народного образования г. Ташкента организованы мероприятия, направленные на сохранение окружающей природной среды.**

### ВОСПИТЫВАТЬ БЕРЕЖНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ОКРУЖАЮЩЕМУ МИРУ

В частности в столичных дошкольных учреждениях проводятся экомарафоны с целью привить детям бережное отношение к природным ресурсам.

В детском дошкольном учреждении № 109 Сергелийского района проведено мероприятие с участием 33 детских садов и 4 школ. Экомарафон стал настоящим познавательным сюрпризом для ребят.

Во дворе садика демонстрировались яркие стенды, подготовленные детьми вместе с воспитателями. Каждый стенд соответствовал определенной тематике. Например, воспитанники и методисты из дошкольного образовательного учреждения № 352 представили мини-лабораторию. Дети, одетые в белые халаты и шапочки, рассматривали под микроскопом почву, а воспитатели объясняли им, чем отличается песок от камня и глины.

— Мы пытаемся донести до детей насколько важны природные ресурсы, — говорит заведующая этим дошкольным учреждением Гузель Ахмедова. — Теперь они знают, что вода — это основа нашей жизни и что живые организмы на земле не могут обойтись без воды.

Воспитанники и методисты из дошкольного образовательного учреждения № 109 возле бассейна с прозрачной водой представили дефиле — дети нарядились в бальные платья из бумаги, растительности и даже одноразовых пакетов различного цвета.

Представители же дошкольных образовательных учреждений № 354, 566, 600 представили тему, связанную с формированием экокультуры через труд, которая не менее актуальна на данный момент. Взрослые показали детям, как идет подготовка почвы и посадочного материала. Вместе очистили участок от сорняков, вскопали, посадили рассаду. Объяснили детям, что без тепла, света, влаги, воздуха и питательных веществ расти она не сможет.

Представители ДОУ № 459 (заведующая Дильфуза Балтабаева) продемонстрировали пять видов контейнеров и специальных пакетов определенного цвета для размещения разного вида отходов. Для отработанных ртутьсодержащих ламп показали специальную урну с крышкой в целях недопущения выхода содержащейся в ней ртути в воздух, попадания в водные источники, почву и продукты питания.

Работниками ДОУ № 518 были представлены знаки, которые встречаются не повсеместно, но являются не менее актуальными (запрещено рвать цветы, охотиться на животных, занесенных в Красную книгу РУз, и т. д.).

В рамках экомарафона были представлены оригинальные поделки, изготовленные из вторичного сырья. Можно с уверенностью сказать, что юные участники мероприятия всегда будут беречь и охранять природу родного края.

Л. КОРОЛЕВА,  
госинспектор Ташгоркомприроды.

### ВАЖНА ПРАВИЛЬНАЯ УТИЛИЗАЦИЯ

Побочным итогом практически любой деятельности человека становятся отходы. Они могут наносить вред окружающей среде.

Твердые отходы — это пластик, металлы, бумага, бытовые приборы и т. д. Сюда же относятся промышленные отходы — лом, строительный мусор, отходы перерабатывающей промышленности. Большинство твердых отходов подвергается захоронению на мусорных свалках или очистке и переработке.

Жидкие отходы существуют в виде взвешенных частиц в воде. Сточные воды сбрасываются в канализацию для последующей обработки в очистных

сооружениях, прежде чем попадут в реки или водоемы.

Газообразные состоят из газов и мелких частиц, которые образуются в результате автомобильных выхлопов, веществ, образующихся при сжигании природного топлива, в различных производственных процессах.

Как правило, любое крупное предприятие в процессе производства уже закладывает в свой бюджет средства для утилизации отходов, установки и эксплуатации очистных сооружений и т. д. Нарушителей экологического фона ждут крупные штрафы и прочие санкции.

Бытовые же отходы, особенно в крупных городах, «произ-

водятся» населением в огромных количествах. На свалках, если их вовремя не очищать, образуется метан — вредоносный парниковый газ. Сточные воды при скоплениях в них мусора проникают в почву, загрязняют ее.

Осознание серьезности проблемы привело к разработке стратегии раздельного сбора отходов. Осуществление ее требует активных действий каждого из нас. Если население на местах будет проявлять большую сознательность, определится наша роль как настоящих распорядителей природных ресурсов, сохранения чистоты города.

М. ЧЕРНОГАЕВ.

Главный механик ООО «Байтекс Тижарет» Яник Хулки за нарушение правил охраны водных ресурсов оштрафован на 238 тысяч сумов.

Менеджер ООО «Камронбек Бетон Сервис» А. Абдуллаев оштрафован на 318 тысяч сумов за загрязнение почвы нефтепродуктами.

Главный энергетик ООО «Учкун Октош» Б. Эшмурзаев за организацию производственной деятельности без положительного заключения государственной экологической экспертизы оштрафован на 238 тысяч сумов.

### Новости

### РЕЗУЛЬТАТ СОВМЕСТНОЙ РАБОТЫ

**В настоящее время в природоохранительных организациях, образовательных учреждениях, да и у многих любителей природы можно встретить плакат «100 птиц Узбекистана». Изданный в Узбекистане на средства Международного фонда спасения Арала (МФСА) плакат — результат совместной работы сотрудников Общества охраны птиц Узбекистана, членов и лидеров студенческого клуба «Phasianus».**

Работа по его созданию велась на протяжении целого года. Необходимо было составить краткие описания наиболее характерных для нашей страны и часто встречающихся 100 видов птиц, получить оригинальные их рисунки, а также разработать дизайн нового издания.

Все старания оказались не напрасны — вышедший плакат формата А1 получился красочным, информативным, актуальным и уже успел получить одобрение природоохранной общественности.

Известно, что среди глобальных экологических проблем одно из первых мест занимает сохранение биоразнообразия на планете. В понятие биоразнообразия входит огромное количество видов растений, животных, в том числе и птиц. Для более успешного сохранения биоразнообразия необходимо привлекать к этому делу широкие слои населения, молодежь.

В нашей стране государственные и общественные природоохранительные организации активно пропагандируют среди населения бережное отношение к природе, животному и растительному миру. Вот и плакат, выпущенный Обществом охраны птиц Узбекистана, сразу привлекает внимание. Он распространяется бесплатно в школах, лицеях и колледжах, а также в высших учебных заведениях страны. Общество охраны птиц Узбекистана продолжает работу по популяризации экологических знаний, выпуску новых видов тематической продукции.

Соб. инф.

### Реклама и объявления



**Уважаемые абоненты  
филиала «ТШТТ»!**

**В связи с проведением профилактических работ на сети филиала «ТШТТ» в период с 08.07.2013 г. по 12.07.2013 г. в ночное время с 23.00 до 06.00 будет наблюдаться ухудшение и возможно отсутствие исходящей междугородной и международной связи, а также выхода на номера экстренных и справочных служб, начинающих на «0». Для выхода на номера экстренных и справочных служб просим набирать действующие на сети номера, начинающиеся на «1» («101», «102», «103», «104», «1050» и другие).**

**Уважаемые дамы и господа!**  
Курортно-оздоровительное открытое акционерное общество «Узбекистон» предлагает вам приятное сочетание отдыха и лечения в наших санаториях «Узбекистан» в городах Кисловодск (Кавказские Минеральные Воды) и Ялта (Крым).  
Наш адрес:  
г. Ташкент, ул. С. Азимова, 65.  
Контактные телефоны:  
233-64-92, 232-13-67, 233-55-18.

**Филиал Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова в городе Ташкенте объявляет о приеме абитуриентов на 2013–2014 учебный год по следующим направлениям образования:**

— прикладная математика и информатика;

— психология.

Прием документов осуществляется с 20 июня по 10 июля 2013 года.

Адрес филиала МГУ: 100060, г. Ташкент, проспект Амира Темура, 22.

Телефоны для справок — 232-28-11, 232-28-22.

Время работы приемной комиссии: с 9:00 до 18:00, без выходных.

Дополнительная информация на сайте [www.msu.uz](http://www.msu.uz).

## На спортивных аренах

НАШ  
СООТЕЧЕСТВЕННИК —  
ПОБЕДИТЕЛЬ  
АЗИАТСКИХ ИГР

**Наш соотечественник Павел Сапрыкин, участвующий в продолжающихся в городе Инчхоне (Южная Корея) IV Азиатских играх в закрытых помещениях и по боевым искусствам, принес в копилку нашей сборной первую золотую медаль в состязаниях по компьютерным играм.**

Достоинство защиты нашими спортсменами чести Родины в престижном соревновании Азиатского континента является результатом постоянного внимания и заботы о будущем молодого поколения. Ибо, как отмечает Президент Ислам Каримов, в XXI веке бескомпромиссных состязаний победит только тот народ, который является физически крепким и духовно зрелым, интеллектуально богатым.

Компьютерные игры (киберспорт) в качестве вида спорта стремительно развиваются во всем мире. В 2007 году в программу II Азиатских игр в закрытых помещениях, состоявшихся в Макао (Китай), официально включены компьютерные игры. В том же году наш соотечественник Дониёр Шомузаффаров завоевал серебряную медаль Азиатских игр по данному виду спорта. На состоявшихся в 2009 году в городах Ханой и Хошимин (Вьетнам) III Азиатских играх члены нашей сборной завоевали одну серебряную и две бронзовые медали.

На состязаниях по компьютерным играм IV Азиатских игр в число победителей и призеров вошли двое из трех наших спортсменов. Сразившись на днях в соревнованиях по автогонкам наш соотечественник Сардор Абдуллаев завоевал серебряную медаль.

Участовавший в состязаниях по игре «FIFA-13» Павел Сапрыкин, обыграв Хиеу Тунг Тони (Вьетнам), Муртозо Мунтазира Разо (Иран) и Вей Чена (Китай), завоевал золотую медаль.

В честь нашего победителя был высоко поднят флаг Узбекистана, прозвучал Государственный гимн нашей страны.

Сборная Узбекистана, завоевавшая по одной золотой и серебряной медали на компьютерных играх, прошедших с участием представителей более десяти стран, занимает второе место в общекомандном зачете.

*Каждый родитель желает, чтобы его дети развивались физически и духовно зрелыми личностями, мечтает увидеть их счастье, благополучное будущее. Проживающие в Сергелийском районе нашей столицы Санжарбек и Хафиза Синдоровы — не исключение.*



Фото С. УРМОНОВА (УзА).

## 2013 год — Год благополучия и процветания

## ЧЕМПИОНЫ ВОСПИТЫВАЮТСЯ В ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ

В этой семье, где физическую культуру и спорт считают важным средством воспитания ребенка, подрастают восьмилетний Джавохир и шестилетний Исламбек — чемпионы Азии по шахматам.

На недавно прошедшем в Иране чемпионате Азии по шахматам среди юниоров до 18 лет братья Синдоровы пополнили свою семейную коллекцию еще тремя золотыми и одной серебряной медалями. В чемпионате, в котором приняли участие 270 шахматистов из около двадцати стран нашего континента, Исламбек — единственный, кто завоевал три золотые медали в турнирах рапид и блиц, а также соревнованиях по классическим шахматам. Юный шахматист сыграл 21 партию, в двадцати из которых он одержал победу и установил своеобразный рекорд. Специалисты, хорошо понимающие, что еще ни один 6-летний шахматист в мире не одерживал победу в 20 партиях в крупном турнире континентального уровня, восхитились мастерством юного спортсмена из Узбекистана.

А Джавохир Синдоров в прошедшем в рамках чемпионата Азии в Иране блицтурнире принес в копилку сборной нашей страны серебряную медаль.

— Такие высокие достижения наших детей прежде всего являются результатом достигнутой Узбекистаном независимости, высокого внимания, уделяемого под руководством Президента Ислама Каримова воспитанию молодежи гармонично развитыми личностями, царящих в нашей стране мира и спокойствия, — говорит Хафиза Синдорова. — Ведь там, где нет мира и спокойствия, нет развития и прогресса. Благодаря обретению нашей страной независимости спортсмены широко демонстрируют свои таланты и способности на международных аренах. Наблюдая за шахматными поединками, мое сердце снова и снова наполняется гордостью за своих сыновей, которые вместе с товарищами по команде высоко поднимают флаг нашего государства, доказывая всему миру, что узбекская молодежь никому ни в чем не уступает и не будет уступать. В такие минуты на моих глазах невольно появляются слезы счастья и радости, я ощущаю себя самым счастливым человеком на свете.

Действительно, на сегодняшний день спорт способствует прославлению нашего народа во всем мире, де-

монстрации потенциала и повышению мирового авторитета. Победить в таком сложном виде спорта, как шахматы, которые требуют от человека высокого интеллектуального потенциала, физической и духовной зрелости, способен далеко не каждый.

С каждым годом растут количество и масштабы побед наших шахматистов на международных аренах. Это еще раз говорит о том, что наши спортсмены являются достойными потомками великих предков, внесших огромный вклад в развитие мировой цивилизации.

Спорт воспитывает в человеке силу воли, стремление к победе, стойкое преодоление трудностей, чувства патриотизма, преданности стране и народу. Выявление спортивных талантов и возможностей у детей в раннем возрасте способствует их правильному выбору направления к высоким победам в будущем. Ибо мальчишки и девочки, занимающиеся физической культурой и спортом с юного возраста, растут здоровыми, крепкими и стойкими, способными покорять высокие рубежи.

Джавохир, обладающий хорошей памятью, регулярно занимается шахматами с четырех с половиной лет. Родители отвели его в шахматную школу двукратного чемпиона мира среди юниоров Сирождидина Зайниддинова.

— За последние три года вместе с Джавохиром изучили тысячи партий ведущих гроссмейстеров мира, — говорит тренер данной школы, наставник юного шахматиста Сабохат Зайниддинова. — Джавохир неистово знает более ста сложных партий. В своих встречах он тщательно продумывает каждый ход.

Юный шахматист, который в настоящее время учится в общеобразовательной школе № 301 Сергелийского района, свою первую победу в качестве шахматиста одержал в 2011 году на первенстве Ташкента. А его первая победа на международном уровне состоялась в 2012 году в Дели (Индия) на чемпионате Азии среди учащихся школ. В блицтурнире соревнования мальчиков до 7 лет он завоевал золотую, в классических шахматах — серебряную медали. На чемпионате Узбекистана нынешнего года в состязаниях мальчиков до 10 лет он оставил позади чемпиона мира и Азии Нодирбека Абдусаттарова и впервые удостоился звания чемпиона Узбекистана.

— Восхитившись игрой Нодирбека Абдусаттарова, я также мечтал, чтобы мой старший сын стал шахматистом, — говорит Санжарбек Синдоров. — Я очень счастлив, что сегодня мои сыновья также защищают честь нашей Родины на международных спортивных соревнованиях. Джавохир является истинным примером для своих младших братьев Исламбека и Хумуюна. Мой средний сын, как и его брат, выбрал шахматы. Сегодня они вместе обучают 4-летнего братика правильно ставить фигуры на шахматной доске.

Воспитанник дошкольного образовательного учреждения № 305 в Сергелийском районе Исламбек Синдоров, несмотря на юный возраст, уже успел проявить свой высокий спортивный потенциал. В 2012 году на прошедшем в Индии первенстве континента он завоевал серебряную медаль среди шахматистов до 5 лет. Он быстро и глубоко осваивает секреты этого вида спорта, а его стиль игры вызывает особый интерес многих специалистов и поклонников. Исламбек принимает решения быстро и правильно, любую возникающую сложную ситуацию старается решать исключительно атакой. Именно такая тактика Исламбека сыграла важную роль в его победе на чемпионате Азии в Иране.

Джавохир и Исламбек восхищаются чемпионом мира — узбекским гроссмейстером Рустамом Касымджановым. Они поставили перед собой цель — в будущем стать такими же сильными шахматистами. Поэтому каждую проведенную партию ребята глубоко анализируют вместе со своим наставником Сабохат Зайниддиновым. Уделяют особое внимание работе над ошибками, применению новых методов атаки и защиты.

— Достижения братьев Синдоровых служат примером и для других детей, обучающихся секретам шахмат в нашей школе, — говорит призер чемпионата Узбекистана по шахматам, тренер Сабохат Зайниддинова. — Это помогает нам правильно формировать процесс занятий, достигая высоких результатов в соревнованиях.

Воспитание здоровых и гармонично развитых детей, способных преданно трудиться на пути укрепления нашей независимости, повышения благополучия народа и развития страны, — долг каждого родителя.

УзА.

## Добрые советы

## ЧЕМ УТОЛИТЬ ЖАЖДУ В ЛЕТНИЙ ЗНОЙ?

**Летом в жаркую погоду жажда мучает нас все чаще. Если не хочется пить простую воду, то вот несколько не только освежающих, но и полезных напитков.**

**Молоко.** Коровье и козье молоко богато питательными и полезными веществами. Известно, что, в отличие от аптечных препаратов, «молочный» кальций усваивается на 97 процентов.

**Какао** не только приятный на вкус напиток. Содержащиеся в нем вещества тормозят процессы старения организма и более чем в два раза снижают риск развития диабета и нарушений в работе сердечно-сосудистой системы.

**Томатный сок** спасает от заболеваний сосудов и сердца. Он содержит мощный ан-

тиоксидант ликопин, предотвращающий развитие рака. Томатный сок помогает справиться с негативными последствиями стресса, оказывает противовоспалительное и антимикробное действие. Сок из помидоров также способствует восстановлению после физических нагрузок.

**Зеленый чай** содержит целый комплекс витаминов и полезных микроэлементов, а также антиоксиданты. Напиток ускоряет обмен веществ и помогает снизить уровень сахара в крови.

**Горячий шоколад** повышает общий тонус организма благодаря содержащемуся в нем гормону счастья — серотонину.

**Апельсиновый сок**, богатый витамином С, активизирует работу иммунной системы. Он также считается эффективным мочегонным, противораковым и кроветворным средством. Следует учитывать высокую кислотность этого сока, которая оказывает вредное воздействие на зубную эмаль. Поэтому рекомендуется использовать соломинку, чтобы избежать контакта сока с эмалью.

Другой цитрусовый напиток — **грейпфрутовый сок** — считается полезным при гипертонии. Он улучшает аппетит, снимает усталость и выводит из организма вредный холестерин.

Стоит также не забывать об **обычной воде**, которая лучше всего утоляет жажду.

Подготовила Л. ЛАРИНА.

## В лабораториях ученых

## СЫР — ОТ КАРИЕСА

Индийский исследователь Випул Ядав установил, что употребление сыра способно снизить вероятность развития кариеса.

Ученый провел исследование с участием 68 подростков в возрасте 12–15 лет. Он разделил их на три группы. Первой предложил съесть сыр, второй — выпить молоко, а третьей был приготовлен йогурт без сахара.

Через 10, 20 и 30 минут после трапезы он измерил уровень pH во рту каждого испытуемого.

Известно, что если уровень pH ниже 5,5, то вероятность образования кариеса повышается. При pH выше 5,5 риск развития эрозии эмали заметно понижается.

Итак, уровень pH у детей, которые выпили молоко или йогурт, не изменился, а вот у тех, кто полакомился сыром, повысился. То есть сыр обеспечил дополнительную защиту от кариеса.

Возможно, уровень pH после употребления сыра повысился благодаря активной выработке слюны в процессе жевания.

ЗЕЛЕННЫЕ ЗЕРНА КОФЕ  
ЗАЩИТЯТ ОТ ДИАБЕТА

Американские химики обнаружили в зеленых кофейных зернах вещества, которые способны снизить уровень глюкозы в крови.

Джо Винсон и его коллеги из университета в городе Скрантон проанализировали многочисленные исследования на тему влияния кофе на здоровье человека и выяснили, что любители этого ароматного напитка реже страдали от последствий диабета, чем остальные люди.

Исучив химический состав кофе, они выяснили, что все дело в хлорогеновых кислотах, которые содержатся также в некоторых фруктах и овощах. Однако в кофе количество этих кислот незначительно, так как большая их часть распадается при обжарке кофейных зерен.

Тогда специалисты предположили, что в зеленых кофейных зернах больше хлорогеновых кислот. И оказались правы. 22-недельный эксперимент с участием больных диабетом показал, что употребление экстракта зеленых кофейных зерен снижает вес диабетиков в среднем на 10 процентов и уровень сахара в их крови на 22–30 процентов.

БАНАНЫ ПОЛЕЗНЫ  
СЕРДЦУ И ЖЕЛУДКУ

Любите бананы? Тогда следующая новость для вас. Американские диетологи установили, что сок банана можно использовать для лечения самых разнообразных заболеваний, в том числе сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных.

В мякоти банана содержатся волокна, которые оказывают положительное воздействие на работу желудочно-кишечного тракта. В том числе бананы советуют употреблять при язве желудка, так как в нем содержится вещество, убивающее болезнетворные бактерии. Особенно полезны бананы в сочетании с молоком.

Ежедневное употребление бананового сока или пюре также избавит от гипертонии. Калий, содержащийся в желтых тропических плодах, укрепляет стенки сосудов и сердца. Также банановый сок способствует очищению от шлаков сосудов и может быть рекомендован при атеросклерозе.

И, конечно же, все знают, что бананы — источник хорошего настроения. Они способствуют выработке в организме гормона радости — серотонина.

АПЕЛЬСИНЫ И КИСЛАЯ ВИШНЯ  
ЗАМЕНЯТ ЛЕКАРСТВА

Многочисленные исследования ученых показывают, что регулярное употребление в пищу апельсинов и вишни способно предотвратить развитие многих заболеваний.

Апельсин, богатый витамином С, защищает ДНК от поврежден и омолаживает организм. Входящие в его состав гесперидин и нарингин улучшают зрение, повышают иммунитет, предотвращают развитие камней в почках.

Пектин и антиоксиданты, содержащиеся также в изобилии в апельсинах, оказывают противовоспалительный эффект и предотвращают развитие рака.

Вишня тоже защищает от образования опухолей, особенно это касается кислых ягод. В них содержатся антоцианы, борющиеся с раковыми клетками. Кроме того, вишня полезна для сердечников и гипертоников, так как она укрепляет стенки сосудов. Также вишня препятствует развитию аденомы предстательной железы и артрита.

Чтобы укрепить свой организм и защитить его от болезней, достаточно съедать до 150 г вишни в день и 1 апельсин раз в 2 дня.

Подготовила Л. НАСТИНА.



**УЗГИДРОМЕТ**  
СООБЩАЕТ

*иторинга Узгидромета, 5 и утром 6 июля погодные условия в Ташкенте будут способствовать незначительному рассеиванию вредных загрязняющих веществ в воздушной среде. Предполагается понижение уровня загрязнения атмосферы на 1-3 процента. Фоновое загрязнение будет пониженным.*

*В Ташкенте 5 июля — переменная облачность, без осадков. Ветер западный — 7-13 м/сек. Температура ночью — 19-21, днем — 33-35.  
По данным службы мо-*