O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI MILLIY KITOB PALATASI INV.№

СРЕДА, 25 АВГУСТА 2010 ГОДА

Вечерний Ташкент

Газета выходит с 1 июля 1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА № 165 (11.726) Цена в розницу — свободная

УКАЗ
Президента Республики Узбекистан

О ПРИСВОЕНИИ ЗВАНИЯ «УЗБЕКИСТОН КАХРАМОНИ»

За выдающиеся заслуги перед государством и народом в деле укрепления независимости нашей Родины, упрочения ее международного авторитета, дальнейшего углубления реформ, за многолетний и самоотверженный труд в производственной сфере, а также большой вклад в воспитание молодого поколения в духе патриотизма и преданности своему народу присвоить звание «Узбекистон Кахрамони» с вручением высшего знака – медали «Олтин Юлдуз»:

Зияеву Юсупу Мингкабиловичу – машинисту железнодорожного строительного механизма 166-й путевой машинной станции государственно-акционерной железнодорожной компании «Узбекистон темир йуллари»

Гопирову Камолидину – директору 53-й школы-интерната Шахриханского района, Андижанская область

Эргашевой Патиле – руководителю фермерского хозяйства «Патилахон» Бувайдинского района, Ферганская область

Зияев Юсуп Мингкабилович

Гопиров Камолидин

Эргашева Патила

Президент Республики Узбекистан
И. КАРИМОВ

город Ташкент,
24 августа 2010 года.

ИСКРЕННЕЕ ПОЗДРАВЛЕНИЕ

Его Превосходительству господину Исламу Каримову, Президенту Республики Узбекистан

Ваше Превосходительство,

по случаю 19-й годовщины со дня провозглашения независимости Республики Узбекистан от имени Правительства и народа Китайской Народной Республики и от себя лично хочу выразить Вам, Ваше Превосходительство, и дружественному народу Узбекистана искренние поздравления и наилучшие пожелания.

За прошедшие 19 лет после приобретения независимости под руководством Вашего Превосходительства Правительство и народ Узбекистана твердо идут по пути развития, соответствующего реалиям своей страны, обеспечивая независимость, суверенитет и безопасность государства, способствуя социально-экономическому развитию и непрерывно расширяя связи с зарубежными государствами, добившись заметных успехов в таких великих делах, как строительство государства и процветание нации. Мы, близкие соседи и дружественные партнеры, от всей души радуемся достигнутым республикой успехам.

Со дня установления дипломатических отношений между нашими государствами китайско-узбекские отношения всегда имели динамичное развитие. Обе стороны поддерживают отношения в духе взаимодоверия в области политики, осуществляют взаимовыгодное сотрудничество в экономике, идет взаимодействие в области безопасности и интенсивного обмена в гуманитарной сфере. Обе стороны активно поддерживают друг друга в важнейших вопросах, представляющих обоюдный интерес, ведут тесное сотрудничество в рамках таких международных организаций, как ООН и ШОС, эффективно защищают общие интересы двух стран, вносят активный вклад в сохранение мира, стабильности, развитие региона и всего мира.

Ваше Превосходительство, в ходе государственного визита в Вашу страну в июне с.г. мы с Вами обменялись мнениями по всестороннему углублению политического взаимодоверия и взаимовыгодного сотрудничества во всех сферах между Китаем и Узбекистаном, а также добились ряда важных договоренностей. Выражаю готовность с Вашим Превосходительством приложить совместные усилия для активного продвижения реализации договоренностей, достигнутых обеими сторонами для подъема уровня партнерских отношений дружбы и сотрудничества между Китаем и Узбекистаном.

Ожидаю визита Вашего Превосходительства в Китай в удобное для обеих сторон время.

Желаю могущества и процветания дружественному Узбекистану, а ее народу – счастья и благополучия.

Желаю Вашему Превосходительству крепкого здоровья и больших успехов в Вашей деятельности.

Ху ЦЗИНЬТАО,
Председатель
Китайской Народной Республики

ВЫСОКИЕ НАГРАДЫ РОДИНЫ

Указом Президента Республики Узбекистан Ислама Каримова в связи с девятнадцатилетием независимости Республики Узбекистан награждена группа работников науки, образования, здравоохранения, культуры, искусства, духовности и просветительства, средств массовой информации и других социальных сфер, в том числе по городу Ташкенту

За весомый вклад в укрепление независимости Родины, повышение культуры и духовности народа, за яркий талант и творчество, научную деятельность, самоотверженную службу, воспитание гармонично развитого поколения в духе любви к Родине и народу, верности идеям независимости и активное участие в общественной жизни присвоены почетные звания:

«Заслуженный деятель искусств Республики Узбекистан»

Мухаммеджонову Рихсибою – члену Объединения деятелей кино Узбекистана, кинодраматургу

Расулову Алишеру Турсунбаевичу – преподавателю Республиканского эстрадно-циркового колледжа, композитору

«Народный артист Республики Узбекистан»

Адашеву Раджабу Халимовичу – актеру киностудии «Узбекфильм»

Назарбекову Озодбеку Ахмадовичу – солисту эстрадного объединения «Узбекнаво»

«Заслуженный артист Республики Узбекистан»

Алимову Самандару Чориевичу – оперному солисту Государственного академического Большого театра Узбекистана имени Алишера Навои

Ахмедовой Лоле Бахтиёровне – солистке эстрадного объединения «Узбекнаво»

Зияеву Абдунаби Кучкаровичу – музыканту ансамбля «Маком» творческого объединения художественных коллективов

Рахматову Мехридину Тожидиновичу – актеру Узбекского национального академического драматического театра

Узаковой Шохиде Норматовне – актрисе Узбекского государственного драматического театра

Умаровой Фаридахон Жураевне – актрисе Республиканского театра юного зрителя

Усманову Рамизу Бекназаровичу – оперному солисту Государственного академического Большого театра Узбекистана имени Алишера Навои

Хамраевой Надире Михайловне – артистке балета Государственного академического Большого театра Узбекистана имени Алишера Навои

Кузиеву Тоиру Аскаровичу – художественному руководителю группы «Сато» эстрадного объединения «Узбекнаво»

(Окончание на 2-й стр.)

ДОСТОЙНОЕ СТИМУЛИРОВАНИЕ ТВОРЧЕСКИХ УСПЕХОВ

Успехи, достигаемые под руководством Президента Ислама Каримова во всех сферах, широкие возможности, созданные для полноценного раскрытия нашими соотечественниками своих способностей и потенциала, царящие в стране мир и спокойствие, благополучная жизнь, атмосфера доброты и милосердия, дружбы и согласия в обществе вдохновляют представителей творчества на создание новых произведений.

Ярким отражением этого также является традиционный Республиканский смотр-конкурс «Самый великий, самый дорогой», проводимый по инициативе главы нашего государства.

В Национальном пресс-центре Узбекистана 24 августа состоялось торжественное вручение наград победителям этого конкурса. В мероприятии приняли участие представители различных министерств и ведомств, общественных организаций, средств массовой информации, деятели культуры и искусства, творческие работники, студенты.

(Окончание на 2-й стр.)

ВСТРЕЧА В ОЛИЙ МАЖЛИСЕ

Прибывшая в нашу страну делегация во главе с членом Политбюро секретарем Центрального комитета, начальником отдела пропаганды Центрального комитета Коммунистической партии Китайской Народной Республики Лю Юньшанем 24 августа встретилась со Спикером Законодательной палаты Олий Мажлиса Республики Узбекистан Дилором Ташмухамедовой.

Во время беседы отмечалось, что сотрудничество между Узбекистаном и Китаем последовательно развивается во всех сферах, в частности, в области парламентаризма, важной правовой основой чего служат договоренности, достигнутые в ходе встреч глав двух государств.

Взаимосвязи между Узбекистаном и Китаем динамично развиваются в духе Межгосударственного договора о партнерских отношениях дружбы и сотрудничества, подписанного в ходе государственного визита Президента Ислама Каримова в 2005 году в Китайскую Народную Республику. В июне текущего года в Узбекистан с государственным визитом прибыл Председатель КНР Ху Цзиньтао. В рамках данного визита были подписаны более десяти документов о сотрудничестве в различных сферах.

– Во время встреч на высшем уровне, обретающих регулярный характер, достигаются взаимовыгодные соглашения, – сказал Лю Юньшань. – Особенно мы высоко ценим развитие торгово-экономического сотрудничества. Отрадно, что неуклонно растут объемы товарооборота между нашими странами.

В этот же день члены китайской делегации посетили государственные музеи истории Темуридов и истории Узбекистана, комплекс Хазрати Имам (Хастимом).

УзА.

НОВОСТИ XXI ВЕКА
вчера, сегодня, завтра

В СТРАНЕ

• Достойный подарок к 19-й годовщине независимости страны сделали строители и энергетики Министерства сельского и водного хозяйства Узбекистана. В Ташкентской области введена в эксплуатацию малая гидроэлектростанция при Ахангаранском водохранилище. Мощность двух гидроагрегатов составляет 21 мегаватт. Накануне еще одна малая ГЭС, рассчитанная на выработку около 1 млн. киловатт/часов электроэнергии в сутки, возведена на реке Аксу в Кашкадарьинской области.

• Восемь тонн диетического мяса и более 2 млн. штук яиц поставили потребителям члены ООО «Киетпарранда». На этом предприятии содержатся 50 тысяч кур и с начала года выведено 70 тысяч цыплят.

• На главной автостанции в Хошрабадском районе проводится реконструкция, для водителей и пассажиров создаются необходимые условия, строятся пункты сервиса. Действующие в Хошрабадском районе три автопредприятия в настоящее время оказывают транспортные услуги, доставляя пассажиров по более чем 15 направлениям. Только на междугородных маршрутах курсирует более 80 легковых машин, около 30 микроавтобусов, 50 автобусов.

• В Ташкентской области открылся информационно-ресурсный центр, предоставляющий услуги фермерам. В этом году подобные центры будут открыты в Самаркандской и Бухарской областях.

• У Асакинского профессионального автомобилестроительного колледжа, расположенного в махалле «Кайрагач» Асакинского района, появилось свое общежитие. На его строительство из бюджета было направлено 553 млн. сумов. Члены комплексной строительной бригады ООО «Нодир Лтд» сдали этот объект накануне 19-летия независимости Республики Узбекистан.

• По инициативе Бухарского немецкого культурного центра Узбекистана «Видергебурт» в течение двух недель действовала билингвальная площадка с немецким и узбекским обучением для детей от 7 до 13 лет. Такая площадка работает уже третий год. Это одна из новых форм проведения летнего лингвистического лагеря для детей младшего возраста. В организации ее работы помогли Германский центр технического сотрудничества, Посольство Германии в Узбекистане, Бухарский областной хокимият и местная гимназия.

• В рамках подготовки к новому учебному году отделом народного образования Гузарского района налажена работа специализированных ярмарок при семи школах райцентра, а также в образовательных учреждениях густонаселенных кишлаков. В новом учебном году 79 школ района откроют двери для более 33 тысяч учащихся.

В МИРЕ

• Пакистану грозят новые наводнения. 80 процентов жителей южной провинции, где паводком уже смыло несколько деревень, покинули свои дома. В связи с катастрофическими наводнениями в Пакистане Международный валютный фонд решил пересмотреть бюджет страны и перспективы ее экономического развития. Два года назад МВФ принял программу помощи в 11 млрд. долларов, часть этой суммы уже получена пакистанскими властями, и теперь они просят смягчить условия выплаты займа.

• Мадрид официально подтвердил информацию об освобождении двух активистов испанской неправительственной организации. Они были похищены членами террористической группировки Аль-Каида осенью прошлого года.

• Работы по вызволению горняков из аварийной шахты в Чили продлятся несколько месяцев. Рабочие выжили благодаря запасам питьевой воды. Сквозь пятнадцатисантиметровое отверстие, через которое поддерживается связь горняков с внешним миром, отправлены капсулы с водой, едой и баллоны с кислородом.

• В Ингушетии в ходе спецоперации уничтожен опасный преступник – лидер местного бандподполья.

• Пять человек погибли и 72 ранены в результате столкновения около 50 автомобилей на севере Португалии. На шоссе в условиях тумана сначала столкнулись 10 легковых автомобилей и два грузовика. Начался пожар. Из-за дыма и тумана машины врезались друг в друга в течение нескольких минут.

• На севере Польши пронеслась буря с градом. Стихия бушевала 15 минут, но за это время улицы превратились в полноводные реки. Ветер повалил десятки деревьев, на шоссе образовались многокилометровые пробки.

• Восстановление деловой активности в Европе замедлилось. Сводный индекс компании «Маркет», отражающий темп роста промышленного производства и сферы услуг в странах зоны евро, опустился. При этом аналитики отмечают, что разрыв в текущих макроэкономических показателях и оценке перспектив между странами региона увеличивается. Таким образом, делается неутешительный вывод – пик восстановления экономики Европы, по всей вероятности, пройден. В немалой степени такая ситуация — причина сокращения спроса на товары и сырье в Китае, который считается локомотивом, выводящим мировую экономику из рецессии.

ВЫСОКИЕ НАГРАДЫ РОДИНЫ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

«Заслуженный наставник молодежи Республики Узбекистан»

Артыкову Гайрату Азизовичу – доценту Национального института художеств и дизайна имени Камолиддина Бехзода, художнику-живописцу

«Заслуженный журналист Республики Узбекистан»

Бузирикову Ахмаджону Азамхоновичу – заведующему отделом редакции информационных передач «Ахборот» телерадиоканала «Узбекистон» Национальной телерадиокомпании Узбекистана

«Заслуженный работник культуры Республики Узбекистан»

Батырову Зубайдулле Ворисовичу – главному художнику Государственного академического Большого театра Узбекистана имени Алишера Навои

Бомуродову Бобуру Ходиевичу (Бобуру Бобомуроду) – члену Союза писателей Узбекистана, поэту

Вахидову Шухрату Хуршидовичу – художественному руководителю Дворца культуры железнодорожников Узбекистана, солисту

Мамаджанову Анвару Алимжановичу – преподавателю Республиканского художественного колледжа, художнику-графику

Муминовой Шахнозхон – члену Творческого объединения художников Узбекистана, художнику по росписи фарфора

Рахматову Султонали Ахмеджановичу – свободному творческому работнику, композитору

Сафаровой Матлюбе Тиллавалдиевне – старшему редактору главной редакции культурно-просветительных и художественно-развлекательных программ телеканала «Узбекистон» Национальной телерадиокомпании Узбекистана

Хасанову Хамидулле – кинооператору киностудии «Узбекфильм»

«Заслуженный работник здравоохранения Республики Узбекистан»

Ташбекову Фархаду Бахрамовичу – первому заместителю начальника Медико-санитарного объединения при Министерстве здравоохранения

«Заслуженный тренер Республики Узбекистан»

Пономарёву Александру Викторовичу – тренеру по гребле на байдарках и каноэ Республиканской школы высшего спортивного мастерства по водным видам спорта

Курбанову Олимжону Исаковичу – главному тренеру по греко-римской борьбе Республиканского колледжа олимпийского резерва

«Заслуженный спортсмен Республики Узбекистан»

Ахмедову Баходиру Юлдашбаевичу – члену национальной сборной команды Узбекистана по футзалу

Каримовой Евгении Сергеевне – члену национальной сборной команды Узбекистана по таэквондо

Награждены

орденом «Фидокорона хизматлари учун»

Курбанов Равшанбек Давлетович – директор Республиканского специализированного центра кардиологии

Меньков Вадим Юрьевич – член сборной команды Узбекистана по гребле на байдарках и каноэ

Юсупов Ибрагим – главный балетмейстер Государственного академического Большого театра Узбекистана имени Алишера Навои

орденом «Мехнат шухрати»

Зиямухамедов Садритдин Мухитдинович – член Объединения деятелей кино Узбекистана, художник-постановщик

Норматов Нодир – член Союза писателей Узбекистана, искусствовед

Рафиков Абзал Азимович – актер Узбекского государственного драматического театра

Хасанов Фахрудин Салахович – заведующий редакцией государственного научного издательства «Узбекистон миллий экциклопедияси»

Шарипов Сайдиолим Акрамович – главный художник-дизайнер государственного научно-производственного объединения «Давлат белгиси»

орденом «Соглом авлод учун» II степени

Усманова Муаттар Джалиловна – заведующая отделом программ для детей и юношества телерадиоканала «Узбекистон» Национальной телерадиокомпании Узбекистана

орденом «Дустлик»

Азимов Абдумажит Абдуллаевич – главный редактор газеты «Мохият»

Атабоев Азаматжон Шодмонбекович – член Творческого объединения художников Узбекистана, художник-живописец

Галахов Олег Викторович – актер Академического русского драматического театра Узбекистана

Гулямов Шухрат Манапович – профессор кафедры Ташкентского государственного технического университета

Мирхаликов Рахим-Мурат Тохтаевич – редактор издательско-полиграфического творческого дома «Укитувчи»

Пак Зинаида Владимировна – печатник переплетного цеха издательско-полиграфической акционерной компании «Шарк»

Салихов Улугбек Шакирович – звукорежиссер Ташкентского государственного театра музыкальной комедии (оперетты)

За активное участие в духовно-просветительских и социальных реформах, осуществляемых в нашей стране, плодотворный труд, вклад в дело воспитания молодого поколения в духе любви к Родине, верности национальным и общечеловеческим ценностям награждены:

медалью «Шухрат»

Акрамов Саидазим Сайдаматович – начальник цеха офсетной печати издательско-полиграфической акционерной компании «Шарк»

Арипова Мастура Хикматовна – заведующая кафедрой Ташкентского химико-технологического института

Атабаев Закиржон Жуманазарович – режиссер по звукозаписи Республиканского телерадиоцентра Национальной телерадиокомпании Узбекистана

Бахадиров Гайрат Атаханович – заместитель главного ученого секретаря Академии наук Узбекистана, руководитель научно-аналитического отдела фундаментальных и прикладных исследований

Гафурова Сайёра Акмаловна – доцент специальной кафедры фортепиано Государственной консерватории Узбекистана

Дадамухамедова Шахида Мубашировна – заведующая отделением микрохирургии глаза детской клинической больницы №1 г. Ташкента

Муталов Шухрат Азизович – главный телеоператор телерадиоканала «Ёшлар» Национальной телерадиокомпании Узбекистана

Набиева Ирода Абдусаматовна – заведующая кафедрой Ташкентского института текстильной и легкой промышленности

Пиязов Женисбек Буркитович – студент Государственной консерватории Узбекистана, солист

Полонская Людмила Алексеевна – корреспондент газет «Туркистон» – «Молодежь Узбекистана»

Раджапов Ильяс Камильджанович – печатник 5-го разряда печатного цеха издательско-полиграфического творческого дома имени Гафура Гуляма

Серафимова Люда – главный специалист Главного управления по делам культуры и спорта г.Ташкента

Сулаймонов Ботиржон Абдушукирович – заведующий кафедрой Ташкентского государственного аграрного университета

Турсунов Лутфилло Саидмуродович – ответственный секретарь газеты «Хабар»

Шахабов Умид Шарипджанович – солист эстрадного объединения «Узбекнаво»

Ширинова Гулчехра Хайруллаевна – старший корреспондент газеты «Соглом авлод»

ДОСТОЙНОЕ СТИМУЛИРОВАНИЕ ТВОРЧЕСКИХ УСПЕХОВ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Председатель Творческого союза журналистов Узбекистана Ш.Гуломов, генеральный директор Агентства по печати и информации Узбекистана Б.Алимов и другие отметили, что реформы, последовательно осуществляемые по инициативе Президента Ислама Каримова во всех сферах, служат таким благородным целям, как построение правового демократического государства, сильного гражданского общества, создание для нашего народа не уступающей никому благоустроенной и благополучной жизни, обретение страной достойного места в мировом сообществе. Проводимая в этих целях работа по осознанию национальной самобытности, изменению сознания и мышления народа осуществляется в гармонии с повышением духовности молодежи, возрождением и сохранением наших духовных ценностей.

Последовательное развитие национальной культуры и искусства, создание необходимых условий и возможностей для плодотворной деятельности представителей творческих сфер служит важным фактором развития и обогащения различных направлений литературы и искусства, воспитания гармонично развитой молодежи.

К числу таких мероприятий относится Республиканский смотр-конкурс «Самый великий, самый дорогой», посвященный Дню независимости и организуемый Агентством по печати и информации Узбекистана, Творческим союзом журналистов, Академией художеств, Республиканской творческой ассоциацией «Тасвирий ойина», Общественным фондом поддержки и развития независимых печатных средств массовой информации и информационных агентств, Национальной ассоциацией электронных средств массовой информации, Союзом писателей, Национальным агентством «Узбеккино» и Национальной телерадиокомпанией.

Главная цель проведения творческого состязания – яркое и действенное отражение в литературе, искусстве и журналистике того, что независимость является практическим проявлением самоотверженного труда и созидательного потенциала нашего народа, символом свободной и благополучной жизни, нашей чести и гордости, поддержка и стимулирование труда творческих людей. Вместе с тем данный смотр-конкурс имеет важное значение в ознакомлении широкой общественности с работой наших талантливых соотечественников, особенно молодых, достойной оценке их труда.

Особого внимания заслуживает тот факт, что ряды участников данного смотра-конкурса ширятся из года в год, повышается качество и уровень представляемых творческих работ. Так, в этом году свыше двух тысяч человек представили более восьми тысяч творческих работ по таким направлениям, как проза и поэзия, журналистские публикации в печатных средствах массовой информации, программы и передачи на телевидении и радио, произведения изобразительного, кино- и фотоискусства. В них ярко отражены такие добрые идеи, как укрепление нашей независимости, благодарность за дарованные ею бесценные блага и сегодняшние светлые дни.

– В нашей стране под руководством главы государства труд творческих людей всегда достойно стимулируется, – сказала победительница конкурса, актриса Узбекского национального академического драматического театра Дилноза Кубаева. – Такая забота призывает нас, творческих людей, еще глубже осознать свою ответственность, оправдывать оказанное доверие, вдохновляет нас на достижение еще более высоких творческих рубежей.

На мероприятии победителям и призерам конкурса были вручены дипломы и награды.

Назокат УСМАНОВА,
корр. УзА.

ПОБЕДИТЕЛИ

Республиканского смотра-конкурса «Самый великий, самый дорогой», посвященного девятнадцатилетию государственной независимости Республики Узбекистан

1. За художественные произведения писателей и поэтов

1 место:
Джуманияз Джаббаров, народный поэт Узбекистана – за сборник избранных произведений «Книга моей души»
2 место:
Матназар Абдилхакимов, научный сотрудник Хорезмской академии Маъмуна – за книги «Лик вечности» и «Источники знаний»
3 место:
Янгибай Кучкаров, заместитель председателя Союза писателей Республики Каракалпакстан – за поэму «Девятнадцатый рубеж»

Поощрительные премии

1. Нилуфар Умарова, преподаватель узбекского языка и литературы Каршинского педагогического колледжа, Кашкадарьинская область
2. Малик Эгамов, член Союза писателей Узбекистана

2. За журналистские материалы работников печатных СМИ

1 место:
Хуснидин Бердиев, заместитель главного редактора редакции местной информации Национального информационного агентства Узбекистана – за цикл статей на социально-политические и экономические темы
2 место:
Жуманазар Меликулов, член Творческого союза журналистов Узбекистана – за статьи на духовно-просветительские темы
3 место:
Хусан Темиров, корреспондент газеты «Кишлок хаети» по Кашкадарьинской области – за материалы, посвященные экономическим реформам и строительству современного жилья по типовым проектам в сельской местности

Поощрительные премии

1. Рисликхон Мажнунова – заведующая отделом газеты «Наманган хакикати»
2. Хуршидбек Рузиев – инспектор информационного отдела Управления внутренних дел Ташкентской области

3. За материалы работников телевидения и радио

1 место:
Маъруф Хасанов, режиссер-оператор главной редакции «Культурно-просветительские и художественно-развлекательные программы» телерадиоканала «Узбекистон» НТРКУз – за фильм «Пояс» и передачи «Ювелир» и «Гончар»
2 место:
Телевизионная творческая ассоциация «Самаркандств» – за социальные телеролики серии «Это – мой город»
3 место:
Кахрамон Раззаков, режиссер ЗАО телерадиоканала «Ёшлар» – за телеролики «Тошкент-2200» и «На пути к совершенству»

Поощрительные премии

1. Молодежная телестудия «Келажак овози», руководитель проекта Бахтиер Турахонов
2. Шахноза Махмудова, ответственный редактор телерадиокомпании Навоийской области

4. За произведения изобразительного искусства

1 место:
Бахтияр Санаев, председатель Каттакурганского районного отделения Самаркандской области Творческой ассоциации «Тасвирий ойина» – за творческие работы, отражающие достижения в социально-экономической, духовно-просветительской сферах за годы независимости и посвященные Году гармонично развитого поколения
2 место:
Альберт Ахмедшин, художник – за цикл произведений изобразительного искусства «Узбекистан – Родина моя»
3 место:
Ерик Кульманов, студент Национального института художеств и дизайна имени Камолиддина Бехзода – за произведения изобразительного искусства «Мирная Родина», «Родной Ташкент», «Здравствуй, Навруз!», «Золотая осень»

Поощрительные премии

1. Екатерина Иванова – магистрант Национального института художеств и дизайна имени Камолиддина Бехзода, член Объединения молодых художников Академии художеств Узбекистана
2. Темур Мамадаминов – студент Ташкентского архитектурно-строительного института, молодой фотограф

5. За произведения киноискусства

1 место:
Хилол Насимов, директор киностудии «Ватан» – за режиссуру в художественном фильме «Угроза»,
2 место:
Дильноза Кубаева, актриса Узбекского национального академического драматического театра – за роли в фильмах «Моя любовь – моя судьба» и «Разлука»
3 место:
Хожимурод Валиев, режиссер киностудии научно-популярных и документальных фильмов Республики Узбекистан – за документальный фильм «На пути национального возрождения и прогресса»

Поощрительные премии

1. Султонмурод Мирзаахмедов, кинооператор киностудии «Узбекфильм»
2. Бахтияр Касымов, киноактер

В ИТАЛИИ РАСТЕТ ИНТЕРЕС К УЗБЕКИСТАНУ

В Италии по инициативе Посольства Узбекистана в Институте по изучению стран Азии и Средиземноморья состоялся брифинг, посвященный 19-летию независимости нашей страны. В нем участвовали представители политических, экспертно-аналитических и деловых кругов, а также СМИ.

Ведущий эксперт этого института Б. Скальоне считает, что достигнутые Узбекистаном результаты весьма позитивны. По его мнению, не случайно, что международное сообщество проявляет сегодня растущее уважение к Узбекистану, который имеет за своими плечами долгую и величественную историю. Страна смогла построить свое достойное независимое, свободное государство, находящееся в постоянном росте в политическом, экономическом и социальном плане.

Б. Скальоне также отметил, что правовая уверенность, рыночная экономика, социальная политика, новаторство и смелость реформ, а также следование девизу «Не разрушать старый дом, не построив новый», стали осью, вокруг которой было выстроено новое государство, новый правящий класс, новое поколение, активное, ответственное и верящее в свое будущее.

Говоря о состоянии двусторонних узбекско-итальянских отношений итальянский эксперт подчеркнул, что Италия удовлетворена уровнем их развития и всестороннего расширения в последние годы. С его слов, «нас радует тот факт, что узбекско-итальянские связи всегда идут по возрастающей».

Член ассоциации итальянских юристов «Евроюрис Италия», адвокат Витторио Джорджи отметил следующее:

«В 2004 году Италия приветствовала в Узбекистане создание двухпалатного парламента Олий Мажлиса Республики Узбекистан. Хочу отметить, что у нас подобная двухпалатная система с успехом функционирует на протяжении последних 60 лет республики. Данная система весьма важна для удовлетворения интересов всех слоев общества, а также обеспечения представительства в парламенте всех регионов страны».

Последовательное осуществление процесса либерализации судебно-правовой системы является важной гарантией соблюдения прав человека. Отмена в Узбекистане с января 2008 года смертной казни и введение института «хабеас корпус» стали важными шагами в деле обеспечения надежной защиты прав человека. С большим сожалением отмечаю существование смертной казни в некоторых развитых странах.

В. Джорджи также подчеркнул, что история показывает нам славное прошлое и сильную волю узбекского народа. В Италии уверены, что на основе этого, а также опираясь на современную демократическую политико-экономическую собственную модель, Узбекистан сможет построить светлое и благополучное будущее.

Начальник отдела международных образовательных программ Национального института внешней торговли Италии М. Дамаджио отметила, что опыт последних десятилетий глобального мирового развития убедительно доказывает, что политических и экономических успехов добиваются лишь те государства, которые уделяют повышенное внимание молодежи. По ее мнению, фактом этого является поддержка правительством Узбекистана духовного просвещения молодежи, а также инвестирование в будущее поколение в целях построения демократического общества.

Она также подчеркнула, что экономический и инвестиционный потенциал Узбекистана привлекает иностранных инвесторов, которые благодаря успешным реформам, а также новым финансовым инструментам по созданию свободной рыночной экономики, получают более полную информацию об экономических возможностях страны и благоприятном инвестиционном климате. Они убеждаются в том, что республика не только богата природными ресурсами, но также имеет высококвалифицированные кадры.

Генеральный менеджер компании ««DOKI S.r.l.» Л. Векки отметил, «мы видим Узбекистан в качестве важного стратегического партнера в Центральной Азии. Огромный и быстроразвивающийся рынок, географическое месторасположение, развитая транспортная и логистическая инфраструктура Узбекистана вызывают интерес у итальянского бизнеса». Он также подчеркнул, что экономики двух стран могут взаимно дополнять друг друга с учетом возможностей итальянской стороны в поставках новых технологий и оборудования.

В целом участники брифинга были едины во мнении, что рост интереса к Узбекистану обусловлен не только огромным культурным и историческим наследием, но и наличием богатых природных ресурсов нашей страны.

ИА «Жахон».

С ПРАЗДНИЧНЫМ НАСТРОЕНИЕМ

Активисты ОДМ «Камолот» Бектемирского района принимают участие в организации праздников, посвященных 19-летию независимости нашей республики под лозунгом «Бу мукаддас Ватанда азиздир инсон».

В мероприятиях, проходивших в махаллях «Рохат», «Миришкор», «Зилола», «Истикбол», приняли участие дети из малообеспеченных, многодетных семей, с ограниченными физическими возможностями. Для них были организованы игры и конкурсы, активно участвующим вручались памятные подарки и грамоты.

– Несмотря на многонациональность наших жителей, они очень дружны и сплоченны, – говорит участник праздника Баходир Зиевиддинов. – Мы благодарны за теплый прием и интересное представление.

Для участников мероприятия исполнили свои песни и композиции лауреаты Государственной премии «Нихол» Сирожиддин и Мадина Мумтоз, воспитанники центров детского творчества домов культуры.

Лазокат КАДИРОВА, председатель детской организации «Камалак» Бектемирского района.

НАША СИЛА И БОГАТСТВО – В ЕДИНСТВЕ

Под девизом «Узбекистан – наш общий дом» в Республиканском интернациональном культурном центре прошла конференция Азербайджанского культурного центра, посвященная Дню независимости Республики Узбекистан. На ней были подведены итоги проделанной работы, намечены перспективные планы на будущее.

– Ныне в Узбекистане проживает более 40 тысяч азербайджанцев, которые гармонично влились в семью братских народов республики, – отметил в своем выступлении председатель Азербайджанского культурного центра Мобил Мамедов. – Нас объединяют не только схожесть языков, культур и мировоззрения, но и общие идеалы демократии и социальной справедливости, стремление к достижению светлых целей, приверженность идеям мира, добра и созидания.

Обретя в независимой республике свою вторую родину, азербайджанцы принимают активное участие в ее общественно-политической, культурной, экономической жизни, реализации национальных программ. Так, в Год гармонично развитого поколения все более тесным становится сотрудничество между различными государственными, общественными организациями, в том числе с органами самоуправления граждан, в деле становления и развития молодежи, раскрытия ее творческого потенциала в интересах всего общества.

Мы тесно сотрудничаем с Государственным педагогическим университетом имени Низами, где изучаются вопросы взаимопроникновения узбекской и азербайджанской культур, их взаимообогащение. Наша сила и богатство – в единстве!

В рамках традиционной конференции состоялся праздничный концерт, на котором выступили популярный детский танцевально-вокальный ансамбль «Азери гызлари» («Азербайджанские девушки») под руководством заслуженной артистки Азербайджана Кокаб Алиевой, ансамбль народных инструментов «Карабах» и музыкальная группа «Гардашлыг». Вместе с юными дарованиями Азербайджанского культурного центра на сцене выступили танцевальный дуэт из дома милосердия № 31 (хореограф Наргиса Ташмухамедова) с фольклорным танцем «Лязги» и молодая эстрадная певица из Дома культуры Мирзо-Улугбекского района Замира Арипова с патриотической песней «Сендан кочмайман, Ватан».

Праздник в преддверии 19-й годовщины независимости Узбекистана удался на славу, подарил всем его участникам хорошее настроение.

Олег АСАДУЛЛА-ЗАДЕ.

СОТРУДНИЧЕСТВО В СФЕРЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

На какую бы сферу жизни общества мы сегодня ни обратили внимание, будь то экономика, наука, промышленность, сельское хозяйство, градостроительство, здравоохранение, образование, культура, искусство, в каждой мы можем наблюдать колоссальные изменения и масштабные преобразования, осуществленные в годы независимости под руководством Президента Ислама Каримова. Свои весомые результаты дают последовательные реформы, реализуемые в общественно-политической, социально-экономической, банковско-финансовой, судебно-правовой, гуманитарной, культурно-просветительской и других сферах.

С первых лет независимости на уровень государственной политики поднят вопрос и коренного реформирования системы образования, в частности, высшего образования. В этой сфере благодаря претворению в жизнь Национальной программы по подготовке кадров, Закона Республики Узбекистан «Об образовании» достигаются огромные успехи.

Девятнадцать лет назад молодежь нашей страны могла лишь мечтать об условиях, которые ныне созданы для студентов высших учебных заведений. Гармонично сочетающие в себе стили современной архитектуры и национального зодчества величественные здания, прочная материально-техническая база, современные учебные лаборатории, оснащенные новейшими технологиями и установками, богатые информационные ресурсы, высококвалифицированный профессорско-преподавательский состав, передовые учебные программы и образовательные стандарты – весь полный арсенал, необходимый для овладения юношами и девушками глубокими, разносторонними знаниями, постижения ими азов науки и техники, реализации в будущем полученного интеллектуального багажа на производстве. Сегодня узбекские юноши и девушки, эффективно и с умом использующие предоставленные возможности, стремящиеся стать высококлассными профессионалами своего дела, обогатить свои знания, имеют шанс обучаться также и в престижных вузах развитых государств мира.

Ныне стало обыденным и неудивительным услышать от знакомых и друзей, что их сын или дочь учатся в городах Европы, США, Китае, России, Японии, Южной Корее или Малайзии... Сегодня наши дети ни в чем не уступают своим зарубежным сверстникам, наоборот, даже удивляют зарубежных преподавателей и друзей своей целеустремленностью, жаждой знаний, способностями, талантом, интеллектуальным потенциалом. Тем самым они еще раз ярко демонстрируют результаты практических мер, огромного внимания и заботы, которые проявляются в нашей стране под руководством Президента о формировании молодого поколения гармонично развитыми личностями.

Все более развивающееся сотрудничество в области высшего образования между ведущими зарубежными и отечественными вузами в рамках перспективных проектов, финансируемых международными организациями, также способствует повышению квалификации и знаний студентов и преподавателей высших учебных заведений регионов нашей страны. В частности, в рамках проекта Программы Темпус Европейского союза «Создание новой магистерской программы по CAD/CAE/CAM и компьютерному моделированию», основной целью которого является подготовка инженеров нового поколения, в Ташкентском автомобильно-дорожном институте и Джизакском политехническом институте созданы три лаборатории, оснащенные современным компьютерным оборудованием и необходимым программным обеспечением.

Также в рамках данного совместного проекта, где партнерами выступают Туринский политехнический институт (Италия), Королевский технологический институт в Стокгольме (Швеция), разработаны 12 новых курсов, изданы учебные материалы и пособия, курсы компьютерного моделирования для производственников и преподавателей вузов, более тридцати студентов и преподавателей из Узбекистана прошли обучение в ходе учебных стажировок в Швеции и Италии. Следует отметить, что прошедшие обучение по данной магистерской программе специалисты обладают знаниями в области моделирования и высокоточного определения с помощью компьютеров методов решения как теоретических, так и практических вопросов в области инженерии, вместе с тем смогут обучаться навыкам работы с новейшими технологиями и создания новых высококачественных инженерных продуктов.

Да, сегодня для молодежи открыты широкие дороги в мир современных знаний и наук, новейших технологий и разработок, и нет сомнений, что накопленный интеллектуальный потенциал они применят во благо развития и процветания Родины.

Зухра УСМАНОВА, корр. УзА.

Независимость в моей судьбе

ИНОЙ ОТЧИЗНЫ Я НЕ ЗНАЮ

Медея Гуфринова, заместитель директора школы № 299 по учебно-воспитательной работе:

— Мои родители приехали в Узбекистан сорок лет назад из Осетии. И остались навсегда в этом краю, покорившем их красотой природы, гостеприимством людей. Здесь прошло и мое детство, годы учебы в школе № 9 Юнусабадского района, затем на факультете французской филологии в Ташкентском институте иностранных языков (ныне УзГУМЯ). Получив диплом, пошла работать в школу № 299 Шайхантаурского района. Здесь уже воспитала не одно поколение учеников. Навсегда связав свою судьбу с Узбекистаном, прожила в республике сорок лет, здесь вышла замуж. Вместе с мужем вырастили троих детей.

Родина у человека бывает одна-единственная. Для нашей семьи, для меня – это Узбекистан. Другого Отечества не представляю.

Я побывала во многих странах и могу сказать, такой страны, как Узбекистан, такого народа, какой живет у нас, не встречала. Бывала с детьми и в Осетии. Слов нет, хорошо там, но очень быстро начинали скучать по Ташкенту, по его улицам, площадям, паркам, неповторимому узбекистанскому небу.

Родственники, живущие в Осетии, приглашают на постоянное место жительства. Наша семья, мои дети в этом вопросе непоколебимы: в гости съездить можно, но жить и трудиться – только в Узбекистане!

Записал С. МУСАХОДЖАЕВ.

РОВЕСНИКИ НЕЗАВИСИМОСТИ ОПРАВДАЮТ ВСЕ ОЖИДАНИЯ

Дильфуза Дустмухамедова, выпускница Яккасарайского профессионального колледжа легкой промышленности:

– Мне повезло, что я родилась именно тогда, когда наша страна обрела суверенитет и гордо стала называться независимой Республикой Узбекистан. Мои сверстники выросли, непосредственно ощущая неустанную заботу о себе со стороны государства, в котором воспитанию и образованию подрастающего поколения уделяется приоритетное внимание. Конституцией Республики Узбекистан закреплено наше право на бесплатное получение общего среднего образования, а обучение в профессиональном колледже дает еще и профессию. Для нас построено много новых школ, академических лицеев и профессиональных колледжей. Знания, которые дают нам педагоги, становятся фундаментом для получения высшего образования.

В нашей стране очень сильная молодежная политика: юноши и девушки имеют массу возможностей для проявления и развития своих способностей, реализации своих умений и навыков. Спасибо Президенту за все, что под его руководством сделано для нас!

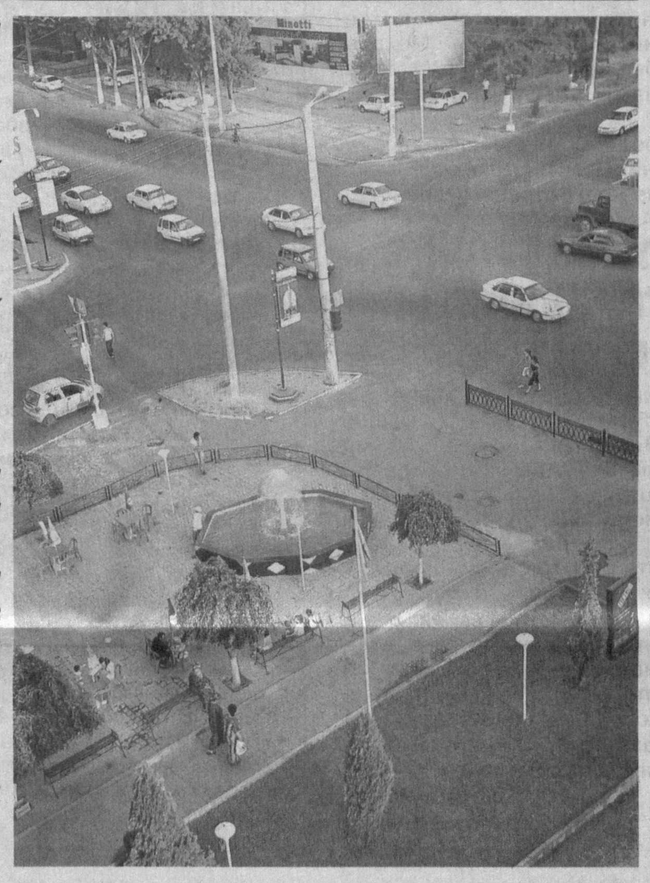
Получив в колледже профессию дизайнера одежды, я решила продолжить образование в вузе, стать высококлассным специалистом по этому направлению. И то, что я стала в нынешнем году студенткой Ташкентского института текстильной и легкой промышленности, воспринимаю как дорогой дар к самому большому празднику Родины – Дню независимости.

Мы осознаем, что на нас, молодежь, возлагаются большие надежды, понимаем и ответственность, связанную с будущим нашего государства, и приложим все усилия для того, чтобы обеспечить процветание Узбекистана.

Записала О. СУРГУТАНОВА.

В преддверии 19-летней годовщины независимости в столице ведутся масштабные благоустроительные работы. В различных уголках города ремонтируются дороги, закладываются новые скверы. Вот и в Сабир-Рахимовском районе на днях был сдан новый объект. Теперь на одном из оживленных перекрестков – улиц Кичик Халка и Карасарой – забил небольшой фонтан. Он расположился на уютной площадке, огороженной декоративной оградой. Рядом с фонтаном – скамейки в тени деревьев. Теперь около нового фонтана, выполненного в форме грибка, всегда многолюдно. Особенно нравится здесь отдыхать детворе.

Фото Х. САЛИХОВА.



В махалле «Собир Обод» Юнусабадского района за последнее время произошло немало положительных преобразований. Сейчас ее жители готовятся к встрече 19-летия независимости нашей страны.

Моя махалля

ЗАБОТУ И ДОБРОТУ ДУШИ — ЖИТЕЛЯМ

– Наш махаллинский гузар редко пустует, – говорит председатель схода граждан махалли Хуснуддин Сулайманович Иногамов. – Здесь проходят встречи с ветеранами войны и труда, обсуждения вышедших указов Президента Республики Узбекистан, постановлений Кабинета Министров, а также текущих вопросов, связанных с оказанием помощи малообеспеченным семьям, которых у нас 150 человек, участникам войны, престарелым. Все мероприятия проводим своими силами, благо, у нас немало отзывчивых жителей, которые всегда готовы поддержать добрые инициативы.

В махаллинском центре духовности и просветительства всегда можно встретить ребят. С мнением опытного педагога и общественника Шоисты Шукуровой здесь привыкли считаться. От ее слов всегда рождается дело. Взять, к примеру, вопрос с трудоустройством молодых ребят. Это по ее инициативе, при поддержке других членов махаллинского схода проходят встречи с инспектором районной биржи труда, благодаря которым многие ребята на сегодняшний день успешно трудоустроены.

Сама Шоиста Шукурова работает в махалле 4 года и, естественно, знает многие семьи не понаслышке. Хорошо осведомлена, кто и как живет, какой семье требуются особое внимание и поддержка. В канун праздника независимости Ш. Шукурова вместе с активистами, среди которых Насиба Мусаева, Дилором Умарова, Робия Холмирзаева, Гавхар Ходжиметова навестят тех, кто в этот день не сможет посидеть вместе с ними за одним столом. Семьям Логиновых, Бегловых, Джуракуловых, Дадаходжаевых и Пановых будет оказана материальная помощь.

– Очень важно оказывать помощь тем, кто в ней нуждается, – говорит Шоиста Шукурова. – Ведь все мы – одна большая дружная семья, и помогать ближнему – неотъемлемая часть нашей работы.

Сейчас ведется большая работа по благоустройству территорий. Приводятся в порядок подъезды и лестничные площадки многоэтажек, которых в махалле более 30.

В преддверии праздника жители сообща вышли на хашар. В благоустройстве площадей и озеленении улиц приняли участие практически все махаллинцы.

Камила УСМАНОВА.

УТЕРЯННЫЙ

диплом БТ № 523994, регистр. № 95, выданный в 1980 году Ташкентским строительным техникумом на имя Абдуллаева Еркина,

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ.

ВНИМАНИЕ, «ТЕЛЕФОНЫ ДОВЕРИЯ»!

Если вам известны факты правонарушения таможенного законодательства или совершения противоправных действий со стороны сотрудников таможенных органов, просим вас поставить в известность руководство Управления Государственного таможенного комитета Республики Узбекистан по г. Ташкенту по следующим «телефонам доверия».

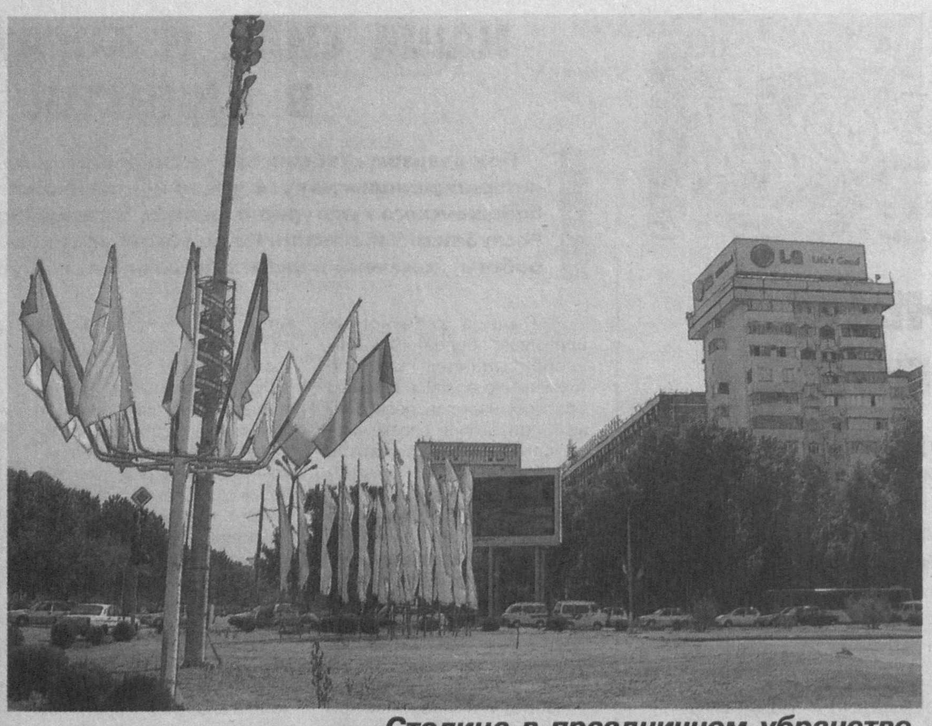
Анонимность обращения гарантируется.

Территория УГТК по г. Ташкенту

«Телефоны доверия»:

(8-371) 120-76-76, 120-76-71

Управление Государственного таможенного комитета Республики Узбекистан по г.Ташкенту



Столица в праздничном убранстве.
Фото Х. САЛИХОВА.

На спортивных аренах

НА I ЮНОШЕСКИХ ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ

Узбекистанский дзюдоист Мансур Муминходжаев в весовой категории до 55 кг завоевал серебряную медаль. В предварительных схватках он победил Фахария Такидина (Коморские острова) и Субаша Ядава (Индия), но в финале в упорной борьбе уступил спортсмену из Чехии Давиду Пулкрабеку.

В женских соревнованиях по дзюдо наша Гульнара Матниязова среди претенденток до 63 кг, едва не дотянув до бронзовой награды, заняла 5-е место.

В других видах спорта результаты узбекистанцев таковы:

стрельба пулевая – Линара Асанова (результат – 371 очко, 9-е место);

легкая атлетика, тройной прыжок – Анастасия Байкова (12 м 39 см – 7);

бокс – Ахмад Мамаджанов (69 кг) в полуфинале одолел Нурсахата Паззиева из Туркменистана и вышел в финал, где встретится с бразильским боксером Леонардо. В поединках за бронзовые медали Зохиджон Хурбоев (48 кг) встретится с боксером из Сингапура Хамидом Мохдом, а Сардорбек Бегалиев (81 кг) померится силами с Переом Итало из Эквадора.

На очереди соревнования по художественной гимнастике. В этой дисциплине нашу страну будет представлять Азиза Мамаджанова.

РУКОБОРЦЫ ОТПРАВИЛИСЬ В ИНДИЮ

Узбекские спортсмены Фаррух Аскаров (50 кг), Шерзод Рахмонов (55 кг), Элдор Хатамкулов (60 кг), Мирабдулло Миркаримов (80 кг), Исламбек Иргашев (100 кг) отбыли в Дели на чемпионат Азии по армрестлингу.

Узбекистанцы традиционно сильны во всех видах единоборств, и армрестлинг далеко не исключение. Специалисты утверждают, что атлеты, отправившиеся на индийский турнир, вполне способны показать самые высокие результаты. Поэтому итоги азиатского чемпионата, который завершится 27 августа, должны стать для них медальными.

Тимофей ЗАХАРОВ.

Новый сезон

ЦИРК ВСТРЕЧАЕТ ГОСТЕЙ

В канун 19-й годовщины независимости нашей страны в Республиканском объединении «Узбекгосцирк» состоялось открытие нового сезона.

Государственный цирк имени Ташкенбая Эгамбердиева встретил первых зрителей, пришедших на премьеру новой программы, праздничными мелодиями карная и сурная. В цирковом спектакле – «Дрессированные тигры» заслуженного артиста Узбекистана Рустама Матчанова, «Иллюзионные миниатюры» Фурката Карабаева, «Гимнасты на лопинге» Валерия Галактионова, «Дрессированные пони и лама» Рамиза Шагиева, а также другие красочные номера, представляющие все многообразие жанров современного циркового искусства.

В минувшем сезоне яркому и самобытному искусству артистов из Узбекистана аплодировали во многих странах мира. Сейчас праздничные цирковые представления проходят не только в столице, но и в других городах страны. В эти дни передвижные цирки-шапито «Звезды Ташкента», «Восток», «Цирк на воде», «Европа плюс...», «Чудеса без чудес», «Театр зверей» совершают гастрольную поездку по всей республике.

Встречи с артистами стали настоящим праздником для тысяч юных зрителей, побывавших на красочных цирковых шоу. Им надолго запомнятся выступления воздушных гимнастов и силовых атлетов, акробатов и фокусников, эквилибристов и жонглеров, канатоходцев и клоунов, а также разнообразных хищных и экзотических животных.

В связи с Годом гармонично развитого поколения артисты цирка активно участвуют в благотворительных мероприятиях. В каком бы городе ни гастролировали творческие коллективы, они непременно организуют бесплатные представления для детей-сирот, детей-инвалидов, воспитанников домов милосердия, детей из малообеспеченных семей.

На днях в Ташкент по приглашению РО «Узбекгосцирк» прибыла группа молодых артистов индийского цирка. В новом сезоне они выйдут на манеж вместе с ташкентскими артистами, и зрители получат возможность оценить их выступления, отмеченные ярким национальным колоритом.

Пулат ТАШКЕНБАЕВ, кандидат искусствоведения.

Возьмите на заметку

ДЛЯ ВЫРАБОТКИ ИММУНИТЕТА

Иммунитет – это невосприимчивость организма по отношению к микробам, паразитам и генетически чужеродным клеткам и веществам, обладающим антигенными свойствами. Проще говоря, иммунитет – это еще не до конца изученная способность организма оставаться неуязвимым для определенной болезни. Уже точно установлено, что одинаково плохо, когда иммунитет слишком слабый или, наоборот, очень сильный. Правильный иммунитет зависит от многих условий, в том числе от психологического настроя и эмоционального накала. Советы, которыми стоит воспользоваться:

Чаще встречайтесь и общайтесь с друзьями. Нейрофизиологи доказали, что внимание и поддержка окружающих благотворно влияют на иммунитет человека. После ряда экспериментов выяснилось, что у общительных и оптимистически настроенных людей вероятность заболеть значительно ниже. По мнению специалистов, для хорошего самочувствия очень важны объятия, рукопожатия, даже просто прикосновения. Так что чаще бывайте на людях, а не валяйтесь на диване перед телевизором.

Музицируйте сами, слушайте успокаивающие мелодии или записи «звуков природы».

Научитесь избавляться от стресса и снимать напряжение. Длительный стресс наносит сильнейший удар по иммунитету. Повышая уровень «нежелательных» гормонов, он подавляет выделение гормонов необходимых, которые помогают сохранить здоровье. Научившись справляться со стрессом, вы перекроете поток ненужных гормонов, которые как раз и делают вас толстыми, раздражительными и забывчивыми, а главное, могут привести к серьезным заболеваниям.

Освойте технику релаксации, в частности дыхательную гимнастику, займитесь йогой. Учитесь выходить из кризиса с помощью физических упражнений или даже такой простой процедуры, как успокаивающая ванна. Специалисты утверждают, что теплая вода успокаивает нервную систему. Чаще бывайте у воды: говорят, ее течение «уносит» тревоги и заботы.

Питайтесь правильно и сбалансированно. Одним из самых главных инструментов иммунной системы человека в борьбе с инфекциями является особый, не встречающийся больше нигде в природе класс иммунных молекул - иммуноглобулинов. Организм вырабатывает их сам, но иногда ему надо помочь. Полноценный белок для построения иммуноглобулинов есть в мясе, рыбе и орехах. Особенно полезны телятина и крольчатина – они содержат формы железа, наиболее подходящие для синтеза гемоглобина. Из орехов – грецкие, фундук и кедровые. Животные и растительные белки обеспечат организм энергией.

Для повышения общего иммунитета часто используют простые средства. Например, такое: смешать по полстакана сока свеклы и моркови, добавить по одной столовой ложке меда и лимонного или клюквенного сока. Пейте утром и на ночь по столовой ложке – и ни одна болезнь не будет вам страшна!

Нерафинированные растительные масла дадут организму необходимые для клеток иммунной системы полиненасыщенные жирные кислоты. Морковный сок и клюквенный морс богаты витаминами, которые улучшают обменные процессы в клетках иммунной системы, – пейте их.

Сок сладких сортов винограда отлично успокаивает слизистую оболочку горла, когда подступает инфекция. К тому же в нем много селена, который повышает местный иммунитет.

Цитрусовые и зелень должны стать частью вашего ежедневного меню. Витамин С и прочие антиоксиданты, которые содержатся в них, укрепят иммунную и дыхательную системы.

Не налегайте на хлеб и макароны. Избыток углеводов сделает вас вялым, обменные процессы в организме будут замедлены. В том числе и процессы выздоровления.

Регулярно занимайтесь спортом. Физические упражнения способны мобилизовать защитные механизмы организма и повысить активность лейкоцитов. Только не переусердствуйте: чрезмерные нагрузки могут привести к синдрому хронической усталости.

Спите в полной темноте. Только в таких условиях вырабатывается важный для иммунной системы гормон мелатонин. Поэтому перед сном как можно лучше зашторьте окна спальни, чтобы свет не пробивался даже в щели.

Смейтесь от души! Иммануил Кант писал, что «смех дает ощущение здоровья, активизируя все жизненно важные процессы. Усиливается перистальтика кишечника и движение диафрагмы, достигается гармония души и тела». «Смехотерапия» действует благотворно на весь процесс дыхания, оказывая влияние на мышечный тонус. Смех способствует снижению кровяного давления и выработке эндорфинов, которые снимают напряжение, и таким образом улучшает общее самочувствие. Исследования показали, что 5 минут здорового хохота заменяют 40 минут расслабленного отдыха, в это время повышается уровень антител и стимулируется активность лейкоцитов.

И работайте над своим воображением: негативные изменения в иммунной системе порождает не сама ситуация, а то, как вы ее воспринимаете.

Подготовила Л. ЯКУБОВА.

Жемчужины Узбекистана

МУЗЕЙ ПОД ОТКРЫТЫМ НЕБОМ

Уникальная картинная галерея, включающая пять тысяч выбитых на скалах рисунков о жизни и обычаях наших предков в долине реки Заравшан, начиная с каменного века, скоро станет достоянием всего человечества. Документы на включение этого музея под открытым небом в Список всемирного наследия ЮНЕСКО подготовлены узбекскими учеными.

Подобной чести пока удостоены собрания петроглифов только в тринадцати местах планеты. Узбекская наскальная галерея расположена в ущелье Сармишсай на окраине пустыни Кызылкум, в 35–40 километрах от молодого индустриального города Навои. Изучение редчайшего собрания петроглифов ведут ученые Узбекистана, Франции, России, Норвегии, Польши и Казахстана. Результаты этих исследований уже доложены на созванной Узбекистаном и ЮНЕСКО международной конференции по Сармишсаю.

Собрание петроглифов на черных скалах Сармишсая – самое крупное в Центральной Азии и наиболее изученное. Основная масса рисунков выбита в средней части ущелья, начало которого представляет узкий каменный каньон. Своеобразная галерея располагается на протяжении 2–2,5 километра. Рисунки нанесены на вертикальные, иногда горизонтальные, гладкие плоскости горных пород, покрытых пленкой «пустынного загара». Выбиты рисунки или вычерчены каменными или металлическими орудиями. Глубина следов инструментов – от 0,5 до 3 миллиметров. Встречаются сочетания нескольких технических приемов: выбивки, гравировки, протирки.

– Коллекция петроглифов Сармишсая по времени охватывает период от 5 тысяч лет до нашей эры – средневековье, – говорит Мухитдин Хужаназаров из Института археологии Академии наук Узбекистана, посвятивший изучению этой коллекции много лет жизни и издавший о ней четыре научных труда. – Большая часть петроглифов относится к концу каменного века и времени бронзы, остающихся до сих пор малоисследованным периодом истории человечества.

Петроглифы, настоящие маленькие шедевры, нанесены практически на каждое удобное «каменное зеркало». На некоторых из них сразу по несколько. Перед посетителями уникальной галереи разворачивается история жизни древнейших обитателей долины Зарафшана. Вот первые безыскусные робкие пробы, схематические фигурки, выбитые каменным орудием. Они очень похожи на первые рисунки наших детей, те же палочки и кружочки. Эти рисунки примитивны и больше похожи на условные изображения предметов. Затем мы видим, как древние художники переходят к силуэтам, в которых выявляются уже характерные черты животного, а у человеческих фигурок – признаки пола, места в общине, род занятий. Рисунки становятся более реалистичными. Вот мы видим попытки передать объем – штриховку и пятна внутри силуэта. Картины постепенно наполняются движением, жизнью, мыслью художника, появляются изображения целых сцен. Коллективная охота «в загон», приручение рогатого скота и лошади, движение каравана верблюдов, нападение хищников на горных козлов, сцены с танцами... Можно проследить по рисункам за развитием ремесел – созданием составного лука, появлением топора и меча, за рождением не только материальной, но и духовной культуры, мировоззрения.

Галерея древних художников дает хорошее представление и об окружающем человека мире. На рисунках мы видим изображения первобытных быков, оленей, леопардов, волков, гепардов, тигров... Многие из них в этих местах уже не водятся.

Предки населявших наш регион народов были очень мужественными людьми. Об этом также свидетельствуют петроглифы. На одном из них, правда, уже не в Сармишсае, а на скале на юге Ферганской долины, изображена сцена схватки вооруженного палкой пастуха с тигром. Археологи отнесли эту находку к первому тысячелетию до нашей эры. В те времена, считают ученые, защита стада от крупных хищников таким примитивным «оружием», как палка, была вполне обыденным явлением.

На территории Узбекистана открыто 150 мест с наскальными рисунками минувших эпох. В той же Ферганской долине, в Риштанском районе, славящемся мастерами керамической посуды, в местности Суратысай известен очаг петроглифов с реалистичным изображением быков. Возраст этих рисунков, считают специалисты, относится к первой половине III тысячелетия до нашей эры. Такой же возраст и у рисунков в Ходжакенте, расположенном в долине реки Чирчик в 70 километрах от Ташкента. Здесь на скалах зафиксировано более 90 отдельных изображений и сцен. Основные сюжеты рисунков – козлы, архары, олени, лошади, собаки. Несколько раз повторяются изображения людей. Особый интерес представляют фигуры женщин. Среди памятников наскального искусства эпохи неолита и энеолита изображения женщин встречаются крайне редко. Подобные рисунки женщин найдены среди петроглифов Гобустана в Азербайджане. Рассматриваемые рисунки также можно сопоставить с антропоморфными статуэтками эпохи неолита и энеолита из памятников Южного Туркменистана, Ближнего Востока и Закавказья.

– Задача ученых – по возможности полнее сохранить уникальные петроглифы на древней узбекской земле для будущего, – считает Мухитдин Хужаназаров, – сделать этот драгоценный исторический материал доступным и для тех, кто сможет, несомненно, со временем понять его лучше и глубже, чем мы.

Петроглифы Сармишсая – достойное пополнение Списка всемирного наследия ЮНЕСКО. Подлинным его украшением уже стали наши древние города – Самарканд, Бухара, Шахрисабз и Хива.

А. ЕРШОВ.

Вниманию жителей Ташкента!

ООО «АВТОАЛОКА» является официальным дилером ООО «UZ DIGITAL TV» – оператора цифрового телевидения и проводит работы по:

– установке и монтажу комплектов оборудования цифрового телевидения по ценам ООО «UZ DIGITAL TV»;

– техническому обслуживанию и ремонту антенно-фидерных систем.

Наш адрес: г. Ташкент, Ц-27, ул. Беруний, здание АТС-242. Тел.: 242-89-27, 249-53-68.

Учредитель — хокимият г. Ташкента

Главный редактор Акмаль АКРАМОВ

Адрес редакции: 100029, г. Ташкент, ГСП, ул. Матбуотчилар, 32.

Телефоны: отдел рекламы и объявлений — 233-28-95; 236-57-65. Факс: 233-21-56, 233-28-95.

Газета выходит пять раз в неделю, кроме субботы и воскресенья.

ISSN 2010-9237

Газета зарегистрирована в Управлении печати и информации г. Ташкента. Регистрационный № 02-2

Индекс — 561. Способ печати — офсетный. Формат — А-2. Объем — 2 п.л. Тираж 2336

По вопросам доставки обращаться в почтовые отделения по месту жительства или в отдел эксплуатации ГСП "Тошкент почтамти" по телефону 233-74-05.

Газета сверстана в компьютерном центре редакции.

Типография акционерной компании «Шарк». Адрес предприятия: ул. Буюк Турон, 41.

Заказ Г-707. Подписано в 18.30 12345