



ВЕЧЕРНИЙ ТАШКЕНТ

Газета выходит
с 1 июля
1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

№ 4 (12.315)

Цена в розницу — свободная

СТОЛИЦА: ДЕНЬ ЗА ДНЕМ

Насыщение потребительского рынка качественными товарами — эту задачу с устойчивым успехом решают отечественные малые предприятия и микрофирмы. Они имеют возможность мобильно проводить перепрофилирование исходя из изменений рыночной конъюнктуры, обновлять ассортимент выпускаемой продукции, переобучать кадры.



Наши товары

ТРИКОТАЖА БУДЕТ БОЛЬШЕ

В действующем в Юнусабадском районе уже четвертый год обществе с ограниченной ответственностью «Химоя кийим», о том чтобы занять достойное место в ряду производителей, избрали стратегию развития, предусматривающую постоянное обновление и расширение ассортимента изделий. А занято оно пошивом женской, детской одежды, белья, а также рабочей униформы, спецовок.

— В настоящее время у нас в городе более ста наименований одежды из различных тканей и материалов, — говорит директор ООО «Химоя кийим» Равшан Закиров. — С каждым годом крепнет партнерство с рядом крупных заказчиков рабочей и спецодежды, среди которых Алмалыкский горно-металлургический комбинат, строительный трест № 12, НАК «Узбекистон хаво йуллари». Торговые организации обращаются за повседневной летней и демисезонной одеждой, нательным и постельным бельем, которые отпускаем оптовыми партиями.

В унисон с промышленной и торговой деятельностью на швейном предприятии ведется дизайнерский поиск — создаются новые модели одежды, аксессуары, проводятся экс-

перименты с сочетанием различных видов тканей.

Цеховые цеха оборудованы современным высокопроизводительным китайским оборудованием, с его помощью в срок управляют с поступающими заданиями 30 работниц. Все они прошли профессиональную подготовку и знают, как правильно пошить то или иное изделие.

Беремся за выполнение и не очень крупных заказов, главное, чтобы предварительно был заключен договор и по нему поступила 15процентная предоплата, — продолжает Равшан Хамидуллаевич, — безусловно, стараемся воплотить в жизнь оригинальные задумки, предлагаемые заказчиками. Особенно это важно если им нужна специальная рабочая одежда.

Благодаря эффективному управлению на данном предприятии ежегодно на 10 процентов увеличивается объем производства. В наступившем году здесь намерены шить в 1,5–2 раза больше, чем в ушедшем году, трикотажных изделий широкого спроса.

А. АЛИМКУЛОВ.
Фото К. УЛЬМАСОВА.

Постановление и его исполнение

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРОЯВЛЕНИЕ ГУМАНИЗМА

В нашей стране последовательно обеспечивается исполнение принятого по представлению Президента Ислама Каримова постановления Сената Олий Мажлиса Республики Узбекистан «Об амнистии в связи с двадцатой годовщиной принятия Конституции Республики Узбекистан» от 5 декабря 2012 года.

С этой целью соответствующими государственными и негосударственными организациями проводится необходимая организационно-правовая работа. Определены меры по обеспечению адаптации в обществе лиц, освобожденных по амнистии из мест исполнения наказания, оказанию им материальной и моральной помощи, обеспечению работой.

В женской колонии, расположенной в Зангиатинском районе Ташкентской области, прошло мероприятие, посвященное исполнению данного постановления. В нем приняли участие работники правоохранительных органов, представители средств массовой информации.

— Принятое по инициативе Президента нашей страны постановление об амнистии является еще одним ярким свидетельством того, что в нашей стране последовательно обеспечивается принцип гуманизма, — сказал заместитель специального прокурора Ташкента Рустам Хамидов. — Прощение лиц, неосознанно совершивших с пути или сожалеющих о содеянном, предоставление им еще одной возможности — чувства, приносящего нашему народу. Такие великодушные и гуманные имеют важное значение в перевоспитании тех, кто вступил на преступный путь, их адаптации в обществе.

Следует отметить, что в постановлении об амнистии особое внимание уделено женщинам.

— За совершенное мной тяжкое преступление была лишена свободы больше чем на десять лет, — сказала Наталья Бектаева из Сырдарьи. — После отбывания половины срока благодаря постановлению Сената выхожу на свободу и возвращаюсь домой. Находясь здесь, в колонии, осознала, что самое дорогое, что есть у человека, — это семья и дети, ради которых нужно честно жить и трудиться. Оказанная главой нашего государства забота о таких, как я, сбившихся с пути, кардинально изменил мой жизненный путь. Теперь я буду добросовестно трудиться и делать людям только добро.

Н. АБДУРАИМОВА,
корр. УзА.

В Китае прошел V Пекинский форум по правам человека, посвященный теме «Наука и технология, окружающая среда и права человека». Форум организован Китайским обществом по изучению прав человека и Китайским фондом по развитию прав человека.

КОНСТИТУЦИЯ ОБЕСПЕЧИВАЕТ ВСЕСТОРОННЕЕ РАЗВИТИЕ УЗБЕКИСТАНА

В его работе приняли участие представители более 30 стран, а также таких международных организаций, как Управление Верховного комиссара ООН по правам человека, Европейский суд по правам человека, АСЕАН, Европейский институт омбудсмена и другие.

На церемонии открытия выступил представитель Управления Верховного комиссара ООН по правам человека Орест Новосад, который отметил, что тема форума полностью соответствует ведущим тенденциям развития прав человека в современном мире. Достижения науки и технологий имеют важное значение для защиты интересов и прав гражданина общества. В частности, речь идет об использовании Интернета в области свободы слова. Экологический аспект по этой теме также выходит на первый план. Все эти вопросы находятся в центре внимания Совета ООН и Управления Верховного комиссара ООН по правам человека.

Выступление представителя Узбекистана вызвало большой интерес у участников Пекинского форума. В докладе были представлены основные направления государственной политики в области прав человека, результаты судебно-правовых реформ в стране, а также реализация положений Концепции дальнейшего углубления демократических реформ и формирования гражданского общества в стране, изложенной Президентом Исламом Каримовым на совместном заседании двух палат узбекского парламента 12 ноября 2010 года.

В дни работы форума в здании Всекитайской ассоциации по содействию международной дружбе состоялся «круглый стол» на тему «20 лет Конституции Республики Узбекистан».

Организаторами мероприятия выступили Посольство Республики Узбекистан в КНР и Институт России, Восточной Европы и Центральной Азии Китайской Академии общественных наук при поддержке Фонда «Форум культуры и искусства Узбекистана» и Всекитайской ассоциации по содействию международной дружбе.

В мероприятии приняли участие представители министерства иностранных дел, ведущих аналитических центров, общественных организаций и средств массовой информации КНР, студенты Узбекистана, обучающиеся в вузах Пекина.

Участники ознакомились с основными этапами становления и развития Конституции страны, содержанием доклада Президента Республики Узбекистан Ислама Каримова на торжественном собрании, посвященном 20-летию Конституции Республики Узбекистан, а также с итогами реализации Государственной программы «Год семьи».

В выступлениях китайских участников была подчеркнута верность избранного Узбекистаном собственного пути развития. Выделена уникальность Конституции Республики Узбекистан, позволяющей поэтапно продвигать процессы государственно-правового развития страны. Успехи, достигнутые Узбекистаном за годы независимости в сфере законодательства и права, демократического обновления общества, защиты прав и свобод человека, как было отмечено, свидетельствуют об учете в конституционном развитии страны особенностей характера и менталитета узбекского народа.

Заместитель директора Института азиатско-европейского социального развития Центра по изучению проблем развития при Государственном совете КНР Чжао Чанцин отметил, что «принятая 20 лет назад Конституция независимого Узбекистана является важным событием в политической жизни страны. На основе Конституции определен государственный строй, характер и путь развития Узбекистана, успешно обеспечивается всестороннее развитие суверенного государства». «Узбекистан является демократической страной, выдвигает интересы собственного многонационального народа на первое место, проводит независимую и самостоятельную внешнюю политику. Эти и другие особенности Конституции республики являются весьма важными и отвечают характерным национальным традициям Узбекистана», — подчеркнул он.

По мнению директора Научно-исследовательского центра по вопросам пограничной истории и географии Китайской Академии общественных наук профессора Син Гуанчэна, Узбекистан является первым государством среди стран СНГ, объявившим свою независимость и утвердившим Конституцию страны, что стало важным политическим событием в жизни республики, имеющим международное значение. Принятие Основного Закона позволило Узбекистану мирным путем начать свою современную историю, определить собственный путь развития, а также приступить к построению демократического и светского общества.

«Конституция Узбекистана полностью подтверждает стремление республики проводить стратегический курс по формированию демократического правового государства и справедливого гражданского общества», — подчеркнул китайский эксперт.

В ходе «круглого стола» китайские эксперты отметили важную роль Конституции в определении ключевых направлений внешней политики Республики Узбекистан, базирующихся на национальных интересах и соответствующих общепризнанным принципам и нормам международного права. Отмечена позитивная роль Узбекистана в деле обеспечения региональной безопасности и стабильности, противодействия современным вызовам и угрозам.

ИА «Жахон».

XXI ВЕКА

В СТРАНЕ

● В сжатые сроки специалисты Каракалпакского филиала АК «Узбектелеком» планируют завершить реконструкцию ЗАТС в Нукусском районе и двух столичных автоматизированных станций, общая вместимость которых превысит четыре тысячи номеров. В регионе также внедряется и система подключения к телекоммуникациям по оптическому кабелю (FTTB), доступ к которой уже получили восемьдесят абонентов.

● Завершился Бухарский областной этап республиканского смотра-конкурса «Образцовый опорный пункт милиции», проводимого Министерством внутренних дел Республики Узбекистан совместно с Комитетом женщин Узбекистана, фондом «Махалла» и другими организациями. Победителем стал опорный пункт милиции № 35 города Бухары.

● Подведены итоги деятельности Национальной ассоциации «Во имя жизни!» по реализации проекта ежегодной медицинской диагностики онкологических заболеваний женщин в областях страны. В этом году работа проводилась с охватом удаленных населенных пунктов и проведением на местах информационно-просветительских мероприятий.

● В Ургенчском колледже культуры и искусства состоялся «круглый стол», который был посвящен предстоящим задачам образовательного учреждения в Году благополучия и процветания. Участники — преподаватели, учащиеся, деятели музыкального искусства — вели обстоятельный разговор о повышении уровня подготовки работников этой сферы, совершенствовании методики преподавания теории и практики современной режиссуры, вокального и танцевального жанров.

В МИРЕ

● В результате разразившихся на Тасмании лесных пожаров пропали без вести около 100 человек. По словам очевидцев, огонь был такой силы, что даже на отдалении казалось, что «стоишь позади турбины реактивного самолета». Потерявшие свои дома хозяева отмечают очень высокую скорость движения пламени.

● В Венесуэле ищут самолет с сыном владельца итальянского модного дома на борту. Легкомоторный туристический самолет пропал еще 4 января, после вылета с архипелага Лос-Рокес в Каракас. Помимо Витторियो Миссони, в самолете находился его жена и двое друзей, а также два венесуэльских пилота.

● Евросоюз ввел новые правила провоза валюты через свои границы. Согласно им, гражданин, имеющий при себе сумму от 10 тысяч евро, теперь обязан подавать таможенную декларацию дважды: при прибытии и при отбытии с территории ЕС. Декларировать следует любую валюту в эквиваленте этой суммы, а также ценные бумаги, дорожные чеки и векселя. Правило действует и при проезде через страны ЕС транзитом.

● На рыбном рынке в токийском районе Цукидзи состоялся первый в этом году аукцион по продаже тунца. В ходе торгов был установлен рекорд цены на одну рыбу — атлантический тунец был продан за 155,4 миллиона йен (около 1,8 миллиона долларов США). Его купил президент местной сети ресторанов Кийоси Кимура.

● Швейцарская компания «Barefoot» создала носки, в которых можно ходить по улице без обуви. Они предназначены для замены обуви и создают у пользователей иллюзию ходьбы босиком. Дизайн носков предполагает пространство для каждого пальца — по принципу перчаток. Специальная подошва делает этот предмет одежды устойчивым к порезам.

● В начале января на Солнце был зафиксирован аномальный выброс плазмы в открытый космос, диаметр которой в несколько раз больше, чем у Земли. Сотрудникам НАСА удалось сделать снимки и заснять весь процесс извержения благодаря космическому аппарату, запущенному в 2010 году для слежения за активностью Солнца.

ОДНИМ АБЗАЦЕМ

По сообщениям информационной службы Ташгорхотимията и наших корреспондентов.

✓ **СЕГОДНЯ** в Молодежном театре Узбекистана состоится спектакль для детей «Дар возлюбленной принцессы».

Это — красивейшая восточная сказка, в которой звучат узбекские народные песни в современной обработке.

✓ В Ташкенте прошла презентация 430-страничной монографии Абдугани Абдуразакова «История стеклоделия

Центральной Азии в древности и средневековье», содержащей немало интереснейших сведений по истории и современному развитию стеклоделия.

✓ В махалле «Кушбеги» Яккасарайского района прошло мероприятие на

тему «Роль спорта в развитии подрастающего поколения».

✓ **ЗАВТРА** в семейной поликлинике № 23, расположенной в Учтепинском районе, пройдет мероприятие на тему «Здоровая мать — здоровый ребенок».

В своих выступлениях глава нашего государства неоднократно подчеркивал, что без создания максимума благоприятных условий, льгот и преференций, оказания всесторонней поддержки для ускоренного развития малого бизнеса и частного предпринимательства невозможно обеспечить будущее нашей экономики.

Благодаря такой поддержке с каждым годом расширяет деятельность столичное ООО «Гарант мебель». Оно специализируется на производстве мягкой, корпусной, кухонной, а также офисной мебели. Оснащение современным оборудованием, внедрение передовых производственных технологий позволяют коллективу предприятия достигать высоких финансово-экономических показателей. К настоящему времени в номенклатуре изготавливаемых здесь изделий числится около ста наименований, и стоит отметить, что вся продукция давно завоевала своего покупателя на внутреннем рынке, пользуется повышенным спросом. Такую популярность ей

В трудовых коллективах

ДОБИВАЮТСЯ ВЕСОМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

обеспечивают высокое качество, современный дизайн и умеренные цены.

На предприятии работают 50 специалистов высокой квалификации. Администрация постоянно заботится о социально-экономической защите работников, улучшении условий труда. Так, работникам регулярно вы-

даются спецодежда, средства индивидуальной защиты и гигиены. Функционируют душевые и раздевалки, комнаты отдыха. За выполнением мероприятий по охране труда следит общественный уполномоченный: за все время существования предприятия не было зарегистрировано ни одного случая производственного трав-

матизма. Оказывается материальная помощь в проведении свадеб, кроме того, каждый работник имеет право получить матпомощь ежегодно к трудовому отпуску, помимо этого, работодатель предоставляет матпомощь работнику в случае, когда ему необходимо пройти курс лечения или приобрести лекарства.

— Коллектив у нас дружный, сплоченный, каждый чувствует ответственность за свой участок работы и за конечный результат, — говорит директор предприятия Олим Мухамедов. — Мы постоянно нацелены на ресурсосбережение, модернизацию и создание дополнительных рабочих мест. Например, недавно на средства кредита мы расширили производство и на открывшиеся вакансии трудоустроили 10 специалистов. В планах — дальнейшее техническое и технологическое перевооружение производства и создание дополнительных рабочих мест, выпуск новых видов конкурентоспособной продукции.

АХАТ МИНГУЛОВ.

2013 год — Год благополучия и процветания

ВЫСШАЯ ЦЕННОСТЬ — ГРАЖДАНЕ, ИХ ПРАВА, ИНТЕРЕСЫ

Обретение независимости стало отправной точкой всех фундаментальных изменений и обновлений в стране, ее государственного и конституционного устройства, реализации политических, экономических и социальных реформ, базирующихся на таких принципах, как деидеологизация экономики и ее приоритет над политикой, возложение на государство роли главного инициатора и координатора всех созидательных преобразований, обеспечение верховенства закона, осуществление сильной социальной политики, поэтапность и постепенность проводимых реформ.

В уверенном продвижении Узбекистана по пути осуществления масштабных демократических реформ и формирования сильного, открытого гражданского общества приоритетом стало утверждение демократических идеалов и ценностей, ставящих во главу угла права, свободы и законные интересы человека.

В нашей стране большое внимание уделяется развитию и совершенствованию институтов внесудебной защиты прав и свобод человека, которые призваны дополнить судебный механизм защиты прав и законных интересов личности. Это в первую очередь такие демократические институты, как Институт мониторинга действующего законодательства при Президенте Республики Узбекистан, Национальный центр Республики Узбекистан по правам человека, неправительственный Центр изучения общественного мнения, Уполномоченный Олий Мажлиса Республики Узбекистан по правам человека (Омбудсман), и целый ряд других.

За истекшие годы независимого развития реализован масштабный комплекс законодательных, организационно-институциональных, информационно-просветительских мер по обеспечению, поддержке и защите личных, политических, экономических, социальных и культурных прав человека. Создана развитая, отвечающая демократическим требованиям и международным стандартам система законодательства о правах человека.

Решающее значение в системе мер, направленных на повышение уровня и качества правозащитной деятельности, имело совершенствование национальной системы подготовки и переподготовки юридических кадров с учетом опыта демократических стран, создание непрерывной системы образования по правам человека. По инициативе главы государства во всех школах, академических лицеех, колледжах, высших учебных заведениях введен специальный учебный курс «Права человека». Несомненно, всевозрастающее правосознание граждан по-

служит основой для новых достижений в год, объявленный Президентом нашей страны Годом благополучия и процветания.

Все эти эффективные меры создали необходимые условия для реализации гражданами своего потенциала, повышения их социально-экономической и политико-правовой активности, правовой культуры и правосознания, чувства причастности к осуществляемым демократическим преобразованиям.

В стране планомерно ведется работа по утверждению принципа верховенства закона и социальной справедливости, обеспечению защиты прав человека, совершенствованию механизма правоприменительной практики, формированию независимой судебной системы. Ее результаты находят практическое воплощение в повседневной жизни граждан, проявляются в позитивном изменении их мышления.

Выдвинутая главой государства Концепция дальнейшего углубления демократических реформ и формирования гражданского общества в стране дала новый импульс работе парламентского Уполномоченного по правам человека, определила пути дальнейшего повышения эффективности этого важного института демократии в нашей стране. Приоритетные направления его деятельности — содействие совершенствованию национального законодательства в области защиты прав и свобод человека, мониторинг соблюдения законодательства в этой сфере, рассмотрение обращений граждан и помощь в восстановлении их нарушенных прав.

Недавно наша страна отметила 20-летие Конституции. В преддверии этого праздника во всех регионах республики — трудовых коллективах, учебных заведениях — прошли «круглые столы», конференции, посвященные теме прав человека. Они показали, насколько возрос уровень правосознания граждан, их активность в реализации реформ.

КАМОЛДИН КАМБАРОВ,
нотариус Государственной нотариальной конторы № 7 Мирзо-Улугбекского района города Ташкента.



В нашей стране проводится системная работа по улучшению качества оказания пассажирам автомобильных транспортных услуг. Для регулирования этой сферы приняты ряд постановлений Президента и правительства Республики Узбекистан, законы «Об автомобильном транспорте», «О городском пассажирском транспорте», «О безопасности дорожного движения», ряд постановлений Президента и правительства. Важным документом стало постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан «О мерах по упорядочению деятельности линейных такси» от 18 мая 2011 года.

Постановление и его исполнение

ЛИНЕЙНЫЕ ТАКСИ УДОБНЫ И НАДЕЖНЫ

Состоявшаяся в Ташкенте пресс-конференция Узбекского агентства автомобильного и речного транспорта была посвящена проводимой работе по реализации этого документа. Специалисты отрасли представили подробную информацию о достижениях, существующих проблемах, а также перспективных планах по дальнейшему внедрению единой технической политики для линейных такси, улучшению качества и безопасности пассажирских перевозок.

В соответствии с требованиями, вступившими в силу с 1 января 2012 года, линейные такси имеют единые опознавательные знаки, что позволяет легко их отличить от других автотранспортных средств. Так, во всех регионах страны такси — желтого цвета, а в столице — цвета слоновой кости. На их крышах в соответствии с международными стандартами установлены фонари оранжевого цвета с надписью «TAXI». Отечественные такси также получили государственные номера специальной серии. В их салонах установлены информационные таблички с данными о водителе и компании-перевозчике. Имеется еще ряд новшеств в оформлении и оснащении такси, а также новые требования к их водителям.

— Разъяснительная работа играет огромную роль в доведении до населения сути и содержания постановления Кабинета Министров «О мерах по упорядочению деятельности линейных такси», — говорит начальник отдела Узбекского агентства автомобильного и речного транспорта Тахир Джамалхаджаев. — Нашими специалистами проведено сотни семинаров и встреч на местах с участием свыше 44 тысяч руководителей и водителей автоперевозчиков. Распространено более 50 тысяч информационно-разъяснительных буклетов. Эта работа будет продолжена и в дальнейшем.

Сегодня в результате принятых мер количество такси, оснащенных в соответствии с требованиями, составляет около 15 тысяч, и это число увеличивается с каждым днем. В целях создания дополнительных удобств автоперевозчикам в стране было организовано 237 специальных стоянок. Их расположение рядом с оживленными местами удобно и для пассажиров, которые не будут терять время на поиски такси.

На мероприятии особо отмечалась работа, проводимая в Самаркандской области по реализации постановления Кабинета Министров «О мерах по упорядочению деятельности линейных такси». Сегодня в области зарегистрировано 2,5 тысячи линейных такси, оснащенных в соответствии с требованиями. В этой связи агентство планирует провести в следующем году показательный семинар для распространения опыта Самаркандской области и в других регионах.

На пресс-конференции специалисты отрасли ответили на интересовавшие журналистов вопросы.

Сардор ТАДЖИЕВ,
корр. УзА.

Новости. Открытия

ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ОКРАСКИ

Обойтись при крашении шерстяных волокон без применения синтетических красителей и при этом повысить качество продукции позволит разработка ташкентских специалистов. Это стало возможным на основе предложенной сотрудниками государственного унитарного предприятия «Фан ва таракиёт» композиции, основу которой составляют соли поливалентных металлов с добавлением еще некоторых соединений.

Инновация обеспечит получение красок всей гаммы цветов и предназначена для применения на предприятиях по переработке шерсти, где обеспечит интенсификацию технологического процесса, а продукцию сделает более стойкой к влажной обработке и воздействию света.

СОХРАННОСТЬ ГАРАНТИРУЕТСЯ

Конструкция хранилища хлопка-сырца, позволяющая сохранить его качественные показатели, разработана и запатентована сотрудниками Ташкентского института текстильной и легкой промышленности.

Разработка, предназначенная предприятиям хлопкоочистки, обеспечит высокий уровень механизации приемно-складских операций. Обеспечивается и сохранность качественных характеристик сырья, его равномерное распределение по всему объему плотно утрамбованной массы хлопка-сырца.

БУДЕМ С ДЕЛИКАТЕСНЫМИ МАСЛАМИ

Технологическая линия по производству косточковых масел с использованием возобновляемых источников энергии создана учеными Бухарского инженерно-технического института высоких технологий.

Линия рассчитана на выработку из плодовых косточек и семян овощных и бахчевых культур 15 — 30 тысяч тонн растительного масла в год. Такие масла пользуются спросом в фармакологии, а также необходимы для обогащения привычных растительных масел.

В СООТВЕТСТВИИ С ТРЕБОВАНИЯМИ ВРЕМЕНИ

Система обучения различным дисциплинам, отличающаяся удобством применения, подготовлена в Ташкентском университете информационных технологий. Предназначена она для школьников, учащихся лицеев и колледжей, студентов вузов и содержит элементы интеллектуального управления. Система пригодится при обучении на курсах повышения квалификации по любой специальности. Обширный набор модулей позволяет применять современные мультимедийные средства обучения по выбранной дисциплине, контролировать уровень знаний, пользоваться обратной связью с преподавателем. Заложены также механизмы проведения автоматического тестирования для выявления знаний учащихся.

ЗАСЛОН ПОТЕРЯМ

Технологию улавливания паров органических растворителей при сушке окрашенных машин разработали сотрудники Ташкентского автомобильно-дорожного института.

Сохранить ценные летучие продукты удалось, пропуская их через охлажденный водой теплообменник, где пары конденсируются. Инновация предназначена для предприятий автомобильной и тракторостроения, а также может использоваться при производстве товаров бытового назначения.

Анатолий ЕРШОВ
(при содействии Агентства по интеллектуальной собственности Республики Узбекистан).

ПОДОХОДНЫЙ НАЛОГ СТАЛ МЕНЬШЕ

С 1 января 2013 года минимальная ставка налога на доходы физических лиц в Узбекистане снижена на 1% и составила 8%.

Новая ставка подоходного налога установлена согласно Постановлению Президента страны «О прогнозе основных макроэкономических показателей и параметрах Государственного бюджета Республики Узбекистан на 2013 год» от 25 декабря 2012 г.

Благодаря политике в области налогообложения, в Узбекистане за последние

пять лет минимальная ставка налога на доходы физических лиц понизилась на 5% — с 13% в 2008 году до 8% в 2013-м.

Максимальная и средняя ставки, по данным портала pogma.uz, сохранены на уровне 2012 года — 16% и 22% соответственно.

В соответствии с законом № ЗРУ-343 от 25 декабря 2012 года шкала налогооб-

ложения по группам облагаемых доходов определяется исходя из минимального размера заработной платы, установленной на начало года, в данном случае — на 1 января 2013 года (79 тыс. 590 сумов), и при изменении размера МРЗП в течение года пересматриваться не будет.

НИА «Туркистон-пресс».

Столичный ремесленник Махмуд Назиров детства интересовался резьбой по дереву. Он часто ходил на выставки национально-прикладного искусства, где опытные мастера демонстрировали свою филигранную работу по дереву – шкатулки, подарочные тарелки, подставки для книг и многое другое.

Сохраняя народные ремесла

ТРУД — НА РАДОСТЬ ЛЮДЯМ

Помог юноше овладеть секретами резьбы по дереву опытный наставник, уважаемый усто Бунёд Вахобов.

— И вот уже десять лет, — говорит Махмуд Назиров, — я продолжаю увлеченно заниматься прекрасным национальным ремеслом. Я благодарю своего мастера-наставника Бунёда Вахобова за его внимательность ко мне: он научил меня «слышать» дерево, разбираться в его сортах и делать из него своими руками различные красивые предметы. Теперь я знаю, что, прежде чем создать резьбу, надо научиться хорошо рифовать. Ведь изначально выполняется композиция на бумаге, рисунок затем переносится на альфу и уже только потом с помощью кальки — на дерево. И вот начинается резьба... Последний этап — это лакировка. Сроки исполнения одного декоративного предмета зависят от настроения резчика, и от размера изделия. Да и лаку нужно время, чтобы он высох. Бывает, что вся работа уместается в один день, а порой она затягивается аж на месяц. Видя, как из-под рук начинается появляться красивая вещь, я получаю эстетическое удовольствие.

В прошлом году на выставке продукции усто «Art-Baaz» решил принять участие, в предыдущие годы лишь приходил любоваться изделиями опытных мастеров. Рад, что посетителям понравились мои работы. Я доволен своей профессией, мне приятно, что мой труд приносит людям радость.

А. ПОПОВ.
Фото автора.



Проводимая в нашей стране под руководством Президента Ислама Каримова последовательная работа по дальнейшему повышению благосостояния народа, активизации общественных организаций дает свои весомые результаты. Это видно на примере махалли «Ойбек» Мирабадского района, возглавляемый уже не один выборный срок Гульнарой Джеппаровой.

Сплоченная махалля

НАСЫЩЕННЫЕ БУДНИ АКСАКАЛА

У председателя схода граждан этой махалли хозяйство не маленькое, работы всегда хватает. Но Джеппаровой нравится работать с людьми, жить интересами махалли, общества. В этом ей помогают председатели комиссий при сходе граждан, махаллинские активисты, работники организаций и учреждений, действующих на территории махалли, да и сами жители. Большим подспорьем в общественной работе ей служит Указ Президента страны «О дополнительных мерах по стимулированию труда работников органов самоуправления граждан». Этот документ позволяет поощрять работу активистов с учетом их вклада в осуществление духовно-нравственного воспитания молодежи, укрепление института семьи, обеспечение согласия в обществе.

— В нашей махалле проживают 3553 жителя, — рассказывает председатель схода граждан махалли «Ойбек» Г. Джеппарова. — Это 1618 семей, об условиях жизни и чаяниях которых мы хорошо знаем. Особым нашим вниманием, конечно, пользуются многодетные и малообеспеченные семьи, одинокие пенсионеры, люди с ограниченными физическими возможностями.

В своей деятельности мы особое внимание уделяем таким актуальным вопросам, как обеспечение прочности

семей, изучение нормативно-правовых актов в этом направлении, воспитание молодежи в духе национальных традиций и обычаев. Ничто так не нормализует социально-общественный климат махалли, как правильно организованная духовно-воспитательная и спортивно-массовая работа. Частые гости гузара — юристы, медики, другие специалисты. Так, периодически проводят лекции для махаллинской молодежи преподаватели Ташкентского государственного юридического института, Института востоковедения.

В ходе этих бесед слушатели получают ответы на вопросы, касающиеся образования, здоровья, законодательства, трудоустройства.

Наступивший год пройдет у нас под знаком благополучия и процветания. А они в первую очередь зависят от сознательного настроя в каждой махалле. Сегодня органы самоуправления граждан эффективно выполняют более тридцати социально-экономических задач, которые раньше входили в полномочия местных органов государственной власти. Большие возможности сходов граждан активность каждого жителя находят свое воплощение в чистых благоустроенных улицах, ухоженных придомовых территориях.

Е. МАКСИМОВ.

Зима — пора подведения итогов творческих отчетов. Хорошо помнит об этом творческая интеллигенция столицы. Заметным явлением с ее участием стала научно-творческая конференция, посвященная вопросам развития узбекской музыкальной культуры, преемственности поколений в музыкальном искусстве. Состоялась она в Доме-музее М. Ашрафи.

Сразу отмечу высокий уровень организации мероприятия благодаря участию в ней членов Союза композиторов Узбекистана, преподавателей Государственной консерватории Узбекистана, сотрудников музея, Государственного академического Большого театра им. А. Навои.

Музыка объединяет представителей научной и творческой интеллигенции, и состоявшаяся конференция — яркое тому подтверждение. Х. Рахимов — зам. председателя Союза композиторов Узбекистана, Д. Мурадова — ректор Государственной консерватории Узбекистана, Э. Азимов — заслуженный деятель искусств Узбекистана, художественный руководитель и главный дирижер камерного оркестра «Туркистон», И. Горлина — профессор Ташкентского государственного

Духовность

ЭНЕРГИЯ СОЗИДАНИЯ

ной высшей школы национально-го танца и хореографии и другие в своих докладах и выступлениях представили всю палитру чувств — от радости и печали до любви и благодарной памяти — по отношению к творческому наследию узбекских композиторов XX века, и прежде всего М. Ашрафи. Он в жизни многих участников конференции оставил неизгладимый след как учитель, наставник.

В рамках мероприятия состоялась премьера произведения молодого композитора Камолиддина Азимова «Весенние размышления» в исполнении А. Шариповой —

заслуженной артистки Узбекистана и В. Сафонова — концертмейстера Государственной консерватории Узбекистана.

Среди почетных гостей конференции были ученики М. Ашрафи: Д. Абдурахманова — народная артистка Узбекистана, дирижер ГАБТа им. А. Навои, Ф. Якубджанов — заслуженный деятель искусств Узбекистана, главный дирижер ГАБТа им. А. Навои.

Наталья Константиновна Гунова, директор музея, приветствуя участников, отметила: «Нет лучшего места, в котором укоренилась интеллектуальная деятельность, чем музей, наполненный

Как вас обслуживают?

ГЛАВНОЕ — РАБОТА С НАСЕЛЕНИЕМ

Зима для сотрудников коммунально-эксплуатационных служб столицы — время ответственное. Холода, сырая погода, возросшее потребление электроэнергии, горячей воды, газа вносят свои коррективы в работу коммунальных служб.

Для того чтобы они максимально соответствовали своим задачам, проявляли высокий профессионализм, грамотно работали с населением, со стороны государства проводится определенная работа. Сегодня коммунальные структуры оснащены всем необходимым оборудованием, техникой, помещениями.

Недавно при содействии ОАО «Тошкент шахар электротармоклари корхонаси» коллектив Бектемирской районной электросети переехал в новое, оснащенное всем необходимым для работы здание. Для сотрудников районной электросети здесь созданы все условия. Если раньше коллектив трудился в небольшом четырехкомнатном помещении, что причиняло неудобства клиентам, то сегодня со стороны граждан нет никаких нареканий.

— Наш новый офис расположился в современном двухэтажном здании, — рассказал заместитель Бектемирской районной электросети Амиржон Мухамедов. — Здесь 15 отремонтированных комнат для администрации, сотрудников, для работы с населением. Есть большой зал для проведения собраний, комната духовности и просветительства, кухня, столовая, две комнаты отдыха. Обновлена офисная мебель, компьютерная и оргтехника, средства связи. Созданные условия позволяют организации работать в две смены. Удобство работы оценили не только наши сотрудники, но и население, мы быстро обслуживаем граждан, в установленные сроки реагируем на их обращения и своевременно принимаем необходимые меры — словом, стараемся соответствовать всем требованиям, предъявляемым к нашей организации.

Максим ЧЕРНОГАЕВ.

выставками коллекций и дыханием времени. Наш музей — это продолжение жизни замечательного художника, мастера, чьи произведения радовали и будут радовать слушателей».

На пропаганду духовных ценностей нашего народа, культурное, эстетическое, нравственное воспитание молодого поколения, приобщение его к национальным ценностям и мировому музыкальному наследию направляет свою деятельность музей, который своего первого посетителя принял более 30 лет назад. Он продолжает принимать гостей, среди которых немало одаренных детей, хорошо подготовленных в музыкальном отношении юношей и девушек, состоявшихся профессиональных музыкантов, поэтов, художников... Они участвуют в концертных программах музея.

В ходе конференции в дар музею были преподнесены ноты молодых, но уже известных отечественных композиторов. За минувший год музей пополнился рядом стендовых материалов.

К. ГАН.

ПРОЕКТЫ, УКРЕПЛЯЮЩИЕ СЕМЬИ

В Центральном совете общественного движения молодежи «Камолот» прошла конференция, посвященная итогам исполнения Государственной программы «Год семьи». На ней был представлен сборник стихов «Ойла — кутлуг богим» («Семья — мой счастливый сад»), в который вошло более 200 стихотворений, написанных молодежью.

На конференции первый заместитель председателя ОДМ «Камолот» Феруза Мухаммеджанова отметила, что в рамках Государственной программы «Год семьи» ОДМ «Камолот» был разработан и реализован ряд социально значимых проектов. Среди них — онлайн-проект «В гостях у «Камолот», стартовавший 8 марта 2012 года. В рамках этого проекта была проведена онлайн-конференция с участием известных деятелей культуры, искусства и науки, которые поделились своим опытом и знаниями с подрастающим поколением.

На высоком организационном уровне прошел также конкурс «Самый активный молодой журналист». В нем приняли участие 550 работников средств массовой информации в возрасте до 30 лет. Победителями конкурса стали 15 талантливых и активных работников СМИ.

ОДМ «Камолот» большое внимание уделяет проектам для учащихся и выпускников академических лицеев и профессиональных колледжей. В частности, с целью развития малого бизнеса и частного предпринимательства, а также создания новых рабочих мест были организованы конкурсы «Моя бизнес-идея» и «Молодой предприниматель — гарант будущего». На них выпускники профессиональных колледжей и академических лицеев представили свои бизнес-идеи для налаживания бизнеса. Лучшие из них стали победителями, им была оказана помощь в получении льготного кредита для открытия своего дела. За время проведения проекта было предоставлено кредитов более чем на 14 миллиардов сумов.

Роман БОНДАРЧУК,
корр. УзА.

Реклама и объявления

УТЕРЯННЫЙ

план квартиры на имя Абдукадировой Сожиды Абдусаттаровны, расположенной по адресу: г. Ташкент, Учтепинский район, Чиланзар, кв. 15, д. 28а, кв. 56.

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ.

Промышленное предприятие приглашает на постоянную работу бригады монтажников для монтажа нестандартного оборудования, а также прорабов общестроительных работ, электрогазосварщиков и рабочих общестроительных работ. Заработная плата — сдельная, выплачивается своевременно.

Работники обеспечиваются бесплатным питанием, транспортом. Имеется детский оздоровительный лагерь в Чимгане.

Контактные телефоны: 241-10-81, 929-55-97, 241-29-94, 167-17-58.

Резюме высылать на адрес электронной почты: d_kolov@mail.ru.

Общество с ограниченной ответственностью «LEON AFERRADOR», зарегистрированное отделом государственной регистрации субъектов предпринимательства хокимията Мирзо-Улугбекского района г. Ташкента № 002601-04 от 25.01.2007 года, ИНН 300174266, код по ОКПО 21556227, в соответствии с протоколом собрания учредителей № 1 от 3.01.2013 года, **ЛИКВИДИРУЕТСЯ.**

Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня опубликования объявления по адресу: 100050, г. Ташкент, м-в Карасу-6, ул. Семашко, д. 147. Телефон: 168-60-32.



Зимняя сказка — на радость детворе.

Фото В. ГРАНКИНА

На спортивных аренах

СОСТЯЗАНИЕ МОЛОДЫХ БОКСЕРОВ

В Ташкенте прошел международный турнир по боксу среди молодежи 1995 – 1996 годов рождения. В нем наряду с нашими соотечественниками за победу в 8 весовых категориях также боролись спортсмены из Казахстана.

В финальном поединке боксеров в весовой категории до 52 килограммов Шукуржон Рахимов из Намангана победил Самата Нисанова из Казахстана и завоевал золотую медаль. В состязаниях в весовой категории до 60 килограммов Отабек Турдиходжаев из Андижана одержал верх над казахским боксером Асилбеком Есеновым и также был награжден золотой медалью.

В своих весовых категориях на высшую ступень пьедестала почета также поднялись Эргаш Назаров, Фаррух Ахатов (Ташкент), Достон Хазраткулов (Сырдарья), Мурод Тургунов (Наманган), Достон Назриев (Бухара) и Еламан Хамидов (Казахстан).

Международная федерация футбольной истории и статистики (IFFHS) объявила новый список футболистов, продолжающих свою деятельность в высших лигах национальных чемпионатов стран мира и забивших более двухсот голов.

НАШИ ФУТБОЛИСТЫ — В ЧИСЛЕ ЛУЧШИХ БОМБАРДИРОВ МИРА

Среди 19 футболистов, внесенных в рейтинг бомбардиров, составленный по итогам 2012 года, находятся трое узбекских футболистов.

Проводивший сезон 2012 года в составе наманганской команды «Навбахор» Жаффар Ирисметов

поднялся на восьмое место в мировом рейтинге бомбардиров. В ходе своей деятельности, кроме нашей страны, узбекский футболист эффективно играл на чемпионатах Греции, России, Украины, Беларуси, Китая и Казахстана и в 441 встрече забил 240 голов.

Международная шахматная федерация — ФИДЕ объявила первую рейтинговую таблицу сильнейших шахматистов в 2013 году.

ПОВЫШАЕТСЯ РЕЙТИНГ УЗБЕКСКИХ ШАХМАТИСТОВ

В соответствии с ней чемпион мира 2004 года Рустам Касымджанов, поднявшись на семнадцать ступеней выше, занял 33-е место в таблице. На его счету всего 2709 очков. Это самый высокий рейтинговый показатель в деятельности нашего международного гроссмейстера.

Важным фактором роста нашего соотечественника в мировом рейтинге послужила его успешная игра на втором этапе Гран-при ФИДЕ, организованном на высоком уровне в конце 2012 года в Ташкенте. На соревновании, состоявшемся в Галерее изобразительного искусства Узбекистана с участием сильнейших двенадцати гроссмейстеров мира,

Рустам Касымджанов стал единственным шахматистом, игравшим без поражения на протяжении одиннадцати встреч.

Еще один наш молодой гроссмейстер Антон Филиппов тоже занимает все более высокое место в рейтинге ФИДЕ. Впервые внесенный в список сильнейших ста мастеров шахмат в ноябре 2012 года чемпион Азии А. Филиппов с 2652 очками поднялся еще на 4 ступени и занял 95-е место.

Многократная чемпионка страны Сарвиноз Курбанбаева впервые была внесена в рейтинг шахматистов в возрасте до 20 лет. Результат нашей спортсменки по сей день составляет 2135 очков.

Защищавший честь команды «Нефчи» (Фергана) в высшей лиге национального чемпионата 2012 года Анвар Бердиев тоже присоединился к числу лучших бомбардиров мира. Победивший с 19 голами в состязании бомбардиров чемпионата Узбекистана в завершившемся сезоне футболист довел общее количество голов до 205. Для достижения этого показателя А. Бердиев вышел на поле в 433 встречах.

Завершивший сезон в «Олмалик» Зафар Холмуродов тоже вошел в рейтинг IFFHS. Опытный нападающий участвовал в 379 встречах в составе команд «Насаф», «Машъал», «Хоразм» и «Олмалик», покорял ворота соперников всего 200 раз.

УЗА.

Выставки

НА ХОЛСТАХ — ПОЛЕТ МЫСЛЕЙ

В канун Нового года в Центральном выставочном зале открылась выставка, посвященная 15-летию создания Академии художеств Узбекистана под названием «Полет мысли».

В экспозиции представлены произведения узбекских художников, созданные за годы независимости республики, а также ретроспектива произведений из фондов Дирекции художественных выставок, ставших по праву классическими образцами изобразительного и декоративно-прикладного искусства Узбекистана.

Период независимости Узбекистана ознаменовался духом великих созидательных преобразований, затронувших все сферы жизнедеятельности социума, — подчеркнул председатель Академии художеств Узбекистана Акмаль Нуриддинов. Ярким свидетельством этого стало возрождение национальных духовных ценностей, сохранение уникального историко-культурного наследия узбекского народа, создание полноценных условий для всестороннего развития современной и ее интеграция в мировое культурное пространство.

В этом контексте создание согласно Указу Президента нашей страны Ислама Каримова Академии художеств Узбекистана явилось важной частью созидательных процессов. Основными векторами развития изобразительного искусства Узбекистана стали обретение художниками подлинной творческой свободы, создание многоступенчатой системы художественного образования, активное внедрение художественного творчества в современную

городскую среду, поддержка молодежного искусства, установление международных связей, формирование эстетического вкуса общества.

За 15 лет существования Академией художеств Узбекистана сделано немало позитивного в выставочной, научной, образовательной, пропагандистской деятельности. Были созданы уникальные произведения изобразительного искусства, организованы сотни выставочных проектов, состоялись десятки международных и республиканских конференций, изданы различные буклеты по проблемам искусства. Академия художеств Узбекистана активно участвует в различных проектах и акциях государственного масштаба. Однако многое еще предстоит совершить, вносить определенные инновации.

В работах узбекских художников-академиков, представленных на открывшейся выставке, невозможно не ощутить дух современной эпохи, великолепное мастерство, базирующееся на уникальных традициях и экспериментальных поисках. В этих работах есть то ценное, что определяет творческую индивидуальность каждого автора и в то же время, словно в мозаике, дает ощутить национальное своеобразие современного изобразительного и декоративно-прикладного искусства Узбекистана.

Лидия ГРЯЗНОВА.

В органном зале Государственной консерватории Узбекистана состоялся концерт камерного оркестра народных инструментов «Навруз». Концерты этого творческого коллектива всегда привлекали огромную аудиторию слушателей. Так произошло и на этот раз.

Концерты

УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Молодому оркестру исполнился всего лишь один год, и он представил любителям музыки новую программу «Восток и Запад как одно целое». Она поражает слушателей многообразием стилей и форм. Оркестр «Навруз» создан в 2011 году доцентом Государственной консерватории Узбекистана, дирижером Шерзодом Умаровым. В коллективе семнадцать молодых талантливых музыкантов, занимающихся развитием одного из перспективных направлений в музыкальном искусстве Узбекистана — камерного музицирования.

Программа концерта «Восток и Запад как одно целое» отражает современную глобализацию, которая находит свое воплощение в музыке. В этой связи вполне органичным было звучание в концерте таких национальных инструментов, как африканские маримба, конго, большой барабан, испанские кастаньеты, индийская табла, баян.

Концерт открылся пьесой на основе хорезмской мелодии «Не пришла» в изумительном исполнении оркестра и солиста-суриаста, лауреата республиканских конкурсов Ахорбека Хасанова. Этот номер задавал праздничное настроение всей программе.

Вокальное произведение в исполнении прекрасного тенора Убайдуллы Ахмаджанова не оставило равнодушных в зале. Особенно завоорожили слушателей песни Икром Ахбарова «Рано» из репертуара Батыра Закирова, азербайджанские песни «Без тебя» Тоджибекова, «Я одинок» Тофика Кулиева, неаполитанские песни «Санта Лючия» Теодоро Котро, «O, sole mio» Эдуарда Ди Капуа.

Приятным сюрпризом стало исполнение лауреатами республиканских конкурсов Ихтиером Абдунабиевым (уд), Вахобом Курбановым (кунун), Шохжамолом Абдуллаевым (табла) пьесы «Я тебе не скажу» композитора Адама Клиппла, ее можно назвать «джаз в восточном стиле».

Своим виртуозным выступлением, прекрасной техникой Собит Умркулов, который исполнил на маримбе знаменитый «Полет шмеля» из оперы «Сказка о царе Салтане» Н. Римского-Корсакова, вызвал всеобщий восторг. Концертную программу завершило произведение Д. Беккера «Саламанка» в исполнении всего оркестра. Здесь мелодия в стиле фламенко получила рок-обработку, что добавило этому яркому, динамичному сочинению еще большей темпераментности.

Шахноз ИСЛАМОВА.

Будьте здоровы

НАПИТКИ НА ВСЕ СЛУЧАИ ЖИЗНИ

Большинство из нас имеют запасы питьевой воды в кладовке и молока в холодильнике, однако знаете ли вы, что многие недорогие напитки могут сделать гораздо больше, чем просто утолить жажду? Предлагаем вам узнать о том, какие напитки подходят для того или иного случая жизни и какие из них вам следует пить в определенных ситуациях. Разные напитки способны улучшить вашу выносливость, облегчить симптомы простуды или успокоить расстроенный желудок.

Нарастить мышцы: молоко. Молоко поможет вам накачаться. Этот напиток содержит молочный белок и казеин (оба эти вещества содержат все основные аминокислоты), которые помогут вам нарастить мускулатуру.

Сбросить лишний вес: зеленый чай или грейпфрутовый сок. Зеленый чай — один из самых употребляемых в мире напитков. Он помогает контролировать вес, немного ускоряя обмен веществ (с учетом того, если вы выпиваете 4 чашки в день). Свежевыжатый грейпфрутовый сок, как показывают исследования, тоже может оказать положительное влияние на вес, но вы можете также съесть половину грейпфрута каждый раз во время приема пищи.

Против мышечных судорог: рассол. Если вы можете пить рассол, он позволит вам облегчить судороги в ногах. Этот напиток также позволяет предотвратить эти болезненные сокращения мышц. Исследования показали, что рассол также способен помочь мозгу и мышцам лучше работать во время усталости.

Против расстройства желудка: имбирное ситро. Болят живот? Для облегчения расстройства желудка вам может помочь напиток на основе корня имбиря, который также помогает избавиться от тошноты.

Против простуды: чай с лимоном и медом, молоко. Жидкости помогают избавляться от слизи, которая скапливается во время простудных заболеваний. Горячий чай и бульон обычно советуют пить всегда во время простуды, помимо основных лекарств. Также неплохо смешать теплое молоко с ложкой сливочного масла и меда, однако этот напиток помогает не всегда.

Против кашля: чай или молоко с медом. Мед помогает лечить кашель, который появляется из-за инфекций верхних дыхательных путей. Сладкие продукты способствуют выработке слюны. Во время кашля советуют пить как можно больше теплых напитков, чтобы избавиться от слизи в горле и для того, чтобы хорошо откашляться.

Против больного горла: чай с куркумой. Жидкости помогают избавиться от сухости в горле. Для этого можно попробовать напиток с куркумой. Вам понадобится миндальное молоко (молотый миндаль с водой) или кокосовое молоко, имбирь, перец, мед и куркума. Куркума — желтая приправа, которая позволяет снять воспаление в горле.

Против бессонницы: вишневый сок, теплое молоко или ромашковый чай.

Для поднятия настроения: чай из Melissa с лимоном. Melissa, залитая кипятком и настоянная, как обычный чай, с добавлением лимона поможет вам поднять себе настроение, если вы раздражены или огорчены.

Против жжения от перченой пищи: молоко или йогурт. Жир и белок в молоке или в питье йогурта (или кефира) может облегчить жжение от перченой пищи (нежирное молоко или другие нежирные молочные продукты такого эффекта не дают). Небольшое количество кислоты в молоке помогает нейтрализовать такие ингредиенты, как капсаицин, который дает жжение.

Против несвежего дыхания: вода. Все очень просто. Так как кислотосодержащие напитки, вроде кофе или апельсинового сока, а также сладкие напитки могут вызвать появление запаха изо рта, лучше после них пить воду, которая поможет избавиться вас от неприятных запахов.

Против голода: молоко. Если пить воду между приемами пищи, у вас будет постоянно разыгрываться аппетит. Чтобы не стимулировать аппетит, лучше пить молоко, которое дает чувство сытости.

Подготовила Л. ЛАРИНА.



В Ташкенте 8 января — переменная облачность, без осадков. Ночью и утром возможен туман. Ветер восточный, 3–8 м/сек. Температура ночью — 2–4 мороза, днем — 8–10 тепла.

По данным службы мониторинга Узидромета, 8 и утром 9 января 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.