



ВЕЧЕРНИЙ ТАШКЕНТ

Газета выходит
с 1 июля
1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

№ 145 (12.958)

Цена в розницу — свободная

ЧЕТВЕРГ, 16 ИЮЛЯ 2015 ГОДА

ПРИЕМ В РЕЗИДЕНЦИИ ОКСАРОЙ

Президент Республики Узбекистан Ислам Каримов 15 июля принял в резиденции Оксарой министра иностранных дел Российской Федерации Сергея Лаврова.

Отношения между Узбекистаном и Россией базируются на прочном фундаменте стратегического партнерства и поступательно развиваются практически по всем направлениям взаимодействия.

Глава нашего государства, тепло приветствуя гостя, отметил, что в Узбекистане рассматривают настоящую встречу как закономерное продолжение регулярных политических контактов, позволяющих сторонам обмениваться мнениями по широкому кругу вопросов, представляющих взаимный интерес.

Как было подчеркнуто, прошедшие 10 июля в городе Уфе переговоры президентов Узбекистана и России стали значимым событием в двусторонних отношениях. Важное значение имеет реализация договоренностей, достигнутых в ходе встреч на высшем уровне.

Сотрудничество Узбекистана и России является взаимовыгодным для обеих стран. Приоритетной областью дальнейшего углубления узбекско-российского всестороннего диалога, без сомнения, является расширение экономических и инвестиционных связей. Россия является одним из крупных торговых партнеров Узбекистана.

В ходе беседы рассмотрены актуальные международные проблемы, вопросы региональной безопасности и стабильности.

Узбекистан высоко оценивает итоги состоявшегося в городе Уфе саммита Шанхайской организации сотрудничества. В свою очередь, принимая ответственную миссию председательства в организации на предстоящий период, Узбекистан намерен последовательно укреплять и развивать многостороннее сотрудничество, отвечающее интересам всех стран ШОС.

Сергей Лавров искренне поблагодарил Президента Узбекистана Ислама Каримова за теплый прием и возможность обстоятельно обсудить актуальные вопросы двусторонней повестки дня и региональные проблемы.

УзА.

На днях в столице Германии состоялась презентация экономического, инвестиционного и туристического потенциала Узбекистана, организаторами которой выступили Посольство нашей страны в Берлине и Восточноевропейское объединение немецкой экономики (ВЕОНЭ).

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ЭКОНОМИЧЕСКОГО И ТУРИСТИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА УЗБЕКИСТАНА В ГЕРМАНИИ

В мероприятии приняли участие около 150 представителей германских компаний и фирм. Они были подробно проинформированы о современном экономическом развитии Узбекистана, мерах правительства республики по модернизации и технологическому перевооружению промышленных предприятий, дальнейшему совершенствованию инвестиционного климата, а также государственных программ, направленных на социальное и инфраструктурное развитие в стране.

В своем выступлении председатель правления ВЕОНЭ Маркус Фельснер высоко оценил динамич-

ное развитие экономики Узбекистана, обратив внимание на созданный в республике благоприятный инвестиционный климат.

Он констатировал растущий интерес к расширению партнерских связей с Узбекистаном, особенно среди представителей немецкого малого и среднего бизнеса. В этой связи в качестве одной из приоритетных задач Восточноевропейского объединения немецкой экономики М. Фельснер обозначил оказание содействия компаниям Германии в установлении долгосрочных деловых связей с уз-

бекскими партнерами для реализации совместных инвестиционных проектов.

В рамках презентации участникам была представлена яркая концертная программа мастеров искусств Узбекистана. Они также смогли отве-
дать блюда узбекской национальной кухни.

В интервью ИА «Жахон» некоторые из участников поделились своими впечатлениями от мероприятия.

Кристиан Россель, член Федерального объединения среднего класса (Bundesvereinigung Liberaler Mittelstand) Германии:

✓ В Ташкенте открылась выставка Исфандияра Хайдарова. На вернисаже представлены живописные пейзажи Джизака, Ферганы, Хорезма, Сурхандарьи, Самарканда.

✓ В «Orzu City Center» состоится праздник «Менинг дуппим».

В его рамках будет представлена выставка тюбетеек всех регионов Узбекистана, пройдут творческие мастер-классы, фотосессии для детей и взрослых, детский показ одежды и выступление художественных коллективов.



В результате уделяемого в нашей стране постоянного внимания развитию детского спорта растет популярность физической культуры и спорта среди молодежи. Из года в год увеличивается число занимающихся спортом детей, что повышает спрос на спортивный инвентарь.

Наши товары

ПРОДУКЦИЯ «ASIA SPORT-S» ПОЛЬЗУЕТСЯ ВЫСОКИМ СПРОСОМ

Сегодня соответствующий международным стандартам спортивный инвентарь производят более чем 100 предприятий нашей страны. Им оказывается широкая поддержка, предоставляются льготы и преференции. Одним из таких предприятий является действующая в столице фирма «Azia Sport-S». Предприятие, созданное в 1995 году как официальный представитель британского производителя спортивной одежды «Admiral», с 2006 года сотрудничает с Фондом развития детского спорта Узбекистана.

— За прошедший период мы освоили выпуск 38 видов спортивного инвентаря, — говорит управляющий фирмой Шерзод Халиков. — Прежде наша страна импортировала даже ракетки для настольного тенниса. На базе местного сырья мы выпускаем инвентарь для спортивной и художественной гимнастики, бокса, баскетбола, волейбола, гандбола, настольного тенниса, спортивные сиденья, покрытия для спортивных залов, а также инвентарь для легкой и тяжелой атлетики, бадминтона, бокса, шахмат и шашек, футбола и тенниса под брендом «Admiral».

Основными покупателями продукции фирмы «Azia Sport-S» являются Министерство народного образования, Центр среднего специального, профессионального образования, Фонд развития детского спорта Узбекистана и ряд спортивных федераций. Высоким спросом пользуются производимые здесь боксерские ринги, гимнастические снаряды, покрытия, теннисные столы,

сетки, баскетбольные корзины, гандбольные ворота и гимнастические помосты.

На предприятии трудятся более 50 специалистов. Предприятие уделяет особое внимание созданию новых рабочих мест и обеспечению занятости населения.

— Вот уже два года я работаю на этом предприятии в покрасочном цехе, — говорит Нусратилло Аширов. — В школьные годы мы интересовались восточными единоборствами. К сожалению, в те времена не было возможностей для занятия этим видом спорта. Сегодня для наших детей созданы все необходимые условия. Две мои дочери занимаются восточными единоборствами в общеобразовательной школе № 15 города Чирчика. Горжусь тем, что они пользуются спортивным инвентарем отечественного производства.

За прошедший период текущего года фирма «Azia Sport-S» доставила новый спортивный инвентарь в спортивные залы 100 профессиональных колледжей, 19 общеобразовательных школ и 700 детско-юношеских школ страны.

Эффективно пользуясь созданными государством широкими возможностями и льготами, фирма «Azia Sport-S» стремится расширять свою деятельность, освоить выпуск новой продукции с использованием современных технологий. Это способствует дальнейшему улучшению условий для занятий спортом молодым поколением.

Жавохир ТАШХОДЖАЕВ,
корр. УзА.
Фото К. УЛЬМАСОВА.

— Проведенная в Берлине презентация экономического и туристического потенциала Узбекистана произвела на меня сильное впечатление. Рост ВВП в 8,1 процента в 2014 году — это показатель высокой динамики экономического развития страны. Сегодня представители деловых кругов Германии также узнали о больших возможностях узбекского рынка, созданных в стране налоговых льготах для иностранных инвесторов. Дополнительные инвестиционные возможности вызывают повышенный интерес у немецких компаний. Мероприятие стало хорошей платформой для дальнейшего расширения экономического сотрудничества между нашими странами.

Денис Бардин, представитель компании WITEC Holding GmbH:

— Состоявшаяся презентация наглядно продемонстрировала обоюдную заинтересованность деловых кругов двух стран в дальнейшем развитии сотрудничества. В этом я также убедился в ходе первого заседания Германо-Узбекского делового совета, состоявшегося в феврале этого года.

(Окончание на 2-й стр.)



В СТРАНЕ

● В Комитете Законодательной палаты Олий Мажлиса по вопросам промышленности, строительства и торговли состоялось заседание, посвященное итогам изучения исполнения Закона Республики Узбекистан «Об электроэнергетике» в Кашкадарьинской и Наманганской областях.

● С начала нынешнего года акционерный коммерческий банк «Узсаноат-курулиш банк» выделил кредиты на 809,3 млрд. сумов. Из них 435 млрд. сумов были направлены на финансовую поддержку субъектов малого бизнеса и частного предпринимательства, что в 1,3 раза больше, чем за аналогичный период прошлого года. В результате предоставления 1500 предпринимателям микрокредитов на 44 млрд. сумов создано 3137 новых рабочих мест.

● В Кашкадарьинской области прошел научно-практический семинар, посвященный развитию и внедрению экологически чистых технологий, использованию возобновляемых источников энергии, бережному отношению к природным ресурсам. В настоящее время источники альтернативной энергии установлены почти на 20 социальных объектах, в том числе в общеобразовательных школах, дошкольных образовательных учреждениях и сельских врачебных пунктах.

● В Термезском государственном университете продолжается прием документов от абитуриентов. По плану приема на 2015/2016 учебный год в бакалавриат будут приняты по 34 специальностям 1662 человека, в магистратуру по 13 специальностям — 63 человека.

● В Ферганской области большая часть выпускников колледжей трудоустроивается согласно трехсторонним договорам. Для повышения привлекательности бизнеса как дальнейшей сферы деятельности, обеспечения доступа выпускников к микрофинансовым услугам коммерческих банков проведено более 50 семинаров-тренингов. В их ходе около пяти тысяч выпускников изъявили желание заняться бизнесом.

В МИРЕ

● Экономика Китая выросла во втором квартале на 7% в годовом исчислении, превзойдя ожидания аналитиков, — однако инвесторы не впечатлены даже такими цифрами на фоне общего контекста. На замедляющийся рост торговли, инвестиций и внутреннего спроса наложились охлаждение рынка недвижимости, дефляционное давление и с середины июня паника на фондовом рынке.

● Более 400 нелегальных мигрантов высиделись вчера в порту Мессины на Сицилии. Они были обнаружены в море экипажем частного судна, принадлежащего зарегистрированной на Мальте неправительственной организации, которая занимается спасением нелегалов в море. С начала года только до Мессины добрались более 3 тысяч мигрантов.

● Новый доклад UNAIDS (Объединенной программы ООН по ВИЧ/СПИДу), представленный в ходе Третьей конференции по финансированию развития, свидетельствует об успехах в борьбе с заболеванием. Благодаря UNAIDS за 15 лет смертность от иммунодефицита упала на 41%, число зараженных снизилось на 35%.

● В провинции Внутренняя Монголия, автономном районе на севере КНР, задержаны 20 иностранных туристов, в том числе из Великобритании, ЮАР и Индии. Десяти из них, в частности, вменяется в вину просмотр запрещенных в Китае видео в своем отеле. Остальным грозит высылка.

ОДНИМ АБЗАЦЕМ

По сообщениям информационной службы Ташгорхизмента и наших корреспондентов.

✓ Презентация китайской компании «Yutong», прошедшая в здании НК «Узбектуризм», была посвящена вопросу обеспечения субъек-

тов туристической деятельности современными комфортабельными автобусами. Присутствовавшие на презентации представители туристических субъектов и транспортных компаний обсудили наиболее подходящие варианты для климата Узбекистана.

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Мы очень воодушевлены тем, что правительство Узбекистана готово предоставить немецким инвесторам широкие возможности для реализации совместных проектов, в том числе на территории созданных в городах Навои, Джизак и Ангрен свободных экономических зон. Мы намерены заключить в ближайшее время соответствующие соглашения с узбекскими партнерами.

Йорн Харденбикер, руководитель отдела Программы профессиональной подготовки и член исполнительного совета Центра им. К. Дуйсберга:

— Наш образовательный центр действует с 1962 года. С тех пор мы предлагаем различные курсы

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ЭКОНОМИЧЕСКОГО И ТУРИСТИЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА УЗБЕКИСТАНА В ГЕРМАНИИ

повышения квалификации менеджеров. На протяжении многих лет мы тесно сотрудничаем с Узбекистаном. В рамках программы повышения квалификации управляющих кадров в нашем центре проходили стажировку несколько групп узбекских специалистов. Мы готовы и дальше вносить свой вклад в развитие двусторонних экономических связей между нашими странами.

Алекс Любавински, член палаты депутатов г. Берлина:

— Я с большим интересом наблюдаю за социально-экономическим развитием стран Восточной Европы и Центральной Азии, в том числе Узбекистана. Сегодня мы имели возможность еще ближе познакомиться с вашей прекрасной страной. Отрадно было услышать, что узбекско-германские отношения последовательно укрепляются

во всех направлениях, в том числе в области культуры и туризма. Узбекистан обладает большим туристическим потенциалом, который нужно активно продвигать. Такие города, как Бухара и Самарканд, ассоциируются у большинства жителей Германии со знаменитыми сказками «Тысяча и одна ночь».

Сегодняшнее мероприятие побудило у меня желание посетить в ближайшее время солнечный Узбекистан и полюбоваться уникальными архитектурными памятниками его исторических городов, испытать на себе настоящее восточное гостеприимство узбекского народа.

ИА «Жахон».

В науке Узбекистана, как и во всех сферах, достигаются весомые успехи. В научно-исследовательских центрах наряду с учеными активное участие в научной работе принимают молодые исследователи. Их достижения служат основой для дальнейшего развития научно-технической и инновационной деятельности.

Интеллектуальный потенциал Узбекистана

ИНТЕГРАЦИЯ НАУКИ И ПРОИЗВОДСТВА

Об этом говорилось на конференции, организованной в Национальном пресс-центре Министерством высшего и среднего специального образования Республики Узбекистан.

Заместитель министра высшего и среднего специального образования Б. Усманов и другие отметили, что под руководством Президента Ислама Каримова особое внимание уделяется совершенствованию системы образования, развитию инновационной экономики, основанной на высоком интеллектуальном потенциале. С целью ее дальнейшего развития последовательно реализуется государственная политика по подготовке и повышению квалификации кадров.

В соответствии с Постановлением главы нашего государства «О мерах по дальнейшей оптимизации структуры Академии наук Республики Узбекистан и укреплению интеграции академической науки и высшего образования республики» от 8 июля 2014 года были созданы Институт математики, Учебно-научный комплекс философских исследований, Научно-исследовательский центр химии и физики полимеров при Национальном университете Узбекистана имени Мирзо Улугбека, Научно-исследовательский центр по проблемам отраслевого машиноведения при Ташкентском государственном техническом университете имени Абу Райхана Беруни, Центр восточных рукописей при Ташкентском государственном институте востоковедения. На базе Самаркандского, Бухарского, Анджанского, Каршинского государственных университетов начали работать научные центры. При Ташкентском государственном экономическом университете организован Научно-исследовательский центр научных основ и проблем развития экономики Узбекистана.

В настоящее время в этих центрах в рамках государственных научно-технических программ ведутся научные исследования по 46 проектам на сумму 5,02 миллиарда сумов, сообщает УзА. Достижимые молодыми учеными результаты внедряются в основные отрасли экономики.

Проводимые по инициативе Президента Ислама Каримова республиканские ярмарки инновационных идей, технологий и проектов стали одним из важных механизмов внедрения результатов исследований в производство, обеспечения тесного сотрудничества между производителями инновационной продукции и потребителями.

На прошедшей в нынешнем году VIII Республиканской ярмарке инновационных идей, технологий и проектов исследователями из системы высшего образования было представлено 264 проекта в области промышленности, сельского хозяйства, здравоохранения, информационных технологий, науки и др. В рамках ярмарки заключено более 300 договоров на 10,434 миллиарда сумов, что составило 39,8 процента всех заключенных на ярмарке соглашений.

На конференции журналисты получили ответы на все интересующие их вопросы, в частности, об успехах научно-исследовательских центров и институтов, инновационных разработках.

Дильшод КАРИМОВ.

От сильного государства – к сильному гражданскому обществу

СОЦИАЛЬНОЕ ПАРТНЕРСТВО – ОСНОВА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ННО

В Ташкенте прошел семинар-тренинг на тему «Социальное партнерство органов государственного управления и институтов гражданского общества – гарант качественной и эффективной реализации программ и социально значимых проектов ННО».

В мероприятии, организованном Национальной ассоциацией негосударственных некоммерческих организаций Узбекистана совместно с рядом организаций, приняли участие ответственные работники министерств и ведомств, представители общественных организаций и средств массовой информации.

Председатель совета Национальной ассоциации негосударственных некоммерческих организаций Узбекистана А. Каримов и другие отметили, что в процессе реализации принципа «От сильного государства – к сильному гражданскому обществу» под руководством Президента Ислама Каримова приоритетное значение придается развитию деятельности общественных организаций, выражающих интересы всех слоев населения.

Деятельность Общественного фонда по поддержке негосударственных некоммерческих организаций и других институтов гражданского общества при Олий Мажлисе Республики Узбекистан и Парламентской комиссии по управлению его средствами способствовала формированию системы открытого и целевого финансирования проектов общественных организаций, поддерживающей институты гражданского общества в виде грантов, субсидий и социальных заказов.

Концепция дальнейшего углубления демократических реформ и формирования гражданского общества в стране еще более расширила круг деятельности и полномочий ННО.

Принятые в рамках Концепции законы «Об экологическом контроле», «Об открытости деятельности органов государственной власти и управления», «О социальном партнерстве» позволили повысить активность ННО в осуществлении экологического контроля, информировании общественности о деятельности государственных органов, укрепили взаимодействие организаций всех видов.

В результате уделяемого институтам гражданского общества внимания сегодня представители ННО эффективно действуют в составе более 40 республиканских межведомственных комиссий, советов и рабочих групп. ННО вносят достойный вклад в реализацию задач Государственной программы «Год внимания и заботы о старшем поколении».

На мероприятии говорилось о сути и значении Закона Республики Узбекистан «О социальном партнерстве», правах и обязанностях ННО и других институтов гражданского общества в области социального партнерства, государственных социальных заказах и грантовых конкурсах.

В ходе беседы за «круглым столом» на тему «Роль и значение ННО в разработке законодательства и важных государственных программ социально-экономического развития» участникам рассказано о значимости общественного контроля и представлены проекты законов.

Н. УСМАНОВА,
корр. УзА.



У абитуриентов — важная пора.

Фото О. МИРСОАТОВА (УзА).

Абитуриент-2015

СДЕЛАЙТЕ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР

Сначала школа, потом колледж или лицей — а вот теперь высшее учебное заведение. Кем стать? Это очень актуальный вопрос на сегодняшний день среди абитуриентов.

Кто-то намерен поступать в педагогический университет, другой — учиться на инженера, у третьего мечта стать переводчиком. Самое главное, не ошибиться при выборе профессии, тогда в дальнейшем не возникнет вопрос: где же теперь работать?

Как отметил Президент страны, молодежь — наше будущее. После обретения независимости в Узбекистане особые усилия прилагаются для формирования всеобщего развитого поколения.

Сейчас в столице во всех вузах активно работают приемные комиссии.

— Осталось достаточно мало времени на сдачу документов и подготовку к тестированию, — говорит абитуриент Мираншах Джурраев. — Очень важно понять, что судьба каждого абитуриента в его собственных руках. Время требует от нас настойчивости и веры в себя.

Мираншах в этом году закончил колледж информационных технологий Шахрисабзского района и планирует поступить в Ташкентский университет информационных технологий.

— В этом году наш университет принимает 1335 сту-

дентов, — говорит Зафар Хакимов, ответственный секретарь приемной комиссии Ташкентского университета информационных технологий. — Только лишь на факультет «Телекоммуникационные технологии» прием в этом году увеличился на 30 мест по сравнению с прошлым годом. Это, конечно, говорит о том, что многие действительно интересуются телекоммуникационными технологиями в духе времени.

Абитуриент — будущий студент, студент — завтра дипломированный специалист, хороший специалист — опора завтрашнего дня.

Джамолиддин ХАМДАМОВ.

Новости

УСЛУГА ONLINE BANK

Национальный банк внешнеэкономической деятельности Республики Узбекистан предоставляет ряд интерактивных услуг на своем официальном сайте, самой новой и высокотехнологичной из которых является ONLINE BANK.

Информационная услуга ONLINE BANK состоит из SMS и E-mail-информирования, личного IVR-сервиса и Web-кабинета.

Каждый раз, когда клиент расплачивается банковской картой или на его карточный счет переводятся денежные средства, он получает SMS-сообщение о проведенной операции с указанием остатка на его счете. Услуги предоставляются абонентам всех операторов мобильной связи.

Пользуясь этими услугами, по данным НБУ, можно получать SMS или E-mail информацию о начисленных процентах по вкладу, а также о пополнении или списании средств со счета. Эта услуга также дает возможность узнать о процентах по кредитным операциям и об инкассации торгового терминала с указанием суммы инкассации.

В состав информационной услуги ONLINE BANK входит также персональный сервис IVR. Имея к нему доступ, пользователь может самостоятельно подключать/отключать уведомления по информационным услугам, а также следить за состоянием своего банковского/карточного счета и запрашивать информацию о последних совершенных операциях, получая ответ в виде SMS-сообщения. Доступ в персональный IVR-кабинет защищен ПИН-кодом.

Персональный Web-кабинет дает возможность осуществлять контроль над состоянием карточного счета в режиме онлайн независимо от страны пребывания и времени суток. При этом можно работать на любом компьютере, поскольку система не требует установления дополнительного программного обеспечения. Индивидуальный доступ к Web-кабинету защищен логином и паролем.

СОВОКУПНЫЙ КАПИТАЛ «УЗПРОМСТРОЙБАНКА» ВЫРОС

Совокупный капитал акционерного коммерческого банка

«Узпромстройбанк» по состоянию на 1 июля 2015 года составил 762 млрд. 900 млн. сумов, увеличившись по сравнению с началом 2015 года на 35 млрд. 300 млн. сумов.

Уставный капитал банка в настоящее время составляет 622 млрд. 500 млн. сумов.

По состоянию на 1 июля в целом кредитные вложения АКБ «Узпромстройбанк» составили более 6 трлн. 516 млрд. сумов, увеличившись на 365 млрд. 500 млн. сумов, или на 18 процентов относительно начала отчетного года.

Активы АКБ «Узпромстройбанк» на 1 июля превысили 8 трлн. 191 млрд. сумов (+1 трлн. сумов).

Практически все кредитные вложения, по данным банка, были направлены в реальный сектор экономики. Таким образом, посредством целенаправленного кредитования «Узпромстройбанк» содействует развитию промышленного потенциала республики, выпуску качественной и востребованной на рынке продукции, работе базовых отраслей и соответственно повышению занятости населения.

ДЛЯ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ

Комитет по координации развития науки и технологий при Кабинете Министров Республики Узбекистан объявляет конкурсы фундаментальных и прикладных научно-технических проектов молодых ученых, реализуемых в 2016–2017 годы, и «Академическая мобильность молодых ученых».

Конкурсы, по данным Комитета, проводятся в целях реализации приоритетов развития науки и технологий на 2012–2020 годы.

С условиями проведения конкурса, правилами оформления проектов и подачи заявок можно ознакомиться в Комитете по координации развития науки и технологий, а также в Академии наук Узбекистана, Министерстве высшего и среднего специального образования, Министерстве здравоохранения, Министерстве народного образования и Министерстве сельского и водного хозяйства.

Заявки принимаются в течение 1,5 месяца со дня опубликования объявления о конкурсе.

НИА «Туркистон-пресс».

«ВЕЧЕРКА» В КРУГУ СЕМЬИ

2015 год – Год внимания
и заботы о старшем поколении

ЧЕСТНАЯ ЖИЗНЬ В ТРУДЕ

В Шайхантаурском районе есть махалля «Урда». Здесь, у канала Анхор, в одном из четырехэтажных домов проживает долгожительница **Антонина Калиновна Луценко**. Она родилась в далеком 1914 году в с. Николаевка Иссык-Кульской области Кыргызстана. Окончила начальную школу, педагогический техникум. Затем был Среднеазиатский геологоразведочный институт, расположенный в Ташкенте, на факультете горное дело Антонина получила специальность инженер-гидрогеолог.

Вся профессиональная деятельность А. Луценко в дальнейшем была связана с геологией. В 2010 году в возрасте 96 лет она закончила читать лекции. Только теперь на пенсии.

– Бывало, иногда моя дочь на меня сердилась: «Вам уже много лет, пора бы и отдохнуть!» – вспоминает А. Луценко. – А я отвечала: «Еще в силах приносить пользу, обучать молодежь».

Читая автобиографию таких людей, видишь, что все свои силы и знания они отдавали на благо своей Родины, честно трудились по выбранной специальности.

На протяжении многих лет Антонина Калиновна вела кружок лекарственных растений в клубе «Ветеран геологии», основная задача которого заключалась в оздоровлении пенсионеров и культурно-просветительном общении.

– Мама нас учила относиться ко всем одинаково – людям разных национальностей, разного социального положения. Я уважаю и горжусь ею, – говорит старшая дочь А. Луценко Г. Попенко.

– Трудным, голодным было послевоенное время, – вспоминает долгожительница. – Затем пришлось пережить тяготы ликвидации последствий ташкентского землетрясения 1966 года. Нынешние дети не видели того, что мы пережили, и пусть никогда не увидят!..

Сейчас А. Луценко 101 год. У нее 5 внуков и 9 правнуков.

– Всевышний дает человеку жизнь для счастья, но каждый видит его по-своему. Для меня есть единственный секрет счастья: это честная жизнь в труде, – говорит она.

Годы летят, возраст, конечно, напоминает о себе. Но, к счастью, у нас в стране не забывают о старшем поколении. В день рождения Антонину Калиновну посетили представители махаллы «Урда», сотрудники Шайхантаурской районной организации Общества Красного Полумесяца и Шайхантаурского отделения фонда «Нуроний». В республике всегда помнят о пожилых людях и никто из них не остается без заботы и внимания.

Х. ДЖАМАЛОВ.

Можно без сомнения назвать массу преимуществ, которое принесло создание компьютера. С его помощью в глобальной сети Интернет можно найти любую информацию, быть в курсе последних новостей, общаться с друзьями в социальных сетях, играть в разнообразные видеоигры.

Но вот последнее – как раз принесло немало страданий родителям детей-игроманов. Каждый день на прием к психологам попадают все новые и новые пациенты с диагнозом игровая зависимость. Почему же компьютер так манит современных детей?

Эксперты, работающие в этом направлении, назвали несколько основных причин. В мире Интернета не существует законов и правил, которых нужно, без сомнения, придерживаться. В онлайн-играх ребенок не получит никаких травм, что считается немаловажным преимуществом. Они дают возможность ребенку выплеснуть всю собравшуюся негативную энергию наружу, никто этого не узнает и не будет ругать.

Интернет – это совсем другой мир, который называют «виртуальным», иными словами, придуманным. Ребенок сам

выбирает, как построить в нем свою параллельную жизнь, которую может менять, когда захочет, вносить свои идеи, проявлять самостоятельность и детские фантазии. Игры дают детям возможность попробовать себя в разнообразных ролях, почувствовать себя взрослым, известным и незаменимым человеком.

Но почему родители так боятся этих игрушек, большинство которых развивают память, мышление, логику, дух соперничества, расширяют кругозор? Много научных работ было сделано в этом направлении.

Папы и мамы не могут понять своих чад потому, что они играли совсем в другие игры, которые проходили на свежем воздухе, поэтому положительно влияли на здоровье, в том числе на двигательную активность.

Существует много игр, которые являются прототипами, например, «войнушки» – это игры с подушками, «стрелялки» – это игры с рогатками, которые в свое время тоже позволяли детям выплеснуть все негативные эмоции.

Большинство психологов называет компьютерную зависимость одной из больших проблем XXI века, считают, что

она разрушает психику ребенка, и могут без преувеличения назвать основные симптомы начинающейся зависимости. Подросток перестает общаться на какие бы то ни было темы, кроме компьютерных игр, прекращает заниматься спортом, забрасывает учебу, не посещает школьные кружки, не смотрит телевизор, редко выходит на улицу. Школьник становится раздражительным, нервным, постоянно устраивает истерики, если родители пытаются ограничить доступ к Интернету или вообще его запретить.

Чтобы избежать компьютерной зависимости, родителям нужно знать, что она развивается на почве многих факторов: неадекватной самооценки ребенка; переходного возраста; дефицита общения и внимания; конфликтов в семье. Поэтому, дорогие родители, будьте внимательны к своим детям, уделяйте им больше времени, и тогда компьютер будет исключительно помощником, а термин «виртуальный мир» останется чем-то незнакомым и непонятным.

С. ДМИТРИЕВ,
психолог.



Книга – ключ к знаниям.

Фото УзА.

Спросите у взрослого человека, что такое дружба. Скорее всего, он ответит, что это душевная привязанность, доверительные отношения, готовность помогать и жертвовать чем-то ради другого человека. А что может ответить на такой вопрос маленький ребенок? Да он пока и слов-то таких не знает. И все же...

КОГДА РЕБЕНОК НАЧИНАЕТ УЧИТЬСЯ ДРУЖИТЬ

Фактор дружбы имеет огромное значение для развития личности. В нашем языке много терминов для определения уровня отношений между людьми: знакомые, товарищи, приятели, друзья. Эти люди расширяют наш кругозор, через них мы узнаем что-то новое, они поддерживают нас в трудные моменты, критикуют, когда надо, помогая нам увидеть себя со стороны. Они дарят нам радость бескорыстного общения, сочувствия и сопереживания.

Все вышеперечисленное необходимо и нашим детям. Поэтому чем раньше ребенок начинает общаться с другими малышами, тем лучше. Он приобретает бесценный опыт: учится знакомиться со сверстниками, строить общение, принимать участие в совместных играх. Такие навыки и умения будут в дальнейшем способствовать социальной адаптации в различных условиях, коллективах.

Но дружба – это не наука. Нельзя просто взять двух малышей и, заставляя их много времени проводить вместе, надеяться, что в итоге они станут лучшими друзьями. Дети с раннего возраста только сами определяют, с кем они будут общаться (возможно, еще даже не умея разговаривать), а с кем нет. И не всегда этот выбор будет понятен и приятен родителям. Но гневные запреты (или даже угрозы) в данном случае не помогут.

Известный факт – дети неосознанно копируют манеру поведения своих родителей. Если у мамы и папы много друзей, которые регулярно приходят в гости или их приглашают к себе, если всем вместе весело, то ребенок будет считать именно такую ситуацию нормальной, правильной. И конечно, будет стремиться воссоздать ее на своем уровне. А если родители предпочитают

замкнутый образ жизни, то и малыш будет больше склонен к играм в одиночестве, чем в шумной компании сверстников. Так что прежде чем советовать на то, что у ребенка слишком много друзей или их нет вообще, взрослым нужно оглянуться на себя.

Разумеется, многое зависит и от того, как родители объясняют малышу, что такое дружба. Детские сказки – прекрасный источник множества историй о том, как друзья помогают добиться поставленной цели, справиться с трудностями, победить врагов. Стоит обращать внимание ребенка на то, что именно дружба позволила героям добраться до счастливого финала. Тогда у маленького человека в сознании будет формироваться образ друга – надежного и верного товарища, который всегда поможет, с которым ничего не страшно.

Как уже было сказано, не всегда родителям будут нравиться друзья их ребенка. Один приятель может показаться чересчур агрессивным, другой – невоспитанным, третий – жадным. Не стоит в лоб спрашивать у малыша: «Зачем ты с ними дружишь?» И не стоит выдвигать ультиматумов: «С этими хулиганами не дружи, а вот с теми послушными детьми дружи!» Точный ответ на вопрос ребенка вряд ли сформулирует, а категорический запрет вызовет в нем ответную протестную реакцию. Родителям нужно быть терпеливыми и мягкими, время, как правило, само все расставляет на свои места. Может быть, ребенок учится: у друга-агрессора – стойкости и энергичности, у невоспитанного – независимости, а у жадного – бережливости. Это пройдет.

Мягко направлять малыша в дружбе нужно. Грубо вмешиваться все же не стоит.

Подготовила Л. ЛАРИНА.

КАК ИЗБЕЖАТЬ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

БЕРЕГИТЕ ЗДОРОВЬЕ

По сведениям Всемирной организации здравоохранения, ежегодно свыше 5 миллионов человек уходят из жизни в результате заболеваний, вызванных курением. Эта пагубная привычка становится причиной в основном онкологических заболеваний легких, бронхита и эмфиземы легких, заболеваний сердечно-сосудистой системы. Курение представляет угрозу для здоровья человека, продолжительности рода.

В составе табачного дыма четыре тысячи видов вредных для здоровья веществ. В их числе такие химические вещества, как цистон, сульфид водорода, нитробензол, ацеталь альдегид, ахромин. Самым ядовитым из них является никотин, получаемый из табачных листьев и корня.

Во время курения никотин вместе с дымом проникает в дыхательные пути человека, быстро всасывается в слизистую оболочку и вредит органам дыхания. В результате происходят изменения в работе центральной и периферической нервной систем, ухудшается работа центра дыхания головного мозга, сосудов легких, что провоцирует появление хронических язв в бронхах и легких. А это может стать причиной возникновения в них опухолей.

Дым от выкуренной сигареты может негативно влиять не только на легкие, но и другие органы. В результате могут возникнуть такие заболевания, как хронический гастрит, рак губ, языка, пищевода, заболевания нервной и сердечно-сосудистой системы.

– Печально, что сегодня курением все больше увлекаются также женщины и девушки, – говорит заместитель директора Ташкентского городского филиала Института здоровья и медицинской статистики Азизбек Низамов. – Курение не только плохо влияет на внешность женщин, но и угрожает их здоровью. Это особенно опасно при беременности, курение может стать причиной гибели плода, рождения ребенка с психофизиологическими нарушениями,

умственными отклонениями. У детей, появившихся от таких матерей, наблюдается психологическое перенапряжение, снижение реакции на окружающих людей и события. У курящей матери может обостриться язва желудка, а ребенок появится на свет с осложнениями эндартериальных болезней.

Во всем мире вводятся ограничения на рекламу и продажу табачных изделий, территории для курения. В соответствии с Законом Республики Узбекистан «О рекламе» в нашей стране запрещена реклама табачных изделий и алкогольных напитков любой крепости. При нарушении этого правила принимаются соответствующие меры.

В соответствии с принятым 5 октября 2011 года Законом Республики Узбекистан «Об ограничении распространения и употребления алкогольной и табачной продукции» запрещена продажа табачных изделий гражданам в возрасте до 20 лет. В целях своевременного претворения в жизнь определенных в законе приоритетных направлений совместно государственными и общественными организациями ведется широкомасштабная работа.

Такие усилия направлены на утверждение здорового образа жизни в обществе, предупреждение распространения курения, воспитание здорового и гармонично развитого поколения.

Соб. инф.

У БЫТОВОЙ ТЕХНИКИ БУДЕТ ЭНЕРГОМАРКИРОВКА

Агентство «Узстандарт» разъяснило Положение по внедрению в республике энергетической маркировки бытовой техники. С 1 января 2016 года устанавливается обязательное требование на содержание маркировки и информации о классе энергоэффективности в технической документации и на этикетках бытовых электроприборов.

Основанием является постановление Кабинета Министров РУз «О мерах по внедрению в республике системы обязательной энергетической маркировки и сертификации реализуемых бытовых электроприборов, вновь строящихся зданий и сооружений» (от 09.04.2015 г.).

В документации и на этикетках бытовых электроприборов, разъясняет «Узстандарт», должно быть обозначение энергоэффективности такими классами: A, B, C, D, E, F, G. При этом обозначение класса A предназначено для бытовых электроприборов с наибольшей энергоэффективностью, класса G – для электроприборов с наименьшей энергоэффективностью.

Согласно постановлению с 1 января 2016 г. запрещается ввоз в Узбекистан, а с 1 июля 2016 г. – реализация бытовых электроприборов, не содержащих информацию о классе энергоэффективности в прилагаемой к ним технической документации, в их маркировке и на их этикетках (за исключением реализации бытовых электроприборов, бывших в употреблении).

Данное требование будет распространяться на холодильники и морозильники, машины стиральные бытовые или для прачечных, кондиционеры и вентиляторы воздуха, электроплиты бытовые стационарные, электродуховки, посудомоечные машины, микроволновые печи, телевизоры, электрические водонагреватели, отопительные электрические приборы, мониторы и лампы и др.

Полный текст постановления размещен на сайте агентства «Узстандарт».

Реклама и объявления

ООО «ILTAD-INVEST», ИНН 205865061, зарегистрированное отделом государственной регистрации субъектов предпринимательства хокимията Шайхантаурского района г. Ташкента, за № 001519-04 от 08.11.2005 г., расположенное по адресу: г. Ташкент, Шайхантаурской район, ул. Навои, д. 9.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня опубликования данного объявления по телефону: 241-05-61.

Академический лицей при Ташкентском институте текстильной и легкой промышленности объявляет конкурс на следующие вакантные места преподавателей для групп с русским языком обучения:

- Русский язык и литература
- Английский язык
- Математика
- Информатика
- Физика

Для участия в конкурсе требуются следующие документы:

1. Заявление на имя директора академического лицея.
2. Копия паспорта (с постоянной пропиской в г. Ташкенте).
3. Анкета (личный листок) и автобиография.
4. Копия диплома и справка, подтверждающая подлинность диплома.
5. Копия диплома об ученой степени и звании (если имеется).
6. Фото 3,5x4,5 (6 шт.)

Конкурс проводится до 20 августа 2015 г. со дня опубликования объявления.

Адрес: г. Ташкент, Якасарайский район, ул. Шоҳжаҳон, 5/4.
Телефон: 253-64-19.

ООО «REAL AUCTION» приглашает на открытые аукционные торги

Судебный департамент города Ташкента выставляет на повторные торги следующее имущество: согласно исполнительному листу за № 1-583/2013 от 04.10.2013 г. автотранспортное средство, хранящееся на территории «Спейс Арсенал» МЧЖ: «Лексус LX470», госномер 01J850HA, 2007 года выпуска. Стартовая цена – 152 147 250 сум.

Судебный департамент Юнусабадского района города Ташкента выставляет на повторные торги автотранспортные средства, находящиеся по адресу: М.-Улугбекский район, улица Наманган, дом 32: согласно исполнительным листам № 15193/15 от 17.03.2011 г. «ЛАДА», госномер 01 120 AA, 2009 года выпуска. Стартовая цена – 20 078 000 сум.

Аукционные торги состоятся 31 июля 2015 года в 11:00.

Прием заявлений от претендентов для участия в аукционных торгах приостанавливается за один день до начала аукционных торгов (прием заявок с 10.00 до 16.00). С автотранспортными средствами можно ознакомиться непосредственно на месте в присутствии соответствующих представителей отдела судебных исполнителей.

Претенденты для участия в аукционных торгах обязаны оплатить 10-процентную залоговую сумму от стартовой цены реализуемого имущества согласно договору залога на расчетный счет ООО «REAL AUCTION» в ОАО «Илкан Юл» Мирабадский филиал р/с 20208000104996600001, МФО 01101, ИНН 302370235. Аукционные торги состоятся по адресу: город Ташкент, Якасарайский район, ул. М. Таробий, дом 31.
Тел: 254-69-13.

Гувоҳнома № 006795

Шестой этап: викторина продолжается!

«ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ ТАШКЕНТ?»



Вопрос:

Какие медресе сохранились в городе Ташкенте?

Наш независимый Узбекистан уверенно следует по избранному пути развития, достигает высоких рубежей. В годы независимости под руководством Президента страны, как и во всех регионах, в столице – Ташкенте осуществлена огромная созидательная работа, которая последовательно продолжается. Возводимые культурно-административные здания, жилые дома, дороги и мосты, аллеи, фонтаны, отреставрированные исторические памятники, места поклонений еще больше преобразили облик нашей столицы, приумножили красоту и очарование города.

С учетом большого социального и воспитательного значения проводимой работы по благоустройству и озеленению, которая способствует еще большим масштабным преобразованиям и обновлению, что является практическим результатом высшего блага – независимости, а также того, что любовь к Родине начинается с изучения страны, хокимият города Ташкента, газеты «Тошкент оқшоми»

и «Вечерний Ташкент» проводят викторину «Знаете ли вы Ташкент?».

В викторине могут принять участие все читатели, жители и гости столицы независимо от возраста и образования.

В наших газетах публикуются вопросы викторины. Победителем признается автор первого полученного правильного ответа.

После каждых десяти вопросов определяется победитель, отправивший наибольшее количество правильных ответов.

Победителям будут вручены ценные призы.

Абсолютный победитель викторины будет определен накануне 24-й годовщины независимости Республики Узбекистан.

Ответы на вопросы викторины направляются в редакцию газет «Тошкент оқшоми» и «Вечерний Ташкент» или на электронную почту gazeta-vto@umail.uz, info@tashkent.uz.

Контактные телефоны:

233-29-33, 233-29-55, 233-45-84.

На спортивных аренах

В ТАШКЕНТЕ СОСТОИТСЯ ТЕННИСНЫЙ ТУРНИР

В Ташкенте 17–19 июля текущего года в Республиканской теннисной школе олимпийского резерва пройдут состязания второго этапа первой группы зоны Азия-Океания Кубка Дэвиса среди мужчин. В них встретятся сборные Узбекистана и Южной Кореи.

В Республиканской теннисной школе олимпийского резерва накануне этого престижного соревнования проведена пресс-конференция с участием спортсменов и журналистов.

На мероприятии особо отмечалось, что уделяемое под руководством Президента Ислама Каримова огромное внимание развитию олимпийских видов спорта, в частности тенниса, дает свои высокие результаты. Сегодня теннис становится все более популярным среди населения, наши теннисисты успешно выступают на престижных турнирах и добиваются высоких результатов.

В состязании против сборной команды Южной Кореи честь нашей Родины будут защищать Денис Истомин, Фарух Дустов, Темур Исмаилов, Санжар Файзиев и Джурабек Каримов. Против наших теннисистов выступят Хён Чунг, Дак Хи Ли, Жи Сунг Нам, Мин Кю Сонг, Юнсеонг Чунг, Сеонг Чан Хонг.

В рамках Кубка Дэвиса сборные Узбекистана и Южной Кореи встречались пять раз, в четырех встречах победили наши соотечественники.

– Сборная команда, победившая в этой встрече, примет участие в этапе плей-офф мировой лиги, – говорит Фарух Дустов. – Мы тщательно подготовились к соревнованию. Постараемся победить и оправдать оказанное нам доверие.

На пресс-конференции журналисты получили ответы на интересовавшие их вопросы.

В Намангане состоялся чемпионат Узбекистана по баскетболу среди девушек 2001–2002 годов рождения.

ПОБЕДИЛИ ПРЕДСТАВИТЕЛИ СТОЛИЦЫ

В соревнованиях, разделившись на две группы, принимали участие сборные Республики Каракалпакстан, Наманганской, Сурхандарьинской, Сырдарьинской, Ташкентской, Андижанской, Ферганской областей и Ташкента.

Победившие в своих группах и после первой игры вышедшие в полуфинал команды Наманганской и Каракалпакстанской сыграли со счетом 75:49 в пользу хозяек. Еще в одном поединке полуфинала баскетболистки Ташкента выиграла у команды Ташкентской области – 54:39.

В финальной игре команд Ташкента и Наманганской области победили и стали чемпионами столичные спортсменки – 46:40. Вторую ступень пьедестала почести заняли девушки из Намангана, третьей – команда Республики Каракалпакстан.

ФЕХТОВАНИЕ. В Москве стартовал чемпионат мира среди взрослых. В этом престижном соревновании свыше 900 спортсменов из более чем 100 стран борются за победу в личном и командном первенствах по фехтованию на шпагах, рапирах и саблях.

Спортсмены борются не только за призовые места чемпионата, но и за лицензии, дающие право на участие в XXXI летних Олимпийских играх 2016 года в городе Рио-де-Жанейро (Бразилия).

Как сообщили в Национальном олимпийском комитете Узбекистана, честь нашей Родины будут защищать опытные шпажисты Руслан Кудайев, Роман Александров, Олег Соколов и Алексей Тишко, а также рапиристка Гульмира Зияева.

ТЕННИС. Первая ракетка нашей страны Нигина Абдураимова начала с победы проходящий в столице Таиланда Бангкоке международный турнир в серии ITF.

В первом круге одиночных состязаний Н. Абдураимова одержала победу над австралийкой Элисон Баи со счетом 6:3, 6:4. Теперь наша теннисистка выступит против победительницы поединка

между представительницами хозяев Нуднидой Луангнам и Патчарин Чапанандеж.

МИНИ-ФУТБОЛ. Сегодня в Куала-Лумпур прошла жеребьевка финала женского чемпионата Азии. За победу на континентальном первенстве, который пройдет в сентябре текущего года в Малайзии, будут бороться сборные команды 8 стран, разделившись на 2 группы.

По итогам жеребьевки женская сборная Узбекистана попала в группу А, где будет состязаться со сборными Ирана, Малайзии и Гонконга. В группу В вошли команды Японии, Китая, Таиланда и Вьетнама.

ФУТБОЛ. В рамках учебно-тренировочного сбора в Ташкенте олимпийская сборная Узбекистана провела товарищеский матч против команды «Машъал» Мубарека и победила со счетом 3:0.

В первом тайме матча счет открыл Джалолиддин Машарилов. Во втором тайме отличились Максимилиан Фомин и Шохрух Дастанов.

УзА.

Отовсюду обо всем

САМЫЙ БЫСТРЫЙ САМОЛЕТ В МИРЕ

Гиперзвуковой самолет Х-43А является самым быстрым самолетом в мире. Аппарат Х-43А недавно установил новый рекорд скорости – 11 230 км/час, тем самым превзойдя скорость звука в 9,6 раза. Для сравнения: реактивные истребители летают со скоростью звука или превышающей ее всего в два раза.

Размах крыльев Х-43А составляет 1,5 метра, длина – 3,6 метра. Установленный на нем двигатель scramjet является экспериментальным прямоточным двигателем сверхзвукового горения. Его особенностью является то, что в нем нет трущихся деталей, а в качестве топлива используется смесь водорода и кислорода. Причем кислород не накапливается в специальных баках, а забирается прямо из окружающей атмосферы, что позволяет значительно снизить массу аппарата. В выхлопе двигателя отсутствуют вредные выбросы, он представляет из себя обычный водяной пар.

За эту разработку космическому агентству NASA был выдан сертификат от Guinness World Records, которая издает известную Книгу рекордов Гиннеса, подтверждающий, что этот аппарат является самым быстрым самолетом в мире.

Целью разработки самолета Х-43А является испытание новой технологии, представляющей собой гиперзвуковую альтернативу турбореактивным двигателям. По мнению ученых, в перспективе гиперзвуковые самолеты смогут достигать любой точки земного шара за три-четыре часа.

НОВЫЕ ШИНЫ НИКОГДА НЕ СПУСКАЮТСЯ

На Парижском автошоу компания Bridgestone представила прототип второго поколения своих шин Air Free, которые заменяют традиционные воздушные камеры набором шок-абсорбирующих полос, напоминающих толстые изогнутые спицы. Внешняя сторона этих безвоздушных шин покрыта сменными протекторами из литой резины.

Но зачем отказываться от проверенного традиционного воздушного дизайна? Во-первых, разумеется, чтобы решить проблему спущенных колес, а во-вторых – чтобы улучшить возможности переработки изношенных шин.

Когда внешний протектор шины изнашивается, его можно удалить, а на его место надеть новый, просто нагрев его и натянув поверх шины.

Следующим шагом разработчиков станет работа над поперечной жесткостью – сейчас она слишком высока, а это плохо влияет на способность машины поворачивать. Инженеры Bridgestone планируют решить эту проблему в ближайшие два-четыре года.

АВТОМОБИЛЬ РАСПЕЧАТАЛИ НА 3D-ПРИНТЕРЕ

В Китае впервые распечатали автомобиль на 3D-принтере. Машину произвели из дешевого композитного материала, который прочен, как металл, но гораздо легче. Вес авто без учета двигателя составляет всего 500 кг.

Разработчики из города Санья потратили 5 дней на то, чтобы распечатать новинку на 3D-принтере. Машина ездит на электроэнергии, при этом она способна развивать скорость до 40 км/час. Стоимость производства такого автомобиля составляет порядка 8 тысяч долларов.

Подготовил Р. ФАРНЕРУД.

Добрые советы

О ПОЛЬЗЕ ДЫННОГО СОКА

го возраста и детям. Он полезен при туберкулезе, при других системных заболеваниях.

Особенно полезен дынный сок для пожилых людей, так как помогает уменьшить проявления многих старческих заболеваний. Он улучшает состояние при болезнях суставов, таких как артриты, артрозы, благодаря усилению движения жидкостей в организме. Также сок помогает предотвратить развитие атеросклероза, нередко приводящего к ухудшению памяти, рассеянному вниманию, невозможности сконцентрироваться. Он, по большому счету, отодвигает старость и все связанные с ней проблемы.

Сок дыни незаменим в качестве профилактического средства в период высокой заболеваемости гриппом и простудой, так как улучшает иммунный статус, стимулирует защитные силы организма. Помимо прочего, дынный сок помогает избавиться от насморка. Его закапывают в нос.

Высокое содержание калия делает дынный сок полезным для лиц, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями, так как калий улучшает сердечную деятельность.

Дынный сок показан в периоды больших физических и психоэмоциональных нагрузок в качестве антистрессового препарата. Он помогает успокоиться, скон-

центрироваться, быстро и адекватно адаптироваться к внешним раздражителям.

Сок смело можно применять в косметологии. Он улучшает упругость кожи, снимает раздражение, омолаживает. Особую ценность дынному соку как косметическому средству придает способность снимать проявления купероза, улучшать тонус сосудов, снимать покраснения на коже.

Сок дыни отлично борется с пигментными пятнами, в том числе возрастными. На основе дынного сока рекомендуются готовить маски с отбеливающим эффектом, противовоспалительные и омолаживающие.

Дынным соком хорошо утолять жажду и восстанавливать силы. В диетологии дынный сок получил применение благодаря мягкому воздействию на слизистую желудка.

Сок следует пить в качестве самостоятельного блюда, лучше – в промежутках между приемами пищи. Нельзя пить дынный сок натощак и с осторожностью – лицам, страдающим от язвенной болезни. Дынный сок лучше не смешивать с молочными продуктами во избежание расстройств пищеварения.

Подготовила Л. НАСТИНА.

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

ТЕЛЕФОНЫ:
отдел рекламы и объявлений:
233-28-95,
факс: (371) 233-29-55

Газета зарегистрирована в Управлении по печати и информации г. Ташкента. Регистрационный № 02-2 от 19 января 2007 года

По вопросам доставки обращаться в почтовые отделения по месту жительства или в отдел эксплуатации ГСП «Тошкент почта» по телефону 233-74-05

Газета сверстана в компьютерном центре редакции

УЧРЕДИТЕЛЬ — ХОКИМИЯТ
г. ТАШКЕНТА

Наш электронный адрес:
gazeta-vto@umail.uz

Заказ Г- 703

Газета выходит пять раз в неделю, кроме субботы и воскресенья
Индекс — 561

Способ печати — офсетный.
Формат — А-2
Объем — 2 п.л. Тираж 5350
Время подписания в печать по графику: 13.00

Ответственный за выпуск
О. Харченко

Отпечатано в типографии издательско-полиграфической акционерной компании «Шарк», адрес предприятия: улица Буюк Турон, 41

Главный редактор
Акмаль АКРАМОВ