O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI MILLIY KITOB FONDI INV.№

СРЕДА, **25** ОКТЯБРЯ **2006** ГОДА

Вечерний Ташкент

Газета выходит с 1 июля 1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА № **210** (10.767) **Цена в розницу — свободная**

СТОЛИЦА: день за днем

Одним абзацем

❐ В доме культуры «Тенгдош» Хамзинского района прошел литературный вечер под названием «Наш родной язык». В нем приняли участие жители махалли «Машинасозлар». В завершении вечера самодеятельные ансамбли дома культуры «Тенгдош» выступили с концертом.

❐ **СЕГОДНЯ** в махалле «Ибрат» Учтепинского района комитет женщин организовал беседу за «круглым столом», посвященную повышению правовой грамотности женщин.

❐ В школе № 248 Мирзо-Улугбекского района преподавательский состав и учащиеся встретились на учебном семинаре, основные темы которого были посвящены правилам поведения на проезжей части и безопасности дорожного движения.

❐ В махалле «Самарканд дарвоза» в семейной поликлинике № 14 прошла встреча, на которой медики обсуждали вопросы правильного питания ребенка. В мероприятии приняли участие врачи поликлиник Шайхантаурского района.

❐ **СЕГОДНЯ** в махалле «Байналминал» Мирабадского района прошла беседа за «круглым столом», посвященная повышению активности женщины в обществе. Организатор мероприятия — комитет женщин района.

❐ **СЕГОДНЯ** в Хамзинском строительно-профессиональном колледже пройдет встреча, посвященная родному языку.

По сообщениям наших корреспондентов.

СЕГОДНЯ, КОГДА ПОЛИГРАФИЧЕСКАЯ ПРОМЫШЛЕННОСТЬ В НАШЕЙ СТРАНЕ ВСЕ АКТИВНЕЕ РАЗВИВАЕТСЯ, ВНЕДРЯЮТСЯ НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, РАБОТА НА ПОЛИГРАФИЧЕСКОМ ПРЕДПРИЯТИИ СЧИТАЕТСЯ НЕ ТОЛЬКО ИНТЕРЕСНОЙ, НО И ПРЕСТИЖНОЙ.

Наши товары

Лучше, ярче, красочнее

Цехи Издательско-полиграфического творческого дома имени Гафура Гуляма пополнились недавно новым современным оборудованием - четырехкрасочной печатной машиной. Благодаря этому удается качество выпускаемой здесь продукции сделать отличным. А так как это в основном учебники, то за школьников можно порадоваться - литература, по которой они занимаются, с каждым годом становится все лучше, ярче и красочнее.

В этом году здесь были выпущены школьные учебники 23 наименований общим тиражом 1,5 млн. экземпляров. Качество учебников, кстати, полностью отвечает всем необходимым требованиям - в твердых обложках, с прошитым, а не проклеенным переплетом, такие книги выдержат нелегкую службу в школьных библиотеках.

В ИПТД имени Гафура Гуляма издается также детская и художественная литература, в основном классика на узбекском языке на основе латинской графики. В нынешнем году по производственным показателям предприятие оказалось в числе лучших в Шайхантаурском районе. В прошлом году за первое полугодие здесь было реализовано продукции на 427 млн. сумов, а в этом году - аж на 742 миллиона сумов.

НА СНИМКАХ: главный энергетик ИТПД имени Г. Гуляма Гулам Эшхуджаев и наладчик Одил Юлдашев; печатница Дильбар Бургутбаева; в цехе предприятия.

Фото Н. СЕМЕНОВОЙ.

В хокимияте города Ташкента

Первый региональный форум мэров

ВЧЕРА В СТОЛИЦЕ ПОД ПРЕДСЕДАТЕЛЬСТВОМ ХОКИМА ГОРОДА ТАШКЕНТА АБДУКАХХАРА ТУХТАЕВА СОСТОЯЛОСЬ СОВЕЩАНИЕ ПО СЛУЧАЮ ПРЕДСТОЯЩЕГО ПЕРВОГО РЕГИОНАЛЬНОГО ФОРУМА МЭРОВ ГОРОДОВ, РАСПОЛОЖЕННЫХ ВДОЛЬ ШЕЛКОВОГО ПУТИ. В НЕМ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ ПРЕДСТАВИТЕЛИ МИНИСТЕРСТВА ВНЕШНИХ ЭКОНОМИЧЕСКИХ СВЯЗЕЙ, ИНВЕСТИЦИЙ И ТОРГОВЛИ И НК «УЗБЕКТУРИЗМ».

Данный форум организовывается по проекту Программы развития Организации Объединенных Наций и будет проходить в Ташкенте 26-29 октября. Столица Узбекистана выбрана местом проведения данного международного мероприятия не случайно. По данным ПРООН, прежде всего учитывались авторитет и опыт республики в организации подобных встреч. В свою очередь, как подчеркнул в ходе последней встречи с хокимом города Ташкента главный технический советник региональной программы Войчек Хюбнер, инициаторы проекта отмечают важное значение Узбекистана в развитии интеграционных процессов в регионе. Целью форума является установление прямых контактов между руководителями администраций городов региона, предоставление им возможности вместе обсудить вопросы взаимных интересов, обменяться информацией и опытом в достижении устойчивого развития городов. В ходе форума особое внимание будет уделено также проблемам регионального сотрудничества, вопросам привлечения инвестиций, расширения торговли и туризма. Все это, несомненно, должно стать основой для создания механизма возрождения и развития Шелкового пути и превращения его в современную магистраль сотрудничества и дружбы.

О своем участии в форуме заявили более 80 участников из разных стран — России, Монголии, Турции, Японии, Кореи, а также Центральноазиатских государств, но фактически участников будет гораздо больше. Только из Китайской Народной Республики ожидается более 50 заинтересованных лиц, в том числе мэры 10 городов Китая.

Из Средней Азии, кроме нашей страны, участвуют мэры городов Алматы, Туркестан (Казахстан), Бишкек, Ош (Кыргызстан).

Программа форума будет очень насыщенной. Первый региональный форум мэров совпадает с очередной Ташкентской международной туристической ярмаркой «Туризм по Шелковому пути», которая будет проходить в выставочном комплексе «Узкургазмасавдо».

Заседания форума состоятся 26-27 октября в Международном бизнес-центре. На них будут заслушаны выступления экспертов ПРООН и представителей КНР о перспективах развития двусторонних торгово-экономических отношений между странами Шелкового пути.

Нашу страну на форуме представляют Министерство внешних экономических связей, инвестиций и торговли, НК «Узбектуризм» и хокимият города Ташкента. Планируются выступления представителей гражданских институтов. В частности, участники форума ознакомятся с традициями и обычаями махалли — уникального органа самоуправления граждан нашей страны.

В форуме предполагается участие в качестве наблюдателей представителей Пакистана, Афганистана, отдельных регионов России.

28-29 октября гости посетят жемчужины Узбекистана — Самарканд и Бухару. В ходе знакомства с достопримечательностями столицы они также побывают в Государственном музее истории Темуридов, Государственном музее прикладного искусства, медресе Абул Касыма. Планируется посещение комплекса «Мустакиллик» и Галереи изобразительного искусства Узбекистана.

По итогам форума будет принята Ташкентская декларация мэров городов стран Шелкового пути. Как сообщили представители Министерства внешнеэкономических связей, инвестиций и торговли, в дальнейшем планируется создание специального секретариата по обеспечению взаимодействия между мэрами городов стран Великого шелкового пути и проведение подобных форумов на ежегодной основе. Кстати, согласно проекту, будет учрежден титул ООН для городов Шелкового пути - «Город года».

На совещании особое внимание было уделено организационным вопросам проведения форума.

Ильмира ЗАЙНУТДИНОВА.

СОСТОЯЛОСЬ ЗАСЕДАНИЕ КОЛЛЕГИИ ГОСУДАРСТВЕННОГО НАЛОГОВОГО КОМИТЕТА РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН. НА НЕМ БЫЛИ ПОДВЕДЕНЫ ИТОГИ РАБОТЫ НАЛОГОВЫХ ОРГАНОВ ЗА ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ 2006 ГОДА , НАМЕЧЕНЫ ОЧЕРЕДНЫЕ ЗАДАЧИ. ПРИ ЭТОМ ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ ОБРАЩАЛОСЬ НА ВЫПОЛНЕНИЕ АКТУАЛЬНЫХ ЗАДАЧ, ПОСТАВЛЕННЫХ РУКОВОДИТЕЛЕМ НАШЕГО ГОСУДАРСТВА ПЕРЕД НАЛОГОВЫМИ ОРГАНАМИ.

Налоговые органы: итоги девяти месяцев

Как отмечалось, заданные показатели, намеченные налоговыми органами на отчетный период, были выполнены повсеместно. Вместе с тем не везде работа шла одинаково активно. Определенные недоработки наблюдаются в деятельности государственных налоговых органов Республики Каракалпакстан, Хорезмской, Джизакской, Кашкадарьинской, Бухарской, Наманганской, Сурхандарьинской, Ташкентской областей и города Ташкента.

Проводится определенная работа по упорядочению проверок, проводимых республиканским советом, координирующим деятельность контролирующих органов. Однако при изучении соответствующими органами деятельности Ташкентской городской территориальной комиссии выяснилось, что здесь имеются отдельные недостатки. Сейчас предпринимаются необходимые меры по их устранению. На заседании подверглась критике недостаточная организация этой работы в Юнусабадском, Сергелийском, Чиланзарском, Хамзинском и Учтепинском районах.

На заседании был также рассмотрен ход исполнения Закона «О государственной налоговой службе» и постановления Кабинета Министров «О мерах по развитию связей с общественностью органов государственного и хозяйственного управления», обсуждался вопрос совершенствования деятельности информационно-консультативного центра и пресс-службы Государственного налогового комитета.

Были заслушаны отчеты руководителей территориальных государственных налоговых органов Джизакской, Сурхандарьинской, Ферганской, Наманганской, Ташкентской областей, города Ташкента и Республики Каракалпакстан, которые не обеспечили выполнение мер, направленных на полную реализацию прогнозных показателей основных видов налогов в бюджет, а также на сокращение задолженности перед бюджетными и внебюджетными целевыми фондами. В отношении 35 виновных в этом должностных лиц были применены меры дисциплинарного взыскания.

По сообщению пресс-службы Государственного налогового комитета Республики Узбекистан, на заседании коллегии обсуждался также вопрос о выполнении в третьем квартале Государственным налоговым управлением Хорезмской области и его низовыми инспекциями плановых показателей по бюджетным и внебюджетным целевым фондам. За допущенное отставание начальник областного налогового управления понес дисциплинарное наказание, ответственность некоторых руководителей решено рассмотреть при подведении итогов года.

Н.АБДУРАИМОВА, корр.УзА.

ИНФОРМБЮРО
ВЧЕРА, СЕГОДНЯ, ЗАВТРА

В СТРАНЕ

● 35 кредитных союзов, в число которых входят около 50 тысяч физических и юридических лиц, действуют в 12 регионах Узбекистана. На конец сентября с. г. сумма депозитов в кредитных союзах составила 10,7 млрд. сумов. Их средства направляются на получение высшего образования, медицинских услуг, приобретение лекарств и бытовой техники. Благодаря кредитам кредитных союзов в сельской местности и областях создано более 10,5 тысячи новых рабочих мест.

● В кишлаке Бустон Шахриханского района начал действовать профессиональный колледж коммунального хозяйства и сервисного обслуживания на 720 учащихся. На его строительство и оснащение израсходовано более 1,7 млрд. сумов.

● Хорошим подарком подрастающему поколению к 2000-летию города Маргилана стало строительство на улице Зарафшан новой школы на 945 мест. Возводится общежитие для учащихся медицинского колледжа на 120 мест, капитально ремонтируются 3 общеобразовательные и 2 специализированные школы, Центр творчества молодежи.

● Узбекско-российско-английское предприятие «AMIN INVEST INTERNATIONAL», действующее в Джамбайском районе Самаркандской области, 90 процентов текстильной продукции поставляет на экспорт. С начала года зарубежным заказчикам уже отправлено продукции на 1 млн. долларов США. СП оказывает также спонсорскую помощь ряду школ и детских домов области. На эти цели уже выделено 3,5 млн. сумов.

● В почтовых учреждениях активизировалась работа по организации подписной кампании. В системе Навоийского филиала открытого акционерного общества «Узбекистон почтаси» лидируют работники Кызылтепинской почтовой сети. Перед началом подписной кампании состоялся смотр-конкурс «Лучший почтальон», в котором участвовали коллективы отделений почтовой связи.

● В Джизакской области начали действовать 13 новых зооветеринарных пунктов. Их специалистами проводятся запланированные ветеринарные мероприятия. Только 7 зооветеринарных пунктов Мирзачульского района обслуживают более 8 тысяч голов скота. Их специалистами оказано услуг почти на 1 млн. сумов.

● Узбекская певица Лилия Фаткулина стала обладательницей Гран-при IX Международного конкурса популярной музыки и песни «Джахон Дала», прошедшего в г. Актау (Казахстан).

В МИРЕ

● Завершился подсчет голосов в первом туре президентских выборов в Болгарии. Со значительным преимуществом победил нынешний президент, набравший 64 процента голосов. Однако недостаточная явка избирателей сделала необходимым второй тур.

● Израиль впервые официально признал применение белого фосфора в ходе военных действий в Ливане. Правозащитные группы призывают классифицировать фосфорные бомбы как химическое оружие.

● В Словении проходят муниципальные выборы. Правоцентристы, уже несколько лет руководящие страной, разочарованы цифрами отданных за них голосов. Консерваторы рассчитывают упрочить позиции в местных органах власти несмотря на то, что многие жители Словении недовольны ходом экономических реформ.

● Профсоюз водителей общественного транспорта Франции отказался обслуживать район, где минувшей ночью молодежь сожгла автобус. Местные жители считают, что меры по обеспечению их безопасности недостаточны. Проблема неблагополучных пригородов — одна из актуальных в агитационной кампании накануне президентских выборов. Министр внутренних дел и один из кандидатов на пост главы государства Н. Саркози выступают за жесткие меры подавления преступности.

● За неделю до второго тура президентских выборов в Бразилии сторонники двух основных кандидатов вышли на улицы городов, чтобы продемонстрировать им свою поддержку.

● Готовится к выходу в свет книга мемуаров бывшего канцлера Германии Герхарда Шредера. Она появится в продаже 28 октября с. г. тиражом 160 тысяч экземпляров. Критики обрушились на автора еще до появления книги на прилавках.

● Мировые финансовые рынки морально готовятся к заседанию американского Центробанка. СЕГОДНЯ Федеральная резервная система США решит вопрос о базовых ставках по кредитам. Снижение цен на нефть, а также замедление темпов роста американской экономики дает экспертам основание полагать, что ставки сохранятся на нынешнем уровне.

● Правозащитники подали иск против решения Верховного суда Малайзии, который одобрил усыновление малайзийского мальчика известной певицей Мадонной. По закону страны, приемные родители должны прожить в Малайзии полтора года, прежде чем смогут усыновить ребенка.

● Мексика надеется попасть в Книгу рекордов Гиннесса. На главной площади Мехико прошел самый массовый сеанс одновременной игры в шахматы. В нем участвовали 13,5 тысячи человек. Местные власти получили заявки от 16 тысяч желающих участвовать в игре, но на площади всем не хватило места. Наблюдать за игрой в страну были приглашены несколько международных гроссмейстеров.

Актуальная тема

Об охране интеллектуальной собственности

ГОВОРИЛОСЬ НА ДНЯХ В ТАШКЕНТСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ ЮРИДИЧЕСКОМ ИНСТИТУТЕ НА ЗАСЕДАНИИ «КРУГЛОГО СТОЛА» С УЧАСТИЕМ МЕЖДУНАРОДНЫХ ЭКСПЕРТОВ.

В работе конференции приняли участие ведущие ученые-правоведы Узбекистана, члены Законодательной палаты и Сената Олий Мажлиса республики, представители Центра изучения правовых проблем, высших учебных заведений.

В XXI век Республика Узбекистан вступила с коренными качественными изменениями во всех сферах общественной жизни, с ориентиром на построение демократического правового государства, создание условий для раскрытия интеллектуального потенциала человека.

Узбекистан стал полноправным субъектом международного права, членом Всемирной организации интеллектуальной собственности (WOIS). Начиная с этого года у нас действует Конвенция данной организации. Принятие в абсолютно новой форме и содержании Закона "Об авторском праве и смежных правах" требует проведения серьезных реформ на практике.

Право интеллектуальной собственности имеет свои глубокие корни в системе идеологических отношений, т.к. в его основе лежит реализация права человека на творчество. В нашей стране созданы эффективные юридические гарантии обеспечения свободы творчества. В ст. 42 Конституции Республики Узбекистан сказано, что каждому гарантируется свобода научного и технического творчества, право на использование достижений культуры. Каждый гражданин свободен в выборе предмета творчества, сам определяет его содержание, в доступных ему формах реализует результаты своего творчества.

Исследование в сфере интеллектуального имущества является одним из направлений совместной работы Ташкентского государственного юридического института и Германского общества технического сотрудничества.

Интересный доклад о практике европейских стран прочитал профессор Бременского университета Рольф Книпер.

Как отметил в выступлении доктор юридических наук, профессор кафедры хозяйственного права Окюлов Омон, для создания и эффективного действия системы правовой охраны интеллектуальной собственности, помимо прочего, у нас в стране должны быть разработаны идеолого-правовые надстройки.

В сознании у рядового обывателя должен быть сформирован взгляд на объекты интеллектуальной собственности как объекты права, принадлежащие кому-то другому, без ведома которого нельзя использовать этот объект.

Прежде всего необходимо проводить повседневную разъяснительную работу. Надо подготовить и издавать массовым тиражом соответствующие популярные брошюры, освещать эти вопросы в средствах массовой информации, в школах, лицеях, колледжах,

обязательно должно быть уделено внимание разделам о праве интеллектуальной собственности. Хороший пример – факультет журналистики Национального университета РУз, где студенты изучают авторское право. Для будущих специалистов по практическим направлениям – инженерам, агрономам, врачам – необходимо знать основы патентоведения, патентного права. В финансово-экономических вузах следует углубленно изучать методику охраны коммерческих тайн, патентолицензионных договоров.

Каждый интеллигент - потенциальный интеллектуальный собственник и должен уметь защищать свои права, ведь в системе рыночных отношений объект ИС является товаром, который требует особого обращения в гражданском обороте.

К сожалению, судебная практика пока не богата опытом по разрешению споров такой категории дел. Защита интеллектуальной собственности, возможно, должна быть возведена в ранг государственной политики. В республике идет успешный процесс формирования и функционирования права интеллектуальной собственности параллельно и гармонично с укреплением системы рыночных отношений, созданием цивилизованного демократического общества. Однако это не означает разрешения всех проблем, связанных с защитой права интеллектуальной собственности, формированием рынка интеллектуальных товаров, приобщением творческой интеллигенции к классу собственников. Предстоит дальнейшее изучение и осмысление практики применения законодательства об интеллектуальной собственности, выявление его пробелов. Предметом особых забот должно быть институциональное обеспечение права интеллектуальной собственности, создание и развитие соответствующей инфраструктуры, которая обслуживает рынок интеллектуальной собственности.

Наталья СЕМЕНОВА.

НА СНИМКЕ: во время дискуссии.

Фото автора.

Постановление и его исполнение

Фондовые рынки – показатель экономического благополучия

ФОНДОВЫЙ РЫНОК - ЭТО ЗЕРКАЛО ЭКОНОМИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТРАНЫ. ВЕДЬ ПО МЕРЕ РАЗВИТИЯ ЭКОНОМИКИ РАСШИРЯЮТСЯ ВИДЫ И МАСШТАБЫ ТОРГОВ, УВЕЛИЧИВАЕТСЯ ИХ ОБЪЕМ. БЛАГОДАРЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОВОДИМЫХ РЕФОРМ ПОД РУКОВОДСТВОМ ПРЕЗИДЕНТА ИСЛАМА КАРИМОВА, ОСОБЕННО ПОСЛЕ ВЫХОДА В СВЕТ ПОСТАНОВЛЕНИЯ ГЛАВЫ ГОСУДАРСТВА ОТ 27 СЕНТЯБРЯ ЭТОГО ГОДА «О МЕРАХ ПО ДАЛЬНЕЙШЕМУ РАЗВИТИЮ РЫНКА ЦЕННЫХ БУМАГ», ЭТОТ ПРОЦЕСС В ЭКОНОМИКЕ СТРАНЫ БЫСТРО НАРАСТАЕТ. ТОЛЬКО НА РЕСПУБЛИКАНСКОЙ ФОНДОВОЙ БИРЖЕ «ТОШКЕНТ» ЗА ПРОШЕДШИЙ ПЕРИОД ТЕКУЩЕГО ГОДА ТОРГОВЫЙ ОБОРОТ СОСТАВИЛ БОЛЕЕ 100 МИЛЛИАРДОВ СУМОВ.

- Рынок ценных бумаг имеет важное значение в развитии экономики, поскольку дает возможность временно аккумулировать свободные денежные средства и направлять их на развитие перспективных отраслей, - сказал генеральный директор Центра по координации и контролю за функционированием рынка ценных бумаг при Госкомимуществе Республики Узбекистан Камолиддин Толипов. - В нашей стране этот рынок появился сравнительно недавно, однако темпы его развития уже отвечают показателям фондовых бирж развитых государств. В настоящее время на рынке ценных бумаг республики действуют более 250 профессиональных участников, в том числе инвестиционные посредники, инвестиционные фонды, консультанты, депозитарии, управляющие компании, организаторы торгов.

По состоянию на 1 октября 2006 года общий объем выпущенных и зарегистрированных в центре ценных бумаг составил 3,62 триллиона сумов, а число их владельцев – физических лиц превысило один миллион.

Нужно отметить, что в рыночных условиях уровень развития экономических связей в обществе определяется вторичным рынком ценных бумаг, способствующим привлечению инвестиций предприятий различных отраслей.

Особое место в ускорении приватизационных процессов и дальнейшем развитии вторичного рынка ценных бумаг занимает Республиканская фондовая биржа «Тошкент».

Если за 1994-2005 годы объем общего оборота на торговых площадках биржи составил 163,2 млрд. сумов, то только за 9 месяцев текущего года общий оборот ценных бумаг (акций и облигаций) фондовой биржи составил 104,2 млрд. сумов.

Росту оборотов на организованном рынке ценных бумаг во многом способствовали последовательные действия правительства, направленные на защиту инвесторов и обеспечение открытости рынка ценных бумаг.

Увеличение доли вторичного рынка свидетельствует о качественном изменении процессов, происходящих в национальной экономике. От того, насколько объективной будет стоимость ценных бумаг, зависит успешное обращение акционерного капитала на рынке. Реальная их стоимость формируется исключительно на организованном рынке при соблюдении организаторами торгов и другими ее участниками принципов справедливой торговли ценными бумагами.

- Какие новые возможности создает вышеупомянутое постановление Президента страны по дальнейшему развитию рынка ценных бумаг?

- В этом документе уделяется особое внимание активизации привлечения инвестиций хозяйствующими субъектами, совершенствованию в акционерных обществах корпоративного управления, защите прав акционеров, применению информационно-коммуникационных технологий. В частности, постановлением Президента установлен порядок, согласно которому наблюдательные советы акционерных обществ ежегодно отчитываются на общих собраниях акционеров по соблюдению установленных законодательством норм корпоративного управления.

Кроме того, этим постановлением утверждена Программа развития рынка ценных бумаг на 2006-2007 гг., в которой особое внимание обращено на дальнейшее развитие первичного и вторичного рынка ценных бумаг за счет создания новых акционерных обществ, формирование современной инфраструктуры фондового рынка и укрепление его материально-технической базы, совершенствование системы корпоративного управления в акционерных обществах, улучшение подготовки кадров и повышение их квалификации.

Реализация этих мер укрепит правовую основу для дальнейшего развития деятельности рынка, расширения его масштабов, а также увеличения видов предоставляемых клиентам инвестиционными институтами услуг.

- Какие льготы предоставляются участникам рынка ценных бумаг в соответствии с постановлением?

– В развитии торговли ценными бумагами особое значение имеют депозитарные организации, осуществляющие учет прав на ценные бумаги. Этот вид обслуживания, точнее, операции по обращению ценных бумаг, освобождается от налога на добавленную стоимость.

Аналогичная налоговая льгота также предоставлена организаторам торгов ценными бумагами.

В постановлении отмечается, что начиная с 1октября нынешнего года не считаются объектами налогообложения доходы акционеров в виде стоимости дополнительных акций или увеличения номинальной стоимости имеющихся у акционеров акций при направлении нераспределенной прибыли общества на увеличение уставного фонда.

Кроме того, если микрофирмы и малые предприятия, занимающиеся брокерской (посреднической) деятельностью на рынке ценных бумаг, ранее платили единый налог с доходов в размере 30 процентов, теперь они будут платить 10 процентов от валового дохода. Средства, сэкономленные за счет этого, будут направлены на дальнейшее развитие рынка.

- Расскажите, пожалуйста, о законопроекте «О рынке ценных бумаг»...

Постановлением Президента предусмотрена разработка и принятие единого закона «О рынке ценных бумаг», который прежде всего объединит в себе Законы «О ценных бумагах и фондовой бирже», «О механизме функционирования рынка ценных бумаг», «О защите прав инвесторов на рынке ценных бумаг», «О деятельности депозитариев на рынке ценных бумаг».

Кроме того, в разрабатываемом законе предусмотрено установление обязательства раскрытия информации всеми участниками рынка ценных бумаг, устранение дублирующего учета прав на ценные бумаги, перевод ранее выпущенных наличных ценных бумаг в безналичную форму и их последующий выпуск исключительно в безналичной форме.

В законопроекте также будут предусмотрены отмена ограничений на совмещение инвестиционными институтами депозитарной, реестродержательской, консультационной деятельности, деятельности инвестиционного посредника и номинального держателя ценных бумаг, а также предоставление инвестиционными консультантами, имеющими соответствующие лицензии, рекомендаций по покупке либо продаже конкретных ценных бумаг, что должно значительно сократить как материальные, так и временные затраты инвесторов по приобретению ценных бумаг.

Принимаемые и планируемые меры служат ускоренному развитию рынка ценных бумаг, увеличивают вклад этого рынка в развитие экономики нашей страны.

Беседовала корр. УзА Норгуль АБДУРАИМОВА.

Наши товары

НАВЕРНЯКА ВСЕ ГОРОЖАНЕ ЗНАКОМЫ С ПРОДУКЦИЕЙ ПРЕДПРИЯТИЯ "ВЕСТОН" - ЧАЙ, ВЫПУСКАЕМЫЙ ЗДЕСЬ, ОТЛИЧАЕТ НЕИЗМЕННО ХОРОШЕЕ КАЧЕСТВО И ДОСТУПНЫЕ ЦЕНЫ.

Чай без лишних церемоний

Основной вид деятельности предприятия "Вестон" - переработка, просушка и

расфасовка чая, а также продажа его оптом и в розницу. Вкусы у людей разные, кто-то предпочитает традиционный крепкий черный чай, кому-то больше по душе ароматизированный напиток, да и выбирать есть из чего - на рынке чайной продукции представлено множество сортов и фирм, но чай "Вестон" давно нашел своего потребителя.

- Сырье нам поставляют из таких традиционно "чайных" стран, как Китай и Индия, - говорит директор предприятия Абдухалил Мухаммад Ошиф. - И производственные технологии к нам прибыли из Индии. Нужно сказать, что качество нашего чая не уступает многим импортным, но гораздо доступнее по цене, а потому узбекистанцы с удовольствием покупают нашу продукцию. Есть спрос, а значит, мы должны работать еще успешнее, расширять производство. Что мы и делаем - если в начале деятельности на нашем предприятии работало совсем немного рабочих, то сейчас их уже 60 человек.

Также в ближайших планах предприятия - снабжать чаем не только Узбекистан и его столицу, но и начать работать на экспорт.

Соб. инф.

НА СНИМКАХ: на производстве.

Бельгийцы любят путешествовать и принимать гостей

С 26 ПО 28 ОКТЯБРЯ В ТАШКЕНТЕ ПРОЙДЕТ 12-Я МЕЖДУНАРОДНАЯ ТУРИСТИЧЕСКАЯ ВЫСТАВКА «ТУРИЗМ ПО ВЕЛИКОМУ ШЕЛКОВОМУ ПУТИ».

ЭТА ТРАДИЦИОННАЯ ВЫСТАВКА ПРИОБРЕТАЕТ ВСЕ БОЛЬШУЮ ПОПУЛЯРНОСТЬ СРЕДИ СПЕЦИАЛИСТОВ И ПРОФЕССИОНАЛОВ ТУРИСТИЧЕСКОГО БИЗНЕСА ИЗ РАЗНЫХ СТРАН МИРА. ВПЕРВЫЕ В ЭТОМ ГОДУ В НЕЙ БУДЕТ УЧАСТВОВАТЬ ДЕЛЕГАЦИЯ БЕЛЬГИЙСКОЙ ТУРИСТИЧЕСКОЙ КОМПАНИИ «GENT TRAVEL BUREAU», РАБОТАЮЩЕЙ НА ТУРИСТИЧЕСКОМ РЫНКЕ УЖЕ ОКОЛО 40 ЛЕТ.

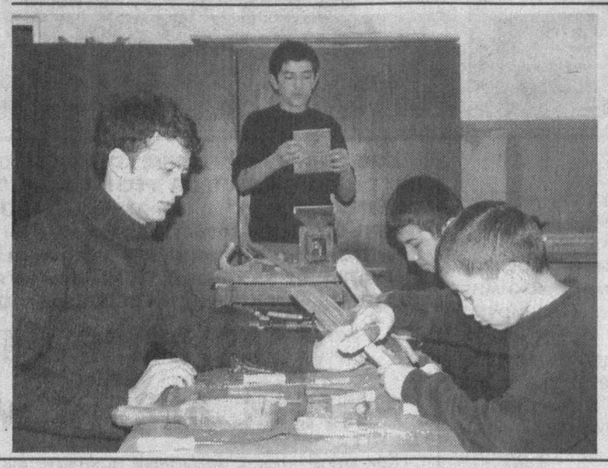
Менеджер компании «Gent Travel Bureau» Хильда Никаси отметила, что с воодушевлением едет в Ташкент:

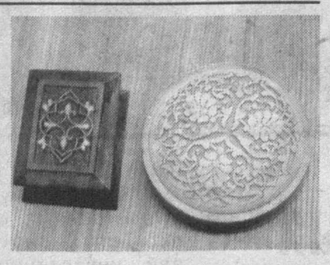
— Компания из Гента занимается не только отправкой туристов в зарубежные страны, но и приемом иностранных туристов в Бельгии, — сказала она. — Бельгия может много чего предложить гостям, в том числе из Узбекистана. Прежде всего это достопримечательности столицы страны — Брюсселя, ввиду концентрации в ней европейский институтов, получившей титул «столицы Европы». Незабываема экскурсия в Антверпен, который, в свою очередь, считается мировой столицей огранки алмазов. Наша компания также предлагает туры в Гент — культурную столицу Восточной Фландрии и Брюгге — музей под открытым небом, который называют «маленькой Венецией».

Мы связываем с туристической выставкой в Ташкенте большие надежды. Прежде всего рассчитываем, что благодаря нашему участию в выставке жители Узбекистана получат больше информации о нашей стране, у них появится желание посетить Бельгию.

Второй, не менее важной целью нашего участия в выставке является знакомство с туристическим потенциалом Узбекистана. Должна отметить, что в Бельгии интерес к посещению исторических городов Узбекистана, считающихся жемчужинами Великого шелкового пути, стремительно растет. Бельгийцы вообще считаются одной из самых активно путешествующих наций в мире.

Джамшид МУТАЛОВ. ИА «Жахон». Брюссель.





Чтобы стать мастером народных художественных ремесел, надо полюбить этот нелегкий, но интересный труд.

Экология и мы

В судьбе природы наше будущее

В РАМКАХ ПРОГРАММЫ «ГОД БЛАГОТВОРИТЕЛЬСТВА И МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ» МЕЖДУНАРОДНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «ЭКОСАН» ОТПРАВИЛА В РЕГИОН ПРИАРАЛЬЯ И ДРУГИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКИ НЕБЛАГОПОЛУЧНЫЕ РЕГИОНЫ 17 ПОЕЗДОВ И АВТОПОЕЗДОВ ЗДОРОВЬЯ С ГУМАНИТАРНЫМ ГРУЗОМ НА 1,24 МЛРД. СУМОВ. ОКОЛО 20 ТЫСЯЧ ЖИТЕЛЕЙ СЕЛЬСКИХ РЕГИОНОВ ПОЛУЧИЛИ МЕДИКО-ДИАГНОСТИЧЕСКУЮ И КОНСУЛЬТАТИВНУЮ ПОМОЩЬ ОТ ВРАЧЕБНЫХ БРИГАД ПОЕЗДОВ ЗДОРОВЬЯ.

ЭТИ И ДРУГИЕ ИТОГИ РАБОТЫ ОРГАНИЗАЦИИ «ЭКОСАН» В ЭТОМ ГОДУ, А ТАКЖЕ ЗАДАЧИ, КОТОРЫЕ ПРЕДСТОИТ ВЫПОЛНИТЬ ДО КОНЦА НЫНЕШНЕГО, ОБСУЖДАЛИСЬ НА СОБРАНИИ АКТИВА ЭТОЙ ОРГАНИЗАЦИИ. ВО ВСТРЕЧЕ ТАКЖЕ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ ОРГАНИЗАЦИИ-УЧРЕДИТЕЛИ, ЧЛЕНЫ ПРАВЛЕНИЯ «ЭКОСАН», РУКОВОДИТЕЛИ РЯДА МИНИСТЕРСТВ, ВЕДОМСТВ, ОБЩЕСТВЕННЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ, ПРЕДСТАВИТЕЛИ СМИ. НА СОБРАНИИ ОБСУЖДАЛИСЬ ИТОГИ ВТОРОГО ЭТАПА И ЗАДАЧИ ТРЕТЬЕГО ЭТАПА ДНЕЙ ЭКОЛОГИИ И ЗДОРОВЬЯ.

Дни экологии и здоровья проводятся в нашей республике традиционно с 1997 года с целью развития экологической и санитарной культуры, повышения информированности населения в вопросах экологии и сохранения здоровья. В таких мероприятиях участвуют коллективы предприятий и организаций, действующие в самых различных сферах — промышленности, строительства, транспорта, сельского хозяйства. Активно включаются в работу учащиеся средних и высших учебных заведений, общественные организации, население по месту жительства.

Как отметил на собрании актива председатель республиканского оргкомитета по проведению Дней экологии и здоровья, председатель «Экосан» Юсуфжан Шадиметов, такими акциями обеспечивается устойчивая санитарная обстановка, предотвращается распространение инфекционных заболеваний. Населению и объектам социальной сферы экологически неблагополучных регионов оказывается значительная гуманитарная и медико-диагностическая помощь.

В рамках мероприятий второго этапа Дней экологии и здоровья проходила декада санитарии, гигиены и экологической культуры. На предприятиях проведены профилактические природоохранные мероприятия, замена или наладка пыле-, газоочистительного и вентиляционного оборудования. Усилен контроль за соблюдением нормативов предельно допустимых выбросов в атмосферу. Согласно намеченному графику были организованы общественные слушания о ходе реализации Закона РУз «Об отходах», встречи «Образ жизни и вопросы здоровья в условиях жаркого климата», «Роль гражданского общества, ученых и журналистов в решении проблем опустынивания и засухи». Совместно с заинтересованными организациями проведены встречи с презентациями смотров-конкурсов «По созданию конкурентоспособных, энергосберегающих технологий отечественного исполнения», «Лучший экипаж «Спецтранса», «Лучший работник сферы благоустройства», «Мой дом — мой город», «Сосед — соседу». Особое внимание было уделено благотворительным акциям в домах милосердия, специализированных интернатах и детских учебных заведениях. А детским оздоровительным лагерям была оказана помощь не только в виде подарков и инвентаря, но и в организации экофестивалей, художественных конкурсов и концертов на тему природы.

В рамках второго этапа Дней экологии и здоровья на основании постановления Президента республики «О мерах по ускорению развития сферы услуг и сервиса в Республике Узбекистан в 2006-2010 годах» совместно с хокимиятами и заинтересованными министерствами и ведомствами ведется разработка региональных программ развития туризма, в том числе экологического. Состоялся марафон экофестивалей на тему «Туризм и экотуризм в целях устойчивого развития», были организованы международная встреча «Экотуристический потенциал Узбекистана» и тематическая выставка.

— В нашей стране создана прочная законодательная база в области экологической политики, позволяющая осуществлять необходимые задачи по охране природы и сохранению здоровья населения, — рассказал заведующий кафедрой экологии и сельского хозяйства Ташкентского государственного юридического института Николай Скрипников. — На сегодняшний день это около 200 нормативно-правовых актов. В Конституции нашей страны также содержатся четыре статьи, посвященные экологическим вопросам. Соблюдение экологического законодательства обеспечивается действующими специалистами, работающими в этой сфере, а также молодежью, избравшей профессию в области экологического законодательства. В нашем институте, например, около 30 студентов изучают экологическое право и впоследствии их задача — претворять законы в жизнь. Однако полная отдача по выполнению природоохранных задач возможна при взаимодействии всех структур.

Мероприятия третьего этапа Дней экологии и здоровья к настоящему времени разработаны и утверждены Кабинетом министров Республики Узбекистан. Они предусматривают дальнейшую активизацию работы по охране парков, заповедников, повсеместное проведение осенних посадок деревьев. На 4 ноября запланирован экологический хашар. Средства от этого мероприятия будут направлены на комплектование гуманитарного груза поездов здоровья «Экосан» в Приаралье и другие регионы со сложной экологической обстановкой. Финансовая поддержка будет предоставлена многодетным семьям, объектам социальной и медицинской сфер в целях реализации программы «Год благотворительства и медицинских работников».

Состоятся общественные слушания о ходе реализации Закона РУз «О воде и водопользовании», научно-практические конференции на тему «Транспорт, экология и здоровье», «Роль НПО и ученых в обеспечении безопасности продуктов питания, улучшении условий жизни и управлении природными ресурсами».

Будут подведены итоги и объявлены победители республиканских смотров-конкурсов среди медицинских работников и лечебных учреждений, посвященных Году благотворительства и медицинских работников, а также смотра-конкурса на разработку отечественного оборудования, способствующую экономии электроэнергии.

Максим ЧЕРНОГАЕВ.

НАШИ МИЛЫЕ ЖЕНЩИНЫ

Кто на свете всех милее? Может, эти юные чаровницы из культурных центров?

Фото Р. ХОДИЕВИЧА.

В женских комитетах

Для работы и жизни

СЕМИНАР НА ТЕМУ "ПОВЫШЕНИЕ ПРАВОВОЙ ГРАМОТНОСТИ И ДУХОВНОСТИ ЖЕНЩИН" ПРОШЕЛ НА ДНЯХ В ХОКИМИЯТЕ СЕРГЕЛИЙСКОГО РАЙОНА. ОН БЫЛ ОРГАНИЗОВАН РАЙОННЫМ КОМИТЕТОМ ЖЕНЩИН СОВМЕСТНО С ГОРОДСКИМ КОМИТЕТОМ И НЕГОСУДАРСТВЕННОЙ НЕКОММЕРЧЕСКОЙ ОРГАНИЗАЦИЕЙ "ЭЛНАЖОТ".

В семинаре, организованном для председателей женсоветов и консультантов по религиозному просвещению и духовно-нравственному воспитанию всех 33 махаллей Сергелийского района, участвовали заместитель хокима столицы и председатель городского комитета женщин Фарида Абдурахимова, представители Ташкентского государственного юридического института, ГУВД столицы и городского управления по труду и социальной защите населения.

- Сегодня, к сожалению, несмотря на усилия многих организаций, уровень правовой культуры наших женщин все еще остается недостаточно высоким, - сказала Нигора Шомансурова, специалист комитета женщин Сергелийского района. - Поэтому подобные семинары пока необходимы. Мы постарались дать участницам семинара максимум полезной информации, которую они потом будут доносить до жительниц махаллей.

На семинаре были рассмотрены такие темы, как "Конституция Узбекистана и права граждан, в частности женщин и молодежи", "Международная конвенция по правам ребенка" и т.д. О правонарушениях среди женщин, религиозном фанатизме, его причинах и последствиях говорила старший инспектор ГУВД столицы Гульнора Очилова. Тему "Льготы, предоставляемые женщинам в законодательстве Узбекистана" постаралась раскрыть Мамура Азизова, руководитель Государственной инспекции трудового права. Также актуальным вопросом, рассмотренным на семинаре, был "Семейный кодекс Республики Узбекистан". Словом, участницы узнали много нужной и полезной информации, которая, безусловно, пригодится им в будущем как в работе, так и в жизни.

Соб. инф.

Человек и его дело

Это ее дорога

О ПЕДИНСТИТУТЕ НАРГИЗА МАХКАМБАЕВА, ПРЕПОДАВАТЕЛЬ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ ШКОЛЫ-САДА № 318, НЕ МЕЧТАЛА. ПРОСТО ЗНАЛА, ЧТО ЭТО - ЕЕ ДОРОГА, ПО-ИНОМУ ДАЖЕ НЕ ПРЕДСТАВЛЯЯ СЕБЕ БУДУЩЕГО. ВЕДЬ ПОЧТИ ВСЯ СЕМЬЯ - МАМА, ТЕТЯ, ДВЕ СЕСТРЫ - ПОСВЯТИЛИ СЕБЯ СЛУЖЕНИЮ ПЕДАГОГИКЕ.

Закончив в 1999 году факультет методики начального обучения Ташкентского государственного педагогического университета, Наргиза устроилась на работу сначала в школу-лицей № 300.

- Тогда я еще с ИКТ особо не была знакома, - вспоминает Наргиза Эльдаровна. - Конечно, примерно представляла, как включить компьютер и запустить программу Microsoft Word. Но потом, решив сменить место работы, поняла, как многого я еще не знаю. Пришла устраиваться в школу № 318, а сюда меня могли взять только с тем условием, что я обязательно пройду обучение в Межшкольном ресурсном центре. Два месяца я там училась, а потом появилось огромное желание поделиться теми знаниями, которые я там приобрела. Это, конечно, совсем уже другой уровень. Медиа-уроки, презентации, электронные библиотеки - масса возможностей для тех, кто хочет работать.

Медиа-уроки для старшеклассников - явление сегодня уже в общем-то обычное. А вот в начальной школе малышей еще достаточно редко балуют подобными педагогическими изысками. Хотя свою эффективность они давно оправдали.

- Там ведь все очень наглядно, - говорит Наргиза Эльдаровна. - Для обычных уроков мы, конечно, подбираем иллюстративный материал, но, во-первых, он гораздо беднее, а во-вторых, детям всегда интереснее сесть за компьютер и увидеть там смешную движущуюся "мультяшную" утку, чем посмотреть на обыкновенную фотографию настоящей утки.

Недавно комитет женщин Сергелийского района проводил конкурс на лучшее воспитательное мероприятие, посвященное борьбе с терроризмом, с использованием информационно-коммуникационных технологий. Наргиза Махкамбаева - одна из финалисток этого конкурса. Она была награждена за свой медиа-урок "Спокойствие народа - самое большое счастье". А еще Наргиза - автор интернет-сайта www.intdars..edunet.uz.

- Материалы для сайта я начала собирать еще в 2004 году, - говорит она. - Действительно накопилось много такой информации, которая бы могла оказаться очень полезной для моих коллег. У нас ведь сейчас ситуация такова, что для учителей начальных классов с узбекским языком обучения очень мало, совершенно недостаточно материалов для проведения уроков с использованием ИКТ. Но ведь мы все должны идти в ногу со временем, развиваться, да и детей приучать пользоваться компьютерами. Поэтому я и решила создать такой сайт, где можно будет найти и медиа-уроки, и презентации, и дидактику, и тесты - все для учителей младших классов на узбекском языке. Для русскоязычных учителей такой проблемы не существует - российская электронная база методик обучения более чем солидная. По любому предмету, на любую тему и для любого возраста можно найти интересующую информацию, Интернет дает поистине неограниченные возможности. А нам нужно практически начинать с нуля. Но ничего, я думаю, мы эти сложности преодолеем.

Три года назад, придя работать в школу № 318, Наргиза Эльдаровна начала вести первый класс. Сейчас ее дети, уже третьеклассники, вполне уверенно садятся за компьютеры, у каждого ребенка - своя папка с работами, рисунками. Кое-кто даже домашние задания выполняет на компьютере.

- Я их возила в ресурсный центр - у нас в школе ведь Интернета пока нет, - говорит учительница. - Они там самостоятельно искали информацию, пользовались поисковой программой. Мальчики искали новости про футбол, скачивали информацию об узбекских футболистах, девочки интересовались праздниками, как их отмечают, какие вкусности готовят... Раз в неделю дети проходят тестирование - кстати, на компьютерах это гораздо удобнее. А еще мы с ними вместе составляем новые тесты, они их сами набирают. Сейчас я готовлюсь к медиа-уроку по природоведению на тему "Почва". А еще в конце месяца мы планируем провести спартакиаду "Современные Алпомыши и Барчиной". Обязательно будем праздновать Праздник языка, который в этом году совпадает с 11-летием нашей школы. Намечается грандиозное мероприятие... Словом, скучать некогда, работы хватает.

Бодрая и энергичная Наргиза-опа и окружающих заряжает энергией. Педагогический коллектив школы небольшой, и учителя здесь чувствуют себя членами одной семьи. Поэтому Наргиза всегда старается поделиться своими знаниями и навыками с коллегами. Благо, компьютеров здесь хватает, и учителя, и дети свободно пользуются ими.

Когда человек весь в работе, отдается полностью любимому делу, в семье не всегда это встречают с пониманием.

- Мне в этом отношении повезло, - считает Наргиза. - Муж гордится всеми моими достижениями. Да и его родители - свекор, кстати, у меня тоже педагог, был директором школы - меня понимают. Хочется, конечно, чаще видеть собственных детей - они учатся в другой школе, не в той, где я работаю. Но с другой стороны - это к лучшему, пусть учатся самостоятельности.

Самостоятельность в детях Наргиза очень ценит. И учеников подталкивает к самостоятельной работе, к свободе мыслей и творчества. А это, считает она, невозможно без взаимного доверия и дружелюбного отношения к детям. Добрый, но строгий, мудрый и справедливый, постоянно готовый учиться, стремящийся к самосовершенствованию - вот таким, по мнению Наргизы Махкамбаевой, должен быть настоящий учитель.

Беседовала Н. КОСТЮШКИНА.

Индия: вчера и сегодня

В ЦЕНТРЕ ИНДИЙСКОЙ КУЛЬТУРЫ ИМЕНИ ЛАЛА БАХАДУРА ШАСТРИ В ТАШКЕНТЕ НЕДАВНО БЫЛ ЗАКОНЧЕН КУРС ЛЕКЦИЙ ИЗ ЦИКЛА «ИНДОЛОГИЯ», ПОСВЯЩЕННЫЙ КУЛЬТУРЕ, ЭКОНОМИКЕ, ДНЮ СЕГОДНЯШНЕМУ И ИСТОРИИ ИНДИИ. ЛЕКЦИИ БЫЛИ ПОДГОТОВЛЕНЫ УЧЕНЫМИ ИНДИИ И ТАШКЕНТСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ИНСТИТУТА ВОСТОКОВЕДЕНИЯ, УНИВЕРСИТЕТА МИРОВЫХ ЯЗЫКОВ И ДРУГИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ. СЛУШАТЕЛЯМИ ЛЕКЦИЙ СТАЛИ СТУДЕНТЫ УЗБЕКСКИХ ВУЗОВ, ПРЕПОДАВАТЕЛИ, ДЕЯТЕЛИ НАУКИ И КУЛЬТУРЫ — ВОБЩЕМ, ВСЕ ЖЕЛАЮЩИЕ ПОБОЛЬШЕ И УЗНАТЬ О РАЗВИТИИ ТАКОЙ БЛИЗКОЙ ДЛЯ НАС СТРАНЫ, КАК ИНДИЯ.

Заключительная лекция была посвящена женщинам Индии. О том, какие вершины были достигнуты ими за прошедший век, говорила госпожа Кусум Тайал, супруга Чрезвычайного и Полномочного Посла Индии в Узбекистане.

Критический взгляд в лекции госпожи Тайал на историю Индии показал, что женщины ее страны блестяще проявили себя как на войне, так и в мирной жизни, и с пером, и с саблей в руках. Они всегда выступали за сохранение индийских культурных ценностей. Еще Махатма Ганди осознал важность "нари шакти" - женской силы - и сделал женщин равными партнерами в уникальной освободительной борьбе, которой нет равных нигде в мире. Он призвал всех женщин присоединиться к национальному движению.

Самым активным, принявшим участие в подготовке цикла лекций и посещавшим их, были выданы дипломы и сертификаты. Многим были вручены ценные подарки. А три самых активных студента получили приглашение на курсы "Айтек" в Индию на несколько месяцев. Все расходы по проживанию студентов, туризму и получению образования на курсах по экономике, культуре и по более глубокому изучению английского языка правительство Индии берет на себя.

Наталья СЕМЕНОВА.

НА СНИМКЕ: г-жа Кусум Тайл читает лекцию.

Фото автора.

Спрашивали - отвечаем

Самая нежная

"Несмотря на достаточно юный возраст, у меня уже появилось много морщинок вокруг глаз. Не знаю, что тому причиной - неправильный уход или предрасположенность, или что-то еще. Хотелось бы узнать мнение специалиста, как нужно ухаживать за кожей вокруг глаз, как можно убрать мелкие морщинки и как предотвратить появление новых.

А. Яковлева, Ташкент".

Отвечает врач-косметолог Лола АХМАНОВА:

- Кожа в области глаз - самая чувствительная на лице. Ее толщина всего лишь полмиллиметра. На пограничных участках толщина кожи сразу же увеличивается в четыре раза. Кроме того, вокруг глаз почти нет сальных желез, «мягкой прокладки» из подкожной жировой клетчатки и очень мало мускулов, поддерживающих ее упругость. Здесь кожа очень быстро теряет свою растяжимость и эластичность. Вдобавок она постоянно находится в движении: глаза мигают, щурятся, «улыбаются». В результате кожа вокруг глаз подвергается особенной нагрузке.

Для удаления макияжа с глаз нужно пользоваться особенно мягким, неароматизированным очищающим средством. Специальные средства для удаления макияжа с кожи вокруг глаз действуют очень мягко и вместе с тем интенсивно - вам не придется тереть ими глаза. Если у вас очень чувствительны эти участки кожи, используйте средства с нейтральным значением PH. Оно идентично значению PH слез (ок. 7,4). Такие средства никогда не будут раздражать глаза. Если вы купили продукт с производными белками, то они одновременно будут укреплять и ресницы. Неважно, в какое время вечера или ночи вы будете удалять с глаз макияж, но делать это нужно каждый день! Если макияж оставить на ночь, то накрашенные ресницы могут даже обломиться от трения о подушку. Несмываемая тушь для ресниц удаляется только средствами, содержащими масла. Крем-тушь для ресниц удалить проще, ее можно снять любым обезжиренным очищающим гелем или лосьоном. Не пользуйтесь для удаления макияжа глаз ватой. Ее ворсинки могут попасть в глаз - и наверняка будет раздражение. Лучше взять бумажные салфетки или спрессованные ватные тампоны. Остатки туши для ресниц удаляются особенно хорошо, если вы пройдетесь по ресницам ватным аппликатором, который предварительно нужно опустить в средство для удаления макияжа.

Даже первоклассный питательный крем для лица не подойдет для кожи в области глаз. Почти в каждом креме для лица содержатся так называемые распространяющиеся масла. Жиры и масла попадают в глаза и вызывают покраснение и раздражение. Косметика, изготовленная именно для кожи вокруг глаз, содержит специальные масла, которые совершенно не растекаются.

Если у вас опухают веки, вы можете воспользоваться холодными пакетиками с черным чаем. Для этого пакетики нужно заварить горячей водой, затем остудить в холодильнике и на несколько минут положить на веки. Творят чудеса специальные «ледяные» маски. Они сделаны из пластика, наполненного гелем и хранятся в холодильниках. При необходимости их на несколько минут укладывают на закрытые глаза. Такие маски можно приобрести в аптеках. Если вы хотите обойтись более дешевыми средствами, купите кольца для малышей,, у которых режутся зубки. Поместите их в холодильник, а затем охлажденные кольца положите на глаза - вы достигнете того же эффекта. Учтите, что, если у вас постоянно опухают веки, вам следует показаться врачу. Это скорее всего признак заболевания почек.

Мешки под глазами чаще всего появляются в результате застоя лимфы и почти не корректируются косметическим путем. Небольшое улучшение приносит специальный массаж, который приводит в движение лимфатическую жидкость. Эти «лимфодренажи» лучше всего проводить в косметическом кабинете.

В настоящее время эксперты рекомендуют начиная с 25 лет пользоваться специальным кремом для кожи вокруг глаз. Такие кремы значительно замедляют образование морщинок. Их наносят на кожу в области глаз ежедневно по вечерам после умывания. При покупке обратите внимание, содержат ли они влагонакопляющие вещества, такие, как липосомы, коллагены и эластин. Биологически активные вещества аллантоин и пантенол оказывают успокаивающее действие.

С помощью гимнастики для глаз вы можете расслабить постоянно напрягающиеся глазные мускулы. Такая гимнастика дает и еще один полезный эффект: морщинки в уголках глаз становятся менее глубокими или появляются значительно позже. Ежедневные упражнения выглядят следующим образом: обе ладони положите на виски и попытайтесь лицевыми мускулами сдвинуть кожу назад. Не получается? С первого раза и не получится, придется потренироваться. Однако эти движения укрепляют височно-теменную мускулатуру, которая натягивает кожу между глазом и ухом.

Если ваши глаза постоянно больны, слезятся, то, возможно, в организме не хватает витамина B_2 (рибофлавина). Ежедневная потребность в этом витамине составляет 1,2-3 миллиграмма. Однако она увеличивается, если в вашей пище много жира, а также после несчастных случаев, ран, повреждений, операций и т.п. Рибофлавин в больших количествах содержится в мясе птицы, цельном молоке, твороге, пивных дрожжах, горохе, грибах и капусте брокколи. Например, ежедневно выпивая пол-литра молока и съедая два бутерброда из хлеба с отрубями, сливочного масла и сыра, вы получаете суточную норму этого витамина. Витамин B_2 очень чувствителен к свету. Поэтому молоко и овощи обязательно нужно хранить в темном и прохладном месте.

Память

Музыкант и педагог

(к 75-летию со дня рождения Т.А. Хомякова)

МУЗЫКАЛЬНАЯ КУЛЬТУРА УЗБЕКИСТАНА БОГАТА ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫМИ ИМЕНАМИ, В ЧИСЛЕ КОТОРЫХ И ИМЯ НАСТОЯЩЕГО МАСТЕРА МУЗЫКАЛЬНОГО ИСКУССТВА РЕСПУБЛИКИ, ЯРКОЙ ЛИЧНОСТИ, ЗАСЛУЖЕННОГО РАБОТНИКА КУЛЬТУРЫ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН ТОМА АЛЕКСАНДРОВИЧА ХОМЯКОВА. ЕГО ТВОРЧЕСТВО СВЯЗАНО С РАЗВИТИЕМ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОГО ИСКУССТВА НА НАРОДНЫХ МУЗЫКАЛЬНЫХ ИНСТРУМЕНТАХ.

Высокопрофессиональный музыкант, талантливый дирижер, организатор-энтузиаст, чуткий педагог-психолог, общественный деятель, просветитель – все это о нем. Т.А. Хомяков своим кропотливым трудом, отличным знанием природы народных инструментов, психологии дирижерского искусства снискал глубокое уважение, общественное признание и внес неоценимый вклад в развитие музыкальной культуры и образования Узбекистана.

Творческая биография Хомякова очень необычна и богата событиями. Незаурядные способности позволили ему получить не одну, а несколько специальностей, а целеустремленность и неодолимая любовь к музыке помогли пройти суровые жизненные испытания и достичь своей заветной цели – стать известным музыкантом, многогранной творческой личностью. В его жизни было много встреч с разными музыкантами, дирижерами, композиторами. В общении с людьми, с которыми судьба сводила Тома Александровича, формировались его эстетические взгляды, творческие принципы, система воспитания будущих музыкантов-исполнителей и дирижеров.

Том Александрович Хомяков родился 20 июля 1931 года в Кыргызстане. В его семье очень любили музыку, в часы досуга пели народные песни. В 15 лет парню пришлось начать работать на производстве, затем он поступил в Ташкентское музыкальное училище по классу домры, а через год был призван в армию, где служил в оркестре ансамбля песни и пляски ТуркВО. Игра в оркестре увлекла музыканта, и он стал учиться дирижированию. Демобилизовавшись, Том Александрович завершил учебу в училище и поступил в консерваторию на факультет узбекских народных инструментов, где занимался у замечательных педагогов. А.И. Петросянц, Ф.В. Назарова, А.П. Евдокимова. Уже в студенческие годы начинается педагогическая работа Т.А. Хомякова на отделении узбекских народных инструментов в Ташкентском музыкальном училище имени Хамзы. Именно в этом старейшем учебном заведении ярко и многогранно раскрылся его талант – замечательного организатора и художественного руководителя творческого коллектива, направленность на приобщение молодежи к музыкальной культуре.

А впереди были педагогическая работа в музучилище и руководство самодеятельным оркестром Дома культуры имени Т. Садыкова, создание оркестра русских народных инструментов, который явился прекрасной базой дирижерской практики молодых музыкантов. Этот прекрасный коллектив, получивший название «Дружба», вскоре стал лауреатом Государственной премии. Высокий технический уровень, темпераментность и ансамблевая четкость игры, яркость звучания позволили этому молодому коллективу добиться всеобщего признания.

В репертуаре коллектива было более 200 произведений русской и зарубежной классики, композиторов Узбекистана, народной музыки. С оркестром «Дружба» выступали прославленные музыканты республики – А. Адылов, К. Мухитдинов, Ю. Жданов, Л. Пинхасов.

За многие годы работы с оркестром народных инструментов у Тома Александровича Хомякова сложилась стройная педагогическая система музыкального воспитания, выработалась авторская методика, которой он щедро делился с музыкантами в рамках семинаров, педагогических конференций и чтений.

Имя Т.А. Хомякова широко известно и в России, где он участвовал в музыкальных фестивалях, научно-творческих конференциях, методических семинарах. Тесные узы творческой дружбы связывали Т.А. Хомякова с Верой Баевой, Юрием Гуляевым, Анатолием Соловьяненко и другими музыкантами, артистами и педагогами.

Имея огромный многолетний опыт руководства оркестровым коллективом, а также обладая глубокими знаниями оркестрового репертуара, Т.А. Хомяков оказывал неоценимую методическую помощь в организации оркестров народных инструментов — как профессиональных, так и самодеятельных, направляя на широкое приобщение молодежи к коллективному музицированию, на воспитание гармонично развитой личности.

Облик необыкновенно чуткого, мягкого и доброго учителя, мудрого наставника, отзывчивого и душевно щедрого человека, высокоинтеллектуального и при этом очень простого в общении с окружающими, удивительно артистичного и обаятельного, вся жизнь которого была отдана искусству, бережно хранит память учеников, близких и последователей его творческих принципов и идеалов.

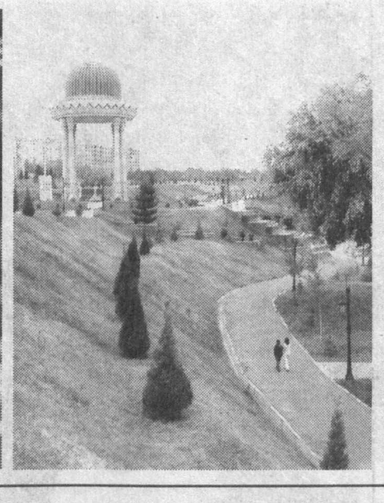
Татьяна СЕДЫХ,
педагог Ташкентского государственного института культуры им. А.Кадыри

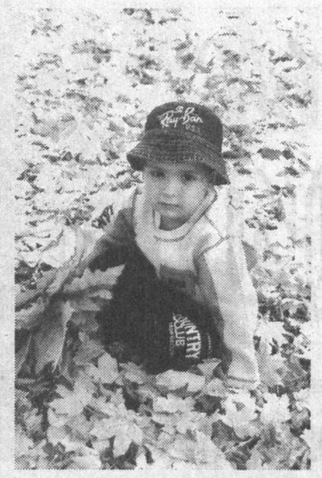
НА СНИМКЕ: во время одного из выступлений.

Фото из личного архива.

Прогулка по улицам Ташкента всегда увлекательна. Особенно отдыхает душа, когда посещаешь столичные парки, раскрашенные в эти дни яркими красками осени.

Фото Н. СЕМЕНОВОЙ и А. БЕЗРУЧКО.





Абдумалик Абдукаюмов:

очередной успех в Челябинске

В ЧЕЛЯБИНСКЕ ПРОДОЛЖАЕТСЯ VI МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЕРНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ «ИРИНА АРХИПОВА ПРЕДСТАВЛЯЕТ...». ПУБЛИКА ЮЖНОГО УРАЛА ОТКРЫВАЕТ ДЛЯ СЕБЯ НОВЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ ОПЕРНЫЕ ИМЕНА. НО ДАЖЕ НА ОБЩЕМ ВЕСЬМА ЯРКОМ ФОНЕ ВЫДЕЛЯЕТСЯ СПЕКТАКЛЬ «РИГОЛЕТТО», ГДЕ В ГЛАВНОЙ ПАРТИИ ДЕБЮТИРОВАЛ МОЛОДОЙ СОЛИСТ ГАБТА ИМЕНИ А. НАВОИ, СТУДЕНТ ГОСУДАРСТВЕННОЙ КОНСЕРВАТОРИИ УЗБЕКИСТАНА АБДУМАЛИК АБДУКАЮМОВ.

Международный оперный фестиваль проходит под патронатом губернатора Челябинской области Петра Сумина и Фонда Ирины Архиповой.

— Мы давно не слышали такого драматического баритона, — говорит звезда российской оперы Ирина Архипова. — Красота тембра этого голоса просто поражает. Абдумалик явился настоящим открытием III Международного конкурса вокалистов имени Бюль-Бюля, который проходил в Баку в ноябре прошлого года. А на концерте лауреатов вокальных конкурсов в Москве этой весной он произвел настоящий фурор. Но тогда молодой певец все же пел отдельные арии. Здесь же он вышел в спектакле и исполнил партию, для которой нужно не только вокальное мастерство, но и актерская одаренность, личностная зрелость. Абдумалику всего 27 лет, но по глубине его интерпретации сложнейшей в мировом репертуаре партии Риголетто этого не скажешь.

— Я испытываю чувство искренней благодарности всему коллективу Челябинского театра оперы и балета, — говорит Абдумалик Абдукаюмов. — Ведь я исполнял партию Риголетто впервые, и если действительно у меня был успех, то благодаря удивительной атмосфере поддержки коллег. Мне было легко и приятно выступать. Огромное спасибо организаторам фестиваля, мой низкий поклон лично Ирине Константиновне Архиповой и Владиславу Ивановичу Пьявко за приглашение спеть в Челябинске. Я и подумать не мог, что в 27 лет исполню эту партию. Очень помог мне дирижер Валерий Игнатьевич Платонов, смог очень ненавязчиво склонить и оркестр, и солистов к своей грамотной и талантливой интерпретации этой популярнейшей оперы. В театре прекрасная акустика, а публика в Челябинске очень сердечная и отзывчивая. Словом, сегодня я счастлив!

В прошлом году Абдумалик Абдукаюмов стал первым из нашей республики обладателем Гран-при III Международного конкурса вокалистов имени Бюль-Бюля, проходившем в Баку. В составе жюри были такие звезды мировой сцены, как Мария Биешу, Бибигуль Тулегенова, Мати Пальм, Корнелия фон Керссенброк, Мария Стефюк, Нодар Андгуладзе, Фархад Бадалбейли Ирина Архипова — его председатель.

Главный наставник Абдукаюмова заслуженная артистка Узбекистана, солистка ГАБТа имени А. Навои Ольга Александровна говорит, что Абдумалик безумно любит оперу. Он знает наизусть все баритоновые партии, увлекается романсом. На Московском международном конкурсе молодых исполнителей русского романса «Романсиада-2005» узбекский артист был признан лучшим из ста с лишним конкурсантов.

Неповторимый голос и мастерство исполнения Абдукаюмова высоко оценило и жюри Санкт-Петербургского IV Международного конкурса молодых оперных исполнителей, где Абдумалик занял третье место и завоевал приз за лучшее исполнение романсов Чайковского. А присутствовавшие на нем французские специалисты признали молодого узбекского певца достойным специальной премии Энгьенского фестиваля, проводящегося в этой стране. Лауреат премии «Нихол», обладатель уникального голоса Абдумалик Абдукаюмов лишь за прошедший год был удостоен семи высоких наград, из которых пять — международные.

Насиба САБИРОВА. ИА «Жахон».

Мудрость отцов

Даже если на чужбине — рай,
Ты не покидай родимый край.

***

Ты ничего хорошего не жди
От племени, где глупые вожди.

***

На вороне хоть корона,
Все равно она ворона.

***

Откуда ни грозила б нам опасность,
Ее намного уменьшает гласность.

***

Больной бывает лекарей умней:
Он меньше знает, но ему больней.

***

Не всяк старик умом велик.

***

Так проживи, чтоб в памяти остался,
Чтоб в горький час ухода твоего
Не от тебя наш мир освобождался,
А ты освобождался от него.

***

При жизни выбрать мы имеем право:
Прах после нас останется иль слава.

***

Маленькая ложь рождает большое недоверие.

***

Горя прибывает сразу море,
Но по капле утекает горе.

Секреты здоровья

Это испытанное народное средство помогает от мозолей на ногах. Перед сном распарить ногу в горячей воде, затем вытереть насухо и привязать к мозоли корку лимона с небольшим количеством лимонной мякоти. Через 3-4 дня мозоль должна полностью сойти.

Совет для того, кто страдает конъюнктивитом: обязательно включайте в пищу продукты моря, яичный желток, петрушку, морковный сок, рис, капусту, пивные дрожжи, яблоки, виноград.

При воспалении легких: листья алоэ промыть, измельчить и отжать сок. $^1/_2$ стакана сока смешать с 250 гр. меда и $^1/_2$ стакана кагора, настаивать 4-5 дней в темноте при комнатной температуре. Принимать по 1 ст. ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Желудочные спазмы снимает настойка грецкого ореха. 30 гр. мелко нарезанных плодов грецкого ореха вместе с кожурой заливают 1 л 40% спирта (или водки) и настаивают на солнце две недели, затем сливают жидкость и принимают ее по 1 ст. ложке 3 раза в день перед едой.

Простое доступное средство от ангины — обычный лимон. Лучше начать лечение, как только почувствуете, что заболевает горло. Пожуйте сразу половинку лимона прямо с цедрой. В течение часа ничего не ешьте, чтобы дать возможность эфирным маслам и лимонной кислоте воздействовать на воспаленное горло. Эту процедуру хорошо повторять через каждые 3 часа. Можно лимон порезать на тонкие дольки и сосать их.

При сахарном диабете рекомендуется есть редьку — в ней содержится достаточно высокий процент инсулина. Кроме того, редька богата минеральными солями и витаминами. Однако, если страдаете заболеваниями печени, язвенной болезнью, сердечными недугами, редьку есть нельзя.

Мята оказывает болеутоляющее и успокаивающее действие при заболеваниях печени и желчного пузыря. Залейте 20 гр. измельченных листьев мяты 0,5 л кипятка, настаивайте сутки. Процедите и пейте в течение дня в 3 приема.

Отличное средство для заживления воспалившихся угрей — хрен в уксусе. Делают настой следующим образом. Хрен тщательно моют, измельчают на $^1/_2$ заполняют им бутылку. Доливают винным уксусом и настаивают 10 дней. Потом процеживают и снова заливают в бутылку. Места «скопления» угрей смачивают сначала водой, потом настойкой.

Подготовила Камила ДАВЛЕДЯРОВА.

Улыбнемся

- Не настаивайте на своем. Есть рецепты лучших настоев.
- Сейте разумное, доброе вечно.
- Люди разношерстны, попадаются и продажные шкуры.
- Проходная — кратчайший путь продукции к потребителю.
- Легче ликвидировать труд ручной, чем напрасный.
- Не мартышкин труд сделал из обезьяны человека.
- Чтобы делать необходимое, сколько приходится говорить лишнего.
- Плоские мысли хорошо укладывать в пустую голову.
- Последний негодяй крайним не бывает.
- Умение соглашаться избавляет от необходимости искать иной выход.
- Любая ошибка — в чью-то пользу.
- Его ошибки были самым большим достижением в его жизни.
- Много идей пропало только потому, что они пришли в голову другим.
- Можно всю жизнь каяться в своих ошибках, но возникает вопрос, сделал ли ты еще что-нибудь, кроме них.

Подготовил М. АХАТОВ.

Сообщает «02»

Арестована группа грабителей

Оперативниками уголовного розыска ГУВД столицы задержаны особо опасные преступники.

Ранее судимый Мусаев Б. со своими сообщниками Нарзуллаевым М. и Акромхужаевым Ш. решили ограбить предпринимателя Захидходжаева Э. Угрожая ему предметом, похожим на огнестрельное оружие, заставили сесть к ним в автомашину — ВАЗ 2107. Грабители привезли жертву в одну из своих квартир, расположенную в Учтепинском районе. Отобрав у бизнесмена барсетку, в которой находились 3.500 долларов США и 50 тысяч сумов, они связали его и начали избивать.

Это продолжалось до тех пор, пока потерпевший не согласился на их требование — доставить в течение суток 50 тысяч долларов США. Но потерпевший (с телесными повреждениями и ранами на теле) обратился в правоохранительные органы. Сотрудниками уголовного розыска был разработан оперативный спецплан по захвату особо опасной группы. На следующий день в назначенное место потерпевший принес деньги. В момент их передачи оперативники буквально накрыли преступную группировку и доставили в Главное управление внутренних дел столицы. По факту преступления возбуждено уголовное дело.

Хорошо посидели...

Жители Сергелийского района, нигде не работающие, ранее судимые 32-летний Владимир и 48-летний Аброр, будучи в нетрезвом состоянии, глубокой ночью решили навестить свою давнюю знакомую, проживающую в том же районе 23-летнюю Елену. Захватив с собой несколько бутылок спиртного, нежданные гости среди ночи появились на пороге квартиры. После того, как хозяйка проводила их на кухню, попойка продолжилась. Когда из соседней комнаты вышел отец Елены, 70-летний пенсионер, и потребовал гостей удалиться, Владимир в порыве гнева начал избивать старика. Когда Аброр увидел, что старик лежит и не сопротивляется, испуганные «гости» тут же пустились в бега. Приехавшая на место «скорая помощь» констатировала, что пенсионер скончался от полученных ран. Прибывшая оперативная служба уголовного розыска обнаружила столовый нож с отпечатками пальцев и 10 пустых бутылок. Все эти предметы были изъяты в качестве вещественных доказательств. Вскоре оперативным сотрудникам удалось задержать беглецов. По факту преступления возбуждено уголовное дело.

Опасные «гастроли»

Уроженцы Кашкадарьинской области, ранее судимые 26-летний Наиль и 20-летний Алексей, решили поднажиться в городе Ташкенте. Вечером постучали в дверь квартиры гражданина Салимова, проживающего в Мирзо-Улугбекском районе. Как только хозяин открыл, они набросились на него и нанесли ему в грудь удар ножом. Преступники похитили 1 млн. 200 тысяч сумов и скрылись с места преступления. К счастью, пострадавший был доставлен в больницу, где ему оказали своевременную помощь. Сотрудниками милиции на месте преступления были обнаружены отпечатки пальцев, что и помогло быстро схватить особо опасных рецидивистов. В настоящее время выявляются новые факты преступлений, совершенных задержанными.

Юлдуз АШИРОВА,
майор, старший инспектор
пресс-центра
ГУВД города Ташкента.

Культура мира

Магический пианист

В ОКТЯБРЕ МИРОВАЯ МУЗЫКАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННОСТЬ ОТМЕЧАЕТ ДЕВЯНОСТОЛЕТИЕ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ ЭМИЛЯ ГИЛЕЛЬСА, ПО ПРАВУ ПРИНАДЛЕЖАЩЕГО К ПЛЕЯДЕ ВЫДАЮЩИХСЯ МУЗЫКАНТОВ-ИСПОЛНИТЕЛЕЙ XX СТОЛЕТИЯ И СОСТАВЛЯЮЩЕГО СЛАВУ И ГОРДОСТЬ МИРОВОГО ПИАНИСТИЧЕСКОГО ИСКУССТВА.

О нем написано больше, чем о ком-либо другом из российских концертантов: сотни рецензий в русской и зарубежной прессе, обстоятельные монографические статьи, книги. Он вошел в орбиту пристального внимания музыкально-критической мысли сразу. Буквально назавтра после того, как молодому артисту был вручен диплом лауреата Всесоюзного конкурса 1933 года. Тогдашние самые авторитетные знатоки исполнительского искусства тотчас поставили его в один ряд с крупнейшими концертантами современности. Природа одарила его замечательными руками и редким слухом, что свойственно тем, которые родились исключительно для фортепианной игры. Профессионалы неоднократно отмечали удивительную органичность его игры, какое-то внутреннее единение с клавиатурой, с инструментом. Ему была доступна музыка разных эпох и разных стилей.

Определившись сразу как крупная артистическая индивидуальность, Гилельс, однако, прошел большой творческий путь, существенно изменив свой первоначальный художественный стиль. В своей эволюции он следовал завету одного из величайших пианистов прошлого Бузони: «Все же большой пианист должен быть прежде всего большим техником... Желая стать выше виртуоза, нужно сначала быть им». Гилельс начинал как виртуоз, ослеплявший прежде всего исключительным блеском техники. Однако с годами Гилельс стал больше, чем виртуоз. Он стал исполнителем-художником, серьезным, вдумчивым, глубоким. Если в самом начале его творческого пути наиболее впечатляющие достижения связывались в памяти слушателей с виртуозными фантазиями Листа, то позже в центре исполнительского творчества этого пианиста стояли такие произведения, как пять фортепианных концертов Бетховена, интерпретация которых была причислена к шедеврам музыкально-исполнительского искусства. А наряду с Бетховеном может быть названо и многое другое из огромного репертуара пианиста: концерты Чайковского, Рахманинова, Листа, сонаты Шумана и Прокофьева и так далее, но главным образом произведения крупные, монументальные. Каждая встреча с этим артистом превращалась в событие крупного культурного масштаба. Мировая пресса неоднократно и со всей определенностью высказывалась на этот счет: «Есть в мире много талантливых пианистов и несколько больших мастеров, которые возвышаются над всеми. Эмиль Гилельс – один из них ...». «Титаны фортепиано, подобные Гилельсу, рождаются раз в столетие». И с этим нельзя не согласиться. Каждый концерт Гилельса был открытием новых миров в сфере художественной мысли. Об этом говорят и узбекистанские профессионалы старшего поколения, осаждавшие в шестидесятые годы концертные залы в дни его выступлений в Ташкенте. Да и может ли быть иным настоящее искусство? Ведь оно, говоря замечательными чеховскими словами, «тем особенно и хорошо, что в нем нельзя лгать...». Думается, не случайно, а закономерно выдающийся скрипач современности Владимир Спиваков посвятил в этом году Эмилю Гилельсу свой 17-й международный фестиваль, проходящий ежегодно в французском Кольмаре. Джон Лилл, Кун Ву Пэк, Денис Мацуев и многие другие, играя музыкальные опусы, которые некогда исполнял Гилельс, воздали дань памяти магическому пианисту. Слушатели, как один человек, были покорены.

Инесса ГУЛЬЗАРОВА,
музыковед.

Испытание будильником

ДАВНО ИЗВЕСТНО, ЧТО ЗВОНОК БУДИЛЬНИКА – СЕРЬЕЗНЫЙ СТРЕСС ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА. НАКОНЕЦ, УЧЕНЫЕ НАШЛИ СПОСОБ, КАК НАПРАВИТЬ ЭНЕРГИЮ ЭТОГО МОНСТРА В МИРНОЕ РУСЛО.

Увы, выспаться впрок нельзя, и каждому человеку для нормального самочувствия нужно спать строго определенное время. Тем не менее, сколько бы мы ни спали, большинству из нас трудно просыпаться по утрам. Необходимость вставать, когда так хочется еще понежиться в постели, может легко испортить настроение. Впрочем, стресса, причиняемого при пробуждении будильником, можно легко избежать. Тут важно определиться с будильником.

Какой звук или мелодию выбрать, чтобы он перестал быть источником стресса: любимую песню, веселый марш, пение птиц, знакомый голос? Современные будильники могут все – говорить человеческими голосами, сверять часы, используя встроенный радиопередатчик, или проецировать время на стену... Ученые оснащают будильники новшествами исключительно для того, чтобы найти подходящий вариант для каждого человека. Ведь то, что подходит одному, может оказаться неэффективным для другого. Например, некоторые люди просыпаются от малейшего шума, а других и пушкой не разбудишь. Именно для таких и были придуманы вибрирующие будильники; помещенные под подушку или матрац, с утра они точно не дадут проспать даже самому отъявленному соне.

Если верить исследованиям, человек в первые полчаса очень остро реагирует на все внешние раздражители. По этой причине утренним настроением легко управлять. Оказывается, нам помогают проснуться не только звуки, но и запахи, и свет. Так, запах кофе может настроить на бодрящий лад еще до того, как будет сделан первый глоток. Но самое главное для приятного пробуждения – свет. В нем и заключается причина того, что летом легче просыпаться, чем зимой, когда зачастую приходится вставать в темноте.

Нашими биологическими ритмами сна и бодрствования управляют два гормона: серотонин и мелатонин. Серотонин образуется в организме в ответ на воздействие света, действует бодряще, а мелатонин, образующийся в ответ на темноту, напротив, успокаивает. Поэтому для человека гораздо более естественно просыпаться от света, чем от звука. Неожиданный звук может напугать и вызвать выброс адреналина – вещества, которое появляется в момент опасности и помогает нам быстрее реагировать в экстремальной ситуации. Однако в данном случае именно это вещество как раз и не нужно, более того – вредно. Свет же позволяет вырабатываться именно тем веществам, которые должны регулировать биоритмы организма. Даже когда человек спит и глаза у него закрыты, какое-то количество света все равно проходит через веки, вызывая повышение уровня серотонина. Так что в зимнее время достаточно запрограммировать включение хоть какого-нибудь света за час до пробуждения, и проблема хорошего настроения может быть решена. Существуют специальные лампы, включающиеся в определенное время, и будильники, использующие для решения своей задачи весь арсенал средств для приятного пробуждения. Такой будильник постепенно включает свет, создавая иллюзию рассвета. Когда лампа нагревается, ароматические масла, находящиеся в ней, начинают источать приятный аромат. За 15 минут до времени пробуждения лампа начинает издавать тихие звуки (шелест листвы, пение птиц, дуновение ветра). Ну и, наконец, начинает звучать приятная музыка, которая постепенно становится громче, таким образом обеспечивая естественное пробуждение.

Ученые, изучающие сон, рекомендуют не вскакивать с постели сразу после сигнала будильника. Резкий переход от сна к бодрствованию может вызвать головокружение. Сначала полезно потянуться, разминая затекшие за ночь части тела. Если сон не хочет уходить, можно попытаться прогнать его, энергично потерев ладони друг о друга в течение минуты. Ведь на ладонях находится много точек, известных древней китайской медицине, как отвечающие за разные органы тела. Массируя руки, мы активизируем эти точки, помогая организму проснуться. Рекомендуется пить по утрам не кофе, а зеленый чай. Кофе, конечно, сильнее бодрит, но при этом действует недолго. Чай же может поддерживать организм в тонусе в течение четырех-пяти часов. Впрочем, если кофе – именно то, что поднимает настроение с утра лично вам, пейте на здоровье! Вообще, чем больше приятных эмоций с утра, тем лучше!

Подготовила Н.ДЕМИДКИНА.

РЕКЛАМА И ОБЪЯВЛЕНИЯ

С 26 августа 2006 г.

Р/о «Узбекгосцирк»

С 26 августа 2006 г.

Ташкентский государственный

ЦИРК

ОТКРЫТИЕ СЕЗОНА-2006

Новая праздничная программа в двух отделениях

В программе принимают участие дипломанты Всероссийского конкурса артистов цирка, а также группа дрессированных животных

В ПРОГРАММЕ ПРИНИМАЮТ УЧАСТИЕ:

веселые клоуны, воздушные гимнасты, силовой атлет и многое, многое другое.

СПЕШИТЕ ВИДЕТЬ НА МАНЕЖЕ ЦИРКА!

Начало представлений по субботам и воскресеньям – 12.00, 15.00.

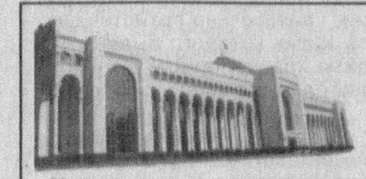
В графике возможны изменения.

Билеты продаются в кассах цирка и районными кассирами.

Форма оплаты – любая.

Касса работает с 9.00.

Справки по телефонам: 144-35-91, 144-35-94, 144-32-23.



Учредитель — хокимият г. Ташкента

Главный редактор Акмаль АКРАМОВ

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

ТЕЛЕФОНЫ:
отдел писем — 136-55-84; отдел рекламы и объявлений — 133-28-95; 136-57-65.
Факс: 133-21-56.

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

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

Индекс — 116. Способ печати — офсетный. Формат — А-2. Объем — 2 п.л. Тираж 3562

По вопросам доставки обращаться в почтовые отделения по месту жительства или в отдел эксплуатации ГСП "Тошкент почтамти", по телефону 133-74-05.

Номер набран и сверстан в компьютерном центре «Вечерний Ташкент».

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

Ответственность за достоверность сведений в рекламе и объявлениях несет рекламодатель.

Заказ Г-1208. Подписано в 13.00 1 2 3 4 · 6