



На посту

За законность и правопорядок

ГАЗЕТА ВЫХОДИТ
С 12 МАЯ 1930 ГОДА

Издатель – МВД Республики Узбекистан • Четверг, 14 апреля 2005 года • №15 (3591)



ОГНЕБОРЕЦ – ПРОФЕССИЯ МУЖЕСТВЕННЫХ

Людам, посвятившим себя делу борьбы с пожарами, должны быть присущи особые качества, без которых не мыслится эта профессия, возникшая с незапамятных времен. Сегодня здесь несут службу те, кто овладел в совершенстве сложной современной пожарной техникой, обучен навыкам тушения и предупреждения пожаров, овладел опытом, закален физически, готов к преодолению трудностей и испытаний, связанных с борьбой со стихией огня. Настоящий огнеборец – человек самоотверженный и мужественный

Дело борьбы с пожарами у нас сегодня поставлено с учетом высших достижений в этой сфере деятельности, огнеборцы используют передовую зарубежную опыт как в организации противопожарной службы, так и в подготовке специалистов для нее.

Высокими надежностью и техническими характеристиками отличаются используемые огнеборцами специальные автомобили, созданные ведущими производителями противопожарной техники. Прогрессивный опыт помогает оттачивать мастерство на регулярных учениях и тренировках, успешно продвигается наука побеждать огонь.

В пожарных частях и других

подразделениях свято хранятся славные традиции, здесь многие продолжают то, что начинали их отцы, династии поощряются, это один из факторов верности избранному делу. Жизнь практически ежедневно дает примеры проявления огнеборцами и высокого профессионального мастерства, и героизма при спасении людей на пожаре.

На снимке: сотрудники подразделения пожарной безопасности Бектемирского РОВД г. Ташкента – командир экипажа старший сержант Ш. Асатуллаев (справа) и пожарный младший сержант С. Саидмуродов.

Фото А. КЕНЖАЕВА.

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

ПРЕДОТВРАТИМ БЕДУ

“Месячник безопасности дорожного движения, проводимый в республике, дает свои результаты”.

2

МИРОВЫЕ НОВОСТИ



3

НАПЕРЕКОР СТИХИИ

“Всемирно известно о стихийных бедствиях, таких как землетрясение, ураганы, смерчи, сильные проливные дожди и пожары”.

4

СОХРАНИЛ БОЕВОЙ ДУХ

“Сержант М. Чупонов служит статистиком в Узунском РОВД. Регистрация и учет совершенных преступлений, их анализ, разработка предложений руководству по их предотвращению – вот чем занимается учетный работник”.

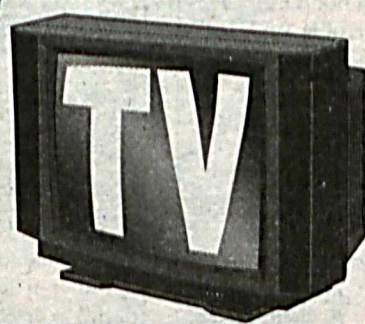


14

ОУНАЯ СТАВКА

ГАЗЕТА В
ГАЗЕТЕ

ТЕЛЕПРОГРАММА



НА НЕДЕЛЮ

МЕСЯЧНИК БЕЗОПАСНОСТИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

ПРЕДОТВРАТИМ БЕДУ

Месячник безопасности дорожного движения, проводимый в республике, дает свои результаты

Как рассказывает начальник отдела Главного управления безопасности дорожного движения МВД республики подполковник А. Сулейманходжаев в этой широкомасштабной акции участвуют как государственные организации, так и широкие слои населения. В дошкольных, средних и высших учебных заведениях, школах подготовки водителей, министерствах и ведомствах, автобазах, махаллях проводятся лекции и разъяснительные беседы. Распространяются брошюры о соблюдении Правил дорожного движения.

Планируются агитационные автопробеги с тем, чтобы в местах массового скопления населения проводить профилактическую работу.

Так, с начала проведения месячника всего по республике было вы-

явлено более 200 000 нарушений, совершенных как водителями, так и пешеходами, а находившихся за рулем в нетрезвом состоянии оказалось более двух тысяч. За этими впечатляющими цифрами стоит реальная угроза человеческим жизням, которую удалось предотвратить.

Созданы специальные группы, в состав которых помимо сотрудников БДД, входят представители общественности, учителя, медики. Они проводят совместные рейды на постах ДПС, автотрассах.

Месячник безопасности дорожного движения продолжается, а предварительные результаты дают основание говорить о снижении количества дорожно-транспортных происшествий, гибели и травматизма людей.

Г. ПЕТРОСЯН.

МНОГОЕ ЗАВИСИТ ОТ НАС САМИХ

Все мы связаны с дорогой: и пешеходы, и водители. И выполнение Правил дорожного движения – гарантия здоровья, порой и жизни тех, и других. Об этой истине еще раз хотелось бы вспомнить сейчас, в дни проведения месячника безопасности дорожного движения. Он проходит в период с 1 апреля по 1 мая. А в марте...

Только на территории Сурхандарьи произошло 34 дорожно-транспортных происшествия, в результате которых 29 человек получили телесные повреждения различной тяжести, 18 – погибли.

Вот только один случай. В результате столкновения автомобиля "Тико", за рулем которого был житель Джаркургана Соатмурод М., и автобуса "ЛАЗ-695" три пассажира легкового автомобиля скончались на месте происшествия, водитель и один пассажир получили тяжелые телесные повреждения и были доставлены в больницу. Через несколько дней водитель от полученных травм скончался.

Случай, безусловно, очень печальный. Но, к сожалению, не единственный. И чтобы подобного не случилось впредь, работники службы безопасности дорожного

движения делают все возможное.

Планмерно изучаются технические состояния автотранспортных средств на автотранспортных предприятиях, в ширкатных хозяйствах, различных организациях. Инспекторы дорожно-патрульной службы, бывая в учебных заведениях, стараются углубить знания учащихся по Правилам дорожного движения. На основании утвержденных планов на многолюдных улицах, перекрестках, железнодорожных переездах установлены посты. Делается все, чтобы обезопасить жизнь людей. Как говорит узбекская пословица: "Когда хлопаешь в ладоши, нужны две руки". И если пешеходы и водители будут соблюдать правила – результаты работы службы БДД будут еще эффективнее.

А. НАВРУЗОВ,
капитан.

Сурхандарьинская область.

ПРОВЕДЕНА УЧЕБА

В учебном центре УВД Хорезмской области созданы условия для обучения и проживания обучающихся. Недавно здесь проведена семидневная учеба для начальников изоляторов временного содержания из четырех регионов – Республики Каракалпакстан, Бухарской, Навоийской и Хорезмской областей. Всего 23 представителя этих учреждений повысили свои знания по вопросам деятельности ИВС

В ходе занятий были изучены новые законодательные акты и документы, регламентирующие обязанности работников.

Занятия проводили начальник отдела Главного управления уголовного розыска и по борьбе с терроризмом МВД республики подполковник Э. Саидов, оперуполномоченный по особо важным делам майор М. Ирисбеков, старший инспектор Главного управления

ППС и ООП подполковник М. Нодирхонов.

По завершении занятий было проведено тестирование обучавшихся.

М. АБДУЛЛАЕВ,
Ф. МУХАММАДИЕВ.

На снимках: начальник отдела ГУУР и БТ подполковник Э. Саидов и старший инспектор ГУППС и ООП подполковник М. Нодирхонов принимают экзамен; на одном из занятий.

Фото Ф. МУХАММАДИЕВА.



МЕСТО СЛУЖБЫ – КАРАУЛЬНЫЕ ВОЙСКА

ВПЕРЕДИ – НАПРЯЖЕННАЯ РАБОТА

В Главном управлении Караульных войск МВД Республики Узбекистан проведено служебное совещание с участием командиров частей и их заместителей по воспитательной работе, на котором подведены итоги служебно-боевой деятельности и состояния воинской дисциплины в войсках за первый квартал текущего года, конкретизированы задачи на предстоящий период

На совещании выступили заместитель военного прокурора республики подполковник юстиции С. Джураев и заместитель начальника Управления материально-технического и военного снабжения МВД республики подполковник А. Аристов, ответившие на интересующие офицеров вопросы.

Был заслушан ряд командиров частей и их заместителей по воспита-

тельной работе о мерах, принимаемых по укреплению законности и правопорядка, предупреждению правонарушений, преступлений и происшествий среди военнослужащих.

Большое внимание на совещании было уделено вопросам совершенствования подготовки и профессионального мастерства военнослужащих по контракту, некоторым итогам их аттестования, а также выполнению на

местах постановления Кабинета Министров от 15 марта 2005 года об организации приема призываемого молодого пополнения и увольнения в резерв отслуживших установленный срок службы. По этим вопросам выступили заместитель начальника штаба войск полковник С. Ем, начальник отдела боевой подготовки ГУКВ полковник Н. Поповский и заместитель начальника оргмоботдела подполковник О. Усманов.

Командующий Караульными войсками МВД республики полковник Н. Сулейманов всесторонне проанализировал причины имевших в ряде подразделений место недо-

статков, высказал свои требования и рекомендации по их устранению. Определяя задачи на ближайшее будущее, он отметил, что предстоящий период наиболее сложный и ответственный: проведение во всех подразделениях итоговых занятий за зимний период обучения, встреча, обучение и ввод в боевую службу молодого пополнения, увольнение в резерв тех, кто отслужил установленный срок срочной службы, подготовка и проведение мероприятий, посвященных 60-летию Победы во Второй мировой войне, и другие.

Н. ЧУРСИНОВ.



Весна... На полях зазеленели всходы. Пройдет время – и земледельец соберет урожай, который ляжет на наш общий дастархан. И он будет зна-

чительно богаче, если уберечь поля от потрав.

Чтобы предупредить их, работники правоохранительных органов Сурхандарьи проводят

большую работу. Организовано более трехсот наблюдательных пунктов, на которых круглосуточно несется дежурство. Для эффективности их

работы местные хокимияты выделили 44 лошади.

В результате проведенной работы выявлено девять случаев потрав. С полей удалено 25 голов скота. Такие факты отмечены в Денауском, Шерабадском и Музрабадском районах.

Общий ущерб от потрав составил более 800 тысяч сумов. Помимо материального ущерба с виновников удержано 45778 сумов.

Один из них житель махалли "Мустакиллик" ширкатного хозяйства "Янгибад" Музрабадского района М. Каракулов, козы которого потравили 0,05 гектара посевов.

А. МАМАТКАЗИНА,
Фото Э. ТУЛЯЕВА.

МИРОВЫЕ НОВОСТИ

В течение последних нескольких дней в Ираке прошла серия крупнейших демонстраций протеста против присутствия американских солдат в Ираке. В годовщину взятия американскими войсками Багдада на улицах города прошла демонстрация сторонников радикального шиитского лидера Муктады аль-Садра.

В воскресенье демонстрация протеста состоялась в городе Дюлюйя, в 45 километрах от столицы города, в понедельник - в Бакубе, в

35 километрах от Багдада. Во вторник религиозные и племенные лидеры Самарры собрались в центре города, забрасывая американские танки камнями, выкрикивая антиамериканские лозунги и требуя вывести войска из Ирака.

Новые лидеры Ирака, со своей стороны, считают, что страна еще не готова к выводу американских войск, так как правительство не располагает достаточным количеством верных, обученных и экипи-

ТРЕБУЮТ ОСТАВИТЬ ИХ В ПОКОЕ

Несмотря на то, что новое правительство Ирака заявляет, что слишком рано говорить о выводе американских войск из страны, иракцы все активнее требуют у США оставить их в покое



рованных солдат и полицейских для того, чтобы поддерживать порядок и безопасность.

ПРИБЫЛ С НЕОЖИДАННЫМ ВИЗИТОМ

Министр обороны США Дональд Рамсфелд прибыл с неожиданным визитом в афганский город Кандагар

Как сообщает агентство Франс Пресс, цель визита Рамсфелда - встреча с военнослужащими американского контингента в Афганистане и ознакомление с ходом реконструкции различных объектов в стране.

Из Кандагара, расположенного на юге страны, Рамсфелд вылетит в афганскую столицу Кабул для встречи с президентом Афганистана Хамидом Карзаем.

На этой встрече предполагается обсудить ряд вопросов, связанных с американскими военными объектами, а также вопросы безопасности, антитеррористические операции и стратегию борьбы с движением "Талибан" и сторонниками "Аль-Каиды".

В феврале 2005 года Дональд Рамсфелд неожиданно посетил Ирак, где проинспектировал ход подготовки иракских военнослужащих и провел встречи с иракским и американским командованием. Его визит не был объявлен из соображений безопасности.

ОТВЕТИЛА ГАЗОВОЙ АТАКОЙ



Япония начала предоставлять частным компаниям права на добычу газа в спорном регионе Восточно-Китайского моря. Об этом в среду объявил японский министр торговли

Накануне госсекретарь КНР Тан Цзяуань назвал спор об энергоресурсах одной из главных проблем в китайско-японских отношениях и предупредил Токио, что передача прав на проведение разведывательного бурения в спорном райо-

не "фундаментальным образом" изменит ситуацию.

По утверждениям японских СМИ, это решение, которое наверняка вызовет раздражение у Китая, было принято под давлением ряда правительственных чиновников накануне визита в

Пекин министра иностранных дел Японии Нобутаки Матимур. Ему предстоит найти выход из дипломатического тупика, в котором обе страны оказались после событий минувших выходных.

Напомним, что десятки тысяч китайцев вышли на улицы Пекина и ряда южно-китайских городов, протестуя против издания в Японии школьного учебника истории, в котором, по их мнению, искажалась правда о японской агрессии против Китая в 1930-1940 годах. В результате уличных протестов был причинен материальный ущерб зданиям японских диппредставительств и ряду коммерческих предприятий. В Шанхае толпа избивала трех японских студентов.

СОВМЕСТНО ПРОДАВАЛИ УРАН

Северная Корея и Пакистан занимались совместным проектом, целью которого было производство материалов для ливийской ядерной программы. Такое заявление, со ссылкой на разведывательные источники, сделал представитель США на шестисторонних переговорах по корейскому вопросу.

"У нас есть доказательства того, что материалы, прибывшие в Ливию, - северокорей-

ского происхождения. Посредником выступил Пакистан, который знал, для кого предназначены материалы", - заявил Кристофер Хилл, возглавляющий делегацию США в переговорах с КНДР по вопросу о ядерной программе режима Ким Чен Ира.

До последнего времени Кристофер Хилл являлся послом США в Южной Корее. В настоящее время он получил пост помощника госсекрета-

ря США по делам Дальнего Востока.

Ливия и КНДР помогли подпольной организации Абдул Хана организовать продажу и доставку гексафторида урана (UF6), ключевого элемента для процесса обогащения ядерного топлива. Абдул Хан - пакистанский ученый, возглавлявший ядерную программу, организовал подпольную сеть по незаконной торговле ядерными технологиями.

ОБРЕКУТ НА ЖИЗНЬ

На прошлой неделе Саддам Хусейн, свергнутый американцами 2 года назад (9 апреля 2003 г.), смог наблюдать за тем, как выбирают президента и премьера в его бывшей диктаторской вотчине. Наблюдал из тюремной камеры на американской военной базе Кэмп Кроппер, находящейся в районе багдадского аэропорта, по телевизору, который специально для этого поставили туда по просьбе иракского министра по правам человека Бахтияра Амина. О чем думал Саддам в те минуты, сказать трудно. Но уж точно - радужные мысли его не навещали. За почти 25-летний период безраздельного господства над богатейшей страной Персидского залива он все время воевал. И не только с Ираном и Кувейтом, но и с собственным народом - в основном, курдами и шиитами, предстатели которых теперь будут вершить не только судьбу государства, но и его собственную. В конце года Хусейну напомнят все: и массовые депортации, и применение газов, и этнические чистки, и государственный террор. А это по его же, саддамовским законам - смертная казнь.

ПЕРЕДАЛ СНИМКИ

Израильский военный аташе генерал Йоаф Галлан сопровождающий Ариэля Шарона во время визита в США, передал Джорджу Бушу аэрофотоснимки иранских ядерных объектов



Кроме снимков, во время встречи Шарона и Буша на ранчо в штате Техас Галлан также предоставил Бушу другую собранную израильскими спецслужбами информацию о ядерной программе Тегерана.

По данным информированных источников, аэрофотоснимки свидетельствуют о том, что иранская ядерная программа "находится в продвинутой стадии развития".

Пресс-секретарь Белого дома Скотт Макклеллан подтвердил, что в ходе встречи Буш и Шарон обсуждали проблему ядерной программы Ирана, ее негативное влияние на ситуацию в регионе. Однако, подчеркнул Макклеллан, речь не шла о возможности нанесения превентивных ударов по иранским ядерным объектам.

С сентября 2004 г. Кодзоев находился в федеральном розыске, и наконец удалось точно установить его местонахождение. Он скрывался в одном из частных домов в Назрани (Ингушетия). Сотрудники правоохранительных органов окружили дом, где находился боевик, и предложили ему сдаться. Однако тот отказался и открыл огонь по милиционерам. В результате было решено начать штурм здания, в ходе которого экстремист был убит. В доме же, где боевик скрывался последнее время, обнаружили настоящий склад оружия.

Охота за Инзором Кодзоевым велась уже давно. В его досье числилось не только обвинение в причастности к захвату школы в Беслане, но также и участие в вооруженном нападении на Ингушетию в июне 2004 года. В январе этого года спецслужбы как никогда были близки к поимке боевика, скрывавшегося тогда в селе Кантышево в Ингушетии. Однако в тот раз бандиту, несмотря на ранение, удалось ус-

УБИТ ОДИН ИЗ БЕСЛАНСКИХ БОЕВИКОВ

Еще одного из боевиков, захвативших школу в Беслане в сентябре прошлого года, постигло возмездие. Сотрудникам ФСБ РФ удалось выследить долгое время успешно скрывавшегося Инзора Кодзоева, подозреваемого в причастности к теракту в Беслане



пешно скрыться. Теперь он оказался не столь удачлив.

Уничтожение Кодзоева со-

впало с опознанием одной из женщин-террористок, участвовавших в бесланском захвате Шамиля Басаева. Николай Шепель, заместитель генерального прокурора РФ, заявил, что молекулярно-генетическая экспертиза помогла опознать одну из смертниц. В интересах следствия он не сообщил прессе ни имя, ни фамилию преступницы, но подтвердил, что она является уроженкой Чечни, 1977 г. рождения. Вторая шахидка, участвовавшая в теракте и убитая при освобождении школы, остается пока неопознанной.

НАПЕРЕКОР СТИХИИ

Всем известно о стихийных бедствиях, таких как землетрясение, ураганы, смерчи, сильные проливные дожди и пожары

Любой пожар это беда. От безжалостных языков пламени люди могут остаться без крова, возможны и другие тяжелые последствия. Предотвращение каких-либо ситуаций, связанных с огнем, — главная задача сотрудников службы пожарной безопасности.

Основная работа, проводимая сотрудниками Главного управления пожарной безопасности и его подразделений, это разъяснительные беседы о пожарной безопасности среди широких слоев населения, периодическая агитационно-пропагандистская работа в средствах массовой информации, встречи с населением в местах массового пребывания, на промышленных объектах, в махаллях, учебных заведениях и детских садах.

Мы добились положительных результатов, так как жители республики начали принимать пользу соблюдения правил пожарной безопасности.

Статистические данные, по которым традиционно оцениваются результаты службы пожарной безопасности, говорят

о снижении случаев пожаров. За последние пять лет число их уменьшилось на 8,8 процента. Также понизились показатели получивших ожоги и погибших в огне людей.

Однако в целом обстановка с возникновением пожаров и пожарной безопасностью вызывает серьезную озабоченность.

Как правило, мы судим о результатах работы по основным показателям: снижение или рост числа пожаров, количество погибших и получивших ожоги людей. Важность этого бесспорна, весь смысл работы службы пожарной безопасности в том, чтобы меньше уносил огонь человеческих жизней, и уничтожал народное добро. Но ведь не только от службы пожарной безопасности это зависит. Каждый человек, обязан соблюдать меры

пожарной безопасности, беспечность некоторых граждан приводит к трагедии.

Несмотря на постоянную агитацию и выступления сотрудников пожарной безопасности в средствах массовой информации, находятся такие, кто постоянным нарушением правил пожарной безопасности приводит к возникновению пожаров, с вытекающими последствиями.

Говоря о качестве работы пожарной охраны, хочется отметить профессиональную компетентность сотрудников. Сегодня гарнизоны пожарной безопасности имеют хорошо обеспеченную техническую базу. Кроме этого бойцы службы используют все свои профессиональные навыки, боевые качества в борьбе с огнем.

За героизм и храбрость при тушении пожаров и спасении

людей, многие сотрудники службы пожарной безопасности награждены медалью «Жасорат». Это начальник УПБ МВД Республики Каракалпакстан полковник В. Живницкий, командиры отделений УПБ УВД Самаркандской области старшие сержанты Б. Гаиров и М. Розиков, командир отделения УПБ Хорезмской области старшина О. Матчанов, огнеборец УПБ Якасарайского района города Ташкента рядовой С. Карижонов, а также подполковник Р. Зарипов из УПБ Бухарской области. Звания «Заслуженный наставник молодого поколения Республики Узбекистан» удостоился командир отделения УПБ УВД Ташкентской области прапорщик С. Кистубаев.

В целях повышения эффективности работы, приобрета-

ются современные пожарные автомобили, и строятся новые, отвечающие стандарту пожарные части, как например в Шахрисабзском и Яккабагском районах Кашкадарьинской области, Иштыханском районе Самаркандской области и других областях республики. К слову, о новой технике можно привести пример о приобретении пожарной машины АЦ-20-2,5 (120-40) 100 совместного производства украинской компании «Tital» с «СамКочавто», выполненной на шасси грузового автомобиля «Уз-Отойол 120.14К», удачно прошедшей испытания в наших условиях. Был подписан договор о дальнейшем сотрудничестве с украинской компанией «Tital».

Также проводятся совместные работы с другими структурами и подразделениями, такими как Министерство по чрезвычайным ситуациям, местными управлениями газо- и электроснабжения, махаллинскими комитетами.

А. ХУДАЙКУЛОВ,
капитан.

ВОЗЬМЕМСЯ СООБЩА

Не один раз говорилось, насколько опасным может быть огонь. И все же находятся люди, которые забывают об этом, проявляют беспечность, что нередко становится почвой для пожара

Сохиба, мать двоих детей, каждый день оставляла пятилетнюю дочь Мадину и трехлетнего сынишку Бекзода дома одних, закрывала снаружи дверь и уходила по делам. Дети целыми днями оставались без надзора взрослых, привыкли к этому. Однажды они спрятали спички, а когда мама ушла, начали играть, сжигая одну за другой, не заметили, как начал гореть ковер. Дети спрятались под одеялом, где их обгорелые трупы нашли пожарные. В другом случае хозяин вызвал электрика, чтобы тот починил электросчетчик. Электрик предупредил: «Предохранителя у меня нет, поставлю «жучок». Проблема возникла, когда произошло короткое замыкание, и старый электропровод вспыхнул. В результате почти половина квартиры сгорела. Такие случаи можно перечислять и перечислять.

По данным Управления пожарной безопасности ГУВД г. Ташкента общее количество пожаров за три месяца текущего года составило 322, ущерб составил около 4 млн сумов, погибли и пострадали люди, получив ожоги разной степени тяжести.

Пожары зачастую возникают из-за неисправности производственного оборудования, неисправности электроприборов, телевизоров, кондиционеров, газовых приборов, неисправности печей, неосторожного обращения с огнем, детской шалости.

Вот что сказал об этом начальник отдела майор У. Юлдашев.

— По другому не скажешь, но все же основная причина пожаров — безалаберность. Ничего само по себе не возникает. Подвыпивший человек засыпает с горящим окурком, или дети, оставшиеся без надзора, играют со спичками. К возникновению пожара ведут три фактора: источник горения, кислород и источ-

ник зажигания (чаще всего человек). Люди, вместо того чтобы быть осторожнее и мудрее, ищут потом для себя оправдание: то не вовремя приехали пожарные машины, то еще что-то.

Сегодня частные дома в махаллях строятся нередко так, что между ними нет затора, расстояния, необходимого для пожарной безопасности. Так что если загорится один дом, огонь тут же цепочкой перекинется на соседний. Я уже не говорю о том, что в каждом доме обязательно должен быть противопожарный щит с полным комплектом: огнетушителями, лопатами, специальными ведрами, ломом, багром, также песком. Если у граждан нет на это средств, то они должны четко соблюдать правила пожарной безопасности для своего же блага. Мы это требуем, так как наша задача — предупреждать и предотвращать возможные пожары. Что касается пожарной охраны, то здесь служат действительно профессионалы своего дела. Опыт мастеров борьбы с огнем передается молодым. Нередки династии. Полковник в отставке М. Мансуров, много лет проработавший в органах внутренних дел, передал свое дело сыну. Здесь же служит в УПБ ГУВД г. Ташкента и дочь огнеборца-ветерана. И таких продолжателей рода пожарных очень много. Наша профессия требует четкой дисциплины, отваги, мужества. Они, рискуя своей жизнью, спасают людей. Боец пожарного расчета, 21-летний С. Каримжонов, спасая граждан, погиб в борьбе со стихией огня.

Но наши усилия будут эффективнее, если люди сами позаботятся о том, чтобы вовремя предотвратить пожар.

М. РАХИМОВА,
лейтенант.

ОГНЕБОРЦЫ ЯНГИАРЫКА

Работники отделения пожарной безопасности Янгиарыкского РОВД активно проводят мероприятия по недопущению пожаров на объектах народного хозяйства, в жилом секторе. В частности, в первом квартале нынешнего года проверено 156 объектов и свыше 11 тысяч жилых домов. Проведено более 130 встреч с рабочими и служащими предприятий и организаций



На снимке: начальник отделения пожарной безопасности Янгиарыкского РОВД старший лейтенант Ш. Худойбердиев проверяет готовность техники.

За невыполнение правил пожарной безопасности в отношении 36 лиц применены административные наказания, виновные оштрафованы. Временно приостановлена деятельность 26 объектов, так как здесь имела опасность возникновения пожаров.

— Сотрудники подразделения целенаправленно ведут разъяснительную работу, — говорит начальник отделения пожарной безопасности Янгиарыкского РОВД, старший лейтенант Ш. Худойбердиев. — Широко развернута противопожарная пропаганда среди населения, активно используются средства массовой информации. Сотрудники регулярно выступают по радио. К сожалению, за истекшие три месяца имели место 10 случаев пожара, а материальный ущерб составил около 160 тысяч сумов.

Ф. МУХАММАДИЕВ,
Фото автора.

БЕСПЕЧНОСТЬ, НЕСУЩАЯ БЕДУ

Хотя огонь и вода в человеческой жизни играют важную роль, они порой могут проявлять свой характер, и малейшая беспечность может привести к непоправимым последствиям

С начала текущего года в Андиганской области произошло более 140 пожаров. Девяносто процентов из них в частном жилом секторе. Два человека погибли, шесть получили ожоги различной степени тяжести, общий материальный

ущерб превысил 8 миллионов сумов. Обратимся к фактам.

12 февраля житель ширкатного хозяйства «Асака» Асакинского района Уктам А., работавший сторожем в тракторном парке, заступил на дежурство в нетрезвом состоянии. Спустя некоторое время он заснул с непотушенной сигаретой, от которой возник пожар. Мужчине с ожогами различной степени был доставлен в районное отделение экстренной медицинской помощи. Но несмотря на старания врачей, жизнь ему спасти не удалось.

8 марта 15-летняя Гульхаё У., проживающая в ширкатном хозяйстве «Намуна» Алтынкульского района, решила приготовить пирог для праздничного стола. При пользовании газовой духовкой девушка пренебрегла правилами пожарной безопасности, в результате получила сильный ожог лица.

Сотрудники управления пожарной безопасности постоянно напоминают о соблюдении правил. Но не надо забывать, что все зависит только от нас.

А. ЗАКИРОВ,
капитан.

ЛУЧШИЙ МОЙ ПОДАРОЧЕК



Традиционно подарком коллегам на праздники у нас считались баночка шампуня, коробка конфет. Однако времена меняются, и приходит совершенно другая культура. Все, что связано с гигиеной, слишком уж интимно. Дамам, сидящим на диете, сладким не угодишь. Каков же должен быть современный "офисный" подарок?

Прежде чем выбрать презент, мы задаем себе вопрос "А что ей/ему нужно? Чего она/он хочет?". Если речь идет о родственниках или друзьях, еще можно угадать. Но когда нужно вручить подарок кому-либо на работе... Выход из этого положения — проверенный на Западе вариант: сувениры. Но и здесь надо быть аккуратным, потому что одно дело — сувенир для коллеги, и совершенно другое — для партнера или клиента.

СТРЕССЫ НЫНЧЕ В МОДЕ

Есть подарки, которые можно считать универсальными. Их дарят и партнерам, и клиентам, и коллегам, и просто друзьям. Сейчас

производители сувенирной продукции активно занялись "разработкой" темы ежедневного стресса.

Вы работаете? Это стресс. Вы отдыхаете? Болеете? Ходите в фитнес-клуб? Читаете книги? Делаете покупки? Смотрите телевизор? Путешествуете? Значит, у вас стресс. А раз есть стресс, должен быть и антистресс.

И так медленно, но верно начинает попадаться в продаже "хорошо надоевшее старое", но с новой "изюминкой". Скажем, ручки с "антистрессовым захватом", то есть со специальной силиконовой муфточкой. По мнению производителей, этот захват способствует расслаблению мышц кисти во время письма. И даже если вы в течение нескольких часов конспектируете речь шефа на со-

вещании, ваша рука не устанет благодаря антистрессовой ручке. Или антистрессовая мини-груша для бокса — опять же "два в одном", только в несколько другом смысле: и настольный антистресс, и эспандер. Его можно поставить на стол и колотить по нему вместо того, чтобы издеваться над коллегами. Нечто вроде "листа гнева", который еще лет пять назад все друг другу пересылали по факсу: разозлился — выпусти пар, разорви.

Есть и забавные антистрессы-релаксанты, призванные так или иначе расслаблять своего владельца. Эти годятся в качестве шуточных подарков. И если адресат не станет ими пользоваться, наверняка не выбросит, а отнесет домой детям. Маленькая резиновая акула, в прозрачной пасти которой плавают резиновые же оторванные "человечки" ручьиножки, динозаврик с крошечными разноцветными зверушками в прозрачной утробе, металлические человечки, качающиеся на качелях и разъезжающие на велосипедах...

И, наконец, самое популярное — "мобили" из пластика, внутри которых медленно и печально перетекает разноцветное

масло, каплями рисуя на стенках разводы... Впору смотреть на них и медитировать, позволяя глазам отдохнуть от монитора, а мозгу — от рабочего напряжения.

Из этой же серии настольные баскетбольные катапульты, магнитные скульптуры, счастливый обладатель которых может сам складывать из множества мелких металлических частичек искусственные "муравейники" или подлинное произведение искусства — макеты небоскребов либо памятники известным людям. Глобус-пазл помогает не только развивать креативность, но и проверит сообразительность — на шаровидную основу надо прикрепить 71 деталь мозаики, чтобы стали видны "страны и континенты". Отличное занятие во время обеденного перерыва или в момент обдумывания очередной рабочей задачи.

ЛОВКОСТЬ РУК — И НИКАКОГО СТРЕССА

Конечно, можно сколько угодно обвинять производителей сувениров-антистрессов в хитроумной маркетинговой политике: дескать, наживаются на несчастях

"рабочего люда". Однако, по мнению врачей, в данном случае все физиологически обосновано.

На пальцах рук больше всего точек акупунктуры, которые используют в рефлексотерапии для лечения и профилактики различного рода заболеваний. При воздействии на эти зоны сигналы передаются в центральную нервную систему. Так можно влиять непосредственно на каждый орган в отдельности и весь организм в целом. Среди биологически активных точек есть успокаивающие, которые оказывают тормозящее действие при перевозбуждении или повышенном тоне мышц. Есть и стимулирующие, которые мобилизуют наш мозг во время тяжелой умственной работы.

Если мы нервничаем, раздражены или когда требуется найти единственно верное решение, нам хочется взять что-нибудь в руки и повертеть — будь то ресторанный салфетка, мобильный телефон или кубик Рубика. В этот момент человек подсознательно стремится прийти в нормальное рабочее состояние путем воздействия на точки акупунктуры.

Особенно в этом смысле оказываются важны "десять точек" — так в рефлексотерапии называют зоны, расположенные посередине кончиков пальцев рук. Их следует стимулировать в качестве профилактики последствий нервозности — против "скачков" артериального давления и головной боли, а также при необходимости поднять тонус. Мы увлеченно крутим в руках календарь-трансформер и, потихоньку успокаиваясь, оказываемся способными на быстрые экспромты или на длительную активность в авральном режиме. П

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ НА СЛЕДУЮЩУЮ НЕДЕЛЮ

ОВЕН. На этой неделе вам стоит воплотить в жизнь свои сокровенные планы и замыслы. Однако некоторые из них придется слегка подкорректировать — в зависимости от развития событий. В понедельник постарайтесь не принимать скоропалительных решений: выделите себе время для размышления и обдумывания. Желательно делать это в одиночестве. В субботу не стоит создавать конфликтных ситуаций: избегайте споров на любую серьезную тему.

РАК. На этой неделе важно планировать свои действия хотя бы на несколько шагов вперед. Решение многих жизненно важных вопросов, возможно, будет продиктовано стремлением облегчить свою жизнь и улучшить материальное положение. На всякий случай попробуйте пересмотреть мотивы своего поведения — вдруг найдутся варианты лучше? Во вторник благоприятным будет начало деловой поездки. В среду позвольте себе приобрести что-нибудь элегантное.

ВЕСЫ. Внутренняя и внешняя гармония уберет вас от эмоциональных всплесков. В понедельник нежелательно слишком расслабляться, так как может выясниться, что часть дел не терпит отлагательства. В четверг, прежде чем взяться за крупное дело, правильно оцените свой потенциал: сейчас лучше недооценить, чем переоценить. В выходные дни постарайтесь уделить достаточно времени для решения проблем близких людей.

КОЗЕРОГ. На этой неделе вы способны легко обезоружить критически настроенных к вам людей своим вниманием и доброжелательностью. Результативность ваших действий, как обещают звезды, заметно возрастет, воля станет непреклонной, и вы многое успеете сделать. Отриньте ненужные сомнения во вторник, иначе на преодоление собственного сопротивления вы потратите слишком много усилий.

ТЕЛЕЦ. На этой неделе у вас появится возможность разобраться с возникающими сложными ситуациями. В понедельник постарайтесь плавно войти в рабочий ритм — не стоит хвататься за все сразу. Звезды предсказывают, что вторник будет на редкость удачным днем: для вас практически не будет препятствий для достижения любой цели.

ЛЕВ. На этой неделе ваше многозначительное молчание окажется на вес золота. Если вы не проболтаетесь, то, вероятно, ваша жизнь значительно улучшится. В первой половине недели интересные встречи. Вот тут-то секреты, которые вы тщательно храните, и откроют для вас новые перспективы. В понедельник желательно соблюдать разумную осторожность. В среду постарайтесь не выяснять отношения и не упрекать окружающих.

СКОРПИОН. Ваш творческий импульс способен смести на своем пути все преграды и препятствия. В вашей выносливости и расчетливости виден залог успеха на этой неделе. Во вторник приятный сюрприз приведет вас в хорошее расположение духа. Суббота может оказаться самым каверзным днем недели: вам понадобится все ваше самообладание, чтобы сохранить спокойствие.

ВОДОЛЕЙ. Практически во всех своих делах вы можете на этой неделе получить помощь от старых друзей. Включайтесь в рабочий ритм постепенно — только со среды вы можете позволить себе полную нагрузку. В понедельник не делайте поспешных выводов и избегайте сплетен. В этот день вас могут вовлечь в служебный конфликт. Пятница благоприятна для заключения соглашений в неформальной обстановке.

БЛИЗНЕЦЫ. В начале недели вы способны молниеносно решить большинство тех проблем, которые перед вами возникнут. Если вы не будете делать себе послаблений, то перед вами откроются блестящие перспективы. Необходимо слушать свой внутренний голос: сейчас он поможет интуитивно выбрать правильное решение. Во второй половине недели важно любой ценой избегать конфликтов с партнерами по работе или бизнесу.

ДЕВА. На этой неделе у вас есть шанс создать прочный фундамент для дальнейших достижений в работе и творчестве. Успех будет базироваться на вашей пунктуальности и добросовестности. Не позволяйте окружающим людям манипулировать вами, не идите на бесконечные компромиссы. Во вторник будут удачными деловые встречи и переговоры. В пятницу особенно тщательно контролируйте деятельность помощников и коллег, действуя по правилу "доверяй, но проверяй".

СТРЕЛЕЦ. Проявите должное уважение к близким людям и друзьям, а они, в свою очередь, помогут в реализации ваших целей. Чтобы ваши проблемы с деловыми партнерами не повторились, необходимо извлечь уроки из прошлых ошибок. В понедельник чувство собственного превосходства может препятствовать полноценному общению. В четверг — хороший момент для построения планов на будущее.

РЫБЫ. Наступающая неделя, по прогнозу астролога, принесет вам прекрасное настроение и обеспечит возможность для самореализации. В понедельник не стоит планировать много деловых встреч. В среду может сложиться благоприятная ситуация для осуществления бизнес-планов. В четверг будьте внимательны, чтобы не упустить интересные идеи и надежных деловых партнеров.

Понедельник 18

Телеканал

«Узбекистан»

Телетомошабинлар диққати! Профилактика муносабати билан «Узбекистон» телеканали 18 апрель куни ўз кўрсатувларини соат 15.00 дан бошлайди.

Телеканал

«Тошкент»

17.00 Кўрсатувлар тартиби. 17.10 ТТВда сериал: «Австралиянинг ёввойи табиати».

Телеканал

«Ёшлар»

16.25 Кўрсатувлар дастури. 16.30 «Давр» ҳафта ичида.

Вторник 19

Телеканал

«Узбекистан»

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!» 8.00-8.35 «Ахборот».

Телеканал

«Ёшлар»

7.00 «Мунаввар тонг». 8.30 «Янги авлод» почтаси.

калари. 17.40 «Клон». Сериал. 18.50 «Мени куттил».

30-й канал

16.55 гача профилактика ишлари. 16.55 Открытие программы.

ОРТ

5.00 «Доброе утро». 8.00 Новости. 8.05 Фильм «Звездные войны: Новая надежда».

Телеканал

«Sport»

Телетомошабинлар диққати! Профилактика муносабати билан 18 апрел куни «Sport» телеканали ўз кўрсатувларини 16.55дан бошлайди.

23.30 «Подводный мир» Андрея Макаревича. 0.00 Боевик «Суперагент Саймон».

РТР

2:00 «Доброе утро, Россия!». 5:45 Фильм «Человек, которого я люблю».

НТВ

5:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ». 8:05 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».

ОРТ

5.00 «Доброе утро». 8.00 Новости. 8.05 Фильм «Звездные войны: Новая надежда».

ВОПРОС» 12:35 Сериал «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА: АВТОКОП».

ТВ 3

7.30 Победоносный голос верующего. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30 Мультфильмы.

ДТВ

8.00, 8.30 Мультфильмы. 8.55, 19.25, 2.05 «Неслучайная музыка».

РТР

2:00 «Доброе утро, Россия!». 5:45 Мелодрама «Всегда говори «всегда»-2».

ТВ 3

7.30 Победоносный голос верующего. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30 Мультфильмы.

ТНТ

4.50 Москва: инструкция по применению. 5.15 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».

НТВ

5:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ». 8:05 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».

мья - деньги!» 13.45 Телесериал «АГЕНТСТВО».

ТНТ

4.50 «Москва: инструкция по применению».

ДТВ

8.00, 8.30 Мультфильмы. 8.55, 19.25, 2.05 «Неслучайная музыка».

РТР

2:00 «Доброе утро, Россия!». 5:45 Мелодрама «Всегда говори «всегда»-2».

ТВ 3

7.30 Победоносный голос верующего. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30 Мультфильмы.

ТНТ

4.50 Москва: инструкция по применению. 5.15 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».

НТВ

5:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ». 8:05 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».

12.05 «Губка Боб Квадратные штаны».

СТС

7.00 «БЕВЕРЛИ ХИЛЛЗ 90210». Сериал. 7.40, 7.50, 8.00 Мультфильмы.

ТНТ

4.50 Москва: инструкция по применению. 5.15 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».

ДТВ

8.00, 8.30 Мультфильмы. 8.55, 19.25, 2.05 «Неслучайная музыка».

РТР

2:00 «Доброе утро, Россия!». 5:45 Мелодрама «Всегда говори «всегда»-2».

ТВ 3

7.30 Победоносный голос верующего. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30 Мультфильмы.

ТНТ

4.50 Москва: инструкция по применению. 5.15 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».

СТС

7.00 «БЕВЕРЛИ ХИЛЛЗ 90210». Сериал. 7.40, 7.50, 8.00 Мультфильмы.

«МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ».

7 ТВ

6.00, 9.30, 16.30, 4.30, 5.30 Линия жизни.

СТС

7.00 «БЕВЕРЛИ ХИЛЛЗ 90210». Сериал. 7.40, 7.50, 8.00 Мультфильмы.

ТНТ

4.50 Москва: инструкция по применению. 5.15 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».

НТВ

5:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ». 8:05 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».

ТВ 3

7.30 Победоносный голос верующего. 8.00, 8.30, 9.00, 9.30 Мультфильмы.

ТНТ

4.50 Москва: инструкция по применению. 5.15 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».

СТС

7.00 «БЕВЕРЛИ ХИЛЛЗ 90210». Сериал. 7.40, 7.50, 8.00 Мультфильмы.

В программе возможны изменения. По вопросам, касающимся несоответствия телепрограмм, обращаться по тел: УзТВ 136-58-52; Кабельное телевидение - в службу кабельного телевидения.

Пятница

22

Телеканал

«Узбекистан»

6.00 «Ассалом, Узбекистон!»
8.00-8.35 «Ахборот».
«Болалар сайраси»:
8.35 1. «Болалар спорти».

Телеканал

«Ёшлар»

6.55 Кўрсатувлар дастури.
7.00 «Мунаввар тонг».
8.30 «Янги авлод» студияси:

РТР

2:00 «Доброе утро, Россия!».
5:45 Мелодрама «Всегда говори «всегда»-2».

НТВ

5:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ»
8:05 Серил «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».

17.55 Аскар мактублари.
18.15 «069»: дорихона хизмати.
18.25 Олмон диёрдаги учрашувлар.

Телеканал

«Тошкент»

17.00 Кўрсатувлар тартиби.
17.10 ТТВда серил: «Австралиянинг ёввойи табиати».

Телеканал

«Спорт»

7.30 «Хабарлар».
7.45 «Бардам бўлинг». Тонги дам олиш дастури.

30-й канал

12.00 Открытие программы
12.05, 17.25, 21.00 «Телехамкор».

14.00 «Место в сердце», мелодрама
15.40 «Ошикона», мусикий дастури

ОРТ

5.00 «Доброе утро»
8.00 Новости
8.05 Боевик «Работа для крепкого мужчины».

РТР

2:00 «Доброе утро, Россия!».
5:45 Мелодрама «Всегда говори «всегда»-2».

НТВ

5:00 «СЕГОДНЯ УТРОМ»
8:05 Серил «СКОРАЯ ПОМОЩЬ».

ДТВ

8.00, 8.30 Мультфильмы.
8.55, 19.25, 2.25 «Неслучайная музыка».

ТНТ

4.50 Москва: инструкция по применению.
5.15 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ САНСЕТ-БИЧ».

14:35 «ИГРЫ РАЗУМА»
15:25 Ток-шоу «ПРИНЦИП ДОМИНО».

ТВ 3

7.30 Победоносный голос верующего.
8.00, 8.30, 9.00, 9.30 Мультфильмы.

ДТВ

8.00, 8.30 Мультфильмы.
8.55, 19.25, 2.10 «Неслучайная музыка».

ТНТ

4.50 Москва: инструкция по применению.
5.15 «ЛЮБОВЬ И ТАЙНЫ

САНСЕТ-БИЧ.
6.05 «Глобальные новости».
6.10 «Как говорит Джинджер».

СТС

7.00 «БЕВЕРЛИ ХИЛЛЗ 90210». Серил.
7.40, 7.50, 8.00 Мультфильмы.

7 ТВ

6.00, 9.30, 16.30, 4.30, 5.30 Линия жизни.
6.30, 11.30, 14.30, 18.30, 22.30, 0.00, 3.00, 5.00

НТВ, 22 апреля, пятница
18.45 Боевик «МАКСИМАЛЬНЫЙ РИСК»



В Ницце, во время преследования погибает американский мафиозо Михаил Моро.

В ролях: Жан-Клод Ван Дамм, Наташа Хенстридж, Жан-Хьюг Англад, Пол Бен-Виктор, Стефан Одрен, Зак Гринтье, Фрэнк Сингер и др.

РТР, 23 апреля, суббота
20.00 Боевик «РЕКРУТ»



Джеймс Клэйтон вовсе не мечтал о карьере шпиона. Но sobald узнать правду о таинственном исчезновении в 1990 году своего отца-секретного агента, заставляет его завербоваться в ЦРУ.

В ролях - Аль Пачино, Колин Фаррелл и др.

СТС, 23 апреля, суббота
1.35 Худ. фильм «СУДЬБА-ЗЛОДЕЙКА»



Разношерстная компания бедняков, обитающих по соседству в одном из уголков Сан-Франциско, устав от вечной «борьбы за место под солнцем», решает ограбить местный ломбард.

В ролях: Дональд Сазерленд, Джек Уорден, Шон Пенн, Уоллес Шоун.



ОРТ, 24 апреля, воскресенье
18.00 Худ. фильм «ПАПА»

Все, чем живет этот человек - его талантливый сын. Скрипка в руках мальчика оживает и заставляет отца мечтать об огромных залах, рукоплещущих сыну.

В ролях: Владимир Машков, Егор Бороев, Андрей Розендент, Ольга Красько, Лида Пахомова и др.

КРОССВОРД

По горизонтали: 3. Вид групповых учебных занятий. 6. Оптический прибор - игрушка. 10. Отдельная линия в системе железных дорог. 11. Персонаж оперы А. Даргомыжского "Каменный гость". 16. Французская певица. 17. Предельные внешние очертания предмета. 18. Химический элемент, платиновый металл. 19. Дирижабль итальянской экспедиции У. Нобиле к северному полюсу. 20. Японская национальная

одежда. 22. Инструмент для обработки кромок заклепочных швов. 23. Надстройка над серединой дома. 24. Разновидность плотвы. 27. Городошная фигура. 28. Опера Леонкавалло. 31. Помещение для научных и технических опытов, исследований. 32. Зодиакальный созвездие.

По вертикали: 1. Полярная лисица с ценным мехом. 2. Взлетно-посадочное устройство самолета. 4. Пьеса А. Чехова. 5. Техническое название кар-

боната калия. 7. Денежная единица ряда стран. 8. Разновидность океанариума. 9. Исторический роман Г. Сенкевича. 12. Итальянский ученый, один из основателей точного естествознания. 13. Редкая ценная вещь, диковина. 14. Русский путешественник, автор книги "Хождение за три моря". 15. Многострунный ударный музыкальный инструмент. 21. Слой только что выпавшего снега. 25. Весь водный покров Земли. 26. Государство в Европе. 29. Простейшая грузоподъемная машина. 30. Поперечный разрез бревна, бруса.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В ПРЕДЫДУЩЕМ НОМЕРЕ

По горизонтали: 1. Оберек. 4. Пульпа. 8. Отряд. 12. Селектор. 13. Рубероид. 14. Ранг. 15. Крестовик. 16. Риск. 19. Прототип. 21. Референт. 23. Рынок. 24. Резеда. 25. Прасол. 26. Седов. 28. Критерий. 30. Симфония. 35. Нето. 36. Ксилометр. 37. Сейм. 40. Королева. 41. Тренажер. 42. Такса. 43. Штопор. 44. Миссия.

По вертикали: 2. Балансир. 3. Рёкс. 5. Лъеж. 6. Пропилен. 7. Острец. 8. Ориентир. 9. Рихтер. 10. Дровосек. 11. Удочан. 17. Четвертый. 18. Мордасова. 20. Пырей. 21. Родос. 22. Талия. 26. Синдикат. 27. Виолетта. 29. Ректорат. 31. Издержки. 32. Феникс. 33. Кролик. 34. Поморы. 38. Клоп. 39. Гнус.

ИСТОРИЯ В ФАКТАХ

Будучи замечательными путешественниками, греки редко выходили за пределы Средиземноморья, и поэтому они почти не знали об Индии, Юго-Восточной Азии, Китае, Средней Азии, Африке (южнее Сахары). Но то что они увидели позволило причислить это к чудесам света. Всего их семь: Египетские пирамиды, Галикарнасский мавзолей, Колосс Родосский, Александрийский маяк, Храм Дианы Эфесской, Статуя Зевса Олимпийского и Висячие сады Семирамиды

Одно из этих чудес находилось в городе Вавилоне, столице Ново-Вавилонского царства. В конце III тысячелетия до н. э. в средней части Месопотамии находился город Кадингир. Намного позже на этом месте возник город Вавилон, ставший крупным торговым и культурным центром, столицей могущественного государства.

Каждый царь во время своего правления вносил свою лепту в строительство Вавилона. Так, Навуходоносор II (605-562 гг до н. э.), заняв вавилонский престол, приказал окружить Вавилон стеной и тройным валом. Остатки этих сооружений были обнаружены во время раскопок. Судя по данным раскопок, Вавилон был окружен тремя стенами толщиной от 3,3 до 7,8 м. Одна из стен была укреплена башнями шириной в 8, 36 м и расположенными на расстоянии 44 м друг от друга. Таких башен было около 300. Современные археологи внутри холма Бабиль нашли дворец, состоявший из множества дворов, помещений. На плитах пола сохранилась надпись: "Дворец Навуходоносора, царя Вавилона, сына Набопаласара, царя Вавилона". Но жемчужиной строительства Навуходоносора стали висячие сады. Они были построены как первый монумент в честь любви. Царь очень любил свою молодую жену - мидийскую принцессу, которая тосковала в пыльном и жарком Вавилоне по своей родине, по свежему воздуху и шелесту деревьев. Царь Вавилона решил создать в Вавилоне иллюзию Мидии. Для строительства этих садов были привлечены лучшие мастера.

Построенные сады были четырехъярусными. Своды ярусов

опирались на колонны высотой двадцать пять метров. Платформы ярусов, сложенные из плоских каменных плит, были устланы слоем камыша, залитого асфальтом и покрыты листьями свинца, чтобы вода не просочилась в нижний ярус. Поверх этого

был насыпан слой земли, достаточный для того, чтобы здесь могли расти большие деревья. Ярусы поднимались уступами, соединялись широкими пологими лестницами, выложенными цветной плиткой. Пока еще шло строительство с низовьев Ефрата караванами повозок везли плодородный речной ил, а с севера семена редких растений и кустов, саженцы деревьев. Зимой, когда стало прохладнее, привозили в город большие деревья, завернутые во влажную рогожку. Была продумана система водоснабжения. День и ночь рабы качали воду из Ефрата, и она с верхнего яруса в виде журчащих струй спускалась вниз.

Многие иностранцы, попавшие в Вавилон, по ошибке приписывали сооружения "висячих садов" царице Шамураамат, правившей за двести лет до Навуходоносора. Позднее греки, причислившие эти сады к семи чудесам света, назвали их садами Шамураамат (в греческом произношении Семирамиды).

В 331 году до нашей эры в Вавилон прибыл со своим войском Александр Македонский. Много видели воины Македонского родов, но ни один из них не мог сравниться с Вавилоном. Хотя при персах многие здания были заброшены и разрушены, все равно Вавилон вызывал изумление, особенно сады, которые как бы висели в воздухе. Более месяца

Александр отдыхал в висячих садах, чтобы потом уйти в новый поход. Усталым и больным весной 323 года до н. э. Александр снова вернулся в Вавилон. Здесь он начал подготовку к Аравийскому походу, но тяжело заболел самой тяжелой формой малярии. Последние свои дни жизни Александр Македонский провел в висячих садах, где было прохладно, шумели деревья, журчали ручейки и пахло травами леса - запахом его родины - Македонии.

После смерти Александра его империя распалась, наводнение разрушило дворец Навуходоносора, кирпичи висячих садов оказались недостаточно обожженными, рухнули высокие колонны, обвалились платформы и лестницы. Деревья, кустарники и экзотические цветы погибли раньше, некому было качать

воду из Ефрата.

С именем Александра Македонского связано еще одно из чудес света - Александрийский маяк.

В ноябре 332 года до нашей эры Македонский прибыл в Египет (до этого остававшийся персидской провинцией). В начале 331 года до н. э. Александр с небольшим числом своих приближенных отправился по канопейскому рукаву Нила. Недалеко от его устья он основал новый город - Александрию, который в дальнейшем станет великим.

Заботу о новом городе он поручил Клеомену, который должен был построить Александрию на доходы с Египта. Создание плана города и само строительство было поручено Дипократу, самому знаменитому из архитекторов того времени. Удивительная сеть пересекающих весь город (частично под землей) водопроводов была построена Кратесом, лучшим специалистом по водоснабжению. Строительство города привлекло много талантливых греков и побудило их переселиться туда. Свой первый основанный Александром город, и названный его именем был заложен на берегу залива. Город находился вблизи дельты и сюда по каналам могли добираться речные суда. Для кораблей были предназначены две гавани: одна - на Меотийском озере, другая

- в морской бухте, отгороженной от моря островом Фарос, служащим защитой от северных и западных волн. По замыслу Александра город должен был стать торговым центром, для чего сюда были переведены перевалочные пункты из городов, находившихся в устье Нила.

После смерти Александра Македонского его империя распалась. Лучшая часть, а именно богатый Египет достался одному из верных сподвижников царя - Птолемею, который перенес в Александрию саркофаг Александра.

Надежды Александра на новый город полностью оправдались. Через Александрию пошло снабжение греков египетским зерном, а в Египет греческие вина и оливковое масло. Папирус и слоновая кость обменивались на изделия греческого художественного ремесла. Это были взаимовыгодные отношения торговых

партнеров.

Гавань Александрии была оживленной, но в то же время неудобной, Нил несет массу ила и на мелководье среди камней и мелей требовались опытные лодчаны. Чтобы обезопасить мореплавание, было решено на острове Фарос построить маяк. В 285 году до нашей эры остров соединили с материком и началось строительство. За пять лет архитектор Сострат Книдский воздвиг этот маяк, который был трехэтажным и высотой (по одним данным 120 метров по другим 143 метра). В основании маяка была квадратная плита со стороны тридцать метров, первый шестидесятиметровый этаж был сложен из каменных плит и поддерживал сорокаметровую восьмигранную башню, облицованную белым мрамором. На третьем этаже в круглой башне круглосуточно горел большой костер, отражавшийся сложной системой зеркал. Дрова для костра доставлялись вверх по спиральной широкой лестнице, по которой на стометровую высоту свободно въезжали повозки.

На башне были установлены часы, флюгеры, астрономические приборы. Маяк служил и наблюдательным постом, с которого можно было увидеть вражес-

кий флот задолго до того, как тот приближился к городу. Сострат Книдский нарушил указ царя. В основании маяка он высек надпись: "Сострат, сын Декстифона из Книды, посвятил богам - спасителям ради мореплавателей". Надпись он прикрыл слоем штукатурки, на которой было вырезано имя Птолемея. Надпись Сострата видели римляне, в то время, когда маяк еще работал. С падением Римской империи он перестал светить, а землетрясение, случившееся в XIV веке разрушило его: руины древнего маяка были встроены в турецкую крепость и в ней существуют поныне.

В это же время в Александрии существовал Музейон - обитель муз, центр искусств и науки. Музейон был сразу и академией наук, и общежитием для ученых и школой. В нем также находилась первая в истории человечества величайшая в мире библиотека, в которой было до полумиллиона свитков. Кстати, этой библиотекой могли пользоваться и приезжие. (Сейчас самыми старейшими считаются Ватиканская библиотека XV века и Национальная библиотека в Париже во Франции, основанная около 1368 года, библиотека имени А. Навои в Ташкенте была создана в 1870 году).

С Александрийской библиотекой связана одна история. Царь Птолемей II будучи заядлым книжником узнал что в Афинах находятся уникальные рукописи греческих драматургов, которых у него в библиотеке не было. Он направил предложение, чтобы афиняне одолжили свитки на время для копирования. Афины потребовали огромный залог - 15 талантов (приблизительно 500 килограммов серебра). Птолемей отдал такой залог, но он не простил недоверия к себе и его честному слову. Все серебро он оставил афинянам, а рукописи себе.

В таком виде библиотека просуществовала до 48-47 годов до н. э., когда Юлий Цезарь захватил Александрию. Во время захвата города возник пожар и часть библиотеки погибла в огне. Часть оставшейся библиотеки Цезарь отправил на корабле в Рим, но тот затонул. Остатки библиотеки были уничтожены войсками арабского Халифа в 641 году нашей эры.

А. СОШНИКОВ.

ЧУДЕСА СВЕТА



— Начнем с того, что 2/3 холестерина, необходимого организму, синтезируется в печени и только 1/3 может приходиться из пищи. Современный человек сильно превышает этот показатель и, конечно же, не только за счет яиц. Холестерин содержится в очень многих продуктах питания. Его действительно нет во всех растительных продуктах, но он есть и в мясе, и в рыбе, и в сливочном масле — то есть во всех продуктах животного происхождения. Хуже тот вариант, когда холестерин употребляется вместе с насыщенными жирами (твердыми) и в результате образуются комплексы (липопротеиды низких плотностей), которые способствуют отложению холестерина в организме, а не выведению его (то, что некоторые называют “пло-

ДВУЛИЧНЫЕ ЯЙЦА

СЕЙЧАС в литературе как основной источник холестерина называют яйца. Считается, что их нельзя съесть больше 2 в неделю, если вы заботитесь о своем здоровье. С другой стороны, и в яйцах наверняка содержатся полезные для организма вещества. Насколько серьезными должны быть ограничения в этом плане



хой” холестерин). Поэтому надо обращать внимание не только на то, содержит ли тот или иной продукт холестерин, но и на то, какие при этом в него входят жиры, а также, что вы кладете на тарелку кроме него. Холестерин — вещество жирорастворимое, поэтому если вы будете есть яйцо вместе с маслом, он усвоится у вас в организме лучше. Или, например, майонез, который состоит из желтков и растительного масла, и все это в виде эмульсии — идеальные условия для всасывания холестерина. А как часто мы используем в салатах яйцо и майонез? Между тем,

если есть яйцо без жира (без добавления масла или майонеза), то большая часть холестерина, попавшего в организм, уйдет из него, поэтому яйцо лучше сочетать с овощами, хлебом, кашей, макаронами.

— А яичные белки можно использовать без ограничения?

— В принципе, да.

— В каких продуктах еще содержится большое количество холестерина?

— В колбасах, в тех сортах мяса, где есть видимый жир. Мало того, что в мясе холестерина и так достаточно, за счет наличия жира он и усваивается лучше. Поэтому отказываться от мяса совсем не стоит, но надо стараться убирать весь видимый жир.

Вопреки сложившимся представлениям, в нежирной свинине холестерина даже немного меньше, чем в говядине. Кро-

ме того, насыщенного жира (условно говоря, “плохого”) в говядине больше, а мононенасыщенных жиров (полезных) больше в свинине.

Многие ошибочно полагают, что телятина богата холестерином, на самом деле в ней холестерина меньше, чем в остальных сортах говядины (71 мг%), поэтому именно телятина считается прекрасным выбором для тех, кто следит за уровнем холестерина.

Хотя некоторыми диетами и предусматривается ограничение мясных блюд, но все же чаще даже лечебное питание не обходится без отварного мяса, паровых котлет, фрикаделек и прочего, поскольку мясо относится к источникам белка первого класса, то есть содержащим в больших количествах все незаменимые аминокислоты. Полный отказ от мяса, богатого белком и железом, может привести к анемии, особенно у детей, подростков, молодых женщин. Чем действительно не рекомендуется злоупотреблять в плане здорового питания, так это мясными субпродуктами (почки, мозги, печень), потому что они содержат большое количество холестерина.

1. Дышать нужно с удовольствием. Последнее само по себе имеет значительный оздоровительный эффект.

2. Концентрация внимания на дыхательном упражнении. Это удешевляет его действие.

3. Медленное дыхание. Это позволяет оптимально насыщать организм кислородом.

Выполнять упражнения не дольше, чем они доставляют удовольствие. Дышать носом. Сохранять хорошее настроение и заниматься в удобной спортивной одежде.

Цикл дыхательного упражнения состоит из шести последовательных этапов:

1. Принять позу и прочно зафиксировать ее;

2. Расслабиться, сняв все “мышечные зажимы”;

3. Сосредоточиться на предстоящем упражнении, обдумав его основные элементы;

4. Сделать глубокий выдох;

5. Выполнить дыхательное упражнение;

6. Отдохнуть после упражнения, сменить позу.

Основная поза дыхательной гимнастики — стоя. Встать прямо. Расставить ноги немного уже плеч, стопы параллельно. Найти удобное положение головы и туловища. Сложить руки перед грудью так, чтобы ладони касались друг друга. Прикрыть глаза, слегка улыбнуться, расслабиться. Во время упражнения руки находятся вдоль туловища или так, чтобы они контролировали дыхание (левая рука располагается на верхней части живота, правая сбоку обхватывает грудную клетку приблизительно на уровне локтя).

Вначале — упражнения дыхательной разминки.

1. Встать прямо, опустить плечи и сделать свободный вы-

дох. Плечи опускать медленно, одновременно выдыхая.

2. Направить плечи вперед, скрещивая перед собой опущенные руки, и сделать свободный выдох. Медленно отвести плечи назад, сводя лопатки и одновременно вдыхая, затем медленно сводить плечи вперед, выдыхая и т. д.

3. Поставить ноги на ширину плеч. Медленно поднять правую руку через сторону вверх, наклониться влево, делая вдох. Вернуться в исходное положение, медленно выдыхая. Повторить то же движение левой рукой и т. д.

4. Медленно наклониться вперед, сгибая позвоночник только в грудном отделе, делая выдох. Медленно распрямиться и прогнуться назад, делая вдох. Продолжать это медленное и равномерное движение.

5. Поставить ноги на ширину плеч. Вытянуть правую руку вперед. Равномерно и плавно отвести руку через сторону за спину, не отрывая от нее глаз и “скручивая” позвоночник. Во время движения сделать выдох. Бедральные суставы остаются неподвижными. Выдыхая, возвратиться в исходное положение. Повторить то же движение левой рукой. Продолжать это медленное равномерное движение.

6. Поочередно плечами выполняются круговые плавные движения, имитирующие движение гребца на байдарке. Дыхание произвольное.

Успокаивающее нижнее дыхание. На вдохе воздух заполняет нижние отделы легких, на выдохе выходит из них. Во время вдоха живот выпячивается, во время выдоха возвращается в исходное положение. Грудная клетка при этом остается неподвижной.

Укрепляющее среднее дыхание.

В нем участвуют средние отделы легких. На вдохе воздух заполняет средние отделы легких, на выдохе выходит из них. Во время вдоха грудная клетка расширяется, во время выдоха возвращается в исходное положение. Живот при этом остается неподвижным.

Радостное верхнее дыхание. В нем участвуют верхние отделы легких. На вдохе воздух заполняет верхние отделы легких, на выдохе выходит из них. Во время вдоха грудная клетка поднимает-

равномерно шагая, хорошо расслабив лицо, опустив плечи. Делать вдох и выдох на равное количество шагов. Например, два шага — вдох, два шага выдох. Выбрать наиболее удобное количество шагов и дышать равномерно и спокойно.

Очищающее “ха-дыхание”. Встать прямо, расставив ноги на ширину плеч. Сделать свободный глубокий вдох, одновременно поднимая руки перед собой вверх. Задерживать дыхание насколько это приятно. Открыть рот, расслабить гортань и сделать энергичный

ка “с”. Язык располагается таким образом, что создает сопротивление выходящему воздуху.

По своему оздоровительному действию дыхательная гимнастика близка аутогенной тренировке: она позволяет быстро отдохнуть, успокоиться, управлять своим состоянием и в определенной мере познавать себя.

Надо подчеркнуть, что дыхание вообще основа жизни, и поэтому очень важно уметь правильно дышать. Что касается больных людей, то они обычно подробно рассказывают, какие лекарства они принимают, что едят и пьют, но не придают большого значения дыханию.

Хотите быть здоровым? — овладейте нормальным дыханием через нос.

Человек, который дышит через рот — раб простудных заболеваний, у него во много раз чаще развиваются и другие более серьезные болезни.

Нормальное (новосовое) дыхание улучшает кровообращение, сохраняет от износа ткани сосудов легких и сердца, обеспечивает полноценный газообмен, а значит предупреждает такие заболевания, как бронхит, пневмоклероз, эмфизема легких.

Не избегайте физической активности, а ищите ее! Чем разнообразнее позы, которые вы принимаете тем более гибкой становится грудная клетка, полнее совершается газообмен.

Старайтесь не находиться подолгу в статическом положении. Каждый раз давайте груди раздышаться в покое. Это прекрасная зарядка для сердца и легких. Почаще проветривайте комнату, выходите на несколько минут из помещения и дышите свежим воздухом.

Э. МАКСУМОВ,
подполковник.

ДЫШИТЕ ПРАВИЛЬНО

ся вверх, во время выдоха опускается в исходное положение. При этом живот остается неподвижным и грудная клетка не расширяется.

Гармонично-полное дыхание. В нем легкие участвуют полностью. На вдохе воздух последовательно заполняет нижние, средние и верхние отделы легких. При этом выпячивается живот, затем расширяется грудная клетка и, наконец, она поднимается вверх. На выдохе воздух последовательно выходит из нижних, средних и верхних отделов. При этом опускается живот, затем грудная клетка сужается и, наконец, опускается. Таким образом, гармонично-полное дыхание как бы складывается из нижнего, среднего и верхнего дыхания. Надо сосредоточить свое внимание на потоках воздуха. Представить, что воздух доходит до каждой клеточки тела, что дышит все тело. Так дышит человек, который наполнен покоем, силой и радостью. Все чувства идеально согласованы и уравновешаны.

Ритмическое дыхание. Оно выполняется во время ходьбы. Нужно прогуливаться спокойно,

выдох через рот, опуская руки и наклоняясь вперед. При этом свободно выходящий воздух издаст звук “ха”. Медленно распрямиться и отдохнуть в течение 5 дыхательных циклов. Выдыхать воздух с облегчением, как будто освобождаешь от забот.

Энергизирующее дыхание “задувание свеч”. Встать прямо, расставив ноги на ширину плеч. Сделать глубокий свободный вдох и задержать дыхание насколько это приятно. Сложить губы трубочкой. Сделать три коротких выдоха, словно стараясь задуть горящую свечу. Во время упражнения корпус держать прямо. Отдохнуть в течение 5 циклов. Выполнять упражнение энергично, с задором.

Стимулирующее шипящее дыхание. Дыхательное движение осуществляется так же, как в гармонично-полном дыхании. Отличие — в соотношении длительностей и способе выдыхания. Вдох делается через нос в естественном темпе, а выдох предельно затягивается. Во время выдоха воздух выходит через рот, издавая высокий свистящий звук, как при произношении зву-

ЭСТАФЕТА МИРА И СПОРТА

В настоящее время ведется активная подготовка к проведению традиционного спортивного праздника и легкоатлетической комбинированной эстафеты, посвященных Дню Памяти и Почестей, в которых будут участвовать коллективы физической культуры ФСО "Динамо" г. Ташкента

Согласно плану проведения соревнований эстафета стартует 7 мая в 10.00 утра на пересечении малой кольцевой дороги и улицы "Фаргона йули", пройдет по улице Аккурганской и финиширует на стадионе "Динамо".

Маршрут протяженностью 8 км состоит из 10 этапов: первый - 2000 м - среди мужчин, второй - 800 м - среди мужчин старше 40 лет, третий - 1000 м - среди мужчин, четвертый - 500 м - среди женщин 20-35 лет, пятый - 800 м - среди мужчин до 30 лет, шестой - 800 м - среди мужчин, седьмой - 1000 м - среди мужчин 30-40 лет, восьмой - 600 м - среди мужчин, девятый - 300 м - среди мальчиков 10-12 лет и заключительный десятый этап - 200 м - среди девочек 10-12 лет.

По завершении забега на стадионе "Динамо" будет проведен спортивный праздник, в программе которого соревнования по футболу, перетягиванию каната, стрельбе из пневматической винтовки, теннису и гире-

вому спорту. Для маленьких участников торжества будут организованы "Веселые старты", а также соревнования по боксу, самбо и курашу среди юных воспитанников динамовских секций. Состоятся показательные выступления участников секций рукопашного боя, акробатики и ушу.

Особого почта и уважения удостоятся динамовские ветераны войны и труда, на протяжении долгих лет отдававшие свои энергию и опыт развитию отечественного спорта. На стадионе пройдет награждение их почетными грамотами и подарками.

Подготовка к проведению соревнований идет полным ходом. Спортсмены проводят цикл предстартовых тренировок, а на территории спортивного комплекса проводятся подготовительные работы.

Коллектив ФСО "Динамо" прилагает все усилия, для того чтобы праздник прошел на высоком организационном уровне и запомнился его участникам и гостям.



Ежегодно в республике проводится чемпионат Узбекистана по пожарно-прикладному спорту. В этот раз соревнования прошли на базе Навоийского горно-металлургического комбината

На организационном заседании провели жеребьевку команд, прибывших из всех областей, города Ташкента, Республики Каракалпакстан и Высшей пожарно-технической школы МВД Республики Узбекистан, определили судейскую бригаду. На торжественном открытии чемпионата выступили начальники отдела пожарной безопасности горно-металлургического комбината полковник М. Хасанов и первый заместитель начальника Главного управления пожарной безопасности МВД республики полковник А. Алиматов, отметившие важность проведения подобных спортивных мероприятий.

Основная задача соревнований по пожарно-прикладному спорту заключается в том, чтобы

каждый сотрудник подразделений пожарной безопасности мог физически и психологически преодолеть преграды, возникающие при пожарах, быстро и профессионально тушить возгорания, спасать людей и имущество, быть физически здоровым и ловким.

С первых дней выступления спортсменов на чемпионате стало ясно, что команды хорошо подготовлены, спортсмены стремятся к победе. Хочется отметить огнеборцев из Ташкента, Бухарской, Ташкентской, Ферганской областей, Навоийского горно-металлургического комбината и Высшей технической школы пожарной безопасности МВД республики. Они показали высокие результаты на протяжении состязаний. Также

неплохо выступили команды Андижанской, Навоийской, Самаркандской и Кашкадарьинской областей. Чемпионат проводился два дня. В первый день соревновались в преодолении 100-метровой полосы с препятствиями, а также в пожарной эстафете 4x100 м с тушением пламени. Во второй день состоялись соревнования в подъеме по штурмовой лестнице в окно 4-го этажа учебной башни. Стремлением участников к победе явилось то, что эти состязания были отборочными к предстоящему чемпионату мира, который должен состояться на Украине.

В забеге по преодолению 100-метровой полосы с препятствиями первое место занял А. Абдунабиев из Ташкентской области, второе - досталось Д. Анцибарову из Ташкента, третьим стал Н. Холодов из Сурхандарьинской области. В пожарной эстафете 4x100 м первое место завоевала

команда Ташкента, вторыми стали огнеборцы Бухарской области, а третьими - спортсмены из Ташкентской области. В подъеме по штурмовой лестнице в окно 4-го этажа учебной башни первое место завоевал Б. Дудников из Ташкента, второе - А. Абдунабиев из Ташкентской области, а Н. Нажмидинов из Кашкадарьинской области удостоился третьего места. В подъеме по выдвинутой трехколенной лестнице в окно 3-го этажа учебной башни первое место заняла команда Ташкента (Б. Дудников и И. Каримов), второе - спортсмены Ферганской области (Б. Махмудалиев и У. Касимов), а третьими стали огнеборцы Бухары (Х. Мерганов и О. Халилов).

Надо отметить спортсменов Самарканда, Высшей пожарно-технической школы МВД республики и Ферганы, которые, не падая духом, стремились к победе.

Н. ДЖАВЛИЕВ, капитан.

Не ленись, зарядкой займись!

НЕ ЛЕНИСЬ, ЗАРЯДКОЙ ЗАЙМИСЬ!

Легко проделав махи ногами и руками, он схватил скакалку и пружинисто подпрыгнул сотню раз. Глядя на этого седовласого мужчину, трудно было предположить, что недавно он разменял восьмой десяток лет

Утренняя гигиеническая гимнастика, а проще зарядка - одна из наиболее распространенных форм применения физкультуры. Зарядка состоит из комплекса физических упражнений умеренной нагрузки, охватывающих основную скелетную мускулатуру. Проводимая обычно после сна, она тонизирует организм, повышая процессы жизнедеятельности, улучшает деятельность внутренних органов, укрепляет нервно-мышечный аппарат и обеспечивает постепенный переход организма от состояния покоя во время сна к его повседневному рабочему состоянию.

У людей, систематически занимающихся зарядкой, улучшается сон, аппетит, общее самочувствие, повышается работоспособность. Это хорошее средство для укрепления здоровья. Зарядка полезна всем, начиная с детского и заканчивая пожилым возрастом,

а так как упражнения сочетаются с дыханием, то легко могут быть дозированы в соответствии с возможностями системы кровообращения каждого занимающегося.

Естественно, для большинства людей пожилого возраста те нагрузки, что были в молодости, уже не под силу. Однако, судя по состоянию здоровья некоторых долгожителей, они еще могут состязаться с молодежью. Повторим, это зависит от показателей организма в целом.

Как утверждают люди, дожившие до преклонных лет, отличающиеся хорошим здоровьем и высокой двигательной активностью, физические упражнения, выполняемые на протяжении всей жизни, способствуют долголетию и сохранению физических и умственных способностей.

Зарядка должна проводиться в хорошо проветренной комнате, а если позволяют условия

на свежем воздухе. Выполнять упражнения следует в легкой, не стесняющей движения одежде. После зарядки рекомендуются водные процедуры - влажное обтирание, обмывание, прием душа, летом - купание. При выполнении упражнений необходимо следить за самочувствием и правильным дыханием. Лицам пожилого возраста, а также с какими-либо нарушениями в состоянии здоровья следует посоветоваться с врачом, и проводить занятия под его контролем.

Наиболее целесообразной и распространенной формой зарядки является следующая схема комплекса упражнений: предварительная ходьба или легкий бег без напряжения с целью умеренного оживления деятельности организма и общего разогревания и основная гимнастика. Она состоит из потягивания, упражнений для мышц ног, живота и спины, рук и плечевого пояса, боковых мышц туловища, маховые движения для рук и ног, прыжки и бег. Ниже приводится перечень упражнений, рекомендованных специалистами в области оздоровления.

Упр.1. Потягивание. Способствует выпрямлению позвоноч-

ника и улучшения кровообращения в мышцах рук и плечевого пояса. Обычно упражнение состоит в поднимании рук в стороны или вверх, что способствует расширению грудной клетки. Выполняется медленно. При потягивании следует сделать глубокий вдох, а при возвращении в исходное положение - выдох.

Упр.2. Для мышц ног. Укрепляются мышцы ног и увеличивается подвижность в суставах, одновременно улучшается кровообращение. Чаще всего применяются различные виды приседаний, выпады. Движения можно совмещать с дополнительными движениями рук или туловища. Дыхание равномерное.

Упр. 3 и 4. Для мышц живота и спины. Укрепляют мышцы брюшного пресса и спины, а также увеличивают подвижность позвоночника. Применяются в большинстве случаев различные наклоны туловища вперед и назад.

Упр. 5. Для рук плечевого пояса. Обычно это сгибания и разгибания рук, упражнения в упорах, лежа или с опорой на стул, стол и пр. Выполняются в среднем или медленном темпе с последующим встряхиванием рук после сильных напряжений.

Упр. 6. Для боковых мышц туловища. Применяются наклоны в стороны, а также наклоны, совмещаемые с поворотами туловища и движением руками. Все эти движения выполняются в медленном или среднем темпе, без напряжения.

Упр.7. Маховые движения рук и ног. Увеличивают подвижность в суставах и усиливают деятельность сердца и легких. Упражнения выполняются в среднем или ускоренном темпе.

Упр.8. Прыжки или бег. Способствуют повышению общего обмена веществ, тренируют сердце и легкие, укрепляют мышцы и суставы ног. Обычно выполняются различные виды подскоков на месте, и с продвижением на обеих или одной ноге, упражнения со скакалкой, бег и др. Эти упражнения выполняются в быстром или среднем темпе. Дыхание равномерное без задержки.

Упр. 9. Заключительное. Для успокоения дыхания и кровообращения. Применяется в основном неспешная ходьба и легкие взами руками, с углубленным дыханием и постепенным его замедлением.

Подготовил Г. ПЕТРОСЯН.



Сержант М. Чупонов служит статистиком в Узунском РОВД. Регистрация и учет совершенных преступлений, их анализ, разработка предложений руководству по их предотвращению — вот чем занимается учетный работник. А еще в его обязанности входит и учет материально-технического обеспечения личного состава РОВД. Но за скучными строчками, определяющими его функциональные обязанности, стоят интересные факты. По его инициативе было раскрыто шесть преступлений, в частности, связанных с незаконным оборотом наркотиков, кражей. У сержанта Чупонова, начавшего службу в органах внутрен-

них дел более десяти лет назад в должности рядового ППС, за плечами боевое прошлое: в 1997-1998 годах во время военных действий на границе с Таджикистаном, в 2000 году во время событий в горных районах Сарнисии и Узун-Маъруф Чупонов находился там и добросовестно выполнял свой служебный долг по охране правопорядка и мирной жизни граждан.

О сержанте М. Чупонове руководство Узунского РОВД отзывается как об очень добросовестном и инициативном работнике.

Э. ТУЛЯЕВ.
Сурхандарьинская область.
Фото автора.

НА ЖИТЕЙСКИХ ПЕРЕКРЕСТКАХ

Через несколько месяцев после этого неприятного инцидента, свидетелями которого стали многие соседи, Шахноза, жизнерадостная девочка, которой исполнилось всего 13 лет, тяжело заболела

В тот вечер Шахноза возвращалась с поля, где вместе с другими детьми она пасла домашнюю скотину. Увидев отца у дома, по выражению его лица девочка сразу поняла, что он пьяный. А это значило, что сегодняшний вечер и ужин в семье будут испорчены. Отец начнет придирается к старшему брату, если мать начнет защищать его, вполне может ее и ударить. В такие минуты Шахноза отца ненавидела, хотя считалась в семье его любимцей. Он всегда гордился ее успехами в школе, потому как была круглой отличницей, к тому же в драматическом кружке играла главные роли.

Когда Шахноза подошла к дому, для нее как гром среди ясного дня прозвучали слова:

— Иди сюда, негодная девочка! Скажи, где ты пасла сегодня корову?

— В поле. А что случилось, папа?

— Ах, ты меня еще будешь спрашивать, что случилось? —

ИЗБИЛ ДОЧЬ

Отец неожиданно ударил дочь по голове.

— Папа, что вы делаете? Мне больно.

— Ты зачем завела корову во двор к Ильяссу? Она там объела все грядки. Только что приходила с жалобами его жена. — И он снова обрушил кулак на голову дочери.

— Папа, корова зашла туда случайно, — навзрыд заплакала Шахноза.

— Ах, ты еще и плачешь, — отец толкнул дочь и она упала. Тогда он пнул ее ногой — раз, второй...

Потом протрезвевший Гани сам не мог поверить в то, что он избил дочь. Его вызвали в махалинский комитет, где аксакалы обсудили его недостойное поведение.

С того дня Шахнозу словно

подменили. Перестал звенеть в доме ее звонкий голос, пропало желание учиться. Целыми днями закрывшись в комнате, плакала. Гани делал все, чтобы дочь и жена простили его и забыли произошедшее. Он перестал пить, приходил с работы вовремя, ухаживал за скотиной

сам, помогал жене по дому. Шло время, казалось бы, что дома у него все наладилось.

Однажды ночью у Шахнозы резко повысилась температура. Девочку едва живой довели до больницы. Несколько месяцев она на лечении, врачи делают все, чтобы восстановить здоровье ребенка.

За эти месяцы Гани и его жена заметно постарели. Супруга как-то недавно сказала мужу, что если с Шахнозой что-нибудь случится, она проклянет его.

Неизвестно, как сложится дальше жизнь Шахнозы, чего в ней будет больше — горя или счастья, какие останутся воспоминания о родительском доме, ведь то что произошло, запомнится ей на всю жизнь.

Ш. ИМАНКУЛОВА.

ГУРМАНЫ

В ночь на 27 марта в Пахтачийском районе в ширкатном хозяйстве им. Т. Кенжаева у Эгамберды Х. из частного ларька были похищены продукты питания. Принятыми мерами сотрудников правоохранительных органов похитители были задержаны. Гурманами оказались два приятеля Хуршед С., 1986 года рождения, и Тоштемир У., 1990 года рождения, у которых изъяты вещественные доказательства.

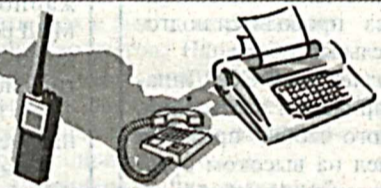
ЛЮБИТЕЛЬ ЧУЖОГО ДОБРА

Долго думал житель Пастдаргомского района Халил Х. о том, как заработать побольше денег, не тратя на это много сил. Ему пришла в голову идея, которую он решил исполнить незамедлительно. Он залез в частную столовую Абдурашула В., что в поселке Чархин, и унес оттуда 4 метра железной трубы, 4 листа фанеры и 40 метров телефонного кабеля. Но не успел он все это продать, так как его задержали сотрудники органов внутренних дел.

ОСТОРОЖНО, МОШЕННИКИ!

К сожалению, среди нас еще немало людей, которые попадают на удочку хитрых мошенников. Пообещав золотые горы некой знакомой, Мохичехра К. взяла у нее 650 тысяч сумов и исчезла. Теперь обстоятель-

ПРЕСС-СЛУЖБЫ СООБЩАЮТ:



УВД САМАРКАНДСКОЙ ОБЛАСТИ

ствами данного дела занимаются сотрудники правоохранительных органов.

УБИЛ СОБСТВЕННУЮ ЖЕНУ

В последнее время у супругов Ойбека и Интизор никак не складывались отношения. Всякая мелочь их выводила из себя. И вот в ночь с 28 на 29 марта, когда возвращались домой через недостроенный участок ширкатного хозяйства «Дустлик», они повздорили в очередной раз. Не долго думая, Ойбек схватил попавшую в руку железку и ударил ее жену. От нанесенного удара молодая женщина скончалась на месте.

РАЗБОЙ

Не подозревая ничего плохого, сотрудница одного из медицинских центров Ирина К., как обычно, возвращалась домой после трудового дня.

Внезапно на нее набросился молодой человек и, угрожая расправой, забрал сумку, где находились паспорт, два медицинских халата и 27 тысяч сумов. Девушка тут же побежала в ближайшее отделение правоохранительных органов и рассказала о случившемся.

Благодаря своевременным оперативно-розыскным мероприятиям разбойник был задержан. Им оказался житель поселка Химиков Сергей С., 1984 года рождения.

НИЧЕГО СВЯТОГО

На одном из кладбищ г. Каттакургана зафиксирован факт вандализма. Сотрудниками правоохранительных органов было установлено, что с одного надгробья был похищен бюст, изготовленный из цветного металла. В результате оперативных мероприятий было выявлено, что акт вандализма совершил 20-летний житель г. Каттакургана Равиль Г., у которого и было изъято вещественное доказательство.

БЕЗ ТОРМОЗОВ

Некому Хусниддину К., 1972 года рождения, жителю Нурабадского района, очень приглянулась лошадь пенсионера Кувана А., и он решил ее присвоить. Когда его задержали с поличным сотрудники внутренних дел, он пояснил им, что просто хотел покататься на лошади. Но верховая езда его так увлекла, что остановить его смогли только сотрудники.

Д. САЛОХИДИНОВА.

УВД АНДИЖАНСКОЙ ОБЛАСТИ

ЗАДЕРЖАН С «ПОЛИЧНЫМ»

По полученной оперативным путем информации, сотрудникам отдела по борьбе с незаконным оборотом наркотических веществ УУР и БТ УВД Андижанской области стало известно, что житель Кургантепического района Абдухалил Т., ранее привлекавшийся к уголовной ответственности за сбыт наркотиков, снова занялся «черным» бизнесом.

Оперативники разработали план по выявлению и задержанию наркосбытчика. Во время контрольной закупки двух спичечных коробков с марихуаной за 20 тысяч сумов Абдухалил Т. был задержан. При личном досмотре у него в кармане было обнаружено 2,1 г наркотического вещества. Во время обыска коммерческого ларька, принадлежавшего подозреваемому, оперативники нашли 236 спичечных коробков и литровую банку с марихуаной. Общий вес изъятой марихуаны составил 1 кг 428,2 г. Наркотические вещества и деньги — 230 долларов США и 1070 киргизских сомов — изъяты как вещественные доказательства.

По факту возбуждено уголовное дело, ведется следствие.

ОГРАБЛЕНИЕ ПО ЗАКАЗУ

Поздней ночью в дом Баходдыра Х., пенсионера, жителя ширкатного хозяйства имени Тошматова Андижанского района, ворвались двое неизвестных в масках. Они стали избивать хозяина и требовать деньги. Не выдержав побоев, пожилой человек отдал грабителям 180 тысяч сумов, которые собирал на приданое дочери.

По подозрению в совершении преступления оперативники задержали ранее судимых жителей Андижанского района 25-летнего Уткира С. и 26-летнего Алижона Ю.

В ходе предварительного расследования выяснилось, что дочь пострадавшего сама навела грабителей с целью завладения деньгами.

ПЬЯНАЯ РАЗБОРКА

На опытном участке школы № 4 в Северном микрорайоне г. Андижана был обнаружен труп мужчины с признаками насильственной смерти. Вскоре была установлена

личность погибшего. Это был 35-летний Хотам Э., проживавший по улице Яхши куча областного центра.

В ходе оперативно-розыскных мероприятий подозрение в совершении преступления пало на нескольких молодых людей, которых видели на месте происшествия. Они были задержаны.

Как оказалось, мужчины вечером пили водку. Неожиданно между ними возник скандал, переросший в драку. Когда пьяная компания поняла, что один из собутельников не подает признаков жизни, они перешли на другое место и продолжили пьянку.

УГОН АВТОМОБИЛЯ

Андижанец Азиз Т. оставил свой «Матиз» возле столовой, чтобы купить самсу. Когда через несколько минут он вернулся, то машины на месте не было. Не теряя времени горе-водитель позвонил в областное управление безопасности дорожного движения и сообщил о происшествии.

В результате предпринятых работниками дорожно-патрульной службы мер, угонщики были задержаны на улице Ш. Рашидова. Ими оказались жители областного центра, ранее судимый Хурсанд Х., 1981 года рождения, и Рустам О., 1982 года рождения.

Б. КЛЕЙМАН.

(Продолжение.
Начало в №14).

И вот за Стависским захлопнулись ворота тюрьмы Санте. Шестнадцать месяцев он провел за решеткой. Тюремная похлебка не отличалась высокими вкусовыми и питательными достоинствами. Серая арестантская роба не радовала глаз. Да и окружение было, м-м-м, не того... Все это не могло не настроить заключенного на философские размышления о том, как жить дальше. Все! Хватит! — решил для себя арестант. Надо “завязывать” с мелочевкой, которой он занимался до этого, и выходить на совершенно иной уровень. На уровень крупных финансовых махинаций, где счет пойдет на миллионы, а гарантией успеха станут глупость и жадность людей “с положением”, где он, наконец, сможет чувствовать себя полностью неуязвимым. Известно ведь, что укравший десять франков сидит в тюрьме, а с укравшим десять миллионов раскланиваются министры...

Но начинать новую жизнь надо будет под новым именем — таким, которое не запятнано в полицейских участках: месье Серж Александр! Звучит. Вот только бы выйти на свободу...

На свободу он вскоре вышел. Добре покровители устроили так, что до начала судебного процесса Стависский был отпущен — на этот раз “по состоянию здоровья”. Хотя тюремные врачи признавались, что в действительности красавчик Александр здоров как бык.

КОРОЛЕВСКИЕ ИЗУМРУДЫ

Денег у Сержа Александра было мало, а вот связи — обширные. Используя их, он сколачивает первоначальный капитал, необходимый для воплощения в жизнь задуманной им грандиозной комбинации. Первым этапом стало так называемое “грюндерство”. Месье Александр создает одну за другой около десятки компаний под разными названиями, каждая из которых должна была покрыть грехи предыдущей. “Общество предприятий Алекс”, “Мартископ”, “Кинематографический трест”... Мало-помалу газеты заговорили о Серже Александре как об одном из самых удачливых финансовых воротил — тем более, что он не жалел денег на разного рода приемы, презентации, роскошные званые обеды.

Между тем месье Александра неудержимо тянуло к муниципальным кассам и ломбардам. Он нюхом чуял — именно там можно будет сорвать тот грандиозный куш, о котором мечталось бессонными ночами на нарах в тюрьме Санте.

На один из своих приемов месье Александр пригласил месье Дебрессе — директора орлеанского “Креди мюнисипаль”, а проше — городского ломбарда. Провинциалу явно льстило внимание столичной знаменитости. А уж когда Александр, доверительно понизив голос, предложил ему стать деловым партнером...

В июне 1929 года Стависский заложил в том ломбарде девяносто шесть великолепных изумрудов, которые были оценены в тридцать миллионов. Как правило, ломбарды выдают клиенту не более одной трети стоимости заложенных драгоценностей, но для месье Александра было сделано приятное исключение — он получил сто процентов. Аферист уверял, что изумруды будто бы принадлежат одному из монархов, отрешившись от престола. В действительности же те камни, естественно, были под-

дельными, хотя у месье Александра и имелась справка-сертификат государственного эксперта по драгоценностям с соответствующей фамилией Кошон, что по-французски означает “свинья”. Неожиданно широким размахом операций небольшого провинциального ломбарда заинтересовались власти и решили проверить содержимое его сейфов. “Караул, к нам едет ревизор!” Однако на пути аудитора грудью встал скромный, но решительный месье Дебрессе. Он героически воспротивился попыткам проникнуть в сейфы ломбарда и потребовал от ревизора предъявления особых полномочий. И вот пока то да се, пока из центра шли бумаги с подтверждениями полномочий, Стависский не дремал. В самый критический момент, когда, казалось, ему уже не избежать очередного обвинения в мошенничестве, он вдруг ворвался в кабинет, где находился ревизор, и с торжествующим видом бросил на стол пакет с пятнадцатью миллионами — суммой, необходимой для выдачи ему “королевских драгоценностей”.

Услужливый месье Дебрессе ему их тот час же выдал и государственному ревизору после этого уже нечего было ревизовать. Но все это были цветочки по сравнению с той аферой, которая сделала Стависского одним из самых знаменитых авантюристов двадцатого века. И связана она была опять-таки с ломбардом. На этот раз с “Креди мюнисипаль” города Байонны.

Маленький провинциальный городок на западном побережье Франции, в двух шагах от испанской границы, был до этого известен разве что своими отменного вкуса копче-

ными окороками. Но явился Стависский и... Впрочем, все по порядку.

С начала тридцатых годов в Байонне, как и в других городах юга Франции, осело немало эмигрантов из Испании. Они не могли “унести Родину на подошвах своих сапог”, но зато прихватили с собой в изгнание солидные драгоценности. Чтобы прожить, те драгоценности время от времени надо было закладывать. То есть пользоваться услугами ломбарда...

Мэром Байонны был тогда очень честолюбивый господин по фамилии Гара. С ним-то и завел знакомство знаменитый парижский финансист месье Александр, заявивший, что может превратить маленький байоннский ломбард “Креди мюнисипаль” в мощное

(Недавно и россияне это проходили — до боли знакомая картина: МММ, “Чара”, “Властилина” ... Ничто не ново под луной!).

Боны предлагались по цене ниже номинала, ибо большинство из них были фиктивными и по ломбардным книгам не проводились. Поэтому немудрено, что финансовые органы, регулярно проводившие соответствующие проверки, не находили в “Креди мюнисипале” никаких нарушений. У директора Тиссье было два портфеля с бонами: один — с учтенными и гарантированными хранимыми в сейфах ломбарда драгоценностями, другой — с “пустышками”, ничем не обеспеченными и не фигурировавшими ни в каких учетных книгах.

рассчитывал, что к тому времени огромные суммы убытков лопнувшей пирамиды он сможет покрыть за счет нового, более грандиозного дела. Он намеревался создать Общество по возмещению убытков венгерским поданным, пострадавшим от конфискации их имущества в Чехословакии, Румынии и Югославии. Кроме того, наклеивался солидный куш и за его посредничество в государственном займе для Болгарии... Но планам месье Сержа Александра и т. д. не суждено было сбыться.

Лето 1933 года Стависский с семьей провел в Монте-Карло. Кстати, о семье. Мошенник был самым нежным супругом и отцом. Его жена, урожденная Симон, была одной из самых красивых женщин Парижа, обладательницей первого приза на конкурсе элегантности, который проводился на самом фешенебельном французском курорте. Во всех газетах тогда появилось эффектное фото мадам Стависской в пушистом меховом боа на фоне шикарной “испано-сюизы”.

Александр обожал двух своих детей — златокурых крошек, которыми восхищались все. Когда впоследствии дело Стависского разрослось до размеров грандиозного скандала, соседи с недоумением говорили: “Разве могут у мошенника быть такие очаровательные дети?” И вообще, месье Александр пользовался репутацией “Петрония”: “покровителя искусств”, “красавца Саши”, человека с “золотым сердцем”, который всегда щедрой рукой помогает людям, попавшим в беду.

Осенью 1933 года он поселился в апартаментах одного из лучших парижских отелей — “Клэридж” на Елисейских Полях. Но в декабре случилась катастрофа. Одна из страховых компаний, встревоженная подозрительными слухами вокруг “Креди мюнисипаль”, предъявила директору Тиссье к оплате одну бону его компании, стоимость которой обозначалась цифрой с шестью нулями. Такой суммы у него не было, и директор ломбарда попытался отделаться велелическими обещаниями.

Но это держателей более чем солидной боны еще больше встревожило. Они обратились в органы финансового контроля. Явившиеся ревизоры долго копались в грессбухах ломбарда, и как ни искали, обнаружить ту бону в официальном реестре выпущенных ценных бумаг не смогли. После этого им оставалось лишь обратиться к следственному судье. Тот еще не успел выписать ордер на арест Шарля Тиссье, как директор “Креди мюнисипаль” явился к судье и, бия себя в грудь, заявил: “Арестуйте меня, я мошенник!”

(Продолжение следует).

САМОУБИЙСТВО ИЗ-ЗА УГЛА

кредитное предприятие. Он, мол, готов вложить в это расширение солидную сумму... ну, скажем, двести тысяч франков. Более того, у него есть и подходящие кандидатуры на пост директора и финансового советника. (Это были некий Шарль Тиссье и уже знакомый нам месье Дебрессе из Орлеана). Мэр Гара с готовностью согласился, и дело пошло.

Принимая имущество под залог, ссудозакладные учреждения во Франции получают в свою пользу восемь процентов прибыли, а главное — имеют право выпуска денежных бон под заложенные ценности. Таким образом, Стависскому надо было только позаботиться о том, чтобы драгоценностей (настоящих или фальшивых — неважно) было в создаваемом им учреждении заложено на достаточно внушительную сумму. Одновременно он должен был подыскать людей, которые, желая надежно поместить свои капиталы, согласились бы покупать выпущенные ломбардом боны.

Проблем с закладами у нового ломбарда “Креди мюнисипаль” не возникло — тут и испанские эмигранты со своими драгоценностями, и фальшивки самого месье Александра. А уж организовать “раскрутку” своего дела он умел всегда. Тем более, что его приятель — министр по делам колоний Далимар — одарил афериста рекомендательным письмом, в котором советовал страховым обществам и кассам социального страхования покупать боны байоннской “Креди мюнисипаль”. Кроме них туда потянулись и рядовые вкладчики. Еще бы, ведь по новым бонам обещали выплачивать хорошие проценты, да и их собственная стоимость на рынке была весьма привлекательна.

Распоряжался бонами исключительно сам месье Александр. В отношении мелких вкладчиков он был достаточно корректен и настаивал на том, чтобы расчет с ними проводился по всем правилам. О нем говорили, что у него “золотое сердце” и что он — неизменный друг “маленького человека”. Эти “маленькие люди” с распускаемыми ими слухами о надежности нового ломбарда нужны были для того, чтобы ловить в свои сети крупную рыбу.

“АРЕСТУЙТЕ МЕНЯ, Я МОШЕННИК!”

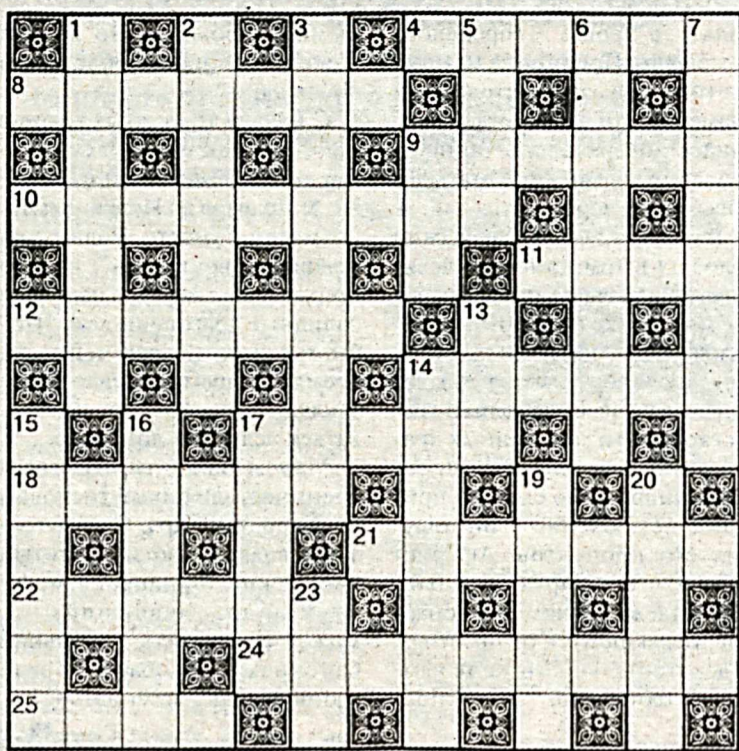
Шло время. Деньги из Байонны текли в карман месье Александра бурным потоком. Правда, некоторые газеты выражали удивление огромным количеством бон, выпущенных “Креди мюнисипаль”. Но Стависский оставался спокоен. Стоило ли опасаться каких-либо неприятностей, если пост председателя одной из его мошеннических фирм занимал не кто иной, как ... президент Верховного административного суда Франции! О поддержке байоннской аферы министром Далимаром уже упоминалось. Весьма благожелательно был настроен и прокурор Республики Прессар. О полиции и говорить не приходилось — там все было “схвачено” давно. И если какой-то ретивый службист и взбрыкнет, ему можно было ткнуть в физиономию удостоверение Сюртэ Жене-раль. Если Стависскому и могла грозить какая-то опасность, то разве что со стороны держателей залоговых свидетельств.

Красавчик прекрасно понимал, что его финансовая пирамида в конце концов может рухнуть, и как все жуликоватые “финансовые гении” он

КРОССВОРД

По горизонтали: 4. Накопленная за жизнь бестолковость, кристаллизованная возрастом. 8. Насекомое. В поединке самцов проигравшим считают того, кто потерял усы. 9. Русский поэт, посвятивший такие строки портретисту Оресту Кипренскому: "Любимец моды легкокрылой, хоть не британец, не француз, ты вновь создал, волшебник милый, меня, питомца чистых муз". 10. Жук, способный выстрелить ядовитой жижой. 11. В ней только и живет актер, в ней только и бывает счастлив до конца. 12. Деревянная заготовка для ложки. 14. Самая знаменитая из шекспировских ролей, сыгранных на сцене французской Сарой Бернар. 17. Плюс с точностью до наоборот. 18. Что рождается из союза азота с водородом? 21. Первая ступень на пути к генералиссимусу. 22. Запретное место для учениц младших и особенно старших классов из телефильма "Безымянная звезда". 24. Матросская майка. 25. Какую лестницу подают к самолету?

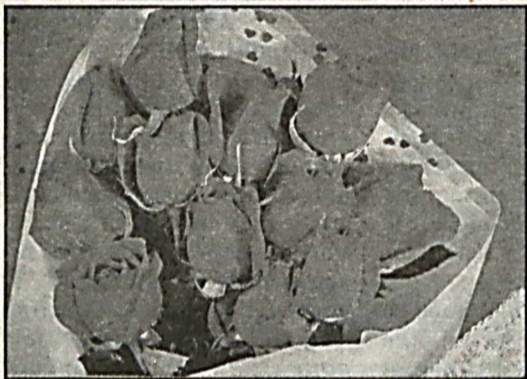
По вертикали: 1. "Узи" как огнестрельное оружие. 2. "Товар — деньги — товар". Какой элемент, ради которого, собственно, все и затевалось, выпал из этой классической цепочки? 3. Плодовый кустарник. Настояем его цветков борются с атеросклерозом. 5. Эротический дублер. 6. Горюче-смазочное средство отношений. 7. В каком из парижских районов появилось первое в мире быстро "Матушка Катрин"? 9. Наивысшая точка развития. 13. Сколько останется, если сутки поделить на две дюжины? 14. Процесс в основе моциона. 15. Чему подвергли воины готского короля Алариха "вечный город" перед разграблением? 16. Какой плод можно сорвать с фигового дерева? 17. Великий якобинец, чьими последними словами были: "Всех на гильотину". 19. Почти каждый варшавянин. 20. Каждая из героинь нашумевшего бродвейского мюзикла "Cats" Эндрю Вебера. 23. Болгарский валютный "хищник".



ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В ПРЕДЫДУЩЕМ НОМЕРЕ

1. Холостяк. 2. Муравей. 3. Кнопка. 4. Потолок. 5. Веретено. 6. Поцелуй. 7. Астрахань. 8. Шапокляк. 9. Парюра. 10. Бальзамин. 11. Консерватория. 12. "Аида". 13. Иерусалим. 14. Кровавик. 15. Бертран (Блие). 16. Хладнокровие. 17. Качество. Пароль — "КОНФЕТТИ".

Я ПРИШЕЛ К ТЕБЕ С БУКЕТОМ



"Букет" — в переводе с французского не только "пучок", но и "аромат". Его можно составить, ориентируясь не только на внешний вид цветов, но и на их аромат! Только лучше избегать растений с очень резкими запахами и не забывать о возможности развития аллергии

ЦВЕТЫ — ДЕТИ ЖИЗНИ

К сожалению, для многих цветов, которые сегодня продают, аромат стал роскошью: большинство из них — искусственно выведенные гибриды, не размножающиеся естественным путем, то есть не нуждающиеся в помощи насекомых-опылителей.

К тому же душистые цветы — менее стойкие. Чтобы пахнуть, им приходится тратить дополнительную энергию. А нам важно, чтобы букет долго радовал глаз! Да и состав специальных растворов "для продления жизни", в которых стоят срезанные цветы, зачастую лишает их аромата. Даже роскошные импортные розы из Голландии и Эквадора крайне редко могут порадовать благоуханием — из сотни сортов, предлагаемых покупателям, пахнут не больше пяти.

"Оживить" запах букета можно, если перенести его из холода в тепло и под прямые солнечные лучи. Или наоборот, на лунный свет: обычно в темноте и тишине практически любой аромат кажется нам более выраженным.

МНОГОСЛОВНАЯ КОМПОЗИЦИЯ

Цветы без аромата хороши для "протокольных" букетов — их вручают официальные лица на торжествах, и там никогда не используют душистые растения. Для букета, который должен рассказать о чувствах, передать эмоции, создан специально для конкретного любимого человека, лучше подобрать цветы с запахом.

Талантливый флорист может собрать не просто "пучок" растений — он создает настоящий "цветочный портрет" или "цветочный тост", заменяющий многие слова, признания и пожелания.

Чтобы подарить букету запах, в него включают не только "стерильные" цветы, круглый год доставляемые со всех концов света, но и сезонные растения: ландыши, ароматную сирень, пионы, а также всю гамму лета — маттиолу, левкой, гелиотроп, резеду, душистый горошек. А если вы хотите придать букету весеннее благоухание, очень кстати будут в нем веточки березы и то-

поля с их терпким горьковато-свежим ароматом.

Правило здесь одно, но очень важное: в композиции должна преобладать только одна "ароматная" нота, один ведущий запах. Большинство современных букетов можно спокойно оставлять на ночь в спальне, не рискуя проснуться с головной болью. Но лучше, если их не будет слишком много — цветы ночью поглощают кислород и выделяют углекислый газ, как и все живые организмы.

И НИКАКОЙ АЛЛЕРГИИ!

Очень важно, чтобы у "получателя" букета не оказалось аллергии на аромат входящих в него цветов. Впрочем, восклицание "Ах, уберите подальше этот венник, я от него чихаю и чешусь!" не совсем корректно.

— В некоторых случаях, действительно, возникает настоящая аллергическая реакция организма на запах. Это так называемая перекрестная аллергия на растения одного семейства. Если, например, при цветении полыни у

человека начинается насморк и градом льются слезы, велика вероятность, что такие же неприятные последствия возникнут от невинного букета ромашек или хризантем. Дело в том, что эти цветы принадлежат к тому же семейству сложноцветных, что и "роковая" полынь. "Место проявления" реакции зависит от того, каким заболеванием страдает человек. У астматика может начаться приступ удушья, у тех, кто подвержен поллинозам (аллергии на цветение трав), насморк.

Но чаще люди считают аллергией на цветы неспецифическую реакцию "больных" слизистых оболочек на запах, который просто выступает как раздражитель. Все может выглядеть так же — чихание, слезы, спазм бронхов, но это не настоящая аллергия, и виновником может стать любой резкий аромат.

Если аллергия — человек мнительный, склонный к эмоциональным реакциям, его "аллергия на букет" может иметь чисто психологическую основу. В литературе описано множество случаев, когда астматика реагировали приступом удушья на искусственные цветы, принимая их за живые.

Некоторые сильно пахнущие растения (например, лилии) становятся нередко причиной приступа головной боли (своеобразный эквивалент аллергической реакции), особенно если в букет входит немалое их количество, а объем воздуха в помещении небольшой.

Объединенная редакция МВД Республики Узбекистан

НАШ АДРЕС:
700029, ТАШКЕНТ,
улица Юнуса
Раджабий, 1.

Главный редактор Шухрат МУРАДОВ

Зам. главного редактора
Александр ВОРГУДЯЕВ

Дежурный
Леонид КИЯШКО
Корректор
Любовь МУХАМЕДЖАНОВА
Верстальщик
Акбар БОЛТАЕВ

ТЕЛЕФОНЫ:
Главный редактор
139-70-40,
E-mail: urmvd@globalnet.uz
Зам. гл. редактора
139-75-69
Ответ. секретарь
139-73-88,
Бухгалтерия
139-75-37
Отдел распространения
59-23-08
Факс **132-05-51**

Р/с
20210000700447980001
Акционерного
в Мирзо-Улугбекском
филиале
инвестиционного
коммерческого
банка
«Ипак йули».
Код банка 00421.
ИНН 200637499.

Газета зарегистрирована
Агентством по печати и информации Узбекистана.
Регистрационный номер 010 от 23 ноября 2003.

Зак. № J 1169.
Тираж 5896

При перепечатке ссылка
на «На посту» обязательна.
За точность приведенных цифр,
фактов и прочих сведений несут
ответственность авторы.
Мнения авторов могут не
совпадать
с мнением редакции.
Рукописи не рецензируются
и не возвращаются.
Материал перепечатан из
зарубежных СМИ и Интернета.

Печать офсетная, 4 печ. л.
Формат А-3.

ИНДЕКСЫ:
для частных лиц — 169
для организаций — 367
Время подписания
в печать
по графику ... 22.00
номер подписан ... 20.00
Отпечатано в
Издательско-
полиграфическом
творческом доме
«Узбекистон»
Адрес предприятия:
ул. А. Навои, 30.

В МИРЕ ИНТЕРЕСНОГО

РЕКОРДЫ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ

Каких только рекордов не бывает в мире! Не только являющихся результатом интеллектуальных или физических способностей человека, но и порой неординарных, курьезных и смешных

* Житель Лондона Патрик Мерфи ходит пить пиво в бар "Северная звезда" вот уже 53 года подряд. Впервые попав в это заведение, когда ему было 25 лет от роду, Патрик столь проникся качеством подаваемых напитков и культурой обслуживания клиентов, что стал ходить туда каждый вечер. Примечательно, что более чем за полвека мистер Мерфи ни разу не сделал перерыва ибо за это время Патрик никогда не выезжал за пределы Лондона.

* В Екатеринбурге (Россия) профессиональные бармены Роман Торашин и Вячеслав Зацепилов построили самую большую в мире пирамиду из 2300 граненых стаканов. Результат их двухчасового труда — трехгранная пирамида с длиной ребра в 23 стакана, с 24 ступенями и высотой 1м 43см. Чтобы продемонстрировать прочность сооружения, они даже попрыгали рядом: паркет закрипел, стекло зазвенело, но пирамида устояла.

* Житель китайского города Хубэй Ли Чанхуа придумал новый способ перемещения тяжелых. После нескольких лет упорных тренировок он протаскивал целый полкилометра микроавтобус с водителем и 12-ю пассажирами, прикрепив транспортное средство к... собственному уху.

* Американцы любят устраивать различные соревнования. В городе Монпелье, который еще называют столицей гнилых кроссовок, состоялись соревнования, на которых определяли обладателя самой вонючей обуви. Победителем стал 10-летний Диган Гудман из штата Вермонт. Его кроссовки, почти сгнившие на ногах, источали жуткую вонь-смесь из запахов застарелой грязи и многомесячного пота. Награда — счет в банке на 500 долларов, сто долларов на новые кроссовки и набор дезодорантов фирмы-спонсора соревнований.

* За свою долгую жизнь румынка Адриана Илпеску, а ей уже исполнилось 67 лет, так и не смогла родить ребенка. В прошлом году она стала старейшей мамой на Земле: родила здорового, хоть и семимесячного малыша. До этого рекордсменкой была 65-летняя жительница Индии Сатьябама Махапартта.

Подготовил Н. ЧУРСИНОВ.