

Корейцы

Газета Ассоциации Корейских
Культурных Центров Узбекистана
Выходит с 1 ноября 2019 года

№ 1 (77)
12. 01. 2023



УЗБЕКИСТАНА

우즈베키스탄 고려 사람 신문



Творим добро

6 января Ташкентское городское отделение (ТГО) Ассоциации Корейских Культурных Центров Узбекистана совместно с реабилитационным фондом NEW HOPE организовало во Дворце корейской

культуры и искусств благотворительную акцию. Её цель - оказание помощи и поддержки людям с ограниченными возможностями и малообеспеченным семьям.

- Это мероприятие стало традиционным и проводится ежегодно Ташкентским городским отделением совмест-

но с реабилитационным фондом NEW HOPE. Сегодня нам также помогают спонсоры Олег Ким и Ирина Ким, - говорит председатель Ташкентского городского отделения АККЦУз Александра Ким. - В нынешнем году мы решили привлечь к участию и младшее поколение - внучат, чтобы они увидели, как следует относиться к людям, которые нуждаются в особой заботе и внимании. Хотелось бы надеяться, что дети, побывав во дворце и посетив концерт, получают ещё и представление о том, как их бабушки и дедушки, родители со-



храняют обычаи, традиции, культуру нашего народа. В акции приняли участие более ста человек. Благодаря ответственному и активистам районных подразделений столицы составлялись списки, так в ТГО стекалась вся информация о нуждавшихся. В основном это пожилые люди, чей возраст приблизился или преодолел 80-летнюю отметку, инвалиды. Среди них - Маргарита Пак, Флорида Тен, Оксана Тян, Зоя Пак, Полина Кон и другие. Многие из них получили адресную помощь в виде колясок, ходунков, тростей, предметов первой необходимости. Не забыли организаторы и про ма-

леньких гостей: каждый ребёнок, пришедший на мероприятие, получил подарок.

Сюрпризы на этом не закончились, организаторы благотворительной акции во главе с председателем ТГО Александрой Ким не только подготовили презентационный ролик о своей деятельности, снятый в шуточной форме, но и подарили песню-приветствие «Команда молодости нашей». Далее эстафету праздничных поздравлений подхватили профессиональные артисты. Перед публикой выступили: лауреаты республиканских и международных конкурсов певицы Магдалина Ким,



Ирина Нам, иллюзионист Дмитрий Ким, народный ансамбль «Асадал», танцевальный дуэт Денис Ким и Алина Тибердиева, вокалистка Милана Пак, юная танцовщица Мария Ли, Заслуженная артистка Республики Узбекистан Галина Шин, а также сводный хор и танцевальные коллективы ТГО.

Ташкентское городское отделение АККЦУз и в дальнейшем планирует продолжать организовывать и проводить подобные благотворительные акции.

Владислав ДИН,
фото автора



даря ответственным и активистам районных подразделений столицы составлялись списки, так в ТГО стекалась вся информация о нуждавшихся. В основном это пожилые люди, чей возраст приблизился или преодолел 80-летнюю отметку, инвалиды. Среди них - Маргарита Пак, Флорида Тен, Оксана Тян, Зоя Пак, Полина Кон и другие. Многие из них получили адресную помощь в виде колясок, ходунков, тростей, предметов первой необходимости. Не забыли организаторы и про ма-



Виталий Фен: Сотрудничество с Южной Кореей занимает особое место во внешней политике Узбекистана

Ведущая южнокорейская газета «Korea JoongAng Daily» опубликовала развернутое интервью Чрезвычайного и Полномочного Посла Узбекистана Виталия Фена, посвящённое развитию дипломатических отношений между двумя странами.

В интервью посол подробно рассказал о договорённостях, достигнутых между нашими государствами за истекший период, крупных двусторонних проектах, истории установления политических, торгово-экономических, культурно-гуманитарных отношений.

«Сотрудничество с Южной Кореей занимает особое место во внешней политике Узбекистана, – отметил Виталий Фен. – Тридцать один год назад, 1 сентября 1991 года, на карте мира появилась новая независимая страна под названием Республика Узбекистан. 30 декабря 1991 года Республика Корея первой среди стран Азиатско-Тихоокеанского региона признала независимость Узбекистана. Дипломатические отношения между нашими странами установлены 29 января 1992 года. Безусловно, обретя независимость и став полноправным членом мирового сообщества, независимый Узбекистан в своей внешней политике делал упор на тесное сотрудничество со всеми развитыми и развивающимися странами мира, в том числе с Республикой Корея. За 30 лет с момента установления наших дипломатических отношений состоялось 18 встреч на высшем уровне между главами государств.

На каждой из этих встреч стороны достигали важных договорённостей по развитию политических, торгово-экономических, культурно-гуманитарных отношений. К настоящему времени между нашими странами принято более двухсот межгосударственных, межправительственных и межведомственных документов. Эта важная правовая база служит прочной основой для взаимного сотрудничества».

Посол подробно рассказал о первых шагах в межгосударственных отношениях. Тогда был подписан первый важный двусторонний документ – декларация «О принципах межгосударственных отношений и сотрудничества между Узбекистаном и Южной Кореей».



Подписание соглашения с южнокорейской корпорацией Daewoo о строительстве завода в узбекском городе позволило уже в 1996 году приступить к выпуску автомобилей, и Узбекистан стал одной из стран мира по производству автомобилей. «Кардинальные реформы, начатые в Узбекистане в 2017 году под руководством Президента Шавката Мирзиёева, имели важное значение в переходе страны на новый, современный путь развития и модернизации, в повышении эффективности внутренней и внешней политики государства, – подчеркнул дипломат. – Можно сказать, что с 2017 года в отношениях между Узбекистаном и Южной Кореей открылась новая страница. Прежде всего, большое значение приобрело наше сотрудничество, основанное на искренней дружбе лидеров двух стран, открытости, взаимопонимании и уважении интересов.

В ноябре 2017 года состоялся первый государственный визит Президента Узбекистана Шавката Мирзиёева в Южную Корею. В ходе переговоров, состоявшихся в Сеуле, стороны договорились последовательно продолжать диалог на высшем уровне, дальнейшую активизацию сотрудничества в таких сферах, как экономика, энергетика, финансы, ин-

вестиции и высокие технологии, наращивать объёмы взаимной торговли, расширять гуманитарную сферу.

В апреле 2019 года нашу страну с государственным визитом посетил Президент Республики Корея Мун Чжэ Ин. По итогам плодотворных переговоров Президент Шавкат Мирзиёев и Президент Мун Чжэ Ин подписали Совместную декларацию об особом стратегическом партнёрстве между Республикой Узбекистан и Республикой Корея.

В январе 2021 года впервые состоялся онлайн-саммит на высшем уровне между президентами. Главы государств приняли важные решения, направленные на дальнейшее укрепление двусторонних тор-

гово-экономических и инвестиционных отношений. По итогам саммита был подписан Меморандум о сотрудничестве в области «цифровизации» в целях содействия «четвёртой промышленной революции».

Виталий Фен отдельно остановился на историческом событии в межгосударственных отношениях – государственном визите Президента Шавката Мирзиёева в Республику Корея в декабре 2021 года.

В Сеуле состоялись переговоры на высоком уровне, встреча с руководством парламента Южной Кореи, организован крупный бизнес-форум с участием представителей ведущих компаний, подчеркнул посол. Президент Узбекистана отметил, что в повестке дня три основных направления сотрудничества на ближайшую перспективу: «зелёное» развитие, цифровизация и укрепление системы социальной защиты. Было определено, что все перспективные совместные проекты, программы и планы действий будут разрабатываться на основе этих ключевых приоритетов.

Сегодня Республика Корея занимает четвёртое место среди внешнеторговых партнёров Узбекистана.

В последующие годы количество

продолжение на стр.6

ЧЕЛОВЕЧНОСТЬ - ГЛАВНОЕ КАЧЕСТВО ЛИДЕРА

Корейцы - одна из самых многочисленных диаспор Узбекистана. Почти в каждом регионе есть корейские культурные центры, которые принимают активное участие в общественной жизни страны, объединяют членов диаспоры, проводят образовательные программы... Одним из таких активных центров является Корейский культурный центр Бухары, который более 10-ти лет возглавляет Радион Черинович Ли.

Когда в 2012 году Радион Ли возглавил Корейский областной культурный центр, он практически не знал местную диаспору. Но это его не остановило! Радион Черинович просто «решил со всеми познакомиться»: ходил по домам, собирал активистов. Сегодня он не только председатель, но ещё и пропагандист здорового образа жизни, тренер, а также, неожиданно для себя и окружающих - певец. Чего не сделаешь ради того, чтобы твой центр достойно выглядел на конкурсе! Вот и Радион Черинович в честь празднования Дня государственного флага Республики Узбекистан в ноябре 2022 года исполнил песню «Салам, салам, родной Узбекистан», удивив не только себя, но и окружающих.

- Радион Черинович, расскажите, как Вы стали председателем Бухарского корейского культурного центра?

- Бухарский областной корейский культурный центр был создан в 1991 году Виталием Константиновичем Чженом, который проработал на этом посту 20 лет, а потом передал бразды правления своему заместителю - Юрию Леонидовичу Хону, декану факультета русской филологии Бухарского государственного университета. Но тот буквально через год по семейным обстоятельствам переехал в Ташкентскую область и оставил руководство на меня. Так, в 2012 году и стал председателем Бухарского корейского культурного центра, который сегодня для меня является большой семьёй. А вот начинать работу было нелегко, так как я только в 2007 году приехал в Бухару из Каракалпакии и практически никого не знал из корейской диаспоры.

- С чего начали свою работу, сложно ведь без знакомых и связей?

- Сложно, но это меня не остановило. Просто решил со всеми познакомиться, ходил по домам, собирал активистов. Конечно, было нелегко,

но всё уже позади. За эти 10 лет мы очень сплотились, провели немало мероприятий, интересных встреч. Я очень благодарен нашим активистам за доверие. Также хочу сказать, что в последние годы уделяется огромное внимание культурным центрам со стороны руководства страны. Благодаря этому у бухарского центра появилось своё помещение, оснащённое необходимой мебелью и техникой.



Это положительно сказывается на деятельности - ведь теперь ещё больше возможностей встречаться, обсуждать, репетировать, проводить различные мероприятия. Основной целью центра сегодня является сохранение культурных ценностей нашего народа, традиций, обрядов, обычаев. Мы чтим и уважаем традиции страны, которая стала для нас Родиной, но хотим, чтобы молодёжь знала и сохраняла и культуру корейского народа. Мы принимаем активное участие в государственных мероприятиях, но также отмечаем и свои национальные праздники.

- Какое количество корейцев на сегодняшний день объединяет центр?

- В культурном центре Бухары на сегодняшний день более 20-ти ак-

тивистов. На мероприятиях собираются до шестидесяти человек. К сожалению, корейская диаспора в Бухаре значительно уменьшилась, очень много молодых людей уезжает на заработки в Корею, а кто-то остаётся там жить.

- У центра есть свой хоровой коллектив?

- Да, и это является нашей отдельной гордостью. Как только я стал председателем, то понял, что без хорового коллектива - никак. Тем более тогда начал проводиться ежегодный конкурс хорового пения и принимал его в тот год Навоийский ККЦ. Мы, конечно, тоже хотели в нём участвовать и поэтому решили, что хор нам просто необходим. Название хора «ПОМ» (в переводе с корейского «Весна») возникло само собой, а его участниками являются практически все наши активисты. Руководит хором Маргарита Николаевна Тен и очень успешно справляется с этой задачей.

- И вы сами не так давно стали участником хорового коллектива?

- Это получилось случайно. Вообще-то я никогда не пел, но музыку чувствую очень хорошо, голос есть. В ноябре 2022 года нашему центру нужно было выступить с двумя номерами. Для разнообразия решил подготовить сольное выступление. Все сказали, что получилось неплохо.

- Не страшно было вот так, без опыта и практики, выйти на сцену и спеть?

- Как говорится, «волков бояться - в лес не ходить». Нужно идти в ногу со временем, и я не чужд ничему новому, интересному. Это какой-то новый шаг в моей жизни.

- Проведение национальных праздников это только одна часть вашей деятельности. Расскажите, пожалуйста, о других.

- К сожалению, не вся жизнь - праздник. Есть и обычные будни, случаются и грустные события, такие как уход из жизни. Мы всегда поддерживаем членов диаспоры, помогаем с организацией похоронных обрядов, стараемся не забывать о пенсионерах, одиноких и малообеспеченных семьях. Вообще могу сказать, что в последние годы стали даже более ак-

тивными и стараемся не пропускать ни одного мероприятия, где задействованы культурные центры. Этому, как уже отмечал выше, во многом

что уже само по себе очень важно, это ещё и хорошее настроение, дополнительное общение с новыми людьми. Многие даже не заметили, что у них



способствовало и то, что у нас теперь есть свой собственный офис, что во многом облегчило работу. Помимо этого, стараемся принимать участие в грантовых проектах. Так, в 2019 году мы выиграли грант по теме «Обычаи, традиции, культура и языки национальностей, проживающих в Узбекистане». На средства гранта - это 30 млн сумов - приобрели новые ханбоки, музыкальную аппаратуру, принтер, канцелярские товары. Второй грант - «Здоровая женщина - здоровое будущее» - получили в 2022 году. Он позволил привлечь к здоровому образу жизни женщин махалли им А. Сифатмуни и членов нашей диаспоры.

Оба гранта были получены от Общественного фонда по поддержке ННО и других институтов гражданского общества при Бухарском областном совете народных депутатов.

- Расскажите подробнее про второй грантовый проект. Как вы популяризируете здоровый образ жизни?

- Я сам сторонник здорового образа жизни и уже более 12-ти лет ежедневно занимаюсь на стадионе гимнастикой, уделяю этому два часа в день. В рамках данного проекта в качестве инструктора веду оздоровительные программы. Каждое утро занимаюсь с женщинами из махалли, группа насчитывает 15-20 человек. С членами Бухарского корейского культурного центра по воскресеньям мы занимаемся в спортивной школе «Ёшлик», а по средам посещаем фитнес-клуб. Проект реально мотивирует. Ведь это не просто занятия спортом,

изменилась осанка, они стали лучше выглядеть и чувствовать себя, кто-то сбросил лишний вес. То, что мы смогли привлечь и заинтересовать людей спортом, здоровым образом жизни - большое достижение.

- Обычно инициатором мероприятий является именно председатель. Но в то же время важна и поддержка со стороны общественности. Поделитесь секретом - какими качествами необходимо обладать человеку, чтобы его поддержали и пошли за ним?

- Не думаю, что это секрет, скорее, общепризнанная догма - нужно быть человечным и внимательным ко всем, иметь терпение, чтобы выслушать



каждого и не обидеть. Необходимо быть позитивным человеком, не бояться чего-то нового.

Да, конечно, чаще всего инициатором новых проектов выступает председатель, потому что он в курсе всех событий. Но ни одна идея не сможет воплотиться в жизнь, если нет сплоченного коллектива. Я очень рад тому, что в бухарском центре очень слаженная, дружная команда, благодарен всем активистам за их работу и све-

жие идеи. Приятно и то, что нас поддерживают местные власти.

- В чём заключается помощь местных властей?

- За примером далеко ходить не нужно. В Бухаре есть новое корейское кладбище, на территории которого отсутствовал водопровод, к тому же была проблема с подъездными путями. Очень хотелось решить эти вопросы, тем более в 2022 году отмечались две знаковые даты - 85-летие проживания корейцев в Узбекистане и 30-летие установления дипломатических отношений между Республикой Узбекистан и Республикой Корея. Мы обратились с письмом в хокимият с просьбой помочь благоустроить кладбище и провести водопровод. Областное руководство откликнулось на нашу просьбу, проблема с водопроводом и дорогой на кладбище уже решена. Отдельное спасибо депутату Олий Мажлиса из Бухарской области Эмме Сергеевне Аслоновой (Кан), которая дала толчок этой работе. Хотелось бы поблагодарить и хокима Бухарской области Ботира Камиловича Зарипова за большое внимание, которое он уделяет всем диаспорам, проживающим в нашем регионе.

- С какими организациями в Бухаре сотрудничает корейский культурный центр?

- В основном это областной хокимият, так как без поддержки государственной власти на местах очень сложно работать. Ещё мы сотрудничаем с Общественным фондом по поддержке ННО и других институтов гражданского общества при Бухарском областном совете народных депутатов, а также с различными частными структурами.

- С какими планами центр вступил в 2023 год?

- Планов, конечно, много. В первую очередь продолжить то, что уже начато - продолжать работу с хорошим коллективом, готовить новые номера, заниматься спортом и привлекать к этому как можно больше людей. Хорошо встретить Новый год по лунному календарю и сплочённо работать со всеми культурными центрами. Тогда мы все будем единой семьёй.

Сурия МАГДЕЕВА,
фото из архива Р.ЛИ

совместных предприятий почти удвоилось. Несмотря на последствия пандемии, многосторонние отношения стабильно развиваются.

Сегодня стороны работают над проектом Соглашения о свободной торговле и обсуждают перспективы упрощения тарифных ограничений, применяемых к отдельным товарам, отмечает посол. Безусловно, обе страны в равной степени заинтересованы в подписании этого соглашения, и в будущем ожидается увеличение объемов взаимной торговли гораздо больше, чем в настоящее время.

В интервью посол также говорил о важности роли туризма в углублении отношений между двумя странами: «Недавно в городе Самарканде открылся международный туристический центр «Великий шёлковый путь». Это современный многоцелевой туристический комплекс площадью 260 гектаров, который включает в себя отели мирового класса, обширные общественные пространства, многопрофильные оздоровительные центры, рестораны и места отдыха, а также большой конференц-зал для проведения мероприятий. В городе Самарканд введён в эксплуатацию новый международный аэропорт, позволяющий принимать туристов со всего мира, в том числе из Республики Корея».

ИА «Дунё»

Южная Корея планирует допустить на свой рынок виноград и дыни из Узбекистана

Южная Корея планирует выдать фитосанитарные разрешения для поставки на свой рынок винограда и дынь из Узбекистана. На сегодняшний день корейская сторона уже предоставила разрешения на поставку 43 видов узбекской плодово-овощной продукции и сухофруктов, сообщает корреспондент **Podrobno.uz**.

Об этом стало известно по итогам переговоров, которые провела в Южной Корее делегация Узбекистана во главе с первым заместителем министра инвестиций и внешней торговли Лазизом Кудратовым.

Стороны согласовали вопросы ускорения реализации крупных совместных проектов «Строительство многофункциональной клиники для взрослых», «Создание медицинского университета», «Строительство онкологической клиники», а также «Создание фармацевтического кластера «Ташкент Фарма Парк».

С Министерством торговли, промышленности и энергетики Южной Кореи был обсужден вопрос реализации второй фазы проекта создания «Узбекско-Корейского технологического центра редких металлов и твердых сплавов». В этих целях корейской стороной выделяется дополнительный грант в размере 12 миллионов долларов для генерации новых промышленных проектов, нацеленных на привлечение инвестиций корейских компаний к добыче и переработке

редких и цветных металлов в Узбекистане.

Также были обсуждены вопросы реализации совместных инвестиционных проектов с компаниями «Дэу Инжиниринг энд Констракшн» в сфере энергетики и развития инфраструктуры, «Ханхва Корпорэйшн» – химической промышленности, «ДиЭли энд Си» –



водоснабжения, «ЭсЭйч Энерджи» – производства зарядных устройств для электромобилей, а также «Самсунг Медисон» и «Ай-Сенс» – локализации производства медицинского оборудования.

Отдельно были рассмотрены перспективы развития сотрудничества в банковско-финансовом секторе, в частности достигнута договоренность об открытии филиала «Кёнгам Банк» в Узбекистане. По итогам визита утверждена соответствующая «Дорожная карта» по своевременной и качественной реализации всех достигнутых с корейскими партнёрами договоренностей.

Консультативный совет

26 декабря состоялось предновогоднее заседание Консультативного совета Центральноазиатского региона

С сообщением о деятельности регионального отделения в 2022 году выступил председатель Хо Сон Хенг, отметивший, что работа Консультативного совета велась согласно утверждённому плану. Г-н Хо дал оценку каждому проведённому мероприя-



тию, среди которых особо следует отметить подписание меморандума с уездом Хапчо (октябрь, 2022 г.); лекцию и собрание с участием представителей Секретариата и глав региональных отделений Европы и Ближнего Востока (ноябрь, 2022

г., Ташкент), Всемирный слёт членов Консультативного совета (2-3 декабря, 2022 г., Сеул).

Г-н Хо озвучил повестку на 2023 год. Среди вопросов, которые будут рассмотрены на ближайших заседаниях совета – лекции учёных-историков, создание комиссий для рекомендаций членов в новый созыв.

Пак Ген Чер - борец за освобождение Кореи

В декабре прошлого года автор и создатель сайта koryo-saram.ru Владислав ХАН принял участие в конференции, организованный общественным фондом Хон Бом До в Сеуле.

Мероприятие было посвящено 79-й годовщине кончины генерала Хон Бом До и 102-й годовщине со дня победы в битвах при Бонодон и Чонсанри. Публикуем текст его выступления, посвящённого Пак Ген Черу, соратнику Хон Бом До.

Пак Ген Чер впервые мне стал известен по работе над исторической хроникой «Братья Хан», где он упоминается как начальник штаба партизанского отряда Хан Чан Гера (Хан Чан Голь).

После написания основной части хроники, когда исследователь во мне ещё не угас, а, напротив, более возрос, стал размышлять, где найти материалы о борцах за освобождение Кореи, о соратниках Хан Чан Гера, т.к. я находился в Ташкенте, а события происходили на Дальнем Востоке. И тогда пришла робкая подсказка обратиться в Ташкентский областной архив, где хранятся дела пенсионеров республиканского значения, с их автобиографиями и документами, подтверждающими статус для получения повышенной пенсии.

И произошло чудо! По-другому не могу объяснить произошедшее. Среди документов многих достойных людей обнаружил дело №228 Пак Ген Чер. Когда понял, что передо мной папка с документами соратника Хан Чан Гера, дыхание перехватило от волнения. Среди них хранилась автобиография, из которой я узнал следующее.

Пак Ген Чер родился 14 марта 1885 года в Северной Корее. В 1909 году юноша окончил корейскую среднюю школу. С 1910 года, с момента аннексии Кореи Японией он встал на путь борьбы с японскими захватчиками, организуя борьбу корейской молодёжи.

С усилением карательных действий и провокаций со стороны изменников

Пак Ген Чер вынужден был эмигрировать в Маньчжурию, затем в Россию, в Никольск-Уссурийск, где царские власти в угоду японским требованиям также запрещали антияпонские выступления корейцев. В условиях подполья в 1913 году под видом школы рабочей молодёжи он по ночам продолжал антияпонскую пропаганду среди молодых людей.

В 1917 году переехал во Владивосток.

В 1919 году после Первомартовского восстания в Корее по русскому Приморью прокатилась волна манифестаций и митингов корейского населения в поддержку вооружённой борьбы против японцев. Пак Ген Чер вступил в знаменитый отряд генерала Хон Бом До в качестве начальника штаба и участвовал в боях в районе Хунчуна и Тумень-Ула против японских карательных войск.

В ноябре 1920 года теснимые японцами корейские партизанские отряды перешли на территорию России. При переходе Пак Ген Чер расстался с генералом Хон Бом До и со своим отрядом направился в Южное Приморье, в Анучино, где дислоцировался отряд Хан Чан Гера.

В деле обнаружилась и фотография Пак Ген Чер из его партизанской книжки. Среди документов, представленных для получения пенсии, нашёлся совершенно уникальный документ - приказ членов корейского совета Хан Чан Гера и Цой Хорима командиру первого батальона корейских революционных войск товарищу Пак Ген Черу. Документ вызвал неопределимые чувства соприкосновения с историей. К тому же я увидел автограф Хан Чан Гера. Как реликвию, как память о партизанских годах, как символ верности данному слову Пак Ген Чер всю свою жизнь хранил по-

следний приказ командира.

Далее по документу «Трудовой список» узнал, что Пак Ген Чер в 1931 году поступил в Дальневосточный государственный педагогический институт на естественный факультет, где как бывший партизан получал повышенную стипендию. По окончании института в 1935 году Пак Ген Чер стал директором школы №22 Черниговского района Дальневосточного края. В октябре 1937 года он был уволен в связи с выселением в Казахстан.

В конце 1937 года Пак Ген Чер начал работать учителем химии и биологии уже в Узбекистане, в средней школе №23 Среднечирчикского района Ташкентской области. В июле 1939 года он уволился по собственному желанию в связи с ликвидацией школ с корейским языком обучения. В том же 1939 году Пак Ген Чер был принят в колхоз «Новый путь» Среднечирчикского района садовником. Там он проработал до 1950 года, пока преклонный возраст и болезни не заставили прекратить трудовую деятельность. Пак Ген Чер работал до последней возможности, потому что являлся кормильцем себя и жены Пак Сун Ай. Детей у пары не было. Скончался Пак Ген Чер в 1967 году. Его заслуги ни разу не были отмечены Советской Россией.

После публикации статьи на сайте «Корё сарам» я получил письмо от Евгении Георгиевны Тэн. Читательница утверждала, что Пак Ген Чер был женат на её бабушке Пак Сун Ай, вдове Цой Чан Сика. От предыдущего брака у Пак Сун Ай было трое детей. В совместном браке родился один ребёнок, который умер в младенческом возрасте. Также Евгения Тэн поведала, что Пак Ген Чер после смерти жены (её бабушки) жил в их доме. А значит предположение, что наш герой ушёл из жизни в полном забвении и одиночестве, оказалось неверным.

Пак Ген Чер ушёл из жизни достойно, окружённый заботой приемных детей. Похоронен на сельском кладбище колхоза «Политотдел». В 2019 году Евгения Тэн установила новый памятник на его могиле. Относительно недавно я узнал, что Пак Ген Чер в 2013 году был награжден высшим орденом Республики Корея «За заслуги в строительстве государства».



ПРИБЛИЖЕНИЕ К ПРЕКРАСНОМУ

«Учитель выполняет благороднейшую миссию, открывая детям дверь в мир прекрасного». Эти слова принадлежат замечательному педагогу и чудесному человеку - Алле Антоновне Ким, преподавателю музыки, Заслуженному работнику народного образования Узбекистана. Её уютный кабинет весь в портретах любимых (уже известных не только в Узбекистане, но и в мире) учеников. Сама Алла Антоновна излучает из себя просто потрясающую позитивную энергетику, с ней легко и приятно беседовать. И, наверное, поэтому совсем не выглядит на свои годы, ведь в её сердце царят гармония и знание духовных истин. А ещё - музыка.

Музыка в её жизни появилась достаточно необычно - в виде советских пафосных песен, звучащих по радио. Маленькая Алла - дочка скромных служащих - слушала радио и пальчиками отстукивала ритм по столу. Родители девочки - Антон Иванович Ким и Ольга Михайловна Цой - поженились ещё на Дальнем Востоке, но почти сразу же после свадьбы их семьи были депортированы в Среднюю Азию. После мытарств по казахстанской степи попали в маленький узбекский город Бекабад, где в 1945 году и родилась Алла. Жили небогато, но честно и дружно. В атмосфере любви и доверия росли Алла и её два брата. Родители, желая дать детям всестороннее развитие, без колебания отдали всех троих в музыкальную школу.

- Когда открылась первая музыкальная школа в городе, преподаватели ходили по домам, агитировали родителей отдавать детей к ним на обучение, - вспоминает Алла Антоновна, - и хотя у нас не было инструментов, папа и мама записали меня и братьев. Так я попала в класс фортепиано к педагогу Э. Я. Радиной, мой брат-близнец - в класс баяна, а старший брат - в класс скрипки. В общем, дома звучал целый оркестр! Правда, братья проучились недолго и быстро «сошли с дистанции», а я заболела музыкой на всю жизнь. В 1959 году, окончив музыкальную школу с отличием, Алла поступила в музыкальное училище г. Ленинабада (Таджикистан) в класс педагога В.В.Солодовниковой, ученицы самого В.И.Слонима! И когда год спустя Алла Ким дала сольный концерт из произведений Баха, Шопена, Листа, Мендельсона и Чайковского, то все педагоги училища, единогласно постановив, что девушке просто необхо-

димо ехать в Ташкент для дальнейшего образования, дали рекомендацию к профессору и педагогу Абраму Моисеевичу Литвинову. Так Алла оказалась в стенах своего второго дома - в РСММ-ШИ им. В.Успенского - на долгие и долгие годы. После блестящего окончания школы им.Успенского Алла, на свой страх и риск, поехала поступать в Ленинградскую государственную консерваторию.

- Представляете, поехала в «никуда» - в город, где ни знакомых, ни родных, - улыбается она. - Помню, так объяснила родителям свой поступок: хочу попробовать свои силы сначала в Ленинграде, а уж потом - в Москве. И знаете, пока готовилась к первому экзамену, гуляя по городу, просто влюбилась в его красоту и культуру, и когда сдала этот первый, двухтурный, экзамен на твёрдое «5», сказала маме, что я решила остаться здесь, и в никакую Москву уже не поеду.

В консерватории Алла Ким занималась у выдающихся педагогов: профессоров Надежды Иосифовны Голубовской и Владимира Владимировича Нильсена, оказавших огромное влияние на её развитие как музыканта и педагога в будущем. По классу камерного ансамбля ей посчастливилось обучаться у Марии Всеволодовны Карандашовой, долгое время выступавшей с М.Вайманом (скрипка), а по классу концертмейстерского мастерства - у Евгения Михайловича Шен-

деровича.

Окончив с отличием консерваторию в 1969 году, Алла вернулась в родной Узбекистан.

- Увы, этому содействовало такое печальное событие, как тяжёлая болезнь отца, а также то, что администрация школы им.Успенского прислала в Министерство культуры СССР запрос именно на меня. А вообще по распределению я должна была ехать в Челябинск, в только что открывшийся институт искусств.

В том же 1969 году, помимо школы им. Успенского, Алла Ким начала преподавательскую деятельность и в

Ташкентской государственной консерватории, где проработала до 1974 года, и перестала совмещать работу, когда вышла замуж.

С Анатолием Александровичем Кимом - молодым учёным-химиком - Алла познакомилась в гостях.

- Причём я так понравилась его папе, - смеётся она, - что на прощание будущий свёкор успел шепнуть: «Прощу тебя, если позвонит мой сын, не отказывай ему во внимании!» Алла и не отказала...

В этом счастливом браке родились два сына - Павел и Максим, которые сейчас живут в Москве.

- Анатолий был потрясающим человеком и замечательным учёным, - рассказывает Алла Антоновна. - Всю свою жизнь он посвятил научно-исследовательской и научно-педагогической работе, стал доктором химических наук, получил звание академика Международной Академии Наук о природе и обществе. С докладами Анатолий объездил полмира, его труды публиковались в престижных научных журналах Франции, Финляндии, Бразилии, Канады, Польши, почти всех республик СНГ. Несколько лет он работал по приглашению в Тэджонском технологическом институте в Южной Корее, благодаря



чему я впервые в 1995 году посетила родину предков. Но сердце мужа не выдержало столь интенсивного темпа жизни, в 1998 году его не стало.

Пережить смерть горячо любимого супруга помогла, конечно же, работа. Алла Антоновна к тому времени стала одним из самых востребованных педагогов Ташкента. Ещё в 1992 году её назначили заведующей отделом специального фортепиано школы им. Успенского (с этой должности она ушла всего два года назад), а в 2001-м присвоили звание «Заслуженный работник народного образования РУз». Гордость Аллы Антоновны - 12 лауреатов международных конкурсов, имеющих 26 премий, 5 лауреатов республиканских конкурсов. Неоднократно Аллу Антоновну приглашали в качестве члена жюри различных республиканских и международных конкурсов, а в 1996 г. по приглашению сеульского лицея «Евон скул» она давала мастер-класс для учащихся 8-9-х классов по специальному фортепиано.

- Ученики - моя гордость, каждый из них - единственный и неповторимый. Это лауреаты республиканских и международных конкурсов, а также ныне известные деятели искусств - Ирэна Гульзарова, Владислав Косьминов, Станислав Шведчиков, Светлана Ле, Сергей Скобин, Шерзод Турсунов, Нодира Дадамухамедова (моя рекордсменка по премиям!), Иноятхон Абдуллаева, Гузаль Исаметдинова, Зоя Ващенко, Заир Заиров, Барно Ахмеджанова, Юлиан Селицкий, Азиз Эргашев, Абдурашид Закиров.

Со своими учениками Алла Антоновна побывала во Франции, Италии, Румынии, Финляндии, не говоря уже о странах СНГ. И везде - призовые места! Были и ученики из Южной Кореи.

- О, это целая история! Сначала ко мне обратилась девушка Тянг Хе Сонг, которую я подготовила за два года к поступлению в Московскую консерваторию. Сейчас она работает в Германии. А после неё обратился молодой парень Ли Джонг Су, он захотел учиться музыке в 18 лет! Его никто не «брал» в Южной Корее,

считая ненормальным: кто же в таком возрасте учиться с нуля музыке? И он приехал в Ташкент, разыскал меня. Помню, когда на первой же встрече молодой человек заявил, что мечтает поступить в Московскую консерваторию, я улыбнулась, мол, мечтать не вредно. Но ведь поступил! За полтора года освоил то, что изучают 12 лет! Занимался по 10-12 часов в день. Став лауреатом Международного конкурса М.Юдиной, Ли Джонг Су сейчас учится в аспирантуре Московской консерватории.

Алла Антоновна считает, что основа успеха - талант, дар Божий наполовину с трудолюбием и целеустремленностью ученика плюс мудрый наставник. А наставник должен быть педагогом по призванию.

- Успех ученика напрямую зависит от того, что в него вложит педагог, какие ценности, приучит ли к труду,



ведь музыка - нелёгкий труд, требующий воли и определённых жертв. Мои ученики жертвуют своим свободным временем, какими-то развлечениями, у них «надо» всегда превалирует над «хочу». В искусстве без этого нельзя.

С детьми Алле Антоновне легко находить общий язык, ученики её очень любят и зачастую после окончания школы продолжают обращаться за советом и помощью. Даже переезд в другие города или страны не препятствие к этому: моментально затевается переписка и общение по скайпу, ведь Алла Антоновна - активный пользователь Интернета.

- Это ещё что, - смеётся она, - и машину когда-то научилась водить, правда, за руль так и не села. Просто по натуре я очень увлекающийся человек, но если за что-то берусь - до-

вожу дело до конца. Так научилась шить, вышивать, готовить блюда корейской, узбекской и русской кухни. Увлекаюсь историей, философией, психологией, психогенетикой... Активно посещаю различные выставки и музеи, не говоря уже о концертах.

Помимо преподавательской деятельности Алла Антоновна все эти годы занималась методической работой. Ещё в 1981 г. она принимала участие со своим докладом на Всесоюзном семинаре в Баку, а также выступала на семинарах в Ташкенте и Андижане. Опубликовала четыре статьи в методических сборниках РСМАЛ им. Успенского, разработала стандарты для учебной работы в отделе специального фортепиано и программу для специального фортепиано с 1 класса по III курс лицея. Когда Аллу Антоновну спрашивают о корейских корнях, на её лице появляется грустная улыбка:

- Конечно, меня тянет и всегда тянуло к культуре моих предков. Но, увы, мы - второе, третье поколение тех, кто приехал когда-то в Центральную Азию, - выросли в атмосфере трёх культур, впитав в себя от каждой понемногу. У меня даже нет корейского имени! Возможно, при рождении оно было дано кем-то из старшего поколения, но никто его и не вспоминал. Дома папа и мама старались говорить по-русски,

учились мы также в русской школе. Мама всегда мечтала, чтобы у меня не было корейского акцента, время было такое.

Тем не менее, Алла Антоновна соблюдает все корейские традиции и с удовольствием посещает мероприятия, организованные корейской диаспорой в Узбекистане.

Напоследок хочется сказать, что после общения с этой удивительно светлой женщиной в душе появляется какой-то комфорт и гордость за то, что есть ещё в наше время такие правдивые, строгие, мудрые наставники, которым не страшно отдать в руки своих детей.

(«Наши герои».
Книга четвёртая, 2017 г.)

Обещания, которые сделают вашу жизнь в 2023 году лучше

список lifehacker.ru

В начале года 87.3% людей дают себе зарок в следующие 12 месяцев заниматься спортом, больше читать, покорять Эверест и каждый день вставать пораньше, чтобы успеть позавтракать. Статистику мы выдумали, но когда ещё можно дать волю фантазии, как не в Новый год!

1. Стать активнее.

Спортзал - прекрасно, но, если вы добросовестно тренируетесь три раза



в неделю, а всё остальное время сидите на диване, толку от него не будет. Начните двигаться больше. Приучите себя вставать и разминать мышцы через каждые полчаса сидячей работы. Бегайте по утрам, ходите пешком вместо поездок на автомобиле, поднимайтесь по лестницам, купите фитнес-браслет и отслеживайте свою активность. Люди, ведущие малоподвижный образ жизни, склонны к набору веса, проблемам со здоровьем и депрессии.

2. Начать делать планку каждый день.

Это простое, но чрезвычайно эффективное упражнение. Оно поможет улучшить осанку, укрепить мышцы спины, развить равновесие и гибкость.

3. Перейти на здоровую пищу.

Сделать выбор в её пользу сложно - гораздо проще и быстрее ходить в забегаловки и питаться фастфудом. Но правильное питание избавит от проблем со здоровьем, которое, как известно, дороже всего. Научитесь контролировать, что вы едите, и учитывать количество поглощаемых калорий.

4. Улучшить качество сна.

Важна не только продолжительность сна, но и то, насколько он хорош. Приучитесь ложиться и вставать в одно и то же время, не злоупотребляйте гаджетами и бросьте

употреблять кофеин на ночь. В итоге вы станете здоровее, трудоспособнее, а настроение значительно улучшится.

5. Прекратить прокрастинировать.

Самое большое препятствие, мешающее достигать поставленных целей - это желание расслабляться и заниматься ерундой вместо того, чтобы работать. Чем сильнее человек привыкает к прокрастинации, тем труднее взять себя в руки и сделать что-нибудь полезное.

6. Привыкнуть радоваться мелочам.

Большинство из нас ждёт счастья в будущем. Мы говорим себе: «Сейчас придётся поднапрячься и достичь того и того, а потом-то уж я точно стану счастливее». Но откладывать положительные эмоции глупо. Начните получать удовольствие от таких незначительных вещей, как чашка ароматного горячего шоколада или прогулка на свежем воздухе, и вы станете счастливее уже сейчас.

7. Стать более организованным.

Приучите себя управлять временем так же, как управляете финансами. Составляйте списки дел и целей на будущее. Распишите цели на год, ведь на зафиксированной задаче сконцентрироваться гораздо легче.

8. Начать вести дневник.

Это помогает навести порядок в своих мыслях и чувствах. С помощью записей вы станете лучше разбираться в себе и научитесь контролировать свои эмоции.

9. Больше читать.

Чтение - отличный способ учиться новому, не говоря уже о том, что оно



положительно сказывается на умственных способностях, тренирует память и расширяет словарный запас. Наконец, это просто интересное занятие, которое приносит массу удовольствия.

10. Узнавать больше нового.

Современные взрослые люди учатся чему-то, только если это пригодится им по работе. Однако так мы серьёзно ограничиваем свой кругозор. Сделайте привычкой узнавать новые интересные вещи регулярно. Установите в качестве домашней страницы «Википедию» и читайте избранную статью дня каждое утро. Смотрите видеозаписи конференций TED за завтраком, заодно и английский прокачаете. Слушайте подкасты и аудиокниги вместо радио во время поездок.

11. Выучить новый язык.

Главное, чтобы он был полезным. Некоторые люди старательно изучают какой-нибудь суахили или японский для общего развития. Но если учить язык просто так, это вряд ли будет мотивировать. Взгляните на практические преимущества: выучив нужный язык, можно отправиться в страну, где на нём говорят. Или начать заводить деловые знакомства с его носителями.

12. Найти хобби.

Выкраивайте время каждый день, чтобы заняться чем-то интересным. Научитесь играть на каком-нибудь музыкальном инструменте, рисовать, лепить, вязать, танцевать, писать прозу - да что угодно. Во-первых, занятие любимым делом снижает стресс. А во-вторых, это просто отличный способ приятно провести время.

13. Проводить больше времени на природе.

Люди созданы не для того, чтобы сидеть в четырёх стенах весь день. Отдых на свежем воздухе делает нас счастливее, улучшает иммунную систему, избавляет от депрессии и тревожности и увеличивает креативность. Пообещайте себе, что в следующем году будете чаще выбираться на природу (нет, просто открыть окно - не считается).

14. Меньше сидеть за компьютером.

Как уже упоминалось, сидеть целый день вредно для здоровья, поэтому нужно уделять как можно больше времени движению.

15. Чаще знакомиться с новыми людьми.



Даже если вы интроверт, жить без

общения скучновато. Начните искать новых друзей. Это не только приятно, но и полезно, ведь малозначимые знакомства со временем могут перерасти в настоящую дружбу, романтический интерес или деловые связи.

16. Стать увереннее в себе.

Исполнить предыдущее новогоднее обещание будет трудновато, когда вы стесняетесь всех и вся. Если не можете побороть свою робость, вам помогут несколько простых методик.

17. Тратить меньше времени на социальные сети.

Никакие голосовые сообщения и смайлики не заменят живого общения. Поэтому меньше сидите в соцсетях. Окончательно удалиться из

интернета, конечно, слишком радикальный шаг, но периодический цифровой детокс никогда не повредит.

18. Начать вести бюджет.

Если вы не контролируете, сколько денег зарабатываете и куда они уходят, не удивляйтесь, что средств постоянно не хватает. Установите приложение для ведения бюджета или освоите старый добрый Excel, чтобы визуализировать прибыль и траты.

19. Зарабатывать на своём хобби.

Если вы будете заниматься тем, что приносит и удовольствие, и доход, то станете одновременно и богаче, и счастливее. Попробуйте себя в рукоделии, вязании, рисовании, флористике, фотографии или ведении блога, а затем монетизируйте своё увлечение.

Новогодние обещания: выполним или нет?



Влад КИМ (Голлундский Ким), блоггер

Обещание на 2023 год: систематизировать утреннюю физкультуру.

Объяснение: думаю, весь день зависит от того, как ты его начал. Было время, когда я занимался с утра спортом: бег, бокс, футбол. Чувствовал себя при этом гораздо лучше. Парадокс: тратишь силу в начале дня, но получаешь заряд на весь день. Мозги лучше работают, продуктивность растёт на глазах. Печалюсь, что систематизировать физкультуру так и не удалось. Отговорки и лень.

Ещё одно обещание: после пробуждения сразу не брать в руки гаджет, а распланировать предстоящий день и направиться в душ.

Люция ЦОЙ, музыкант группы первых скрипок Государственного симфонического оркестра Узбекистана



Конкретных обещаний я обычно не прописываю. Есть определённые планы, ориентиры, пожелания, но не прямо обещания - предпочитаю оставлять себе возможность для импровизации. В начале 2023 года хочу дать обещание прислушиваться

и доверять себе. Звучит абстрактно, но именно тут я вижу возможность роста.

Всё происходящее - это мой выбор и моя ответственность. Конечно, существуют другие люди, обстоятельства, последствия предыдущих решений. Но действия, реакции, отношение здесь и сейчас - это всегда личный выбор человека. По большому счёту выбор - это всё, что у нас есть. Хотелось бы выбирать не «на автомате», не рефлексивно, а понимая себя.

Павел КИМ, стендап-комик



Я не даю себе обещаний, потому что если по каким-то причинам не получится их выполнить, то я буду чувствовать себя не комфортно. Когда чего-то хочу, то просто делаю. В 2023 году хотел бы оставаться таким же продуктивным, а может стать ещё продуктивнее, чем был в 2022 году. Хочется ощущать продуктивность во всех сферах жизни: в творчестве, работе, встречах с друзьями, написании материала, концертах, поездках. Это помогает мне чувствовать себя живым.

Олег ХВАН, доктор медицинских наук

В 2023 году я бы хотел проводить больше времени на природе и улуч-

шить качество сна.

Именно этого мне не хватает в жизни. По долгу службы консультирую следователей, которые столкнулись со сложными делами. Это большая ответственность и нужно быть постоянно на связи на случай ЧП. Природа же помогает отвлечься от работы, а качественный сон улучшает продуктивность.

Если вспомнить обещания прошлых лет, то в 2021 году поставил перед собой цель сбросить 6 кг, а итоге сбросил 10!

Виктория ТЕН, руководитель студии Anyon kids

Скажу честно, обещаний я себе никогда не давала. Накануне Нового года в мыслях было лишь то, что завтра, 1 января, я отдохну. Профессия такая.

В планах на 2023 год - начать делать планку каждый день! Причём не только для здоровья, но и для воспитания себя любимой. Любая цель достигается лишь трудолюбием и упорством, и почему бы не начать с простого - с планки.



Подготовила Екатерина ЦОЙ

Путешествие в Южную Корею: ТОП-5 достопримечательностей Инчхона

В декабре 2022 года Ассоциация Корейских Культурных Центров и город-метрополия Инчхон подписали Меморандум о взаимопонимании и взаимном сотрудничестве. В текущем году стороны начнут работу над открытием в этом южнокорейском городе Управления по делам зарубежных корейцев.

Мы решили узнать, чем знаменит Инчхон, а также поговорили о нём с людьми, которые когда-то решились переехать из Узбекистана в Южную Корею.

Центральный парк в Сондо

Центральный парк, протянувшийся посреди небоскрёбов Сондо, представляет собой водный парк, прибли-

Посреди Центрального парка находится небольшая ферма, где обитают настоящие олени. Учитывая расположение посреди города, здесь проживает достаточное количество животных. Приятно наблюдать, как эти милые существа не спеша прогуливаются и щиплют траву. В 10-ти минутах ходьбы от фермы находится место для занятий активными видами спорта East Boat House.



жённый к морю. По его территории на расстояние 1,8 км проходит искусственный канал, светящийся в ясную погоду под яркими лучами солнца. Здесь благоустроены прогулочные и велосипедные дорожки, а также имеется парковочная зона с достаточным количеством мест.

С наступлением ночи яркие огни парка на фоне светящихся близлежащих зданий создают фантастический ночной вид.

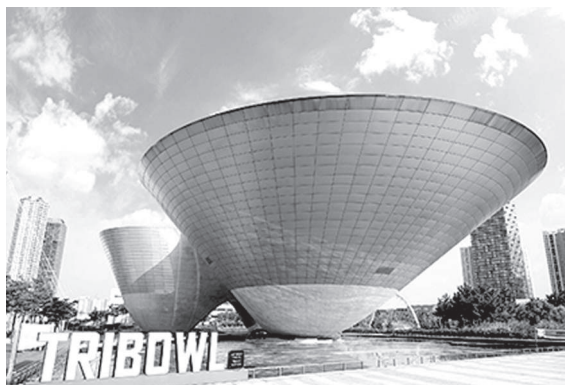
Ферма оленей



TRIBOWL

Tribowl – уникальное комплексное здание, где

периодически проходят выставки, конференции, концерты и другие ме-



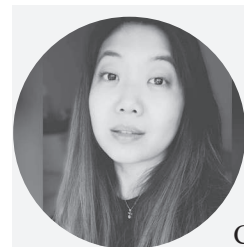
роприятия в сфере культуры и искусства. Это архитектурное сооружение напоминает стоящую на воде перевёрнутую гору, где нижняя часть конструкции от основания постепенно расширяется к вершине. Здесь особенно красиво в вечернее время, когда зажигаются LED-огни, создавая очаровательный фон для запоминающихся фотоснимков.

Активные виды спорта

На искусственном канале, протекающем по территории парка с запада на восток, можно весело провести время, занимаясь активными видами спорта. В East Boat House, расположенном на востоке реки, посетители могут покататься на каноэ или байдарках, или на лодке всей семьей.



Чтобы прокатиться на водном такси, отправляйтесь на противоположную сторону в Weat Boat House. Такая прогулка позволит увидеть Центральный парк, прибрежные здания и необычные архитектурные строения с разных ракурсов.



Татьяна ПАК,
жительница Инчхона

- Я живу в Инчхоне 6 лет. Люблю бывать в Сонгдо. 5 лет назад из - учала корейский язык в этом районе. Тогда встретила хороших друзей, с которыми близко общаюсь по сей день. В Сонгдо чисто, есть выход к морю, много зон для отдыха. Я люблю гулять по Центральному парку, а также вдоль берега неподалеку от Университета Инчхона. Также в этом районе отличная кемпинг-зона. Мне нравится ходить по магазинам Triple Street возле Hyundai department store. Мой обязательный перекус в Сонгдо - попкорн в кинотеатре Mega Vox.

Рынок Морэнэ

Традиционный рынок Морэнэ расположен в экономическом центре Инчхона в районе Кувальдон. Изначально здесь продавалась оптом и в розницу продукцию сельского хозяйства и рыболовства, но сейчас тут также можно приобрести посуду, одежду и другие товары. Рынок сформировался в мае 1982 года и до

сегодняшних дней пользуется популярностью как среди местных жителей, так и среди туристов. Территория огромна и товары, представленные на продажу, настолько разнообразны, что между рядами просто интересно прогуливаться. Среди закусок большой популярностью пользуются жареные кусочки курочки таккан-



чжон, рисовые хлебцы в остром соусе ттокпокки, листья морских водорослей, пожаренных на дубовом угле и другие блюда.

Национальный институт биологических ресурсов



Национальный институт биологических ресурсов представляет собой самый крупный в Азии исследовательский институт, где продемонстрированы около 6-ти тысяч экземпляров животного и растительного мира Кореи (по состоянию на октябрь 2019 года). Примечательно, что представители фауны изготовлены из животных, погибших во время аварий, от болезней или отравления токсическими веществами. Только здесь можно увидеть образцы таких живых существ, как пресноводная рыба глазчатый горчак, корейский заяц, абели-

олистник, а также вид лисиц, в последний раз обнаруженных в Корее. Время от времени в институте проводятся различные выставки и образовательные программы.

Инчхон Гранд Парк

Парк Инчхон - кусочек природы по-



среди города, наполненный зеленью. Это самая крупная парковая зона Инчхона состоящая из ботанического сада, зоопарка для детей, площадки для катания на велосипеде, розария и др. В ботаническом саду и зоопарке посетители могут полюбоваться на различные растения и животных, а в саду у озера насладиться спокой-

ным отдыхом под звуками журчащей с водопадов прохладной воды. Популярны среди посетителей оздоровительно-рекреационный лес и прогулочная дорожка «нанумкиль». Прогулка по рекреационному лесу поможет снять усталость от долгих прогулок и придаст бодрости и энергии на целый день.



Владимир КИМ,
житель Инчхона
- В Инчхоне я проживаю с 2015 года. Нам с супругой он сразу понравился современностью и красотой. Мы рассматривали разные города Южной Кореи для проживания, но со временем поняли, что Инчхон - уникален, и нам он по душе.

Здесь прекрасное сочетание современной городской индустрии и потрясающей природы, огромная территория и комфорт. Под комфортом я подразумеваю близость к Сеулу и к аэропорту, где мы часто встречаем и провожаем друзей и родственников.

Инчхон спокойнее, чем столица, и больше подходит семейным людям. Тут меньше пробок и больше инфраструктуры, ориентированной на детей. В городе много парков, больших торговых центров, бесчисленное количество развлекательных заведений и кофеен.

Канал Кёнин Ара

Канал Кёнин Ара соединяет реку Ханган с Жёлтым морем. Вдоль водного канала расположены обзорная площадка, искусственный водопад и парк скульптур с потрясающими природными пейзажами. Параллельно каналу пролегает велосипедная дорожка длиной 18,2 км Арабарамкиль, пользующаяся популярностью у посетителей. Можно



прокатиться на велосипеде вдоль канала или просто не спеша прогуляться. Среди обязательных для посещения мест имеются обзорная площадка Арамару, парк Сичхон гарамтхо и водопад Ара. Для любителей острых ощущений особенно стоит посетить обзорную площадку с прозрачным стеклянным полом.

По материалам russian.visitkorea.or.kr

Юни Хонг

Корейская волна. Как маленькая страна покорила весь мир

Одним из самых знаменитых игроков Starcraft-2 является директор киберспортивного турнира Global StarCraft-2 League Чхэ Чон Вон. Чхэ проводит игры GSL на GOMTV – по-



токовой телевизионной сети, базирующейся в Корее. Четыре-пять дней в неделю в течение четырех-пяти часов в день шоу Чхэ транслирует турниры в реальном времени на корейском и английском языках одновременно. Четыре раза в год проводятся чемпионаты с призом в пятьдесят тысяч долларов. Все игроки имеют корпоративное спонсорство. По словам Чхэ, за финалом чемпионата наблюдает около полумиллиона зрителей по всему миру (большое число для потокового вещания), из которых 70 % живут за пределами Кореи.

В настоящее время у корейцев есть возможность зарабатывать деньги на турнирах по видеоиграм. В Корее существуют телевизионные каналы, транслирующие только игры двадцать четыре часа в сутки. В Соединенных Штатах есть только один известный игровой канал – G4. Чхэ стал символом больших изменений в корейской культуре за последние годы: он учился на генетика, но позже поменял планы. Сейчас он не только является игроком, гораздо больше Чхэ сосредоточен на карьере ведущего игрового канала. «Видеогеймеры, как профессиональные спортсмены, – сказал он мне. – Не получится вечно заниматься только этим».

Когда я спросила, почему Starcraft-2 так популярен в Корее, он ответил: «Каждый эпизод игры заканчивается быстро, и вы сразу можете начать новый».

Кроме того, по мнению Чхэ, Starcraft-2 связана с социальными контактами. Большинство людей играют в интернет-кафе, собравшись вместе со своими друзьями, а не дома, что типично для корейских любителей игр.

Чхэ действительно является символом поколения миллениалов, и не только в Корее. Он один из первых геймеров, способных пожизненно себя обеспечивать за счет киберспорта. Корея, в которой он вырос, совсем не похожа на страну моего детства. Нам приходилось тайком пробираться к игровым автоматам, чтобы поиграть в устаревшие американские и японские видеоигры. К счастью, технологии провоцируют короткую память. Как только появляется новый гаджет, люди напрочь забывают о предыдущем. Иначе Samsung остался бы в дураках.

Samsung: Компания, ранее известная как Samsuck

Всего несколько десятилетий назад почти каждый продукт электроники, выпущенный брендом Samsung, оказывался просто... хламом. Как отметил в своей книге «Sony vs Samsung», профессор бизнеса Чанг Си Чжин, даже простые приборы Samsung, типа электрического вентилятора, «были настолько плохо спроектированы и изготовлены, что, просто поднимая его одной рукой, вы могли сломать его подставку». Даже коммунистическая Восточная Германия производила более качественную электронику, чем Samsung. В 1993 году компания не смогла убедить своих соотечественников покупать её мобильные телефоны. Samsung занимал четвертое место на внутреннем рынке мобильных телефонов, а за пределами Кореи об их существовании практически не знали. Тот факт, что мир забыл о данной ситуации, является свидетельством того, насколько

ко успешно Samsung изменил качество своей продукции и превратился из низкопробного производителя, известного дешёвыми микроволновыми печами, в главного в мире поставщика смартфонов, полупроводников, 3D-плазменных и LED-телевизоров.

Как и в большинстве других историй успеха, о которых рассказывается в книге, выход Samsung на мировую арену, по крайней мере частично, случился благодаря двум факторам: прямому вмешательству корейского правительства на решающих этапах и его готовности сделать ставку на цифровую революцию за неимением иного выбора. Насколько Samsung успешен сегодня? Напомню один показатель, упомянутый ещё в первой главе: смартфоны iPhone компании Apple изготавливаются с микрочипами Samsung, несмотря на то что эти бренды являются закоренелыми конкурентами на рынке мобильных телефонов. И даже на то, что в 2012 году у компаний было более пятидесяти судебных исков друг против друга по поводу патентов.

Почему же Apple так поступает?



Потому что, по словам доктора Чан Си Чина, в этом есть смысл. Apple, конечно, может купить чипы и в другом месте, но «Samsung самый лучший производитель основных составляющих. У Apple есть альтернативы. Но Samsung остается самым дешёвым и самым продвинутым поставщиком». Чипы Samsung стали болевой точкой для Apple. Когда бренд начал продавать их, он еще не выпускал продукты, которые представляли бы угрозу для iPhone. «Проблема возникла, когда Samsung начал сбывать свои мобильные телефоны в тех же местах, что и Apple. Samsung придумал телефон с операционной системой Android, способной конкурировать с iPhone. Это сильно разозлило Apple. Что неудивительно. Сложно сказать, кто тут прав, а кто виноват».

Компания производит около одной пятнадцатой ВВП Южной Кореи, и это девятый по стоимости бренд

в мире. Samsung, как и остальные корейские электронные компании, сделал поворот на сто восемьдесят градусов в вопросе качества за последние два десятилетия. Даже в 1985 году, когда моя семья готовилась к переезду из Соединённых Штатов в Корею, мы настолько не доверяли корейским технологиям, что купили всю технику, включая Sony Trinitron TV, чтобы везти с собой. Даже несмотря на то, что пошлины на импортные товары у нас невероятно высокие. А всё потому, что иметь корейский телевизор, значило то же самое, что не иметь никакого.

Чан считает, что 1995 год стал точкой отсчёта для корейских электронных компаний, желающих участвовать в реорганизации.

«Электронная компания Goldstar ничего не смогла сделать со своей репутацией, поэтому они отказались от имени Goldstar и придумали новый бренд под названием LG». Samsung «провёл исследование рынка и пришёл к утешительному выводу: никто не слышал о Samsung». Поэтому название осталось, даже когда они создали себя заново, что стало образцовым примером стратегии ребрендинга». Компания Samsung (что означает «три звезды») появилась в 1938 году как корейский поставщик фруктов и рыбы в период японского господства. Чан объяснил, что после Второй мировой войны некоторые японские компании оставили активы в Корее, которой правительство намеревалось их продать. Те, кто имел связи с правительством, получали хорошую цену. Samsung оказался одной из этих компаний.

Затем Samsung вытаскил самый билетик в начале правления президента Пак Чон Хи, который был полон решимости вытянуть экономику Кореи из средневековья. В 1962 году правительство выбрало несколько компаний, в том числе Samsung и Hyundai, в качестве инструмента для экономического развития. В данном случае «инструмент» означает реальную компанию, способную производить качественную продукцию. Без этого у Кореи не было шансов вырваться из нищеты, царившей после Корейской войны. Правительство помогло Samsung и другим че-

болям, вытянувшим выигрышный билет, получить иностранные займы. Такие компании, как Samsung, не смогли бы производить даже скрепки, если бы не покупали оборудование за границей. Но у корейских компаний не было капитала, поэтому им пришлось занимать деньги у корейских банков, которые тоже не имели средств и, в свою очередь, брали кредиты у иностранных банков. Данная цепочка могла действовать



только в таком порядке. Иностранные банки не стали бы соперничать друг с другом, чтобы инвестировать в корейские компании без оборудования и капитала. А значит, президент Пак должен был гарантировать, что правительство обеспечит займы, которые позволят предприятиям процветать. В 1969 году с новым оборудованием и капиталом Samsung начал производить электронику. К счастью для Samsung, Ли Гон Хи, третий сын основателя Samsung Ли Бён Чхоля, стал руководить компанией в 1987 году. В 1993 году в одном из отелей Франкфурта (Германия) он провёл конференцию для сотни руководителей Samsung и выступил с трёхдневной речью, которая стала Франкфуртской декларацией 1993 года. Там он сказал своему персоналу: «Меняйте всё, кроме своей жены и детей».

В 1995 году, узнав, что некоторые из новых сотовых телефонов Samsung оказались неисправны, он посетил фабрику в городе Куми, где их собрали, чтобы высказать своё мнение по поводу инцидента. Затем он приказал рабочим сложить весь произведённый товар в кучу, включая около ста тысяч мобильных телефонов, и разбить их молотком. А после... весь мусор подожгли. Это был фейерверк на пятьдесят миллионов долларов. Конечно, высокотоксичного фейерверка недостаточно, чтобы привести компанию к успеху. Как сказал Чан, «одним из наиболее важных факторов

успеха Samsung сегодня является то, что они совершили революционный переход от аналогового к цифровому. Если бы Samsung попытался конкурировать на стадии аналоговой техники, ему бы не удалось догнать Matsushita или Sony, потому что в аналоговом мире опыт имел значение. В нём существовало несколько элементов инженерного искусства – механика и схемотехника, – по которым Samsung отстал».

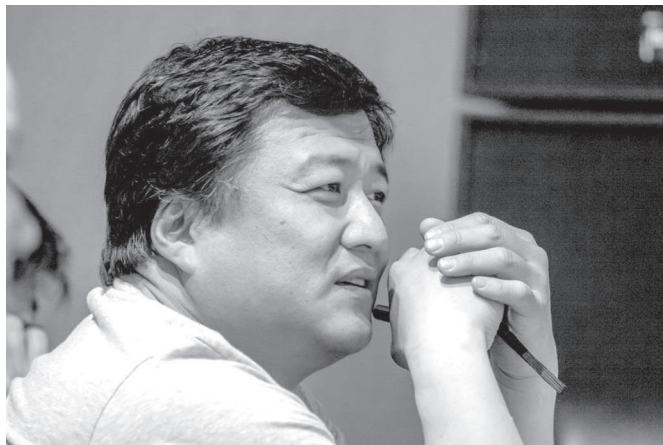
Компания даже не пыталась разрабатывать аналоговую технологию. Зато цифровая технология представлялась ей идеально чистым листом. Как сказал Чан, «в цифровом мире, если вы изготавливаете стандартные промышленные чипы, все они получаются одинакового качества». И пояснил: «В нём всё измеряется только нолями и единицами, поэтому он подчиняется правилам воспроизведения и передачи».

Я помню, как впервые узнала об этом. Я училась в старшей школе в тот период, когда компакт-диски начали вытеснять кассеты. Друг записал для меня альбом Пола Саймона с копии, которую сделал для себя, позаимствовав оригинальный диск у друга. Я воскликнула: «Это же копия! Со звуком всё будет в порядке?» Мой друг рассмеялся и снисходительно заявил, что я мыслю старыми категориями. Действительно, если вы станете копировать кассету, которая сама является копией, звук выйдет некачественным. «Компакт-диски – бинарные, – сказал он. – На них записаны только нули и единицы». Увидев, что я до сих пор не поняла, он просто произнёс: «Все копии получаются идеальными».

А значит, Samsung может не беспокоиться о качестве, как беспокоились о нём в мире аналоговых технологий. В новом цифровом мире все равны. Вам нужно волноваться только о том, чтобы ваши нули и единицы были расставлены правильно. Как часто случалось в современной корейской истории, отставание в технологиях предполагало, что страна в будущем совершит резкий скачок вперед. Тем не менее цифровая игра не казалась настолько уж верной. Ли Гон Хи был провидцем, но не экстрасенсом. Удача и время были на его стороне.

—직업적으로 어떤 길을 걸어왔는가?

—나는 '타슈켄트 관개수로 기술대학'을 졸업했고 졸업 후 바로 'Nuron'에서 젊은 전문가를 모집하고 있다는 것을 알고, 면접을 보러 가서 수습사원으로 입사하였다. 여느 수습사와



마찬가지로 모든 사람과 모든 일에도 우면서 일을 시작했다. 1년 후 물류 업무를 제안 받았다. 모스크바에서 상품을 모아 운송하는 업무와 물류 공급망을 구성하는 일도 포함되었다. 이 부서에서 1년 동안 근무한 후 컴퓨터 장비 판매 부서로 옮겼다. 거기에서 CEO가 되었다. 현재 Nuron 디지털 회사의 대표이다. 이 회사는 홀딩 컴퍼니 중 하나의 회사이다. 우리 프로젝트 팀은 한국 상품 'Kmall.uz'를 위한 마켓플레이스를 개발하고 있다.

—연수 과정 중에 기억나는 에피소드는 무엇인가?

—나는 화물 비행기에 모스크바에서 온 컴퓨터를 싣는 업무를 맡았다. 처음에는 모든 것이 계획대로 진행되었다. 우리는 공항에 도착하여 상품을 실었다. 그러나 알 수 없는 이유로 비행기의 출발이 지연되었고 승객들에게 비행기에서 내리라고 하였다. 다음날 아침 공항에 도착했는데 내게 티켓은 없고 여권만 있다는 것을 깨달았다. 나는 «화물과 함께하는 인력(화물 + 1)»으로 배정되었기 때문에 비행기에서 내릴 필요가 없었다. 그러나 나는 그것에 대해 몰랐기 때문에 나는 비행기에서 내렸다. 나한테 승무원과 함께 가라고 했다. 그러나 조종사와 승무원은 기내에서 떠나지 않고 머물렀던 것이다. 그렇게 나는 Domodedovo 공항에서 비행기를 멀쩡히 보면서 타지 못하고 있었다. 친절한 사람들이 세관신고를 하는 건물을 통해 활주로로 가라고 조언했다. 나는 바로 그렇게 했다. 문을 찾았지만 잠겨있었고 벽에 뽕 뚫린 구멍이

«고려인»클럽 신임 회장 레오니드 최

12월 초, '누론 DC'의 대표인 레오니드 초이가 고려인 클럽 회장으로 선출되었다. 전문가로서 지나온 그의 길과 새해 «고려인» 기업인 클럽에서 계획하고 있는 사업에 대해 그 주인공과 이야기를 나누었다.

있었다. 그래서 나는 그곳을 통해 활주로로 나갔다. 비행기에서 멀지 않은 곳까지 갔지만 이미 경비원이 나를 부르고 있었다. 그때 나는 뛰면 안 된다고 생각했다. 들리는 외치는 소리: "멈춰! 쏜다!"를 들으며, 비행기까지 갔는데 출입구는 저 위 어딘가에 있고 닫혀 있었다. 하지만 다행스럽게도 조종사와 어떤 승객 한 명이 어딘가로부터

달려와 그들을 따라 나는 비행기에 탈 수 있었다. 정비사가 해치를 닫았다. 경비원은 그런 모습을 보고 소리를 지르다 가버렸다. 그런 황당한 에피소드가 있었다. 그런데 그 경험으로 표 없이 비행기 타는 법도 있다는 것을 배웠다고나 할까! 하지만 이제 이런 방법은 불가능하다.

—자신이 성취한 것 중 가장 중요한 세가지는 무엇인가?

고 나는 조종사로 참가했다. 2019년에 2차 집회가 열렸는데 더 이상 북한에 가지 않고 몽골과 중국을 거쳐 차를 몰았다.

비무장지대(DMZ)는 한반도를 북쪽(북한)과 남쪽(대한민국)으로 나누는 지대이다. 폭 4km의 비무장지대는 한반도를 가로질러 241km에 걸쳐 펼쳐져 있다. 그 축은 1953년 7월 27일 정전협정으로 공식적으로 확정된 판문점 마을의 '군사분계선'이다.

—사업을 하는 중에 실패를 경험한 경험이 있는가?

—물론 실패도 많았다. 프로젝트가 많으면 항상 어떤 부분은 실패하기도 한다. 그리고 우리가 기대한 결과를 얻지 못하는 것도 일종의 실패이다. 어떤 큰 회사와 함께 프로젝트를 진행하고 있었다. 모든 것이 정상적으로 진행되고 상품이 배송되고 돈을 받았지만 고객과 문제가 해결되지 않아 결국 계약 취소가 결정되었다. 심각한 타격이었고 우리는 큰 손실을 입었다. 2011년 미국 911참사로 망할 위기에 처한 사례도 있다. 주요 거래를 위해 우리 회사는 세계 무역



—내 인생에서 이룬 가장 큰 성취는 세 명의 아들이라고 생각한다. 또한 1992년에 높이가 7105m인 Korzhenevskaya Peak를 정복한 것을 자랑스럽게 생각한다. 2014년과 2019년에는 러한 자동차 대회에 참가했다. 2014년 우리는 북한을 자동차로 통과해서 38도선과 DMZ를 넘었

센터 쌍둥이 빌딩 옆에 위치한 Chase Manhattan Bank에서 신용장을 열었다. 참사가 일어난 후 아무도 무엇을 해야 할지 몰랐고 결제가 불가능했으며 선불 없이는 상품 배송이 불가능했다. 그 결과 프로젝트가 4개월이나 지연되었고 우리는 위약금을 지불해야 했다.

«모든 실패는 경험이 된다»

—IT 분야에서 이제 막 여정을 시작하는 사람들에게 어떤 전문적인 조언을 해줄 수 있나?

—최대한 빨리, 많이 배워야 한다.

은 종종 새로운 사업을 시작하기 위한 아이디어를 공유하기도 한다. 때로 그러한 논의의 결과로 합작 투자가 성사된다. 비즈니스 클럽은 상호 이익을 가져오는 시너지 효과를 만들어낸다.

—«고려인» 클럽의 회장에 출마하게 된 계기는?

—상황이 그렇게 되었다. 나는 거의 «고려인» 클럽이 창립된 날부터 회원이었음에도 불구하고 공적인 활동을 한 적이 없었다. 이제 클럽은 전환점이 필요하고 우리 고려인 사업가들은 비영



또한 자신의 경험에 의존하는 것을 경계해야 한다. 오늘날 기술은 빠르게 변화하고 있다. 새로운 것을 배우자마자 그 기술을 적용하려 하지만 그 지식이 더 이상 유효하지 않게 되기도 한다. 한 가지가 잘 풀리지 않았다고 해서 중단할 필요가 없다는 점을 기억해야 한다. IT 분야에는 많은 실패가 있지만 모든 실패는 경험이 된다. 실수를 반복하였다면 그것을 기억하고 교훈으로 새기고 다음의 장애를 만날 때까지 더 나아가야 한다.

—우즈베키스탄 «고려인» 클럽의 회원이 된 지는 얼마나 되었나?

—아주 오래되었다. 당시에 사업을 하는 젊은이들의 커뮤니티가 있었다. 우리들 사이에 정보 교환이 필요했고 클럽을 만들자는 아이디어가 나왔다.

클럽 «고려인»의 사명은 회원 개인의 개인적 성장을 도모하는 것이다. 이를 위해 네트워킹을 조직하고 실패 / 성공 비즈니스 사례를 기반으로 교육을 수행하는 코치 및 트레이너가 등장했다. 클럽을 기반으로 커뮤니케이션 및 정보 교환을 위한 플랫폼이 만들어졌다.

—클럽 «고려인»인 회원은 개인적으로 당신에게 어떤 의미인가?

—이런 측면이 있다. 현재 'Nuron'은 'kmall.uz' 플랫폼 개발에 힘쓰고 있다. 클럽에는 그런 사업과 관련된 사업가들이 있고, 주기적으로 정보를 교환하고 마주치는 어려움들을 해결하는 방법을 논의한다. 클럽 회원들

리 조직 관리 경험이 필요하다. 공동체를 위한 사업은 큰 경험이 되고 자신의 세계관을 바꾸며 개인의 성장을 촉진하게 된다. 공동체를 위한 조직에서는 관계를 다르게 설정해야 하고 다른 목소리들을 듣고 다르게 말해야 한다. 사람은 새로운 것을 배우면서 새롭게 발전하게 되어 있다.



—클럽 «고려인»을 이끌어갈 당신의 프로그램은 무엇인가?

—프로그램을 준비할 시간이 거의 없었다. 그러나 나는 클럽의 회원으로서 해야 할 일이 무엇인지 느끼고 있었다. «고려인» 클럽은 발전하고 있

으며, 현 단계에서 내린 결정을 실행으로 옮기는 것이 중요하다고 생각한다. 결국 결정하는 것만으로는 충분하지 않으며 결정을 실행으로 옮겨 현실화해야 한다. 이제 다음 단계로 발전하기 위해 방향성 있는 계획과 프로젝트를 설정하고 실행하는데 일관성 있는 추진력이 필요하다. 또한 클럽의 모든 구성원의 이익을 고려하는 것이 중요하다. «고려인»클럽 내에 친근한 분위기를 유지하고 발전시키는 것은 꼭 필요한 일이다.

—«고려인»클럽의 새해 계획은 무엇인가?

—전반적인 흐름은 이미 명확하다. 바로 내부 분위기의 연속성과 개선이다. 클럽은 위원회 각자 독립적으로 활동하고 있다. 각 위원회는 자체 방향에 따라 하나 또는 두 개의 사업을 준비한다. 총회에서 우리는 그 사업 계획을 살피고 우선 순위를 고려하여 정한다.

—«고려인»은 꾸준히 자선활동을 해왔는데, 2023년 이 분야에 어떤 계획이 있나?

—취임식 후 자선위원회는 2023년 프로그램을 발표할 예정이다. «고려인»은 이러한 방향의 사회적 의미를 충분히 이해하고 있다. 어려운 상황에서 자선 분야의 확대가 더욱 필요하다. 필요로 하는 곳의 요구를 거부하는 것은 불가능하다. 예산을 늘릴 수는 있지만 리소스를 평가할 필요가 있다. 안타깝게도 예산이 한정되어 있다. 일반적으로 자선 단체에 대한 선정이 가장 어렵다. 그러나 새해에 그 대상이 축소되지 않을 것이다.

—«고려인»클럽에 가입하려는 후보자가 알아야 할 사항은 무엇인가?

—«고려인»클럽에 가입하려면 자신의 경험을 공유하고 다른 기업인의 경험을 얻고자 하는 마음만 있으면 된다. 기업가 클럽이 정치 밖에 있다는 것을 이해하는 것이 중요하다. 우리는 정치에 대해 토론하거나 비난하지 않는다. 우리의 우선 순위는 개인의 발전, 직업적 성장, 가족을 중심에 두는 것이다. 여기에 자선, 건강한 라이프 스타일, 비즈니스 및 협력이 추가된다.

—마지막으로 독자들에게 바라는 점은 무엇인가?

—모두에게 2023년 복 많이 받으시길 기원한다! 또한 모두에게 건강과 가족의 안녕, 평화와 번영을 기원한다!

글:크리스티나 아게이키나
번역:김숙진

Как отмечают Соллаль

До конца XIX столетия в Корее Новый год отмечался по восточному календарю. Он связан с лунным календарём. Поэтому первый день нового года приходился каждый раз на разные даты. Однако уже почти 130 лет долгожданный праздник проходит в соответствии с григорианским календарём. Правда, не забыли жители Южной Кореи и о лунном календаре. Они ждут первого дня Нового года с особым трепетом, а отмечают его приход с размахом.

Название праздника

Соллаль - это второе название восточного Нового года. Он отмечается, когда наступает последняя треть второго зимнего месяца или первая треть последнего месяца зимы. Люди говорят, что в этот день встречается зима с весной, а значит, наступает новая жизнь. Вместе с её приходом и пора встречать Новый год, который становится символом обновления природы и человека.

Тонджи - ещё одно название праздника. Народ старается встретить его дома или отправиться в путешествие. Говорят, что тогда человек будет целый год лёгок на подъём.

Как отмечается праздник с 31 декабря на 1 января

Вместе со всем миром корейцы начинают год 1 января. Он наступает в соответствии с обычным календарём, принятым во многих странах. Ничего символического и особенного для жителей Кореи в этой дате нет. Соответственно, никаких гуляний и особых торжеств народ не устраивает. Единственная традиция в этот день – собраться на площади в центре Сеула, чтобы послушать удары старинного колокола. Он звонит только один раз в год, совершая 33 удара, возвещающих о приходе Нового года. Больше никаких церемоний встречи календарного года нет.

Если кто-то и отмечает ночью встречу старого и нового года, то это в основном молодые люди. Многие из них идут в рестораны, кафе или клубы и веселятся в шумной компании. Все традиции этого дня не свои. Они заимствованы у американцев или европейцев. Это касается переодевания в Санта Клаусов. Также наряжать ёлку жители Южной Кореи начали

по примеру других. Города украшаются иллюминацией и своим сиянием напоминают о том, что восточная страна готовится отметить большой праздник. В общем, празднование такое же, как и у всех европейцев. Со всем другое дело - Соллаль. Люди ждут наступления праздника, который они готовы встретить и отметить по своим обычаям, тем более, что новогодние традиции страны многочисленны.

Как отмечается Соллаль?

Он приходится на конец января, либо на начало февраля. Всё зависит от лунного календаря. На улицах не встретить людей, так как все они стараются находиться в этот день дома и встречать Новый год со своими близкими и родными.

Традиции празднования в Корее уходят корнями в глубокое прошлое. Прихода Соллала ожидали, а затем



целых две недели отмечали его наступление. Спустя годы стало понятно: страна не может себе позволить такой продолжительный отдых. Поэтому количество праздничных дней уменьшилось с 14-ти до 3-х. Этого вполне хватает для того, чтобы навестить родственников или друзей, живущих в другом городе. Тем, кто проводит каникулы дома, также можно отдохнуть в течение трёх дней, а потом снова приступить к работе.

Об украшениях

У корейцев всегда было особое отношение к тиграм и курицам. Эти животные наделялись сверхъестественными способностями. Люди верили, что, изобразив на стене этих животных, они защитят своё жильё и свою жизнь. Все беды и засуха обойдут их стороной.

Первый день праздника

Ночью начинать торжество не принято. Зато утром стараются встать как можно раньше, чтобы отметить Новый год. В этот день закрыты все заведения и магазины, так как каж-



дый человек должен находиться дома в кругу своей семьи.

В Соллаль обычно принято приносить жертву всем умершим предкам. Это праздничный завтрак. Еда и напитки ставятся не хаотично, а в строгой последовательности, которую в обязательном порядке соблюдают. Вспоминаются усопшие члены семьи, их заслуги и добрые дела. Это делается для того, чтобы молодое поколение не забывало своих предков, чтит их память и соблюдало все традиции. Ныне живущие обязательно вспоминают своих почтенных предков до 4-го колена. Тем самым они показывают, насколько знают историю своей семьи и своего рода.

Затем младшее поколение совершает глубокий поклон старейшинам рода в знак уважения и почитания. Далее молодые родственники поздравляют всех, кто старше, с праздником. Как только кем-то из родных произносится пожелание другому, необходимо дать этому родственнику деньги или преподнести небольшой сувенир. Чем ласковее младший член семьи, чем больше он скажет добрых слов в адрес старших, тем больше

денег ему будет подарено. Если верить очевидцам, некоторым удаётся в этот день получить такое вознаграж-



дение, которое позволяет оплатить годовое обучение в университете. Молодёжь тоже обменивается подарками. Они не дорогие, но дарятся от души. Очень часто молодые люди дарят друг другу косметические наборы, так как в стране принято ухаживать за собой как девушкам, так и юношам.

Интересно, что в обязательном порядке надо поздравить начальников и руководство. Поэтому отметив наступление Нового года в семейном кругу, люди выходят на улицу и идут к домам своих руководителей. Обычно это происходит в обед, вот тогда на опустевших улицах снова появляются люди. При этом все ходят в национальной одежде. В повседневной жизни её не носят, но на Соллаль надевают именно традиционную корейскую одежду.

Второй день праздника

Во второй день празднования по традиции также нужно встать пораньше. Разрешено немного поспать, но, как правило, с рассветом все уже на ногах. Необходимо выбрать любую возвышенность, взобраться на неё, и там же можно приступить к сытному завтраку, который не обходится без традиционного супа *ттоккук*. И только после этого разрешено веселиться. Звучит традиционная корейская музыка. Люди танцуют, благодарят, что смогли встретить наступление Нового года. В этот день разрешено играть в игры, есть сладости. А ещё принято запускать воздушных змеев, так как они считаются символом удачи.

Третий день праздника

В Соллаль в Южной Корее tradi-

цией является предсказывание погоды на весь предстоящий год. На исходе третьего дня корейцы внимательно смотрят на луну. Они с трепетом ждут её появления, так как по форме, цвету и расположению в этот вечер можно предсказать, каким будет весь последующий год. Хорошим знаком считается прозрачная ясная луна. Она символизирует хорошую погоду, которая будет сопутствовать бога-

тому урожаю в этом году. Луна белого цвета говорила о дождливой погоде. Красный цвет или мутное небесное



светило предсказывали засуху. Люди спешили домой после того, как смогли увидеть собственными глазами луну. Так завершается праздник, а это значит, что завтра начнутся трудовые будни.

Традиционные блюда

Новогодний стол изобилует разными блюдами, но среди них первое место всегда занимал *ттоккук* - суп, приготовленный на бульоне с рисовыми лепёшками. Именно с него в старину и начиналось торжество. И только потом переходили к остальным яствам, которых по традиции было очень много. Также непременно готовили *чанче* - картофельную лапшу с овощами и зёрнами кунжута, заправленную соевым соусом; *кальбиччим* - рёбра говядины, приготовленные в сое-

вом соусе, подающиеся с овощами. В новогоднем меню можно было встретить *кашу из риса, орехов и сухофруктов* - *якишик*, в которую добавляли каштаны. Ну и какой же стол без праздничного *ттока* - маленьких и больших хлебцев?! *Чон* - или корейские блины - также обязательно должны присутствовать на столе. Они всегда пышные, с разной начинкой. *Якхва* - не только вкусный, но и внешне красивый десерт. Он готовится из семечек кунжута и мёда. Оригинально выглядит десерт в форме цветка с большим количеством лепестков.

В настоящее время, так же, как и в старину, люди хотят порадовать себя разнообразием праздничного стола. Поэтому готовят с избытком в новогоднюю ночь. Принято угощать каждого, кто ступит на порог дома. Богатый стол обещал достаток всем членам семьи в наступившем году.

После наступления Нового года по лунному календарю все становятся на год взрослее. Особенно рады этому дети, так как они стали старше на год. Зато женщинам радости такое событие не доставляет. Как и все представительницы прекрасного пола, корейки не хотят стареть. Новый год в Корее тесно связан с обы-



чаями и традициями, характерными только для этой страны. Корни всех традиций лежат в далёком прошлом, и современное поколение старается сохранить их, чтобы потом передать в наследство своим детям и внукам.

Подготовила **Наталья ЦОЙ**

Ташкентское областное территориальное отделение АККУЗ, Куйичирчикское районное территориальное отделение АККУЗ, редакция газеты «Корейцы Узбекистана» выражают глубокие соболезнования активисту Общества «Донгди» **Иллариону Александровичу Киму** по поводу скоропостижной кончины супруги –

Цой Арины

Питание при ГЭРБ. 7 групп продуктов, которые стоит исключить из рациона

Врач-гастроэнтеролог Ирина Шубина рассказала, как бороться с одним из наиболее распространённых заболеваний пищеварительного тракта.

Гастроэзофагеальная рефлюксная болезнь (ГЭРБ) – это гастроэнтерологическое заболевание, при котором происходит «заброс» желудочного содержимого в пищевод из-за недостаточности кардии желудка (неполного смыкания мышечного сфинктера, отделяющего пищевод от желудка). Это одна из самых распространённых патологий желудочно-кишечного тракта, приблизительно 40% населения страдает от различных форм гастроэзофагеальной рефлюксной болезни.

Как проявляется рефлюксная болезнь

Усилению симптомов заболевания могут способствовать внешние факторы и образ жизни, например, курение, злоупотребление алкоголем, приём некоторых лекарственных препаратов, стресс и психоэмоциональная нагрузка.

В предыдущем материале рассказали о правилах питания при гастрите.

Регулярно повторяющиеся забросы кислого содержимого желудка в пищевод провоцируют эзофагит (воспаление слизистой пищевода), эрозии и язвы пищевода. Основными симптомами ГЭРБ являются: изжога; отрыжка; срыгивание;

нарушение акта глотания (дисфагия); боль в грудной клетке.

Также могут наблюдаться внепищеводные проявления в виде першения в горле; осиплости; сухого кашля.

Лечение гастроэзофагеальной рефлюксной болезни предполагает отказ от вредных привычек (курения, злоупотребления алкоголем); нормализацию режима труда и отдыха; снижение массы тела при её избытке; диетотерапию и приём лекарственных препаратов.

Чем питаться при ГЭРБ

Очень важно не переедать, последний приём пищи должен быть за два-три часа до сна. Диетические рекомендации должны быть индивидуальны с учётом анализа переносимости продуктов у конкретного пациента.

Следует ограничить употребление томатов, кислых фруктовых соков, жирной пищи, алкоголя, кофе, шоколада, газированных напитков.

Также важно максимально избегать ситуаций, повышающих внутрибрюшное давление: ношения тугих поясов, корсетов и бандажей; поднятия тяжестей более 8-10 кг на обе руки; работ, сопряжённых с наклоном туловища вперёд;

физических упражнений, связанных с перенапряжением мышц брюшного пресса.

Поднятие изголовья кровати необходимо всем пациентам с ГЭРБ. Особенно тем, кого беспокоит изжога в ночное время, а также во время беременности.

14 способов снизить аппетит

1. Потреблять больше белка

Исследования показывают, что диета с высоким содержанием белка лучше насыщает, а значит, снижает аппетит. Поэтому после куска нежирного мяса не хочется есть дольше, чем после такого же количества овощей. Норма рассчитывается индивидуально. Оптимально – 0,8-1,2 г на килограмм массы тела. Больше всего белка в мясе, птице, рыбе, яйцах и молочных продуктах.

2. Увеличить в рационе клетчатку

Она растягивает желудок, замедляет его опорожнение и усиливает выделение гормона сытости лептина. Правда, не каждый вид клетчатки действует именно так. Исследования показывают, что лучше всего снижают аппетит цельнозерновые и бобовые продукты.

3. Твёрдая пища вместо жидкой

В одном исследовании часть испытуемых ели на перекус твёрдую пищу, а остальные – жидкую. Выяснилось, что у членов первой группы голод проходил быстрее и дольше не появлялся.

А на основе метаанализа 22 исследований учёные подтвердили, что если пищу приходится долго жевать, то и насыщение сохраняется дольше, чем обычно. А значит, человек будет

есть меньше.

4. Кофе без кофеина

В эксперименте людям давали кофе без кофеина, обычный кофе и раствор кофеина. Оказалось, что чистый кофеин не влияет на чувство голода, а вот кофе без кофеина отлично снижает аппетит благодаря пока ещё неизвестным науке свойствам. Обычный кофе тоже влияет на аппетит, но не так сильно.

5. Пить воду перед едой

Учёные считают, что, если за 30 минут до еды выпить 350-500 мл воды, можно значительно снизить аппетит.

6. Читать этикетки на продуктах

Исследователи провели эксперимент, во время которого предложили участникам коктейль. При этом одной группе сказали, что калорийность напитка – 620 ккал, а второй – 140 ккал. И те, и другие выпили по стакану, и у них взяли анализ крови на гормон голода грелин. Затем учёные дали прочитать этикетки с реальной калорийностью (380 ккал), а через 60-90 минут участники повторили процедуру. Оказалось, уровень грелина менялся в зависимости от осознания человеком большей или меньшей калорийности продукта.

7. Долька горького шоколада

Оказывается, что он способен подавлять аппетит. Причём у молочного шоколада такого свойства нет. А в другом небольшом исследовании удалось установить, что горький шоколад можно не есть: достаточно его понюхать, чтобы почувствовать себя сытым.

8. Съесть имбирь

Учёные давали на завтрак испытуемым горячий напиток с растворённым порошком имбиря. Оказалось, что он быстро вызывает насыщение, а ещё уменьшает чувство голода.

9. Использовать острые приправы

В остром перце содержится вещество капсаицин, которое как раз и вызывает чувство жжения во рту. Но исследователи считают, что этот компонент также подавляет аппетит, так как уменьшает выработку грелина, а ещё увеличивает расход энергии и усиливает окисление жиров, тем самым снижая вес.

10. Маленькие тарелки

Количество пищи, которую человек сможет съесть, оценивается на глаз. Если положить одинаковые порции в тарелки разного размера, то мы будем считать, что в меньшей посуде еды значительно больше, чем в широкой, где остаётся свободное место. Исследование показало, что такая визуальная оценка влияет и на чувство насыщения. Поэтому если использовать маленькую тарелку и класть туда меньше еды, можно насытиться так же, как и большой порцией.

11. Физические нагрузки

Аэробные упражнения помогают уменьшить аппетит. В одном исследовании испытуемые занимались на велотренажёре в течение 60 минут после ночного голодания. Затем участникам эксперимента делали

МРТ мозга. Оказалось, что спорт помогает изменить реакцию нейронов на пищу. Еда не вызывала такого интереса, как до физической нагрузки, а ещё люди получали меньшее удовольствие от приёма пищи и не ждали, когда же смогут поесть.

Другое исследование показало, что физические упражнения подавляют выработку гормона грелина, повышающего аппетит.

12. Сбросить вес

В жировой ткани вырабатывается нейропептид Y, который усиливает аппетит. Так что чем больше избыточная масса тела, тем сильнее хочется есть. При похудении это желание постепенно снизится.

13. Полноценный сон

Если человек спит меньше рекомен-

дованных 7–8 часов в сутки, у него увеличиваются чувство голода и аппетит. Особенно хочется высококалорийной пищи, которая содержит много углеводов. Это связывают с тем, что уменьшается выработка гормона лептина, но повышается уровень грелина.

14. Контроль стресса

Исследование показало, что при стрессе усиливается выброс гормона кортизола. Он, в свою очередь, активирует механизмы, которые повышают аппетит. Причём человек хочет есть больше сладкой, богатой простыми углеводами пищи, вырабатывающей много энергии, но и способствующей развитию ожирения.

Юлия Шевченко

Чем опасен свиной грипп и как отличить его от обычного?

Свиной грипп - респираторная вирусная инфекция, которая отличается высокой заразностью и более тяжёлым развитием по сравнению с другими сезонными ОРВИ (острыми респираторными вирусными инфекциями).

Почему грипп в этом сезоне носит название «свиной»

Вирус свиного гриппа известен ещё с 30-х годов XX века. Он был широко распространён среди домашнего скота в США, Канаде и Мексике, однако не представлял угрозы для человека.

После термической обработки мясо становилось безопасным, к тому же тогда вирус поражал только животных. Со временем появились единичные случаи заражения среди фермеров.

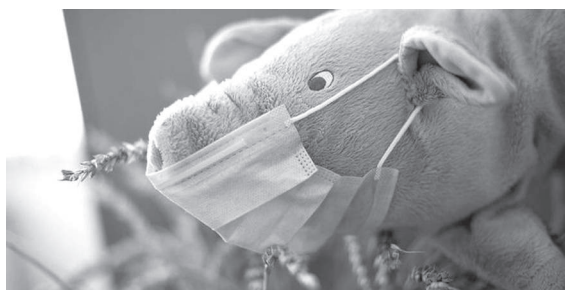
Вспышка нового вируса свиного гриппа произошла в 2009 году. Происхождение штамма H1N1 до сих пор наверняка неизвестно. Инфекция была названа «свиной» за наибольшее генетическое сходство со свиным гриппом.

Конкретно среди свиней этот штамм обнаружить не удалось, но, по одной из версий, вирус мог мутировать таким образом, что стал циркулировать в человеческой популяции.

Как отличить от простуды

Обычно болезнь начинается с типичных симптомов любого гриппа:

лихорадки, головной боли, повышенной температуры, сухого кашля. Часто сопровождается расстройством желудочно-кишечного тракта. В тяжёлой форме заболевание поражает сосуды, угрожает тромбообразованием и кровоизлиянием.



Только по симптоматике ни один врач не сможет наверняка отличить свиной грипп H1N1 от другого, потому что заболевание не имеет ярко выраженных характерных симптомов.

Вместе с тем для выбора правильного лечения врачу нужно знать конкретный патоген, который вызвал недомогание.

Свиной грипп легко спутать с другими видами гриппа, ОРВИ и даже

коронавирусом - в лёгкой форме все эти заболевания имеют схожую клиническую картину. Поэтому врачи обращаются к лабораторной диагностике.

Сегодня существуют специальные тесты на комплекс ОРВИ: по одному мазку из зева пациента проверяют сразу на множество респираторных инфекций. Также можно сдать отдельно анализ на коронавирус COVID-19 при подозрении на заражение.

Как защититься

Из-за высокой заразности вирус свиного гриппа распространяется очень быстро, вспышки носят массовый характер. Однако меры защиты от него всем хорошо знакомы: они совпадают с рекомендациями при ковиде.

По возможности избегайте скопления людей во время вспышки гриппа. В общественных местах носите медицинскую маску.

Тщательно мойте руки с мылом и промывайте нос солевым раствором по возвращении домой.

Следите за термической обработкой продуктов, обязательно обрабатывайте средством купленные фрукты и овощи или обдавайте их кипятком.

При первых симптомах заражения требуется социальная изоляция, а при повышении температуры незамедлительно обращайтесь к врачу.

Ирина Терещенко

ГНЕВНАЯ БАБА

	НАКЛОН- НАЯ ПЛО- ЩАДКА ВМЕСТО ЛЕСТНИЦЫ		ОЛЬГА, СНЯВША- ЯСЯ В "КРЕСТО- НОСЦЕ"	ДОСАД- НЫЙ ПРОМАХ						НЕВЕ- СОМОЕ ПИРОЖ- НОЕ		ГАЗЕТ- НАЯ БРЕХНЯ		ГОЛОВО- ЛОМКА "СОБЕРИ МОЗАИ- КУ"
				УДОС- ТОЕН- НЫЙ ПРЕМИИ		СУТОЧ- НЫЙ РАЦИОН		ПРЫЖОК ФИГУРИС- ТА ИЛИ ЗИМНЯЯ ОДЕЖДА	МАТРЕШ- КА НА ПАМЯТЬ О РОС- СИИ					
	... ТУЛЕ- ЕВ		"ОБЩЕ- ПИТ" В ТЕАТРЕ						РАСПА- ХАННЫЕ ГЕКТА- РЫ	СЛО- ВЕСНАЯ ЛАЗЕЙ- КА		НЕП- РИКРЫ- ТЫЙ ПОЗОР		ИЗОБ- РЕЛ ПА- РОВУЮ МАШИНУ
				ЗЕМЛЯК САМО- ВАРА И ПРЯНИКА		ДОРОЖЕ, НО УДОБНЕЕ ПЛАЦ- КАРТА				НЕ БУДИ ЕГО, АТАМАН				
	УКРЕП- ЛЕНИЕ, ОТКУДА ПУЛЕМЕТ СТРОЧИТ	РЕГИСТ- РАЦИЯ ВОЕН- НЫХ					СИМВОЛ ЖЕНСТ- ВЕН- НОСТИ				ПРОРО- ЧАЩАЯ КОЛОДА		ЦЕЛЬ ПОХОДА АРГО- НАВТОВ	ГОРЫ С МЕДНОЙ ГОРОЙ
				УЧАСТ- НИЦА РЕГАТЫ		КИТАЕЦ, ПАШУ- ЩИЙ В ПОРТУ				ЭСТОНС- КИЙ "ОКСФОРД"				
ПОЛНАЯ ПРОГРАМ- МА АВТОСТРА- ХОВАНИЯ	"ДУ- ШЕВ- НЫЙ" БЛЮЗ	СЛЕД ОТ "ДРУЖ- БЫ"					ПОКРЫ- ТИЕ ПУ- ГОВИЦ				5			
			4		ТРИ СТРОКИ ПОЭТА- ЯПОНЦА						ВЕЛИКИЙ ГРЕК, АВТОР ТРАГЕ- ДИИ	ПОБ- ЛАЖКА СЛАБА- КУ		ПАРТИЯ СОВЕТС- КОЙ ВЛАСТИ
ВЕЛЮ- РОВАЯ ОДЕЖДА КРЕСЛА	ОЦЕНКА ОТ РЕ- ФЕРИ			СОДЕР- ЖИМОЕ ПЛАТЯНО- ГО ШКАФА МОДНИЦЫ	ГРАФ ДЕ ЛЯ ФЕР									
											РОСКОШ- НЫЙ НЕ- МЕЦКИЙ СПОРТ- КАР	НЕ БЫЛО У БАБЫ ЗАБОТ - КУПИЛА ...	И МЕНЬ- ШИКОВ, И ДАЛЬ	СТО- ЛИЧНАЯ РЕКА В ГРАНИТЕ
КОРЕН- НОЙ ЖИТЕЛЬ АЛЯСКИ														
СИЛЬНО "ПОМЯ- ТЫЙ" КРУГ		ВРАЧ - УШНИК		ПРИ- БЫЛ- НЫЙ ЗНАК					КЛИЧ ИСЛАМА "АЛЛАХ ...!"	ГОЛО- СИСТАЯ САФИНА				
	2					СТОЛБ ВЫСО- КО- ВОЛЬТКИ		БУЛАТ, ВОС- ПЕВШИЙ АРБАТ				ДЫМКА, СТОЯ- ЩАЯ НАД ОЗЕРОМ	1	1
БАЛЕТ АЛЛЫ ДУХО- ВОЙ	ЛИЦЕМЕР ИЗ КО- МЕДИИ МОЛЬЕРА	ПУСТЫЕ ПЕРЕ- СУДЫ		ДЕЛЕ- НИЕ НА КОМПА- СЕ					АРЕНА УИМБЛ- ДОНА	СУМЕ- РЕЧНАЯ ДЫМКА				
				3		УНИТАЗ- НАЯ КЕ- РАМИКА		ЖУЛИ- КОВАТОЕ ДЕЛЬЦЕ					... - БА- ТОР	ГРЯДА ХОЛМОВ
	КАМЕ- РУНС- КИЙ ПА- ВИАН	ЛЕТУ- НЬЯ С ЖАЛОМ				СБОРИ- ЩЕ СУ- ДЕЙ В КВН				КОНЕЧНАЯ ТОЧКА СПОРТИВ- НОЙ ДИС- ТАНЦИИ	МИККИ ... (К/Ф "ДИКАЯ ОРХИ- ДЕЯ")			
				"КРОХОТ- НЫЙ" ПОЛУ- ОСТРОВ НЕНЦЕВ				БОР- ДОВСКИХ ИЛИ ТИ- МОШЕН- КО						
	"ПРЕД- БА- НИК" ИЗБЫ	ХАХАЛЬ КУКЛЫ БАРБИ				ТЕ ЖЕ ПИКИ В КАРТАХ				УРОВ- НЕМЕР ГЕОДЕ- ЗИСТА	"БРАВО" ЗНАЕТ, ЧТО ОН СТИЛ- ГА ИЗ МОСКВЫ			
				ЗАБИ- ТАЯ КОПРОМ				ВЫВЕ- ДЫВА- НИЕ ВО- ЕННЫХ ТАИН						

1

2

3

4

5

Угадай зашифрованное слово

Ттоккук

Ингредиенты: 1/2 ч. л. соли, 2 яйца, растительное мас-

ло, 3 пера зелёного лука, 2 зубчика чеснока, 450 г говядины, 2 л воды, 1,5 ч. л. соли (для супа), 1 пачка ттока (полуфабрикат) 1 ст. л. кунжутного масла, 1 ч. л. чёрного перца, кунжут для посыпки, 3 ч. л. соевого соуса.

Способ приготовления: поставить на медленный огонь сковороду, смазать небольшим количеством растительного масла. Пока она разогревается, разбить в миске яйца, осторожно отделить белки от желтков. Пожарить из белка и желтка два блинчика. По готовности блинов свернуть их в трубочку, нарезать мелкой соломкой. В отдельной кастрюле сварить бульон, добавив в него 2 пера зелёного лука, зубчик чеснока, немного соли. По готовности вынуть все ингредиенты и снять бульон с огня. Если не хватает соли, то можно влить в него 1 ч. л. соевого соуса. Когда отварная говядина остынет, мелко нарезать её, заправить кунжутным маслом, соевым соусом, измельчённым чесноком, солью и перцем. Отдельно мелко нарезать лук. Тток (полуфабрикат) нарезать на небольшие слайсы, напоминающие по форме лепестки. Проварить его в бульоне, пока он не станет достаточно мягким. Затем всё соединить: положить на дно плоски немного нарезанного мяса, лука, соломки из белка и желтка, налить в неё несколько половников бульона с ттокком.

Кальби-ччим

Ингредиенты: 1 морковь, 3 шампиньона, 8 рисовых

лепёшек, 1 упаковка сыра «Моцарелла», 600 г говядины, 4 зубчика чеснока, 1 перо зелёного лука, 1 ч. л. перца, четвертинка редиса, 4-5 ст. воды, половина луковицы среднего размера.

Способ приготовления: очистить овощи, разрезать их на небольшие

кубики размером 3х3 см. Поставить воду на средний огонь, добавить соевый соус, перец и чеснок. Отварить овощи и мясо (до мягкости). После дополнительно обжарить рёбрышки на сковороде, добавив овощи и ложку соевого соуса.

Чапче

Ингредиенты: 200 г говядины, 1 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. сахара, 1/2 ст. л.

кунжутного масла, 1 зубец чеснока.

Для заправки и лапши: 2 яйца, половина луковицы среднего размера, 1 болгарский перец, половина моркови, 5 шампиньонов, 1 большой пучок шпината, соль, растительное масло, 300 г лапши из батата.

Для соуса: 2 ст. л. соевого соуса, 1/2 ст. сахара, 1 ст. л. кунжутного масла, 1/2 ч. л. чёрного перца.

Способ приготовления: нарезать все овощи соломкой, мясо - тонкими полосками, заправить соевым соусом и кунжутным маслом, смешать с чесноком. В кипящую подсоленную воду влить 1 ст. л. соевого соуса и добавить лапшу. Пока она готовится, обжарить овощи и мясо до слабой золотистой корочки (не более 6-ти минут).

В отдельную миску разбить два яйца, отделить желтки от белков. Из них пожарить два блинчика: белковый и желтковый. После также нарезать их соломкой. Приготовить соус: к 2 ст. л. соевого соуса добавить кунжутное масло, перец, сахар, тщательно перемешать.

Далее отваренную лапшу залить приготовленным соусом, смешать с овощами, посыпать сверху кунжутом.

Тток

Ингредиенты: 500 г неклеякой рисовой муки, 100 г воды.

Способ приготовления: высыпать рисовую муку в миску и добавить воды. Перетереть массу в ладонях до образования плотных комков. Затем, воспользовавшись

пароваркой или водяной баней, отпарить её в течение 20 минут на сильном огне под закрытой крышкой. Смазать маслом поверхность, на которой будут вымешиваться лепёшки. Тесто лучше разделять горячим, пока оно не достигнет однородной вязкой консистенции. Затем разделить его на небольшие лепёшки, раскатать их и придать нужную форму.

Чон

Ингредиенты: 280 г зелёного лука, 1 головка репчатого лука, 110 г

моркови, 115 г кальмаров, 240 г муки, 500 мл воды, 2 яйца, 2 ч. л. сушёного чеснока, соль, перец - по вкусу, масло для обжарки.

Способ приготовления: замесить тесто на яйцах и просеянной муке, влить тёплую воду, посолить, всё тщательно перемешать до однородной консистенции. Отдельно нарезать соломкой лук, морковь и кальмары, обжарить в течение 5-6 минут со всех сторон до появления золотистой корочки. Добавить начинку, сухой чеснок к тесту и перемешать. Выливать массу на сковороду небольшими порциями, обжаривать с двух сторон на среднем огне. Готовые блины выложить на блюдо, перед подачей дать немного остыть.

Якшик

Ингредиенты: 2 стакана риса, горсть грецких орехов, горсть изюма, 4 ст. л.

соевого соуса, 1,5 ст. л. кунжутного масла, 1/4 ст. коричневого сахара, 1/2 ст. л. порошка корицы, 1/2 ч. л. воды.

Способ приготовления: тщательно промыть рис и замочить в тёплой воде на 20 минут. Затем отварить его, добавив в жидкость немного сахара. Далее влить в отваренный рис 0,5 ч. л. воды, соевый соус, кунжутное масло, всыпать корицу, оставшийся сахар, изюм и перетёртый орех. Поставить в пароварку на 10-15 минут.

АССОЦИАЦИЯ КОРЕЙСКИХ КУЛЬТУРНЫХ ЦЕНТРОВ УЗБЕКИСТАНА

4+

Вокал
Хореография
К-поп
Индивидуальные занятия

anyon_kids_official
+998911370637

vocal studio
ANYON KIDS

KORYO
вкусно, качественно, быстро!

Бектемирское шоссе, 42

(71) 295-05-34
Кафе «КОРЁ»
(71) 295-06-58
Хостел «КОРЁ»
(90) 328-95-90

Уважаемые читатели!

Вы можете подписаться на газету «Корейцы Узбекистана» в представительствах почтовых отделений связи Республики Узбекистан. Подписной индекс издания - 142.

РЕДАКЦИЯ НЕ НЕСЁТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА СОДЕРЖАНИЕ РЕКЛАМНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ, КРОМЕ СЛУЧАЕВ, ПРЕДУСМОТРЕННЫХ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ РУз

Главный редактор: Наталья Шек Редактор: Екатерина Цой Компьютерная вёрстка и дизайн: Владислав Гилязетдинов	Лицензия № 1038 Издание зарегистрировано УзАПИ 03.10.2019 г. ISSN 2181-0621 Подписной индекс 142	Учредитель АККЦ РУз Объем 6 п/л фаз Тираж 720 экз.	АДРЕС РЕДАКЦИИ 100116, Ташкент, ул. Ахангаранское шоссе, 11 Телефон для справок: (71) 230-70-57 Присланные материалы не рецензируются и не возвращаются
Газета отпечатана в типографии ООО «Kolorpak» Адрес: Ташкент, Юнус-Абадский район, 17-квартал, ул. Янги-шахар, дом 1а	Заказ № _____	Наш сайт: koryo-saram.ru E-mail: uz.koryoin@gmail.com	Подписано в печать: 9. 01. 2023 г.