

ПРАВДА ВОСТОКА

Основана 2 апреля 1917 года

15

мая
2019 года
среда
№ 99 (29062)

Новости
и аналитика
на портале
www.pv.uz

ЦИФРА. ФАКТ

В нынешнем году в Каракалпакстане, Сурхандарьинской, Андижанской и Навоийской областях введены в строй четыре цементных завода производственной мощностью два миллиона тонн каждый. До конца года будут сданы в эксплуатацию новые заводы мощностью 3,5 миллиона тонн, общий потенциал производства цемента будет доведен до 15 миллионов тонн. Это позволит покрыть внутренний спрос и снизить стоимость цемента. В течение 2019-2020 годов в отрасли производства стройматериалов запланировано осуществить свыше тысячи проектов на сумму 17 триллионов сумов.

Президент Узбекистана принял делегацию США



Президент Республики Узбекистан Шавкат Мирзиёев 14 мая принял делегацию во главе с губернатором штата Миссисипи Филиппом Брайантом.

В состав прибывшей в нашу страну американской делегации вошли представители администрации, ведущих организаций, компаний штата Миссисипи в сферах торговли, инноваций, промышленности, сельского хозяйства и образования.

Глава нашего государства, тепло приветствуя гостей, особо подчеркнул, что визит является свидетельством интенсивного диалога и динамично развивающихся многосторонних отношений в рамках новой эры стратегического партнерства между Узбекистаном и Соединенными Штатами Америки.

В свою очередь губернатор Ф. Брайант,

выразив искреннюю благодарность за радушный прием, передал Президенту Узбекистана Шавкату Мирзиёеву приветствия и наилучшие пожелания Президента США Дональда Трампа.

В ходе беседы были с удовлетворением отмечены заметная активизация контактов на разных уровнях, двукратный рост объемов взаимной торговли, успешная реализация совместных программ и проектов сотрудничества в сферах инвестиций, аграрного комплекса, промышленности, транспорта, туризма, гуманитарных обменов.

Предметно рассмотрены вопросы расширения практического взаимодействия между



Узбекистаном и штатом Миссисипи. Особое внимание уделено продвижению перспективных проектов в сельском хозяйстве, сферах биотехнологий и агрохимии, растениеводства, животноводства и рыболовства, текстильной отрасли и области логистики, прежде всего путем создания современных кластеров и производственных мощностей на основе внедрения передовых американских технологий и знаний.

Достигнута договоренность о запуске деятельности двусторонней комиссии по подготовке и реализации конкретных проектов и программ.

Отмечено также, что предстоящий 16-17 мая текущего года в городе Навои узбекско-американо-канадский бизнес-форум с участием более 40 компаний из США и Канады

позволит наладить долгосрочные партнерские связи между деловыми кругами.

Члены американской делегации дали высокую оценку результативности осуществляемых в Узбекистане на качественно новом этапе реформ, охватывающих все сферы и направления. Выражена готовность активизировать межведомственные контакты и поддерживать совместные инициативы.

В завершение встречи подтверждена обюдженная приверженность дальнейшему укреплению отношений дружбы и стратегического партнерства, а также развитию полномасштабного сотрудничества между Узбекистаном и Соединенными Штатами Америки.

УзА
Фото Пресс-службы Президента Республики Узбекистан.

Указ Президента Республики Узбекистан О мерах по коренному совершенствованию системы поддержки и защиты предпринимательской деятельности

За последние годы в республике проведены масштабные работы в сфере развития предпринимательства, создания благоприятной среды для привлечения инвестиций и ведения бизнеса, укрепления правовых гарантий защиты законных интересов предпринимателей.

В частности, кардинально реформирована налоговая система, значительно упрощены процедуры получения разрешительных документов, отменены плановые проверки, не связанные с финансово-хозяйственной деятельностью субъектов предпринимательства.

Так, по итогам I квартала 2019 года на реализацию проектов выданы кредиты в объеме 16,4 триллиона сумов, объемы освоенных инвестиций в экономику увеличились в 1,3 раза, количество вновь созданных субъектов предпринимательства выросло в 2,3 раза.

Вместе с тем анализ показывает, что в настоящий момент сохраняется ряд негативных факторов, препятствующих более широкому и активному вовлечению населения в предпринимательскую деятельность, в первую очередь связанных с отсутствием действенной и прозрачной системы диалога государственных органов с предпринимателями. В частности:

в-первых, отсутствует единая система приема и рассмотрения обращений предпринимателей, что не позволяет полностью охватить и оперативно решать возникающие вопросы, имеют место факты поверхностного отношения к разрешению проблем и обращений предпринимателей;

в-вторых, недостаточная эффективность работы по анализу имеющихся системных проблем не позволяет качественно решать вопросы повышения предпринимательской активности населения и улучшения деловой среды;

в-третьих, отсутствует действенный механизм координации деятельности министерств, ведомств, органов исполнительной власти на местах по выявлению и разрешению насущных проблем, препятствующих развитию предпринимательства и формированию благоприятного инвестиционного климата;

в-четвертых, руководителями органов государственного и хозяйственного управления не уделяется должное внимание непосредственному диалогу с предпринимателями, а также выявлению и оперативному решению их законных требований и устранению проблем;

в-пятых, имеют место бюрократические барьеры и препоны в работе с обращениями предпринимателей, особенно на местах, отсутствует

должная поддержка со стороны хокимиятов всех уровней и их руководителей по современному реализации программы "Каждая семья - предприниматель" и инициатив предпринимателей, направленных на развитие малого и среднего бизнеса, вовлечение в этот процесс молодежи и женщин, создание стабильных новых рабочих мест, повышение материального благосостояния различных категорий населения.

В целях повышения качества и оперативности организации работы с обращениями предпринимателей, в том числе иностранных инвесторов, обеспечения открытого и прямого диалога с ними, действенной и эффективной реализации их законных требований и решения проблемных вопросов, увеличения реального вклада в социально-экономическое развитие регионов, повышение занятости населения и роста его материального благосостояния;

1. Согласиться с предложением Кабинета Министров, Уполномоченного при Президенте Республики Узбекистан по защите прав и законных интересов субъектов предпринимательства, Министерства инвестиций и внешней торговли, Министерства юстиции, Государственно-налогового комитета, Торгово-промышленной палаты Республики Узбекистан о создании Приемных Премьер-министра Республики Узбекистан по рассмотрению обращений предпринимателей (далее - Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей).

2. Определить основными направлениями деятельности Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей:

осуществление приема субъектов предпринимательства, включая иностранных инвесторов, в том числе посредством видеоконференции и выездных приемов;

обеспечение соблюдения прав и законных интересов субъектов предпринимательства, в том числе иностранных инвесторов;

рассмотрение проблемных вопросов и устранение имеющихся бюрократических барьеров, препятствующих развитию предпринимательства, в том числе по вопросам выделения земельных участков и зданий, кредитов, получения разрешительных документов;

мониторинг, обобщение и анализ системных проблем, препятствующих развитию предпринимательства и привлечению иностранных инвестиций, а также подготовку предложений по совершенствованию законодательства в этой сфере;

(Окончание на 2-й стр.)

Постановление Президента Республики Узбекистан О дополнительных мерах по совершенствованию системы приема в высшие образовательные учреждения на основе тестовых испытаний

Следует отметить, что в 2018/2019 учебном году впервые тестовые испытания для поступления в высшие образовательные учреждения по направлениям образования бакалавриата проходили в зданиях с открытыми павильонами.

В целях открытого и прозрачного проведения экзаменов при входе в здания проводились проверки абитуриентов с помощью устройств идентификации личности, тестовые испытания контролировались при помощи камер наблюдения. Для родителей абитуриентов данные процессы непосредственно транслировались на больших мониторах, через сеть Интернет и телевидение.

Вместе с тем, продолжая осуществляемые в данной сфере реформы, для приведения в соответствие с международными стандартами вступительных тестовых испытаний, про-

водимых при приеме в высшие образовательные учреждения, стимулирования стремления молодежи к получению образования требуется создание широких возможностей для участия абитуриентов в конкурсе по нескольким направлениям образования бакалавриата.

В целях воспитания молодежи, способной на профессиональном уровне решать приоритетные задачи по дальнейшему развитию страны, обеспечения высококвалифицированными кадрами отраслей экономики и социальной сферы, а также в соответствии с Государственной программой по реализации Стратегии действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017-2021 годах в "Год активных инвестиций и социального развития".

(Окончание на 2-й стр.)

Постановление Президента Республики Узбекистан О мерах по дальнейшему развитию искусства бахши

Искусство бахши, воплощающее в себе национальную самобытность, древнюю историю, языки и образ жизни, обычай и традиции нашего народа, получившее мировое признание как неотъемлемая часть общечеловеческой культуры, благодаря самоутверженной, творческой деятельности известных поэтов-бахши, ученых-фольклористов передается из поколения в поколение, не теряя своей огромной ценности и значения.

В нашей стране принимаются практические меры по бережному сохранению и развитию этого уникального вида искусства, созданного творческим гением народа. Широко отмечено 1000-летие героического эпоса "Алла-мыши" и в Термезе установлен посвященный ему памятник, в Самарканде возведен мемориальный комплекс в честь выдающихся бахши нашего народа, государством учреждено почётное звание "Народный бахши Республики Узбекистан".

В настоящее время в Термезе действует школа бахши, создаются фольклорные классы в детских школах музыки и искусства республики.

Выпущено многотомное собрание "Каралапский фольклор", издается книжная серия из 100 томов "Памятники узбекского народного творчества". Продолжается научная работа по записи и изучению исполняемых бахши произведений.

Проведенный недавно в городе Термез Международный фестиваль искусства бахши получил широкое признание за рубежом как крупное культурное событие.

Вместе с тем в нынешних условиях глобализации, усиления негативного влияния шоу-бизнеса и "массовой культуры", превратившихся в сферу коммерции, ослабевает внимание и интерес к фольклорному искусству, которое все больше нуждается в охране и защите.

В целях дальнейшего развития этого уникального направления народного творчества, повышения его роли и значения в национальной культуре и искусстве, укрепления у молодого поколения чувства национального самосознания, воспитания в духе преданности Родине и уважения к историческому наследию:

(Окончание на 3-й стр.)

Определены задачи по снижению стоимости строительных материалов

Президент Республики Узбекистан Шавкат Мирзиёев 14 мая провел совещание, посвященное приоритетным задачам дальнейшего развития индустрии строительных материалов.

В последние годы в нашей стране расширился масштаб созидательной работы, возведены сотни новых домов, крупные промышленные предприятия, учреждения культуры и спорта, дороги и мосты.

Так, за последние два года объем строительных работ вырос в 1,7 раза. При этом в основном используются стройматериалы отечественного производства. Вместе с тем импортируются керамические и деревянно-стружечные плиты, стекло, обои и другие материалы. При этом в нашей стране имеются широкие возможности для наращивания производства современных стройматериалов и замещения импортных.

Сегодня, в условиях все более растущего объема созидательных работ, промышленность строительных материалов должна стать ведущей отраслью, одной из точек роста экономики. Через внедрение энергоэффективных технологий на предприятиях можно добиться экономии природных богатств и снижения стоимости материалов, отметил Шавкат Мирзиёев.

На совещании определены актуальные задачи по увеличению выпуска строительных материалов минимум в два раза в течение следующих пяти лет.

Следует расширить освоение нерудных месторождений, наладить промышленную переработку материалов и диверсифицировать отрасль в целом.

Президент обратил особое внимание на вопрос стабильного обеспечения предприятий сферы энергии по доступной цене. На примере кирпичного завода, работающего на угле, отмечалось, что можно снизить себестоимость продукции до 50 процентов. Подчеркивалось, что применение подобных современных технологий позволит сэкономить природный газ и ущербовать продукцию. Это будет выгодно и предпринимателю, и народу, и государству.

В связи с этим даны поручения по внедрению энергосберегающих технологий в отрасль стройматериалов, снижению себестоимости продукции.

У отечественной индустрии строительных материалов значительный экспортный потенциал. Однако высокие транспортные издержки влекут на стоимость товаров. В связи с этим предложено субсидировать расходы на перевозку экспортных товаров.

В нынешнем году в Каракалпакстане, Сурхандарьинской, Андижанской и Навоийской областях введены в строй 4 цементных завода производственной мощностью 2 миллиона тонн каждый. До конца года будут сданы в эксплуатацию новые заводы мощностью 3,5 миллиона тонн, общий потенциал производства цемента будет доведен до 15 миллионов тонн. Отмечалось, что это позволит покрыть внутренний спрос и снизить стоимость цемента.

В течение 2019-2020 годов в отрасли запланировано осуществить свыше тысячи проектов на сумму 17 триллионов сумов. Даны указания по выделению кредитов коммерческих банков и активному привлечению иностранных инвестиций для этих проектов. Рассмотрен также вопрос реализации низкорентабельных предприятий потенциальным инвесторам.

Для дальнейшего развития промышленности стройматериалов необходимы высококвалифицированные специалисты. Однако квоты в вузах не соответствуют все более растущему спросу на кадры. Отсутствует взаимосвязь между процессом обучения и практикой.

На совещании даны поручения по увеличению бюджетных квот по специальностям отрасли, полному пересмотру порядка организации учебной практики на предприятиях, организации центров повышения квалификации по новым технологиям в сотрудничестве с зарубежными компаниями.

Ответственные лица представили отчеты по обсужденным на совещании вопросам.

УзА

Указ Президента Республики Узбекистан **О мерах по коренному совершенствованию системы поддержки и защиты предпринимательской деятельности**

(Окончание.)

Начало на 1-й стр.)

обеспечение функционирования единого интерактивного портала "business.gov.uz", предусматривающего внедрение эффективной платформы для приема, обработки, мониторинга и контроля за решением проблем предпринимателей.

3. Создать в структуре Кабинета Министров Республики Узбекистан Секретариат по организации и координации деятельности Приемных Президентских Администраций Республики Узбекистан по рассмотрению обращений предпринимателей (далее - Секретариат) согласно приложению № 1.

4. Утвердить:

Типовую структуру Приемных Президентских Администраций Республики Узбекистан по рассмотрению обращений предпринимателей в Республике Каракалпакстан, областях и городе Ташкенте согласно приложению № 2;

Типовую структуру Приемных Президентских Администраций Республики Узбекистан по рассмотрению обращений предпринимателей в районах и городах согласно приложению № 3;

Схему организации работы Приемных Президентских Администраций Республики Узбекистан по рассмотрению обращений предпринимателей согласно приложению № 4.

5. Установить порядок, согласно которому: прием предпринимателей, в том числе иностранных инвесторов, в Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей осуществляется ежедневно по утвержденному графику с участием представителей хокимиятов, центров содействия предпринимательству Торгово-промышленной палаты, территориальных органов инвестиций и торговли, юстиции, налоговой инспекции, строительства, государственного кадастра, банковских и других организаций; при отсутствии возможности удовлетворения на уровне района и города законных требований и предложений, указанных в обращении, они направляются в Приемные по рассмотрению обращений предпринимателей в Республике Каракалпакстан, областях и городе Ташкенте; обращения предпринимателей, в том числе иностранных инвесторов, подлежащие решению на республиканском уровне, направляются в Секретариат для последующего их рассмотрения с участием Уполномоченного при Президенте Республики Узбекистан по защите прав и законных интересов субъектов предпринимательства, руководителей Министерства инвестиций и внешней торговли, Торгово-промышленной палаты и других уполномоченных органов;

Премьер-министр Республики Узбекистан на регулярной основе осуществляет личный прием субъектов предпринимательства, в том числе иностранных инвесторов, обращения которых не удовлетворены уполномоченными органами;

обращения предпринимателей, в том числе иностранных инвесторов, требующие решения Премьер-министра Республики Узбекистан, вносятся ему Секретариатом для рассмотрения и принятия соответствующего решения;

в случае отсутствия норм, регулирующих вопросы, указанные в обращениях предпринимателей, Секретариатом разрабатываются и вносятся в установленном порядке на рассмотрение Премьер-министра Республики Узбекистан предложения по совершенствованию законодательства;

Секретариат совместно с Уполномоченным при Президенте Республики Узбекистан по защите прав и законных интересов субъектов предпринимательства осуществляют постоянный анализ и систематизацию причин и факто-

ров, сдерживающих развитие предпринимательства, в разрезе регионов и отраслей с ежеквартальным внесением Премьер-министру Республики Узбекистан конкретных предложений по улучшению деловой среды.

6. Определить, что:

в Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей рассматриваются обращения предпринимателей на действия (бездействие) должностных лиц органов государственного и хозяйственного управления, контролирующих и правоохранительных структур, а также других организаций;

запрещается безосновательная передача обращений на рассмотрение должностным лицам организаций, решения или действия (бездействие) которых обжалуются;

Приемные по рассмотрению обращений предпринимателей осуществляют свою деятельность в тесном сотрудничестве с Центрами содействия предпринимательству в Республике Каракалпакстан, областях, городе Ташкенте, их районными и городскими подразделениями, а также Агентством государственных услуг при Министерстве юстиции Республики Узбекистан и его территориальными центрами;

выявление и решение проблем субъектов предпринимательства осуществляются Приемными по рассмотрению обращений предпринимателей во взаимодействии с секторами по комплексному социально-экономическому развитию территорий (далее - секторы), государственным органами и иными организациями;

Приемные по рассмотрению обращений предпринимателей в Республике Каракалпакстан, областях, городе Ташкенте, районах и городах ежеквартально вносят для обсуждения на заседаниях соответствующего Кенгаша народных депутатов информацию о деятельности руководителей секторов и территориальных организаций по обеспечению прав и защите законных интересов предпринимателей с заслушиванием отчетов руководителей соответствующих организаций.

7. Внедрить в практику систему отчетности, согласно которой:

а) Приемные по рассмотрению обращений предпринимателей в районах и городах ежемесячно до 5 числа вносят в Приемные по рассмотрению обращений предпринимателей в Республике Каракалпакстан, областях, городе Ташкенте отчеты о проделанной работе и информацию о выявленных системных проблемах, препятствующих развитию предпринимательства и привлечению инвестиций;

руководители Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей в Республике Каракалпакстан, областях и городе Ташкенте ежемесячно до 7 числа вносят в Секретариат сводно-аналитическую информацию о проделанной работе с предложениями по устранению системных проблем, препятствующих развитию предпринимательства и привлечению инвестиций;

б) Секретариат на ежедневной основе вносит информацию Премьер-министру Республики Узбекистан о состоянии хода рассмотрения обращений предпринимателей, в том числе иностранных инвесторов, поступивших в Приемные по рассмотрению обращений предпринимателей;

в) Премьер-министр Республики Узбекистан на ежеквартальной основе информирует Президента Республики Узбекистан:

испытаниях в размере половины минимальной заработной платы;

опубликованием на официальном веб-сайте Государственного центра тестирования сведений о баллах, набранных абитуриентом в тестовых испытаниях, на следующий день после их проведения, а об утвержденных в установленном порядке результатах конкурса о его рекомендации либо отказе в рекомендации для зачисления в состав студентов - в неделейный срок после полного завершения процесса проведения тестовых испытаний.

2. Установить, что:

блоки предметов, по которым сдаются тестовые испытания, соответствующие направлениям образования бакалавриата, критерии оценки, количество тестовых заданий, а также точные сроки проведения тестовых испытаний устанавливаются Государственной комиссией по приему в образовательные учреждения Республики Узбекистан;

начиная с приема 2019/2020 учебного года, права участия в конкурсе до трех направлений образования бакалавриата высших образовательных учреждений с одинаковым блоком предметов, по которым проводятся тестовые испытания;

проведении, начиная с приема 2019/2020 учебного года, вступительных тестовых испытаний по приему в высшие образовательные учреждения в июле - августе;

разделения, начиная с приема 2020/2021 учебного года, блока предметов, по которым проводятся тестовые испытания, на два блока, с включением в первый блок трех обязательных для всех тестируемых предметов - родной языка (узбекский, русский или каракалпакский язык), математики и истории Узбекистана, а во второй блок - двух предметов, соответствующих направлению образования бакалавриата, выбранному абитуриентом;

взаимно с абитуриентом, закончившим образовательные учреждения в годы, предшествующие учебному году организации тестовых испытаний (за исключением лиц с инвалидностью или находящихся на полном государственном обеспечении), платежа за участие в тестовых испытаниях, платежа за участие в тестовых

о результатах работы Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей, принимаемых мер по устранению недостатков в деятельности государственных органов в работе с предпринимателями и защите их прав и законных интересов, а также улучшению деловой среды;

о принятых решениях или предложениях по мерам поощрения или привлечения к персональной ответственности должностных лиц за поверхностное рассмотрение или бездействие при рассмотрении обращений субъектов предпринимательства, в том числе иностранных инвесторов;

8. Возложить персональную ответственность на:

министра юстиции Р. Давлетова - за эффективное взаимодействие подразделений Агентства государственных услуг с Приемными по рассмотрению обращений предпринимателей, своевременную и качественную разработку проектов нормативно-правовых актов по решению выявленных проблем и недостатков в законодательстве, принятие мер по обеспечению соблюдения гарантий свободы предпринимательской деятельности;

председателя Торгово-промышленной палаты А. Икрамова - за содействие Приемным по рассмотрению обращений предпринимателей в организации приема предпринимателей, выявление системных проблем в разрезе регионов и органов управления, препятствующих развитию предпринимательства, выработка предложений по совершенствованию законодательства;

Уполномоченного при Президенте Республики Узбекистан по защите прав и законных интересов субъектов предпринимательства Д. Касымова - за принятие действенных мер по оказанию помощи предпринимателям, обратившимся в Приемные по рассмотрению обращений предпринимателей, и привлечение к ответственности виновных должностных лиц контролирующих и других органов за нарушение их прав и законных интересов;

министра инвестиций и внешней торговли С. Умурзакова - за оказание содействия Приемным по рассмотрению обращений предпринимателей в решении проблем, связанных с привлечением иностранных инвестиций и реализацией проектов с их участием, а также осуществлением внешнеторговой деятельности и продвижением производимой продукции на внешние рынки;

председателя Счетной палаты - за осуществление контроля за своевременным рассмотрением уполномоченными органами обращений предпринимателей, поступивших в Приемные по рассмотрению обращений предпринимателей, в решении проблем, связанных с привлечением иностранных инвестиций и реализацией проектов с их участием, а также осуществлением внешнеторговой деятельности и продвижением производимой продукции на внешние рынки;

руководителя министерств, ведомств, органов исполнительной власти на местах - за обеспечение эффективного взаимодействия с Приемными по рассмотрению обращений предпринимателей, и качеством принимаемых ими мер по обращениям предпринимателей с внесением в Кабинет Министров предложений по привлечению к ответственности в установленном порядке виновных должностных лиц;

руководителя министерства, ведомства, органов исполнительной власти на местах - за обеспечение эффективного взаимодействия с Приемными по рассмотрению обращений предпринимателей, и качеством принимаемых ими мер по обращениям предпринимателей с внесением в Кабинет Министров предложений по привлечению к ответственности в установленном порядке виновных должностных лиц;

лимит на содержание автотранспортных средств в количестве 14 единиц для Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей в Республике Каракалпакстан, областях, городе Ташкенте, районах и городах необходимой мебелью и инвентарем, средствами информационно-коммуникационных технологий (компьютер, принтер, копиро-вальный аппарат, интернет), средствами связи (телефон, факс).

Министерству финансов Республики Узбекистан выделить:

необходимые средства для финансирования Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей, включая оплату труда их работников, материально-техническое обеспечение и покрытие других расходов, связанных с их деятельностью, за счет средств Государственного бюджета Республики Узбекистан;

11. Агентству государственных услуг при Министерстве юстиции Республики Узбекистан совместно с Уполномоченным при Президенте Республики Узбекистан по защите прав и законных интересов субъектов предпринимательства Касымовым Д.С., Министерством юстиции (Давлетов Р.К.), Государственным налоговым комитетом (Мусаев Б.А.), Торгово-промышленной палатой (Икрамов А.И.), Советом Министров Республики Каракалпакстан, хокимиятами областей и города Ташкента в 10-дневный срок внести на рассмотрение Премьер-министру Республики Узбекистан обоснованные **предложения по размещению Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей в Республике Каракалпакстан, областях, городе Ташкенте, районах и городах в зданиях соответствующих центров государственных услуг.**

12. Министерству по развитию информационных технологий и коммуникаций Республики Узбекистан совместно с заинтересованными министерствами и ведомствами в месячный срок внести в Кабинет Министров предложения об изменениях и дополнениях в законодательство, вытекающих из настоящего Указа.

16. Агентству информации и массовых коммуникаций при Администрации Президента Республики Узбекистан, Национальному информационному агентству Узбекистана и Национальной телерадиокомпании Узбекистана организовать в средствах массовой информации публикации и тематические передачи по освещению целей и задач Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей, а также результатов их деятельности.

АО "Uzbekistan Airports" обеспечить размещение в терминалах аэропортов информационных баннеров о Приемных по рассмотрению обращений предпринимателей.

17. Премьер-министру Республики Узбекистан Арипову А.Н. в недельный срок разработать и утвердить комплекс конкретных мер - "Дорожную карту" по своевременной реализации требований и задач, определенных настоящим Указом.

18. Контроль за исполнением настоящего Указа возложить на Премьер-министра Республики Узбекистан Арипова А.Н. и руководителя Администрации Президента Республики Узбекистан Низомиддинова З.Ш.

Президент Республики Узбекистан Ш. МИРЗИЕВ

Город Ташкент,

14 мая 2019 года.

Постановление Президента Республики Узбекистан О дополнительных мерах по совершенствованию системы приема в высшие образовательные учреждения на основе тестовых испытаний

(Окончание.)

Начало на 1-й стр.)

тестирования ежемесячных надбавок в размере до 200 процентов от должностного оклада и других стимулирующих выплат;

привлечение на работу в Государственный центр тестирования на основе гражданского-правовых договоров высококвалифицированных специалистов, в том числе зарубежных экспертов и соотечественников, проживающих за рубежом;

выплату заработной платы участникам, привлеченным к процессу тестовых испытаний (руководителю здания и наблюдателям групп);

выплату арендной платы за здания, используемые для проведения тестовых испытаний;

иные мероприятия, связанные с деятельностью Государственного центра тестирования, не запрещенные законодательством.

5. Особовать сроком до 1 января 2022 года от уплаты таможенных платежей (за исключением таможенных сборов) оборудования (средства идентификации личности, проверки отпечатков пальцев и перекрытия волн мобильной связи, приборы видеофиксации, металлоискатели и мониторы), не производимое в Республике Узбекистан, ввозимое с целью оснащения зданий, используемых для проведения тестовых испытаний, по первичным, формируемым в порядке, установленном Министерством по развитию информационных технологий и коммуникаций Республики Узбекистан.

6. Кабинету Министров Республики Узбекистан:

в месячный срок, исходя из задач, определенных настоящим постановлением, принять постановление правительства о мерах по совершен-

ствованию деятельности Государственного центра тестирования и утвердить его обновленную структуру с предельной численностью работников в количестве 186 единиц;

в месячный срок в целях размещения региональных отделов Государственного центра тестирования в административных центрах Республики Каракалпакстан, областях и города Ташкента и проведения в дальнейшем тестовых испытаний в течение года внести в Администрацию Президента Республики Узбекистан предложение о строительстве зданий и сооружений с большой вместимостью из материалов легкой конструкции.

7. Внести изменения и дополнения в постановление Президента Республики Узбекистан от 16 ноября 2017 года № ПП-3389 "О совершен

Постановление Президента Республики Узбекистан

О мерах по дальнейшему развитию искусства бахши

(Окончание.)

Начало на 1-й стр.)

1. Одобрить предложения Министерства культуры, Академии наук, Союза писателей Узбекистана и хокимията Сурхандарьинской области о создании в городе Термезе Республиканского центра искусства бахши в форме государственного учреждения (далее - Центр) и при нем - Фонда развития искусства бахши со статусом юридического лица (далее - Фонд).

2. Основными задачами Центра определить: глубокое изучение и укрепление научно-теоретической и практической основ искусства бахши;

возрождение и развитие существующих в сфере творческих школ, традиций наставничества "устод-шогира";

поддержку творческой и научной деятельности поэтов-бахши, ученых-фольклористов, преподавателей и специалистов;

создание при центрах культуры, детских школах музыки и искусства и других образовательных учреждениях секций по искусству бахши;

обеспечение еще более благоприятных условий для творчества бахши, содействие в их активном участии в праздничных и культурных мероприятиях;

создание "золотого фонда" лучших образцов искусства бахши, их тиражирование в аудио- и видеоформате для популяризации в стране и в мире, эффективное использование с этой це-

лю информационно-коммуникационных технологий, возможностей телевидения и интернета;

расширение международного сотрудничества в сфере искусства бахши, взаимного обмена опытом, в частности, проведение различных международных форумов, конкурсов, концертов и мастер-классов.

3. Основными задачами Фонда определить: реализацию комплексных финансовых и организационных мер в целях содействия дальнейшему развитию искусства бахши; всестороннюю поддержку бахши, ақынов и жировов нашей страны;

обеспечение профильных учреждений Министерства культуры необходимой литературой, учебными пособиями и периодическими изданиями по тематике;

укрепление материально-технической базы секций бахши при учреждениях культуры и искусства, обеспечение их необходимыми музыкальными инструментами и оборудованием;

финансирование тематических научно-исследовательских работ, издательской деятельности и научных экспедиций;

привлечение средств спонсоров, иностранных инвестиций и грантов в развитие искусства бахши;

аккумулирование средств, поступающих из предусмотренных законодательством источников, их целевое и эффективное использование.

4. Утвердить:

План мероприятий по дальнейшему развитию искусства бахши согласно приложению №1;

Структуру Республиканского центра искусства бахши согласно приложению №2;

Состав Совета Фонда развития искусства бахши при Республиканском центре искусства бахши согласно приложению №3;

Структуру исполнительной дирекции Фонда развития искусства бахши при Республиканском центре искусства бахши согласно приложению №4.

Предоставить министру культуры Республики Узбекистан право вносить при необходимости изменения в структуры Центра и Фонда в пределах установленной общей численности работников.

5. Министерству культуры Республики Узбекистан:

в двухмесячный срок внести в Кабинет Министров проект постановления об организации деятельности Центра и Фонда. Предусмотреть при этом источники формирования средств Фонда;

совместно с Министерством финансов, Министерством инвестиций и внешней торговли, Министерством экономики и промышленности, а также хокимиятам Сурхандарьинской области в двухмесячный срок внести в Кабинет Министров проект постановления об организации на

базе школы бахши города Термеза Республиканской специализированной школы-интерната по искусству бахши;

совместно с Советом Министров Республики Каракалпакстан, хокимиятами областей и города Ташкента определить меры по поддержке деятельности мастеров, изготавливающих музыкальные инструменты для бахши (домра, сизбуга, чанкуз, күшней, гажирнай, буламон, кубыз, и другие), выделению мест для мастерских, обеспечению необходимыми материалами (дерево, металл);

совместно с Союзом композиторов и бастакоров Узбекистана поэтапно осуществлять работу по нотированиюмелодий известных произведений, исполняемых бахши, ақынами и жировами;

совместно с Национальной комиссией Республики Узбекистан по делам ЮНЕСКО реализовать меры по включению искусства бахши, являющегося частью древнего и уникального искусства узбекского народа, в Репрезентативный список нематериального культурного наследия человечества ЮНЕСКО;

совместно с Советом Министров Республики Каракалпакстан, хокимиятами областей и города Ташкента создать в Республике Каракалпакстан, Сурхандарьинской, Кашкадарьинской, Хорезмской областях государственные ансамбли по искусству бахши, а в других регионах, где развивает этот вид народного творчества, - областные ансамбли;

в соответствующих регионах при детских школах музыки и искусства создать классы по искусству бахши;

совместно с Министерством юстиции в месячный срок внести в Кабинет Министров Республики Узбекистан предложения об изменениях и дополнениях в законодательство, вытекающих из настоящего постановления.

6. Хокимияту Сурхандарьинской области принять меры по выделению зданий для Центра и Фонда, укреплению их материально-технической базы и обеспечению автотранспортом.

7. Национальному информационному агентству Узбекистана, Национальной телерадиокомпании Узбекистана и другим средствам массовой информации рекомендовать подготовку и выпуск теле- и радиопередач, статей о мастерах искусства бахши, молодых исполнителях, широко известных лауреатах, а также освещение мероприятий, предусмотренных данным постановлением.

8. Контроль за исполнением настоящего постановления возложить на Премьер-министра Республики Узбекистан Арипов А.Н. и заместителя советника Президента Республики Узбекистан Махмудова Ф.Ш.

Президент

Республики Узбекистан

Ш. МИРЗИЁЕВ

Город Ташкент,

14 мая 2019 года.

Образование

Университет Амити - новый ИТ-хаб

Подготовка квалифицированных кадров в сфере информационных технологий сегодня является одним из приоритетных направлений государственной политики. Наличие профессионалов в области ИКТ - требование времени. В XXI веке именно оно определяет то, какой будет наша жизнь, поэтому в рамках визита главы государства в Индию прошлой осенью было достигнуто соглашение о сотрудничестве между странами по подготовке ИТ-специалистов. Его результаты можно будет увидеть уже этой осенью, когда двери для студентов откроет первый в республике филиал Университета Амити (Индия). Предстоящему событию посвящена организованная Министерством по развитию информационных технологий и коммуникаций конференция, на которой представители ведомства и прибывшие из Индии гости подробно рассказали о реализуемой инициативе.



В соответствии с принятым Президентом постановлением от 7 января 2019-го учебный год вуз начнет уже в сентябре. Здесь будут действовать такие направления, как компьютерный и программный инжиниринг, менеджмент, искусственный интеллект, управление данными, и другие. Занятия - на английском языке по стандартам, принятым во всем мире. Именно такой передовой подход при подготовке специалистов позволит создать большие возможности для развития сферы в нашей стране. Открываемый в столице филиал станет 11-м по счету, другие десять расположены в разных уголках, в том числе в таких крупных мегаполисах, как Дубай, Лондон и Нью-Йорк. Университет предлагает своим студентам все необходимые условия для получения знаний в Ташкенте. Вуз будет расположен в Шайхантархуском районе столицы на территории колледжа связи.

Этой осенью обучение здесь начнут 200 человек. Вместе с поступлением первыми откроются огромные возможности, в том числе шанс продолжить в дальнейшем занятия в любом филиале вузу в других странах. Как заявляют его представители, это сделано для того, чтобы ребята смогли почувствовать себя частью такого огромного целого, как Университет Амити. При этом контракт составляет три тысячи долларов. А 50 самых талантливых и одаренных его планирует оплатить сам Мининфиноком.

- Индия является сегодня одним из мировых лидеров в сфере ИТ, - комментирует первый заместитель министра по развитию информационных технологий и коммуникаций Олимжон Умаров, -

Узбекистан заинтересован в том, чтобы создать на своей территории своеобразный ИТ-хаб, а партнеры предоставляют для этого отличные возможности. Учебная программа полностью базируется на требованиях, принятых в вузе, профессорско-преподавательский состав тоже будет подобран с особой тщательностью, большинство педагогов составят преподаватели из Индии, а отечественные же специалисты пройдут специальный отбор. По окончании учебы выпускники получат диплом, признаваемый как в Узбекистане, так и в Индии, США и Великобритании. Всем современным требованиям будет соответствовать и студенческий кампус, строительство которого уже ведется. В сотрудничестве с зарубежными коллегами, уверен, нам удастся вывести сферу ИТ на новый уровень.

На мероприятии рассказано об успехах и достижениях индийского университета. Амити входит в топ-300 луч-

ших вузов мира и является одним из крупнейших в Индии. Созданный в 2005 году, сегодня он занимает одну из лидирующих позиций в области подготовки ИТ-специалистов на планете. Общее число студентов составляет 150 тысяч. Это учебное заведение - единственный азиатский вуз с аккредитацией в Великобритании и США. Связь в исследовательской деятельности университет подтверждает более чем 160 образовательными учреждениями мира. В его стенах также читают лекции лауреаты Нобелевской премии.

Евгения Юн.
"Правда Востока".
Фото Музаффара Абдуллаева.

Филипп БРАЙАНТ:

"Мы заинтересованы в расширении практического сотрудничества с Узбекистаном"

Губернатор штата Миссисипи Филипп Брайант после встречи с главой нашего государства дал интервью корреспонденту УзА.

- В ходе встречи с Президентом Шавкатом Мирзиёевым состоялся обмен мнениями по таким вопросам, как сотрудничество на международном рынке, пути привлечения прямых иностранных инвестиций в Узбекистан, использование технологических возможностей, обмен опытом в сфере сельского хозяйства.

Штат Миссисипи располагает значительным потенциалом в сфере сельского хозяйства. В данном направлении можно установить связи с фермерами Узбекистана, наладить сотрудничество поставкам выращиваемой ими продукции на международный рынок. США доверяет Узбекистану. Ваша страна осуществляет актив-

ную внешнюю политику, предоставляет широкие возможности для развития бизнеса. Здесь царит новый дух свободы.

В прошлом году компания "Silver Leaf International" США подписала соглашение с соответствующими ведомствами вашей страны о создании совместного предприятия в сфере сельского хозяйства. Новое совместное предприятие специализируется на выращивании хлопчатника на основе передовых технологий, переработке сырья и выпуске готовой конкурентоспособной продукции.

Мы также ведем свою деятельность в рыбоводческой сфере. В данном направлении мы можем осуществить с вашей страной

обмен техникой и технологиями, опытом и внести огромный вклад в развитие рынка двух стран.

Узбекистан имеет большой опыт и располагает огромными возможностями в сельском хозяйстве. В вашей стране предпринимаются серьезные шаги по развитию агробизнеса. Мы намерены сотрудничать с университетами и коледжами Узбекистана в данном направлении.

В рамках визита в Узбекистан мы намерены посетить Ташкентскую, Джизакскую, Самаркандскую и Навоийскую области и непосредственно на местах ознакомиться с экономическими и инвестиционными возможностями вашей страны.

Записал
М. Элмуродов
Корр. УзА.

С делегацией США обсуждены вопросы инвестиционного сотрудничества

В нашей стране пребывает с визитом делегация США во главе с губернатором штата Миссисипи Филиппом Брайантом.

В рамках визита 14 мая в Министерстве инвестиций и внешней торговли Республики Узбекистан прошла встреча с представителями компаний "Hope Missions", "Cherokee Fab", "Blawer Manufacturing", университетами Алькорна и штата Миссисипи США.

Визит американских гостей в Узбекистан подтверждает, что стороны уделяют особое внимание осуществлению договоренностей и соглашений, достигнутых в рамках официального визита Президента нашей страны в

странами осуществляются совместные программы и проекты в торгово-экономической, инновационной, инвестиционной, научно-технической, культурно-гуманитарной и многих других сферах.

На встрече стороны обсудили перспективы укрепления двустороннего сотрудничества в области инвестииций и образования.

Было отмечено, что в этих сферах имеется большой незадействованный потенциал. В завершение мероприятия стороны договорились разработать новые предложения по данному вопросу, продвигать взаимно заинтересованные инициативы.

УзА

но потерять дар речи. "Большие бирюзовые купола памятников сияют на солнце. На стенах, украшенных орнаментом, также использованы оттенки синего света. Здесь же находится и богато украшенное золотом медресе Тilla-Кари. Если посмотреть на потолок, кажется, что человек попадает внутрь огромного калейдоскопа", - восхищается автор.

Она отмечает, что путешествующим по маршруту Хива - Бухара - Самарканд туристам кажется, что они достигли кульминации. "Но ее можно достичь, посетив некрополь Шахи-Зинда в Самарканде. Эта прогулка погружает в мир средневекового керамического искусства. Слева и справа висят стены мавзолеев, которые отделаны бирюзовым цветом и покрыты темно-синей плиткой с цветочными орнаментами", - рассказывает она.

В статье сообщается, что большинство монументальных сооружений воздвигнуто в эпоху правления Амира Темура и Темуридов.

ИА "Дунё".

В статье сообщается, что большинство монументальных сооружений воздвигнуто в эпоху правления Амира Темура и Темуридов.

Деловой курьер

Запрет необоснован

Антимонопольный комитет отменил решение хокимията Сурхандарьинской области, нарушавшее законодательство о конкуренции, сообщает информационная служба ведомства.

Как стало известно, на проведенном 7 февраля 2019 года в хокимияте Сурхандарьинской области видеоселекторном совещании было указано, что страховой деятельностью в области станут заниматься лишь те страховыи фирмы, которые зарегистрированы в регионе. По этому вопросу даны соответствующие поручения территориальным органам государственного управления.

В комитет поступили обращения головных офисов страховых компаний "Universal Sug'urta" и "Alfa Invest" с информацией о препятствовании ведению деятельности их филиалов в Сурхандарьинской области.

Специальной комиссией Антимонопольного комитета выдано предписание хокимияту об отмене поручений и устранении противозаконных действий. Администрация региона, согласившись с ведомством, пересмотрела решение.

Комитет напоминает, что в соответствии со статьей 12 Закона "О конкуренции" органам государствования и администрации на местах запрещается вводить ограничения или запрет на ведение деятельности хозяйствующих субъектов или препятствовать производству определенных товаров.

Онлайн-покупки станут удобнее и безопаснее

</div

Событие**"Ташаббус-2019" - в Самарканде**

Состоялся Самаркандский городской этап традиционного смотра-конкурса на приз Президента.

В нем приняли участие 90 предпринимателей, добившихся весомых результатов в промышленности, предоставлении услуг, ремесленничестве. Лучшие из них получили путевки на областной этап конкурса.

Победителем в номинации "Лучший предприниматель в сфере промышленности" стал директор ООО "Samarkand euroasia textile" Аслиддин Салохиддинов.

- Мы занимаемся поши-

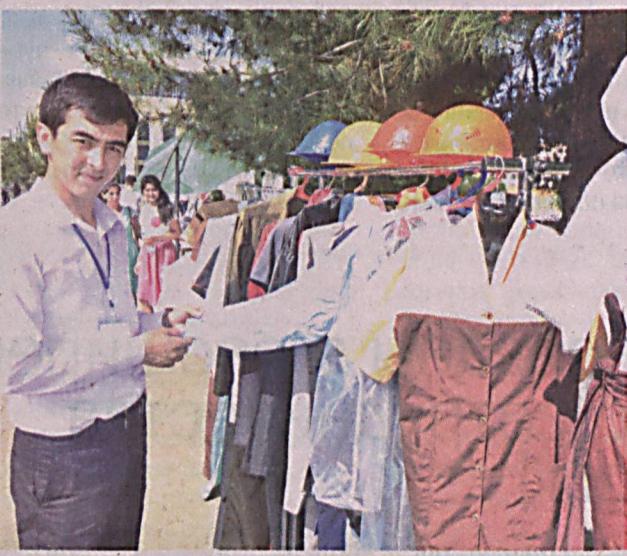
вом мужских рубашек, простыней и производством различных видов тканей, - сказал менеджер предприятия Жасур Ганиев. - Основную часть продукции экспортим. Недавно за счет инвестиций в объеме 100 миллионов долларов закупили в Китае современное оборудование, создали около 400 рабочих мест. При помощи установленной технологии - пока единственной в Центральной Азии - достигают высокое качество и



прочность тканей. За короткое время экспортировали продукцию в ближнее и дальнее зарубежье на 100 тысяч долларов. В номинации "Лучший молодой предприниматель года" удостоен приза руководитель семенного предприятия "Амонов мебель текстиль" Шахрам Амонов. Директор клиники "Innova" ООО "Versus Medical" Шерзод Мухиддинов победил в номинации "Лучший предприниматель года в сфере

Г. Хасанов.
Корр. Уз.

Фото А. Исирирова (УзА).
Самаркандская область.

**Культура чтения****В Джизаке началась Неделя книги**

Хокимият Джизакской области совместно с областным информационно-библиотечным центром имени Шарафа Рашидова проводит Неделю книги под девизом "Книга - океан знаний".



На состоявшемся 19 марта текущего года видеоселекторном совещании, посвященном вопросам усиления внимания молодежи, широкого привлечения ее к культуре, искусству, физической культуре и спорту, формированию навыков правильного использования информационных технологий, пропаганда чтения книг среди молодого поколения и обеспечения занятости женщин, Президент нашей страны выделил пять важных инициатив. В проведении Недели книги, направленной на реализацию четвертой инициативы - усиление пропаганды чтения книг среди молодежи, принимают участие областные управление культуры, народного, среднего специального, профессионального образования, информации и массовых коммуникаций, высшие учебные заведения, областное отделение Союза писателей Узбекистана и другие организации и учреждения.

Для участия в неделе из столицы прибыла группа поэтов и писателей, ученых-литераторов, деятелей искусства. Они посетили памятники Шарафа Рашидову, Хамиду Алимджану и Зулифие, а также их музеи.

Мероприятия недели начались во дворе областного информационно-библиотечного

центра имени Шарафа Рашидова. Здесь собрались около 700-800 любителей книг, большую часть которых составили студенты, учащиеся школ, лицеев и колледжей.

С территории информационно-библиотечного центра участники мероприятия начали шествие по центральной улице с призывающими к чтению книг плакатами, к областному театру музыкальной драмы имени Юнуса Раджаби.

Здесь состоялась торжественная церемония открытия Недели книги. Представители областной администрации и дея-

тели искусств поздравили участников с праздником.

Творческий коллектив театра продемонстрировал сценические постановки по произведениям представителей узбекской классической и современной литературы. Актеры декламировали стихи, газели, монологи, призывающие к получению знаний, просвещению и патриотизму.

В рамках мероприятия состоялись диалоги с читателями и викторины. Активные участники были награждены.

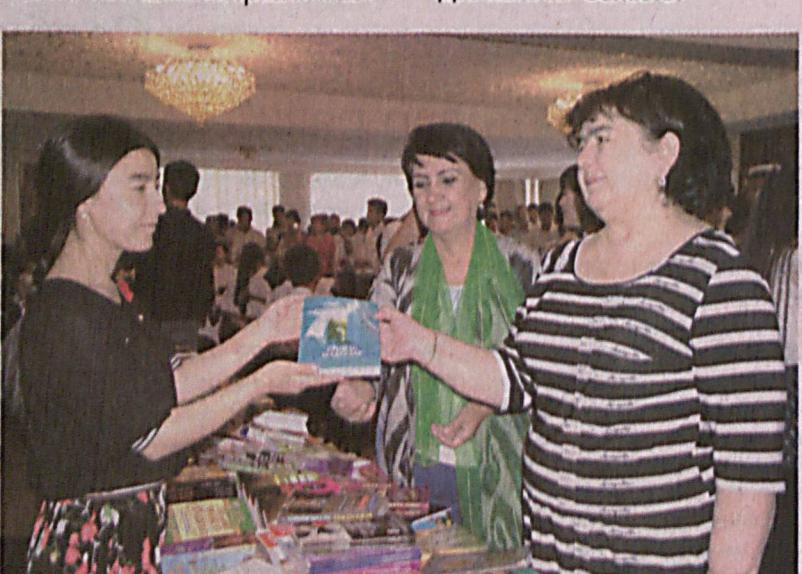
Это первое крупное мероприятие в реализации важной инициативы Президента нашей страны, - говорит руководитель областного информационно-библиотечного центра Хафиза Кудратова. - При поддержке хокимиата области и партнерских организаций мероприятия первого дня недели проходят содержательно, в них участвует много активных читателей. В шестнадцатом пришло участие большое количество молодых людей, что свидетельствует о преемственности традиций чтения среди нашего народа.

Организованы также передвижные выставки, книжные ярмарки издательско-полиграфического творческого дома имени Гафура Гулама и библиотек области.

Неделя под девизом "Книга - океан знаний" продолжится и в районах области. Запланировано проведение творческих встреч, вечеров поэзии, презентаций книг, бесед за "круглым столом" и других культурно-просветительских мероприятий.

Т. Бекназаров.
Корр. Уз.

Фото Ж. Ербекова (УзА).
Джизакская область.

**Наследие****Сокровища под охраной**

■ 30 лет назад в Папском районе в ходе раскопок у городища Мунчоктепа обнаружено крупное захоронение, относящееся к VI-VIII векам н.э. Там нашли плетенные из камыша корзины, оружие, предметы быта, утварь и многое другое. Сегодня этот, а также множество других экспонатов, сохранность которых находилась под угрозой, вновь будут радовать зрителей своей красотой.

Уникальные объекты после изучения помещены во вновь созданный Папский археологический музей, который в силу обстоятельств почти не действовал. Большую роль тут сыграло и то, что он расположена на окраине города, добираться сюда затруднительно, нет инфраструктуры для туристов и посетителей. Сегодня с экспонатами работают специалисты-реставраторы в Наманганско-историко-культурном музее (НИКМ).

Захоронение на Мунчоктепе как древнейший памятник археологии уникально, - говорит заведующая отделом реставрации Института археологических исследований имени Я. Гуламова Академии наук Марина Реутова, которой 30 лет назад довелось принять участие в раскопках. - Очевидно, это был родовой склеп или могила внезапно скончавшихся людей. По характеру найденных предметов несложно определить их род занятий. По обувным колодкам, к примеру, можно догадаться, что человек был сапожником, у музыканта нашли сурнай, у охотников - луки со стрелами, ножи и кинжалы. У женщин - бронзовы зеркала, пурпурные и гребни, ожерелья и бусы из сердолика,

рыбных костей, хрусталя, фрагменты шелковых плащев.

Эти экспонаты, по словам М. Реутовой, займут достойное место в музее-заповеднике Ахсикент под открытым небом. Здесь также будет реализовано множество оригинальных проектов.

- Нас поразило богатство и разнообразие отдела природы, там есть уникальные экспонаты, интересна их подача, - рассказывает ведущий реставратор Института археологических исследований, сотрудник Самаркандского государственного музея-заповедника Баҳридин Баҳриев. - При благотворительных фондах экспозиция отдела истории склоновата. Тем не менее сотрудникам удалось передать был наших предков и двух эпохи, показав, как выглядело жилье дехканши и других. Эти разделы привлекают внимание и могут быть дополнены экспонатами, красноречиво рассказывающими о подвиге нашего народа в годы Второй мировой войны, его вкладе в победу над фашизмом.

Эркин Карабаев.
Старший научный сотрудник НИКМ.
Феруза Атаканова.
"Правда Востока".

Наманганская область.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

на 15 мая

По сообщениям Гидрометцентра Республики, 15 мая в Ташкенте небольшая, временами переменная облачность, без осадков. Ветер восточный, 3-8 м/с. Температура ночью - 17-19 тепла, днем - 29-31.

В Каракалпакстане и Хорезмской области переменная облачность, к вечеру местами возможны дождь, гроза. Ветер восточный с переходом в западный, 7-12 м/с, местами возможно усиление до 15-20 м/с. Температура ночью - 17-22 тепла, днем - 28-33.

В Бухарской и Навоийской областях небольшая, местами переменная облачность, без осадков. Ветер восточный, 7-12 м/с. Температура ночью - 8-13 тепла, днем - 19-24.

УЗА

7-12 м/с. Температура ночью - 17-22 тепла, днем - 32-37.

В Ташкентской, Самаркандской, Джизакской и Сырдарьинской областях небольшая, местами переменная облачность, без осадков. Ветер восточный, 7-12 м/с. Температура ночью - 17-22 тепла, днем - 32-37.

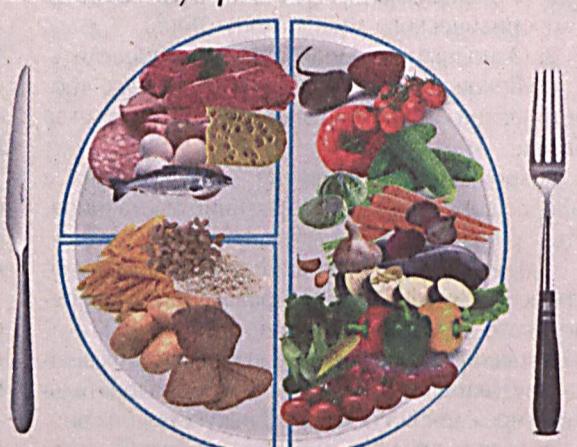
В Каракалпакстане и Хорезмской области переменная облачность, к вечеру местами возможны дождь, гроза. Ветер восточный с переходом в западный, 7-12 м/с, местами возможно усиление до 15-20 м/с. Температура ночью - 17-22 тепла, днем - 28-33.

В Андижанской, Наманганско-Ферганской областях переменная облачность, без осадков. Ветер восточный, 5-10 м/с. Температура ночью - 15-20 тепла, днем - 27-32.

В горных районах Республики переменная облачность, без осадков. Ветер восточный, 7-12 м/с. Температура ночью - 8-13 тепла, днем - 19-24.

Здоровье**Переходим на правильное питание**

■ Не за горами лето и пляжный сезон, значит, надо задуматься о переходе на здоровое питание, чтобы сбросить лишние килограммы. Врач-диетолог Антоний МАЛЬКОВ рассказывает, какие продукты необходимо включить в рацион, и о самых популярных диетах.



- Концепция правильного питания (ПП) включает определенные нормы кулинарной обработки продуктов (вареное, пареное) плюс исключают вредные изделия и яства, например, трансжиры, слишком соленые блюда. А рацион обогащается овощами (капуста, помидоры, огурцы, кукуруза, зеленый горошек, спинат), фруктами (яблоко, груша, грейпфрут, апельсин, персик, ананас, гранат, слива, абрикос, вишня, черешня), ягодами, рыбой и морепродуктами.

Но если вы решили перейти на ПП, то обязательно нужно пройти диагностику, в частности, проверить микрофлору кишечника, узнать (с помощью УЗИ) состояние желчного пузыря, печени, поджелудочной, сдать анализы крови. Надо сразу рассчитать для себя суточную норму калорий, белков, жиров и углеводов. Не стоит бросаться в крайность и сильно сокращать суточный объем пищи - это чревато дефицитом микрэлементов и витаминов, появлением хронической усталости и общего недомогания. Также помните, что за сутки объем выпитой чистой негазированной воды должен составлять не меньше 1,5-2 литров.

Любая диета обязана быть сбалансированной и максимально разнообразной, чтобы обеспечить организм всеми необходимыми макро- и микрэлементами, витаминами. Только пожилым людям надо потреблять больше белка, так как с возрастом он хуже усваивается, и кальция - для профилактики остеопороза.

Эффективны ли белковые диеты?

Такие методики похудения достаточно результативные, в них делается акцент на большем употреблении белков и снижении количества углеводов. Например, диета Аткинса. Она является двухфазной - в первую (14 дней) организм будет получать минимально необходимое количество углеводов (не больше 20 граммов в сутки), что позволит выравнивать баланс калорий за счет расхода внутренних ресурсов из жировых отложений и повышает максимальное снижение веса. По истечении двух недель ограничение на калорийность продуктов снимается, но остается пожизненный лимит на количество углеводов (не более 40 граммов в день). Среди разрешенных продуктов: любая рыба, морепродукты и птица, яйца, твердый сыр, все виды овощей и свежие грибы. Запрещаются алкоголь, искусственные жиры, сахар в любом виде, фрукты, кондитерские и хлебобулочные изделия, овощи с большим содержанием крахмала. Пить можно обычную и минеральную воду, чай, кофе. Эта диета противопоказана при беременности и лактации, почечной недостаточности, диабете, болезнях ЖКТ и других. Несмотря на эффективность, она не является полностью сбалансированной, к тому же вся жизнь придется контролировать баланс углеводов.

Лучший вариант - высококалорийная и низкоуглеводная диета, когда белков употребляется ограниченное количество, а основным источником энергии являются жиры. При этом для достижения максимального результата лучше вообще отказаться от сахара.

Миф о лечебном голодаании

Многие, стремясь похудеть и оздоровить организм, придерживаются длительного голодаания, хотя его польза в лечебных целях не доказана. Эффективны лишь короткие пищевые паузы - один, максимум два дня. Такие разгрузочные периоды стимулируют адаптивные механизмы, которые в итоге приносят положительный эффект. Процесс голодаания необходимо начинать с визита к врачу (желательно - с полного медицинского обследования) и переходить к нему постепенно. Избегайте "сухого" голодаания - нужно пить обычную кипяченую воду, а еще лучше минеральную, чтобы избежать потери электролитов.

Юлия Сарымсакова,
«Правда Востока».

Газета зарегистрирована в Агентстве по печати и информации Республики Узбекистан, Рег. № 0005 от 17.09.2009 г. Способ печати - офсетный, формат А-2, объем 2 п.л. Выходит пять раз в неделю, кроме воскресенья и понедельника. Цена договорная.