

Газета выходит
с 1 июля
1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

№ 127 (12.940)

Цена в розницу – свободная



Государственная молодежная политика – в действии

ГАРМОНИЧНО РАЗВИТАЯ МОЛОДЕЖЬ ВЕЛИКОЙ СТРАНЫ

В столице стартовал студенческий фестиваль, участниками которого стала талантливая и социально активная молодежь вузов страны.

Под руководством Президента нашей страны особое внимание уделяется воспитанию самостоятельно мыслящего, патриотичного, всесторонне и гармонично развитого поколения.

Этим благородным целям служит и студенческий фестиваль, проводимый общественным движением молодежи «Камолот» совместно с министерствами высшего и среднего специального образования, по делам культуры и спорта, Академией наук Узбекистана.

Участники фестиваля сначала посетили главную площадь страны и возложили цветы к подножию монумента Независимости и гуманизма.

На открытии фестиваля во Дворце творчества молодежи председатель Центрального совета общественного движения молодежи «Камолот» Б. Ганиев и другие отметили, что этот праздник молодости и красоты играет важную роль в поддержке инициатив и устремлений молодежи.

Именно в студенческие годы человек ставит перед собой самые благородные и высокие цели, приобретает знания на всю жизнь и радуется каждому

СТОЛИЦА: ДЕНЬ ЗА ДНЕМ

дню, – говорит координатор Центрального совета общественного движения молодежи «Камолот» Абдулазиз Мунинов. – Поэтому так важна атмосфера научно-творческого сотрудничества, дружеских связей среди молодежи. Традиционный студенческий фестиваль способствует консолидации студентов во имя процветания страны, дальнейшему развитию их научно-творческой деятельности, повышению активности, инициативности в общественных делах.

Фестиваль, имеющий научно-творческий, общественно-политический, духовно-просветительский, культурный и спортивно-оздоровительный характер, в 2008 году прошел в Самаркандской области, в 2009 году – в Бухарской, в 2013 году – в Хорезмской областях. В очередном празднике молодости, проходящем в столице, принимают участие более 500 студентов из всех регионов страны, сообщает УзА.

Выставка во Дворце творчества молодежи отражает созданные в вузах условия, успехи студентов в науке и учебе.

(Окончание на 2-й стр.)

В русле реформ

ПО ПУТИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ СТАБИЛЬНОСТИ

О росте интереса людей к предпринимательской деятельности свидетельствует тот факт, что только с начала текущего года в Ташкенте было зарегистрировано более 3700 новых субъектов предпринимательства. Устранение преград и барьеров на их пути имеет важное значение в обеспечении стабильности и дальнейшем развитии предприятий.

Этим вопросом уделяется особое внимание в ходе встреч с предпринимателями, проводимых хокимиятом города Ташкента в районах столицы. Одно из таких мероприятий, прошедшее в Юнусабадском районе, было посвящено изучению предложений представителей частного сектора, оказанию им необходимой помощи.

Отмечалось, что под руководством Президента нашей страны большое значение придается созданию условий и гарантий, расширению налоговых и таможенных льгот для субъектов малого бизнеса и частного предпринимательства, защите их законных прав и интересов. Указ главы нашего государства «О мерах по обеспечению надежной защиты частной собственности, малого бизнеса и частного предпринимательства, снятию преград для их ускоренного развития» от 15 мая 2015 года служит важным руководством к действию для расширения масштабов этой работы.

В соответствии с указом плановые проверки финансово-хозяйственной деятельности субъектов предпринимательства охватывают только период, следующий за последней плановой проверкой. Субъектам предпринимательства предоставляется возможность исправить в ходе проверок допущенные ошибки, предотвращая тем самым приостановление их деятельности или ликвидацию.

В Юнусабадском районе зарегистрировано более 7 тысяч субъектов предпринимательства, в том числе 6 тысяч представителей малого бизнеса. Наряду с такими крупными предприятиями, как «Zenit Elektroniks», «Rauphon», «Новофарма плюс», «Elsun-Sharob», «O'zbekenergota'mir», «Алким Текстиль», свой вклад в социально-экономическое развитие района вносят и субъекты малого бизнеса.

Все более возрастает роль малого бизнеса в социально-экономическом развитии. По данным хокимията района, в 2014 году субъектами малого бизнеса произведено 66,7 процента промышленной продукции, на долю этого сектора пришлось 41,5 процента услуг, 79,1 процента грузоперевозок, 86,9 процента пассажирских перевозок и 85 процентов строительных работ. В результате 65,2 процента из почти 10 тысяч новых рабочих мест были созданы в сфере малого бизнеса и частного предпринимательства, сообщает УзА.

В ходе встречи ответственные сотрудники ведомств и организаций ответили на вопросы предпринимателей.

На мероприятии выступил хоким города Ташкента Р. Усманов.

Б. БАЗАРОВ.

принимательства, социальное партнерство органов самоуправления граждан и общественных организаций послужили важным фактором успешной реализации проекта.

– Данный проект вносит вклад в создание новых рабочих мест для женщин, расширение их возможностей на получение прибыли, повышение занятости населения, – отметил президент агентства «Формалер» при Миланской торгово-промышленной, ремесленной и сельскохозяйственной палате Умберто Беллини. – Мы намерены реализовать с узбекскими партнерами еще множество проектов.

Также речь шла о льготах и возможностях, созданных в нашей стране для широкого вовлечения женщин, в частности, выпускниц профессиональных колледжей, в предпринимательскую деятельность. Состоялся обмен мнениями по вопросам дальнейшего расширения международного сотрудничества, разработки и реализации совместных проектов.

На конференции выступила заместитель Премьер-министра Республики Узбекистан, председатель Комитета женщин республики Э. Баситханова.

Ирода УМАРОВА,
корр. УзА.

В СТРАНЕ

● В Навои состоялся семинар, посвященный изучению и разъяснению сути и значения Указа Президента страны «О мерах по обеспечению надежной защиты частной собственности, малого бизнеса и частного предпринимательства, снятию преград для их ускоренного развития» от 15 мая нынешнего года. В рамках мероприятия коммерческими банками была организована выставка банковских услуг для представителей малого бизнеса.

● В первом квартале текущего года в Джизакской области осуществлен экспорт продукции и услуг на 3 миллиона 800 тысяч долларов США.

● В Кашкадарьинской области состоялось мероприятие, посвященное вопросам обеспечения занятости женщин, широкого вовлечения их в предпринимательскую деятельность, оказания им всемерной поддержки.

● Зерноводы Ферганской области вырастили богатый урожай на 112 500 гектарах земли. В настоящее время активно продолжается работа по уборке урожая без потерь и в сжатые сроки.

● В Намангане открылся Центр общения «Золотое наследие», возведенный Наманганским областным отделением Международного благотворительного фонда «Олтин мерос» при поддержке спонсоров.

В МИРЕ

● Власти столицы Чили Сантьяго объявили чрезвычайной экологической положение в связи с сильным смогом в городе. Качество воздуха в мегаполисе достигло критических показателей в связи с практическим отсутствием движения воздушных масс. Временно закрыты крупные промышленные предприятия, введен частичный запрет на пользование личным автотранспортом.

● На юг Китая обрушился тайфун «Куджира», сформировавшийся в Южно-Китайском море из восьмидесяти километрового шторма. Скорость ветра в эпицентре тайфуна – около 65 километров в час. Власти Китая оповестили население об опасности судоходства в районе удара стихии.

● Из-за атаки хакеров в аэропорту Варшавы отменены десятки внутренних и международных рейсов. Злоумышленники спровоцировали аварию системы, отвечающей за регистрацию пассажиров. Пострадали более 1,4 тысячи пассажиров.

● В американском городе Куэро, штат Техас, произошел взрыв газопровода. Местные жители были эвакуированы, информации о жертвах и пострадавших нет. Ведется расследование происшествия.

● В Индии необычно отметили День йоги, проведя крупнейшую тренировку. В Нью-Дели на массовое занятие вышли 35 тысяч человек. Среди них – школьники и студенты, госслужащие и все любители активного образа жизни. Эта тренировка претендует на занесение в Книгу рекордов Гиннеса как самая многочисленная по йоге в мире.

ПОДДЕРЖИВАЕТСЯ ЖЕНСКОЕ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО

В столице состоялась международная конференция, посвященная вопросам оказания социальной помощи семьям в создании источников постоянного дохода, в которой приняли участие представители министерств и ведомств, негосударственных и международных организаций, аккредитованного в нашей стране дипломатического корпуса.

Под руководством Президента Ислама Каримова особое внимание уделяется защите прав и интересов женщин, повышению их социально-экономической активности, поддержке устремлений и инициатив. В результате повысилась их уверенность в себе, роль в жизни страны. На сегодняшний день 35 процентов предпринимателей составляют женщины.

Полученные в школе знания девушки укрепляют в колледжах. Наряду с получением качественного образования они овладевают минимумом профессиями. После окончания колледжа трудоустраиваются либо открывают собствен-

ное дело и находят свое место в обществе, приносят своей семье прибыль, а обществу – пользу.

Реализуется ряд международных проектов, направленных на развитие предпринимательских навыков у женщин. Проект «Новые программы социальной помощи по расширению возможностей получения дохода для уязвимых семей», реализованный в рамках Программы партнерства Европейского Союза в области институционального развития, осуществляемого совместно Комитетом женщин Узбекистана, агентством «Формалер» при Миланской торгово-промышленной, ремесленной и сельскохозяй-

ственной палате (Италия), Фондом социальных инноваций (Литва), Ассоциацией «Женщины за диалог и образование» (Испания) – из их числа.

Данный проект реализован в пяти малых Ташкента, Ташкентской и Сырдарьинской областей. В его рамках для женщин проведены учебные занятия по основам предпринимательства, даны консультации по составлению бизнес-плана и микрокредитованию, а также налаживанию предпринимательской деятельности.

На конференции отмечалось, что созданные в Узбекистане правовые основы поддержки и стимулирования пред-

Узбекистана проходят творческие практические занятия для талантливой молодежи от знаменитых художников, искусствоведов.

✓ Торгово-промышленная палата Республики Узбекис-

тан провела в Ташкенте «круглый стол», посвященный вопросам совершенствования подготовки и повышения квалификации специалистов гостиничного и ресторанного бизнеса.

ОДНИМ АБЗАЦЕМ

По сообщениям информационной службы Ташгорхокимията и наших корреспондентов.

✓ В Ташкентском профессиональном колледже связи состоялась встреча учащихся с руководством кафедры Академии

МВД Республики Узбекистан, знаменитыми спортсменами, защищавшими честь страны на мировых аренах, приуроченная к месячнику борьбы с наркоманией.

✓ В Доме творчества «Октош» при Академии художеств



ГАРМОНИЧНО РАЗВИТАЯ МОЛОДЕЖЬ ВЕЛИКОЙ СТРАНЫ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

На фестивале, прошедшем в Хорезмской области, наша команда заняла первое место, – говорит студентка Ургенчского государственного университета Юлдуз Бабаджанова. – Это стало лично для меня стимулом к завоеванию новых рубежей. Я веду исследовательскую работу по математическому моделированию движения крови в сосудах, что позволит повысить эффективность ранней диагностики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний. Отрадно, что специалисты сферы признали перспективность моих изысканий. На этой выставке я показала первые результаты исследований. Наш долг – быть достойными оказываемой главой нашего государства огромной заботы и внимания о гармоничном развитии молодежи.

В рамках фестиваля пройдут научно-практическая конференция «Вопросы воспитания гармонично развитого поколения в Узбекистане», беседа за «круглым столом» на тему «Роль молодежи в развитии дома «Uz», встреча молодежи с представителями органов государственной власти, республиканский этап турнира «Мунозара». В Сингапурском институте развития менеджмента в Ташкенте будут организованы мастер-классы «Дипломатический этикет», «Социальные сети и правильное пользование ими», «Оценка собственных возможностей (психологический тренинг)», «Деструктивные организации и защита от них», «Секреты успешной карьеры».

Кроме того, участниками фестиваля ждет большая культурная программа. Они побывают на спектакле Узбекского Национального академического драматического театра «Не отдайся от родной земли», покажут художественный фильм «Шункорлар», конкурсе «Веселье и находчивые», футбольный шоу «Кубок «Камолот», концертах с участием известных артистов, а также совершат экскурсию по достопримечательностям столицы.

В рамках студенческого фестиваля будет проведен ряд проектов по обогащению знаний и кругозора молодежи, воспитанию ее в духе национальных и общечеловеческих ценностей. Ведь построить великое государство способна только та молодежь, которая обладает высоким интеллектуальным потенциалом и высокопрофессиональным уровнем, живет во имя страны и народа.

Дилшод КАРИМОВ.

Фото О. МИРСОАТОВА (УзА).

Страхование играет важную роль в обеспечении социальной защиты населения и широком привлечении инвестиций в экономику. Масштабные меры по развитию этой сферы, совершенствование законодательства о страховой деятельности укрепляют доверие населения к страховым компаниям.

В нашей стране наряду с добровольным личным страхованием развивается система обязательного страхования. Это способствует защите социально-экономических интересов граждан, а также интересов предприятий, организаций и государства.

Опубликованный 27 мая 2015 года Закон Республики Узбекистан «Об обязательном страховании гражданской ответственности перевозчика» стал важным шагом на пути развития данной сферы, подыма на качественно новый уровень отношений на страховом рынке.

Закон состоит из 6 глав, 26 статей, при его разработке был проведен подробный анализ международных правовых норм. Изучение зарубежного опыта показало, что для полной защиты интересов пассажиров вместо обязательного личного страхования пассажиров применяется механизм страхования гражданской ответственности перевозчика перед пассажирами. Аналогичные законы приняты в США, практически во всех странах Европейского Союза, Канаде, Японии, которыми внедрена система обязательного страхования гражданской ответственности перевозчика.

Новым законом предусмотрена практика обязательного страхования гражданской ответственности перевозчика. Это гарантирует возмещение ущерба жизни, здоровью и собственности пассажиров, нанесенного в процессе перевозки на всех видах транспорта по территории Республики Узбекистан.

До принятия этого закона страховая защита возмещения ущерба, нанесенного жи-

Значение нового закона

СОВЕРШЕНСТВУЕТСЯ СТРАХОВАЯ ЗАЩИТА

но и здоровью пассажиров, обеспечивалась принятым 7 мая 1993 года Законом «Об обязательном личном страховании пассажиров воздушного, железнодорожного, внутреннего водного и автомобильного транспорта общего пользования». Однако указанный нормативно-правовой акт не в полной мере обеспечивал надлежащий уровень гарантий по возмещению ущерба, нанесенного пассажирам.

Новым законом устранены пробелы и недостатки, имевшие место в прежнем документе. Важным новшеством является то, что определен правовой статус перевозчика, согласно которому им является юридическое лицо, оказывающее на коммерческой основе услуги по перевозке пассажиров и их имущества городским пассажирским, железнодорожным, воздушным, автомобильным, речным и другим транспортом и имеющее на это специальное разрешение.

Кроме того, определено, что условия договора обязательного страхования гражданской ответственности перевозчика и порядок его заключения устанавливаются Кабинетом Министров Республики Узбекистан, внесены уточнения по срокам его действия,

страховым взносам, порядку разрешения конфликтов. Теперь пассажир, потерпевший и выгодоприобретатель имеют право бесплатно получать у перевозчика необходимую информацию об условиях договора обязательного страхования гражданской ответственности перевозчика и о страховщике.

Исходя из принципа приоритета прав и законных интересов граждан определены отдельные требования к страховщикам. В частности, страховщик должен иметь соответствующую лицензию. В свою очередь, страховщик должен иметь в Республике Каракалпакстан, областях и городе Ташкенте свои филиалы, уполномоченные на заключение договора обязательного страхования гражданской ответственности перевозчика, рассмотрение требований перевозчиков, потерпевших и выгодоприобретателей о страховом возмещении и осуществление страхового возмещения.

Между страховщиками, имеющими право осуществлять обязательное страхование гражданской ответственности перевозчика, должно быть составлено письменное соглашение о создании страхового партнерства. Это требование защищает права перевоз-

Недавно я ездил на Куйлюкский рынок, и в маршрутке со мной сидели три парня. Из разговора понял, что они ехали на моторный завод.

Выпускник-2015

БОЛЬШИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

Несколько лет назад мой старший брат, закончив колледж, начал работать на этом заводе автомобильных двигателей, – сказал Сардор. – Честно говоря, тогда я позавидовал ему. Вскоре после окончания колледжа я тоже буду работать на этом крупнейшем предприятии нашей страны, где прошел учебную практику.

По данным Международной организации труда, молодежь по всему миру сталкивается со множеством проблем при поступлении на работу. За последние 20 лет в мире безработица среди молодежи увеличилась втрое по сравнению с представителями старшего поколения.

В подобных условиях проводимая в нашей стране работа по трудоустройству молодежи вызывает восхищение не только наших соотечественников, но и иностранцев.

Более 60 процентов населения Узбекистана составляет молодежь. Динамично развиваются малый бизнес и частное предпринимательство, идет техническая и технологическая модернизация производства, что способствует созданию почти 1 миллиона новых рабочих мест ежегодно. Стоит отметить, что около 500 тысяч трудоустроенных являются выпускниками профессиональных колледжей.

В соответствии с разработанной по инициативе Президента Ислама Каримова Национальной программой по подготовке кадров в профессиональных колледжах учащиеся наряду с получением общих знаний приобретают несколько специальностей, востребованных на рынке труда, что полностью гарантирует дальнейшую занятость выпускников.

По данным Республиканского центра среднего специального, профессионального образования, в нынешнем году 1403 профессиональных колледжа страны закончат 482 598 юношей и девушек. Более чем 475 тысяч выпускников уже заключили договоры о трудоустройстве, этот процесс продолжается.

В трудоустройстве выпускников заинтересованы сами предприятия и организации. Это является результатом растущего профессионального уровня и мастерства выпускников благодаря повышению качества образования, а также расширению льгот, предоставляемых работодателями, заключившим трудовой договор с молодежью.

«Недавно у пункта «Раупет» прочитал объявление о приеме на работу выпускника колледжа. Руководитель пункта – частный предприниматель Обид Ходжамов сказал, что прием на работу выпускников колледжа является возможностью не только получить квалифицированных специалистов, но и воспользоваться налоговыми льготами для предпринимателей, трудоустроивших выпускников.

В соответствии с Указом главы нашего государства «О мерах по обеспечению надежной защиты частной собственности, малого бизнеса и частного предпринимательства, снятию преград для их ускоренного развития» от 15 мая 2015 года определен порядок, в соответствии с которым с 1 июля нынешнего года индивидуальные предприниматели освобождаются от уплаты фиксированного налога на нанятых выпускников профессиональных колледжей в течение двенадцати месяцев с даты окончания ими колледжа. Эта льгота также способствует повышению вклада предпринимателей в обеспечение занятости выпускников.

Уделяемое особое внимание вовлечению выпускников в предпринимательскую деятельность, применение льгот по кредитованию и налогообложению в последние годы увеличивают число выпускников, желающих заняться бизнесом после учебы.

В 2014 году в коммерческие банки за кредитами обратились более 33 тысяч юношей и девушек, почти 20 тысячам из них выделены кредиты в общей сложности на 118,5 миллиарда сумов.

С целью повышения предпринимательских знаний и навыков выпускников, оказания им правовой помощи Центральным банком Республики Узбекистан, Торгово-промышленной палатой и общественным движением молодежи «Камолот» проводятся регулярные учебные семинары.

В соответствии с постановлением Кабинета Министров Республики Узбекистан «О дополнительных мерах по дальнейшему совершенствованию системы трудоустройства выпускников профессиональных колледжей» от 10 марта 2015 года в нынешнем году коммерческими банками намечено выделить 250 миллиардов сумов льготных кредитов для выпускников.

Выпускник Ташкентского профессионального колледжа коммерции Хасан Шомакудов, как и многие его сверстники, хочет воспользоваться этими удобствами и организовать свой бизнес.

– В ходе учебы в колледже я старался всесторонне укрепить теоретические знания о предпринимательстве, – говорит Хасан. – Подумав, решил разработать бизнес-план, касающийся переработки бумажных отходов и производства готовой продукции. В настоящее время оформлю льготный кредит в банке.

Отрадно, что сегодня на каждом шагу можно встретить мыслящих по-новому, идущих в ногу со временем юношей и девушек. Это свидетельствует о том, что выпускники профессионального колледжа – это не только обладатели среднего специального образования, но и начинающий специалист, четко представляющий свое будущее.

УзА.

РАЗВИВАЯ СОТРУДНИЧЕСТВО В СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЕ

В Международном неправительственном благотворительном фонде (МНБФ) «Соглом авлод учун» прошла встреча руководства фонда с послом Федеративной Республики Германии в Республике Узбекистан Найтхартом Хёфер-Виссингом.

В ходе встречи председатель правления МНБФ «Соглом авлод учун» Светлана Инамова ознакомила гостя с деятельностью фонда, в частности, в области его международного сотрудничества.

Особое внимание при этом было обращено на плодотворное сотрудничество МНБФ «Соглом авлод учун» с международной гуманитарной организацией «Friedensdorf International» (Германия), партнерство с которой осуществляется уже на протяжении 13 лет.

В ходе встречи была достигнута договоренность о дальнейшем сотрудничестве в сфере оздоровления больных детей из Республики Узбекистан и Республики Кыргызстан в клиниках Германии.

Посол Германии высказал свою благодарность за организацию данной встречи, а также за эффективное и плодотворное сотрудничество.

Напомним, что очередная акция с участием «Friedensdorf International» проходит в Узбекистане с 19 по 24 июня т.г. В Ташкенте, Бухаре, Карши, Самарканде и Джизаке организован осмотр детей, нуждающихся в лечении с целью их последующего выезда в клиники Германии.

ПОДДЕРЖИВАЯ ПРОЦЕССЫ ЛОКАЛИЗАЦИИ

В настоящее время акционерный коммерческий банк (АКБ) «Узпромстройбанк» в рамках Программы локализации предоставляет услуги почти 20 предприятиям, включенным в эту программу.

Эта работа ведется в соответствии с Постановлением Президента Узбекистана от 4 февраля 2014 г. «О Программе локализации производства готовой продукции, комплектующих изделий и материалов в 2014–2016 годах».

В 2014 г. для налаживания производства продукции данным предприятиям были выделены средства в объеме 161 млрд. сумов на закупку оборудования и сырья.

В I квартале т.г. АКБ «Узпромстройбанк» выделено 37 млрд. сумов кредитных средств таким пяти предприятиям. В частности, ООО «Саноат гилам» за счет кредита в 2 млрд. сумов начало производство полипропиленовой нити, а АО «Узкабель», получив 5 млрд. сумов кредитных средств, расширило производство.

По словам руководителя ООО «Bunyodkor-Nur» Орифа Исмоилова, с целью дальнейшего развития бизнеса в «Узпромстройбанке» был взят льготный кредит сроком на 3 года. На эти средства закуплено современное, эффективное оборудование и создано более 40 новых рабочих мест.

У МАХАЛЛИ ПОЯВИЛАСЬ ЭЛЕКТРОННАЯ СИСТЕМА

Узбекскими специалистами разработана информационная система органов самоуправления «Elektron mahalla».

Предложенная система, по данным Агентства по интеллектуальной собственности, предназначена для автоматизации деятельности органов самоуправления по безбумажной технологии.

Система также автоматизирует социально-экономические задачи органов самоуправления, используя информационные и коммуникационные технологии в социальной жизни граждан, развивает телекоммуникационную инфраструктуру в махаллях.

Информационная система «Elektron mahalla» автоматизирует следующие задачи органов самоуправления: формирование и использование местных информационных ресурсов; сотрудничество органов самоуправления с гражданами, юридическими лицами, социальными и политическими организациями с помощью телекоммуникационных сетей; обмен информацией с органами государственного управления.

Система функционирует в среде Интернет, кроме того, ее можно использовать автономно на отдельном компьютере.

НИА «Туркистон-пресс».

Малый бизнес в большой экономике

С УЧЕТОМ ИНТЕРЕСОВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ

В результате проводимых реформ в стране среди производителей формируется здоровая конкурентная среда, повышаются требования и потребительская культура населения к качественной продукции. Поэтому производители уделяют внимание расширению ассортимента продукции, которая пользуется большим спросом.

В Алмазарском районе в настоящее время действует около пяти тысяч предпринимательских структур. В их числе ООО «FAVORIT MILK FOOD», возглавляемое молодым скромным человеком – Абдуллою Алимовым.

За несколько лет после открытия ООО здесь налажено современное производство и бесперебойная поставка в торговую сеть пользующейся популярностью среди детворы и взрослых молочной продукции. Она

привлекает покупателей высоким качеством, приятным вкусом и доступной ценой. Многие считают, что она составила достойную конкуренцию другим отечественным и зарубежным производителям продукции молочной отрасли. Не зря на состоявшемся районном этапе смотра-конкурса «Ташаббус-2015» оно вошло в число лидеров. В обществе с ограниченной ответственностью трудятся восемь специалистов. Оборудование российского производства позволяет им обеспечивать

объем производства молочной продукции десяти наименований. Используются стопроцентные натуральные добавки. Ассортимент с различной степенью жирности достаточно разнообразен. Это биокефир, очищающий от шлаков и токсинов, сливки, сметана – энергетически ценные и калорийные, йогурты семи разновидностей – питьевой, с фруктовыми наполнителями и др. Мощности современных технологических линий позволяют выпускать молочной продукции до двух тонн в день в современной, разновесовой упаковке и таре на любой вкус.

Открывшаяся широкая дорога перед деловыми людьми, тесное сотрудничество с фермерским хозяйством из Зангиатинского района столичной области позволило коллективу задуматься о нескольких усовершенствованных в технологическом процессе видах продукции, открытии дополнительной линии по выпуску газированных сыров, творожно-фруктово-шоколадной сырной массы. Расширение производства и ассортимента значительно увеличит число рабочих мест. Планируется трудоустроить выпускников профильных учебных заведений.

И. КОГАН.

Образование: национальная модель

В ПОМОЩЬ АБИТУРИЕНТАМ

Лето в самом разгаре, но многим выпускникам профессиональных колледжей и академических лицеев совсем не до отдыха. Они усердно готовятся к поступлению и тестированию в высшие учебные заведения столицы. Для того чтобы облегчить это ответственное в их жизни мероприятие, на портале Ziyonet открылся новый раздел «Абитуриент», предоставляющий необходимую информацию и возможность пройти тестирование для поступающих в вузы.

Здесь можно посмотреть вузы не только по Ташкенту, а также по всем регионам Узбекистана. Имеется информация «Проходные баллы за прошлый год» — по всем высшим учебным заведениям, к тому же по всем специальностям показано количество абитуриентов, конкурс на одно место и проходные баллы для бюджетного (грант) и контрактного видов обучения.

Также можно ознакомиться, по каким направлениям готовит специалистов выбранный вуз (в разделе «Вузы и специальности»), и наоборот, какие вузы готовят по выбранной специальности (в «Каталоге специальностей»).

В разделе «Пособие для абитуриента» можно посмотреть и скачать льготы, требования во время тестирования и образцы заполнения бланков. А в разделе «Документы для сдачи в вуз» ознакомиться с перечнем документов, необходимых для подачи в вуз перед поступлением. В разделе «Видеоролики» можно посмотреть клипы, показывающие, как правильно заполнять документы для подачи в вуз.

И самый интересный и полезный подарок абитуриентам — возможность пройти тестирование в условиях, приближенных к реальным, с отсчетом времени. Вопросы для тестов, также близкие к реальным, взяты из сборников прошлых лет и других источников. Пройти тестирование можно неоднократно, отмечая свой интеллектуальный рост. Можно перед тестированием выбрать вуз и после прохождения тестирования

получить информацию о вероятности поступления в выбранный вуз и рекомендации других вузов или просто пройти тестирование по одной выбранной дисциплине.

— Я с радостью воспользовалась возможностью пройти предварительное тестирование дома на персональном компьютере в образовательной информационной сети Ziyonet, — говорит выпускница Мирзо-Улугбекского профессионального промышленного колледжа Карина Хасанова. — Готовлюсь поступать в Ташкентский государственный экономический университет, это очень ответственный шаг в моей жизни. Конечно, я волнуюсь, а с помощью данной услуги я проверяю свои знания и становлюсь более уверенной в своих силах.

Национальная общественная образовательная информационная сеть Ziyonet содействует внедрению в систему образования широкого комплекса информационно-коммуникационных услуг для молодежи республики.

Портал информационной образовательной сети Ziyonet включает в себя всю необходимую информацию для молодежи, преподавателей, а также других слоев населения и представляет собой комплекс удобных инструментов, необходимых для получения интересующей информации, приобщения к современным навыкам в сфере IT, общения и обмена опытом и многого другого.

Л. ГРЯЗНОВА.



В ожидании абитуриентов.

Фото Е. ШАМСИДИНОВА (УзА).

Государственная молодежная политика – в действии

СОСТЯЗАНИЕ ЗНАТOKOВ

В столице стартовал завершающий этап Республиканского интеллектуального конкурса «Состязание знаний-2015» среди учеников общеобразовательных школ. В нем участвуют победители территориальных этапов.

Министр народного образования Республики Узбекистан У. Иноятов и другие отметили, что под руководством Президента Ислама Каримова вопрос воспитания молодого поколения с высоким интеллектуальным потенциалом, богатостью определен в качестве приоритетного направления государственной политики.

В стране созданы все условия для всестороннего образования и интересного отдыха молодежи. Царящая в нашей стране мирная и спокойная жизнь, оказываемые молодому поколению безграничная любовь и внимание еще более повышают интерес к учебе.

Ребята, достигшие высоких результатов в состязании знаний, смогут отдохнуть в лагере интеллектуального развития «Кубъшли» в Бостанлыкском районе Ташкентской области, сообщает УзА.

Н. УСМАНОВА.

Крепкая семья, которую наш народ считает священной, рождение здоровых детей, их воспитание полезными для общества людьми с высоким потенциалом – все это зависит во многом от того, насколько здоровы во всех отношениях сами родители.

Сегодня наша молодежь осознала всю полноту и важность прохождения медицинского обследования перед вступлением в брак.

Под руководством Президента нашей страны уделяется особое внимание оказанию населению квалифицированной медицинской помощи, защите интересов человека, обеспечению здоровой и долгой жизни граждан, рождения и воспитания здоровых детей.

На основе постановления Кабинета Министров Республики Узбекистан «Об утверждении Положения о медицинском обследовании лиц, вступающих в брак» от 25 августа 2003 года в действующих на местах многопрофильных центральных поликлиниках созданы все необходимые условия для проведения обязательного полного медицинского обследования лиц, вступающих в брак. При этом установлено тесное взаимодействие с соответствующими районными и городскими диспансерами.

В Мирзо-Улугбекском районном медицинском объединении столицы также уделяется особое внимание укреплению здоровья молодежи, предупреждению ранних и родовых браков, широкому привлечению

юношей и девушек к углубленному медицинскому обследованию перед вступлением в брак.

— Мы хотим, чтобы юноши и девушки, приходящие к нам на прием, глубоко осознали слова великого Ибн Сино: «Здоровье – это

наследственность, проведена соответствующая разъяснительно-оздоровительная работа. Это показывает, насколько важную роль играет углубленное медобследование в создании крепкой и здоровой молодой семьи.

Здоровая мать – здоровый ребенок

ОСНОВА СОЗДАНИЯ ЗДОРОВОЙ И КРЕПКОЙ СЕМЬИ

«Здоровое тело и здоровый дух», — говорит врач Джумагуль Джураева. — Сегодня молодежь проходит медицинское обследование не просто ради формальности. Она понимает, что не только получает полную информацию о своем здоровье, но и создает надежную основу для здоровья своих будущих детей.

По данным районного медицинского объединения, с начала этого года прошли углубленное медицинское обследование уже около тысячи женихов и невест. В семи случаях выявлены факторы, отрицательно влияющие на

Заклучения медицинского учреждения о результатах медицинского обследования лиц, вступающих в брак, направляются в районные отделы загса. Молодые пары знакомятся с данными о состоянии здоровья друг друга.

— Считаю, что болезнь лучше предупредить, чем лечить, — говорит Темур Юнусов. — Поэтому внимательно ознакомился с результатами медицинского обследования. Я хорошо осознаю, что это важно для здоровья моих будущих детей.

Молодым парам, прошедшим соответствующее обследование,

рекомендуется также пройти проверку у специалистов узкого профиля, полученные результаты прилагаются к справке. Сформирована система постоянного мониторинга результатов такой работы.

— Специалистами, работающими в семейных поликлиниках нашего района, среди населения ведется постоянная информационно-разъяснительная работа о здоровом образе жизни, — говорит главный врач районного медицинского объединения Шахло Исамухамедова. — Людям дается подробная информация о заболеваниях, влияющих на репродуктивное здоровье, важных факторах рождения и воспитания в семье здоровых детей, правилах личной гигиены, подготовке молодежи к семейной жизни. Результаты такой работы находят свое яркое отражение в активном прохождении лицами, вступающими в брак, медицинского обследования, повышении их ответственности за свое будущее, судьбу своих будущих детей.

Проекты, реализуемые в медицинских учреждениях, служат важным фактором осуществления такой благородной идеи, как создание здоровой и крепкой семьи, появление на свет здоровых детей.

Барно МЕЛИКУЛОВА,
корр. УзА.

в духе острой состязательности. После долгой и упорной борьбы победу одержал капитан команды «Лидеры» курсант А. Мусретов.

Проведенная викторина способствовала повышению интереса курсантов к изучению русского языка и совершенствованию навыков устной речи. В ее ходе участники продемонстрировали не только хорошие знания, но и немалые таланты. Так, курсанты А. Норов и И. Баходиров мастерски исполняли сложные музыкальные композиции на гитаре и баяне, а курсант А. Исмоилов умело вел все мероприятие, проявив отличные организаторские и ораторские способности.

Подводя итоги викторины, председатель жюри полковник Ш. Ахмедов объявил, что по итогам четырех туров победила команда «Лидеры». Он вручил командам дипломы, поблагодарил всех участников викторины за хорошие знания и пожелал им дальнейших успехов.

Г. АБДУЛЛАЕВА,
преподаватель кафедры
языков Ташкентского высшего
общеобразовательного командного училища.

Постановление и его исполнение

ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ — ВАЖНЫЙ ФАКТОР ДОЛГОЛЕТИЯ

Как говорил великий ученый Абу Али ибн Сино в своих учениях, кто хочет прожить долгую и здоровую жизнь, должен прежде всего соблюдать режим питания, уделять внимание качеству и количеству потребляемой пищи.

Эти заключения нашли свое полное подтверждение и в современной медицине. По сведениям Всемирной организации здравоохранения, причиной многих заболеваний является неправильное питание. Так, именно эта проблема является основным фактором возникновения ожирения, анемии, сахарного диабета, заболеваний сердечно-сосудистой системы, печени и почек.

Как отмечают специалисты, на сегодняшний день 7 процентов населения земного шара страдает от ожирения, являющегося следствием нерационального питания. В результате чрезмерного прибавления веса многие люди уже в молодости страдают различными болезнями, теряют трудоспособность.

Тревожно, что эта проблема оказывает отрицательное влияние не только на здоровье взрослых, но и детей. Выявлено, что в настоящее время вес около 180 миллионов детей и подростков в несколько раз превышает их возрастную норму. В некоторых странах 25 процентов подростков страдают от лишнего веса, 15 процентов — от ожирения.

Есть и другая сторона вопроса. Почти каждый восьмой житель нашей планеты из-за недооценки страдает от дефицита основных микроэлементов и витаминов.

Воспитание здорового и гармонично развитого поколения, повышение благосостояния народа, насыщение рынка экологически чистыми и качественными продуктами отечественного производства, обеспечение продовольственной безопасности являются одними из приоритетных направлений реформ, осуществляемых под руководством Президента Ислама Каримова.

Благодаря уделяемому особому вниманию модернизации экономики, развитию пищевой промышленности и сельского хозяйства, расширению масштабов использования передовых научных достижений и современных технологий в сфере растут объемы производства экологически чистой продукции, улучшается ее качество.

В нашей стране объемы производства сельскохозяйственной продукции увеличились более чем в два раза. В результате в несколько раз возросло потребление мясных, молочных изделий, картофеля, овощей, фруктов и других продовольственных товаров. Например, на сегодняшний день в нашей стране на душу населения приходится почти 300 килограммов овощей, 75 килограммов картофеля и 44 килограмма винограда, сообщает УзА. Это в три раза больше оптимальной нормы потребления.

Уделяется особое внимание и рациональному использованию этих полезных даров природы, формированию культуры правильного и рационального питания в семьях. Совместно государственными и общественными организациями, медицинскими учреждениями реализуются медико-пропагандистские проекты в этом направлении.

В целях обеспечения здорового питания населения, особенно молодого поколения, реализуются программы сапленментации, направленные на насыщение продуктов полезными веществами, вскармливании новорожденных грудным молоком, выдачу беременным женщинам бесплатных поливитаминов, предупреждение дефицита микроэлементов среди детей. Такие широкомасштабные мероприятия оказывают положительное воздействие на улучшение здоровья населения, в частности детей. Так, например, за последние 10 лет количество детей, вес которых ниже нормы, уменьшилось более чем в 2 раза (с 4 до 1,8 процента), их рост в среднем увеличился на 3 сантиметра, уровень заболевания женщин анемией сократился в 2,5 раза.

Достигнутые в нашей стране успехи в этом направлении и накопленный опыт были особо признаны международными экспертами на международной конференции на тему «О важнейших резервах реализации продовольственной программы в Узбекистане», проведенной в столице по инициативе главы нашего государства 5-6 июня 2014 года.

В постановлении Кабинета Министров Республики Узбекистан «О дальнейшем совершенствовании реализуемых мер в области здорового питания населения Республики Узбекистан» от 25 апреля 2015 года определены приоритетные задачи по совершенствованию этой работы.

В постановлении также определен ряд задач, по расширению мероприятий, направленных на развитие здорового образа жизни и рационального питания среди населения. Врачами Республиканского института здоровья и медицинской статистики, его структур на местах, лечебно-профилактических учреждений, семейных поликлиник и сельских врачебных пунктов совместно с государственными и общественными организациями реализуются масштабные проекты в этой области.

— Правильное питание полезно не только для здоровья человека, но и для его мировоззрения, психологического состояния, — говорит заместитель директора Республиканского института здоровья и медицинской статистики Гульбахор Абдуллаева. — Каждый человек наряду с полным соблюдением правил санитарии и гигиены также должен хорошо знать правила питания, контролировать количество и время употребления пищи, процесс ее переваривания, то есть прислушиваться к своему организму. К сожалению, не все следуют этим правилам. Некоторые родители понимают под рациональным питанием употребление высококалорийной пищи. Это становится причиной возникновения проблем, связанных со здоровьем. Для предупреждения таких случаев каждый должен беречь и ценить свое здоровье, объяснять это своим детям, своевременно проходить медико-профилактический осмотр, соблюдать принципы здорового образа жизни.

Действительно, крепкое здоровье и долгая жизнь напрямую зависят от правильного питания, другими словами, культуры питания. Поэтому каждый человек несет ответственность за свое здоровье и здоровье близких ему людей.

Бахор ХИДИРОВА.

ЗНАЯ ЯЗЫКИ, ПОЗНАЕШЬ МИР

Такими словами началась викторина по русскому языку на тему «Мой край родной — Узбекистан», которая была проведена в Ташкентском высшем общеобразовательном командном училище (ТВОКУ) между командами первого курса «Лидеры» и второго курса «Патриоты». Курсанты состязались в четырех турах: «Домашнее задание», «Интеллектуальная игра», «Исполнение песни» и «Конкурс капитанов».

В состав жюри, оценивавшего выступления команд, были приглашены преподаватели военного вуза полковник Ш. Ахмедов, подполковник К. Абдусаттаров, капитан Т. Мирзаев, заведующий кафедрой языков ТВОКУ Ш. Икрамов и другие. Начиная викторину, члены жюри подчеркнули важность изучения языков в будущей профессиональной деятельности каждого офицера и пожелали командам удачи.

В первом туре каждая команда творчески подошла к выполнению домашнего задания. Курсанты, рассказывая на русском языке о родном Узбекистане, использовали красочные

презентации, инсценировки, стихотворное чтение. Замечательной выразительностью чтения отличились как первокурсники В. Ан, Х. Маматкулов, Ж. Комилов, так и их соперники со второго курса Ф. Эргашев, Р. Юлдашев и А. Каюмов. Первую победу одержала команда «Патриоты».

В следующем туре курсанты отвечали на вопросы о географическом положении, достопримечательностях, знаменательных событиях и выдающихся личностях. Курсанты Ш. Мирзакибилов, Ш. Хамидов, А. Усмонов, как и все другие курсанты, показали хорошие знания. Председателю жюри полковнику Ш. Ахмедову пришлось задать ряд дополнительных вопросов, но определить лучшую команду так и не удалось. В результате во втором туре была объявлена ничья.

В последнем туре все решало состязание капитанов команд. Соревнование между курсантами А. Мусретовым и И. Баходировым на знание русских пословиц и поговорок прошло



Лето — радость детворы!

На спортивных аренах

ПО ПУТИ РАЗВИТИЯ ПАРАЛИМПИЙСКОГО ДВИЖЕНИЯ

В Узбекском государственном институте физической культуры Национальной паралимпийской ассоциации Узбекистана проведен семинар-тренинг, посвященный вопросам широкого привлечения молодежи с ограниченными возможностями к спорту. В нем приняли участие представители Ташкентского городского отделения общественного движения молодежи «Камолот» и благотворительного общественного фонда «Махалла».

Ректор Узбекского государственного института физической культуры Ш. Исроилов и другие отметили, что под руководством Президента Ислама Каримова постоянное внимание уделяется всесторонней поддержке социально уязвимых слоев населения, в частности, молодежи с ограниченными физическими возможностями, ее образованию, укреплению здоровья, профориентации по интересам и стремлениям, занятию спортом.

В соответствии с Постановлением главы нашего государства «О подготовке спортсменов Узбекистана к XXXI летним Олимпийским и XV Паралимпийским играм 2016 года в городе Рио-де-Жанейро (Бразилия)» от 25 февраля 2013 года проводится последовательная работа по пополнению перспективными спортсменами сборных команд по таким видам спорта, как легкая атлетика, пауэрлифтинг, дзюдо, плавание, стрельба, каню и фехтование.

В соответствии с постановлением паралимпийцы прикреплены к оздоровительному комплексу «Яккасарой» в Ташкенте, учебно-тренировочной базе «Янгиобод» в Ташкентской области, спортивному комплексу «Кимёгар» в Чирчике, бассейну при открытом акционерном обществе «Узметкомбинат» в Бекабаде и спортивному комплексу «Баркамол авлод» в Намангане, сообщает УЗА.

В ходе мероприятия состоялся обмен мнениями по дальнейшему развитию паралимпийского движения, широкому привлечению молодежи с ограниченными возможностями к таким видам спорта, как плавание, легкая атлетика, дзюдо и пауэрлифтинг, повышению эффективности пропаганды среди махаллинской молодежи с ограниченными физическими возможностями паралимпийских видов спорта. Специалисты и тренеры ответили на интересовавшие участников вопросы.

Н. НАСРИЕВ.

Футбольная команда Центра развития системы «электронное правительство» Узбекистана стала победителем турнира по футзалу среди команд организаций сферы ИКТ.

СПЕЦИАЛИСТЫ ПО ИКТ ОКАЗАЛИСЬ НАСТОЯЩИМИ ФУТБОЛИСТАМИ

Финальный матч состоялся в спортивном зале Ташкентского университета информационных технологий.

Еще одним финалистом турнира стала футбольная команда Специального аварийно-восстановительного управления.

Финальный матч турнира получился достаточно ярким и зрелищным и прошел в острой напряженной борьбе. Возможности соперников были явно равны, и основное время игры завершилось со счетом 3:3, не выявив явных победителей. Поэтому лидер был определен в серии послематчевых пенальти.

В результате победу одержала команда ЦРС «электронное правительство» с преимуществом в два очка — 6:4.

На втором месте — команда Специального аварийно-восстановительного управления, на третьем — Центра мониторинга.

По словам участников, они регулярно играют в футзал и очень увлечены этой игрой. Соревнования проходят на любительском уровне, но команды себя ощущают настоящими профессиональными игроками.

Как отметил капитан команды-победительницы ЦРС «электронное правительство» Эльер Рахманов, футболистам очень помогла их вера в победу и удачу, что позволило получить в финале турнира три важных очка. При этом это было первое участие данной команды в соревнованиях.

НИА «Туркистон-пресс».

ДАВРОН КЕНДЖАЕВ ЗАВОЕВАЛ БРОНЗОВУЮ МЕДАЛЬ

На прошедшем в польском городе Вроцлаве чемпионате мира по тяжелой атлетике среди юношей молодые спортсмены Узбекистана завоевали три серебряные и одну бронзовую медали.

Ранее сообщалось, что в состязаниях спортсменов весовой категории до 63 килограммов наш перспективный тяжелоатлет, бронзовый призер II юношеской Олимпиады Адам Эргашев

завоевал три серебряные медали.

Успешное выступление Адама достойно продолжил еще один наш молодой атлет Даврон Кенджаев (105 кг). В подъеме штанги рывком он

поднял 173 килограмма и занял третье место на пьедестала почета. В толчке он одолел 195 килограммов и по итогам двоеборья показал результат 368 килограммов.

УЗА.

В Ташкентском государственном театре музыкальной комедии (оперетты) прошла премьера спектакля «Романтики». Он стал большим подарком для поклонников театрального искусства.

На театральных подмостках

ПРИЗЫВАЯ К ИСТИННЫМ ЧУВСТВАМ

— На сегодняшний день романтизм постепенно уходит от нас, — говорит директор, главный режиссер театра заслуженный работник культуры Узбекистана Сергей Каприелов. — Мы полгода готовились к этой премьере. Долгий период писались музыка, готовились декорации.

Спектакль поставлен по произведению Эдмона Ростана, французского писателя. Музыка написал Валерий Сапаров.

Главные роли играют выпускники Государственной консерватории Узбекистана Дилдора Тошматова и Константин Морозов, которые получили образование по вокальному направлению.

— Роль досталась мне нелегко, — отметил К. Морозов. — Я сам пел в хоре, и музыка близка мне, а вся пьеса в стихах. Но наш коллектив постарался, надеемся, что спектакль понравится всем.

Комедия «Романтики» утверждает простоту естественных чувств. Это романти-

ческая история о том, как два отца-вдовца решают поженить своих детей, разыгрывают ссору между собой, втягивая в это своих детей — Персине и Сильветту, чтобы развить у них светлые чувства.

— Действительно, сейчас у молодежи очень мало романтизма. И если посмотреть спектакль, может быть, молодые люди откроют для себя что-то новое, мы будем только рады, — добавила Д. Тошматова.

Скоро будет год, как юная актриса работает здесь. Ее первая роль — в спектакле «Проделки Майсары».

Главной отличительной чертой спектакля стало то, что ни хора, ни балета в нем нет, а только актеры и оркестр.

Надеемся, что спектакль понравится зрителю, позволит возродить те истинные чувства любви, присущие каждому человеку.

Джамолитдин ХАМДАМОВ.

Реклама и объявления

Филиал Московского государственного университета имени М. В. Ломоносова в городе Ташкенте

объявляет прием абитуриентов на 2015/2016 учебный год по следующим направлениям образования:

— прикладная математика и информатика;

— психология.

Прием документов осуществляется с 20 июня по 10 июля 2015 года. Перечень необходимых документов:

— копия паспорта с нотариальным переводом на русский язык;

— копия диплома;

— 8 фотографий размером 3x4 (черно-белый или цветной снимок без головного убора на матовой бумаге, сделанный в 2015 году).

При сдаче документов при себе необходимо иметь паспорт и подлинник диплома.

Вступительные экзамены проводятся с 11 по 20 июля 2015 года по следующим дисциплинам:

— на факультет прикладной математики и информатики — математика (письменно), информатика (письменно), русский язык (изложение);

— на факультет психологии — математика (письменно), биология (письменно), русский язык (изложение).

Адрес филиала МГУ: 100060, г. Ташкент, проспект Амира Темура, 22.

Телефоны для справок: 232-28-11, 232-28-22.

Время работы приемной комиссии: с 9:00 до 18:00, без выходных.

Дополнительная информация на сайте www.msu.uz

Добрые советы

О ПОЛЬЗЕ ШПИНАТА

Родиной шпината признается Персия. Там он считался «королем овощей» и деликатесом. Именно оттуда началось триумфальное шествие этого растения по всему миру. После открытия Америки шпинат попал и туда, где стал одной из популярнейших культур в рационе.

В листьях шпината огромное количество белка, большими показателями может похвастаться разве что фасоль и зеленый горошек. Кроме того, важные для организма витамины А и С сохраняются даже при длительной тепловой обработке шпината. Помимо этого, в состав шпината входят витамины Е, Н, К, РР, витамины группы В. В шпинате содержится добрая половина элементов таблицы Менделеева: кальций, калий, натрий, магний, железо, фосфор и многие другие. Каротина здесь столько, что лидирующую позицию по его содержанию шпинат уступает только моркови.

Шпинат не только наполняет организм полезными веществами, но и способствует выведению шлаков и токсинов. Клетки благодаря шпинату активнее наполняются кислородом, он способствует улучшению обмена веществ, повышает общий тонус. Для людей, образ жизни которых предполагает стрессовые ситуации, шпинат помогает восстановить душевное равновесие, увеличивает работоспособность. Употребление шпината в пищу предупреждает развитие анемии и опухолей, укрепляет стенки кровеносных сосудов, стимулирует нормальную работу поджелудочной железы и кишечника. Йод, который содержится в шпинате, оказывает крайне благотворное действие на щитовидную железу.

Наличие в составе почти всех необходимых для здоровья человека питательных веществ делает шпинат просто незаменимым в питании беременных женщин и маленьких детей. При этом шпинат прекрасно усваивается, в отличие от многих других овощей, имеющих зеленую окраску, не вызывает раздражения слизистой оболочки.

Шпинат очень часто включается в рацион как диетический продукт, так как он обладает слабительным, противовоспалительным и, как уже было сказано, тонизирующим эффектом.

Польза шпината в его составе, но, как обычно случается, в нем же кроется и вред шпината. А именно, в присутствии щавелевой кислоты, которая противопоказана людям с язвенными болезнями, а также с заболеваниями почек. В этом случае, по советам специалистов, употребление шпината должно быть ограничено.

Подготовила Л. ЛАРИНА.



Температура ночью —

19–21, днем — 36–38.

По данным службы мониторинга Уз-

гидромета, 23 и 24

июня погодные усло-

вия в Ташкенте будут

способствовать сохра-

нению вредных загряз-

няющих веществ в возду-

шной среде. Уровень за-

грязнения будет пони-

женным.

В Ташкенте 23 июня

— переменная обла-

чность, к вечеру Возможен

кратковременный дождь,

гроза. Ветер восточный

с переходом на западный,

5–10 м/сек., возможно

усиление до 15–20 м/сек.

ВЕЧЕРНИЙ Ташкент

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

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

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

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

Газета сверстана в компьютерном центре редакции.

УЧРЕДИТЕЛЬ — ХОКИМИЯТ
г. ТАШКЕНТА

Наш электронный адрес:
gazeta-vto@mail.uz

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

Способ печати — офсетный.
Формат — А-2
Объем — 2 п.л. Тираж 9239

Ответственный за выпуск
М. Черногаев

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

Главный редактор
Акмаль АКРАМОВ



Заказ Г- 603

Способ печати — офсетный.
Формат — А-2
Объем — 2 п.л. Тираж 9239
Время подписания в печать по графику: 13.00

Подписано в 13.40