



ВЕЧЕРНИЙ

ТАШКЕНТ

Газета выходит
с 1 июля
1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

№ 149 (12.962)

Цена в розницу — свободная

ТЫ НЕПОВТОРИМ, ТЫ ДОРОГ МНЕ, РОДНОЙ МОЙ УЗБЕКИСТАН!

24
УЗБЕКИСТАН

В столичном парке культуры и отдыха имени Гафура Гуляма в рамках исполнения Государственной программы «Год внимания и заботы о старшем поколении» состоялся фестиваль дружбы «Мы — единый народ!».

СТОЛИЦА: ДЕНЬ ЗА ДНЕМ



Узбекистан — наш общий дом

ГЛАВНОЕ — ДРУЖБА И СПЛОЧЕННОСТЬ

В мероприятии, организованном Республиканским интернациональным культурным центром, Союзом писателей Узбекистана и рядом организаций, приняли участие представители действующих в нашей стране национальных культурных центров, государственных и общественных организаций, писатели и поэты, активисты махаллей, ветераны труда, молодежь.

Руководитель Республиканского интернационального культурного центра Н. Мухаммадиев, председатель Союза писателей Узбекистана М. Ахмедов и дру-

гие отметили, что созданная под руководством Президента Ислама Каримова атмосфера согласия, дружбы и толерантности между представителями различных наций и религиозных конфессий служит важным фактором обеспечения в Узбекистане защиты прав и интересов человека, воспитания молодого поколения гармонично развитыми личностями, в духе уважения национальных и общечеловеческих ценностей, повышения авторитета нашей страны в мировом сообществе.

В настоящее время в нашей стране представители более ста

тридцати наций и народностей живут одной дружной семьей и эффективно трудятся на пути укрепления независимости, активного развития всех сфер жизни общества.

На фестивале в исполнении мастеров искусств, художественных, фольклорно-этнографических коллективов национальных культурных центров прозвучали песни и мелодии о мире, дружбе, укреплении атмосферы милосердия и гуманизма, защите независимости, заботе о воспитании молодого поколения.

Барно МЕЛИКУЛОВА,
корр. УзА.

Под таким заголовком в Латвии вышла статья на веб-сайте международного журнала «Открытый город».

В ней, в частности, отмечается, что современные технологии дают возможность общаться и делать бизнес, не тратя при этом деньги на билеты и перелеты. «В этом убедились латвийские и узбекские предприниматели, собравшиеся на видеоконференцию Рига — Ташкент, которую организовали журнал «Открытый город» и Торгово-промышленные палаты Латвии и Узбекистана».

«ВИДЕОМОСТ СВЯЗАЛ БИЗНЕСМЕНОВ РИГИ И ТАШКЕНТА»

«Своих узбекских коллег рижане приветствовали словами «Ассалому алайкум!» — пишет ее автор Татьяна Фаст. — В уютном зале латвийской Торгово-промышленной палаты собрались известные предприниматели, владельцы компаний и топ-менеджеры, представляющие производство, логистику, перевозки, туристическую отрасль, систему образования и медицину Латвии. Всех интересовал узбекский рынок и возможность установления прямых контактов. Кто-то уже побывал в Ташкенте, у некоторых был даже опыт сотрудничества с Узбекистаном, но большинство впервые выходило на эту деловую связь с надеждами на дальнейшее взаимодействие».

В материале автор подробно описывает аудиторию, в которой собрались участники встречи. Она отмечает, что помещение Торгово-промышленной палаты Латвии в этот день напоминало «живую телестудию». «Сноп света от прожекторов согревали не меньше, чем лето в Ташкенте. Установившаяся связь давала возможность прекрасно видеть и слышать друг друга. Латвийская аудитория расположилась амфитеатром перед двумя большими экранами: на одном шла картинка из Риги, на другом — из Ташкента. Для более наглядного знакомства почти каждый латвийский участник подготовил красочную презентацию своей компании, которую тут же на большом экране могли посмотреть ташкентские коллеги», — рассказывает латвийский журналист.

(Окончание на 2-й стр.)

СОВРЕМЕННЫЕ ДОРОГИ ВЕДУТ К НОВЫМ РУБЕЖАМ

Кардинальные преобразования, произошедшие в нашей жизни в результате проводимых в стране широкомасштабных реформ, можно увидеть и на примере развития автомобильной промышленности и дорожного строительства. Сегодня стали обычным явлением курсирующие между городами скоростные поезда, интенсивное движение автомобилей на магистралях, не только внутренние, но и международные перевозки пассажиров. Анализируя нынешние достижения, невольно перед взором встает картина прошлого. Еще четверть века назад преодоление пути от одного пункта в другой с присущими для того времени долгими ожиданиями транспорта на вокзалах и автостанциях было большим испытанием для наших людей.

Золотой мост

Исторические источники ясно свидетельствуют о важном месте Узбекистана на Великом шелковом пути, обеспечивавшем на протяжении веков торгово-экономические связи между Востоком и Западом. Сегодня, когда Великий шелковый путь вновь возрождается вследствие глобальных изменений в мировой экономике, возникновения новых путей доставки товаров на международные рынки, Узбекистан стал «золотым мостом», связывающим не только Восток и Запад, но и Север и Юг.

Через нашу страну проходят 20 международных транспортных маршрутов, в том числе международные автомагистрали «Е-40» и «Е-60», которые имеют стратегическое значение в сообщениях между странами Западной Европы и Восточной Азии.

Большое международное значение имеет и Узбекская национальная магистраль, строительство которой сегодня динамично продолжается. Национальная магистраль с удобным и коротким выходом в Россию и страны Восточной Европы на востоке через автодорогу «Ош — Кашгар» соединяется со скоростной автомобильной дорогой, строящейся в Китае по маршруту Великого шелкового пути. В будущем с этой магистралью сольются существующие ныне и запланированные дороги, которые свяжут Индийский полуостров, страны Южной Азии и Ближнего Востока, Западной Европы.

Важную роль играют и автомобильные дороги местного значения.

Динамичное развитие национальной экономики увеличивает потребность в автомобильных дорогах. По имеющимся данным, в случае 8-процентного экономи-

ческого роста объемы автомобильных грузоперевозок будут расти на 9,4 процента ежегодно. В результате к 2030 году объем грузов, перевозимых по автомобильным дорогам, увеличится в 4,6 раза.

Ровные дороги

Сосед по махалле Зиёвуддин-ака поделился впечатлениями от поездки в Бухару:

— Знакомые, услышав, что отправляюсь в путь на «Матизе», спрашивали: «Дорога дальняя, не устанете?». Но поездка прошла спокойно, без лишних забот. Этому способствовали ровные дороги. Стоит отметить и качество придорожной инфраструктуры — дорожные указатели установлены грамотно, по порядку, созданы пункты заправки, отдыха и питания. Все это придает силы и вселяет радость. Все более улучшающиеся дороги будто призывают наших людей путешествовать каждый день, посещать наши города, расцветающие с каждым днем благодаря независимости.

Действительно, широкие и ровные дороги свидетельствуют о развивающейся в Узбекистане и осваиваемой современные методы и технологии сфере дорожного строительства. Сегодня общая протяженность дорог в нашей стране составляет более 183 тысяч километров, 42,6 тысячи из которых являются автомобильными дорогами общего пользования международного, республиканского и областного значения, что говорит о масштабе дорожно-строительных работ.

(Окончание на 2-й стр.)

ОДНИМ АБЗАЦЕМ

По сообщениям информационной службы Ташгоҳиқимията и наших корреспондентов.

✓ ВЧЕРА в махалле «Бектупи» Чиланзарского района в рамках акции «Лето с «Камолот» прошли занятия в новом

кружке «Юные художники». В мероприятии приняла участие молодежь, проживающая в махалле.

✓ Ташкентское городское управление Торгово-промыш-

ленной палаты Республики Узбекистан проведет семинар, посвященный вопросам экспортного потенциала в столичных компаниях малого бизнеса и частного предпринимательства.

✓ СЕГОДНЯ в Ташкентском высшем военном техническом училище проходит мероприятие, посвященное противодействию незаконному обороту наркотиков.

XXI ВЕКА новости
вчера, сегодня, завтра

В СТРАНЕ

● В Республике Каракалпакстан качественно завершён зерноуборочный сезон и проведена вспашка освободившихся от урожая площадей. В настоящее время все хозяйства готовятся к повторному выращиванию культур.

● В Намангане состоялся «круглый стол», посвященный обсуждению законопроекта «О внесении изменений и дополнений в Закон Республики Узбекистан «О лекарственных средствах и фармацевтической деятельности». Он был организован Комитетом Законодательной палаты Олий Мажлиса Республики Узбекистан по труду и социальным вопросам.

● Молодые ученые Джизакского политехнического института совместно с коллегами Гамбургского технологического университета реализуют инновационный проект в области энергетики. Он проводится в два этапа. Первый стоимостью 62 тысячи евро предусматривает проведение экономического анализа. На второй этап, заключающийся в подготовке, установке и оценке влияния на окружающую среду автономных солнечных батарей в Узбекистане, выделено 93 тысячи евро. Срок реализации проекта 2015–2017 годы.

● С целью улучшения снабжения Алмалыка Ташкентской области питьевой водой местным подразделением предприятия «Сувокова» будет приобретено 70 единиц технологического насосного оборудования более чем на 2 млн. евро. Контракт на поставку оборудования будет заключен с компанией «Grundfos» (Дания).

● В рамках Государственной программы «Год внимания и заботы о старшем поколении» в Ферганской области с участием ветеранов проводятся духовно-просветительские мероприятия. В районах и городах пожилые люди охвачены медицинским осмотром квалифицированных врачей.

В МИРЕ

● ВЧЕРА в Париже открылась неформальная встреча по проблемам изменения климата. В числе ее участников бывший генсек ООН Кофи Аннан, президент Ирландии Майкл Хиггинс, князь Монако Альберт II. Конференция, которую называли «Саммитом совести по климату», проводится в рамках подготовки к форуму ООН. Он пройдет в конце года во французской столице. Предполагается, что на встрече будет разработано новое международное соглашение взамен Киотского протокола.

● «Беспрецедентный арсенал оружия» — так окрестила голландская полиция находку, сделанную в подвальном помещении в небольшом городке недалеко от Амстердама. 60 пистолетов, 9 ручных гранат и 36 автоматов, а также большое количество пуленепробиваемых жилетов. По подозрению в связи с находкой задержаны восемь человек.

● Французские фермеры продолжают блокировать дороги, в том числе на подъездах к некоторым достопримечательностям, таким как гора Сен-Мишель, которая по популярности конкурирует с Эйфелевой башней. Они уже не первый год требуют пересмотра закупочных цен на сельскохозяйственную продукцию. В ближайшее время правительство намерено представить пакет экстренных мер для помощи производителям мяса и молока.



СОВРЕМЕННЫЕ ДОРОГИ ВЕДУТ К НОВЫМ РУБЕЖАМ



(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Строительство дорог – затратное и трудоемкое дело, в котором ежедневно тысячи людей трудятся над разработкой инженерно-проектировочных решений, перевозкой миллионов кубометров песка, укладкой тысяч тонн щебня, асфальта, битума, – говорит заместитель начальника управления ГАК «Узавтоул» Кахрамон Хахимов. – С первых лет независимости под руководством Президента Ислама Каримова особое внимание уделяется этому вопросу, что сегодня дает свои результаты. Вместо многих дорожных фондов, действовавших в системе управления дорожным хозяйством, организован Республиканский дорожный фонд при Министерстве финансов, что играет важную роль в развитии и совершенствовании сети автомобильных дорог общего пользования.

Дорожные строители нашей страны имеют большой опыт строительства крупных мостов, современных автомагистралей для многополосного транспортного движения. В строительных работах используется современная техника таких зарубежных компаний, как «Katerpillar», «Virtgen», «Libxert», «Xamm», «Fogele», «ABG», «Daynapak», «Hitachi», «Komatsu», «Kato», «Nissan». За последние годы были реконструированы и переведены в первую категорию автомобильные дороги «Ташкент – Андижан – Ош», «Ташкент – Самарканд – Бухара», «Ташкент – Чимган – Чарвак». Расширены и отремонтированы в соответствии с требованиями к первой и второй категориям дороги «Самарканд – Карши – Термез» и «Бухара – Нукус – Кунград – Бейнау», считающиеся одними из самых интенсивных.

Важным решением устранения транспортных пробок в столице стало строительство Ташкентской малой кольцевой дороги протяженностью 32 километра, которая имеет 6–8 полос для движения и множество эстакад и развязок. На отрезке этой дороги, проходящей по Алмазарскому и Шайхантаурскому районам, построена новая улица Нурафшон протяженностью 5,1 километра, примыкающая к улицам Беруни и Осиё, связывая улицы

Фараби, Карасарай, Сагбан, Себзар и Лабзак, создала большие удобства для жителей и гостей столицы. Новый дорожный мост шириной 26 и длиной 500 метров, возведенный на пересечении улицы Себзар и Абдуллы Кадыри, является еще одним доказательством нашего богатого опыта, накопленного в области строительства дорог и мостов.

Гордостью не только работников отрасли, но и всех наших соотечественников стала проведенная работа по направлению «Ташкент – Коканд», которое связывает Ферганскую долину с другими регионами страны. Раньше эта дорога, ведущая из Ташкента в Андижан через Коканд, а затем в Ош и Китай, была узкой и небезопасной. Сегодня, наблюдая современный вид дороги и движение на ней, хочется отдать должное строителям.

По долгу службы я часто бываю в разъездах, – говорит частный предприниматель из Ташкента Аъзамжон Кадыров. – Раньше на переезд по перевалочным дорогам уходило много времени и сил, более того, неровности на дороге наносили вред техническому состоянию автомобиля, водители и пассажиры нервничали. Благодаря строительству туннелей «Камчик» и «Резак», расширения и ремонта дорог на перевалах эти явления уже в прошлом.

Сегодня эта дорога реконструируется с учетом современных требований и динамичного развития промышленности в нашей стране, в частности, в Ферганской долине. При строительстве на перевале используется цементобетонное покрытие.

Строительство дорог с цементобетонным покрытием, изнашивающимся в 2,5 раза меньше и эксплуатируемым в два раза дольше по сравнению с асфальтобетонным покрытием, позволяет заметно сэкономить расходы. Основную часть автомобильных дорог в Южной Корее, Германии, США и Австралии составляют дороги именно с таким покрытием. В нашей стране имеется необходимая сырьевая база для строительства таких путей. Протяженность дорог с цементобетонным покрытием в составе Узбекской национальной магистрали составит 350 километров.

Магистраль, покоряющая горизонты

Осмотревшись на посту «Юкори нукта» («Высшая точка») на границе Джизакской и Самаркандской областей, можно увидеть, что магистраль тянется к горизонту. Эта дорога – важная часть Узбекской национальной магистрали, связывающей все регионы Узбекистана.

Узбекская национальная магистраль протяженностью 2755 километров имеет 4 направления выхода к соседним странам – через Бейнау на северо-западе, Алат – на юго-западе, Термез – на юге и Андижан – на востоке.

Строительство национальной магистрали будет полностью завершено к 2019 году. В результате все автомобильные дороги от Андижана до Кунграта, Самарканда до Термеза будут полностью соответствовать международным стандартам. Путь от одного до другого конца страны будет занимать 10–12 часов.

Эта магистраль будет способствовать улучшению инвестиционного климата, повышению экспортно-импортного и транзитного потенциала страны, усилению интереса иностранных инвесторов и туристов к Узбекистану.

В условиях, когда интеграционный процесс стал неотъемлемой частью нового тысячелетия, в результате системных мер по строительству современной транспортной инфраструктуры Узбекистан вновь превратился в важный перекресток на Великом шелковом пути. Благодаря реализуемой с первых лет независимости под руководством Президента Ислама Каримова «узбекской модели» реформ эта созидательная работа обеспечивает рост благополучия народа и стабильные темпы развития экономики.

Бехзод БОЗОРОВ,
корр. УзА.

В Ташкенте прошел семинар «Усиление активности населения в охране окружающей среды и осуществлении общественного контроля на местах».

Семинары

ВАЖНЫЙ ФАКТОР РАЗВИТИЯ

На мероприятии, организованном депутатской группой Экологического движения в Законодательной палате Олий Мажлиса Республики Узбекистан и Ташкентским городским отделением движения, отмечалось, что важным фактором устойчивого развития нашей страны, охраны здоровья населения служат сохранение чистой окружающей среды и рациональное использование природных ресурсов, сообщает УзА.

В Законе Республики Узбекистан «Об экологическом контроле» определены место и полномочия негосударственных некоммерческих организаций в осуществлении экологического контроля и мониторинга состояния окружающей среды и здоровья населения. В законе закреплены права участия в процессе экологического контроля не только государственных органов, но и органов самоуправ-

ления граждан, ННО и граждан.

Устойчивое развитие нашей страны, обеспечение благополучной и здоровой жизни населения могут быть достигнуты через сохранение экосистем, охрану окружающей среды, рациональное использование и переработку природных ресурсов, широкое привлечение общественности в решение существующих экологических проблем. С этой целью в махаллях сформированы комиссии по экологии и охране природы, которые активно работают над сохранением чистой окружающей среды и организуют благоустроительные мероприятия.

На мероприятии были заслушаны доклады о роли и месте экологического контроля в гражданском обществе, основных принципах такого контроля.

Н. НАСРИЕВ.

«ВИДЕОМОСТ СВЯЗАЛ БИЗНЕСМЕНОВ РИГИ И ТАШКЕНТА»

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Далее автор подчеркивает, что первыми «встречу видеосвязи» открыли узбекские представители. «Аудитория с узбекской стороны собралась солидная: владельцы и директора предприятий, руководители министерств и ведомств. Ими была отмечена важность Латвии для узбекского бизнеса, – пишет Т. Фаст. – С латвийской стороны собравшихся приветствовал глава Торгово-промышленной палаты Латвии Айгар Ростовский. Он поблагодарил узбекских коллег за теплые слова о своей стране и подчеркнул, что видеоконференция – хороший способ использовать новые технологии для установления плодотворного диалога и развития сотрудничества».

В мероприятии было также отмечено, что за последние два года торговый оборот между странами вырос в 10 раз, а видеоконференция руководителей и представителей компаний стала успешным продолжением регулярных деловых контактов двух государств.

Во встрече латвийские участники подробно ознакомились с преимуществами различных сфер Латвии. В частности, как отмечается в статье, с презентациями выступили глава департамента развития рижской Думы, член правления городского бюро по туризму «Live Riga» М. Толстой, специалист по работе со странами России и СНГ туристической компании «Baltic Travel Group» (BTG) М. Митохина, глава департамента маркетинга Рижского свободного порта Э. Суна, член правления компании

«Aviation Cargo Transit Services» Е. Лившиц, совладелец и председатель совета АО «Grindeks» К. Липман, совладелец многоотраслевого концерна «Vitrum Group» Ю. Баскаков и другие.

В ходе состоявшегося диалога К. Липман высказал мнение, что Узбекистан – очень открытая страна, в которой проживают радужные люди и имеются различные интересные отрасли. «За долгие годы сотрудничества с узбекскими компаниями у нас никогда не было никаких разногласий», – сказал он.

Ректор латвийского Института транспорта и связи (TSI) И. Граурс отметил, что у вуза тоже существует давнее сотрудничество с нашей страной, и поблагодарил Узбекистан за хороших студентов. «У нас учится молодежь из 15 стран. По числу обучающихся узбекские студенты занимают первое место. В целом они составляют 2 процента от всех обучающихся и 4 процента от студенческой молодежи дневного отделения. Мы очень довольны вашими ребятами, они умные, хорошо подготовленные», – цитирует автор слова ученого.

В заключение в статье говорится, что видеомост – это только начало плодотворного взаимодействия. «По широкому спектру представленных латвийской стороной сфер экономики можно было понять, что интерес узбекских бизнесменов к Латвии носит не формальный, а заинтересованный характер», – подытоживает автор в материале латвийского журнала «Открытый город».

ИА «Жахон».

Выдача сертификата ЭЦП (электронных цифровых подписей) теперь в Узбекистане будет осуществляться только Научно-информационным центром новых технологий при Государственном налоговом комитете.

КЛЮЧИ ЭЦП – ТОЛЬКО В НАЛОГОВЫХ ОРГАНАХ

По данному поводу Кабинетом Министров 15 июля 2015 года принято постановление «О дополнительных мерах по дальнейшему упорядочению деятельности центров регистрации ключей электронных цифровых подписей».

Документом, по данным портала portm.uz, установлено, что выдача сертификата ЭЦП, обеспечивающей свободный доступ ко всем видам услуг, оказываемым органами государственного и хозяйственного управления, органами госвласти на местах и коммерческими банками, осуществляется Научно-информационным центром новых технологий при ГНК.

Также постановлением соответствующие министерства, комитеты, а также иные органы и учреждения обязали принять ряд мер. В их числе создание единой информационной системы идентификации пользователей с использованием ЭЦП, обеспечение сертификации средств ЭЦП Научно-информационного центра в соответствии с требованиями информационной безопасности.

Также предписано интегрировать официальные веб-сайты и порталы, используемые в процессе предоставления услуг, с системой идентификации и их совместимости с ЭЦП, выданными центром; осуществить регистрацию, идентификацию и авторизацию физических и юридических лиц на официальных веб-сайтах и порталах путем использования системы идентификации, а также подписание электронных документов с помощью ЭЦП.

Заменить действующий сертификат ЭЦП с сохранением срока его действия на новый будет бесплатно.

Документом также предписано разработать положение о единой информационной системе идентификации пользователей системы «электронное правительство».

РАЗРАБОТАНА ПРОГРАММА «СТУДЕНТ-КОНТРАКТ»

В Узбекистане разработан программный комплекс «Студент-контракт».

Разработка, по данным Агентства по интеллектуальной собственности, предназначена для создания базы данных о студентах вузов, автоматического составления с помощью данной базы всей отчетности по студентам, обучающихся на контрактной основе.

Программа содержит сведения о задолженности студента по контракту, все осуществленные студентом платежи (дата, номер документа, владелец номера счета и имя), приказы о назначении стипендии студентам по группам, список задолжников по вузу, факультету и группам.

Разработка при необходимости может подготовить экстренный отчет по вузу (контингент студентов по факультетам, направлениям, курсам, группам), необходимую статистику по базе данных, а также обеспечить автоматическую подготовку всех отчетов.

Автором разработки является программист Салохиддин Шамситдинов.

УСЛУГИ НАКОПИТЕЛЬНОЙ ПЕНСИОННОЙ СИСТЕМЫ НА ЕДИНОМ ПОРТАЛЕ

На Едином портале интерактивных государственных услуг запущены услуги по постановке юридических лиц и граждан на учет в пенсионную накопительную систему Народного банка Узбекистана.

Также запущена услуга по приему и обработке реестров взносов на индивидуальные накопительные пенсионные счета.

Услуги накопительной пенсионной системы на Едином портале развиваются в соответствии с указом Президента Республики Узбекистан от 15 мая 2015 г.

Об этом проинформировала пресс-служба Центра развития системы «электронное правительство».

Теперь юридические лица после государственной регистрации имеют возможность через Единый портал встать на учет в пенсионной накопительной системе, а также внести своих работников в пенсионную накопительную систему. Вместе с этим юридическим лицам через Единый портал также предоставлена возможность по отправке реестров сведений о своих работниках, участвующих в накопительной пенсионной системе.

НИА «Туркистон-пресс».

ЗДОРОВЬЕ – В КАЖДЫЙ ДОМ

Чтобы следовать правилам правильного питания, рекомендуется подходить к этому с учетом возраста, здоровья и режима работы.

НУЖНО ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ

Некоторые ошибочно думают, что, ежедневно принимая высококалорийную пищу, питаются правильно. По мнению специалистов, регулярное употребление высококалорийных продуктов, вкупе с малоподвижностью, приводит к нарушению артериального давления, сахарному диабету, инсульту, инфаркту миокарда, заболеваниям печени и желудочно-кишечного тракта.

Выдающийся представитель медицины Абу Али ибн Сино в своем «Каноне врачебной науки», рассуждая о важности правильного питания, отмечал, что тот, кто хочет достигнуть здорового образа жизни, сохранить и укрепить свое здоровье, должен уделять внимание режиму питания, качеству, количеству, времени приема и усвоения пищи.

Обычно многие заболевания возникают вследствие неправильного питания, – говорит диетолог клиники № 1 Ташкентской медицинской академии Карима Джабборов. – Доказано, что для нормального функционирования организма человека необходимо 13 витаминов, среди которых кальций, натрий, магний, калий, фосфор, йод, железо и другие. Мы получаем их в основном из фруктов и овощей, зелени, бахчевых, мясо-молочной продукции, птицы, рыбы, яиц, зерновых и бобовых. В целом состав рациона летом должен содержать 28 процентов жиров, 55 процентов белков и 17 процентов углеводов. Именно поэтому летом рекомендуется принимать в пищу окрошку, пшеничную похлебку и другие диетические блюда.

В жаркое время рекомендуется пить больше жидкости. По мнению специалистов, в сутки человек должен пить по 30 миллилитров воды на каждый килограмм своего веса. К примеру, человек весом 50 килограммов должен пить 1,5 литра воды. Жидкость важна и тем, что вымывает токсины из организма.

В летние месяцы также полезно включать в рацион питания овощи, приготовленные на пару, свежие фрукты, бобовые, вареные блюда, кефир, творог и другие молочные продукты. Эта еда, богатая минералами и белками, улучшает обмен веществ в организме и укрепляет иммунитет.

Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан «О дальнейшем совершенствовании реализуемых мер в области здорового питания населения Республики Узбекистан» от 25 апреля текущего года играет важную роль в повышении культуры правильного и рационального питания, что служит важным фактором охраны здоровья населения, профилактики заболеваний и здорового образа жизни.

Повышение культуры питания – залог здоровья населения, – говорит врач семейной поликлиники № 15 Алмазарского района Ходжаикбар Ходжаихмедов. – Для правильного питания необходимо уделять внимание качеству покупаемой продукции, проверять сертификат соответствия. Предпочтительно воздерживаться от приема в пищу продукции, приготовленной без соблюдения норм. С этой целью мы совместно с представителями государственных и общественных организаций в порядке профилактики пищевых отравлений, диареи, ботулизма и других острых кишечных заболеваний регулярно проводим разъяснительную работу о правилах правильного питания, здорового образа жизни. Ведь от этого зависит, насколько здоровой и долгой будет жизнь человека.

Шахноза МАМАТУРОВА,
корр. УзА.

Острые кишечные заболевания в наши дни остаются одной из наиболее актуальных проблем. Желудочно-кишечные заболевания у детей грудного возраста могут быть вызваны нарушением режима питания, проявлениями желудочно-кишечной аллергии, результатом дисбактериоза.

ВНИМАНИЕ КАЖДОМУ РЕБЕНКУ

Неправильный уход и режим, перегревание, особенно в условиях жаркого климата нашего региона, зачастую приводят к расстройствам пищеварения у грудных детей. Очень часто причиной желудочно-кишечных заболеваний становится нарушение правил вскармливания. Неправильный режим питания, раннее введение прикорма, избыточное или недостаточное количество пищи, неправильный ее состав – таковы причины наиболее частых нарушений пищеварения ребенка. В связи с этим дети, вскармливаемые молоком матери, гораздо реже болеют желудочно-кишечными заболеваниями, чем находящиеся на искусственном вскармливании. Это можно объяснить тем, что грудное молоко вследствие своего особого состава легко переваривается в кишечнике малыша, кроме того, в нем нет никаких болезнетворных микробов.

К группе острых кишечных инфекций относят дизентерию, сальмонеллез, также

ротавирусы, аденовирусы, энтеровирусы. Все эти заболевания объединены в одну группу, так как имеют сходные механизмы заражения, локализацию болезнетворного микроба в кишечнике и сходные признаки течения заболевания – это тошнота, повышение температуры тела, недомогание.

Пути передачи при всех кишечных инфекциях в основном одинаковые. Микробы выделяются из организма больного или бактерионосителя. Эти болезни еще называют болезнями грязных рук. Больные, носители или ухаживающие за ними со своих рук переносят микробы на окружающие предметы или пищу.

Острые кишечные заболевания у детей характеризуются сезонностью. Увеличение их числа наблюдается в жаркий период года. Способствует этому перегревание, уменьшение сопротивляемости организма в жаркое время, употребление большого количества ягод, фруктов с

нарушением гигиенических правил.

Постоянное соблюдение личной гигиены, употребление доброкачественных продуктов, правильная обработка фруктов и овощей, употребление в сыром виде, являются важнейшими факторами в борьбе с кишечными инфекциями у детей.

Для исключения случайного попадания микробов в пищу в процессе приготовления необходимо использовать отдельные ножи и доски для обработки сырых и вареных продуктов, полуфабрикатов и не допускать их смешения. В условиях жаркого климата особое значение имеет соблюдение сроков хранения скоропортящихся продуктов.

Если у вас появились признаки острых кишечных заболеваний, за советом и помощью срочно обращайтесь к врачу.

А. МУСАЕВА,
заведующая отделом
особо опасных инфекций
ЦГСЭН г. Ташкента.



СПОРТ И МЕДИЦИНА

Достичь мастерства спортсменам помогают сила воли, старание, усиленные тренировки и соблюдение режима. Но никто не застрахован от ушибов, растяжений, вывихов, а порой, при больших нагрузках, повышения или понижения давления.

Вот тут-то на выручку приходит спортивная медицина. Медики не только оказывают первую помощь, но и осуществляют врачебно-педагогическое наблюдение за спортсменом в период учебно-тренировочных сборов.

Врач Татьяна Костоюкова и медицинская сестра Дилфруз Худойбердиева, работающие в Республиканской школе высшего спортив-

ного мастерства по зимним и сложнотехническим видам спорта, имеют достаточный опыт, чтобы прийти на помощь спортсменам и тренерам. Они наблюдают за спортсменами, занимающимися десятью видами спорта. Из 500 их подопечных 400 являются членами сборных команд республики.

А. ПОПОВ.
Фото автора.

Вы любите маринованные грибы? Вы жить не можете без копченостей, которые приготовлены в домашних условиях? На самом деле данные пристрастия присущи многим. Однако довольно часто люди забывают о том, что овощные, мясные консервы, а также вяленая рыба, которые изготавливаются в домашних условиях, порой бывают весьма опасными для нашего здоровья.

Объясняется это тем, что в данных продуктах может содержаться большое количество ботулотоксина, который способствует развитию отравления.

К самым первым признакам ботулизма можно причислить головную боль, головокружение, общую слабость, повышение температуры тела. Буквально через несколько часов у больного начинаются приступы боли в области живота. Также отмечается чрезмерное его вздутие и сухость в ротовой полости. Еще через сутки отмечается ухудшение зрения, причем до такой степени, что человек не может читать, появляется двоение в глазах. Вполне возможно развитие паралича мышц лица. Больной не может нормально глотать, у него пропадает голос. Длительное отсутствие терапии может привести даже к летальному исходу.

БОТУЛИЗМ И ЕГО ПРОФИЛАКТИКА

Помните о том, что любой фрукт либо овощ, который был сорван в огороде или саду, должен быть тщательно отмыт от земли. Еще лучше облить его кипятком. Также не стоит забывать и о том, что испорченные фрукты или овощи не годятся для закруток. Не стоит консервировать и те ягоды либо фрукты, которые были сорваны несколько дней назад.

Если вы не хотите стать «заложником» ботулизма, тогда помните и о том, что не стоит солить грибы в герметически закрытых банках. Рыбу можно хранить только после того, как она будет выпотрошена. В случае если банка с консервами вздута, ни в коем случае не употребляйте ее

содержимое. Перед употреблением любых консервированных продуктов для предотвращения развития ботулизма их лучше всего прокипятить в течение 20–30 минут.

Профилактика ботулизма сводится в основном к соблюдению правил домашнего консервирования и выбора приобретаемых консервов, а также условий их хранения. Лучше не запечатывать в банках герметично грибы, так как их трудно очистить от пыли и грязи на все сто процентов, а также не рекомендуется делать это с рыбой и мясом. Для консервации необходимо выбирать только свежие фрукты и овощи. Перед тем как приступать к консервированию, продукты надо тщательно промыть

и обработать термическим путем. Особенно это касается тех, которые соприкасались с землей. Еще надо провести стерилизацию банок и крышек. Продукты домашнего консервирования рекомендуется хранить в темном месте при низкой температуре. Этот токсин очень живуч, и убить его можно только кипячением в течение 20–30 минут при температуре более 100 градусов. Именно эта процедура считается главной профилактикой ботулизма.

Поскольку ботулизм считается крайне опасным заболеванием, часто заканчивающимся летальным исходом, на любые вспышки этой болезни необходимо реагировать мгновенно. Ботулизм является заболеванием, которое всегда находится в зоне особого внимания медицинских служб. Именно поэтому при малейшем подозрении на данное заболевание необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью.

Азизбек НИЗАМОВ,
заместитель директора
Ташкентского городского
филиала Института здоровья
и медицинской статистики.

Реклама и объявления



UZTELECOM

Уважаемые абоненты!

Филиал «ТШПТ»

АК «Узбектелеком» сообщает:

С целью оптимизации телекоммуникационной сети и улучшения предоставляемых услуг связи Шайхантаурским телефонным узлом в июле и августе текущего года будут проводиться плановые работы по переключению части номерной емкости ЭАТС-246 на новое оборудование. В момент проведения переключения возможны перебои со связью, приносим извинения за причиненные неудобства.

Адреса, подлежащие переключению:

г. Ташкент

Шайхантаурский район, махалли – «Бустон», «Узбекистан», им. Г. Абдуллаева;

Алмазарский район, махалли – «Чигатай октепа», «Беруний», им. Мирзо Голиба.

Телефоны для справок: 246-21-70, 229-04-25.

ООО «AGRO SANOAT MULK MARKAZI»

приглашает на открытые аукционные торги

На открытые аукционные торги, проводимые в порядке последовательного роста начальных цен, которые состоятся 27 августа 2015 года в 15:00 по нижеуказанному адресу, выставятся на реализацию нижеприведенные ювелирные изделия из драгоценных металлов, разделенные на Лоты, на основании исполнительных листов, выданных нотариусом Государственной нотариальной конторы № 5 Яшнабадского района города Ташкента от 14.07.2015 г.: 1. Цепь трос – 1 шт., кольцо – 7 шт., серьги – 3 пары, общий вес 81,24 г, проба 583. Стартовая цена 5 567 182 сум. 2. Цепь – 1 шт., общий вес 29,31 г, проба 583. Стартовая цена 2 070 360 сум. 3. Кольца – 5 шт., общий вес 20,36 г, проба 583. Стартовая цена 1 368 410 сум. 4. Колье – 1 шт., общий вес 27,29 г, проба 583. Стартовая цена 1 928 960 сум. 5. Кольца – 2 шт., общий вес 5,34 г, проба 583. Стартовая цена 369 520 сум. 6. Цепь – 1 шт., кольцо и серьги – 1 комплект, кольцо – 1 шт., общий вес 14,73 г, проба 583. Стартовая цена 895 124 сум. 7. Кольцо и серьги – 1 комплект с дефектом, кольцо – 2 шт., общий вес 7,28 г, проба 583. Стартовая цена 507 890 сум. 8. Цепь с кулоном – 1 комплект, цепь – 2 шт., кольцо и серьги – 1 комплект с дефектом, серьги – 3 пары, кольца – 4 шт., общий вес 58,76 г, проба 583. Стартовая цена 4 049 960 сум. 9. Кольца – 2 шт., серьги – 1 пара, кольцо и серьги – 1 комплект, цепь – 1 шт., общий вес 34,15 г, проба 583. Стартовая цена 2 126 920 сум. 10. Кольцо – 1 шт., общий вес 3,89 г, проба 583. Стартовая цена 267 712 сум. 11. Браслет узук – 1 пара, кольцо – 1 шт., общий вес 35,11 г, проба 583. Стартовая цена 1 985 520 сум. 12. Серьги – 1 пара, общий вес 4,60 г, проба 583. Стартовая цена 296 800 сум. 13. Кольцо – 1 шт., общий вес 4,66 г, проба 583. Стартовая цена 296 800 сум. 14. Серьги – 1 пара, общий вес 3,34 г, проба 583. Стартовая цена 224 080 сум.

Вниманию претендентов! В случае нереализации имущества в аукционных торгах повторные аукционные торги по их реализации будут проводиться 16 сентября 2015 года в 15:00.

Вышеописанное имущество хранится в ООО «Bardosh-Biznes» по адресу: город Ташкент, Чиланзарский район, массив Алмазар, дом 6/7. Ознакомление с имуществом будет производиться представителями ООО «Bardosh-Biznes». Имущество будет реализовано по договору купли-продажи. Договор купли-продажи должен быть заключен в течение 5 дней со дня подписания протокола итогов аукциона. Срок оплаты в течение 5 дней со дня подписания договора купли-продажи. Претенденты, желающие участвовать в аукционных торгах, должны внести задаток в размере не менее 2,5 процента от стартовой цены имущества на банковский счет ООО «Agro sanoat mulk markazi». Прием заявок от претендентов будет производиться ежедневно, кроме выходных и праздничных дней, и прекращается за один день до начала аукционных торгов. Банковские реквизиты: р/с № 2028000804948004002 в Мирзо-Улугбекском филиале АКБ «Капиталбанк», МФО 01018, ИНН 302159464. Адрес: город Ташкент, улица Кушбегит, 18. Телефон: 250-95-96.

Гувоҳнома: 006388.

«ТОШКЕНТ ОҚШОМИ» и «ВЕЧЕРНИЙ ТАШКЕНТ»

Прием рекламы
и объявлений ежедневно
(кроме субботы и воскресенья).
Телефон, факс: 233-28-95.
Наш адрес: улица Матбуотчилар, 32,
2-й этаж, кабинет № 225.



Счастливые моменты детства.

Фото И. ИСМОИЛОВА.

На спортивных аренах

ХУРШИД ЗАВОЕВАЛ ЛИЦЕНЗИЮ
НА ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ

В спортивном комплексе «Узбекистон» столицы состоялся турнир по боксу среди полупрофессионалов (АРВ) весовой категории до 60 килограммов. Второй бой первого этапа соревнований завершился победой Хуршида Тожиева.

В турнире, организованном Министерством по делам культуры и спорта Республики Узбекистан, Федерацией бокса нашей страны, Национальным олимпийским комитетом и Международной ассоциацией любительского бокса – AIBA, приняли участие опытные боксеры из Узбекистана, России, Германии, Бразилии, Италии, Ирландии, Филиппин и Республики Бенин.

На открытии соревнований министр по делам культуры и спорта Республики Узбекистан Б. Ахмедов и другие отметили, что в результате уделяемого под руководством Президента Ислама Каримова внимания популяризации видов спорта, включенных в программу Олимпийских игр, в нашей стране активно развивается и бокс.

— Стоит особо отметить, что в Узбекистане на высоком уровне организовано проведение первых встреч соревнований, — говорит супервайзер турнира Луиз Боселли (Бразилия). — Это свидетельствует о том, что в нашей стране уделяется большое внимание развитию спорта, накоплен богатый опыт проведения престижных спортивных турниров.

Согласно Постановлению 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 Федерацией бокса Узбекистана создаются необходимые условия для организации учебно-тренировочных сборов спортсменов в соот-

ветствии с современными требованиями, их подготовки и достойного участия в международных соревнованиях.

АРВ — одно из направлений полупрофессиональных боксеров AIBA. Эти соревнования дают боксерам право на участие в Олимпиаде. В ходе состязаний в каждой весовой категории восемь боксеров проводят по четыре боя, и два сильнейших затем борются за звание чемпиона.

Ташкенту было предоставлено право на проведение первого этапа турнира AIBA среди боксеров весовой категории до 60 килограммов. Боксер, одержавший две победы, получает право на участие в Олимпийских играх 2016 года. В первом бою, состо-

явшемся 30 мая, наш соотечественник Хуршид Тожиев победил ирландца Дэвида Джойса.

Наш боксер одержал верх и во втором бою, который проводился в спортивном комплексе «Узбекистон». На ринге Хуршид Тожиев встретился с россиянином Дмитрием Полянским. В ходе восьми раундов Хуршид, продемонстрировав сильные удары, уверенную защиту, высокую технику, одержал уверенную победу и получил право на участие в XXXI летних Олимпийских играх, которые будут проводиться в 2016 году в Рио-де-Жанейро.

— Рад, что победил на соревнованиях и оправдал доверие тренеров, поклонников спорта и нашего народа, — говорит Хуршид. — Наши успехи на престижных соревнованиях — это результат внимания и заботы Президента Ислама Каримова о молодежи, спортсменах. Приложу все силы, чтобы достойно защитить честь Родины на Олимпийских играх.

Третий бой первого этапа турнира АРВ состоится 19 сентября в Ташкенте.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА. На состоявшемся в Кали (Колумбия) чемпионате мира среди юниоров наш соотечественник Владислав Полюнин занял достойное место в ряду призеров.

В метании копья талантливый спортсмен показал результат 76,77 метра и стал обладателем бронзовой награды. В этих состязаниях первое место занял представитель Южно-Африканской Республики Пол Жейкобус Боза, второе — Никлас Каул из Германии.

ВОЛЬНАЯ БОРЬБА. В Ереване (Армения) на традиционном международном турнире наш соотечественник Сослан Тигиев завоевал серебряную медаль.

В состязаниях борцов весовой категории до 86 килограммов он победил хозяев соревнований — Варе Тамразяна, Мусу Муртазалиева, украинца Ибрагима Алдатова, грузина Давида Марсагишви и занял второе место.

УзА.

Невероятно, но факт

АРГУМЕНТЫ УЧЕНЫХ
ЗАСТАВЛЯЮТ ЗАДУМАТЬСЯ

Июнь этого года стал самым теплым месяцем на нашей планете с начала метеорологических наблюдений. Об этом заявляет Национальное управление океанических и атмосферных исследований США.

Эксперты говорят, что глобальное потепление налицо — вся первая половина 2015 года тоже стала рекордно теплой. Беспокойство специалистов вызывает и то, что и в 2014 году они также зафиксировали рекордно высокую температуру.

Горячий воздух распространился на все континенты, но особенно затронул Пакистан, где от невиданных ранее высоких температур пострадали более тысячи человек. Большинство жертв жары — жители провинции Синд. В соседней Индии тоже тяжело. Там от жары погибли более четырехсот человек. Власти решили перевести местные больницы на чрезвычайный режим работы.

По словам специалистов, это еще одно доказательство того, что глобальное потепление должно рассматриваться государствами как серьезная угроза здоровью и жизни своих граждан.

Ученые утверждают, что уровень Мирового океана может подняться на 6 метров. Причем это произойдет даже в том случае, если страны будут соблюдать требования ООН, цель которых — понизить температуру на нашей планете на 2°C. Серьезность вопроса заставила ученых потребовать полностью отказаться от использования угля для получения энергии. А те, кто откажется это делать, должны будут платить за загрязнение атмосферы. Но пока эти требования невыполнимы.

Остается главный вопрос: кто должен платить за сохранение «сада» и переход на новые, альтернативные источники энергии? Многие ожидают получить ответ на конференции ООН по климатическим изменениям, которая должна состояться в конце этого года в Париже. Там планируется подписание нового глобального соглашения с конкретным планом действий для всех стран нашей планеты.

ОШИБКА В МИЛЛИАРДА ЕВРО

Руководство японской корпорации Toshiba уходит в отставку в связи с ошибками в бухгалтерии на сумму свыше миллиарда евро.

Об этом заявил глава компании Хисао Танака. Вместе с ним в отставку подали вице-президент совета директоров Норико Сасаки и советник главы Toshiba Ацуташи Нишида, также в прошлом стоявшие во главе корпорации.

Анализ отчетности за период с 2008 года показал, что руководство Toshiba завысило размер доходов компании на 152 миллиарда иен (или примерно 1,1 млрд евро). Ошибки были связаны с различиями в учете по инфраструктурным проектам. За текущий период публикация отчетности была отложена до сентября.

Toshiba работает в области электротехники, электроники, энергетики и медицинского оборудования. С мая этого года капитализация компании упала более чем на 3 миллиарда евро.

Подготовила О. НИКОЛАЕВА.

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

- Ржавчина с плиты исчезнет, если протереть ее поверхность горячим растительным маслом.
- Жирные пятна на кухонной плите можно вычистить, если посыпать горячую плиту солью и протереть бумажгой. Для удаления засохших пятен используют питьевую соду, затем протирают водой с нашатырным спиртом (несколько капель на стакан).
- Сильно загрязненные места в духовке намочите нашатырным спиртом и оставьте на ночь — утром грязь отойдет с помощью обычной мочалки.
- Чтобы натереть дольку чеснока и не поцарапать руки, советуем положить на терку пищевую пленку и тереть чеснок через него. Этот способ имеет еще одно достоинство: измельченный чеснок весь остается на пленке, не забывая терку.
- Терка снова станет острой, если протереть ее наждачной бумагой.
- Терку, на которой вы собираетесь натереть сыр, смажьте растительным маслом. От этого сыр не будет склеиваться, а терку легче вымыть.
- Если вы разрезали клеенчатую скатерть, то покройте место пореза с обеих сторон бесцветным лаком для ногтей. Пореза не будет видно.
- Протрите новую столовую клеенку

смесью уксуса и молока (пополам), это предохранит ее от трещин.

- Если на кухне неприятно пахнет, налейте в сковороду немного столового уксуса и поддержите сковороду на слабом огне, пока уксус не испарится.
- Немного соли, помещенной в плотно закрывающуюся хлебницу, защитит хлеб от плесени.
- Вы сможете легко и просто заменить майонез сметаной, добавив в нее растертый желток сваренного вкрутую яйца и чайную ложку горчицы.
- Если положить ломтик моркови или лимона под крышку баночки с горчицей или на срез колбасы, оба продукта надолго сохранят свою свежесть.
- Если ножи у мясорубки затупились: засушите сухари и прокрутите их через мясорубку. В результате получите паніроочные сухари для котлет и ножи заточатся.
- Если в термосе появился «посторонний» запах — не беда: положите в него пару ложек риса, залейте водой и несколько раз хорошенько встряхните. Затем прополощите горячей водой.
- Места среза не использованной полностью луковицы смажьте любым жиром — лук сохранит свежесть и питательные свойства.
- Если добавить в сметану немного молока, она не свернется в подливке.
- Для предохранения открытой томатной пасты от плесени нужно на крышку нанести немного сухой горчицы, также можно посыпать ее мелкой солью и залить растительным маслом.
- Увядавшие овощи (зелень) можно освежить, окунув их сначала в горячую воду, а затем в холодную.
- Ящики в кухонных столах часто от сырости начинают выдвигаться с трудом. Достаточно протереть боковые поверхности ящика свечкой, и эта неприятность исчезнет.
- Когда вы варите картошку в мундире, кожа иногда лопается. Чтобы этого не происходило, добавьте в воду несколько капелек уксуса.
- Вымачивание в уксусе, квасе, кислом молоке, огуречном, капустном или свекольном рассоле — надежный способ сделать жесткое мясо мягким.
- Рыбу можно день-два сохранить свежей без холодильника. Разрежьте ее и посыпьте снаружи и изнутри крупной солью, а затем заверните в чистую тряпочку, смоченную чуть подсоленным уксусом (1–2 кусочка сахара на пол-литра уксуса).
- Чтобы голубцы в кастрюле при тушении не пригорали, на дно кастрюли положите крышку меньшего, чем у кастрюли, диаметра ручкой вверх. На крыш-

ку настелите капустные листья, а на них — голубцы.

- Чтобы котлеты, рыба, мясо или блины не приставали к сковороде, нужно предварительно нагретую сковороду натереть сырым яичным белком.
- Чтобы сварить вкусную молочную кашу, надо помнить, что крупы из цельных зерен (рис, пшено, перловая каша) в молоке набухают и развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому их лучше отварить в воде, а затем, добавив горячее молоко, довести до готовности.
- В открытой кастрюле при варке теряется до 20 процентов витаминов, а в закрытой не больше 5 процентов.
- Чтобы получить из лимона больше сока, перед тем как выжать, положите его в горячую воду на 5 минут.
- Если начатый лимон начал засыхать, опустите его в холодную воду. Он не только сохранит свежесть, но и станет сочнее.
- Не выбрасывайте семена от сладкого перца при готовке. Собирайте их и высушивайте. Зимой их можно добавлять в пищу. Семена, кстати, содержат больше полезных веществ, чем сам перец, и придают блюдам чудный аромат. Так же можно поступать со всеми пряными семенами.
- Чтобы облегчить чистку яиц после варки, добавьте в воду во время варки немного соли.

Подготовила Л. НАСТИНА.