



ВЕЧЕРНИЙ ТАШКЕНТ

Газета выходит
с 1 июля
1966 года

ОБЩЕСТВЕННО-ПОЛИТИЧЕСКАЯ ЕЖЕДНЕВНАЯ ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

№ 18 (13.865)

Цена в розницу – свободная

РЕАЛИЗАЦИЯ ПЕРСПЕКТИВНЫХ ИНИЦИАТИВ И НОВЫХ ИДЕЙ – ОСНОВА БЛАГОПОЛУЧНОЙ ЖИЗНИ НАШЕГО НАРОДА

Президент Республики Узбекистан Шавкат Мирзиёев для ознакомления с ходом социально-экономических реформ на местах, осуществляющей созидательной работой и крупными проектами

30 января прибыл в Джизакскую область.

Наши соотечественники с большим интересом ожидают поездок главы государства в регионы. Ведь в ходе них происходит диалог с народом, решаются актуальные вопросы и проблемы, получает мощный импульс реализация новых идей и инициатив.

В таком приподнятом настроении началась и нынешняя поездка Президента в Джизак.

Шавкат Мирзиёев посетил Фаришский район и побывал на одной из площадок, на которых ведутся инженерные изыскания для строительства атомной электростанции.

Как известно, в нашей стране запланирован строительство первой атомной электростанции. В соответствии с указом Президента Республики Узбекистан для использования атомной энергии в мирных целях создано Агентство по развитию атомной энергетики при Кабинете Министров. С корпорацией «Росатом», которая занимает первое место в мире по количеству и масштабам зарубежных проектов, достигнуто соответствующее соглашение.

АЭС будет состоять из двух самых современных энергоблоков ВВЭР-1200 поколения «3+» мощностью 1200 мегаватт каждый, которые отвечают всем требованиям по безопасности Международного агентства по атомной энергии.

В результате запуска атомной электростанции будет достигнута экономия миллиардов кубометров природного газа. Снизятся выбросы в атмосферу углекислого газа до 14 миллионов тонн и оксидов азота на 36 тысяч тонн в год. Атомная энергия является экологически чистой, АЭС не образуют вредный угарный газ.

Президент поинтересовался ходом изысканий, побеседовал с руководителями агентства «Узатом» и корпорации «Росатом».

Данный крупный проект является новым направлением стратегического партнерства с Россией. Промышленность нашей страны развивается, численность населения растет. Предстоит реализовать множество больших планов. Для всего этого нам нужно стабильное энергоснабжение. Эту возможность в условиях ограниченности источников энергии нам предоставит атомная электростанция, которая послужит дальнейшему развитию экономики и трудоустройству населения, сказал глава государства.

Отмечалась необходимость строительства АЭС на основе точных расчетов и тщательной подготовки, изучения зарубежного опыта в возведении таких сооружений.

Наша атомная электростанция должна быть лучше, еще более качественной и безопасной, чем другие, отметил Шавкат Мирзиёев.

Рассказано о работе по подготовке профильных кадров. В настоящее время 30 студентов из Узбекистана обучаются Национальном исследовательском ядерном университете «Московский инженерно-физический институт». В следующем учебном году первых студентов примет филиал МИФИ, организуемый в Ташкенте. Выпускники этих вузов станут высококвалифицированными специалистами и смогут обеспечить безопасную работу АЭС.

Здесь же состоялась презентация проектов по расширению минерально-сырьевой базы Джизакской области, социально-экономическому развитию Фаришского района, эффективному использованию туристического потенциала и багровых земель.

Фариш является одним из районов с самым высоким потенциалом. Однако сегодня он немного отстает от других регионов. Правильно задействовав его возможности в сельском хозяйстве, геологии, перерабатывающей сфере, экономику района можно будет развать в разы, сказал Президент.

К примеру, в Джизакской области имеются богатые залежи базальта, цинка, свинца, цемента, гипса, кварца, отдельных камней и других природных ресурсов. Отмечалось, что их освоение на основе продуманного экономического и геологического анализа позволит увеличить доходы населения и обеспечить его работой. Указано на необходимость использования при этом возможностей свободной экономической зоны «Джизак», широкого привлечения предпринимателей.

Обширная территория является еще одним преимуществом Фаришского района. Согласно поручению, данному в ходе предыдущих поездок, здесь приняты меры по накоплению и экономическому использованию воды. В результате удалось освоить дополнительно 50 тысяч гектаров пригодной для возделывания земли. Президент отметил, что прежде эти площади не ис-

пользовались для сельского хозяйства, дал указания по выращиванию на них востребованных культур и увеличению за счет этого доходов населения.

Также отмечалась необходимость расширения выращивания рыбы в водоемах области, развития животноводства в степных районах, организации предприятий по переработке молока и шерсти.

Глава государства побеседовал с джизакскими аксакалами.

В беседе говорилось о проводимой работе по структурному изменению экономики страны, повышению уровня жизни населения.

В нашей стране повсеместно строятся новые заводы, дома, школы. Улучшаются условия, повышаются запросы на качество жизни. Для обеспечения этих потребностей мы используем свои природные богатства, но их запасы не безграничны. Поэтому нам необходимо создавать альтернативные источники энергии, сказал Шавкат Мирзиёев.

Отмечалось, что при строительстве атомной электростанции будут строго соблюдать все международные требования, такие станции широко используются во многих странах мира.

– Мы приступаем к реализации данного проекта, полностью убедившись в его безопасности, экономической необходимости. Если не будем думать о завтрашнем дне, можем отстать от развития, сказал Президент.

Президент Шавкат Мирзиёев ознакомился с работой действующего в Фаришском районе совместного предприятия «Mega Invest Industrial», специализирующегося на производстве базальтового волокна и арматуры из него.

На предприятии, начавшем свою деятельность в декабре 2017 года, в настоящее время введены в строй две очереди из трех, на что направлены инвестиции британской компании «Leigh Barrier» в размере 11 миллионов долларов и банковский кредит на 26 миллионов долларов. Внедрены инновационные технологии Германии, Франции, Италии, России, Турции и других стран. В результате обеспечена занятость 225 человек.

(Окончание на 2-й стр.)

ПАМЯТЬ ОБ ИСЛАМЕ КАРИМОВЕ БУДЕТ ВЕЧНО ЖИТЬ В СЕРДЦЕ НАШЕГО НАРОДА

В нашей стране прошли памятные мероприятия в связи с днем рождения Первого Президента Республики Узбекистан Ислама Каримова.

Президент Шавкат Мирзиёев 30 января посетил Научно-просветительский мемориальный комплекс имени Ислама Каримова в Ташкенте и возложил цветы к подножию памятника Первому Президенту нашей страны.

Основатель нашего независимого государства, выдающийся государственный и политический деятель, великий сын узбекского народа, Первый Президент Республики Узбекистан Ислам Абдуганиевич Каримов, обновив нашу Родину от тоталитарного строя, возродил страну, оказавшуюся в то время на краю пропасти. Несмотря на трудности и тяжелые испытания, за исторически короткий период он, обеспечив мир и стабильность в нашей стране, превратил Узбекистан в современное демократическое, постепенно развивающееся государство.

Ислам Каримов своей многогранной политической деятельности, благородными человеческими качествами оставил неизгладимый след в истории нашей Родины. Как яркая, выдающаяся личность и государственный деятель, он пользовался огромным уважением и авторитетом не только в Узбекистане, но и в мировом сообществе.

В нашей стране высоко чтут память об Исламе Каримове. Широкомасштабная работа проведена в соответствии с постановлением главы нашего государства «Об увековечении памяти Первого Президента Республики Узбекистан Ислама Абдуганиевича Каримова» от 25 января 2017 года. Создан Республиканский благотворительный общественный фонд имени Ислама Каримова. Его имя присвоено Ташкентскому государственному техническому университету, Асакинскому автомобильному заводу, Дворцу искусств города Ферганы, международному аэропорту «Ташкент», центральным улицам в Республике Каракалпакстан, городу Ташкенте и областным центрам. В Ташкенте, Самарканде и Карши установлены памятники Первому Президенту.

В соответствии с постановлением Президента Республики Узбекистан от 27 ноября 2017 года в 2018 году широко отмечено 80-летие со дня рождения великого государственного и политического деятеля Ислама Каримова.

Рядом с комплексом Хазрата Хизр в городе Самарканде, где уокоен Первый Президент, возведен величественный мавзолей. Он стал местом, которое нескончаемым потоком посещают наши соотечественники, центром духовного и воспитательного значения.

В этот же день Президент Шавкат Мирзиёев прибыл в Самарканд и посетил мавзолей Ислама Каримова.

Глава государства отметил необходимость бережного сохранения комплекса, благоустройства его территории, создания дополнительных удобств для посетителей.

Затем в Комплексе форумов города Самарканда был подан поминальный плов. В мероприятии приняли участие представители государственных и общественных организаций, аксакалы, молодежь.

Самарканд занимал особое место в жизни и деятельности Ислама Каримова. В этом древнем городе родился Первый Президент, который уделял большое внимание его всестороннему развитию. Здесь была осуществлена масштабная созидательная работа в связи с 660-летием со дня рождения Сахибирана Амира Темура и 600-летием со дня рождения Мирзо Улугбека. В 2007 году под эгидой ЮНЕСКО было широко отмечено 2750-летний юбилей Самарканда. Благоустроены мавзолеи Имама Бухари, Бурхануддина Маргини, Абу Мансура Мотуриди, комплекс Шахи-Зинда, обсерватория Улугбека и другие исторические памятники. Возведены десятки современных сооружений, аллеи и фонтанов.

В последние годы этот ряд достопримечательных мест и центров духовности пополнили мавзолей Ислама Каримова и памятник в его честь, возведенные по инициативе Президента Шавката Мирзиёева.

В этот же день общественность Самаркандской области возложила цветы к подножию памятника Исламу Каримову на площади Регистан.

Цветы были возложены и к памятнику Первому Президенту в городе Карши. Во всех регионах страны состоялись культурно-просветительские мероприятия, вечера памяти.

УЗА

ИНДИЙСКИЕ ЭКСПЕРТЫ О ВИЗИТЕ ПРЕЗИДЕНТА УЗБЕКИСТАНА В ИНДИЮ

Визит Президента Республики Узбекистан Шавката Мирзиёева в Индию 17-18 января года для участия в Международном инвестиционном саммите «Динамичный Гуджарат-2019» и его итоги вызвали широкий резонанс в экспертно-аналитических кругах Индии.

В частности, в беседе с корреспондентом ИА «Дунё» директор Международного фонда Вивекананда Арвинд Гупта отметил, что данный визит главы Узбекистана в Индию, который стал вторым по счету за последние четыре месяца, свидетельствует о весьма динамичном характере двусторонних отношений между государствами.

– Заслуживает внимания тот факт, что Узбекистан придает особое значение дальнейшему углублению многогранного сотрудничества с Индией. Благодаря этому за короткий период времени были предприняты важные шаги по расширению политического, экономического и культурно-гуманитарного сотрудничества между нашими странами.

Также примечательно, что в январе текущего года в Самарканде состоялось значимое событие – первая встреча министров иностранных дел Индии, стран Центральной Азии и Афганистана, по итогам которого запущен новый формат взаимодействия «Диалог Индия – Центральная Азия» на уровне глав внешнеполитических ведомств, – подчеркивает А. Гупта.

(Окончание на 2-й стр.)

СТОЛИЦА: ДЕНЬ ЗА ДНЕМ

Национальная авиакомпания «Узбекистон хаво йуллари» вот уже более четверти века успешно осуществляет свою деятельность, нацеленную на обеспечение безопасности, стабильности и комфорта авиаперевозок, информирует УзА.



К 27-ЛЕТИЮ СОЗДАНИЯ НАК «УЗБЕКИСТОН ХАВО ЙУЛЛАРИ»: ДОСТИГНУТЫЕ УСПЕХИ И ПЕРСПЕКТИВЫ ДАЛЬНЕЙШЕГО РАЗВИТИЯ

За годы независимости НАК значительно расширила свои границы – лайнеры «Uzbekistan Airways» летают более чем по 60 маршрутам в странах Европы, Азии и Америки, выполняют чартерные рейсы от Аляски до Новой Зеландии.

Введены новые регулярные рейсы в Мумбай, Владивосток и Джидду, прорабатывается вопрос открытия направлений в Тбилиси, Минхен и Караби. Значительно увеличена частота международных полетов, в частности, в Москву, Сеул, Душанбе, Бишкек, Минск, Ростов-на-Дону, Астану, Новосибирск и Стамбул.

2018 год ознаменовался рядом значительных достижений авиакомпании, в числе которых – более 21 тысячи рейсов и трехмиллионный рубеж в пассажироперевозках.

(Окончание на 2-й стр.)

носслужащих и воспитании их в духе патриотизма, источники международного терроризма, безопасности Центральноазиатского региона.

• В Джизакской области Институтом повышения квалификации Министерства внутренних дел Республики Узбекистан были проведены выездные учебные сборы для представителей сферы. В пятидневных выездных учебных сборах, состоявшихся в Джизакском академическом лицее Министерства внутренних дел Республики Узбекистан, приняли участие руководители Управления координации деятельности органов внутренних дел, отделов внутренних дел, их заместители и руководители отраслевых служб. Для представителей каждой области были организованы уроки на основе отдельных учебных программ.

• В Сохском районе Ферганской области введено в строй новое предприятие – ООО «Сох капитал текс». Оно расположено в махалле «Деворён» и специализируется на производстве трикотажных изделий. За счет выделенного банком «Асака» кредита на 4 миллиарда 470 миллионов сумов на данном предприятии установлено современное китайское оборудование и создано 200 рабочих мест. Предприятие способно

производить 2,5 миллиона трикотажных изделий в год.

• В городе Гулистане Сырдарьинской области состоялся учебный семинар, посвященный качественному осуществлению реформ в налоговой системе, сопровождению налогоплательщиками и организацию адресной работы с ними. В мероприятии, организованном финансовым управлением, прокуратурой и рядом ответственных организаций, приняли участие представители субъектов малого бизнеса и частного предпринимательства. На семинаре подробно говорилось о содержании и значениях обновлений, которые будут внедряться в налоговое законодательство в этом году. Подобные семинары проходят во всех районах, городах и на крупных предприятиях области.

• Голландские биологи провели исследование и выяснили, какое количество видов животных в настящее время находится на грани вымирания. Когда

эксперты Международного союза охраны природы обновляют Красную книгу, у них не всегда получается качественно обработать данные по всем 90 тыс. видов, которые в нее включены. Поэтому информация в книге часто бывает некачественной или устаревшей. В итоге большую часть вымирающих видов виды специалисты не замечают. Так, в Красную книгу не включено больше 600 видов животных, которые находятся на грани вымирания. Под прямой угрозой исчезновения находится порядка пяти тысяч видов, включенных в Красную книгу растений и животных.

• Сотрудники Санкт-Петербургского госуниверситета выдвинули гипотезу, что астероид Апофис, обнаруженный в 2004 году, может упасть на Землю в 2068 году. Астрофизики установили, что 13 апреля 2029 года произойдет его тесное сближение с Землей – на расстояние 38 тысяч километров, которое вызовет значительное рассеяние возможных траекторий, среди них имеются траектории, содержащие сближение в 2051 году. Ученые не исключают сближение астероида с нашей планетой в 2044 году на 16 миллионов километров, а также сближения в 2051 году на 760 тысяч километров и в 2060 году – на 5 миллионов километров.

XXI ВЕКА новости

<p

РЕАЛИЗАЦИЯ ПЕРСПЕКТИВНЫХ ИНИЦИАТИВ И НОВЫХ ИДЕЙ – ОСНОВА БЛАГОПОЛУЧНОЙ ЖИЗНИ НАШЕГО НАРОДА

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

В 2018 году предприятие произвело тысячу тонн базальтовой арматуры и сетки. С полной загрузкой мощностей оно сможет производить в год 4 тысячи тонн базальтового волокна и 4,8 тысячи тонн арматуры.

Преимущество базальтовой арматуры в том, что она в 8 раз легче, в 3 раза прочнее и на 30 процентов дешевле металлической арматуры. Более того, она не ржавеет, не проводит электрический ток, не теряет своих свойств до 100 лет. Данное предприятие является единственным в своем роде в нашем регионе и вторым в странах СНГ.

Глава государства ознакомился с технологическим процессом на предприятии. Дал указания по увеличению объема производства, повышению качества и снижению себестоимости продукции.

Во второй половине дня Президент прибыл в Мирзачульский район.

Глава государства ознакомился с работой, проделанной в рамках программы «Обод кишлок» в махалле Галаба Мирзачульского района.

Долгие годы этот степной район оставался без должного внимания. Изношенная инфраструктура, плачевное состояние социальных объектов негативно влияли на благополучие людей.

После принятия по инициативе главы государства программы «Обод кишлок» благоустройство работы осуществлена и в махалле Галаба. Построены новое жилье, социальные объекты, благоустроены улицы и дорожная инфраструктура. Сегодня это место приобрело новый облик.

Шавкат Мирзиёев ознакомился с деятельностью общества с ограниченной ответственностью «Мирзачул тикиувчилик мажмусаси».

В рамках упомянутой программы выполнены реконструкция и оснащение пустовавшего здания бывшего хлопкоочистительного предприятия, на что было направлено 3 миллиарда сумов, созданы новые рабочие места.

При содействии ассоциации «Тадбиркор аёл» швейному делу были обучены домохозяйки из семей, переселившихся из старых домов барабанного типа в новые современные дома, а также выпускницы колледжей. Они получили работу на предприятии.

В настоящее время коллектив шьет специальную одежду для предприятий системы АО «Узлахтасонаат» и других. Изготавливается также мужская и женская одежда из джинсовой ткани.

Будем последовательно продолжать работу по дальнейшему благоустройству Мирзачула. Наша цель – создать так, чтобы люди были довольны, создать достойные условия жизни, сказал глава государства.

Президент побывал в доме Максуда Мисирова, проживающего на улице Барокат махалли Галаба. Поздравил семью с новым домом. Супруга М. Мисирова Маврифат Хайдарова и дочь Мохину Меликулова трудятся в ООО «Мирзачул тикиувчилик мажмусаси». Семья поблагодарила главу нашего государства за создаваемые в районе современные условия для жизни и труда.

Президент ознакомился с деятельностью Узбекско-казахского национального культурного центра в Мирзачульском районе.

Для наших соотечественников казахской национальности, проживающих в Мирзачуле, созданы все необходимые условия для сохранения и развития своих

обычаев и традиций. Здесь, в частности, организован Казахский национальный театр. Недавно здание театра прошло реконструкцию и приобрело красивый облик. Налажена деятельность кружков национальной музыки, танца, песни, изобразительного искусства.

Создание Узбекско-казахского национального культурного центра стало очередным воплощением дружбы между нашими народами. В центре особое внимание уделяется усилению культурных связей, воспитанию молодежи в духе международной дружбы.

Президент особо подчеркнул, что восстановление театра и открытие Узбекско-казахского национального культурного центра играют важную роль в укреплении связей между братскими народами. Отметил, что учреждение должно объединять творческие, просветительские организации, представителей интеллигентии и молодежь вокруг благих целей.

Исполнены узбекские и казахские национальные песни и танцы.

Шавкат Мирзиёев ознакомился с условиями, созданными в государственном дошкольном образовательном учреждении «Бинафа» Мирзачульского района.

Детский сад, капитально отремонтированный в 2018 году согласно программе «Обод кишлок», рассчитан на прием 280 детей. Здесь созданы передовые условия. Комнаты для занятий оснащены современным инвентарем с учетом новейших методик подготовки детей к школе. Построены спортивная и игровая площадки. Различные интерактивные игры, развивающие игрушки нацелены на формирование глубоких начальных знаний и навыков.

Развитие системы дошкольного образования, вопрос качественного воспитания детей будут находиться под нашим постоянным вниманием. Посещающий детский сад ребенокрастет здоровым, уверенным в себе, будет обладать широким кругозором, сказал Шавкат Мирзиёев.

Проект данного предприятия реализуется в три этапа. Первая очередь была введена в строй в декабре 2018 года, установлено 100 швейных машин из Китая и Турции. В настоящее время здесь выпускается импортозамещающая продукция, в частности, джинсовые брюки. Обеспечены работой более 70 женщин.

На втором этапе проекта намечено наладить производство джинсовой ткани с созданием 240 рабочих мест. Третий этап предусматривает выпуск пряжи. Планируется, что предприятие выйдет на полную мощность к 2021 году, что позволит создать около 800 рабочих мест.

Глава государства дал важные указания по развитию деятельности предприятия. Отметил необходимость уделять постоянное внимание обеспечению занятости женщин.

Здесь же представлены проекты по социально-экономическому развитию области. В частности, рассказано об инвестициях, привлекаемых в область посольствами нашей страны в России, Франции и Беларусь. Свои проекты глава государства презентовали инвесторы из Южной Кореи, Турции, Индии, Китая и других стран.

Так, российские инвесторы заинтересованы во вложении капитала в производство осветительных приборов, автомобильных запчастей, внедрении современных технологий в сельское хозяйство, а французские деловые люди – в производство архитектурного стекла и переработку фруктов. Также планируется наладить экспорт гранатов, дынь и корня солодки во Францию.

Поездка Президента нашей страны в Джизакскую область продолжается.

**Умар АСРОРОВ,
Зиёдулла ЖОНИБЕКОВ,
Улугбек АСРОРОВ,
специальные корреспонденты УзА**

дям не приходилось ехать в другие места за медицинской помощью. Дал необходимые рекомендации по качественному обслуживанию населения, повышению квалификации врачей.

Президент Шавкат Мирзиёев посетил Центр государственных услуг в Мирзачульском районе.

На строительство современного здания центра на когда-то пустовавшем участке было направлено 5 миллиардов 740 миллионов сумов.

Центр способен обслуживать за день 200–250 клиентов. Здесь будут оказываться 103 вида услуг, в том числе по регистрации предпринимателей, осуществлению нотариальных действий, записи актов гражданского состояния, выдаче и замене паспортов. Вместе с тем в центре действуют библиотека, зал бракосочетания, кабинет инвесторов, установлено современное оборудование для оформления водительских удостоверений.

Деятельность центра, основанная на принципе «Двигаются документы, а не граждане», служит безусловному воплощению в жизнь выдвинутой Президентом благородной идеи «Не народ служит государственным органам, а государственные органы должны служить народу».

Организация центров государственных услуг способствует экономии времени и средств граждан. Ни одно обращение населения не останется без внимания, сказал Президент.

Шавкат Мирзиёев ознакомился с предприятием «Мирзачул текс».

Проект данного предприятия реализуется в три этапа. Первая очередь была введена в строй в декабре 2018 года, установлено 100 швейных машин из Китая и Турции. В настоящее время здесь выпускается импортозамещающая продукция, в частности, джинсовые брюки. Обеспечены работой более 70 женщин.

На втором этапе проекта намечено наладить производство джинсовой ткани с созданием 240 рабочих мест. Третий этап предусматривает выпуск пряжи. Планируется, что предприятие выйдет на полную мощность к 2021 году, что позволит создать около 800 рабочих мест.

Глава государства дал важные указания по развитию деятельности предприятия. Отметил необходимость уделять постоянное внимание обеспечению занятости женщин.

Здесь же представлены проекты по социально-экономическому развитию области. В частности, рассказано об инвестициях, привлекаемых в область посольствами нашей страны в России, Франции и Беларусь. Свои проекты глава государства презентовали инвесторы из Южной Кореи, Турции, Индии, Китая и других стран.

Так, российские инвесторы заинтересованы во вложении капитала в производство осветительных приборов, автомобильных запчастей, внедрении современных технологий в сельское хозяйство, а французские деловые люди – в производство архитектурного стекла и переработку фруктов. Также планируется наладить экспорт гранатов, дынь и корня солодки во Францию.

Поездка Президента нашей страны в Джизакскую область продолжается.

**Умар АСРОРОВ,
Зиёдулла ЖОНИБЕКОВ,
Улугбек АСРОРОВ,
специальные корреспонденты УзА**

**К 27-ЛЕТИЮ СОЗДАНИЯ
НАК «УЗБЕКИСТОН ХАВО ЙУЛЛАРИ»:
ДОСТИГНУТЫЕ УСПЕХИ
И ПЕРСПЕКТИВЫ
ДАЛЬНЕЙШЕГО
РАЗВИТИЯ**

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

В соответствии с принятыми государственными программами, постановлениями Президента и правительства страны авиакомпания осуществила ряд инвестиционных и инфраструктурных проектов по приобретению воздушных судов и модернизации наземной инфраструктуры аэропортов. Так, в мае 2018 года поставлен первый из четырех «Boeing-787 Dreamliner», поступление еще трех лайнеров ожидается в 2019–2020 годах, в результате чего авиакомпания Узбекистана станет ведущим эксплуатантом таких воздушных судов в СНГ.

В деятельности НАК внедрен ряд инновационных решений. В частности, запущена новая интерактивная услуга «выбор места», благодаря которой можно заранее забронировать наиболее удобное для пассажира место на борту самолета. Внедрено официальное мобильное приложение для бронирования и приобретения авиабилетов «Uzbekistan Airways». Для онлайн-оплаты услуг компании, кроме банковских карт «Visa» и «UzCard», используются и «MasterCard». Это сделали систему продаж более доступной как для граждан Узбекистана, так и для граждан других стран. Кроме того, с 1 февраля 2019 года будет запущена в обращение новая кобрендовая банковская карта «NAK-NBU», позволяющая бесплатно совершать полеты рейсами авиакомпании за счет накопления баллов при совершении оплаты за товары и услуги.

Год был богат и на награды. На форуме «NETWORK 2018» авиакомпания награждена Евразийской премией в области авиационного маркетинга. Кроме того, «Узбекистон хаво йуллари» неоднократно признана самой пунктуальной авиакомпанией в международных аэропортах «Домодедово», «Сочи», «Краснодар», «Казань» и других. На III Международном форуме «Sky Service» команда бортпроводников НАК стала обладателем кубка «Команда года», а одна из сотрудниц признана лучшим бортпроводником года.

НАК «Узбекистон хаво йуллари» и Международная ассоциация воздушного транспорта (IATA) разработали план совместных действий на 2018–2025 годы по дальнейшему развитию сферы авиационных услуг нашей страны, который предусматривает проведение IATA консультаций по продвижению услуг навигационного хаба на международный рынок грузовых перевозок, регулярный обмен опытом и информацией, а также предоставление IATA практических методов обучения персонала – специалистов авиакомпаний, апробацию современных стандартов и технологий обслуживания.

И, безусловно, одним из значимых событий в истории НАК стал Указ Президента страны «О мерах по кардинальному совершенствованию гражданской авиации Республики Узбекистан» от 27 ноября 2018 года, нацеленный на кардинальное совершенствование отрасли. В частности, путем реорганизации на базе НАК будут созданы акционерные общества «Uzbekistan Airways» и «Uzbekistan Airports». Государственные универсальные предприятия, входящие в состав компаний, преобразовываются в общества с ограниченной ответственностью. На базе ГУП «Авиакомпания специальных авиационных работ» будет создано ООО «Uzbekistan Helicopters», а Центр «Узээронавигация» передан ведение Кабинета Министров Республики Узбекистан.

Указом также предусматривается усиление государственного регулирования и создание конкурентной среды путем передачи Государственному авиационному надзору полномочий по выдаче разрешений на разовые полеты и строительство объектов вблизи аэропортов.

Таким образом, «Узбекистон хаво йуллари» ожидает новый этап развития, который позволит национальной авиакомпании украсить летопись узбекской гражданской авиации новыми достижениями и закрепить за собой прочное место среди ведущих международных авиаперевозчиков.

М. АНИСИМОВА

**ИНДИЙСКИЕ ЭКСПЕРТЫ
О ВИЗИТЕ ПРЕЗИДЕНТА
УЗБЕКИСТАНА В ИНДИЮ**

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Политический обозреватель газеты «The Economic Times» Дипланкан Рой Чандхури считает, что Индия и Узбекистан имеют много схожего в плане широкомасштабных внутренних реформ, улучшения инвестиционного климата и повышения региональной активности. По его мнению, очередной визит Президента Узбекистана в Индию за столь короткий период представляет особую важность для дальнейшего углубления стратегического диалога между Дели и Ташкентом, укрепления торгово-экономических, инвестиционных и транспортно-коммуникационных связей между двумя государствами.

Ведущий эксперт Института оборонных исследований и анализа при Министерстве обороны Индии Мина Сингх Рой остановилась на инициативах, выдвинутых Президентом Узбекистана Шавкатом Мирзиёевым на саммите «Динамичный Гуджарат-2019»:

– Предложение о создании надежных торговых и транспортных коммуникаций между регионами Центральной и Южной Азии, а также реализация совместных проектов в области информационных технологий, фармацевтики, образования, несомненно, будут способствовать дальнейшему расширению двустороннего сотрудничества.

Убеждена в том, что углубление всеобъемлющего сотрудничества между нашими странами одинаково отвечает долгосрочным интересам Дели и Ташкента.

Уполномоченный правительства штата Гуджарат по вопросам промышленного развития, ответственный секретарь оргкомитета саммита «Динамичный Гуджарат» Мамта Верма подчеркнула заинтересованность в развитии прямых связей с регионами Узбекистана.

– Между штатом Гуджарат и Андижанской областью установлены партнерские отношения. Мы намерены совместными усилиями наполнить наше сотрудничество конкретным содержанием, – заявил он.

**ИА «Дунё»,
Дели**

ОТКРЫТЫЙ ДИАЛОГ

В Учтепинском районе города Ташкента состоялся открытый диалог с народом, посвященный разъяснению сути предпринимаемых мер по предупреждению правонарушений и борьбе с преступностью, обеспечению открытости и прозрачности деятельности судов, а также повышению правовой культуры населения, сообщает УзА.

В ходе мероприятия представлена информация о работе, осуществляющейся по приоритетным направлениям реформ в судебно-правовой сфере.

Отмечалось, что выездные суды, проводимые с целью оправдания доверия народа, глубокого изучения волнующих населения проблем и решения их на месте исходя из принципа «Не народ должен служить государственным органам, а государственные органы должны служить народу», дают ожидаемые результаты.

Также отмечалось, что реформы, осуществляемые в судебно-правовой сфере, служат повышению качества и эффективности правосудия, а самое главное – укреплению доверия граждан к судебным органам и гарантированной защите их законных интересов.

– Очень важно анализировать причины и условия правонарушений, – говорит заместитель председателя Ташкентского городского суда по уголовным делам Акбар Туропов. – На сегодняшнем мероприятии изучена суть совершенных в Учтепинском районе преступлений.

В 2018 году Учтепинским районным судом в связи с возмещением материального ущерба, нанесенного в результате совершения преступления, а также ввиду отсутствия пр

Предпринимательству – широкую дорогу

В гостинице «Hyatt Regency Tashkent» состоялся семинар для журналистов, посвященный вопросам государственно-частного партнерства, сообщает УзА.

ОЗНАКОМЛЕНИЕ С МЕЖДУНАРОДНЫМ ОПЫТОМ ВНЕДРЕНИЯ МЕХАНИЗМА ГОСУДАРСТВЕННО-ЧАСТНОГО ПАРТНЕРСТВА

Мероприятие организовано Агентством по развитию государственно-частного партнерства при Министерстве финансов Республики Узбекистан, Международной финансовой корпорацией (IFC) и правительству Швейцарии.

В нем приняли участие около 30 журналистов, представляющих информационные агентства, периодические печатные издания, местные телеканалы, радиостанции и веб-сайты.

Открывший мероприятие старший специалист по связям с общественностью Международной финансовой корпорации Джоэфри Киль рассказал журналистам об особенностях развития государственно-частного партнерства для развития своей инфраструктуры, медицинского обслуживания населения и образовательной системы.

Отмечалось, что тема семинара очень актуальна для Узбекистана, в котором в настоящее время осуществляются реформы, направленные на расширение участия частного сектора в развитии экономики страны путем применения механизма государственно-частного партнерства. Помимо таких важных аспектов, как привлечение капитала для инвестиций в инфраструктуру и разделения рисков, государственно-частное партнерство также помогает во внедрении инноваций, создании рабочих мест и обеспечении экономического роста.

Целью государственно-частного партнерства с экономической точки зрения является стимулирование привлечения частных инвестиций в производство услуг, работ и потребительских товаров, которые должны быть обеспечены публично-правовыми образованиями за счет средств соответствующих бюджетов. Оно позволяет сократить долю участия государства в экономическом обороте, когда же задачи могут быть эффективнее выполнены бизнесом. При этом государственно-частное партнерство – это не при-

Роман БОНДАРЧУК

А ГДЕ ЖЕ СВОБОДА ДЕЙСТВИЙ?

Я решил стать предпринимателем и открыть свой физкультурно-оздоровительный клуб. Подготовил документы. Районные хокимиат, налоговая инспекция, центр госсанэпиднадзора дали добро. Но я решил на всякий случай проконсультироваться у опытных предпринимателей перед тем, как приступить к работе. Они-то мне и рассказали о «подводных камнях», подстерегающих новичков в бизнесе.

Мои опытные инструкторы начали разговор с тем, что разложили мне все по «полочкам». Допустим, ты решил открыть спортклуб, оборудовал его: установил санузлы, кондиционеры, зеркала, кабинки для одежды, различный спортивный инвентарь. Все вроде в норме. Стал появляться народ. Молодежь, пожилые люди начали приходить в удобное для них время. Для мажахали ты ввел льготу – освободил некоторые категории граждан от уплаты взносов за тренировки. Да и цены на абонементы сделал приемлемые: без инструктора – 70 000 сумов, с инструктором – 100 000 сумов. Желающий может тренироваться целый день, а если по каким-то причинам не смог прийти, то его часы и уплаченные деньги сохраняются, так что он, когда вновь придет на тренировку, может продолжать заниматься. Конечно, помещение у спортклуба небольшое, и за весь день в нем может собраться около 50 человек. Бывают дни, что и 20 человек нет, а то и 10. А потом вдруг произойдет визит «варягов» в лице различных комиссий и представителей инстанций со всем возможными проверками...

В первый же месяц работы спортклуба ко мне помимо комиссий с проверками пришли сотруд-

ники Центра сертификации (паспортизации) и компьютеризации Министерства физической культуры и спорта Республики Узбекистан. Они стараются диктовать свои условия, так, в 2019 году все спорткомплексы обязаны приобрести сертификат (паспорт). Причем его оплата должна быть произведена со 100-процентной предоплатой – в размере 1 млн 347 тыс 975 сумов! При этом предпринимателю не оказывается взамен никакой помощи: ни финансовой, ни материальной. В случае неуплаты за документ обозначенной суммы, центр угрожает закрытием спортклуба и новой вереницы проверок. В таком непростом положении сейчас находятся спортклубы.

В этом году положение таково. Допустим, ты платишь единый налог государству – 5 процентов. В среднем зал даст суточную прибыль в размере 2,5 млн, а 5 процентов от нее это 125 000 сумов. Вроде бы жить можно. Но Министерство физической культуры и спорта Республики Узбекистан в лице того же центра, начинает повторно требовать с твоего спортклуба приобрести (это услуга не бесплатная) паспорт на спортивно-оздоровительное помещение, в котором должны быть копия кадастра и фотография

КОГДА РАБОТА ПО ДУШЕ

Заглянув как-то раз на оптовый базар, расположенный по улице Катартал, я обратил внимание на маленький магазинчик, в котором красовались изящно, со вкусом изготовленные курпачи, подушки-чехлы для чайников, скатерти, жилетки, постельное белье, покрывала и многое другое подобного рода.

В магазине-мастерской работали две женщины. Именно они создают все эти, необходимые в быту вещи. Представившись, я попросил одну из них рассказать о себе и изготавливаемой в мастерской продукции.

– Зовут меня Машкура Киличева, – рассказала женщина. – Я работаю вместе с сестрой Мавлюдой. Мы организовали семейное предприятие под названием «Абдувахид Турсудхон Файс». На рынке товаропроизводителей оно уже 25 лет. Шьем вещи, необходимые для дома. Это курпачи, скатерти, подушки, жилетки, чехлы для чайников, покрывала, постельное белье, халаты, дастарханы и так далее – всего около 100 видов продукции.

Я окончила инженерно-экономический факультет Ташкентского института текстильной и легкой промышленности, полученные знания очень пригодились при открытии своего дела. Не скрою, но это правда, первым моим педагогом в приобретении навыков шитья и моделирования была мама, Турдухон-ая. Она обучила нас с сестрой шитью, вязанию, во время работы рассказывала нам, что она именно делает, как называется данная вещь, что надо для того, чтобы она получилась красивой и прочной, какие нитки бывают и какие из них лучше всего использовать в том или ином случае.

Я и сестра рады, что мама научила нас этому, столь нужному людям ремеслу. Именно благодаря ей мы имеем надежное дело, которое приносит заработок и делает нас полезными окружающим. Ведь умение сделать



своими руками какую-нибудь нужную вещь – самое надежное в жизни качество, способное выручить в любой ситуации. Нитки, иголки и ножницы издавна были главными средствами заработка на жизнь. И сейчас без них никуда. Если умеешь делать предметы обихода для себя, то можешь и для других.

Алексей ПОПОВ

Фото автора

«Я ЗНАЮ, ЧТО НАДО ДЕЛАТЬ»

Произошедшая в последние годы либерализация внешней торговли открывает дополнительные возможности по расширению сотрудничества с зарубежными партнерами, развитию туризма, привлечения инвестиций в экономику Узбекистана.

По мнению ведущих экспертов, благодаря огромным трудовым ресурсам и уникальным природно-климатическим условиям наша страна имеет все шансы занять лидирующие позиции по отдельным статьям экспорта, особенно сельскохозяйственной продукции. И это даже в условиях обостряющейся конкуренции за рынки ее сбыта.

– В настоящее время наиболее актуальной задачей, стоящей перед государством и обществом, становится ускоренное развитие внешней торговли посредством создания развитленной сети отечественных торговых домов и компаний по всему миру, – рассказывает предприниматель из Яккасарайского района Хайрулла Тиллахужаев. – Это будет способствовать ускоренному развитию целого ряда экономических отраслей, особенно аграрного сектора, укреплению национальной валюты, созданию дополнительных рабочих мест.

Специалист с высшим образованием в сфере международного бизнеса Х. Тиллахужаев уже не один год работает в торговле. Он сумел наладить партнерские отношения сразу с несколькими компаниями оптовой торговли и логистики в странах Европейского Союза. Накопил обширные знания в области туризма, банковского дела и т. д., а главное – научился работать с производителями напрямую, без посредников.

– Положительный опыт Китая, Республики Корея и России доказывает, что наличие развитленной сети внешнеигородовых представительств открывает хорошие возможности для товаропроизводителей, укрепляет их экспортный потенциал, – продолжает рассказ Х. Тиллахужаев. – Если

мы последуем этому примеру, то сможем создать хорошие условия для сельхозпроизводителей, дадим им шанс наладить партнерские отношения с зарубежными инвесторами и компаниями. Я могу предложить целый комплекс идей и проектов в области торговли и логистики, которые можно осуществить при непосредственной поддержке правительства. Мне вовсе не нужна материальная поддержка, все сделаю своими силами и ресурсами. Если меня услышат, и в результате будут принятые меры по государственному стимулированию предлагаемых проектов, то за какие-то два года наши торговые представительства распахнут свои двери в странах Европы, в Сингапуре, Объединенных Арабских Эмиратах и т. д. Это также откроет новые возможности перед туристическими агентствами.

Отметим, что сегодня международная индустрия туризма является одним из важнейших секторов, служит источником не только поступления твердой валюты, но и создания новых рабочих мест, влияет на экономическое, культурное и социальное развитие регионов и стран. Согласно данным Всемирной туристской организации (UNWTO), на данный индустрии приходится около десяти процентов мирового валового продукта.

Как член УзЛиДеП Х. Тиллахужаев уделяет должное внимание подготовке специалистов, владеющих иностранными языками, обладающих современными знаниями в сфере ИКТ, успешно занимающихся рекламой отечественных товаров.

Х. УБАЙДУЛЛАЕВ

спортзала. Зал должен будет ежегодно платить около 18 млн + за справку ЦГСЭСН (202 730 сумов), умноженное на 18, в результате чего получается 3 млн 649 тыс 140 сумов. Налог в месяц – 125 000 сумов + ежемесячная плата в министерство – 925 000 сумов. И получается, что наше государство получит в 3 раза меньше налога только из-за деятельности Центра сертификации и компьютеризации Министерства физической культуры и спорта Республики Узбекистан. Где тут логика?

Спрашивается, за что и почему предприниматель должен платить названному центру! Ведь предприниматель свободное хозяйственное лицо и имеет право сам регулировать свою деятельность, определять, какие услуги оказывать населению, регулировать их стоимость и гибкость цен, назначать зарплаты сотрудникам. Нельзя забывать и про обновление тренажеров, ремонт оборудования – на это тоже нужны деньги. И потом, надо учесть, что в тренажерный зал ходят население со средним достатком, а то и откровенно низким, поэтому высокие цены на услуги не выгодны. В сертификате (паспорте) указывается, что предприниматель сам обращается в центр, не требуя и не прося взамен никакой помощи, а если он не обратится, то центр закроет спортклуб. Вот какая безрадостная ситуация складывается сегодня со спортивно-оздоровительными клубами. Получается, что предприниматель, желавший вложить свои финансы в дело оздоровления населения и привлечения молодежи к здоровому образу жизни, должен испытывать постоянные неудобства. А ему вместо того, чтобы спасибо сказать, создают всевозможные финансовые и моральные трудности.

Напрашивается вопрос: а где же свобода предпринимательства?

Сардор ИНОЯТОВ

ВНИМАНИЕ – НЕГОСУДАРСТВЕННЫМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ УЧРЕДЕНИЯМ

Министерством народного образования Республики Узбекистан организована встреча с представителями негосударственных образовательных учреждений, сообщает УзА.

В мероприятии приняли участие ответственные лица сферы, представители Государственной инспекции по надзору за качеством образования, члены Ассоциации негосударственных образовательных учреждений Узбекистана.

Министр народного образования Шерзод Шерматов отметил, что в нашей стране негосударственным образовательным учреждениям уделяется большое внимание.

Частные школы не могут развиваться сами по себе. Поэтому улучшение качества образования в данных учебных заведениях является актуальной задачей. На встрече говорилось о важности выявления проблем, препятствующих развитию негосударственных образовательных учреждений.

Если в 2016 году в Узбекистане действовали 24 негосударственных образовательных учреждения, то к 2018 году их число превысило 84. Несмотря на это, существуют проблемы, препятствующие их развитию. На примере, частные школы сталкиваются с трудностями в вопросах налогообложения, получения учебников и лицензий, а также организации обучения детей из малообеспеченных семей.

На встрече рассмотрены вопросы внедрения современных методов в процесс образования и утверждения учебных программ. Вместе с этим было отмечено, что негосударственные образовательные учреждения могут совместно с Республиканским центром образования разрабатывать и реализовывать учебные программы на основе современных методов и опыта зарубежных стран.

В завершение встречи ответственными лицами Министерства народного образования Республики Узбекистан даны рекомендации представителям негосударственных образовательных учреждений по подготовке предложений касательно решения существующих проблем и совершенствования национального законодательства в этом направлении. Особо подчеркнуто, что министерство готово сотрудничать с инвесторами, желающими осуществить проекты в сфере негосударственного образования.

Н. УСМАНОВА

ОБСТОЯТЕЛЬНАЯ БЕСЕДА

В Ташкентском институте инженеров железнодорожного транспорта состоялась беседа за «круглым столом», посвященная очередной годовщине со дня рождения Первого Президента Республики Узбекистан, сообщает УзА.

В мероприятии, организованном АО «Узбекистон темир йуллари» совместно с Научно-просветительским мемориальным комплексом и Республиканским благотворительным общественным фондом имени Ислама Каримова, принял участие представители государственных и общественных организаций, писатели и поэты, ученые-историки, профессора и преподаватели института, а также молодежь.

Супруга Первого Президента нашей страны Т. Каримова, ректор Ташкентского института инженеров железнодорожного транспорта М. Расулов и другие отметили, что в стране под руководством главы государства Шавкат Мирзиёева проводится культурно-просветительская работа по широкой пропаганде многогранной жизни и деятельности Первого Президента Узбекистана. На мероприятии говорилось о его непростом жизненном пути, многолетнем и успешном руководстве нашей страной.

– Его день рождения является исторической датой, – говорит студент Ташкентского института инженеров железнодорожного транспорта Азгамжон Умаралиев. – И поэтому почитание его памяти является нашим человеческим долгом, знаком уважения к нашей истории.

На мероприятии были также заслушаны доклады о жизни и деятельности Первого Президента страны. Акционерное общество «Узбекистон темир йуллари» представило документальный фильм на эту тему.

Гулназа БОБОЕВА

СОСТОИТСЯ АКЦИЯ «СДЕЛАЙ ШАГ К ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ»

Постановление главы государства «О мерах по профилактике неинфекционных заболеваний, поддержке здорового образа жизни и повышению уровня физической активности населения» от 18 декабря 2018 года служит дальнейшему совершенствованию работы по формированию здорового образа жизни у населения, информирует УзА.

В целях обеспечения исполнения данного постановления Министерством здравоохранения Республики Узбекистан и Всемирной организацией здравоохранения запланировано проведение совместной акции «Сделай шаг к здоровой жизни».

Мероприятие, проведенное в гостинице «Miram International hotel» в Ташкенте, было посвящено организации этой акции.

Такие неинфекционные заболевания, как заболевания сердечно-сосудистой системы, инсульт, рак, хронические заболевания органов дыхания и сахарный диабет, возникают из-за артериального давления, употребления алкоголя и курения, высокого уровня холестерина в крови, лишнего веса, недостаточного употребления овощей и фруктов и низкой физической активности.

– В целях предупреждения неинфекционных заболеваний и поддержки здорового образа жизни организуется акция «Сделай шаг к здоровой жизни», – говорит доцент Ташкентского педиатрического медицинского института Гулчехра Махкамова. – В рамках акции будут проведены семинары, встречи и беседы среди населения. Наша цель – напомнить людям о важности ведения здорового образа жизни, употребления овощей и фруктов, пагубных последствиях злоупотребления алкоголем и курения.

Акция «Сделай шаг к здоровой жизни» проходит с 25 января по 26 февраля текущего года.

Насиба ЗИЕДУЛЛАЕВА



На спортивных аренах

ПОБЕДНОЕ ШЕСТЬЕ ТЕННИСИСТОВ

Наши соотечественники успешно выступают в организованных международной федерацией тенниса престижных соревнованиях, проходящих в России среди мужчин и в Казахстане – среди юниоров, сообщает УзА.

В первом круге состязаний основной сетки турнира серии «Фьючерс», проходящих в городе Казани, большинство узбекских теннисистов одержали победу в своих матчах. В частности, Хумоон Султонов одолел сербского теннисиста Бориса Бутулья, Санжар Файзиев – россиянина Александра Игошина, а Сергей Фомин нанес поражение теннисисту из России Алибеку Качмазову.

Во втором круге турнира среди юношей, проходящих в городе Алматы, наш соотечественник Марк Тирякин победил россиянина Богдана Селезнева, Олимжон Набиев выиграл у казахстанского теннисиста Данила Озерного, Одил Каримов переиграл украинца Олексия Шестакова, а Бекзод Расаматов одолел представителя хозяев турнира Шохруха Гайратова. Победители матчей вышли в четвертьфинал.

В парных состязаниях чемпионата наш соотечественник Одил Каримов в паре с казахстанским теннисистом Ерасилом Муратом победили представителя хозяев турнира Данилу Озерного и таджикского теннисиста Азада Рахмана.

Выступающая за нашу страну в парных состязаниях среди девушек Милана Масленкова вместе со спортсменкой из Казахстана Елизаветой Карловой нанесли поражение дуэту Александры Корниловой и Дарьи Зелинской из России.

Ж. ТАШХОДЖАЕВ

Добрые советы

ВИТАМИНЫ, НЕОБХОДИМЫЕ ЗИМОЙ

Лучшие витамины зимой – это не только пригоршня таблеток из аптечки, а еще и правильное сбалансированное питание. В этот период организм остро нуждается в поступлении питательных веществ, поскольку нехватка солнца и вирусные инфекции значительно ослабляют иммунитет. Сонливость, хроническая усталость, ломкие волосы и ногти, шелушение кожи – знакомые многим «симптомы». А ведь это первые признаки авитаминоза.

Все лето употребляли свежие овощи и фрукты? Это совсем не означает, что вы выполнили «витаминный план» на весь год. Наш организм не способен накапливать на долгий период полезные вещества. Поэтому зимой постараитесь по максимуму наполнить свой рацион здоровой пищей. А поскольку натуральные овощи зимой в дефиците, можно купить витаминный комплекс.

Какие витамины лучше принимать зимой, чтобы быть в тонусе и поддержать иммунитет?

Витамин А отвечает за состояние защитных сил организма, помогает организму бороться с простудой и инфекциями, которым зимой особенно сложно избежать. Отвечает за состояние зубов, костей и правильное распределение жировых отложений в организме. Витамин А богаты желтые, красные и зеленые овощи и фрукты, многие ягоды и травы, абрикосы, морковь, тыква, шпинат, петрушка. Также богаты витамином А такие продукты, как печень, рыбий жир, личинки желтого гусеницы, обезжиренное молоко и зерновые культуры.

Витамины группы В отвечают за работу нервной системы и улучшают состояние кожи. При недостатке этого элемента в организме, мы впадаем в депрессию, преображаем в перманентном плохом настроении, страдаем от бессонницы. Так же на недостаток витаминов группы В оказывают сухость и шелушение кожи. Витамины группы В содержатся в молоке, бобовых, рисе, мясе птицы, яйцах, сыре и твороге, а также в апельсиновом соке.

Витамин С – один из наиболее важных и незаменимых в зимнюю пору витаминов. Именно он помогает нам справиться с простудными заболеваниями, повысить защитные силы организма. Благо, этот витамин зимой легкодоступен, так как содержится в большом количестве в цитрусовых: мандаринах, апельсинах, грейпфрутах. Также витамином С богаты киви и другие фрукты, а также овощи, которые не составят труда найти в каждом супермаркете: груши и яблоки, гранаты. Содержится он и в шиповнике, из которого получается хорошая добавка к чаю. Не стоит обделять вниманием и квашенную капусту. В людом зимнем блоде наших бабушек витамина С даже больше, чем в цитрусах.

Витамин D необходим для роста и прочности костей. В большом объеме содержится в печени, рыбе, мясе, яйцах, твороге, сыре. Так же витамин D вырабатывается в коже, когда человек находится на солнце.

Витамин Е. Это источник молодости, способствует замедлению старения организма человека. Особенно благотворное влияние он оказывает на репродуктивную способность женщин.

Витамин Р нормализует давление, немаловажна его особенность – укрепление сосудов. Примечательно, что витамин Р человек не способен самостоятельно вырабатывать, поэтому его мы получаем исключительно с пищей и благодаря приему витаминов и минералов – как добавку к пище. Содержится та-

кий витамин во всех цитрусовых, некоторых видах ягод (малина, черная смородина, ежевика), в томатах, болгарском перце, винограде, листьях салата, каше, чесноке, сливках.

Витаминные комплексы. Чтобы избежать хронической нехватки витаминов рекомендуется принимать специальные витаминные комплексы. Разумеется, они не заменят естественные продукты – лучших источников витаминов. Но иногда организму, например, во время болезни, требуется повышенная доза витаминов. И тогда витаминные комплексы незаменимы. Как правило, они содержат большую часть необходимых человеческому организму витаминов. При изготовлении комплексов используются таких специальные технологии, которые направлены на то, чтобы позволить организму одновременно усваивать разнообразные витамины.

При приеме витаминов следует иметь в виду, что избыток того или иного витамина может принести не пользу, а вред. Причем иногда даже больший, чем его недостаток, вплоть до тяжелейших отравлений. Поэтому принимать витамины нужно строго в соответствии указаниями врача и дозировкой.

Питайтесь сбалансированно, не пренебрегайте свежими фруктами и овощами в своем рационе. Достаточное количество витаминов, поступающих к нам в организм с приемом пищи, поможет пережить холодную зимнюю пору без потери внешней привлекательности, хорошего настроения и тонуса.

Блюда из бобов помогают предотвратить сердечный приступ. Американские ученые нашли свидетельство того, что потребление бобов играет очень весомую роль в снижении риска сердечно-сосудистых заболеваний.

Исследователи из Университета Колорадо заявили о том, что при помощи бобов вполне реально предотвратить сердечный приступ – это происходит благодаря тому, что за счет прибавки бобовых в рационе увеличивается общая антиоксидантная активность организма.

Данный вывод был сделан после проведения эксперимента с участием животных и людей. На первом этапе проводились лабораторные исследования, в которых задействовали страдавших ожирением мышей и крыс. Животных перевели на бобовую диету и это дало выраженный эффект снижения уровня холестерина в из крови. Мыши, которые питались фасолью, уменьшили свой вес. Улучшение показателей числа липидов у них привело к восстановлению нормального функционирования сердечно-сосудистой системы.

На следующем этапе проекта специалисты изучали проблемы с сердцем у пациентов с диабетом. Оказалось, что употребление бобов очень полезно и им. Диабетикам этот продукт помогал добиться улучшения в работе миокарда. Потребление бобов может играть важную роль в снижении риска сердечно-сосудистых заболеваний за счет увеличения общей антиоксидантной активности и понижения экспрессии гипергликемического состояния, активности каталазы, супероксиддисмутазы и повреждения тканей, вызванных перекислением липидов.

Работа американских ученых стала очередным подтверждением существенной пользы бобов. До этого врачи делились мнением о том, что употреблять горох, фасоль, горох или других видов бобовых следует каждый день – это один из лучших способов укрепить свое здоровье. По словам медиков, бобы защищают от развития гипертонии, ожирения и рака, а также помогают долго не стареть.

Подготовила Л. ЛАРИНА

ТЕЛЕФОНЫ:
отдел рекламы и объявлений:
(0-371) 233-28-95
факс: (0-371) 233-29-55

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

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

Способ печати — офсетный.
Формат — А-2
Объем — 2 п.л. Тираж 1519

Ответственный за выпуск
А. Алимкулов
Время подписания в печать по графику: 13.00

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

Газета сверстана в компьютерном центре редакции

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

Главный редактор
Акмаль АКРАМОВ

Реклама и объявления

УТЕРЯННЫЙ

план БТИ на дом, расположенный по адресу: г. Ташкент, Шайхантаурский р-н, ул. Катта баг – Костерна, д. 24, выданный БТИ Шайхантаурского р-на на имя Омоновой Умры,

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ.

УТЕРЯННЫЙ

план БТИ на дом, расположенный по адресу: г. Ташкент, Шайхантаурский р-н, ул. Катта баг – Костерна, д. 26, выданный БТИ Шайхантаурского р-на на имя Карабеева Худайберди,

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ.

УТЕРЯННЫЕ

план и домовую книгу дома, расположенного по адресу: г. Ташкент, Юнусабадский р-н, 3-й проезд ул. Бодомзор, д. 16, выданный БТИ Юнусабадского р-на на имя Рахимова Латифа Бахтияровича,

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМИ.

УТЕРЯННЫЕ

кадастровый документ на дом, расположенный по адресу: г. Ташкент, Яннабадский р-н, 2-й проезд ул. Хавастская, д. 88, выданный БТИ Яннабадского р-на на имя Содикова Хамида,

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ.

УТЕРЯННЫЕ

кадастровые документы на дом, расположенный по адресу: г. Ташкент, Алмазарский р-н, ул. Лянгар, д. 119, выданные БТИ Алмазарского р-на на имя Шамуродовой Муниры Рахимджановны,

СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМИ.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

Претензии принимаются в течение месяца после опубликования объявления по адресу: г. Ташкент, Яккасарайский р-н, ул. Кичик Бешегоч, д. 130, на основании решения учредителей № 1 от 31 января 2019 г.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

Претензии принимаются в течение двух месяцев после опубликования объявления по тел. (+99897) 155-09-22.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

Претензии принимаются в течение двух месяцев после опубликования объявления по тел. (+99897) 420-90-60.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

ООО «UKUBAEVA LAB GROUP» (ИНН 304388574), зарегистрированное центром «Одно окно» Яккасарайского р-на за регистрационным № 5371-11 от 28.05.2010 г. на основании решения собрания участников ООО (протокол № 3) от 30 января 2019 г. реорганизуется путем присоединения к обществу с ограниченной ответственностью «STOCK GROUP», которое и становится право-преемником.

Претензии принимаются в течение месяца после опубликования объявления по адресу: г. Ташкент, Яккасарайский р-н, ул. Кичик Бешегоч, д. 130, на основании решения учредителей № 1 от 31 января 2019 г.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

Претензии принимаются в течение двух месяцев после опубликования объявления по тел. (+99897) 155-09-22.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

ООО «МАНТОВ NUR» (ИНН 305184646), зарегистрированное центром «Одно окно» Шайхантаурского р-на от 25.12.2017 г. под реестровым № 560552 на основании решения учредителя от 30.01.2019 г.,

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

Претензии принимаются в течение двух месяцев после опубликования объявления по адресу: г. Ташкент, Шайхантаурский р-н, ул. Навои, д. 69.

Тел. (+99893) 541-09-05.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

СП ООО «Pola Commerce» (ИНН 300228592), зарегистрированное Министерством юстиции Республики Узбекистан от 23 июля 2009 г. за регистрационным № 4333 (реестр № 1021), расположено по адресу: г. Ташкент, ул. Мустакиллик, д. 59а, на основании решения учредителей № 1 от 14.01.2019 г.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

Претензии принимаются в течение двух месяцев после опубликования объявления по адресу: г. Ташкент, Яккасарайский р-н, ул. Кичик Бешегоч, д. 130 на основании решения учредителей № 1 от 31 января 2019 г.

ЛИКВИДИРУЕТСЯ.

На следующем этапе проекта специалисты изучали проблемы с сердцем у пациентов с диабетом. Оказалось, что употребление бобов очень полезно и им. Диабетикам этот продукт помогал добиться улучшения в работе миокарда. Потребление бобов может играть важную роль в снижении риска сердечно-сосудистых заболеваний за счет увеличения общей антиоксидантной активности организма.

Д

ан

и

з

и

и

и

и

и

и

</div