



KONCHILAR HAYOTI

Gazeta 1991-yildan chiqa boshlagan

№23 (809), 2025-yil 13-dekabr

facebook.com/nkmkofficial

t.me/ngmkofficial

instagram.com/nkmk.official

www.ngmk.uz



■ O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasining 33 yilligiga

KONSTITUTSIYA – DAVLATNING HUQUQIY POYDEVORI



Bosh Qomusimiz qabul qilinganining 33 yilligi
“Konstitutsiya — inson qadri, erkinlik, tenglik va adolat garovi!” degan bosh g'oya asosida nishonlangani bejizga emas. Chunki Yangi O'zbekiston strategiyasida belgilangan ustuvor yo'nalishlarni o'zida mujassam etgan yangi tahrirdagi Konstitutsiyamiz fuqarolarimiz va jamiyatimiz hayotida beqiyos ahamiyat kasb etmoqda.

Quvondiq SANAQULOV,
“Navoiy kon-metallurgiya kombinati” AJ
Boshqaruvi raisi –
Bosh direktori,
senator.

Yangi O'zbekistonni bunyod etish yo'lidagi Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyev rahnamoligida ortga qaytmas demokratik islohotlar izchil amalga oshirilmoqda. Mamlakatimiz pragmatik tashqi siyosat yuritmoqda, jahon hamjamiyati bilan ochiq va faol muloqot olib bormoqda. Bosh Qomusimiz davlatimiz taraqqiyo-tining huquqiy poydevori sifatida keng ko'lamli islohotlarni izchil va muvaffaqiyatli amalga oshirish, fuqarolarimiz huquq va erkinliklarini muhofaza qilish, demokratik jamiyat qurish hamda mamlakatimiz ravnaqiga xizmat qilmoqda.

Konstitutsiyamizning 14-moddasida qayd etib o'tilganidek, davlat o'z faoliyatini inson farovonligini va jamiyatning barqaror rivojlanishini ta'minlash maqsadida qonuniylik, ijtimoiy adolat va birdamlik prinsiplari asosida amalga oshiradi. Bu borada so'nggi yillarda mamlakatimizda yuz berayotgan yangilanish va o'zgarish jarayonlari davlatchilik rivojining yangi bosqichga ko'tarilishida hal qiluvchi omilga aylanmoqda. Bu jarayonlar avvalo boshqaruv tizimini modernizatsiya qilish, jamiyatda ochiqlik va shaffoflikni ta'minlash, davlat idoralari faoliyatini samarali tashkil etish kabi vazifalarni o'z ichiga olib, davlat va jamiyat munosabatlarini yanada yuqori bosqichlarga olib chiqmoqda.

Bu o'zgarishlarning zamirida xalqimizning faol fuqarolik pozitsiyasi, jamiyatda hamjihatlik va birdamlik jamiyatining mustahkamlanishi muhim o'rin tutmoqda.

Shu bilan birga, davlat rahbarining qat'iy irodasi, islohotlar strategiyasidagi izchillik va amaliy natijalarga yo'naltirilgan yondashuv mamlakatdagi siyosiy va ijtimoiy barqarorlikni ta'minlab bermoqda.

Yangi davrning yana bir muhim jihati — aholi tafakkurida kuzatilayotgan o'zgarishlardir. Xususan, fuqarolarda tashabbuskorlik, mas'uliyat va fidoyilik kabi fazilatlar shakllanib boryapti. Bu esa, o'z navbatida, jamiyatda ma'naviy yuksalish jarayonini kuchaytirib, taraqqiyotning barqaror asoslarini yaratishga xizmat qilmoqda.

Huquq va erkinliklar ta'minlangan, odamlari erkin yashab, mehnat qilib, daromad topadigan mamlakatda davlat ham, jamiyat ham rivojlanadi. Zero, Yangi O'zbekistonda amalga oshirilayotgan islohotlarning zamirida eng avvalo “Inson qadri uchun” degan

ezgu g'oya turibdi. Keyingi sakkiz yilda mamlakatimiz iqtisodiyotiga 130 milliard dollarlik investitsiya kirib keldi, ko'plab yangi quvvatlar ishga tushirildi, ming-minglab doimiy ish o'rinlari yaratildi, tadbirkorlikka keng yo'l ochilib, aholiga qulay mehnat sharoiti yaratib berilganligi tufayli jon boshiga daromad 3,5 ming dollarga yetdi. Yurtimizda har bir fuqaroning huquq va erkinliklarini ta'minlash, ular uchun zarur mehnat sharoitlarini yaratib berish hamda ijtimoiy himoya qilish bo'yicha mustahkam qonuniy asoslar yaratildi.

Asosiy Qomusimizning 68-moddasiga ko'ra yer, yerosti boyliklari, suv, o'simlik va hayvonot dunyosi va boshqa tabiiy resurslar umummilliy boylikdir. Ulardan oqilona foydalanish zarur va ular davlat muhofazasidadir, deb mustahkamlangan. Mazkur moddaning ahamiyati shundaki, birinchidan, tabiiy boyliklarimiz xalqimizning boyligi va mulki ekanligi, ikkinchidan, tabiiy resurslardan faqat oqilona foydalanish zarurligi, uchinchidan, respublikamiz tabiati davlat muhofazasiga olinganligi kabi muhim tamoyillarni mustahkamlaydi.

Navoiy kon-metallurgiya kombinati yerosti boyliklarini o'zlashtirishda o'z oldiga ijtimoiy mas'uliyatni olgan holda tabiiy resurslardan oqilona foydalanish bo'yicha aniq chora-tadbirlarni amalga oshirib kelmoqda. Ayniqsa, yashil energikadan keng foydalanish va suv resurslarini tejash bo'yicha salmoqli natijalarga erishilmoqda.

Xulosa qilib aytganda, Konstitutsiya O'zbekistonda demokratik islohotlar, inson huquqlari himoyasi va jamiyat barqaror rivojlanishining asosiy huquqiy poydevoridir. So'nggi yillarda mamlakatda boshqaruv tizimi yangilanib, iqtisodiyotga katta investitsiyalar kirib, fuqarolar farovonligi oshmoqda. Tabiiy resurslar xalq boyligi sifatida muhofaza qilinib, ulardan oqilona foydalanish siyosati izchil amalga oshirilmoqda. Bu, Konstitutsiya hayotiyligining amaliy ifodasidir.

■ Yangiliklar. Xabarlar.

S&P Global
RatingsBB
Outlook 'Stable'

“NKMK” AJNING KREDIT REYTINGI “BB” DARAJASIGACHA OSHDI

“S&P Global Ratings” xalqaro reyting agentligi “Navoiy kon-metallurgiya kombinati” AJning uzoq muddatli kredit reytingini “Barqaror” prognozi bilan “BB” darajasigacha oshirganini e'lon qildi.

“S&P Global Ratings” xalqaro reyting agentligi O'zbekiston Respublikasining suveren reytingini oshirganidan so'ng, “NKMK” AJning kredit reytingini yangiladi. Reytingdagi ijobiy o'zgarish kompaniyaning mustahkam moliyaviy holati va faoliyatining barqarorligini aks ettiradi.

Reyting prognozi O'zbekiston Respublikasining suveren kredit reytingiga mos keladi. Reyting agentligi tomonidan “NKMK” AJ amaldagi moliyaviy yondashuvni saqlab qolishi orqali mamlakat iqtisodiyotiga o'z salmoqli hissasini qo'shishda davom etishi kutilmoqda.

“NKMK” AJ Matbuot xizmati.

2-GMZ CHIQINDI SAQLASH OMBORI KENGAYTIRILMOQDA

Navoiy kon-metallurgiya kombinatida bosqichma-bosqich amalga oshirilayotgan muhim investitsion loyihalardan biri – 2 va 7-gidrometallurgiya zavodlarining chiqindilarini birgalikda saqlash uchun 2-gidrometallurgiya zavodi chiqindi saqlash omborini kengaytirish va rekonstruksiya qilishga qaratilgan.



Mazkur loyiha doirasida 2032-yilgacha ushbu zavodlarda ishlab chiqarish jarayoni natijasida hosil bo'ladigan chiqindilarni birgalikda saqlash uchun yangi maydonlar barpo etilmoqda. Qurilish-montaj ishlari Zarafshon qurilish boshqarmasi tomonidan jadal sur'atlarida olib borilmoqda.

Mazkur investitsion loyiha doirasida 2-gidrometallurgiya zavodining birinchi va ikkinchi chiqindi saqlash omborlarida to'g'onlarni turli balandliklarga ko'tarish bo'yicha ishlar amalga oshirilmoqda. Hozirgi vaqtga qadar uzunligi 12 kilometrdan ortiq quvurlar tortilib, 75 ta kom-

pensator, turli o'lchamdagi 60 tadan ortiq zulfilar montaj qilindi. Loyiha uchun zarur asbob-uskunalar kombinatning Navoiy mashinasozlik zavodi, Markaziy kon boshqarmasining Zarafshon ta'mirlash mexanika zavodi hamda “Toshkent quvur zavodi” MChJda tayyorlanib, yetkazib berilmoqda, – deydi Markaziy kon boshqarmasi Qurilish bo'limi boshlig'i Xurshid Oydinov.

Ushbu investitsion loyihaning amalga oshirilishi zavodlarning texnologik chiqindilarini xavfsiz saqlanishini ta'minlaydi.

Aziza IRISOVA.

BOSH QOMUSIMIZ – ERKINLIK VA ADOLAT KAFOLATI

Har yili 8-dekabr kuni mamlakatimiz siyosiy, huquqiy va ma'naviy hayotida beqiyos o'rin tutadigan muhim sana – O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi kuni keng nishonlanadi. Ushbu tarixiy hujjat jahonning ilg'or demokratik an'analari, milliy qadriyatlar va xalqimizning asriy orzu-intilishlari uyg'unligida yaratilgan bo'lib, davlat va jamiyat barqaror rivojlanishining mustahkam huquqiy poydevorini tashkil etadi.

So'nggi yillarda Konstitutsiyaga kiritilgan o'zgarish va qo'shimchalar yangi jamiyat talablariga, davlat boshqaruvidagi yangilanishlarga hamohang ravishda amalga oshirildi. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi dastlab 1992-yil 8-dekabrda qabul qilingan bo'lib, 128 moddadan iborat edi. Bu muhim hujjat yangi tahrirda referendum orqali 2023-yil 30-aprelda qabul qilingan va moddalar soni 128 tadan 155 tagacha, undagi normalar soni esa 275 tadan 434 tagacha oshirilgan. Bu esa Konstitutsiyaning mazmunan kengayishi va zamon talablariga moslashganligidan dalolat beradi. Ayniqsa, 2023-yilgi konstitutsiyaviy islohotlar inson qadri, ijtimoiy davlat tamoyillari, mahalla tizimini mustahkamlash, tadbirkorlik erkinligini kengaytirish kabi masalalarda tub burilish yasadi. Bularning barchasi xalqimiz farovonligini oshirishga qaratilgani bilan ahamiyatlidir.

Inson huquqlari va qonun ustuvorligini ta'minlash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Huquqni muhofaza qiluvchi organlar, jumladan, prokuratura organlari zimmasiga inson huquqlarining buzilishiga yo'l qo'ymaslik, shuningdek, ularni tiklash bo'yicha tizimli nazorat va amaliy choralar ko'rish vazifasi yuklatilgan. Shu jihatdan, joriy yilda Ixtisoslashtirilgan prokuratura tomonidan 500 nafardan ortiq fuqarolarning buzilgan huquq va manfaatlarini tiklangani

alohida e'tiborga molik. Ushbu ko'rsatkich prokuratura organlarining konstitutsiyaviy tamoyillarga sodiqligini, fuqarolarning huquqiy himoyasi yo'lidagi samarali va natijador faoliyat olib borilayotganini yaqqol namoyon etadi. Tiklangan har bir huquq — bu Konstitutsiyada belgilangan inson qadri uchun xizmat qilayotgan amaliy adolatdir.

Konstitutsiya kuni — nafaqat tarixiy sana, balki har bir fuqaro uchun huquqiy madaniyatni yuksaltirish, Vatani taqdiriga mas'uliyat hissini kuchaytirish, yurtimiz taraqqiyligiga hissa qo'shishga chorlaydigan ezgu bayramdir. U mamlakatimizning bugungi yutuqlari, ertangi kuniga bo'lgan qat'iy ishonch va intilishlarning huquqiy kafolatidir.

Mamlakatimizda Asosiy qonun qabul qilingan kun “Konstitutsiya — inson qadri, erkinlik, tenglik va adolat garovi!” degan bosh g'oyani o'zida mujassam etgan bayram sifatida keng nishonlanganining yana bir muhim dalili — bu Prezident tomonidan qabul qilingan “O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi kuni bayramiga tayyorgarlik ko'rish va uni o'tkazish to'g'risida”gi farmoyishdir. Mazkur farmoyishda Konstitutsiyaning 33 yilligi munosabati bilan o'tkaziladigan tadbirlar yuksak saviyada, mazmunli va xalqimizning ma'naviy-ruhiy talablariga mos tarzda tashkil etilishi ko'zda tutilgan.

di. Shu maqsadda maxsus Tashkiliy qo'mita tuzilib, uning tarkibi tasdiqlandi. Ushbu qo'mita mamlakatning barcha hududlarida — Qoraqalpog'iston Respublikasi, viloyatlar, Toshkent shahri, shuningdek, shahar va tuman, qishloq va ovullargacha bo'lgan barcha mas-kanlarda bayram tadbirlarini ko'tarinki ruhda o'tkazish yuzasidan zimmasiga yuklatilgan vazifani sharafla bilan bajardi.

Farmoyishda belgilanganidek, umumiy o'rta, o'rta maxsus, professional va oliy ta'lim tashkilotlarida barcha o'quvchi va talabalarni qamrab olgan holda Bosh Qomusimizning mazmuni, ahamiyati va tarixiy roli yuzasidan keng qamrovli Konstitutsiya darslari tashkil etildi. Ushbu mashg'ulotlarda taniqli huquqshunoslari, olimlar, sud, adliya va huquqni muhofaza qiluvchi organ vakillarining ishtirok etishi — yoshlar ilmiy asoslangan, chuqur ma'naviy mazmunga ega bilimlarni olishini ta'minlashga xizmat qildi.

Konstitutsiya — bu faqat davlat tuzilishi va boshqaruv tizimini belgilab beruvchi hujjat emas, balki inson huquqlarini oliy qadriyat sifatida e'zozlovchi, adolat va qonun ustuvorligini ta'minlovchi mustahkam poydevordir. Huquqiy islohotlar, inson huquqlarining amaliy himoyasi, fuqarolarning manfaatlarini tiklash bo'yicha qilinayotgan samarali ishlar Konstitutsiyaning hayotiy-ligini, uning haqiqiy kuchga ega ekanini tasdiqlaydi.

Konstitutsiya kuni yurtimizda adolatli, huquqiy va demokratik jamiyat barpo etish yo'lidagi ezgu intilish-larimizni yana bir bor mustahkamladi.

Nurbek TILAVOV,
Navoiy ixtisoslashtirilgan prokurori
adliya maslahatchisi.



■ 4-GMZ ishga tushirilganining 15 yilligiga

FIDOYI MEHNAT BILAN YARATILGAN MO'JIZA

Ulkan bunyodkorlik, qudratli texnikalar kuchi, mohir quruvchilar, muhandis-mutaxassislar va ishchi-xodimlarning fidokorona mehnati ortidan 11 oyda qad rostlagan 4-gidrometallurgiya zavodi foydalanishga topshirilganiga ham 15 yildan oshdi.

Mazkur zavod hukumatimizning qo'lab-quvvatlashi natijasida Navoiy kon-metallurgiya kombinati bosh direktori Q.Sanaqulov boshchiligidagi ko'plab fidoyi insonlarning qo'lni-qo'lga berib, kechani-kecha, kunduzni-kunduz demasdan ko'rsatgan jasorati tufayli bunyod bo'lgan. Respublikamiz tog'-kon sanoatida o'xshashi bo'lmagan texnologiyaga asoslangan va shunga mos tarzda asbob-uskunalar bilan jihozlangan zamonaviy ishlab chiqarish tarmog'ining barpo etilishida 4 ming nafardan ziyod ishchi-xizmatchilar, quruvchilar jonbozlik ko'rsatishdi. Korxona ishga tushirilgani bilan yuzlab yangi ish o'rinlari yaratildi. Ishlab chiqarish ko'rsatkichlari yil sayin o'sib bormoqda.

Zarmitanda bunyod etilgan 4-gidrometallurgiya zavodining g'oyat qisqa muddatda qurib bitkazilishi mamlakat metallurgiya sanoati tarixida muhim voqea ekanligini alohida ta'kidlab o'tish kerak.

Majmua qurilishida ayniqsa, Zarafshon qurilish boshqarmasi quruvchilari o'zlarining yuksak kasbiy mahoratlari va yaratuvchanliklarini namoyon etdilar.

Qurilish va montaj jarayonlarida turli bo'linmalarining o'zaro samarali hamkorligi, yuqori professionallik va fidokorlik namunalari ko'rsatilib, yangi ishlab chiqarish obyektlarining barpo etilishi milliy sanoat taraqqiyotida alohida ahamiyat kasb etmoqda.

Zavod direktori Nuratillo Hayitovning ta'kidlashicha, "Zarmitan" sanoat maydonidagi konlardan qazib olingan ma'danlar avval qayta ishlash uchun 80 kilometr uzoqlikdagi "Marjonbuloq" oltin ajratish sexiga tashilgan. Bu, qo'shimcha vaqt va mehnat talab qilar, katta sarf-xarajatlarni keltirib chiqarar edi. Mazkur muammoni bartaraf etish maqsadida zamonaviy 4-gidrometallurgiya zavodini barpo etish loyihasi ishlab chiqilgan. Zavodning ishga tushirilishi Janubiy kon boshqarmasi uchun yangi imkoniyatlar, mahalliy aholi uchun qo'shimcha ish o'rinlari yaratishda muhim qadam bo'ldi. Hozirgi kunda kombinatda ishlab chiqarilayotgan mahsulot hajmining qariyb 7 foizi aynan mazkur zavod hissasiga to'g'ri keladi.

Ayni paytda zavod hududi va unga tutash maydon to'liq obodonlashtirilib, manzarali dov-daraxtlar va turfa gullar o'tqazilgan. Bu yashillik har bir tashrif buyuruvchining ruhini ko'tarib, dilini shodlantiradi. Bu, shak-shubhasiz, ma'muriy xo'jalik bo'limi ishchi-xodimlarining mehnati va mas'uliyat tuyg'usining aniq ifodasidir.

Zavodning loyihaviy quvvati yiliga 1,8 million tonna ma'danni qayta ishlashga rejalashtirilgan edi. Jamoaning fidoko-

rona mehnati, yuqori malakasi, tashabbuskorligi, shuningdek ko'plab ratsionalizatorlik takliflari samarasi tufayli korxonaning qayta ishlash hajmini 2 million tonnadan oshirishga erishilayati.

Keng qamrovli geologik tadqiqotlar natijasiga ko'ra, "Zarmitan" sanoat maydoni oltin konlarida mavjud zaxiralar zavodning kamida 2070-yilga qadar uzluksiz va barqaror ishlashini ta'minlash uchun yetarli hisoblanadi.

Har bir xodim va ishchi-xizmatchi ishga mas'uliyat bilan yondashib, harakat qilmoqda. Yagona maqsad yo'lidagi jipslashgan jamoa yuqori natijalarga erishmoqda. O'tgan 2024-yilning to'qqiz oyida zavodda 1 million 532 ming tonna ma'dan qayta ishlangan bo'lsa, joriy yilning mos davrida bu ko'rsatkich 1 million 553 ming tonnani yoki 101,3 foizni, tayyor mahsulot hajmi o'tgan yilning shu davriga nisbatan 101 foizni tashkil etmoqda. Bu, zavod faoliyatida barqaror o'sish va samaradorlikni yaqqol ko'rsatmoqda.

Har qanday zamonaviy sanoat korxonasi o'z strategik maqsadlarini xarajatlarni optimallashtirish, tannarxni pasaytirish, ishlab chiqarish hajmi va sur'atini oshirish, eng muhimi – yuqori sifatli va raqobatbardosh mahsulotlar tayyorlash orqali amalga oshirgan holda shakllantiradi. Navoiy kon-metallurgiya kombinati bu boradagi dolzarb vazifalarga o'z vaqtida e'tibor qaratib, bu sohada muayyan natijalarga erishmoqda. Buning yorqin misoli sifatida 4-gidrometallurgiya zavodi faoliyatini keltirish mumkin. Albatta, har bir ishlab chiqarish tarmog'ida zamonaviy, tejamkor texnologiyalar muhim rol o'ynaydi. Bunga asoslangan tarmoqlar uzoq vaqt bir maromda ishlaydi, kutilgan natijani beradi.

4-gidrometallurgiya zavodida qo'llanilayotgan ilg'or va yuqori texnologik jara-yonlarni bugun yoshlar va mutaxassislar muvaffaqiyat bilan boshqarib kelayotgani milliy kadrlar salohiyatining ortib borayotgani va ularning eng zamonaviy ishlab chiqarish tizimlarini o'zlashtirishga tayyor ekani quvonarli holdir. Zavodda malakali kadrlar tayyorlashga alohida e'tibor qaratib kelinmoqda. Shu maqsadda korxona qator nufuzli ta'lim muassasalari, jumladan Navoiy davlat konchilik va texnologiyalar universiteti hamda uning tasarrufidagi texnikum va kasb-hunar maktablari, Toshkent davlat texnika universiteti bilan o'zaro samarali aloqalar yo'lga qo'yilgan. Mazkur hamkorlik jarayoni talabalarning nazariy bilimlarini amaliy tajriba bilan mustahkamlashga, shuningdek, ularni ishlab chiqarish muhitiga asta-sekin moslashtirish va kasbiy faoliyatga tayyorlashga xizmat qilmoqda.

Ayni paytda zavodda 480 nafar muta-

xassis va ishchi-xodimlar faoliyat yuritmoqda. Ulardan 200 nafarga yaqini – 35 yoshgacha bo'lgan yoshlar, 62 nafarini esa xotin-qizlar tashkil etadi.

Keyingi yillarda zavodga NDKTU, TDTU va boshqa oliy ta'lim muassasalaridan 16 nafar yosh mutaxassis ishga qabul qilindi.

O'tgan 15 yil tarix uchun qisqa muddat bo'lsa-da, zavod uchun bu rivojlanish va taraqqiyotning muhim bosqichi bo'ldi. Shu davrda jamoa sa'y-harakatlari natijasida umumiy hisobda qariyb 27 million tonna ma'dan qayta ishlandi.

So'nggi yillarda zavodda amalga oshirilgan ratsionalizatorlik ishlari va ilg'or takliflar natijasida ishlab chiqarish jara-yonlari yanada samarali va zamonaviy texnologiyalar asosida yo'lga qo'yildi. Xususan, maydalash, gravitatsiya va ohak eritmasi tayyorlash uchastkasida 6-konsentratorning, tayyor mahsulotlar uchastkasining boyitilgan mahsulotni jadal sianlash tugunidagi 3-reaktoring ishga tushirilishi ma'danni qayta ishlash jarayonida tub o'zgarishlarga olib keldi. Bu o'zgarishlar natijasida ma'dandan oltinni katod cho'kmasi ko'rinishida ajratib olish samaradorligi sezilarli darajada yaxshilanib, dastlabki yillardagi 35 foizlik ko'rsatkich 43 foizgacha ko'tarildi.

Ishlab chiqarishning barqarorligini ta'minlash va energiya resurslaridan tejamkor foydalanish maqsadida elektr ta'minoti tizimida "Zaxirani tekzor avtomatik ulash (BAVR)" qurilmasi joriy etildi. Ushbu innovatsion yechim asosiy texnologik uskunalarning ish vaqtini uzaytirish, tegirmonlar to'xtashining oldini olish hamda uskunalaridan foydalanish samaradorligini oshirishda katta ahamiyat kasb etmoqda. Zavod jamoasining tashabbuskorligi, mutaxassislarning bilim va tajribasi bilan uy'unchashgan bu kabi texnik yangilanishlar iqtisodiy samaradorlikni yanada oshirishda muhim omilga aylanmoqda.

Energiya samaradorligini oshirish va ekologik barqarorlikni ta'minlash borasida amalga oshirilayotgan ishlar izchil davom etmoqda. Xususan, qayta tiklanuvchi energiya manbalaridan samarali foydalanish maqsadida umumiy quvvati 1000 kVt bo'lgan quyosh elektrostansiyasi ishga tushirildi. Mazkur imkoniyatdan samarali foydalanish natijasida o'tgan davrda 2,035 million kVt soat elektr energiyasi ishlab chiqildi, bu esa 2,035 milliard so'm mablag'ni tejashga olib keldi.

Korxona ehtiyojlari uchun suv isitishga mo'ljallangan 65 dona quyosh gellioqurilmalari foydalanishga topshirildi. Ushbu zamonaviy qurilmalar orqali yil davomida jami 246,6 ming kVt soat elektr energiyasini tejashga erishilmoqda.

Zavodda namunali mehnati va ishlab chiqarish rivojiga qo'shgan munosib hissasi uchun 25 nafar ishchi -xodim turli darajadagi "Konchilik shuhrati" ko'krak nishoni bilan taqdirlangan.

– Sanoat tarmoqlari, ayniqsa metallur-

giya sohalarida suv nafaqat ishlab chiqarish jarayonlarini ta'minlash, balki salomatlik va ekologik xavfsizlikni saqlashda ham muhim ahamiyatga ega. Gidrometallurgiya zavodlarida suv texnologiyalarining bir qismi bo'lib, uning sifat va miqdori ishlab chiqarish samaradorligiga to'g'ridan-to'g'ri ta'sir ko'rsatadi, – deydi zavod direktori N.Hayitov. – Shu sababli, suvdan tejamkorlik bilan va qayta ishlash usullari orqali foydalanish ustuvor vazifalardan biriga aylangan. Bugungi kunda ishlab chiqarish sanoatida suv resurslarini saqlash va samarali boshqarishga qaratilgan innovatsion texnologiyalar joriy etilmoqda. Sanoatda suvni qayta ishlash, chiqindi suvlarni tozalash va qayta ishlatish, yangi suv tejash usullarini qo'llash kabi choralar asosiy o'rin tutadi. Zavodimizda ham bu masalaga jiddiy e'tibor qaratilib, suv resurslarini tejash bo'yicha bir qator muhim amaliy ishlar qilinmoqda. Yaqin vaqtlargacha zavod ehtiyojlari uchun asosan "To'sinsoy" suv omboridan sutkasiga 7,5 ming kubometr suv olib turar edik. Suvdan samarali foydalanishning oqilona usuli topildi. Zavod yaqinidagi "G'ujumsoy" koni shaxta suvlaridan sutkasiga o'rtacha 2 500 va "Zarmitan" koni shaxta suvlaridan sutkasiga o'rtacha 1000 kubometr suv uch bosqichli tindirgich orqali 4-GMZ texnologik jarayonlari ehtiyoji hamda Zarmitan sanoat maydoni bog'larini sug'orish uchun olinmoqda. Shaxtalardan chiqadigan chiqindi suvdan oqilona foydalanish evaziga "To'sinsoy" suv omboridan sutkalik olinadigan suv hajmini 4 ming kubometrgacha tushirishga erishildi. Suvni tejash maqsadida amalga oshirilgan chora-tadbirlar natijasida sezilarli iqtisodiy samaraga erishildi.

Yurtimizda amalga oshirilayotgan islohotlar zahirida inson qadri, uning farovon hayotini ta'minlashga qaratilgan ezuq maqsad mujassam. Ana shunday yuksak e'tibor va g'amxo'rlik samarasini Zarkent qo'rg'oni misolida yaqqol ko'rish mumkin. Darvoqe, zamonaviy shaharlardan aslo qolishmaydigan "Zarkent" qo'rg'oni barpo etildi. Sanoatning kirib kelishi natijasida hudud tanib bo'lmis darajada o'zgardi. Bu joylarga asfalt yo'li, ichimlik suvi va tabiiy gaz tarmoqlari olib kelindi. Qir-adirlar ko'kalamzorlashtirilib, zamonaviy bog' u rog'larga aylantirildi, dasht bag'riga zamonaviy infratuzilma kirib keldi. "Akvapark" majmuasi, sport kompleks, "Konchi" madaniyat uyi, "Yoshlar" kafesi kabi ijtimoiy inshootlar qad rostladi. Qisqa muddat ichida bu yerda konchilar va yosh mutaxassislar uchun barcha qulayliklarga ega zamonaviy yotoqxonalar, ko'p qavatli uy-joylar barpo etildi.

Bugun konchilar va ularning oila a'zolari uchun barcha imkoniyatlar mavjud. Ishlab chiqarish va qurilish ishlarining hajmi yanada ortib, hududning iqtisodiy salohiyatini yanada oshirmoqda. Bu tarixiy o'zgarishlar nafaqat Zarkent qiyofasini, balki mahalliy aholining dunyoqarashi, turmush tarzi va hayotga bo'lgan munosabatini ham tubdan o'zgartirdi. Shubhasiz, bu taraqqiyot zahirida kon sanoati fidoyilarining tinimsiz mehnati, tunni-tongga ulab sidqidildan qilayotgan xizmatlari mujassam.

Qir-adirlar bo'ylab Zarkent sari yo'l olsangiz, qarshingizda jannatmonand bir go'sha namoyon bo'ladi. Bu yerdagi farovon hayotni ko'rib, har qanday yurtdoshimizda faxr tuyg'usi uyg'onadi.

O'tgan qisqa muddat ichida zavod ulkan taraqqiyot va rivojlanish yo'lini bosib o'tdi. Bu yutuqlar, olg'a surilgan vazifalar va matonat bilan olib borilgan mehnat korxona tarixining yorqin sahifalariga muhrlandi. Bugungi kunda zavod jamoasi yanada ulkan marralarni zabt etishni o'z oldiga maqsad qilib qo'ygan. Ular zimmalariga yuklatilgan vazifalarni muvaffaqiyat bilan, o'z vaqtida bajarib, mamlakat taraqqiyotiga hissaslarini qo'shishda davom etmoqdalar.

Dildora KARIMOVA.

■ Yangiliklar

Konchilik sohasi er osti boyliklarini o'zlashtirishda muhim tarmoq hisoblanadi. Navoiy kon-metallurgiya kombinatida ma'danlar ochiq usulda va er osti kon ishlarini olib borish jarayonida qazib olinib, qimmatbaho metallar ishlab chiqarish uchun xomashyo bazasi bo'lib xizmat qilmoqda.

KOMBINATDA KONCHILIK SOHASI RIVOJLANMOQDA

Bu ishlarni amalga oshirish ham mashaqqatli, ham sharaflidir. Ayniqsa, oltin tarkibli ma'danni yer ostidan qazib olish o'ta murakkabdirdi. Yildan-yilga chuqurlashib borayotgan konlarda tog' jinslarini yopiq usulda qazib olishda eng samarali yechim sifatida "Zarmitan" konida "Skipli" shaxta stvoli ishga tushirilgani muhim qadam bo'ldi.

Keyingi sakkiz yilda yangi konlarni o'zlashtirish, ma'danni qayta ishlash quvvatlarini oshirish bo'yicha amalga oshirilgan yirik investitsion loyihalar ishlab chiqarish hajmini oshirmoqda. Yirik loyihalardan – "Muruntov" konini o'zlashtirishning V navbati (1-bosqich), "Qoqpatas" va "Dovg'iztov" oltin konlarida ma'dan qazib olish (III navbati), "Zarmitan" konining quyi gorizontlarini o'zlashtirish (0,00 m. gorizontgacha), "Pistali" konida oltin tarkibli ma'danlarni qazib olish va qayta ishlash majmuasini qurish (6-GMZ) hamda – "Pistali", "Turbay", "Tomdibuloq" kabi yangi ochilgan konlar bunga misoldir.

– Kombinatda tog' jinslarini qazib

olish hajmi yildan-yilga o'sib bormoqda. Misol uchun, 2015-yilda kombinat bo'yicha 107 million kubometr tog' jinslari va 50,6 million tonna ma'dan qazib olingan bo'lsa, 2024-yilda bu ko'rsatkich 284,6 million kubometr tog' jinslari va 94,7 million tonna ma'danni tashkil etdi. Bugungi kunda "Muruntov", "Sharqiy", "Dovg'iztov", "Turbay", "Pistali", "Auminzo-Amantoy", "Zarmitan" va "G'ujumsoy" istiqbolli konlardan hisoblanadi. Misol sifatida aytish mumkinki, birgina "Muruntov" konidan joriy yilda qazib olinadigan tog' jinslari 118 million kubometrga yetadi, – deydi "NKMK" AJ konchilik bo'limi boshlig'i Temur Xudoyarov.

Korxona mutaxassislari tomonidan konchilik sohasiga ilmiy-texnologik yondashuvlar, innovatsion yechimlar, ratsionalizatorlik takliflari, zamonaviy axborot-kommunikatsiya texnologiyalarining joriy etilishi, ishlab chiqarishni avtomatlashtirish va raqamlashtirish ish samaradorligini oshirish, mehnat muhofazasi va xavfsizlik texnikasini ta'minlashga xizmat qilmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Tog'-kon sanoati va geologiya vazirligida "9-dekabr – Xalqaro korrupsiyaga qarshi kurashish kuni"ga bag'ishlangan "Ochiq eshiklar kuni" tadbiri o'tkazildi.

"NKMK" AJ KOMPLAYENS XIZMATI G'OLIBLAR SAFIDA

Tog'-kon sanoati va geologiya vaziri, vazirlik xodimlari, tizim korxonalari komplayens xizmatlarining rahbarlari hamda ommaviy axborot vositalari vakillari ishtirok etgan mazkur tadbirda vazirlik tizimidagi korxonalar komplayens xizmatlarining korrupsiyaga qarshi kurashish sohasida amalga oshirgan ishlari atroflicha muhokama etilib, bu

borada yaxshi natijalarga erishgan jamoalar rag'batlantirildi. Jumladan, "Navoiy kon-metallurgiya kombinati" aksiyadorlik jamiyati Komplayens xizmati korrupsiyaga qarshi kurashishning "Eng faol komplayens tuzilma" yo'nalishida birinchi o'rinni egalladi.

"NKMK" AJ Matbuot xizmati.

■ Yong'in xavfsizligi oyligi

Respublikamizda 1-dekabr kunidan 30-dekabr kuniga qadar "Yong'in xavfsizligi oyligi" uyushqoqlik bilan o'tkazilmoqda. Yong'in xavfsizligiga keng jamoatchilik e'tiborini qaratish, favqulodda vaziyatlarning oldini olish, mamlakatimiz aholisining ushbu muhim tadbirda faol ishtirokini ta'minlash maqsadida turli tadbirlar tashkil etilmoqda.

PROFILAKTIK TADBIRLAR DAVOM ETMOQDA

Jumladan, Markaziy kon va Zarafshon qurilish boshqarmalarining "Beshapan" maydonida joylashgan korxona va tashkilotlarida "Markaz" kon boshqarmasi obyektlarida favqulodda vaziyatlar bo'limi xodimlari tomonidan yong'in xavfining oldini olishga qaratilgan tadbirlar, ishchi-xodimlar bilan davra suhbatlari, yong'in o'chirish amaliy mashg'ulotlari olib borilmoqda. Shuningdek, yong'in, sanoat xavfsizligi va mehnat muhofazasi qoidalariga rioya qilish holati o'rganilib, xavfli ishlab chiqarish qurilmalarining sozligi navbatdan tashqari tekshiruvdan o'tkazilmoqda.

Zarafshon ta'mirlash mexanika zavodi, 2-gidrometallurgiya zavodi, Markaziy moddiy texnika bazasi, 7-avtokorxonada bo'linmalar rahbariyati va ishchi-xodimlar ishtirokida ana shunday profilaktik tadbirlar o'tkazildi. Bunday tadbirlarda xodimlarimiz soha vakillari qatnashib, xil ko'ngilsiz hodisalarining kelib chiqmasligi yuzasidan aniq ko'rsatmalar berishyapti. Yong'in xavfsizligi qoidalarini bilish, unga amal qilish o'zimizning, shuningdek, atrofimizdagi yuzlab, minglab kishilarning hayoti va sog'lig'i-

ni, mol-mulkini asrashning zarur shartidir. "Yong'in xavfsizligi oyligi"da faol ishtirok etish har bir fuqaroning burchi ekanligi ta'kidlanayapti. O'ylik doirasidagi tadbirlarda yong'inlar va favqulodda vaziyatlarni oldini olish, texnika xavfsizligi, fuqaro muhofazasi, yong'in xavfsizligi qoidalariga amal qilish, yong'in sodir bo'lganda harakatlanish tartib-qoidalari, fuqarolarning hayoti va sog'ligiga jiddiy xavf solib kelayotgan is gazidan zaharlanish va uning salbiy oqibatlari borasida ma'lumotlar yetkazilmoqda. Ishitirokchilar tomonidan bildirilgan fikr-mulohazalar va ularni qiziqtirgan savollarga atroflicha javoblar berilyapti.

Soha xodimlari tomonidan keng jamoatchilik ishtirokida o'tkazilayotgan targ'ibot-tashviqot ishlaridan kuzatilgan maqsad – fuqarolarimizning hayoti, sog'lig'i va moddiy boyliklarini ko'ngilsiz holatlardan asrab qolishdir.

Samad ARSLONOV,
"Markaz" KB OFVB katta inspektori, kapitan.
Jamshid XAYRULLAYEV,
"Markaz" KB OFVB kichik inspektori.



■ Dolzarb mavzu

KORRUPSIYAGA QARSHI
BOSHQARUV MADANIYATI

barqaror rivojlanishning asosiy tamoyili

Jahon iqtisodiyotida raqobat ortgan, resurslar qiymati keskin oshgan va global xavfsizlik masalalari dolzarblashgan bir sharoitda korrupsiyaga qarshi kurashish har qanday davlat va yirik korxona faoliyatining strategik ustuvor yoʻnalishiga aylandi. Xususan, mamlakatimiz uran sanoati kabi strategik tarmoqda shaffof boshqaruv, masʼuliyat va halollik tamoyillarini joriy etish – milliy manfaatlarni himoya qilish, investitsiya muhitini yaxshilash va xalqaro hamkorlikni kengaytirishning hal qiluvchi omili boʻlib xizmat qilmoqda.

“Navoiyuran” davlat korxonasi Prezidentimiz rahnamoligida amalga oshirilayotgan keng qamrovli islohotlarning muhim boʻgʻini sifatida Korrupsiyaga qarshi murosasiz siyosat, xalqaro komplayens standartlari, raqamli boshqaruv va ochiqlikka asoslangan zamonaviy korporativ madaniyatni izchil ravishda joriy etmoqda.

2025-yilda korxonada korrupsiyaga qarshi kurashish profilaktikasi kuchaydi, ichki nazorat mexanizmlari takomillashdi, kadrlar bilan ishlashda ochiqlik taʼminlandi, davlat xaridlarida shaffoflik darajasi sezilarli oshdi, eng muhimi – komplayens madaniyati butun jamoaga singdirila boshlandi.

TIZIMLI YONDASHUV
VA INSTITUTSIONAL
ISLOHOTLAR

Korxonada komplayens xizmati mustahkam institutsional asosga ega boʻlib, 2025-yilda uning tuzilmasi qayta koʻrib chiqildi. Kuzatuv kengashi tomonidan “Komplayens xizmati toʻgʻrisida”gi nizomning yangi tahriri tasdiqlanib xizmatning mustaqilligi taʼminlandi va vakolatlari kengaytirildi.

Ishga qabul qilish jarayonlari toʻliq ochiq va real vaqtda nazorat qilinadigan tartibga oʻtkazildi. 11 oy mobaynida Komplayens xizmatiga 4 nafar mutaxassis ishga qabul qilindi, har bir nomzod korrupsiyaga qarshi ichki hujjatlar bilan tanishtirildi. Mehnat shartnomalari va mansab yoʻriqnomalari Korrupsiyaga qarshi majburiyatlar kiritilishi – sohadagi yangicha boshqaruv madaniyatining muhim jihati boʻldi.

INSON OMILINI
KAMAYTIRISH

Geologiya va qidiruv ishlari “Navoiyuran” DK faoliyatining yuragi hisoblanadi. Bu sohada inson omilini kamaytirish, jarayonlarni avtomatlashtirish korrupsion xavf-xatarlarning oldini olishning eng samarali vositasi ekanligi xalqaro tajribada oʻz isbotini topgan.

Korxonada qidiruvdan toʻzaxiralarni hisoblashgacha boʻlgan bosqichlarda ra-

qamli yechimlar izchil joriy etilmoqda:

- “Zafarobod” KBda geofizik maʼlumotlarni tahlil qilish boʻyicha dispetcherlik markazi tashkil etilmoqda;
- “Uchquduq” geotexnologik koni za-xiralari raqamli texnologiyalar asosida qayta baholalanmoqda;
- Barcha ruxsat ishlari yagona gov.uz portali orqali amalga oshirilmoqda.

Bu nafaqat xilma-xil maʼlumotlar ish-

lovini tezlashtirdi, balki har bir qarorning

hisobdorligi va nazoratchanligini kuchay-

tirdi.

HALOLLIKKA
ASOSLANGAN
GEOTEXNOLOGIK
BOSHQARUVNING
AHAMIYATI

Konchilik sanoatida texnologik qarorlar korxonaning iqtisodiy barqarorligi, xavfsizligi va uzoq muddatli rivojlanishini belgilaydigan strategik omil hisoblanadi. Bu jarayonlar yirik moliyaviy tanlovlar va loyihalashtirish bosqichlari bilan bogʻliq boʻlganligi bois, korrupsiyaviy xavflar eng koʻp yuzaga keladigan yoʻnalishlardan biridir. Shu sabab bosh geotexnologning har bir qarori texnik yechimdan tashqari axloqiy va huquqiy masʼuliyatni ham oʻz ichiga oladi.

Bosh geotexnologning missiyasi texnologiyani tanlash bilan cheklanmaydi. U har bir yechimni ilmiy asoslangan tahlil, texnik-iqtisodiy baholash va halollik tamoyillariga tayangan holda qabul qilishi, manfaatlar toʻqnashuvi xavfini erta aniqlashi va uni bartaraf etishi, texnologik jarayonlarda masʼuliyat madaniyatini shakllantirishi lozim. Shu jihat bilan u ishlab chiqarish samaradorligini taʼminlovchi mutaxassisgina emas, balki korxonaning antikorrupsion tizimidagi muhim nazorat boʻgʻinidir.

Texnologik qarorlardagi korrupsiyaviy xavflar odatda uch bosqichda namoyon boʻladi:

- texnologiyani tanlashda asossiz afzalik berish yoki tahlillarni sunʼiy buzish;
- loyiha-smeta hujjatlarida narx va talablarni manipulyatsiya qilish;
- ekspluatatsiya davomida hisobotlar va koʻrsatkichlarni notoʻgʻri talqin qilish.

Bu xavflarni kamaytirishning asosiy

vositalari – shaffof hujjatlashtirish, mustaqil audit, raqamli nazorat, “nol tolerantlik” tamoyiliga asoslangan ichki siyosat va kasbiy etika madaniyatini mustahkamlashdir.

Texnologik qaror – bu texnik masala emas, balki halollik va javobgarlik tamoyillariga tayanadigan boshqaruv tamoyilidir. Bosh geotexnologning halol va shaffof qarorlar qabul qilishi konchilik sanoatining samaradorligi, xavfsizligi va mustaqil ishonchlilik asosini tashkil etadi. Shu bois geotexnologik boshqaruvda korrupsiyaga qarshi masʼuliyatni kuchaytirish – korxonaning ertangi barqarorligini belgilovchi strategik vazifadir.

DAVLAT XARIDLARIDA
SHAFFOFLIK –
KORRUPSIYAGA QARSHI
KURASHISHNING ENG
MUHIM BOʻGʻINI

2025-yilning 9 oyi davomida “Navoiyuran” DK tomonidan 4324 ta shartnoma elektron maydonlar orqali rasmiylashtirildi. Har bir shartnoma korrupsiyaga qarshi qoʻshimcha bandlar bilan taʼminlandi.

Xarid jarayonlarida manfaatlar toʻqnashuvini aniqlash maqsadida kontragentlarni tekshirish boʻyicha 117 ta hisobot tayyorlandi, 1984 ta shartnomaga xulosa (cheklist) berildi. Shartnomalar ijrosi tahlil qilinganida muddati oʻtgan debitor qarzdorliklarni yuzaga keltirgan 10 ta shartnoma bekor qilindi. Bu natijalar xaridlardagi shaffoflik faqat talab emas, balki korxona iqtisodiy barqarorligining asosiy shartlaridan biri ekanini tasdiqlaydi.

ODOB-AXLOQ,
MANFAATLAR TOʻQNASHUVI
VA SOVGʻALAR SIYOSATI
– KORPORATIV ETIKANING
POYDEVORI

Korxonada 880 nafar xodimdan manfaatlar toʻqnashuvi deklaratsiyalari olindi, tahlil natijasida 26 ta holat yuzasidan choralar koʻrildi va 10 ta holatda manfaatlar toʻqnashuvi bartaraf etildi.

Nepotizm holatlarini oʻrganishda 1 nafar xodim bilan mehnat shartnomasi bekor qilindi – bu qonun talablari va korxonaning etik mezonlariga qatʼiy rioya etilishining amaliy tasdigʻidir.

Korxonada sovgʻalar berish va olish, biznes-tadbirlar, homiylik va xayriya bilan bogʻliq barcha jarayonlar maxsus siyosat asosida tartibga solinadi. Mazkur siyosat ISO 37001 talablari bilan uygʻun holda amal qiladi.

JAMIYAT BILAN MULOQOT
– SHAFFOFLIK VA
ISHONCHNI KUCHAYTIRISH
OMILI

Ommaviy axborot vositalarida 29 marta chiqishlar tashkil etildi. Korrupsiyaga qarshi kurashish mavzusida “Doʻstlik bayrogʻi”, “Знамя дружбы”, “Konchilar hayoti” gazetalarda maqolalar chop etildi, OʻzA, viloyat radiosi va ijtimoiy tarmoqlar orqali keng jamoatchilikka maʼlumotlar yetkazildi.

Jamoatchilik nazoratini taʼminlash va ochiqlikni kuchaytirish maqsadida korxonaning veb-saytiga korrupsiyaga qarshi ichki hujjatlarining inglizcha tarjimolari joylashtirildi.

KORRUPSIYASIZ KELAJAK
– BIZ TANLAGAN YOʻL

Korrupsiyaga qarshi kurashish faqat jazolash mexanizmi emas – bu islohotlar, madaniyat, boshqaruv va masʼuliyatni birlashtirgan uzluksiz jarayondir. “Navoiyuran” davlat korxonasi tomonidan amalga oshirilayotgan ishlar shiori koʻrsatadiki, biz korrupsiyaga murosasiz munosabatni faqat shior sifatida emas, balki kundalik faoliyatimiz tamoyili sifatida qabul qilganmiz.

Korxonada korrupsiyaga qarshi tizimli ishlar investitsiya muhitini yaxshilamoqda, ishlab chiqarish samaradorligini oshirmoqda, ijtimoiy ishonchni mustahkamlamoqda, xalqaro hamkorlik uchun yangi imkoniyatlar yaratmoqda, uran sanoati barqarorligini taʼminlamoqda.

Biz ishonch bilan ayta olamizki “Navoiyuran” DKda korrupsiyaga qarshi boshqaruv madaniyati – bu kelajak avlodlar uchun sogʻlom iqtisodiy asos, davlat xavfsizligi va barqaror taraqqiyot kafolatidir.

DJ. FAYZULLAYEV,
“Navoiyuran” davlat korxonasi
Bosh direktori.

■ Davlat dasturi – amalda

Markaziy kon boshqarmasining Tarmoqlar va podstantsiyalar sexi kon boshqarmasi sanoat korxonalarini elektr energiyasi bilan taʼminlaydi. Korxona bir necha ming kilometr kabel va havo liniyalari, oʻnlab transformator podstantsiyalariga xizmat koʻrsatadi. Bu, ishchi-xodimlardan yuksak mahorat va malaka talab etadi. Sex jamoasi isteʼmolchilarni uzluksiz elektr energiyasi bilan taʼminlash hamda elektr uskunalariga ishonchli, xavfsiz xizmat koʻrsatish va ularni soz holda saqlashdek masʼuliyatli vazifalarni bajaradi.

UZLUKSIZ ELEKTR ENERGIYASI
BILAN TAʼMINLASH

ishlab chiqarish natijadorligining kafolati

Bugungi kunda “Beshapan”, “Muruntov” va “Zarafshon” sanoat maydonlarida oʻnlab turli podstantsiyalar, yuzlab transformator podstantsiyalari, bir necha yuz kilometr havo va kabel liniyalari joylashgan. “Muruntov” konini oʻzlashtirishning investitsion loyihalari doirasida amalga oshirilayotgan keng koʻlamli ishlar natijasida elektr energiyasining isteʼmoli ham ortib bormoqda.

– “Oʻzelektroapparat-Electroshield” AJ bilan hamkorlikda “Beshapan” almashlab ulash punktida kengaytirish va rekonstruksiya ishlari olib borildi. Mav-

jud elektr tarmoqlariga qoʻshimcha 6 ta 220 kV havo liniyalari barpo etildi, – deydi Tarmoqlar va podstantsiyalar sexining ishlab chiqarish texnik byurosi boshligʻi Sayfiddin Sodiqov. – “Beshapan” tarqatish punktida eng muhim loyihalardan biri bu Reaktiv quvvat manbai qurilmastir. Bunday noyob qurilmani ishga tushirishda chet ellik mutaxassislar bilan bir qatorda mahalliy kadrlar ham jalb qilindi. Ushbu qurilma oʻrnatilishidan oldin tarmoqdagi kuchlanish 190 kV boʻlsa, undan keyin kuchlanish standart 220kVga koʻtarildi hamda 30 kV kuchla-

nish yoʻqotilishi bartaraf etildi. Bu bilan Zarafshon hududini taʼminlovchi havo liniyalaridagi elektr energiyasida yoʻqotishlar bir necha barobarga kamaydi va ishlab chiqarish korxonalarini elektr energiyasi bilan ishonchli taʼminlash kafolatlandi.

Mazkur qurilma mamlakatimizda birinchi boʻlib Zarafshon sanoat maydonida oʻrnatildi va u sanoat maydonlarining elektr energiyasi bilan uzluksiz taʼminlashiga xizmat qilmoqda.

Nafosat KENJAYEVA.

■ Yangiliklar. Xabarlar.

Respublikamizda har yili “Yil ayoli” milliy tanlovini oʻtkazish anʼanaga aylandi. Turli soha va tarmoqlarda mehnat qilayotgan xotin-qizlardan tashqari, uyda, roʻzgʻor yumushi va bolalar tarbiyasi bilan mashgʻul onalarga ham ushbu tanlov katta imkoniyatlar bermoqda.

“YIL AYOLI” MILLIY TANLOVI

“Yil ayoli” Respublika tanlovining joriy yilgi viloyat bosqichida Navoiy kon-metallurgiya kombinati xotin-qizlari vakillari – Navoiy mashinasozlik zavodi Jismoniy tarbiya-sogʻlomlashtirish va madaniy-maʼrifiy majmuasi madaniyat va maʼrifat boʻyicha mutaxassisi Mashhura Rahimova “Oʻz kasbining ustasi boʻlgan yil ayoli”, Shimoliy kon boshqarmasi Markaziy fizika-kimyoviy laboratoriyasi mikrobiologiya guruhi rahbari Ramiliya Rangova “Yilning eng yangi gʻoyalari tashabbuskori”, nominatsiyalarida gʻoliblikni hamda Respublika bosqichiga yoʻllanmani qoʻlga kiritdilar.

3-gidrometallurgiya zavodiga keltiriluvchi maʼdan tarkibli toshlar oʻz-oʻzidan oltinga aylanmaydi. Maʼdanning qazib olinishi qanchalik katta mehnat va ilmiy talab etgan boʻlsa, undan keyingi jarayon ham ilimga muvofiq davom etadi. Kon boshqarmasi markaziy laboratoriyasining Ramiliya Rangova boshqarayotgan mikrobiologiya guruhining gidrometallurgiya jarayonlari uchun bajaradigan vazifasi juda ahamiyatlidir. Guruh zavodning Biooksidlash sexidagi zarradan-da kichik jonzoatlarni, yaʼni mikroorganizmlarni gidrometallurgiya jarayonida qoʻllaniladigan ekologik sharoitlarga moslanuvchanligini tahlil qiladi. Mikroorganizmlarning metabolik faolligini oshirish va jarayon samaradorligini yaxshilash uchun ularning oʻshish sharoitlarini optimallashtiradi. Maxsus bioreaktorlarda biologik jarayonlarni tashkil etish va avtomatlashtirish, yangi va samarali mikroorganizmlar shtammlarini aniqlash yoki genetik modifikatsiyalash orqali takomillashtirish, mikrobiologiya jarayonida sulfidli rudalardan oltin ajratib olish uchun mikroorganizmlarni tanlash va ularni samarali ishlatish, mikroorganizmlar xilma-xilligini, ularning hayot faoliyati va muhitga taʼsi-

lashmasidan puxta, isiqqa oʻta bardoshli tigellarni yasagandi. Bu – ayolning tafakkuri, beqiyos iqtidori, hatto, texnik ishlanmalarni ham goʻzallashtirishga qodir ekanining isboti edi!

“Navoiy mashinasozlik zavodi” ishlab chiqarish birlashmasi mahalliyashtirilgan, import oʻrnini bosuvchi mahsulotlar ishlab chiqarish boʻyicha respublikamizdagi eng ilgʻor korxonalardan biridir. Zavod yiliga bir trillion soʻmlikdan ziyod, mahalliyashtirilgan, import oʻrnini bosuvchi oʻn besh ming nomenklatura-dagi mahsulotlar ishlab chiqaradi. Zavod Jismoniy tarbiya-sogʻlomlashtirish va madaniy-maʼrifiy majmuasi mutaxassisi Mashhura Raximova chuqur bilim va tajribaga ega. Zavod jamoasi oʻrtasida oʻtkaziladigan maʼnaviy-maʼrifiy tadbirlar, kitobxonlik, vatanparvarlik mavzusidagi uchrashuvlar tashabbuskori, xodimlar orasida sogʻlom muhit, jamoada birdamlik, doʻstlikni mustahkamlashga hissa qoʻshayotgan mutaxassis. U masʼuliyatli, zavodda oʻtkaziladigan har bir tadbirga ijodkorlik bilan yondashadi. Mashhura Raximova bir necha marta Respublikada oʻtkazilgan suxandonlar tanlovi gʻolibi.

Bugun davr xotin-qizlarga keng imkoniyatlarni bermoqda. Vatan ertasi boʻlmish kelajak avlodni tarbiya qiladigan onalarning tani ham, tafakkuri ham sogʻlom boʻlsin, ilm bilan quvvatlansin, har ishga komillik va adolat bilan yondashsin, iqtidorini yashirmasin. Zero, mamlakatning ayollari mayda yumushlar bilan emas, yuksak muvaffaqiyatlarni koʻzlab mehnat qilmogʻi va baxt bilan yashamogʻi lozim!

Nigora AMONOVA,

“NKMK” AJ Gender tenglik va inkluzivlik xizmati
bosh mutaxassisi.

Respublikamizda joriy yilning 25-noyabridan 10-dekabriga qadar “Xotin-qizlarga nisbatan raqamli zoʻravonlikka barham berish uchun birlashaylik” shiori ostida 16 kunlik faol harakat targʻibot tadbirlari tashkil etildi.

atroflicha maʼlumot berildi. Shuningdek, shaxsiy maʼlumotlarni tarqatish, yolgʻon sahifalar ochish, onlayn bezorilik kabi holatlar hamda bunday huquqbuzarliklar uchun belgilangan qonuniy choralar yuzasidan fikr almashildi. Ochiq mulo-

TARGʻIBOT TADBIRI

Navoiy shahridagi “NKMK tarixi” muzeyida “Navoiy kon-metallurgiya kombinati” AJ boʻlinmalari xotin-qizlari ishtirokida “Tenglik va hurmat” loyihasi doirasida “Biz oiladagi zoʻravonlikka qarshimiz” mavzusida targʻibot-tashviqot tadbiri oʻtkazildi.

Tadbirda Navoiy viloyati oila va xotin-qizlar boshqarmasi boshligʻi M.Mamadiyarova, Oliy Majlisning inson huquqlari boʻyicha vakili Sh.Djurayev, viloyat “Oqila ayollar” harakati yetakchisi A.Bobomurodova, Ayollarni reabilitatsiya qilish va moslashtirish markazi viloyat boʻlimi psixologi M.Shukurova, viloyat IIB huquqbuzarliklar profilaktikasi boshqarmasi xotin-qizlar masalalari boʻyicha boʻlinmasi boshligʻi G.O.sarova va Axborot

xavfsizlik boshqarmasi jinoyatchilikka qarshi kurashish boʻlimi katta inspektori B.Xojimurodov hamda “Kelajak bunyodkor” NNT psixologik markazi rahbari S.Arziqulovlar tadbirdagi chiqishlarida mavzu yuzasidan fikr-mulohazalarini bildirdilar.

Tadbir ishtirokchilari tomonidan xotin-qizlarning jamiyatdagi rolini oshirish, huquq va manfaatlarini himoya qilish, tazyiq va zoʻravonlikka qarshi kurashish, tahdid va tajovuzlarning oldini olish, gender tenglikni taʼminlash borasida amalga oshirilayotgan ishlar muhokama qilindi. Zoʻravonlikning turli, xususan, kiberhujumlar, uni keltirib chiqaruvchi omillar, raqamli makonda uchrayotgan kiberbosim holatlari va ulardan himoyalash usullari boʻyicha

qot shaklda oʻtgan uchrashuvda xotin-qizlarga raqamli makonda oʻz xavfsizligini taʼminlash, zoʻravonlikka duch kelganda toʻgʻri harakat qilish boʻyicha tavsiyalar berildi.

– Bu kabi maʼrifiy-targʻibot tadbirlarini oʻtkazishimizdan maqsad, oilalarda sogʻlom muhitni yaratish, zoʻravonlik holatlarining oldini olish, xodimlar oʻrtasida huquqiy ong va madaniyatni oshirishdan iborat, – deydi “NKMK” AJ Gender tenglik va inkluzivlik xizmati bosh mutaxassisi N.Amonova.

Tadbir yakunida “Kelajak bunyodkori” psixologik markazi rahbari Sohiba Arziqulova loyiha doirasida psixologik trening oʻtkazdi.

D.TOʻLQINOVA.

BARCHAMIZNING BURCHIMIZ

Korrupsiya dunyo miqyosida hal etilishi lozim boʻlgan global muammolardan biridir. Ushbu illat har qanday davlat va jamiyatning siyosiy-iqtisodiy rivojlanishiga jiddiy putur etkazib, inson huquq va erkinliklarining poymol boʻlishiga olib keladi. Shu bois unga qarshi kurash xalqaro ahamiyat kasb etib, jahon siyosatining muhim masalalari qatoridan joy olgan.

Oʻzbekistonda soʻnggi yillarda korrupsiyaga qarshi kurashish masalasi dolzarb ahamiyatga ega boʻlmoqda. OAVlarda deyarli har kuni korrupsiya bilan bogʻliq jinoyatlar yoritilmoqda. Mazkur yoʻnalishda Oʻzbekiston koʻplab xalqaro tadbirlarda ishtirok etmoqda. Joriy yil yanvar oyida Toshkent shahrida Oʻzbekiston Prezidenti Shavkat Mirziyoyev ishtirokida korrupsiyaga qarshi kurashish mavzusida boʻlib oʻtgan yirik xalqaro tadbir ham fikrimizga dalil boʻla oladi.

Mamlakatimiz Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning ushbu lavozimdagi faoliyatining dastlabki davrida imzolangan hujjatlardan biri – bu “Korrupsiyaga qarshi kurash toʻgʻrisida”gi Oʻz-

bekiston Respublikasining Qonuni boʻldi. Aksariyat odamlar va hattoki ekspert-mutaxassislar uchun ham bu kutilmagan qadam edi. Vaholanki, biz bugun koʻrmoqdamiz-ki, bu chuqur va puxta oʻylangan, katta siyosiy iroda asosida qabul qilingan strategik qaror boʻlgan.

“NKMK jamgʻarmasi” DMning Komplayens xizmati tomonidan joriy yilning 10 oyi davomida 27 ta huquqbuzarlik holatlar aniqlangan boʻlib, aybdor xodimlarga nisbatan intizomiy jazo choralari koʻrildi va aybdorlardan zarar summalari undirildi. Bunday qonunbuzarliklarning oldini olish maqsadida ishchi-xodimlar oʻrtasida tushuntirish-targʻibot ishlari olib borilmoqda. Nazoratni kuchaytirish maqsadida muassasaning yotoqxona va oziq ovqat tizimi raqamlashtirildi. Shuningdek, davlat xaridlari boʻyicha tuzilayotgan shartnomalar tekshirilib, keltirilayotgan tovarlar boʻyicha nazorat oʻrnatilgan.

Kelgusida Prezidentimizning “Korrupsiyadan xoli boʻlma-gan jamiyat hech qachon rivojlanmaydi. Biz barcha tizimlarda halollik, shaffoflik va masʼuliyat prinsiplarini ustuvor qilamiz”, – degan soʻzlari ishimizda dasturlamal boʻladi. Zero bu uzoq istiqbolga moʻljallangan va muayyan jamiyatda yashovchi har bir shaxsdan katta masʼuliyat talab etadigan jarayondir.

Doniyor MADALIYEV,
“NKMK jamgʻarmasi” DM Komplayens xizmati xodimi.

■ Teatr

Joriy yilning 28-noyabridan 6-dekabr sanasiga qadar Navoiy kon-metallurgiya kombinati ishchi-xodimlari uchun Navoiy, Zarafshon va Uchquduq shaharlaridagi madaniyat maskanlarida Samarqand viloyati musiqali drama teatrlining “Yalangto’sh Bahodir” spektakli namoyish etildi.

REGISTON
BUNYODKORI

Yalangto’sh Bahodir siymosi avlodlar
qalbida abadiy qolajak



O‘zbekistonda xizmat ko‘rsatgan jurnalist, yozuvchi va dramaturg Farmon Toshev tomonidan yozilgan va rejissor G‘ofur Mardonov sahnalashtirgan mazkur spektaklda buyuk sarkarda va davlat arbobi Yalangto’sh Bahodirning bunyodkorlik ishlari, yurt obodligi, xalq farovonligi yo‘lidagi xizmatlari o‘z aksini topgan. Asarda 1619–1640-yillardagi voqealar asosida, sarkardaning Tillakori va Sherdor madrasalarini barpo etishdagi ulkan xizmati, yurt obodligi va xalq farovonligi yo‘lidagi sa‘y-harakatlari sahnada jonli talqinda namoyon etildi. Ayniqsa, Yalangto’sh Bahodirning qudrati, adolati sarkarda sifatidagi faoliyati va uddaburon davlat arbobi ekanligini ifodalovchi ta’sirli sahnalar teatr ixlosmandlarida katta taassurot qoldirdi.

– Tariximizda Samarqandning ravnaqi, obodligi va madaniy yuksalishida ulkan xizmat ko‘rsatgan arboblarni orasida Bahodir Yalangto’sh alohida o‘rin tutadi, – deydi Samarqand viloyati musiqali drama teatri direktori o‘rinbosari Uyg‘un Nurmanov. – U sarkarda, davlat arbobi va bunyodkor sifatida nafaqat harbiy maydonda, balki shaharsozlik va madaniyat taraqqiyotida ham ulkan iz qoldirgan. Yalangto’sh Bahodir rahbarligi davrida Samarqand Sharqning yirik siyosiy va madaniy markazlaridan biri sifatida yanada gullab-yashnagani tarixiy manbalarda keng qayd etilgan. Uning

■ Xalqaro nogironlar kuniga

Yurtimizda Xalqaro nogironlar kuni insonparvarlik, mehr-oqibat, ijtimoiy adolat va teng imkoniyatlarni g‘oyasini namoyon etish sanasi sifatida keng nishonlanadi. Ijtimoiy mas’uliyatli korxona hisoblangan “Navoiy kon-metallurgiya kombinati” aksiyadorlik jamiyatida nogironligi bo‘lgan xodimlar va ularning oilalarini moddiy hamda ma’naviy rag‘batlantirish yaxshi yo‘lga qo‘yilgan.

SAVOB VA XAYRLI ISHLAR
BARDAVOM

Mehnat jamoasida jismoniy imkoniyatlari cheklangan shaxslar uchun qulay sharoitlar, yangi ish o‘rinlari yaratish doimiy e’tiborda bo‘lmoqda. Ularga moddiy yordam, sog‘liqlarini tiklashlari uchun sihatgohlarga yo‘llanmalar ajratilmoqda. Turli bayramlarda ijtimoiy himoyaga muhtoj oilalar, yolg‘iz keksalar, nogironligi bo‘lgan shaxslarga oziq-ovqat to‘plamlari ajratilib, ma’muriyat vakillari va kasaba uyushma faollari ularning holidan xabar olishyapti. Bo‘linmalarda nogironlarning ish joylarini moslashtirish ishlari bosqichma-bosqich bajarilmoqda.

Nogironligi bo‘lgan shaxslarga va ijtimoiy ko‘makka muhtoj oilalarga ko‘rsatilayotgan e’tiborni aksiyadorlik jamiyati boshqarmasida amalga oshirilayotgan xayrii ishlar misolida ham yaqqol ko‘rish mumkin. Yaqinda boshqarmaning nogiron farzandi bor yetti nafar xodimiga moddiy yordam ko‘rsatildi. Korxonada va uning bo‘linmalarida savob ishlar – bandlik kvotalariga amal qilish, nogironligi bo‘lgan yoshlarni kasbiy ta’limga jalb etish, layoqatiga mos tarzda ish bilan ta’minlash ko‘rinishida bundan buyon ham bardavom bo‘ladi.

“NKMK” AJ Matbuot xizmati.

■ Shifokor maslahatlari

BOLALARNI SHAMOLLASHDAN ASRANG...

Qish kelib, havo harorati asta-sekin pasayib bormoqda. Bu faslda ko‘pchilik, ayniqsa, bolalarda immunitet sustlashib, shamollash va mavsumiy virusli kasalliklarga chalinish xavfi ortadi. “Zarafshon” Tibbiy-sanitariya qismi Bolalar poliklinikasi pediatri vrachi Mahfuza Hamidova bu borada o‘zining bir qancha tavsiyalarini berdi.

Qishda nega yuqumli kasalliklar avj oladi?

– Viruslar sovuq va quruq havoda faollashadi. To‘g‘ri, qish faslida atmosferada namlik nisbatan yuqori bo‘ladi. Biroq, xonalar isitilishi sababli havo quruqlashadi. Bu esa infeksiyalarning avj olishi uchun qulay muhit. Sovuq harorat yuqori nafas yo‘llaridagi tug‘ma immunitet hujayralari faoliyatiga salbiy ta’sir ko‘rsatadi. Quruq havo infeksiyalar uchun to‘siq bo‘lgan shilliq qavatlar xususiyatlarini o‘zgartiradi. Bundan tashqari, kamharakatlilik ham organizmning kasalliklarga qarshi kurashish qobiliyatini susaytiradi. Oqibatda shamollash va grippga chalinish ehtimoli oshadi. Qish mavsumida ko‘pchilik asosiy vaqtini yopiq muhitda o‘tkazishi tufayli jismoniy faollikdan cheklanadi.

Bolalarni yuqumli kasalliklardan qanday himoya qilish kerak?

– Yuqumli kasalliklar, asosan, havo tomchilari orqali yuqadi. Yuqumli kasalliklarga ko‘proq 3-15 yoshli bolalar chalinaldi. Kasallik og‘ir yoki yengil kechishi bolalarning immun tizimiga bog‘liq. Bolalarni gripp yuqtirib, qiynab qo‘ymaslik uchun ularni ehtiyotlash zarur. Buning uchun bolalarga eng kerakli paytlarda qo‘llarini tozalab yuvishni o‘rgatish lozim. Doim o‘ynab bo‘lgach, ovqatlanishdan oldin, hojatxonadan chiqqach, qo‘lda mikrobo‘ladigan istalgan boshqa paytda yuvishga o‘rgatish kerak. Tozalikka doimiy amal qilish bolalarda bemor bo‘lib qolishining oldini oladi. Shuningdek, bolalarga yo‘talgan va aksirganda og‘iz va burunlarini qo‘l yoki tirsak bilan to‘shish zarurligini ham o‘rgatish lozim.

Bolalar immunitetini qanday oshirish mumkin?

– Ko‘pchilik ota-onalar immunitetni yaxshilash deganda, turli qo‘shimcha vositalarni afzal ko‘radi. Lekin ularning samarasi to‘la isbotlanmagan. Haqiqiy immunitet kuchaytirgichlar qo‘shimcha pul talab qilmaydi. Immun tizimi yaxshi ishlashi uchun, avvalo, yaxshi va me’yorda uxlash, meva-sabzavotlarga boy ovqatlanish ratsionini tashkil qilish, doimiy jismoniy faollik kerak. Bizning immun tizimimiz o‘ziga xos, u genimiz, atrof-muhit, iste’mol qilyotgan oziq-ovqatlar va biz duch keladigan mikroblar ta’sirida yaraladi. Bundan tashqari, toza havoda yetarlicha bo‘lishni unutmazlik lozim. Or-

ganizm sog‘lom bo‘lishi uchun vitamin D zarur, qishda esa tanamiz quyoshdan oladigan vitamin D qisqarishi mumkin. Jismoniy mashqlar va vitamin D tanamizni sog‘lom saqlashga yordam beradi.

Kasal yuqtirganda bolani uyda qoldirish kerakmi?

– Bola gripp bo‘lib qolsa, uning uyda bo‘lishi eng to‘g‘ri tanlov. Sababi, agar maktabga yoki bog‘chaga borsa, boshqa bolalar bilan o‘ynasa, ularga ham virus yuqishi ehtimoli oshadi. Qolaversa, uyda shamollaganlar bo‘lganda ham bolalarni alohidalash, tibbiy niqobdan foydalanish kerak.

Agar bola shamollagan bo‘lsa, nimalarga e’tiborli bo‘lish kerak?

– Qish mavsumida bolada shamollash alomatlarikuzatilsa, uni 3 kungacha jamoat joylariga jo‘natmay turish tavsiya etiladi. Chunki boshqalarga ham yuqtirishi mumkin. Bola organizmida 3 kungacha isitma chiqishi normal holat hisoblanadi. 3-5 kun orasida tana harorati 38,5 daraja bo‘lishi organizmning kasallik bilan kurashayotganini bildiradi. Bu vaqtda bemorni hech qanday antibiotik yoki boshqa vositalar bilan davolash tavsiya etilmaydi. Agar bemor salomatligi shu vaqt ichida yaxshi tomonga o‘zgarmasa, shifokorga murojaat qilish kerak. Bemor yotgan xona havosini vaqti-vaqti bilan tozalab turish zarur.

Qachon “Tez yordam” chaqirish mumkin?

– Bolaga o‘z-ozdan, tez-tez suyuqlik ichirish tavsiya etiladi. Oddiy qaynagan suv yoki uyda tayyorlangan meva sharbatlari tomoqdagi yo‘tal va og‘riqni yumshatib, tanadan viruslarning tezroq chiqib ketishini ta’minlaydi. Burun va tomoqni tuzli suv bilan chayish ham juda zarur muolaja usulidir. Bolaning tana harorati 38,5 darajadan oshsa, ovqat yemay qo‘ysa, kuchli hansi-rash kuzatilsa, nafas qisishi alomatlari paydo bo‘lsa, tinmay yoki ko‘p uxlasa, “Tez yordam”ga murojaat qilish tavsiya etiladi.

Bemor bolaning qisqa muddatda sog‘ayishi uchun ularni to‘g‘ri ovqatlantirish kerak. Kichikintoylarga yoshiga mos, avval ham yeb o‘rgangan hamda o‘zi sevim iste’mol qiladigan, yumshoq pishirilgan, ishtaha ochuvchi



taomlar berish maqsadga muvofiq. Bolani kasal paytida tez-tez, kam-kam taomlantirish kerak. Sog‘aygach esa unga odatdagidan ham ko‘proq ovqat berishni tavsiya etamiz. Bu, farzandlarimizning quvvatini tiklashi uchun muhim.

Antibiotiklar olishni tavsiya etasizmi?

– Shamollaganda ko‘pincha uy sharoitida davolanishga o‘rganganmiz. Lekin bilib-bilmasdan turib bolaga turli antibiotiklar berish yoki inyeksiyalar qilish umuman noto‘g‘ri. Har bir ota-onaga o‘z farzandi salomatligi uchun mas’ul va kasal bo‘lganda bola qabul qiladigan har qanday dori yoki ukolga jiddiy e’tibor qaratishi kerak. Shamollash 99 foiz holatlarda viruslar orqali kelib chiqadi. Gripp yoki mavsumiy virusli kasalliklarda antibiotiklar umuman mumkin emas, tavsiya etilmaydi.

3 yoshgacha go‘daklar yiliga 4 martadan ko‘p, 3 yoshdan yuqori bolalar esa yiliga 6 martadan ortiq respirator kasalliklar, ya’ni grippi, bronxit bilan xastalansa, ular tez-tez shamollovchi bolalar guruhiga kiradi. Bunday kichikintoylar doimiy ravishda shifokor nazoratida bo‘lishi va mutaxassis tavsiyasi asosida kerakli muolajalarni olishi zarur.

Nafosat ZIYOYEVA suhbatlashdi.

... VA TO‘G‘RI OVQATLANTIRING

Ovqatlanish bolalarning o‘shishi, rivojlanishi va sog‘lom bo‘lishiga, shuningdek kuchli immun tizimining rivojlanishiga muhim ta’sir ko‘rsatadi. Bolalar va o’smirlarda to‘g‘ri ovqatlantirish ovqatning fiziologik va gigiyenik talablaridan kelib chiqib tashkil etiladi. O’sib boruvchi organizmning ovqatlanishga ehtiyoji katta yoshdagilardan tubdan farq qiladi va buni ota-onalar doimo yodda saqlashlari lozim.

Noto‘g‘ri ovqatlanish (kam yoki ko‘p) organizmda turli oshqozon-ichak tizimi kasalliklari, modda almashinuvining buzilishi, oriqlash yoki semirib, tana vaznining oshib ketishi kabi asoratlarga olib keladi. Bolalar va o’smirlarni to‘g‘ri ovqatlantirish ularning normal o’sib – ulg‘ayishi, ruhan sog‘lom, qobiliyatli, jismonan kuchli, chidamli va turli tashqi muhit ta’sirlariga , jumladan yuqumli va yuqumsiz kasalliklarga berilmasligini kafolatlaydi.

Oqsil, yog‘, uglevodlar organizm uchun asosiy energiya manbai hisoblanib, nisbati 1:1:4 ni tashkil etadi. Oqsilning 50-60 foizi go’sht, baliq, sut mahsulotlari va tuxum hisobiga to‘g‘ri kelishi kerak. Bolalarning oqsilga ehtiyoji ularning yoshiga qarab o‘zgarib

boradi. Yosh qancha kichik bo‘lsa ko‘p, katta bo‘lsa kam talab etiladi: 7-12 yosh bolalarda, 1 kunda 1 kilogramm og‘irlikda 2,5-3 gramm oqsil, 12-16 yosh bolalarda 1 kunda 1 kilogramm og‘irlikda 2 gramm oqsil, kattalarda esa 1 kunda 1 kilogramm og‘irlikda 1,2-1,3 gramm oqsil iste’mol qilish tavsiya etiladi.

Yog‘ning 20 foizini to‘yinmagan yog‘ kislotalaridan iborat o’simlik yog‘i tashkil qilishi zarur. Ovqatda yog‘ miqdorining ko‘p bo‘lishi ma’qul emas, chunki bola organizmida modda almashinuvi buzilib, ishtaha yo‘qoladi, hazm qilish buziladi va semirishga olib keladi. Bolalar uchun eng zarur va qimmatli yog‘ bu sariyog‘ va baliq yog‘idir, chunki unda A va D vitaminlari mavjud.

Bolalarda uglevodlar yoshga nis-

batan oqsil va yog‘dan ko‘ra kam talab etiladi. Ularning me’yordan ortiq iste’mol qilinishi bolalarning o’sishi hamda rivojlanishini sekinlashtiradi, mushak tonuslarini pasaytiradi, immun sistemasi pasayib, ko‘p kasallikka chalinaladi va og‘ir asoratlar kuzatiladi. Energiya va fiziologik ehtiyoj uchun vitamin, mineralar va mikroelementlar muhim hisoblanadi. Ovqatda A vitaminining yetishmasligi oqibatida bola organizmi o’sishdan to‘xtaydi, vazni yengillashadi, ko‘zning ko‘rishi, teri va shilliq qavatlarining himoya vazifalari pasayadi. D vitaminining yetishmasligida, bolada raxit kasalligi, tishlarida kariyes kuzatiladi. Organizmda vitamin S yetishmasa bolada umumiy holsizlik, ishtaha va mehnat unumdorligining pasayishi, yuqumli kasallikka tez chalinvchanlik, qon tomirlari devorining o‘tkazuvchanligi pasayib, tish milklari qonashi va kariyes kuzatiladi.

V guruh vitamin asosan modda almashinuvi, ovqat hazm qilish, qon va immunitet ishlab chiqishda qatnashadi, teri, soch, tirnoqlarni mustahkamlaydi, shuningdek, nerv tizimi ish faoliyatiga ta’sir ko‘rsatadi. Vitamin V yetishmasligi bolada tez charchash, xotiraning pasa-

yishi, uyqusizlik, injqlik,teri quruqlashi-shi, tirnoqlarning sinishi va sochlarning to‘kilishiga olib keladi.

Fosfor, kaliy, kalsiy, magniy, natriy, xlor, temir kabi mineral moddalar asosan modda almashinuvi, immun tizimi, suyaklar tuzilishi, qon ishlab chiqish, qondagi osmotik bosim va kislota-ishqoriy muhitni normallashtiradi, shuningdek gormon, sekret va fermentlarning asosini tashkil etadi.

Onalar bolalarni ovqatlantirishda go’sht, baliq, sut mahsulotlari, tuxum, karam, yong‘oq, ko‘kat, mevalar, sabzi, bug‘doy, guruch, suli yormasi kabi donli mahsulotlarda yetarlicha oqsil, yog‘, uglevod, mineral modda va vitaminlar mavjudligini yodda tutishlari zarur.

Bolalar va o’smirlarni ana shu oziq-ovqat mahsulotlari bilan to‘g‘ri ovqatlantirilsa, jismonan va ma’nan sog‘lom yetuk avlod shakllanadi. Zero, Yangi O‘zbekistonda sog‘lom, kuchli va bilimli yoshlar yetishib chiqishi uchun barchamiz birdek mas’ulmiz.

Yoqub KOMILOV,
“Zafarobod” Tibbiy-sanitariya qismi oliy toifali vrach epidemiologi,
Sog‘liqni saqlash a’lochisi.

SHAMOLLASH XAQIDA QIZIQARLI
FAKTLAR

1. Viruslar – eng kichkina qotillar hisoblanadi

Shamollashlarning ko‘p turlari rinoviruslar tomonidan chaqiriladi. Bita virusning o‘lchami 20 nanometrni tashkil etadi yoki 50000 ta shunday virusning o‘lchami 1 millimetrga teng. Viruslar odamdan odamga havo tomchi usuli orqali va kontakt yo‘li bilan yuqadi. Bemorning har bir aksa urishi yoki yo‘talishi havoda millionlab patogen viruslarning paydo bo‘lishiga sabab bo‘ladi.

2. Nega hech qanday vaksina shamollashdan himoya qila olmaydi?

Tibbiyot qanchalik mo‘jizalar yaratmasin, rinoviruslar chaqiradigan shamollash oldida haligacha ojizlik qilmoqda. Bu, rinoviruslarning har sovuq mavsumida 15-20 taga yaqin yangi turlarining paydo bo‘lishi bilan tushuntirilib, bu ko‘rsatkich xavfli hisoblangan grippi virusidan bir necha marta ortiq hisoblanadi. Shu sababli viruslarni doimo o‘rganib turish va yangi-yangi vaksinalarni yaratish talab etiladi. “Eski do’stlar” immun tizim tomonidan e’tirof

etilmaydi, shuning uchun ularga qarshi yangi “qurol” ishlab chiqarish kerak bo‘ladi.

3. Shamollash paytida xulq etikasi

Ko‘p sonli ishchilar ishlaydigan ish xonasida biror bir xodim aksa ursa hamma unga salomatlik tilaydi. Sovuq mavsumda bu aksincha ko‘rinish olishi kerak. Ya’ni, aksa urgan odam boshqalardan uzr so‘rashi lozim. Agar bemor inson og‘zini yopmasdan aksa uradigan bo‘lsa, unga boshqalarning tanbeh berishga haqqi bor. Buni unutmazlik lozim.

4. Ro‘molchaga 90 yil bo‘lgani ham yo‘q

Ilgari to‘qilgan materiallar o‘ta qimmat bo‘lgan. Burun uchun mo‘ljallangan ro‘molchalar faqat boylar uchun mo‘ljallangan. 1929-yilga kelib mexanik to‘qimachilik dastgohlari ixtiro qilingachgina oddiy insonlar ham qo‘g‘ozli bo‘lsada ro‘molchalarga ega bo‘la boshlashgan.

5. Shamollash faktlar va raqamlarda

Har bir inson yiliga o‘rtacha 4 marotaba shamollaydi,

Gazeta har oyda ikki marta chop etiladi va “Navoiy kon-metallurgiya kombinati” AJ, “Navoiyuran” DK, “NKMK jamg‘armasi” DM bo‘linmalariga tarqatiladi. Bahosi kelishilgan narxda.

Gazeta “Konchilar hayoti” gazetasi tahririyatida terildi va sahifalandi. “Noshir Lux” MCbJ bosmaxonasida ofset usulida bosildi. Nashr sifati bo'yicha (91) 557-10-95 raqamli telefonga murojaat etishingiz mumkin. Bosmaxona manzili: Samarqand shahri, Spitamen ko'chasi, 270-uy.

Navbatchi: Dildora KARIMOVA
Texnik muharrir: Zafarjon OLIMOV

Qog'oz bichimi A2. 11700 nusxada chop etildi. Buyurtma № 577. 2025-yil 12-dekabr 17:00 da chop etishga topshirildi.

KONCHILAR HAYOTI

MUASSIS:
“NAVOIY KON-METALLURGIYA KOMBINATI” AJ

O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti Administratsiyasi huzuridagi Axborot va ommaviy kommunikatsiyalar agentligi tomonidan 2022-yil 4-fevralda 1521-raqam bilan qayta ro‘yxatga olingan.

Muharrir:
Nizomiddin SADRIDDINOV



Tahririyat manzili:
210100.
Navoiy shahri, Navoiy ko'chasi, 27-uy,
“NKMK” AJ boshqarmasi
Telefonlar:
Muharrir: 79 227-74-64.
Faks: 79 227-75-66