



O'ZBEKISTON OVOZI

Shu aziz VATAN — barchamizniki!

2015-yil, 19-noyabr. Payshanba

135 (32.038)

Ijtimoiy-siyosiy gazeta

1918-yil 21-iyundan chiqa boshlagan

www.uzbekistonovozi.uz

ТАШРИФ САМАРАЛИ БЎЛДИ

Мамлакатимизга расмий ташриф билан келган Покистон Ислон Республикаси Бош вазири Муҳаммад Навоз Шариф 18 ноябрь кuni пойтахтимиздаги Мустақиллик майдонида ташриф буюрди.

Олий мартабали меҳмон ҳурриятимиз, порлоқ истиқболимиз ва эзгу ниятларимиз рамзи бўлган Мустақиллик ва эзгулик монументи пойига гул қўйди.

Муҳаммад Навоз Шариф ушбу муазам майдонда Президентимиз Ислон Каримов раҳнамолигида амалга оширилган улкан бунёдкорлик ва ободонлаштириш ишларига юксак баҳо берди.

Покистон Ислон Республикаси Бош вазири Муҳаммад Навоз Шариф Ўзбекистон Республикаси Бош вазири Шавкат Мирзиёев ҳамроҳлигида Самарқандга ташриф буюрди.

Олий мартабали меҳмон Имом Бухорий мажмуасини зиёрат қилди. Покистон Бош вазирига буюк муқаддис Имом Бухорийнинг бой маънавий мероси, муқаддас динимиз ривожига қўшган беқиёс ҳиссаси, мустақиллик йилларида Президентимиз Ислон Каримов раҳнамолигида бу ерда амалга оширилган улкан бунёдкорлик ва ободонлаштириш ишлари ҳақида сўзлаб берилди.

Мирзо Улугбек расадхонаси ва музейи билан танишув чоғида олий мартабали меҳмонга Мирзо Улугбекнинг жаҳон илм-фани ривожига қўшган улкан ҳиссаси, аллома яратган илмий мактаб ҳақида атрофлича маълумот берилди. Музейдаги ноёб экспонат ва тарихий ашёлар ажлоларимизнинг буюк зақоси, юртимиз илм-фаннинг чуқур илдизлари ва тараққиётдан далолат бериши алоҳида таъкидланди.

Амир Темур мақбараси ва Регистон мажмуаси покистонлик меҳмонларда катта таассурот қолдирди. Улар бу ердаги миллий ҳунармандлик буюмлари кўргазмаси, қўли гул усталаримиз тайёрлаган маҳсулотларни қизиқиш билан томоша қилдилар.

Муҳаммад Навоз Шариф қадим маданиятимиз ва миллий давлатчилигимиз тимсоли, меъморлик санъатининг юксак намунаси бўлган Самарқанд обидалари унутилмас таассурот қолдирганини алоҳида таъкидлади.

Покистон делегацияси аъзолари мамлакатимизда ишлаб чиқарилаётган юк автомобиллари ва автобуслар, қишлоқ хўжалик техникалари кўргазмасини ҳам кўздан кечирди. Самарқанддаги «JV MAN Auto Uzbekistan», «СамАвто» корхоналарида ишлаб чиқарилаётган «MAN» ва «Isuzu» русумли юк машиналари, автобуслар ва бошқа транспорт воситалари меҳмонларда катта қизиқиш уйғотди.

— Бу техникалар Ўзбекистонда sanoat, машинасозлик жадал ривожланиб бораётганидан далолат беради, — деди Муҳаммад Навоз Шариф. — Нуфузли компаниялар билан ҳамкорликда тайёрланаётган юк машиналари, замонавий қишлоқ хўжалик техникаларининг имкониятлари юқори. Бу Ўзбекистон билан мазкур йўналишда ҳам самарали ҳамкорлик қилиш истиқболларини кўрсатиб турибди.

Шу билан Покистон Ислон Республикаси Бош вазири Муҳаммад Навоз Шарифнинг мамлакатимизга расмий ташрифи якунига етди.

ЎЗА



МИЛЛИЙ МАТБУОТИМИЗ КЎЗГУСИ

«Ўзэкспомарказ»да «Ўзбекистон матбуоти» V Миллий кўргазмаси бошланди

Кўргазма Ўзбекистон матбуот ва ахборот агентлиги томонидан Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳамда Мустақил босма оммавий ахборот воситалари

ва ахборот агентликларини қўллаб-қувватлаш ва ривожлантириш жамоат фонди ҳамкорлигида ташкил этилди.

▶ Давоми 4-бетда.

ЖОРИЙ ЙИЛНИНГ ЎТГАН 9 ОЙИДА...

ЎзХДП Бухоро вилоят ҳудудий кенгашларидаги Жамоатчилик қабулхоналарига фуқаролардан 743 мурожаат бўлган. Уларнинг 60 фоиздан ортиғи ижобий ҳал этилди, қолганлари назоратга олинди.

Халқ депутатлари Тошкент вилоят, туман ва шаҳар Кенгашларига ЎзХДПдан сайланган депутатлар томонидан 155 депутатлик сўрови юборилди. Ҳозиргача уларнинг 119 тасига ечим топилди.

■ КОНСТИТУЦИЯ — БАХТИМИЗ ҚОМУСИ



Давлат фуқароларнинг Конституция ва қонунларда мустақамланган ҳуқуқлари ва эркинликларини таъминлайди.

Ўзбекистон Республикаси Конституциясининг 43-моддаси.

3

■ ЎзХДП «ФАОЛ АЁЛЛАР» ҚАНОТИ

«Ўзбекистон ХДПнинг энг фаол аёли»

кўрик-танловининг Қашқадарё вилоят босқичи бўлиб ўтди

Қарши шаҳридаги «Ёшлар маркази» шу кунни жуда гавжум бўлди. Бу ерда ёшлар, партия фаоллари, депутатлар, электорат вакиллари тўпланишди. Улардан бири — Қарши давлат университети фахрий профессори, партиямиз аъзоси Абдусалом Ҳуроқов шундай дейди:

— Рафиқам, инглиз тили фани ўқитувчиси Гулнораҳон билан бирга беш фарзандни улғайтирдик. Уларнинг учтаси фан номзоди. Мустақил-

лик йилларида аёлларимизнинг илм олишлари, давлат ва жамоат ишларида фаол қатнашиб, ўз истеъдолларини намоён қилишлари учун барча шароит яратилди. Ўзбекистон ХДПнинг Сайловолди дастурида ҳам бу борада қатор вазифалар белгилангандан хабаримиз бор. Бугунги тадбир ҳам хотин-қизлар фаоллигини оширишда муҳим аҳамиятга эга, деб ўйлаймиз.

▶ Давоми 2-бетда.



Худойберди ТЎХТАБОВ, Ўзбекистон халқ ёзувчиси:

— «Ўзбекистон овози» газетасида узоқ йиллар ишлаганман, шу қутлуг даргоҳда улуг инсонлар, таниқли ижодкорлар дуосини олганман.

Яширмайман, ҳозир ҳам «Ўзбекистон овози»ни яхши кўраман, чунки бу отахон газетада халқимизни ўйлантираётган муҳим мавзулар кўтариб чиқилади, кенг жамоатчилик муҳокамасига ташланади. Айниқса, таҳририят ташкил этаётган «Давра суҳбатлари»да муҳокама қилинаётган масалалар кўпчилиқда қизиқиш уйғотмоқда. «Ўзбекистон овози»ни ўқиб борсангиз, кам бўлмайсиз!

«ЎЗБЕКИСТОН ОВОЗИ» газетасига сиз ҳам обуна бўлинг! Обуна индекси — 220

Янгиликлар,
Бунёдкорликлар,
Хабарлар...

200 дан зиёд янги иш ўрни

Боғот туманида иш бошлаган «Хоразм Текс» енгил саноат мажмуасида касб-ҳунар коллежлари битирувчиларидан 200 нафардан зиёди бандлиги таъминланди.

Хоразм вилоят ҳокимлиги матбуот хизмати хабарига қаратганда, корхонада жорий йилнинг январь-июль ойларида бир ярим минг тонна пахта толаси қайта ишланиб, бир минг икки юз тонна ип-калава хорижга экспорт қилинган.

Бугунги кунда корхона фаолиятини янада кенгайтириш бўйича зарур ишлар амалга оширилмоқда.

Болалар ва ўсмирлар учун

Марғилон шаҳрида болалар ва ўсмирлар спорт мажмуаси қурилиб, фойдаланишга топширилди.

Ушбу мажмуада спорт зали, теннис майдончалари, 5 минг томошабинга мўлжалланган стадион, югуриш йўлаклари бор. Фарғона вилоят ҳокимлиги матбуот хизмати хабарига кўра, бу ерда бир вақтнинг ўзида спортнинг 11 тури билан 532 нафар бола мунтазам шуғулланиш имкониятига эга.

— Бир неча йилдан буён спортнинг бокс тури билан шуғулланаман, — дейди Нуриддин Ёкубонов. — Мамлакатимизда ва халқаро миқёсда ўтказилган мусобақаларда совриндор бўлдим. Ушбу спорт мажмуасининг очилиши кучимизга куч, ғайратимизга ғайрат қўшмоқда. Эндиликда янада кучли иштиёқ билан шуғулланиб, олимпиада ўйинларида қатнашишни бош мақсад қилиб қўйдим.

Ўқув семинар ўтказилди

Зарбдор туманида «Камолот» ёшлар ижтимоий ҳаракати томонидан заиф эшитувчилар махсус мактаб-интернатида ўқув семинар ўтказилди.

Жиззах вилоят ҳокимлиги матбуот хизмати хабарига кўра, семинар давомида мактаб ўқувчиларига «Камалак» болалар ташкилоти фаолияти ва лойиҳалари, чуқур билим олиш афзалликлари тўғрисида кенг тушунча берилган.

Наврўз ШОДМОНҚУЛОВ тайёрлади.

Хоразм

Фарғона

Жиззах

«Ўзбекистон овози» газетаси сайтида ва навбатдаги сонларида:

СИЁСИЙ ПАРТИЯ ФРАКЦИЯСИНING
фуқаролик жамияти институтлари билан
ўзаро ҳамкорлиги

■ Тошкент вилоятида Ўзбекистон
ХДПнинг энг фаол аёли
аниқланди.

Конституциямизда одил судловнинг инсон ва фуқароларнинг ҳуқуқ ва эркинликларини суд орқали ҳимоя қилиш, малакали юридик ёрдамга бўлган ҳуқуқ, айбсизлик презумпцияси ва бошқа конституциявий принциплари ўз ифодасини топган.

■ КОНСТИТУЦИЯ — БАХТИМИЗ ҚОМУСИ

Инсон ҳуқуқ ва манфаатларининг кафолатли ҳимояси

Мамлакатимизда демократик ҳуқуқий давлат ва кучли фуқаролик жамияти барпо этиш борасидаги ислохотларнинг асосий мақсади қонун устуворлиги ва қонунийликни мустақамлаш, Конституциямизда белгилаб қўйилган тамойиллар асосида инсон ҳуқуқлари, эркинликлари ҳамда қонуний манфаатлари ишончли ҳимоя қилинишини таъминлашга қаратилган. Шу маънода мустақилликнинг дастлабки йилларидан бошлаб суд-ҳуқуқ тизимида изчиллик билан амалга ошириб келинаётган ислохотлар бугун ўз самарасини бермоқда.

Бу ҳақда сўз борганда, аввало, истиқлол йилларида қуртимизда суд ҳокимиятининг мустақиллигини таъминлаш, уни собиқ тузумда бўлган каби қатагон қуроли ва жазолаш идораси сифатидаги орган эмас, балки инсоннинг ҳуқуқ ва эркинликларини ишончли ҳимоя этишга хизмат қиладиган, том маънодаги мустақил давлат ҳокимиятига айлантиришга қаратилган демократик ислохотлар изчиллик билан ҳаётга жорий этилаётганини таъкидлаш мақсада мувофиқдир.

Хусусан, суд-ҳуқуқ ислохотларининг дастлабки босқичида демократик ҳуқуқий давлат барпо этиш борасида зарур институционал ва ҳуқуқий асослар яратилди.

Шу билан бирга, жиноят процессида фуқароларнинг ҳуқуқлари, эркинликлари ва қонуний манфаатларини ҳимоя қилиш бўйича институтлар фаолияти йўлга қўйилди.

Суд жараёнида айблов ва ҳимоя томонлари тенглигини таъминлашнинг таъсирчан ҳуқуқий механизмлари яратилди. Энг муҳими, Конституциямизда одил судловнинг инсон ва фуқароларнинг ҳуқуқ ва эркинликларини суд орқали ҳимоя қилиш, малакали юридик ёрдамга бўлган ҳуқуқ, айбсизлик презумпцияси ва бошқа конституциявий принциплари ўз ифодасини топди.

Суд-ҳуқуқ ислохотлари доирасида ҳимоя ҳуқуқи яна-

да қучайтирилди. Суднинг навал, истиқлол йилларида қуртимизда суд ҳокимиятининг мустақиллигини таъминлаш, уни собиқ тузумда бўлган каби қатагон қуроли ва жазолаш идораси сифатидаги орган эмас, балки инсоннинг ҳуқуқ ва эркинликларини ишончли ҳимоя этишга хизмат қиладиган, том маънодаги мустақил давлат ҳокимиятига айлантиришга қаратилган демократик ислохотлар изчиллик билан ҳаётга жорий этилаётганини таъкидлаш мақсада мувофиқдир.

Суд-ҳуқуқ ислохотларини янада чуқурлаштиришда давлатимиз раҳбари томонидан тақдим этилган Мамлакатимизда демократик ислохотларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепцияси катта аҳамият касб этди. Президентимиз Олий Мажлис Қонунчилик палатаси ва Сенатининг 2015 йил 23 январда бўлиб ўтган қўшма мажлисидаги маърузасида қайд этилган, **Олий Мажлисининг аввалги таркиби қабул қилган 140 дан ортиқ қонун ва меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларнинг 27 таси бевосита мазкур Концепция доирасида ишлаб чиқилган.**

Бу қонунлар, ўз навбатида, қонун устуворлигини таъминлаш, суд ҳокимияти мустақиллигини мустақамлаш, инсон ҳуқуқ ва эркинликларини ишончли ҳимоя қилишда ҳуқуқни муҳофаза қилиш тизимининг самарадорлигини ошириш борасида муҳим ўрин тутмоқда.

Бинобарин, Концепцияда кўзда тутилган суд-ҳуқуқ тизимини ислох этишга қаратилган асосий қоялардан келиб чиқиб, суд жиноят ишини кўзга-тиш

ҳуқуқига эга субъектлар доирасидан чиқарилди. «Хабеас корпус» институти кенгайтирилиб, айбланувчини лавозимидан четлаштириш, шахсни тиббий муассасага жойлаштириш ёки айбланувчининг тиббий муассасада бўлиши мuddатини узайтириш тўғрисидаги илтимосномаларни кўриб чиқиш ҳуқуқлари судларнинг ваколатига ўтказилди. Айблов ҳуқуқаси суд эмас, прокурор томонидан ўқиб эшиттирилиши белгилаб қўйилди.

Шу билан бирга, 2012 йил 25 декабрда «Тезкор-қидирув фаолияти тўғрисида»ги қонун қабул қилинди. Ушбу қонун ҳам Концепция қоидаларини ҳаётга татбиқ этиш юзасидан ишлаб чиқилган бўлиб, асосий мақсади — процессуал чораларни қўллашда ҳуқуқни муҳофаза қилиш тизимининг самарадорлигини ошириш борасида муҳим ўрин тутмоқда.

Президентимизнинг «Суд тизими ходимларини ижтимоий муҳофаза қилишни тубдан яхшилаш чора-тадбирлари тўғрисида»ги, «Судлар фаолиятини янада такомиллаштиришга оид таққийлик чора-тадбирлар тўғрисида»ги, «Ту-ман ва шаҳар умумий юрис-

дикция судлари фаолиятини такомиллаштириш ва самарадорлигини ошириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги Фармонлари қабул қилинган бу борада муҳим қадам бўлди.

Мазкур фармонлар суд тизимининг моддий-техник ва ижтимоий ҳимоясини тубдан яхшилаш, суд ҳокимиятини малакали кадрлар билан таъминлаш тизимини такомиллаштириш, судлар фаолиятининг сифат ва самарадорлигини янада оширишга хизмат қилгани алоҳида эътиборга сазовордир.

Айниқса, Президентимизнинг 2014 йил 24 июлда қабул қилинган «Қонунчилик ижросини таъминлаш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги Фармонини алоҳида қайд этиш жоиз. Мазкур фармонга мувофиқ, қонунчиликка риоя этилишини таъминлаш тизимини янада такомиллаштириш, давлат органлари ҳуқуқий ҳужжатларининг амалдаги қонунчилик талабларига мувофиқлиги устидан назорат самарадорлигини ошириш мақсадида Бош прокуратура таркибидан Қонунчилик ижроси устидан назорат бош бош-

кармаси ташкил этилди. Бу ҳеч шубҳасиз, юртимизда инсон ҳуқуқ ва эркинликларига риоя этилишини таъминлаш устидан прокурор назорати асосларини қучайтиришда жиддий қадам бўлди.

Яна бир эътиборли жиҳати шундаки, Ўзбекистонда ҳуқуқни муҳофаза қилувчи органларнинг инсон ҳуқуқларига риоя этилишини таъминлаш учун масъулиятини ошириш, суд ҳокимиятининг мустақиллигини таъминлаш, адвокатурани институтини қучайтириш, умуман, суд-ҳуқуқ тизимини либераллаштириш ва инсонпарварлик тамойилларини асосида амалга оширилган ислохотларнинг самаралари ҳалқаро миқёсда ҳам эътирофга сазовор бўлмоқда.

Хусусан, «The world justice project» ҳалқаро мустақил ташкилоти ўзининг йиллик ҳисоботида дунё миқёсида қонун устуворлигининг таъминланиши индексини эълон қилар экан, унда Ўзбекистонда ҳуқуқ-тартибот ва ҳавфсизликнинг таъминланиши даражасига юқори баҳо берган. Мазкур ҳужжатда, жумладан, жиноятчиликка қарши кураш, сиёсий зўравонликнинг олдини олиш,

давлат ва жамият ҳамкорлиги, мустақил суднинг мавжудлиги, ҳуқуқни муҳофаза қилувчи органлар фаолиятининг самарадорлиги каби йўналишларда мамлакатимизнинг эришган ютуқларига асосланган ҳолда, ҳалқаро экспертлар томонидан Ўзбекистон тартибот ва ҳавфсизлик энг яхши таъминланган дунёнинг кучли бешта давлати қаторига киритилган.

Хулоса қилиб айтганда, суд-ҳуқуқ соҳасида амалга оширилаётган ислохотлардан қўланган бош мақсад, инсон ҳуқуқ ва манфаатлари ҳимоясини таъминлашдир.

Энг асосийси, бу ҳаётбахш ислохотлар миллий қонунчиликни ҳалқаро ҳуқуқнинг инсон ҳуқуқлари бўйича умум-эътироф этилган тамойилларига мослаштиришга, жиноят процессида инсон ҳуқуқ ва эркинликлари, шаъни ва қадр-қимматини мустақам ҳимоя қилиш ҳамда Бош Қомусимизда белгиланган устувор тамойилларга риоя этилишини таъминлашга хизмат қилмоқда.

Олимжон ЎСАРОВ,
Ўзбекистон Республикаси
Олий суди Ахборот хизмати
раҳбари.

■ ТАДБИР

Коммунал хизматлар соҳасига

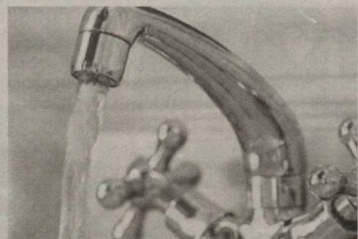
замонавий ахборот-коммуникация технологиялари жорий этилмоқда

«Ўзкоммунхизмат» агентлиги томонидан ўтказилган матбуот анжуманида шу ҳақда маълумот берилди.

Президентимизнинг Ўзбекистон Республикасининг Миллий ахборот-коммуникация тизимини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисидаги қарорига мувофиқ Қорақалпоғистон Республикаси Вазирлар Кенгаши, вилоятлар ва Тошкент шаҳар ҳокимликлари, «Ўзкоммунхизмат» агентлиги, «Ўзбекнефтегаз» Миллий холдинг компанияси, «Ўзбекэнерго» АК ҳамда Ахборот технологиялари ва коммуникацияларини ривожлантириш вазирлиги зиммасига 2016-2020 йилларда «Электрон ҳукумат» тизимининг муҳим компоненти бўлган «Коммунал» ахборот тизимларни мажмуасини яратиш вазифаси юклатилган эди.

Бугунги кунда коммунал соҳада интерактив хизматлар кўрсатишга мўлжалланган мазкур мажмуани яратиш учун коммунал соҳада хизмат кўрсатаётган корхоналар «Биллинг» тизимига интеграциялаштириш талаб этилмоқда. Маълумот ўрнида шунини таъкидлаш керакки, «Биллинг» — кўрсатилган хизматларнинг автоматлаштирилган ҳисоб-китобини юритиш тизими бўлиб, уларни тарификация қилиш ва тўловларни амалга ошириш, кўрсатилган хизматлар ҳисоб-варақасини шакллантиришга ихтисослаштирилган.

«Сувоқава» корхоналарида хизматларнинг автоматлаштирилган ҳисоб-китобини юритиш мақсадида «Ўзкоммунхизмат» агентлиги Ахборот технологиялари ва коммуникацияларини ривожлан-



тириш. Молия ва Иқтисодиёт вазирликлари билан ҳамкорликда ягона техник топшириқларни ишлаб чиқди. Агентлик тасарруфидоги Туямўйин — Урганч минтақалараро сув қувурларидан фойдаланиш бошқармаси томонидан Урганч шаҳрининг «Биллинг» тизими Марказий банкнинг «Клиринг» тизимига уланди. Қолаверса, агентлик Осиё тараққиёт банки томонидан молиялаштирилаётган лойиҳа доирасида 2016 йилда автоматлаштирилган «Биллинг» тизимини республикамиздаги 41 «Сувоқава» корхонасида жорий этишни режалаштирмоқда.

Шунингдек, тадбирда соҳадаги ютуқлар билан бирга, ечимини кутаётган масалалар ва уларни ҳал этишга йўналтирилган лойиҳалар ҳусусида ҳам фикр-мулоҳазалар билдирилди.

Тадбир сўнггида журналистларни қизиқтирган саволларга атрафлиқа жавоб қайтарилди.

Тоштемир ХУДОЙҚУЛОВ,
«Ўзбекистон овози» мухбири.



■ **ФАРҒОНА ВИЛОЯТИДА «КЕКСАЛАРНИ ЭЪЗОЗЛАШ ЙИЛИ» ДАВЛАТ ДАСТУРИ ИЖРОСИ ДОИРАСИДА ЖОРИЙ ЙИЛНИНГ 9 ОЙИДА 548,1 МИЛЛИАРД СЎМ, 18,3 МИЛЛИОН ДОЛЛАР МИҚДОРИДА МАБЛАҒ САРФЛАНДИ.**



■ **ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ВАЗИРЛАР МАҲКАМАСИНИНГ 2011 ЙИЛ 18 НОЯБРДА ҚАБУЛ ҚИЛИНГАН «ҲАР ЙИЛИ ЁНҒИН ХАВФСИЗЛИГИ ОЙЛИГИНИ ЎТКАЗИШ ТЎҒРИСИДА»ГИ ҚАРОРИГА МУВОФИҚ ЖОРИЙ ЙИЛНИНГ 20 НОЯБРИДАН 20 ДЕКАБРИГА ҚАДАР МАМЛАКАТИМИЗДА ЁНҒИН ХАВФСИЗЛИГИ ОЙЛИГИ ЎТКАЗИЛАДИ.**

ЎЗБЕКИСТОН ОВОЗИ

2015-йил 19-ноябр. Payshanba
135 (32.038)-son
www.uzbekistonovozi.uz

3

Дунё

8 миллион
КИШИ

очарчилик остонасида

Шарқий Африка мамлакатларидаги ички можаролар ва шу билан биргаликда табиат инжиқликлари — кучли гармсел ҳамда жалалар қишлоқ ҳўжалиги учун катта талафотларни юзага келтирмоқда. Натижада бу мамлакатларда инсонпарварлик ёрдамлариға муҳтож аҳоли сони ортиб бормоқда. Айниқса, Эфиопияда ҳолат ачинарли тус олмақда.



БМТнинг инсонпарварлик масалалари бўйича мувофиқлаштирувчи бошқармаси маълум қилишича, бу ўлкаларда об-ҳаво инжиқликлари 2016 йилнинг бошларигача давом этиши мумкин. Бу эса шундоқ ҳам қийин вазиятни янада мураккаблаштириши аниқ. Шу боис БМТ бошқармаси донор мамлакатларни инсонпарварлик ёрдамлари ҳажмини оширишга чақирди.

Манбаларда қайд этилишича, Эфиопиянинг ўзида 8,2 миллионга яқин киши очарчилик ёқасида турибди. Агар инсонпарварлик ёрдамлари тезкорлиги оширилмаса, бу рақам янада ортиши турган гап.

Халқаро донор мамлакатлар октябр ойидан бери 100 миллион долларлик инсонпарварлик ёрдамлари жўнатган. Бироқ бу етарли эмас — инсонпарварлик ёрдамлари камида беш барабар оширилиши лозим.

Озиқ-овқат

характерга таъсир қилади

Геронтолог-мутахассислар ҳамда биолог олимлар таъкидлашчиға, ўзимиз танлаган раъшон ўз характеримизга маълум маънода таъсир кўрсатади. Ёшни жиззакчи ёки оғир-босиб бўлишимиз айнан истеъмол қилаётган озиқ-овқатлар турига ҳам боғлиқ экан.



Россиялик геронтолог-мутахассис, биология фанлари доктори Елена Терёшина «Аргументы и факты» хафталиғига берган интервьюсида айтишича, бизнинг кайфиятимиз организмимизда юз бераётган биокимёвий реакциялар натижаси билан бевосита боғлиқдир. Бу реакцияларнинг меъёрини белгиллаш эса қўнлик раъшондан келиб чиқади.

Масалан, ўзимизни бахтли ҳис қилишимиз, анжироғи, кайфиятимиз кўтаринки бўлишиға серотонин гормони «жавобгар» бўлиб, у триптофан моддасини синтезлаш учун жуда зарурдир. Триптофан, яъни аминокислоталар пишлоқ, твороғ, сўт, банан, шоколад, қурқа гўшти таркибида мўл бўлади.

Яна шунини таъкидлаш жоизки, стрессини ширинликлар ҳисобига «ҳай-даш» бежиз эмас. Негаки, глюккоза организмда триптофан рақобатчилари бўлиш гормонлар концентрациясини «босиб турувчи» инсулин ишлаб чиқаришни меъёраштираб боради.

Асабийлашишни «кесувчи» озиқ-овқатлар эса «В» витаминига бой бўлиши лозим. Бундай витамин эса ёнғоқда, қора нонда, ловияда ва ёрмаларда сароб. Айниқса, асаб тизими учун кальций жуда зарурдир. У эса сўт маҳсулотларида кўп бўлади. Импульслар асаб тизими орқали ўтишни кальцийчанлик яхши таъминлайдиган модда деярли йўқдир.

«Ўзстандарт» агентлиги жамоаси Тошкент вилояти стандартлаштириш ва метрология бошқармаси ходими Ботир Топиловга отаси **ЗОХИД ТОПОЛОВ**нинг вафоти муносабати билан чуқур таъзия изҳор қилади.

