

Ishonch

2019 йил 28 март • пайшанба • № 42 (4171)

Ўзбекистон қасаба уюшмалари Федерацияси нашри • Газета 1991 йил 21 мартдан чиқа бошлаган • www.ishonch.uz • e-mail: xatlar@ishonch-doverie.uz

Қорақалпоғистон Республикаси

Давлатимиз раҳбари 2018 йил 15-16 ноябрь кунлари Қорақалпоғистон Республикасига ташрифи доирасида Мўйноқ туманида бўлиб, Орол денгизининг қуриган майдонининг 500 минг гектар қисмида саксовул экиш вазифасини белгилаб берган эди.

Мўйноқда ҳақиқий баҳор Экилган саксовуллар кўкариб чиқди

Президент ташрифидан сўнг



Ўтган фурсат ичида ҳудудда кенг қўламли ишлар амалга оширилди. Давлатимиз раҳбарининг ташаббуси билан «яшил қалқон» яратиш бўйича бошланган ушбу хайрли ишга барча ўзининг муносиб ҳиссасини қўшди, десак асло муболаға бўлмайдими. Хусусан, нафақат Оролбўйидан, балки мамлакатимизнинг барча вилоятларидан келган минг нафардан зиёд ҳашарчи иштирок этди. Айниқса, Ўзбекистон Республикаси Фавқулодда вазиятлар вазирлиги, Ўрмон хўжалиги давлат қўмитаси ходимлари ташаббускорлик кўрсатди. Ўзбекистон истеъмолчилар ҳуқуқларини ҳимоя қилиш жамиятлари федерациясининг Ўрмон хўжалиги давлат қўмитаси билан ҳамкорликдаги «Оролбўйини обод этайлик» лойиҳаси бошқа ташкилотлар томонидан кенг қўллаб-қувватланди. Ҳар куни 500 дан зиёд замонавий техникалар ҳамда авиация ёрдамида ариқ тортиш, баро-

наш ва саксовул уруғини сепиш ишлари бажарилди. Деярли уч ой давом этган тадбир давомида 411 минг гектар майдонга саксовул уруғи сепилди. Унинг 100 минг гектардан зиёди авиация ёрдамида амалга оширилди. Қишнинг қаҳратон кунларига қарамасдан бу ерда меҳнат қилган ҳар бир киши ҳамжиҳатликнинг, қорақалпоқларнинг ибораси билан айтганда, оғзирликнинг намунасини кўрсатди.



Давлатимиз раҳбари Шавкат Мирзиёев Бангладеш Халқ Республикаси Президенти Абдул Ҳамид ва Бош вазири Шайх Ҳасина Вазедни Бангладеш мустақиллиги куни билан муборакбод этди.

Президент матбуот хизмати

«Давлат хизматлари кўрсатиш миллий тизимини янада комплекс ривожлантириш чоралари ҳақида»ги Президент қарори қабул қилинди. Унга кўра, 2019 йил 1 июндан бошлаб жисмоний ва юридик шахслар давлат хизматларини рўйхатдан ўтган ҳудуддан қатъи назар исталган ҳудудда олиши мумкин.

uz.uz

«Ўзбекистон Республикасида электр энергетика тармоғини янада ривожлантириш ва ислоҳ қилиш стратегияси тўғрисида»ги Президент қарори қабул қилинди.

Аллаберген Бердиев Қорақалпоғистон Республикаси транспорт вазири лавозимига тайинланди.
Қорақалпоғистон Республикаси Вазирлар Кенгаши матбуот хизмати

Олий таълим муассасаларининг бакалавриати ва магистратурасида ўқиш учун тўлов-контрактни тўлаш муддати 2019 йил 15 апрелгача узайтирилди.
Олий ва ўрта махсус таълим вазириги матбуот хизмати

Мамлакатимиз делегацияси 15-16 апрель кунлари Россиянинг Сочи шаҳрида бўлиб ўтаётган XI «Атомэкспо – 2019» халқаро форумида иштирок этади.
kun.uz

Термиз шаҳридаги «Санъат саройи» майдонида Алпомиш монументал ҳайкали ўрнатилмоқда.
uz.uz

Яқин кунларда пойтахтимизда ўнлаб шаҳарларни таштирувчи Тошкент автовокзали очилади.
xabar.uz

2019 йилнинг 30 мартга қадар республиканинг тоғ ва тоғолди ҳудудларида сел келиши хавфи мавжуд.
Фавқулодда вазиятлар вазириги матбуот хизмати

ПРЕЗИДЕНТ ТАШАББУСИ КЕНГ ҚУЛОЧ ЁЙМОҚДА



Президентимиз раислигида 19 март куни бўлиб ўтган видеоселектор йиғилишида ёшларга эътиборни кучайтириш, ёш авлоднинг маданият, санъат, жисмоний тарбия ва спортга кенг жалб этиш, уларда ахборот технологияларидан тўғри фойдаланиш кўникмасини шакллантириш, ёшлар ўртасида китобхонликни тарғиб қилиш, хотин-қизлар бандлигини таъминлаш масалалари муҳокама қилинган эди. Унда давлатимиз раҳбарининг илгари сурган ижтимоий, маънавий-маърифий соҳалардаги ишларни янги тизим асосида йўлга қўйиш бўйича 5

та муҳим ташаббуси борасидаги ишлар таҳлил этилди. Маълумки, ушбу 5 ташаббус халқимиз, айниқса, ёшларимиз томонидан катта қизиқиш билан кутиб олинди. Ўтган бир ҳафта ичида бу ташаббуслар янада кенг қўлоқ ёзди. Хусусан, тўртинчи ташаббус – ёшлар маънавиятини юксалтириш, улар ўртасида китобхонликни кенг тарғиб қилиш бўйича ишлар янада кенгайди. Ҳукумат раҳбарлари, вазирлар, йирик ташкилотлар бошлиқлари ҳудудлардаги таълим муассасаларига, ўзлари ўқиган мактабларга китоб совға қила бошладди.

Мухтасар айтганда, Президентимиз Шавкат Мирзиёевнинг маърифатга йўғрилган ушбу ташаббуси маънавият булоқларимизнинг йиллар асносида, замонлар силсиласида юмиллиб қолган кўзларини очди. Бугун китоб ҳада қилиш урфга кирди. Раҳбарлар, тадбиркорлар мактабларга китоблар ҳада қилмоқда, энг муҳими, улар ҳам китоб ўқимокда. Демак, ҳаммамиз китоб ўқимокдамыз. Буларнинг барчаси халқимиз қалби, ҳаётини янги нур – маънавият зиёси ёритаётганидан далолатдир.

Ўзбекистоннинг нуфузи ортимоқда

Эътироф

Жорий йилнинг 25 март куни АҚШ Меҳнат департаменти Ўзбекистонда етиштирилган пахта мажбурий ёки болалар меҳнати воситасида етиштирилган маҳсулотлар «қора рўйхати»дан чиқарди. Ҳўш, бунга қандай эришилди ва у юртимизга қандай амалий натижа келтирди? Ўзбекистон қасаба уюшмалари Федерацияси Кенгаши меҳнаткашларнинг ижтимоий-иқтисодий манфаатларини ҳимоя қилиш бўлими мудири Маҳмуджон ИСАЕВ эксперт сифатида ушбу янгиликнинг аҳамияти ҳақида қуйидагиларни гапириб берди:



– Буни мамлакатимизда болалар меҳнати ва мажбурий меҳнатга қарши кураш борасида амалга оширилаётган ишларнинг халқаро даражадаги муносиб эътирофи десак, асло адашмаймиз. Маълумот ўрнида айтиш жоизки, Ўзбекистон пахтаси 2010 йилда АҚШ Меҳнат департаментининг 13126-сонли ижро буйруғида

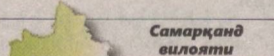
қайд этилган рўйхатга қўшилган. Унга кўра АҚШ федерал агентликлари Ўзбекистонда мажбурий меҳнат ёки болалар меҳнатидан фойдаланилган ҳолда етиштирилган, қазиб олинган, ишлаб чиқилган моллар, маҳсулотлар ва хомашёларни харид қилиши тақиқланган эди.



Навоий вилояти

Олам гўзаллиги – эзгуликдан

Президентимизнинг 2017 йил 12 сентябрдаги «Аҳолининг кам таъминланган қатламларини қўллаб-қувватлашга оид қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги қарори кам таъминланган, боқувчисини йўқотган оилалар, эҳтиёжманд, жисмоний имконияти чекланган инсонларни манзилли қўллаб-қувватлаш, ижтимоий-иқтисодий манфаатларини таъминлаш имконини бермоқда. Мазкур қарор ижроси юзасидан Навоий вилоятида ҳам ишчи гуруҳ кам таъминланган оилаларнинг ижтимоий-маиший аҳволини ўрганди. Унга кўра, уй-жойга, маиший техника жиҳозларига эҳтиёжи бор, яшаш жойларини таъмирлаш, тиббий хизмат борасида амалий ёрдамга муҳтож оилалар аниқланиб, бегараз ёрдам кўрсатиш бўйича ҳудудий манзилли дастурлар ишлаб чиқилди.



Самарқанд вилояти

Президентимиз жорий йил январь ойида Самарқандга ташрифи давомида сайёра аҳли учун ҳам нуфузли маскан ҳисобланган кўҳна диёр туризм салоҳиятини ошириш, шаҳарнинг мукамал бош режасини расмийлаштириш юзасидан вазифалар белгилаб берган эди.

1269 гектардан иборат тарихий марказдаги иншоотлар нуфузли комиссия томонидан хатловдан ўтказилди. ЮНЕСКО эксперти, Франция шаҳарсозлик институти халқаро алоқалар бўйича менежери Эрик Хайберхтс раҳбарлигидаги делегация бир ҳафта давомида ҳудудни ўрганди, шаҳарнинг муҳофаза остидаги қисмида барпо этиладиган меҳмонхона ва туристик

Бунёдкорлик

Сайёрадаги муаззам замин

иншоотлар бўйича маслаҳатлашувда иштирок этди.

Кўҳна мерос аслин йўқотмас

Самарқанд теварагидаги баъзи гап-сўзларни эшитиб ёқа ушлайсан киши. Мишмишлар ҳам асоссиз. Аслини олганда тарихий-маданий объектлар, мерос ерлар ҳудудида иншоотларни қуриш тартиби мавжуд. Фақатгина кейинги йилларда бир қатор калтабин раҳбарлар, қуёшқондан чиққан қурувчилар ўз ваколат доирасидан бироз четга оғишганлиги аён бўлиб қолди, ҳолос. Ўрганишларда 2015-2018

йиллар мобайнида шаҳарда 159 та объект (75 та турар жой, 84 та нотурар жой) шаҳарсозлик нормаларига тўлиқ ривоз этилмаган қад ростилагани аниқланган. Энг ачинарлиси, 34 та объект ўзбошимчилик билан барпо этилган. Уларда на ер ажратиш тўғрисида, на қурилиш қилишга оид маҳаллий ҳокимлик қарори мавжуд. 102 та объектга шаҳарсозлик кенгашининг ҳулосалари, 73 та объектга экспертиза ҳулосалари олинмаган. 120 та объект Маданият вазирлиги, 59 та объект «Тошбошлан ЛИТИ» ДУК билан келишилмасдан тикланган.

Сайёрадаги муаззам замин

«1 – Шаҳарнинг қадимий қисми гавжум манзил ҳисобланади. Бу ерларда ҳар куни дунёнинг турли бурчакларидан келган юзлаб сайёҳларни учратиш мумкин. Бу масканларда қурилиш қилган баъзи «корчалон»лар ана шу жиҳатларни ҳисобга олган-у, аммо бунга руҳсат этиладими, йўқми, бу ҳақда жиддий бош қотирмаган, – дейди Самарқанд архитектура ва қурилиш институти ўқитувчиси Абдурахмон Ахунжонов. – Қонун, мавжуд тартиблардан чекинишга эртами-кеч, барибир, чек қўйилади. Мана, адолат қарор топди. 132 нафар мансабдор шахснинг маъмурий жавобгарликка тортилгани бунинг яққол исботидир. Шу ўринда узоқни кўра билмаган собиқ мутасаддилардан ҳам хатолик ўтган. Айрим учар қурувчилар уларнинг енигидан кириб, ёқасидан чиққани, билмадик, ҳар тугул қурилишга руҳсат олинганлиги бор гап. Ана шундай 56 та қарорга прокуратура идоралари томонидан протест киритилган. 1 та ҳолатда жиноят иши қўзғатилган. 12 та ноқонуний қурилган объектларни бузиш ҳақида судга даъво аризалари киритилган.



– Биз ҳам фарзандларимиз билан тарихий марказга яқин худуддан 2 та уй олиш учун 300 миллион сўмдан зиёдроқ тўловни амалга оширгандик, – дейди Самарқанд шаҳрида яшовчи Моҳира Нуматова. – Яхшиямки, давлатимиз ҳар бир фуқарога ғамхўр. Алданиб қолишимизга йўл қўймади. Кўнглимиз анча хотиржам тортган. Тўғри-да, тарихимизни авлодларимизга асл ҳолида етказиш ҳар бир фуқаронинг бурчи. Бунинг тўғри тушунамиз. Шу боис шаҳарнинг замонавий қисмидан янги қурилатган уйлардан беришса ҳам ҳеч қаршиликимиз йўқ.

– Турмуш ўртоғим билан бир неча йил Россияда, бола-чақадан йироқда ишлаб пул

жамғардик, – дейди ўзини Ойша опа деб таништирган аёл. – Муддаимиз янги қурилатган уйлардан олиш эди. Энди билдик, ноқонуний қурилишга тўлов қилган эканмиз. Фуқароларвар қонунларимиз ҳимоясидалигимиздан кўнглимиз таскин топди.

Хуллас, шаҳарсозлик нормаларига тўлиқ риоя этилмасдан қурилган ноқонуний уйларда яшовчилар манфаати тўлиқ муҳофазаланмади. Улар учун барча шарт-шароит яратилмади.

ШУҲРАТГА ШУҲРАТ ҚЎШИБ

Самарқанднинг ҳар гўшасида бунёдкорлик. Барпо этилаётган шинам ва замонавий уйлар сони кундан-кунга кўпаймоқда. Биргина

ўтган йилнинг ўзида Мотрид масканида 1 минг 344 хонадондан иборат 32 та 7 қаватли арзон уйлар қуриб битказилди. Бундан ташқари, мудофаа, ички ишлар бошқармаси, Фавқулодда вазиятлар вазирлиги тизими, миллий гвардия хизматчилари ва ёш оилалар учун ҳам 5 қаватли 12 та уй фойдаланишга топширилди.

– Янги уйларда яшаш учун барча шароит муҳайё. Бу бинолар мукамал лойиҳалар асосида қурилгани боис аҳоли беҳад мамнун бўлмоқда, – дейди «Мензула тасвир» лойиҳалаш МЧЖ раҳбари Пиримқул Собиров. – Жорий йилда амалга ошириладиган қурилишлар лойиҳалари мукамал ўрганилиб, ҳар жиҳатдан талабларга жавоб бера оладиган бинолар қурилиши режалаштирилмоқда.

Қорасув массивида «Агромир билдингс» компанияси томонидан олиб бориладиган қурилишларга ҳам қизиқиш катта. Айни чоғда Туркиянинг замонавий технологияси асосида монолит усулида кўп қаватли уйлар қуришга киришилган. Шунингдек, Навоий шох қўчаси ва Лоҳутий, Нарпай кўчаларининг Кимёгарлар шаҳарчасига бўлган қисмида йўлнинг икки томонида 7-9 қаватли уйлар қад ростлаши кутилаётди.

Бўстонсарой кўчасидаги «Чашма» ариғи атрофида «Машраб боғи» услубида истироҳат боғи, Чўпон ота массивида 72 гектарлик туристик кўнглинчор мажмуаларга асос солинмоқда. Бундан ташқари, кўплаб меҳмонхоналар, маъмурий бинолар ва бошқа иншоотлар шаҳарни маржондек безати кутилаётди.

Тарихида икки манзилли диёр номини олган Самарқанд ўзининг янги маконлари билан хайрат ва ҳаваслар маскани бўлиб қолаверади.

Сирокиддин ИЗЗАТУЛЛАЕВ, Транспорт, йўл ва капитал қурилиш, қурилиш индустрияси ходимлари Самарқанд вилояти касаба уюшма кўмитаси раиси.
Нурилла ШАМСИЕВ, «Ishonch» мухбири

Қорақалпоғистон Республикаси

Бошланғич ташкилотларда

Ўзбекистон касаба уюшмалари Федерацияси раисининг Ёшлар масалалари бўйича маслаҳатчиси Р.Қорабоев бошчилигидаги бир гуруҳ фаоллар Нукус шаҳри, Тахياتош, Беруний ва Амударё туманларида бўлиб, бошланғич ташкилотларига амалий ёрдам кўрсатди.

Самарали мулоқотлар

Нукус шаҳар Ободонлаштириш бошқармасида бўлиб ўтган учрашувда бошланғич ташкилот низоми, аъзолик афзалликлари, қўйи ташкилотлар учун қўлланма ҳамда жамоа шартномасига киририлган янги банд ва кўшимчалар тўғрисида сўз борди. Очиқ мулоқот давомида 550 нафар ишчи меҳнат қиладиган жамоа раҳбари ва касаба уюшма етакчиси ходимларни қизиқтирган саволларга батафсил жавоб қайтаришди. Ходимларнинг ишдан бўш вақтида саёҳатга чиқишини ташкиллаштириш, дам олиш кунларида ишга чиққан ходимларга қўшимча ҳақ тўлаш, меҳнат ҳақидан чегириб қолиш тартиби ҳақида ҳам тушунтириш берилди.

Нукус қурилиш касб-ҳунар коллежида бўлиб ўтган очиқ мулоқот давомида касаба уюшма аъзоларида мамлакатимизда кечаётган ўзгариш ва янгиланишларга дахлдорлик ҳисси яққол сезилиб турди. Касаба уюшмалари фаолиятига оид, соҳада амалга оширилаётган ислохотлар, ташкилот низоми ҳамда жамоа шартномалари юзасидан таклифлар билдирилди.

Ёзги таътил давомида қорақалпоғистонлик ўқувчиларнинг бошқа худудлардаги оромгоҳларда ҳордиқ чиқаришини таъминлаш, коллеж ўқувчилари орасида ўтказиладиган «Энг яхши ёш ишчи касб эгаси» танлови ғолибларини олий таълим муассасаларига қабул қилишда имтиёزلар бериш, коллежда ўтказиладиган оптимизация туфайли ходимларнинг бандлик масаласидаги муаммоларга амалий ёрдамлар кўрсатиш каби фикр-мулоҳазалар ўртага ташланди.

Бундан ташқари, Нукус шаҳридаги 6-умумтаълим мактабиде иш берувчи ҳамда касаба уюшма етакчиси иштирокида очиқ мулоқот ўтказилди. Унда иш берувчи Г.Жиемуратова ва касаба кўмитаси раиси Н.Алламураева аъзолик афзалликлари, жамоа шартномасида иш берувчи ҳамда касаба уюшма етакчиси зиммасига юклатилган вазифалар хусусида гапириб берди. Тадбир қатнашчилари ўзларини қизиқтирган саволларга тегишлича жавоб олдилар.

Мухтасар айтганда, Қорақалпоғистон Республикасида «Бошланғич касаба уюшма ташкилотларига амалий ёрдам кўчи» тадбири доирасида бажарилган ишлар, иш берувчи ва касаба уюшма етакчиларининг ходимлар билан ўтказган очиқ мулоқотлари самарали кечди.

Нурлан АЛИЕВ, Қорақалпоғистон Республикаси КўТБК раисининг Ёшлар масалалари бўйича маслаҳатчиси

Жамоа шартномаси муҳокамаси

Кимё ва фармацевтика sanoati ходимлари касаба уюшмаси тизимидаги Тошкент кимё технология институтида 2017-2019 йиллар учун тузилган жамоа шартномасининг бажарилиши юзасидан конференция ўтказилди.

Барча масалалар қамраб олинди

Таъкидландики, 2018 йилда институт профессор-ўқитувчилари, ишчи-ҳодимлар ва талабаларнинг ижтимоий-иқтисодий, ҳуқуқий манфаатларини ҳимоялаш ва меҳнат муҳофазаси борасида муайян ишлар амалга оширилди. Меҳнат шартномаси мутахассислик, малака, илмий даража, илмий унвон, лавозим бўйича тарафлар келишуви ҳамда меҳнат тўғрисидаги қонун ва бошқа меъёрий ҳужжатлар асосида тузилганлиги боис самарадорлик ҳам шунга яраша бўлганлиги эътироф этилди. Иш ва дам олиш вақтларига риоя қилиш иш берувчи томонидан тўлиқ таъминлаб келинмоқда, меҳнат қонунчилигининг амалда бажарилиши кафолатларига эришиш, ходимларни ҳуқуқий ҳимоялаш мақсадида касаба уюшма кўмитасининг «Ишчи ва ходимларнинг меҳнат ҳуқуқларини ҳимоялаш» комиссияси ўз фаолиятини мунтазамлилик асосида олиб бормоқда.

2018 йилда институт касаба уюшма кўмитасига 143 та ёзма ва 62 та оғзаки мурожаатлар келиб тушган бўлиб, улар ўз вақтида қўриб чиқилган ва мурожаатчиларнинг ҳақ-ҳуқуқлари белгиланган тартибда ҳимоя қилинган.

Ногиронлар иш жойларини аттестациядан ўтказиш, шошилинч тиббий ёрдам кўрсатиш учун аптекаларга дори-дармонлар харид қилиш, ёнгин-қўриқлаш сигналлаштирилари ўрнатиш, ўт ўчиргичлар харид қилиш ва меҳнат муҳофазаси учун лақат ва кўрсатмалар харид қилишга 30 миллион сўмдан зиёд маблағ сарфланган.

Институт касаба уюшмаси қошида фаолият юритаётган Ёшлар ва Хотин-қизлар билан ишлаш бўйича доимий комиссиялар томонидан йил давомида қатор тадбирлар ва танловлар ўтказилган. Бу тадбирларда иштирок этган профессор-ўқитувчи ва ходимлар, талаба-ёшлар «Фахрий ёрлик» ва сздаллик совгалари билан рағбатлантирилган.

Тадбирда тармок Республика кенгаши бош юристконсулти А.Ҳасанбоев сўзга чиқиб, бугунги кунда касаба уюшмалари ишчи-ҳодимларнинг ижтимоий-иқтисодий ва ҳуқуқий манфаатларини ҳимоялаш борасида олиб бораётган ишлари тўғрисида маъруза қилди.

Конференцияда бажарилган ишлар танқидий қўриб чиқилиб, келгусида қилиниши зарур бўлган вазифалар белгилаб олинди.

Шавкат ТОИРОВ

Кимё ва фармацевтика sanoati ходимлари касаба уюшмаси Республика кенгаши раисининг ёшлар масалалари бўйича маслаҳатчиси

Кластер тизими қандай натижа бермоқда?

«Bukhara Cotton Textile Cluster» хорижий корхонаси ва бошланғич касаба уюшма кўмитаси ўртасида 2018-2021 йиллар учун тузилган жамоа шартномасининг 2018 йилда бажарилиши юзасидан меҳнат жамоасининг конференцияси ўтказилди. Унда 29 нафар делегат, касаба уюшмаси туман, шаҳар кенгашлари раислари, ҳисобчилари ҳамда тумандаги йирик фермер хўжаликлари раҳбарлари қатнашди.

Анжуман доирасида иштирокчилар 3582 нафар ходим меҳнат қиладиган корхонада яратилган меҳнат шароитлари, санитар-гигиена талабларига жавоб берадиган дам олиш ва ювиниш хоналари ҳамда янги 250 ўринли ошхона билан танишдилар. Барча ходимлар билан меҳнат шартномалари тузилгани, меҳнат дафтарчалари мавжудлиги ва ҳар бир ишчига ўртача 1 млн. 300 минг сўм миқдорда ойлик иш ҳақлари берилаётгани ўрганилди.

Аҳамиятлиси, Ромитан туманидаги фермер хўжаликлари ишчиларининг ушбу ташкилотда ходим сифатида қабул қилиниши, фермер хўжалиги раҳбарларининг эса экин майдонларида ташкил этилган худудларга раҳбар қилиб ишга олингани ҳамда уларнинг ойлик маоши

3 млн. сўмгача қилиб белгилангани, иш ҳақи ўз вақтида берилаётгани, қолаверса, келгусида ижтимоий пенсия нафақасини олишдаги муаммолар ўз ечимини топгани барчани хурсанд қилаётди.

Конференцияда «Bukhara Cotton Textile Cluster» хорижий

корхонаси директори Олим Жумаев ва касаба уюшма кўмитаси раиси Абдурахмон Бозоровнинг ҳисоботлари тинланди, шунингдек, иштирокчилар жамоа шартномаси бажарилишини текшириб борувчи комиссия раиси У. Атоевнинг далолатномаси билан та-

нишдилар. Айтиш жоизки, ушбу ташкилотда касаба уюшма кўмитасининг тузилганига ҳамда жамоа шартномасининг қабул қилинганига бир йил бўлмаса-да, талай имтиёз ва кафолатлар қўланилган. Жумладан, ходимларнинг фарзандлари учун ўқув контракт пуллари тўлаб берилди, ўз ишида намуна кўрсатган ходимлар жамоа шартномаси орқали рағбатлантирилди, кам таъминланган оила вакилларига моддий ёрдам кўрсатилди.

Конференция якунида жамоа шартномасининг бажарилиши қўнқарли деб топилиб, мавжуд имтиёزلарни кенгайтириш мақсадида норматив ҳужжатга қўшимчалар киритилди. Тадбир иштирокчилари «Кластер» фаолиятида кутилаётган ижобий янгилıklar ҳақида маълумотларга эга бўлишди.

Ш.БЕГИМҚУЛОВА, Агросаноат мажмуи ходимлари касаба уюшмаси Республика кенгашининг ташкилий масалалар бўйича бош мутахассиси

Конференция

Наманган вилояти

Жамоа шартномаси муҳокамасига бағишланган йиғилиш шунчаки ҳисобот ёки йил давомида сарфланган маблағларни жамоа олдиде оқловдан ўтказиб олиш эмас, балки корхонадаги ҳар бир ишчининг қай даражада наф кўрганлигини ҳолисона баҳолаш жараёнидир. «Наманган ҳудудий электр тармоклар корхонаси» акциядорлик жамиятининг 2018-2020 йиллар учун қабул қилинган жамоа шартномасининг 2018 йилда бажарилиши бўйича ўтказилган йиғилишда бу яна бир бор ўз тасдиғини топди.

– 2018-2020 йиллар учун қабул қилинган жамоа шартномасининг 2018 йилда бажарилиши барча ТЭТК, ШЭТҚда ўтказилган умумий йиғилишларда қўриб чиқилди ва тегишли баёнлар касаба уюшма кўмитасига тақдим этилди, – дейди касаба кўмитаси раиси Рустам Дедамирзаев. – Жамоа шартномасининг 2018 йилда бажарилиши якунлари иш берувчи ва касаба уюшма кўмитасининг тенг миқдордаги вакиллари томонидан бандма-банд текшириб чиқилиб, махсус далолатнома тузилган.

Корхонамизда 8 та фаолият тури бўйича 12 нафар касаначи меҳнат қилади. Ходимларнинг малакасини ошириш бўйича 400 нафар ходим ишдан ажралган ҳолда ўқитилди. Бу борадаги ишлар тизимли равишда давом эттирилмоқда. Хусусан, 2018 йил давомида 7 нафар ишловчи II гуруҳ ногиронига қонун доирасида тегишли имтиёزلар қўлланилди. Иш жойлари аттестациядан ўтказилиб, қўшимча таътиллр иш шароитидан келиб чиққан ҳолда белгиланди.

Ўртача иш ҳақимиз (ҳамма тўловлар билан) республикада ўр-

натилган энг кам иш ҳақининг 8 баробари миқдоридан кам бўлмашлигига келишиб олинган.

Ҳисобот даврида ўртача иш ҳақи 1 891 500 минг сўмни ташкил қилди.

Йил давомида ходимлар ҳимоя воситалари ва махсус кийим-бошлар билан таъминланди, бу мақсадларга 1 млрд. 126 млн. сўм сарфланди.

Ҳар бир ходимга 14,9 миллион сўмдан наф

Иш ҳақидан муддати ўтган қарздорликка йўл қўйилмади. Ойликлар 17 фоизга оширилди ҳамда тизимда 3 йилдан ортиқ меҳнат стажига эга бўлган ходимларга 15 фоиз миқдорда коэффицентлар қўлланилди.

92 нафар ходимга 50, 60 ёшга тўлиши муносабати билан бир йўла 166,1 млн. сўм мукофот пули берилди. 69 нафар ходим ишлаб чиқаришда ва жамоат ишида фаол қатнашгани муносабати билан фахрий ёрлик билан тақдирланди ва уларга 280 млн. сўм миқдорда пул мукофотлари тақдим этилди.

Меҳнат муҳофазаси техника хавфсизлиги ва электр қуримларига хизмат кўрсатишини яхшилаш мақсадида жамоа шартномаси талаблари асосида йил давомида 1579 та иш жойи текширилди, натижада меҳнат муҳофазаси, техника хавфсизлиги ва ходимлар билан ишлаш бўйича 2905 та камчилик аниқланди ва улардан 2600 таси бартараф қилинди.

Махсус ишларда банд бўлган 35 нафар ходим навбатдан ташқари тиббий кўриқдан ўтказилди. Янги сайланган меҳнат муҳофазаси

бўйича вакиллардан 22 нафари ишлаб чиқаришдан ажралган ҳолда корхона ўқув марказида малака оширди.

Ёрдамчи хўжаликда етиштирилган махсулотлар ходимларга бепул тарқатилди.

5 нафар ходимга уй-жой олиши учун корхона ҳисобидан 109,5 млн. сўм фозсиз ссуда ажратилди.

Йил давомида 451 нафар ходим, пенсионерлар ва уларнинг оила аъзолари ТСКда, 190 нафар

занди шаҳардан ташқаридаги болалар оромгоҳларида ҳордиқ чиқарди.

Ҳисобот даврида корхона тасаруфидаги спорт зали тўла таъмирланди, волейбол майдончаси ташкил қилиниб, ходимлар ва уларнинг оила аъзоларининг спорт билан шуғулланиши учун шароитлар яратилди.

Корхонада 166 нафар аёл ишлайди, улар учун жамоа шартномасида белгиланган мажбуриятлар бажариляпти, фитнес ва спорт заллари мунтазам ишлаб турибди.

2018 йилда жамоа шартномасининг бажарилиши орқали ҳар бир ходимга 14,9 млн. сўмдан наф келтирилди.

Йиғилиш якунида Наманган шаҳридаги «Истиқбол» электр тармоклари корхонаси вакили Муқаддас Холмирзаева, Хавфсизлик техникаси ва меҳнат муҳофазаси бўлими бошлиғи Камолитдин Зиёвуддинов сўзга чиқиб, ҳужжат ижросини қўнқарли деб баҳолади.

Шунингдек, конференция иштирокчилари билан Энергетика ходимлари касаба уюшмаси Республика кенгаши раиси Қ.Қирғизалиев мулоқот қилиб, ходимлар учун шароитни янада яхшилашга доир таклиф ва мулоҳазалар юзасидан фикрлашиб олди.

Дилдора РАҲМОНОВА, «Ishonch» мухбири

1 Утган йилнинг ёзида бу масала очик муҳокама қилина бошланди. АҚШ идораси Cotton Samraipn халқаро коалицияси ва IIRF Халқаро меҳнатқашлар ҳуқуқларини ҳимоя қилувчи халқаро форум томонидан тақдим этилган ҳулосаларни таҳлил қилди. Вашингтондаги Ўзбекистон дипломатик миссияси ҳам расмий маълумотлар тақдим этди.

«АҚШ ҳукумати департаментлари мавжуд маълумотлар ва етиб келаётган ахборотларни батафсил ўрганиб чиқиб, Ўзбекистондаги пахта ҳосилини етиштиришда болаларнинг мажбурий меҳнатидан фойдаланиш сезиларли даражада камайган ва болалар меҳнати фақат айрим ҳолатларда кузатилган, деган ҳулосага келди. Шунинг учун энди бу махсулот ЕО рўйхатида қолиши учун асос йўқ», — дейилади АҚШ Меҳнат департаменти баёнотида.

Шу ўринда айтиш жоизки, Америка идорасининг Ўзбекистон пахтасини «қора рўйхат»дан

чиқариш бўйича қарори мамлакатимиз билан ҳамкорликни янги поғонага кўтариб, АҚШ давлат идораларига пахтани сотиш олиш имкониятини беради. Бу мамлакатимиз ўз пахтасини бундан буён ушбу давлатга бе-

тига зиён етказиши мумкин бўлган ишларда 18 ёшга тўлмаган шахслар меҳнатидан фойдаланиш тақиқланади. Шунга биноан мамлакатимизда қабул қилинган «Ун саккиз ёшга тўлмаган шахслар меҳнатидан фойдаланиш

мажбурий меҳнатга қарши жиддий чоралар кўрилатгани қайд этилди.

Алоҳида таъкидлаш ўринлики, Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг Бирлашган Миллатлар

май куни Ўзбекистон Республикаси Вазирилари Мақамасининг «Ўзбекистон Республикасида мажбурий меҳнатга барҳам беришга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги 349-сонли қарори қабул қилинди.

Ўзбекистон Республикаси Президенти, парламент, ҳукумат ва бошқа марказий органлар томонидан болалар меҳнати ҳамда мажбурий меҳнати йўқ қилишга қаратилган қарорлар қабул қилинмоқда, белгиланмоқда, вазифалар қўйиб келинмоқда. Касаба уюшмалари Федерациясининг Юридик клиникаси негизда ташкил этилган аҳоли билан қайта алоқа механизми ҳам бу борада ўз самарасини бермоқда.

Бинобарин, мамлакатимизда иқтисодийнинг барча соҳалари ва уй ҳўжалигида болалар меҳнати ҳамда мажбурий меҳнатга йўл қўймаслик доимий назоратдаги вазифа ҳисобланади.

«Ishonch» мухбири Тўлқин ШЕРНАЕВ ёзиб олди

Ўзбекистоннинг нуфузи ортимоқда

малол экспорт қилиб, иқтисодий ётимизга катта фойда келтиради деганидир.

Албатта, бунга осонликча эришилгани йўқ. Ҳаммамизга яхши маълумки, Халқаро меҳнат ташкилотининг Болалар меҳнатининг энг ёмон шакллари тақиқлаш ва йўқ қилишга доир шашинч чоралар тўғрисидаги 182-Конвенциясига биноан бажариш хусусиятлари ёки шароитига кўра болалар соғлиги, хавфсизлиги ва маънавия-

тақиқланадиган меҳнат шароити ноқулай ишлар рўйхати»га биноан пахтани кўлда териш ишларига вояга етмаганларни жалб этишга йўл қўйилмайди.

2013 йилдан бошлаб Халқаро меҳнат ташкилоти ва Жаҳон банки томонидан пахтачиликда болалар меҳнати ва мажбурий меҳнат юзасидан халқаро мониторинг ўтказиб келинмоқда. Уларнинг натижаларига кўра мамлакатимизда болалар меҳнати мавжуд эмаслиги ҳамда

Ташкилоти Бош Ассамблеясининг 72-сессиясидаги тарихий маърузасидан сўнг болалар меҳнати ва мажбурий меҳнатга амалда чек қўйишга астойдил киришилди. 2017 йилнинг 4 октябрида Фуқароларнинг кафолатланган меҳнат ҳуқуқларини таъминлаш бўйича Парламент комиссияси тузилди. Мажбурий меҳнатга барҳам бериш борасида ҳуқуқни муҳофаза қилиш органларига аниқ топшириқлар берилди. 2018 йил 10

Мўйноқда ҳақиқий баҳор

1 Ҳашарчилар қанчалар масъулият билан ишлаганликларини шундан ҳам билса бўладики, Янги йилни ҳам денгизнинг қуриган тубида кутиб олишди. Қорақалпоғистон Республикаси Жўқорғи Кенгеси Раиси М.Ерниязов, Вазирилари Кенгеси Раиси Қ.Сариев, туман ҳокимлари, вазирилари, жамоат ташкилотлари раҳбарлари ҳам Янги йилни биргаликда шу ерда нишонлашди. Байрам дастурхони ёзилиб, ҳашарчиларга совғалар топширилди. Санъаткорлар ўзларининг концерт дастурлари билан маданий хизмат кўрсатишди.

— Мана, саксувал уруғларининг дастлабқилари кўкариб чиқа бошлади, — дейди Қорақалпоғистон Республикаси Ўрмон ҳўжалиги давлат кўмитаси раиси ўринбосари Ерниязов Ҳокимниёзов. — Эндиликда кўчат экиш ишлари олиб борилаётган. Ҳар куни қарийб 600-700 гектар майдонга саксувал кўчати экилмоқда. Кўчатлар Бухоро вилояти ва Қорақалпоғистон Республикаси ўрмон ҳўжаликлари қосидаги иссиқхоналарда етиштирилмоқда.

Орол денгизининг қуриган майдонидан чўлга чидамли ўсимликлар, шу жумладан, саксувал кўчатларини етиштириш, авваломбор, ҳавога кўтарилган чанг-тўзонни тўсиб қолишга хизмат қилса, иккинчидан озуқа ўсимликлари кўчатларини етиштириш орқали худудда қишлоқ ҳўжалигидаги муҳим тармоқлардан бири бўлган чорвачиликни ривожлантириш, шу орқали янги иш ўринларини яратиш имкониятини беради. Ҳайвонот ва ўсимликлар оламининг, биохилма-хилликнинг сезиларли даражада ортишига олиб келади. Энг асосийси, юзага келган экологик, иқтисодий ҳамда ижтимоий муаммоларни бартараф этишни тезлаштиради.

Оролбўйида, шу жумладан, Мўйноқ туманида кенг қўллана бунёдкорлик ишлари амалга оширилаётган бир пайт-



Мўйноқда яна бир хушхабар тарқалди. Мўйноқдан шимоли-шарқий йўналишда 200 километрдан зиёд масофада, собиқ Борсакемлас оролининг шарқий қисмидаги Шағала массивида 300 метр чуқурликдан сув чиқарилди. Оролбўйи аҳолиси ушбу тарихий воқеани «Мўйноқда янги ҳаётнинг бошланиши» дея, катта хурсандчилик билан кутиб олди. Февраль ойининг охирида 230 метр чуқурликдан иккинчи кудуқдан сув чиқди. Мутахассисларнинг таъкидлашича, Оролнинг сувсиз қолган худудидан кенг миқёсда геология-қидирув ишлари олиб борилиб, 50 та кудуқ қазилиб, ишга туширилади.

Ҳеч бир муболагасиз айтиш мумкинки, давлатимиз раҳбарининг 2017 йил 19 сентябрь куни БМТ Бош Ассамблеясининг 72-сессиясида сўзлаган нутқида жаҳон ҳамжамияти эътиборини яна бир бор Орол фожиясига қаратгани, 2018-2021 йилларда Оролбўйи худудини ривожлантириш бўйича Давлат дастури қабул қилингани, жорий йил август ойида



Туркманбоши шаҳрида бўлиб ўтган кенгаш мажлисининг Оролбўйи худуди Экологик инновация ва технологиялар маркази, деб эълон қилинган туман аҳолисига бўлган алоҳида эътибори ва ғамхўрликнинг

ифодасидир. Шу билан бирга, 2017 йил 19 июль куни узунлиги 101 километр бўлган «Кўнғирот-Мўйноқ сув иншооти қурилиши» лойиҳаси фойдаланишга топширилиши, БМТнинг Оролбўйи минтақаси учун Инсон хавфсизлиги бўйича кўп томонлама шериклик асосида траст фонди ташкил этилиши унутилмас тарихий воқеа бўлди. Туман марказининг бош лойиҳасини ишлаб чиқиш, туман марказида янги шаҳарча барпо этиш, умумий нархи 1 триллион сўмлик инвестиция ҳисобига йўл-транспорт, муҳандислик-коммуникация тармоқларини, ижтимоий инфраструктуранинг, шунингдек, тадбиркорликни ривожлантириш назарда тутилмоқда. Чорвачилик, паррандачилик, балиқчиликни, туризмин ривожлантириш, туманининг мавжуд салоҳияти, табиий имкониятларидан фойдаланган ҳолда замонавий ишлаб чиқаришни йўлга қўйиш орқали кўплаб янги иш ўринларини яратиш режалаштирилган.

Туманининг ижтимоий ҳамда муҳандислик-коммуникация тармоқлари объектиларини қуриш, реконструкция ва йирик таъмирлаш бўйича комплекс ривожлантириш Дастурига мувофиқ, 2018-2021 йилларда молиялаштиришнинг барча манбалари ҳисобидан 352 миллиард 794 миллион сўмлик, Осиё тараққиёт банки ресурслари ҳисобидан 14,2 миллион АҚШ доллари ҳажмидаги инвестиция киритиш кўзда тутилмоқда. Шунинг ҳисобидан 2021 йилда туманда саноат молларини ишлаб чиқариш ҳажми 1,5, халқ истеъмол молларини ишлаб чиқариш 1,3, қишлоқ ҳўжалиги махсулотларини ишлаб чиқариш 1,2, хизмат кўрсатиш 1,3 карра ортади.

Шундай қилиб, Оролнинг қуриган қисмида амалга оширилган ишларнинг дастлабки самараси ҳозирдан оқиб кўзга ташлана бошлади. Келажақда Мўйноқ ҳар томонлама ривожланган, фусункор ва хоржий сайёҳларнинг диққат марказидаги масканга айланиши шубҳасиз.

Давуд АБИДУЛЛАЕВ, журналист

Олам гўзаллиги — эзгуликдан

1 — Манзилли дастурга биноан шу кунгача вилоят бўйича 112 нафар эҳтиёжманд бемор фуқаронинг даволанишига кўмаклашилди, — дейди Навоий вилояти касаба уюшма ташкилотлари бирлашмаси кенгаши раиси Назира Тоғаева. — Шунингдек, уй-жой таъмирига муҳтож бўлган 349 та оиланинг турар жойи таъмирлаб берилди. 2149 та оила 1 млрд 986 миллион 922 минг сўмлик турли хилдаги маиший техника воситалари билан таъминланди. Муҳтарам Президентимизнинг «Инсонларнинг дард-у ташвишларини ўйлаб яшаш — одамийликнинг энг олий мезонидир», деган эзгу давлатининг яна бир намунаси — вилоятимизда истиқомат қилаётган ижтимоий ҳимояга муҳтож 48 та оилага уй-жой калитларининг топширилгани бўлди.

Эътироф этиш жоизки, бу каби эзгу ишлар, аввало, оилаларда, жамиятда ўзаро ҳамжиҳатлик, меҳр-оқибат, баргиреклик ва хайр-саховат муҳитини янада мустаҳкамлаш, аҳоли турмуш шароитини яхшилашга хизмат қилмоқда. Энг муҳими, эҳтиёжманд кўнгли ўқсик инсонларнинг эртанги кунга бўлган ишончи тобора ортиб бормоқда.

«МИНГ БОР ТАШАККУРИ!»

— Инсон турмуш қийинчиликлари олдида баъзан оғирлик қилар экан, — дейди «Олтин водий» маҳалла фуқаролар йиғинида истиқомат қилувчи Тўйибийш Ҳамроева. — Мен ва турмуш ўртоғим сил касаллигига чалиндик. Ҳаётдан умидим узилиб, яшашдан маъно қолмагани. Етишмовчилик, иқтисодий томондан қийналиш, бунинг устига, ижарама-ижара сарсон бўлиб юришлар — ҳамма-ҳаммасидан чарчаган эдим. Нима қилишни билмас эдим. Президентимиз ташаббуси билан халқ турмуши фаровонлигини ошириш бўйича амалга оширилаётган хайрли ишлар бизни ҳам четлаб ўтмади. Бизга шаҳар марказидан уй берилди. Бундан кўнглимиз тоғдек кўтарилди. Янги уйда янги тилаклар билан яшаймиз. Мендек дили вайрон аёлнинг қалбига умид чирогини ёққан вилоят касаба уюшма ташкилотлари бирлашмаси ходимларига ўз миннатдорлигини билдираман.

«КўМАҚДОШИНГ БОР ЭКАН...»

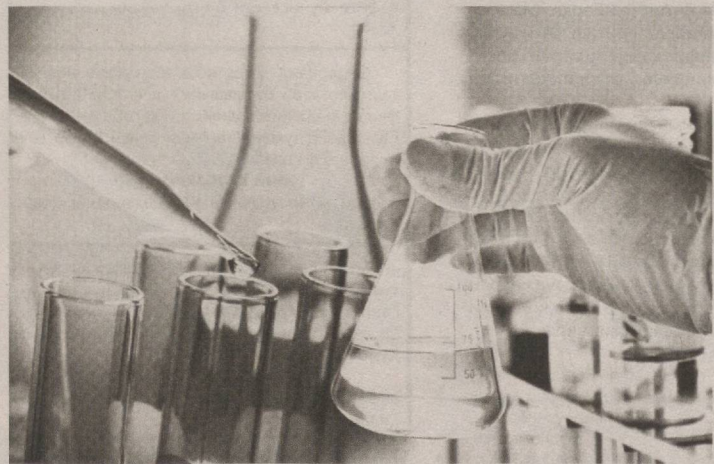
— Ҳаётнинг машаққатли синовлари баъзан кишини жуда толиқтириб қўяди, — дейди биринчи гуруҳ ногирони, хатирчилик Юсуф Каримов. — Шундай вақтда ёнингда бир кўмақдошга муҳтожлик сезасан. Президентимизнинг ташаббуси билан биз каби ногиронлиги бўлган ва эҳтиёжманд оилаларнинг қўллаб-қувватланиши уларнинг ҳаётга бўлган иштиёқини оширишда муҳим омил бўлмоқда. Касаба уюшма ходимлари ижара турадиган уйимизга келиб ҳол сўраб, бизга Президентимиз томонидан совға берилишини айтишганида ич-ичимдан қувондим. Менга Хатирчи туманининг марказидан уй совға қилинди. Биласизми, бунинг сўз билан таърифлаб бера олмайман. Ўзим юра олмасам ҳам, этикдўзлик касбим бор. Аммо унинг ортидан ҳали-бери уй ололмас эдик. Бу ҳақда ўйласам, сиқилиб кетардим. Ахир, ижарада туриб рўзгор тебратишининг ўзи бўлмайди. Ҳозир жуда бахтлиман. Энди меннинг ҳам ўз уйим бор. Биз каби кўнгли яримларга меҳр-муруват кўрсатаётгани учун давлатимиз раҳбаридан чексиз миннатдорман.

ЧЕКСИЗ ҚУВОНЧ ОҒУШИДА

— Уч нафар фарзандим бор, — дейди Конимех тумани «Шўртепа» МФЙда яшовчи Манзура Бўронова. — Уларни ёлғиз ўзим вояга етказдим. Бир фарзандим ногирон. Шу вақт орасида озмунча қийинчилик кўрмадим. Ижарама-ижара юриш, болаларни боқиб, ногирон қизимни даволатиш ташвиши... Ҳатто, одамларнинг уйига бориб хизматини қилдим. Бугун қувончим чексиз. Президентимиз кўрсатган саховат сабаб уйли бўлдим. Менга Конимех туманидан ҳамма шароитга эга бўлган ҳовли берилди. Энди ўз уйимда, ҳовлимда иссиқхона қуришни ният қилиб турибман. Орзуларим бир олам. Яратганга шукр, яхшилар бор экан. Қўлим ҳамиша дуода.

Бу каби самимий дил сўзларини жуда кўплардан эшитдик. Аҳамиятлиси, улар ҳеч муболагасиз юракдан чиқаятган самимий дил изорлари эди. Дарҳақиқат, эзгуликка йўғрилган бундай тадбирлар жамиятимизда меҳр-оқибат, одамийлик, эзгулик каби фазилатларни янада кучайтириш билан бирга, барчани сабов ишлар сари ундамоқда.

Диляфрўз ҲАМИДОВА, «Ishonch» мухбири



Далил. Инсон организмнинг 70-75 фоизини сув ташкил этади. Одамдод овдатсиз олти ҳафта яшаши мумкин, аммо сувсиз бир ҳафтадан ортиқ умр кўра олмайди.

Билим. Одатда ўзимизни ёмон ҳис қилсак, бунинг чарчоқ ёки стресслар, витаминлар етишмовчилиги ва бошқа сабаблар билан изоҳлаймиз. Аслида, бунда организм оддий сувга эҳтиёж сезаётган бўлади.

Бунинг қарангки, сув ичиш ва қандай ичинининг ҳам ўз йўриғи бор экан. У қандай экан, дейсизми?

БЕЛГИЛАР

Мутахассисларнинг таъкидлашича, аксарият кишилар кундалик сув меъ-

ёрининг бор-йўғи учдан бир қисмини истеъмол қилгани учун ҳам кўплаб касалликларга чалинар экан.

Маълумотларга кўра, инсон танасидан ҳар куни ўртача 2 литр сув организмдан буйраклар, ичак, ўпка ва тери орқали ташқарига чиқарилади. Тахминан 0,5 литр сув юқлик нафас чиқарилиши натижасида йўқотилади. Агар уларнинг ўрни тўлдирилмаса, организм сувсизланади.

Сувсизланиш даражаси оғир борган сари инсон саломатлиги ёмонлашади:

- енгил сувсизланиш ҳолатларида киши чанқоқни ҳис қилади, иштаҳаси йўқолади, тери эса қуриб кетади;
- ўрта даражадаги сувсизланишда

кучли чанқоқ, нимжонлик, оғзининг қуриши, бош оғриғи ва бош айланиши келиб чиқади.

— кучли сувсизланиш юрак уришининг тезлашиши, нафас сиқилиши, артериал қон босимининг пасайиши, уйқучанлик, ҳушсизлик, талваса ва ҳушдан кетишга олиб келиши мумкин.

Шу сабаб сувни чанқоқ ҳисси пайдо бўлмасдан ичиш керак. Чанқоқ ҳисси сувсизланиш алақачон бошланганлигини билдиради.

Одам танасидаги сув миқдори атиги 2 фоизга камайса, ақлий имкониятларини 20 фоизга қисқариб кетаркан. 15 фоизга етса, бу ҳаёт учун хавф туғилди, деганидир.

МЕЪЁР

Доктор Памила Брар шундай дейди: «Эркаклар кун давомида 3 литрга яқин (13 стакан) сув ичишлари керак. Аёллар — 2,2 литрга яқин (9 стакан)».

Спорт билан шуғулланганда ёки оғир жисмоний меҳнат қилинганда организмнинг сувга эҳтиёжи кескин ошади. Бундан ташқари, иссиқ ҳавода тер ажралиб чиқиши ҳам сувга бўлган талабни кучайтиради.

Парҳезшуносларнинг таъкидлашича, инсон бир кунда ўртача 1,5-2 литр атрофида тоза ичимлик сувидан ичиши керак.

Семизликни даволаш билан шуғулланувчи мутахассисларнинг фикрича, ортиқча вазнга эга инсон ҳар ортиқча 10 килограмм учун қўшимча 1 стакандан сув ичиши лозим.

УНУТМАНГИ...

Соғлом одам учун бир суткалик сууюқлик миқдори қуйидагича аниқланади: вазни (килограммларда) 30 га кўпайтирилиши ва 1000 га бўлинади. Масалан, вазни 70 килограмм бўлган одам 70 x 30 : 1000 = 2,1 литр сув ичиши керак. Бу кунига тахминан 9 стаканга тўғри келади.

Мазкур формулага мувофиқ, вазни 30 килограмм бўлган бола кунига 0,9 литр ёки тахминан 4 стакан сув ичиши лозим. Бироқ бу формуланинг муаммолари жиҳати, у фақат соғлом кишиларга мўлжалланган. Жисмоний ҳаракатлар, атроф-муҳит шарт-шароитлари (об-ҳаво, намлик) ва шахсий белгилар: ёш, жинс кабиларни ҳисобга олмайди.

ШИФО

Мутахассисларнинг таъкидлашича,

депрессиядан халос бўлиш, асабни тинчлантириш учун бир стакан сув ичиш қифоя қилар экан.

Сувни эрталаб оч қоринга ичиб, бу жараёни кун давомида амалга ошириш зарур.

Кўпчиликка азоб берадиган артрит хасталиғи кўп ҳолатларда организмнинг сурункали сувсизланиши натижасида келиб чиқишини ҳамма ҳам билмайди. Организмга сурункали равишда сув етишмаса, бўғинлар жиддий зарар кўради ва бу артритга олиб келади.

Сувда ёғ ва холестерин, шу билан бирга, калориялар йўқ, сув иштиҳани камайтиради ва ёғ захираларини қайта ишлашда иштирок этади. Агар организмдаги сув миқдори етарли бўлмаса, у ҳолда буйраклар ўз вазифасини нормал бажара олмайди. Шунда жигар уларнинг вазифасини ўз зиммасига олади, унинг ёғ алмашинувида иштирок этиш хусусияти эса камайди. Натижада организмда ёғ тўплана бошлаб, инсоннинг семирishiга олиб келади. Шу боис, инсон ортиқча вазн ташлашга ҳаракат қилса-ю, бунга етарли сув ичмаса, организм ёғни нормал қайта ишлаш олмайди.

ҚАЧОН ВА ҚАНДАЙ?

Сув ичгандан сўнг, албатта, қирқ дақиқа вақт ўтиши керак. Чунки шу вақт орасида сув организмдаги заҳарларни ювиб кетади. Нонушта ёки овқатдан сўнг икки соат давомида сув ичмаслик керак. Энг асосийси, бирданига кўп сув ичмаслик ва миқдорни аста-секин кўпайтириб бориш лозим.

Тунда ухлаш олдида эмас, эрталаб уйғонгандан кейин бир стакан сув ичиш зарур. Акс ҳолда, буйракларга ортиқча юк тушади, эрталаб эса юз, оёқ ва қўл бармоқларида шишлар пайдо бўлади.

Яна шунинг таъкидлаш жоизки, айрим ҳолатларда кўп сув ичиш зарар қилади. Буйрак ва пешоб йўллари, юқори қон босими ва юрак-қон томир тизими органлари, диуретиклар белгиланган ҳар қандай касалликлар ҳамда шиша мойиллик даврида кўп сув ичмаслик зарур.

Шунинг унутмангки, дунё бўйича 1 миллиард 100 миллион одам керагича сув ичиш бахтидан маҳрум. Сиз-у биз эса дунёдаги энг бахтли одамлармиз.

Озода РЎЗИҚУЛОВА тайёрлади

Бу, қизиқ!

Шифокорлар яшил майдонда



Тошкентда футбол бўйича «Doctors community cup – Tashkent – 2019» халқаро турнири доирасидаги ўйинлар бошланди. Қўрға натижаларига кўра, I гуруҳдан Қирғизистон, Тожикистон, Ўзбекистон, II гуруҳдан эса Қозоғистон, Беларусь, Украина Республикалари жамоалари жой олди.



Биринчи турнинг дастлабки ўйинида А гуруҳида Қирғизистон – Тожикистон ўртасидаги мurosасиз баҳс 1:1 ҳисобида якун топди. Б гуруҳидаги Қозоғистон – Беларусь жамоалари ўртасидаги ўйинда ҳам 1:1 ҳисоби қайд этилди. Украина ҳамда Қозоғистон жамоаларининг шиддат билан кечган ўйини голларга бой бўлди, яъни 0:7. Шу тариқа қозоғистонлик футболчи-шифокорлар йирик ҳисобда зафар кучдилар.

Ўзбекистон – Қирғизистон жамоалари ўртасида кечган ўйин 3:0 ҳисобида ҳамюртларимизнинг ғалабаси билан якунланди. Қирғизистон терма жамоаси аъзолари ўз жарима майдони ичида ўйин қоидабини бузишди ва ҳакам 11 метрлик жарима зарбаси белгилади. Шавкат Юсупов зарбани аниқ йўлаб, ҳисобни очди.

Иккинчи бўлимда вакилларимизнинг ўйини янада жонланди ва рақиб жамоа дарвозаси яна икки бор ишғол қилинди. Сардор Муҳаммадиев ҳамда Фарҳод Умаров томонидан киритилган голлар ўйин тақдирини узил-кесил ҳал қилди.

Ҳамюртларимиз гуруҳдаги иккинчи учрашувини бугун – 28 март куни Тожикистон терма жамоасига қарши ўтказди.



Аъзамжон АБУЛҲАЙЗОВ, «Ishonch» мухбири Икром ҲАСАНОВ олган суратлар



Таассурот

Соғлиқни сақлаш ходимлари касабаси Республика кенгаши ташаббуси билан Соғлиқни сақлаш вазирлиги томонидан ташкил этилган «Doctors community cup – Tashkent – 2019» халқаро турнир иштирокчиларининг бир гуруҳи Самарқандда бўлди.

Тан ҳам, руҳ ҳам чиниқди

Темир йўл вокзалида катта тантаналар билан кутиб олинган меҳмонлар шаҳарнинг тарихий марказини ҳис-ҳаяжонга тўлиб кўздан кечирди.

– Шарқ афсонаси, қадимий бу шаҳар ҳақида кўп эшитиб, ўқиганмиз. Тасаввуримдаги маскан кўз ўнгимда жиланганда ҳайратим янада ошди, – дейди украиналик шифокор Никола Шипаковский. – Муҳими, самарқандликларнинг юз-у кўзларида ҳаётдан розиликни, келажакка бўлган қатъий ишончни кўрдим.

Меҳмонлар «Шарқ тароналари»га маскан бўлган Регистон майдони, Амир Темур мақбараси, Шоҳи Зинда, Хўжа Дониёр мажмуаларида бўлишди. Улуғ бобоколониимиз Мирзо Улуғбек расадхонаси билан танишишди.

– Ўзбекистонлик ҳамкасбларимиз билан бир қатор халқаро турнирларда дуч келганмиз, – дейди Максим Пантелиев. – Бахсларда улар юрт шайини муносиб оқлаб келишаётди. Тошкентдаги мусобақалар нафақат спорт, балки унутилмас таассуротларга бой саёҳати билан ҳам ёдда қоладиган бўлди.

Украиналик шифокорлар терма жамоаси аъзоси Светлана Павлюк Соҳибқирон бобомизнинг шавкатли юришлари хусусида кўп ўқиб-ўрганганлигини билдирди.

– Тарихнинг муайян даврида дунё мувозанатини сақлаб турган Амир Темур мақбараси зиёрат қилишни кўп орзу қилганман, – дейди Светлана. – Тошкент турнири бизга бундай имкониятни тақдим этди. Бунинг учун касабаси уюшмаларидан беҳад миннатдорман.

Беларусь ва тожикистонлик шифокорлар терма жамоаси аъзоларининг Самарқандга қилган сафари ҳам қизгин мулоқот, чексиз таассуротларга бой бўлди. – Азалий қардошлик алоқаларимиз бор, – дейди Беларусь соғлиқни сақлаш ходимлари касабаси Республика кенгаши раҳбари Роберт Часноит.

– Ҳамкасбларимиз халқаро турнирга лухта ҳозирлик кўрганлиги боис у жуда юқори савияда ўтапти. Мurosасиз бахслар ораллигида Шарқ гавҳари Самарқандга бўлган сафар ҳар бир иштирокчига ўзгача руҳ бағишлади. Давлатимиздан келган делегация аъзолари мўъжизакор шаҳар ва унинг очик кўнгли кишилари билан танишганидан баҳад мамнун.

– Ўзбек ва тожик халқи азалдан қон-қариндош, эт билан тирноққа ўхшайди, – дейди тожикистонлик Олимхўжа Маллаев. – Алоқаларимизнинг яхшиланиб, борди-келдининг кучайгани бизларни янада яқинлаштирди. Соғлиқни сақлаш ходимлари анжумани баҳона турли давлатлардан келган ҳамкасбларимизнинг дил сўзларини эшитиш имкони яратилгани ҳам айна мудоа бўлди.

Таъкидлаш жоизки, «Касабасайр» шўъба корхонаси саъй-ҳаракати билан меҳмонлар кўҳна ва ҳаммиша навқирон шаҳар, халқимизнинг бой тарихий маданий меъроси билан муфассал танишдилар.

Нурилла ШАМСИЕВ, «Ishonch» мухбири

«Ishonch» йўлланмаси билан



Ўзбекистон халқ бахшиши Бахшикул Тоғоев

ҚАЛАНДАР

Бахшикул бахши 1960 йили Сурхондарё вилоятининг Бойсун туманида туғилган. У дўмбира чалишни отасидан ўрганган. Сўнгра Ўзбекистон халқ бахшиши Шоберди бахши Болтаевга шогирд тушган. Унинг ижодий бисотида «Алломиш», «Кунтуғмиш», «Соҳибжамол ва Соҳибқирон», «Ойсулу», «Гўрўғли», «Ойчинор», «Бобо Равшан» каби достонлар, «Қаландар», «Меҳр-оқибат», «Армонинг», «Она», «Ўзбеки», «Наврўз», «Ўқинч» каби термалар ва «Чўпон чалиш», «Сарвиноз», «Гулоийм» каби бир қанча дўмбира куйлари бор.

Қаторда тиркаб норидан, Нор устидая заридан, Кечдим дунёнинг бовуридан, Қаландар бўлганим-бўлган.

Бугунлар юракпораман, Юракни кимга-я жораман? Дунё тологини бераман, Қаландар бўлганим-бўлган.

Кўп экан дунёнинг армони, Қолмади тенанининг дармони. Бозорда ўрса армони, Қаландар бўлганим-бўлган.

Жомон тун, найлай ишимни? Кўздан оқиздинг ёшимни. Қайларга урай бошимни? Қаландар бўлганим-бўлган.

Мажнундек саҳролар кезмадим, Вомиқдек дарёга чўкмадим. Фарҳоддек товди-я қазмадим, Қаландар бўлганим-бўлган.

Юздаги қора холиға, Лабдаги асал-болиға, Ўзим осмадим-ай толиға, Қаландар бўлганим-бўлган.

Тентираб элда журарман, Дунёнгини нима қиларман? Очик гўрларга кирарман, Қаландар бўлганим-бўлган.

Йўғлаин энди зор-у зор, Қўлимдан кетган-а ихтиёр. Масканим бўлсин-а чор девор, Қаландар бўлганим-бўлган.

Оллоҳдан фармон бўлгунча, Келиб жонимни олгунча. Исрофил суриини чалгунча, Қаландар бўлганим-бўлган.

Эйб олувчи: Ўқтам ҲАКИМОВ

Мутолаа завқи

«Ishonch» ва «Ishonch-Доверие» газеталари таҳририяти Юнусобод туманидаги 63-умумтаълим мактабига китоб жавони ва энг сара китоблар тўпламини совға қилди.

100 дан зиёд ушбу китоблар жамланмаси – ўзбек ва жаҳон бадий адабиётининг нодир намуналари, луғатлар, ўқувчиларнинг билимини синодан ўтказадиган тестлар тўпламлари таътил завқидан масрур ўқувчилар учун ажойиб совға бўлди.

– Кутубхонамизга совға қилинган китоблар орасида қизиқарли асарлар кўп экан, – дейди мактаб ўқитувчиси, халқ таълими аълочилиси Озода Турдиева. – «Еш китобхон» клубимиз аъзолари ҳар доим дарсдан

сўнг ўз вақтини мазмунли ўтказиш учун мутолаага зўр беришади. Эндилқда ушбу асарлар туфайли уларнинг сафи янада ортади.

Ҳаётда ўз ўрнини топишда мактабда олган билимларимизнинг ўрни беқиёс. Совға қилинган китоблар ўқувчиларнинг тафаккури янада бойишига хизмат қилади, албатта.

Зулфия ХОЛМУҲАММЕДОВА, «Ishonch» мухбири



Тўхта

Огоҳлик

Олов – тилсиз ёв. Унинг офатидан сақланиш учун эҳтиёткорлик, эътиборлик талаб қилинади. Кичик бир хатолик катта йўқотишларга сабаб бўлиши кўп бора исботланганига қарамай, кўпинча бундан тегишли хулоса чиқармаймиз.

Офатдан сақланиш – ўз қўлимизда

Аҳоли турар жойларида ёки муассасаларда оддий бепарволик сабаб турли даражада ёнғинлар келиб чиқаётганини ким билмайди дейсиз? Қолаверса, қурилиш ишлари кетаётган жойларда ёнғин хавфсизлиги қоидаларига риоя этилмагани сабабли ёнғинлар ошиб борапти. Бу эса ёнғин назорати бўйича давлат инспекторлари олдига янгидан-янги вазифалар қўймоқда.

Халқ хўжалиги масканлари ва аҳоли турар жойларида ёнғин хавфсизлиги қоидаларини таъминлашга қаратилган тадбирлар ўтказилганига қарамай, жорий йилнинг дастлабки икки ойи мобайнида Миробод тумани бўйича жами 11 та ёнғин юз берди. Маълум бўлишича, фуқароларнинг носоз ёритиш ва иситиш воситаларидан фойдаланиши ҳамда иситиш воситаларини назоратсиз қолдириши уларни келтириб чиқарган.

Унутмайликки, мол-мулкимизни, ундан ҳам қимматли бўлган соғлиқимиз ва ҳаётимизни асраш ўз қўлимизда. Яшаш ва иш жойимизда ёнғинга сабаб бўлувчи омилларга лоқайд муносабатда бўлиш соҳа ходимлари томонидан ўтказилаётган тадбирлар самардорлигини йўққа чиқариши ҳеч гап эмас. Шундай экан, моддий бойликларимиз, ўзимиз ва яқинларимизнинг соғлиги ҳамда ҳаёти биз учун заррача қадри бўлса, ёнғин хавфсизлиги қоидаларига риоя қилишни бир зум бўлсин эсдан чиқармаслигимиз керак.

Бегали ЖўРАЕВ, Тошкент шаҳар Миробод тумани ЕХБ бошлиғи ўринбосари, подполковник

1970 йилнинг баҳор ойларида Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмасининг Ҳамид Олимжон номидаги биносида қизгин мушоира бўлиб ўтди. Минбарга одмигина атлас кўйлак кийган, сочлари майда ўрилган бир қиз чиқиб, тортинибгина шеър ўқий бошлади:

Дилдан кўчган сатрлар

лар гулдурас олқишлаган бу қиз бугунги кунда шеърлари, публицистик асарлари халқимиз томонидан севиб ўқилаётган Шарифа Салимова эди...

Ўзбекистонда хизмат кўрсатган маданият ходими, шоира Шарифа Салимованинг «Бедор тун томчилари» китоби тақдироти ҳам ана шундай ҳаяжонли тарзда кечди. Тақдимоти Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси раисининг биринчи ўринбосари Минҳожиддин Мирзо кириш сўзи билан очиб, шоира Шарифа Сали-

мованинг ижодига атрофлича тўхтади. Иброҳим Рафуров, Умарали Норматов, Ўзбекистон халқ шоирлари Муҳаммад Али, Маҳмуд Тоир, «Жаҳон адабиёти» журналнинг бош муҳаррири Аҳмаджон Мелибоев, олимлар Сувон Мели, Абдулла Улуғов, Абдулла Шер, адибалар Олмосхон Аҳмедова, Шаҳодат Исахонова ва бошқалар китобнинг бадий қиммати ҳақида алоҳида сўз юритишди.

– Шоиранинг она Ватан ҳақидаги «Бир кунги ё майса-гиёҳ

Тақдимот



Мен ҳув ўша олислардан маррур тутган бошини, Кексалардек кумуш сочли, хушқад Чотқал қизиман. Сутдек тонда нурга ювган юзларини, сочини, Олис қишлоқ осмонининг митти бир юлдузиман. Шеър ўқиб бўлингач, мухлис-

МУАССИС:



2007 йил 11 январда Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 116-рақам билан рўйхатга олинган.

Бош муҳаррир

Хўсан ЭРМАТОВ

Бўлимлар:

Касабаси уюшмалари ҳаёти – (71) 256-64-69
Хўқуқ ва халқаро ҳаёт – (71) 256-52-89
Миллий-маънавий қадриятлар ва спорт – (71) 256-82-79
Хатлар ва муҳбирлар билан ишлаш – (71) 256-85-43
Маркетинг ва обуна – (71) 256-87-73

www.ishonch.uz сайти орқали Ўзбекистон Республикаси Президентининг фармон ва қарорлари, энг сўнгги янгиликлар, таҳлилий, танқидий мақолалар, хабарларнинг тўлиқ матни билан танишишигиз мумкин.

Манзилимиз:

100165, Тошкент шаҳри, Бўхоро кўчаси, 24-уй.
E-mail: xatlar@ishonch-doverie.uz

Газета ҳафтанинг сешанба, пайшанба ва шанба кунлари чиқади. Газета «Ishonch»нинг компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.

«Shaq» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида chop этилди. Корхона манзили: Буюк Турон кўчаси, 41-уй.

Таҳририй ҳисобрақами:

2021 0000 0004 3052 7001,
АТИБ «Iprotka bank» Яншобод филиали,
банк коди: 00959, СТИР: 201133889, ОКЗД: 58130

Ҳўдудлардаги муҳбирлар:

Қорақалпоғистон Республикаси – (+998-99) 889-90-22
Андижон – (+998-99) 889-90-23
Бўхоро – (+998-99) 889-90-31
Жиззах – (+998-99) 889-90-25
Наманган – (+998-99) 889-98-02
Навоий – (+998-99) 889-90-28
Самарқанд – (+998-99) 889-90-26
Сирдарё – (+998-99) 889-98-55
Сурхондарё – (+998-99) 889-90-32
Фарғона – (+998-99) 889-90-24
Қарақўлақ – (+998-99) 889-98-01
Қашқадарё – (+998-99) 889-90-27

«Ishonch»дан олинган маълумотларда манба сифатида газета номи кўрсатилши шарт. Мўаллифлар фикри таҳририят нуқтаи назаридан фарқланиши мумкин.

Навбатчи муҳаррир:

С. Абдурахмонов
Мусаҳҳи: С. Шодиева
Саҳифаловчи: Х. Абдужаллилов
ЎАА якуни – 00:05
Топширилди – 01:50
Газета офсет усулида, А-2 форматда босилди. Ҳажми 2 босма табло. Буортма Г – 317. 30651 нусхада босилди. Нашр кўрсаткичи: 133