



KONCHILAR HAYOTI



Gazeta 1991-yildan chiqqan boshlagan №20 (758), 2023-yil 30-oktabr

facebook.com/nkmkofficial
t.me/ngmkofficial
instagram.com/nkmk.official
www.ngmk.uz

Navoiy kon-metallurgiya kombinatining 65 yilligiga

IQTISODIY YUKSALISHNING MUHIM BO'G'INI



Avtomobil transportini har qanday davlat uchun aynan shunday o'ringa ega ekanligi shubhasiz. O'zbekistonda mustaqillik yillarida mazkur tarmoqni rivojlantirish, uning moddiy-texnik bazasini mustahkamlash asosida samaradorlikka erishish yo'lida amalga oshirilayotgan ishlar iqtisodiy islohotlarni ro'yobga chiqarishning amaliy namunasi desak aslo mubolag'a bo'lmaydi. So'nggi yillarda "Navoiy kon-metallurgiya kombinati" aksiyadorlik jamiyatida ma'dan qazib

olish va uni gidrometallurgiya zavodlariga yetkazib berish hajmining oshishi, yangi konlar va ishlab chiqarish obyektlarining foydalanishiga topshirilishi, minglab yangi ish o'rinlari yaratilishida avtomobil transporti xodimlarining ham hissalari bor, albatta. "NKMK" AJ Transport bo'yicha direktori Rustam Ergashev bilan tarmoqda ro'y berayotgan yangiliklar, mahalliyashtirish dasturi doirasida bajarilayotgan ishlar haqida bo'lgan suhbatni gazetxonlar e'tiboriga havola etamiz.

- Hozirgi kunda sohada 10 ming nafarga yaqin ishchi-xodimlar mehnat qilishadi hamda 3,9 mingdan ziyod turli rusumdagi avtotransport vositalari va mexanizmlar ishlab chiqarish rejalari bajarishga safarbar etilgan. Joriy yilning o'tgan 9 oyida 166,6 million kub metr dan ortiqroq tog' jinslari tashib berilib, bu boradagi reja 101,6 foizga bajarildi.

So'nggi yillarda og'ir yuk tashuvchi

va tog'-kon texnikalari tarkibi muntazam yangilanib borilyapti. Ayniqsa, og'ir yuk tashuvchi texnikalar imkoniyatlaridan unumli foydalanib, yuqori samaradorlikka erishyapmiz. Navoiy kon-metallurgiya kombinatini 2026-yilgacha rivojlantirish dasturi doirasida sohaga texnik va texnologik o'zgarish, zamonaviy, unumdorligi yuqori bo'lgan texnika va uskunalarni jalb qilish loyihalari izchil amalga oshiril-

moqda. Birgina, Markaziy kon boshqarmasi Avtomobil transporti boshqarmasining harakatlanuvchi tarkibi oxirgi 5 yilda 257 birlikdan 460 birlikka, kon o'zidag' dargichlari 112 tadan 238 taga oshdi. Bugungi kunda "Navoiy KMK" Ajda 45 tonnadan 220 tonnagacha bo'lgan og'ir yuk tashuvchi avtoag'dargichlar soni 444 tani tashkil etyapiti.

Davomi 2-betda

Ijtimoiy mas'uliyat

"Adjibugut" karyeri Uchquduqdan 200 kilometr olisda, bepoyon cho'l bag'rida joylashgan. Ayni paytda bu karyerda konchilar, mashinistlar, geologlar, burg'lovchilar va boshqa kasb egalari kunu tun mehnat qilishmoqda. Kombinat rahbariyati va kasaba uyushmasi Kengashi tomonidan ishchi-xodimlar uchun zaruriy ish va yashash sharoitlarini yaratish doimiy e'tiborda. Yaqinda yuz o'rinli yotoqxona qurib berilgani ular uchun munosib sovg'a bo'ldi. Hamkasblarimiz bu g'amxo'rlikdan nihoyatda mamnun.

natga hamdam", degan naql bor. Bu hikmatning amaliy natijasini bugun ko'z o'ngimizda ko'rayapmiz. Rahbariyat e'tibori va qo'llab-quvvatlashi tufayli bizga barcha shart-sharoitlar yaratib berilmoqda. Yaqinda foydalanishga topshirilgan mana bu yotoqxona ham biz uchun alohida g'amxo'rlik namunasidir. Bundan barchaning kayfiyati a'lo, - deydi burg'lash mashinisti San'at Beknazarov. - Bu imkoniyatlar, shubhasiz, yana-da shijoat bilan ishlashga chorlaydi.

ISHCHILAR UCHUN YOTOQXONA QURIB BERILDI

Yaqin kunlarga ishchi-xodimlar "Dovgiztov" konidan ushbu karyeraga 60 kilometrlik masofadan qatnab ishlardi. Bu, ishchilarga qiyinchiliklarni tug'dirib, ishdan keyin ular yo'lga ma'lum vaqtini sarflashga to'g'ri kelardi. Ulkan korxonaga rahbariyati muammoni bartaraf etishning maqbul va oson yechimini izlab topdi. Karyer hududida yotoqxona qurilib, qulay sharoitlarga ega yashash maskani barpo etildi va foydalanishga topshirildi. Bu, nafaqat vaqtni tejash, ishchilarga munosib sharoit yaratish, balki transport xarajatlari va yoqilg'i-moylash materiallarini iqtisod qilish imkonini berdi. Yotoqxona qurilishi Shimoliy kon boshqarmasi bo'linmalari tomonidan amalga oshirilganini e'tirof etib o'tish joiz.

Yaqinda yotoqxonada yaratilgan sharoitlar bilan tanishish maqsadida, karyerda faoliyat olib borayotgan geologlar, burg'lash qurilmasi mashinistlari, konchilar va boshqa kasb egalari bilan suhbatlashdik.

- Ishdan so'ng bo'sh vaqtni mazmunli o'tkazish, miriqib dam olish uchun barcha imkoniyatlar mavjud. Xonalar shinam, keng va yorug'. Cho'l iqlimiga mos. Yozda salqin, qishda issiq saqlaydigan qulaylikka ega. Ikki ta asosiy binoda joylashgan xonalar zarur mebellar, elektr energiyasi, isitish va sovutish tizimi bilan ta'minlangan. Bunday imkoniyatni yaratib bergan kombinat ma'muriya-



ti va kasaba uyushmasi Kengashiga katta rahmat!,- deydi geolog Jamol Farmonov.

Yotoqxona tibbiyot bo'limi, yechinish va kiyinish, yuvinish, kiyimlarni quritish xonalari, zal, yozgi ayvon, kutubxona, ma'naviyat burchagiga ham ega. Bu qulayliklar ishchi-xodimlarga mazmunli hordiq chiqarish va kuch-g'ayrat bilan ishga yo'l olish imkonini berayapti. Suhbatlarimizda jamoa a'zolari cheksiz quvonchlarini, shunday xayrli ish tashabbuskorlaridan minnatdorliklari va shukronaliklarini izhor etdilar.

- Xalqimizda: "Yaxshi dam - meh-

"Adjibugut" karyeridan qazib olinayotgan ma'danlar 3-gidrometallurgiya zavodiga yetkazib berilmoqda. Ayni paytda karyer quvvatini yana-da kengaytirish maqsadida, ikkinchi bosqichdagi ishlar boshlab yuborildi. Mazkur loyihaning ro'yobga chiqarilishi bilan kelgusida ishlab chiqarish sur'ati oshiriladi. Shuni ham alohida ta'kidlash kerakki, karyer ishchi-xizmatchilari uchun barcha qulayliklarga ega yotoqxona bilan birgalikda, 50 o'rinli zamonaviy jihozlangan oshxonalar ham foydalanishga topshirildi.

LaYo KARIMOVA.

O'zbek tiliga davlat tili maqomi berilganligining 34 yilligiga

ZARKENTDA TIL BAYRAMI

barchaga cheksiz quvonch va katta taassurot bag'ishladi

Navoiy kon-metallurgiya kombinatida har yili bu bayram ko'tarinki ruhda nishonlanib kelinyapti. Bu yil ham mazkur sana munosabati bilan qiziqarli dasturlar asosida ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar bo'lib o'tdi. Quvonarli jihati, joriy yilda ushbu ayyomni Janubiy kon boshqarmasi kombinat bo'linmalari orasida birinchilardan bo'lib boshlab berdi. Taniqli tilshunos olimlar, yozuvchi va shoirlar, ma'naviyat targ'ibotchilari, kon boshqarmasi ishchi-xodimlari ishtirokida Zarkent qo'rg'onidagi "Konchi" madaniyat uyida "Qadring baland bo'lsin, ona tilim!" mavzusida o'tkazilgan tadbir buning isbotidir.

Bu Yil Til bayramini yana-da qiziqarli va mazmunliroq tarzda nishonlash maqsadida, Navoiy kon-metallurgiya kombinati Ma'naviyat va ma'rifat markazi, Janubiy kon boshqarmasi Axborot va ma'naviyat-ma'rifat guruhi, Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti, Davlat tilida ish yuritish asoslarini o'qitish va malaka oshirish markazi Navoiy viloyati bo'linmasi, Respublika ma'naviyat va ma'rifat markazi Qo'shrabot tuman bo'linmasi, tumandagi 26-umumta'lim maktabi hamkorligida dastur ishlab chiqildi. Unga muvofiq, turli bo'linmalar ishchi-xodimlari o'rtasida diktant yozish tanlovi, shuningdek, mavzuga doir viktorina tashkil etildi. Konchilar bahslarda chiroyli husnixatlari, savodxonligi, bilim darajasi bo'yicha o'zaro bellashdilar. Samaradorlik kutilgandan ham ziyoda bo'ldi.

- Men o'quvchilik davrimda diktant yozganman. Ona tili va adabiyotga qiziqqanim bois, doim a'lo baho olardim. Bunga ancha

yillar bo'lgandi. Bugungi sinovda o'zimni qayta sinab ko'rdim. Yoshlikda olgan bilim baribir xotirada qolar ekan. Hamkasblarimiz o'rtasida o'tkazilgan tanlov natijasi yakunida hakamlar tomonidan 1-o'ringa loyiq topildim, - deydi 4-gidrometallurgiya zavodi ishchisi Sevara Agayeva. - Taklifim: bunday qiziqarli tadbirlarni ko'proq o'tkazish kerak. Chunki, bu kabi bellashuvlar aqlni charxlaydi, tafakkurni boyitadi. Bu ham tilimizga bo'lgan hurmat va e'tibor namunasidir.

Darvoqe, yakuniy natijalarga ko'ra diktant yozish tanlovida "G'ujumsoy" koni ishchisi Sojida Pardayeva va geolog Abdulla Ochilovlar keyingi o'rinlarni zabt etdi. 26-umumta'lim maktabining ona tili va adabiyoti fani o'qituvchisi Nafisa Usmo-nova tashabbusi bilan o'tkazilgan viktorina kechasida "Zarmitan" koni muhandisi Shahlo Orziqulova, 4-gidrometallurgiya zavodi ishchisi Jamol Eshboev, Idoraviy harbiylashtirilgan qo'riqlash otryadi yo'riq-



chisi Shoabkar Egamov, suvni kimyoviy tozalash sexi apparatchisi Durdona Nor-jigitova, mexanika-ta'mirlash sexi ishchisi Oybek Uzoqboevlar savollarga aniq javob berib, zukko va bilimdonliklarini namoyish etishdi. Mazkur tanlovlar g'olib va sovrindorlari kon boshqarmasi ma'muriyati va 2-sonli Birlashgan kasaba uyushmasi qo'mitasining qimmatbaho sovg'alari bilan taqdirlanishdi.

Tadbirning keyingi bosqichida Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti o'zbek tilshunosligi kafedrasida dotsenti Zayniddin Qurbonov, Davlat tilida ish yuritish asoslarini o'qitish va malaka oshirish markazi Navoiy viloyati bo'linmasi rahbari, Navoiy davlat pedagogika instituti

dotsenti Husniddin Suyunovlar ma'ruzalari tinglandi. Ijodkorlar va ma'naviyat targ'ibotchilari Ilhom Botirov, Shavkat Ziyadinov, Abdumajid Jo'rayev, Asliddin Ro'ziyev, Abduhamid Qurbonov, Abdumalik Hamroyevlar o'qigan ona tilimizni ulug'lovchi she'rlar, bildirilgan fikr-mulohazalar, "Konchi" madaniyat uyi badiiy jamoalari, maktab o'quvchilari tomonidan havola etilgan kuy-qo'shiqlar, sahna ko'rinishlari ma'naviy-ma'rifiy tadbirga yana-da ko'tarinki bag'ishladi.

Dildora ATABAYEVA,
Janubiy kon boshqarmasi
Axborot va ma'naviyat-ma'rifat
guruhi rahbari.

O'zbek tiliga davlat tili maqomi berilganligining 34 yilligi munosabati bilan Markaziy kon boshqarmasida ma'naviy-ma'rifiy tadbirlar, Zarafshon shahar axborot-kutubxona markazida "Qadring baland bo'lsin, ona tilim!" shiori ostida diktantlar tanlovi o'tkazildi. Ishchi-xodimlarining lotin yozuviga asoslangan o'zbek alifbosi bo'yicha savodxonligini oshirish maqsadida tashkil etilgan tadbirda 32 nafar hamkasblarimiz ishtirok etdi.

DIKTANTLAR TANLOVI — SAVODXONLIK MEZONI

Ishchi-xodimlarning o'zbek tiliga bo'lgan munosabati va yozma savodxonligiga oid bilim va ko'nikmalarining o'ziga xos sinoviga aylangan tanlovda 2-gidrometallurgiya zavodi xodimi A.Aliyev faxrli birinchi o'rinni qo'lga kiritdi. Tashqi suv ta'minoti birlashgan energoxizmati laboranti M.Sa'diyeva ikkinchi, 7-gidrometallurgiya zavodi xodimi A.Rajabov uchinchi o'ringa sazovor bo'lishdi. G'oliblarga 3-Birlashgan kasaba uyushma qo'mitasi tomonidan pul mukofotlari, rag'batlantiruvchi o'rinlarni egallaganlarga Tashakkurnoma va esdalik sovg'alari topshirildi.

Gulshan RUSTAMOVA,
MKB Axborot va ma'naviyat-ma'rifat guruhi muxbiri.

■ Navoiy kon-metallurgiya kombinatining 65 yilligiga

IQTISODIY YUKSALISHNING MUHIM BO'G'INI

■ Oxiri. Boshlanishi 1-betda

Barcha avtokorxonalarda tizim xodimlariga zarur shart-sharoitlar yaratilayapti. Shimoliy kon boshqarmasining "Kokpatas" va "Dovgiztov" konlari maydonlarida katta o'lchamdagi shinalarni ta'mirlash sexlari hamda "Kokpatas" maydonida ichki yonuv dvigatellarini ta'mirlash uchastkasi ish boshladi. "Ad-jibugut" konida ishchi-xodimlar yashashi va mehnat qilishi uchun shaharcha barpo etildi. Joriy yilning boshida 3-sonli avtokorxonada avtotransport vositalariga o'z vaqtida operativ xizmat ko'rsatish, avtotransport vositalarining havo filtrlarini tozalash, bo'yoqlash ishlarini bajarish, shinalarni texnik ta'mirlash ishlarini olib borish maqsadida katta havo bosimli kompressor uskunasi o'rnatilib, ishga tushirildi.

Markaziy kon boshqarmasining Avtomobil transporti boshqarmasiga qarashli "Auminzo-Amantoy" maydonida joylashgan avtomobillarga yoqilg'i qo'yish stansiyasi foydalanishga topshirildi. Transport sexining asosiy tamlarish bazasi, 7-son avtokorxonaning mazkur maydonda joylashgan avtomobillarni ta'mirlash ustaxonasi qurilishi nihoyasiga yetkazilmoqda. 2023 yil oxiriga qadar "Turbay" avtogarajining ta'mirlash uchastkasi va "Balpantov-Tomdibuloq" koni avtogaraji qurilishini yakunlash rejalashtirilgan.

Zarafshon shahri sanoat maydonida MAN, ISUZU servis xizmat ko'rsatish rasmiy dilerlik markazlari ochildi. Ishlab chiqarish ehtiyojlari uchun zarur tayyor mahsulotlar, butlovchi buyumlar va materiallarni mahalliy lashtirish bo'yicha "NKMK" AJda qator ishlar amalga oshirilmoqda. Jumladan, "Gidrostan-koservis", "Navoiypromlitmash", "Vodiy energomash mexanika", "SDK group", "Gauch", "JIZZAX AKKUMULYATOR ZAVODI" AJ, "ELMASH" MChJ, "Drillifot asia", "O'zelektroapparat", "Carbon - polymer", "Stalmet group service" kabi tadbirkorlik va ishlab chiqarish subyektlari bilan hamkorlikda doimiy ravishda ishlar olib borilmoqda.

Kombinatda 2023-yilda ishlab chiqarish tannaxrini kamaytirish va yoqilg'i-moylash materiallaridan oqilona foydalanish maqsadida chora-tadbirlar rejalashtirildi. Unga ko'ra, joriy

yilda jami 12,1 ming tonna dizel yoqilg'isi, 23,5 tonna benzin, 338,5 tonna moy mahsulotlari iqtisod qilinishi ko'zda tutilgan bo'lib, reja 105 foizga bajarilishi hamda 173,7 milliard so'mlik iqtisodiy samaradorlikka erishilishi kutilmoqda.

Bugungi kunda milliy iqtisodiyotning muhim tarmoqlaridan biri bo'lgan transportni, uning infratuzilmasini rivojlantirishda mavjud resurslardan oqilona va samarali foydalanish ustuvor vazifalardir. "NKMK" AJda raqamli transformatsiya qilish jarayonlarini kompleks jadallashtirish bo'yicha 2022-2023-yillar uchun "Yo'l xaritasi"



ishlab chiqilgan. Ayni paytda "Muruntov konini o'zlashtirish (V bosqich)" ishchi loyihasida ko'zda tutilgan "Tog'-kon transportlari kompleksini avtomatlashtirishni boshqarish tizimi" ish hujjatlari amalga oshirish jarayonida.

Avtomobil transportida ish unumdorligini oshirish, yoqilg'i sarfini kamaytirish, ortiqcha xarajatlarning oldini olish, yengil xizmat avtotransport vositalaridan unumli foydalanishni tashkil etish maqsadida, kombinatning barcha avtotransport bo'linmalarida "Auto Call-Center", "Avtomobil nazorati", "Videoeokran" va "Avtobuyurtma" kabi elektron tizimlar tashkil etilgan bo'lib, ular o'z samarasini beryapti.

Konstruktorlik sohasi mutaxassislari faoliyatini optimallashtirishni ko'zlab, AQSHning "Zeppelin International AG" kompaniyasi tomonidan joriy yilning iyul oyida Markaziy kon boshqarmasi

Avtomobil transporti boshqarmasida "PICASO 3D" kompaniyasiga qarashli DESIGNER XL PRO 3D printeri ishga tushirildi.

O'quv markazini modernizatsiya qilish doirasida kombinat mutaxassislari uchun Caterpillar va Komatsu uskunalarining innovatsion tizimlari, shu jumladan, CAT Product Link va AMT tizimlari bo'yicha o'quv dasturlari o'tkazildi. Kelgusida hamkorlarimiz tomonidan simulyator uchun qo'shimcha dasturiy ta'minot, ya'ni, frontal yuklagich, greyder, buldozer, yo'l-qurilish texnikalari operatorlarini o'qitish uchun mo'ljallan-

kon boshqarmasining "Auminzo-Amantoy" hamda Shimoliy kon boshqarmasining "Kokpatas" va "Dovgiztov" konlarida, 13 dona ND785-7 rusumli va 3 dona ND465-7 rusumli, yuk ko'tarish qobiliyati 55 tonnagacha bo'lgan og'ir yuk tashuvchi avtoag'dargichlar yangi ochildigan "Pistali" koniga yetkazib berildi. Yangilash dasturi doirasida zamonaviy frontal yuklagichlar, avtogreyderlar, buldozerlar olindi.

Ekologik xavfsizlikka erishish, dizel yoqilg'isi sarfini kamaytirish uchun kombinat avtomobil parkiga reja bo'yicha 2023 yilda 3 dona, 2024-yilda 40 dona, 2025-yilda 20 dona elektromobil va gibrid avtomobillari xarid qilinishi ko'zda tutilmoqda.

Mahalliy avtotransport ishlab chiqaruvchi korxonalarni qo'llab-quvvatlashga yetarli e'tibor berilayapti. Yil boshidan buyon respublikamizda ishlab chiqarilgan 27 dona turli xil yengil avtotransport, yo'l qurilishi va kon texnikalari, yuk va yo'lovchi tashuvchi hamda maxsus avtotransport vositalari xarid qilindi. Yil yakuniga qadar bunday texnikalar soni 50 donadan oshishi kutilmoqda. Bugungi kunda "Krantas", "Uz XCMG", "Uzauto trailer", "Samarqand avtomobil zavodi", "Kran va maxsus texnikalar", "GM Uzbekistan" kabi mahalliy avtotransport ishlab chiqaruvchi korxonalar bilan doimiy aloqalar o'rnatilgan.

Kombinat transport jamoalarida mamlakatimizda amalga oshirilayotgan keng ko'lami ishlohtlarda faollik ko'rsatib, o'zining bilim va iqtidori, halol va samarali mehnati bilan Vatanimiz taraqqiyotiga katta hissa qo'shayotgan mutaxassislar, turli kasb egalari ko'pchilikni tashkil qiladi. O'z tajribasini yosh hamkasblarga o'rgatishda ibrat bo'lib kelayotgan fidoylar qatorida Markaziy kon boshqarmasi Avtomobil transporti boshqarmasi bosh muhandisi Vladimir Achilov, "Tomdibuloq va Balpantau" avtojamlanmasi boshlig'i Atabek Arapbayevlar bor. Mustaqilligimizning 32 yilligi arafasida Markaziy kon boshqarmasi Avtomobil transporti boshqarmasi avtoag'dargich haydovchisi Sayfidin Baxronov "O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan sanoat xodimi" faxriy unvoniga sazovor bo'ldi.



Markaziy kon boshqarmasi 7 va 9-son avtokorxonalari jamoalarining yutuqlari malakali mutaxassis va rahbar kadrlarning o'z ishiga sodiqligi, jonkuyarligi natijasidir. Bunda, Anvar Vapayev, Husniddin Fozilov, Shoxrux To'xtayev, Alisher Razzoqov, Akbar Husinov, Zohidjon O'rinov, Sherzod Azimovlarning hissasi beqiyos. NKMKning ishlab chiqarishni yuksaltirishga munosib hissa qo'shayotgan yuk ko'tarish mashinalarini boshqarayotgan Sergey Kim, Azamat Rahimov, Obiddin Jo'rayev, Jahongir Hamdamov, Jonibek Rayimov va Sabit Bekmuratovlarning xizmatlarini alohida ta'kidlash lozim.

Shimoliy kon boshqarmasi direktorining transport bo'yicha o'rinbosari Axat Qurbonov, Avtomobil transporti boshqarmasi boshlig'i Qahramon Bormirzayev, "Dovgiztov" koni foydalanish uchastkalariga xizmat ko'rsatuvchi transport sexi boshlig'i Avazmurod Yuldashev, haydovchi va mashinistlar Botir Nurullayev, Uyg'un Tohirov, Ziyobiddin Xalilov, navbatchi-chilangarlar Adilbek Alimov, Bahodir Ramazonov, Abror Toshiev, Dilshod Obidovlar jonkuyar xodimlar hisoblanishadi.

1-sonli avtobaza haydovchilari va avtomobillarni ta'mirlovchi chilangarlar Furqat Ergashov, G'ayrat Cho'riyev, Nikolay Antonov, Pernibay Umirbayev, Viktor Avdiyev, Uralboy Bolgayev, Janubiy kon boshqarmasi 10-son avtokorxonada haydovchisi Zohidjon Yunusov, 11-son avtokorxonada navbatchi-chilangar

gari Keldiyor Mamatov, "1-GMZ" kon boshqarmasi "Aristantov" avtogaraji BelAZ haydovchilari Sayfullo Safarov, Baxrom Xaitov, Farxod Mamatov, Zafar Jumayevlarning mehnatlari e'tirofga sazovordir.

3-sonli avtokorxonada boshlig'i Rashit Tursunov, bosh muhandis Hamza Ergashev, avtobaza boshlig'ining ekspluatatsiya bo'yicha o'rinbosari Ikrom Ismoilov, markaziy ta'mirlash-mexanika uchastkasi boshlig'i Shuhrat Sevarov, kolonnalar va avtotransport uchastkalarini boshqaradigan Azat Berguliyev, Jalil Shukurov, Faxriddin Burhonov, Bahodir Narzullayev, energetik Elyor Halimov, tajribali haydovchilar Aziz Negmatullayev, Uchqun Abidov, Muhiddin Ibragimov, Miyasar Davlatov, Zokir Shomurodovlar transport samaradorligini oshirishga arziqlik ulush qo'shmoqdalar.

"NKMK" AJ jamoasi oldida kelgusida Investitsiya dasturi doirasidagi loyihalarni ro'yogga chiqarish, asosiy mahsulot ishlab chiqarish hajmini oshirish borasida ulkan vazifalar turibdi. Ularning muvaffaqiyatli bajarilishi ko'p jihatdan avtotransport korxonalarini ishni samarali tashkil etishga bog'liqdir. Kombinavtomobil transporti xodimlari bu mas'uliyatni chuqur anglagan holda bor kuch va imkoniyatlarini ishlab chiqarish rejalari oshirib uddalash yo'lida safarbar etadi.

Suhbatni Nizomiddin SADRIDDINOV yozib oldi.

■ Oramizdagi odamlar

Har bir kasb-hunarning o'ziga xos mashaqqatlarini matonat, tinimsiz izlanish, sabr-toqat bilan yenggan kishi maqsadiga erishadi. "1-GMZ" kon boshqarmasi 2-sonli texnologik sexi konveyer mashinisti Kamol Rasulov ana shu toifaga mansub insonlardan.

HAR KASBNING O'Z GASHTI BOR



Kamol Rasulovning padari buzrukvori rahmatli Isomiddin ota ham ko'p yillar kombinat tizimida ishlab, rafiqasi Iqbol aya bilan besh nafar farzandni o'stirib tarbiyaladi. Ularda kasb-hunar o'rganishga qiziqish uyg'otdi. Shuning uchun bo'lsa kerak farzandlar hayotda o'zlarining munosib o'rinlarini topishdi. Kamol aka ham maktabni tugatgach, Paxtachi tumanida traktor parkiga chilangar bo'lib ishga joylashdi. 2000 yilda harbiy xizmatni o'tab, 2002 yilda 1-gidrometallurgiya zavodiga ishga kirib. Bu yerda ta'mirlash-qurilish uchastkasi ko'kalamzorlashtiruvchisi, moddiy-texnik ta'minot bo'limi boshlig'i yordamchisi, konveyer mashinisti, ekskavator mashinisti, o'tgan yildan boshlab 2-sonli texnologik sexi konveyer mashinisti bo'lib ishlab kelmoqda.

- Sohaga kelganimga 21 yil to'ldi. Kasbimiz mashaqqatli, lekin qilayotgan ishimi juda yaxshi ko'raman. Biz konlardan vaqtlarda tashib keltirilgan ma'danlarni, ma'lum miqdorini tegirmonlarga vaqtida yetkazib be-

rishimiz, ortib qolgan qismini esa omborlarga joylashimiz lozim. 12 nafar kishi ishlaydigan smenamizda doimiy navbatchi mexanimiz bo'lib, u konveyer lentasi yoki ekskavatorida ro'y beradigan nosozliklarni bartaraf etadi. Konveyer ishchilari tog' jinslarining lentada bir maromda tashilishini, mashinist esa bu jarayonning to'xtovsiz davom etishini nazorat qiladi. Shuningdek, konveyerlar, elevatorlar, shneklar, ta'minlagichlar, yuklanadigan aravachalar, konveyer uzatmalari stantsiyalarni boshqarish, konveyerlar harakat yo'lini o'zgartirish va yoqish, yuklash darajasini boshqarish, mahsulotlarni bunkerga taqsimlash va ularning to'lishini nazorat qilish kabi vazifalar ham konveyer mashinisti zimmasida.

Jamoamiz asosan oliygoh bitiruvchilari bo'lgan yoshlardan tashkil topgani bois, bu yerda ish o'rganib, tajriba orttirishadi. Biz ularga imkon darajasida yordam, o'z tajribamizdan kelib chiqqan holda va ustozlarimizdan olgan bilimlarimizni berishga harakat qilamiz. O'zim ham Rustam Rayimov, Fazliddin Hayitov, Jobir Elmurodov kabi ustozlardan ish o'rganib, mutaxassis bo'lganman. Buning uchun ular bilan bir umrga minnatdorman, deydi K.Rasulov.

"Ustozdan shogird o'zar" deganday, bugun Kamol akaning shogirdlari San'atjon Ne'matov, Bekzod Salohiddinov, Anvar Adizqulovlar oddiy ishchilikdan muhandis-konstruktor, sex ustalari darajasiga yetib, har biri o'z sohasida munosib faoliyat olib bormoqda.

"Bir yigitga qirg' hunar ham oz", deydi dono xalqimiz. Kamol aka Rasulov nafaqat o'z ishinging bilimdon mutaxassis, balki shaxmat ishqibozidir hamdir. U zavodda shaxmat bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalarda faol qatnashib, sovrinli o'rnlarni egallab kelayapti. Inson nima bilan faxrlansa yoki e'zozlansa, hammasi mehnatning natijasidir. Halol mehnat bilan ishlash va yashash esa inson hayotining eng oliy bezagidir.

A.AXMEDOVA.

■ Yangiliklar. Xabarlar

YANGI KONLAR — YANGI IMKONIYATLAR

- 2010-yildan "Muruntov" konida, hozirda esa mazkur kon tarkibidagi "Balpantov" karyerida ekskavator haydovchisi bo'lib ishlayman, - deydi Rustam Alimov. - Ilk ish boshlagan paytlarimda "RH-170" gidravlik ekskavatorini boshqarganman. Mana 13 yildirki, avval mashinist yordamchisi, so'ng mashinist bo'lib ishlab kelmoqdaman. Hozir ulkan ekskavatorni boshqarib, soatiga o'rtacha 650 tonna ma'dan yuklayman. Ko'pchilik shunday katta texnikani boshqarish qiyin emasmi, deya savol beradi. Ochig'i, uni boshqarish juda qulay. Kabinada barcha sharoitlar yaratilgan. Mashinaga ratsiya qurilmasi o'rnatilgan, ish jarayoni shu ratsiya orqali boshqarib turiladi.

Ayni kunlarda "Balpantov" karyerida ish qizg'in. Ma'danlar qatlamiga yetib borish uchun tunu kun burg'ilash, qazish va tashish ishlari olib borilyapti. Oltin zaxirasiga boy bo'lgan konni pastdan, qazish ishlariga yaqin joydan ko'rishning zavqi boshqacha. Konga kirishdan oldin har bir kishiga beriladigan maxsus ish kiyimlarida odam tog' jinslarini qazib olishga tayyor konchiga aylanaadi. "Komatsu" HD785-7R va "CAT-777" kabi avtoag'dargichlar birin-ketin manzilga qatnashi insonga hayrat bag'ishlaydi. Amerika, Yaponiya, Shvetsiya, Germaniya davlatlaridan keltirilgan ekskavator, avtoag'dargich, burg'ilash uskunalarini boshqarayotgan haydovchilar orasida tajribali insonlar bilan birga yoshlar ham bor. 2019 yilda "Muruntov" koniga yosh geolog sifatida kelgan Yerkabulan Onalboev bugungi kunda yetakchi geolog vazifasida ishlayapti. U "Balpantov" karyerida ma'danga yetib borish jarayonini nazorat qilishga mas'ul. Jarayonda tog' jinslari laboratoriya tahliliga yuboriladi va undan olingan natijalar asosida ma'dan sifati aniqlanadi.

- O'tgan yili "Balpantov" karyerida qazib olish ishlarining boshlanishi yangi ish o'rinarini ochish va yurtimiz iqtisodiyotini rivojlantirishga xizmat qilmoqda, - deydi kon boshlig'i Bobomurod Sidiqov. - Kon atrofi bilan hisoblaganda 40 million tonnadand ziyod oltin ma'danli zaxiralari aniqlangan. Ishlab chiqarish muddati 13 yildan ko'proq vaqtni tashkil etadigan mazkur konda yiliga 10 million kubmetrga yaqin kon massasi qazib olinadi. Rejalarni bajarish maqsadida 4 ta gidravlik ekskavator, 3 ta burg'ilash qurilmasi, 11 ta og'ir yuk ko'taruvchi avtoag'dargich, 2 ta teplovoz va 40 ga yaqin kon ishlab chiqarish texnikalari hamda 400 nafar ishchi-mutaxassislar jalb etilgan.

2022 yilning aprel oyidan, ya'ni, karyer foylanishga topshirilgandan buyon 6,5 million kub-

metr tog' jinsi qazib olindi. 1 million 270 ming tonna ma'dan 2-GMZga jo'natilib, belgilangan reja 103 foizga bajarildi.

Investitsion loyihani amalga oshirish doirasida karyerga energiyatejamkor, eskilaridan tortish kuchi 30 foizgacha yuqori bo'lgan 4 dona teplovoz, dumpkar-vagonlar, yo'l qurilish texnikalari keltirildi. Elektrovozlarning o'z elektr energiyaga chiqarib, havo liniyalariga yana ushbu quvvatni qaytaradi. Bu bilan tashish tannaxrini kamaytirishga erishilyapti.

- Keyingi yillarda temiryo'l transportining 35-40 foizi yangilandi. Vagonlar soni, yuk tashish hajmi 3 barobarga ko'paydi. Kelgusida bu miqdorni 5 barobargacha oshirish rejalashtirilgan. Eng asosiysi, 16,5 kilometr yangi temiryo'l yotqizildi. Hozirda qurilish ishlari davom etyapti. Loyiha yakunigacha uning uzunligi 45 kilometrga yetadi, - deydi Temir yo'l transporti boshqarmasi Lokomotiv xizmati boshlig'i Akmal Mo'minov.

Konda zamonaviy texnikalarning aksariyatini yoshlar boshqarayotganiga guvoh bo'ldik. Darvoqe, kon-metallurgiya sanoatining jadal rivojlanishi natijasida malakali mutaxassislar bilan birga yosh kadrlarga ham talab ortib bormoqda. Kadrlarning malaka toifasini doimiy oshirishni ko'zlab, O'quv markazida ekskavator, buldozer, burg'ilash mashinistlari, og'ir yuk tashuvchi avtomobillar haydovchisi, portlatuvchi, texnologik jarayonlar uchun sozlovchi chilangar kabi mutaxassislar tayyorlanib, ishlab chiqarish uzviyligi ta'minlanmoqda.

Ochiq konda ishlar tizimli tarzda olib borilmoqda. Bu yerdagi har bir kishining o'z vazifasi bor. Maqsad — tezroq asosiy ma'dan qatlamiga yetib borishga qaratilgan.

Nafosat ZIYOYEVA.

"Navoiyuran" davlat korxonasi Yaponiyaning "Itochu Corporation" korporatsiyasi Tokio ofisi menejeri Toshitaka Shibata boshchiligidagi delegatsiya bilan uchrashuv bo'lib o'tdi. Yaponiya delegatsiyasini korxonada bosh direktori Djamal Fayzullayev boshchiligidagi korxonada mas'ul rahbarlari qabul qildi.

ISTIQBOLDAGI REJALAR MUHOKAMA ETILDI

Kunchiqar yurt vakillarining tashrifidan ko'zlangan asosiy maqsad amaldagi kelishuvlarga oid masalalar hamda ikki tomonlama hamkorlik istiqbollari muhokama qilishdan iborat bo'ldi. Uchrashuv davomida korxonada rahbari "Itochu Corporation" korporatsiyasi bilan hamkorlik 2006 yildan buyon davom etib kelayotgani va bu o'zaro ishonch va ikki tomonlama manfaatli do'stlikka qurilganini ta'kidladi. O'z navbatida mehmonlar ham uzoq yillik hamkorlik uchun korxonada rahbariyatiga minnatdorchiqlik bildirdi.

Mehmonlar muloqot davomida geologiya-qidiruv, hamkorlikda uran ishlab chiqarish, yuqori texnologiyalarni joriy etish, yangi konlarni o'zlashtirish, korporatsiyaning dunyo bozorida xalqaro tajribasidan samarali foydalanish hamda geolog va muhandislar ishtirokida sulfat kislotasi ishlab chiqarishga qaratilgan yangi quvvatlar yaratish bo'yicha o'z takliflarini bildirishdi. Bundan tashqari, ishlab chiqarishga raqamli texnologiyalarni joriy etish orqali uran ishlab chiqarish hajmini oshirish va mahsulot tannaxrini kamaytirish bo'yicha takliflar ham o'rtaga tashlandi.

Mehmonlar uchrashuvda korxonada bilan hamkorlikda tashkil etilishi rejalashtirilayotgan qo'shma korxonada konspeksiyaning taqdimotini ham o'tkazishdi. Korxonada bosh direktori tomonidan yaponiyalik hamkorlarga hamkorlikning birinchi galdagi ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida istiqbolli konlarda geologiya-qidiruv ishlarini olib borish taklifi ilgari surildi.

- Bu, kelajakda hamkorlikning yangi yo'nalishi sifatida uran ishlab chiqarishni yo'lga qo'yish va uran konlarining yangi zaxiralarni topish imkonini beradi. Istiqbolli konlarda yiliga 500 ming metrgacha burg'ilash ishlarini olib borish imkoniyatimiz mavjud, - dedi Djamal Fayzullayev.

Do'stona va samimiy muloqot ruhida o'tgan uchrashuv yakunida tomonlar kelgusida o'zaro manfaatli hamkorlikni davom ettirishga hamda uchrashuvda belgilangan hamkorlikdagi ishlar "Yo'l xaritasi"ni ishlab chiqib, shu asosda ishlarni yana-da jadallashtirishga kelishib olishdi.

"Navoiyuran" DK Axborot xizmati.

■ O'zbek tiliga davlat tili maqomi berilganligining 34 yilligiga

1989 yil 21 oktabr... Bu kun yurtimiz tarixiy solnomasiga muhim sana sifatida zarhal harflar bilan muhurlandi. Tilimizga davlat tili maqomi berilishi tom ma'noda, olamshumul voqea bo'lgan edi. Beruniy, Ibn Sino, Al-Xorazmiy, Al-Farg'oni, Amir Temur, Mirzo Ulug'bek, Navoiy, Bobur Mirzo va boshqa buyuk siymolarining avlodidir.

ba'zi birlaridan foydalanayotgani-miz ham haqiqat. Bu esa tilshunoslar, olimlar, keng jamoatchilikdan uni to'g'ri talqinini ishlab chiqishni taqozo etadi. Dunyodagi barcha xalqlar ham o'zining milliy rasmiy tiliga ega deb bo'lmaydi. Chunki bu, xalqning mil-

xayrli ishlarning uzviy davomi bo'ldi. Prezidentimiz BMT Bosh Assambleyasining 75-sessiyasida ilk marta o'zbek tilida nutq so'zlashi ona tilimizning nufuzi va mavqei yanada oshirdi. Xalqaro hamjamiyat tomonidan "Navoiy tili" deb e'tirof etiladigan ona tilimizning jahon-

TILGA E'TIBOR — ELGA E'TIBOR

Ona tilimiz qandayin zug'umlarini boshdan o'tkazmadi, deysiz?! Buning ortidan haqiqiy millatparvar, vatanparvar yurtdoshlarimiz ta'qibga uchradi. Hattoki, jonini fido etdi. Bugungi avlodlar osonlik bilan qo'lga kiritilmagan bu haqiqatni bilishi, ajdodlar an'anasini davom ettirishi, uni yanada yuksaklarga olib chiqish yo'lida chinakam fidoiylik ko'rsatishi va o'z ona tilisini har doim ulug'lashi kerak.

Agarda, sarg'aygan sahifalarga e'tibor qaratadigan bo'lsak, tilimizni yo'qotish bo'yicha shunday siyosat olib borildiki, beixtiyor xalq uning girdobiga tushib qoldi. Bu jonajon tilimizni, ma'naviyatimizni yo'qotish siyosati edi. Yosh avlod, oilalar o'r-tasida o'zga tilda gapirish modaga aylangani fikrimiz isboti. O'sha davrlarda "Markazkom", "obkom", "raykom" degan tuzilmalarning tegishli kotiblari tilimizga qarshi ideologik mafkura yuritishardi.

O'zbek tiliga davlat tili maqomini berilishi xalqimizning milliy mustaqillikka erishish yo'lidagi muhim qadamlaridan biri bo'ldi. Istiqloq yillarida mamlakatimizda barcha sohalarda bo'lgani kabi tilimiz taraqqiyotida ham muhim o'zgarishlar yuz berdi. O'zbek tilining xalqaro miqyosda obro'si oshdi. O'zbekiston Respublikasining "Davlat tili haqida"gi Qonuni qabul qilinishi

ona tilimizning bor go'zalligi va jozibasini to'la namoyon etish bilan birga, uni ilmiy asosda rivojlantirish borasida ham keng imkoniyatlar yaratdi. Olimlar va mutaxassislar tomonidan ilm-fan va turli sohalarga oid ensiklopediya va lug'atlar, darslik va o'quv qo'llanmalari chop etildi. Mumtoz adabiyotimiz namunalari, sakson mingdan ziyod so'z va so'z birikmasini, fan, texnika, sanoat, madaniyat va boshqa sohalarga oid atamalarini, shevalarda qo'llaniladigan so'zlarni o'z ichiga olgan besh jildlik "O'zbek tilining izohli lug'ati"ning chop etilishi albat-ta, e'tirofga molikdir.

O'zbek tiliga davlat tili maqomi berilgan ilk yillarda tilimizga va ongimizga singib ketgan bir qator so'zlarni o'zgartirib, o'zbek tilidagi muqobil so'zlar o'rnida qo'llashga harakatlar bo'ldi va bu kutilgan natijani bermadi. Ba'zi bir atamalar, masalan, respublika o'rniga jumhuriyat, rayon o'rniga nohiya, stadion o'rniga o'yngoh, aeroport o'rniga tayyoragoh va boshqalari muqobiliga almashtirilib, ma'lum vaqt undan foydalandik. Ammo, ular o'z o'rnida bo'lmagani bois, muomaladan chiqib ketdi. Shuningdek, mamlakatimiz mustaqilligining dastlabki yillarida tilimizda chetdan kirib kelgan atamalar ko'paydi. Ayni paytda ularning

liy mustaqilligi bilan bog'liq. Tilshunoslarning so'zlariga qaraganda, bugungi kunda har ikki haftada bitta til yo'qolib bormoqda. Bu o'z navbatida o'sha tilda so'zlashuvchi xalqlarning yo'qolishini anglatadi.

Darhaqiqat, ona tilimiz — millatimiz ruhi, davlatimiz muqaddas ramzi hisoblanadi. Bu, O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasida ham huquqiy jihatdan mustahkamlab qo'yilgan. Zero, tilga bo'lgan e'tibor, rivojlantirish yo'lidagi sa'y-harakatlar, hech shubhasiz, yurt timsoli, millatning yuksalishi demakdir. Yurtboshimizning o'zbek tiliga davlat tili maqomi berilganining o'ttiz yilligiga bag'ishlangan tantanali marosim-dagi nutqida: "Dunyodagi qadimiy va boy tillardan biri bo'lgan o'zbek tili xalqimiz uchun milliy o'zligimiz va mustaqil davlatchilik timsoli, bebaho ma'naviy boylik, buyuk qadriyatdir. Kimda-kim o'zbek tilining bor latofatini, jozibasi va ta'sir kuchini, cheksiz imkoniyatlarini his qilmoqchi bo'lsa, munis onalarimizning allalarini, ming yillik dostonlarimizni, o'lmas maqomlarimizni ehsitsin, baxshi va hofizlarimizning sehri qo'shiqlariga quloq tutsin", - degan da'vati o'zbek tilining ahamiyati va jozibasini yanada ulug'radi. "O'zbek tili bayrami kunini belgilash to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Qonunining imzolaniishi esa mana shu

da e'tirof etilishi nihoyatda katta va muhim tarixiy voqeik bo'ldi. Bu, har bir yurtdoshimiz ko'nglida g'urur-iftixor tuyg'usini yanada oshirdi.

Til — millatning ma'naviy boyligidir. Til nafaqat muomala vositasi, balki xalqning madaniyati, urf-odati, uning turmush tarzi, tarixidir. Turli xalqlarning tillariga hurmat esa o'z navbatida o'zaro muloqotlarga imkoniyat yaratadi. Tillarning saqlanib qolishi uchun bu tillarni qo'llab-quvvatlash zarurdir. Aynan til tufayli insoniyat u yoki bu xalqqa mansubligidan faxrlanib yashaydi.

Qachonki bolalar o'z ona tillarida o'qishni to'xtatir ekan, o'sha til yo'qolib ketish arafasiga kelib qoladi. Tilni saqlab qolish, bu o'sha xalqning madaniyati, urf-odati, rasm-rusumlarining saqlanib qolinishini anglatadi. Chunki, xalq taqdiri til taqdiri bilan besavot bog'liq. Til xalqni birlashtiradi, tarbiyalaydi, urf-odat, an'analarini saqlaydi. Shunday ekan, ona tilimizning xalqaro miqyosdagi obro'-e'tiborini yuksaltirish, uni milliy va umumbahariy tushunchalar asosida taraqqiy etgan tillar safiga qo'shish uchun har birimiz tilimizga chuqur hurmat bilan yondashishimiz kerak

Dildora ATABAYEVA, Shavkat ZIYODINOV, ma'naviyat targ'ibotchilari.

■ Mehnat jamoalarida

MAS'ULIYAT HISSI BILAN

Markaziy kon boshqarmasi o'z tarkibiga 23 ta bo'linmani birlashtiradi. Markaziy moddiy-texnika bazasi jamoasining asosiy vazifasi kon boshqarmasi korxonalarini ehtiyoji uchun kelayotgan tovar-moddiy boyliklarini yuklash-tushirish, sifatli saqlash va hisobini yuritishdan iborat.



Yuklash-tushirish ishlari uchastkasi jamoasi temir yo'l transporti va avtotransport vositalarida olib kelayotgan va boshqarma tarmoqlariga taqsimlanayotgan tovar-moddiy boyliklarni mexanizatsiyalashgan texnika vositalari yordamida tushirish va yuklash, belgilangan me'yorlarda omborxonalariga joylashtirish ishlarini bajarib kelayapti. Ta'mirlash va ekspluatatsiya qilish uchastkasi mutaxassislari va ishchi-xodimlarining kuchi bilan esa baza faoliyati uchun zarur bo'lgan maxsus texnikalar va mexanizatsiya vositalari, energiya resurslari ta'minoti tizimining uzluksiz va xavfsiz ishlashi ta'minlanmoqda. Shuningdek, xorijiy davlatlardan kelayotgan zarur texnologik qurilmalarni qabul va nazorat qilish, tarqatish ham xodimlarimiz zimmasida", — deydi baza boshlig'i Xurshid Ismatov.

Korxonada hududida tovar-moddiy boyliklarining sifatli saqlanishini ta'minlash uchun hashar yo'li bilan umumiy maydoni 2 ming 432 kvadrat metr bo'lgan beshta yopiq ayvon qurilib, ayni paytda ulardan foydalanilmoqda. Barcha ma'muriy-maishiy xonalarning deraza va romlarini zamonaviy romlarga almashtirish, nazorat kirish punktlari ta'mirlab kengaytirish, bazaning asosiy kirish darvozasini zamonaviy ko'rinishda o'rnatish borasidagi sa'y-harakatlar boshlab yuborilgan.

Bugun nafaqat "Muruntov" koni, balki "Auminzo-Amantoy" koni va uning tarkibidagi kar'erlarda ham dunyodagi nufuzli kompaniyalarning konchilik texnika vositalari ishlatilmoqda. Avtokorxonalar parki yangi, zamonaviy texnikalar bilan to'ldirilayapti. Ilgari birgina 2-gidrometallurgiya zavodi ma'danni qayta ishlagan bo'lsa, keyingi

yillarda 5 va 7-gidrometallurgiya zavodlarining faoliyati yo'lga qo'yildi. Baza xodimlari bu jarayonlar uchun zarur va chetdan keltiriladigan tovar yoki mahsulotlarni qabul qilib olishadi. Yuklab-tushirish uchastkasi ustasi Rasul Rahmatov, ombor mudirlari Faxriddin Bozorov, Roza Bo'riyeva, elektr mexanik Muxtor Javliyev, kran mashinisti Salim Ramazonov, Hasan va Husan Hikmatovlar, haydovchi Mahmud Ro'ziyev, uchastka boshlig'i Aziz Umedovlar o'z vazifalarini siddiqdildan bajarishyapti. Chilangar-ta'mirllovchi Begali Orziqulov, Lochin Ziyatov singari malakali mutaxassislar yosh hamkasblariga o'zlarining boy tajribalarini qunt bilan o'rgatmoqdalar. Korxonada topshiriqlarning bajarilishiga qanchalik e'tibor qaratilsa, bu yerda mehnat qilayotgan kishilarga ham shunchalik g'amxo'rlik ko'rsatilmoqda. Ular uchun har qanday jamoa havas qilgudek ish va dam olish sharoitlari yaratilayapti.

Bazada muhandis-texnik xodimlarning ish jarayonlarida mehnat muhofazasi va texnika xavfsizligi qoidalariga so'zsiz amal qilishlari doimiy nazorat ostida. Chunki, og'ir metall uskunalar va yirik texnikalar bilan ishlash kishidan o'ta ehtiyotkorlikni talab etadi. Xodimlar orasida xavfsizlik qoidalarini muntazam targ'ib qilib boriladi. Uchastka boshliqlari ishchi-xodimlar bilan birlamchi yo'riqlash ishlarini olib borishyapti. Yong'in xavfsizligining oldini olish maqsadida o'quv mashg'ulotlari o'tkazib kelinmoqda.

Gulshan RUSTAMOVA, MKB Axborot va ma'naviyat-ma'rifat guruhi muxbiri.

O'ZBEK TILIDA SO'ZLASHAMIZ

Til har bir millatning ulkan boyligi, benazir qadriyati va bebaho mulki hisoblanadi. O'zbekistonda nafaqat o'zbek tili, balki boshqa millat va elatlarning tillari, urf-odatlari ham hurmat qilinadi. Hozirgi kunda Markaziy kon

boshqarmasi tarkibidagi korxonada tashkilotlarda 40 dan ortiq millat vakillari faoliyat yuritishadi. Ularning har biri shu Vatan uchun xizmat qilishni o'zining burchi deb biladi.



Meyrash KULMATOVA, Zarafshon axborot-kommunikatsiya texnologiyalari markazi telekommunikatsiya tizimlarini ishlatish va kuzatish "Zarafshon" guruhi rahbari:

Qozog'istonning Keles tumanida dunyoga kelganman. 1987-1992 yillarda Toshkent aloqa elektrotexnika institutida avtomatli elektr aloqa yo'nalishi bo'yicha tahsil oldim. Ish faoliyatimni Nukus shahar telefon tarmog'i elektromexanigi vazifasida boshlaganman. 2011 yildan e'tiboran NKMK tizimida faoliyat yuritib kelyapman. Tanlagan kasbim juda yoqadi. Bugun barcha ish yuritish hujjatlarini o'zbek tilida olib boryapmiz. Men o'zbek tilida erkin so'zlashaman.

Millatlararo do'stlik, inson qadri e'zozlangan yurt farzandi ekanligimdan faxrlanaman. Faoliyatim davomida o'zga millat vakillari bilan tajriba almashib, bilimimni yanada mustahkamlab, shogirdlar tayyorlayapman. Mehnat qadrlanadigan, xizmati e'zozlanadigan, do'stlik uchun millat tanlamaydigan xalq bilan bir yurtda yashayotganim bu — baxtimdir.

YUNESKO ma'lumotiga ko'ra, hozirgi kunda dunyoda 6 ming 909 til mavjud bo'lib, ulardan 200 ga yaqini davlat tili maqomiga ega ekan. Ular orasida ona tilimiz-o'zbek tilining ham borligi qalbmizni faxr-iftixorga to'ldiradi. O'zbek tilining yurti, vatani-O'zbekiston. Davlat sifatida uni himoya qiladigan, taraqqiyotini, qonuniy asoslarini to'liq ta'minlaydigan



Jambil JABAYEV, "Balpantog'-Tomdibuloq" avtoagaraj og'ir yuk ko'taruvchi kon avtoag'dargich haydovchisi:

Bolaligim Tomdi tumanining olis "Ayaquduq" ovulida o'tgan. O'rta maktabni tugatgach, Tomdi qishloq xo'jaligi kasb-hunar kolleji va haydovchilik kursida o'qib kasb egalladim. Dastlabki davrdanoq haydovchilik mas'uliyatli va mashaqqatli kasblardan biri ekanligini anglab yetganman. Ayni paytda yuk ko'tarish avtoag'dargichini boshqarib, ma'dan tashiyman. Belgilangan topshiriqni doimo bajarishga erishyapman. Turli millat vakillaridan iborat jamoamizning ahil-inoqlikda ishlagani bois kunlik reja va topshiriqlar o'z vaqtida ado etilyapti. Korxonamiz muvaffaqiyatiga mehnatim bilan hissa qo'shishga harakat qilyapman. Inson qaysi kasbda ishlashidan qat'iy nazar, halol, mehnatsevar bo'lsa hayotda o'z o'rnini topadi.

O'zbekistonda tug'ilib, o'zbeklar orasida voyaga yetganim bois o'zbek tilida ravon gapira olaman. Urf-odat va an'analarini hurmat qilaman. Tinch va osoyishta yurtda sevgan kasbim bilan mashg'ul ekanman, uning ravnaqiga hissa qo'shishni burchim deb bilaman.

ham shu yurtdir. Endigi vazifamiz, asrlar davomida xalqimiz tomonidan ko'z qorachig'idek asrab kelingan tilimizni butun borlig'i bilan kelajak avlodga yetkazishdir.



Galina AKSENOVA, 21 - oshxona oshpaz yordamchisi:

Zarafshon shahrida, rus millatiga mansub oilada tug'ilgandam tengdoshlarimning ko'pchiligi o'zbek o'g'il-qizlar bo'lganligidan yoshligimdan o'zbek tilida mukammal so'zlashishni o'rgandim. Shahardagi 10-umumta'lim maktabida o'qigan kezarimdan o'z pazarda chilikka qiziqardim. Yoshligim esda qolarli voqealarga boy o'tdi. Yoshlikdagi orzularim birin-ketin ushala bormoqda. Mana yetti yildirki, ovqatlanish kombinatiga qarashli 21-oshxonada oshpaz yordamchisi bo'lib ishlayman. Bajarayotgan ishimdan o'zim zavqlanaman. Tanlagan kasbim biz ayollarga har doim kerak. Oshxonamizga keladigan mijozlar o'zbek bo'lishsa, ularga shu tilda murojaat qilib, xizmat ko'rsataman. Ba'zida ular o'zbek tilida ravon gapirayotganimni ko'rib hayratlanishadi. Ha, men rus qizi bo'lsamda, o'zbek tilida so'zlashishni yaxshi ko'raman.

Gulshan RUSTAMOVA.

■ Jinoyat va jazo

Jinoyat ishlari bo'yicha Zarafshon shahar sudining ochiq sud majlisi binosida 1994-yilda Samarqand viloyati, Paxtach tumanida tug'ilgan va Markaziy kon boshqarmasining 7-gidrometallurgiya zavodida gidrometallurg-apparatchi vazifasida ishlagan shaxsga oid jinoyat ishi ko'rib chiqildi.

O'G'IRLIK SODIR ETGAN "SHOVVOZ"

Inson o'zining aql-zakovati bilan hayotga ongli munosabatda bo'lib, halol mehnat qilib, oilasining moddiy ehtiyojlarini qondirsa, ishlari baroridan kelib, unga bir umr huzur-halovat, xotirjamlik yo'ldosh bo'ladi. Aksincha, qing'ir yo'l bilan mo'may daromad topish ilinjida nafs balosiga giriftor bo'lganlarning oxiri "voy" bo'lishi ham turgan gap. Sholi kurmaksiz bo'lmaganidek, Markaziy kon boshqarmasi jamoasi orasida ham ba'zida oxirini o'ylamay ish tutadiganlar uchrab, nafaqat o'zi va oilasi, balki korxonasi nomiga ham qora dog' tushirmoqda.

Joriy yilning 21-avgust sanasida jinoyat ishlari bo'yicha Zarafshon shahar sud raisi D.Xonbo'tayeva raisligida O'zbekiston Respublikasi JKning 25, 169-moddasi 4-qismining "a" bandi bilan aybdor deb topilgan shaxsga nisbatan ko'rib chiqilgan jinoyat ishi meni o'yg'a cho'mirdi. Ochig'i, sudda onaizorning farzandi qilmishi uchun izza bo'lib o'tirganiga achindim. Ayolning nozik qo'llari dir-dir titirdi. Ha, u ham farzandining tillaridan pushaymonlik, afsus nolasi emas, baxtidan xursandlik ifodasi yangrashini chin ko'ngildan kutgan bo'lsa ajabmas. Aslida ona uchun qayerda bo'lsa ham farzandi tinch yashasa, sog'-salomat bo'lsa bas. Peshonasi qora terga botib ketgan otaga qarayman. Uning ham nigohi bir nuqtaga qadalgan, go'yo farzandining tarbiyasida qayerda adashdim, degan o'y-xayollarga berilgandek edi.

Oila boshlig'i oddiy ishchi bo'lib, oilasiga halol luqma yedirgan, o'g'li kombinat tizimiga ishga qabul qilinganida bu oilaning xursandchiligi cheksiz bo'lgani haqiqat. Kelin tushirib, endigina nevara ko'rgan onaxon agar bolasi qamalib qolsa, nevarasiga otasi qayerdaligini qanday tushuntirar ekan? Farzandining ilk qadam tashlashi-yu, chuchuk tilchasida "dada" deyshini qayerlarda eshitir ekan bu yigit? Har kuni ishdan kelishiga tansiq taomlar tayyorlab, kutib turadigan rafiqasich, qancha muddat yolg'izlikda yashar ekan, odamlarning gap-so'ziga nima deb javob berar ekan? O'g'lim Zarafshonga, tilla zavodiga ishga joylashdi, deb quvonib yurgan otaning ahvoli ne

kechadi, qo'ni-qo'shni, qarindosh-urug' oldida boshi egilib qolmaydimi?! Shu xayollar girdobida ekanman, sud raisining o'qib-eshittirgan hukmi diqqatimni tordirdi.

Ha, hukm o'qildi. Sudlanuvchiga nisbatan 4 yil muddatga ozodlikdan mahrum qilish jazosi tayinlandi. Men esa barchani ogohlikka chorlash maqsadida voqea asli qanday bo'lganligi aniq isbot va dalillar bilan keltirilgan sud hukmi bilan tanishdim.

2023-yilning 18-mart kuni 7-gidrometallurgiya zavodi "Desorbsiya, elektroliz va ko'mirni qayta tiklash" bo'lmi gidrometallurg-apparatchisi analiz annalaringin birinchisidan tarkibida oltin bo'lgan qumni, ya'ni, 1 kg 800 gramm yarim tayyor mahsulotni selofan paketiga solib, gaz niqobi qopi orasida yashirin ravishda olib chiqayotgan vaqtida qimmatbaho metallarni saqlash va tartibot byurosi nazoratchisi tomonidan ashyoviy dalillar bilan qo'lga olinadi. O'zbekiston Respublikasi Adliya vazirligi huzuridagi X.Sulaymonova nomidagi Respublika sud-eksperiza markazining xulosasiga ko'ra, ushbu qumning tarkibida 24,2 gramm kumush va 596,3 gramm oltin borligi, apparatchi "shovvoz" jami 422 million 893 ming 124 so'mlik qum zarralarini yashirin ravishda talon-taroj qilganligi aniqlangan. Xullas, o'zicha zavod hududidan qum zarralarini olib chiqishning "yangi usul"ni o'yab topgan shaxsning quvonchi uzoqqa cho'zilmadi. Bugungi texnika va texnologiya rivojlangan davrda har bir harakat video kuzatuv ostiga olingani, birdan yashirinsa, ikkinchisining tasviriga tushib qolishini, qing'ir ish tashvish keltirishini unutgan "shovvoz" ning ishi sharmandalik bilan yakun topdi.

Insonga berilgan hayot Yaratganning ulug' inoyatidir. Eng achinarlisi, mustaqil hayotga endi kirib kelayotgan, o'tkinchi xayollarga berilib, tezda boyib kelishni orzu qilayotgan apparatchi yigit kabi kimsalarning ayanchli qismati boshqalarga saboq bo'lishini istardim.

Nafosat ZIYOYEVA, jurnalista.

■ Спорт

В ФСК «Согдиана» главный тренер женской сборной по баскетболу Шухрат Хамидович Сафаров успешно воспитывает молодых спортсменов с 2015 года. Пришел он сюда из Детской юношеской спортивной школы по приглашению. Карьеру баскетбольного тренера начал в 1997 году по окончании физфака Навоийского государственного педагогического института.

Шухрат Сафаров в профессии тренера по баскетболу, как рыба в воде. Он живет им, не представляя себе другой профессии. Двое из его троих детей Дилфуза и Феруз тоже баскетболисты. А все тренеры по баскетболу из Навоийского региона знают его как наставника и организатора областных соревнований, так как Сафаров является

ИГРА ДЛЯ ВЫСОКИХ ЛЮДЕЙ



А выбрал данную профессию благодаря первому наставнику. Когда Шухрат учился в пятом классе, на урок физкультуры пришел замечательный, одаренный человек Леонид Куйлянов. Он серьезно занимался баскетболом и предложил ребятам пойти к нему в секцию. Так, с 1988 года Сафаров играет в баскетбол, который полюбил, благодаря волевому, сильному и умеющему мотивировать личным примером тренеру Леониду Фаизевичу.

С того времени прошло 35 лет, из них 26 лет Шухрат Хамидович профессионально занимается баскетболом. В данном виде спорта у него единственная цель - сделать из спортсменов не просто чемпионов, а, в первую очередь, достойных людей. Строгий нрав и жесткая дисциплина дали свои плоды. 4 команды в среднем по 15 человек ежедневно тренируются, вырабатывая силу кистей рук, прыгучесть, быстроту реакции и ориентировки, умение пользоваться боковым зрением, быстроту перемещения в ответных действиях на сигналы, ловкость и выносливость. Не каждому под силу такие нагрузки. Поэтому к концу года, по сравнению с началом года, число новичков-игроков уменьшается, и в командах остаются только самые трудолюбивые и те, кому баскетбол запал в душу по-настоящему...

В высшей лиге Узбекистана играют девушки старшей команды. В ее состав вошли красивые,

смелые, умные девчонки, являющиеся в женском баскетболе предметом гордости для ФСК «Согдиана». С каждых республиканских соревнований они возвращаются с призовыми местами. С помощью опытных наставников, у Сафарова есть прекрасный помощник, тренер Анастасия Князева, работающая в благоприятных условиях, ощущая необходимую поддержку, им удается создавать в коллективе ту самую победную «химию». Так, например, в июне 2021 года, в июне 2022 года, в мае 2023 года на чемпионатах Республики Узбекистан команда заняла почетное третье место среди женских команд высшей лиги, в феврале 2022 года – второе место, а в сентябре 2023 года на Кубке Независимости Республики Узбекистан – третье место.

Часто на тренировках Шухрат Хамидович вместе с нами играет в баскетбол, и мы замечаем, что он совсем не потерял в свои годы спортивную форму, и тогда становится стыдно, что порой мы – молодые, уклоняемся от полной отдачи на тренировках, - рассказывает Евгения Гринько. - И еще, что мне особенно нравится, как он все время познает новые техники, изучая в интернете турниры лучших мировых баскетбольных команд, наблюдает на соревнованиях за стратегией соперников, их и нашими ошибками, а потом обсуждает это на собраниях. Я уважаю своего тренера и люблю спорт, в который пришла много лет назад.

руководителем Федерации баскетбола в Навоийской области. В столице он тоже тренер немало известный, так как восемь его воспитанниц входят в состав сборной Узбекистана: Анастасия Князева, Мадина Караева, Озода Мусакова, Мухлиса Хамраева, Азиза Анисимова, Шахноза Худойкулова, Хулкар Сагдуллаева, Малика Латипова.

Шухрат Хамидович обладает прекрасными человеческими качествами, в нем много энергии и он знает, как настроить игроков на победу, - рассказывает подполечная Азиза Анисимова. - Он строгий тренер. Строгость не в том смысле, что постоянно кричит, надрывая голос и унижая, строгость проявляется в его требовательности. За его позитивом и шутками кроется огромный профессиональный опыт работы со спортсменами.

Инстинкт победителя и командный дух (один за всех и все за одного — ради достижения общей цели), разумеется, берут свое начало с детства. Так воспитывался Шухрат Сафаров в семье и у тренеров Сирожа Примова и Леонида Куйлянова. Полученные знания и психологические особенности он развил и сполна реализовал в спортивной карьере.

Занятия спортом дают большие возможности для реализации себя в жизни. Спорт закаляет тебя морально, физически, и ты не боишься трудностей, спокойно переносишь разного вида стрессы. Многие наши спортсменки, благодаря званию КМС, поступили в университеты и получили высшее образование, без которого в нынешнее время не трудоустроиться, - делится мнением Анастасия Лебедева. Я свое будущее без баскетбола не представляю, и считаю, что мне повезло с тренером.

На стадии завершения ремонтные работы в зале, где занимаются баскетболисты ФСК «Согдиана». В ближайшее время по новому паркету снова застучат мячом игроки, которые ни дня не представляют свое существование без баскетбола, также как и их тренер.

Ситора ЯТИМОВА.

■ В мире шахмат

СПОРТ, НАУКА, ИСКУССТВО

Именно эти элементы сочетает в себе настольная логическая игра – шахматы.

Если говорить коротко об истории шахмат, то она насчитывает около полутора тысячи лет. Родиной этой игры считается Индия, в частности, индийская игра «чатуранга». Персы видеоизменили её и назвали «шатрандж». Большое количество черт чатуранги сохранено и в тайских шахматах – «макрук». В Византийской империи шахматы были известны под названием «затрикийон». В начале IX века игра проникла в Европу. Современный облик шахмат приобрели приблизительно в 1475 году. А в XIX веке шахматы превратились в международный вид спорта.

Многие задаются вопросом: «Почему шахматы стали спортивной игрой?». Как и другие виды спорта — это проверка качеств человека, соревнование на то, кто более внимателен и способен

ных занятий. Несмотря на то, что секция шахмат в ФСК «Согдиана» является оздоровительной, её воспитанники показывают отличные результаты в этом виде спорта, потому что И.Хайдаров умеет не только привить им интерес к шахматам, но и спортивный азарт.

Его ученики успешно участвуют в международных чемпионатах, правда, пока входят в десятку лидеров, а вот в чемпионатах Азии занимают призовые места. К примеру, его ученица Нилуфар Махмудова начала заниматься шахматами с 5 лет, и сегодня, в возрасте 9 лет, является 7-кратным чемпионом Узбекистана среди спортсменов своего возраста, чемпионом Азии и Западной Азии среди школьников, участницей чемпионата мира



чётко мыслить. В шахматах преобладает тот же дух соперничества, что и в любом виде спорта, и это — одна из главных причин, почему шахматы можно называть спортом. К сожалению, из-за ряда особенностей шахматы не включены в олимпийский вид спорта, но среди шахматистов проводятся свои олимпиады.

В Навоийской области одним из опытных тренеров по данному виду спорта является инструктор-методист ФСК «Согдиана» Илхомжон Икромович Хайдаров, он же – директор Навоийского филиала шахматной федерации Узбекистана.

Я родом из Хатирчинского района Навоийской области, - говорит И.И.Хайдаров. - Шахматы являются любимой игрой моего отца Икром Шодиевича Хайдарова, который уже более 30 лет обучает детей этой игре. Он и стал моим первым тренером, с 7 лет приобщив меня к шахматам, заинтересовав и привил любовь к этому виду спорта. Уже в школьные годы я участвовал и занимал только призовые места на областных, республиканских соревнованиях, международных орен-турнирах, чемпионатах Азии и Западной Азии, которые проходили в Грузии, Казахстане, Киргизии, Таджикистане и других странах. В настоящее время являюсь кандидатом на мастера спорта, сдал нормативы мастера спорта...

Желание посвятить свою жизнь спорту отразилось и на его выборе профессии. После школы в 2002 году поступил в Джизакский государственный педагогический университет на факультет физического воспитания и культуры, окончил его в 2006 году. Затем работал в Навоийском педагогическом колледже, школе олимпийского резерва учителем физкультуры, одновременно руководил там шахматной секцией. С 2009 года работает в ФСК «Согдиана» инструктором-методистом.

Ежегодно в шахматной секции у И.Хайдарова в 4 группах занимается более 100 человек от 7 до 70 лет. Это школьники, студенты, трудящиеся и пенсионеры. Из них 25 девочек, потому что, как заметил тренер, мальчишка эта игра более интересна, но и девочки с удовольствием занимаются. Занятия с новичками Илхомжон Икромович начинает со знакомства с историей шахмат, с именами знаменитых шахматистов, рассказывает, как какая фигура называется и ходит, потом постепенно переходит к обучению шахматным комбинациям.

Хочу отметить, что возраст поклонников этого вида спорта в последние годы значительно пополнился, - говорит Илхомжон Икромович. - К примеру, сегодня в нашей секции есть и 4-летний малыш, который с большим интересом изучает игру в шахматы, и у него получается это довольно легко. Вследствие того, что игра в шахматы развивает логику, усидчивость, концентрацию внимания, умение просчитывать варианты игры заранее, выстраивать комбинации, иногда даже жертвовать фигурой, нередко родители уже с трёх лет начинают своему ребёнку тренера для индивидуаль-

по шахматам. Ильшотбек Исмаилов в 2023 году на чемпионате Азии среди спортсменов в возрасте до 8 лет занял 2 и 3 места. На чемпионате Западной Азии Эзобек Махмудов среди спортсменов до 10 лет занял 3 место, Шерали Равшанов среди спортсменов до 16 лет занял 1 место. Также на XVII Открытом чемпионате Азии среди школьников в возрастной категории 7, 9, 11, 13, 15, 17 лет в июле этого года Эзобек Махмудов стал абсолютным чемпионом, Нилуфар Махмудова заняла 3 место. В этих соревнованиях участвовали 500 спортсменов из 18 стран мира, и такой результат навоийских шахматистов вызывает гордость.

Но это не предел, - говорит Илхомжон Икромович. - В октябре планируем участвовать в чемпионате мира в Египте, где тоже выступят мои ученики каждый в своей возрастной категории. В настоящее время усиленно готовимся к этому чемпионату, и надеемся на призовые места...

Надо сказать, что за последние 14 лет своей работы наставником шахматистов, он обучил этой игре более 2000 человек, многие из которых имеют спортивные разряды по данному виду спорта, являются кандидатами и мастерами спорта. Трое из учеников И.Хайдарова входят в сборную Узбекистана по шахматам. Членами Навоийской областной федерации шахмат являются 45 тренеров, 15 из них – ученики И.Хайдарова. И этими успехами Илхомжон Икромович по праву гордится.

Большую работу И.Хайдаров проводит и среди трудящихся НГМК - это тренировки и соревнования по шахматам и шашкам среди команд подразделений комбината на площадках Учкудук, Навои, Зарафшан, Зафарбад, Нурабад. Как директор областной шахматной федерации организует областные и районные соревнования среди детей и взрослых.

В скором времени в городе Навои на территории базы отдыха «Тудакул» состоится открытие Международной шахматной школы, - говорит Илхомжон Икромович. - Мы очень надеемся, что здесь будут проводить тренировки и мастер-классы известные гроссмейстеры, и наши ребята смогут поучиться у них и повысить своё мастерство.

Почему шахматы так увлекательны? Потому что они непредсказуемы. Это только кажется, что все ходы уже давно придуманы и продуманы. Всего лишь после трёх любых ходов на доске может возникнуть более 9 миллионов возможных позиций. Как сказал большой поклонник шахмат доктор физико-математических наук, профессор Владимир Сахненко: «Играйте в шахматы, любите шахматы. Пусть они будут для вас и игрой, и увлечением, и делом, и забавой. Они научат вас бороться и побеждать, научат чувствовать и ценить красоту мысли. Шахматы помогут вам в самой большой и сложной игре, которой является человеческая жизнь».

Насиба ШАМУРАТОВА.

■ Игры разума

Что? Где? Когда?

28 сентября стартовал осенний сезон игры «Что? Где? Когда?» среди работников управления Навоийского ГКМ, организованный председателем ПК-9 Татьяной Риммер. В технической библиотеке управления АО «НГМК» 6 команд – «Строители» (УКС), «Максимум» (УИКТ), «Аурум» (ЦБС), «Миллениалы» (УМТС), «Бунёдкор» (Управление инвестиций) и «Премиум» (отдел бюджетирования и контроллинга) – соревновались между собой, отвечая на 20 вопросов из разных областей знаний.

Судейской коллегией викторины - Д.Терехиным, Т.Риммер и А.Нуриддиновым - подсчитаны ответы команд, по итогам которых в тройку лидеров вышли команды «Премиум» (7 баллов), «Бунёдкор» (9 баллов) и «Аурум» (10 баллов).

Команде победителей «Аурум» вручили диплом.

Мила КАРИМОВА.



■ Bilib qo'yg'an yaxshi

QURITILGAN MEVALAR FOYDASI



OLXO'RI qon bosimi ishini tartibga solish, hatto onkologik kasalliklardan profilaktik himoyalashda asqatadi. Teri salomatligiga va qon tarkibini yaxshilashga o'z hissasini qo'shadi. U siydik haydash xususiyatiga ega. Shu sababli shishlardan qyinaladigan insonlar ovqatlanish ratsionida bunday quritilgan meva bo'lishi tavsiya etiladi. Quritilgan olxo'ri o'zida juda ko'p kalsiy saqlaydi. Shu sababli yurak faoliyatini mustahkamlashga ham yordam beradi. Bundan tashqari, soch, suyak va tirnoqlar salomatligini yaxshilaydi.

TURSHAK kaliyga boy manbadir. Uni, asosan, kamqonlikda va yurak-qon tomir tizimi ishini yaxshilashda iste'mol qilish tavsiya qilinadi. U buyrak xastaliklarida ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Qalqonsimon bez faoliyatini tartibga soladi. Shuningdek, o'zida A vitamini saqlangani bois ko'rish qobiliyatiga ijobiy ta'sir etadi.



Muntazam ravishda iste'mol qilinganda, charchoq va darmonsizlikda ham quvvat ato etadi.



Umuman olganda, quritilgan mevalar avitaminoz va depressiyada katta yordam beradi.

ANJIR qalqonsimon bez faoliyatini buzilishidan qyinaladigan insonlarga malhamdir. U bronxit xastaligi va gijjalarni haydashda asqotadi.

OLMA profilaktik tarzda grippdan saqlanishda va qon tarkibini yaxshilashda foydali.

MAYIZ ichaklar faoliyatiga dalda bo'ladi. Ayniqsa, qabziyatdan qyinaladigan inson mayizni ko'p iste'mol qilsa, u ichaklarni bo'shashtirib, bunday muammoga barham beradi.

Umuman olganda, quritilgan mevalar avitaminoz va depressiyada katta yordam beradi.

