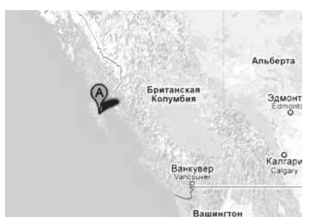


ЖАҲОН

24 соат ичида

Зилзила содир бўлди

Канада гарбидаги Қиролич Шарлотта оролида кучли зилзила содир бўлди.



Манбага кўра, бу ерда дастлаб 7,7, кейин эса 5,8 балли ер силкиншлари юз берган. Зилзи-

ла маркази Массета шаҳридан 155 километр жанубда қайд этилган. Табиий офат оқибатида вайроналар кузатилмади. Цунами хавфи йўқ. Метеорология хизмати ер силкиншининг таъсири Гавайя ороллари ва Аляскада ҳам сезилганини маълум қилди.

Довул келтирган талафот

Гаитида "Сэнди" довули оқибатида 51 киши ҳаётдан кўз юмган, 15 нафар одам бедарак йўқолган.

Бу ҳақда "ИТАР-ТАСС" ахборот агентлиги хабар тарқатди. Ун саккиз минг нафар одам эса доимий яшаш жойини вақтинча ташлаб кетишга мажбур бўлган. Табиий офат туфайли бу ерда 1400 та тураржой биносига жиддий зарар етган. Хукумат талафотларни бартараф этишга 5 миллион АҚШ доллари миқдорига маблағ ажратди.

Гаити "Сэнди" довулидан зарар кўрган ягона давлат эмас. Бунга ҳам табиий офат Багама, Доминикан Республикаси, Куба ва Ямайка мамлакатларида талафотларга сабаб бўлган.

Хозир довул АҚШ томон ҳаракатланмоқда. Шу боис мамлакатда фуқаролар хавфсизлигини таъминлаш мақсадида аварейслар ва транспорт қатнови вақтинча бекор қилинган.

Қинғирликнинг қийғи чиқди

Нигерия нефть қазиб олиш тизимидаги қинғирликлар туфайли охириги 10 йил ичида 29 миллиард АҚШ доллари миқдорига зарар кўрган.



Бу ҳақда "BBC" ахборот манбаси мамлакат Нефть вазирига маълумотларига таяниб хабар тарқатди. Қайд этилишича, Нигерия фақат "қора олтин" уғирлигидан олти миллиард (йилга 600 миллион) АҚШ долларини йўқотган. Яъни кунига қазиб олинаётган нефтнинг ўртача 150 — 250 минг баррели суистеъмол қилинган. Бу мамлакатда кунлик ишлаб

чиқарилаётган углеводород хом ашёсининг 10 фоизини ташкил этади. Аниқланишича, ўғирлик, асосан, экспорт терминаллари, маҳсулотларни сақлаш омборхоналари, портлар ва нефть ўтказиш қувурларида содир қилинган.

23 миллиард АҚШ доллари эса солиқларни яшириш ва ҳисобкитоб ишларини сохталаштириш орқали ўзлаштирилган.

Экспертларнинг фикрича, 10 йил давомида мажбур соҳадаги қонунбузарликлар оқибатида Нигерия бир йиллик бюджет харажатларига тенг маблағдан айрилган.

Совринлари олиб қўйилди

Халқаро велосипедчилар иттифоқи (UCI) АҚШлик машҳур пойгачи Лэнс Армстронгнинг 1999 — 2005 йилларда "Тур де Франс" пойгаларида қўлга қиритган совринларидан маҳрум қилди.

Бунга спортчи таъқиланган препаратларни қабул қилгани исботлангани сабаб бўлди. Бундан ташқари, UCI пойгачининг уша йилларда ютиб олган бошқа унвонлари ҳам қўриб чиқилишини билдирган.

Маълумот ўрнида айтиб ўтамоқчи, Армстронг 1999 — 2005 йилларда "Тур де Франс" пойгаларида кетма-кет етти бор чемпионликка эришган. Жорий йилда АҚШ Допингга қарши агентлиги (USADA) спортчининг таъқиланган препаратларни қабул қилганини аниқлаб, текшириш ишларини олиб борди. Яқунда эса Лэнс ҳақиқатан ҳам бундай номаъқулчиликларга йўл қўйгани маълум бўлди.

Бундан ташқари, "SCA Promotions" суғурта компанияси спортчидан мукофот тариқасида ажратилган 7,5 миллион АҚШ доллари миқдоридagi маблағни қайтиб беришни сураган. "Нидер" у билан тузган реклама шартномасини бекор қилган.

Хориж матбуоти хабарлари асосида тайёрланди.

Мушоҳада

Яқин-яқингача кўпчилик семизлик фақат Фарб давлатларигагина хос муаммо, деб ҳисобларди. Айримлар ҳозир ҳам шундай фикрда. Лекин бугун дунё миқёсида қарийб 1,5 миллиард одамнинг ортиқча вазнга эга эканини, 500 миллиондан зиёд киши эса семизликдан азият чекаётганини инобатга олсак, энди бундай қарашлар тўғри эмаслиги ойдинлашади.

Семизлик инсон соғлиги билан боғлиқ салбий оқибатларни келтириб чиқараётгани боис ҳам ўта жиддий ҳасталиклар сирасига киритилмоқда. Жумладан, у қандли диабетга йўл очади, томирларни зўриқтиради, ўпка ва юрак фаолиятини издан чиқаради, қон босими кўтарилишига сабаб бўлади, инсулт ҳамда фалаж эҳтимолини кучайтиради. Энг ёмони, ҳомиладор аёлларда эрта кўз ёриш хавфини орттиради.

Мутахассисларнинг фикрича, ҳаддан зиёд ёғли ва калорияли овқатлар истеъмол қилиш, кам ҳаракатланиш ва етарли миқдорда энергия сарфламаслик ортиқча семизликни келтириб чиқарувчи асосий омиллар саналади. Масалан, бугун дунё миқёсида хот-дог, гамбургер, чизбургер, қовурилган картошка, лаваш каби тез тайёрланадиган егуликлар ("фаст-фуд") билан қорин тўйғазиш урфга айланган. Бундай маҳсулотлар чиндан ҳам маъна ва тўйимли. Қолаверса, кўп вақт ҳам талаб қилмайди. Яъни 10-15 дақиқада эҳтиёжингизни қондиришингиз ва яна зарур юмушларингиз билан банд бўлишингиз мумкин. Хозирги шиддатли замонда, айниқса, офисларда кун давомида ўтириб ишлайдиган кишиларнинг аксарияти овқатланишининг мана шу усулини маъқул кўришади.

Кўшимчасига шаклар миқдори кўп бўлган газли ичимликлар билан чанқок бостириш ҳам урф бўлмоқда. Ваҳоликчи, ўша егулик ҳам, газли ичимликларда ҳам калория даражаси жуда юқорилигига ҳеч ким эътибор бермайди. Натижада танада ортиқча ёғ тўпланади ва ўз-ўзини семизлик келиб чиқади.

Ривожланган давлатларда "фаст-фуд"лар оммалашган дастлабки йилларда бу ҳолат қандай оқибатларга олиб келиши мумкинлигини ҳеч ким тасаввур қилиб кўрмаган. Вақт ўтиб, аҳоли орасида ортиқча вазнлилар, семизлар кўпайиб боравергач, муаммо сабабларини жиддий ўрганиш ҳукуматлар даражасигача чиқди. Тадқиқотлар ўтказибди, сўровлар уюштирилди. Хулосаларнинг асосий қисми эса шу тур-

даги овқатларда инсон танадаги семизликнинг омилини оширувчи омиллар мавжудлигини кўрсатди. Шунингдек, одамлар орасида танбалликнинг кучайгани ҳам бунда етакчи омиллардан бири бўлиб қолаётгани аниқланди.

Семизлик билан боғлиқ энг кескин вазият бугун АҚШда кузатилмоқда. Америка касалликларни назорат ва профилактика қилиш маркази томонидан тайёрланган маърузада қайд этилишича, 2030 йилга бориб, ушбу давлат аҳолисининг тахминан 42 фоизи ортиқча вазн муаммосидан азият чекади. Бу — келгуси 18 йил ичида яна 32 миллион америкалик семизлар қаторига қўшилиди, деганидир. Мексика, Буюк Британия, Словакия, Греция, Австралия, Янги Зеландиядаги аҳолга ҳам хавас қилиб бўлмайди. Айни пайтда ана шу мамлакатларда аҳолининг 20 фоиздан зиёди "оғир вазинли инсонлар" рўйхатига киритилган. Венгрия, Люксембург, Чехия, Канада, Испания, Ирландия, Германия, Португалия, Финляндия, Исландияда эса бу кўрсаткич 12-13 фоизни ташкил этмоқда. Афсуски, семизлик касаллиги авж олаётган ҳудудлар йилдан-йилга кенгайиб бораёпти. Шу боис БМТ халқаро ҳамжамиятни оғоҳлантириб, бу борада зарур чораларни кўришга чақирмоқда.

Тўғри, ҳозирча ушбу муаммога қарши курашиш мақсадида қандайдир халқаро ҳужжат қабул қилинмаган. Лекин ҳар бир давлат мавжуд аҳволдан келиб чиқиб, зарур тадбирларни қўлламоқда. Мисол учун, АҚШда семизликнинг олдини олишга қаратилган мажус дастур ҳаётга таъбиқ этилган бўлиб, унга кўра, таълим му-

ассасалари ҳудудида "фаст-фуд" маҳсулотлари сотишга чек қўйилган, айрим штатларда гамбургер ва чипс(қовурилган картошка)лар учун қўшимча солиқлар жорий этилган. Францияда эса шу йилдан эътиборан алкогосиз ширин ичимликларга солиқ қўлланила бошланди. Венгрияда таркибида ёғ, шакар ва туз миқдори кўп бўлган маҳсулотлар, Данияда эса газли ичимликлар учун алоҳида солиқ тури мавжуд. Аргентинада семизликка қарши мажбурий профилактика олиб бориш ҳамда курашиш тўғрисида қонун қабул қилинган. Унга кўра, мажбур мамлакатда ушбу касалликка чалинганлар бепул малакали тиббий ёрдам олиш ҳуқуқига эгадирлар.

Тахлилчилар одамларни гамбургер, қовурилган картошка, газли ичимликлар ва шунга ўхшаш маҳсулотларни кўп истеъмол қилишдан тийилишига эришишда айна солиқ сийсатини қўллаш мақбул чоралардан бири,

Ортиқча вазн

ёхуд «фаст-фуд» маҳсулотлари ҳақида



турмуш тарзини кенг тарғиб этиш, сабзавот ва меваларни кўпроқ реклама қилишга сарфлаш мақсада мувофиқлигини таъкидлаб, аксинча, калорияли овқатлар тарғиботини қисқартириш ёки мутлақо таъқиқлашни тавсия этишган.

— Кузатаётган бўлсангиз, кейинги пайтларда дунё миқёсида вибрацияли камарлар, массаж ускуналари, мажус пойабзаллар ишлаб чиқариш ва уларни озишнинг энг қулай воситаси сифатида тарғиб қилиш анча кучайди, — дейди кардиолог-шифокор Комилжон Маликов. — Бундан ташқари, тананинг қорин, бел қисмидаги ортиқча ёғларни яшириб турадиган резина майкалар зўр бериб реклама қилинаёпти. Бирок бу хил воситаларнинг ҳаммасини ҳам соғлиқ учун фойдали, деб бўлмайди. Чунки улар қон айланиш тизимига салбий таъсир кўрсатади. Хозир одамлар орасида озишга бўлган истақ жуда юқори эканлиги айнан шу нарсадан мўмай даромад кўриш илҳамидаги компанияларни ҳаракат қилиб қолтиришга ундаётган бўлса, ажаб эмас. Келинг, таҳлиллар тадқиқотлар натижаларини бир четга суриб тўрайлик-да, шунчаки мулоҳаза юритиб кўрайлик. Ортиқча вазндан халос

Шу ўринда яна бир мулоҳаза. Кейинги вақтларда бизда ҳам "Лаваш маркази", "Гамбургер" каби овқатланиш шохобчалари сони кўпайиб бораёпти. Уларнинг мижозлари, асосан, ёшлардир. Ушбу шохобчалар атрофида тўпланиб, овқатланаётганларни кузатсангиз, улар егуликдан сўнг, албатта, газли ичимликлар истеъмол қилишади. Бу эса юқорида таъкидланганидек, семизликка мийликланишга кучайтиради. Семизлик танбалликка, танбаллик эса лоқайдликка олиб келади. Шундай экан, ортиқча вазн кўтара ташвиш эканлигини унутмаслик ва жисмоний тарбияни қанда қилмаслик айни муддао бўлур эди...

Шавкат ОРТИҚОВ.

Реклама ва эълонлар

Advertisement for KAFEL' SANKHNIKA (coffee machine) with contact information and features.

Advertisement for KOC'HMAS MULK SAVDO XIZMATI MCHJ (auction services) with details on services and contact info.

Advertisement for KOC'HMAS MULK SAVDO XIZMATI MCHJ (Kashkadaryo branch) with details on services and contact info.

Advertisement for TO'SHKENT TRUBA ZAVODI KQ (pipe factory) with product specifications and contact details.

Advertisement for TAYFUN PLASTIK (plastic products) with details on additives and contact info.

Дунё нигоҳи

Мамлакатимизда амалга оширилаётган кенг қўламли ислохотлар юртимиз равнақи ҳамда элимиз фаровонлигини юксалтиришга хизмат қилмоқда. Эришаётган ютуқларимиз дунёнинг нуфузли халқаро ташкилотлари, мутахассис-экспертлари томонидан ҳам алоҳида эътироф этилмоқда.



Рўёбга чиқарилаётган улкан бунёдкорлик ишлари, меҳмондўст халқимиз, бетакорр табиатимиз ҳақидаги илиқ фикрларни диёримизга ташриф буяраётган хорижий сайёҳлардан ҳам эшитиш мумкин. Мухбиримиз уларнинг айримлари билан суҳбатлашди.



Эртапишар, чидамли ва серҳосил

Бухоро вилоятидаги янги ғўза навларини яратиш ва дастлабки уруғчиликни йўлга қўйишга ихтисослаштирилган "Жондор Қудрати, Муҳаммад Маданияти" масъулияти чекланган жамияти селекционерларининг узоқ йиллик изланишлари ўз самарасини берди. Ғўзанинг "Жондор Қудрати — 1" деб номланган истиқболли нави яратилиб, амалиётга жорий этилди.

ИННОВАЦИЯ

— Селекционерлар Қудрат Қўшаев ва Муҳаммад Аҳмедов ҳамкорлигида яратилган мазкур нав бизнинг маҳаллий шароитга жуда мос, — дейди Жондор туманилик фермер, Ўзбекистонда хизмат кўрсатган кишлоқ ҳўжалиги ходими Акрам Ботиров. — Жорий йилда 37 гектар майдонда илк бор шу навни парвариш-лаб, мўл ҳосил олишга эришдик. У сувсизликка чидамлироқ, толасининг саноатбўлиги, эртапишарлиги билан ажралеб туради. Агротехникасига тўлиқ риоя этилса, нисбатан кам минерал ўғит сарфлаган ҳолда, юқори ҳосил етиштириш мумкинлигини кузатдик. Маълумот ўрнида айтиш ўринлики, жорий йилда Бухоро ва Хоразм вилоятларида жами 7500 гектар эрда "Жондор Қудрати — 1" нави ғўза парвариш қилиниб, мўл ва сифатли ҳосил олинишига эришилди.

И. ИБРОҲИМОВ, «Халқ сўзи» мухбири.

«Ўзбекистон — ғўзал ва мафтункор юрт»

Амар МЕХТА (Ҳиндистон):

— Ўзбекистонга иккинчи бор келишим. Очиги, бундан беш йил олдинги Тошкент билан бугунгисини таққослаш жуда мушкул! Миллий ва замонавий меъморилик аъёналарининг энг илгор жиҳатларини ўзаро уйғунлаштирган ҳолда, барпо этилган мухташам бинолар, кенг ва раvon кўчалар, сўлим хиёбонлар ва фуқонкор фаворалар сони янада кўпайибди. Уларни кўрганда ҳар қандай кишининг ҳаваси келади.

ти кўрсатиш тизими жаҳон стандартлари асосида равнақ топаётгани бунинг тасдиғидир. Масалан, "Тошкент — Самарқанд" йўналишида юқори тезликка ҳаракатланувчи "Афросиёб" поезде қатнови йўлга қўйилиб, сайёҳлар учун жуда ҳам катта қўлайлик яратилибди. Унда юрганда чарқоч нималигини сезмайсиз, аксинча, ҳузур қилиб, кўз очиб-юмгунча манзинингизга етасиз.

одобу андиша намунасини ўз кўзим билан кўришни орзу қилиб юрардим. Мана, Ўзбекистоннинг диққатга сазовор ғўзаларини кезиб, дилкаш одамлар билан суҳбатлашиб, ниятимга етаяпман. Шаҳарларингиз бўйлаб сайр этар эканман, пойтахтингиздаги "Маърифат маркази", "Ўзбекистон" халқаро анжуманлар саройи, Тошкент телеминосари, музейлар ҳайратимни оширди. Кўчаларда болаларнинг шодон кулгиси, кексаларнинг ҳечрасидидаги нур, мусаффо осмонингизни беэзаган кўшларнинг эркин парвози, гўё майин мусиқа садоларига ҳамоҳанг "ракс ташаётган" фаворалар, албатта, тинч ва осойишта ҳаётингиз, фаровон турмушингиздан дарак беради.

Неча минг йиллик тарихга эга Самарқанд, Бухоро, Хива каби инсоният тамадудини бешигини тебратган шаҳарларингиз бугун ҳам дунё аҳлини лол қолдиришга қодир. Улуғ аждодларингизнинг оламшумул ақлу заковати, улар қолдирган умумбашарий мерос билан ҳар қанча фахрлансангиз арзийди.

диган сафарларим олдидан бу гал қандай ўзгаришлар, янги-ланишларга дуч келар эканман, деган ўй ҳаёлимдан ўтади. Ва доимо ўзгаришлардан ҳайратга тушаман. Тинчлик ҳукмрон, иқтисодиёти барқарор давлатгина мана шундай юксалишга қодир бўлади. Юртингизга келганимда, албатта, Самарқандга бориб, у ердаги "Регистон" мажмуаси бўйлаб такрор ва такрор кезаман, бу ердаги ҳар бир обидани мароқ билан томоша қиламан. Улуғ аждодларингиз қолдирган мерос, ҳақиқатан ҳам, ҳар қандай кишини лол қолдиради.

Ш. ЖўРАЕВА ёзиб олди.

Августин КОВАЛЬСКИЙ (Польша):

— Дўстларимнинг тавсияси билан мамлакатингизга саёҳатга келдим. Кўпдан буён чинакам шарқона аъёналар, урф-одатлар, ўзига хос тарбия ҳамда миллийликка йўғрилган

— Мамлуки, ҳозирги кунда мамлакатимизнинг вилоят ва туманларида шошилч тиббий ёрдам марказлари фаолиятга келинади, — дейди Тошкент врачлар малакасини ошириш институти Неврология кафедраси мудир, профессор Бахтиёр Гофуров.

Жухани ВИРТАНЕН (Финляндия): — Ўзбекистонга хизмат сафари билан кўп бор ташриф буяраман. Тошкент — Марказий Осиёдаги энг ғўзал, ривожланган ва гуллаб-яшнаётган шаҳар, деб бемалол айтиш мумкин. Пойтахтингизга уюштирилган курсларини тамомагани сўзимиз тасдиғидир.

Хушхабар

Юртимизда баркамол авлодни тарбиялаш, иқтидорли ва истеъдодли ёшларни қўллаб-қувватлаш борасида амалга оширилаётган ишлар ўзининг ижобий самарасини бераётир.

Ҳамюртимиз — Гран-при соҳиби

Яқинда ҳамюртимиз Женисбек Пиязовнинг Муслим Магомаев номидаги халқаро вокалчилар танлови муваффақиятли иштирок этиб, бош соврин — Гран-прини қўлга киритгани ана шундай муваффақиятларимизнинг яна бир ёрқин ифодаси бўлди.

бўлди. Шу йили у Ўзбекистон давлат консерваториясининг академик ижрочилик бўлимига ўқишга қабул қилинди. Ёш хонанда аънавий халқ ашулалари билан бир қаторда, жаҳон классикаси дурдоналари — Моцарт, Д. Верди, Д. Россини асарларидан арияларни катта маҳорат билан кўйлайди. Тажрибали устозлари кўмаги ва ўзининг тимисиз меҳнати эвазига Женисбек бугунги кунда мафтункор бас овозига эга.

Аҳоли саломатлиги — бебаҳо бойлик

(Давоми. Бошланиш 1-бетда).

— 2006 йилдан буён 29 октябрь санаси Умумжаҳон инсультга қарши кураш кунига таъин қилинган. Бундай шифохоналарда инсульт хасталигига чалинган беморларга тажрибали неврохирург, терапевт, ангиохирург, ревматолог врачлар хиз-

мат кўрсатишмоқда. Республикада 2008 йилдан буён ҳар йили инсульт мактабда невролог, реаниматолог, неврохирург, офтальмолог, лаборатория диагностика мутахассислари малака ошириб келишмоқда. Ҳозиргача 800 нафарга яқин шифокор ушбу малака ошириш курсларини тамомагани сўзимиз тасдиғидир.

Ўз мухбиримиз.

Реклама ва эълонлар

«КО'СНМАС МУЛК САВДО ХИЗМАТИ» МЧЖ Сирдарё вилояти филиали бошлангич баҳоси босқичма-босқич ошиб бориш тартибида ўтказилмайдиган очиқ аукцион савдосига таклиф этилади.

«CAPITAL REALTOR GROUP» МЧЖ очиқ аукцион савдосига таклиф этилади. Объект бошлангич баҳоси босқичма-босқич ошиб бориш тартибида ўтказилмайдиган очиқ аукцион савдосига қуйидаги кўчмас мулклар қўйилмоқда:

СОТАМИЗ: • ИСИТИШ ҚОЗОНЛАРИ* 15 кВтдан 2000 кВтгача • БЛОКЛИ АВТОНОМ ҚОЗОНХОНАЛАР 100 кВтдан 5000 кВтгача

ОБ-ҲАВО (30 октябрь) Қорақалпоғистон Республикаси ва Хоразм вилоятида Андижон, Наманган ҳамда Фарғона вилоятларида

Халқ сўзи Народное слово МУАССИСЛАР: Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Қонунчилик палатаси Кеңаси, Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Сенати Кеңаша ва Ўзбекистон Республикаси Вазиранлар Маҳкамаси