

Oila va jamiyat

№ 6 (1409) 13-fevral 2019-yil

E-mail: oilavajamiyat@mail.ru

@oilavajamiyatgazetasi_bot

Koreys bog'chalari



Кореяда болалар бoғчаси икки хил «ориничиб» ва «ючивон» деб аталади. (Орини – болалар, чиб – уй дегани.) «Куриб ориничиб» – давлатга қарашли ва болаларни жуда эрта, ҳатто ёшига етмасидан қабул қилади. «Ючивон» эса хусусий, болаларни уч-тўрт ёшдан бошлаб олади. Уларда инглиз тили чуқурроқ ўргатилади, машғулотлар доираси кенг. »6

Uzoq umr ko'rmoqchimisiz?



Ибн Сино ўзининг минг йиллар аввал ёзилган «Тиб қонунлари» асарида овқатланиш тартибига оид тавсияларни тақдим этган. Улуғ табибнинг бу асарида овқатни фақат қорин очгандагина истеъмол қилиш, ҳар гал янги пиширилган таомни ейиш, руҳан ва жисмонан тинч ҳолатда овқатланиш, таомни шошмасдан, яхшилаб чайнаш ва кўп овқат ейишдан сақланиш кераклигига ургу берилган. Шундан кўринадики, юкумли бўлмаган хасталикларнинг олдини олишда соғлом овқатланиш маданияти ўта зарурдир. »8

O'smir qiz nimadan norozi?

Қизингизга кийим инсоннинг ахлоқи, одоби, маънавий даражаси, тарбияси ҳақида атрофдагиларга маълумот берувчи восита эканини тушунтиринг. Қизингизни кўриб одамлар онасининг фаросатида баҳо беради.



Яхши гапиринг, силтаб-жеркиб вазиятни чигаллаштирманг. Яхши ота-она боласига уришиб, қарғаб-сўкиб фикрини ўтказмайди. Яхши ота-оналарнинг бир оғиз гапи фарзанди учун қонун бўлади. »12

«Isaac Newton» medalini qo'lga kiritgan olim

Саида Бекназарова — техник илми мазкур институтни имтиёзли ка фанлари доктори, доцент, Европа илмий-ишлаб чиқариш консорциумининг «Исаак Ньютон» («Isaac Newton») медали соҳиби, 2018 йил Россия Федерациясининг «Фан ҳамкорлиги» халқаро тадқиқот маркази томонидан ташкил этилган Фан ва таълимдаги юксак ютуқлари I Халқаро танлови ҳамда Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси томонидан ўтказилган «Йил аёли» мукофотининг гран при соҳибасига айланди.

У 1986 йил Наманган шаҳрида туғилган. 2003 йил Наманган муҳандислик педагогика институти (ҳозирги Наманган муҳандислик-қурилиш институти) га ўқишга кириб, 2007

– Ўзим танлаган фан бўйича, яъни «Турли табиатга мансуб ахборотларни узатиш, қайта ишлаш, сақлаш, самарали усул, алгоритм модел таклиф бериш» каби муаммоларни ечимига қаратилган илмий изланишлар олиб бориш бугунги кунда мен учун долзарб муаммо саналади. Шу мавзу бўйича илмий изланишларни кўпайтириш зарур деб ҳисоблайман».

диплом билан битирган. Магистратура «Информатика ва ахборот технологиялари» мутахассислиги бўйича ўқиган.

2015 йилда «Ахборот ресурсларига TIAV-мультимедиа тизимларида дискрет-узлуксиз ишлов бериш жараёнларини моделлаштириш усуллари» мавзусида докторлик диссертациясини ҳимоя қилиб, 2016 йил техника фанлари доктори илмий унвонига эга бўлди. »3



Birinchi partaning narxi qancha?

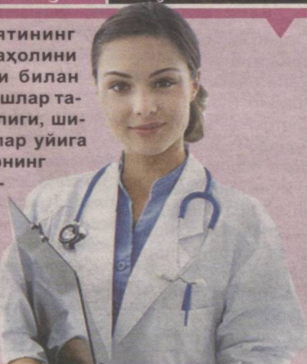


Болакай аёлнинг пичингини тушунмайди. Кўзларини пирпиратиб: «Дадам тўрт йилга биринчи партани сотиб олган. Шунинг учун ўрнимни алмашмайман», дейди...

Турган жойимда қотиб қоламан. Ана, нуқул «иложини қилиш» бекорга миямга келмас экан-да. Ахир мактабдаги биринчи партага ўтириш учун ҳам «узатиш» керак экан. Эссиз, нега аввалроқ билмадим, қизимнинг бўйи кичкина. Биринчи партада ўтирса яхшида! Йўғ-а, миямдагиларни қувиб чиқаришим керак: ахир, мен коррупцияга қаршиман! »7

Oilaviy shifokoringizni taniysizmi?

Самарқанд вилоятининг айрим туманларида аҳолини патронаж хизматлари билан қамраб олиш бўйича ишлар талаб даражасида эмаслиги, шифокорларнинг беморлар уйига бормаётгани одамларнинг ҳақли эътирозига сабаб бўлмоқда. Аксарият ҳолларда патронаж хизмати фақатгина тегишли хонадон вакиллари билан суҳбатлашишдан иборат бўлиб қолмоқда. »2

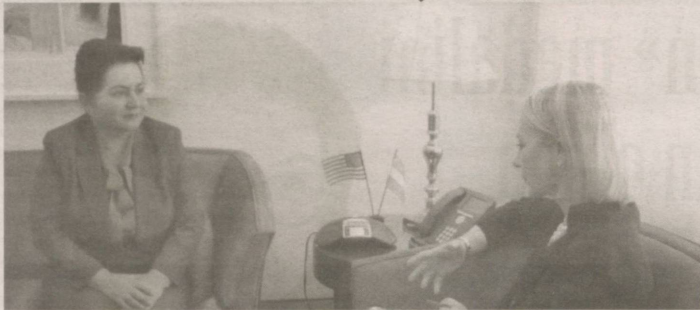


Konsertlar 100 foiz jonli ijroda bo'ladi

«2019 йил 30 фоиз бўлса, ундан кейинги йил яккахон концерт дастурлари 60 фоиз, кейин эса тўлиқ 100 фоиз жонли ижрода бўлиб ўтади. Босқичма-босқич барча концертларни жонли ижрода ўтказишга ҳаракат қиламиз». »4



INSON HUQUQLARI MASALALARI MUHOKAMA QILINDI



Ўзбекистон Республикаси Бош вазирининг ўринбосари, Хотин-қизлар кўмитаси раиси Танзила Нарбаева АҚШдан қайтиб келди. У бир ҳафта давомида Вашингтонда бўлиб, инсон ҳуқуқлари масалалари бўйича қатор учрашувлар ўтказди.

«Cotton Campaign» халқаро коалиция йиғилишида иштирок этиш учун АҚШга расмий сафар қилган Бош вазир ўринбосари Танзила Нарбаева бошчилигидаги Ўзбекистон делегацияси Вашингтон шаҳрида АҚШ президенти ёрдамчиси ўринбосари Лиза Кёртис, давлат котибининг Жанубий ва Марказий Осиё мамлакатлари масалалари бўйича ёрдамчисининг биринчи ўринбосари Элис Уэллс, шунингдек, давлат котибининг инсон ҳуқуқлари бўйича ёрдамчиси вазифасини бажарувчи Майкл Козак билан учрашди.

Лиза Кёртис билан бўлиб ўтган учрашувда инсон ҳуқуқлари бўйича халқаро ҳамкорлиқни фаоллаштириш, Ўзбекистоннинг минтақавий жараёнлардаги ролини кенгайтириш, хусусан Афғонистондаги вазиятни

барқарорлаштириш масалалари муҳокама қилинди.

Оқ уй вакили мамлакатимизда амалга оширилаётган ислохотларни, айниқса инсон ҳуқуқлари ҳимояси билан боғлиқ ишларни юқори баҳолади.

Траммп маъмуриятининг фикрича, Ўзбекистон делегациясининг «Cotton Campaign» йиғилишида иштирок этиши Шавкат Мирзиёев раҳбарлигидаги мамлакат ҳукуматининг инсон ҳуқуқлари ва эркинликларини ҳимоя қилишга йўналтирилган ислохотларни тўлақонли амалга оширишга қатъий бел боғлагани ва расмий Тошкентнинг барча масалалар бўйича очик ҳамда конструктив мулоқотга тайёр эканидан далолатиди.

АҚШ давлат котибининг Жанубий ва Марказий Осиё масалалари бўйича ёрдамчиси Элис Уэллс

Ўзбекистонда нодавлат ташкилотлар билан ҳамкорликдаги ҳаракатлар фаоллашувини олқишлади. Унинг фикрича, аynи дамда Ўзбекистондаги ислохотларда кузатилаётган очиклик ва шаффофлик мамлакатнинг халқаро майдондаги нуфузини янада оширишга ва мустақамлашга хизмат қилади.

Элис Уэллс Ўзбекистон-Америка ўртасидаги барча йўналишдаги ҳамкорлик, конструктив мулоқот ва фикрлар алмашинуви тажрибасини юқори баҳолади ҳамда икки мамлакат ташқи сиёсий идоралари ўртасидаги маслаҳатлашувнинг навбатдаги раундида иштирок этиш учун Тошкентга ташрифини интизорлик билан кутаётганини таъкидлади.

Давлат котиби ёрдамчиси вазифасини бажарувчи Майкл Козак билан музокаралар давомида Ўзбекистонда мажбурий меҳнатга барҳам бериш, қишлоқ хўжалик секторидаги ислохотлар, фуқаролик жамияти институтлари билан алоқалар, нодавлат ташкилотларни рўйхатдан ўтказиш ва фаолиятини амалга ошириш жараёнларини соддалаштириш, ОАВ эркинлигини таъминлашга доир амалий масалалар кўриб чиқилди.

Козак Ўзбекистон нафақат мажбурий меҳнатни таъқиқлаш, балки диний эркинлиқни таъминлашда ҳам сезиларли ютуқларга эришганини таъкидлади. Қайд этилишича, бу хизматларнинг эътироф этилишига мамлакатнинг АҚШ Давлат департаменти ва Меҳнат департаменти ҳисоботларидаги позицияларининг яхшиланиши ҳамда унинг "диний эркинлик бўйича алоҳида хавотир уйғотувчи мамлакатлар рўйхати"дан чиқарилиши сабаб бўлган.

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси матбуот хизмати



XOTIN-QIZLAR QO'MITASI
telegramm tarmog'ida

АНДИЖОН. Халқ депутатлари Андижон вилояти Кенгашининг кенгайтирилган 42-сессияси ўтказилди. Унда "Вилоятда оилаларни, унинг қонуний асосларини мустақамлаш, оилавий ажримларнинг олдини олиш борасида давлат ва жамоат ташкилотлари ҳамкорлигида амалга оширилиши зарур бўлган ишлар тўғрисида"ги масала муҳокама қилинди.



ҚАШҚАДАРЁ. Муборак туманида туман ҳокимлиги ташаббуси ва Хотин-қизлар кўмитаси, "Нуроний" жамғармаси сингари жамоат ташкилотлари билан ҳамкорликда Ниёзхон қишлоғида "Меҳр-мурувват" тадбири ўтказилди. Унда 100 га яқин оилага моддий ёрдам берилди, муаммоларига кўмаклашилди, ижтимоий ҳимояга муҳтож хонадонлар фарзандларига кийим-кечак ва пойабзаллар улашилди.



ЖИЗЗАХ. Ўзбекистон Республикаси Ички ишлар вазирлиги, вилоят ИИБ ва Арнасой тумани Хотин-қизлар кўмитаси ходимлари тумандаги оғир ижтимоий шароитда яшаётган хонадонларда бўлиб, бу оилаларга озиқ-овқат маҳсулотлари ва моддий ёрдам кўрсатишди.



ТОШКЕНТ. "Профилактика куни" муносабати билан ҳуқуқбузарлик ва жиноятчиликнинг олдини олиш мақсадида Зангиота туман Хотин-қизлар кўмитаси ва туман ИИБ ходимлари томонидан озиқ-овқат, тиббиёт коллежлари ҳамда 43, 44-мактабларда ўқувчилар давомати ўрганилди. Таълим муассасаларидаги вазият юзасидан мутасаддиларга тақдимномалар киритилди.



Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси матбуот хизмати

OILAVIY SHIFOKORINGIZNI TANIYSIZMI?

Ҳозир аҳоли саломатлигини сақлашга эътибор янада кучайган, тиббиёт соҳасини тубдан такомиллаштириш борасида кенг кўламли ислохотлар олиб борилмоқда. Бу ислохотлар бирламчи тиббий санитария ёрдами, шошилинч ва тез тиббий ёрдам, ихтисослаштирилган тиббий ёрдам, хусусий тиббиёт, қўйингки, тизимнинг барча жабҳасини қамраб олмоқда. Бироқ жойларда аҳоли бундай ўзгаришларни ўз ҳаётида сезяптими? Ислохотлар чекка-чекка худудларга ҳам етиб бораётими?

Давлатимиз раҳбари белгилаб берган устувор йўналиш ва вазифалардан келиб чиқиб, аynи кунларда Олий Мажлис Қонунчилик палатаси Спикери бошчилигида депутатлар, Соғлиқни сақлаш мутасаддиларидан иборат ишчи гуруҳ томонидан жойларда тиббиёт соҳасидаги аҳволни ўрганиш, мажбур муаммоларни таҳлил қилиш ва уларни жойида бартараф этиш, шунингдек, вилоят ва республика даражасида ҳал этилиши лозим бўлган масалаларни аниқлаб, тегишли чора-тадбирлар кўриш борасида қизгин иш олиб борилмоқда.

Жорий йилнинг 24 январь — 9 февраль оралигида Жиззах, Андижон, Наманган, Фарғона ва Самарқанд вилоятларида ана шундай ўрганишлар ўтказилди. Маъмур худудларда аҳолига тиббий хизмат кўрсатилиши, унинг ўз вақтида ва юқори сифатли бўлишини таъминлаш борасида бир қатор амалий ишлар қилинмоқда.

Парламент қўйи палатаси депу-



татлари томонидан аксарият тиббиёт муассасаларининг фаолияти жойида таҳлил қилиниб, улардаги беморлар ва тиббиёт ходимлари билан бевосита суҳбатлар ўтказилганида бир қатор муаммо ва камчиликлар мавжудлиги аниқланмоқда. Бу ҳақда Олий Мажлис Қонунчилик палатасининг расмий веб-сайтида маълум қилинди.

Жумладан, Самарқанд вилоятининг айрим туманларида аҳолини патронаж хизматлари билан қамраб олиш бўйича ишлар талаб даражасида эмаслиги, шифокорларнинг беморлар уйига бормаётгани одамларнинг ҳақли эътирозига сабаб бўлмоқда. Аксарият ҳолларда патронаж хизмати фақатгина тегишли хонадон вакиллари билан суҳбатлашайдан иборат бўлиб қолмоқда. Масалан, Жомбой туманидаги 4-сон оилавий поликлиникада беморлар билан суҳбат ўтказилганда улар УАШ ва патронаж ҳамширалар хизматидан қониқмаётганини билдирди. "Дехқонобод" МФЙ "Адолат" кўчаси 43-уйда яшовчи фуқаро М.Алиқуллова муассаса ходимлари ҳақида умуман

маълумотга эга эмаслиги, "Бинокор" кўчаси 46-уйда яшовчи фуқаро М.Умматова эса, оилавий шифокорини ва патронаж ҳамширасини танимаслигини маълум қилган.

Ўрганилган бирламчи тиббий хизматларнинг даволаш-профилактика муассасалари билан ўзаро ҳамкорлиги — интеграция тизимли йўлга қўйилмаган. Пайариқ тумани тез тиббий ёрдам бўлимининг қайд этиш журналида Маданият қишлоғилик Улбўс Тошмирозоева ва Муҳаббат Қаршиева 2019 йил 4 февраль кунги мурожаат этгани рўйхатга олинган. Аммо шифокор уларнинг ҳолидан хабар олиш учун келмаган.

Бу, албатта, масаланинг бир жиҳати. Иккинчи томони шундаки, аҳоли бетоб бўлганида поликлиника ёки туман тиббиёт бирлашмасига бормасдан, тўғри республика ихтисослаштирилган тиббиёт марказларига мурожаат қилмоқда. Тиббий интеграциянинг амалиётда ишламаслиги аҳоли орасида тиббий маданиятни янада юксалтириш, бирламчи тиббий хизматларнинг даволаш-профилактика муассасалари билан ўзаро ҳамкорлигини кучайтириш лозимлигини кўрсатади.

Ишчи гуруҳ аъзолари жойларда ўтказилаётган сессияларда бирламчи тиббий хизматларнинг даволаш-профилактика муассасалари билан ўзаро интеграциясини таъминлашга қаратилган чора-тадбирларни ишлаб чиқиб, амалиётга йўналтиришга алоҳида эътибор қаратмоқда.

Ўрганиш ишлари давом этмоқда.

ЎЗА



«Isaac Newton» medalini QO'LG'A KIRITGAN OLIMA

Саïда Бекназарова — техника фанлари доктори, доцент, Европа илмий-ишлаб чиқариш консорциумининг «Исаак Ньютон» («Isaac Newton») медали соҳиби, 2018 йил Россия Федерациясининг «Фан ҳамкорлиги» халқаро тадқиқот маркази томонидан ташкил этилган Фан ва таълимдаги юксак ютуқлари I Халқаро танлови ҳамда Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси томонидан ўтказилган «Йил аëли» мукофотининг гранд при соҳибасига айланди.

У 1986 йил Наманган шаҳрида туғилган. 2003 йил Наманган муҳандислик педагогика институти (ҳозирги Наманган муҳандислик-қурилиш институти) га ўқишга кириб, 2007 йили мазкур институтни имтиёзли диплом билан битирган. Магистратурани «Информатика ва ахборот технологиялари» мутахассислиги бўйича ўқиган.

2015 йилда «Ахборот ресурсларига TIAV-мультимедиа тизимларида дискрет-узлуксиз ишлов бериш жараёнларини моделлаштириш усуллари» мавзусида докторлик диссертациясини ҳимоя қилиб, 2016 йил техника фанлари доктори илмий унвонига эга бўлди.

Айни пайтда Муҳаммад ал-Хоразмий номидаги Тошкент ахборот технологиялари университетида фаолият юритаётган Саïда Бекназарова мультимедиа тизимларида ахборот ресурсларига ишлов бериш, қайта ишлашнинг усул, алгоритмлар ва дастурий таъминотларни яратиш жараёнларини моделлаштиришга қаратилган илмий тадқиқотлар олиб бормоқда. Бугунгача 169 та илмий мақолалари хориж ва мамлакатимиз нуфузли журналлари ҳамда анжуман тўпламларида chop этилган. 9 та дарслик, ўқув қўлланма, монографиялар муаллифи. Ахборотларни қайта ишлаш, узатиш жараёнларида бир вақт мобайнида узлуксиз матн, аудио, видео маълумотларни йўқотишларсиз сифатли етказиб беришга қаратилган дастурий воситалар муаллифи.

Саïда Бекназарова тамонидан яратилган медиатаълим тизими, мультимедиа автотанлаштирилган тизим, тест тизими, турли мультимедиа мобил иловалар Олий ва ўрта махсус таълим ҳамда Халқ таълими вазирликлари муассасаларида, «Aloqo RTV» шўъба корхонаси, Мультимедиа маркази ва бошқа бир қатор ташкилотларда амалиётга жорий қилинган.

Рўзгор, фарзанд тарбиясидан ортиб, илм билан машғул бўлаётган бу аёл учун шунча вазифани удадалаш қийин кечмаяптимики? Бу саволга суҳбатимиз давомида жавоб топамиз.

— **Илм кишиси сифатида ўқиш-изланишга кўпроқ вақт сарфлагиниз табиий. Бунга ила аъзоларингизнинг муносабати қандай?**

— Икки фарзандим бор. Бир қиз, бир ўғил. Турмуш ўртоғим иқтисодчи. У киши ҳар бир ютуғимни хурсандчилик билан кутиб олади. Хорижда ўтказиладиган конференцияларга кетадиган бўлсам, «Болалардан хавотир олманг, кўнглингиз тўқ бўлсин», деб хотиржам кузатиб қўйдилар. «Ўзбекистонни дунёга танитиб юраверинг», деб рағбатлантирадилар. Шунинг учун ҳам қийналмайман. Юртимизда илм йўлини танлаган аёллар кўп. Афсуски, айрим истеъдодли аёлларимиз фарзанд тарбияси, рўзгор ташвишлари деб ўз имкониятларини қўлдан бой беришмоқда. Аёл кишида иқтидор, хоҳишдан ташқари шариит ҳам бўлсагина қўзлаган мақсадага эришади. Қолаверса, устозимдан вақтни қадрлашни, тўғри тақсимлашни ўрганганман.

— **Устозингиз ҳақида нима дея olasиз?**

— Устозим — физика-математика фанлари доктори, профессор Қаҳҳоржон Абдурахмонов. У кишидан «Ишлаётганимда меҳнат қиялпман деб эмас, дам олялпман деб тасаввур қил, ўшанда қилиб яшадим деган шукронани туясан», деган жумлаларини эшитгач, ўзимга ишончим янада ортди. Илм йўли мени яхшиликлар сари етаклаб боришига ишонганман. Шу йўлдан борсам бутун дунёдаги одамлар маданияти, эътиқоди, қадриятларини ўрганишим мумкинлиги ҳақида ўйлардим. Ўз ишимга шунчалик берилиб кетганимдан илм учун яралган бўлсам керак деган фикрга келиб қолганман.

— **Шогирдларингиз ҳақида-чи?**

— Иқтидорли талабаларимдан Муҳаммаджон Махаммаджон Беруний но-

қилганида ҳам ўрганишининг иложи бўлмайди. Қизларнинг чинакам шахс бўлиб етишиши учун бир томонлама тарбия бермаслик лозим. Отана биринчи навбатда қизини ўқитиши, касб-корли қилиши керак. Айнан мактабдан кейинги ўқиш жараёнида унинг ўзига бўлган ишончи, ҳурмати, эътибори ошади. Қизларимизни бекаликка тайёрлаш билан бирга илмий бўлишларини ҳам ёшлқидан ўқитиб борсак, улар бахт ҳиссини бир умр туйиб яшайди.

— **Турмуш қуриш ёшига етган ёшлар кўпинча оиланинг асосини севги-муҳаббат ташкил қилади, деб ўйлашди. Ва бу қарашлар кўп ўтмай ўзгаргач, ажрашиш фикрига тушиб, характеримиз тўғри келмади, деган баҳонани рўкач қилишди. Сизнингча оиланинг асоси қандай меzonлардан иборат?**

— Саволингиздан сўнг кўз олдимда «Парвона» спектакли-

ҳаракатда бўлишни талаб этмоқда. Иккиланган, сусткашлик қилган киши орқада қолиб кетаверади. Мана шундай тезкор бир шариитда инсон ўз олдига қандайдир чегараларни ҳам қўйиши керакми?

— Қалб ойнамиз хиралашиб кетган. Уни артиб, тозалаб туриш учун нима қилмоқ керак? Ўзимда ёмон нарсаларни сезсам, дарров китобга мурожаат қиламан. Буюк алломаларимизнинг ҳикматларини ўқийман, яна ўзлимга қайтаман. Ҳеч гап эмас, майда-чуйда рағволарга ўралган дунёда алданиб қолиш. Билмаслигимиз ва билишга ҳаракат қилмаслигимиз бу бизнинг фожиамиз.

— **Бугунги кунда олимпиа аёллар олдига турган қандай муаммолар бартараф этилишини истайсиз?**

— Ўзим танлаган фан бўйича, яъни «Турли табиатга мансуб ахборотларни узатиш, қайта ишлаш, сақлаш, самарали усул, алгоритм модел таклиф бериш» каби муаммоларни ечимига қаратилган илмий изланишлар олиб бориш бугунги кунда мен учун долзарб муаммо саналади. Шу мавзу бўйича илмий изланишларни кўпайтириш зарур.

Бугунги кунда олимпиа аёлларнинг аксариятида илмий изланиш олиб бориш учун билим ҳам, тажриба ҳам етарли. Аммо уларнинг кўпчилиги оилавий муҳит сабаб изланишларини ортага суришмоқда. Ҳар бир бошланган фаолият учун аёлдан вақт, шариит талаб қилинади. Бунинг учун оиладаги муҳит, айниқса, эркак кишининг қўллаб-қувватлаши жуда зарур. Университетларда ҳам кўпчилик илмий изланиш олиб бораётган олимпиа аёлларнинг ёш боласи бор. Уларга фаолиятини уйда ўтириб, компьютер орқали юбориш имкони яратилса, олимпиа аёллар сафи янада кенгаярди?

— **Кейинги йилларда юртимизда олимпиа аёлларга бўлган эътиборнинг натижасини қандай ютуқларда кўриш мумкин?**

— Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси қошида ташкил этилган «Олимпиа аёл», «Ихтироича аёл» уюшмаси фаолиятига эътибор янада кучайди. Айниқса, ёш ихтироича қизларнинг ишланмаларини кенг оммага кўрсатиш, халқаро конференцияларда иштирок этишлари учун кенг йўл очилди. Феруза Зокирова, Ильмира Назирова, Озода Абдуллаева каби фан докторларининг сафимизга қўшилгани фикримизга яққол мисол бўла олади.

Нигора РАҲМОНОВА
суҳбатлашди

Бугунги кунда олимпиа аёлларнинг аксариятида илмий изланиш олиб бориш учун билим ҳам, тажриба ҳам етарли. Аммо уларнинг кўпчилиги оилавий муҳит сабаб изланишларини ортага суришмоқда. Ҳар бир бошланган фаолият учун аёлдан вақт, шариит талаб қилинади.

мидаги Давлат стипендияси совриндори, у «TATU KOICA» ва «SAMSUNG» компаниялари билан ҳамкорликда «Дастурий таъминот TATU-2014» танловида ўзининг «Маҳалла фуқаролар йиғинини автотанлаштириш» дастури билан қатнашиб, фахрли 3-ўринни эгаллади. Сардор Ибодуллоев Беруний номидаги Давлат стипендияси совриндори, Мафтуна Бекмирзаева Муҳаммад Ал-Хоразмий номидаги Давлат стипендияси совриндори. Уларга ҳамиша меҳнатдан қочмасликни, ҳавас билан яшаш лозимлигини таъкидлайман.

— **Бугунги давр аёлдан ҳам ижтимоий, ҳам иқтисодий жиҳатдан фаол бўлишни талаб этмоқда. Аёлнинг шахс бўлиб шаклланиши учун нималарга эътибор бериш зарур, деб ўйлайсиз?**

— Аслида ҳар бир инсон шахс бўлиб дунёга келади. Муҳит ва тарбия орқали юзага чиқади. Бош-бошдан тайёрлаганимиз пишир-қуйдирга тайёрлаймиз, махсус ўқув марказларида ўқитамиз. Ойлага тайёрлаганимиз яхши албатта. Бироқ ҳаёт мажбур қилганида ҳар қандай қиз бу юмушларни ўрганганман. Лекин вақтида касб ўрганмаган, билим олмаган бўлса, уни кейин ҳаёт мажбур

даги Назокат образи гавдалана бошлади. Биласизми, ушбу асарни мухлислар ҳамон севиб томоша қилишларининг боиси нимада? Унда ойлага нисбатан енгил-елпи қаралмаслик, ҳар бир инсон ўзига турмуш ўртоқ танлаётганида хушёр бўлиши зарурлиги каби ғояларнинг илгари сурилганида.

Ўзига турмуш ўртоқ танлаётган ҳар бир қиз ёки йигит ҳаётини шу инсон билан боғласам қандай бўларкин? Унинг яшаш тарзи, дунёқарашини менга мос келармикан, дея фикрласа, демак, у эртага хато йўлдан бормайди. Аксинча, ҳис-туйғунинг қурбонига айланаиб, енгил-елпи қадам қўйса, ҳаётда дакки еб юраверади. Агар оила қурган инсоннинг дунёқарашини бир-бирига тўғри келмаса эҳтимол қирқ йил, балки умрининг охиригача бирга бўлар, аммо у инсонлар қийинлашиб ўтаверади. Фикрининг бир жойдан чиқиши инсоннинг бахти. Шоирона қилиб айтганда улкан дарё ҳам имроқлардан иборат бўлгани каби жамиятимизнинг асосий негизини аҳил-иноқ, маънавий соғлом оилалар ташкил этади. Мен ана ўша дарёнинг сувлари ҳамиша тиниқ бўлишини истайман.

— **Замоннинг шиддати одамлардан тинимсиз**

ESTRADA SAN'ATIMIZ

ILLATLARDAN QACHON TOZALANADI?

Миллий эстрада санъати дейишлари билан беихтиёр қўлогимга Ботир Зокировнинг қўшиқлари эштитила бошлади. Тинглаганимизда қалбимизни мумдэй эритиб юборадиган бу қўшиқларнинг сирини нимада экан-а?.. Бутун дунёга танилган машҳур санъаткор ҳамиша қўлида Алишер Навоийнинг асарларини олиб юрганлини қадрдонлари кўп хотирлашади. Демак, азалий эзгуликни соғиниб ўртангучи,

ҳамиша маънавий чашмани истаб нола қилгучи юракларимиз бежиз бу қўшиқларга талпинмаган... Бироқ, фарзандларимиз бугунги кунда қандай қўшиқларни тинглашмоқда? Нима учун давраларда миллий эстрада санъатимизнинг аҳволи ачинарли эканлиги борасидаги баҳслар кучайиб бормоқда? Ёшларимизга биз истаган маънавий озуқани бера оладиган қўшиқлар кўпроқ яратилиши учун нималар қилмоқ лозим?

Ўзбекистон Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлигида "Ўзбекконцерт" томонидан ташкил этилган "Миллий эстрада санъатининг аҳволи, айниқса, ёшлар маънавиятининг юксалтиришдаги ўрни ва аҳамияти" мавзусидаги матбуот анжуманига кириб борар эканман, бу гал ҳам яна ўша эски гаплар бўлса керак, деган ўйлар кўнглимдан ўтди.

ЖУРНАЛИСТЛАРГА ХАМ ЭЪТИРОЗИМИЗ БОР
"Ўзбекконцерт" давлат муассасаси ходими, таниқли журналист Матлуба Темур қизини анжуман аввалида "Ўзбекконцерт"нинг бугунги кундаги фаолияти билан боғлиқ саволга тўтар эканман, у айни пайтда чиндан ҳам яхши ишлар амалга оширилаётганини, янги ва мазмунли қўшиқлар яратилишида Ўзбекистон Ёзувчилар уюشمаси билан ҳамкорликда иш олиб борилаётганини айтди.

— Шу ўринда менинг ҳам журналистларга эътирозим бор, — деди Матлуба опа. — Биз эндигина журналистикага кириб келганимизда устозларимиз суҳбат олмоқчи бўлган қаҳрамонингиз арзирли ишларини амалга оширган, етарлича ҳаёт ва ижод таъжирбасига эга бўлган шахс бўлиши керак, дея таъкидлашар эди. Хусусий газета ва журналларни қўзғатганимизда эндигина 1-2 та қўшиқ айтган хонандаларни "юлдуз" дея кўтар-кўтар қилиб, суҳбат уюштираётган журналистларнинг ишиндан кўнглим тўлмайди. Ўзлари мактаб кўкка кўтаришадиган, кейин нега "Ўзбекконцерт" назорат қилмапти, деб савол беришдан ҳам тоийшмайди. Ахир ҳалқимиз маънавияти ва маърифати учун ҳаммамиз бирдек жон куйдиришимиз керак эмасми? Санъат йўналишида қалам тебратётган журналистларимиз, аввало устоз санъаткорларнинг ҳаёти ва ижодини яхши ўрганиши зарур.

КОНЦЕРТЛАР ЮЗ ФОИЗ ЖОНЛИ ИЖРОДА БЎЛАДИ
"Ҳисоботингизда жонли ижро борасида қўйиладиган талабларга алоҳида тўхталиб ўтингиз. Жонли ижрода концерт бера олман хонанданинг лицензияси олиб қўйиладими?"

Журналистларнинг ушбу саволига "Ўзбекконцерт" давлат муассасаси раҳбари Одилжон Абдуқаҳоров шундай жавоб берди:

— Ўзбекистонда концерт



берадиган барча санъаткорлар 2019 йилдан бошлаб ўз дастурида 30 фоиз жонли қўшиқ айтиши талаб этилади. Бизга маълумки, концертларда 100 фоиз жонли ижро этишининг имкони йўқ. Барча хонандаларни ҳам бир хил овоз имкониятларига эга, деб айта олмаймиз. Шу боис биз санъаткорларга шароит яратиб берган ҳолатда аста-секинлик билан жонли ижродаги концертлар тақдим этишга чақирамиз. Масалан, 2019 йил 30 фоиз бўлса, ундан кейинги йил яккахон концерт дастурлари 60 фоиз, кейин эса тўлиқ 100 фоиз жонли ижрода бўлиб ўтади. Босқичма-босқич барча концертларни жонли ижрода ўтказишга ҳаракат қиламиз. Қўлаверса, ҳали концерт бериладиган залларни ҳам жонли ижро учун мослашмиш, овоз операторларини ҳам кўпайтиришимиз зарур.

"БРАВО" НИНГ КЎПОЛ ҲАЗИЛЛАРИ КЎРИБ ЧИҚИЛАДИ

"Браво" жамоасининг концерт дастури ижтимоий тармоқларда кўпплаб эътирозларга ва мунозараларга сабаб бўлди. Бу жамоалар

нинг концерт дастури сценарийси олдиндан кўриб чиқилганими?"

— Бизга маълумки, кези келганда мана-ман деган хонандалар концертига чипталар сотилмай қолади, бироқ ёшлар учун сеvimли бўлиб бораётган "Миллион", "Дизайн", "Браво" каби жамоаларнинг концерт дастурларида зал томошабинларга тўла бўлади, — дейди Одилжон Абдуқаҳоров. — Баъшарти ёшлар у жамоаларга эргашаётган экан, биз улардан жамиятимиздаги ижтимоий масалаларни кўтариб чиқишда фойдалансак бўлади. "Браво"нинг охириги концертида чиндан ҳам оила даврасида кўриб бўлмайдиган кўпол ҳазиллар бор эди. Бизга концертдан аввал топирилган сценарийга у ҳазиллар киритилмаган эди. Концертининг биринчи кунда Кенгаш томонидан айнан ўша "ҳазиллар"га эътироз билдирилди ва кейинги кунларда улар олиб ташлан-



ди. Бироқ диск айнан биринчи кунда ёзиб олинган концерт дастури бўйича тайёрланган. Муассаса томонидан ушбу масала сценарий бузилиш ҳолати деб топилиди. Навбатдаги Кенгашда "Браво" жамоасининг фаолиятини яқунлаш ёки давом эттиришга рухсат бериш масаласи кўриб чиқилади".

ЛИЦЕНЗИЯЛАР ТАБАҚАЛАШТИРИЛАДИМИ?

Анжуманда берилган ҳисоботга кўра, эндиликда барча байрамларнинг концерт дастурлари жонли ижрода ташкил этилади. Ушбу дастурларда иштирок этишни истаган санъаткорлар жонли ижродаги қўшиқларини ижтимоий тармоқ орқали "Ўзбекконцерт"га жўнатишлари мумкин.

Энди лицензия олишга ҳам ҳужжатлар онлайн қабул қилинади. Шунингдек, лицензиялар табақалаштирилади. Бу жараёнда ҳар бир санъаткор истикомат қиладиган ҳудудидан келиб чиқиб тўловларни амалга оширади. Масалан, туманда яшайдиганлар энг кам иш ҳақининг 7 баробарида, вилоят маркази ва шаҳарда яшайдиган санъаткорлар энг кам иш ҳақининг 10 баробари, Тошкент шаҳрида яшайдиганлар эса энг кам иш ҳақининг 13 баробари миқдорида тўловни амалга оширадилар.

САВИЯСИЗ ҚЎШИҚЛАРНИ ТЎЙЛАРДА ХАМ КУЙЛАМАН!

"Савиясиз қўшиқ куйлаганлиги учун лицензияси олиб қўйилса-да, тўйларга бориб қўшиқ айтётган санъаткорларга ҳам чора кўриладими? Нега овқатланиш шохобчаларида қўйилаётган қўшиқлар назоратга олинмайди?"

"Ўзбекконцерт" давлат муассасаси бу йил ушбу жараёнга ҳам алоҳида эътибор қаратаётганини таъкидлаб ўтди. 2019 йилда Ички ишлар вазирлиги ҳамда Солиқ қўмитаси билан ҳамкорликда қўшма рейдлар ўтказилиши режага киритилган. Демак, эндиликда лицензияси бўлмаган санъаткорлар тўйларга ҳам чиқолмайди.

АСЛ САНЪАТ ПУЛ БИЛАН ЎЛЧАНМАЙДИ!

— "Ўзбекконцерт" фаолияти билан боғлиқ ҳар доим тadbирлар мунозарали бўлади, — дейди Ўзбекистонда хизмат

кўрсатган журналист Гулчеҳра Умарова матбуот анжуманидан сўнг. — Чунки тўйларимиз ҳам, тadbирларимиз ҳам санъаткорларимиз тўфайли чиройли ўтади. Тўғриси айтсам, бугунги саволларга берилган жавоблардан хурсанд бўлдим. Лицензия кенгаши аъзоси сифатида шунга айтишим мумкин, бугун "Ўзбекконцерт" чиндан ҳам ишлаяпти. Шу боис Тожикистон ва Қозғистон республикасида вакиллар келиб ушбу муассаса фаолиятини ўрганиб кетишди. Улар ҳам яхши маънодаги назорат ҳамиша кераклигини аглаб етишган, менимча. Бироқ мени бир нарса қийнайди. Очиғини айтадиган бўлсам, нодавлат нотижорат ташкилотларга "Ўзбекконцерт"нинг гапи ўтмайди. Нима учун? Бугунги тadbирда ҳам уларнинг ўзлари ташкил этган бадийи кенгашларига борлиги айтиб ўтилди.

Ўша бадийи кенгашларнинг аъзолари нима учун миллий менталитет ва миллий қадрият деган тушунчаларга эътибор беришмайди? Улар кўпинча ҳамма нарсани моддий таъминот билан боғлашади. Ахир асл санъат пул билан ўлчанмайди-ку! Балки "Ўзбекконцерт"нинг ваколатини кенгайтириш керакдир... Республика маънавият ва маърифат марказидаги ҳам бу масалага жиддий ёндашсалар яхши бўлар эди.

ҚАНОТЛИ ҚЎШИҚЛАР ОРЗУСИ

Ҳа, ростдан ҳам бугунги матбуот анжумани қизгин мунозараларга бой бўлди. Таниқли шоир Ботир Эргашев тadbир сўнгида Бадийи Кенгаш томонидан ўтказиладиган ийгилишлар "Менинг юртим" телеканалда очик-ойдин бериб борилишини эълон қилди. Бу хабар, албатта, бизни қувонтирди. Чунки яхши қўшиқлар ҳар бир инсонни эзгу ишлар ва ёруғ ниятлар сари бошлайди. "Шоҳлари осмонларга тегиб турган чинор"ни аглаш ва уни севиш, "Ҳеч кимга бермаймиз сени, Ўзбекистон!" дея юракдан ҳайқириб, "Ким юртига содиқ бўлса мендирман ўша", дея онт ичиш бахти Она юртини севган инсонларгагина насиб этади. Фарзандларимиз ҳам Ватанимизга бўлган юксак муҳаббатимизни аглагучи ана шундай сара қўшиқлар қанотида улғайишини жуда-жуда истаимиз. Ва шу боис ҳам бу мавзуга ҳеч қачон бефарқ қарай олмаймиз.

**Мухтасар
ТОЖИМАТОВА,
"Оила ва жамият"
муҳбири**

oilavajamiyat@mail.ru

Boburshunoslikka BIR nazar

Ўзбек адабиёти тарихи жуда узоқ даврларни ўз ичига олса-да, XV-XVI асрлар Низомиддин Мир Алишер Навоий ва Заҳириддин Муҳаммад Бобурлар ижоди боис алоҳида мавқе касб этади. Бобур Навоий билан жисман учрашмаган, бироқ Навоий ижоди ва унинг эзгу ишларидан боҳабар бўлган. У "Бобурнома"да 1500 – 1501 йил воқеаларини баён қилар экан, Навоий билан хат ёзишганини, унга илк туркий шеърларидан юборганини қуйидагича ёзади: «Бу иккинчи навбат Самарқандни олғонда, Алишербек тирик эрди. Бир навбат манга китобати (хати) ҳам келиб эди. Мен ҳам бир китобат йибориб эдим, орқасида турки байт айтиб, битиб йибориб эдим. Жавоб келгунча тафриқа (бўлиниш) ва ғавго бўлди».

Демак, Бобур Навоийдан мактуб олиб, унга жавоб йўллаганда бор йўғи 17 ёшда эди. Унинг баъзи форсий ва қисман ўзбекча байтлари эндигина пайдо бўла бошлаган пайтда, Навоийнинг бу теурий шахзодага эътибор бериши унинг келажаги порлоқ ижодкор эканини англаб етганидан далолатдир.

Бобур ҳаётни севувчи, ҳар жиҳатдан етук, гоят истеъдодли шахс бўлган. Бетиним нотинчликлар, пайдарпай саргардонликларга қарамасдан, ижод қила олгани бунинг исботидир. У ийигирма ёшида «Хатти Бобурий»ни кашф қилди. «Бобурнома»да Бобурнинг илк машқларидан тортиб, йирик асарларигача ёзилиш тарихи, улар



билан боглиқ воқеалар ҳақида маълумот берилган. Бобур ўз асарининг «909 (1503–1504) йил воқеалари» деган саҳифасида: «Ушбу маҳалларда «Бобурий хатни ихтиро қилдим» деб ёзади. Умр бўйи ижоддан тўхтамади, девон тартиб қилди. «Бобурнома»дай улкан тарихий-бадий асарни яратди. У дастлаб «Вақоеъ» («Воқеалар») деб аталган. Сўнграқ «Воқеоти Бобурий», «Воқеаном», «Тузуки Бобурий»,

«Бобурия» номларини олди. Ниҳоят «Бобурнома» номи билан шуҳрат топди. «Бобурнома» Заҳириддин Бобурнинг бутун умри давомидаги эсдаликларидир. У 12 ёшидан ҳаётининг сўнгигача бўлган воқеаларни қайд қилиб борган ва умрининг охирида – 1525–1530 йилларда ушбу асарни ёзиб китоб ҳолига келтирган, деб тахмин қилинади. «Бобурнома» XVI асрдаёқ турли Шарқ тилларига таржима қилина бошланган. Жумладан, 1586 йилда форс тилига ўғирланган. Ёднома Оврупога XVIII асрнинг бошида кириб борди.

Шунингдек, у мусиқа билан шугулланиб, «Чоргоҳ» мақомига «савт»лар битди. Бобур 1520–1521 йилларда мусиқа билан шугуллангани ҳақида маълумот беради. У ватандан узокда ҳам она тили равнақини ўйлади. Туркий тилдаги ижодни рағбатлантирди. Тилни

соф сақлаш учун курашди. Шаръий масалаларга бағишлаб «Мубайян» асарини ёзди. 1523 – 1525 йилларда аруз вазнига бағишлаб «Мухтасар» номи рисола битди. Бобурнинг «Ҳарб иши», «Мусиқа илми» номи асарлари ҳозиргача топилган эмас. Хўжа Аҳрорнинг «Волидия» асарини шеърый йўл билан ўзбек тилига таржима қилди.

Бобур дастлабки ижодини форсийча байтлар машқи билан бошлаган

бўлса-да, ўз асарларини ўзбек тили (эски ўзбек тили)да ёзди. Унинг ижоди ўз давридан бошлаб ҳозирга қадар тинимсиз ўрганиб келинмоқда.

Бобур ижодини ўрганишга бағишланган яна бир манба профессор А.Абдуғафуровнинг "Қалб қаъридаги қадриятлар" номи асаридир. Бу асарнинг эътиборли жиҳати шуки, унда олимнинг 1992 – 1997 йиллар оралиғида Бобур ижодига бағишлаб ёзган мақолалари ҳам киритилган. Олим асар давомида Бобурнинг ҳаёти ва ижодига оид кўпгина муаммоларни мавзулар ҳақида мувоҳаса юритади.

Бобурнинг мемуар асари "Бобурнома" рус, инглиз, немис, француз тилларида таржима қилинган. Бобур ижоди асосида қатор номзодлик ва докторлик диссертациялари ёқланди. Мазкур тадқиқотларда Бобурнинг ҳаёти ва ижоди оид энг мўътабар маълумотлар келтириб ўтилган. "Бобурнома"нинг мамлакатимизда ва хорижда ўрганилиши масалалари ёритилган. Профессор Қ.Қудратуллаевнинг докторлик диссертациясида эса "Бобурнома"нинг тарихий, адабий ва услубий таҳлили масалалари ўрганилади. Олим мавзунини ёритишда Навоий, Бобур, Хондамир ва Восифийларнинг насрий асарларини қиёслаб ўрганиш йўлидан боради.

Бобур ижоди билан қизиқиш нафақат юртимиз ва қардош мамлакатларда, балки хорижда ҳам яхшигина ўрганилган. Бунга Л.Пеньковский, М.А.Салёв, Н.И.Илминский, А.Бевеиж, И.В.Стеблевалар томонидан амалга оширилган илмий асарларни мисол қилиб келтириш мумкин.

Хулоса шуки, шоҳ ва шоир Заҳириддин Муҳаммад Бобур ижоди барча давр тадқиқотчиларининг диққат марказида бўлган ва бундан кейин ҳам Бобур ижодини ўрганиш-ўргатиш ишлари давом этаверади.

Аҳадхон МУҲАММАДИЕВ,
СамДУ доценти

Shohmen elga, vate senga quldurmen

Балойи ишқки, ҳар дам манда жафоедур,
Бу ишдин кеча олмон ажаб балоедур.

Хати лабига туташ бўлса, эй кўнгул, не ажаб,
Ки Хизр чашмайи ҳайвонга раҳнамоедур.

Ярар бу хаста кўнгул дардига ўқин яраси,
Магарки ҳар яраси ёрнинг давоедур.

Баҳор фаслидуру май ҳавоси бошимда,
Аёқ тут менга соқийки, хуш ҳавоедур.

Ул ой рақибга бўлди рафику Бобурнинг
Рафику ҳамдами ҳажринда оху воедур.

Ўлум уйқусига бориб жаҳондин бўлдум осуда,
Мени истасангиз, эй дўстлар, кўргайсиз уйқуда.

Неким тақдир бўлса, ул бўлур таҳқиқ билгайсиз,
Эрур жангу жадал, ранжу риёзат барча беҳуда.

Ўзунгни шод тутқил, ғам ема дунё учун зинҳор
Ки, бир дам ғам емакка арзимас дунёйи фарсуда.

Замона аҳли ичра, эй кўнгул, оё топилгаймۇ,
Сениндек дард паймову мениндек дард паймуда.

Улусдин тинмадим умримда ҳаргиз паҳзае, Бобур,
Магар улсам бу олам аҳлидин бўлгаймён осуда.

Қайгунгни чека-чека қарибдур Бобур,
Раҳм айлаки, ўзидин борибдур Бобур.
Норанж юборди сангаким, билмагасен,
Яъники, бу навъ саргорибдур Бобур.

Ҳар кимки вафо қилса, вафо топқисидур,
Ҳар кимки жафо қилса, жафо топқисидур,
Яхши киши кўрмагай ёмонлиғ ҳаргиз,
Ҳар кимки ёмон бўлса, жазо топқисидур.

Ёд этмас эмиш кишини меҳнатга киши,
Шод этмас эмиш кўнгулни гурбатга киши.
Кўнгулм бу ғариблиқта шод ўлмади ҳеч,
Гурбатга севунмас эмиш, албатта, киши.

Ҳижрон аро ёд этиб мени шод айла,
Маҳжур кўнгулни ғамдин озод айла,
Бу хатни анинг учун битдим мунда,
Кўрган Сойи хатимни, мени ёд айла.

Ул хатки, анда сени мен ёд этгаймён,
Кўз оқиди қошқи савод этгаймён,
Кифриклардан анга қалам рост қилиб,
Кўз қаросидин анга мидод этгаймён.

Номангки тириклизим нишони эрди,
Ҳар сатри ҳаёти жовидони эрди,
Ҳар лафзиди ошкор юз харфи вафо,
Ҳар ҳарфида юз меҳр ниҳоний эрди.

Тўз оҳ, Заҳириддин Муҳаммад Бобур,
Юз оҳ, Заҳириддин Муҳаммад Бобур,
Сарриштаи айшдин кўнгулни зинҳор
Уз оҳ, Заҳириддин Муҳаммад Бобур.

Сен гулсену мен ҳақир булбулдирмен,
Сен шувласен, ул шувлага мен қулдирмен,
Нисбат ўқдур, деб ижтиноб айламаким,
Шоҳмен элга, вале сenga қулдурмен.

“ORINICHIB” YOKI

Кореяда болалар боғчаси икки хил «ориничиб» ва «ючивон» деб аталади. (Орини – болалар, чиб – уй дегани.) «Куриб ориничиб» – давлатга қарашли ва болаларни жуда эрта, ҳатто ёшига етмасидан қабул қилади. «Ючивон» эса хусусий, болаларни уч-тўрт ёшдан бошлаб олади. Уларда инглиз тили чуқурроқ ўргатилади, машғулотлар доираси кенг.

Эрталаб болалар бекатда ота-оналари билан тўпланишади ва уларни болалар боғчасининг автобусида тарбиячи олиб кетади. Кўпқаватли турар жойлар орасида жойлашган «ориничиб»га автобуснинг зарура-ти йўқ. Асосан, ён-веридидаги бинода яшайдиганлар қатнайдди. «Ориничиб» болаларни эрталаб етти-етти яримдан қабул қила бошлайди ва ота-онанинг иккиси ҳам ишласа, одат бўйича тўрт ярим-бешда эмас, олтигача олиши мумкин. «Ючивон» кеч соат еттигача очик бўлади. Ишли аёллар кўпинча, болаларни тазқвандо, мусиқа, инглиз тили каби клубларга ёздириб қўйишади. Улар болаларни боғчадан олиб кетади ва машғулотдан сўнг уйларига келтириб беради.

Давлат боғчалари корейслар учун юз фоиз бепул. Ҳар битта болага давлат ғамхўрлик қилади. Ҳар ой маълум бир сумма атрофида, масалан, яқин дугонам Минкёнгнинг айтишича, фарзандларининг ҳар бири учун 300.000 вон бола пули олади, ишламаётгани учун онасига қўшимча 100.000 вон беришади.

Агар болалар боғчасига юбормоқчи бўлса, банк карточка очиб беради ва давлат ҳар ойлик бола пулини ўша карточкага ташлайди. Шу тарзда пул боғча ҳисобига ўтади. Фақатгина йўлқира ва бошқа харажатлар учун икки ойда бир тўланадиган арзимаган тўлов бундан мустасно. Хусусий боғчалар учун эса машғулотлари доирасига қараб қўшимча тўлов қилинади.

Чет элликлар 220 000 вон боғча пули тўлайди. Корейс тили ва ёзуви, математика, инглиз тили, мусиқа ҳамда бошқа машғулотлар учун ҳар ой қўшимча тўлов – 50 000 вон.

Кореяда ҳар икки кўчанинг бирида боғча учрайди. Бирок бўш ўрин топиш қийин, чунки ёшга қараб лимит белгиланган, бир ёшгача болалар гуруҳи кўпи билан бешта бола олади, икки ёшлилар гуруҳидаги болалар ўнтадан ошмайди. Ота-оналар Таълим вазирлиги сайти рўйхатидан ўтиб, навбатга ёзилади. Учтагача «ориничиб»га сўров юбориш мумкин.

Кореяда болалар боғчаси таълим-тарбия беришдан ташқари, жамиятга тайёрлайдиган муҳим маскан ҳисобланади. Шу боис, мен ҳам Кореяга келган кунларимиздан бошлаб ўғлимни

ДАВЛАТ БОҒЧАЛАРИ

корейслар учун юз фоиз бепул. Ҳар битта болага давлат ғамхўрлик қилади. Ҳар ой маълум бир сумма атрофида, масалан, яқин дугонам Минкёнгнинг айтишича, фарзандларининг ҳар бири учун 300.000 вон бола пули олади, ишламаётгани учун онасига қўшимча 100.000 вон беришади.

болалар боғчасига бериш ҳақида ўйлай бошладим. Интернет орқали улар ҳақида тўлиқ маълумот олиш ва ҳужжатларни онлайн юбориш мумкин, бироқ бу чет элликлар учун осон эмас. Шу сабаб харита орқали топиб уйимиз яқинидаги болалар боғчасига боришга қарор қилдим. Уч-тўртта “ориничиб” ва “ючивон” ходимлари билан телефонлашдим. Баъзилари ҳозирча ўрин йўқ, хабар қиламиз, дейишди, хусусий боғчалар эса чет эллик бўлганим учун икки баробар қиммат нарх айтишди.

Ниҳоят уйимиздан пиёда 10-15 дақиқалик йўл, давлатга қарашли “Оксу Хиллс” номли “куриб ориничиб”да битта бўш ўрин борлигини билдим. Шинамгина, бир қаватли, тўртта ёш гуруҳига эга кичикроқ боғча экан. Ўйин майдончаси бошқа каттароқ болалар боғчасидан фарқи ташқари ҳовлида. “Ориничиб” кўп қаватли бинолар ўртасида жойлашгани учун сайрга чиқишганида бемалол кузатиш мумкин. Мудираси Ўзбекистон ҳақида тасаввурга эга эди, яхши гаплар айтди. Сўнг танишиб чиқишим учун ўн варақли шартнома қоғозини уйга бериб юборди. Қоғозда:

- боланинг қайси маҳсулотга аллергияси бор?

- характери қанақа?
- соат неччида туради, қачон уйкуга ётади, туш пайти ухлайдими?

- боғчадан кимлар олиб кетади?

- агар ҳеч ким келмаган тақдирда уйга тарбиячи олиб бориб қўйиши мумкинми?

- болани расмга олиш, расмини принтер қилиш, боғча ичидаги камерага тушиб қолишига ота-она қарши эмасми?

- қутилмаган вазиятларда яқин орадаги шифохонага олиб бориш мумкинми?

- боғчага боролмаган кунлари соат тўққизгача телефон қилиб огоҳлантириб қўйиш керак!

- боланинг кўзи оғриганида, иситма қилаётганида ва бошқа юқумли касалликка чалинганда боғча қабул қилмайди!

- ёзги бир ойлик таътил ҳамда боланинг боғчага келмаган кунлари учун ҳам тўлов тўлиқ тўланади, каби талаблар ва саволлар ёзилганди.

Ниҳоят шартнома имзоладик. Бошлангич тўлов – 50.000 вон экан. Ушбу тўлов ҳисобидан боғча номи ёзилган рюгзак ҳамда кундалик дафтар беришди. Унда ўқитувчига бирор эътироз ёки тақлифлар, бола дори ичиши, бошқа зарур ҳолатлар эслатма



Тарбиячи ҳар битта боланинг кунлик бажарган ишларини шахсий файлига яттини битта қилиб ота-онасига беради. Ҳар ой якунида эса интернет расмларини юборади.

тарзида ёзилади. Ўқитувчи ҳам ҳафта давомидаги бирор янгилик ёки ўзгариш бўлса қайд этиб қўяди. Ҳар ойлик тўлов олдиндан банк орқали тўланади. Боланинг ID card яъни паспорти нусхаси ва тиббий кўрикдан ўтганлик ҳақидаги маълумотномани олиб бордим. Тиш чўтка, туш пайти дам олиши учун кўрпатўшак сўрашди. Тўрт-беш ёшли болалар бир гуруҳ қилинган, йигирмата бола бўлгани учун иккита тарбиячи қарарди.

Бино атрофи манзарали дарахтлар билан ўралган, болалар боғчаси ичига кириш учун ёш гуруҳига қараб эшик ёнидаги керакли тугмача босилади ва бола исми айтилади. “Ориничиб” атрофидаги камералар 24 соат ишлайди. Ичкарига киргач, ўнг қўлда кунлик таомнома, боғча қоидалари, ҳафталик ва ойлик режалар осиб қўйилган. Болалар оёқ кийимларини шу ерда ечиб

қолдиришади.

Тўрт-беш ёшли болалар хонаси билан танишдим. Хонанинг тўртта бурчагида тўрт хил турдаги ўйинчоқлар йиғилган. Бола қаерни хоҳласа ўз расми туширилган карточкани ўша бурчак деворидаги доскага ёпиштириб, сўнг уйнаши мумкин. Агар карточка учун бўш ўрин бўлмаса, у ҳолда бола бошқа жойда уйнаши керак. Ўғлимнинг бу қоидага ўзлаштириши қийин кечди. (Карточкани ёпиштирмай туриб ис-талган бурчакка бориб ўйнардди.)

Мутолаа учун кичик китоб жавони ва стол-стул қўйилган. Хонтахта атрофида овқатланишда, кроват йўқ, ерда ётишади. Пол иссиқ, пайпоқда юриш мумкин. Болалар шкафи хона ичида.

Уч-тўрт кун соат ўн иккида, кейинги кунлари соат учда олдим, икки ёшдан бошлаб болалар боғчасига қатнагани сабабми ўғлим боғча ҳаётига тезда киришиб кетди. Аввалига энгилб саломлашиш ва хайрлашишни ўргатишди, кейинроқ қўл ювиш ва ҳолатга бориш учун албатта, навбатга туриш кераклигини ўрганди. Корейслар тартибни яхши кўради ва навбат тушунчасини кичиклигиданок бола онгига синдиришга ҳаракат қилишади. Ўрнини ўзи солиб ўзи йиғиштиришга одатланди. Корейс тилини билмагани учун қийнади. Тарбиячиси гапларини тушунтиролмас, ўғлим ўртоқларини тушунолмас эди. Болалар боғчасига йўл-йўлакай зарур сўзларни, энг кўп ишлатиладиган гапларни ўргатдим, далда бериб турдим.

Бирок, ўғлим ўта таъсирчан, руҳиятида дарров ўзгариш сезилди. Болалар билан кўп уришадиган бўлиб қолди. Тарбиячиси устидан шикоят қилмас, олгани борганимда, қилган ёмон ишларини қулиб айтиб беради. Ўғлимдан сўрадим, жазола-гандир деб ўйладим, унинг айтишича, ёмон иш қилганида тарбиячи опаси



“YUCHIVON”?



жойлаб боради ва олти ойлик фаоли-
орқали ота-оналарга кунлик машғулот

уришмас экан. Бошқа бир тарбиячи олдиға ўтиргизиб қўлига қоғоз-қалам берар, бироздан сўнг нега ёмон бола бўлаётганини сўраб, бу яхши эмаслигини тушунтираркан. Тарбиянинг бу усули фойда берди, шу баҳона ўғлимда расм чизишга қизиқиш уйғонди. Уйда ҳам қоғоз топса, дарров расм чизадиган бўлиб қолди.

Ўғлим ҳар куни уйга корейс тилида эртак китоб олиб келади, сўнг ўзи ўша эртакни айтиб беради. Сўрасам, катта экранда эртак асосида мультфильм кўйиб беришаркан. Сўнг тарбиячи болалар билан шу эртак ҳақида фикр-лашади. Ота-онаси ўқиб бериши учун уйга бериб юборади.

Эрталаб нонуштадан сўнг машғулотлар бошланади. Соат ўн бирагачини ташқарига сайрга чиқишади, ён атрофда иккита ўйин майдончаси бор, майдонча ҳудудига юмшоқ асфальт ётқизилган, бола йиқилганида ҳам лат емайди. Сайрдан келиб овқатланишади, кейин яна машғулота киришилади. Катта гуруҳда ухлаш ихтиёрий экан. Кимдир чарчаган бўлса, ўрин солиб ётиши мумкин. Ухлашни истамайдиганлар эса мажбур қилинмайди. Ҳар куни расми, корейс ёзуви, математик мисоллар бор рисолача тарқатишади, болалар ёзади, бўййди, математик мисолларни ечади. Кеч пайти уйга кетиш олдида энгил тамадди қилишади. (Ҳар кунги менюда, мева, сабзавот, гўшти маҳсулотлар бўлишига қарамай, таомлари калорияли эмас.)

Ҳафтада бир марта инглиз тили ўқитувчиси келади. Инглиз тилида эртак китоб тарқатади ва ўша эртак мультфильмни кўйиб беради. Ҳафтада бир кун жисмоний тарбия, бошқа кун мусиқа муаллими келади. Қўшиқ ўргатади, таэквандо элементлари акс этган ҳар хил машқлар қилишади, кичик мусобақалар ўтказишади.

Болалар боғчаси тоғ ёнбағрида жойлашган ҳар фасл бир неча марта алоҳида йўл бошловчи келиб болаларни тоққа олиб чиқади. Ёввойи гуллар билан таништиради, барглари йиғиб келишади, тарбиячи билан қоғозга ёпиштиришади. Баҳорда мудира хоним назоратида боғча ҳовлисида гул экишади, кўчат ўтказишади. Ошпазлик дарслари олишади.

Тарбиячи ҳар битта боланинг кунлик бажарган ишларини шахсий файлига жойлаб боради ва олти ойлик фаолиятини битта қилиб ота-онасига беради. Ҳар ой якунида эса интернет орқали ота-оналарга кунлик машғулоти расмларини юборади. Шунингдек, йилда икки марта тарбиячи ҳар битта ота-она учун ийгирма дақиқа вақт ажратади ва юзма-юз ўтириб фақат болангиз ҳақида гапирди. Тенгдошларига нисбатан бўйи, вазни, ўзлаштириши тўғрисида маълумот беради. Қизиқиш ҳақида айтади, камчиликларини бартараф қилиш учун йўл-йўриқ кўрсатади.

Ҳафтада бир марта болалар автобусда саёҳатга боради. Ҳар жума келгуси ҳафта режаси ва таомнома рўйхати берилади. Хоҳламайдиганлар болаларини саёҳатга юбормаслиги мумкин. Йўлқира ва қўшимча харажатлар учун икки ойда бир 20 000 вон атрофида тўлов қоғози келади.

Болалар қариялар уйига кўп бориб туришади ва уларга ўрганган қўшиқларини айтиб беришади. Бу орқали болаларда катталарга нисбатан меҳр уйғотишади,

ШАРТНОМА ҚОҒОЗИ:

- боланинг қайси маҳсулотга аллергияси бор?
- характери қанақа?
- соат нечида туради, қачон уйкуга ётади, туш пайти ухлайдими?
- боғчадан кимлар олиб кетади?
- агар ҳеч ким келмаган тақдирда уйга тарбиячи олиб бориб қўйиши мумкинми?
- болани расмга олиш, расмини принтер қилиш, боғча ичидаги камерага тушиб қолишига ота-она қарши эмасми?
- кутилмаган вазиятларда яқин орадаги шифохонага олиб бориш мумкинми?
- боғчага боролмаган кунлари соат тўққизгача телефон қилиб огоҳлантириб қўйиш керак!
- боланинг кўзи оғриганида, иситма қилаётганида ва бошқа юқумли касалликка чалинганда боғча қабул қилмайди!
- ёзги бир ойлик таътил ҳамда боланинг боғчага келмаган кунлари учун ҳам тўлов тўлиқ тўланади, каби талаблар ва саволлар ёзилганди.



деб ўйлайман. Бир гал ўғлим полиция идорасига борганлари ҳақида айтиб берди. Тарбиячисига полиция болалар ва ёши катталарга ёрдам берадиган яхши одамлар экан, мен ҳам полициячи бўламан, дебди. Хайвонот боғи, музей ва турли аттракционларга ҳам саёҳатлар уюштирилади.

Баҳор фаслида кулупнай тергани бориб кулупнайли мураббо тайёрлашни ўрганиб келди, кокума(ширин картошка) кавлагани боришганида бир сетка кокума кавлабди. Боғбон амаки ўргатиб турди, дейди. Ўғлимга айниқса, чиқиндиларни қайта ишлаш марказига саёҳат жуда ёқди. У ердан катта таассурот билан қайтди. Пластик, шиша ва қоғозларни алоҳида чиқинди идишларига солиш кераклиги, уларни қайта ишлаб турли маҳсулотлар яратиш мумкинлигини ҳақида анча кунгача гапириб юрди.

Мудира хоним ота-оналар билан доимий мулоқотда. Болалар боғчаси фаолияти ҳақида тинмай сўровнома юборади, таклифларни ёзиб олади. Оналар учун ошпазлик дарслари ташкил қилинган. Истаган одам қатнашиши мумкин. Бир неча оналар ойда бир марта шу баҳона йиғилиб, мудира хоним билан бирга овқат тайёрлаймиз, сўнг ўтириб тушлик қиламиз.

– Бу дарслар яхши она бўлишим учун асқотади, – дейди Юнсо исми қизинг ораси. – Шунингдек, боғча ҳаёти билан яқиндан танишиш, мудира хонимнинг хонасидаги камера орқали қизимнинг гуруҳидаги болалар билан муносабати, машғулотлардаги иштирокини кузатишим мумкин.

Тарбиячиларни кузатаман, ҳаммаси ёш, кенгфёлли, ҳар битта болани табасум билан қабул қилиб олади ва шундай кузатиб қўяди. Южорида Корей болалар боғчасининг фақат яхши томонлари ҳақида гапирдим. Бироқ баъзида биздаги каби болалар боғчалари ҳақида турли гап-сўзлар урчибди. Кимчи емагани учун урибди, қулоқсизлиги учун жазолабди каби миш-мишларни эшитиб қолам.

Ўғлим корейс боғчасига бора бошлагани яқинда бир йил тўлади, бирорта корейсча ёки инглизча шеър билмайди. Аммо ҳар ҳафта қоғоз, пластик ва бошқа материаллардан турли буюмлар ясаб келади. Боладаги ижодкорлигини ривожлантиришади. Ҳозир ўғлим икки тил (корейс ва ўзбек)да юзгача санайди, йигирмагача бўлган математик мисолларни бемалол бажаради. Инглиз ва корейс тилидаги ҳарфларни ёза олади. Янги йил олдида ўз қўли билан қорбобга хат ҳам ёзди. Мультфильм кўришдан зериккан пайтларида компьютерда шашка ўйнашни яхши кўради.

Бир кун кечроқ борибман. Гуруҳида иккитагина бола қолган экан. Ўғлим кийина бошлади.

– Яна бир ўзим қолам, – деди ўртоғи хўрсиниб.

– Нега? Мен-чи? Кичик гуруҳларда ҳам болалар бор, ҳали, – деди тарбиячи кўнглини кўтариб.

– Кичик гуруҳларда ҳам болалар бор-а, – деди болақай кўзлари чақнаб.

– Ҳа, албатта, бор, – деди тарбиячи хушфёлли билан.

Бироқ мен кичик гуруҳдаги болаларни ота-оналари эрталоқ олиб кетишларини яхши билардим.

Раҳшона АҲМЕДОВА
Жанубий Корей

Men korruptsiyaga qarshiman!

BIRINCHI PARTANING NARXI QANCHA?

Қайсидир туманда Жанубий Корей билан ҳамкорликда инновацион боғча очилгани ҳақидаги хабарга кўзим тушади. Бирдан ҳаёлимга «иложи»ни қилиб болаларимни шу боғчага жойлашмишкан, деган фикр келади. Бироқ, дарҳол ўзимни қўлга олишга тиришаман: йўғ-а, нималар деяпман? Ахир мен коррупцияга тиш-тирноғи билан қаршилиқ қилишга ўтаётган одамман-ку?! Лекин мия қўрғур коррупциясиз биноийдек ҳаёт кечириш мумкинлигини қабул қилмай одамни қон қилади, денг...

Иккинчи синфда ўқийдиган қизимни мактабдан олиш учун йўлга чиқаман. Йўл-йўлакай «Қўйлик Ота» маҳалласининг қоқ ўртасидаги йўлни тузатишга келган йўлсозлар 300 метрча ерни теп-текис қилиб, 10 қадамча жойни шундоғича қолдириб кетишганига кўзим тушади. «Ҳай, маҳалла раисими ёки шу қўп қаватли уйда яшовчиларми, хуллас, кимдир йўлсозларнинг чўнтагига бир-икки сўм солиб қўймабди-да! Ушанда шу бир қатим жой туянинг ўрқачидай бўлиб турмасиди?!» Бу уй ҳам миямга беихтир келади. Чунки ўқувчилик пайтим катта кўчамизни асфальт қилаётган йўлсозларни уйига қаққиб, едириб-ичириб, камига чўнтагига бир-икки сўм солиб, яғир тупроғи ўйнаб турган ҳовлисини арчилган тўхумдай силлиқ қилдириб олган кўшнимизни ўз кўзим билан кўрганман-да.

Мактабда етиб келаман. Синф эшиги олдида тўпланиб турган оналар ниманидир қизгин муҳокама қилишади.

– Нега менинг ўғлимни биринчи партага ўтиргизмайдилар унда? – дейди она бўғилиб. Сўнг доим биринчи партада ўтирадиган болани ёнига қаққиради:

– Синфдошларинг ҳар ҳафта жой алмашади болам, сен нимага биринчи партадан қимирламайсан? Еки кўзойнақ тақасамми, қулоғинг яхши эшитмайдими?

Болақай аёлнинг пичингини тушунмайди. Қўзларини пирпиратиб: «Дадам тўрт йилга биринчи партани сотиб олган. Шунинг учун жойимни алмашмаман», дейди...

Турган жойимда қотиб қолам. Ана, нукул «иложини қилиш» фикри бекорга миямга келмас экан-да. Ахир мактабдаги биринчи партага ўтириш учун ҳам «узатиш» керак экан. Эссиз, нега аввалроқ билмайдим, қизимнинг бўйи кичкина. Биринчи партада ўтирса яхши-да! Йўғ-а, миядагиларни қувиб чиқаришми керак: ахир, мен коррупцияга қаршиман-ку!

Учинчи фарзандим туғилишидан олдин қўриқдан ўтказаятган гинеколог кўзини лўқ қилсам бир сўм узатмайман, кейинги сафар келганимда қарамайди, текширгиси ҳам келмайди. Болам туғилгандан кейин уни қўриқдан ўтказиб турадиган болалар шифокорининг чўнтагига ҳам бир нима солиб қўймайман. Кейинги сафар «касалим-шакарим» демасдан, силтаб-силтаб боламини кўриб қўяди. Олдингидек боғча опанинг чўнтагига ҳам чой ичарсиз деб бир-икки сўм солиб қўймайман. Кўни бўйи боламини уришиб жеркишини билсам-да.

Туғруқхонада суюнчи пулини бошқа перейскуртанда йўқ «узат-узатлар»ни бермаганим учун қилинган қўпол муомалаларга ҳам эътибор бермайман. Миямни «иложини қилиш» иш битириш фикридан буткул тозалашга уринаман. Чунки мен коррупцияга қаршиман, ҳеч кимга пора бермайман: ишим бугун битмаса эртага, эртага битмаса индин... йўқ, бир ой, эҳтимот бир йилда битар? Битармикан?!

Саида ИБОДИНОВА

Қадимги алломалар узоқ умр кўриш учун инсон аввало, тўғри овқатланиши зарурлигини айтиб қолдиришган. Аҳмад Дониш “Хар бир киши овқатланиш қоидаларига амал қилса, 120 йил яшайди” дея башорат қилган экан. Маҳатма Ганди эса “1000 хил касалликнинг 999 тасини тўғри овқатланиш билан даволаш мумкин” деб ёзган. Демак, тўғри овқатланиш соғлом турмуш тарзининг асоси ҳисобланар экан. Давлатимиз раҳбарининг яқинда эълон қилинган “Юқумли бўлмаган касалликларнинг профилактикасини, соғлом турмуш тарзини қўллаб-қувватлаш ва аҳолининг жисмоний фаоллиги даражасини ошириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарорида ҳам нотўғри овқатланиш билан боғлиқ касалликларнинг олдини олиш ва тарқалиши даражасини камайтириш, кенг кўламда тушунтириш ишларини ташкил қилиш ва аҳоли ўртасида соғлом турмуш гарови сифатида тўғри овқатланиш тарғиботини кучайтириш ҳақида алоҳида таъкидланган.



Анатолий ХУДОЙБЕРГАНОВ,
Ўзбекистон Республика-
си Соғлиқни сақлаш вазирлиги
овқатланиш гигиенаси бўйича бош
мутахассиси, тиббиёт фанлари док-
тори, профессор

Шундай экан, аслида ишни нимадан бошлаш керак бўлади? Тошкент тиббиёт Академияси ҳузуридаги Республика ўқув-илмий диетология маркази директори ўринбосари, Соғлиқни сақлаш вазирлиги овқатланиш гигиенаси бўйича бош мутахассиси, тиббиёт фанлари доктори, профессор Анатолий Худойберганов бу саволимизга қуйидагича жавоб беради:

– Аксарият юқумли бўлмаган, масалан, юрак қон-томир касалликлари (гипертония, инфаркт, инсульт), ошқозон-ичак хасталиклари (ошқозон яраси, панкреатит, гепатит, дисбактериоз, ингичка ва йўғон ичаклар фаолиятининг бузилиши), эндокрин касалликлар (диабет, гипотиреоз, тиреотоксикоз), саратон хасталиклари, аллергия, модда алмашинуви издан чиқиши билан алоқадор хасталиklar (атеросклероз, ортичка вазн) асосан нотўғри овқатланиш туфайли келиб чиқиши аниқланган. Шу боисдан юртимизда овқатланишни тўғри ташкил этиш орқали аҳолини соғломлаштиришга қаратилган тадбирларга ҳукуматимиз томонидан алоҳида эътибор берилмоқда.

Ҳукумат қарорида ҳам нотўғри овқатланиш билан боғлиқ касалликларнинг олдини олиш ва тарқалиш даражасини камайтириш мақсадида, кенг кўламда тушунтириш ишларини ташкил қилиш ва аҳолининг соғлом турмуш тарзи гарови сифатида тўғри овқатланиш тарғиботини кучайтириш зарурлиги ҳақидаги вазифалар белгилаб берилган. Бу борада, юқумли бўлмаган касалликларнинг олдини олишга қаратилган барча саъй-ҳаракатларга нафақат тиббий ходимлар (кардиологлар, эндокринологлар, онкологлар, диетологлар, бирламчи тиббий хизмат ши-

фокорлари), балки, маҳалла, мактаб, жамоат ташкилотлари ва озиқ-овқат маҳсулотлари ишлаб чиқарувчилар ҳам тўла жалб этилмоғи керак.

– Ёшлар ўртасида бугунги кунда камқонлик, гипотония ва шунга ўхшаш бошқа хасталикларнинг кўп учраётганлигига ҳам асосан уларнинг нотўғри овқатланиши, аниқроқ айтганда йўл-йўлакай кўча таомлари билан кифояланиши сабаб бўлиб қолмаётганимикин?

– Абу Али ибн Сино ўзининг минг йиллар аввал ёзилган “Тиб қонунлари” асарида овқатланиш тартибига оид тавсияларни тақдим этган. Улуғ табибнинг бу асарида овқатни фақат қорин очгандагина истеъмол қилиш, ҳар гал янги пиширилган таомни ейиш, руҳан ва жисмонан тинч ҳолатда овқатланиш, таомни шошмасдан, яхшилаб чайнаш ва кўп овқат ейишдан сақланиш кераклигига ургу берилган. Шундан кўринадики, юқумли бўлмаган хасталикларнинг олдини олишда соғлом овқатланиш маданияти ўта зарурдир.

Жаҳон Соғлиқни сақлаш ташкилотининг таъкидлашича, ер юзиде юрак қон томир хасталиклари ҳар йили 10 миллион кишининг ўлимига сабаб бўлмоқда, йилига 6 миллион одам саратон туфайли ҳаётдан кўз юммоқда, 50 ёшдан ошган ҳар учта аёлдан биттаси остеопороз (суякнинг мўртлиги) хасталигига дучор бўлган. Аслида юқорида санаб ўтилган хасталикларнинг олдини олиш мумкин, бунинг учун соғлом овқатланишни кундалик одатга айлантириш зарур.

– Тез тайёрланиш ва хуштам-лиги билан кишилар эътиборини ўзига тобора жалб қилаётган фаст-фудларнинг организмга фойдалари ва зарарли жиҳатлари тарозига солинса, қай бири оғирроқ келади?

– Қанчалик тез оммалашган бўлмасин, фаст-фудлар кўча шароитда тез, таркибида консервантлар, эмульгаторлар, бўёқлар каби қўшимчалар бор, улар бевосита саломатликка салбий таъсир кўрсатади.

Яқинда Европа олимлари 100 дан ортиқ хилдаги фаст-фудларни текшириб чиқиб, уларнинг таркибиде канцерогенлик хусусиятига эга бўлган акриламидар мавжудлигини аниқлашган. Европа қитъасида акриламидарни ишлатишга рухсат этилган миқдори 1 кг (л) маҳсулотда 1,0 мкг (микрограммдан) ошмаслиги зарур. Аниқланган натижаларга кўра эса 1 кг. чипсларда 1000 мкг, “картошка фри”да 500 мкг. акриламид борлиги аниқланган.

Фаст-фудларда кўплаб зарарли қўшимчалар мавжуд. Улардан биринчиси акация смоласи бўлиб, у астамани келтириб чиқаради, асосан музқаймоқ, резина сақич, газли ичимликлар ва конфетларга қўшилади. Иккинчиси, бензоатлардир, улар ошқозон-ичаклар



фаолиятини бузади, аллергия, қичима ва астмага сабаб бўлади, улар пицца, ходдоглар, пиволар таркибига киритилади. Учинчиси, глутамат натрий – асаб бузилиши, аллергия, ҳолсизлик қақиради, улар гўшт консервалари, тайёр таомлар консервалари таркибиде мавжуд. Тўртинчиси, нитрит натрий эса камқонликка ва бошқа оғир хасталикларга олиб келади, асосан колбаса маҳсулотларида қўлланилади. Хуллас, бу хилдаги зарарли қўшимчалари борлиги туфайли кўча таомларини камроқ истеъмол қилишни тавсия этаман.

– Дунё олимлари турли газланган ичимликларнинг организмга зиёни ҳақида таъкидлашиб, болалар ўртасида аллергик хасталикларнинг вужудга келишида бундай ичимликларнинг ҳам “ҳиссаси” борлигини айтишмоқда, бу борада фикрингиз қандай?

– Аниқланишича, газланган ичимликлар инсон генини, шунингдек, тиш эмалларини бузади, буйрак тошлари, қандли диабет сингари оғир хасталикларга сабаб бўлиши ҳам мумкин экан. Айниқса, бугун “энергетик” ичимликлар истеъмоли кенг тарқалмоқда. Шу ичимликдаги кофеин моддаси ҳақиқатан ҳам одамга тетиклик бағишлайди, аммо қувват бермайди. Бу сунъий тетиклик бўлиб, кофеин заҳирадаги қувватни ишлатади. Заҳирадан олинаётган қувватни тиклашга уринган кишида эса жижзакилик, депрессия ва уйқусизлик келиб чиқади.

Ёшлар эътиборга олишлари учун мен энергетик ичимликлар таркиби ҳақида алоҳида гапириб ўтай. Таурин (2-аминоэтансульфат кислотаси) тутқаноқда дори воситаси сифатида фойдаланиб келинган. Бу дори воситаси ошқозон ва 12 бармоқ ичаги яраларида бўлган ваҳшийлигини ошириш учун қўшилади. Глюкоронolakтон (глюкозамин сульфат) Вьетнамда АҚШ лашкарларининг жанговарлигини ошириш, кўркмаслик хусусиятини ўйғотиш мақсадида таблетка сифатида ишлатиб келинган. Инозит кўркүвга қарши витамин В8 дори воситаси сифатида қўлланилади. Кофеин дори воситаси сифатида марказий стимулятор тарзида шифокорлар томонидан қўлланилади. Юқори дозаларида (суткасига 200 мг) бош оғриғи, безовталик, юрак фаолиятининг бузилиши, сийдик пуфағи хасталикларига сабабчи бўлади.

– Бозорларимизда ёзу киши давомида сабзавот ва мевалар мўл-кўл ҳамда арзон. Улардан тайёрланган таом ва салатлар парҳезбоп, саломатлик учун жуда фойдали. Шундай экан, эндиликда табиий овқатланишнинг фойдалари ва қаттиқ қовурилган таомларнинг зарарли жиҳатлари ҳусусида тушунтириш-тарғибот ишларини янада кенг кўламда олиб бориш керакмикин?

– Сабзавот ва мевалар ўз таркибиде нафақат организм фаолияти учун зарур бўлган витаминлар ва минерал моддаларни, балки организмни иккиламчи нутриентлар билан таъминлаб берувчи озиқ тодаларини ҳам сақлайди. Замонавий овқатланиш назарияси, яъни адекват овқатланиш назариясида озиқ тодалар (балласт моддалар) алоҳида ўрин тутайди. Бу полисахаридлар, целлюлозалар, гемицеллюлозалар, пектинлар, лигнинлардир. Сабзавотлар, мевалар, бошоқчиларда балласт моддалар кўп миқдорда бўлади. Улар ичакнинг ҳаракатланиш функциясини кучайтиради.

Ҳозирги замонда ёш авлод тозаланган (рафинирланган) унлар, мойлар ва балласт моддаларни кам сақловчи маҳсулотларни истеъмол қилишни афзал кўришади ва натижада организм учун ўта зарур озуқа моддалари танқислиги юзага келади. Йўлдан ичак са-

UMR CHIMISIZ?

u holda
to'g'ri
ovqatlanish
shartlariga
amal
qiling!

СОГЛОМ ОВҚАТЛАНИШНИНГ
ТАМОЙИЛЛАРИ ЖАҲОН
СОГЛИҚНИ САҚЛАШ ТАШКИЛОТИ
ТОМОНИДАН ҚАБУЛ ҚИЛИНГАН
БЎЛИБ, БУ ҚЎЙИДАГИЛАРДАН
ИБОРАТ:

1. Кунига хилма-хил овқат маҳсулотларини истеъмол қилиш.
2. Кун давомида бир неча маротаба маҳаллий шароитда етиштирилган янги мева ва сабзавотларни тановул қилиш (суткасига ҳар кишига камида 400гр.)
3. Нон ва дон маҳсулотлари, ёрмалар, картошка ҳар куни истеъмол қилиниши зарур.
4. Овқат пиширишда ҳайвон ёғлари ўрнига ўсимлик ёғларини ишлатиш.
5. Ёғли гўшлар ва гўшт маҳсулотлари ўрнига ёғсизини танлаш, балиқ, парранда гўшти ва дуккаклиларни истеъмол қилиш.
6. Таркибида ёғи кам бўлган сут ва сут маҳсулотлари ҳамда таркибида ёғ моддалари ва туз кам бўлган йогурт ва пишлоқларни кундалик истеъмолга киритиш.
7. Шакар ва қандни, шунингдек, ширинликлар ва ширин ичимликлар миқдорини чегаралаш.
8. Бир кеча-кундуз давомидаги туз миқдори бир чой қошиқдан (5гр.) ошмаслиги керак, фақат йодланган ош тузини ишлатиш зарур.
9. Чой ўрнига шакарсиз шاربатлар ёки газланмаган сув истеъмол қилиш.
10. Овқат тайёрлаш тартибига амал қилиб, керагидан ортиқча қовурмаган маъкул, акс ҳолда маҳсулотлар таркибидаги витаминлар ва фоол моддалар ўз хусусиятини йўқотади. Таомларни кўпроқ қайнатиб ёки буглаб пишириш керак.
11. Чақалоқларни 6 ойлик бўлгунча қадар фақат қўкрак сути билан боқиш даркор.
12. Вазнини меъёрида сақлаш учун ҳар куни жисмоний машғулотлар билан шуғулланиб, бадантарбия машқларини бажариш керак.

Гулчехра ЖАМИЛОВА
суҳбатлашди.

BIR YILDAN BUYON BEHUSH YOTGAN AYOL

Saxovat aksiyasi

У чиройли қиз эди. Ака-укалар орасида эркатой – ёлғиз эди. Келин бўлди. Ҳамманинг тилига, дилига тушди. Чаққон ва ширинсўз Мадинахон бир пастда маҳалла-қўйнинг эътиборини қозонди.

Аммо бугун ҳали ўттизга ҳам чиқмаган Мадинахоннинг фақат тирик сурати қолган, холос. Юролмайди, гапиролмайди, қимиролмайди – беҳуш. Бувайда туманининг Бўёқчи қишлоғида бир йилдан бери беҳуш ётган аёл – Мадина Йўлдошева ҳақида ижтимоий тармоқлар орқали билганимда, ҳолдан хабар олишни кўнглимга туғиб қўйгандим. Тасаввур қилаёйсизми, айна болаларга меҳр-муҳаббат керак пайтида онанинг гап-сўзсиз, хатти-ҳаракатсиз тушакка михланиб ётишини. Аёл бир бурдадай бўлиб қолган, нигоҳлари, бутун танаси ҳаракатсиз. Унинг олдида бир дақиқа ҳам жилмаётган, кўзлари ичига ботган она, қадди дол бўлган ота. Шифтга термулиб ётган Мадинахоннинг кўзлари кўраятими, йўқми — буни ҳам билолмайсиз.

— Болалари келиб турибдими, — деб сўрадим Мадинахоннинг онаси Гулчехра онадан.

— Ҳар дам олиш кўнлари келишади. Болалари онасига рақсга тушиб қўшиқ айтиб беришади, — дейди онаизор.

Мадина “болалари” деган гапни эшитган, бошини кўтариб, шифтга термулганча оғзини каппа-каппа очиб овоз чиқаради.

— Бу унинг йиғлаётгани, — дейди онаизор, — болалари ҳақида гапирсангиз ана шундай ох уради.

Қимиролмайди, ҳаракатлана олмайди, аммо бўғзидан, қалбидан, юрагининг қат-қатидан эшитган одамни ларзага соладиган ўкирик отилиб чиқади. Мен бу аёл онгининг аллақерларидега фарзандларига бўлган оналик меҳри сақланиб қолганини ҳис қиламан.

Ер остидан отага қарайман. Юзида чексиз изтироб билан фарзандига термулиб турган отанинг қанча маҳаллар кўприк қоқмай турганини билмайман. Аммо билмакни, ота менинг назаримда нафас олмай қўйгандай туюлди. Аёлига қараб пичирлаб: “Қаеридир оғрияттимикан-а”, — деган саволини элас-элас эшитаман. Онаизор ҳам, “Томирлари тортишаётгандир. Қаери оғриётганини билмасам, айтолмасам”, деб андуҳ чекади...

— Қизим уч нафар фарзандини ҳам соғлом туққан, — дейди онаси Гулчехра она. — Қизимдан қон кета бошлагач, уни операция қилаётган шифокор Белла Ағоджонованинг ўзи ҳам ҳушини йўқотади. Ҳамма шифокор билан овора бўлиб, қизим қаровсиз қолиб кетади”. Қизимни ҳушсиз бизга қайтаришди. Аввалига уч кунда ўзига келади, дейишганди, аммо мана бир йил бўлаяптики, у ҳамон ҳушсиз.

Туман тиббиёт бирлашмаси мутахассисларининг маълумотига кўра, аёл турғуқ пайтида кўп қон йўқотгани натижасида клиник ўлим юз берган ва мия пўстлоғида аппалитик синдром ривожланган.

Қўлимдаги менга берилган маълумотномада қайд этилишича, беморнинг аҳволи билан танишиш мақсадида Фарғона вилоятидан мутахассислар қақрилган. Улар беморнинг аҳволини ўрганиб, керакли тавсиялар беришади. Аммо Мадинахоннинг ҳолати яхшиланмайди. Шундан сўнг туман тиббиёт бирлашмаси бошлиғи А.Рустамов томонидан республика нейрохирургия илмий амалий марказидан мутахассис келиб беморни кўрган ва тегишли тавсияларни бериб кетган. Тошкент тиббиёт академияси мутахассислари, Соғлиқни

сақлаш вазирлигининг оналик ва болаликни муҳофаза қилиш Бош бошқармаси томонидан ҳам мутахассислар биринкетин кўриб кетишади.

Аммо... “хабар олиб кетишди, дегани бемор оёққа туриб кетди” дегани эмас экан. Сабаби аёл ҳалиям беҳуш. Шу ўринда савол туғилади: аппалитик синдроми бор беморларни Ўзбекистонда даволаш мумкинми? Агар иложи бўлмаса чет мамлакатлардан мутахассис қақришнинг имкони йўқми? Афсуски, беморнинг яқинларига шифокорлар ҳеч қандай аниқ жавоб беролмапти. Ахир бир инсоннинг кўнлаб, ойлаб давом этаётган азобли оғриқларига қандай бефарқ бўлиш мумкин. Яқинларининг бу мусибатга дош бериши қанчогача давом этади? Ахир, бу фақатгина тавсия ва хабар олиш билан осонгина тузалиб кетадиган ҳолат эмас-ку! Мен интернет орқали хориж сайтларидаги бир-икки маълумотдан ташқари бу касаллик ҳусусида бирорта маълумот тополмадим. Хорижга бориб даволаниш учун эса катта маблағ керак.

— Опамни шу кунгача қанча шифокорлар келиб кўриб кетмади, — дейди Бунёд Умаров. — Аммо буни даволаб бўлмайди, дейишдан нарига ўтишмапти. Мен опамнинг касаллик тарихини Ҳиндистондаги иккита шифохонага жўнатдим. Бери даволаб бўлмайди, деган жавобни айтди. Яна бир шифокор тузатса бўлади, деди. Аммо маблағимиз етарли бўлмагани учун ҳали олиб боролмадик.

Дарвоқе, мутасаддилар бефарқ бўлган бу ҳолатга чин дилдан ёрдам қўлини чўзаётган инсонлар борлиги қалбимизда умид уйғотади. Риштонлик Дилшод Болтабоев — Дима Қанома журналист Шарифа Мадрахимова ижтимоий тармоқда хайрия акциясини ўтказишди. Мақсад кераклича маблағ тўплаб, аёлни оёққа тургазиш. Лекин ҳали етарлича маблағ тўплангани йўқ.

Саховат қўлини чўзадиган, бировнинг мусибатини енгиллатишни яхши кўрадиган халқимиз. Шундай саховатпеша инсонлар тўғрисида етарли маблағ тўпланса, аёл оёққа туриб кетса, ота-онасининг хизматини қилса, ҳар куни келиб онасининг уйғонишига қараётган фарзандларини етаклаб юрса...

Мен улар билан хайрлашарканман, Мадина ётган жойга бориб унинг ҳонсиз қўлларини кўлларим билан сикаман. Биламан у мени эшитида. “Мадинахон, энди оёққа туриб кетганингизни эшитганимда келаман, ўшанда ўзингиз чиқиб мени кутиб olasiz, ўз кўлларингиз билан чой дамлаб меҳмон қиласиз”, дедим. У бошини кўтарди, оғзини катта очиб ғайритабиий ўкирик билан “йиғлади”. Мен то дарвозадан чиқиб кетганимча унинг овози тинмади.

Гўёки у “ҳа мен юрардим, мен юришни хоҳлайман, мен гапиришни, мен фарзандларимни қўчишни, мен “тирилишни, уйғонишни истайман”, дея бор овози билан ҳайқираётгандек эди.

Барно СУЛТОНОВА

ORIENTFINANSBANK

8600 5729 1207 3462

8823

TRADAXIMOVA SHARIFANOVA

U-ZCARD

8600 5729 1207 3462
08/23

Madraximova Sharifaxon

MIRKOMIL BUTUNLAY MANASGA QAYTDI?

Баҳор келса, бирор каттароқ қурилиш объектдан иш топилиб қолар, деган умид Миркомилнинг хаёлини банд қилганига ҳам икки ойдан ошди. Бегона юртда ишсиз қолишнинг нима эканини бошидан ўтказган билади.

Аслида унинг хорижга келганига яқинда бир йил бўлади. Бошида ҳаммаси жойида эди, орттирганидан уйига — Жиззахга жўнатиб ҳам турганди. Лекин кейинги икки ойда топиш-тутишида барака қолмади. Шериклари сабр қил, баҳор келса яхши бўлади, дейди...

Мана бугун ҳам у ишлайдиган бригада ишчилари унда-бунда бузилган объектлар гиштини ажратиб, эски қурилиш материалларини юклаш учун кўчага чиқиб кетди. У эса бормади, бугунча бормади. Йигит дераза тоқчасида турган чойнакдан совиган чойни лаби учган чашкага куйди. Чашка унга отасини, уйини эслатди. Ўпкасини тўлдириб нафас олди.

...Жуманазар ака машгулотдан қайтган ўғлини кўриб, газетани секин ёвди. Миркомил салом бериб, хонтахнинг ёнига чўққалади. Чойнакни ўзига тортиб, пиёлага чой қуя бошлади.

— Ўғлим, пиёланг бутунми? — сўради ёнбошлаб ўтирган ота қаддини ростлар экан. — Боя чой қайтара-қайтара қайсидир биттасининг лабини учириб қўйдим. Ҳа, бўлди-бўлди ичавер, бу пиёла ёнимда экан... Айбли идишдан фойдаланиш баракани қочиради. Кейин, бирор жойингни тилиб кетиши мумкин.

Миркомил чойни ичиб бўлиб, суюнчи тилади. Бир ҳафтадан кейин пойтахтга — мусобақага боришини айтди. Отанинг қалби ғурурга тўлди, ўғлини мактаб қўйди.

Миркомил Жиззах олимпия ва спорт коллежини тугатиб, манаслик 10-15 чоғли болага Ўзбек жанг санъати сирларини ўргатаётганига ҳали кўп бўлмаган. Ярим йилнинг нари-берисда бир неча шогирди туман ва вилоят миқёсидаги мусобақаларда фахрли ўринларни кўлга киритди...

Уша — беш-олти йил аввалги воқеалар Миркомилнинг хаёлида кеча бўлгандай гавдаланди. Моддий қийинчилик, қишлоқ ёшлари билан мунтазам машгулот ўтиш учун шароит йўқлиги сабаб спортдан узоқлашгани



доимгидай юрагини эзди. Манасга қайтгиси келди. Телефонда яқинлари бир неча ойда ҳаммаси ўзгариб кетгани ҳақида гапиряпти, янгиланаётган қишлоқ расмларини жўнатыпти. Турли идоралар раҳбарлари маҳаллама-маҳалла, хонадонма-хонадон юриб, одамларнинг дардини эшитаётганмиш, муаммоларини ўрганиб, илоҳи борица ижобий ҳал этиб бераётганмиш.

Миркомилга бу туйғулар, соғинч ҳисси бегона эмас. Унинг хорижга чиқиб ишлаётганига умумий ҳисобда уч-тўрт йил бўлди. Ана шу безовталик, соғинч сабаб неча бор қишлоққа мўлжалидан олдин келиб қўйган пайтлари бўлди. У "айбли" чашкадаги чойни ичмади, чойнакка қайтариб қўйди. Бу ишидан қандайдир яхшилик кидирди. Ҳаммаси ниятга боғлиқ, деб бежиз айтишмагандир ахир. Шу пайт йигитнинг кўл телефони жиринглаб қолди. Рақамлар ўзимизники эди, у гўшакини кўтарди ва узоқ гаплашди.

Хуллас, Миркомилга Ўзбекистон ёшлар иттифоқи вилоят кенгашидан кўнгироқ қилишди. Мутасаддилар уйма-уй юриб, муаммоларни ўрганиш чоғида унинг оиласи билан танишибди, рақамини ўшанда отасидан олибди. Маъсул ходим ҳол-аҳвол сўради, "Жиззахга келинг, иш топиб берамиз, сиз бизга кераксиз", деди. Йигит аввалига бу мулоқотни бирор танишининг ҳазилига йўйди. Ҳаммаси маълум бўлгандан сўнг уйига кўнгироқ қилди, хурсандчилигини яқинлари билан бўлишди.

...Йигирма олти ёшли йигит Миркомил Олтишев ушбу ҳикоясини шу ерда тугатди.

— Ўшанда Ўзбекистонга етиб олсам, бу ерларга бошқа қайтмайман, деб ўзимга ўзим ваъда бергандим, — дейди суҳбатдошим. — Бугун Ватанимдаман. Шукр, ҳамма ишларим жойида, лекин ўша ваъдамни бузмоқчиман. Ўзим ишлаган хорижий давлатга, ундан нарисига ҳам албатта, бораман. Нима учун бундай деганимнинг сабабини эса суҳбатимиз сўнггида айтаман.

Миркомил айна пайтда Жиззах вилояти Дўстлик тумани Манас қишлоғидаги 5-умумтаълим мактабида дарсдан ташқари, вақтларда ёшларга Ўзбек жанг санъатидан машгулот ўтказади. Машгулотлар Ёшлар иттифоқи вилоят кенгаши Ёшлар маркази қошида ташкил этилган. Эътиборлиси, ўтган йили апрел ойида иш бошлаган тўғрак аъзоларидан бир қанчаси мамлакат миқёсидаги мусобақаларда муваффақиятга эришди.

Хусусан, ўтган йил июл ойида мамлакатимизда илк марта дунёнинг 30 дан ортққ мамлакатидан 300 дан зиёд вакил иштирок этган "Бутунжаҳон жанг санъатлари ассамблеяси ва фестивали" доирасида ўтказилган мусобақада Миркомилнинг шогирдлари ҳавас қиларли натижаларни кўлга киритди. Фарғона вилоятида бўлиб ўтган ўша баҳсларда 6-синф ўқувчилари Отабек Абдурахимов ва Фарҳод Зулпанов учинчи маррани забт этди. Шунингдек, 8-синф ўқувчиси Зоҳид Очилов иккинчи ўринни эгаллаган бўлса, 10-синф ўқувчиси Абдуҳаким Иброҳимов ғолибликни тантана қилди.

Ёш мураббийнинг фаолияти бево-сита Ёшлар иттифоқи билан боғлиқ бўлгани учун, у бир вақтнинг ўзида шу

мактабда бошланғич ташкилоти етакчиси сифатида ҳам фаолият юритади.

— Ўтган йили 30 март куни Ўзбекистонга қайтдим, — дейди Миркомил Олтишев. — Кечки пайт таксида қишлоққа кириб келдим. Гапимга ишонмасиз, ўзим туғилиб ўсган Манасни умуман таний олмадим. Кўчаларга асфальт ётқизилган, симёғочларга ўрнатилган чироқлар ҳамма ёқни нурафшон қилиб турибди. Бу ўзгаришлар ҳақида аввал эшитган бўлсам ҳам янги уйларга, йўл четига экилган гулларга ҳайрат билан тикиламан, денг. Ҳайдовчининг қайси кўчада турсиз деган саволига, бироз ўйлаб, атрофга аланглай-аланглай жавоб берсам бўладики. Ўша ўзгариш, янгиланиш менинг ҳаётимга ҳам кўчди. Тонг отиши билан Ёшлар иттифоқи ва бошқа ташкилотлардан вакиллар келиб, мен билан учрашишди. Иш масаласида бир неча таклифлар бўлди, мен ҳозирги ишимни танладим. Ўзимни қониқтирадиган даражада ойлик маош белгилашди. Иш қулоғини соз бўлса, машаққатинг оз бўлур деганларидек, кўп ўтмай 3 миллион сўмлик зарур спорт анжомлари келтириб беришди.

Дарҳақиқат, Ўзбекистон Ёшлар иттифоқи Жиззах вилояти кенгаши томонидан ёшларнинг муаммоларини ўрганиш, аниқланган камчиликларни имкон қадар жойида ҳал этиш масаласига алоҳида эътибор қаратилмоқда. Бунини суҳбатдошимиз Миркомил мисолида ҳам кўриш мумкин.

— Мусофирликда юрганимда "Ҳолинг не?", деб биров сўраса, муаммоинг билан қизиқса, бошқача бўлиб кетар экансан, — дейди Миркомил Олтишев. — Телефондаги ўша суҳбат менга қўлимдан аслида нималар келишини, қандай иш билан машгул бўлишимни эслатиб қўйди. Ўшанда ўзимга ўзим Ватанимдан четга чиқмайман, деб аҳд қилгандим. Бу ерда мен учун яратилган имкониятларни кўриб, энди ўша фикримдан қайтдим. Мен ўзга юртларга, албатта, бораман. Фақат эндиги сафарим катта-катта мусобақалар сабаб, спортчи дўстларим билан юртимиз байроғини баланд кўтариш учун бораман.

Манаслик бу йигит ҳозир ўша истагини амалга ошириш учун астойдил меҳнат қилляпти, қишлоқ ёшлари билан машгулотлар олиб борапти. Мамлакатимизда ёшларга яратилаётган кенг шароит ва имкониятлар уларнинг бу эзгу мақсадини амалга оширишида мустаҳкам замин бўлмоқда.

Икром АВВАЛБОВЕВ

Karatechilarimiz Bishkekda 11 ta oltin medalga sazovor bo'lishdi



Аввал хабар берганимиздек, 8-10 февраль кунлари Қирғизистоннинг Бишкек шаҳрида каратэ WKF бўйича болалар, ўсмирлар ва катталар ўртасида аънанавий "Bishkek Open-2019" халқаро турнири ўтказилди.

Жорий йил 12 маротаба ташкил этилган нуфузли мусобақада мезбонлардан ташқари Россия, Қозғистон, Ўзбекистон, Тожикистон, Туркменистон каби жами 7 давлатдан 500 нафарга яқин спортчи ғолиблик учун татамизга чиқди. Улар сафида Ўзбекистон каратэ миллий федерациясининг 35 нафар спортчиси ҳам бор эди.

Қувонарлиси, Бишкек татамиларида юртимиз каратэчилари муносив иштирок этишди ва юртимизга шода-шода медаллар билан қайтишадиган бўлди. Ушбу халқаро турнирда терма жамоамиз аъзолари 11 та олтин, 5 та кумуш ҳамда 7 та бронза медалига сазовор бўлишди. Бу натижа Ўзбекистон спорт делегациясига норасмий умумжамоа ҳисобида фахрли 3-ўринни тақдим этди.

"Bishkek Open-2019" аънанавий халқаро турнирида ҳамюртларимиздан Суннатullo Худойбергенов, Бекзод Ҳайитбоев, Дилдор Аннадурдыева каби етакчи спортчиларимиз олтин, Комрон Мадаминов ҳамда Севинч Раҳимовалар эса кумуш медалга сазовор бўлишди.

Отабек ЭШМАМАТОВ

ЭЪЛОН

"UNION TRADING GROUP" МЧЖ ўз фаолиятини 12.01.2019 йилдан тугатишни маълум қилади. Давоғарлар 2 ой мобайнида (99) 820-08-61 телефон рақамига мурожаат қилишлари мумкин.

2017 йилда ЎзДЖТУ томонидан Султонов Азиз Истамовичга берилган В № 924722 рақамли диплом йўқолганлиги сабабли БЕКОР ҚИЛИНАДИ.

Тургунова Озода Ирқиновнага тегишли Тошкент шаҳар Шайхонтохур туманидаги Дархон Ипак берк кўчаси 12а-уйнинг кадастр ҳужжати далолатнома йўқолганлиги сабабли БЕКОР ҚИЛИНАДИ.

Тошкент шаҳар Мирзо Улуғбек тумани ДНИ томонидан Махманисаева Мовлюда Дехкановна номига 20.06.2014 йилда берилган №3-1255 рақамли (гувоҳнома) кадастр ҳужжатлари йўқолганлиги сабабли БЕКОР қилинади.

oilavajamiyat@mail.ru



— Ирода опа, нима учун таълим тизимида асосан аёллар меҳнат қилади? “Аёл кишига фақат ўқитувчи-мураббийлик касби мос келади” дейладиган замонлар ўтиб кетмадими ахир?

— Бу — оғрикли масала, қизим. Бугун таълим муассасаларида, аниққас шахар мактабларида эркак муаллимлар деярли йўқ. Бу ўтган 27 йил давомидаги энг катта йўқотишларимиздан бири деб ўйлайман. Биз ўқиган даврларда ота-оналарнинг қарашлари бошқача эди. Қиз болани ишлаши у ёқда турсин, ўқишига ҳам қаршилиқлар бўларди. Камдан-кам қизлар олий ўқув юртлирида ўқир ва асосан ўқитувчилик касби танланар эди. Шукрлар бўлсинки, ҳозир аёлларга бўлган ҳурмат-эътибор ўзгарди. Қизларимиз ўзлари истаган касбни танламоқда. Тадбиркор, ишбилармон, олимпиада, фозилад аёлларни кўрсам ич-ичимдан қувониб кетаман. Таассуфки, бугун ҳам педагогикка олий ўқув юртлирида таълим олаётган тала-

IRODALI IRODA OPA

Ирода опа Ирискулова Халқ таълими вазирлиги тасарруфидаги филология фанларига ихтисослаштирилган давлат умумтаълим мактабида болаларга рус тили ва адабиёти фанидан сабоқ беради. Узоқ йиллардан бўён таълим соҳасида меҳнат қилади. Катта тажрибага эга педагог. Касбдошлари уни талабчанликни ҳам, дилдошликни ҳам ўрнига қўядиган муаллима деб билади. Ирода опа билан орқаваротдан танишганимизга анча бўляпти. Бир-неча марта телефон орқали гаплашдик. Рус тили ўқитувчиси эмасми, фикрларини кўпроқ русча ифодалашга ҳаракат қилади. “Ўзбекча гапираверса бўлмасмикан”, дея рус тилини яхши билмаслигини хаспўшламоқчи бўламан. Аммо ана шу суҳбатлар сабаб рус тилидан қўшимча дарс олётганимни ҳам айтиб қўйишим лозим. Ирода опа доимо банд. Доим шошиб туради. Ниҳоят кўришиб, суҳбатлашдик. Бироқ дарс орасидаги бу суҳбатимиз ҳам шошилич бўлди.

балар орасида қизларимиз сони кўпроқ.

— Бунинг таълим жараёнига таъсири борми? Бугунги ёш педагоглар талабга қай даражада жавоб бериш-япти?

— Мактаб нафақат таълим, балки тарбия ўчоғи ҳамдир. Эркак муаллимларнинг камлиги таълим ва тарбия жараёнига албатта таъсир кўрсатади. Биз ўқитувчини меҳрибон она тимсолида кўриб ўрганиб қолдик. Оилада отанинг мавқеи қанчалик бўлса, мактабда ҳам эркак ўқитувчиларнинг ўрни шундай. Бугунги ёш педагогларимиз билимли, изланувчан. Аммо ҳақиқий ўқитувчи бўлиш учун билимнинг ўзи камлик қилади. Муаллимлик, аввало, масъулият дегани. Ўз вазифасини, бурчини сидқидилдан бажарадиган, масъулиятини ич-ичидан ҳис қила олган ўқитувчини чин маънода устоз дейиш мумкин. Ўз билимига, сабрига ишониши, халқ манфаатига ярайдиган фарзандлар тарбиялашдек вазифасини масъулият билан бажариши лозим. Ҳеч қачон ўз манфаатини устун қўймаслиги, ҳар бир ўқувчини тенг кўриши, табақага

ажратмаслиги керак. Минг афсуски, ҳозир ўқитувчиларнинг баъзилари бу ҳақиқатни унутиб қўйишяпти.

— Аёл киши учун нима биринчи ўринда туради ишми ёки оилами? Чунки бугун бу савол қаршисида чорасиз қолаётган қизларимиз йўқ эмас.

— Аёл қайси соҳада ишласин, қайси жамиятда яшамасин у аввало аёл бўлиб қолиши керак. Рафиқа бўлиш, она бўлиш дегани ҳали АЁЛ бўлиш дегани эмас. Аллоҳ инсонни, инчунун аёлни бежиз яратмаган. Бежиз Қуръони Каримдаги энг катта суралардан бирини “Нисо” — “Аёл” деб номламаган. Аёл оилада, жамиятда маънавий бутунлиқни таъминлайдиган хилқатдир. Аёлсиз комиллик йўқ. Қайсики жамиятда маънавий инқироз, ахлоқий таназзул кузатилаётган бўлса, демак, у ерда аёл ўз аёллигини унутган. Ҳақиқий аёл “ишми ёки оилами” деган савол қаршисида эсанқирамайди. Шу боис аёлларимиз, Абдулҳамид Чўлпон таъбири билан айтганда миллат оналари билимли бўлишлари шарт ва даркор. Мен аёлни

оила ва жамият деб аталадиган тарозининг посангисига ўхшатаман. Аёл ҳар икки паллани тенг тутати олиши керак.

— Ирода опа, келинг янаям аниқлаштирайлик, сиз назарда тутатган аёл қандай? Унинг қиёфаси, руҳияти, ҳаёти, ҳаётга муносабати...

— Аёлнинг аёлиям бор, айёриям бор. Аммо биринчи ўринда аёл кишининг қалби гўзал бўлмоғи лозим. Аёл истаса дунёни шодлик ва бахтга тўлдирари олади. Аёл ўз ҳақиқатлари қобигидан чиқиб, атрофни кўра олиши, бошқаларнинг ҳам фикрини эшитиб, тажрибасини ўрганмоғи, мағрурлик ва калондимоғлиқни четга сурмоғи керак. Ўзи учун, оиласи ва турмуш ўртоғи учун қандай яшаши лозим бўлса, шундай бўлмоғи зарур. Аёллик бурчини унутиб қўймаган ҳолда яшамоғи ва ҳеч қачон ўзини биринчи ўринга қўймаслиги даркор. Аёл, аввало, сабрли, қаноатли бўлишни билиши керак. Чунки бу ҳаёт зарбаларига чидаб ашаган аёлгина бахт топади. Ўзимнинг ҳам бошимдан кўп қийин кунлар ўтди, иродамни мустаҳкам қилдим, енгилмаслигим, ҳаракатдан тўтмаслигим кераклигини тушундим. Оилам, фарзандларим, турмуш ўртоғимнинг қўллашлари сабаб ўзимни бахтлиман деб ҳисоблайман. Иродаси мустаҳкам, виждони уйғоқ, масъулияти кучли аёл ҳамиша голиб бўлади!

Мен, ўқитувчиман! Ватанимиз келажиги аввало, оналарнинг, сўнгра биз ўқитувчилар қўлида. Ўз бурчимни, масъулиятимни чин кўнгилдан бажариш, ҳар бир илмга ташна кўзлар чанқоғини қондириш менинг биринчи галдаги вазифам деб биламан.

Василабону ҲАБИБУЛЛАЕВА
суҳбатлашди.

QAYNONAM — OQILA USTOZIM

Бундан ўн етти йил олдин Косон туманига қарашли Мудин қишлоғига келин бўлиб тушганман. Тўйимиз 28 октябрь куни бўлган. Ҳаво анча салқин, саҳарлар этни жунжиктирадиган даражада совуқ эди. Мен ҳамма келинлар қатори тонгда туриб, ҳовли супурганман. Шунда қайнонам ёнимга келиб, “болам, бунақа совуқда саҳар туриб, ҳовли супуришингиз шарт эмас. Қуёш чиқиб, ҳаво сал илгандан кейин супурсангиз ҳам бўлаверади. Тагин шамоллаб қолманг, менга ва ўғлимга соғлигингиз керак” деганларида илк бор у кишига меҳрим тушган бўлса керак, деб ўйлайман. Тўйимиз бўлганига саккиз ой тўлганда тўсатдан дадам юрак хуружидан вафот этдилар. Аям (мен қайнонамга ая деб мурожаат қилар эдим) бечора уч кун таъзияда ёнимдан қимирламай мени асраб-авайлаганлар. Чунки ўшанда биринчи фарзандимга ҳомиладор эдим. Турмуш ўртоғим шахарда ишлаганлари учун шахарда яшардик. Аям бечора ўғлим ишга кетса келиним бир ўзи сиқилиб қолмасин деб мени ўзлари билан қишлоққа олиб кетдилар. Дадамдан айрилганимга чидалмай бурчак-бурчакларга биқиниб йиллаганимда мени турли баҳоналар



“Оила ва жамият” газетасининг 2019 йил 9 январь сонида чоп этилган “Жаннати қайнона” мақоласини ўқиб, кўз ўнгимда раҳматли қайнонам гавдаланди. Ҳозирги пайтда ажримлар кўпайиб кетаётганининг асосий сабабларидан бири қайнона-келин муносабатлари дейиш мумкин. Айрим бесаёр келинлару золим ва инжик қайноналар ҳақида эшитиб, ҳайрон қоласан киши. Лекин шундай қайноналар борки, келинига ўз онасидек меҳрибон. Менинг қайнонам ҳам ана шундайлардан эди.

билан чалғитишга уринар эдилар. Ўша пайтда балки қайнонамни тушунмагандирман. Кейинчалик, боламни эсон-омон қўлимга олиб, она бўлганимдан сўнг у кишининг нақадар доно аёл бўлганларини тушуна бошлаганман. Иккинчи фарзандим туғилганда катта ўғлимни аям қишлоққа олиб кетиб, катта қилганлар. Орадан йиллар ўтиб фарзандларим улғайишди. Қайнонам раҳматли қанд касалига чалиниб қолганларида бир

аёл турмуш ўртоғига қанчалик вафодор, жонқуяр бўлиб парвариш қилганини аям тимсолида кўрганман. Бу мен учун ҳақиқий ҳаёт мактаби бўлган.

Аям нафақат турмуш ўртоғига балки фарзандларига ҳам жуда-жуда меҳрибон эдилар. Қайнопам, икки қайинсинглим ва қайноғам борлар. Аям ҳаммани бир қўзда қўриб, ардоқлардилар. Айниқса, қизлар меҳмон бўлиб келса, ўтқозишга жой топа

олмай шунақа хурсанд бўлардилар-ки, буни қўриб аямга меҳрим ортарди. Набираларини еру-қўкка ишонмасдилар.

Янги келинчалик пайтим турмуш ўртоғим мени койиб, қаттиқ гапирганларида аям ўғилларини ёнларига чақириб: “Менга қара, ўғлим, бу келин шахарнинг қоқ марказидан тупроқ кўчаларингга мени деб келмаган, сени деб шу ерларда юрибди, агар хотинимга ёмон гапирсам, онамга ёқаман деб ўйласанг, қаттиқ адашасан, аксинча, сен оиланг билан севиб-севилиб тинч-тотув яшасанггина мен ўзимни бахтли ҳисоблайман”, деганлари ҳеч ёдимдан чиқмайди. Баъзи келинлар сўзимга ишонмай, бўлиши мумкин эмас деб ўйлашаётгандир, чунки ҳамма қайнонанинг оғзидан ҳам бунақа гаплар чиқавермайди-да. Насиб бўлса, йиллар ўтиб мен ҳам қайнонамдек қайнона бўлишга ҳаракат қиламан.

Ҳаёт жуда қисқа ва мураккаб экан. Негаки, болаларим кичкиналигида ўз ташвишимдан ортиб қайнона-қайнонамнинг хизматларини кўнглимдагидек қила олмадим деб ўйлайман. Эндигина болаларим ўн беш-ўн олтига кириб, ҳамма ишни қўлимдан олиб ана энди қайнонам, қайнотамнинг хизматларини қиламан деганимда шум ажал иккаларини биринкетин олиб кетди. Шунинг учун келинларга маслаҳатим, қайнона-қайнотангизни тирикчилигида эъзозлаб, дуоларини олиб қолинг. Кейин жуда-жуда кеч бўлади.

Аяжоним, меҳрибоним, сизни ҳеч қачон унутмайман, доим қалбимда яшайсиз. Илоҳим жойингиз жаннатда бўлиб, қабрингиз нурларга тўлсин. Сизга Аллоҳнинг раҳмати ёғилсин!

Шоира АВЛИЁҚУЛОВА,
Қашқадарё вилояти
Қарши тумани.

O'SMIR QIZ NIMADAN NOROZI?

"Ун етти ёшли қизим коллежда ўқийди. Кийимга жуда ўч. Болалигида яхши кийинтирардик. Боғча, мактабдаги байрам-тадбирларда, яқинларимизнинг тўй-тўйчиқларида бош-оёқ ясанарди. Энди болалар катта бўлиб, рўзгор харажатларимиз ҳам кўпайган. Ҳовли-жой тикляямиз. Тўрт боланинг сарф-харажати, бир томонда, репетитор, қўшимча машгулотларига пул бериш керак. Қизимни аввалгидай кийинтиролмаяпман. "Кийим олиб бермасангиз коллежга бормаيمان!" деб аразлайди. "Қурсдош дугоналарим ҳар ҳафта янги кийим олади, мен қишин-ёзин битта шим, битта кофтада юраман. Дугоналаримнинг олдида қимтиниб юргандан кўра ўқишга бормаيمان", деб туриб олган. Дадасига айтсам, "Бормаса борма кўяверсин! Қиз бола дегани сипороқ бўлиши керак, ҳар куни янги кийим олгани пул қаерда?" деб жеркиб берди. Икковининг ўртасида менга қийин бўляпти. Ўсмир ёшдаги қизга қаттиқ гапиришга ҳам одам чўчийди. Нима қилишга бошим қотган. Ҳайронман, қандай йўл тутсам экан?.."

Шахло, Навоий вилояти

Таҳририятимиз телеграм каналига бундай мазмундаги мактублар тез-тез келиб туради. Катталар бугунги ёшлар билан ўзларининг ўсмирлик, ёшлик даврларини солиштиришларига кўп бор гувоҳ бўламиз. Бундай ҳолатларда фақат ўсмирлардан ёзғириш яхши эмас. Авваламбор, бизнинг болалик, ўсмирлик пайтларимиз билан болаларимиз улғаяётган давр орасида тафовут катта. Хоҳлаймизми-йўқми, муҳит, жамият болага ўз таъсирини ўтказди. Шунингдек, яна бир нарсани унутмаслик керак, бола — ойна. Биз ўз фазилатларимиз, қусурларимиз, атрофга муносабатимизни болаларимизда кўраемиз. Демак, уларнинг камчилиги бизнинг хатоимиздир.

ЎСМИР ҚИЗ КИЙИНИШГА, ПАРДОЗГА ЎЧ. ХҲШ, НИМА ҚИЛИШ КЕРАК?

Унинг ёшида бу — табиий. Бундан фожиа ясамаслик керак. "Бизнинг давримизда ундок эди, бизнинг давримизда бундок эди" деб қизингизга таъна-маломат қилаверманг. Тўғри тушунишга ҳаракат қилинг. Ўсмир ёшида бола тақлидчи бўлади. Чиройли кийимлар, атрофдагиларга гўзал кўриниш, дугонадўстларидан қолишмасликка уриниш



буларнинг бари унинг улғаяётгани ва жамиятда ўзининг борлигини кўрсатишни истаётганидан далолат.

Қизингизга кийим инсоннинг ахлоқи, одоби, маънавий даражаси, тарбияси ҳақида атрофдагиларга маълумот берувчи восита эканини тушунтиринг. Қизингизни кўриб одамлар онасининг

фаросатига баҳо беради.

Яхши гапиринг, силтаб-жеркиб вазиятни чигаллаштирманг. Яхши ота-она боласига уришиб, қаргаб-сўкиб фикрини ўтказмайди. Яхши ота-оналарнинг бир оғиз гапи фарзанди учун қонун бўлади.

Аввал қизингиз билан кийиниш маданияти, одоб-ахлоқ, маънавиятнинг инсон тарбиясига алоқадорлиги хусусида обдон гаплашинг. Ун етти ёшли қиз аллақачон совчилар назарига, ўғил ўллантериш ниятида юрган оналарнинг эътиборига тушган бўлади. Ўсмир қизнинг ҳар бир хатти-ҳаракати, юриш-туриши, кийиниши, гап-сўзлари атрофдагиларнинг нигоҳлари билан рақтиш қилинаётган бўлади. Тор шим, ричк кофта, калта этак гарчи қиз яхши

бўлса кўрган кўзни қувонтиради.

ХУЛОСА

Ҳеч қачон кўни-қўшингиз, қариндош-уруғингиз билан фарзандларингизнинг камчиликлари, феъл-атворини муҳокама қилманг. Бола сизники, уни сиз дунёга келтириб, тарбиялагансиз. Феълдаги яхшилик ҳам, ёмонлик ҳам сиз чизган сурат. "Сиз болаларингизни эркалатиб юборгансиз", "Болаларингиз ҳаддан ортиқ тантиқ" деган иддаоларга эътибор берманг. Ҳар ким ўз дунёқарашидан, фаросат ўлчовларидан келиб чиқиб бола тарбиялайди. Оилангиз — сизнинг қўргонингиз. Бу қўргонни бировларнинг муносабати билан бошқарманг.

ТАВСИЯЛАР

Қизингиз билан сирдош дугона бўлинг. Ҳеч қачон унинг айбини, камчилигини юзига солманг!

Қизингизни малика қилиб тарбиялаш сизнинг вазифангиз. Вазифангизни интернет, клип ва сериалларга топширманг!

"Сен ҳар қандай кийимда ҳам чиройлисан!", "Кийимни сен чиройли қиласан!", "Сендек ақлли, билимдон, чаққон қизим борлигидан фахрланаман!" "Сен оиламизнинг қиёфасинан, одамлар сени кўриб мен ва отанг ҳақимизда билиб олади" каби эътирофлар билан қизингизга руҳий мадад бўлинг.

Хоҳ қиз, хоҳ ўғил бўлсин болага у жуда ёшлигидан ўзлигини танишни, ўз фикрига, дунёқарашига эга бўлишни ўргатинг. Айниқса, ўсмир ёшида у аллақандай кўшиқчи, актёр ёки дугоналарига тақлид қилса, оқилалик билан унга ҳавас қилса арзийдиган инсонларни мисол келтиринг.

Қизингизга оилавий шароитингизни тушунтиринг, лекин бу билан миннат қилманг. Аксинча, унинг ёшида кийим-кечак, пардоз воситаларига пул сарфлаш яхши эмаслигини, ундан кўра тил ўрганишга, илм олишга қилган харажатларингиз келажаги учун асқотишини тушунтиринг.

Умида АДIZОВА

Boshhoqli o'simliklar uzoq umr asosi

Гарвард университети мутахассислари овқатланиш билан боғлиқ бўлган ва бевақт ўлим хавфининг олдини олиш бўйича 14 та турли таҳлиллар ўтказишди. Ҳар бир тадқиқот 6 йилдан 10 йилгача мuddат давомида олиб борилиб, 780 минг нафар кўнгилли иштирок этди. Тадқиқот қатнашчилари нон тайёрлашда энг кўп ишлатиладиган — сули, гуруч ва арпадан фойдаланишди.

Бошоқли маҳсулотларнинг 1 порцияси 16 грамм қилиб белгиланди.

Гуруҳ аъзолари ана шундай маҳсулотларнинг 1 порциясини доимий ра-

вишда истеъмол қилиш бевақт ўлим хавфини 7 фоизга, юрак-қон томир касалликлари билан боғлиқ ўлим ҳолатини 9 фоизга камайтиришини аниқлади. Энг муҳими, хавфли ўсма касалликларини 5 фоизга камайтиришга эришиш мумкин. Шунингдек, бу маҳсулотларни овқат рационига киритиш артериал босим ва холестерин миқдорини пайсаятиради. Шу боис тўғри овқатланиш ва соғлом турмуш тарзига амал қилган ҳолда ушбу маҳсулотларни мунтазам истеъмол қилиш саломатлигимиз учун фойдалидир.

Б.МЕЛИКУЛОВА



Oila va jamiyat

Ижтимоий-сиёсий, маънавий-маърифий газета

Обуна индекси — 176

МУАССИСЛАР:

Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси, "Болалар ва оилаларни қўллаб-қувватлаш" ассоциацияси (Болалар жамғармаси) ва "Соғлом авлод учун" халқаро хайрия фонди

Бош муҳаррир: Воҳид ЛУҚМОНОВ

МАНЗИЛИМИЗ:

Тошкент — 100000.
Амир Темур кўчаси
1-тор кўча, 2-уй.

Қабулхона: (факс) 233-28-20,
Котибят: 233-04-35, 234-76-08

E-mail: oilavajamiyat@mail.ru

Web-site: oila-va-jamiyat.uz

Газета 2007 йил 11 январда Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 0169 рақами билан рўйхатга олинган. Буюртма Г — 236. Формати А-3, ҳажми 3 табоқ. Адади — 5306. Ваҳоси келишилган нархда.

Босишга топшириш вақти — 15:00 Топширилди — 15:00

Навбатчи: Б. Исмоилов
Мусахҳих: С. Сайдалимов
Саҳифаловчи: А. Маликов

ISSN 2010-7609



Газета таҳририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.

1 2 3 4 5