

Oila va jamiyat

№ 24 (1427)
19-IYUN
2019-yil

Gazeta 1991-yil 1-sentabrdan chiqa boshlagan

E-mail: oilavajamiyat@mail.ru

@oilavajamiyatgazetasi_bot

SESSIYA OLDI "GAP" LAR



СЕССИЯ ҲАҚИДАГИ ИЖТИМОЙ ТАРМОҚЛАРДА ТАРҚАЛГАН КИНОЯЛИ, АММО АЧЧИҚ ҲАҚИҚАТЛАР

Сессия бу – интернет билан юксак ҳамкорлик ва ундаги маълумотларга “менинг фикримча”, “хулосам шуки” каби сўзларни қўшиб, шу орқали “ижод” қилганини кўрсатиши. 😊

Сессия бу – 12 варақли дафтар сотувчиларининг бозори қизиши. 💡

Сессия бу – домлар танимаган талабаларни “таниб” олиши. 😊

Айрим жойларда ўқитувчилар учун йилга икки марта ҳосил оладиган “ҳосил байрами”. 😊

Аълочи талабанинг исмига курсдошлари томонидан “жон” ёки “хон” қўшимчаси қўшиб муружаат қилиниши. 😊

● 12

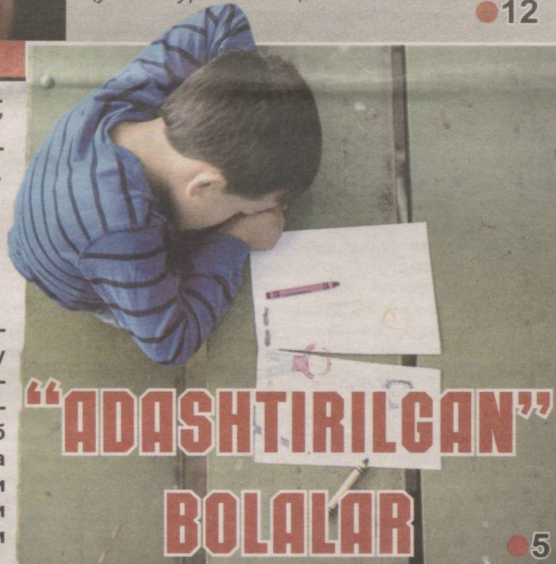
JONZOTGA OZOR BERGAN, INSONNI HAM SEVMAYDI

Яқинда интернат тармоқларида Кизил китобга киритилган кўнгир айик ва бўз эчкенининг Кашқадарёда ваҳшийларча ўлдирилгани ҳақидаги сурат ва видеолар баҳс мунозараларга сабаб бўлди. Хўш, нима учун одамлар хайвонларга нисбатан бешафкатларча муносабатда бўлишмоқда?

● 6

Эртақда адаштирилган

Зумрадга ачинишимиз рост. “Ота-онаси ташлаб кетган экан” деган сўздан бир он сукут билан оғир нафас олишимиз ҳам. Биз бўғзимизга тиқилган бу оғриқли нафасини бир онгина ҳис этамиз, холос. Аммо бир умр юракда оғриқ билан яшаш қанчалар қийин. Ўзини “хато” деб билишнинг сўроғичи?.. Тақдирга битилган бу аччиқ қисмат юкини кўтаришичи? Бундай жавобсиз саволлар ҳеч кимни таъқиб қилмаслигини, ҳамма-ҳамма оиласи, яқинларининг меҳри тафтини туйиб, бир-бирини асраб, ардоқлаб яшагини хоҳлардим аммо...



"ADASHTIRILGAN" BOLALAR

● 5

ODAMLAR KO'PROQ KOMEDIYA KO'RISHNI XOHLAYDI

Дониёр НАСРИДДИНОВнинг номи деярли кўпчилик мухлисларга нотаниш.



Яъни, кўча-кўйда уни мухлислар тўхтатиб: “Сиз билан суратга тушайлик”, дейдиган даражада машҳур эмас. Унинг ўзи ҳам машҳурлик кўчасидан юришга кўпам ишқибоз эмаслигини сўхбат асносида хис қилдик. Айни кунларда Ўзбек миллий Академик драма театри сахнасида қўйилаётган Ўлмас Умарбеков асарига мансуб “Кузги мактублар” спектаклида яратган Собир образи бизни ёш актёр билан сўхбатга ундади.

● 7

O'ZBEKISTON DELEGATSIYASI JENEVADA

Ўзбекистон Республикаси Бош вазири ўринбосари, Хотин-қизлар қўмитаси раиси Танзила Нарбаева бошчилигидаги Ўзбекистон делегацияси Женевада Халқаро меҳнат ташкилотининг 100 йиллигига бағишланган 108-Халқаро меҳнат конференциясида иштирок этмоқда.

Женевада (Швейцария) Халқаро меҳнат ташкилотининг 100 йиллигига бағишланган 108-Халқаро меҳнат конференцияси 10 июнь куни бошланди.

Конференция ишида дунёнинг турли давлатларидан таширф буюрган 6000 дан ортиқ делегат қатнашмоқда. Тадбирда меҳнат соҳасидаги муаммоларни бартараф этиш чора-тадбирлари хусусида фикр юритилади. Шунингдек, Халқаро меҳнат ташкилотининг 100 йиллигини нишонлаш режалаштирилган.

12 июнь куни Ўзбекистон делегацияси раҳбари, Бош вазир ўринбосари, Хотин-қизлар қўмитаси раиси Танзила Нарбаева Женевада халқаро меҳнат ташкилоти (ХМТ)нинг 100 йиллигига бағишланган конференциясида сўзга чиқди, дея хабар беради "Дунё" ахборот агентлиги.

Тадбирда ХМТга аъзо давлатларнинг 6 минг 187 вакили, жумладан, 45 давлат ва ҳукумат раҳбарлари иштирок этмоқда. Танзила Нарбаева нутқида иштирокчиларга ҳаётнинг барча жабҳаларида кенг кўламли ўзгаришларнинг фаол босқичида бўлган Ўзбекистон фуқароларининг ижтимоий-меҳнат ҳуқуқларига алоҳида эътибор қаратилаётгани ҳақида маълумот берди.

Меҳнат масалаларини тартибга солувчи бир қатор қонунлар ва

норматив-ҳуқуқий ҳужжатлар, жумладан, охириги икки йил ичида Президент ва ҳукуматнинг фуқароларнинг ижтимоий-меҳнат ҳуқуқларига риоя қилиш бўйича 9 та қарори қабул



қилинди.

Бугунги кунда Ўзбекистон ХМТнинг 15 та асосчиларини ратификация қилди. Жорий йил охирига қадар республиканинг яна иккита ҳужжатга қўшилиши режалаштирилмоқда.

тирилмоқда.

Меҳнат муносабатларида ижтимоий шериклик ва мулоқотни мустаҳкамлаш чоралари кўрилмоқда. 2018 йилда Ўзбекистонда иш берувчилар Конфедерацияси ташкил этилди, бу эса иш берувчиларнинг ижтимоий мулоқотдаги жипслашуви ва мувозанатли позициясини тақдим этишга мўлжалланган.

Меҳнат соҳасидаги қонунчиликни такомиллаштириш масалалари бўйича парламент комиссияси ва мамлакат ҳукумати ҳузуридаги ХМТ Конвенцияларини имплементация қилиш бўйича идоралараро комиссия муваффақиятли фаолият кўрсатмоқда.

Тадбирда хотин-қизлар ҳуқуқларини кенгайтириш масалаларига ҳам алоҳида эътибор қаратилди. Республикада жамият ва ҳаётнинг сиёсий, ижтимоий-иқтисодий ва маданий соҳаларида хотин-қизларнинг аҳолини яхшилаш борасида муҳим қадамлар қўйилмоқда. 2019 йил март ойида Президентимизнинг "Хотин-қизларнинг меҳнат ҳуқуқлари кафолатларини янада кучайтириш ва тадбиркорлик фаолиятини қўллаб-қувватлаш чора-тадбирлари тўғрисида"ги қарори қабул қилинди. Бу ХМТ глобал комиссиясининг ўрта ва узоқ муддатли дастурий ҳужжат бўлган меҳнат соҳаси келажаги бўйича ҳисоботида тўлиқ мос келади.

ХМТ ўз ишини 2019 йилнинг 21 июнига қадар давом эттиради.

KADRLAR MALAKASI OSHIRILDI

Республика "Оила" илмий амалий тадқиқот маркази ва ЮНИСЕФ ташкилоти ҳамкорликда давлат ташкилотлари ва ижтимоий хизматлар соҳасидаги кадрларнинг салоҳиятини мустаҳкамлаш, малакасини ошириш борасида амалга оширилаётган тадбирлар муҳокамасига бағишланган давра суҳбати ташкил қилди.

Тадбирда ижтимоий ҳимоя тизими доирасида умумий қарашлар ва ёндашувларни ишлаб чиқиш, ижтимоий соҳа мутахассисларининг заиф оилалар билан ишлаш бўйича асосий ваколатларини мустаҳкамлаш масалалари муҳокама қилинди. Ёрдамга муҳтож оилалар ва болаларни аниқлаш учун таъсирчан механизмларнинг аҳамиятига алоҳида эътибор қаратилди.

Бола ҳимояси бўйича мутахассис Гўзал Камолова ва ЮНИСЕФнинг Европада ва Марказий Осиё минтақаси бўйича ваколатхонасининг ривожлантириш мақсадида коммуникациялар бўйича маслаҳатчиси Марио Москера минтақада ижтимоий хизматлар қандай ислоҳ қилинганлиги ва Ўзбекистонда бу каби ислохотларни қўллаб-қувватлашга қаратилаётган эътибор борасида тўхталинди.

Ўзбекистонда оилаларни қўллаб-қувватлашда кам таъминланган оилалар ва болаларни аниқлашнинг самарали механизмини ишлаб чиқиш, шунингдек, уларни ижтимоий хизматлардан фойдаланишга тўғри йўналтириш лозим.

– Ижтимоий иш ва ижтимоий хизматларнинг малакали ва тажрибали кадрлар билан таъминланиши болаларни ва аҳолини ижтимоий ҳимоя қилиш тизимининг муҳим элементи ҳисобланади, – деди ЮНИСЕФнинг Ўзбекистондаги ваколатхонаси раҳбари Саша Грауманн. – "Бу болалар, катталар ва оилаларга қашшоқлик, камситиш ва ижтимоий изоляция билан боғлиқ бўлган қийин вазиятларда уларга зарур бўлган ёрдамни бериши мумкин".

– Марказимиз маҳалларда оилалар билан ишлайдиган мутахассислар учун ижтимоий иш бўйича қайта тайёрлаш курсларини ташкил этишни қўллаб қувватлайди, – дейди "Оила" илмий-амалий тадқиқот маркази директори Дилором Тошмухамедова. – Бу нафақат эҳтиёжманд оилаларга тез ва сифатли жавоб бериш балки ижтимоий қийинчиликлар юзага келиши хавфини камайтириш имконини беради.

Ўз мухбиримиз



DASTLAVKI MULOQOT «YANGIOBOD» MFYDA BO'LIB O'TDI

«Оила» ИАТМ Тошкент вилояти бошқармаси томонидан Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёевнинг 2019 йил 1-3 июнь кунлари Тошкент вилоятига таширфи ва вилоят фаоллари, ҳокимлар ва сектор раҳбарлари, вазирлик ва идоралар мутахассислари билан ўтган йиғилишида сўзлаган нутқидан келиб чиқиб ҳамкорликда чора-тадбирлар режаси тасдиқланди.

Мазкур режага асосан фуқароларнинг ижтимоий-маънавий муҳитни соғломлаштириш, низоли ҳолатларнинг олдини олиш ва оилавий муносабатларни яхшилаш мақсадида жойларда аҳоли билан мулоқотлар ташкил этилмоқда.

Бошқарма раҳбарияти ва масъул ходимлари оилаларни ўрганиш мақсадида Юқори Чирчиқ тумани Қавардон қишлоғи «Янгиобод» МФЙда

аҳоли билан учрашув бўлиб ўтди.

Унда жойлардаги ижтимоий-иқтисодий ҳолат юзасидан сўровнома ўтказилди. Ўрганиш таҳлиллари маҳалла аҳлини туман марказига лаборатория таҳлили, муолажалар учун қатнаётганликлари қийинчилик туғдираётгани, мазкур қишлоқ врачлик пунктида шундай хоналар ва ёшларни кўриқдан ўтказиш бўйича шароитлар яратиш зарурлиги, фарзандларни мактабгача таълим муассасасига жойлаштиришдаги навбатнинг кўплиги сабабли шу қишлоқнинг ўзида янги болалар боғчаси очиш зарурлиги, кўчага асфальт ётқизиш, уй-жой масаласи ва иш билан бандлик бўйича муаммолар юзага келганини кўрсатди.

– Ўтказилган мазкур юзма-юз мулоқотда жойлардаги нотинч ва муаммолу оилаларни аниқлаш ва уларга яқиндан кўмак бериш режалаштирилган, – дейди вилоят бошқарма бошлиғи Дилором Маҳаммадалиева. – Қувонарлиси, маҳалланинг фаоллари ёш оилалар ва уларнинг репродуктив саломатлиги, шунингдек, оилавий ажримларнинг олдини олиш бўйича ўз фикр-мулоҳазаси ва тақлифларини билдиришди. Муаммолар юзасидан йиғилган маълумотларни тегишлилиги бўйича мутасадди ташкилотларга йўналтириб, ўз вақтида ижобий ечим топишида барча саъй-ҳаракатлар қўрилди.

Умида МАНСУРОВА,
«Оила» ИАТМ Тошкент вилояти
бошқармаси мутахассиси.

oilavajamiyat@mail.ru

MAROQLI VA MAZMUNLI

maktablar qoshida tashkil etilgan oromgohlarda bolalar qanday dam olyapti?

Галлаорол туманидаги бир қатор мактаблар қошида ташкил этилган соғломлаштириш оромгоҳлари фаолияти олдинги йилларга қараганда намунали ташкил этилган. Айниқса, Булоқбоши ҚФЙга қарашли 84-умумтаълим мактаби қошидаги “Булоқбоши” болалар соғломлаштириш оромгоҳида дам олувчиларнинг ҳар бир куни сермазмон ўтмоқда. Оромгоҳда ҳордиқ чиқараётган 60 нафар болажонларнинг шўхшодон қийқириги ва ўйин-кулгулари бир дам ҳам тинмайди.

Тажрибали педагог Шоҳмансур Аъзамов раҳбарлигидаги ушбу оромгоҳ Нурота тоғ тизмалари оралигида жойлашган бўлиб, бу ердаги сўлим манзаралар, анвойи гуллар таратаётган ёқимли ҳид, анҳордан шилдираб оқаётган зилол сув барчанинг дилга ором ва ҳаловат бағишлайди. Болажонлар бўш вақтларини шундай сўлим жойда ўтказаятганларидан беҳад хурсанд.

– Бу оромгоҳда биринчи марта бўлишим, – дейди Шахло Бахромова. – Ўтган йили ўртоқларимдан эшитиб, кейинги йил таътилни шу ерда ўтказишни ният қилгандим. Айниқса, менга кўпга дўст ва дугоналар орттирганим жуда ёқди.

– Болажонларнинг кайфияти аъло даражада, – дея суҳбатимизга қўшилди оромгоҳ бош етакчиси Шоҳиста Иноятова. – Чехраларида қувонч балқиб турибди. Келажагимиз ворисларига бўлган юсак эътиборни инсонийликнинг энг юқори даражаси деб биламан.

Шуниингдек, Муборак Жонузова ва Мадина Эсиргапова раҳбарлигидаги гуруҳлар иш фаолияти ҳам барчага манзур.

“Самарқанд” МФЙда жойлашган 42-умумтаълим мактаби қошидаги “Лочин” оромгоҳида дам олувчиларнинг ҳар бир куни мазмунли ўтмоқда. 65 нафар бола ҳордиқ чиқараётган ушбу оромгоҳ қалин дов-дарахт ва арчаларга бурканган. Болажонлар бўш вақтини шундай сўлим жойларда

киллаштирилган турли тadbирлар, сахна кўринишлари, кўшиқ айтиш ва рақсга тушиш танловлари кўпчиликка манзур бўлмоқда. Оромгоҳнинг Дилноза Алимова ва Дилноза Холмуродова раҳбарлигидаги “Булбулча” ва “Бойчечак” гуруҳларида эса кўли гул қизлар томонидан тикилган буюмларда кўзни қамаштирувчи ипақлар жилоси ва рангларнинг уйғунлашуви кишини ўзига мафтун этмай қўймайди.



ўтказаятганликларидан мамнун.

“Мирзабулоқ” кишлоқ фуқаролар йиғини ҳудудида жойлашган 20-умумтаълим мактаби қошида ташкил этилган тажрибали педагог Акбар Темиров бошлиқ “Гунча” соғломлаштириш оромгоҳида ҳам 65 нафар ўғил-қизнинг ёзги таътил кунларини мароқли ва мазмунли ўтказиши учун барча шарт-шароитлар муҳайё этилган. Жисмоний тарбия ва спорт йўриқчиси Адхам Алманов етакчилигидаги тарбияланувчилар анъанавий ўйинлардан ташқари “Тортишмачоқ”, “Елкада кураш”, “Ким чаққон?” каби миллий ўйинлар, оромгоҳ бўйлаб тез юриш ва югуриш машқларини бажариш учун барча шарт-шароитлар яратилган.

Бош етакчи Муборак Шеркулова раҳбарлигидаги таш-

– Оромгоҳларда олиб борилаётган ҳар бир тadbир болалар дунёқарашини бойитиш, ижодий қобилиятини шакллантириш ва маънавий камол топишида ёрдам берувчи асосий тарбия воситаси бўлиб хизмат қилади, – дейди вилоят қасаба уюшмалари ташкилотлари бирлашмаси кенгаши етакчи мутахассиси Тўлибой Тўйчиев. – Вилоятда жорий мавсумда шаҳар ташқарисидagi 10 та кундузги оромгоҳларда ва 86 та мактаблар қошидаги соғломлаштириш оромгоҳларида жами 10450 нафар ўғил-қизнинг кўнгилли ҳордиқ чиқариши режалаштирилган.

Дилфуза ПЎЛАТОВА,
педагог.
Жиззах вилояти.

КЎРИК-ТАНЛОВ



ORASTA XONADON BEKALARI

Қарши-муҳандислик иқтисодиёти институтида Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси вилоят бўлими, “Юрт таровати” газетаси билан ҳамкорликда, хотин-қизларнинг ижтимоий-сиёсий фаоллигини ошириш, улар ўртасида олиб бориладиган маънавий-ахлоқий тарбия ишлари самардорлигини таъминлаш, касбий маҳоратини юксалтириш, мустақил оилавий ҳаётга тайёрлаш мақсадида “Ўзбегимнинг лобар қизлари” танловининг институти босқичи ўтказилди.

Танлов шартларидан бири бўлган “Ақл чархи” баҳси орқали иштирокчи қизларнинг билимлари, ҳуқуқий саводхонлиги, мантиқий фикрлашлари синалди. “Шарқнинг гузал аёллари” шартида эса қизлар Увайсий, Нодирабегим, Сароймулкхоним, Саида Зуннунова, Зулфияхоним сиймоларини очиб бердилар. Танланган шахс ҳаёти ва ижодини мукамал очиб беришда, кўргазмали кўроллар, сахнада гавдалантириш, ижодиётдан сахна кўриниши, шеър, кўшиқ каби турли шакллардан фойдаланилди.

Танлов шартларини аъло даражада бажаргани учун технология факультети талабаси Дурдона Козимовага 1-ўрин, иқтисодиёт факультети талабаси Насиба Салимова ҳамда нефть ва газ факультети талабаси Асила Абдуллаевалар 2-ўрин, муҳандис-техника факультети талабаси Дилноза Кўчарова, геология ва қончилик факультети талабаси Маъмура Умировалар 3-ўрин соҳибаси бўлишди. Ғолибларга ҳомиёлар томонидан эсдалик совғалари топширилди.

Шахина АЛИХАНОВА,
Қарши муҳандислик иқтисодиёти институти матбуот котиби.

TASHABBUSLAR MAYDONIDA UCHRASHAMIZ!

Куни кеча Риштон туманида Фарғона давлат университети профессор-ўқитувчилари ва фаол ёшлар иштирокида “Ташаббуслар майдонида учрашамиз!” деб номланган маънавий-маърифий тadbир ўтказилди.

Тadbирда Ўзбекистон Халқ артисти, профессор С.Маннопов, талабалар-театр студияси бош режиссёри, Ўзбекистон Халқ артисти М.Юсупов, ёшлар билан ишлаш, маънавият ва маърифат бўлими бошлиги

П.Отақулов, университет қасаба уюшмаси раиси О.Ғофуров, жамоатчилик кенгаши раиси А.Шарафутдиновлар сўзга чиқиб давлатимиз раҳбари илгари сурган бешта ташаббуснинг моҳияти ва ушбу ташаббуслар амалга оширилишида ёшларнинг ўрни ҳақида маъруза қилдилар.

– Бугунги кун ҳар биримиз- oilavajamiat@mail.ru

дан изланишни ва янгиликлар оламида хушёр бўлишни талаб қилмоқда, – дейди Х.Шарафутдинов. – Шижоатингиз ва дадил қадамингизни кўриб биз устозлар ҳам жим қараб тура олмаймиз. Ҳар бир лойиҳангиз амалга ошишида кўлимиздан келганича ёрдам беришга тайёрмиз.

Сизнинг асосий вазифангиз илму маърифат оламида янги чўққиларни кашф этишдир. Шундагина сиз келгусида жамиятимиз учун керакли инсонга айланасиз.

“Ёшлик наволари” талабалар ансамбли ҳамда ФарДУ ёшлар иттифоқи бошланғич ташки-



лоти фаоллари томонидан Риштон туманида амалга оширилаётган бунёдкорлик ишлари намоиши ййгиланларда катта таассурот қолдирди. Ўзбекистонда хизмат кўрсатган артист Муҳсин Мўминов ва иқтидорли

санъаткор талабалар томонидан ижро этилган куй-қўшиқлар иштирокчиларга кўтаринки кайфият бахш этди.

Муқаддам ЭҲСОНОВА,
Фарғона давлат университети ўқитувчиси.

IJOBIY O'ZGARISHLAR DAVRI



Замира МАМАТОВА,
Хатирчи тумани ҳокимининг ўринбосари, хотин-қизлар кўмитаси раиси

Президентимизнинг 2018 йил 2 февралдаги "Хотин-қизларни қўллаб-қувватлаш ва оила институтини мустаҳкамлаш соҳасидаги фаолиятини тубдан такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги Фармони қабул қилинганига бир йилдан ошди. Шу қисқа давр мобайнида унинг ижросини таъминлаш мақсадида Хатирчи туманида салмоқли ишлар амалга оширилди.

Дарҳақиқат, туман хотин-қизлар кўмитаси ва унинг корхона, ташкилот ва муассасалардаги бошланғич кўмиталари ҳамда маҳаллалардаги мутахассислари меҳнатлари самараси билан фармон ижроси юзасидан қилгун ишларда яққол кўзга ташланмоқда.

Жумладан, фармон қабул қилинган илк кунларда туман хотин-қизлар кўмитаси ва ишчи гуруҳи иштирокида фуқаролар йиғинларининг диний маърифат ва маънавий-ахлоқий тарбия масалалари бўйича ҳар бир маслаҳатчиси фаолияти тўлиқ ўрганиб

чиқилиб, суҳбат асосида номзодлар орасидан етарли билим даражасига, юксак маънавий ва ахлоқий фазилатларга эга бўлган, ўзига юклатилган вазифаларни лозим даражада бажара оладиган 68 нафар номзодлар саралаб олинди, ушбу номзодлар 68 та маҳалланинг хотин-қизлар билан ишлаш ва оилада маънавий ахлоқий кадриятларни мустаҳкамлаш бўйича мутахассис лавозимига тайинландилар.

Хотин-қизларни қўллаб-қувватлашга доир давлат сиёсатининг самарали амалга оширилишини таъминлаш мақсадида тумандаги 500 нафардан ортиқ лидер ҳамда фаол аёллар рўйхати шакллантирилди. 2019 йил сайловлар йили муносабати билан сиёсий партияларнинг депутатлик сайловларига туман хотин-қизлар кўмитаси томонидан 300 дан ортиқ фаол хотин-қизларнинг номзодлари захира қилиб олинди.

ИЖТИМОЙ ЁРДАМ

Хотин-қизларнинг муаммоларини ўз вақтида аниқлаш, ёрдамга муҳтож бўлган ва оғир ижтимоий вазиятга тушиб қолган хотин-қизларнинг, шу жумладан, ногиронлиги бўлган аёлларнинг манзилли рўйхатлари тузилди, уларга ижтимоий, ҳуқуқий, психологик ва моддий ёрдамлар кўрсатилди.

Тумандаги оғир турмуш шароитидаги ҳамда кам таъминланган шароитда яшаётган 330 нафар хотин-қизларга йил давомида 680,1 млн. сўм миқдорда ижтимоий ёрдам кўрсатилди. Жумладан, туманда жами ногиронлиги бўлган 2256 нафар хотин-қизлар рўйхати шаклланди.

136 нафар уй-жойга муҳтож хотин-қизларнинг шарт-шароитларини ўрганиш ва махсус комиссия томонидан берилган хулосалар асосида 2019 йил якунига қадар 30 нафар фуқароларни босқичма-босқич арзон уй-жойлар билан таъминлаш.

тирилиб, шундан 1-гуруҳ ногиронлари сони 225 нафар, 2-гуруҳ 1830 нафар, 3-гуруҳлар 201 нафарни ташкил этади.

Хотин-қизлар кўмитаси ташаббуси 2018 йилда 10 нафар эҳтиёжманд

593 нафар

хотин-қизларга тикув машинаси билан таъминлашлари учун Халқ банки, Агробанк, Ипотекабанк ва Микрокредитбанкнинг туман филиаллари томонидан шартнома асосида 1 млрд. 363 млн. 9 минг сўм маблағ ажратилди.

фуқароларнинг уйлари вилоят касабаси уюшмаси томонидан тўлиқ таъмирлаб берилди. 13 нафар ногирон фуқаролар касаначи қилиб, иш билан таъминландилар. Вилоят касабаси уюшмаси билан ҳамкорликда ўта оғир шароитда яшайдиган, эҳтиёжманд, уй-жойга муҳтож хотин-қизлардан 4 нафарига бепул уй-жой куриб бериш ва 25 нафар эҳтиёжманд ва ногирон фуқароларнинг яшаш шароитлари ўрганилиб, уйлари таъмирлаш учун вилоят касабаси уюшмасига тавсия этилди ҳамда таъмирлаб берилди. 4 нафар хотин-қизлар уй-жой билан ҳомийлик асосида таъминланди.

БАНДЛИК

Навоий вилоят ҳокимининг "Махсус жамғармаси"дан ажратилган маблағлар ҳисобига тумандаги ишсиз хотин-қизларга 1340 та тикув машинаси берилиши режалаштирилиб, шундан, 593 нафар хотин-қизларга тикув машинаси билан таъминлашлари учун Халқ банки, Агробанк, Ипотекабанк ва Микрокредитбанкнинг туман филиал-

лари томонидан шартнома асосида 1 млрд. 363 млн. 9 минг сўм маблағ ажратилди. Ушбу имтиёзли кредит олган хотин-қизлар томонидан 138 та тикув цехи ташкил этилиб, 414 нафар

хотин-қизлар учун иш ўрни яратилди. "Хотин-қизларни ва оилани қўллаб-қувватлаш" жамоат фонди томонидан тадбиркорлик қилиш истагида бўлган ва хунарманд хотин-қизларнинг 40 нафарига Микрокредитбанк ва Халқ банки томонидан тадбиркорлик қилиш учун 303,0 млн. миқдорда имтиёзли кредит маблағи ажратилди. Улар томонидан 58 иш ўрни яратилиб, ҳозирги кунда ўз бизнеслари билан шуғулланишлари учун кўмаклашилди.

РЕЖАЛАР

Сиёсий партияларга аъзо бўлган фаол хотин-қизларнинг 2019 йилда бўлиб ўтадиган сайловларда фаол иштирокини таъминлаш ва халқ депутатлари туман кенгаши депутатлигига кўрсатиладиган номзодларнинг 50 фоизи хотин қизлардан кўрсатилишига эришиш.

Тумандаги 200 нафар фаол хотин-қизларни раҳбарлик лавозимларига тайёрлаб бориш ва тавсия қилиш.

Тумандаги 136 нафар уй-жойга муҳтож хотин-қизларнинг шарт-шароитларини ўрганиш ва махсус комиссия томонидан берилган хулосалар асосида 2019 йил якунига қадар 30 нафар фуқароларни босқичма-босқич арзон уй-жойлар билан таъминлаш.

Туманда тадбиркорлик фаолиятини бошламоқчи бўлган 150 нафар хотин-қизларга "Хотин-қизларни ва оилани қўллаб-қувватлаш жамоат фонди" ҳисобидан имтиёзли кредит ажратиш, ажратилган кредит маблағларидан мақсадли фойдаланиш бўйича жамоатчилик назоратини олиб бориш.

Тумандаги уй-жойга муҳтож эҳтиёжманд оилаларнинг кўпчилигини инобатга олиб, 250-300 ўринли оилавий ётоқхона биноси қурилиши бўйича лойиҳа ишлаб чиқиш ва амалга татбиқ этиш.

2019 йил давомида "Обод қишлоқ" Дастурига қиритилган олис қишлоқлардан бири Лангар маҳалласида, шунингдек, Истиклол, Фидокор, Қорача МФИларида ҳар бири 100 иш ўринли тикув-трикотаж мажмуасини барпо этиш лойиҳасини амалга ошириш ва 400 нафар хотин-қизларнинг бандлигини таъминлаш.

DAVR BILAN HAMOHANG YASHASH

Ўзбекистон журналистика ва оммавий коммуникациялар университетида Ўзбекистон Журналистлари ижодий уюшмаси қошидаги ёш журналистлар кенгаши билан ҳамкорликда "Матбуотда устоз-шогирд аънанаси: ютуқ ва муаммолар" мавзусида тадбир ўтказилди.

Унда узоқ йиллар матбуот соҳасида меҳнат қилган устоз журналистлар, бош муҳаррирлар, марказий газета ва журналларда фаолият кўрсатаётган ёш журналистлар ҳамда талаба ёшлар иштирок этишди.

— Бундай тадбирларни ташкиллаштириш устоз-шогирд аънанасининг янада бардавонлигига хизмат қилади, — дейди Ўзбекистон Журналистлари ижодий уюшмаси қошидаги ёш журналистлар кенгаши раиси, "Ёшлар овози" газетаси бош муҳаррири Фахриддин Каримов. — Биламизки, Ўзбекистон Журналистлари ижодий уюшмаси қошида ижтимоий, сиёсий, ҳуқуқий, экология, спорт, ҳарбий ватанпарварлик каби 9 та йўналишда



кенгашлар фаолияти йўлга қўйилган. Кейинги пайтда ёш журналистлар кенгаши билан ишлаш, ҳамкорликни кенгроқ йўлга қўйиш биров оқсаётган эди. Бунга албатта, замон талабига мос интернет журналистикасининг тобора ривожланиб бораётгани, ёшларимиз газета, журналдан кўра,

кўпроқ интернет нашрларни афзал деб билаётганларини сабаб дейишми мумкин. Бу ҳам замон талаби. Бироқ неча минг йиллик тарихга эга газетачиликнинг ижод оламида ўзига хос ўрни ва роли бор. Буни ҳеч қачон унутмаслигимиз керак. Қолаверса, ёшларга устоз журналистларимизнинг

босиб ўтган ижод йўли, бой тажрибаси ниҳоятда муҳим деб ўйлайман.

Давра суҳбатида устоз журналистлар мустақиллик йилларида соҳада эришилган ютуқлар ҳамда кўзга ташланган муаммолар хусусида ҳам мулоҳазаларини билдирдилар. Бугунги кунда даврий нашрларнинг адади кескин камайиб кетишининг сабаблари, ахборот майдонида ўрганиш зарур бўлган камчилик ва муаммолар ҳам таҳлил қилинди. Айни пайтда хусусий кўнгилочар нашрлар ва телеканалларнинг кўпайиши, бугунги журналистлар дунё матбуоти тажрибасидан етарли даражада фойдалана олмаётгани, фақат ўзи билан ўзи овора бўлиб қолаётгани танқид қилинди.

Талаба-ёшлар кекса авлод вакилларининг чеккан машаққатлари, қўлга киритган ютуқлари билан танишаркан, бугуннинг шиддаткор ўзгаришларини, ҳеч қимни ҳаёлига келмаган янгиликларни излаб топишда мустақил фикрларини баён қилишди. Ўтган аср ҳамда даврга ҳамоҳанг тарзда ўзларини қизиқтирган саволларига жавоб олишди.

Б. ИСМОИЛОВ

“ADASHTIRILGAN” BOLALAR

nega o'zlarini men “xato” man degan so'roq bilan qiynaydilar?

– Шу кўзойнакни эгасига қайтаришим керак, ҳар гал эсимдан чиқиб машинада қолиб кетяпти-да.

– Ойижон, бу кимники ўзи?

– Нилуфар холангники, ўғлим.

– Вой, ойижон, Нилуфар холангникимиди?

Шу онда болажоннинг хурсандлиги овозига қўшилиб жаранглади, гўё.

– Бир неча марта қизиқдим. Дадамдан сўрамоқчи бўлидим, аёлларники бўлганидан индамандим...

Эндигина ўн икки ёшни қаршилаган жиянимнинг “Аёлларники бўлганидан индамандим” деган сўзлари дадасини, ойисини, ҳатто мени ҳам ҳайратлантирди. Шу онда қаршимда бир оғиз сўзи билан ўзи улғаяётган оила аталмиш муқаддас ошёнга шубҳа, гумон оралашига ақли етиб, бемаврид саволдан тийилган кичкина оила химоячисини кўрдим.

Оила – кўргон. Бу кўргоннинг қанчалик мустаҳкамлиги, аввало, шу ошённинг устунлари, яъни ота-онанинг қўлида. Оиланинг қувончи эса фарзанд, у меҳр-муҳаббат меваси, муқаддас ришталарини мустаҳкам боғлаб турувчи неъмат деймиз. Қайсики, оилада аҳил-иноқлик, меҳр-оқибат бўлса, шу оила тинч-тотувликда бахтли ҳаёт кечиради. Бу ошёнда улғаяётган фарзандларнинг ҳам онгу шуурига, қалбига оила муқаддас кўргон эканлиги ҳо бўлади.

Вақти келиб ўспирин йигит-қизлар турмуш қуради, фарзанд кўради. Энди у тош тепиб юрган бола ёки “лов” этиб ёниб, бир зумда ўчадиган олов ўсмир эмас, бир оиланинг боши. Ҳаётнинг мазмунига айланган ошённи кўз қорачигидек асровчи оилапарвар инсон. Юқорида гувоҳи бўлганимдек шу ошённинг қадри унда улғаяётган болаларга тўғри тарбия бериш орқали тобора ошиб бораверади. Демак, жияним келажакда, албатта, оиласининг қалқони бўлади. Бу умид дилмига қанчалар ёруғлик олиб кирган бўлса, яқинда ота-онаси



туғуруқxonанинг ўзида ташлаб кетган уч чақалоқнинг Москвадан юртимизга олиб келинганини ўқиб, вужудимда ҳайрат аралаш нафрат ҳисси исён қилди. Ўз зурриётидан воз кечиш орқали ота-оналикни ҳам рад этганлар қандай тарбия кўрган экан-а? Фарзанд бир буюм ёки ўйинчоқмикидики шунчаки, воз кечиб ёки ташлаб кетилса. “Ўзбеклардек болажон халқни бошқа жойда учратиш қийин”, Ўзбеклар ўзинимас боласини дейди, боласи кулса кулади, куйса куйди”. Ўзбек фарзандининг ширин ташвишларига бутун ҳаётини сарф

қазига ота-онаси воз кечган 45 нафар болалар МДХ давлатларидан олиб келингани таъкидланганди. Бу 45 нафар болаларнинг ҳам рисоладагидек оиласи, ота-онаси, яқинлари бўлиши мумкин эди. Аммо улар энди – етим. Тўғри, улар давлатнинг эътиборида, ҳеч бир боладан кам бўлмаган шароитда ўқиб-ўрганади, ўсиб улғаяди. Шу ўринда мени ташвишга солгани улар ҳаётида оиладек кемтикликни ҳеч бир тўқислик билан тўлдириб бўлмастлигида бўлса, яна бири ана шундай болалар улғайгани сайин ўзини камситилган

ган муддатни ортга қайтариб бўлмайди-ку. Ёки бу гуноҳ шунчаки кечирилаверармикин?

Қалдирғоч тумшугида миқсоллаб лой келтириб уя қуради. Полапонларига тиним билмай озик ташийди. Улар учирма бўлгунча уяси атрофда гир айланади, чарх уради. Сиз буни қузатганмисиз? “Боласини ташлаб кетибди”, “воз кечибди”, “фалон жойнинг эшигидан чақалоқ топилибди” ҳатто “боласини бунча пулга сотаётган экан” деган гап-сўзлар қулгоимга чалинганда, орамизда бир қушчалик меҳри йўқ инсонлар ҳам борлигидан афсусланаман.

Бир пайтлар бобом айтиб берган ҳаётий воқеа эсимга тушиб қолди. Икки ака-уканинг кичиги касалликдан қазо қилган. Қора қозони зўрга қайнаб турган ака укасида қолган ўғилни “есиримни кўчага чиқармайман”, деб фарзандликка олиб, келинини узатган. Оиладаги меҳр-оқибат, тарбиянинг кучини қарангки, шу ўғил ота-онаси бошқалигини билмай улғайган. Кейинчалик бу сир ошкор бўлганда ҳам боланинг амакисига меҳри ортса ортанки, камаймаган, ҳатто ўз фарзандларидан-да кўпроқ ҳурмат-иззат кўрсатган. Буни миннатсиз мурувватга яраша чин меҳр мукофоти десак тўғри бўлади. Бир этак боласи билан

зўрга кун кўраётган камбағал деҳқоннинг бағри, қанчалар кенглигини англаганим сайин, ўз фарзандидан воз кечаётганларни ким деб аташга ўйлангман.

Яқин дугоналаримдан бири-ни болалар уйдан асраб олишган. Ота-онаси яхши инсонлар. Ҳозир дугонамнинг рисоладагидек оиласи, икки фарзанди, энг муҳими, оилапарвар турмуш ўртоғи бор. Бир қарашда ҳаёти тўқисдек кўринади. Аслида ҳам шундай. Аммо у ўзаро суҳбатлашганимизда бот-бот “Ҳаётимдан нолимайман. Нолисам, ношукрлик бўлади. Аммо кимлигингни билмай яшаш қанчалар қийин, ота-онам нега мендан воз кечишганини ўйламай дейман-у, шу савол тубига баъзан чўкиб кетаман. Бир куни ўз ота-онам қидириб келади, деган ўй юрагимни эзади. Айниқса, бирор тўй-маъракага борсам, “Фалончининг “ўша” қизими” деган пичир-пичирларни эшитиб қолганда, ота-онам ва турмуш ўртоғимнинг меҳридан, фарзандларимнинг кулгусидан таскин топаман”, – дейди дугонам. Унинг панонаи оиласи тенгсиз меҳр ошён. Аммо барча ташлаб кетилган болаларнинг тақдирини шундай қазо эмас-да. Синовларда тоблана-тоблана, таслим бўлмай қаддини тик тутиб, жамиятда ўз ўрнини топиб, нурсиз ҳаётига ўзи ранг олиб кирганлар ҳам кўп. Бундайларни энгилмас, собитқадам десак тўғри бўлади.

Эртанда адаштирилган Зумрадга ачинишимиз рост. “Ота-онаси ташлаб кетган экан”, деган сўздан бир он сукут билан оғир нафас олишга қўлибди. Биз бўғзимизга тикилган бу оғриқли нафасни бир онгина ҳис этамиз, холос. Аммо бир умр юракда оғриқ билан яшаш қанчалар қийин. Ўзини “хато” деб билишнинг сўроғи-чи?.. Тақдирга битилган бу аччиқ қисмат юқини кўтариши-чи? Бундай жавобсиз саволлар ҳеч кимни таъқиб қилмаслигини, ҳамма-ҳамма оиласи, яқинларининг меҳри тафтини туйиб, бир-бирини асраб, ардоқлаб яшашини хоҳлардим, аммо...

Гулноза ТУРҒУНБОЕВА

Пайти келиб уларни қайсидир вақти кўрсатиб ташлаб кетган ота-онаси излаб ҳам келиши мумкин. Унда йўқотилган вақтни, айниқса, тарбияда бой берилган муддатни ортга қайтариб бўлмайди-ку. Ёки бу гуноҳ шунчаки кечирилаверармикин?

этади” каби таърифлар қачон эскириб улгурди? Йўқ, бизнинг ўзбеклигимизга, ўзлигимизга монанд бу таърифлар эскирмаган. Фақат кейинги пайтда орамизда нималарнидир вақт қилиб, ота-она деган номга нолайиқ эканлигини исботлаётганлар борлиги ачинарли.

Хабарнинг давомида хо-рижда ўз фарзандидан воз кечиш ҳолатлари учраб туриши ва ўтган йили юртимиздаги вояга етмаганларга ижтимоий ҳуқуқий ёрдам кўрсатиш мар-

ҳис этиши боис тўғри йўлдан адашиб, ҳаётда қоқилиш эҳтимолининг юқорилиги. Юқоридаги бола меҳр ошённи қанчалар дарёдиллик билан асраёпти. Балки, бу болалардан воз кечишмаганда оиласи бағрида, яқинлари ардоғида бўлишганда улар ҳам шундай қилишарди. Пайти келиб уларни қайсидир вақти кўрсатиб ташлаб кетган ота-онаси излаб ҳам келиши мумкин. Унда йўқотилган вақтни, айниқса, тарбияда бой берил-

BOLALARNI BEPARVO DEMANG

Бола тарбияси оиладан бошланади, деб бежиз айтишмайди. Айтиш жоизки, нафақат ота-она, балки оиланинг ҳар бир аъзоси болаларнинг тарбиясига таъсир қилади. Афсуски, бундай таъсир баъзан салбий маъно касб этадики, ён-атрофимизда шундай ҳаётий мисоллар учрайди. Бундай ҳолатларни кўрганда баъзилар парво қилишмайди. Болалар эса катта ёшдагиларнинг юриш-туриши, одатлари, нима иш қилаётганига бепарво эмас. Айниқса, болалар тақлидчан эканини назарда тутсақ, улар нега хатти-ҳаракатларимизни қузатиб туришининг сабабини англаймиз.

Кўпинча фарзандлар ота-онанинг касбини тутиши, изини давом эттириши ҳам аслида болаликдан

бошланган қизиқиш, тақлид натижаси, десак янглишмаймиз. Қайси касб эгаси бўлмасин, уйда китоб ўқиб турадиган ота-она ўзи учун мутолаа қилса ҳам аслида фарзандларига тарбия бераётган бўлади.

Оила аъзолари шу хонадонда унинг ўсаётган фарзандларга ибрат орқали яхши тарбия бериши ёки бунинг акси бўлиши ҳар биримизга боғлиқдир.

Дейлик, хонадонда катта ёшдагиларнинг тамаки чекиб ёки ичкиликдан маст бўлганини кўрган бола аста-секин бу иллатни “юқтириб” олиши мумкин-ку. Бундай пайтда ота-оналарнинг фарзандларига “ичма, чекма”, деб ўқтириши қанчалик наф беради, деган савол туғилади.

Кези келганда мактабда ўқувчилар устозларни ҳурмат қилиши ҳам оила тарбиясининг натижаси эканини айтиш жоиз. Одатда, фарзандлар ота-онасининг ўзидан ёши катталарга, мактаб ўқитувчиларига муносабати, муомаласига ҳам эътибор бериб, беихтиёр ўзларига сабоқ оладилар. Айниқса, бу ўқувчи ва ўқитувчи ўртасидаги муносабатга тез таъсир қиладиган жиҳатлардан биридир.

Ўқувчиларнинг таълим олиши, фанларни ўзлаштириши учун ўқитувчи масъул мутахассис ҳисобланади. Фарзанднинг камолотини ўйлаган, мактабда билим олиб, келгусида бирор касб-корни пухта эгаллаши ҳақида бош қотирган ота-она, аввало, уни

Fikr

болалиқдан бошлаб яхши ҳулқли қилиб тарбияламоғи лозим. Бошқача айтганда, болани мактабга тайёрлашга оилада эътиборли бўлишса, ўқитувчи ва ўқувчи ўртасидаги устоз-шоғирдлик муносабатларига ота-она, маҳалла-қўй аралашиб юришига ҳожат қолмайди. Дарс вақти ўқувчи ва ўқитувчилар учун ниҳоятда қимматли вақт ҳисобланади, унинг ҳар дақиқасидан унумли фойдаланиш шарт. Зеро, билим уммонига фарзандининг ҳаёт кemasини йўллаётган устозларнинг ҳар кунини, ҳар дақиқаси шу эзу мақсад учун сафарбар этилади.

Бобир МАДРИМОВ,
Хива туманидаги 32-умумтаълим мактаби ўқитувчиси



ташқарида XXI аср, тиббиёт ривожланган давр. Минг афсуслар бўлсинки, аҳоли тиббий маданиятининг пастлиги, турли хурофий, илм-фандан узоқ бўлган йўллар билан даволашга ҳаракат қилиши, нафақат, жамият аъзолари ҳаётини хавф остида қолдирмоқда, камига, ноёб ҳайвонларнинг қирилиб кетишига сабаб бўлмоқда. Саратон касаллигининг юзлаб турлари мавжуд, уларни ниманидир пишириб ейиш билан даволаб бўлмайди, бу борада фақатгина замонавий тиббиётга кулоқ тутиш керак. Агар шифокор қайсидир касални даволай олмайётган бўлса, бу тиббиётнинг айби эмас, бу ўша шифокорнинг тажрибасизлиги, тўғри ташхис қўя олмагани ёки ўша касалхонада даволаш учун зарур нарсаларнинг мавжуд эмаслиги билан боғлиқ. Сил касаллиги бактериялар келтириб чиқаради, уни эчкемарни пишириб ейишингиз билан даволай олмайсиз, битта эмас, юзта эчкемар есангиз ҳам фойдаси йўқ, бунинг учун сизга фақатгина замонавий тиббиёт ёрдам бера олади. Кеча интернетда қашқадарлик бир тўда одамсимонларнинг (одам дейишга тилим бормаяпти) ваҳшийликлари тасвирланган видеога кўзим тушиб қолди. Видеони охиригача кўра олмадим, ҳар қандай одам бу видеони кўра олмайди, бу ишни-ку инчунин. Хуллас, видеода кўнгр айиқни ваҳшийларча ўлдириб, унинг қонга беланган жасадни отасининг томорқасини шудгор қилиб қахрамонлик кўрсатгандек

калтаклаш ҳоллари ҳам кузатилмоқда. Масалан, Тошкент вилоятининг Чирчиқ шаҳрида ҳайвонларни тутиш вояга етмаган шахслар ва кекса фуқаролар кўз ўнгида тўқмоқ ва калтак қўлланилган ҳолда шафқатсиз тарзда амалга оширилган. Сирдарё вилоятида ва Наманган шаҳрида ҳайвонлар захарли кимёвий воситалар билан атайин захарланган.

Фуқаро Алан Пономарёвнинг "Mening fikrim" веб-портали орқали ҳайвонларга нисбатан шафқатсиз муносабатда бўлганлик учун жавобгарликни кучайтиришни назарда тутувчи жамоавий электрон мурожаат 10 миндан ортқ овоз тўплаганди.

Яқинда бўлиб ўтган палатанинг ялпи мажлисида ушбу масала депутатлар томонидан кўриб чиқилди ва бир гуруҳ депутатлар ташаббуси билан киритилган "Ўзбекистон Республикасининг Маъмурий жавобгарлик тўғрисидаги кодексининг 111-моддасига ўзгартиш ва қўшимча киритиш ҳақида"ги Ўзбекистон Республикаси қонуни лойиҳаси биринчи ўқишда қабул қилинди.

Қонун лойиҳасига кўра, ҳайвонларга нисбатан шафқатсиз муносабатда бўлиш уларнинг ўлимга ёхуд майиб бўлишига олиб келса, худди шунингдек, ҳайвонларни қийнаш, ёхуд вояга етмаганларнинг ҳузурда содир этганлик учун маъмурий жавобгарликни қучайтириш (энг кам иш ҳақининг 10 бараваридан 15 бараваригача жарима солиш);

JONZOTGA OZOR BERGAN, INSONNI HAM SEYMAydi

ЎЛДИРИЛГАН АЙИҚ, ОСИЛГАН ЭЧКЕМАР

Яқинда интернет тармоқларида Қизил китобга киритилган кўнгр айиқ ва бўз эчкемарнинг Қашқадарёда ваҳшийларча ўлдирилгани ҳақидаги сурат ва видеоларча баҳс-мунозараларга сабаб бўлди. Ҳимолай кўнгр айиқи Ўзбекистон Қизил китоби ва Халқаро Қизил китобга киритилган. Ер юзидан бутунлай қирилиб кетиш хавфи остида турган кенжа тур ҳисобланади. Уни овлаш тақиқланган. Кўнгр айиқларнинг сони жуда оз, масалан, Қашқадарё ва Сурхондарё худудларидаги Ҳисор тоғларида 157 таси қайд этилган. Камайиб кетишига ноқонуний овлаш, яшаш жойининг қисқариб бориши ва безовталиқ омиллари сабаб бўлмоқда. Эчкемарнинг ушбу тури ҳам халқаро СИТЕС рўйхатининг I иловасига киритилган. Бу дегани ушбу ҳайвонни овлаш, сотиш, давлат чегарасидан олиб ўтиш мутлақо тақиқланади. Уни фақат илмий мақсадлардагина ўрганиш учун овлаш мумкин, шунда ҳам ўлдиришга рухсат йўқ.

Хўш, нима учун одамлар ҳайвонларга нисбатан бешафқатларча муносабатда бўлишмоқда?

ОВЧИЛИК ЭМАС ВАҲШЙЛИК БУ...

"Facebook" тармоғи фойдаланувчиси биолог Бахтиёр Шералиев ўз саҳифасида бу ҳолатга шундай муносабат билдирди:

"Ўзбекистон 1995-йилда "Биологик хилма-хиллик тўғрисида"ги халқаро Конвенцияга қўшилган ва бу билан ўз худудидаги ҳайвонот ва ўсимлик оламини ҳимоя қилиш мажбуриятини олган. Шундай экан, ҳайвонларни ваҳшийларча қирадиган ана у одамсимонларни, аввало, Қизил китобга киритилган, овлашни тақиқланган ҳайвонни овлагани учун, ана ундан кейин ҳайвонларга шафқатсизларча муносабатда бўлгани учун, ваҳшийлигини видео орқали ижтимоий тармоқларда тарқатиб, қирилиб кетиш оstonасида турган Ҳимолай кўнгр айиқлар ҳаётини янада хавф остида қолдиргани учун албатта, жазоланиши шарт!"

Хуллас, айлиниб келиб ана ўша аввалги гапга қайтамиз, Ўзбекистоннинг ваколатли, мутасадди органлари мамлакатдаги ҳайвонот ва ўсимликлар оламини ҳимоя қилиши, айниқса, Қизил китобга киритилган, овлаш тақиқланган ҳайвонлар мониторингини мунтазам олиб бориши, қонунларни бузган фуқароларни эса қаттиқ жазолаши шарт. ОАВ ушбу ҳайвонлар ҳақида, уларни овлаб бўлмаглиги, ҳимоя қилиниши ҳақида мунтазам тарғибот олиб бориши, шифокорлар эса касалликларни илм-фандан узоқ турли йўллар билан эмас, тажрибада тасдиқланган, синалган усуллар билан даволаш заруригини тарғиб этишлари лозим. Акс ҳолда ҳолат давом этавереди.

Хўш, бу гал бўз эчкемар нима мақсадда овланмоқда? Бу мавзу илгари ҳам бир кўтарилган эди. Эмишчи, эчкемарнинг гўшти саратонга, ўпка сили қаби касалликларга даво экан. Ҳой, одамзот, ҳозир

оломонга намойиш қилаётганлар тасвирланган. Юзидаги кулгу ва хурсандчилигини кўриб инсониятнинг душмани устидан ғалаба қозонибдимики деб ўйлайсиз. Эй одамзот, бунчалар ваҳший бўлмасанг! Ишонаверинг, бу овчилик эмас, асло! Аниқ, тиниқ ваҳшийлик!

БОЛАЛАР КЎЗ ЎНГИДА КУЧУК БОЛАСИ ЧАВАҚЛАНДИ...

Олмон файласуфи Артур Шопенгауэр шафқат ҳиссини ахлоқнинг асоси, шафқат тушунчасини ахлоқшуносликнинг асосий тушунчаси деб атайди. Унинг наздида шафқат универсал табиатига эга у, инсоннинг нафақат инсонга, балки ҳайвонга бўлган муносабатида ҳам намоён бўлади, зеро ҳайвонга бешафқатлилик қилган одам инсонга шафқатли бўлмайди.

Суд статистикасининг кўрсатишича, ҳайвонларга нисбатан шафқатсиз муносабатда бўлганлик учун ҳуқуқбузарлик содир этилиши ҳолати ошиб бориши кузатилмоқда. Ўзбекистон Республикаси Олий судидан олинган ахборотга кўра, 2014-2017 йилларда ва 2018 йилнинг 9 ойи давомида маъмурий судлар томонидан Маъмурий жавобгарлик тўғрисидаги кодекснинг 111-моддаси бўйича 399 та шахсга нисбатан маъмурий ҳуқуқбузарлик ҳақидаги 277 та иш кўриб чиқилган. Улардан фақат 199 та иш бўйича 281 та шахсга нисбатан маъмурий чоралар қўлланилган.

Масалан, Тошкент вилоятининг Олмалик шаҳрида бир тўда бола бўғоз итга сим текиб, устидан бензин қуйиб, ёқиб юборган. Тошкент шаҳрининг Олмазор туманида 18 ёшли қизлар томонидан мушук чўктириб ўлдирилган. Юнусобод туманида эркак киши 6 та вояга етмаган болалар кўз ўнгида кучук боласини чавақлаган.

Афсуски, шаҳар ва туман ободонлаштириш бошқармалари ҳузурдаги қаровсиз қолган ҳайвонларни тутиш бригадаси вакиллари томонидан ҳайвонларга нисбатан бениҳоя шафқатсизлик (таёқлар, калтак билан уриш) кўпинча болалар ва кекса фуқароларнинг кўз ўнгида содир этилган. Масалан, Навоий шаҳрида ҳайвонларни аҳоли кўз ўнгида отиб ташлашган. Жиззах вилоятининг Пахтакор шаҳрида эса ҳайвонларни отиш сутканинг кундузги вақтида вояга етмаган шахслар кўз ўнгида амалга оширилган.

ЖАВОБГАРЛИК КУЧАЙТИРИЛАДИ

Расул Кушербаев Олий Мажлис Қонунчилик палатаси депутати ўзининг телеграмм каналида шундай фикрларни ёзиб қолдирган эди:

"Ҳайвонларни тутишда азоб берувчи, шафқатсиз ва садистларча усуллардан, шу жумладан, қўлоқларини узиб олиш, турли қаттиқ жисмлар билан



худди шундай ҳуқуқбузарликлар маъмурий жазо чораси қўлланилганидан кейин бир йил давомида такрор содир этилган бўлса ёхуд вояга етмаган шахсни ушбу модданинг биринчи қисмида назарда тутилган ҳуқуқбузарликни содир қилишда иштирок этишга жалб қилганлик учун маъмурий жавобгарликни киритиш (энг кам иш ҳақининг 15 бараваридан 30 бараваригача жарима солиш ёки 15 суткагача маъмурий қамоқ жазосини тайинлаш) тақлиф этилмоқда.

Тақлиф қилинаётган қонун лойиҳасининг қабул қилиниши ҳайвонларга нисбатан шафқатсиз муносабатда бўлиш ҳолларини тўғри талкин қилиш ва бунинг учун муносиб жазони тайинлаш муаммоларини ҳал этишга, шунингдек, ҳайвонларга нисбатан содир этилган ҳуқуқбузарликларнинг олдини олиш учун оголантирувчи чора бўлиши таъкидланмоқда..."

Инсон қачон шафқатсиз бўлади. Оилада, ён-атрофида ана шундай бешафқатликнинг гувоҳи бўлиб вояга етганида. Менимча ҳар бир таълим муассасасида жонли бурчак ташки қилиниши, болалар кўз ўнгида ҳайвонларга катталар томонидан меҳр кўрсатилиши керак. Болалар учун ҳайвонларга меҳр уйғотадиган ўзбек фильмлари ишлаб чиқарадиган вақт аллақачон етган. Мактабларда ўтиладиган табиат, экоолам дарс соатларини бевосита экскурсия билан боғлиқ ҳолда ўтказиш, ўқувчиларни "Раҳмдил бўл", "Меҳр ва оқибат" ташаббускор гуруҳлари фаолиятлари билан узлуksиз равишда таништириб бориш мақсадга мувофиқ. Ахир бежизга яхши инсонга сифат беришгаётганда "чумолига ҳам озор бермаган" деган иборани ишлатишмайди. Болаларни ёшлигидан ҳайвонларга озор бермасликка, уларга меҳр қўйишга ўргатайлик. Эгасига тобе, тилсиз ҳайвоннинг жавдирган қўзларига раҳм қилган бола, улғайгач инсонга ҳам озор бермайди.

Дониёр НАСРИДДИНОВнинг номи деярли кўпчилик мухлисларга нотаниш. Яъни, кўча-кўйда уни мухлислар тўхтатиб: “Сиз билан суратга тушайлик”, дейдиган даражада машҳур эмас. Унинг ўзи ҳам машҳурлик кўчасидан юришга кўпам ишқибоз эмаслигини суҳбат асносида ҳис қилдик. Айни кунларда Ўзбек миллий Академик драма театри саҳнасида кўйилаётган Ўлмас Умарбеков асарига мансуб “Кузги мактублар” спектаклида яратган Собир образи бизни ёш актёр билан суҳбатга ундади.

Doniyor NASRINDINOV:



АКТЁР ҲАҚИДА ҚИСҚАЧА МАЪЛУМОТ

Дониёр НАСРИДДИНОВ
1988 йил 30 мартда Наманган вилояти, Чуст шаҳрида туғилган.
Ўзбекистон давлат санъат институти тугатган. 2007 йилдан буён Ўзбек миллий академик драма театрида хизмат қилади.

“Огоҳ бўлинг, одамлар!” спектаклида Ербўл ва Аликул, “Бир қанотпилар”да Бахтиёр, “Халала” спектаклида Халил, “Кузги мактублар”да Собир, шунингдек, “Зурриёд”, “Зурриёд-2” фильми ҳамда сериалларида, “Оталар сўзи, ақлнинг кўзи” теленовеллаларида бир қатор образлар яратиб келмоқда.

ODAMLAR KO'PROQ KOMEDIYA KO'RISHNI XOHLAYDI chunki drama insonni o'ylashga majbur qiladi...

ЙЎЛ

– Мактабни битирган кезларим олдимда учта йўл турарди. Ана ўша йўллардан бири мени танлаган касбимга олиб борарди. Тоғамнинг таклифи билан Ўзбек миллий академик драма театрига оддий саҳна ишчиси бўлиб ишга кирдим. Вазифам – спектакль учун эрталаб саҳна қуриш, кечқурун уни бузишдан иборат. Репетиция жараёнларини кузатиб, театрга бўлган меҳрим уйғонди. Болалигимдан актёр бўлишни орзу қилардим. Санъат олийгоҳига кириш учун тайёргарлик кўра бошладим. Имтиҳонларни аёло баҳоларга топшириб, талаба бўлдим.

Иккинчи курсга ўтганимда омавий саҳналарда иштирок этишни бошладим. Биринчи марта одам савдосига қарши ишланган “Огоҳ бўлинг, одамлар”, деб номланган спектаклда Ербўл ҳамда Аликул образларини гавдалантириш бахтига муассар бўлдим. Институтни битиргач, 2 йил ўтиб театрга актёрликка қабул қилиндим.

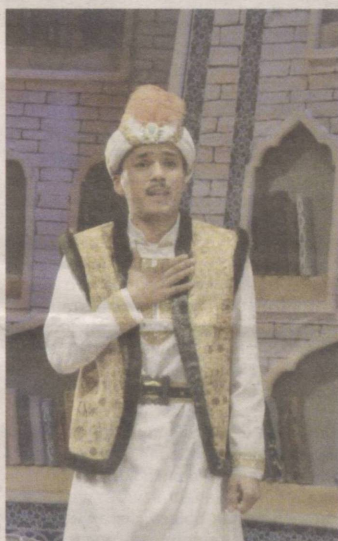
ТАЖРИБА

Актёрга маҳоратини ошириш учун институтда олган билимлари, репетиция жараёнининг ўзи камлик қилади. Олийгоҳда таълим олиш бошқа, ўша билимларни саҳнада ҳис қилиш умуман бошқа нарса экан. Айниқса, устозларнинг саҳнадаги хатти-ҳаракатлари, кўз қарашлари, гапириш оҳанглари кўзатиб, спектаклдан ташқари ўз устида ишлаши керак. Устозларимиз кўпинча: “Ҳозирги ёшлар ўз устида кам ишлайди”, деган эътирозни билдиришади. Гапларида жон бор. Ўйда ўз устимизда кўпроқ ишлаб, мутолаа билан шуғуллансанг, ютуқларимиз янаям кўпаяди.

Ўткир Ҳошимов, Саид Аҳмад асарларини, шоирлардан Эркин Воҳидов, Абдулла Орипов шеърларини ўқийман. Бу ижодкорларнинг асарларини ҳамма ўқигани учун эмас, чиндан яхши кўриб ўқийман. Биринчи марта Ўткир Ҳошимовнинг “Икки эшик ораси” китобини кўлимга олганимда, “Жудаям қалин, саҳифаси кўп экан, қандай қилиб тугатаман”, деган фикр хаёлимдан ўтганди. Бошладим, бир ҳафтага қолмасдан, тугатиб қўйгандим.

Афсуски, кейинги пайтларда китоб дўқонига кириб, “Ўқимишли, яхши асарлардан беринг” десам, олди-қочди, шов-шувли китобларни таклиф қилишади. Асарнинг беш, ўн varaгини ўқиганингиздан кейин ёлгонлигини сезиб қоласиз-у, тоқчага улоқтирасиз. Шундай пайтларда ана шундай асарни ёзиб ўзиниям, ўқувчиниям вақтини

chunki drama insonni o'ylashga majbur qiladi...



ўғирлаётган “ёзувчилар” дан хафга бўлиб кетади киши.

УСТОЗ-ШОГИРД АНЪАНАСИ

Устоз-шогирдлик аънаналари ҳозир ҳам театримизда сақланиб қолган. Ўзим ҳавас қилиб уларга ўхшашни истайдиган, интиладиган устозларим талайгина. Ўзбекистонда ҳақиқатан ҳам хизмат кўрсатган артистлар Беҳзод Муҳаммаджаримов, Тоҳир Саидовларга ҳавас қиламан. Улар битта соҳага боғланиб қолишмаган. Ҳар соҳада фаол. Мисол учун Ёқуб Аҳмедов ўз вақтида дубляжда ҳам, театр ва кинода ҳам зўр ижод қилган. Бу инсонга ҳамма жойда талаб бўлган. Ҳаммасига улгурган. Бирортасида тўхтаб қолмаган. Бу устозларим ҳам жон классик асарларини, ҳам ўзбек классикасида роль ўйнаш бахтига муассар бўлишган. Уларга ҳар соҳада етиб олишни жудаям хоҳлайман.

ТАНБЕҲ

Табиийки, устозларимдан танбех эшитиб тураман ва бундан хулоса чиқаришга ҳаракат қиламан. “Тоғлардек баланд бўл”, номли янги спектаклнинг сўзларини яхши ёдлаганим учун Тоҳир Саидовдан яхшигина дакки эшитдим. Ўйда яхшилаб машқ қилиб, ўша хатоимни тuzатдим. Устозларимиз бизни яхши бўлсин, келажакда шу хатоларини такрорламасин, деб танбех беришади.

ҲАДИК

Яқинда ролларимни кузатган бир

мухлис аёл менга “Характерингизда самимийлик, оддийлик билан бирга озгина ҳадик бор экан, бу ниманинг белгиси?” деган саволни бериб қолди. Тўғриси, кутмагандим. Бироз эсанкираб қолдим. Мухлисларнинг назаридан ҳеч нарса четда қолмайди. Оилада тўнғич фарзандим. Ёшлигимда жудаям сўх бўлганман. Шу сабабли онамдан кўп дакки эшитардим. Ҳақиқатан бўлганлари учун мактабдан чарчаб келсалар менинг шўхликларим ортиқчалик қиларди. Шунданми, негадир танқиддан қўрқадиган бўлиб қолганман. Кўпчилик танқидга ижобий қарайди. Келажакнинг меваси деб билади. Балки, тўғридир. Лекин мен танқиддан чўчийман. Ҳаттоки спектакль премьераларига ҳам уйдагиларни чақирмайман. “Ролинг яхши чиқмабди, мана бу ери ўхшамай қолибди”, деган фикрни эшитсам, руҳий тушкунликка тушиб қоламан. Ўша ҳолатдан чиқиб кетишим учун вақт керак бўлади.

ОТА ВА ЎҒИЛ

Ораимизда ҳаммаша отасидан маслаҳат олиб, у билан ҳамфикр бўлиб иш юритадиган ёки падарининг гапига қулоқ солмайдиган, аксинча отасини ўзининг йўриғига соладиганлар ҳам топилади. Дадамнинг яхши бир гаплари бор. Баъзида шуни эслатиб қўядилар. Бола беш ёшида мени дадам зўр, ҳамма нарсани билади дер экан. Озгина катта бўлганидан кейин мени дадам билади, дер экан бепишандлик билан. Янаям улғайганидан кейин, мен ҳамма нарсани биламан, дадам мен билан баравар билади, деса улғайиб вояга етгач “Дадам ҳеч нарсани билмайди”, дер экан. Отаси оламдан ўтганидан кейин мен ҳеч нарсани билмас эканман, ҳамма нарсани дадам биларкан, деб афсусланаркан.

РАҚОБАТ

Мен билан бирга институтни тугатган тенгдошларим орасида аллақачон машҳурлик супасига етганлари кўпчилик. Баъзида, “Ота-онам сен ҳам тезроқ танил”, деб қолишади. Озми-кўпми сериалларда рол ижро этяман. Ҳамма нарсанинг ўз вақти соати бор дейдиган инсонлар тоифасига кирман. Санъатда ҳамма нарса актёрнинг маҳоратига эмас, омадга ҳам боғлиқ экан. Кимнидир омади олдинроқ, кимнидир кейинроқ келади. Ҳар битта инсон энг аввало айбни ўзидан қидириши керак. Нима учун? Демак камроқ меҳнат қилаётган бўлади. Интилган одам, албатта, чиқади. Камроқ интилган эса қолиб

кетаверади. Ўзимни яхши актёр деб ҳисоблайман. Аммо характеримдаги тортинчоқлик кўпинча панд беради. Мисол учун қайсидир асардаги роль менга жудаям ёқиб қолди. Ўйнагим келяпти, лекин режиссёрнинг ёнига кириб, ўша ролни менга беринг, ҳаракат қилиб кўрай деб айттолмайман. Кино учун кастингларга камроқ бораман.

ВОЗ КЕЧИШ

Нафақат театр, балки қайси соҳа бўлмасин, удалай олмасанг воз кечиш керак. Ўзимнинг соҳамдан мисол келтираман. Битта роль олдингиз, ҳарчанд уринманг у чиқмаяпти. Ҳамкасбларга, томошабинларга образни мукамал бўлмаган тарзда кўрсатиб бергандан кўра воз кечиш, обрўни сақлаб қолган яхшироқ. Устозим Ўзбекистонда хизмат кўрсатган ёшлар мураббийи Мунаввара Абдуллаева институтда ўқиб юрган кезларимиз ташқи кўриниши актёрликка қоришмайдиган талабаларга вақтида бу касбдан воз кечишни маслаҳат беради. Кетганлар кетди, кетмаганлар ўқиб диплом олди, шу соҳада ишлади мана ҳозир айриллари “киракаш”лик қилиб юрибди. Ҳар қанақа соҳани танлагандан сўнг мукамал эгаллаш керак. Шифокор тажрибасиз бўлса беморни ҳаётига зомин бўлади, ўқитувчининг ўзи билимсиз бўлса боланинг келажакига путур етади. Санъат олийгоҳларида ёшларнинг кўпроқ иқтидорига, ижодий имтиҳонларга эътибор қаратайлаётгани айни мудоао бўлди. Бу келажакда маҳоратли, жаҳон киноюлдузлари билан тенглаша оладиган актёр ва актрисалар етишиб келишига замин яратади, деб ўйлайман.

ДРАМА

Бугунги томошабин кўпроқ комедиани хоҳлайди. Драматик спектакль қуриш жараёнида эса мия воқеанинг ичига кириб, янаям фаол ишлайди. Аслида комедиадан кўра драматик асар одамага маънавий озуқа беради. Лекин бизнинг томошабинларимиз кўпроқ энгилроқ асарлар хоҳлайди. “Ҳаёт ўзи шундоғам қийин бўлса, яна трагедия кўриб нима қиламан”, дейдиган мухлислар кўп. Биз ҳар доим ҳам комедиани таклиф қилолмаймиз. Саҳна бу – ойна. Ҳар бир мухлис унда ўзининг муаммо ва камчиликларини куради. Бизнинг вазифамиз эса томошабинни тарбиялаш, уни ортимиздан эргаштиришдан иборат.

Нигора РАҲМОНОВА
суҳбатлашди.

SAXOVATDAN OR QILSAK, ORIYAT TO'NINI TESKARI KIYSA

yoxud uy olish payida eridan ajrashib, o'zini bechorahol ko'rsatishga urinayotgan ayollar paydo bo'layotgani rostmi?

— Жўралар, менда бир таклиф бор. Қишлоғимиздаги раҳматли Қосимнинг оиласига бир ёрдам қилиб юборсакми, биргаллашиб, девдим. Оиласи жуда хабар аҳволда экан, кеча хотиним айтиб қолди.

Қишлоқдаги бир гуруҳ улфатларнинг биридан чиққан бу таклифни унинг ёнида ўтирганлар маъқуллагандай бўлиб, бош иргаб қўйишди. Дастурхоннинг нариги четида ўтирган ҳамқишлоғи эса энчасини қотирди.

— Нималар деяпсан, уни бир эмас, икки амакиси Россияда ишлаб юрган бўлса, жиянларига қарашиб юборса бўлади-ку, нима, битта томини ёпиб беролмайдимиз?

Бундан илҳомланган шериги ҳам луқма ташлади. "Тўғри, ҳамма ўз кунига-да, қайси бирига қарашасан, жўра?"

— Эй, менга қара, пулинг кўпайиб қолганга ўхшайди-а?! Агар шундай бўлса, бугунги зиёфат сендан бўлсин!

Бу гапга йиғилганлар қаҳ-қаҳ отиб қулиб юборишди.

— Сен ўзи бева аёлга бирдан нега ёрдам беринг кеп қолди? Ё...

Бу луқма ўтирганлар даврасидаги қаҳқажани янада авж олдириди.

Бундай мазмундаги суҳбатлар сизга унчалик бегона бўлмаса керак, уёқ буёқда эшитиб қолган бўлсангиз ҳам аҳамият бермагандирсиз, балки. Умуман, ҳамма жойда эмас, аммо аксар ҳудудларда қишлоқдоши, маҳалладошига ёрдам бериш тушунчаси у ёки бу маънода шу аҳволда эканлиги киши кўнглига оғриқ солади.

Ёдинга бўлса, жорий йил бошида вилоятлардан бирида мактабни бир неча йиллар олдин битирган синфдошлар йиғилишиб, қишлоғига машҳур қўшиқчини чақиртириб концерт уюштиргани, тонналаб ош дамлагани ҳақидаги хабар кўпчилиқда турлича фикр уйғотганди. Уша қишлоқдаги ижтимоий аҳвол ҳаминқадар бўлса-да, синфдошларнинг бундай йўл тутишлари, мақтанчоқлик кайфияти билан ўзларини кўз-кўз қилишганини кимдир қораласа, кимдир ёқлаганди.

Аслида мактабни турли йилларда тутатган синфдошларнинг қишлоғига



ош бериб, зиёфат уюштириши кўп ҳудудларда одатга айланган. Йил бошида тарқалган ва яқин кунларда эшитганим, юқоридаги воқеаларни қозоғга туширишимга қирғиз ахборот сайтларида ўқиган бир неча хабарлар туртки бўлди. Мисол учун, Иссиқ кўл вилотидаги мактабни тутатганига 20 йил бўлган синфдошлар эрта вафот этган дўстининг хотираси хурматиға унинг вояга етмаган ўғли учун уй қуриб беришгани ҳақида хабар тарқалди. Яна бир вилотида эса синфдошлар турли зиёфатлари, кўнгилоҷлар давралардан кўра ўзлари яшайдиган овулдаги имконияти чекланган қишлоқдошига уй қуришига кўмаклашибди. Тўғри, расмларда кўринишича, ҳашаматли уй эмас, 2-3 хонали оддийгина қишлоқ уйи. Аммо синфдошларнинг бу яхшилиги бир умр-

Арзимаган маблағ билан битадиган ишларни ҳам катта йиғинларда муаммо сифатида айтадиган хотин-қизларнинг кўпаяётгани кишини сергак торттиради.

га татигулик ҳада эмасми?

Бизда ҳам турли ёшдаги синфдошлар, улфатдошлар, гаштакчилару, гапбозлар шундай хайрия ишга кўл уриш ҳақида ўйлаб кўришармикан? Наҳотки улар саховатни ор санашса? Бу фикрларни қозоғга туширарканман, арзимаган маблағ билан битадиган ишларни ҳам катта йиғинларда муаммо сифатида айтадиган хотин-қизларнинг кўпаяётгани кишини сергак торттиради. Уларни ёрдам сўрашга ундаётган оила катталари, маҳалладошлар аслида бу вазиятдан ор қилиши керакмасми? Ёки орият аллақачон тўнини тескари кийдимикан?..

Гап саховат, ориятга бориб тақаларкан, шу кунларда бўлиб ўтган яна бир ҳаётий мисолни эслаб ўтишни жоз топдим. Рафиқасини уч боласи билан кўчага ҳайдаган йигит онасининг қистови билан бошқа қизга уйланади. Биринчи аёлининг ота-онаси вафот этганини, болаларини боқиши учун хунари йўқлигини билса-да, фарзандларининг тақдири билан қизиқиб ҳам кўрмайди. Аёл қарийб кўчада қолади, мутлақо шароити бўлмаган уйларда

яшайди, болаларига нон топиб едириш учун одамларнинг томорқасидаги, уйидаги ишларини қилиб кун кечиради. Орадан вақт ўтиб, унга туман мутасаддилари томонидан уй ажратиладиган бўлди. Буни қарангки, уч фарзанди билан кириб келган янги уйга эр ҳам бош эгиб келади. Ундан кейин яна уч бора уйлانган, улардан ҳам фарзандлари бор эркак "сендан яхшиси йўқ экан, онам айтгани учун ажрашгандим", дея кечирим сўрайди. Аёл фарзандларининг отамиз келди, деб қувонганига қараб, иккиланиб қолади. Ахир бош эгиб келди-ку, болаларим отаси билан ўсгани яхшику, деган хулосага ҳам келади. Аммо қўшининг қаҳратон, ёзининг саратон кунлари шароитсиз жойларда яшагани ёдига тушиб, кўзига ёш олади, кечиролмайди.

Болам учун уй беринг, ёлғиз онаман, дея минг ташкилотга борган яна бир аёл эса уйли бўлгач, фарзандларини меҳрибонлик уйига жойлаштиришга ҳаракат қилаётганини қандай тушуниш мумкин? Яқинда яна бир янгилик қўлогимга қалиниб қолди: уй олиш пайида эридан ажрашиб, ўзини бечоралоқ кўрсатишга уринаётган аёллар пайдо бўлаётган экан.

Ўзбек халқига таъриф берилганида саховатли деган ибора кўшиб айтилади. Бу бежиз эмас, албатта. Йиллар давомида одамлар қалбидан қалбига ўтиб келаётган қадриятларимиз туфайли ушбу мақтовга сазовор бўлялмиш, аслида. Аммо бугунги кунга келиб ана ўша саховатпешалиқдан ҳам кимлардир ўш маънаати йўлида фойдаланишга уринаётгани, чинакам ёрдамга муҳтож инсонлар қолиб луқмани бошқалар илиб кетаётгани одамнинг кўнглини гаш қилади. Юқорида қойхонада ўтирган жўралар суҳбатини бежиз келтирмадим. Бу мисоллар биз кўкрак кериб мактабни юрган қадриятларимизни бир чақага чиқариб қўяётгандай. Биз зўр бериб ҳалол, ориятли, саховатли дея сифат бераётган миллат шаънига улкан доғ бўлиб қолаётгандай туюляпти. Эҳтимол, сиз бошқача фикрдадирсиз?

Гулрух МҶМИНОВА,
"Оила ва жамият" муҳбири.

TAJAVUZZOR O'QUVCHI QANDAY PAYDO BO'LADI?

yoxud «quloqsiz» bolalarni tarbiyalashda nimalarga e'tibor berish zarur?

Таълим муассасаларида ўқув машғулотлари ўз ниҳоясига етган бир пайтда ўтган ўқув йили сарҳисоб қилиниб, турли хил жиноятчилик, зўравонлик ҳолатлари таҳлил этилмоқда.

Дарҳақиқат, поёнига етган ўқув йили мобайнида ўз жонига суяқасд қилган олий ўқув юрти талабалари ҳақидаги маълумотларни Ўзбекистон Республикаси Бош прокуратурасининг ахборот хизмати етказиб турди.

Бундан ташқари, умумтаълим мактабларида ўқувчилар ўртасида пичоқбозлик, безорилик, ўғрилиқ, ҳатто тенгдошнинг жонига қасд қилишга уринишлар, айрим ўртамаҳсуз билим юртларида эса вояга етмаган қизларнинг номусига тегиш каби жиноятлар содир этилгани ҳақида оммавий ахборот воситалари бонг урди.

Ҳақли савол туғилади. Таълим муассасаларида бундай ҳолатлар нега содир бўлмоқда? Бунинг илдизи қаерда? Муаммонинг ечими нимада?

Ушбу саволларга жавоб излар эканмиз, жорий йилда Вазирлар Маҳкамаси ҳузурдаги "Оила" илмий-амалий тадқиқот маркази ўтказган бир тадқиқот эътиборимизни тортди.

Унда иштирок этганлар (1619 нафар) орасида 12-17 ёш оралиғидаги, мактаб, вояга етмаганлар билан ишловчи органлар рўйхатида турувчи, носоглом оилавий муҳитда вояга етётган ўқувчилар ва уларнинг ота-оналари эканлиги қизиқишимизни янада оширди.

Психолог, педагог, ҳуқуқшунос ва бошқа соҳа вакилларидан иборат гуруҳнинг аниқлашича, аввало, мактаб ўқувчиларининг ўзи оилавий зўравонлик ва бундай оилада камол топаётган болага қандай муносабатда бўлиш ҳақида етарлича билимга эга эмас. Сўровномада қатнашганлардан атиги 4,4 фоиз ота-она ҳамда 11,4 фоиз устоз-мураббийлар бундай болалар турли хил жиноятлар содир этиши, ружий мувозанатдан чиқишига, аввало,

оила боши ва ўқувчилар айбдор эканини тан олишди.

Қулоқсиз болаларни тарбиялашда куч ишлатиш керакми? Аксар ота-оналар ва ҳатто мактаб ходимлари ҳам жисмоний жазо турини қўллашни ҳамон маъқул кўришади. Уларнинг наздида бу тўғри тарбия усулларидан бири саналади. Аммо яна бир ҳақиқат борки, бошқалардан зулм кўрган шахс, у хоҳ катта, хоҳ кичик ёшда бўлсин, бу зулмни ўзида тўплаб, охир-оқибат уни жамиятга, ўз тенгқурларига ёхуд ўзидан заифроқ одамларга йўналтириши ҳеч гап эмас. Бир қатор руҳшуносларнинг фикрича, таълим муассасаларида рўй берадиган ноҳуш ҳолатлар: пичоқбозлик, ур-қалтаклар замирида аслида мурғак қалбда йиллар давомида тўпланган ҳўрлик ва зулм ётади.

Қизиқ, мактабларда тажовузкор болани пайқаш ва унинг бўлажак салбий хатти-ҳаракатларини олдини олиш тизими мавжудми? Назарий жиҳатдан — ҳа, бироқ амалий жиҳатдан — йўқ!

Нега? Сўровда ўқувчилар рўй-рост айтганидек, "бундай болалар билан тарбиявий ишларни олиб бориш шахсий вақт ҳисобига тўри келади", "қозғозбозлик ишларини бирламчи ўринга қўювчи раҳбарият талабларини бажаришни ўйлаб эътиборсиз қолиб кетади", "психологлар таълим даргоҳидаги ҳамма ўқувчиларни қамраб ололмайди, зотан, психолога ажратилган штат ва кадрлар етишмайди", "мактаб психологларига етарлича вақат-вақт берилмаган, улар озгакки ланол-насихат билангина чекланишга мажбур"... Мана иқроорлар, мана зоҳоллар. Уларни рад этишининг ҳам фикрдош бўлишининг ҳам илжожи йўқ. Бу ёқда эса билимга чанқоқ оддий ўқувчидан психолог-физиологик жиҳатдан зиддиятлару қарама-қаршилиқларга юз тутаетган инсон тақдири ётибди. Хулоса ўзингиздан!

Бобур ЭЛМУРДОВ,
журналист.

MENING FIKRIM

“Фикр фикрни уйғотади, фикр фикрдан сув ичади”, – дейди таниқли адабиётшунос ва шоир Раҳимжон Раҳмат. Ушбу саҳифамиз орқали ижтимоий тармоқда фаол бўлган зиёлиларнинг таклиф ва мулоҳазаларини бериб боришга аҳд қилдик. Раҳимжон Раҳмат ва Шаҳноза Соатоваларнинг бугунги кундаги мавжуд муаммолар борасидаги фикрлари сизни ҳам атрофдаги жараёнларга хушёр ва сергак бўлишга ундаса, ажаб эмас...

“БИБЛИОБУС” ВА КИТОБГА БЕФАРҚ КАТТАЛАР

“Библиобус” деб ёзилган автобусни кўрдим! Туман марказида. Ҳаммаёғига китобнинг расмлари чизилган. Фарғонадан келдик, деди библиобусчи йигитлар! Шу машинанинг расмини интернетда кўрдик. Қизиқиб тўхтадим. Машина ёнида ўрнатилган кўлбола расталарга терилган китобларни кўриб, севгилисига кўзи тушган йигитдай ҳаяжонландим! Зўр-ку! – дея хитоб қилдим. Китобларни бирма-бир кўлга олиб варақладим. Аксарини ўқиганман! Ҳаяжоним кучли эканлигидан ўша ердаги библиобусчи йигитга китоблар мазмунини гапира кетдим. Анча дийдорлашдим китоблар билан. Соғинибман!



Лекин ўтган-кетганлар китобга эътиборсиз, ҳатто кўз ташлаб қўймайди. Одамларнинг китобдан бошқа ташвишлари кўп. Битта-иккита онаси етаклаб олган бошланғич синф ёшдаги болалар онасининг кўлидан ушлаганча китобларга қизиқиб қараб ўтади, лекин уни етаклаб олган онаси китобга эътиборсиз! Китоб олиб келган йигитларга айтдим: “Агар она-болалар китобга қизиқиб қараса, тўхтаб китобларни варақлаб кўрса, қизиққан китобини совға қилинг. Пулини мен тўлайман”.

Ярим соат кутдим: китобга одам-от яқинлашмади. Оломон китоблар ёнидан мавҳум ёққа кўз тикканча ўтиб борарди. Ҳафсалам пир бўлди. Кетишга чоғландим. Бир пайт чамаси иккинчи ёки учинчи синфда ўқийдиган қизча китобларни кўриб: “Эртак китоблар ҳам борми? Ойи, китоблар!” деди ва она-бола қизиқиб китобларни кўлга олиб варақлай бошлади. Қизалоқ “Ҳайвонлар ҳақида ҳикоялар” деган китобга қизикди. Мен шошилиб: “Кизим, шу китоб мендан сенга совға”, – деб сотувчи йигитга 20 минг узатдим. Қизча ҳам, онаси ҳам “Раҳмат!” – деди. Атай қизчанинг онасини юзига қарамадим... Яна бир оз ўтиб яна бир ёш болача онасини китоблар томонга судради: “Ойи, эртак китоблар!”. Шу йигитча қизиққан китобиям унга совға қилдим. “Бўлди. Кетдим”, – деб уйга қайтдим.

Болаларнинг ҳайрати ўлмаган! Биз катталар эса аллақачон мавҳум томонга ақлу руҳимиз ила ғарқ бўлганмиз!

БАЛХ ТУТЛАРИНИ КЎПАЙТИРИШ ЗАРУР!

Бозорда хандалак чиқибди! Жуда

чиroyли. Хушбўй!

Бир дона сотиб олдим. Саккиз минг сўм! Каттароғи! Катта ҳовлига келиб хандалакнинг ярмини онамга илдим! Набира кизим (эгизаклар) боғчада эди. Қолган яримта хандалакни боғчага олибкериб Зухраҳон ва Ҳасанбойга едирдим. Ҳаммаёғига, увол бўлмасин деб, эгизаклар чала еган пўчоғини гажидим. Ширин экан! Уругини олиб қўйдим.

Қаерда пиширишди экан хандалакни? Шунақа нозик деҳқончиликниям ўрганишим керак! Ҳандалак – ҳам ширин, ҳам хушбўй!

Ковун-тарвузлар ҳам бор бозорда, лекин хандалак ҳаммасидан ноёб! Тоғолчаларим ҳам пишиди. Роса едик.

Оддий олуладан компот беркитдим. Чилги шафтолиниям кўрдим бозорда!

Ёз келяпти! Ёз ойлари суюқ овқатлар ва меваю полиз махсулотларини кўпроқ истеъмол қилинг! Отдай соғлом бўласиз!

Бу йил озроқ тутдан шинни ҳам тайёрладим.

Мева-чевалар, полиз махсулотлари ичида энг тотлиси тутдир!

Йирик-йирик балх тут етиштирадиган фермер хўжаликлари ташкил этиш керак! Агар хорижга тут шиннисини экспорт қилса борми... Дунёда тутга тенг келадиган мева йўқ, тутнинг олдида араб хурмосиям ўтаверсин!

Нега жийдазорлар ташкил этмаймиз!

Агар хорижга жийда сотсак, пулларимиз сандиқларга сиғмай кетади!

Нега ёнғоқзорларимиз, анжирзорларимиз йўқ?

Нега Оптиариқ узуми Лондон ёки Парижда сотилмайди?

Қишлоқ хўжалиги деганда муаммоларга ўралган пахта етиштиришни тушунаимиз! Ҳамма фикрласин. Ёлғиз отнинг чанги чиқмас, чанги чиқсаям донги чиқмас... Айтишадик, кўпдан кўён қочиб кутулмас!

ДАРАХТЛАР АЁВСИЗ КЕСИЛЯПТИ

Ижтимоий тармоқларда кесилган чинор таналари, тўнгалар расми ва аҳолининг норозилиги акс этган хабарларга кўзимиз тушиб турибди.



Нега жийдазорлар ташкил этмаймиз! Агар хорижга жийда сотсак, пулларимиз сандиқларга сиғмай кетади!

Нега ёнғоқзорларимиз, анжирзорларимиз йўқ?

Нега Оптиариқ узуми Лондон ёки Парижда сотилмайди?



Дарахтлар шу қадар кўп кесилдики, бизнинг қишлоқдан 4 километр наридаги туман маркази кўришиб қолди. Дарахтлар аёвсиз кесилляпти. Умирида дарахт эмаган, биронта ниҳолни парваришламаган бети чўтир, кўзининг

четига кир тўпганиб юрадиган ярамас кимсалар тегишли маҳаллий раҳбарлар изни ила табиатга қирон келтиряпти!

Дарахт кесилляпти. Лекин ўрнига дарахт экилмаяпти.

Балки яшаб турган тупроғимизни чин ватаним деб ҳис этиб улгурмагандирмиз...

Катта дарахтлар қуласа, ёвуз шомоллар қутиради.

Дарахтлар йўқ бўлса, куёш аждарҳодай бошимиздан кўпроқ ўт, олов сочади. Дарахт қанча кўп бўлса, инсон умри шунча узун бўлади дейишади.

Афсус, бизнинг дарахтларимиз камийиб кетди.

Дарахтлар кесилляпти, лекин ўрнига дарахт экилмаяпти!

РАҲИМЖОН РАҲМАТ

“ЭЛПАРВАР” – ЖУМОНГ ВА ЖАНГ БОГОГА МУНОСИБ ЖАВОБ

“Элпарвар” яхши фильм экан. Менга жуда ёқди. Жанговар ва фалсафий саҳналарнинг вақтида алмашилиб туриши, қахрамонларнинг гўзал нутқи, ишонarli трыюлар, кутилмаган саҳналар, костюм, грим ва юқори савияли тас-



вир – сценарист, режиссёр, оператор, расомлар, гримчию костюмчилар, актёрлар, умуман бутун жамоанинг ўз ишининг устаси эканидан далолат.

Бизда ҳам яхши фильмлар олинаётгани кишини қувонтиради. Тарихий шахсларсиз (икки эпизодда кўринган ва

фильм муборак бўлсин!

ҚЎШИҚ ИНСОННИ

ЎЗГАРТИРИШИ МУМКИНМИ?

Ўнта қўшиқ... инсонни ўзгартариши мумкинми? Ҳа, агар улар Шерали Жўраев ижросида бўлса. Ҳақиқий эл ҳофизининг таваллуд куни муносабати билан яқинлар даврасида ўтказилган ижодий кеча иштирокчиларнинг ёдидан бир умр чиқмаса керак. Уч соатлик кечадан сўнг дунё мен учун аввалгидек бўлмастлигини тушундим. Ўзим ҳам учрашувгача бир одам эдим, ундан кейин бошқа одаimg айлангандекман: тозароқ, ҳамдардоқ, донороқ. Ҳақиқий санъат инсон кўнглини тарбиялар экан. Тадбир Шерали ҳофизнинг ўз сценарийси бўйича ўтди деса ҳам бўлади: ўзи ҳофиз, ўзи режиссёр, ўзи дирижёр... Телефонимга ёзиб олайин дедим, аммо юракдан чиқаётган дурдоналарни фақат юракка жойлаш мумкинлигини ўйлаб телефонни ўчирдим ва дунёни унутиб, фақат дилпортар қўшиқларнинг жонли ижросидан лаззатландим.

14 ФЕВРАЛДАН СЎНГ...

Бунақа таваллуд кунини бобокалонимиз Заҳириддин Муҳаммад Бобур ҳеч оруз қилмаган. 14 феврални “Валентин куни” эмас, “Бобур таваллуд топган кун” сифатида нишонлаш яхши гўя эди. Аммо нимага эришдик?

Биз 14 феврални Валентиндан тортиб оламиз дегунимизча, Валентин биздан Бобурни олиб қўйяпти. Бугун тарқатилётган “Бобуринка”лар, “Бобурдек сеvgи ҳақида шеър ёз ва фалон нарса ютиб ол” (Бобур шеърларини ёдла, таҳлил қилиб бер, дейилса ҳам майли эди)

ёки “Бобур тугилган кунини фалон ресторанда Ди-жей фалончи билан нишонла” акциялари нимаси? Бобурдек “сеvgи шеърларини” ёзиш учун Бобурдек салоҳиятли шахс бўлиш, у каби сева билиш кераклигини булар тушунмаса ҳам, ҳеч бўлмаса Бобур бундай салла ўрамаганини билишмайди? Умуман, куннинг номини ўзгартирган билан иш битадими? Қани ёшларнинг бобурхонлиги? “Бобурнома” нимаю, “Вакое” нима деб сўрасангиз, қанчаси тўғри жавоб беради? Маънавиятимиз, миллатимиз учун қай бири зарарлироқ: Валентин кунини нишонлашми ёки Валентин кунини Бобур куни атаб нишонлашми? Менимча, иккинчиси зарарлироқ. Бобурни тинч қўйинглар. Унинг номи ортга ўтиб иш битиргунча, шу кунни муҳаббат куни деб нишонлайверсин авом. Мен шунинг тарафдориман. “На иссиғига, на совуғига кўнаси” дейдиганлар топилади, албатта. Уларга жавобим: ўша “иссиқ” ҳақиқатда иссиқ, “совуқ” эса асл совуқ бўлса, кўнасимиз, албатта. Ном ўзгаргани билан байрам ўша-ўша қолаверса, бунинг нимаси маънавиятга фойда?

Муҳаббат эса – умуминсоний туйғу. Улугларимиз ҳам бу туйғунини туйишган, уларнинг муҳаббати ҳам ўзи каби улуг бўлган. Агар шу муҳаббатни тарғиб қила олсак, Лайлою Махжун, Фарҳоду Ширинларнинг ишқини англата олсак эди бу миллатга...

Шаҳноза СОАТОВА, ҳуқуқшунос. Саҳифани МУХТАСАР тайёрлади.



Гульфуга ЗОКИРОВА:

Кўпчилик йога билан шугулланиш ҳақида ўйлайди, лекин уларнинг режалари ҳеч қачон амалга ошмайди. Сабаби, баъзилар йоганинг организмга фойдасини биллишмайди, баъзи бировлар эса яхши мураббий ёки маъқул вақт топа олишмайди, жуда бўлмаганда дангасалик қилишади.

Ўзбекистон Йога федерацияси бош мутахассиси Гульфуга Закирова йоганинг инсон руҳияти ва танасига қандай таъсир қилиши ҳақидаги фикрлари билан ўртоқлашди.

ганингизда кислород билан бойитилган янги қон танага тарқайди. Букилувчан ҳолатлар оёқлардан ва тосдан ўпкага қон оқишига ёрдам беради, организмни кислород билан бойитади.

Йога гемоглобин даражасини оширишга ва қонни суюлтиришга ёрдам беради. Тўқималарга кислород етказиб берадиган оқ қон ҳужайралари сонини оширади. Бу эса юрак хуружи ва инсульт касалликлари хавфини камайтиради.

Машқлар давомида мушакларнинг қисқариши ва чўзилиши танадаги лимфа ҳаракати ёрдам беради. Бу лимфа тизимига инфекцияларни бартараф этиш, саратон ҳужайраларини йўқ қилиш ва ҳужайралардаги токсин чиқиндиларини чиқариб ташлаш имконини беради.

Юрак қон-томир тизимини яхшилайди. Аэробик машқлар юрак хасталиги хавфини сезиларли даражада камайтиради ва депрессиядан халос бўлишга ёрдам беради.

фонингиз ёки машина рулини бепарво ҳолатда ушлаётганингизни сезганмисиз? Уйлаётганда ёки ишлаётганда пешонангизни буриштирасизми?

Ушбу одатлар сурункали стресс, мушакларнинг толиқиши, бўғим, қўл, елка, бўйинда ва юздаги оғриқларга олиб келади. Йога билан шугулланиб танангизнинг қайси қисмлари кескинлашаётганини сезасиз ва бу мушакларнинг қандай қилиб дам олишини ўрганасиз.

УЙ ШАРОИТИДА ШУГУЛЛАНСА БЎЛАДИМИ?

Машқларни бажариш давомида баданни тўғри ушлашга аҳамият бериш лозим. Қўл ва оёқлар ҳолатига аҳамият бериш, мушакларни тўғри ишлатишни билиш керак. Нотўғри бажарилган ҳаракат организмга салбий таъсир қилиши мумкин. Дастлаб малакали мутахассис назоратида 3 ойдан 6 ойгача шугулланиб, мустақил

YOGA SPORT TURI EMAS

chunki unda odamlar bir-birlari bilan musobaqalashmay, har kim o'z ustida ishlaydi.

ЎТМИШДАН АФСУСЛАН-МАСЛИКНИ ЎРГАТАДИ

Йога ўтмиш учун афсусланмасликни, ҳар бир лаҳзадан завқ олиб, бориға шукр қилиб яшашни ўргатади. У одамни ҳар қандай ёшда ҳам бахтли қилади.

Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, йога машғулоти депрессиядан халос бўлишга ёрдам беради. Машқлар давомида серотонин (бахт гормони) даражаси сезиларли тарзда ошади, бу яхши кайфиятга ва организмда умумий ҳолатни яхшилашга ёрдам беради. Йога – бадан ва ақлни соғлом сақлашнинг қадимги ҳинд тизимидир. Бу қон томирларнинг тоза бўлишига олиб келади ва ҳаво ҳар бир органга бир хилда узатилади, бу эса организмнинг энергиясини кучайтиради. У бадан, ақл ва руҳ ўртасидаги мувозанат қурилишини таъминлайди. Йога жараёнларида тан, онг ва руҳ ўртасидаги мувозанат ўрнатилганда руҳий мамнуният, тинчлик ва ором бошдан кечирилади.

Йогани спорт тури дея олмайман. Чунки унда одамлар бир-бирлари билан мусобақалашмайди. Ҳар ким ўз устида ишлайди. Тана эластиклигини ривожлантириш йоганинг биринчи ва тезкор таъсирларидан биридир. Дастлабки машқлар пайтида кўпчилик ҳатто бармоқларини ҳам орқага эга олмайди. Аммо мунтазам амалиёт билан удаланмаганлар удаланади. Биз марказимизда олиб бориладиган машқларни йогатералга деб атаймиз. Чунки машқларни гавда тузилишига, унинг нуқсонларига қараб белгилаймиз. Кўпчиликлда остеохондроз, грижа каби касалликлар бор. Машқлар давомида умуртқа погонаси доимо чўзилади ва ўша касалликлардан қутулишга ёрдам беради. Йога таълимотида инсоннинг ёши паспортдаги рақамга эмас, балки умуртқа погонасининг эластиклигига боғлиқ, деган гап бор. Умуртқа погонаси қанчалар эластик бўлса, инсон шунча ёш кўринади.

АҲАМИЯТИ

Йога бизнинг жисмоний, ақлий, интеллектуал ва маънавий ривожланишимиз учун жуда муҳим. Юрагимиз доимо ишлайди, чарчаганимизда ёки кечаси ухлаётганимизда ҳам фаолият юритади. Йога юракни соғлом сақлайди ва тананинг бошқа қисмларини тоза қон билан таъминлашга олиб келади, бу эса касалликларни енгиб, организмнинг

жисмоний кучайишига олиб келади.

Натижада, инсоннинг иш қобилияти ҳам ортади. Йога машқлари мушакларни ривожлантиради, қоматни яхшилайди. Ўз тана вазнидан фойдаланган ҳолда амалга ошириладиган машқлар суякларни мустаҳкамлайди ва остеопорознинг олдини олади. Ушбу тамойил кўплаб йога позицияларида қўлланилади. Машқлар пайтида эски қон ички органлар ва бўғимлардан сиқилади ва сиз позициядан чиқиб кет-

БМТ бош ассамблеясининг қарорига асосан 2014 йилдан бошлаб 21 июнь бутун дунёда халқаро йога кунини деб эълон қилинди. Бундан мақсад йоганинг инсон саломатлигига фойдаси ҳақида одамларни хабардор қилиш, соғлом турмуш тарзининг бир бўлагига айлантириш, дунё миқёсида тарғиб қилиш. 175 та давлат бу ташаббусни қўллаб қувватлашди. Бугунги кунда бутун дунёда йога тарафдорлари сони ошиб, Ўзбекистонда ҳам йилдан йилга оммалашиб бормоқда.

Халқаро Йога кунини 2019 йил 23 июнь кунини Нукус стадионида (Ёшлик спорт мажмуаси) нишонланади. Унда 500-600 киши иштирок этиши кутилмоқда.



ТАНАНИ НАЗОРAT ҚИЛАДИ

Баъзи йога ҳаракатлари танани тўлиқ назорат қилиш қобилиятига эга. Кўпчилик аёллар йога озишга ёрдам беради, деб сўрашади. Албатта ёрдам беради, агар соғлом овқатланиш йўлга қўйилса. Йога билан боғлиқ ҳикоялардан маълумки, унинг ёрдамида узоқ вақт сувсиз ва овқатсиз юриш, юракни тўхтатиб қўйиш, бир дақиқада ухлаб қолиш мумкин.

МУШАКЛАРНИНГ КУЧЛАНИШINI БАРТАРАФ ЭТАДИ

Қачондир теле-

равишда шугуллана олишига ишонч ҳосил қилганидан сўнг машғулотларни уй шароитида олиб борса бўлади.

КИМЛАРГА МУМКИН ЭМАС?

Йогани иситмаси бор ва жиддий касаллар билан ўтказилмаслиги керак. Асаб ҳамда умуртқа погонаси билан боғлиқ касалликларда, қандли диабетда, қон босимида шугулланса бўлади. Фақат касаллик авж олиб кетмаган бўлиши лозим. Йога ҳар бир ёш гуруҳидаги инсонлар учун фойдалидир. Машғулотларни 4-6 ёшдан бошлаш мумкин, 50, 60, 70 ёшда бошлаганлар ҳам бор. Ҳомиладор аёллар учун ҳам махсус машғулотлар ўтказилади. Агар аёл ҳомиладорлик даврида йога билан шугулланса туғруқ жараёни осон кечади, машғулотлар аёл ва фарзандининг соғлиги ва руҳиятига ижобий таъсир кўрсатади.

УМУМИЙ ҚОИДАЛАР

Йога билан

шугулланишдан олдин куйидаги умумий қоидаларни билиш керак:

Машқлар эрталаб оч қоринга, душ қабул қилиб кейин шугулланилса яхши натижа беради.

Кечқурун ошқозон бўш бўлганда яъни оч қоринга.

Йога учун тинч ва очиқ жой танланиши лозим, боғда ёки очиқ осмон остидаги ҳовли саҳнида шугулланган маъқул.

Машғулотлар давомида кенг, енгил ва юмшоқ кийим кийиш, ақлни хотиржам ва барқарор сақлаш керак. Сукрут сақланг, суҳбатлашманг.

Йога амалиётини аста-секин ошириш.

Йога билан шугулланаётган шахслар енгил, тез ҳазм бўладиган, соғлом ва озуқа берувчи озиқ-овқатларни истеъмол қилишлари керак.

Машқлар сўнида бўшашиб ётиш, дам олиш керак. Бу танани енгиллик билан таъминлайди ва руҳиятни тинчлантиради.

Йога машқларидан сўнг, бир ёки ярим соат давомида ҳеч нарса истеъмол қилинмаслиги керак.

Суҳбатни
Мадина АЛЛАБЕРГАНОВА
ёзиб олди

SAQICH CHAYNASH MANQURTLIKKA OLIV KELADIMI?

Савол: “Сақич чайнашга одатланиб қолганман. Қанча ҳаракат қилмайин бу иллатдан қутулолмаялман. Доим сақич чайнаб юриш зарарлими? Шу ҳақда маълумот берсангиз...”

**Дониёр,
Тошкент шаҳри.**

– Сақич чайнаш масаласида мутахассисларнинг фикрлари турлича. Айримлар сақич оғизда овқат қолдиқларини ва хидни кетказади, тишларни тозалайди, меъда ва ичак ширасини ажралишини меъёрга келтириб, овқат ҳазм қилишини яхшилайдди, деса бошқа бир тадқиқотчилар мунтазам сақич чайнашни одат қилганларда тиш эмалининг емирилиши, меъда ичак яраси кўпроқ учраши хусусидаги изланишларини эълон қилиб қоладилар. Россия оммавий ахборот воситаларида чоп этилган хабарларда билдирилишича, айрим хориж давлатларидан экспорт қилинаётган спиртли ичимликлар, тамаки маҳсулотлари, резина сақичлар ва айрим озиқ-овқат моддалари таркибда узоқ муддат истеъмол қилганда инсонни аста-секинлик билан манқуртликка (зомби) олиб келувчи моддалар мавжуд экан. Бу зарарли моддалар бир неча йиллар мобайнида инсон организмга таъсир қилиб, аста-секинлик билан ўзликни англаш ҳиссини йўқотиб борар экан.

Сақичнинг таркибидаги маҳсулотларга назар соландиган бўлсак, бизни кўп ҳам қувонтирмайдиган ҳолатларга гувоҳ бўламиз. Истеъмолдаги сақичлар таркибидаги қўшимча моддаларга сақич хамиртуруши (асосий модда), ширинлаштирувчи моддалар, эмулгатор – лецитин, ранг берувчи ва ялтиратувчи яна бир қанча қўшимча моддалар солинишини мисол қилишимиз мумкин.

Биргина сақич таъмини ширинлаштирувчи элементларни ўзи 6-7 хил турли моддаларни ўз ичига олади. Уларнинг ҳеч бири табиий бўлмагани учун ҳаммаси ҳазм қилиш тизимини ишдан чиқаради ва қанд касаллигини ривожлантириши мумкин. Бунга қўшимча тарзда аспартам каби баъзи ширинлаштирувчилар мия фаолиятини бузади, бош оғриғи, бош айланиши, ҳушдан кетишга сабаб бўлади. Лаблар, тил ва оёқларда шиш пайдо қилади. Аспартамнинг таркибида фенилаланин деган аминокислота мавжуд. Фенилаланин

ва метаболит қолдиқлар қон ва тўқималарда тўпланади, айниқса, болаларнинг ривожланаётган аъзоларига ва мияларига зарар етказади. Бундай зарарлар бепуштлиқка, фикрлашдаги камчиликларга ва ақлий заифликларга сабаб бўлади.

Лецитин моддаси ҳам асосан чўчка ва чорвачилик маҳсулотларидан олинади. Аммо сақич қадоқларида ўсимликлардан тайёрланган эмулгаторлар – “ловия лецитини” бор деб ёзишади. Аслида, гени ўзгартирилган ловиядан тайёрланади. Ҳар иккала ҳолатда ҳам бу моддалар саломатлик учун хавфли ҳисобланади. Оғирлиги бор-йўғи 2-3 грамм бўлган сақичнинг ўнлаб зарарларини келтиришимиз мумкин. Бу билан сизнинг хавотирингизни ошириш ёки сақич ишлаб чиқарувчи корхоналарга қарши чиқиш фикридан мутлақо йироқмиз. Бу хавфлардан холи бўлиш учун меъёрни билсангиз бас. Меъёр эса узоғи билан 5 дақиқа, ундан ортиғи зарарга ишлайди.

Шу билан бирга, сақичнинг фойдали томонлари ҳам йўқ эмас. Сақичлар оғиз бўшлигини дезинфекциялайди ва чайнаш аппаратини чиниқтиради. Аммо милки касалланган одамларга сақич чайнашни тавсия қилмаймиз. Шунингдек, сақич чайнаш орқали вазн ташлашга ҳам эришишингиз мумкин.

Бизнинг болалигимизда бозорларда таъми тахирроқ, аммо ўзи хушбўй, ранги сарғимтир маҳаллий сақичлар бўларди. Агар топилса, ана ушалардан чайнаб юрган маъқулроқ.

ХОТИРА ПАСАЙИШИДАН ҚАНДАЙ ХАЛОС БЎЛИШ МУМКИН?

“Кейинги пайтларда бе-сабаб тез-тез асабийлашадиган бўлиб қолдим. Бу ҳолат хотирамга, яъни эслаш қобилиятимга ёмон таъсир қилаётганини билаялман. Бу дарддан халос бўлиш учун нима қилсам бўлади?”

**Икром,
Зангиота тумани**

– Инсонда асаб тизимининг ҳолати бир қанча омилларга боғлиқ. Проста-та безининг яллиғланиши, қалқонсимон без фаолиятининг бузилиши, мияда қон айланишининг ёмонлашиши, қоннинг қуюлиб кетиши, сафро ажралишининг ёмонлашиши каби ҳолатлар асабийлик



Россия оммавий ахборот воситаларида чоп этилган хабарларда билдирилишича, айрим хориж давлатларидан экспорт қилинаётган спиртли ичимликлар, тамаки маҳсулотлари, резина сақичлар ва айрим озиқ-овқат моддалари таркибда узоқ муддат истеъмол қилганда инсонни аста-секинлик билан манқуртликка (зомби) олиб келувчи моддалар мавжуд экан.

ва жиззакиликни келтириб чиқаради. Буюк бобокалонимиз Абу Али ибн Сино сурнкали қабзиятдан азоб чекадиган одамларда ичакдаги нажас бугланиб, мияга таъсир кўрсатади ва меланхолияга олиб келади, деб ёзган эди.

Хотира бузилиши масаласига келсак, бунинг ҳам бир қанча сабаблари бор. Илғор хориж давлатларида инсоннинг интеллектуал даражаси,

коэффициентининг кўрсаткичи эса ирсиятга, унинг зарарли одатлари бор-йўқлигига, жисмоний жиҳатдан фаоллигига, мияда қон айланиши даражасига, организмдаги ички муҳитнинг барқарорлигига, моддалар алмашинувига, магний, калий, кальций, темир ва йод унсурларининг миқдорига боғлиқ. Хусусан, организмда болаликдан йод унсури етишмас, ақлий заифлик (кретинизм) касаллиги келиб чиқади.

Бугунги кунда республикамиз аҳолиси орасида йод танқислиги оқибатида келиб чиқадиган бўёқ касаллиги нисбатан кўп учрамоқда. Дорихоналаримизда эса йод танқислигини олдини олувчи микройод, йодомалин, йод актив, антиструмин каби препаратлар жуда кўп. Аммо уларни фақат синчиклаб текширилганидан кейин мутахассис маслаҳати билан қабул қилиш керак. Акс ҳолда, қош қўяман деб кўз чиқариш ҳеч гапмас.

ҲАММАНИНГ ҚОН БОСИМИ ОШСА, МЕНИКИ ТУШИБ КЕТАДИ

“Ёшим 40 дан ошса-да, қон босимим нисбатан паст юради. Одатда, қон босими меъёрда қанча бўлиши керак ва унинг турлари ҳақида маълумот берсангиз?”

**Севара,
Тўрткўл тумани.**

– Қон босимининг меъёри ҳамма учун хар хил бўлади. Масалан, 1-10 ёшлар оралиғидаги болакайларда қон босими меъёри куйидаги формула асосида аниқланади;

* Систолик (яъни юқори босим) 90J2 н

* Диастолик (яъни пастки босим) 60J н

Бу ерда n – болакайнинг йиллар ҳисобидаги ёшидир. Масалан, бола 4 ёшда дейлик, унда 90J(2x4)j98, 60J4i64, яъни ўртача босими 98y64 мм симоб устунига тенг бўлиши лозим.

Катта ёшли одамларда эса ўртача 110y70 мм симоб устунидан, 135y90 мм гача меъёр ҳисобланади.

Албатта, босимнинг қандай бўлиши ҳатто соғлом одамларда ҳам кўплаб омилларга боғлиқ. Асаб тизимнинг зўрайиши, чарчаш, кўп сув

йўқотиш(ич кетиши, қушиш) каби ҳолатлар қон босимининг у ёки бу томонга муваққат силжishiга олиб келади.

Хафақон(гипертония) куйидаги турларга бўлинади:

1. Эссенциал гипертония, яъни хусусий гипертония касаллиги. Бу кўп омилли алоҳида хасталик бўлиб, унинг тараққиетида асаб руҳий тизим бузилиши етакчи роль уйнайди.

2. Эндокрин гипертония. Бунда вужуддаги эндокрин безлар(эпифиз, гипофиз, қалқонсимон без, меъда ости беши, буйрак усти беши, жинсий безлар) фаолиятининг бузилиши оқибатида босим ошади.

3. Юрак қон томир тизими-га боғлиқ гипертония. Бунда юрак-қон томир тизимидаги тараққиёт нуқсонлари ёки ортирилган касалликлар босим ошишига олиб келади.

4. Буйрак гипертонияси. Буйракларнинг норасоликлари ёки хасталиклари оқибатида келиб чиқади ва жуда оғир кечади.

5. Алиментар гипертония. Бунда бемор кўп миқдорда шакар ва тузли овқатларни, холестеринга бой маҳсулотларни истеъмол қилиши оқибатида келиб чиқади.

Бундан ташқари, босимнинг паст бўлиб юриши – гипотония хасталиги ҳам тиббиётда маълум. Албатта, у ҳолат хафақончалик оғир кечмасда, беморнинг териси рангларлашиб, дармони қуриб, уйку босиб юриши безовта қилади. Босими меъёрдан пастроқ юрадиган одамлар юқори ва меъёрда юрадиган одамларга нисбатан узоқроқ умр кўриши ҳам тиббиёт тадқиқотчилари томонидан исботланган.

Шуни алоҳида таъкидлаб ўтишимиз лозимки, босим ошиб кетадими, пасаядими, уни албатта, шифокор аниқлаши ва даволаниш режасини тузиб бериши лозим. Мутахассис кўригидан ўтмасдан ўз ҳолича даволаниш эса бебаҳо вақтнинг бой берилиб қолишига олиб келади.

Саволларга Соғлиқни сақлаш аълоҳиси, тиббиёт фанлари номзоди Алижон Фақиров жавоб берди.

Саҳифани Лобар ҚАНДАҲОРОВА тайёрлади



SESSIYA OLDI "GAP" LAR

yoхud imtihon payti "bilimdon"larga to'lib ketayotgan kutubxonalar



СЕССИЯ ҲАҚИДАГИ ИЖТИМОЙ ТАРМОҚЛАРДА ТАРҚАЛГАН КИНОЯЛИ, АММО АЧЧИҚ ҲАҚИҚАТЛАР

Сессия бу – интернет билан юксак ҳамкорлик ва ундаги маълумотларга "менинг фикримча", "хулосам шуки" каби сўзларни қўшиб, шу орқали "ижод" қилганингни кўрсатиш. 😊

Сессия бу – 12 варақли дафтар сотувчиларининг бозори қизиши. 📄

Сессия бу – домлалар танимаган талабаларни "таниб" олиши. 😊

Айрим жойларда ўқитувчилар учун йилга икки марта ҳосил оладиган "ҳосил байрами". 😊

Аълочи талабанинг исмига курсдошлари томонидан "жон" ёки "хон" қўшимчаси қўшиб мурожаат қилиниши. 😞

Таълим муассасаларида июнь ойининг бошланиши ўқиш якунланишига оз фурсат қолганини аңглатади. Ёзнинг биринчи, иккинчи ҳафталаридан касб-хунар коллежи, олий ўқув юртларида имтиҳонлар бошланади. Озгина муболаға қилиб айтадиган бўлсак, сессиянинг бошланиши, талабаларнинг пешоналарини терга, кўзларини ёшга тўлдирди. Ҳа, айтганча, бу давр ҳамма учун ҳам қийинчилик палласи эмас. Йил бўйи китоб титкилаб, дарсларга ўз вақтида келган интизомли ўқувчилар учун натижалардан илҳомланадиган давр. Қани, билайлик-чи, ҳозир айнан имтиҳон олди талабаларни қандай ўй-хаёллар қийнамоқда?

Ислом Нуралиев,

Алишер Навоий номидаги Тошкент давлат Ўзбек тили ва адабиёти университети биринчи босқич талабаси.

– Бу йилдан баҳолаш тизимиغا ўзгартириш киритилганлиги боис биринчи курсларнинг ҳал қиладиган баҳоси якуний имтиҳонга боғлиқ бўлиб қолган. Якунийларни дарсга кирган ўқитувчи эмас, шу фан йўналишидаги бошқа ўқитувчи олади, бунинг яхши томони шундаки, ўқитувчи талаба қандай баҳога жавоб берса, шуни кўяди. Ёмон томони ҳам йўқ эмас, дарсларга яхши қатнашиб келаётган талаба, имтиҳонда нотаниш ўқитувчининг ёнида эсанкираб қолиб, билганларини эсдан чиқазиб, қониқарли жавоб беролмаса баҳоси пасайиб кетади. Шу томонлари баъзи талабаларда норозиликни юзага келтирмоқда.

Биринчи якуний (семестр) имтиҳонларимизнинг деярли ҳаммаси компьютерда олинган эди. Ҳозир (иккинчи семестр) эса компьютер билан бирга, ёзма, оғзаки шаклда олинаётганлари ҳам бор. Имтиҳонга киришдан олдин "шпаргалка" йўқлиги текширилади, телефонлар йиғиб олинади. Имтиҳон жараёнлари худ-

ди давлат тест имтиҳонларидагидек шаффоф ўтказилади, хонада учтадан тўрттагача назоратчилар бўлади. Ҳозирча ҳаммаси яхши кетаяпти.

Шахноза Кодирова,

Самарқанд давлат чет тиллари институти иккинчи босқич талабаси.

– Бу йилги якуний назоратларимиз доимигиларидан фарқ қияпти. Бизда имтиҳонлар қийин бўлмади (ўқинганга, албатта). Ўтган йили баъзи номутахассис фанларни пул билан ёпгандик. Бу йил эса биринчи якунийда ҳам ҳеч қим пул ҳақида гап очмади, аммо таниш-билиш орқали айрим талабалар яхши баҳоларга эга бўлишди. Ҳозир ҳам ўз билимларимизга таяниб имтиҳон топширяпмиз. Тўғриси айтсам, битта махсус фонддан бўладиган имтиҳондан биров чўчиб турибман. Чунки домлаларнинг ҳаммаси бирдек талаб қўймади, керагидан ортиқ қаттиққўл, талабчан домлалар ҳам бўлади. Баъзи бир домлалар аъло баҳолар кўпайиб кетмаслигининг олдини олишади.

Ўзингизга маълум аъло баҳолар сони қанча кўпайса, бу стипендия шунча ошади дегани.

Ғиёс Алибеков,

Жиззах давлат педагогика институти учинчи босқич талабаси.

– Бизда имтиҳонлар июннинг 17-санадан бошланди, шу вақтгача (учинчи курслар) курс иши топширдик. Бошқа факультетларни билмадим-у, бизда якуний имтиҳонлар учун пул йиғилмайди. Имтиҳон жараёнида билими борлар саволларга ўзлари жавоб ёзади, аммо "шпаргалка" ёки телефондан кўчирадиганлар ҳам топилади. Имтиҳонлар яқинлашган саноқли талабаларни кўриб келаётган кутубхонамиз "билимдон"ларга тўлиб кетади. Ўқиган талаба, билимига яраша баҳо олади.

Ғаёза Авлаева,

Ўзбекистон давлат Жаҳон тиллари университети тўртинчи босқич битирувчи талабаси.

– Тўрт йил давомида фақат беш баҳо олишга ҳаракат қилдим. Ҳамма фанлардан беш олган тақдиримда ҳам битта фонддан тўрт тушиб қолаверди. Лекин бундан афсусланмайман. Чунки сессия менга кимнинг қандайлигини, дўстларни саралашни ва энг асосийси, баҳо учун эмас ўзимиз учун ўқишимиз кераклигини ўргатди. Бугуннинг талабаларига шуни айтоламанки, имтиҳон (сессия вақти) гача ўқиб-изланиб, устозлар ҳурматини жойига қўйган талаба ҳеч ҳам қийналмайди. Менинг наздимда фақат сессиягина студентга талабалик бахтини ҳис қилишга ёрдам беради. Маслаҳатим, баҳо учун жонингизни жабборга берманг, субъектив қўйилган баҳо сизнинг билимингизни белгилаб бермайди.

Васила ҲАБИБУЛЛАЕВА,
«Оила ва жамият» муҳбири.

Ижтимоий тармоқларда ўтказилган сўровнома натижаси

Сизнингча ОТМларда имтиҳонлар адолатли ўтяптими?



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 в.б.: Акбар ҚАРШИЕВ

МАНЗИЛИМИЗ:

Тошкент – 100000.
Амир Темуր кўчаси
1-тор кўча, 2-уй.

Қабулхона: (факс) 233-28-20,
Котибият: 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 – 636. Формати А-3, ҳажми 3 табоқ. Адади – 4391. Баҳоси келишилган нархда.

Босишга топшириш ваёти – 15:00 Топширилди – 15:00

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

ISSN 2010-7609



Газета таҳририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди. 12345