



Ақидхон НУРИДДИНОВА:
**ДОРИГА ЭХТИЁЖ
ҚОЛМАСИН...**



АЁЛЛАРИ ҚАДР ТОПГАН ЮРТ

Тошкентда бўлиб ўтган Ўзбекистон Республикаси Хотин-қизлар қўмитасининг ҳисобот-сайлов конференциясида бу ҳақда кўп бора таъкидланди.

Муболағасиз айтиш керакки, мустақиллик йилларида бевосита Президентимиз раҳнамолигида мамлакатимиз хотин-қизлари том маънода қадрланди, эъзоз топди. Давлатимизнинг ижтимоий-сиёсий

ишлар, давлатимиз раҳбарининг эътибори ва ғамхўрлиги туфайли хотин-қизларнинг жамиятдаги, ижтимоий ҳаётдаги фаоллиги тобора ошиб бораётгани алоҳида эътироф этилди.

Ҳисобот-сайлов конференцияси



ҳаётида уларнинг тутган ўрни ва нуфузи йил сайин тобора мустаҳкамланиб бормоқда. Аёлларнинг ҳуқуқ ва манфаатларини муҳофаза қилиш, оила ва жамиятдаги мавқеини ошириш, сиҳат-саломатлигини ҳар томонлама ҳимоялаш, ижтимоий фаоллигини ошириш давлат сиёсати даражасига кўтарилганлиги ҳам бежиз эмас.

Тошкентда бўлиб ўтган Ўзбекистон Республикаси Хотин-қизлар қўмитасининг ҳисобот-сайлов конференциясида қўмитанинг фаолияти таҳлил этиларкан, бу борада амалга оширилган салмоқли

Анжуманда туман, шаҳар ва вилоят хотин-қизлар қўмиталарининг конференцияларидан сайланган делегатлар, Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Сенати аъзолари ва Қонунчилик палатаси депутатлари, вазирликлар, идоралар, жамоат ташкилотлари раҳбарлари иштирок этди.

Президентимиз Ислом Каримовнинг конференция иштирокчиларига йўллаган табригини Ўзбекистон Республикаси Президентининг Давлат маслаҳатчиси Хайриддин Султонов ўқиб эшиттирди.

(Давоми 3-бетда.)



Президентимиз ташаббуси билан таъсис этилган Зулфия номидаги Давлат мукофоти соврндорлари сафи айни пайтда 182 нафарга етди.

ТАШАББУСКОР, ФАОЛ ВА ОҚИЛА...



Муносабат

Бугун юксак тараққиёт йўлидан дадил одимлаётган мамлакатимизда хотин-қизларнинг ҳақ-ҳуқуқ ва эркинликлари, манфаатларини ҳар томонлама ҳимоя қилиш, уларнинг энг аввало, оилада, қолаверса, жамиятда тутган ўрни ва нуфузини янада оширишга катта эътибор қаратилмоқда. Айниқса, кунги кеча муҳтарам Юртбошимизнинг Ўзбекистон хотин-қизларининг Республика конференцияси иштирокчиларига йўллаган табриги бизни ғоят руҳлантирди. “Ҳар қайси оилада гўзаллик ва нафосат, меҳр-муҳаббат тимсоли, хонадонларимиз осойишталигининг посбони бўлиши, бир сўз билан айтганда, оилани оилага, жамиятимизни жамиятга айлантирадиган аёл зотиға қанча тасаннолар айтсак, қанча таъзим этсак — барибир ўзимизни улар олдида доимо қарздор деб ҳис қиламиз” деган пурмаъно сўзлари ҳар қандай кўнгилга чуқур ҳаяжон солиши табиий. Негак, кўп бора кузатганимиз, дунёнинг бошқа би-

роқ бир давлатида бизнинг юртимиздагидек хотин-қизларга ижтимоий ва сиёсий, моддий ва маънавий жиҳатдан имконият ва имтиёзлар яратиб берилмаган. Демак, энди бизлар ҳам ўз навбатида ана шундай юксак эътибор ва рағбатга яраша барча жабҳаларда янада фаолроқ, ташаббускор бўлишимизни даврнинг ўзи талаб қилаётганлигини теран ҳис қилишимиз керак.

Бугун кекса момоларимиз билан гаплашиб қолсак, уларнинг аксарияти тинч-осойишта, фаровон, тўкин замонамизнинг қадрига етмоқни қайта-қайта уқтиришди. Чунки бундай дорилмон кунларни кўрмоқ ота-боболаримизнинг бир умрлик орзу-армонлари бўлган. Шундай экан, ҳар бир аёлнинг эзгу нияти — яхши оила бекаси бўлиш билан бирга, комил фарзандлар тарбиялаб, уларни Ватан хизматига ёруғ юз билан йўллашдир.

Паруазхан ЯХИЯЕВА,
Хўжайли туманидаги 3-сонли республика мактаб-интернати ўқитувчиси.



“Оила ва жамият”
газетасини ўз оиласининг яна бир ҳақиқий аъзоси сифатида қадрлаб, биз билан ҳамфикр, ҳаммаслак бўлиб келаётган муҳтарам муштарийлар!
Унутманг, сеvimли газетангизга обуна давом этмоқда.

Индекс — 176



ҲИКМАТ

Оналарнинг оёғи остидадир
Равзаи жаннат у жинон боғи.
Равза боғи висолин истар эсанг
Бўл онанинг оёғин туфроғи.

Алишер Навоий

Ўтган йилнинг декабрь ойи охири эди. Чирчиқ шаҳридаги 16-сонли Навбахор маҳалласига бордим. Диний маърифат ва маънавий-ахлоқий тарбия масалалари бўйича маҳалла маслаҳатчиси Азиза опа Расулова билан Ўттир ота Усмоновлар хонадонига бордик.

— Маҳалламизда ўн та кўп қаватли ва саккизта ховли бўлиб, 1125 та оилада 3022 та аҳоли истиқомат қилади. Мақтанишга йўлмангану, маҳалламиз раиси Холдор Жабборовнинг ташаббуси билан кўпгина хайрли ишларни амалга ошираёпмиз. Нуруний отахон ва онахонларимиз ёшларга ҳар тарафлама ибрат бўлишмоқда. Шу боис жиноятчилик, эрта турмуш қуриш, ўз жонига қасд қилиш каби салбий оқибатларнинг олди олинмоқда, — дея йўл-йўлакка маҳалладошлари ҳақида фахрланиб сўзлади Азиза опа. — Ўттир отанинг хонадони файзли оилалардан бири. Бундай фидойи инсонлар таърифни минг марта эшитгандан, бир марта кўрган маъқул.

Очик турган дарвозадан ичкарига кирарканмиз, ҳовлидаги гўзал манзара — саранжом-саригшталик эътиборимизни тортди. Қишнинг изгиринали кунлари бўлишига қарамай, сўри-тоқни чирмаб олган ям-яшил ўсимлик одамга баҳор кайфиятини беради. Хурмо, олма, анор, нок ва бошқа дараклар илгача чизилгандек, бир сафга экилган. Ҳаммаёқ озода, орасида.

— Раҳматли Карима аянғиз билан 50 йиллик турмушимизнинг файзи мана шу ховлида ўз аксини толган, — дейди бизни очик чехра билан кутиб олган Ўттир ота Усмонов деворда осилган турган онахоннинг суратига ишора қилиб. — Бир умр муаллималик касбини ардоқлаб яшади. Икки ўғил, уч қизни тарбиялаб воғча етказдик. Ўғилларимдан Ваҳобжон ўқитувчи, Тоҳиржон эса ошпаз. Қиз-

ларим Дилфуза, Луиза, Нарғиза, келинларим — Дилдора, Шахлохонлар ҳам аяларининг изидан кетишди — ўқитувчилик қилишди. 14 невара, 5 та эварамиз бор.

Эркак киши кўчанинг одами экан. Тонг отмай ишга кетсам, ярим тунга-

Аянғизнинг бир яхши одати бор эди. Февраль ва март ойи бошида илк очилган гулларни қадрдонларга, кўнлига яқин одамларга улашарди. Маҳалладагилар уни "устоз муаллимимиз", "гулчи опамиз" деб ҳурмат қилишарди. Уйимиздан сира сўтқатик узилмаган. Сабаби, аёлим раҳматли ҳамиша менинг соғлигимдан хавотирда яшарди. Сигиримизни олганимизга ўн йиллар бўлди. Уни яхши парваришларди. Хайвон ҳам эгасини кўмсагани биринчи марта ба сездим. Ҳар гал ем-хашак берай, деб борсам, жавдираб атрофга боқади. Унинг кўзларида аёлимнинг меҳрига ташналикни ҳис этаман.

Карима ая дунёдан ўтган бўлса-да, батариб рўзгор тутуми хонадонга сингиб қолганлиги шундоқ акс этиб турибди. Отахоннинг айтишларича, келинлар ҳам бекаликда қайноналарининг ўғитларига амал қилишаркан. Ҳафтида охирида отанинг ўғил-қизлари жамул-жам бўлишарди. Невараларнинг кўвук кулгулари билан ховли файзга тўлади.

— Аёлимнинг қазо қилганига яқинда бир йил бўлади. Яхши ниятлар билан бу йил ҳам ховлига нарғиз гулларини экиб қўйдим. Ҳар йили гуллар очилган паллада одамларга улашиб, омонлик тиларди. Биз ҳам унинг ана шу ибратли аънасини давом эттириш ниятидамиз, — дея отахон бизни иссиқхона сари етаклади.

Ўттир ота билан хайрлашаётиб, одамларга меҳр улашиб умргузаронлик қилган инсоннинг изидан шундай файзиб гўшлар, ибратли аъналар қоларкан-да, деган ёруғ ўйлар ўтди кўнглимдан.

Нигора ЎРОЛОВА,
"Оила ва жамият" муҳбири.
Тошкент вилояти.

ФАЙЗЛИ ХОНАДОН ШУКУҲИ



ча уйга қайтиш йўқ эди. Узоқ йиллар турли лавозимларда ишладим. Оилани моддий жиҳатдан таъминлаган бўлсам-да, толган-тутганимни рўзгорга тўғри сарфлаш аёлимнинг зиммасида қолганди. Ярим асрлик турмушимиз давомида, очиги, олдида — тирикчилигида ҳам айтганман, ортидан — ўтганидан кейин ҳам таъкидлайман, бир-биримизни қадрлаб яшадик, ҳеч қачон нолиганини, ношук-курлик қилганини эслолмайман. Каримахоннинг иродасини қарангки, оила, бола-чақа ташвиши, тарбияси-дан ортиб, 44 йил мактабда бошланғич синфларга сабоқ берди.

Бека сифатидаги фазилатлари ҳам бошқаларга жуда ибратли эди. Хонадонимизни ниҳоятда саранжом-саригшта тутарди. Гул ўстиришга иштиёқи балинд эди. Ховлимиздаги кичкина иссиқхонада ҳар йили нарғиз гулини ўстиришга одатланганмиз.

ИНТЕРАКТИВ ХИЗМАТ: Қарор ва ижро ТАРАҚҚИЁТ ОМИЛИ

Мамлакатимиз Президентининг 2012 йил 30 октябрдаги "Ўзбекистон Республикаси давлат солиқ хизмати идоралари ахборот-коммуникация тизими фаолияти самарадорлигини янада ошириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги қарори солиқ ва бошқа мажбурий тўловлар тушумини ҳисобга олиш ҳамда назорат қилиш даражасини оширишга, солиқ тушумларининг қўшимча манбаларини аниқлаш ва солиқ тўлашдан бўйин товланишнинг олдини олишга, шунингдек, солиқ тўловчилар учун кўрсатилмаётган интерактив хизматлар турини кенгайтириш ҳамда сифатини оширишга йўналтирилган давлат солиқ хизмати идоралари ахборот-коммуникация тизимини янада ривожлантириш ва фаолият самарадорлигини оширишга қаратилган.

Солиқ тўловчиларга қулайликлар яратиш, уларнинг вақтини тежаш, соҳадаги янгиликларни солиқ тўловчиларга мунтазам равишда етказиш, вужудга келаётган муаммоларнинг ечимини тезкорлик билан ҳал этиш ҳамда солиқ тўловчилар билан солиқ органлари ўртасидаги муносабатнинг шаффофлигини таъминлаш йўлида Ўзбекистон Республикаси Давлат солиқ қўмитаси томонидан интерактив хизмат турлари жорий қилинган. www.soliq.uz сайтида мазкур хизмат турларидан юридик ва jismoniy шахсларнинг бюджет билан ҳисоб-китобларини кузатиш имконияти яратилган. Электрон рақамли имзоси мавжуд бўлган юридик ва jismoniy шахслар ўз иш жойидан туриб ушбу интерактив хизмат турларидан фойдаланишлари мумкин.

Интерактив хизматлар тизимида солиққа тортиш бўйича норматив-ҳуқуқий ҳужжатлар, солиққа тортиш масалаларига тааллуқли Ўзбекистон Республикаси Адлия вазирлигида рўйхатдан ўтказилган маъмурий ҳужжатлар, солиқ органлари томонидан бошқа вазирликлар билан бирга ишлаб чиқилган, солиққа тортиш бўйича бошқа норматив-ҳуқуқий ҳужжатлар тўғрисида оммабоп маълумот тақдим этилади.

Бундан ташқари молиявий ва солиқ ҳисоботла-

рини электрон кўринишда қабул қилиш ва қайта ишлаш тизими Ўзбекистон Республикаси Давлат солиқ қўмитасининг www.soliq.uz амалдаги ахборот порталида ташкил этилган бўлиб, унда молиявий ва солиқ ҳисоботларини электрон кўринишда шакллантиришнинг дастурий воситалари жойлаштирилган. Электрон солиқ ҳисоботларини шакллантириш солиқ тўловчилар хоҳишига кўра икки усулда: e-hisobot.uz сайти орқали бевосита шакллантирилади.

Ушбу интерактив тизим орқали jismoniy шахс — солиқ тўловчининг "Шахсий кабинети"да молиявий солиғи, ер солиғи, хусусий тадбиркорларнинг солиқлари бўйича берилган санага шакллантирилган шахсий карточкаларнинг нусхалари кўринишида ўзаро ҳисоб-китоблар тўғрисида шахсий маълумот тақдим этилади. Электрон рақамли имзога эга бўлган тақдирда, солиқлар ва тўловлар бўйича солиштириш далолатномаларини автоматик тарзда шакллантириш амалга оширилади.

Интерактив хизматлар тизимида фойдаланувчи солиқ тўловчилар томонидан солиқ ва молиявий ҳисоботлар интернет тармоғи орқали юборилганда, уларни ҳисоб-китоб қилишда йўл қўйишнинг мумкин бўлган мантқий ва арифметик хатоликларнинг олди олинади. Ҳисоботни қозғоғдаги шакллари хатид қилиш харажатлари, солиқ инспекциясига келиб-кейтиш учун кетадиган вақт тежаллади. Бундан ташқари, ҳисоботларни кўннинг исталган вақтида (24 соат мобайнида) солиқ органларига жўнатиш мумкин.

Эътиборлиси шундаки, интерактив хизмат туридан фойдаланишда солиқ тўловчилар ҳисобот шакллари киритилган ўзгаришлардан, шунингдек, бюджет ва бюджетдан ташқари жамғармалар бўйича ўзаро ҳисоб-китоблардан ва бошқа мажбуриятлардан ўз вақтида хабардор бўладилар.

Нормат ТОЛИПОВ,
Олмасор тумани ДСИ бўлим бошлиғи.



ТАДБИРКОР АЁЛЛАР АНЖУМАНИ

Тошкент вилоятининг ўрта Чирчиқ туманида вилоят "Тадбиркор аёллар" уюшмасининг йиғилиши бўлиб ўтди. Анжуманда тадбиркорлик билан шугулланаётган хотин-қизлар фаолияти, амалга оширилган ибратли ишлар таҳлили ва келгусидаги режалар хусусида атрофича сўз юритилди. Шунингдек, туман тадбиркор аёллари олдида турган долзарб масалалар ҳам муҳокама қилинди.

Тадбирда Фонд форумнинг Тошкент вилояти ижтимоий мослашув ахборот маркази раҳбари Нурида ... иштирок этиб, жойларда фаолият юритаётган ишбилармон аёлларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш борасидаги истиқболли режалар хусусида сўз юритди. Йиғилишда Тошкент вилоят "Тадбиркор аёллар" уюшмаси раиси Дилбар Айнекова иштирок этди.

ОГОҲЛИК — ДАВР ТАЛАБИ

Бекобод шаҳридаги техника-иқтисодий касб-хунар коллежи ўқувчилари билан ўтказилган давра суҳбати ана шундай номланди. Шаҳар ҳокимлиги, прокуратура, хотин-қизлар қўмитаси, "Қамолот" ЕИХ, маҳалла фаоллари иштирокида ўтган тадбирда диний экстремизм, терроризм, миссионерлик, гиёҳвандлик ва оммавий маданиятнинг асл моҳияти ва салбий оқибатлари ҳақида сўз борди.

Давра суҳбати иштирокчилари бугунги кунда мамлакатимиз тараққиётга асосан мафкуравий таҳдид орқали таъсир кўрсатишга уринаятган айрим кучлар келажагимиз эгалари бўлган ёшларнинг онгини бузгунчи гоёлар билан заҳарлаши мумкинлигини алоҳида таъкидлашди.

"Обод турмуш йили"нинг илк ойида ўтказилган ушбу давра суҳбати ҳар қандай иш ва ташқи таҳдидлардан юртдошларимизни огоҳ этишда ўзига хос синнов вазифасини ўтайди.

Нигора ЭРКИНБӨЙ қизи.

ТАЛАБАЛАР ҲУЗУРИДА

Термиз давлат университетида улуг шoir Алишер Навоийнинг таваддури кунига бағишланган ижодий учрашув ўтказилди. Тадбирда Ўзбекистон Миллий университети профессори, филология фанлари доктори Ҳамидулла Болтабоев дунё тамаддунига ўзига хос улус қўша олган даҳо шoirнинг ҳаёти ва ижодини ўрганиш борасидаги изланишлар, янги тадқиқотлар хусусида сўзлаб берди.

Шундан сўнг ижодкорлардан Шафоат Раҳматулло Термизий, Менғор Олломурад, Оллоназар Улугов, ТерДУ кафедра мудири, филология фанлари номзоди Муҳайё Ҳамроевалар ёш авлод тарбиясида тутган бебаҳо хизматлари ҳақида гапирдилар.

ГИЁҲВАНДЛИККА ҲАММА ҚАРШИ

Бугунги кунда гиёҳвандлик балоси ер юзидаги энг оғриқли муаммолардан бири бўлиб, минглаб одамларнинг ҳаётига таҳдид солмоқда. Термиз ижтимоий-иқтисодий касб-хунар коллежида "Биз гиёҳвандликка қаршимиз!" мавзусида анжуман бўлиб ўтди. Тадбирда вилоят наркология диспансери мутахассислари, ҳуқуқшунослар иштирок этиб, гиёҳвандликнинг зарарли оқибатлари ҳақида маъруза қилишди.

Шундан сўнг ўқувчилар билан савол-жавоб ўтказилди.

Маҳмуд АБУЛҲАЙЗ,
"Оила ва жамият" муҳбири.
Сурхондарё вилояти.

АЁЛЛАРИ ҚАДР ТОПГАН ЮРТ

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитасининг раиси, Ўзбекистон Республикаси Бош вазирининг ўринбосари Элмира Боситхонова кўмитанинг ўтган даврдаги фаолияти ва истиқболдаги вазифалари ҳақида маъруза қилди.

Хотин-қизларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш, уларнинг ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоя қилиш, ижтимоий ҳаётда ва жамиятда фаоллигини ошириш, уларнинг ижтимоий-иқтисодий ҳолатини яхшилаш ва эҳтиёжларини янада тўла-роқ таъминлаш мақсадида 1991 йил 27 декабрда давлатимиз раҳбарининг ташаббуси билан ташкил этилган Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитасида бугунги кунда 14 та вилоят, 168 та туман, 26 та шаҳар хотин-қизлар кўмиталари ва 42 мингта бошланғич хотин-қизлар ташкилотлари фаолият олиб бормоқда.

Хотин-қизларнинг мамлакат тараққиётидаги улкан ҳизмати, жисмонан соғлом, маънан етук, билимли ва салоҳиятли авлодни тарбиялашга қўшаётган ҳиссаси муносиб баҳоланмоқда. Аёллар зиммасидаги фарзандлар тарбияси, оилада, жамиятда соғлом муҳит яратиш каби энг долзарб вазифалар бугун оддий юмушлар эмас, жуда катта ва залворли ижтимоий бурғи айланмоқда. Барча жабҳаларда аёлларнинг фаолиги яққол кўзга ташланаяпти. Биргина илм-фан соҳасида 7 та академик, 700 та фан доктори ва 7000 дан зиёд фан номзоди илмий даражасига эришган аёллар фан тараққиётининг турли йўналишларида изла-нишлар олиб боришмоқда. Кўплаб олимларимиз дунё маърифат аҳлининг эътирофига сазовор бўлганлиги ҳар биримизга фахр бағишлайди. Тиббиёт, маданият, спорт, санъат, таълим соҳаларида ҳам фидокорона меҳнат қилаётган

аёлларимизнинг сафи тобора кенгаймоқда. Фермерлар, тadbirkor ва ишбилармон, етакчи корхона ва ташкилотлар раҳбарлари лавозимида ишлаётган хотин-қизлар, кичик бизнес ва оилавий тadbirkorликни ривожлантириш йўлида изла-наётган аёлларимиз мамлакатимизнинг маънавий-иқтисодий ҳаётида ўз мавқеларини

берилмоқда. Бу борада айниқса қишлоқларда яшаётган аёлларга алоҳида ғамхўрлик кўрсатилаётганлигини таъкидлаш жоиз. Қишлоқ жойларда намунавий лойиҳалар асосида минглаб замонавий, қулай ва шинам уй-жойлар бунёд этилди.

Хукуматимиз томонидан қабул қилинган Бандлик дастурини изчил амалга ошириш мақсадида хотин-қизларни иш билан таъминлаш масалаларига ҳам алоҳида эътибор берилмоқда. Қишлоқ жойларида аёллар учун иш, меҳнат шaroитларини яхшилаш, тadbirkorлик фаолиятига, кичик бизнес ва оилавий тadbirkorликни ривожлантириш, уларни фермерлик ва касаначиликка жалб қилиш борасида қатор истиқболли ишлар амалга оширилмоқда. Биргина ўтган йилнинг ўзида тижорат банклари томонидан тadbirkor аёлларга 491,7 миллиард сўмлик кредитлар ажратилганлиги — бу борада нақадар кенг қўллаб-қувватлаш олиб борилганлигини исботлайди.

Анжуманда қишлоқ аёлларига яратилажак яна бир қулайлик ҳақида алоҳида тўхталиб ўтилди. Президентимиз мамлакатимиздаги ҳар бир қишлоқда "Соғлом аёл" марказларини барпо этишга кўрсатма бергани, мазкур лойиҳа устида иш бошлангани ҳақидаги хабарни иштирокчилар қувонч билан қабул қилишди.

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш борасида ҳам хайрли ишларни амалга оширмоқда. Таълим муассасалари, корхоналар, ташкилотлар ва маҳаллаларда "Соғлом она — соғлом бола" тамойили доирасида аҳолининг тиббий маданиятини ошириш, ёшларни соғлом турмуш тарзи кўникмалари асосида тарбиялаш, репродуктив саломатлигини мустаҳкамлаш бўйича маърифий ишлар олиб боришмоқда. Адлия органлари билан ҳамкорликда ўрта махсус ўқув юрларида "Ёш оилалар



мактаблари" ташкил қилинган. Мактаб ўқувчилари орасида эса "Ораса қизлар" тўғрақлари фаолият кўрсатмоқда.

Конференцияда эришилган ютуқлар билан бир қаторда Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси, унинг ҳудудий бўлинмалари ва тузилмалари фаолиятида йўл қўйилган камчиликлар, ечимини кутаётган муаммолар ҳақда муҳокама қилинди, уларни бартараф этиш чора-тадбирлари белгиланди. Мамлакатимизнинг хотин-қизлар ташкилотлари улкан салоҳиятга эга. Уларнинг ўлкамизда амалга оширилаётган ислохотлардаги ролини, ёш авлодни тарбиялаш, хотин-қизлар ва ёшларнинг онги ва дунёқарашини кенгайтириш, шу жумладан, оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, уларнинг ҳуқуқий маданиятини юксалтириш, ёш оилаларга ҳар томонлама ёрдам кўрсатиш; хотин-қизлар тadbirkorлигини кенг ривожлантириш бўйича ишларни янада фаоллаштириш жараёнидаги иштирокини кучайтириш зарурлиги таъкидланди.

Муҳокамада конференция делегатлари, жумладан, Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Сенати аъзоси, Тошкент шаҳар ҳокимининг ўринбосари Фарида Абдурахимова, Қорақалпоғистон Республикаси Вазирлар Кенгаши раисининг ўринбосари, Қорақалпоғистон Республикаси хотин-қизлар кўмитасининг раиси Зухра Иброҳимова, вилоят ҳокимларининг ўринбосарлари, вилоят хотин-қизлар кўмиталарининг раислари — Инобат Каримова (Қашқадарё вилояти), Манзура-хон Азизова (Наманган вилояти), Сайёра Файзиева (Тошкент

вилояти), халқ депутатлари Жиззах вилояти Кенгаши депутати, Фориш туманидаги «Фортекс» корхонаси раҳбари Б.Тўраева, Зулфия номидаги Давлат мукофоти соҳибаси, Қашқадарё вилояти Муборак иссиқлик электр маркази илмий ходими И.Холиқова, Тошкент вилояти ички ишлар бошқармасининг ёшлар ўртасидаги ҳуқуқбузарликларнинг олдини олиш бўйича бўлим инспектори Ш.Ҳидоятлова, Фарғона вилояти Учкўприк туманидан касаначи И.Рашидова ва бошқалар сўзга чиқди.

Конференцияда Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитасининг Ўстави янги тахрирда қабул қилинди. Унинг бошқарув органлари — республика бошқаруви ва тафтиш комиссияси сайланди. Конференция иштирокчилари муҳокама натижалари бўйича мамлакатимизда демократик ислохотларни чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепциясида белгиланган вазифалардан келиб чиқиб, кўмитанинг келгуси давр учун асос бўладиган устувор йўналишларига оид бир қатор қарорлар қабул қилинди.

Конференцияда Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитасининг ўтган даврдаги иш фаолияти қониқарли деб топилди ва Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитасининг раиси этиб Элмира Боситхонова сайланди.

Конференцияда Ўзбекистон Республикаси Бош вазир Ш.Мирзиёев сўзга чиқди.

Ҳамроҳон МУСУРМОҢОВА,
"Оила ва жамият" муҳбири.
Суратларни Зиёдулла
НОМУРДОВ олган.

Ноҳира Эгамбердиева, педагогика фанлари доктори, профессор:

— Ўтган давр мобайнида Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси томонидан давлат ва нодавлат ташкилотлари билан ҳамкорликда хотин-қизларнинг ижтимоий ҳаётдаги фаоллигини оширишга, уларга берилган имкониятлардан тўғри фойдаланишга йўналтирилган бир қатор дастурлар амалга оширилди. Хотин-қизлар меҳнатини ижтимоий муҳофаза қилиш, қизларни турмушга тайёрлаш, аёлнинг оиладаги, маҳалла ва жамиятдаги мавқеини ошириш, "Экология ва аёл", "Соғлом авлод — соғлом жамият" каби дастурлар шулар жумласидандир. Юртимизнинг бугунги тараққиётида фаол меҳнат ресурсларининг 45,1 фоизини хотин-қизлар ташкил этаётгани, ишлаб чиқаришнинг барча соҳаларида бу қатлам вакилларининг етарли мавқега эга бўлаётгани ўтган давр мобайнида кўмита томонидан самарали фаолият олиб борилганлигига жонли далилдир.

Ирода Рашидова, касаначи:

— 2011 йилда уч донга тикув машинаси билан фаолиятини бошлаган эдим. Ишни йўлга қўйишдан олдин кўни-кўшни аёллар билан суҳбатлашдим. Уларнинг оиласи, фарзандлари учун

СЎЗ — КОНФЕРЕНЦИЯ ИШТИРОКЧИЛАРИГА!

қандай кийим-кечаклар зарурлигини ўргандим. Қўқон бозорига бориб, сотувчилар билан фикрлашдим. Бизнинг аёллар кўпроқ миллийлик ва замонавийлик уйғунлигидаги либосларни кийишни исташади. Болалар учун тиббий матолардан тикилган ҳам арзон, ҳам сифатли маҳсулотларга талаб катта эканини билгач, белни маҳкам боғлаб ишга киришдим. Ҳозирги кунда тикув машиналаримиз сони 10 тага етди. Орунум кичиккина корхонада ҳам жаҳон бозори талабларига жавоб бера оладиган сифатли маҳсулотлар ишлаб чиқариш.

Мария Штрумбетова, Қорақалпоғистон Республикаси, 2-сонли тиббиёт коллежи директори:

— Маҳалла тизимидаги ишларни янада яхшилаш, халқ билан очик мулоқотда бўлиш мақсадида яқинда хайрли ва масъулиятли бир ишга қўл урдик. Қорақалпоғистоннинг барча туманларини тўртта секторга бўлиб, ҳар қайсига битта вазирликдан раҳбар бириктирилди. Хотин-қизлар кўмитаси аёзлари, участка нозирлари билан бирга ҳафтада уч кун ўз ишимиздан ташқари ма-

ҳаллаларга бориб, уйма-уй юриб, камиди 80-100 та оиллага кириб бораёямиз. Бу ҳаракат орқали избратли оилалар билан бир қаторда айрим кўнгилсиз ҳолатлар ҳукмрон бўлган хонадонларни ҳам аниқлаёямиз. Одамлар билан юзма-юз гаплашиб, муаммоларга биргалашиб ечим топаёямиз.

Санобар Азимова, Наманган вилояти, Норин туманидаги 10-сонли мактабгача таълим муассасаси раҳбари:

— Мени қувонтирган нарсаси, анжуман давомида янги иш ўринларини яратиш йўлида тadbirkorларга қўшимча кредитлар, чок машиналари, қаровсиз ётган биноларни таъмирлашлари учун маблағлар ажратилиши масаласида тезкор ёрдам беришга келишиб олингани бўлди. Шахсан ўзим ҳам болалар боғчасида ишлаш билан бирга, тadbirkorлик билан ҳам шуғулланаман. «Сайхун» деҳқон фермер хўжалигимизда боғдорчилик, асаларичилик, иссиқхонада лимон етиштириш янги йўлга қўйилган. Ҳозирча ўн иккита ишчи ўрин яратишга эришдик. Бугунги анжумандан

келгусида бундан ҳам каттароқ режаларни амалга оширишим учун куч-қувват ва янги гоғлар олдим.

Хуршида Холиқова, Карши муҳандислик иқтисодий институтини ўқитувчиси, Зулфия номидаги Давлат мукофоти совриндори:

— Мен Қашқадарё вилоятида оддий бир оилادا вояга етиб, 2006 йилда ушбу нуфузли мукофот соҳибаси бўлишдек ажойиб бахтга эришдим. Бу эса мени улуг мақсадлар сари интилишимга йўл очиб берди.

Бизга маълумки нефть, кўмир, газ захиралари чексиз эмас. Устозларим раҳбарлигида олиб борилаётган илмий тадқиқот ишимда биз пахта гўзапояси, кунгабоқар пояси чиқиндиси устида тажриба олиб бордик. Натижада, ўсимлик чиқиндиларидан нефть маҳсулотлари олиш мумкинлиги исботланди. Менинг бу иxtirosим аёлларимизнинг ижтимоий-манший шaroитларини янада оsonлашувига ҳисса бўлиб қўшилиди, деб ўйлайман.

"Оила ва жамият" муҳбири
Нигора РАҲМОҢОВА ёзиб олди.

Яшаш ҳуқуқи ҳар бир инсоннинг узвий ҳуқуқидир. Инсон ҳаётига суиқасд қилиш энг оғир жиноятдир. (Ўзбекистон Республикаси Конституцияси, 24-модда)

АСР ЭМАС, ДАВР ЖИНОЯТИ

Инсоннинг табиий ҳуқуқи бўлган яшаш ҳуқуқи ва уни ҳимоя қилинишини таъминлаш давлат ҳамда барча жамоат тузилмаларининг асосий вазифаларидан бири саналади. Аммо кейинги вақтларда инсонларнинг яшаш, эркин меҳнат қилиш, шахсий дахлсизлик, виждон эркинлиги каби ҳуқуқларига нисбатан турли хил таъжовузлар таҳдид солмоқда. Ана шундай таҳдидлардан бири — одам савдоси ўзининг салбий оқибатлари ва кундан кунга ривожланиб бораётганлиги билан дунё ҳамжамиятининг диққат марказида турибди.

Трансмиллий жиноят бўлиши одам савдосининг ҳозирги пайтга келиб одамлардан шахвоний мақсадларда фойдаланиш, "уй куллиги", мажбурий меҳнат, болаларни эксплуатация қилиш, тиланчиликка мажбурлаш каби турли шафқатсиз усулларда намоён бўлмоқда. Пухта ўйлаб юштирилаётган бу жиноят дунё миқёсида оладиган бўлса, ҳар йили 2,7 миллион шахсни ўз домига тортомоқда. Ҳар йили 600 минг нафардан 800 минг нафаргача аёллар ва болалар алдов йўллари билан чет элларга олиб кетилиб, сотиб юборилмоқда. Таҳлилларга кўра, бугунги кунда эркак, аёл ва болалардан иборат ҳам 27 миллион инсон ана шу манфур жиноятнинг қурбонига айланган.

Бугунги кунга келиб одам савдоси дунёнинг 127 мамлакатига амалга оширилаётгани аниқланган. Халқаро ташкилотларнинг эътирофи этишларича, 98 мамлакат транзит ва 137 мамлакат одам савдоси манзиллари деярли эътироф этилган. Бу жиноятнинг нарқобизнес ва қуроли-ароғ савдосидан ҳеч ҳам қолишмаслигини Европа Иттифоқининг одам савдоси йилига 8,5 миллиондан 12 миллион

еврогача фойда келтириши ҳақидаги маълумотномаси мисолида ҳам кўришимиз мумкин. Статистик маълумотларга кўра, одам савдоси жиноятининг 80 фоизини эркаклар, 20 фоизини аёллар содир этар экан. Одам ёллаш ва чет элга юбориш билан бир киши, кўпинча аёллар шугуллангани ҳолатлари ҳам мавжуд. Афсуски, бу иллатнинг салбий оқибатлари бизнинг мамлакатимизни ҳам четлаб ўтгани йўқ. Ўзбекистон Республикаси Бош прокурорининг берган маълумотларига кўра, ўтган йилнинг тўққиз ойи мобайнида бир ярим мингга яқин Ўзбекистон фуқароси одам савдоси қурбони бўлган. Ўзбекистон фуқаролари асосан Бирлашган Араб амирликлари, Қозоғистон, Россия, Таиланд, Туркия, Ҳиндистон, Исроил, Малайзия ва Жанубий Корея давлатларига жинсий ва жисмоний эксплуатация учун сотилаётганлиги аниқланган. Ўзбекистон Бош прокуратураси ўз ҳисоботларида, 2012 йилда одам савдоси билан боғлиқ 436 та жиноий иш кўзга тилиб, 339 нафар фуқаро жиноий жавобгарликка тортилганлиги келтириб ўтилган. Трафик қурбонлари орасида эркаклар билан биргаликда 28 нафар вояга етмаган болалар ва 166 нафар аёллар ҳам бўлган.

Чуқур илдириб бораётган одам савдоси дунё ҳамжамиятини жиддий бош қотиришга ва уни ечимини топишга ундамоқда. Бу муҳим жиноятнинг пайдо бўлиши ва йилдан йилга кучайиб боришига бир қатор омиллар ва сабаблар мавжуд бўлиб, улар қуйидагилардан иборат:

• амалдаги халқаро ҳуқуқий

механизмлар самарадорлигининг етарли эмаслиги;

• халқаро-ҳуқуқий ҳужжатлар барча давлатлар, айниқса, одам савдосига кўпроқ жалб этилган мамлакатлар томонидан ратификация қилинмаганлиги;

• халқаро-ҳуқуқий ҳужжатлар ижроси устидан халқаро-миллий назорат механизми яхши ишламаётганлиги;

• баъзи давлатларнинг миллий-ҳуқуқий механизмларида



«одам савдоси» тушунчаси шаклланимаганлиги;

• кўплаб давлатлардаги иқтисодий инқирозлар ва унга бевосита боғлиқ бўлган ишсизликнинг мавжудлиги;

• одам савдосига қарши ҳуқуқий маданиятни шакллантиришга етарли даражада эътибор берилмаслиги ва бунинг натижасида шахс ўз ҳуқуқларини билмаслиги ва ҳ.к.

Юқорида келтириб ўтилган одам савдосининг чиркин иллатларига қарши жаҳон ҳамжамиятида, қолаверса, мамлакатимизда ҳам бир қатор ишлар амалга оширилиб келинмоқда. Жумладан, давлатимиз БМТнинг 1950 йилда қабул қилинган «Одам савдоси ва фоҳишаликнинг учинчи шахслар томонидан ишлатилишига қарши кураш тўғрисида»ги конвенцияга 2003 йил 12 декабрда қўшилди. 2008 йил 17 апрелда «Одам савдоси

Одам савдоси

қарши курашиш тўғрисида»ги Ўзбекистон Республикаси Қонуни, Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2008 йил 8 июлда «Одам савдосига қарши курашиш самарадорлигини ошириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги қарори қабул қилинди. Ундан ташқари, «Одам савдосига қарши курашиш тўғрисида»ги Ўзбекистон Республикаси Қонунининг қабул қилиниши муносабати билан Ўзбекистон Республикаси Жиноят Кодексининг 135-моддасига ўзгартириш киритилди. Унга кўра, одамларни ҳар қандай эксплуатация қилиш учун жавобгарлик белгиланди.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2008 йил 8 июлдаги қарори билан Одам савдосига қарши курашиш бўйича республика идоралараро комиссияси ҳамда ҳудудий комиссиялар тuzилган. Шу билан биргаликда республика идоралараро комиссиясининг Меҳнат ва аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш вазирлиги ҳузурида одам савдоси жабрдийдаларига ёрдам бериш ва уларни ҳимоя қилиш бўйича 30 ўринга мўлжалланган реабилитация маркази Тошкент шаҳрида ташкил этилди.

Хулоса ўрнида шунини айтиш керакки, одам савдосига қарши жаҳонда ва мамлакатимизда амалга оширилаётган тадбирларнинг мазмун-моҳиятига диққат-эътибор билан муносабатда бўлишимиз ва бу ташкилий-профилактик тадбирларда фаол иштирок этишимиз, шунингдек, ҳуқуқий онг ва ҳуқуқий маданиятимизни юксалтириш орқали бундай иллатларга нисбатан мустаҳкам мафкуравий иммунитетни шакллантиришимиз лозим. Ана шундангина одам савдоси бизга таҳдид сола олмайди.

Умиджон УМУРЗОҚОВ,
Тошкент давлат юридик
институтини талабаси.



КОТТЕЖ — унча катта бўлмаган, одатда икки қаватли, бир оилга мўлжалланган тураржой маъносини билдирган "коттеж" сўзи тилимизга асли инглиз тилидан кириб келган бўлиб, унинг туб илдизи "деҳқон уйи" деган мазмунни англатган.

Маҳалладаги кotteжлар атрофига ўтқазилган "яшил девор"лар ҳам дарахтларга таклид қилгандек ўсиб кетган.

Журналдан

НЕФТ — ёнилғи сифатида ишлатилаётган ва ундан бензин, керосин каби маҳсулотлар олинган қора ёғсимон суюқ минерал модда тилимизда нефт деб аталишини яхши биламиз. Бирок, негадир бу сўз тилимизга бошқа тилдан кириб келгандай таассурот қолдиради. Аслида "нефт" сўзи тилимизда қадимдан бўлган туркий сўздир. Алишер Навоийнинг "Хамса"сида "нефт" сўзи бир қанча ўринларда "нафт" шаклида келган.

Бўлуб икки кўзи наззора чоғи, Нечукким нафтининг ўтлуғ булоғи.
Алишер Навоий

Не ўтким оғзидин тортиб забона, Бўлуб нафти ёрутқондин нишона.
Алишер Навоий

Эшқобил ШУКУР тайёрлади.

ҚОРА МУШУҚДА НИМА АЙБ?



Дугонам билан кўчада кетаётгандик. Йўлимизни қора мушук кесиб ўтди-ю, Нигора етти қадам орқага чекиниб, ўз-ўзидан уч марта айланди. Айтишича, йўлдан чиққан қора мушук омадсизлик келтирар, агар жойида ирими қилинса, барчаси яхши бўлиб кетармиш.

Шу воқеадан сўнг мушуклар билан боғлиқ ҳодисаларга қизиқиб қолдим. Бу жонивор бошқа ҳайвонларга қараганда, атроф-муҳитдаги ўзгаришларга нисбатан жуда сезгир бўлади. Ёнинг, зилла, портлаш каби нохушликларни ҳам олдиндан билади. Рухий ўзгаришларни тез илғайди. Оила аъзоларининг кайфияти ёмон бўлса, мушукнинг феъл-ҳақи шунга яраша ўзгаради.

Тарихий маълумотларга қараганда, Англия қироли Карл I нинг қора мушуги бўлган экан. Қирол мушукни ўзининг энг ишончли ҳамроҳи деб билган. Уни махсус қўриқчилар ҳимоясида сақлаган. Мушук ўлгач, "Мен энди узок яшайман", дейди Карл I. Тасодифни қарангки, эртаси кун у ҳибсга олиниб, бир неча ойдан сўнг қатл қилинди.

Қадимда Миср, Япония, Хитой ва

Ҳиндистон мамлакатларида ҳам мушуклар алоҳида эътиборга лойиқ жонивор саналган. Японларда чап оёгини кўтариб турган мушук ҳайкаласи бахт, ўнг оёгини кўтариб ўтирган мушук ҳайкаласи эса омад рамзи ҳисобланган. Японияда бу одатлар ҳалигача сақланиб қолган. Мисрликлар мушук ўлганидан сўнг танасини мўйиллаб, дафн маросимини ўтказишган.

Замонавий параспсихологлар мушук ухлаш учун танлаган жойда 15 дақиқа ўтирган одамнинг бош оғриғи қолганини, қон босими меъёрлашганини кузатишган. Агар мушук одамнинг елка, бўйин ёки кўкрак каби аъзолари устига ётса, тананинг шу жойида ҳасталик борлигига ишора бўларкан.

Қора мушук чақмоқни ўзига тортади, шунинг учун уни йўдан ҳайдаб чиқариш керак, деб ҳисоблайдиганлар ҳам топилади. Илмий рисоаларда қайд этилишича, мушукнинг юнги қора (эумеланин) ва сариқ (феомеланин) пигментларидан иборат. Аслида у сариқ, ок ёки қуранг тўсда бўлиши керак. Пигментациянинг бузилиши натижасида қора мушуклар пайдо бўлган. Аслида унинг жоду ёки иблислар билан умуман алоқаси йўқ.

Феруза ЭРНАЗАРОВА
тайёрлади.

ЭЪЛОН!

Тошкент ахборот технологиялари университети талабаси Бердикулов Жамшид номига берилган №41616 рақамли рейтинг дафтарчаси йўқолганлиги сабабли БЕКОР ҚИЛИНАДИ.

БИР ҲОВУЧ ДУР

Ўқимаганлик миянинг айби бўлмаганидек, билимлилик ҳам даҳолик белгиси эмас.

Л.ВОВЕНАРГ

Бир донишмандга дуч келгунча мингларча олимларни учратамиз.

Ф.КЛИНГЕР

РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА

«ЎКТАМХОН-НУР» ўқув маркази

куйидаги ўқув курсларига таклиф этади:

Тикувчилик — 3 ой, бошловчилар — 6 ой.
Тўй ва оқшом либослари — 1-2 ой.
Аёллар костюм-шмиди, плаш-пальто — 1-2 ой.
Хамшира — 6 ой. 4 ойи ўқуш, 2 ойи амалиёт.
Хамшира (тезкор) — 3-4 ой (амалиёт билан).
Тиббий массаж — 2 ой. Нуқтали — 1 ой.
Торт ва пишириқлар — 2 ой.
Торт олий курси — 1 ой.
Уйгур, Европа таом ва салатлари — 1 ой.
Аёллар сартарошчилиги — 3 ой.
Тўй ва оқшом турмаклари ва макياج — 1 ой.
Бухгалтерия ҳисоби — 3 ой.
Элита парда ва чойшаблар тикиши — 1 ой.
Элита парда ва чойшаблар тикиш олий курси — 1 ой.
Сартарошлик — 2-3 ой (ўғил болалар учун).
Ўзгаллик салонига тайёрлаш — 1 ой.
Каштанчилик — 3 ой (машинада вышивка).
Тўқувчилик — 2-3 ой.
Инглиз тили — 3 ой, Рус тили — 3 ой.
Бисер, яъни мунчок тикиш — 2 ой.
Декоратив ғўл, сарпо қўти ва саватлар ясаш — 2 ой, Бисердан гуллар, дарахтлар ясаш — 2 ой.
Карвинг (мева ва сабзавотлардан композиция ясаш) — 3 ой.
Компьютер сабоқлари — 2 ой, Интернет — 1 ой.
Барчаси амалиёт билан. Ўтоҳона мавжуд.

Ўқушни тугатганларга ДИПЛОМ берилади.

МАНЗИЛ: Юнусобод тумани 3-мавзе 1-уй 31-хона.

МЎЛЖАЛ: Юнусобод деҳқон базори бош тарафи орқасида.

Тел: (8 371) 221-17-95, 221-77-72, +99894 678-50-30 225-97-93 (18⁰⁰ дан 22⁰⁰ гача).

ФИЛИАЛ МАНЗИЛИ: Ҳамза тумани Фарғона йўли кўчаси 4-уй 40-хона. МЎЛЖАЛ: Куйлик кийим базори рўпарасида. ТЕЛ: (8371) 295-97-82, +99894 678-50-30 (кундузи)

— Ҳасад билан эмас, ҳавас билан яшаган ҳар кунимизда, албатта яхшиликлар бўй кўрсатади, — дейди биз билан суҳбатда Ақидахон опа. — Юртбошимиз ўзларининг “Юксак маънавият — енгилмас куч” асарида “Инсонга ҳос орзу-интилишларни рўёбга чиқариш, унинг онгли ҳаёт кечириши учун зарур бўлган моддий ва маънавий оламни бамисоли парвоз қилаётган қушнинг икки қанотиға қиёсласак, ўйламанки, ўринли бўлади”, деган эдилик. Биз ҳам худди ана шундай эзгу максадларни дилга тугиб ишлаймиз. Жамоамизда яна бир ибратли ташаббус кенг йўлга қўйилган. Бу — ёшлар билан фахрийлар учрашуви! Бундай ибратли тадбир бўлғуси қадрларда эртанги кунга ишонч уйғотиш билан бирга, ўз устозларига бўлган ҳурмат-эҳтиром туйғусини шакллантиради. Қолаверса, ҳамкасбларимизнинг қутлуг кунлари, унутилмас тантаналарини нишонлаш ҳам анъанага айланган. Бу ўз навбатида ҳамкасблар ўртасида ўзаро ҳурмат, меҳр-оқибат ришталарини мустаҳкамлашга хизмат қилаётир. Халқимизнинг азалий байрами — Наврўзи олам кунларида уюштирилаётган “Бошқарма маликаси” танлови ёшларга ўз билим ва қобилиятларини намойён этиш имконини бериш билан бирга халқимизнинг бой маънавий қадриятларини эъзозлашга ҳам кўмак бермоқда. Касб байрамимиз арафасида эса мутахассисларнинг етуклик даражаларини аниқлаш учун уч босқичли “Ўз касбининг устаси” танловини ўтказиш анъанага айланиб қолди. Голиблар бош бошқарманинг 1-, 2-, 3-даражали дипломлари ва касаба уюшма кўмитаси томонидан қимматбаҳо совғалар билан тақдирланганлигини алоҳида таъкидлашни истардим. Шу билан бирга уч нафар ҳамкасбимиз “Ўзбекистон Республикаси соғлиқни сақлаш аълочили” кўрак нишони совриндори бўлди. Беш киши ЎзР ССВнинг, 18 киши эса бош бошқарманинг фахрий ёрликлари билан тақдирланди.

Албатта аҳил ва иноқ жамоамизда ҳар бир инсоннинг ўз ўрни, қадр бор. Уларнинг ҳаётдаги қувончу ташвишлари биз учун муҳим аҳамиятга эга. Зеро, ишимиздаги унум ва келгусидаги ютуқларимиз ҳам ҳамкасбларимизнинг кўтаринки руҳи, яхши кайфият билан ишлаш-

Ҳаётда дори-дармонга эҳтиёж сезмайдиган одам камдан-кам учрайди. Бирор жойимиз оғриқдими, ўқиганларимиз ёки эшитганларимиз бўйича дарров ўзимизни даволаш учун дориға “ёпишамиз”. Аммо бу “жони ҳузур”ни бизга тақдим этувчилар ҳақида ҳамма ҳам билмайди.

Юртимизда шу соҳани тараққий эттириш учун ҳаётга кенг татбиқ этилаётган изчил ислохотлар, Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти тавсияларига биноан дори-дармонларнинг безарарлиги ва сифатини кафолатлаш мақсадида Ўзбекистон Соғлиқни сақлаш вазирлиги қошида “Дори воситалари ва тиббий техника сифатини назорат қилиш” бош бошқармаси ташкил этилган. Бугунги кунда бу жамоада ўз касбининг фидойилари хизмат қилишяпти десак муболаға бўлмайди. Юртимиз доришуносларининг фаолияти, ишлаб чиқарилаётган маҳсулотлар, ютуқ-камчиликлари уларнинг сезгир нигоҳидан четда қолмайди. Мамлакатимиз ҳудудидаги фармацевтика корхоналарининг жаҳон стандартлари талаблари асосида сифатли дори воситалари ишлаб чиқаришини кафолатлаш, дунё бозорида уларнинг рақобатбардошлигини таъминлаш, дориларнинг ноҳўя таъсирининг олдини олишда аввало ўз ишини мукамал биладиган тажрибали мутахассислар ҳам ниҳоятда зарур. Шу боис бошқармада кадрлар малакасини ошириш борасида ҳам кўплаб хайрли ишлар амалга оширилмоқда. Айниқса, соҳа мутахассислари билан ҳамкорликда кенг жамоатчилик ўртасида уюштирилаётган тадбирларда дори воситалари билан муносабатда ниҳоятда эҳтиёткор бўлиш кераклиги ҳақида тарғибот ишлари олиб борилмоқда.

Дарвоқе, тадбирлар... Бу борада бошқарма қошида “Маънавият ва маърифат” гуруҳи ташкил қилинган бўлиб, улар муайян режа асосида иш юритадилар. Гуруҳга “Доришунослар малакасини ошириш курслари” бўлими бошлиғи, мазкур тизимда кўп йиллардан бери ишлаб келган мутахассис, ёшларнинг жонкуяр устози Ақидахон Нуриддинова раҳбарлик қилиб келапти.

Ақидахон НУРИДДИНОВА: ДОРИГА ЭҲТИЁЖ ҚОЛМАСИН...



Аҳил жамоа ҳар бир байрам ва қутлуг кунларини ана шундай самимият билан нишонлайди.

рига боғлиқ. Ўтган йилда ҳамкасбларимиздан юз нафари кўҳна Самарқанднинг тобора чирой очаётган тарихий обидалари ҳамда замонавий меъморчилигимиз ютуқлари билан танишиб, бир дунё таассуротлар билан қайтишди. Яна бир қувончли жиҳати, пойтахтимиздаги театр ва санъат саройларида намойиш этилаётган спектакллар ҳамда адабий кечаларга ҳам жамоа бўлиб бориб, маданий ҳордиқ чиқарамиз. Бу каби маънавий тадбирлар ҳодимларимизнинг иш уну-

жой олган.

Бошқарма биносига кираверишда жойлашган “Ўзбекистон фармацевтика музейи”даги экспонатлар орасидан дори тайёрлашнинг илк давридаги асбоб-ускуналардан тортиб, замонавий ишлаб чиқариш корхоналарининг жиҳозларига ҳам мавжуд. Бу ашёларни кўздан кечирган киши доришунослик тарихи ва соҳанинг бугунги тараққиёти билан яқинлан танишиш имкониятига эга бўлади.

Дарвоқе, инсоннинг



мига ҳам ижобий таъсир кўрсатмоқда.

Бошқармамиз ҳузурида ташкил этилган “Маънавият ва маърифат” бурчагида Президентимиз асарлари, мустақиллик йилларида чоп этилган замонавий адабиётлар, маърифий қўлланмалар ва жамиятимиз ривожига, юртимиз тарихига оид илмий, бадиий адабиётлар

хизмат, иш жойи ҳам иккинчи хонадони ҳисобланади. Шу жиҳатдан қараганда, жамоамиз вакиллари бир оиланинг аҳил аъзолари десак арзийди. Бир-биримизга меҳр-оқибатли бўлмоқ, қувонч ва ташвишларимизни баҳам-жihatликда баҳам кўриш кундалик ишимизга айланган, десам янглишмайман. Айниқса, хас-

Замондошларимиз

та бўлиб қолган ёки нафақага кузатилган ҳар бир ҳодим ҳеч қачон жамоамиз эътиборидан четда қолмайди. Ҳамкасбларимизнинг муомала маданияти ҳақида ҳам доим ҳаммадан таҳсин эшитамиз. Шу боис “Мустаҳкам оила йили” бизлар учун қанчалик қувонч, омад ва ютуқларга бой келган бўлса, 2013 — “Обод турмуш йили” ҳам бундан-да кўпроқ муваффақиятлар олиб келишидан умидворимиз.

Йил бошида бош бошқарма ва пойтахтимизнинг Олмазор тумани Маънавият тарғибот маркази билан ҳамкорликда янги иш режаси тузиб олинди. Ушбу ҳамкорлик доирасида бу йил ҳам анъанавий тадбирлар, байрамлар, учрашув ҳамда қизиқарли мулоқотлар ўтказилиши кутилаётир.

Бизнинг ниятимиз, халқимиз доимо сihat-саломатлиқни энг беаҳо бойлик сифатида қадрлашни, шифокорларга, қолаверса, доришуносларга камроқ мурожаат қилишларини истаймиз. Қанийди, бутун дунёда ҳамма соғу саломат бўлсаю, ҳаммамиз дори-дармонларга эҳтиёж сезмасак, олам гулистон бўлур эди...

Зукко олима, тажрибали фармацевт, ташкилотчи ҳодим Ақидахон Нуриддинова билан кечган суҳбатимиз узок давом этди. У ўзининг қадрдон жамоаси тўғрисида тўлқинланиб, жўшиб сўзлаган бўлса-да, лекин ўзи ҳақида камтаринлик қилиб сўз очгиси келмади. Уни турли саволлар билан ҳар қанча гурунгда тортмайлик, самимий ва оддийлиги боисми, мақтанмади. Энг қизиғи, суҳбатимиз ниҳоясига етиб, хайрлашаётсак, ҳамкасбларидан бири шу яқин кунларда Ақидахон опангизнинг таваллуд кунларини нишонлаймиз, илоё юзларга кириб юрсинлар, деб қолди.

Жонкуяр мураббий, ўнлаб шогирдлари камолдан юзлари ёруғ бўлиб юрган ва энг муҳими, ажойиб, намунали бир оиланинг суянчиги Ақидахон Нуриддиновани биз ҳам эртага нишонланадиган таваллуд айёми билан самимий муборакбод этамиз. Эл ободлиғи, халқимизнинг сihat-саломатлиғи йўлидаги фидокорона меҳнатлари роҳатини, самарасини ҳамиша кўриб юрмоқ саодати насиб этишини тилаймиз.

Санобар
ФАХРИДДИНОВА.

...Орқаваротдан, "Э, шуми, қишда қор сўрасанг бермайдикун", дейилгучи таниши бир кун Зубайдани ҳайрон қолдириб меҳмонга қорлади. Ҳайитда муҳомил қилаётган экан. "Ёшгина кўчор гўштидан тайёрланган қайнатмадан бир тоғиб кетасиз", дея мулозамат қилди. Тишини-тишига босиб бевалик азобларини енгиб келатган, ҳар қандай қийинчилик ва йўқчилиги ичига ютиб чидашга ўрганган, бировнинг ёрдамидан кўра, ўзининг машаққат билан тоғлан насибасини афзал кўрадиган Зубайда бу таклифни қандай қабул қилишини билмай ўйланиб қолди. Бир-икки марта шу танишининг уйига борганида хонадоннинг катта-ю кичиги унинг юпунгина уст-бошига қибр билан боқганини эслади. Ушанда елкаларидан тош босгандек мунғайиб уйига қайтганди. Бироқ ўзидан бир кўйлакни ортиқ йиртган танишининг таклифига йўқ дея олмади. Бадавлат хонадон эшигидан қуруқ қўл билан, мунғайиб кириб боришни ўзига эп кўрмай, ойликкача рўзгорга етказишни мўлжаллаб олиб қўйган пулига, майда-чуйда харид қилиб, йўлга отланди. Кўрган одамни ҳайратга соладиган, бева-бечораларнинг елкасини қисиб қўядиган ҳашаматли хонадонга айтилган пайтда кириб борди.

Танишининг феъли торлигини Зубайда яхши биларди. У кўчада қўл чўзиб турган сўқир ёки ногиронга майда пулини ҳам раво кўрмайди. Аммо қурбонликка сўйилган қўйдан Зубайданинг кўзи олдида иккита

қўшнисига чиқариб юборганига гувоҳ бўлган, "Ҳартугул мурувватга кўнглини мойил қилганинг рост бўлсин", дея Оллоҳга шукрона айтди. Танишига нисбатан совий бошлаган кўнглида илқилик уйғонди. Ҳар сафар шу хонадонга келганида негидир унга ҳаво етмаётгандек бўларди, ўзини ёмон ҳис қиларди. Бу гал ҳам тиканининг устидан ўтиргандек, беҳаловат бўлиб тезроқ кетишга баҳона излай бошлади. Дастурхондаги косалар олинганда би-

тига, узоқдан келганининг насибаси бўлак. Келин қайнонанинг кадрдонларини барибир ўзидек қутолмайдиди-да", деган ўйлар билан секин дарвозага қараб юрди. Аммо таниши ҳадеганда ортидан чиқавермади. Зубайда хайрлашмай кетишни ўзига эп билмай, эшик олдида бироз туриб қолди. Гўё олиб чи-

қ и -



ланок, болаларининг ёлғиз қолганини баҳона қилиб, ўрнидан қўзғалди.

Уй бўсағасида пойафзалини кияётганида қўлида бир бўлак гўшт кўтариб, шу тарафга келатган келинга кўзи тушди. Зубайдани кузатишга чоғланаётган қайнона бунни кўриши билан, шоша-пиша келинини орқага қайтариб, унинг ортидан ўзи ҳам ошхонага кириб кетди.

"Бир бўлакни олиб чик, деган бўлса қўни-қўшнига аталганини билмасдан кўтариб чикқандир. Менинг уларга нисбатан яқинлигим бор. Бунинг у-

лаётган нарсани пойлаётгандек ноқулай аҳволда, ичидан зил кетиб мезбонни қуттишга мажбур бўлди. Кўнглининг бир бурчида: "Майли, озроқ насиба беришса, ҳарна болаларим беш-ўн кун бемалол гўшт ейишадикун", деган ўй ҳам йўқ эмасди. Айнан шу хаёл туфайли ўзидан ўзи ижирғанаётган эди. Аммо шу тобда индамай жўнавориш ҳам ноқулай. Устига-устак майда-чуйда олиб келган сумкаси ичкарида қолган, мезбон уни олиб чиқмагунча кетиб қолса, одобсизлик бўлади. Ниҳоят уй эгасининг қора-

си кўринди. Зубайда сумкасини унинг қўлидан олиб, мезбон билан қуюқ хайрлашиб, уйига қайтди.

Эшикдан қираркан, ўзини жуда лоҳас сезди. Негадир оёқ-қўлида мадор йўқдай, беҳол бўлаётганди. Сумкани қизига узатаркан, гўштни тузлаб қўйишни буюриб, ичкарига кирди-ю, ўзини кроватга ташлади. Кўзи энди илинган экан.

— Ойи, — деган овоздан чўчиб уйғонди.

Ётоқхонага кириб келган қизи гўшти сидириб олинган бир бўлак катта суякни ушлаганча унга норози қараб турарди.

— Ҳар гал борганингизда бир нарсадан дилингиз оғриб келарди. Нима қилардингиз ўзингизни ерга

уриб, ўшаларнигиға бориб?! Уларнинг қимлигини билардингиз-ку! Мен сизларга итмани, суяк кемирадиган демардингизми? Берган суягини юзига отиб юбормадингизми?! — деркан қизининг жаҳлдан юзлари бўғриқиб кетди. — Бунни ҳозирок ахлатхонага ташлаб келаман, ўзи эгасини топади!

Зубайда шоша-пиша ўридан туриб, алам билан қуйиб-пишиб гапирётган қизининг қўлидан тутди.

— Йўқ, болам. Бу қурбонликка аталган нарса. Увол қилиш яхшимас. Гуноҳидан қўрқ, бо-

лам. Майли, бунни емайман, десанг, бирорта қўшнига берармиз, — дея суякни олди.

Қизини яхши гап билан овутди-ю, ич-ичидан келатган аламни ҳўрсиниқ бўғзини қуйдириб ўтди. Ўзини камситилгандек ҳис этиб, елкалари қунишди. "Энди бу суякни нима қиламан? Кимга бераман? Ўзингга раво кўрмаганимни бирозга бериш ҳам ноқулай-ку", деган ўй юрагини зирқиратарди. Ўйланиб ўтирганида қўпинча "дом"нинг ёнбошидаги бозорчага эрталаб олиб келинадиган суякдан сотиб олиш учун узун навбатда турадиган ногирон аёл Нина хола эсига тушди. Таниши берган суякнинг ёнига бир парча лаҳм гўшт қўшиб унинг ёнига чиқди. Ниҳоят у сихни ҳам, қабони ҳам қуйдирмайдиган йўлини тоқиб қунишди.

— Нина хола, шугинани сизга илиндим, — дея қўлидагиларни унга тутказди.

Қампир аввалига ҳайрон бўлди, сўнг бирдан кўзлари қувнаб, Зубайдага жилмайиб қаради.

— Ўзбекона одатларингиз жуда аjoyиб-да. Жуда бағрикенгсизлар, — деди хушнудлик билан. — Катта раҳмат, энди кейинги нафақамга гўшт олмасам ҳам бўлади.

Зубайда гарчи, болаларини бир ҳафалик гўштдан маҳрум қилган бўлса-да, шу тобда елкасидан тоғ ағдарилгандек ўзини жуда енгил ҳис этарди.

Гулсара ИБОДУЛЛОХ
филология фанлари
номзоди.

ИЛОҲИЙ ТОШЛАР ҚАРҒИШИ

Британия оролларида яшовчи абригенлар, яъни қадимий кельтлар азалдан одамнинг боши шаклидаги тошларга сикиниб келишган. Улар бу матоҳларни уй, оғор ва бошқа қурилиш иншоотларида сақлаганлар. Кельт афсоналарида кўра, ушбу илоҳлар инсонларнинг уларга бўлган ишонч ва эътиқоди-га қараб "муомала" қилишар эмиш.

Бир неча йил аввал, Англияда акасингил Лесли ва Комен Робсонлар ўз боғларидан теннис қоптигидек келадиган иккита тошни қазиб олишди. Тошларни кум ва тупроқдан тозалаш билан, унинг инсон бошини ёдга солувчи шаклга эга эканлигига гувоҳ бўлишди. Кичкинтойлар уйга югуриб кириб, уларни ота-оналарига кўрсатишди. Иккала "чехра" ҳам тўқ-яшил, ялтироқ кварцдан ишланган ва кўринишидан бош суя-



гани эслатарди. Бошлардан бири эркак кишини, иккинчиси эса аёл кишини ёдга соларди. Лесли ва Коменнинг отаси Жон Робсон гаройиб топишмани қизиқ билан айлантириб кўздан кечирди ва вақт топиб дўсти бўлиш археолог олим Россга кўрсатишни ният қилиб қўйди.

Лекин бу сирли тошлар пайдо бўлиши биланок уйда гаройиб ҳодисалар юз бера бошлади. Робсонлар ҳеч бир сабабсиз идишлар синиши ва мутлақо янги буюмлар ишдан чиқишини сезиб

қолишди. Бундан ташқари, оила аъзолари нимагадир ҳавотир ва қўрқувда эдилар. Соҳиблар уйда йўқ бўлган пайтларда, ичкаридан галати мойил нур таралишига гувоҳ бўлган қўшнилари ваҳимага тушибди. Кўпгина танишлар эса бу ерда нимадир содир бўлаётганини таъкидлашар эди.

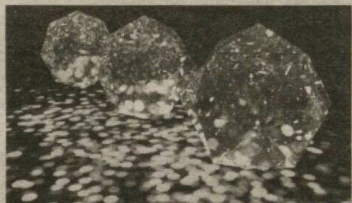
Бир кун тунда Робсоннинг рафикаси Энн болалар хонасидан йиғи овози келатганини эшитиб қолди. У юқорига кўтарилиб, фарзандларини даҳшатдан дир-дир титраётганларини кўриб, қўриб кетди. Болакай ва қизалоқ ҳозиргина уларнинг хонасида "қўрқинчли киши" пайдо бўлиб, яна гойиб бўлганини айтиб йиғлар эди. Она уларни илоҳи борица хотиржам қилиб, бу фақатгина даҳшатли туш, дея ишонтирди.

Бир кун Робсон болалари боғдан топиб олган тошлардан бири галати мойил нур таратаётганига кўзи тушди. Шундагина у барча ҳодисалар уйда "сирли илоҳлар" пайдо бўлган кундан бошланганига эътибор берди. У зудлик билан дўсти Россга кўнғироқ қилиб, бўлган воқеани сўзлаб берди. Шу билан бирга у тошларни олиб кетишини, акс ҳолда уларни ахлатга ташлаб юборишини билдирди. Тез орада етиб келган Росс тошларни кўздан кечирди ва бири наслдорлик илоҳи, иккинчиси эса афсунгарлик ва жодугарлик илоҳи бўлганини айтиб, илмий тадқиқот ўтказиш ниятида ўзи билан олиб кетди. Шу билан бирга у илоҳларнинг сеҳрли кучи тўғрисидаги ҳикоялар чўпқакдан бошқа нарсас эмас, дея ҳавотирланаётган оила бошлигини хотиржам қилди. Ҳазил тариқасида у кельт афсоналаридан бирини келтириб ўтди. Эмишчи, бир қаҳрамон газаб ўтида қутураётган руҳларни биргина "Итоат қил!" сўзи билан мағлуб этган экан.

Робсонлар билан хайрлашаётиб, уларнинг "аҳмоқона ишончлари" устидан қулган доктор Росс яна жўнаб кет-

Тилсимот

ди. Бироқ бир неча километр юришга ҳам улгурмасдан, ўзида қандайдир ҳавотир ва қўрқинч ҳиссини туйди. Россга нуқул кимдир унинг ортидан кузатиб тургандек туюларди. Лекин машинанинг орқа ўриндиғида тошлардан бошқа ҳеч вако йўқ эди. Автомобиль тушунарсиз тарзда йўлнинг ўртасида таққа тўхтаб қолди. Бир неча ҳайдовчилар Росснинг машинасига урилиб кетай деди. Ўткинчилар йўл ўртасида тўхтаб қолган машина ва ранги оқариб, рулга маҳкам



ёпишиб олган Россга хайрат билан тикилиб ўтиб кетишар эди. Қутулмаганда Росс, яқиндагина ўзи Робсонларга сўзлаб берган афсонани ёдга олди ва бирданига "Итоат қил!" деб бақариб юборди. Шундан сўнггина автомобиль ўз-ўзидан ишга тушди, қўрқув ва ҳавотир ҳисси ҳам гойиб бўлди.

Уйгача у ҳеч қандай саргузаштларсиз етиб келди, бироқ илоҳларни бу ерда қолдирмасликка аҳд қилди. Шу куннинг ўзидеку у "ибليس" ва "жодугар"ни археологик музейга топширди. У ерда ўтказилган тадқиқотлар натижасида Росснинг таҳминлари тўғри эканлиги исботланди: тошлар ҳақиқатан ҳам қадимий кельтларга тегишли экан.

Кўп ўтмай Росс аварияга учради. Бахти бор экан, унинг ҳеч ери лат емади, бироқ машина ярқасиз ахволга келган эди. Вақт ўтиб у Робсонлардан уларнинг хонадонига ёнган содир бўлганини эшитди. Археология музейида эса турли гаройиб ҳодисалар тез-тез юз бериб туришидан, Росс ўз таҳминларига жавоб тоғандек бўлди.

Гулчехра АЗИМОВА таржимаси

Биласизми?

САҚИЧ: ҲОЙДАСИ ВА ЗАРАРИ

Кимдир асаби бўзилганда, кимдир кайфияти чоғ вақтда, яна кимдир овқатдан кейин баъзилар эса кун давомида сақич чайнашга одатланган. Сақич чайнашнинг ҳам ўзига яраша меъёрлари бор.

Стоматологлар овқатлангандан кейин тишларни овқат қолдиқларидан тозалаш мақсадида 3-5 дақиқа давомида сақич чайнашни тавсия этадилар. Лекин тишни фақатгина тиш чўткаси ёрдамидагина тозалаш мумкинлигини унутмаслик керак. Сигарет чекиш, мунтазам кофе ичиш тишларнинг сарғайишига олиб келади. Бундай ҳолатларда ҳам мутахассислар сақич чайнашни тавсия этишади. Аслида сақичдаги сарик донғи кетказмайди.

Кичик ёшли болаларга ҳам сақич олиб бермасликни таъкидлаш жоиз. Чунки бола уни ўзи билмаган ҳолда ютиб юборади. Уларга чайналадиган конфет олиб бериш қулайроқ.

Америкалик гастроэнтеролог Кевин Милнинг айтишича, сақич чайнаётганда, дастлабки 2-3 дақиқада сулак беиз фаоллашади. Устига-устак организм сақични егулик сифатида қабул қилади. Шакар ёки шакар ўрнини босувчи моддалар ортиқча ошқозон шираси ишлаб чиқарилишига сабаб бўлади. Бу ширанинг ортиши эса ошқозон яраси касаллигига олиб келади.

Шу боис сақич чайнашга ружу қўйганлар меъёрини унутмаслиги керак. Наталья ГУДКОВА тайёрлади.

Соғлиғимиз —
бойлиғимизЮРАККА ҚУВВАТ
БАҒИШЛОВЧИ
МАҲСУЛОТЛАР

Кўпчилик ёқтирмайдиган сули ёрмаси (овсянка)дан тайёрланган бўтқа катта-ю кичик учун бирдек фойдали. У Омега-3 ёғ кислотаси, фоллий кислотаси тузлари ва калийга бойдир. Бундан ташқари, ушбу таомда қондаги зарарли холестерин миқдорини камайтирадиган турли фойдали тўқималар мавжуд. Бордию сули бўтқасига банан бўлаклари аралаштирилса, унинг фойдалилик хусусияти янада ортади.

Лосось (қизил гўшти балиқ) ҳам Омега-3 ёғ кислотасига бой бўлиб, у қон босимини меъёрида сақлаб туришга ёрдам беради ва тромблар ҳосил бўлишининг олдини олади. Ҳафтасига икки маротаба лосось балиғини тановул қилиб туриш соғлиқ учун жуда фойдалидир.

Юрак учун энг фойдали маҳсулотлардан яна бири **ўрик меваси** бўлиб, унда қанд, органик кислота, каротин, дармондорилар, микроэлементлар (темир, рух, марганец) кўп миқдорда учрайди. Шу билан бирга у калий тузларига ҳам бойдир. Ҳар кундан олинган ёғ ҳам тиббиётда кенг қўлланилади. Ҳар кун мевасидан тайёрланган туршакнинг дамламаси юрак учун жуда қувватбахшдир.

Юрак тўқималари, қон томирлари ни мустаҳкамловчи яна бир маҳсулот бу **зайтун ёғидир**. Бу ёғда тайёрланган таом ва сабзавотли салатларни нунтазам равишда истеъмол қилиш, юрак хасталикларининг олдини олишда муҳим омил бўла олади.

Ёнғоқ, да-нак ва бо-домни меъёрида истеъмол қилиш ҳам жуда фойдали. Уларнинг таркибига Омега-3 ёғ кислоталари ва фойдали тўқималар кўп миқдорда учрайди.

Ҳамма учун бирдек сеvimли бўлган **кулупнай, малина (хўжағат), маймунжон ва смородина (қорағат)** ни ҳам ўз рўйхатинизга киритиб қўйсақ фойдадан холи бўлмайди. Бу ермева-ларнинг ҳаммаси шамоллаш ва гриппга қарши восита бўлиш билан бирга, юрак хасталиклари ва саратоннинг олдини олишда ҳам қўлланилади.

Дуккаклилар ҳақида ҳам унутмаслик керак. Фойдали тўқималар, Омега-3 ёғ кислотаси ва кальцийга бой бўлган дуккаклилар жуда фойдали емиш ҳисобланади. Булардан, айниқса, ловия, ясимқ ва нўхатни тез-тез истеъмол қилиб туриш мақсадга мувофиқдир.

Сабзавот ва кўкатлардан тайёрланадиган салатларга энг мос келадиган қўшимча бу **исмалоқдир**. У лютеин, фоллий кислотаси тузи, кальций ва табиий тўқималарга бой бўлгани боис, инсон танаси аъзолари учун энг фойдали табиий неъматлар сирасига кирди.

Кунжабоқар пистиси таркибидан ҳам фойдали тўқималар ва Омега-3 кислотаси мавжуд бўлиб, уни сули ёрмаси бўтқасига ёки хамирли пиширилмак орасига солиб, соғлиқ учун фойдали таом тайёрласа бўлади.

Фойдали маҳсулотлардан яна бири бу **соя** ўсимлиғидир. Ундан тайёрланадиган салатлар, соя ёғида пишган таомлар ҳам юракка қувват бағишлайди.

ГУЛЧЕХРА тайёрлади.

ДЎСТ КУЛФАТДА
БИЛИНАРКАН

Илгари ишларим яхши эди. Оиламни ҳеч нарсага зориқтирмаганман. Дўстларим ҳам, рафиқам ҳам атрофимда парвона бўлишарди. Аммо ҳаёт бир маромда кечмас экан. Икки йил олдин автохалокатга учраб, бир оёғимни қимирлатолмай қолдим. Табиийки, тижорат ишлари билан ҳам шуғуллана олмаппман.

Шундан сўнг атрофимдагилар аста-секин ўзларини чеккага торта бошлашди. Ҳатто, ишонасизми, кўз очиб кўрган аёлим ҳам менга тиргак бўлишни истамай, ўғлимизни олиб онасиникига кетиб қолди. Бир пиёла чойга зорикқан кунларим опасингилларим ҳолимдан хабардор бўлиб туришди. Ўғлимни соғиниб, хотинимга кўнғироқ қилсам, уялмай-нетмай: "Гулдек умримни касал эр билан ўтказмоқчимасман, жавобимни беринг", деса бўладими? Орадан кўп ўтмай, суддан чакирув қогози келди. Қонуний ажрашдик.

Шифокорлар кўмағида оёғим бироз яхшиланди. Қариндошларим "Қайта уylan, ҳаётинг яна изига тушиб кетади", деб маслаҳат беришяпти. **Ёшим 41 да.** 3-гуруҳ ногирониман. Оёққа туриб олсам, яна аввалги фаолиятимни давом эттирмоқчиман. Балки мени тушунадиган, меҳрибон аёл пешонамга ёзилгандир. Уй-жомим етарли. 40 ёшгача бўлган, бир нафр кичик ёшдаги фарзанди бор, оққўнғил аёл билан оила қурмоқчиман.

ХАМДАМ,
Тошкент шахри.

ҚЎША ҚАРИШ
НАСИБ ЭТМАДИ

Рафиқам билан 35 йил бирга яшадик. Бошимиздан ўтган ташвишларни елкадош бўлиб енгдик. Қувончли кунларимиз кўп бўлди. Наилж, тақдир экан, аёлим кенжа ўғлимизнинг тўйига тарадуд кўраётган чоғимизда оғир хасталикка чалиниб оламдан ўтиб қолди. Ёлғиз яшаётганимга ҳам уч йил бўлди.

Оллоҳга шукр, икки келиним иссиқ-совуғимдан хабардор. Ўғилларим баракат топишсин, истаган нарсамни муҳайё қилишади. Аммо руҳан ёлғизман. Ёнимда мени тушунадиган аёл бўлса дейман. Фарзандларим ҳам шу фикрда.

Ёшим 59 да. Қурилишда муҳандис



Бахтли бўлинг

бўлиб ишлайман. Ёшимга мос, оиласидан тинган, бамаъни, мулоҳазали, муслима бир аёл учраса, уйланмоқчиман.

ТУХТАБОЙ ака,
Хоразм вилояти.

АХДУ ПАЙМОННИ
ДЕБ...

— Алло, ассалому алайкум, "Оила" бўлими?

— Худди шундай, эшитамиз сизни.

— Исми Дилнур. 34 ёшдаман. Ҳали турмушга чиқмаганман. Қиз бола ўзига умр йўлдош излаши одобсизликдек ту-

юлса-да, сизларга мурожаат қилишга мажбур бўлдим.

— **Оила куриб, яхши фарзандлар тарбиялаш истаги одобсизлик эмас.**

— Мени тўғри тушунганингиз учун раҳмат. Ота-онам зиёли, меҳнатсевар, камтарин инсонлар бўлгани боис маҳаллада обрў-эътиборли оилалардан саналардик. Бир пайтлар эшигимиздан совчиларнинг қадами узилмаган.

— **Совчиларга нима учун рад жавоби бергансиз? Ёки аввал ўқиб, кейин ишлайман, турмуш қочмас, деб ўйлаганмисиз?**

— Институтда ўқиб юрган кезларим Жамшид исмли курсдошим билан аҳду паймон қилгандик. Аммо унинг икки опаси ҳали турмушга чиқмаган эди. У менга албатта уйланишни айтиб, бироз сабр қилиб туришимни илтимос қилди. Мен ҳам аҳду паймонимизга содиқ қолиб, уни кутдим.

— **Опалари оила куриб кетишдими ишқилиб?**

— Ҳа, лекин анча кеч. Бу орада Жамшид билан орамизга совуқчилик тушди. Худда беҳудуга рашк қиладиган бўлиб қолди. Ундан хафа бўлиб, гапласмай юрган кезларим онасининг толган қизига уйланишга кўнибди. Ўшанда совчиларга рад жавоби бериб, хато қилган эканман. Аммо энди кеч. Ҳар қалай ёшим ҳам...

— **Ўтган ишларга сираям хафа бўлмаг. Демак, пешонангизга у йигит ёзилмаган. Ҳаётингиз эса ҳали олдинда. Биз сизга ёрдам беришга ҳаракат қиламиз. Қандай инсон билан турмуш қуришни истардингиз?**

— 40 ёшгача бўлган, олий маълумотли, ҳалол, Тошкент шаҳри ёки вилоятида яшовчи инсон бўлишини хоҳлардим.

ДИЛНУРА,
Тошкент вилояти.

ТАХРИРИЯТДАН:

«Бахтли бўлинг» рўқига хат йўллаётган ёки бевосита мурожаат қилаётган фуқаролар паспорт нусхаси ва яшаш жойидан (маҳалла кўмитасидан) маълумотнома тақдим этишлари шарт. Шунингдек, ажрашганлар бўлса, суд қарорининг нусхасини топширишлари талаб этилади.

МУРОЖААТ УЧУН ТЕЛЕФОН: 234-25-46

Табиат — дорихона

ҚОРА ЗИРА ДАВО

(тмин)

Кўпчилик уй бекалари хуштан таом тайёрлашда зирадан фойдаланишади. Аммо зира фақатгина овқатларни хушхўр қилиш учунгина ишлатилмайди. У шифобахш хусусиятга ҳам эга.

Халқ табобатида қадимдан қора зира уруғидан фойдаланиб келинади. Унинг мевасини Ибн Сино терлатувчи, ел ҳайдовчи, гижжани туширувчи восита сифатида қўллаган. Мева дамламаси мушак ва тўқималар фаолияти тонусининг пасайишига даво. Оғриқ қолдириш хусусиятига эга бўлиб, овқат ҳазмини ҳам яхшилайдди. Дисбактериозда, ичак фаолиятини бузилишида ёки шамоллашда, қорин дам бўлганда ел ҳайдовчи восита сифатида фойдаланилади.

Уруғидан тайёрланган дахлама ичак санчигида (айниқса болаларда), тиш касалликларида оғриқ қолдириш учун ишлатилади. Меъда, ичак (ичак фаолиятини бузилиши, ичакни заифлашуви) ҳамда сил касалликларида ел ва сийдик ҳайдовчи дори сифатида фойдали.

Дамламаси билан экзема ювилса, яхши натижа беради.

Эфир мойига бой бўлиб, парфюмерия тайёрлашда ароматизатор сифатида фойдаланилади.

Қора зиранинг 100 гр. мевасини писта ёғига солиб, 7 кун қуёшда тоблаб, сўнг 45 дақиқа сув ҳаммомида қайнатаб, докдан ўтказиб, ушбу ёғдан юзга суртилса, ажинларни, доғларни, тошмаларни йўқотиб, ёрилган жойларни тузатади.

1 ош қошиқ қора зирага 200 гр. қайноқ сув қуйиб, 30 дақиқа давомиде усти ёпиб қўйилади. Тайёр бўлган дахламани кунига 3-4 маҳал 1 ош қошиқдан ичилса, балғам кўчишига фойдали.

Қора зира, эрмон ўти, игир илдизи, учбарг япроқларидан тенг миқдорда олиб, ҳавончада туйиб, қайноқ сув қўйилади. Бу дахламадан 1 ош қошиқдан овқатланишдан 15 дақиқа олдин ичилса иштаҳа очилади.

Қора зирадан тайёрланган дахламадан фойдаланишдан аввал мутахассис билан маслаҳатлашинг.

Латофат САЪДУЛЛАЕВА тайёрлади.

Фойдали
МАСЛАХАТЛАР

Дераза, музлаткич ва кўзгуларга ёпиштирилган эски нақлейкалар ўрнини тозалаш учун устига майонез суртиб, 15 дақиқага шу ҳолда қолдириш керак. Кейин ёғоч чизғич билан қириб ташланса, доғи қолмайди.

Тортни чиройли безаш учун маҳсулоти анжамларингиз бўлмасан, қогоз трафарет ясаб олинг. Сўнг уни торнинг устига қўйиб, қанд упаси ёки какао сепсангиз, кўнглингизга маъқул безаклар пайдо бўлади.

Сочни тўғри парваришлаш учун ювишдан олдин ёғоч тароқ билан тараш тавсия этилади. Узун сочлар учидан бошлаб таралади. Хўл сочларни эса дарров тарамаслик керак.

Чой ва қаҳвадан сўнг ичи қорайиб қолган пиёла ёки финжонларни оқартириш учун сиркага шимдирилган пахта, тузли аралашма ёки ош содаси билан ювиш тавсия этилади.

Оқ рангли матоларда қолган дазмол доғини ярим стакан сув, 1 чой қошиқ водород пероксиди ва ярим чой қошиқ новшадил спирти солинган аралашма билан артиб кетказишингиз мумкин.

Гулноза БОБОЕВА тайёрлади.

Радиодан келган мухбир киз жуда эпчил экан.

«Яна иккитагина саволимга жавоб берсангиз, олам гулистон — мендан кутиласиз», — деди у ва бир йўла яна қайсидир эшиттиришига «самимий суҳбат» уюштиришига ҳам улгурди. Унга ҳавасим келди. Журналист деган шундай эпчил бўлсин-да!

— Бахт деганда, кўз олдингизга кимлар ва нималар келади? — деб биринчи саволини берди у. — Балки биринчи муҳаббатингиз? Балки университетга ўқишга кирган кунингиз? Балки илк мақолангиз чоп этилган кун? Балки биринчи неварангизни кўлга олган дамларингиз?..

Мухбир киз «балки»лардан жуда кўпини айтди. Мен гапни бўлмай эшитдим. Тўғрироғи, эшитмадим, ўйланиб ўтирдим. Аслида мухбир сўраган ушбу саволларнинг ҳаммасига «Ҳа» деб жавоб беришим мумкин. Лекин...

— Бахт деганда, менинг кўз олдимга одам тўла «Икарус» автобуси келади, — дедим. — Йўловчиларнинг ҳаммаси — эҳромда. Уларнинг орасида узун соқоллари, қуюқ қошлари оппоқ, котмагина, гўё адашиб қолгандек, атрофга ҳадик ва хавотир билан жовдираб ўтирган бир чол бор. У — менинг отам. Автобуснинг деразасидан менга кўзи тушиши билан ирғиб ўрнидан турди. Ичкарига киришим билан эса мени қаттиқ кучоқлаб олади ва йиғлаб юборади. Қайноқ кўз ёшлари юзига тегади.

«Сизга нима бўлди, ота? — дейман мен. — Бирор жойингиз оғриятими?» «Йўқ, айланай, соппа-согман!.. «Ҳажга кетаётганим ростим ё туш кўра-япманми? Ҳеч ишонгим келмапти. Қолаверса, шундай узоқ йўлга ёлғиз ўзим қандай бориб келаман? Ярайманми? Умримда самолётга чиқмаган бўлсам?»

Мен куламан.
«Уша кун телевидорда кўрдингиз-ку, ота, — дейман. — Ҳассага суяниб қолган кампирлар, қоляска-аравачада ўтирган ногиронлар ҳам ҳажга эсон-омон бориб келаяпти! Сиз уларнинг олдида ҳали йиғитдасиз-ку!»

Етмиш беш ёшли отамнинг кўнгли таскин топгандек бўлади.

«Ҳаво салқин, совуқотиб қолмадингизми?»

«Йўқ, айланай. Автобус иссиққина экан.»

Бу ҳаяжон, қувонч ва иккиланиш аслида отамга мендан ўтган эди. Ҳозиргидек эсимда: 1996 йилнинг 19 февраль кунини тушлик қилиб ўтирганимизда Агентлигимиз бош директори Маматкул ака Ҳазраткулов:

— Ҳозир қарор келаркан, — деди. — Газеталарга тезда узатишимиз керак.

— Нима ҳақида экан қарор?

— Муборак ҳаж зиёратига борувчиларга давлат томонидан ёрдам кўрсатиш ҳақида.

— Ҳўп.

— Кўп ажойиб замонлар келди-да, — деди бирпасдан кейин Маматкул ака ўйчан оҳангда. — Тўққиз — ўн йил аввал

кўпчилик ҳажнинг нималиги ҳақида тасаввурга ҳам эга эмасди. Ҳатто яқин одамнинг таъзиясига боришдан ҳам чўчирди. Энди муборак ҳаж зиёратига борувчиларга давлат томонидан ёрдам кўрсатилсин, деб мамлакатимиз Президенти бош-қош бўлиб турибди! Мустақиллик бўлмаганида бу гаплар қаёқда эди!..

— Шу кунларга етказганига шукр! — Беадад шукр! Қани энди ота-онам ҳаёт бўлса эди! Шундай улуг зиёратга бориш улар учун армон бўлиб кетди! Бугунги кунларни кўрса, қанчалар қувонган бўларди!..

Қарорни ўқиганимдан кейин отамга телефон қилдим:

— Ота, ҳаж зиёратига бориб келсангиз

— Ота, ҳаж зиёратига бориб келсангиз

БАХТ ОТА ДУОСИДА



қандай бўларкан?

Бу гапдан отам шошиб қолди. Кейинчалик ўзи айтди: «Болам, шу яхши гапнинг эшитиб, ҳаяжонланганимдан, ваҳима босганидан бўғинларим бўшашиб ўтириб қолибман! Қулоқларимга ишонгим келмади-да, айланай!..»

Уша тонгда Тошкент аэропорти ёнига келиб тўхтаган «Икарус» автобусининг барча йўловчилари ҳажга кетаётган қашқадарёликлар эди. Мен отамни муборак ҳаж зиёратига кузатиб қўйиш учун чиққан эдим. Чиққаним қанчалар яхши бўлган экан! Мана, орадан ўн етти йил ўтган, ўйлаб кўрсам, ўша дамлар умримнинг энг фараҳли, энг бахтли, энг саодатли дамлари экан. Бугун ўша ҳаяжонли онларни фахр билан эслаб, шундай бахтли лаҳзалар насиб этганига шукроналар айтиб ўтирибман!..

...Отам вафот этганига икки ой бўлди. Эрталаб одатдагидек ул зот билан гаплашгим, ҳол-аҳволини сўрагим, сокин овозини жуда-жуда эшитгим келади. Икки ойдан бери эрталаб одатдагидек телефонга чўзилган қўлим, отам йўқлиги эсимга тушган, шалвираб қолади. Ўзимни бу дунёда яқка-ёлғиз ҳис қиламан... Ота фарзанд учун улкан тоғ, мустаҳкам суянк экан...

«Қизқисиз, а! — деб жаҳли чиқади хотинимнинг. — Бир этак невараннинг бобоси бўлсангиз, ёшини яшаб, ошини ошаб ўтган отангизни эслаб, хафа бўлиб ўтирсангиз! Шукр қилсангиз-чи! Худо бизга ҳам отангизнинг умрларини берсин! Тўқсондан ошиб юрайлик!»

Индамайман. Унинг гаплари ҳам тўри. Лекин, отанинг ҳам, боланинг ҳам кексаси бўлмайди, деган нақл — ҳақиқат.

Кишлоғимиздан чиқиб кетганимда ўн етти ёшда эдим. Тошкентдаги қурилиш

Инсон манзаралари

бошқармасида кундузи бетончилик қилиб, оқшомлари университетнинг кечки бўлимида ўқидим.

Ойда, йилда уйимизга борганимда отам қўлимга пул тутқазарди.

«Кўйинг, ота, — дердим мен. — Кечагина маош олдим. Пулим етарли. Яхшиси буни рўзгорга ишлатинг.»

Отам кўнмасди:

«Пул — белнинг қуввати, ўғлим. Ёнингдаги ақангга қўшиб қўй. Керак бўлганида ишлатарсан. Йўқса, кўнглингни тўқ қилиб туради».

Умри деҳқончилик — қора меҳнат билан ўтган отамнинг ҳар бир гапи бугун мен учун ҳикмат.

Ўшанда ҳаж зиёратига жўнаётган отамга озгина пул узатдим. Отам рад этди:

«Ёнимдаги пулим етади. Шу пулни рўзгорингга ишлат, айланай...»

«Ёсингизда, ота, студентлик пайтларим қишлоққа борганимда менга пул тутқазиб, мажбурлаб олдирад эдингиз?»

«Пул — белнинг қуввати!» дер эдингиз. Энди сиз ҳам қўлимни қайтарманг. Ўзи озгина, зарурат бўлса, ишлатасиз.

Бўлмаса, ёнингизда қувват бўлиб туради!..»

«Ай, жоним болам, а! Айланайлар кетай сендан, а! Ўша

гапларим хали ҳам ёдингизми?»

«Нега ёдимдан чиксин, ота! Отасининг ўғитини нуутган бола болами!»

Отанинг кўзлари яна ёшга тўлади: «Шу кунларга етказганингга шукр, садаганг кетай, Эгам! Болаларимдан қайтараётганингга шукр!..»

Отам титраётган қўллари билан кўз ёшларини артади.

«Айланай болам! — дер экан юзлари ёришиб кетади. — «Пул — белнинг қуввати!» деган гапни мен ҳам отамдан эшитганман. Катта Фарғона каналига кетаётганимда, отам бечора бисотимиздаги яккаю ягона эчкимизни сотиб, пулни қўлимга тутқазган. Кўзи хириллашиб қолган бобонгни ёлғиз ташлаб кетаётганимдан шундоқ ҳам хўрлигим келиб турганди ўшанда. Пулни қўриб, дилим вайрон бўлган. «Ол, болам, узоқ йўлга кетпасан!» — деб уни талқон тўла халтачамга солиб қўйган эди. Уруш тугагандан сўнг бобонгни Самарқандга, балнисага олиб бордим. Бир ой ўзим ёнида ётиб, даволатдим. Ҳар оқшом ухлаши олдида дуо қилар эди: «Илоё, менга қилаётган шу яхшиликларинг болаларингдан қайтсин! Фарзандларининг роҳатини кўр!..» Ота дуосининг ижобати — яхшиликларнинг сизлардан қайтаётгани шу-да, айланай! Болаларим бўлмаса, кишлоғимиздан биринчи бўлиб ҳажга бора олармидим, айланай! Илоё, болаларим барака топсин! Тупроқ ушласа, олтин бўлсин!..»

— Радиотингловчиларимизга қандай тилақларингиз бор? — деб иккинчи саволини берди мухбир киз.

— Барчага ота-онасининг дуосини олиш ва фарзандларининг роҳатини кўриш насиб этсин!..

— Ҳақиқий ўзбекона жавоб бўлди, — деди мухбир. — Раҳмат сизга!..

Кулман ОЧИЛ



НАФИСА ХАЛҚАРО ГРОССМЕЙСТЕР

22 ёшли шахматчимиз Нафиса Мўминова ўзбек қизлари ўртасида биринчи бўлиб халқаро гротсмейстер унвонига сазовор бўлди.

Мамлакатимиз миқёсидаги кўплаб мусобақаларда ғолиб ва совриндор бўлган Н.Мўминова 2007 йилда минтақавий саралаш мусобақасида биринчи ўринни эгаллаб, жаҳон чемпионатида йўлланма олди. У дунёнинг энг кучли 64 шахматчиси олдига сурайдиган ушбу турнирда катнашиш учун Марказий Осиё минтақасига ажратилган ягона йўлланмани кўлга киритди ва ўзбек хотин-қизларидан катталари ўртасидаги жаҳон чемпионатида иштирок этган биринчи спортчи бўлди.

Нафиса 2008 йилда 18 ёшгача қизлар ўртасида Осиё чемпионати кумуш медалига сазовор бўлган. Кўплаб йирик халқаро турнирларда хотин-қизлар ўртасида биринчи ўринни эгаллаган.

У 2010 йилда йигирма ёшгача бўлган қизлар ўртасидаги жаҳон чемпионатида кучли тўртликдан жой олди. Хитойнинг Гуанчжоу шаҳрида ўтган ёш Осиё йўлларининг жамоавий беллашувларида кумуш медалини кўлга киритди. 2011 йили I Марказий Осиё кубоги ва 2012 йил Тошкентда ўтказилган «Тошкент олен» халқаро шахмат турнирида ғолиб бўлди.

Н.Мўминова учун 2013 йил ҳам омадли бошланди. Халқаро шахмат федерацияси ўзбек қизига халқаро гротсмейстер унвони берилганини эълон қилди.

Ўзбекистон терма жамоаси етакчиси Нафиса Мўминова энди мусобақаларда халқаро гротсмейстер, деган юксак ном билан дона суради. Бунинг мусоулиятини қучур ҳис этаётган шахматчимизи янги мавсумга пухта тайёрларлик кўрмоқда.

“ПАХТАКОР” — ОСИЁДА УЧИНЧИ

Халқаро футбол тарихи ва статистикаси федерацияси (IFFHS) Осиё китъасининг XXI асрдаги энг кучли футбол клублари рейтингини эълон қилди. 300 футбол клуби киритилган маъкур рўйхат 2001-2012 йиллардаги расмий мусобақалар натижалари асосида тузилган.

Тошкентнинг «Пахтакор» жамоаси Осиё китъасининг асримиздаги энг кучли жамоалари рейтингига 943 балл билан учинчи ўринни эгаллади. Биринчи ўрин Саудия Арабистонининг «Ал-Хилол» ва «Ал-Иттиҳод» жамоаларига насиб этди.

«Пахтакор» мустақиллик йилларида Ўзбекистон миллий чемпионатида тўққиз, мамлакат кубогига ўн бир марта бош совринини кўлга киритган. Ҳар икки кўрсаткич бўйича юртимизда рекорд ўрнатган «пахтакорчи»лар Осиё чемпионат лигаси ташкил этилган 2002 йилдан буён унда узлуксиз иштирок этиб келаётган ягона жамоадир.

Интернет манбалари асосида
Илҳом ЖУМАНОВ тайёрлади.

Муассислар: Ўзбекистон Хотин-қизлар қўмитаси, «Болалар ва оилаларни қўллаб-қувватлаш» ассоциацияси (Болалар жамғармаси) ва «Соғлом авлод учун» халқаро хайрия жамғармаси

Тахририятга келган қўлёзмалар муаллифларга қайтарилмайди. Реклама материаллари мазмунини учун тахририят жавобгар эмас.

«Шарк» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди. Тошкент, Буюк Тўрон кўчаси, 41-уй. Босишга топшириш вақти — 15:00. Босишга топширилди — 15:00.

E-mail: oilavajamiyat@sarkor.uz

ISSN 2010-7609



Бош муҳаррир:
Норқобил ЖАЛИЛОВ

Навбатчи муҳаррир — Ҳамроҳон МУСУРМОНОВА

Саҳифаловчи — Илҳом ЖУМАНОВ
Мусахҳиллар — Саидғани САЙДАЛИМОВ,
Гулноза БОБОЕВА

МАНЗИЛИМИЗ: Тошкент — 100000. Амир Темуру кўчаси
1-тор кўча, 2-уй. Мўлжал: Олой бозори ёнида

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида
0169-рақам билан 11.01.07 да рўйхатга олинган. Буюртма Г — 128. Формати А-3, ҳажми 2 табоқ. Адади — 9432. Баҳоси келишилган нархда.

ОБУНА ИНДЕКСИ — 176

Қабулхона: (тел-факс) 233-28-20

Котибият: 234-76-08

Мухбирлар: 233-04-50

«Оила» бўлими: 234-25-46

Web-site: oilavajamiyat.uz

123 5