

Хотин-қизлар спорти: ИМКОНИЯТ ВА ИСТИҚБОЛ

Давлатимиз раҳбари жорий йилнинг 11 февраль куни Оқсаройда бўлиб ўтган Ўзбекистон Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси Хомийлик кенгашининг навбатдаги йиғилишида қизларни жисмоний тарбия ва спортга янада кенг жалб этиш, сузиш ҳавзаларида қулай шароит яратиш, бунинг учун хотин-қизлар кўмиталарининг фаоллигини ошириш зарурлигини алоҳида таъкидлаган эди.

2016 ЙИЛ — СОҒЛОМ ОНА ВА БОЛА ЙИЛИ

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси томонидан Маданият ва спорт ишлари, Соғлиқни сақлаш, Халқ таълими, Олий ва ўрта махсус таълим вазирликлари, Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси, "Маҳалла" фонди билан ҳамкорликда хотин-қизлар ўртасида соғлом турмуш тарзини қарор топтириш ҳамда спорт билан шуғулланишни кундалик ҳаёт тарзига айлантиришнинг долзарб масалаларига бағишланган видео-конференция ана шу мақсадда ташкил этилиб, унда ушбу

йўналишдаги ишлар самарадорлигини янада кучайтиришга қаратилган чора-тадбирлар кўриб чиқилди. Тадбирда мамлакатимизда миллат генофондини яхшилаш, баркамол авлодни вояга етказишнинг асосий воситаси сифатида жисмоний тарбия ва спортни ривожлантиришга давлат сиёсати даражасида эътибор қаратилаётгани, бунинг натижасида болаларимиз ҳар томонлама соғлом ҳамда иродали бўлиб вояга етаётгани, хотин-қизлар саломатлиги мустаҳкамланаётгани айтиб

ўтилди. Бугунги кунда спорт билан мунтазам шуғулланаётган хотин-қизлар салкам эллик фоизни ташкил этаётгани, проффесионал спортчиларимиз сафида улар сони тобора кенгайиб бораётгани, ўтган давр мобайнида 44 нафар қиз айнан мазкур соҳадаги ютуқлари учун Зулфия номидagi Давлат мукофотига сазовор бўлгани бу борада олиб борилаётган ишларнинг яққол тасдиғидир. "Соғлом она ва бола йили" Давлат дастурида жисмоний тарбия ҳамда спортни кенг оммалаштириш, ёшлар, айниқ-

са, кишлоқ жойларда қизларни спорт билан мунтазам шуғуланишга жалб этиш, янги спорт объектлари қуриш ва мавжудларининг моддий-техника базасини мустаҳкамлаш, уларни замонавий ускуна ҳамда анжомлар билан жиҳозлаш, юқори малакали мураббийлар билан таъминлашга оид белгиланган вазифаларни бажариш, шу билан бирга, хотин-қизлар ўртасида сув спорти турларини кенг оммалаштириш, сузиш ҳавзаларида улар учун қулай шароит яратиш борасида хотин-қизлар кўмиталари томонидан давлат ва жамоат ташкилотлари билан ҳамкорликда амалга оширилиши лозим бўлган вазифалар мулоқот давомида қизгин муҳокама қилинди. Чунончи, кишлоқ жойларда болалар, шу жумладан, қизларнинг сув спорти билан оммавий равиш-

да шуғулланишини тизимли ташкиллаштириш, бунинг учун саломатлигини мустаҳкамлаш, уларда соғлом турмуш тарзи кўникмаларини шакллантиришда катта аҳамиятга эга эканлигини кенг жамоатчилик ўртасида тарғиб қилиш, сузиш ҳавзаларида байрам тадбирлари ва спорт мусобақаларини мунтазам уюштириш долзарблиги билдирилди. Айни чоғда аёллар ҳамда қизларни тегишли вазирликлар тасарруфидаги сузиш ҳавзаларига бепул жалб этиш тизими яратилгани, бу эса, ўз навбатида, Давлат дастури ижросини таъминлашга хизмат қилиши алоҳида таъкидланди. Видеоконференцияда Қорақалпоғистон Республикаси, вилоятлар ва Тошкент шаҳар хотин-қизлар кўмиталари раисларининг ахборотлари тингланди. Тадбирда Ўзбекистон Республикаси Бош вазирининг ўринбосари, Республика Хотин-қизлар кўмитаси раиси Э. Боситхонова сўзга чиқди. **Зиёда АШУРОВА, «Халқ сўзи» мухбири.**

ТАБИАТ ТУҲФАСИ Баҳор неъматлари

Ўзбек пазандчилиги ошқўк ва зирavorлар кўп ишлатилиши билан ҳам шуҳрат қозонган. Чунки улар таомларни лаззатли, тўйимли қилибгина қолмасдан, хўрандаларга қувват ҳамда шифо бахш этади. Эътиборли томони, юртимиз табиати бундай неъматларга жуда бой. Айни кўклам чоғида улар асосида турли егуликлар тайёрлаб истеъмол қилинса, киши организмнинг дармондориларга бўлган талаби қондирилади. Куйида шундай наботот намуналари, уларнинг шифобахш хусусиятлари ҳақида маълумот берамиз.

Мафтункор чечак

Баҳор даракчиси бинафша — серхосият ўсимлики. Унинг илдизи ва поясидан турли малҳамлар тайёрланади.

Мисол учун, ўпка касалликлари, айниқса, изтиробли йўтал ҳамда кўкйўтали доволашда ушбу чечак илдизи қайнатмаса қўлланилади. Шунингдек, у буйрак ва қовуқдаги тошлардан фориг бўлишга ҳам ёрдам беради. Бинафша гулбарги ва бандининг шарбатига 3 мисқол (1 мисқол — 4,25 гр.) сувага кўшиб истеъмол қилинса, сафродан халос этади, ичак фаолиятини яхшилаб, томоқнинг ноҳуш қичишига барҳам беради. Мазкур қайнатма ўпка эмфиземаси, бод ҳамда пешоб тута олмаслик ҳолларини барқарор этишда ҳам самарали ҳисобланади. Муртақ безлари яллиғланган ёки грипга чагинган кишилар ушбу қайнатма билан оғиз чойга, кифоя. Бинафша гулбарги ва бандининг шарбатига 3 мисқол (1 мисқол — 4,25 гр.) сувага кўшиб истеъмол қилинса, сафродан халос этади, ичак фаолиятини яхшилаб, томоқнинг ноҳуш қичишига барҳам беради.

Шафтоли гулидан...

Шафтоли гулидан тайёрланган чучварани еганмисиз? Йўқса, ҳозир аини мавриди.

Бунинг учун шафтоли гуллари териб олиниб, ювилади, қиймаланган гўшт ёки думба ёғига аралаштирилиб, чучвара тугилади. Сўнгра сувда пишириб олинади. Тайёр бўлган таом қатиқ ёки қаймоқ билан дастурхонга тортилади. Мазкур чучвара нафақат маза, балки шифобахш ҳамдир. У организмга осонгина сингиб, ошқозон-ичак йўлини раволаштиради. Сурункали қабзиятдан халос этади.

Тенги йўқ малҳам

Асаби тез бузиладиган, жиззаки кишилар баҳор неъматини — карьяфс (сельдерей) кўкатида кўпроқ истеъмол қилиш тавсия этилади.

Бунинг учун ўсимлик илдизи шарбатига тенг миқдорда асал қўшилиб, кунига чой қошиқда 5 маҳал ичиб турилса, асаб тизимлари фаолиятини маромига келтиради. Халқ табибатида теридagi иллатли яраларни доволашда ҳам карьяфсдан фойдаланилади. Бунинг учун бир ош

қошиқ карьяфс илдизи 1,5 стакан совуқ сувда 4 соат мобайнида тиндириб қўйилади. Сузиб олинган, кунига бир ош қошиқдан 3 маҳал ичилади. Карьяфсли дориворлар сарик касаллиги, бод, камқонлик, буйрак хасталиқларида ҳам қўлланилади.

Маннон НАБИЕВ, доришунос.

ТАДБИР

Наврўз байрами муносабати билан мамлакатимиздаги таълим муассасалари, ташкилотлар, муҳаллаларда турли маданий-маърифий тадбирлар ташкил этилаётган.

Сайилга марҳамат

Жумладан, Республика "Баркамол авлод" болалар ижодиёти маркази ташаббуси билан уюштирилган сайилга пойтахтимиздаги умумтаълим мактаблари ўқувчилари, ота-оналар таклиф қилинди. Унда ёш ҳунармандлар ва рассомлар ўз ижодий ишларини, спортчилар эса кўргазмалли чиқишларини намойиш этган бўлса, доирачилар тўғраги аъзоларининг шўх қуйлари барчани даврага чорлади.

Шунингдек, тадбир доирасида миллий таомлар танлови ҳамда либослар намойиши ўтказилди. — Мақсадимиз, ёшлар ўртасида меҳр-оқибат, ҳамжихатликни қарор топтириш, — дейди тўғрақ раҳбари Нилуфар Бойматов. — Бундай тадбирлар уларнинг миллий аъналаримизга ҳурмат ва садоқат руҳида тарбияланишларида муҳим аҳамиятга эга.

Шавкат ХУҲАҚУЛОВ.

Саодатли кун мўъжизалари

Наврўз — қадимий ҳамда бетакрор байрам. У халқимиз бадиий тафаккурининг маҳсули бўлган халқ оғзаки ижодининг деярли барча жанрини ўзида мужассам этган. Мазкур айёмда ўтказилган урф-одатлар ва халқ ўйинлари эса маданиятимиз ҳамда маънавиятимизнинг нақадар юксаклигидан дарак беради.

АНЪАНА

Шарқона йилбоши — Наврўз кунларида болалар орасида "Варрак учириниш", "Чики-даста", "Қулоқ чўзма", "Жон-жон", "Жун тепди" ("Қараб теп" ёки "Ланка"), "Жамбил" ўйинлари, қиз болалар орасида эса "Тўп тош", "Ҳайинчак учиниш", "Аргимчоқда сакраш", "Лаппак" ўйинлари машҳур бўлган. Шунингдек, катталар орасида туя, кўчқор, хўроз, бедана уриштириш, кўпкари каби ўйинлар ўтказилган. Ўзбек фольклорининг катта қисмини ташкил этувчи болалар ўйинлари ўз таркибида муайян ритмик изчилликка асосланган хатти-ҳаракат, рамзий маъно касб этувчи этнографик деталлар, поэтик фольклор намуналари, оҳанг ва томошавийлик кўринишларини яхлит ҳолда мужассамлаштирган. Халқ ўйинлари болаларни фаолликка, зийракликка



Шомурот ШАРАПОВ олган сурат.

ўргатади. Жумладан, Наврўз сайлида жам бўлган зийрак болажонлар томонидан "Яшин уриштириш, кўпкари каби ўйинларда куйидаги "санамалар айтилган: **Бир, икки, уч, тўрт, Беш, олти, етти, саккиз, Ўну йн...** Тулкига тўн, Тулки тўнининг баҳоси, Бир-икки сўм!

Айёмда соғина толпоқлар тақиб, қошига ўсмалар қўйган қиз-жувонлар сайил кунини тўпланиб, бог сайрига чиққан. Дарахларнинг бақувват шохларига арқон ташлаб,

хайинчаклар ясаб, навбати билан учиган. Шунингдек, кекса момолар "Наврўзда аргимчоқ учса, оғирлигимиз ерга тўкилади, қушдек энгил бўламыз!" деб, ҳазил-хузул қилган бўлса, набиралари момомизнинг ёшига етайлик, деган эзгу ниятда аргимчоқнинг ипидан тўтиб ҳаракатлан-тирган. Турмушга чиқмаган қизлар, келинчақлар аргимчоқни баландрлатиб, ҳаволатиб учиган. Улар ҳар гал шўх кулги билан ўрикнинг энг баланд шохидagi оппоқ гуллар орасидан эндигина бўртиб чиққан япроқларни узиб олиш-

Шаҳодатбону ИМОННАЗАРОВА, фольклоршунос.

«KO'SHMAS MULK SAVDO XIZMATI» МЧЖ
Сирдарё вилояти филиали
 бошланғич баҳоси бошқичма-бошқич ошиб бориш тартибидa ўтказиладиган очиқ аукцион савдоларига таклиф этиди.

1. Аукцион савдосига Оқолтин тумани СИБ томонидан ЖИБ Сирдарё вилояти судининг 2015 йил 24 августдаги 12-66ж/15-сонли ижро варақасига асосан хатланган, Оқолтин тумани, «Шодлик» ҚФЙ, Зомин маҳалласида жойлашган, умумий майдони 1907,58 кв.м. бўлган 400 ўринли маданият уйи биноси қўйилмоқда.
Бошланғич баҳоси — 282 449 119 сўм.

2. Аукцион савдосига Оқолтин тумани СИБ томонидан Сирдарё вилояти хўжалик судининг 2015 йил 7 сентябрдаги 12-1506/6134-сонли ижро варақасига асосан хатланган, Оқолтин тумани, Сардоба шаҳарчаси, «Гулистон — Гагарин» 4р-29 автомобиль йўли четига жойлашган, «Фориш Оқолтин текстиль» МЧЖга тегишли, қурилиш майдони 2063,0 кв.м., фойдаланиш майдони 1599,13 кв.м. бўлган идора ва ёрдамчи бинолар қўйилмоқда.
Бошланғич баҳоси — 773 425 531 сўм.

Аукцион савдоси 2016 йил 18 апрель куни соат 11.00 да Гулистон шаҳри, «Бизнес маркази» биноси мажлислар залида бўлиб ўтади. Аризалар иш кунлари соат 10.00 дан 16.00 гача қабул қилинади (соат 13.00 дан 14.00 гача тушлик вақти). Аризаларни қабул қилишнинг охириги мuddати — 2016 йил 15 апрель куни соат 18.00.

3. Аукцион савдосига Боёвут тумани СИБ томонидан Сирдарё вилояти хўжалик судининг 2011 йил 9 декабрдаги 12-1101/14573(27.1)-сонли, 2011 йил 9 декабрдаги 12-1101/14579(27.1)-сонли, 2012 йил 13 апрелдаги 12-1201/5831(27.1)-сонли ижро варақаларига асосан хатланган, «Боёвутдавсувмах-суспудрат» давлат унитар корхонасига тегишли, Сирдарё вилояти, Учтургон маҳалласида жойлашган, ер майдони 35527,0 кв.м., қурилиш майдони 3535,61 кв.м., фойдаланиш майдони 3481,29 кв.м. бўлган, фойдаланишга яроқли идора ва ёрдамчи бинолар бошланғич баҳоси арзонлаштирилган ҳолда такроран қўйилмоқда.
Бошланғич баҳоси — 323 828 623 сўм.

4. Аукцион савдосига Сирдарё тумани СИБ томонидан Сирдарё вилояти хўжалик судининг 2011 йил 14 февралдаги 12-1111/921(27.1)-сонли ва 2012 йил 6 сентябрдаги 12-1206/3664(27.1)-сонли ижро

Манзил: Гулистон шаҳри, Ўзбекистон шохқўчаси, 3-уй, 3-қават, 58-хона. Телефон: (0-367) 226-38-91. Расмий сайт: www.1kms.uz

Хизматлар лицензияланган.

«KO'SHMAS MULK SAVDO XIZMATI» МЧЖ
Навоий вилояти филиали
 бошланғич баҳоси бошқичма-бошқич ошиб бориш тартибидa ўтказиладиган очиқ аукцион савдосига таклиф этиди.

Аукцион савдосига Навоий шаҳар СИБ томонидан Навоий вилояти хўжалик судининг 2012 йил 7 сентябрдаги 21-1207/8079-8080-ижро варақасига асосан хатланган, «Қишлоқхўжалиқимиз» АЖга тегишли, Қизилтепа тумани, «Оқолтин» ҚФЙ, 2-участкада жойлашган, ер майдони 9759,16 кв.м. бўлган, захарли химикатлар сақланадиган омборхона (темир йўл тармоғи билан) биноси қўйилмоқда.
Бошланғич баҳоси — 3 132 266 298 сўм.

Аукцион савдоси 2016 йил 22 апрель куни соат 11.00 да бўлиб ўтади. Аризалар иш кунлари соат 10.00 дан 16.00 гача қабул қилинади (соат 13.00 дан 14.00 гача тушлик вақти). Аризаларни қабул қилишнинг охириги мuddати — 2016 йил 15 апрель куни соат 18.00.

Аукцион савдосига қўйилган кўчмас мулк билан тегишли суд ижрочилари бўлими вакили иштирокида бевосита жойига чиқиб танишиш мумкин.

Талабгорлар мулк бошланғич баҳосининг 10 фоизидан кам бўлмаган миқдордаги закатат пулини тўлов ҳужжатида ижро ҳужжати рақами ва санасини кўрсатган ҳолда, «Ko'shmas mulk savdo xizmati» МЧЖ Навоий вилояти филиалининг АТИБ «Ипотека-банк» Навоий филиалидаги қуйидаги ҳисоб рақамига тўлашлари шарт: 20208000504920609007, МФО: 00205, СТИР: 207122519.

Савдо ўтказиладиган манзил: Навоий шаҳри, Ўзбекистон Республикаси Давлат рақобат кўмитасининг Навоий вилояти ҳудудий бошқармаси маъмурий биноси, 1-қават. Телефон: (0-436) 224-44-01. www.1kms.uz

Хизматлар лицензияланган.

«Yaran Audit» МЧЖ
 аудиторлик ташкилоти
 хусусий секторларга қуйидаги аудит хизматларини кўрсатади:

- молиявий ҳисоботларнинг ишонқилилигини текшириш;
- қайта тиклаш ва бухгалтерия ҳисобини юритиш;
- молия-хўжалик фаолиятини таҳлил қилиш;
- солиқ ва молиявий ҳисоботларни тайёрлаш.

Манзил: Тошкент шаҳри, Чилонзор тумани, 4-қават, 1-уй, 2-хонадон.
 Телефонлар: (0-371) 271-11-34, (+99891) 162-01-47.
 Сайт: www.yaran.uz

Хизматлар лицензияланган.

«SHAD SAVDO ZAMIN» МЧЖ
 томонидан ташкил этилган аукцион савдолари натижалари тўғрисида маълумот.

2016 йил 5 март куни Қоракўл тумани суд ижрочилари бўлими билан ҳамкорликда ташкил қилинган аукцион савдолари орқали Қоракўл тумани, Тошкент кўчасида жойлашган, қурилиш майдони 208,4 кв.м.дан иборат, «Қоракўлдон-махсулотлари» АЖ балансидаги, бошланғич баҳоси 271 636 761 сўм бўлган «Наврўз» чойхонаси ва ошхона бино-иншоотлари 280 160 000 сўмга сотилди.

Хизматлар лицензияланган.

«ХАЛҚ СЎЗИ»га
ЭЪЛОНЛАР
 КАБУЛ ҚИЛИНАДИ.

9.00 дан 18.00 гача
232-11-15,
236-09-25.
 E-mail: reklama@xs.uz

ҒАМХЎРЛИК

Юртимизда Наврўз байрами шуқуҳи кезиб юрган айна кунларда халқимизга хос меҳр-мурувват, саховатпешалик фазилатлари янада яққол намоён бўлмоқда. Кексалар, ногиронлар, эҳтиёжманд кишилар ҳолидан хабар олиш, уларга хурсандчилик улашиш мақсадида турли хайрия тadbирлари ўтказилаяпти.

Меҳр-мурувват ва эзгулик ифодаси



— Маҳалла фаоллари, кўни-кўшнилар хонадонимизга таширф буюриб, Наврўз айёми билан табриклашди, — дейди Бухоро туманидаги Хонаобод қишлоғида яшовчи Иккинчи жаҳон уруши қатнашчиси Ғафур Расулов. — Бундан кўксимиз тоғдек кўтарилди. Инсон қадри улуғланган шундай ажойиб юртда умргузаронлик қилаётганимизга шукрона айтамыз. Тинчлигимиз, фаровонлигимиз бардавом, мустақиллигимиз абадий бўлсин!

Шофиркон туманидаги Нурафшон қишлоғида

яшовчи Роза ота Каримов хонадони ҳам ҳар қачонгидан гавжум. Дийдорлашув, ширин суҳбат, эҳтибордан нуроний дилида кувонч.

— Фаолларимиз, мана, бир неча кундири, жойларда бўлиб, эзгулик акцияларини ўтказишга тир, — дейди «Маҳалла» хайрия жамоат фонди вилоят бўлими бошқаруви раиси М. Тоиров. — Энг чекка ҳудудларда яшовчи кам таъминланган оилалар, ногиронлар, уруш ва меҳнат fronti қатнашчилари, боқувчисини йўқотганларнинг хонадонларига бориб, уларни айём билан кутлаб, совғалар улашишгапти. Бу каби хайрли тadbирларни йил бўйи давом эттириш ниятидамыз.

Истам ИБРОҲИМОВ,
«Халқ сўзи» муҳбири.

«Ўзбекистон металлургия комбинати» акциядорлик жамияти жамоаси
сизларни баҳор айёми —
Наврўзи одам
билан чин дилдан кутлайди!

Барчангизга сизат-саломатлик, оилангизга фаровонлик тилайди!
Баҳорий кайфият сизни ҳеч қачон тарк этмасин!
Байрамингиз муборак бўлсин, азиз юртдошлар!

«QIZILQUMSEMENT» AJ
жамоаси

юртдошларимизни янгилашни ва эзгулик рамзи —
Наврўз айёми
билан муборакбод этади!

Меҳнатсевар,
бунёдкор халқимизга мустаҳкам соғлиқ,
эзгу ишларида омадлар ёр бўлсин!

«Ўзулгуржисавдоинвест»
улгуржи савдо корхоналари уюшмаси жамоаси

серқуёш Ўзбекистон аҳлини меҳр-оқибат ва ҳамжиҳатлик, хайр-саховат, бағрикенглик ҳамда бунёдкорлик айёми —
Наврўзи одам
билан самимий табриклайди!

Ушбу фараҳбахш кунларда сизларга сизат-саломатлик, бахт-саодат, хонадонингизга омонлик тилайди!

Халқ сўзи
Народное слово

Бош муҳаррир Ўткир РАҲМАТОВ

2008 йил 15 январда Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 0001-рақам билан рўйхатга олинган. Нашр индекси — 229. Буюртма Г — 367. 142 348 нусхада босилди, ҳажми — 2 табоқ, Офсет усулида босилган. Қоғоз бичими А—2. Баҳоси келишилган нарҳда.

Газетамиз ҳақидаги маълумотларни юзлаб олиш учун QR-коднинг телефонингиз орқали сканер қилинг.

ТЕЛЕФОНЛАР:
Девонхона (0-371) 233-52-55;
Котибият (0-371) 233-10-28; Эълонлар (0-371) 232-11-15.



Таҳририятга келган қўламақлар тақриз қилинмайди ва муаллифга қайтарилмайди. Реклама материаллари учун таҳририят жавобгар эмас.

Газета таҳририят компьютер марказида терилиш ҳамда оператор Ж. Тоғоев томонидан саҳифаланди.

Газетанинг полиграфик жиҳатдан сифатли чоп этилишига «Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси масъул. Босмахона телефони: (0-371) 233-11-07.

• МАНЗИЛИМИЗ:
100000,
Тошкент шаҳри,
Матбуотчилар кўчаси, 32-уй.
Навбатчи муҳаррир — М. Жонионов.
Навбатчи — Д. Улуғмуродов.
Мусаҳҳиҳ — С. Исломов.

«Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонаси. Корхона манзили:
«Буюк Турон» кўчаси, 41. ЎЗА якуни — 19.25 Топширилди — 20.25 1 2 3 4 5 6