



1996 йил — Амир Темур йили

СОХИБҚИРОННИ ЭЪЗОЗЛАГАН ЮРТ



Бугун оламга шухратини ёйган ва тарихда ўчмас из қолдирганлардан бири ҳазрат Амир Темурдир...

Сурхондарё б60 йиллик тўйи арафасида Ўзбекистон «Камолот» билар жағмараси, халқаро Амир Темур жағмараси ва «Амир Темур ўтган йўлар бўйлаб» халқаро илмий экспедицияси Сурхондарё вилоятига сафар уюштирди...

Сафар давомида тадбирлар Сурхондарё вилоятининг Денов, Сарбосиё, Қашқадарининг Шаҳрисабз туманларида ҳам бўлиб ўтди...



«Тошкент кимёқилишқоқмашинасозлиғи» заводи мутасаддилари бозор иқтисодиёти шароитида тадбиркорлик билан ишлаш жараёнини тўғри ташкил этишга ва бун ёйган ҳаётнинг айрим бўлақларидан унмла фойдаланишга ҳаракат қилишмоқда...

ГАП ЁШДА ЭМАС...

Адиб Собир Термизий 10—11 ёшларида шеърлар машқ қила бошлаган. 22 яшар шоир 1100-йили Нишопурга қараб сафарга отланади...

Мурод Умурузоков, 1960 йилда Тошкент шаҳрида туғилган. ТошДУ Шарқшунослик факультетининг хитой бўлимини тугаллаган. 1989-90 йилларда Пекин университетида малака оширган...

Шундай одамлар бўлади, бировга ортиқча гапирмайди. Жимгина ишга келади, сўзсиз кетади. Бироқ бажараётган иши Ватан шухратини, қадр-қимматини оширишга хизмат қилади...

Биз ва жаҳон МЕХР КЎЗДА БЎЛАДИ

ларини кўриш учун бориб турардим. Одамлари сергак бу мамлакатнинг ишқибозчилиги ҳам ўзига хос...

— Табиати, урф-одатлари? — Мени кўрингу хитойликларни кўринг. Урф-одатлари, ирим-лар бизнинг халқимизникидан, албатта фарқланади...

Сизларга ҳикоя қилмоқчи бўлган дугонамиз, Вьетнам Социалистик Республикаси, Малайзия, Индонезия, Корея Халқ Демократик Республикаси каби давлатлар билан алоқаларимиз мавжуд...

Хизмат жараёнида бошқа бўлимлар тажрибасини ўрганиб, уларга таяниб иш олиб бораман. Айниқса раис уринбосари Насиба Иброҳимова, ватандошлар билан ишлаш бўлими мудирининг уринбосари Жабборали Умаровлар маслаҳатларини аямайдилар...

Сўхбатдош Абдураҳмон ЖўРАЕВ.

олиб, бу касбнинг сир-асрорларини ўргана бошладим. Зо-битлар уйи қошидаги тикувчилик курси Абдураҳмонов номли коллежга бирлаштириб юборилган вақтда шу курснинг энг но-зик—машинада гул тикиш курсида тахсил олардим...

«Иш биланганга минг танга Саккизта дипломни қиз»



бўлиб ишлялган. Бу ерда 13 та факультет мавжуд бўлиб, мен тикувчилик бўйича дарс берман. Бизда ўқиб чиққан талабаларнинг энг махоратлиғарига, иқтидорига ва аъло ўқишига қараб худди хорижликларники...

Сўхбатдош Гулзода АБДУЛЛА қизи. СУРАТДА: билимга чанқоқ, тиришқоқ, моҳир тикувчи Гулноз Ҳидоятлова.

Тошкент аэропорти радио карнайидан суҳандон қизининг жарангдор овози янгради: —Диққат! Мустақил Ўзбекистонимиз пойтахти—Тошкентдан гапиримиз. Тошкент—Москва бўйлаб учувчи самолётга рўйхатдан ўтказиш бошланди...

...Агент столи олди гавжумлашиб, одамлар столнинг ўғи томонидан олдинма-кейин тизилишиб келишарди. Йўловчилар ўзаро гапга тушишди. Сўхбат фуқароларни рўйхатдан ўтказибдан алпкомат йигит хизматига бориб тақалди...

—Раҳимжон. Омадимиз бор экан. —Нега? —Мен икки йил ичиде учинчи бор Москвага кетаётган бўлсам, ҳар гал шу қорамгағиз кишининг навбатига тўғри келиб қоламан. Жуда кувноқ. Гапга чечанлигини айтаман...

—Урингиздан барака топинг. —Урингиздан барака топинг. —Урингиздан барака топинг. —Урингиздан барака топинг.

—Москвагами? Чипталарингизни беринг!—деди Орифжон варақадаги иккита бўш қолган катакни ўрвога оларкан. —Бунча терлаб кетдинглар? —Хайрият-эй! —Булар келинқоғилларми дейман? —Шу киши-да! Бир уним қолгипди дейди, бир буним қолибди, дейди. Сал бўлмас...

—Нега ташвишланасизлар. Чипта қўлларингизда турибди-ку, самолёт қаёққа кетарди. Биринчи салон. 4—5 жойлар. —Агент рўйхатдан ўтиб тўлганиб турган фуқароларга кўз югуртириб чиқди ва:

—Мана, ҳаммангиз жамул-жам бўлдингиз. Баракалла!—деди.—Хаммангиз хозир мен билан бирга юрасиз. Фамилиялар Мамажон, исмим Орифжон. Агент бўлиб ишлайман. Мен сизларга бир хушxabарини айтиб қўймоқчиман. Хаммангизнинг омадингиз бор экан. Хозир сиз чиқадингиз самолётни ўн тўрт иллик тажрибага эга биринчи тоифали учувчи, қатор мукофотлар совиридор, учувчиларнинг сардори бошқариб борадиган, СПоардесталарга-ку гап йўқ. Ана энди кетдик. Хозир йўлақдан ўтиб бориб, ҳовлига чиқамиз. У ерда сизларни автобус кўтиб турибди...

Орифжон Мамажон йўловчилар билан самолёт зинасидан бошлаб то жой-жойларига ўрнашиб олгуларича улар билан бирга бўлди. Самолётда ўтирганлар сони билан қўлидаги варақада ёзилган рақам тенг келганига ишонч ҳосил қилганидан кейин фуқаролар билан хайрлашди: —Оқ йўл! Худо ёр бўлсин. Уддек учиб, қушдек кўнинглар. Орифжон Мамажон бир неча йилдирки ўз навбатида ҳар гал шундай қилиб келади. Ҳар гал йўловчиларнинг қалбига хотиржамлик уругини сочади, уларнинг кўнглини кўтариб қолади.

Назм чечаклари БОЛАЛИК ОРҶИДАН ЭСАДИ ШАМОЛ (Сонетлар) Болалик юртидан эсади шамол, Интиқ бу қалбимни қилдуру нисор. Васлўмга интизор—бир соҳибжамол—Хотирот юртида тўлганар бедор.

Инкор этиб бўлмайди. Кейинги йилларда транспорт хизмати анча яхшиланди. Йўловчиларга қулай, янги, юмшоқ ўриндиқли автобус, троллейбус ва трамвайлар хизмат кўрсата бошлади. Оралиқ қатновларда ҳам узилишлар деярли сезилмай қолди. Умуман транспорт йўли асабузварликлари анча камайди. Лекин гуруч курмасиз бўлмайди деганларидек, ҳали ҳам бу соҳа хизматига баъзи бир кўнгилсизликлар учраб турибдики, улардан кўз юмиб бўлмайди. Кузатувларимиздан бир нечта мисол келтирмақчимиз. 20 июнь куни соат 14 да Нукус қўнасиде трамвай сими узилди. Натихада шу йўлдан қатновчи трамвайлар 2 соату 40 дақиқа тўхтаб қолди. Орқам-орқа саф тортган трамвайлар сонини эринмай санаб чиқдик. Қарангки, шу кун оз эмас, кўп эмас 47 та трамвай ҳаракатсиз тўхтаб қолди. Шу ўринда қанча йўловчининг диққатпазиги, қолаверса шу муддатда «Тош-

Ажаб савдолар ЙўЛОВЧИЛАР РАНЖИМАСИН шахарйўловчиторанс» давлат уюшмаси қиримига тушадиган йўл қиралар ҳақида гапирмай қўя қолайликда, бу ишни мутасаддиларнинг эътиборларига ҳавола этиб яна мисолларга мурожаат қилайлик. 21, 23, 24 июнь кунлари ҳам Нукус қўнасидан ўтганлар яна сими узилди, яна трамвайларнинг соатлаб ҳаракатсиз туриб қолишининг гувоҳи бўлишди. Лўндасини айтганда, бу қўчада ҳар кун бўлмас-да, кўнора юқоридеги ҳолат такрорланиб турибди. Ҳаққоний савул тўғрисида: «Ахир трамвай симилири шу қадар яроқсиз ҳолга келган экан, нахотки бор-йўғи 1 километр масофага борар-бормас сими янгилаш мушкул бўлса. Ахир бу туриб қолишлар давлатга озмунча зарар келтиряптими?»

Темирийўллар маданият саройи бекатида ҳам кўпинча трамвайлар қаровни саф тортиб турганини кўрасиз. Нега шундай экан, деган саволга аниқ жавоб топиш учун бекати келиб воқеа билан танишдик. Йўл қатнови варақасини белгилаб берадиган навбатчи хонаси ҳайдовчилар билан гавжум эди. Ичкарига кириб хайрон бўлиб қолдик. Хона гўё тижорат дўконини эслатарди. Навбатчи асосий иш қилиб, ҳайдовчиларга дўкондаги молларни кўз-кўз қилиб ўтирибди. Унинг бутун диққат-эътибори савдо-сотикқа қаратилгани учун ҳайдовчилар томонидан узатилган йўл варақаси вақти-соатини сурштириш унга муҳр уриб берапти.

Миробод бозори атрофидаги ҳолат ҳам кишини ташвишлантиради. Бу ердан етти йўналиш бўйича трамвайлар қатнайди. Бунинг устига худди шу бекаат орқали трамвайлар 1-сарой томон йўл оладилар. Балки мана шу икки томонлама йўл сабабли кечки пайтлари трамвайлар бу ерда кўп туриб қолишар деб ўйланарди. Асло ундай эмас. Кузатув бошқа сир-саноатни иботлади. Сабаби кечкурун «ётоғига» йўл оладиган трамвай ҳайдовчилари транспортни узоқ муддат тўхтаб қўйиб, шу яқин ўртадаги тижорат дўконларидан узларига кераклик буюмларни харид қилишаркан. Мана шу тариха йўналишларда қатновчи трамвайлар ҳаракатсиз беш-олти дақиқа туриб қолишаркан.

Яна бир гап. Хозир транспортларда чипта сотувчиларни ҳам учратасиз. Лекин уларнинг хизматини ҳайдовчилар томонидан танланган, ёлланган бегона кишилар ёки аёллар бажаришади. Улар йўловчилар билан шу қадар маданиятсизлик билан муомала қилишадики, бунга «чулокот»дан сўнг асабингиз бузилмай илоҳи йўқ. (Бунга исотаганча мисолларни келтириш мумкин). Кўпинча улар ҳайдовчининг олдида туриб олиб, тўхтовсиз унга гап сотишади. Беандиша сўзлар айтиб ҳаҳшоб қилишади. Оғзиларидан эса папирос аримайди. Баъзилари гўё мусобақа ўйнаётгандек писта чаккиш ёки сақин чайнашга зўр беришади.

Ушбу мисолларни келтиришимиздан мақсад шахар транспорт хизматини асло қоралаш эмас, балки кун сайин йўловчиларга манзур бўларли хизмат кўрсатиш йўлида астойдил фидойилик қилаётган транспорт мутасаддилари ва ҳайдовчиларини янада хушёрликка ундашдан иборат. Исмагулова РУСТАМОВА, Ўзбекистон Журналистлар уюшмасининг аъзоси.

«Бу йилги ёз мавсумида шахримизда чанқовбосди ичимликлар серобми?» деган саволга ҳеч иккиланмай «Ҳа, сероб» деган жавобни бериш мумкин. Чунки олдинги ичимлик танқис бўлган йиллардан тўғри хулоса чиқарган Тошкентсавдо» бирлашмаси, «Роҳат» хиссадорлик жамияти, «Тошкентминералсуварли» корхонаси, «Лаззат» алкоғолис ичимликлар хиссадорлик жамияти билан ҳамкорликда бу хусусда зарур бўлган барча чора-тадбирларни олдиндан кўриб қўйган. Бунинг исботи учун куйидаги мисолларни келтирмоқчимиз.

«Тошкентминералсуварли» корхонаси кунга 250 минг шишага сув қуймоқда. Бу кўрсаткич олдинги йиллар билан таққосланганда анча ортди. Корхонада тула қувват билан ишлаш учун махсулот етарли. «Тошкентминералсуварли» ўтган йилдан бошлаб икки турдаги махсулот ишлаб чиқаришга киришди. Корхона замонавий техника билан бойиди. Унинг ўз фирмали дўконлари бир неча жойда фаолият кўрсатмоқда.

«Роҳат» хиссадорлик жамияти олдинги «Кибрай» яхна ичимликлар комбинати таркибиде ташкил топди. Бу нарса биринчидан, жамоанинг ишга бўлган масъулияти оширди, иккинчидан, махсулот сифатини яхшилашга оlib келди. Корхонада бир ойид 2 миллиондан ортдиқ шишага сув қуйилмоқда. Бу олдинги йиллардан сезиларли даражада ортди. Шунингдек пиво қуйишда ҳам ўсиш кўрсаткичларига эришилмоқда. Энг муҳими корхонада шиша муаммоси тула ҳал этилган. Қувасойи шиша заводиди махсулотни керагича етказиб бермоқда. Жамиятда ичимликлар тури 7 хилга етди. Корхонага қарашли «Ором» фирма дўконларининг юздан ортдиқ шохобчалари республикаси вилоятларда фаолият кўрсатмоқда.

Шунингдек «Лаззат» алкоғолис ичимликлар хиссадорлик жамияти ҳам тула қувват билан ишлаб, кунга идишларга 4-5 минг декалитр яхна ичимликлар қуйяпти.

Хар ўччала корхона аҳолини бутун йил давомида, айниқса ёз ойлариде етарли яхна ичимликлар билан таъминлашга астойдил бел боғлаганлиги юқоридеги далиллардан кўриниб турибди. Ҳўш, бу хайрли ишнинг акс садоси шахримиз дў-

рашли 17-дўконда, Сергели «Озуқа» жамоа фирмасининг 25-дўконда, Миробод туманининг «Тинчлик» жамоа корхонасида, Ҳамза савдо ишлаб чиқариш хиссадорлик жамиятининг 25-дўконда чанқовбосди ичимликлар мўл-қўллигига ишонч ҳосил қилди.

Шу ўринда бир нарсани айтиб қўйиш жоиз деб ўйлаймиз. Албатта юқоридеги фикрлардан шахримизнинг барча дўконларида чанқовбосди

Шу куннинг мавзуйида

ЯХНА ИЧИМЛИКЛАР СЕРОБ

ҳам бўлди.

Мирзо Улугбек туманида жойлашган «Чимён» жамоа корхонасида яхна ичимликлар мўл-қўллигини кўриб қувонди. Савдо пештахталарига ичимликлар биюб ташланган. Улар орасида турли-туманлари мавжуд. Тошкент сувидан тортиб ичимликнинг «Навоҳор» деган янги туригача урчатадиз бу ерда. Чиндан ҳам 75 кишилик бу жамоа катта бир корхона кўринишини эслатади. Жамоага кекса савдо ходими Соҳиб Исҳоқов бошиқлик қилади.

— Ҳозир айна ёз палласи. Шунинг учун ҳам харидорларимизнинг кўпчилигини яхна ичимликларни савдо қилиш учун келган кишилар ташкил этади. Шунинг ўйлаб улар истаган ичимлик турини муҳайё қилишга ҳаракат қиламиз. Шаҳримиздаги барча яхна ичимлик корхоналари билан тўғридан-тўғри шартнома боғлаганмиз, — дейди бизга Соҳиб Исҳоқов.

Айниқса ушбу корхонада бизни қувонтирган нарса татиб кўриш бурчагининг ташкил этилганлиги бўлди. Ичимлик харид қилгани келган харидор бу ерда истаган махсулотни сифатини татиб кўриб, кейин харид қилиш имкониятига эга. Умуман бу янгиликдан шахримиздаги бошқа дўконлар ҳам ўрнак олишга ёмон бўлмасди.

Чилонгор туманидаги 1-дўконда «Юносбодсавдо»га қу-

ичимликларнинг ҳамма тури топилди, уларнинг нархлари ҳам бир хил, деган хулоса чиқармастик керак. Сафаримиз давомида фақат Тошкент суви ёки «Кока-кола», «Фанта» сотиб билан чегараланиб қолган нуқта-турли-туманлари мавжуд. Тошкент сувидан тортиб ичимликнинг «Навоҳор» деган янги туригача урчатадиз бу ерда. Чиндан ҳам 75 кишилик бу жамоа катта бир корхона кўринишини эслатади. Жамоага кекса савдо ходими Соҳиб Исҳоқов бошиқлик қилади.

— Ҳозир айна ёз палласи. Шунинг учун ҳам харидорларимизнинг кўпчилигини яхна ичимликларни савдо қилиш учун келган кишилар ташкил этади. Шунинг ўйлаб улар истаган ичимлик турини муҳайё қилишга ҳаракат қиламиз. Шаҳримиздаги барча яхна ичимлик корхоналари билан тўғридан-тўғри шартнома боғлаганмиз, — дейди бизга Соҳиб Исҳоқов.

Айниқса ушбу корхонада бизни қувонтирган нарса татиб кўриш бурчагининг ташкил этилганлиги бўлди. Ичимлик харид қилгани келган харидор бу ерда истаган махсулотни сифатини татиб кўриб, кейин харид қилиш имкониятига эга. Умуман бу янгиликдан шахримиздаги бошқа дўконлар ҳам ўрнак олишга ёмон бўлмасди.

Чилонгор туманидаги 1-дўконда «Юносбодсавдо»га қу-

Болалар — келагачимиз

«АСАПТОЙ»ДА ШОДИЁНА

Болаларга илк таълимни бериб, ахлоқ-одоб, катталарни ҳурмат қилишга ўргатиш, улар онгига мустақиллик, эркинлик тушунарларини синдиришдек савоб ишлар кам бўлса керак дунёда. «Асаптой» номли 12-болалар боғчаси ҳам ана шундай намунали тарбия ўчоқларидан ҳисобланади.

Яқинда файзли тус олган залда боғча ташкил этилганлигининг 50 йиллиги нишонланди. Ушбу тантанага яқин атрофдаги «Янги ҳаёт» маҳалласи фаоллари, шу тарбия масканида узоқ йиллар ишлаб нафақага чиққан 9 нафар собиқ боғча ходимлари тақдир этилди.

Тадбир давомида боғчадаги «Нилуфар» болалар дастаси иштирокчилари устозлар, оналар, мустақил юрт тўғрисида шеър, қўшиқлар ижро этишди, қувноқ рақсларга тушишди. Боғчанинг нафақадаги фахрий ходимларига хомийлар — Тошкент экскаваторларни таъмирлаш заводи, «Алгоритм» корхонаси, «Шарқона ҳаёт» фирмаси ва боғча маъмуриятининг савгалари топширилди. «Янги ҳаёт» маҳалласи оқсоқоли М. Турсунов, шу боғча ташкил қилинганидан бошлаб 40 йилдан ошдиқ уни бошқарган А. Эрматов ва бошқалар боғча жамоасига ўз дил сўзларини ижор қилишди.

Сўнг эса жажжилар ўртасида «Соғлом авлод учун» спорт мусобақалари бошланди. Унда болалар 60 метрга чопиш, велосипедларда пойга ўйнаш, копток, байроққали, мусиқали ўйинларда қатнашиб тоза яйнашди.

Дилмурод ИСМОИЛОВ.



Табиат аjoyиботлари

ЧўП КЕМАСИ

Бир қарашда табиат чўлдан ўз эҳсонини аягандек туюлади. Чўл — атроф жазирама, ўсимлик ва ҳайвонлар кам. Бироқ чўлда кишини таъжубга соладиган аjoyиб ҳайвонларни кўрасиз. Шулardan бири — чўлда савлат тўкиб юрвчи собитқадам туялардир. Унинг баланглиги икки метр, вазни 700-1000 килограмм атрофида. Улар бир ва икки ўрқачли бўлади. Бир ўрқачли туя малла ранг-қизғиш, икки ўрқачли туя эса тўқ қизғиш ранг бўлади.

Туя — чўлнинг мўъжизаси, қолаверса, табиатнинг мўъжизакор тўққасидир. Туяни яратишда табиат унга оқилна ёндодган. У ўзи ҳаёт кечирадиган муҳитга жуда мослашган: оёғининг панжаси кенг, худди лаганчага ўхшайди, қумга ботиб кетмайди. Панжаларининг таги қалин қадоклар билан қопланган. Бу эса ёзда қизган қумнинг иссигини, қишда эса совуқни ўтказмайдиган аjoyиб «пойабзал»дир. Туянинг узун бўйини чўл шароитида ўсадиган паст бўйли ўт-ўланларни қамраб олиш имкониятини беради.

Туя — «чўл кемаси»дир. Чўл шароитида юришга мосланган автомобиль ва бошқа техника воситалари бўлмаган вақтларда бепоян чўллардан юклар туя қаровонларида ташиб ўтилган. Одатда океанда узоқ сафарга чиқадиган кемалар етарли микдорда озик ва чўқ сув гамлаб олади. Туя бир йўла 10-15 челах сув ича олади. Чўқ сув бўлмаганида у шўр сувни ҳам ичиб кетаверади. Туянинг ўрқачларида 100 килограммдан ортдиқ ёғ тўпланиши мумкин. Ўрқач туялар учун гамлаб қўйилган озик-овқатдир. Чўл шароитида туялар ўрқачидеги гамланган озиги ҳисобига икки ҳафтагача овқат емай, ўн кунгача сув ичмай юра олади. Ўрғочи туялар айна вақтда сут ҳам бераверади. Туянинг сути ва ундан тайёрланган қумрон жуда тўйимли ва чанқоқни босадиган озуга вазифасини ўтади.

У бир йўла кўп сув ичишини ташқари, ошқозонининг деворчаларида жуда майда чуқурчаларга ҳам сув гамлаб олади ва уни аста-секин истеъмол этиб боради. Узоқ сафарда, узоқ муддат озуксиз ва сувсиз юрган туяларнинг ўрқачи бўшашиб, ён томонга оғиб тушади. Туялар тўйиб озуклана бошлагач, ўрқачлари яна тўйишиб, тикланади. Туя чўлнинг жазирама иссиғини ўз вазини йўқотганида ҳам омон қолиб, ҳаёт кечираверади. Инсон ва ҳайвонларнинг тана ҳарорати доимо бир хилда бўлади. Тана ҳароратининг кўтарилиши бетоблик белгиси ҳисобланади. Туянинг тана ҳарорати эса, шароитга қараб ўзгариб туради. Соғлом туянинг танадаги ҳарорат кун қизиган тушки пайтда қирқ даражага кўтарилса, тунги салқинда 34 даражага тушади. Шундай қилиб, кундуз кунни танадаги нам, тунда эса танадаги озук запаслари тежаб қолинади.

У бесўнақай, вазмин бўлишига қарамай, кези келганда соатига 30 километр тезликда чопа олади. Улар ниҳоят даражада чидамли, қаноатли ҳайвон бўлиб, 50 асрдан буён инсон хизматига. Туя — чўлда яшовчиларнинг тирикчилик манбаи, транспорт воситаси — «чўл кемаси»дир. У отдан икки баравар кўчиқор. Туя 250 килограмм юк ортлган ҳолда соатига 4-6 километр тезликда, кунга тўғтовсиз 12 соат юриши мумкин. У бир йўла 500 килограммгача озуқа олади. Туя турли шароитга тез кўникади. Озуқ танламайди: янтоқ, шўра ва шувок каби ўсимликлар билан озукланаверади. Тиканакли ўсимликларни ҳам бемалол ейди, чунки туянинг лаби, тангай ва томоғи тикан таъсир этмайдиган қалин тери билан қопланган.

Туя гўшти мазали бўлади. Ундан кунга 10-15 литргача сут соғиб олиш мумкин. Ўрғочи туя 12—18 ой мобайнида сут беради. Унинг сутидан сифатли ёғ, пишлоқ, доривор ичимлик ва бошқа махсулотлар тайёрланади. Туя жунни тўқимачилик саноати учун қимматли хом-ашё ҳисобланади. Жунининг толаси пишқиқли жиҳатидан қўй жунидан устун туради. Унинг терисидан меш, ёёқ кийим ва бошқа буюмлар ишланади. Туя тезаги чўлдаги асосий ёқилғидир. У эгасига ниҳоятда вафодор ва содиқ дўстдир. Агар уни бирор киши ҳафа қилса узоқ вақтгача кек сақлаш одати ҳам бор.

Доно АХМЕДОВА.

ТЕРПАБ ТУРИШ Фойдаги

Кундалик ҳаво ҳарорати юқори бўлганда тананинг иссиқ алмаштириш қобилияти сезиларли даражада пасайиши мумкин. Мана шундай ҳолатда сақланишигиз бирдан-бир воситаси терлашдир.

Маълумки, одам танасида мураккаб модда алмаштириш жараёнида иссиқлик қуввати пайдо бўлади, бу қувват ўз навбатида атроф-муҳитга доимий равишда ажралиб туради. Масалан, мушакларнинг бир кунлик энгил ишлаши орқали ўртача 3000 калория қувват ишлаб чиқариши сўзимизнинг исботи бўлиши мумкин. Инсон танаси шундай мураккаб тузилганки, унда иссиқлик қуввати ҳосил бўлиши билан бирга, уни тарқатиш жараёни ҳам бир вақтда давом этади. Бу жараён асосан буғланиш ва терлаш ҳисобига амалга оширилади.

Агарда инсон танасида узлуксиз давом этадиган мураккаб иссиқлик алмаштириш жараёни касалланиш оқибатида икки соатча издан чиқса, саломатликка ёмон таъсир қилиб, тана ҳароратининг икки-ўч даражага кўтарилишига олиб келиши мумкин. Шифокорларнинг кўп йиллик кузатишларидан шу нарса аниқланганки, баъзи бир одамлар кўп терласа, баъзи бировлар аксинча, жуда кам терлар экан. Бундай бўлиши бир неча сабабларга, жумладан кундалик ҳаво ҳароратига, қуёш нурининг таъсирига; шамолнинг тезлиги, ҳавонинг нисбий намлиги, кийим ранги, унинг қалин-юқалгини, иш шароитига, ниҳоят тананинг ҳолатига ва бошқа сабабларга боғлиқдир.

Ҳарорат юқори бўлганда, катта ёшдаги кишилар кун давомида тер билан ўртача 4-5 литр, айрим ҳолларда эса бундан ҳам кўпроқ суюқлик, шу билан бир вақтда тер билан бирга ўртача 20-30 грамм ош тузини ҳам йўқотар эканлар. Бу ўринли терлаш фойдаланиши ёки зарарлими деган саволнинг туғилиши табиқийдир. Иссиқ иқлим шароитида терлаш фойдаландир, чунки танадан тернинг ажралиб чиқиши, тери юзасида ажралиб чиққан суюқликини

тери юзасида буғланиши, инсон танасининг юқори ҳарорат шароитида совутиши, кайфиятининг яхшиланишига, ишлаш қобилиятининг орттишига олиб келади. Лекин тартибсиз суюқлик истеъмол қилиш натижасида ўта терлаш зарарли ҳисобланади, саломатликка зарар етказиши мумкин, чунки бундай ҳолларда одам танасидан тер билан бир-

кетилиши, иссиқ уриши, қуёш уриши, инсон танасини турли ҳолатда суюқлик йўқотиши ва ҳоказо.

Энгил ҳолатдаги гипертонмияда инсон иштаҳасини йўқотиб, қаттиқ чанқоқликка шикоят қилади, лоҳас бўлади ва бундай ҳолатга тушган кишиларнинг уйқуга мойилликлари ортади. Шу билан бирга уларнинг

Соғлигингиз ўз қулингизда

САРАТОН ВА САПОМАТЛИК

Инсон танасининг муҳим хусусиятларидан бири унинг ташқи муҳит таъсирига мослаша олиши саналади. Иссиқ иқлим шароитига мослашишда эса муҳими — танани миниктириш, вақтида тўғри овқатланиш ва терлашдир.



га фойдала бўлган сувда эрувчи дармондорилар, танада суюқликини сақлаб қолувчи фойдали минерал тузлар керагидан кўп чиқиб кетади. Демак, терлаш борасида ҳам меъёр талабига амал қилиш фойдадан ҳоли эмас.

ОФТОБ УРИШИДАН САҚЛаниш

Юқори ҳарорат ва қуёш нурининг бир вақтда таъсир қилиши оқибатида инсон танасида бир қанча ҳоллар содир бўлиши мумкин, хусусан гипертонмия ёки тананинг қизиб

тана ҳароратлари кўтарилиб, қон томирларининг уриши, нафас олишлари тезлашади, тананинг терлаши кучаяди.

Ўртача гипертонмия содир бўлганда юқоридеги шикоятларга бошнинг оғриши, айланган, нафас қисилиши, юз терисининг кўкариб кетиши ҳамда аломатларни кўришиб кетиш бўлганда эса тана ҳароратини кўтарилиши билан бирга беҳушлик, лабларнинг кўкариб кетиши, қон-томир уришини тезлашиши ва сусайиши, тананинг терлаш қобилияти кескин қаймайиб, айрим ҳолларда бутунлай тўхтаб қолиши мумкин. Қуёш урган ҳолларда тана ҳа-

рорати бироз кўтарилиб, бошқа клиник белгилар эса худди иссиқ урганга ўхшаш бўлади.

Юқоридеги кўнгилсиз ҳоллар юз берган тақдирда дарҳол беморнинг тирикчилик алмасиш қобилиятини тиклашга уриниш лозим. Ҳамма ҳолларда ҳам беморни зудлик билан юқори ҳарорат ва қуёш нурининг салбий таъсиридан соясалқин ерга олиб ўтиш, унга душ ёки ванна олишига шароит яратиш керак. Бемор ҳолатини энгиллаштиш учун унга сув ичириш, бунинг иложи бўлмаса, тери остига ёки қон томирга (венага) шифокор ёрдамида ва назоратида физиологик суюқлик юбориш, шу билан бирга юрак фаолиятини яхшилаш мақсадида дори-дармонлар қилиш айна мудоаодир.

ОВҚАТЛаниш МЕЪЁРИ

Ёзда овқатланишни тўғри ташкил қилиш, жумладан сарёғ, оқсилга бой овқатлар (ош, турли хил қовурма таомлар) ўрнига энгил ҳазм бўладиган, таркибиде дармондорилар, минерал тузлар ва биологик фаол моддалар сероб бўлган суюқ таомлар, мева шарбатлари, қатик, сут каби махсулотлардан тановул қилиш айна мудоаодир.

Эзнинг иссиқ кунларида овқатларни шўртанроқ истеъмол қилиш зарур, чунки ош тузи тана тўқималарида суюқликини сақлаб қолганига сабаб бўлади. Шу билан бирга ёзнинг иссиқ саратон ойлариде кунлик овқатнинг асосий қисмини эрталаб ва кечки салқинда ейиш фойдали эканлигини унутманг. Суюқликка бўлган талабни қондириш ҳақида гапирадиган бўлсак, шу кунларда кўк чой ичиш мудоаодир. Унинг чанқовбосди хусусияти шундаки, қўқ чойнинг тана тўқималарида нисбатан узоқ сақланиши физиолог олимлар томонидан атрофлича ўрганиб чиқилган. Олча аралаштирилиб тайёрланган турли хил мева шарбатлари ҳам ташналикка қарши самарали воситадир.

Абдуваҳоб ТОҶИРИЙ, шифокор.

400 миллион долларни ташкил этса, комик ижрочи Боб Хоупнинг даромади унингкидан сира қолишмайди. Агар бу пуллари

лиардлаб даромади ер участкалари ва кўчаси мулк билан боғлиқ олдиди-сотдилардан бунёд бўлган. Сильвестр Сталлоне, Арнольд Шварценнегер, Брюс Уиллислар қора танли комик актёр Вуди Голдберг билан ҳамкорликда «Пленет Холливуд интернэшнл» компаниясини ташкил этишди. Унинг Калифорния шаҳариде Орландо шаҳрида қаратроғи бўлиб, дунёнинг тўққиз мамлакатиде 31 та ресторан мана шу компания тасарруфидадир.

Турфа олам

АКТЕРМИ, ИШБИЛАРМОН

актёрлар ўз касбий маҳоратлари натижасида топганлар, дея ҳисобланган бўлгангиз энгил-шасиз Голливудда актёрлик

ҳаёт тақозосидир. Пулинг борми, улар яна янги пул оқимини ҳосил қилиш учун интилингиз. Айтишларича, Хоупнинг мил-

Голливуд — кино юлдузларининг маскани. Йўқ, бу сафар биз уларнинг янги кашф этилган ҳамкасбларни тўғридан-тўғри гапирмоқчи эмасмиз, балки машҳур юлдузларнинг тадбиркорлиги, иктивасидеб дея аталмиш мураккаб соҳанинг устаси бўлиб кетганликларидан ҳайратингизни яширолмаёғиз ҳолос.

Масалан, машҳур киноактёр Франк Синатранинг даромади

ФАРҚ

Бир кун Сукрот бир бой билан йўлда кетаётган эди. Шунда улар яқин атрофда қарқочилар юрганлигини эшитиб қолишди.

— Вой, улар мени билиб қо-

Қатра хандалар

лишса, шўрим қурийдик-ку! — дебди бой.

— Вой, улар мени танимай қолишса шўрим қурийдик! — дебди бунга жавобан Сукрот.

Мирзо АБДУЛЛАЕВ, Тошкент шаҳар ИИБси матбуот хизмати ходими.

Мирзаи АҚБАРОВ тўплаган.

Мирза АБДУЛЛАЕВ, Тошкент шаҳар ИИБси матбуот хизмати ходими.

Бош муҳаррир Эркин ЭРНАЗАРОВ

ДУШАНБА, 5

6.30 «Ассалом, Ўзбекистон!» Тонги дам олиш дастури. 8.00 — 8.30 «Харфтаном».

8.30 «Тонгларга туганган наволар» Абдурашид Тулов. Кинодастур. 9.30 Болалар учун. «Қувноқлар даврасида».

10.00 Янгиликлар. 10.05 «Сизга таъзим». Публицистик курсатув.

10.35 Х. Имомбердиев. «Сирли харфлар ороли». Республика кўргазма театрининг спектакли.

11.25 Бухоронинг 2500 йиллигига. «Илим-ўзликни билмакдир». Публицистик курсатув.

11.45 «Карнайгул». Мультфильм. 11.55 «Яхши дам — меҳнатга ҳама».

12.20 Дони Эзирова номидаги халқ оқруғастрининг концерти. 12.50 «Соҳибжамол Ойсулов ҳақида ривоят». Бадий фильм.

17.55 Курсатувлар тартиби. 18.00 Янгиликлар. 18.10 «Эртак».

18.15 «Мультифайерверк». 19.20 «Клип-антракт».

19.25 Янгиликлар. 19.30 «Ахборот» (рус тилида).

ПАЙШАНБА, 8

6.30 «Ассалом, Ўзбекистон!» Тонги дам олиш дастури. 8.00—8.25 «Ахборот».

8.25 Республика газеталарининг шарҳи. 8.35 «Кекса санъаткорлар».

9.05 Буюк келажак сари. «Икти-содит чорраҳаларида». 9.25 «Афсонавий Бухоро».

10.00 Янгиликлар. 10.05 «Футбол майдонларида».

10.30 Ўзбек тилини ўрганамиз. 11.00 «Махалламиз болалари».

11.35 Хотира. «Карим Маҳмудов». Телеочурма. 12.00 «Алла айтинг, онахон».

12.30 Болалар учун фильм. «Куринмас одам». 14.00 Янгиликлар. 14.05 — 14.25 «Жиноят ва жазо».

17.55 Курсатувлар тартиби. 18.00 Янгиликлар. 18.10 «Кичикинтойим — жингит-тойим».

18.30 «2000-йилдан сўнг». Теле-сериял. 18.55 «Дилнаво садолар».

19.10 «Оқимоннинг ўлими». Теле-фильм. 19.25 Янгиликлар.

19.30 «Ахборот» (рус тилида).

20.00 «Ахборот» (рус тилида).

ШАНБА, 10

6.30 «Ассалом, Ўзбекистон!» Тонги дам олиш дастури. 8.00—8.25 «Ахборот».

8.25 Республика газеталарининг шарҳи. 8.35 «Кекса санъаткорлар».

9.05 Буюк келажак сари. «Икти-содит чорраҳаларида». 9.25 «Афсонавий Бухоро».

10.00 Янгиликлар. 10.05 «Футбол майдонларида».

10.30 Ўзбек тилини ўрганамиз. 11.00 «Махалламиз болалари».

11.35 Хотира. «Карим Маҳмудов». Телеочурма. 12.00 «Алла айтинг, онахон».

12.30 Болалар учун фильм. «Куринмас одам». 14.00 Янгиликлар. 14.05 — 14.25 «Жиноят ва жазо».

17.55 Курсатувлар тартиби. 18.00 Янгиликлар. 18.10 «Кичикинтойим — жингит-тойим».

18.30 «2000-йилдан сўнг». Теле-сериял. 18.55 «Дилнаво садолар».

19.10 «Оқимоннинг ўлими». Теле-фильм. 19.25 Янгиликлар.

19.30 «Ахборот» (рус тилида).

20.00 «Ахборот» (рус тилида).

ЯКУМБА, 11

6.30 «Ассалом, Ўзбекистон!» Тонги дам олиш дастури. 8.00 — 8.25 «Ахборот».

8.25 «Камалат». Болалар учун кинодастур. 10.00 «Ватанимга хизмат қилман».

10.30 «Цирк! Цирк! Цирк!». Теле-фильм. 11.30 «Ўзбекистон спорт». Теле-журнал.

12.00 «Ташриф». Дам олиш дастури. 12.30 М. Бобоев. «Кўнгил кўчалари».

12.55 «Мультифайерверк». 13.00 «Ахборот» (рус тилида).

13.30 «Ахборот» (рус тилида).

13.55 «Ахборот» (рус тилида).

14.00 «Ахборот» (рус тилида).

14.05 «Ахборот» (рус тилида).

14.10 «Ахборот» (рус тилида).

14.15 «Ахборот» (рус тилида).

14.20 «Ахборот» (рус тилида).

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.20 — 21.40. 21.40 «Эълонлар».

21.45 «Янги қурбон». Теле-сериял. 22.40 — 23.20 «Муқаррам опа ва қирқ гуза».

17.10—18.45 Туркия телевидение-си. 18.45 «Мультикарусель».

19.00 «Олам ва одам». 19.25 «Спорт-дайжест».

19.55 «Санта-Барбара». Теле-визион бадий фильми.

20.45 Оқшом эртақлари. 20.50 «Эълонлар».

21.00 «Ахборот» (рус тилида).

21.05 «Ахборот» (рус тилида).

21.10 «Ахборот» (рус тилида).

21.15 «Ахборот» (рус тилида).

21.20 «Ахборот» (рус тилида).

ТИЖОРАТ ХАБАРЛАРИ ВА ЭЪЛОНЛАР

КОРЕЯДА МАҲОРАТ ОШИРАДИЛАР

1996 йилдан бошлаб Корея кичик бизнес Федерацияси билан ҳамкорликда куйидаги шартнома асосида ўқишга ва ишлашга қабул қилади. Бунинг учун бизнинг манзилгоҳга мурожаат этишингиз керак.

МИРЗО УЛУҒБЕК

НОМЛИ ТОШКЕНТ ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ ҚОШИДА ТАШКИЛ ЭТИЛГАН ГИМНАЗИЯ 1996-1997 ЎҚУВ ЙИЛИ УЧУН ҚАБУЛ ҚИЛАДИ

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ҲУДУДИДА

ЯШОВЧИ 9-СИНҒНИ БИТИРУВЧИ ЎҚУВЧИЛАР ДИҚҚАТИГА

Тошкент кимё-технология институти Табиий фанларга кизикувчи келажакда кимё ва озиқ-овқат санъатининг муҳандис-технологи бўлиб етишишни астойдил орзу қилган аълочи ўқувчиларни институт қошидаги лицейнинг 10-синфига қабул қилади.

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ ҲУДУДИДА

ЯШОВЧИ 9-СИНҒНИ БИТИРУВЧИ ЎҚУВЧИЛАР ДИҚҚАТИГА

Тошкент кимё-технология институти Табиий фанларга кизикувчи келажакда кимё ва озиқ-овқат санъатининг муҳандис-технологи бўлиб етишишни астойдил орзу қилган аълочи ўқувчиларни институт қошидаги лицейнинг 10-синфига қабул қилади.



SONY TV 5 август — 11 август

ТОШКЕНТ ОҚШОМИ

«Сизнинг рекламаларингизни, рекламалар, хусусий эълонлар ва хусусий бизнес бўйича эълонларни, шунингдек таъзияларни, таваллуд кунлари, тўйлар, юбилейлар муносабати билан кутловларни, никоҳ эълонлари ва шунга ўхшаш эълонларни ўз саҳифаларида ерилтади»

Маълумотлар учун телефонлар:

33-08-74, 33-28-95.

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15



SONY TV 5 август — 11 август

ТОШКЕНТ ОҚШОМИ

«Сизнинг рекламаларингизни, рекламалар, хусусий эълонлар ва хусусий бизнес бўйича эълонларни, шунингдек таъзияларни, таваллуд кунлари, тўйлар, юбилейлар муносабати билан кутловларни, никоҳ эълонлари ва шунга ўхшаш эълонларни ўз саҳифаларида ерилтади»

Маълумотлар учун телефонлар:

33-08-74, 33-28-95.

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15



SONY TV 5 август — 11 август

ТОШКЕНТ ОҚШОМИ

«Сизнинг рекламаларингизни, рекламалар, хусусий эълонлар ва хусусий бизнес бўйича эълонларни, шунингдек таъзияларни, таваллуд кунлари, тўйлар, юбилейлар муносабати билан кутловларни, никоҳ эълонлари ва шунга ўхшаш эълонларни ўз саҳифаларида ерилтади»

Маълумотлар учун телефонлар:

33-08-74, 33-28-95.

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

21.45 — 22.15

РОССИЯ ЖАМОАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ

17.05 — 21.45

РОССИЯ ДАВЛАТ ТЕЛЕВИДИЕНЕСИ