



Янги унинг остонаси кутлуг бўлсин ёр-ёр.

Келиннинг қадами кутлуг келисин ёр-ёр. Содиқ Маҳмамов сурати.

* Сўраган эдингиз... НЕГА ХИҚИЧОҚ ТУТАДИ?

© Хурматли муҳаррир! Менда овқатланишдан сўнг тез-тез хиқичоқ тутиш одати бор. Баъзан бу ҳол узоқ давом этиб, бош оғриғига сабаб бўлади. Иккинчи бўлса, бу ёқимсиз одатни йўқотиш хусусида мақола эълон қилсангиз.

Ойниса УСМОНОВА, болалар боғчаси тарбиячиси.

ХИҚИЧОҚ тунтайдиган киши бўлмас керак. Овқатни шон-шон билан ёйиш (айниқса у кўрүк бўлса) натижасида хиқичоқ тутиш болади. Бундай пайтда оғзинга сув ёки чай ичиб юборсангиз бу ҳол тез ўтиб кетиши мумкин.

Одатда бундай кўнгилсиз ҳодиса диафрагма — кўкрак билан қорин ўртасида парданинг вақти-вақти билан қисқариши натижасида келиб чиқади. Диафрагма бирдан қисқарганда киши тўсатдан ҳаво ютиб, қорин девори қаппаяди. Овоз ёрғичи тез тораёиб, ўпкадаги ҳаво зарб билан тортилиши натижасида «хиқ» деган товуш чиқади, шунинг учун ҳам бу ҳолат хиқичоқ деб юритилади.

Аввало марказий асаб тизимининг узунчоқ мия қисмида бирор ўзгариш юз берганда ёки қон айланishi нинг турли енгил бузилишларида шундай ҳодиса юзага келиши мумкин. Баъзан қорин бўшлиғидаги турли касалликлар натижасида ҳам хиқичоқ тутилади.

Кўпинча киши овқатни кўп еганда, яқинлик ичининг кўриши, истериа касаллиги ва бошқа сабаблар натижасида хиқичоқ пайдо бўлади. Ана шундай нохушлик даражасида хиқичоқ узоқ вақт давом этса, ёки тез-тез такрорланиб тўрса бундай кишилар тегишлили шифокорга мурожаат қилишлари лозим. Лекин кишининг ўзи ҳам хиқичоқни тўхтатиши мумкин. Масалан, кўтумулаб сув ичиш, нафасни бир оз тўхтатиб туриш, қоринга ёстиқ қўйиб чалқанча ётиш, қоринга грелка қўйиш шунлар жумласига кирди. Бироқ бу усуллар ҳамма вақт ҳам кўнгилдагидек натижа беравермайди. Шунда бўйиннинг ён қисмидаги, кўкрак нафаси тегасидаги асаб томпри бармоқ билан босилса хиқичоқ бир зумда тўхташи мумкин. Баъзан вақтларда ишонтирчи усуллар билан бошим қўйишга рефлекс ҳолатида таъсир қилиб, яъни уни тормоқлашнинг кучайтириб хиқичоқни тўхтатса бўлади.

Еш болалар ангина билан сурункали оғриганда, бу ҳастандаги хуруж қилганда ёки турли оқимли микроб юқадганда ҳам диафрагма қисқариши. Бу ҳолатнинг тез-тез такрорланиши ўзини гал, таомини аста-секин, шонмай чайнаб ёйиш, овқатланганда асаб тизимининг бузмаслиги хиқичоқ хасталигидан узоқланиш омилларидир. Аввал суяк, сўнг қуёқ овқат ёйиш ҳам шундай ҳолатларнинг олдидан олдин тадбир ҳисобланади.

Шоҳурод ШОМАНСУРОВ, тиббиёт фанлари доктори, профессор.

Муҳаррир Эркин ЭРНАЗАРОВ.

ХАЛҚИМИЗНИНГ миллий урф-одатлари, анъаналари кўп асрлик тарихий тараққий жараёнида, аждодларнинг ақл-идроки, ҳаётий тажрибасининг менаси сифатида давримизга қадар етиб келди, халқ педагогикаси шаклида таркиб топти. Мактабда барча фанлар қатори улардан ҳам фойдаланиш миллийлик ва халқлар дўстлигини амалга оширишга ёрдам беради. Уларни ўрганиш бўлиб ўқувчилар энг гузал фазилатлар билан тавозе, садоқат, марҳамат, шафқат, ҳаё, мурувват, вафо, адолат, саховат қабилар кўркам ҳуқли одамларда мужассамланишини, хирс ва таъма, бахиллик, такаббурлик, адоват, иғво, ҳасад, мунофиқлик, хиёнат, чақимчилик каби ярамас хислатлар аса ёвуз ҳуқли кишиларда бўлишини билиб оладилар.

Миллий урф-одат, анъаналаримиз халқ озаки ижоди — эртак, лағифа, мақол қабиларда ўз ифодасини топ-

* Маънавий қадриятларимиз «ОСТОНАНИ ТУПРОФИГА АЙЛАНСАМ...»

ган. Бу асарларни кўнгил билан ўқисак, фарзандни гузал ҳуқли, ота-онага, жамиятга садоқатли қилиб етиштириш, камол топтириш анъана бўлганини, онанда оналар эъзозланганини, устозга ҳурматда бўлганини, инсон истеъмол қилмаган нозу неъматлар юксак қадрланганини, турли маросимлар одоб доирасида, ўзаро ҳурмат-эҳтиромда ўтказилганини кўра-миз.

Оналар дунёга келган фарзандлари учун энг меҳрибон, тенги йўқ сирдош бўлишган, кечалари уйқуни тарк этиб, бешик тебратиб, алла айтиб болаларини ухлатганлар:

Кўнлари кўнчирчоғим, алла, Емон кўздан асрагим, алла Кўзлари кўзмунчоғим, алла Икки кўзим алла, Ширин сўзим алла.

Оналар айтган аллалар халқ ижоди-нинг ноёб намунаси бўлиб, миллий-маданий қадриятга айланди. Она алласини тинглаган, уни эъзозлаган, меҳрибон баҳраманда бўлган фарзанд, баркамол инсон бўлиб етишган, онани муқаддас инсон деб билиб унга доимо таъзимда бўлган.

Оналарнинг оёғи остидадур, Равази жаннат унинг юсти, Равази боғи инсонни боғи эсанг, Бўл онанинг оёғи тупроғи,

деб ёзади улуғ Алишер Навоий. Улуғ шоир, «Садиқ Исқандарий» достонида шох Садиқ Исқандарий онаси босиб ўтган остонанинг тупроғи бўлмаганидан афсусланади. Ҳоши ажал исқандарийнинг «Зўра калби турганда Укинчларини ифодалаб онасига йўллаган мантубиди шундай дейди: «...ёсимни танганин, ақд миймага ҳурбат берган кундан бошлаб сенга ўғиллик қилсам, яъни сенга худди кундек хизмат қилсам бўлар экан, аслида сенинг остонанинг тупроғига айлансам, унинг отини мен шохлик деб билсам бўлар экан...»

* «О1» хабар беради ЭХТИЁТСИЗЛИК ОҚИБАТИДА

КУНИ кеча тунги соат 00.48 да Тошкент шаҳри Енгиндан сақлаш бошқармаси алоқа бўлимига Мирзо Улуғбек райони Волский кўчаси, 110-уйда ашовачи уйда ёнинг қиёдаги тўғричада хабар келди. Ут ўчирчи кучлари 00.53 да хабар қилинган манзилга етиб келганларда ёнинг эҳоли томонидан ўчириб бўлинган эди.

Муаллим — устозга нисбатан эҳтиромда бўлиш ҳам ўзбек халқининг қадимий энг яхши одатларидан ҳисобланади. Муаллим илм ўргатувчи, дарс берувчи, гузал ҳуқли этиб тарбияловчи зот демакдир. Муътабар зот Алишер Навоий ўз замонасида — ва ҳозир ҳам биз учун улуғ муаллим — устоз, мураббийдир. Унинг бу фазилатларини сеvimли адиб Ойбек «Навоий» романида гузал тасвирлаган. Бадиуазаман ўзи билан отаси Хусайн Бойқаро ўртасида чиққан нисони баргараф этиш учун ўз хузурига таъриф буюрган, ёшчилида тарбия берган Алишер Навоий сўзларини тинглар экан «...чиرويلى бошини куйи солиб, қора, қийғоч кўзларини яширишга тиришди» ва деди: «Сиз каби азиз, улуғ устознинг илтимосини қабул қилмаслик улуғ гуноҳдир. Зот олийингизга бўлган муҳаббатим юзасидан сўзларингизни қабул қилмаман ва подшо отамни инсофга, адолатга даъват этмоғингизни сўрайман». Алишер Навоий Бадиуазаман сўзларидан мамнун бўлади ва унга яна бир бор ўслатиб дейдики: «Инсон учун тож киймоқ шарт эмас, балки номус ҳам вивдон соҳиб бўлмоқ, жамият олдига ўз масъулиятини сезмоқ шарт».

Ота-оналар фарзандларининг одобли, ахлоқли бўлиб ўсиб-унишлари учун муаллимларнинг ёрдамига муҳтож бўлганлар. Муаллим маънавий ота, муаллима эса маънавий она бўлган. Улар ўқувчиларни тарбиялаб, уларнинг ақд, фикр-идроқларини ўстиришга, одоб-ахлоқларини камолга етказишга гайрат қилганлар, маънавий фарзандларини мукамал бир инсон этиш учун бутун кучларини сарф қилганлар. Шунинг учун муаллим ва муаллималар ҳурматга, қилган хизматлари тақдир ва таъсирга сазовор бўлган.

Искандар Зулқарнайидан сўрадилар: Кимни кўпроқ яхши кўрасиз, отангизини ёки устозингизини?

Искандар шундай жавоб берди: — Отамни ҳам, устозини ҳам бир хилда яхши кўраман. Отам менинг дунёга келишимга, уни-ўсимимга сабаб бўлса, устозим фазлу камол топшимга сабабчи бўлди. Шунга кўра, ҳар икки тарбиячимга бир назарда қарайман. Ҳар икки муҳтарам зотга баробар муҳаббат боғлаб, эҳтиром қиламан.

Кейинги йилларда мактабларда ва маҳаллаларда меҳнат, уруш фахрийлари билан учрашув, танили кишилар туғилган кунини хотирлаш, кимсасиз кишилар ва ногиронларга кўмаклашиш каби тадбирлар одат тусига кирди. Таъқилланган қадриятлар қабиристонларга бориш, миллий ҳайит ва Наврўз халқ байрамларини нишонлаш, қариндош-уруғларни, кексаларни ушбу айёмлар билан қутлаш каби қадимий урф-одатлар қайтадан тикланди. Вилоят, шаҳар ва районларда лавар айтиш, кўрик-танлов ўтказилиши — буларнинг ҳаммаси халқимизни хурсанд қилмоқда, алобатта.

Аммо миллий қадриятларимизни англаб ўзлаштириб олинганлар учун ўқувчилар улардан фойдаланишни билдилари, уларни тарғиб этишда ёлғиз иштирок этишлари керак. Бунга эришишда мақбул йўл муаллим ва ота-оналарнинг бу соҳада ёшларга намуна бўлишидир. Намуна бўлиш билангина улар ўқувчиларнинг миллий урф-одат, анъана, умминсоний қадриятларини қадрлайдиган бўлиб камол топшишларига эришадилар. Зеро, бола тарбияси учун ота-она ва муаллимлар масъулдирлар. Агар болага гузал тарбия берилса, у бахтли, саодатли бўлади, ҳар бир яхши ишлари билан ота-она ва муаллимларини шодлантиради.

Комила АБДУРАИМОВА, 84-ўрта мактабнинг тарбиявий ишлар бўйича директор ўринбосари.

Энгини оқибатида уй эгасининг 29 яшар ўғли Вячеслав Федеев 80 фонд кўйиш жароҳати олган туфайли эудлик билан 1-Тошкент тиббиёт институтини клиникасига ётқизилди. Енгини сабаблари текширилганда шу нарса маълум бўлдики, Вячеслав тунда томага қора секин ётқизиш учун би-донда илҳимдаги қуёқ моддани ёнгиндан селкениш қондале-

рига риоа қилмаган ҳолда қиз-дирётганда янаётган сечкич устига тўқилиб, ёнгини чиқиб алавланган. Шу кунин шаҳар бўйича 11 та жойдан ёнгин чиққани ҳақида хабар келган бўлса, шулардан энг маъшуми Вячеславнинг эҳтиёссизлиги оқибатида чиққан ёнгин бўлди.

Муҳаррир Эркин ЭРНАЗАРОВ.

ТИЖОРАТ ЖАБАРЛАРИ ВА ЭЪЛОНЛАР

КОРХОНА ВА ТАШКИЛОТЛАРИНИНГ РАҲБАРЛАРИ ДИҚҚАТИГА

Ўзбекистон жумҳурияти Вазирлар Кўмитаси 18.06.92 №293 қарорига биноан Тошкент шаҳар статистика бошқармаси асосий фондларни қайта ҳисобини ҳозирги пайтда ҳарajat қилаётган баҳоларда ўтказмоқда.

Ҳисоб ҳамма Давлат мулкдаги корхона ва ташкилотларда ўтказилади. Ҳисоб бланкларини Тошкент манзилгоҳи Пролетар кўчаси 4-подъезд, 7-уйда жойланган. Тошкент шаҳар статистика бошқармасидан олиш мумкин.

Кўрсатилган ҳисобни топшириш муддати 1992 йил 10 июлгача.

Тошкент шаҳар статистика бошқармаси.

Аризалар ушун телефонлар:

33-71-66, 33-72-22, 33-55-00, 33-39-88, 33-64-93, 33-76-75, 33-71-24, 33-29-21, 33-46-66, 33-54-03.

Ўзбекистон Республикаси Халқ таълими вазирлиги

ТОШКЕНТ ШАҲРИДАГИ Х. З. КАЛОНОВ НОМЛИ ОЛИЙ ҲУНАР БИЛИМ ЮРТИ

Янги ахборот технологиялари (ЯАТ) ва бошқарувни ҳужжатлар билан таъминлаш (БҲТ) соҳаларига доир касбларни эгалламоқчи бўлган барчага педагогик технологиянинг янги шаклларини, таълимнинг янги тизими (интеграл ва кўп босқичли ўқув режалари, яқка тартибдаги ўқув режаси таркибига кирувчи фанларни танлаш бўйича синов мулоқотларини ўтказиш, руҳшунослик-педагогик таххис ва ҳоказолар)ни

ТАВСИЯ ҚИЛАДИ

Узлуксиз касбий таълим тизими олий ҳунар билим юртининг бош қондасидир. Таълимнинг ҳар бир йили — бу эгалланган касб-ҳунар ва ўз билим ҳамда иқтидорини халқ ҳужалиғига бахшида этиш мақсадда ишлаб чиқариш сари йўл олиш имконияти демакдир. Ҳар бир йил навбатдаги таълим босқичининг танловидида иштирок этишдир.

Билим юрти ўз ўқувчилари ва талабаларига янги ахборот технологиялари ва бошқарувни ҳужжатлар билан таъминлаш соҳасида ишчиликдан муҳандисликка бўлган бир неча мутахассислик малакасини эгаллаш имкониятини яратиб беради.

Ўқиниш муддати — 1 йилдан 6 йилгача.

Ўқинишга Тошкент шаҳрида қайд қилинган, ўрта мактабларнинг 9 ва 11-синфларини битирган шахслар қабул қилинади. Ўқиниш — ўзбек ва рус тилларида олиб борилади.

Танлов саралаш 3 босқичда ўтказилади:

1-БОСҚИЧ — 12, 13, 14 августда — янги ахборот технологиялари учун — хусусий ЭҲМда математика, бошқарувни ҳужжатлар билан таъминлаш учун — диктант.

2-БОСҚИЧ — 15, 16, 17 августда — хусусий ЭҲМда мантйқий синов мулоқотлари.

3-БОСҚИЧ — 18, 19, 20, 21 августда — руҳшунослик-педагогик синов мулоқотлари.

Маслаҳат машғулотлари — 1—10 август кунлари ўтказилади.

Билим юртига қабул қилишда сараланиннг барча босқичларида тўпланган рейтинг натижалари асосий мезон ҳисобланади.

Ҳужжатлар 10 августгача қабул қилинади.

МАНЗИЛИМИЗ: 700084, Тошкент шаҳри, Хуршид кўчаси, 45-уй (10 «э», 85 «э», 44, 56, 88-авт) уюларнинг «Семашко номли илмгоҳ» бекати).

Маълумотлар олиш учун телефонлар: 34-24-18, 34-55-73.

Станок балансировочный „eldis-1000“

АВТОСЕРВИС УЧУН

КОРХОНА ҚУЙИДАГИ УСКУНАЛАРНИ СОТАДИ

- «ЭЛДИС—1010», «ЭЛДИС—1200» мувозанатлаш дастгоҳлари;
- кўтаргичлар;
- гилдиракларнинг жойлашувини ростловчи стенд;
- шиналарни яғиш ва ажратиш;
- чироқларни ростлаш;
- электр вулканизатор;
- енгил автомашиналар учун махсус асбоблар тўлами.

МАНЗИЛИМИЗ: Тошкент шаҳри, Амир Темур (илгарий Энгельс) кўчаси, 118-уй, 607-хона.

ТЕЛЕФОН: 34-25-81, 34-66-04.

ТАШКИЛОТ

нақд пулсиз ҳисоб-китоб йўли билан ва нақд пулга юмшоқ, ярим юмшоқ ва қаттиқ стуларнинг

СОТАДИ

Маълумотлар олиш учун телефонлар: 46-04-21, 46-04-25.

БУЮРТМАЧИЛАР ДИҚҚАТИГА!

«ШАРҚ»

НАШРИЁТ-МАТБААЧИЛИК КОНЦЕРНИ

босма маҳсулотларнинг қуйидаги турлари бўйича

ҚАБУЛ ҚИЛАДИ

- юмшоқ муқовали китоблар, брошюраларнинг ҳажми: 384 қоғоздан ошмаслиги керак, формати 84x108/32, 70x108/32, 84x108/16, 70x108/16;
- рангли буклетлар, проспеклар, болалар учун мўлжалланган юмшоқ муқовали китобчалар, ёрлик (этикетка)лар, откриткалар ва босма маҳсулотларнинг бошқа турлари. Қоғоз формати 60x45 дан 90x120 см. гача;
- рангли бўёқда бажаришган деворбоп гул қоғозлар ва текстуралар;
- буюртмачининг картондан ясалган рангли кўтчалар;

Сизнинг қоғозингиз ва бизнинг меҳнатимиз эвазига юқори сифатли бажаришган буюртмаларга эга бўласиз!

Қоғозингиз ёки босма материалларини топшида қийналсангиз, хотиржам бўлинг, Сизга уни биржа орқали харид қилишга ёрдам берамиз.

Босма маҳсулотларнинг тайёрланиш муддати қуйидагича:

- тайёр матрица ва позитивлардан — 1 ойгача,
- асл нуехадан, яъни оригиналдан — 2 ойгача.

Қўши, шилда, бланк, канцелярия дафтарлари концерни қоғоздан чекланмаган миқдорда тайёрлаб берилади.

Мурожаат қилиш учун манзилгоҳ: 700083, Тошкент шаҳри, «Правда» газетаси кўчаси, 41-уй.

Телефонлар: 33-80-07, 33-84-78, 33-90-50, 32-55-31.

33-29-33 — Солиқ ЕҚУБОВ, муҳаррир ўринбосари
33-57-02 — Раҳматулла ФАЙЗУЛЛАЕВ, масъул котиб
32-55-21 — Марғуба АҚРОМОВА, масъул котиб ўринбосари

БУЛИМАЛАР

- Иқтисодий-сиёсий мўвмоллар
- 32-55-83 — Дилшод ИСРОИЛОВ, мудар
- 32-54-34 — Муҳаммад БОЗОРОВ, муҳбир
- 32-54-34 — Гулзода МАМБЕТОВА, муҳбир
- Иқтисодий ва ҳаёт
- 32-57-84 — Маҳмуд КОМИЛЖОНОВ, мудар
- 32-55-66 — Тониб НУРМУХАМЕДОВ, муҳбир
- 32-54-34 — Гулом ЮСУПОВ, муҳбир
- Фан, маданият ва елқоқ
- 32-54-19 — Саъдулла ШОДИЕВ, мудар
- 32-55-52 — Абдулқалик АБДУРАҲИМОВ, муҳбир
- 32-55-52 — Исмомил ЗОИРОВ, муҳбир
- Адабиёт ва санъат
- 32-53-10 — Темур УБАЙДУЛЛАЕВ, мудар
- Ахборот
- 32-53-66 — Сўнат АЗЛАРОВ, муҳбир
- «Маҳалладаш» иловаси
- 32-53-66 — Зоир ТУРСУНОВ, муҳбир
- Хатлар
- 33-29-70 — Зўҳра АЪЗАМХУЖАЕВА, мудар
- Эълонлар
- 33-81-42, 32-57-27
- Шошмилчи эълонлар хизмати
- 33-88-57.

Тошкент оқишони

МУАССИСЛАР: Халқ депутатлари Тошкент шаҳар Кенгаши ва «Тошкент оқишони» журналистларининг жамоаси

МАНЗИЛГОҲИМИЗ: 700000, ГСП, Тошкент, Ленинград кўчаси, 32-уй.

Шанба ва якшанбадан таъжари ҳар кунин ўзбек тилида чиқади.

Телефонлар: 32-53-76, хатлар — 33-29-70, 32-53-79; эълон ва тижорат хабарларини жойлаштириш масъалари бўйича 33-81-42, 32-55-34, 33-56-67.

Ўзбекистон Республикаси «Шарқ» нашрийт-матбаачилик концерни, 700000, ГСП, Тошкент, «Правда» рўномаси кўчаси, 41.