# Оила ва жамият

Газета 1991 йил 1 сентябрдан чиқа бошлаган

30 (976)-сон

29 июль — 4 август 2010 йил

Web-site: oilavajamiyat.uz

2

**СОВҒАЛАРНИНГ ЭНГ ЯХШИСИ**

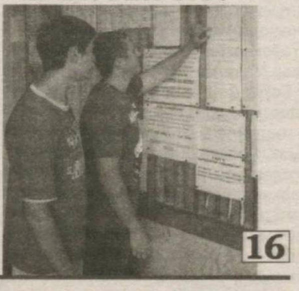
Наргиза АЗИМОВА:

**ОНАМ ДУОСИНИ ОЛГАНМАН**

4

13

**ИМТИҲОН ҲАМ БАЙРАМ-КУ!**



16

## БУ МУҚАДДАС ВАТАНДА АЗИЗДИР ИНСОН

*Кўп ўқиган яхши инсон бўлади, болам!*

Собир НАРЗИЕВ сурат-лавҳаси.

### КЕЧА:

→ Матбуотда Ўзбекистон Республикасини 2010 йилнинг биринчи ярмида ижтимоий-иқтисодий ривожлантириш якунлари тўғрисидаги асосий кўрсаткичлар эълон қилинди.

→ Украинанинг Мариуполь шаҳрида бокс бўйича бўлиб ўтган халқаро турнирда ўзбекистонлик Жасур Латипов (51 кг), Санжар Раҳмонов (64 кг) ва Мирзоҳид Абдуллаев(91 кг)лар олтин медалга сазовор бўлишди.

### БУГУН:

→ Мамлакатимизнинг барча вилоят ҳамда туманларида энг улуғ ва энг азиз байрам — истиқлолимизнинг 19 йиллигига бағишланган тадбирлар ўтказилмоқда.

→ Шунингдек, республикамиз вилоятларида бўлиб ўтаётган фаоллар йиғилишида мазкур вилоятни ижтимоий-иқтисодий ривожлантириш якунлари ва келгусидаги энг муҳим вазифалар муҳокама этилмоқда.

### ЭРТАГА:

→ Талабалик бахтига эришмоқни орзу қилган йигит-қизлар мамлакатимиздаги олий ўқув юртларига кириш имтиҳонлари учун энг сўнгги тайёргарлик машқларини бажаришяпти. Улардан 19 755 нафари давлат гранти, 36 852 нафари эса тўлов-контракт асосида ўқишга қабул қилинади.

→ Юртимизда 1997 йилдан бери нишонланиб келинаётган "Маҳаллалар куни"(августнинг биринчи ҳафтаси)га қизғин ҳозирлик кўрилаётир.

## ГАЗЕТА САҲИФАЛАРИДА:

Солиқлардан имтиёзингиз бор — 3

Тадбиркорга тўғаноқ бўлманг ёхуд Бухоро вилоятида учраётган қонун бузилиш ҳолатлари — 3

Осон эришиладиган бойлик — 3

Умр ёқимли тушдир — 4

Битта «Нексия» сотиб, юзлаб машина соҳибига айланган одам — 5

Касаллик бўлмаган дард — 6

Болага банка қўйиш мумкинми? — 6

Аёллар! Фақат сиз учун махсус саҳифа — 7

Теледастурлар — 8–9

Рақамли кўчалардаги чалкашликлар — 10

Тошни туширувчи гиёҳлар — 11

Микротўлқинли печ: фойда ва зарар — 12

Уяли телефон — хасталик «уяси» — 12

Энг узоқ яшайдиган аёллар — 14

Марадона истеъфога чиқди — 14

Илдизсиз, новдасиз, баргсиз... — 14

Нимага бор-у, нимага йўқ? — 15

«Ўзим топган келин уйга сиғдирмади» — 16

## ОНА СОҒЛОМ, ФАРЗАНД БАРКАМОЛ БЎЛСИН!

Мустақиллигимизнинг илк кунлариданоқ мамлакатимизда аҳоли саломатлигини муҳофаза қилиш, оналик ва болаликни ҳуқуқий, иқтисодий ва ижтимоий жиҳатдан ҳимоя этишга алоҳида эътибор қаратилди. Айниқса, халқимиз учун асрларга татигулик 19 йил ичида шахсан Юртбошимиз раҳнамолигида оналар ва болалар соғлиғини ҳар томонлама мустаҳкамлаш йўлида амалга оширилган изчил ислоҳотлар замирида ҳам эртанги келажагимиз ворислари тақдири учун қайғуриш, ғамхўрлик кўрсатиш сингари эзгу ва хайрли мақсадлар муштараклиги кишини қувонтиради.

→ 2

# ОНА СОҒЛОМ, ФАРЗАНД БАРКАМОЛ БЎЛСИН

МУНОСАБАТ

**(Давоми. Боши 1-бетда.)**

Шу йилнинг 22 июль куни Президентимиз томонидан имзоланган «Республиканинг қишлоқ туманларида оналар ва болаларнинг репродуктив саломатлигини мустаҳкамлашга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг қарорида ҳам «Баркамол авлод йили» Давлат дастури доирасида, шунингдек, қишлоқ жойларида тиббий хизмат кўрсатишни янада яхшилаш, қолаверса, оналар ва болалар саломатлигини мустаҳкамлаш ва энг асосийси, «Соғлом она — соғлом бола» мақсадли вазифасининг амалдаги ижросини таъминлашдек долзарб масалага жиддий эътибор қаратилган.

Мазкур қарорда алоҳида таъкидлаб ўтилганидек, қатор давлат ва жамоат ташкилотлари томонидан 2010-2015 йилларда қишлоқ туманларида яшайдиган ҳомиладор аёлларни таркибида, шу жумладан, фоли кислотаси мавжуд бўлган умумий қувватлантирувчи поливитаминларнинг махсус комплекслари билан таъминлаш тўғрисидаги таклифнинг тўла қўллаб-қувватланганлиги мазкур соҳага бўлган эътиборни янада кучайтиради.

Маълумки, ҳозирда мамлакатимизнинг қишлоқ ҳудудларида жами аҳолининг асосий фоизи истиқомат қилади. Маълумотларга кўра, қишлоқ аҳолисининг 49,7 фоизини хотин-қизлар ташкил этиб, уларнинг 55,9 фоизи фертиль, яъни туғиш ёшидаги аёллардир. Шу боис туғиш ёшидаги хотин-қизларнинг саломатлигини яхшилаш борасида режали тиббий хизмат турлари барча даволаш-профилактика муассасаларида мавжуд. Бугунги кунда республика бўйича фаолият юритаётган 3000 дан ортиқ ҚВПлар «Саломатлик-2» дастурлари доирасида энг замонавий тиббий технологиялар билан жиҳозланган.

Ҳар йили деярли барча фертиль ёшидаги аёллар мунтазам тиббий кўрикдан ўтказилиб, экстрогенитал касаллик белгилари аниқланганлари соғломлаштирилмоқда. Оналар саломатлигини мустаҳкамлашдаги яна бир муҳим жиҳатлардан бири эса соғлом фарзандларни дунёга келтириш ва ҳар томонлама ривожланган болаларни улғайтириб, баркамол авлодни вояга етказишда бўлғуси оналар организмида микронутриент, айниқса, микроэлемент ва витаминлар етишмаслигининг олдини олиш энг муҳим омиллардан бири саналади. Шунинг учун ҳам ҳомиладор аёл организмига темир, фолий кислотаси, йод, А,Е,С ва В гуруҳига оид минерал таркиблларнинг етишмаслиги сабаб она ва бола саломатлигига хавф солувчи ва унинг ёмонлашувига сабаб бўлувчи омиллардан бири ҳисобланади. Оқибатда, ушбу камчилик билан дунёга келган гўдакларда ақлий ривожланиш ва жисмоний ишчанлик қобилияти ва репродуктив фаолликнинг сустлиги ҳам бевосита темир, фолий кислотаси ва йоднинг танқислиги билан боғлиқ эканлигини қайд этмасдан илож йўқ. Масалан, болада ривожланиш ва иммун тизимининг бузилиши бевосита А витамининнинг етишмаслиги билан изоҳланади. Фолий кислотаси ва В витамини гуруҳига кирувчи дармондориларнинг истеъмол қилиниши эса бошқа нуқсонлар, жумладан, «қуён лаб», «бўри танглай» йўғон ичак деффекти, сийдик тизимидаги нуқсонлар, туғма гидроцефалия ва пилоростенозларинг олдини олади.

Шунинг учун ҳам алоҳида урғу бериб ўтиш лозимки, Вазирлар Маҳкамасининг ушбу қарори қишлоқ ҳудудларида яшаётган аҳоли қатламлари, оналар ва болалар соғлигини ҳимоя қилишда энг асосий дастуриламал вазифасини ўтайди. Яна бир эътиборли жиҳати, бу қарорда белгилаб берилган долзарб вазифалардан кўзланган мақсадлар мазмун-моҳиятини аҳолига талаб даражасида етказиш учун тарғибот ишларини кучайтириш, шу жумладан, поливитаминларнинг фойдали жиҳатларини тўғри тушунтириш орқали англаб етмоқ керак.

Ушбу қарорда назарда тутилган муҳим масалаларни ҳаётимиз ва турмуш тарзимизга кенг жорий этиш орқали биринчи галда ҳомиладор аёлларнинг саломатлигини яхшилаш ва мустаҳкамлаш, оналар ўлими ҳолатларини камайишига эришиш, турли аномалия ва ривожланишдаги нуқсонлар билан туғилган болалар профилактикаси, соғлом фарзандлар дунёга келиши ва болаларнинг нормал ўсиши, ривожланиши таъминланади.

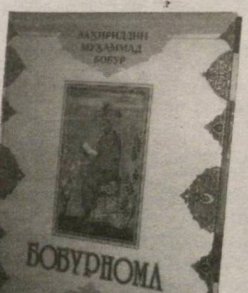
**Дилором АҲМЕДОВА,**
**Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги оналик ва болаликни муҳофаза қилиш бош бошқармаси бошлиғи.**

# СОВҒАЛАРНИНГ ЭНГ ЯХШИСИ

АКС САДО

**“Чанг босмасин юзингни...”, 29-сон**

Янги технологиялар ҳаётимизнинг барча соҳаларига чуқур кириб бормоқда. Бироқ афсуски, шитоб билан янгиланаётган турмуш тарзи, ҳаётий интилишларнинг ўзгариши ва замонавий технологияларнинг мислсиз ривожланиши туфайли китобхонлар сони камайиб бормоқда. Мазкур муаммо фақат маълум бир мамлакат ёки минтақага хос бўлмай, бу ҳолатни исталган ҳудуд мисолида кузатиш мумкин. Мутахасисларнинг таъкидлашига кўра, ҳозирги пайтда ер шари аҳолисининг деярли тенг ярми умуман китоб ўқимас экан. Ўтказилган тадқиқот натижалари шуни кўрсатяптики, охирги 10-15 йил ичида кўплаб мамлакатларда китоб сотиб олувчи ўсмирлар сони деярли тенг ярмига қисқарган.




Масалан, Россиядаги жамоатчилик фикрини ўрганувчи нуфузли ташкилотлардан бирининг 2009 йилги ўтказилган сўровларида “Китоб ўқийсизми?” деган саволга иштирокчиларининг 46 фоизи “Ҳеч қачон” деб қатъий жавоб беришгани келтирилади. Китоб ўқиш воситасида кўнгилли ҳордиқ чиқариш кўпчилик учун аллақачон унутилган машғулот бўлиб қолмоқда. Одамлар борган сари телевизор қаршисида вақт ўтказишни, компьютерда шуғулланишни афзал кўрадиган бўлиб боришмоқда.

Албатта, кишида ўқишга қизиқиш ўз-ўзидан пайдо бўлмаслиги аниқ. Шунинг учун айниқса, ёшларнинг дастлабки пайтда китобга бўлган қизиқишини рағбатлантириш керак. Кейинги йилларда жамиятимизда китобга, умуман матбаачилик ва китоб мутоаласига бўлган муносабат яхши томонга ўзгариб бораётганини кўришимиз мумкин. Бугунги кунда қайси шаҳар ёки туман марказига борманг, китоб расталари турли адабиётларга тўла. Чоп этилаётган турли китоблар миқдори кўпайиб, нашр сифати ҳам йил сайин ошмоқда, ўз ўрнида ўқувчилар учун танлаш имконияти кўпайиб бормоқда.

**Айни дамда китоблар уммонидан айнан ўзига кераклигини танлаб олиш муаммога айланиб бормоқда. Бундай шароит болаларда бадиий адабиётга муҳаббат уйғотиш, уларнинг ўзига мос асарларни танлашида ота-оналар озгина фаолроқ бўлишларини талаб қилади. Чунки, “оммавий маданият” намуналари сифатида четдан кириб келаётган, уларнинг таъсирида маҳаллий заминда пайдо бўлаётган савияси юқори бўлмаган, маънавий-мафкуравий жиҳатлари ноаниқ, тарбиявий аҳамияти заиф адабиётлар, “сариқ” матбуот намуналари ёшларнинг дид ва қизиқишлари шаклланишига салбий таъсир кўрсатиши аниқ.**

Бола кўнглида китобга меҳр уйғотишнинг йўллари кўп. Масалан, ота-оналар ўз фарзандлари, ака-опалар эса ука-сингилларининг туғилган кунларида қимматли совға, чиройли кийим ёки ширинлик қаторига тантана сабабчисининг ёшига мос бўлган биттагина бадиий китоб қўшиб қўйишни одат қилса, ёмон бўлмасди. Вақт ўтган сари, турли байрамлар баҳонасида болаларнинг шахсий кутубхонаси шаклланиб борган бўларди.

Баъзан синфдошимиз, дугонамиз ёки бошқа яқинларимизни туғилган кунлари, байрамлар билан табриклашда уларга нима совға қилишни билмай бошимиз қотади. Дугонамизга упа-элик, керак-нокерак нарсани сотиб олишимиз мумкин, бироқ бир яхши китоб совға қилиш ҳақида ўйлаб ҳам кўрмаймиз. Аслида, айниқса, ёшлар учун, китобдан яхшироқ совға бўлиши мумкинми? Ўз қариндош-уруғлари, таниш-билишларининг оилавий кутубхонасини кузатган чоғда, ундан жой олган айрим китоблар ичига у бир вақтлар қандайдир тантанали муносабат билан мазкур уй эгаларига совға қилинганини ҳақидаги ёзувларни кўрмаган одам бўлмаса керак. Бир тасаввур қилинг: йиллар ўтган, китоб тақдим этган ва тақдим этилганларнинг йўллари балки энди бошқа-бошқа. Бироқ ўша тантанали куннинг гувоҳи — китоб ҳамон ўз жойида. Ўтган йиллар ичида уни қанча одам ўқиган, яна қанчаси ўқийди, қанча одамга фойдаси теккан, яна қанчалар ундан баҳраманд бўлади?

Хулоса қилиб айтганда, ёшларда китобга меҳр уйғотиш, уларнинг ҳар жиҳатдан ўқимишли, чин маънодаги китобхон инсонлар бўлиб етишишида жамиятимизнинг барча бўғинлари – ўқув даргоҳлари, таълим-тарбия масканлари қаторида оиланинг, барча каттаю кичикнинг алоҳида ўрни бор.

Мана шу эзгу жараёнга ҳар ким, сизу биз ҳам ўз ҳиссамизни қўшишимиз мумкин. Бунинг учун байрамларда яқинларимизга биттагина китоб туҳфа қилиш, вақти-вақти билан танишларимиздан “дўстингизга китоб совға қилганмисиз?” деб сўраб турсак, ёмон бўлмасди.

**Яшна ЭМИНОВА,**
**Тошкент шаҳри.**

ТАДБИР

# ЛОЙИҲА ЯКУНЛАНДИ

Болалар ва оилаларни қўллаб-қувватлаш ассоциацияси томонидан (январдан июль ойигача) олти ой мобайнида амалга оширилган «Ижтимоий корхона — ижтимоий муҳофаза асбоби» лойиҳаси якунига етди. Ушбу лойиҳа бўйича пойтахтимизнинг Ҳамза туманида жойлашган Жўрабек, Гулистон, Тарновбоши, Мухтор Ашрафий, Шароф Рашидов, Ҳамза каби маҳаллаларда истиқомат қилувчи 48 нафар хотин-қизлар, кам таъминланган оилаларнинг фарзандлари бичиш-тикиш, тўқиш курсларида ҳунар ўргандилар. Улардан кўпчилиги ҳозирги кунда тикувчилик цехларида ишлаб, уйда касаначилик билан шуғулланиб, оилавий бюджетларига ўз ҳиссаларини қўшмоқда. Лойиҳа якунига бағишланган тадбирда Ассоциация раиси Инқилоб Юсупова, Ҳамза тумани ҳоким ўринбосари, хотин-қизлар қўмитаси раиси Орзуой Идрисова ҳамда маҳалла маслаҳатчилари иштирок этишди. Битирувчиларга сертификатлар тақдим этилди.

— Мактабда ўқитувчи бўлиб ишлайман. Бир куни ўқитувчилардан бепул курслар ҳақида эшитиб қолдим ва 12 ёшли жияним Фарида билан тикувчиликни ўрганиш мақсадида бу ерга келган эдик. Икки ойлик машғулот давомида кўп нарсани ўргандик. Ҳатто жияним ёш бўлишига қарамай, ўзи ҳамда синфдош дугоналари учун чиройли кийимлар тикаяпти, — дейди Зулфия Фатхутдинова.

— Олдиндан тикувчиликни ўрганишга қизиқардим, аммо болалардан, рўзғордан ортиб ўқишга вақт ҳам, имкон ҳам йўқ эди. Қўшним орқали маҳалламизда бепул курс ташкил этилганини эшитиб келгандим, — дейди уй бекаси Мадина Жуманова. — Ҳозир қўшниларимдан буюртма олиб, «Элита» усулидаги пардалар тикаяпман. Рўзғор юмушларидан ортиб, турмуш ўртоғимга ёрдам бераётганимдан хурсандман. Бу эзгу ишларнинг бошида турган ташкилотчилардан, мураббийимиз Ирина Нижниковадан миннатдорман.

**Шаҳноза РОФИЕВА,**
**«Оила ва жамият» мухбири.**

# ТАДБИРКОРГА ТЎСИҚ БЎЛАЁТГАНЛАР

ҲОЛАТ

**Бухоро вилоятида жорий йилнинг ўтган даври мобайнида 107 та қонун бузилишга йўл қўйишган**

Фуқаро О.Азимов 2009 йил 5 августда юридик шахс бўлмасдан тижорат товарларини четдан олиб келувчи якка тартибдаги тадбиркор сифатида рўйхатдан ўтказишни сўраб, Ромитан туман давлат солиқ инспекциясига ариза билан мурожаат қилади. Бунинг учун ундан 56 080 сўм ўрнига 151 448 сўм ундирилади, яъни 95 368 сўм ортиқча пул маблағи олинади. Худди шунингдек, У.Қурбонов ва С.Эргашевларнинг ҳар бири 81.120 сўмдан ошиқча пул тўлашган. Яъни, 2009 йил 5 июнда тегишли низомга ўзгартириш киритилиб, рўйхатдан ўтиш йиғими беш баравардан икки бараварга туширилганига қарамай, тадбиркорлардан эски ставка бўйича маблағлар ундираверилган...

Мамлакатимиздаги ижтимоий фаол аҳолининг 70 фоизидан ортиғи кичик бизнес ва тадбиркорлик соҳаси билан машғул. Иқтисодиётимизни тараққий эттириш бу соҳани жадал ривожлантириш билан чамбарчас боғлиқ. Шундай экан, тадбиркорларнинг қонуний манфаатларини ҳимоя қилиш, эмин-эркин фаолият кўрсатишларига тўсқинликларни бартараф этиш адлия идораларининг энг муҳим вазифасидир.

Мавжуд қонун ҳужжатлари асосида тадбиркорлик субъектлари молия-хўжалик фаолиятини фақат солиқ органлари текшириши, тадбиркорларга нисбатан ҳар қандай санкциялар фақат суд қарорига биноан қўлланилиши тартиби жорий этилишининг узвий давоми сифатида ҳокимликлар ҳузуридаги инспекцияларда давлат рўйхатидан ўтказиш, тижорат банкларида ҳисоб рақамлари очиш, якка тартибдаги тадбиркорларни давлат солиқ идораларида рўйхатдан ўтказиш, давлат экологик экспертизаси хулосасини олиш, архитектура-режалаштириш топшириқларини ишлаб чиқиш ва бошқа бир қатор жараёнларда тўланиши лозим бўлган пул суммалари бир неча бароборга қисқартирилди.

Бироқ амалиётда бундай қонун-қоидалар ижросига муносабат масаласида юзакилика йўл қўйилаётгани кўзга ташланмоқда. Жойларда ўтказилган ўрганишлар давомида тадбиркорлардан ноқонуний равишда ортиқча пул маблағлари олиш ҳолатлари аниқланди. Хусусан, юқорида келтирилган воқеа шунга мисол бўла олади. Тўғри, қонунбузилиш ҳолатларига йўл қўйган Ромитан туман давлат солиқ инспекцияси бошлиғи О.Тўхтаев ва инспекция ходими Б.Ҳамидов тегишли жазосини олди. Аммо жорий йилнинг ўтган даври мобайнида 107 та мана шу каби қонунбузарлик аниқлангани ачинарли ҳол эмасми? Улардан 89 тасида ортиқча пул маблағи ундирилган бўлса, 18 тасида банк ҳисоб варағи шартномалари тузишда шартномада ортиқча пул маблағи кўрсатишган. Идоралар бўйича таҳлил қилинганда, қонунбузилишларнинг 50 таси тижорат банкларида, 5 таси давлат санитария эпидемиология назорат марказида, 30 таси архитектура ва қурилиш бошқармасида, 5 таси солиқ идораларида, 16 таси ер ресурслари ва давлат кадастр хизматида, 1 таси туман ҳокимлиги ҳузуридаги тадбиркорлик субъектларини давлат рўйхатидан ўтказиш инспекцияси фаолиятида содир этилгани маълум бўлди. Аниқланган қонунбузилишларни бартараф этиш, тадбиркорлар фойдасига мансабдор шахслардан моддий ва маънавий зарарларни ундириш, шунингдек, яна шу каби ҳолатларнинг олдини олиш мақсадида тегишли чоралар кўрилди.

Юртбошимиз таъбири билан айтганда, тадбиркорларга шундай ҳуқуқий замин, имтиёз ва кафолатлар тизимини яратиш керакки, улар ўзи, оиласи ва бутун мамлакат иқтисодиётининг равнақи йўлида эмин-эркин, аниқ мақсад билан меҳнат қила олсин. Тадбиркорларга ҳукумат томонидан берилган енгиллик ва имкониятлардан тўла-тўкис фойдаланиш учун шарт-шароит яратиш эса адлия идоралари зиммасидаги муҳим вазифалардан бири саналади.

**Гулноза НАСРИДДИНОВА,**
**Нурулло ИБРАГИМОВ,**
**Бухоро вилоят адлия бошқармаси масъул ходимлари.**

МАВСУМ — 2010

**Бугун мамлакатимизнинг барча ҳудудларида мактаб ўқувчиларининг ёзги таътил мавсуми давом этмоқда. Тошкент вилояти ҳудудида жойлашган «Чотқол» ҳамда «Гулбаҳор» болалар оромгоҳларида ўзларининг ёзги дам олиш мавсумларини кўнгилли ўтказаётган болажонларнинг қувончларини сўз билан таърифлаб бўлмайди.**

**СУРАТЛАРДА: уларнинг ана шундай ҳаяжонли лаҳзалари акс этган.**

**Козим ЎЛМАСОВ олган суратлар.**

# ЁЗ МАРОҚЛИ ЎТСА...

Ёз ўқувчилар интиқлик билан кутадиган, мазза қилиб дам олиб, ҳордиқ чиқарадиган фасл. Ана шундай унутилмас лаҳзаларда болажонларнинг бўш вақтларини мазмунли ўтказиш учун Хоразм вилоят халқ таълими бошқармаси жамоат ташкилотлари ва касаба уюшмалари билан ҳамкорликда самарали фаолият олиб бораётганини алоҳида таъкидлаш керак.

Вилоятда жорий йил ёзги мавсумда 38 та оромгоҳда 11720 нафар болани соғломлаштириш режалаштирилган бўлиб, шу кунгача 11339 нафар болалар дам олиб қайтишди. Шунингдек, вилоят ҳокимининг ташаббуси билан қўшимча тарзда Урганч шаҳри ва туманлардаги ихтисослаштирилган мактаблар қошида яна 7 та оромгоҳ ташкил қилинган. Кам таъминланган, ижтимоий ҳимояга муҳтож оила фарзандларидан минг нафари республикамизнинг бошқа ҳудудларидаги «Бойчечак», «Йўлчи», «Коинот» оромгоҳларига юборилди. Шунингдек, умумтаълим мактаблари қошида 522 та соғломлаштириш майдончаларидаги 2191 та спорт тўгаракларига 58848 нафар, «Компьютер сабоқлари» тўгаракларига 5215 нафар, устоз-шогирд тўгаракларига 12589 нафар, мактабдан ташқари таълим муассасаларидаги 713 та тўгаракларга 32636 нафар, болалар ва ўсмирлар спорт мактабларига эса 18361 нафар бола жалб қилинган.

«Соғ танда соғлом ақл», «Келажагимиз — гиёҳванд моддаларсиз!», «Ўйла, изла, топ!» каби кўрик-танлов ва турли хил спорт мусобақалари меҳнат фахрийлари, шоиру ёзувчилар билан ўтказилаётган давра суҳбатлари, адабий мусиқий кечалар дам олувчиларда унутилмас таассуротлар қолдирмоқда.

**Зухрахон РЎЗМЕТОВА,**
**Хоразм вилояти халқ таълими бошқармаси ахборот хизмати ходими.**

# ОСОН ЭРИШИЛАДИГАН БОЙЛИК

**Инсон ҳаёти туғилган кунидан эмас, турмуш қурган кунидан бошланади, десак хато бўлмаса керак. Чунки одам оилали бўлгачгина, умрнинг мазмун-моҳиятини, турмушнинг қувонч ва ташвишларини теран англай бошлайди. Қийинчиликларни енгиб, ҳаётнинг оғир юкини елкалаш учун эса ҳар бир киши оила қуришдан олдин ўзини унга ҳам руҳан, ҳам жисмонан тайёрлаши, сиҳат-саломат бўлиши лозим.**

Ҳаёт қанчалик мураккаб, турмуш юки қанчалик оғир бўлмасин, оила қуриш ҳар бир йигит-қизга ўзлигини намоён қилиш учун катта бир имконият, чинакам бахтдир. Лекин афсуски, саломатликлари тўғри келмаганлиги сабабли аңа шу бахт остонасидан ўтолмай қолаётган ёшлар ҳам йўқ эмас. Баъзан келин ёки куёвнинг касали бор экан, биздан яширишган экан, деган гап-сўзлар билан ёш оилаларнинг бузилиб кетаётгани қулоққа чалиниб қолади. Айрим ҳолларда эса улардан ногирон фарзандлар туғилаётганига гувоҳ бўлмоқдамиз. Шу боис тиббий кўрик икки ёшни келажакдаги ҳар хил нохуш ҳолатлардан асраши, соғлом авлод туғилиши учун замин ҳозирлашига қайта-қайта ишонч ҳосил қиламиз.

Отахону онахонларимиз ҳар ғал дуога қўл очганларида: «Тани сиҳатлик, тинчлик-омонлик бўлсин», дейишлари бежиз эмас. Тани сиҳат одам ҳаётнинг бутун кўрки-тароватини, завқи-шавқини туйиб, ундан баҳра олиб яшайди. Ўзининг бахту қувончини оила аъзоларига, қариндош-уруғ, дўсту биродарларига улашади. Дарҳақиқат, соғлигимиз — энг улкан бойлигимиз. Лекин у катта қийинчиликлар билан қўлга киритилмайди, фақат озгина, аммо мунтазам эътибор талаб қилади, холос. Афсуски, кўпчилигимиз турмуш ташвишларига ўралашиб қолиб, ана шу ҳақиқатни унутиб қўямиз. Бу эса айрим хасталикларнинг палак ёзиб кетишига сабаб бўлади.

Шундай экан, бахтли турмуш омили — саломатликни асраб-авайлайлик, ёшларимиз бир киши билан умрбод тақдирини боғлашдан олдин тиббий кўрикдан ўтишлари лозимлигини уқтирайлик, ҳеч курса, шунга аҳд қилган йигит-қизларимизни йўлдан урмайлик, азизлар!

**Марҳамат САНГИЛОВА,**
**Оҳангарон туман ФҲДЁ бўлими мудири.**

ЖАРАЁН

# СОЛИҚ ВА ИМТИЁЗ

Маълумки, амалдаги солиқ кодексига мувофиқ, жисмоний шахслар тўлайдиган солиқлар бўйича белгиланган имтиёзларни қўллаш тартиби назарда тутилган. Айнан бу борада Миробод туман давлат солиқ инспекцияси ходимлари фуқаролар ўртасида кенг тарғибот ишларини олиб боришмоқда. Масалан, Иккинчи жаҳон уруши иштирокчилари ҳамда қонун ҳужжатлари билан белгиланувчи уларга тенглаштирилган шахслар, I ва II гуруҳ ногиронлари, ёлғиз яшовчи пенсионерлар, боқувчисини йўқотган кўп болали оилалар ва бошқа шундай имтиёзга эга кишилар ер ва мол-мулк солиғидан озод этилган.

Шунингдек, қонунда белгилаб берилгандек, юқоридаги имтиёзлар мулкдорга, яъни мол-мулк, ер участкасига бўлган эгалик ҳуқуқи давлат рўйхатидан ўтказувчи орган томонидан расмийлаштирилган бўлса, қўлланилади. Оддий ибора билан айтганда, мулк кимнинг номида бўлса, ана шу шахс имтиёздан фойдаланади.

Шу ўринда яна бир эътиборли жиҳати, олий ўқув юртларида таҳсил кўришга (ўзининг ўқиши ёки 26 ёшга тўлмаган фарзандларининг таълим олиш учун) йўналтириладиган суммаларига жисмоний шахслардан олинадиган даромад солиғи солинмайди. Жисмоний шахсларга ўқиш учун солиқ чегирмалари ҳам белгиланган. Бундай чегирмалар жорий йилнинг 1 январидан кейин ўтказилган ўқиш учун тўлов суммаларига берилади. Ўқиш учун тўлов юридик шахс жисмоний шахсларга қайтариш шарти билан берган маблағлар ҳисобидан ушлаб қолинган маблағлар суммасига берилади.

Солиқ чегирмаси давлат солиқ хизмати органлари орқали жисмоний шахснинг жами йиллик даромади тўғрисидаги декларацияни тақдим этиш йўли билан ҳамда солиқ тўловчининг ёзма равишда берган аризасига биноан манбаида — иш берувчи томонидан ҳам берилиши мумкин.

Давлат солиқ хизмати органлари ўзларида мавжуд маълумотлар ва тақдим этилган ҳужжатлар асосида мустақил равишда солиқ чегирмасини олиш ҳуқуқига эга бўлган бошқа жисмоний шахслар томонидан солиқ чегирмаси кўринишидаги имтиёз суммаси қўлланилганини аниқлайдилар.

**Валихон ХЎЖАЕВ,**
**Тошкент шаҳар Миробод туман солиқ инспекцияси ходими.**

# НАРГИЗА АЗИМОВА: ОНАМ ДУОСИНИ ОЛГАНМАН

**Ўзбек қўшиқчилик санъатида ўз мухлислари, шинавандаларига эга бўлган аёл санъаткорларнинг сони кўпчиликни ташкил этади. Аммо бугунги суҳбатдошимиз Наргиза Азимова нафақат санъати, балки оддий ва камтаринлиги ҳам билан бошқалардан ажралиб туради. Бу ўзига хосликнинг сири нимада эканлигини сиз суҳбатимиз давомида билиб оласиз.**

**— Санъат соҳасини танлашингиз қандай кечган? Бунга қаршилар бўлгандир?**

— Оилада беш фарзандмиз, мен уларнинг тўртинчисиман. Отам ўқитувчи, онам эса уй бекаси. Лекин онамнинг яхшигина овозлари бор. Маҳалламиздаги аёлларни тўплаб, фольклор жамоаси тузганлар. Қишлоғимиздаги бирор байрам, тантаналар уларнинг иштирокисиз ўтмайди. Сурхондарё вилояти миқёсида ўтказилган кўрик-танловларда онам бошчилигидаги фольклор ансамбли ҳам қатнашиб, фахрли ўринларни эгаллаб келишади.

Менинг ўзимга келадиган бўлсак, онамдан ўтган бўлса керак-да, болалигимда мактабимизда уюштириладиган бадиий кеча, тадбирларда қўшиқлар куйлардим, интермедияларда роллар ижро этардим. Санъат соҳасига бўлган қизиқишимни сезган онам "Қизим, мен бир умр санъатнинг ашаддий шайдосиман, лекин афсуски, бу йўлдаги орзуларим юрагимда армон бўлиб қолди, мен етмаган ниятга албатта сен эришасан", дея оқ фотиҳа берганлар. Сал кечикиб бўлса-да, Тошкент давлат санъат институтини битирдим. Айни пайтда Муҳиддин Қориёқубов номидаги Ўзбекистон давлат филармонияси қошидаги «Ўзбекистон» ашула ва рақс дастасининг солистиман. Биласизми, бир пайтлар менинг келар йўлларимни пойлаб, кўзлари нигорон бўлиб соғинган мунисгина онажоним қачон радио орқали ёки телевизорда қўшиқларимни эшитиб ёки кўриб қолсалар, телефон қилиб шодмонлигини изҳор этиб, узоқ дуолар қилади. Бундан ниҳоятда руҳим кўтарилади ва ўша куни дунёга сиғмай, қушдай учиб юраман.

**— Сизни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаган, ўз иқтидорингизни намоён этишда яқиндан ёрдам берган инсонлар ҳақида ҳам сўзлаб берсангиз?**

— Ҳаётим ва ижодимдаги биринчи устозим мунис ва меҳрибон онажоним бўлади. Шунингдек,ҳар доим ёнимда юриб, катта саҳналарга чиқишимда ўз маслаҳат ва кўмакларини аямай келаётган Ниёзхон Умаровдан ҳам ғоят миннатдорман. Филармонияда эса фидойи инсон Исматулла Раҳматуллаев яқиндан кўмак бераяпти. Устозларимнинг "Мақомни билмаган қўшиқчи ҳаваскор даражасида қолиб кетаверади" деган ўгитларига қатъий амал қилиб, ўттизтача мақом санъати намуналарини ўргандим. Насиб этса, қай даражада чиққанини мухлисларнинг ўзлари баҳолашади.

**— Анъанавий миллий йўналишда самарали ижод қилаётган қайси санъаткорларга ихлосингиз баланд. Ўзингизни уларнинг ҳақиқий мухлисиман дея оласизми?**

— Ўзбекистон халқ артистлари Муножот Йўлчиева, Замира Суюнова сингари машҳур санъаткорлар ижросидаги ашула ва қўшиқларни чин дилдан ихлос қўйиб эшитиб улғайганман. Айниқса, оллоҳ раҳмат қилсин, бетакрор овоз соҳибаси Дилнура Қодиржонованинг чин маънода шинавандаси эдим. Яна бир қувончли жиҳати, бугунги кунда бахтимни қарангки, Муножот опа билан бир жамоада ишлаяпмиз. Улардан жуда кўп нарсаларни ўрганаяпман.

**— Сиз ҳар доим бир хил, яъни қизил рангдаги кийимда юрасиз? Бу сизнинг ўзига хос имиджингизми?**

— Тўғриси, бу борада кўпчиликнинг фикри ҳар хил. Баъзилар "Шу кўринишингиз яхши, ўзгартирманг", дейишади. Айримларнинг эса, "Нима, бу қизнинг бошқа киядиган кийими йўқмикан?" деган кинoялари ҳам қулоғимга чалиниб қолади. Лекин нима бўлганда ҳам, қайтмас болалигим кечган қадрдон ота уйимиз, она юртим Сурхондарёнинг Ангор туманидан пойтахти азим Тошкентга келаётганимда онажонимга маслаҳат солдим: "Агар хўп десангиз, ҳар қадамда ўзбеклигимни фахр

билан эслатиб тургувчи миллий либосда саҳналарга чиқмоқчиман" дедим. У киши пешонамдан ўпиб, суюниб-суюниб оқ йўл тилаган эди. Мана, шу-шу ҳамон деярли бир хил либосдаман. Баъзида ўзгартиришга ҳам тўғри келади, лекин аксарият ҳолларда ҳали айтганингиздек, мана шу кўринишим мен учун имиджга айланиб қолди. Яқинда бир қўшиғимга клип ишлаётган эдик, режиссёр мавзуга мос кийимда чиқишим кераклигини айтди. Фақат ўшанда бошқачароқ миллий либосда чиқдим.

**— Нима деб ўйлайсиз, санъаткор аёлларга бир томондан оила масаласи, қолаверса, ижод билан машғул бўлиш, хуллас, тарозининг икки палласини ҳам ушлаб туриш осонми?**

— Албатта, қийин. Иккаласини ҳам баб-баравар тутиб туриш учун жуда катта сабр ва ирода ва жасорат керак. Чунки истайсизми, йўқми, барибир оила муқаддас тушунча. Усиз, бизнинг халқда сиз ҳеч кимсиз. Биринчи ва асосий ўринда оила туради. Эркак кишининг йўриғи бошқа, аёлники бутунлай бошқа. Негаки, озми-кўпми, эл назарига тушганингиздан кейин жуда кўп мураккабликларга бардош беришга тўғри келади. Шундагина оналаримизнинг қадру қимматини англаб етамиз. Ана энди санъат йўлида юрган хотин-қизларнинг тақдирини тарозига солиб кўраверинг. Турли хил гап-сўзлар, миш-мишлар, таънадашномларга чидашга тўғри келади, нима қиласиз, ахир, ҳар битта одамга ўзингизнинг ҳақ-ноҳақлигингизни тушунтириб, изоҳлаш осон деб ўйлайсизми? Шунинг учун бу майдонга кирдикми, чидаганга чиқарган, деганларидек, ўзлигингни кўрсатиш учун бор куч ва имкониятни ишга солиб ишлаш керак.

**— Оилангиз, фарзандларингиз ҳақида ҳам тўхталиб ўтсангиз.**

— Худога минг қатла шукрки, икки фарзанднинг онасиман. Ўғлим Бобуржон 15 ёшда. Ҳарбий мактабда таҳсил олаяпти. Қизим Ироadmaхон эса мактаб ўқувчиси. Нима дейман, албатта, мен ҳам бошқаларга ўхшаб, ўзимни бахтли ва меҳрибон оналардан бири деб ҳисоблайман.

**— Шахсан ўзингиз айни пайтда қандай ижодий режалар билан машғулсиз? Кимлар билан ҳамкорликда ишлаяпсиз?**

— Устозларим билан биргаликда ўн бешдан зиёд янги қўшиқлар тайёрладик. Яқиндагина шоир Иқбол Мирзонинг «Тинчлик бўлсин» деб номланган шеъри асосида қўшиқ яратдик. Яна бир-иккита соф миллий калорит сақланган ҳолда сурхонча оҳангларга уйғун бўлганлари ҳам битиб қолди. Ўзим энг яхши кўриб ижро этадиган «Менга дуо беринг, отажон» ва «Онам билан кетмон чопган аёллар» номли қўшиқларимни давраларда, тўй-томошаларда мухлислар қайта-қайта сўрашади. Бу эса менга куч, илҳом ва далда беради, ўз устимда янада жиддийроқ ишлашга ундайди.

**Шаҳноза РОФИЕВА,**
**Турдикул НОРМАТОВлар ёзиб олишди.**

## КЎНГИЛ МУЛКИ

### МУҚАДДАС СЎЗ

*Ичимда пичирлаб айтаман уни,*
*Анор донасини ютгандек ютиб.*
*Чорласа бораман қиёмат қадар,*
*Ўтлиғ юрагимни*
*байроқдек тутиб.*

*Ичимда пичирлаб айтаман уни,*
*Оҳори тўкилиб кетмасин токи.*
*Бошимни силаган қайноқ*
*кафтида,*
*Асраниб ётибди аждодлар ҳоки.*

*Ҳайқириш — сочилиш,*
*титилиш демак,*
*Сокин жамланишнинг*
*мазмуни кўпроқ.*
*Не буюк зотларни*
*кўрмаган дейсиз,*
*Бу тоғлар, бу осмон,*
*сокин бу тупроқ.*

*Ичимда пичирлаб айтаман уни,*
*Аё умрим бўйи қайтмай*
*бурчимдан.*
*Ғолиблик ҳиссини туяр*
*сўзимдан,*
*ВАТАН деган товуш чиқса*
*ичимдан...*

***

*Шоир бўлиб туғилинг аввал...*
*Раймон Кено*

*Кенг дунёни сиғдирар ўзга,*
*Гарчи шунча кўнглим*
*тор менинг.*
*Тун ухласа, дардлашадиган,*
*"Қалам" деган дўстим*
*бор менинг...*

*Булутларни қайчилар чақмоқ,*
*Тўлғоқ дарди тарқайди осон.*
*Чизиқ тортар кўк юзига ой,*
*Тирноғини олганда осмон.*

*Кўнглимдаги тугунни ечиб,*
*Шеър ёзаман узун-қисқароқ,*
*Шоир бўлиб туғилмаганман,*
*Шеърсиз яшай олмайман бироқ...*

* * *

*Эшик — кўз, кузатар*
*кирган-чиққанни,*
*Билар уйга кирмай*
*қайтганларни ҳам.*
*Кириб ўтирмайди,*
*чиқиб-чиқмайди,*
*Шамол — дунёдаги*
*энг қайсар "одам".*

*Ақлга суяниб иш тутган қўллар,*
*Яхшилар қалбида*
*чандимас тугун.*
*Юракдан илиқлик олгани боис,*
*Сира қаттиқ ёпмас*
*кирар эшигин.*

**Нилуфар УМАРОВА**

## ҚАТРАЛАР

### ПАСТДАГИ ОДАМ

У иши битгунича эшагини суғоришдан ор қилмайдиган инсон. Остонангни ўпиб, соянгга салом беради. Тилини осилтириб олган олапаринг каби лўкиллаб, ёнингда айланаверади.

Ноилож, суяк ташлаб қўясан. Суякни олганича қочиб қолади. Кейин изини ҳам тополмайсан. Олапаринг қайтиб келади, аммо у қайтмайди. Иши битганидан сўнг керак бўлмай қоласан. Суяк чайнаб юраверади...

Иши тушса яна келади. Индамайсан. У паст, сен баландсан. Пастга қўшилиб паст бўлишни истамайсан. Яна суяк ташлайсан. У суякни чангаллаганича кетади. Суякни ҳаммадан қизғанади, ҳаммадан яширади. Ёлғиз ўзим чайнасам, дейди. Ёлғиз ўзим бўлсам, дейди.

Уни кузатаркансан, суяк ташлаганингга ҳам пушаймон бўласан...

### ЁҚИМЛИ ТУШ

Тушимда онам оламдан ўтибдилар. Ичимга чироқ ёқса ёришмайди. Кўзимга дунё қоронғу кўринади. Яшашнинг маъниси йўқдай туюлади. Нима қилишни билмай афтода ҳолга тушибман.

Уйғонсам — тушим экан. Кўнглим ёришиб кетди. Қувончимнинг чеки йўқ. «Хайрият, тушим экан. Хайрият!» Бу сўзларни эҳтимол ўн марталаб, эҳтимол минг марталаб такрорлагандирман.

Бунақанги тушлардан бир нечтасини кўрдим ва ҳар гал туш эканидан қувониб уйғондим. Лекин бир нарсадан қўрқардим. Бир нарсадан хавотирланардим. Кун келиб тушларим ўнгимга айланиб қолиши, ўша куннинг келиши аъзои баданимни титратарди.

Ниҳоят, қўрққан куним келди! Онам оламдан ўтдилар. Тушимда эмас, ўнгимда. Ҳақиқатан дунё кўзимга қоронғу кўринди, юрагим ёниб кетди.

Назаримда уйқудан энди уйғонганга ўхшайман. Билсам, онам ҳаётимдаги энг узоқ давом этган ва энг ёқимли туш эканлар...

### ҲАЙФ

У бир даргоҳга борди. Олий даргоҳга. Яхши ниятда келганди. Излаган кишисини суриштирганда, йўл кўрсатган яхшилар.

Йўлак бўйлаб кетаверди. Ногаҳон уни қўлида папка, бўйнида бўйинбоғ бўлган кимса тўхтатди. Афтидан шу жойнинг пешвоси. Ҳе йўқ, бе йўқ, ўдағайлаб кетди унга. «Кимсиз? Нима қилиб юрибсиз? Кимда ишингиз бор, гапингиз бўлса менга айтинг», деди.

Бақириғига хонадан ходимлар югуриб чиқди. Ходимларга ҳам ўшқирди: «Нега қарамайсанлар? Бу одамнинг кимлигини қаердан биламан? Компьютерим йўқолса нима бўлади? Ҳужжатларимни ўғирласа, нима қиламан?» деди. Хуллас, оғзига келган гапни ичига ютмади бўйнида бўйинбоғ, қўлида папка бўлган кимса.

Умрида кўрмаган кишисини мағзавага белаб ташлади. Тингламади ҳам, эшитмади ҳам. Ўзи бақирди, ўзи ўчди.

Нотаниш киши ҳангу манг бўлиб қолди. Терс ўгирилиб ортига қайтаркан: «Ҳайф сенга бу даргоҳ!», деди.

**Лола ЎРОҚОВА**

ИСТИҚЛОЛ ИМКОНИЯТЛАРИ

**Исроилжон акани «Туркистон» санъат саройида «Ташаббус — 2010» кўрик-танловининг республика босқичида учратгандик. Нигоҳлари вазмин, чеҳрасида одамларнинг ютуқларидан мамнунлик, яхшиликка мойиллик зоҳир, сўзларида ҳаётга шукроналик руҳи уфуриб турган суҳбатдошим шу куни ниҳоятда вақти тиғизлигини айтиб, «Бу ерга келтирилган маҳсулотларимиз ортида беш юзга яқин йигит-қизларимизнинг заҳматли меҳнати, уй-хаёллари, орзулари бор. Яхшиси, Андижонга бориб, ўз кўзингиз билан кўриб келсангиз, тасаввурингиз янада ошади», деган эди. Ниҳоят, яқинда Исроилжон ака бошчилик қилаётган жамоа ҳузурига йўл олдик.**

# ТАҚДИРИН ҚЎЛ БИЛАН ЯРАТГАН...

## ЮК КЎТАРГАН ЮЗАГА ЧИҚАР

Андижоннинг Хўжаобод шаҳри бежиз «тўқувчилар маскани» деб ном қозонмаган. Айниқса, мустақиллик йилларига келиб, ҳудудда катта-кичик тўқувчилик, тикувчилик корхоналари ташкил қилинди ва уларнинг фаолияти янада жадал суръатлар билан ривожланиб бормоқда. Бугунги кунда ҳар тўрт хонадоннинг бирида мини цехлар ўрнатилган. Қўлидан келгунича эл фаровонлигини таъминлаш, касаначиликни ривожлантириш йўлида баракали хизмат қилаётган инсонларнинг хайрли меҳнати, ҳавас қилгулик ҳаёти билан яқиндан танишиб, бошимиз осмонга етди.

Қаҳрамонимиз Исроилжон Урайимов истиқлол берган улкан имкониятлардан фойдаланиш учун ўзида куч ва иштиёқни шакллантира олган куйинчак юртдошларимиздан бири. У нафақат Андижон шаҳрида, вилоятда, балки республикамиз миқёсида ҳам ўз фаолияти орқали анча-мунча танилиб қолган «Ал-Ҳаким» кўп тармоқли ишлаб чиқариш ва савдо фирмасига бошчилик қилади. Корхонада ўн бешдан ортиқ турдаги юқори сифатли (100% пахта толасидан тўқилган ва тикилган) кийим-кечаклар ишлаб чиқарилади. Унинг 95 фоизи хорижга экспорт қилинади. Шу орқали ҳам юзлаб минг доллар чет эл сармояси мамлакатимизга кириб келади.

Иш жараёни турли бўлимларда поғонама-поғона ривожланиб боради. Аввал калавадан мато тўқилиб, сўнг бўяш цехига ўтказилади, куритилиб дазмолланади, навбатдаги жараён иш бичувчилар бўлимида амалга оширилади. Энг катта бўлимда тикувчилар қўллари-қўлларига тегмай, чаққонлик билан иш бажаришади. Сўнгги жараён — тайёр кийим-кечакларга фирма ёрлиғини тушириб, халтача ва қутичаларга жойлаб, жўнатиш учун ҳозирлашади... Корхонада 500 иш ўрни яратилган бўлиб, ходимларнинг кўпчилиги олий маълумотли, юқори малакали мутахассислар, чеварлар, моҳир дизайнерлардан иборат. Меҳнатга яраша даромад, деганларидек, фирма ҳисобчиларининг изоҳ беришича, ишчилар бир ойда 200 мингдан бир миллион сўмгача маош оладилар. Бу ерда «кўпчиликнинг ичида билинмай яшаш»нинг иложи йўқ — ишчи қанча сифатли ва кўп маҳсулот тайёрласа, ҳам моддий, ҳам маънавий рағбатлантирилади. Бошловчиларга ҳам иш ўргатиш учун кенг ва қулай имкониятлар яратилган. Шаҳардаги мактаб ва коллеж битирувчиларининг аксарияти шу корхонада ишлашни хоҳлайди. Шунингдек, жамоа ишчилари орасида кам таъминланган оила аъзолари ҳам кўпчиликни ташкил қилади. Исроилжон акадан ёрдам сўраб келган одам ҳеч қачон эътиборсиз қолмаган. Боиси, унинг ўзи шу корхонада обрў топди, элга танилди. Қўлидан келса, ким бўлишидан қатъи назар, ёрдам беришга интилади, кўнглини кўтаради. Ҳамкасбларининг айтишларича, бундай бағрикенглик қилиш, инсонийлик фазилатлари Исроилжон акага отамерос экан.

## УСТА ҲАКИМДАН ҚОЛГАН БОЙЛИК

Муболағасиз айтиш мумкинки, Хўжаободда қурилган ҳар бир иморатда отаси уста Ҳакимнинг қўл излари қолган. Унинг ҳаётий ҳикматларга тўла ибратли ўгитларини мудом эслайди: «Ўғлим, қандай одам бўлсанг-да, муҳтожлар кўнглини сўрашда, ёнгинангда яшаётган, ишлаётган одамнинг иззат-ҳурматини жойига қўймоқни бурчинг, вазифанг деб билгин». Раҳматли отаси ўғил-қизларига ана шу сермаъно сўзларни қайта-қайта таъкидлашдан чарчамасди. Ҳакимжон ака дурадгор уста бўлгани учун ҳам доим одамларнинг яхши ниятда бошлаган ишига камарбаста бўларди. Гоҳо «қўли калта», кўп болали, ёрдамга муҳтож одамларнинг уйида ишлаганида, берган меҳнат ҳақларини ўзларига ҳадя сифатида қолдириб кетарди. Яқин атрофда унга тенг келадиган уста бўлмагани учун ҳам уйжой соламан, деганлар Ҳаким отанинг бўш пайтини кутишар, ўз уйига бу ажойиб устанинг қўли текканидан фахрланиб юришарди. Тўй-маъракаларда давраларнинг тўри отахонга аталарди. У қарийб қирқ йил элнинг корига яраб, дуосини олди... Қўли гул устанинг бу дунёдан ўтганига йигирма йил бўлса ҳамки, одамлар унинг номини ҳамон ҳурмат ва эҳтиром билан эслашади. Фарзандлар ҳам ана шу савобли ақидага муносиб равишда амал қилишга интилишади.

Исроилжон Урайимов ана шундай эзгу ниятлар билан корхонага «Ал-Ҳаким» деб ном берди. Ҳатто ўзлари яшаётган ва фабрика жойлашган ҳудуд ҳам Уста Ҳаким Урайимов номи билан аталди. Қобил фарзанд отасининг доно ўгитларига ҳамиша содиқ бўлмоққа ҳаракат қилади. У билан елкадош бўлиб ишлаётганларнинг айтишларича, кўмакка муҳтож одамларга хайрия ёрдами сифатида ҳар йили 20 миллион сўмга яқин мурувват маблағи ажратиб келинишининг ўзиёқ бу жамоада эзгулик устувор эканини кўрсатади.

Исроилжон аканинг ёлғизгина дилбанди Соҳибахон ҳам тўқимачилик саноати бўйича

етук мутахассис бўлиш ниятида Тошкент тўқимачилик ва енгил саноат институтини тугатиб, айни пайтда магистратурада таҳсил кўраётган экан. Куёви бўлмиш Абдумаликжон эса Тошкентдаги Сингапур институтининг талабаси. Иккаласи ҳам бир неча чет тилларида эркин гаплаша олади. Исроилжон аканинг қувониб айтган изоҳига кўра, «Улуғ истиқлолимиз фарзандлари шулар-да!»

## МАҚСАД МУШТАРАК БЎЛСА...

Янги ишга туширилган икки қаватли корхонани айланарканмиз, йигит-қизларнинг кенг, ёруғ хоналарда қалдирғочдек тизилиб, замонавий ускуналарни бошқараётгани, овозсиз, осонгина юргизиладиган тикув машиналарида иш бажараётганини кўриб, кўзлар қувнайди. Ахир, бир кичик шаҳарчанинг ўзида Япония, Туркия, Италия, Хитой, Россияда ишлаб чиқарилган ускуналардан шу қадар моҳирлик билан фойдаланилаётики, ҳайратланмасликнинг сира иложи йўқ. Тадбиркорларимизнинг ғайрат-шижоатларига беихтиёр тасанно дегинг келади. Айниқса, дунё бозорида тоза пахтадан тикилган кийим-кечакларга эҳтиёж ва эътибор кучайган бир пайтда бу ҳар қандай кишини қувонтирмасдан қолмайди.

— Бир замонлар не-не машаққату заҳматли меҳнатлар ортидан етиштирган пахтамизни хомашё сифатида арзимаган пулга четга чиқариб, сўнг эса ана шунинг ўзидан ишланган кийим-кечакларни осмон нархида сотиб олганимиз жуда алам қиларди, — дейди Исроилжон ака. — Юртбошимиз раҳнамолигида биз тадбиркорларга жуда катта имкониятлар берувчи дастур ва қарорларни қабул қилинганидан кейин фаолиятимиз жуда кучайиб кетди. Давлатимиз томонидан имтиёзли кредитлар беряпти, ишлаб чиқариш кенгайтиряпти, солиқ ставкалари камайтирилмоқда, янги-янги иш ўринлари очиляпти. Масалан, фирмамизга давлат дастурига биноан жорий йилда «Ҳамкорбанк» томонидан 200 миллион сўм миқдорида кам фоизли кредит ажратилди ва натижада 200 та иш ўрни яратилди. Давлат томонидан олдимизга қўйилган вазифа — бир йилда 1 миллион 200 минг АҚШ доллари қийматидаги маҳсулотни экспорт қилишни олти ойдаёқ бажардик. Ҳозир 200 фоизлик шартнома билан ишлаяпмиз. Маҳсулотларимиз Россиянинг Қозон шаҳрида бундан уч йил аввал очилган Ал-Бухорий номидаги савдо уйимизда сотилмоқда. Ишчиларимизнинг ойлик маошлари ўз вақтида берилади. Уларни моддий ва маънавий томондан қўллаб-қувватлаш энг муҳим омил ҳисобланади. Ҳозир шаҳарнинг уч жойида корхона филиаллари фаолият кўрсатаяпти. Яқинда алоҳида бўёқ цехини ишга тушириш ниятидамиз. Бу ҳам ишга тушса, яна 450 нафар хўжаободлик иш билан таъминланади. Шунингдек, хориждан бичув ва қадоқлаш дастгоҳларини олиб келамиз. Бу ҳам ҳамшаҳарларимизга янги иш ўринлари очишга замин тайёрлайди.

Қаҳрамонимизнинг айтишича, у 2000 йили ўзининг шахсий «Нексия»сини сотиб, уйида 5 та тикув машинаси билан иш бошлаган ва ўшанда 8 нафар ишчиси бўлган экан. Турмуш ўртоғи Салимахон билан Тошкент политехника институтини биргаликда тугатишган. Тақдирнинг сийлаганини қарангки, хайрли мақсад ва муштарак ҳаракатлари ҳамоҳанг бўлган бу оила соҳиблари биргаликда тўқимачилик соҳасининг ипидан-игнасигача пухта ва пишиқ ўрганишдан чарчашмади. Салимахон Италиянинг Милан шаҳрида бўлиб, матони бўяш сирларини ўрганган бўлса, Исроилжон ака Хитой, Туркия, Германиядаги тўқув дастгоҳлари ишини ўзлаштира олди. Сўнг 70 ўринлик цех ташкил қилиб, Хитойнинг тўқув, Украинанинг бўёқ ускуналари ўрнатилди. Ҳаракатда баракат, деганларидек, ўтган ўн йиллик муддат ичида жуда катта ютуқларга эришилди.

82 ёшли волидаи муҳтарамаси Адашхон аянинг ёруғ дуоларини олиб, жажжигина набирасини меҳр билан эркалаб, суяётган Исроилжон ака ва Салимахонларни бир қур кузатиб, кўнгли таскин топади кишининг. Ўзларининг кўп йиллик заҳматли ва фидойи меҳнатлари меваларидан баҳраманд бўлишдек толега эришган бу инсонлар озод ва обод, жаннатмонанд Ватанимизнинг энг бахтли ва саодатли оилаларидан бири бўлиш билан бирга, яна неча юзлаб андижонлик хонадонларга ҳам фаровонлик улашаётганидан мамнунлик туясиз.

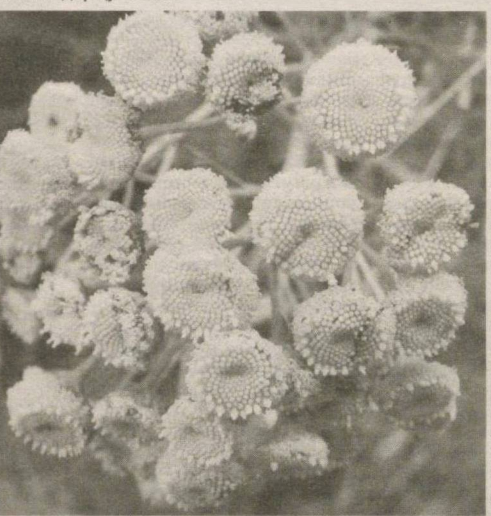
**Санобар ФАХРИДДИНОВА,**
**«Оила ва жамият» мухбири.**
**Андижон вилояти** (t)

# МАЪБУДАЛАР ТУҲФАСИ

ТАБИАТ – ДОРИХОНА

Дастарбош – кўп йиллик ўсимлик. Мураккаб гуллилар оиласига мансуб. Пояси тик ўсувчи, шохланган, бўйи 50 см.гача боради. Гул тўпламаси сариқ рангли бўлиб, июндан то сентябргача очилади. Дастарбошни русчада «Пижма обыкновенная», лотинчада «Tanacltum vulgare» дея юритилади. Бу ўсимлик йўл бўйлари, далалар, тоғ ёнбағирлари, ўтлоқларда ўсади.

Қадимги юнонларда дастарбош ҳақида бир афсона бўлган. Унга кўра, аёллар Олимп маъбудаларига: «Ёшлигимиз ва жозибадор ҳусн-латофатимизни йўқотишни сира хоҳламаймиз. Илтимос, бизга ёрдам беринглар», дея илтижо этадилар. Маъбудалар уларни тушуниб, борлиқ узра ёрқин сариқ рангли ўсимлик уруғини сочиб юборишибди. Ўткир ҳидли ва шифобахш бу ўсимлик дастарбош экан. Шундан буён у «Аёллар гули» деб ҳам юритилади.



Тиббиётда асосан гул тўплами қўлланилади. Таркибида эфир мойлари, органик кислоталар, С витамини, каротин камфора, борнеол, пинен алкалоидлар, ошловчи ва аччиқ моддалар жо бўлган. Шу моддалар туфайли дастарбош бир талай касалликларни даволашда азалдан фойдаланиб келинади. Инчунун, бу ўсимлик юмалоқ гижжаларга қирон келтиришда жуда асқотади. Бунинг учун ундан 1:10 нисбатда дамлама тайёрланиб, кунига бир ош қошиқдан 3 маҳал ичилади. Гижжаларни ҳайдашда ўсимлик уруғидан ҳуқна қилинади. Бунда 1 чой қошиқ уруғга 150 мл сув солиниб, 3 соатга димлаб қўйилади. Сўнгра докада сузиб олиниб, кечаси ҳуқна қилинади.

Дастарбош ўсимлиги жигар, ўт йўли, меъда (ошқозон) — ичак хасталикларида тавсия этилган. Айниқса, ўт (сафро) ҳайдашда яхши самара беради. Меъда ва ўн икки бармоқ ичак яраси касаллигида, ингичка ва йўғон ичак яраси (энтероколит) шамоллашида шифо бағишлайди. Дастарбош дамламаси иштаҳа очади, таом ҳазмини яхшилайди.

Халқ табобатида гиёҳдан юрак зиққинафаси, асаблар таранглашганда, бош оғриғида малҳам сифатида ишлатилади. Бод, подагра – бўғин касалликларида, суяк чиққанда, жароҳатларда обзан (ванна) ва бозилатма қилиш тавсия этилади. Микробларга қарши кураш хосияти борлигидан эски яраларни ва жароҳатларни тозалаш учун ювишда яхши наф беради.

Шуниси диққатга сазаворки, дастарбош яллиғланишга қарши ажойиб омиллиги сабабли говмижжани даволашда ҳам қўлланилади. Бунда кунига 4 маҳал дастарбош дамламаси ичилади. Дамламани тайёрлаш учун 10 г гулига 200 мл сув қуйилиб. 10 дақиқа паст оловда қайнатилади ва сузиб таомдан олдин чорак стакандан ичилади.

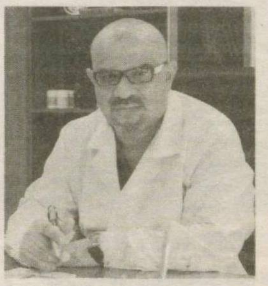
Дастарбош гул, барг ва поялари инсектицид — зараркунандалар кушандаси тариқасида бит ва бошқа ҳашаротларга қарши курашишда жуда фойда беради. Дастарбош бироз заҳарли ўсимлик, шу боис ҳомиладор аёллар ва ёш болаларни даволашда тавсия этилмайди. Буни унутманг!

**Мирзамир МИРЗАШАРИПОВ,**
**доришунос.**

МУТАХАССИС МАСЛАҲАТИ

# ДИАБЕТ ЖИНСИЙ ҚОБИЛИЯТНИ СУСАЙТИРАДИ(МИ)?

Қизиқ маълумот, 1789 йилдаёқ олимлар жинсий қобилият сустлиги — импотенциянинг диабет хасталиги билан бирга, ҳатто ундан ҳам аввал пайдо бўлганлигини кашф қилган эдилар. Демак, бу соҳада пайдо бўлаётган айрим муаммо ва чигалликлар XXI асрда ҳам мутахассисларни ўйлантираётганидан сезса бўладики, ҳали ўрганилиши лозим таҳлил ва хулосалар ниҳоятда кўпга ўхшайди.



**DOCTOR-D клиникаси раҳбари, тиббиёт фанлари номзоди Дилмурод ИРГАШЕВ**

Яна бир мисолга эътибор беринг: 1899 йилда ҳакимлар диабетга чалинганларга жинсий алоқаларни вақтинча тўхтатиб туришлари шарт эканлигини маслаҳат берганлар. Ҳақли савол туғилади: Бунга ҳожат борми? Асло ҳожат йўқ эди. Чунки диабет одам организмида ривожлана борар экан, барибир бир кунмас бир кун одамни жинсий фаолиятга яроқсиз қилиб қўяди.

*Америкалик С.Жалти деган олимнинг хабар беришича, яқин йиллар ичида унга жинсий заифликдан шикоят қилиб келган беш миллион одам текширувдан ўтказилганда, уларнинг қанд касалига чалингани аниқланган. Шунинг учун жинсий қобилиятни тиклашга киришишдан аввал дастлаб қондаги қанд миқдорини ўлчатиш керак бўлади.*

Қанд касаллигига сабаб асосан қаттиқ стресс ҳолатга тушиш ва генетик мойиллик бўлиб, бу дард инсонда қон томирларни бузилишига олиб келади. Бу эса эрекциянинг сустлашувига сабаб бўлади.

*Қандли диабет ташхиси қўйилган кишиларнинг айримларида нотўғри тасаввур пайдо бўлгани боис ўзларича наҳотки энди жинсий қобилиятим йўқолса-я, деган ўйларга ҳам боришади. Бу эса мутлақо нотўғри. Бундай ярамас тушунчани миядан чиқариб ташлаш керак.* Чунки йил сайин «оммалашаётган» бу касалликни мунтазам ва тўғри даволаб турилса, у жинсий қобилиятнинг сусайишига олиб борувчи скреротик бузилишларни пайдо қилмайди. Қолаверса, шундайларнинг кўпчилиги нормал жинсий ҳаёт кечириб яшаши мумкин.

**Бу борада бизнинг "DOCTOR-D" ихтисослаштирилган клиникамизда керакли муолажалар, тиббий ёрдамлар кўрсатилади (тел:+99871-113-00-57).**
**E-mail: hospital@doctord.uz.**
**URL: http://www.doctord.uz**

**(t)**

# КАСАЛЛИК БЎЛМАГАН ДАРД

**Бепуштлик — касаллик эмас, у мутлақо соғлом аёллар ва эркакларда ҳам учраши мумкин. Шундай бўлса-да, унга дучор бўлган кишилар йиллар давомида сабот билан даволанадиларки, бу соғ-саломатликнинг ҳам нишонаси бўлмаса керак. Бошқача қилиб айтганда, бепуштлик — касаллик ҳам, соғломлик ҳам эмас.**

Ўзига хос хусусияти шундаки, у битта одамга эмас, эр-хотин жуфтлигига тегишли. Шу боис бепуштликдан кўра бепушт никоҳ тўғрисида гапириш тўғрироқ бўлади. Бундай ҳолатда «айбдор»ни аниқлаш осон кечмайди. Чунки ҳар учтадан битта ҳолда бола кўриш функцияси ҳам эрда, ҳам хотинда пасайган бўлади. Юздан ўн нисбатда эса ҳар икки томон ҳам аъло даражада бўлиши мумкин, аммо ўртада фарзанд туғилмайди. Бундай эр-хотин ажрашиб, бошқа оила қурганида, болали бўлади. Афтидан, асосий сабаб жуфтликларнинг бир-бирига мос келмаслигидир. Бу ўринда эр-хотиннинг иккаласи ҳам «айбдор», тўғрироғи иккаласи ҳам «айбдор эмас». Айримларда эса гарчи жинсий функция кўрсаткичлари бир қарашда меъёрида бўлишига қарамай, жуфт ҳатто бир неча марта ўзгартирилганда ҳам, фарзанд туғилмаслиги мумкин.

Бепуштлик одатда битта ёки бир нечта абортлар, жинсий аъзоларнинг яллиғланиши, модда алмашинувининг бузилиши натижасида ривожланади. Уларнинг барчаси битта нарсага — ўз соғлиғига енгил қарашга бориб тақалади. Жинсий аъзоларнинг яллиғланиши билан боғлиқ касалликлар аёлларда ҳам, эркакларда ҳам асосан жинсий алоқаларнинг «содда»лиги, турли-туманлиги ва палапартишлиги туфайли келиб чиқади. Алоҳида таъкидлаш лозимки, носоғлом ҳаёт тарзи оқибатида фақат таносил касалликлари келиб чиқади, деб ўйлаш нотўғри. Оддийгина сурункали яллиғланиш касаллиги ҳам жуфтликлар ўртасида бир-бирига жинсий алоқа пайтида ўтиши ва бепуштликка олиб келиши мумкин. Меъёридан ортиқча овқатланиш эндокрин жараёнларни издан чиқариши, натижада, уруғланиш механизмининг «синиб» қолишига олиб келиши исботланган.

Хуллас, биз бепуштлик қаршисида турибмиз. У нафақат ажралиш сабабчиси, балки аҳил эр-хотин жуфтлиги учун ҳақиқий фожиа, кўп йиллик тинкани қуритадиган ва ҳатто машаққатли даволаш муолажаларининг сабабчисидир. Алқисса, бепуштлик хасталик ҳисобланмаса-да, «Касалликни даволашдан кўра олдини олиш осонроқ» деган гап унга кўпроқ таааллуқлидир.

**А. МАҲМУДОВ,**
**Тошкент тиббиёт академияси магистранти,**
**М. РИСБОЕВ,**
**Тошкент тиббиёт академияси талабаси.**

ОГОҲ БЎЛИНГ!

# БОЛАГА БАНКА ҚЎЙИШ МУМКИНМИ?

**«5-6 ёшли бола шамоллаб қолса, унга банка қўйиш мумкинми?**

**ХОСИЯТ,**
**Бухоро»**

Бу муолажани 12 ёшдан кичикларга қўллаб бўлмайди.

Банка қўйиб даволаш ўткир респиратор хасталикларини даволашда тиббиётнинг ноанъанавий даво усулларидан биридир. Шунга қарамай мутахассислар бу даво усулини қўлламасликни тавсия қилади. Илк бор хитойликлар банка қўйишни амалда қўллаб, бу иммунитетни мустаҳкамлаб, қон ва ҳаёт қуввати бўлган "ци" энергиясини айлантиришга ёрдам беради, деб ўйлаганлар. Чинданам бу муолажа қон айланиши ва моддалар алмашинувини тезлаштиради. Унинг ёрдамида Хитойда бронхит, пневмония, бош, қорин, бел, суякдаги оғриқлар, бош айланиши, йўтал, астма, ич кетишни даволашади.

УНУТМАНГ, бу муолажа хавфли ва уни ҳаммага ҳам қўллаш ярамайди.

— юракнинг жиддий хасталикларида (миокард, эндокард, перикарддаги яллиғланиш, юрак нуқсони, 3-4 даражали гипертония, миокард инфарктининг ўткир хуруж даври, стенокардиянинг тез-тез хуруж қилиши, ўткир юрак-қон томир етишмовчилиги)

— ўткир юқумли касалликлар, томирлар склерози ва тромбозда;

— организмнинг анча кучсизланиши, толиқишида;

— тери эластиклигини йўқотганда ва бошқа касалликларда.

Демак, банкага қўл чўзишдан аввал шифокорингиз билан маслаҳатлашинг.

Банка қўйиш:

Белга глицерин, вазелин, крем суртилади. Чўпга пахта ўраб, спиртга ботириб, ёндирасиз. Ёниб турганича банканинг ичига соласиз, сўнгра чиқариб, дарров беморнинг белига қўясиз. Банка терига қаттиқ ёпишиб, уни сўриб олиши керак. Биринчи қўйишда банка 1 дақиқадан кўп турмасин, иккинчи марта 15 дақиқа етарли. Муолажа беморга ёқимли таъсир қилиши керак. Оғриқ пайдо бўлиши биланоқ, банкани олиш зарур. Банка терига қаттиқ ёпишишига аҳамият беринг, акс ҳолда унинг таъсири камаяди. Муолажани камида бир кундан кейин такрорлаш мумкин. 2-3 кундан сўнг, тананинг бошқа ерида даволашни давом эттирган маъқул.

**Мунира ТОШПЎЛАТОВА,**
**терапевт.**

НАФОСАТ БЕКАТИ

# РЎЗҒОРИНГИЗ БУТМИ?

Қайнона паноҳида рўзғор ташвишидан йироқ, яйраб юрган кезларингиз ортда қолди. Энди ўзингиз алоҳида бир оила қўрғонининг бекасисиз. Ҳа, уй жиҳозларингизнинг оз-кўпи унчалик билинмаса-да, ўчоқбоши, ошхона анжомларининг кам-кўстини дарров сезасиз. Пазандаликда, ўчоқбоши анжомлари тўкис бўлиши жуда муҳим. Ахир, оддий сут сузги ёки элакнинг ўрнига бошқа бирорта буюмни ишлатиш мумкин эмаслигини биласиз-ку. Шунинг учун ёш оила эгалари ўчоқбоши анжомларидан дастлаб зарурини, узоқ йил хизматга ярайдиган, сифатлисини харид қилгани маъқул. Янги рўзғорга катта-кичик қозон, капгир, чўмич, човли, това, кастрюл ва товоқлар зарур. Бугун сотувда жуда сифатли ишлаб чиқарилган идишлар кўп, танлаб-танлаб олиш имконига эгасиз. Пиширадиган овқатингизнинг мазали бўлишида идиш-товоқ, айниқса, қозонингизнинг сифатлилиги ва озода сақлашингиз ҳам муҳим эканини унутмаслигингиз зарур. Рўзғор учун жамлаб чиқарилган пичоқларни харид қилганингиз қулай. Зангламайдиган металлдан ишланган пичоқлар яхшироқ. Унутманг, гўшт маҳсулотлари учун алоҳида пичоқ бўлиши керак. Иложи бўлса, балиқ тозалайдиган пичоғингиз ҳам алоҳида бўлсин. Сабзавотларни тўғрайдиган пичоқни нонга ишлатманг. Чунки нон кесиладиган пичоқ тезда ўтмас бўлиб қолади. Пичоқларни қайнаб турган сувга ҳам ботирманг, ўтмаслашади. Пичоқ ишлатиб бўлингач, яхшилаб тозалаб, қуруқ ҳолда алоҳида-алоҳида сақланг. Гўштга ишлатиладиган пичоқ зинҳор нон пичоғининг ёнида турмасин. Гўшт чопиш учун, сабзавотлар тўғраш учун алоҳида тахтакач бўлсин. Оштахта ва ўқловнинг катта-кичигини олинг. Буларни ҳам вақти-вақти билан тозалаб ювиб, қуритиб туринг. Шунингдек, ўчоқбошига супра, элак, мантиқасқон, гўшт қиймалагич, қирғич, ҳавонча ҳам зарур.

Сув қайнатадиган чойнакнинг сирлисини танлаган маъқул. Унинг сирти ва ичини тоза сақланг. Иссиқ идишни ушлаш учун мўлжалланган тутқичдан фойдаланишни унутманг. Чойнакнинг қопқоғини очиб кўрганда секин ёпинг, урилаверса сири кўчади. Сири кўчган чойнакда қайнаган сувдан чой дамлаш зарарли.

Чойнак-пиёла, коса, тақсимча, лаганлар ва қошиқ-вилкаларни ҳам эътибор билан танланг. Чинни идишлар сиртига туширилган нақшлар уйғун бўлса, чиройли кўринади. Қошиқ-вилка тўпламларини оз-оздан олсангиз ҳам, сифатлисини танланг.

Пирог, печеньелар пишириш учун хамиркескичлар, қолиплар, крем ёки тухум аталаш учун чиқарилган мосламалар, ёнғоқ чаққич, металл қутиларни очиш учун узун пичоқ, очгич ҳам керак. Ун-дон маҳсулотларини сақлашга мўлжалланган оғзи ёпиқ пласстмасса идишлар олганингиз маъқул. Нон сақлайдиган идиш ҳам зарур. Аммо бундай идишга иссиқ нонни солиб қопқоғини дарров ёпманг ёки иссиқ нон билан суви қочган нонни аралаштириб солманг. Шунда нонингиз моғорламайди. Уддабуро, ишнинг кўзини биладиган аёлнинг ошхонаси ҳам ораста, идиш-товоқлари ҳам жойида бўлади. Албатта, ўчоқбоши буюмлари кўп ва турли-туман. Биз сизларга энг зарурла-

## ТИРНОҚ ҲАМ СОҒЛИҚ КЎЗГУСИ

Соғлом аёлнинг сочи қалин, юз териси тиниқ бўлганидек, тирноғи ҳам бир текис чиройли бўлади. Организмда кальций, А витамин, В витамин етишмаса, тирноқ кўриниши ўзгаради, ғадир-будур, чизиқлар пайдо бўлиб, юпқалашади, тирноқ синувчан бўлиб қолади.

Сервитамин, хилма-хил таом ва мевалар кўпроқ истеъмол қилинса, тирноқлар бақувват, кўркам бўлади. Сутли маҳсулотлардан: қатиқ, творог, пишлоқда кальций, фосфор кўп. Айниқса, балиқ таркибидаги кальций тирноқнинг соғлом, чиройли бўлишини таъминлайди. Темир моддаси етишмаганида ҳам тирноқ сарғиш бўлиб, юпқалашиб, ёпишиб қолади. Гўшт дуккакли ўсимликлар ва янги узилган сабзавотлар билан бирга истеъмол қилинганда ундаги темир моддаси организмга яхши сўрилади. Тухум, пиёз, карам ейиш ҳам жуда фойдалидир.

Тирноқни вақти-вақти билан денгиз тузида (дорихонада сотилади) буғлаб туриш лозим. Бунинг учун бармоқлар 2 стакан иссиқроқ шўр сувга 15–20 дақиқа ботириб турилади.

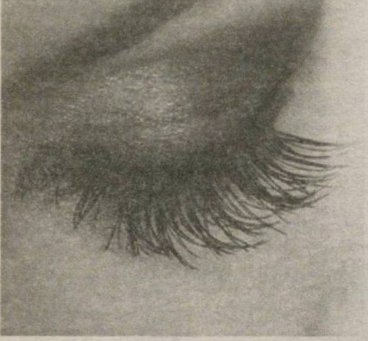
## ПОЙАБЗАЛ «СИР»ЛАРИ

Оёқдаги пойабзал ҳам эгасининг феълатвори ҳақида яхшигина маълумот берар экан. Пойабзалнинг пошнаси тўғри, бир текис едирилган бўлса, бундай аёл яхши уй бекаси, меҳрибон онадир.

Агар пошна четлари салгина бироз ейилган бўлса, бу аёл ниҳоятда иштиёқманд, ташаббускордир.

Пошнасининг ички томони бироз ейилган аёллар оғир-босиқ, ҳар ишнинг охирини ўйлайдиганлар тоифасига киради. Пошнанинг ички томони кўп ейилган бўлса, бундай аёллар ясси оёқ бўлишади. Бу касаллик вақтида даволанмаса, умуртқа поғонаси хасталигига сабаб бўлиши мумкин.

## КИПРИГИНГИЗ ТЎКИЛМАСИН



Ҳуснингиз кўрки, кўзингиз ҳимоячиси кипригингизни авайланг. Момоларимиз бекорга пиликни мойлаб, кипригингга ўсма, сурма қўйгин, шунда улар озиқланиб, яхши ўсади, дейишмайди. Ҳақиқатан ҳам, ўқишдан, ишдан қайтганингиздан сўнг кипригингизни бўёқлардан тозалаб, ҳафсала билан канакунжут ёғида мойлаб турсангиз, қалинлашиб, яхши ўсади. Кўчада юрганда киприкка қўнган ғуборни бармоғингиз учи билан тозалашга, киприкларингизни силашга одатланманг. Тоза рўмолча билан секин артинг. Баъзи қизлар билмаган ҳолда яхши, қалин ўсади, деб кипригини қирқади. Бу зарарли ва нотўғри одатдир. Киприк қирққан билан на қалин бўлади, на яхши ўсади. Агар кипригингиз атрофи қизариб турса, шамолласа, бўёқ ва тушдан вақтинча фойдаланмаганингиз маъқул. Бунда кипригингиз сезувчанлиги кучайиб, таркибидаги кимёвий бўёқлар таъсирида тез-тез синиб, тўкилиши мумкин. Сифатини йўқотган, эскирган тушдан асло фойдаланманг.

## РАНГ КЎР, КИМЛИГИН СЎР...

Ҳар бир аёл ўзининг феъл-атворидан келиб чиқиб лаб бўёғи танлашини эшитганмисиз? Масалан, пушти рангли лаб бўёғига ишқибоз аёллар ниҳоятда ишонувчан бўладилар. Одатда, сариқ сочли, кўк кўзли аёллар айнан шундай лаб бўёғини кўпроқ харид қилишар экан.

Тўқ сариқ, қизғиш ранг эса куч-қувват рамзидир. У аёлнинг қатъиятлилиги, раҳбарлик қобилияти борлигини шундоқ айтиб туради. Бундай хонимлар ҳатто эркаклар жамоасини ҳам бемалол бошқара олади.

Гилос рангли лаб бўёғини қорачадан келган хонимлар ёқтиришади. Кўпчилик оилали аёллар бегона эркаклар эътиборини тортмаслик учун шу рангли лаб бўёғини ишлатишади.

Ёрқин қизил рангли лаб бўёғи соҳибалари эса моданинг изидан қувиб юришади. Улар пардоз ва кийинишни жойига қўйишади. Бу рангдаги лаб бўёғи барча тусдаги, айниқса, оқ, қора, қизил рангли либосларга мос тушади.

Ним қизил рангли лаб бўёғи ўта нафисдир. Уни ишлатадиган аёллар эса жуда меҳрибон бўлади. Бу ранг очиқ юзли аёлларга мос келади.

Пардоз қутичасида тилларанг, жигарранг лаб бўёғи олиб юрадиган хонимлар некбин аёллардир. Улар ич-ичидан «Мен яхшиман, чиройлиман», деб ишонишади.

## ШИФОБАХШ МУОЛАЖА

Таниқли Рим шифокори Гален аёл гўзаллиги ва ёшлигини узоқроқ сақлаш учун турли гиёҳлардан фойдаланишни маслаҳат берган. Бунинг учун кўплаб шифобахш ўсимликлар, гуллардан компресслар, ниқоблар қилиш ва юзни хушбўй сувларда буғлаб туриш керак бўлади. Бундай муолажа терини тозалаб, қон айланишини яхшилайди. Буғли муолажалар юзга бирор крем ёки ниқоб суриш олдидан қилинади. Мана шундай муолажалардан бири: Мойчечак ва ёронгул барглари тенгма-тенг аралаштирилади. Бу аралашмани каттароқ идишга солиб, устидан 2 литр совуқ сув қуйилади ва қайнатилади. Қайнаб чиқиши билан оловдан олиб тиндирилади. Юзни яхшилаб ювгач, юмшоқ сочиқ билан ёпиб, бошни буркаб, 15 дақиқа шу хушбўй сувда буғланади. Сўнг юз совуқ сувда чайилади. Бу муолажа ҳафтада бир марта қилинса кифоя.

2 ош қошиқ атиргул гулбарглари қайнаб турган (2 литр) сувга солинади ва оловдан олинади. 15 дақиқа давомида юз шу сувга тутилиб буғлатилади. Кейин совуқ сувда чайилгач, юз тиниқлашиб, яшаради. Бу муолажа ҳафтада бир маротаба қўлланилади.

Саҳифани Тамара ХУММАМАТОВА тайёрлади.

## ДУШАНБА 2

**O'ZBEKISTON**

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
**7.10 «Икки тақдир».** Т/с.
7.50 «Тонгги наволар».
8.00 «Таҳлилнома».
8.45 - 9.45 «Маънавият» дастури.
9.45 «Ёқимтой панда». М/ф.
10.55 «Ҳаёт манзаралари».
11.00 «Ахборот».
11.15 «Радиога ташриф».
11.30 «Уэнгни асра».
11.50 «Юртим бўйлаб» дастури: «Наманган ширмойлари».
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
12.55 Кино: **«Орзу ортида».**
14.00 «Ахборот».
14.20 «Ватанпарвар».
15.00 Жаҳон мусиқаси хазинасидан. Верди. «Трубадур». 1-қисм.
16.15 «Менинг оилам».
16.40 «Икки дарё оралиғида».
17.00 «Ахборот».
17.15 «Ҳаёт ва қонун».
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».
**18.20 «Ёмғир симфонияси».** Т/с.
18.55 «Ватан манзиллари».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 **«Ҳаёт жилғалари».**
20.45 «Ватанимни куйлайман».
21.00 «Ахборот».
21.35 «Бу муқаддас Ватанда азиздир инсон».
21.40 «Мен ёшликман».
**21.55 «Қирол ва мен».** Т/с.
22.35 «Иқлим».
**22.40 «Ёлғиз кабутар».** Б/ф. 6-қисм.
23.30 - 23.40 «Очун».
23.40 Кўрсатувлар дастури.

**YOSHLAR**

6.00 «Салом, ёшлар!»
6.40 «Яшаш сирлари».
7.00 «Ёшлар нонуштаси».
7.20 «Мультипанорама».
8.00 «Ёшлик наволари».
8.20 **«Кумуш».** Т/с.
9.10 «Уйимдаги фариштам».
9.30 «Бугундан эсдалик».
9.50 «Самарқанд юлдузи».
10.00 **«Давр ҳафта ичида».**
10.30 «Болалар табассуми».
10.40 **«Сеҳрли тош».** Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 **«Пуаро».** Т/с.
12.40 «Қорақалпоқ ёшлари».
13.00 «Зулфия издошлари».
13.10 «Ёшлар нонуштаси».
13.30 **«Император аёл».** Т/с.
14.20 «Ёшлик наволари».
14.40 «Илҳом қанотлари».
15.20 «Меҳр ва меҳнат».
16.00 **«Давр».**
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Сув ҳам тугайдими?»
17.00 «Мультипанорама».
17.10 **«Ўгирланган орзу».**
18.00 «Рўзғор мактаби».
18.30 «Дутор». Х/ф.
18.50 «UzEX».
19.00 **«Давр».**
19.30 **«Кумуш».** Т/с.
20.20 «Давр мавзуси».
20.30 «Автопатруль».
20.50 **«Император аёл».** Т/с.
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 **«Давр».**
22.30 Миллий сериал: **«Меҳмонжонлардан айланай».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 **«Катта галаба».** Б/ф.
1.20-2.00 «Салом, ёшлар».
Қадрли телетомошабинлар! «Yoshlar» телеканалида соат 6.00 гача профилактика.

**TOSHKENT**

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.30 «Карвонсарой».
8.45 «Эсмеральда». Т/с
9.15 «Интервью».
9.30 «Таня ва икки мушкетёр».
10.40 «Саргузаштлар ороли».
11.00 Нима учун гуруҳи тақдим этади: «Шунақа гаплар».
11.15 «Саёҳатлар эртаги».
13.00 «Салом, Тошкент!»
14.05 «Дунё». Теледастури.
14.55 «Ҳуқуқий дақиқалар».
15.00 **«Пойтахт».**
15.15 «Эсмеральда». Т/с
15.45 «Карвонсарой».
15.55 «Сеҳрланган бола».
16.40 «Замин ғаройиботлари» теледастури.
17.30 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
18.00 **«Пойтахт».**
18.20 «Тошкентнинг илм масканлари».
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.30 Тошкент тароналари.
19.40 «Кадр ортида».
20.00 **«Пойтахт».**
20.20 **«Тараддуд».**
20.45 «Инсон матонати». Т/с.
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
22.00 «Интервью».
22.15 «Случайный муж».

**SPORT**

7.15 Хабарлар.
**7.25 Болалар майдончаси.**
7.55 «Тренируемся вместе».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
**9.20 Футбол. «Бунёдкор» - «Хоразм».**
11.05 ХАБАРЛАР
11.35 «Спорт – менинг ҳаётим».
12.00 «Ринг қироллари».
***
13.05 Болалар майдончаси.
13.35 Баскетбол. Халқаро турнир.
15.10 Теннис.
16.15 **Футбол. «Локомотив» - «Шўртан».**
***
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 «Баркамол авлод».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.05 Енгил атлетика.
20.05 Оғир атлетика.
20.50 Жаҳон спорти юлдузлари - Зидан.
21.10 «Футбол шарҳи».
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 Формула – 1. Венгрия гран приси.
23.55 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. УЕФА чемпионлари лигаси. «Барселона» - «Арсенал».**

**TV-MARKAZ**

07.00 Ўзбек наволари
08.00 Сериал «Хонаки эркак»
09.10 Ўзбек наволари
09.30 «Топ-10»
10.05 Ўзбек наволари
11.30 «Темный рыцарь» х/ф
14.10 Ўзбек наволари
14.30 «Хонаки эркак»
15.40 «ЛИЛОВЫЙ ШАР» х/ф
17.05 Ўзбек наволари
18.30 «ХОНАКИ ЭРКАК»
19.40 Ўзбек наволари
21.00 Сериал «ЗАВТРА НАСТУПИТ СЕГОДНЯ»
22.00 «МЕТОД ХИТЧА» худ.-фильм
00.20 Миксер

**nttl**

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Буни ҳаёт дейдилар"
07.30 "Парламент соати"
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09.30 **"25-кадр"**
10.00 "Янги авлод"
10.30 **"Дийдор ширин"**
11:30 Хужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 "Яхши кайфият"
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Анжелика" т/с**
15.30 Хужжатли фильм
15:45 "Ягонамсан, Ватан!"
16.00 **"Арғувонлар остида" т/с**
16:45 Кутилмаган томоша
17:00 "Янги авлод"
17:30 "Зумраша"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
19:00 **"Чангалзор куйчиси" т/с**
19:45 **"Арғувонлар остида" т/с**
20:30 **"Худуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (101, 102-қисмлар)**
22:00 "Яхши кайфият"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
00:00 "Тунги ором"

## СЕШАНБА 3

**O'ZBEKISTON**

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
**7.10 «Икки тақдир».** Т/с.
7.50 «Тонгги наволар».
8.00 «Ахборот».
8.40 - 9.25 «Маънавият» дастури.
9.25 «Болалар дунёси».
9.55 Андижон вилояти телерадиокомпанияси намойиш этади: «Юртдошлар».
**10.20 «Қирол ва мен».** Т/с.
11.00 «Ахборот».
11.10 «Кунларнинг бирида.»
11.20 **«Ёмғир симфонияси».** Т/с.
11.50 «Ахборот». /инглиз/.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.05 Миллий сериал: **«Ҳаёт жилғалари».**
13.35 «Кундуз амакининг ҳикоялари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.20 «Ойдин ҳаёт». Ток-шоу.
15.05 Жаҳон мусиқаси хазинасидан. Верди. «Трубадур». 2-қисм.
16.10 «Тезкор хабарлар».
16.25 «Мен ёшликман».
16.40 «Икки дарё оралиғида».
17.00 «Ахборот».
17.15 «Муқаддас қадамжолар».
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».
**18.10 «Ёмғир симфонияси».** Т/с.
18.40 «Навоийни англаш».
19.00 «Истеъмолчи».
19.10 «Кун мавзуси».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 **«Ҳаёт жилғалари».**
20.45 «Ватанимни куйлайман».
21.00 «Ахборот».
21.40 «Одамлардан бири».
**22.00 «Қирол ва мен».** Т/с.
**22.45 «Ёлғиз кабутар».** Б/ф. 7-қисм.
23.35 - 23.45 «Очун».

**YOSHLAR**

6.00 «Салом, ёшлар!»
6.40 «Яшаш сирлари».
7.00 «Ёшлар нонуштаси».
7.20 «Мультипанорама».
8.00 «Ёшлик наволари».
8.20 **«Кумуш».** Т/с.
9.10 «Уйимдаги фариштам».
9.30 «Бугундан эсдалик».
10.00 **«Давр».**
10.10 «Болалар табассуми».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 **«Сеҳрли тош».** Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 **«Пуаро».** Т/с.
12.40 «Соғлом авлод».
13.00 **«Давр».**
13.10 «Ёшлар нонуштаси».
13.30 **«Император аёл».**
14.20 «Ёшлик наволари».
14.40 «Автопатруль».
15.00 «Бу қўллар». Х/ф.
15.20 «Меҳр ва оташ».
16.00 **«Давр».**
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Сирли ўрмонча».
17.00 «Мультипанорама».
17.10 **«Ўгирланган орзу».**
18.00 «Рўзғор мактаби».
18.30 «Миқ». Х/ф.
18.50 «UzEX».
19.00 **«Давр».**
19.30 **«Кумуш».** Т/с.
20.20 «Нуқтаи назар».
20.50 **«Император аёл».**
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 **«Давр».**
22.30 Миллий сериал: **«Меҳмонжонлардан айланай».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 **«Ритмни сақла».**
1.20 «Салом, ёшлар».
2.00 **«Давр».**
2.30 **«Шоҳидамас, баргида».** Б/ф.
4.10 «Илҳом қанотлари».

**TOSHKENT**

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.45 «Эсмеральда». Т/с
9.15 «Интервью».
9.25 «Анонс».
9.30 **«Пойтахт».**
9.40 **«Тараддуд».**
9.50 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
10.15 «Умид юлдузлари».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Индаба». Т/с 8-қисм.
11.15 «Репортаж» /рус/.
11.35 «Алвон елканлар». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
13.50 «Тошкентнинг илм масканлари».
14.05 «Дунё» теледастури.
14.55 «Ҳуқуқий дақиқалар».
15.00 **«Пойтахт».**
15.15 «Эсмеральда». Т/с.
15.55. «Олтин оху». М/ф.
16.25 «Кадр ортида».
16.40 «Замин ғаройиботлари» теледастури.
17.30 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
18.00 **«Пойтахт».**
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.40 «Менинг маҳаллам».
20.00 **«Пойтахт».**
20.20 Бизнинг футбол.
20.45 «Инсон матонати». Т/с.
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
22.00 «Интервью».
22.15 «Гарфильд-2». Х/ф.

**SPORT**

7.15 Хабарлар.
**7.25 Болалар майдончаси.**
8.00 «Баркамол авлод».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
9.20 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Барселона» - «Арсенал».**
11.05 «Маҳалламиз паҳлавонлари».
11.35 Велоспорт.
12.10 «Футбол шарҳи».
12.40 Жаҳон спорти юлдузлари - Зидан.
***
13.05 Болалар майдончаси.
13.35 Баскетбол.
15.05 Теннис.
16.15 Формула – 1.
***
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 «Олимп сари».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.05 Енгил атлетика.
20.00 Оғир атлетика.
20.40 Жаҳон спорти юлдузлари - Зидан.
21.00 «БРЕЙН - РИНГ».
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 **Интерфутбол.**
23.55**«МЮ» - «Бавария».**

**TV-MARKAZ**

07.00 Ўзбек наволари
08.00 Сериал «Хонаки эркак»
09.10 Ўзбек наволари
09.30 Сериал «Завтра наступит сегодня»
10.30 Ўзбек наволари
11.30 «Метод Хитча» х/ф
13.50 Ўзбек наволари
14.30 Сериал «Хонаки эркак»
15.40 «ПЭППИ-ДЛИННЫЙ-ЧУЛОК» худ.фильм
16.50 Ўзбек наволари
18.30 «ХОНАКИ ЭРКАК»
19.40 Ўзбек наволари
21.00 Сериал «ЗАВТРА НАСТУПИТ СЕГОДНЯ»
22.00 «ОДЕРЖИМОСТЬ» х/ф

**nttl**

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Яхши кайфият"
07.30 **"Худуд"**
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09.30 "Мусиқий лаҳзалар"
09:45 Худудий телестанциялар лойиҳалари
10.00 "Янги авлод"
10:30 **"Озод-шоу"**
11:30 Хужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 "Буни ҳаёт дейдилар"
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Анжелика" т/с**
15.30 Хужжатли фильм
16.00 **"Арғувонлар остида" т/с**
16:45 Кутилмаган томоша
17:00 "Янги авлод"
17:30 "Зумраша"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
19:00 **"Чангалзор куйчиси" т/с**
19:45 **"Арғувонлар остида" т/с**
20:30 **"Худуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (103, 104-қисмлар)**
22.00 "Яхши кайфият"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**

## ЧОРШАНБА 4

**O'ZBEKISTON**

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
**7.10 «Икки тақдир».** Т/с.
7.50 «Тонгги наволар».
8.00 «Ахборот».
**8.40 - 9.40 «Маънавият» дастури.**
9.40 «Билмасвой рулда».
10.00 «Сарҳад билмас дўстлик».
**10.20 «Қирол ва мен».** Т/с.
11.00 «Ахборот».
**11.15 «Ёмғир симфонияси».** Т/с.
11.50 «Истеъмолчи».
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.05 **«Ҳаёт жилғалари».**
13.35 «Кундуз амакининг ҳикоялари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.20 «Дунё манзаралари».
14.40 «Эркин иқтисодиёт».
15.05 «Олам ва одам» дастури: «Ер сайёраси».
16.00 «Уйла, Изла, Топ!»
16.40 «Икки дарё оралиғида».
17.00 «Ахборот».
**17.15** «Таълимга эътибор - келажакка эътибор».
17.35 «Эртаклар - яхшиликка етаклар».
**18.20 «Ёмғир симфонияси».** Т/с.
18.50 «Буюк аждодларимиз».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 **«Ҳаёт жилғалари».**
20.45 «Ватанимни куйлайман».
21.00 «Ахборот».
21.35 «Бу муқаддас Ватанда азиздир инсон».
21.40 «Мен ёшликман».
**21.55 «Қирол ва мен».** Т/с
**22.40 «Ёлғиз кабутар».** Б/ф. 8-қисм.
23.30-23.40 «Очун».

**YOSHLAR**

6.00 «Салом, ёшлар!»
6.40 «Яшаш сирлари».
7.00 «Ёшлар нонуштаси».
7.20 «Мультипанорама».
8.00 «Ёшлик наволари».
8.20 **«Кумуш».** Т/с.
9.10 «Уйимдаги фариштам».
9.30 «Бугундан эсдалик».
10.00 **«Давр».**
10.10 «Болалар табассуми».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 **«Сеҳрли тош».** Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 **«Пуаро».** Т/с.
12.40 «Автопатруль».
13.00 **«Давр».**
13.10 «Ёшлар нонуштаси».
13.30 **«Император аёл».**
14.20 «Ёшлик наволари».
14.40 «Ватанпарвар».
15.20 «Кошинлар қўшиғи».
16.00 **«Давр».**
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Сув ҳам тугайдими?»
17.00 «Мультипанорама».
17.10 **«Ўгирланган орзу».**
18.00 «Рўзғор мактаби».
18.30 «Чемпион».
19.00 **«Давр».**
19.30 **«Кумуш».** Т/с.
20.20 «XXI аср технологиялари».
20.40 «Табассум қил!»
20.50 **«Император аёл».**
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 **«Давр».**
22.30 Миллий сериал: **«Меҳмонжонлардан айланай».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 **«Чемпион».** Б/ф.
1.20 «Салом, ёшлар».
2.00 «Давр».
2.30 **«Анқов».** Б/ф.

**TOSHKENT**

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.30 «Карвонсарой».
8.45 «Эсмеральда». Т/с
9.15 «Интервью».
9.30 **«Пойтахт».**
9.45 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
10.10 «Болаликка қайтиб».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Индаба». Т/с 9-қисм.
11.15 «Илонлар водийсининг касофати». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
13.50 «Ҳимоя».
14.05 «Дунё» теледастури.
15.00 **«Пойтахт».**
15.15 «Эсмеральда». Т/с
15.45 «Карвонсарой».
15.55 «Кувноқ дўмбоқчалар».
16.05 Нима учун гуруҳи тақдим этади: «Шунақа гаплар».
16.20 «Пичоқчилик халқ амалий санъати». Б/ф.
16.25 «Саломат бўлинг!»
16.40 **«Замин ғаройиботлари»** теледастури.
17.30 «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси». 35-қисм.
18.00 **«Пойтахт».**
18.20 «Истеъдод».
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.25 Тошкент тароналари.
19.35 «Адабий портрет». О. Шарофиддинов.
20.00 **«Пойтахт».**
20.20 **«Тараддуд».**
20.45 «Инсон матонати». Т/с.
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
22.00 «Интервью».
22.15 «Бесстрашнўй». Х/ф.

**SPORT**

7.15 ХАБАРЛАР.
**7.25 Болалар майдончаси.**
8.00 «Олимп сари».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
9.20 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Манчестер Юнайтед» - «Бавария».**
11.05 «БРЕЙН - РИНГ».
11.50 Велоспорт.
12.40 Жаҳон спорти юлдузлари - Зидан.
***
13.05 Болалар майдончаси.
13.35 Баскетбол.
15.05 Теннис.
16.15 **Интерфутбол.**
***
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 «Жозиба».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.05 «Аёллар клуби».
19.25 «Иқтидор».
20.00 Автоспорт.
20.30 Оғир атлетика.
21.10 Жаҳон спорти юлдузлари - Зидан.
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 **Интерфутбол.**
23.55 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари.**

**TV-MARKAZ**

07.00 09.10 Ўзбек наволари
08.00 Сериал «Хонаки эркак»
09.30 «Завтра наступит сегодня»
10.30 Ўзбек наволари
11.30 «Одержимость» х/ф
13.50 Ўзбек наволари
14.30 Сериал «Хонаки эркак»
15.40 «ПЭППИ-ДЛИННЫЙ-ЧУЛОК» худ.фильм
17.00 18.00 Ўзбек наволари
17.30 «Кинокурьер»
18.30 «ХОНАКИ ЭРКАК»
19.40 Ўзбек наволари
20.30 M-files
21.00 «ЗАВТРА НАСТУПИТ СЕГОДНЯ»
22.00 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ»

**nttl**

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Яхши кайфият"
07.30 **"Худуд"**
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09.30 "Мусиқий лаҳзалар"
10.00 "Янги авлод"
10.30 **"Дийдор ширин"**
11:30 Хужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 **"25-кадр" кино-кўрсатув**
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Анжелика" т/с**
15.30 Хужжатли фильм
15:45 "Ягонамсан, Ватан!"
16.00 **"Арғувонлар остида" т/с**
16:45 Кутилмаган томоша
17:00 "Янги авлод"
17:30 "Зумраша"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
19:00 **"Чангалзор куйчиси" т/с**
19:35 "Бизнес-телемаркет"
19:45 **"Арғувонлар остида" т/с**
20:30 **"Худуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (105, 106-қисмлар)**
22.00 "Яхши кайфият"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**

## ПАЙШАНБА 5

**O'ZBEKISTON**

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
**7.10 «Икки тақдир».** Т/с.
7.50 «Тонгги наволар».
8.00 «Ахборот».
**8.40 - 9.40 «Маънавият» дастури.**
9.40 «Цирк, цирк, цирк».
10.00 «Қора қуён». М/ф.
**10.10 «Қирол ва мен».** Т/с.
11.00 «Ахборот».
11.15 **«Ёмғир симфонияси».** Т/с.
11.50 «Ахборот». /инглиз/.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.05 **«Ҳаёт жилғалари».**
13.35 «Кундуз амакининг ҳикоялари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.20 «Шумқадамга олижаноблик».
14.45 «Тараққиёт ва фаровонлик сари».
15.05 «Олам ва одам» дастури: «Усимликлар ҳаёти».
15.55 «Тезкор хабарлар».
16.05 «Маҳалла».
16.25 «Мен ёшликман».
16.40 «Икки дарё оралиғида».
17.00 «Ахборот».
17.15 «Яшиллар ёди».
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».
18.10 **«Ёмғир симфонияси».** Т/с.
18.45 «Кун мавзуси».
19.00 «Тарих кўзгуси».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 Миллий сериал: **«Ҳаёт жилғалари».**
20.45 «Ватанимни куйлайман».
21.00 «Ахборот».
21.35 ТВ - анонс.
21.40 «Хонадон».
**22.05 «Қирол ва мен».** Т/с.
22.45 «Иқлим».
**22.50 «Сукрот».** Б/ф.
23.45 - 23.55 «Очун».
23.55 Кўрсатувлар дастури.

**YOSHLAR**

6.00 «Салом, ёшлар!»
6.40 «Яшаш сирлари».
7.00 «Ёшлар нонуштаси».
7.20 «Мультипанорама».
8.00 «Ёшлик наволари».
8.20 **«Кумуш».** Т/с.
9.10 «Уйимдаги фариштам». Т/с.
9.30 «Бугундан эсдалик».
10.00 **«Давр».**
10.10 «Болалар табассуми».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 **«Сеҳрли тош».** Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 **«Пуаро».** Т/с.
12.40 «Соғлик – бойлик».
13.00 **«Давр».**
13.10 «Ёшлар нонуштаси».
13.30 **«Император аёл».**
14.20 «Ёшлик наволари».
14.40 «Эверест».
15.20 «Кошинлар қўшиғи».
16.00 **«Давр».**
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Сирли ўрмонча».
17.00 «Мультипанорама».
17.10 **«Ўгирланган орзу».**
18.00 «Рўзғор мактаби».
18.30 «Тасвир ва таассурот».
19.00 **«Давр».**
19.30 **«Кумуш».** Т/с.
20.20 «Ош бўлсин!»
20.50 **«Император аёл».** Т/с.
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 **«Давр».**
22.30 Миллий сериал: **«Меҳмонжонлардан айланай».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 **«Қочоқ келин».** Б/ф.
1.20 «Салом, ёшлар».
2.00 «Давр».
2.30 **«Енгилмас».** Б/ф.
4.10 «Илҳом қанотлари».
4.40 **«Граф Монте-Кристо».** Т/с.
5.10 «Таранум».
5.55-6.00 «Мадҳия».

**TOSHKENT**

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.20 Тошкент тароналари.
8.45 «Эсмеральда». Т/с.
9.15 «Интервью».
9.30 **«Пойтахт».**
9.40 **«Тараддуд».**
9.45 «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси». 35-қисм.
10.10 «Адабий портрет». О. Шарофиддинов.
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Индаба». Т/с 10-қисм.
11.15 «Орзулар изтироби».
13.00 «Салом, Тошкент!»

13.50 «Саломат бўлинг!»
14.05 «Дунё». теледастури.
14.55 «Хуқуқий дақиқалар».
15.00 **«Пойтахт».**
15.15 «Эсмеральда». Т/с.
15.45 «Карвонсарой».
15.55 «Қувноқ дўмбоқчалар».
16.05 «Умид юлдузлари».
16.20 «Ислоҳот одимлари».
16.35 Мендельсон. »Сўзсиз қўшиқлар».
16.40 «Замин ғаройиботлари» теледастури.
17.30 «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси». 36-қисм.
18.00 **«Пойтахт».**
18.20 «Дурдона».
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.40 «Репортаж».
20.00 **«Пойтахт».**
20.20 Бизнинг футбол.
20.45 «Инсон матонати». Т/с
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.

### SPORT

7.15 ХАБАРЛАР.
7.25 **Болалар майдончаси.**
8.00 «Жозиба».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
9.20 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Бордо» - «Лион».**
11.05 «Аёллар клуби».
11.25 Баскетбол.
12.30 Жаҳон спорти юлдузлари - Зидан. Ҳужжатли фильм.
***
13.05 Болалар майдончаси
13.35 Мотопойга.
14.20 Оғир атлетика.
15.00 Теннис.
16.15 **Интерфутбол.**
***
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 ХАБАРЛАР.
18.55 **Футбол. Ўзбекистон чемпионати. «Пахтакор» - «Насаф».**
20.55 «ПрофРИНГ».
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 **Интерфутбол.**
23.45 Жума дастури анонси.
23.55 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. УЕФА чемпионлари лигаси. «Интер»- «Барселона».**
1.35 Тунги хабарлар.

### TV-MARKAZ

07.00 Ўзбек наволари
08.00 Сериал «Хонаки эркак»
09.10 Ўзбек наволари
09.30 Сериал «Завтра наступит сегодня»
10.30 Ўзбек наволари
11.30 «Лучше не бывает» х/ф
13.55 Ўзбек наволари
14.30 Сериал «Хонаки эркак»
15.40 Мультфильм
17.00 «Baby Terra Landiya»
17.30 Ўзбек наволари
18.30 «ХОНАКИ ЭРКАК»
19.40 Ўзбек наволари
21.00 Сериал «ЗАВТРА НАСТУПИТ СЕГОДНЯ»
22.00 «РОМЕО ВА ЖУЛЕТТА»
23.40 Миксер

### ntt

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Яхши кайфият"
07.30 **"Ҳудуд"**
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09.30 "Мусиқий лаҳзалар"
10.00 "Янги авлод"
10:30 **"Озод-шоу"**
11:30 Ҳужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 "Яхши кайфият"
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Анжелика" т/с**
15.30 Ҳужжатли фильм
15:45 НТТда мусиқа
16.00 **"Арғувонлар остида" т/с**
16:35 Ҳудудий телестанциялар лойиҳалари
16:45 Кутилмаган томоша
17.00 "Янги авлод"
17:30 "Зумраша"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
19:00 **"Чангалзор куйчиси" т/с**
19:45 **"Арғувонлар остида" т/с**
20:30 **"Ҳудуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (107, 108 -қисмлар)**
21:50 "Бизнес-телемаркет"
22.00 "Яхши кайфият"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**

## ЖУМА 6

### O'ZBEKISTON

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
**7.10 «Икки тақдир».** Т/с.
7.50 «Тонгги наволар».
8.00 «Ахборот».
**8.40 - 9.30 «Маънавият» дастури.**
9.30 «Топилмалар идораси».
**9.55** «Таълимга эътибор – келажакка эътибор».
**10.15 «Қирол ва мен».** Т/с.
11.00 «Ахборот».
11.15 **«Ёмғир симфонияси».** Т/с.
11.45 «Кун мавзуси».
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.05 **«Ҳаёт жилғалари».**
13.35 «Кундуз амакининг ҳикоялари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.20 «Бир жиноят изидан».
14.40 «Мозий сирлари».
15.05 «Олам ва одам» дастури: «Ўсимликлар ҳаёти».
16.00 «Одамлардан бири».
16.20 Ю. Ражабий номидаги мақом ансамблининг концерти.
16.40 «Икки дарё оралиғида».
17.00 «Ахборот».
17.15 «Саломатлик дастури».
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».
**18.15 «Ёмғир симфонияси».** Т/с.
18.50 «Минг бир ривоят».
18.55 «Зиё» студияси: «Эътиқод мустаҳкамлиги йўлида».
19.30 «Ахборот». /рус /.
20.10 **«Ҳаёт жилғалари».**
20.45 «Ватанимни куйлайман».
21.00 «Ахборот».
21.35 «Бу муқаддас Ватанда азиздир инсон».
21.40 «Бир ўлка-ки. »
**22.00 «Қирол ва мен».** Т/с.
**22.45 «Сукрот».** Б/ф.
23.40 - 23.50 «Очун».

### YOSHLAR

6.00 «Салом, ёшлар!»
6.40 «Яшаш сирлари».
7.00 «Ёшлар нонуштаси».
7.20 «Мультипанорама».
8.00 «Ёшлик наволари».
8.20 **«Кумуш».** Т/с.
9.10 «Уйимдаги фариштам».
9.30 «Бугундан эсдалик».
10.00 **«Давр».**
10.10 «Болалар табассуми».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 **«Сеҳрли тош».** Т/с.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 **«Пуаро».** Т/с.
12.40 «Чемпион».
13.00 **«Давр».**
13.10 «Ёшлар нонуштаси».
13.30 **«Император аёл».**
14.20 «Ёшлик наволари».
14.40 «XXI аср технологиялари».
15.00 «Илҳом қанотлари».
15.20 «Кўнгил куйи». 1-қисм.
16.00 **«Давр».**
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Сув ҳам тугайдими?»
17.00 «Мультипанорама».
17.10 **«Ўғирланган орзу».**
18.00 «Рўзғор мактаби».
18.30 «Кулол ва гўзал». Х/ф.
19.00 **«Давр».**
19.30 **«Кумуш».** Т/с.
20.20 «Бугун».
20.50 **«Император аёл».**
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 **«Давр».**
22.30 Миллий сериал: **«Меҳмонжонлардан айланай».**

### TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.20 Тошкент тароналари.
8.45 «Эсмеральда». Т/с
9.15 «Интервью». /Рус/.
9.30 **«Пойтахт».**
9.45 «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси». 36-қисм.
10.10 «Саргузаштлар ороли».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Индаба». Т/с 11-қисм.
11.15 Бизнинг футбол.
11.25 Мендельсон. «Сўзсиз қўшиқлар».
11.30 «Ислоҳот одимлари».
11.45 «Ганг дарёсининг қизи». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
13.50 «Дурдона».
14.05 «Дунё» теледастури.
15.00 **«Пойтахт».**
15.15 «Эсмеральда». Т/с
16.05 «Саломат бўлинг!»
16.20 «Фан ва тараққиёт».
16.35 «Замин ғаройиботлари» теледастури.
17.30 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
18.00 **«Пойтахт».**
18.20 «Эртамиз эгалари».
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.35 «Имтиҳон».
20.00 **«Пойтахт».**
20.20 **«Тараддуд».**
20.45 «Инсон матонати». Т/с
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
22.00 «Интервью».
22.15 Комедия по пятницам: «Невезучие». Х/ф.

### SPORT

7.15 ХАБАРЛАР.
7.25 **Болалар майдончаси.**
8.00 «Спортимиз маликалари».
8.15 ХАБАРЛАР.
8.30 «Малахов +».
9.20 **Футбол. Ўзбекистон чемпионати. «Пахтакор» - «Насаф».**
11.05 Баскетбол. Халқаро турнир.
12.15 «ПрофРИНГ».
***
13.05 Болалар майдончаси.
13.35 **Интерфутбол.**
15.20 Оғир атлетика.
16.15 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. «Лион»- «Бавария».**
***
18.00 Болалар майдончаси.
18.30 «Шижоат».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.05 «Ўзбекистон спорти».
19.55 **Футбол. Ўзбекистон чемпионати. «Олмалиқ» - «Динамо».**
21.45 ХАБАРЛАР.
22.05 **Футбол. «Машъал» - «Бунёдкор».**
23.45 Шанба дастури анонси.
23.55 **Интерфутбол.**
1.35 Тунги хабарлар.

### TV-MARKAZ

07.00 Ўзбек наволари
08.00 Сериал «Хонаки эркак»
09.10 Ўзбек наволари
09.30 Сериал «Завтра наступит сегодня»
10.30 Ўзбек наволари
11.30 «Ромео ва Жулетта» б/ф
13.10 Ўзбек наволари
14.30 Сериал «Хонаки эркак»
15.40 Мультфильм
17.00 Ўзбек наволари
18.30 «ХОНАКИ ЭРКАК»
19.30 Ўзбек наволари
21.00 «Bollywood Markazida»
22.00-01.00 «YURSANG SAYOQ-YEYSAN TAYOQ» хинд бадиий фильми

### ntt

06.30 Мумтоз наволар
07.00 "Яхши кайфият"
07.30 **"Ҳудуд"**
08.00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09.30 "Мусиқий лаҳзалар"
09:45 Ҳудудий телестанциялар лойиҳалари
10.00 "Янги авлод"
10.30 **"Дийдор ширин"**
11:30 Ҳужжатли фильм
12:00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
12:45 НТТда мусиқа
13:00 "Яхши кайфият"
13:30 **"Омад ва бахт" т/с**
14:15 Киноконцерт
14:30 Кутилмаган томоша
14:45 **"Анжелика" т/с**
15.30 Ҳужжатли фильм
15:45 "Соғинч"
16.00 **"Арғувонлар остида" т/с**
16:45 Кутилмаган томоша
17.00 "Янги авлод"
17:30 "Зумраша"
17:40 НТТда мусиқа
18.00 **"Жиноят қидирув бўлими" т/с**
19:00 **"Чангалзор куйчиси" т/с**
19:45 **"Арғувонлар остида" т/с**
20:30 **"Ҳудуд"**
21.00 **"Омад ва бахт" т/с (109, 110-қисмлар)**
22.00 "Буни ҳаёт дейдилар"
22:30 **"Йўқотилган йиллар" т/с**

## ШАНБА 7

### O'ZBEKISTON

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.10 Кино: **«Дард».** 1-қисм.
8.00 «Ахборот».
8.40 «Бизнинг кутубхона».
9.00 «Акаиро». М/ф.
**9.20 «Қирол ва мен».** Т/с.
10.00 «Минг бир ривоят».
10.05 «Зиё» студияси: «Эътиқод мустаҳкамлиги йўлида».
10.25 «Оналар мактаби».
10.45 1.»Рангинкамон». 2. «Дидар».
**11.25 «Ёмғир симфонияси».** Т/с.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.10 **«Ҳаёт жилғалари».**
13.45 «Шарқ тароналари».
14.00 «Ахборот».
14.20 «Одил суд».
**15.05 «Очкўзлик балоси».**
16.25 «Минг бир маслаҳат».
16.45 «Кунларнинг бирида. »
17.00 «Ўйла, Изла, Топ!»
17.40 «Эртаклар - яхшиликка етаклар».
18.10 «Қорақалпоқ оҳанглари».
18.20 «Саломатлик сирлари».
18.45 «Бахшиёна».
18.50 «Шўрданак».
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.10 **«Умр манзаралари».**
20.45 «Кўнгил қўшиқ истайди».
21.00 «Ахборот».
**21.40 «Маймунжон машмашаси».** Б/ф.
23.20 - 23.30 «Очун».

### YOSHLAR

6.00 «Салом, ёшлар!»
6.40 «Яшаш сирлари».
7.00 «Ёшлар нонуштаси».
7.20 «Мультипанорама».
8.00 «Ёшлик наволари».
8.20 Миллий сериал: **«Каминанинг оиласи».**
9.00 «Табассум қил!»
9.10 «Уйимдаги фариштам».
9.30 «Бугундан эсдалик».
10.00 **«Давр».**
10.10 «Болалар табассуми».
10.20 «Винни Пух». М/ф.
10.40 **«Гап».** Б/ф.
11.10 «Салом, ёшлар!»
11.50 **«Ғаройиб ҳодиса».**
13.00 **«Давр».**
13.10 «Ёшлар нонуштаси».
13.30 **«Император аёл».**
14.20 «Ёшлик наволари».
14.40 «Зоо олимпиада».
15.20 «Кўнгил куйи». 2-қисм.
16.00 **«Давр».**
16.10 «Катта танаффус».
16.40 «Бўлажак генерал».
17.00 «Миллий мультфильм».
17.10 **«Аждарҳо юраги».**
19.00 **«Давр».**
19.30 **«Тақдир қиссалари».**
20.30 «Айланай».
20.50 **«Император аёл».**
21.40 «Ёшлик наволари».
22.00 **«Давр».**
22.30 Миллий сериал: **«Баҳор қайтмайди».**
23.10 «Ёшлик наволари».
23.30 **«Йирик балиқ».** Б/ф.
1.20 «Салом, ёшлар».
2.00 «Давр».
2.30 **«Гугуртга кетиб».** Б/ф.
4.00 «Илҳом қанотлари».
4.30 **«Граф Монте-Кристо».**

### TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.20 Тошкент тароналари.
8.30 «Карвонсарой».
8.40 «Ўйларим».
8.45 «Эсмеральда». Т/с 174-қисм.
9.15 «Интервью».
9.25 «Анонс».
9.30 **«Пойтахт».**
9.40 **«Тараддуд».**
9.45 Бизнес «Пойтахт».
9.50 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси». 37-қисм.
10.15 «Умид юлдузлари».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Индаба». Т/с 12-қисм.
11.05 «Все о туризме».
11.45 «У замонлар ўтиб кетган». Б/ф.
13.00 «Салом, Тошкент!»
14.05 «Дунё» теледастури.
15.00 «Эртамиз эгалари».
15.15 «Эсмеральда». Т/с
15.45 «Карвонсарой».
16.10 «Қонун доирасида».
16.25 «Адабий портрет». О. Шарафиддинов.
16.45 «Мулоҳаза учун мавзу».
17.10 «Истеъдод».
17.30 Миллий сериал: «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси».
17.55 «Бизнинг футбол».
18.20 «Санъатимиз ҳазинасидан».
18.35 «Кўнгил риштаси». Т/с
19.35 «Ҳаёт фалсафаси».
20.00 **«Пойтахт».**
20.40 «Таянч нуқтаси».
21.15 Тошкент тароналари.
21.30 **«Пойтахт».** /рус/.
22.00 «Интервью».
22.15 Индийское кино: «Узў любви». Х/ф. 1-қисм.
23.45 Кўрсатувлар тартиби.

### SPORT

7.45 ХАБАРЛАР.
7.55 **Болалар майдончаси:** Тонгги гимнастика. «Спортландия».
Мультфильм.
8.25 АНОНС.
8.30 «Шижоат».
8.45 ХАБАРЛАР.
8.55 АНОНС.
9.00 **Футбол. Ўзбекистон чемпионати. «Олмалиқ» - «Динамо».**
10.40 АНОНС.
10.45 «Иқтидор».
11.20 **Футбол. Ўзбекистон чемпионати. «Машъал» - «Бунёдкор».**
13.00 Рақамлар, натижалар, рейтинглар.
***
13.05 **Болалар майдончаси:** «Спортландия». Мультфильм.
13.30 АНОНС.
13.35 Спорт экрани: «Чексизлик сари».
15.15 Теннис. Халқаро турнири.
16.10 АНОНС.
16.15 **Интерфутбол.**
17.55 АНОНС.
***
18.00 **Футбол. УЕФА чемпионлар лигаси. Куръа ташлаш маросими.**
18.25 АНОНС.
18.30 «Спортимиз маликалари».
18.45 ХАБАРЛАР.
19.00 АНОНС.
19.05 **Ўзбекистон республикаси Мустақиллигининг 19 йиллигига:** «Истиқлол йўлларида».
19.30 «Стать ближе». Ток – шоу.
20.15 **Саломатлик хазинаси.**
20.20 «Файтер».
20.45 **Футбол. Европа лигаси. Куръа ташлаш маросими.**
21.10 «RING».
21.40 АНОНС.
21.45 ХАБАРЛАР.
22.00 **Саломатлик хазинаси.**
22.05 **Интерфутбол.**
23.45 Якшанба дастури анонси.
23.55 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. УЕФА чемпионлари лигаси. «Барселона» - «Интер».**

### TV-MARKAZ

07.00 Ўзбек наволари
08.00 «Бизнинг мусика»
09.00 Мультфильм
10.30 Ўзбек наволари
11.30 «Yursang sayoq- yeysan tayoq» хинд бадиий фильми
14.30 «Кулинарный гид»
15.00 «ЭДВАРД РУКИ-НОЖНИЦЫ» худ.фильм
17.05 Ўзбек наволари
19.00 «Топ-10»
19.35 Ўзбек наволари
21.30 «Премьера»
22.00 «СЛАДКИЙ НОЯБРЬ» худ.фильм
00.10 Миксер

### ntt

07:00- Мумтоз наволар
07:30 **"Ҳудуд"**
08:00 **"Йўқотилган йиллар" т/с**
09:30 **Мультфильм**
11:00 **"Анжелика" т/с**
12:00 **"Дийдор ширин"**
13:00 **"Анжелика" т/с**
15:00 "Яхши кайфият"
15:30 **"Анжелика" т/с**
16:30 "НТТда мусиқа"
17:00 Мультфильм
18:00 «Афюн гирдоби» б/ф
19:20 Кутилмаган томоша
19:45 "Дил наволари"
20:00 **"Парламент соати"**
20:20 НТТ спорт
20:30 **Кечки кинозал: «Устаси фаранглар-1» б/ф (Ҳиндистон)**
23:00 **НТТда премьера: "Халоскор" б/ф**
00:30 **Тунги кинозал: "Йўқотилган йиллар" т/с**

## ЯКШАНБА 8

### O'ZBEKISTON

6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.10 Кино: **«Дард».** 2-қисм.
7.50 «Тонгги наволар».
8.00 «Ахборот».
8.40 «Оқ бўри». М/ф.
9.05 «Табассум».
9.40 «Очиқ дастурхон».
10.10 «Саломатлик сирлари».
10.30 «Азизим».
11.00 «Юртим бўйлаб» дастури: «Нақшлар камалаги».
11.10 «Ойдин ҳаёт». Ток-шоу.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.00 «Бахшиёна».
13.05 «КиноТеатр».
**13.30 Ҳинд киноси:** «Орзуманд юраклар».
16.40 «Оҳанрабо».
17.25 «Болалар дунёси».
17.50 «Иқлим».
17.55 «Рангин дунё».
18.15 Кино: **«Чашма».**
19.30 «Таҳлилнома». /рус/.
20.10 **«Умр манзаралари».**
20.45 «Кўнгил қўшиқ истайди».
21.00 «Таҳлилнома».
21.45 «Заковат».
**22.45 «Дарё».** Б/ф.
00.20 «Иқлим».
00.25-00.35 «Очун».
00.35 Кўрсатувлар дастури.

### YOSHLAR

6.00 «Бугун».
6.30 «Баҳона эмас». Ҳажвия.
7.20 «Мультипанорама».
8.00 «Соғлик – бойлик».
8.20 Миллий сериал: **«Каминанинг оиласи».**
9.00 «Ош бўлсин!»
9.30 «Тонгги парвоз».
10.00 «Ватанпарвар».
10.40 **«Кўк куш».** Б/ф.
12.10 «Айланай».
12.30 «Монолог».
13.00 **«Совға».** Б/ф.
13.40 «Ёшлар нонуштаси».
14.00 «Эртаклар оламида».
15.30 «Табассум қил!»
16.00 **«Шаҳзоданинг қўшиғи».** Т/с.
18.50 «Баркамол авлод».
19.00 **«Давр ҳафта ичида».**
19.30 **«Тақдир қиссалари».**
20.30 «Рўзғор мактаби».
21.10 «Шарқ гавҳари».
21.50 «Катта ўйин».
22.30 **«Баҳор қайтмайди».**
23.10 «Ҳикоя».
23.30 **«Ночор самурай».**
1.40 «Илҳом қанотлари».
2.00 «Давр ҳафта ичида».
2.30 **«Мимино».** Б/ф.
4.00 «Рақслар гулдастаси».
4.30 **«Граф Монте-Кристо».** Т/с.
5.15 «Тараннум».

### TOSHKENT

7.30 «Салом, Тошкент!»
8.30 «Карвонсарой».
8.45 «Эсмеральда». Т/с
9.15 «Интервью».
9.30 **«Пойтахт».**
9.40 «Қирқ тоғоранинг қирқ ноғораси». 38-қисм.
10.05 «Истеъдод».
10.30 **«Пойтахт».** /рус/.
10.40 «Саргузаштлар ороли».
11.00 «Сеҳрли ўрмон сири».
12.05 «Ёз нафаси». Т/ф.
12.15 «Мулоҳаза учун мавзу».
12.40 «Ҳаёт фалсафаси».
13.00 «Салом, Тошкент!»
13.50 «Исбот». Б/ф.
15.35 «Кадр ортида».
16.00 «Болаликка қайтиб».
16.20 «Тангалик болалар».
17.35 «Менинг шаҳрим».
18.00 «Нима учун?»
18.40 «Телекурьер-маркет».
18.50 «Тв-монолог».
19.05 «Имтиҳон».
19.25 Тошкент тароналари.
19.35 «Наҳотки сен?»Б/ф.
21.25 «Тошкент оқшомлари».
22.00 Тошкент тароналари.
22.15 «Все о туризме».
22.45 «Кино SMS со звёздами»: «У зеркало два лица», «Идальго», «История Юга».
00.55 Кўрсатувлар тартиби.

### SPORT

7.30 «Хайрли тонг!»
7.35 Анонс.
7.45 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. УЕФА чемпионлари лигаси. «Барселона» - «Интер».**
9.25 анонс.
9.30 «Тренируемся вместе».
9.50 Кувноқ стартлар».
10.25 АНОНС.
10.30 ХАБАРЛАР.
10.40 АНОНС.
10.45 «Истиқлол йўлларида».
11.10 «Аптека слушает».
11.55 АНОНС.
12.00 Пляж футболи. Халқаро турнир.
13.00 Рақамлар, натижалар, рейтинглар.
***
13.05 «Стать ближе». Ток – шоу.
14.50 АНОНС.
14.55 «Ўзбекистон спорти».
15.40 «RING».
16.10 АНОНС.
16.15 **Интерфутбол.**
17.55 АНОНС.
***
18.00 «Спортчилар оиласи».
18.30 ХАБАРЛАР.
19.00 **Футбол. Англия суперкубоги. «Челси» - «Манчестер Юнайтед». Тўғридан - тўғри олиб кўрсатилади.**
21.00 **Саломатлик хазинаси.**
21.05 «Спорт – менинг ҳаётим».
21.25 АНОНС.
21.30 ХАБАРЛАР.
22.00 **Саломатлик хазинаси.**
22.05 «Ринг қироллари».
23.05 Душанба дастури анонси.
23.15 **интерфутбол.**
00.55 АНОНС.
1.00 **Мавсумнинг энг яхши ўйинлари. УЕФА чемпионлари лигаси. «Бавария» - «Лион».**
2.40 «Хайрли тун!»

### TV-MARKAZ

07.00 Ўзбек наволари
09.00 Мультфильм
10.30 «Baby Terra Landiya»
11.00 Ўзбек наволари
11.30 «Сладкий ноябрь» х/ф
13.40 Ўзбек наволари
15.00 «МОСТ В ТЕРЕБАТИЮ» худ.фильм
16.40 Ўзбек наволари
17.30 M-files
18.00 Ўзбек наволари
20.30 «Кинокурьер»
21.00 Ўзбек наволари
21.30 «Премьера»
22.00 «СВАДЬБА ЛУЧШЕГО ДРУГА» худ.фильм
00.00 Миксер

### ntt

07:00 Мумтоз наволар
07:30 НТТ спорт
07:45 "Мусиқий лаҳзалар"
08:00 Мультфильм
09:30 "Халоскор" б/ф
11:00 "Жиноят қидирув бўлими" т/с
13:00 Кечки кинозал: «Устаси фаранглар-1» б/ф
15:15 "Жиноят қидирув бўлими" т/с
17:00 Мультфильм
18:00 "Гўзаллик сири" б/ф
19:35 "Бизнес-телемаркет"
19:45 "Якшанбада яхши дам"
20:30 "25-кадр"
21:00 "Дийдор ширин"
22:00 НТТда премьера: "Индиана Жонс ва афсонавий биллур чаноқ" б/ф

## ЭРТАЛАБКИ ТАҚВОЛИ НОНУШТА АСОСИДА:

- Сурункали қабзият;
- Асабийлик;
- Соғломлашиб, табиий семириш;
- Қорин ва сондаги ёғларни йўқотиш;
- Қон томир, ичакларни, бўғимдаги тузларни табиий тозалаш;
- Ойига 5–15 кг.гача озиш;
- 3 ойда 10 ёшга ёшариш;
- Болалар муаммолари;
- Қоннинг шакар миқдори ва босимини меъёрлаш;
- Юзни оқартириб, жарроҳлик амалиётисиз ёшартириш (ажин ва доғлар);
- Италия, Франция ҳамда Америкадан келтирилган табиий маҳсулотлар.

**Мурожаат учун телефон: (+99897) 710-03-11. Халқаро тоифали WELLNES тренер Лола Қаландарова. (+99897) 711-32-05 (Хоразм). Маҳсулот сертификатланган. №0738045**

Москвадаги Халқаро Абу Али ибн Сино академиясининг магистри

## табиб ХУРСАНД АЛИ

**табобат хизматини таклиф этади:**

- Ошқозон-ичак, ўт пуфаги, қораталоқ касалликлари;
- Бепуштлик, жинсий аъзолар шамоллаши; буйрак ва тухумдон кисталари, простата бези шамоллаши;
- Буйракдаги тошларни тушириш;
- Гижжа, лямблялар ариб, теридаги оқ доғлар(ветелиго) ва ажинлар кетади;
- Умуртқа чурраси, бел ва оёқ оғриғи, бод, артрит, полиартрит, бўйин ва елкада, тиззада туз йиғилиши сингари хасталиклар;
- Юрак, қон-томир хасталиклари, қон босими, инсультдан кейинги тикланиш даври ва асаб касалликлари;
- Буқоқ касаллигининг ҳар қандай тури Шарқ табобати усулида гиёҳлар билан даволанади.

**Манзил: Тошкент вилояти Ўрта Чирчиқ тумани Қумовул (Бектемир) қўрғони.**
**Телефон: (+99897)156-57-31. Лицензия № 95**
**Табиблар реестрида 2092-рақам билан қайд қилинган.**

## ИХЛОС — ХАЛОС

**Бош оғриғи, қон босими ошишидан қутуласиз!**
**Қораталоқ, ўт пуфаги, ошқозон-ичак хасталикларидан халос бўласиз!**
**Гижжалар, лямблялар, чурралар, бел-оёқ оғриқлари, бўйин, елка ва тиззадаги туз йиғилиши, бод, артрит, полиартрит, умуртқа чуррасини даволашда ёрдам берамиз!**
**Асаб, юрак- қон томир, буқоқ хасталикларидан тузаласиз!**
**МУРОДЖОН МАМАЖОНОВнинг "Халқ табобати маркази" Ўзбекистон Халқ табобати академияси томонидан берилган 66-сонли гувоҳнома асосида фаолият юритади.**
**Мурожаат учун телефон: (+99897) 111-21-63**

* * *

"54 ёшдаман. Қон босими ортиши, ўт қопи, жигар яхши ишламаслиги менга қаттиқ азоб берарди. Овқатдан кейин кекираверib, қийналиб кетардим, таом ҳазм бўлиши оғир эди. Елка, оёқ-қўл бўғинларига туз йиғилган, мажолсизликдан озгина юрсам ҳам ҳансираб қолардим. Юрагим тез урарди.

Бу ерга келганимдан кейин руҳим анча енгиллашди. Чунки Муроджон даволашни ширин сўзлар, хушмуомала билан беморнинг кўнглини кўтариш, унда соғайиб кетишга ишонч уйғотишдан бошлар экан. Ана шундай табибга ихлос қилмай бўладими, ахир?

Муолажанинг иккинчи-учинчи кунидан кейин қон босимим меъёрига тушди, ўт қопим, жигаримдаги оғриқлар камайди. Кекириш йўқолди. Тўртинчи-бешинчи кунлардан кейин батамом соғайиб кетиш умидидаман.

**ДИЛМУРОД,**
**Тошкент вилояти".**

* * *

"Бу ерга бугун тўққизинчи кун келишим. Шу пайтгача бош оғриғи, буқоқ, буйрак шамоллаши, оёқ оғриғи, уйқусизлик, миомадан азоб чекардим. Боз устига қулоқларим шанғиллаб, яхши эшитмасдим.

Муолажанинг олтинчи кунидан кейинок қулоғимдаги шовқин пасайди, бош оғриғи камайди, буқоқ оғриғи тинчиди, уйқум маромига тушди. Авваллари шу дардлар азобидан кайфиятим жуда ёмон эди. Эндиликда даволанганим сайин ўзимни тобора яхши ҳис қилаяпман.

**Г. ҲАСАНОВА,**
**Тошкент шаҳри».**

**Қибрай марказида 3 сотихли ферма СОТИЛАДИ.**
**Тел.: 410-42-98, 777-72-25**

***Пойтахтимиз аҳли ва меҳмонларига беминнат хизмат кўрсатиб, уларнинг узоғини яқин, оғирини енгил қилиб келаётган Тошкент шаҳридаги***

## 2519-АВТОЖАМЛАНМА ДАВЛАТ КОРХОНАСИ

**маъмурияти шу ҳудудда яшаётган "Д" тоифали ҳайдовчилар ҳамда чиптачиларни**

## ИШГА ТАКЛИФ ҚИЛАДИ!

Ойлик маошлар қуйидагича:
Ҳайдовчилар учун 600 000 сўм.
Чиптачилар учун эса 170 000–200 000 сўм.
Шунингдек, автожамланма қошида ташкил этилган махсус ўқув курсида "Д" тоифали ҳайдовчилар тайёрланади.
Ўқиш муддати 6 ой. (3 йил ишлаб бериш шарти билан)
Ҳайдовчилик курсларида ўқишни хоҳловчилар қуйидаги ҳужжатларни тақдим этишлари керак:

1. Паспорт кўрсатилади ва 2 та нусхаси тақдим этилади.
2. Ҳарбий билет(нусхаси тақдим этилади).
3. 3х4 сурат (10 дона)
4. Тиббий маълумотнома (3-сон шаҳар клиник шифохонаси)
5. "В", "С" тоифали ҳайдовчилик гувоҳномалари(нусхаси) тақдим этилади.

**Қуйидаги манзилга мурожаат қилишингиз мумкин:**
Тошкент вилояти, Қибрай тумани, Авайхон кўчаси (собиқ Иркутск) 20-уй. Мўлжал: Қорасув 6. **ТЕЛЕФОН: 266-38-31**


**Қадрли ҳамкасбимиз Шоирахон!**

Сизни қутлуғ 40 баҳорингиз билан чин дилдан қутлаймиз! Сизга оилавий хотиржамлик, тинчлик, ишларингизда омад, муваффақият тилаймиз. Ҳамиша юзингиздан кулгу, табассум аримасин. Ўз касбингиз сир-асрорларини эгаллаш йўлидаги саъй-ҳаракатларингиз, изланишларингиздан толмай, аҳил ва иноқ жамоамизда фаолият юритиш ҳаммамизга насиб этсин.

Сизга соғлик-омонлик, узоқ-умр, бахт-саодат тилаймиз.

**«Матбуот тарқатувчи» АК жамоаси**

# РАҚАМЛАНГАН КЎЧАЛАР

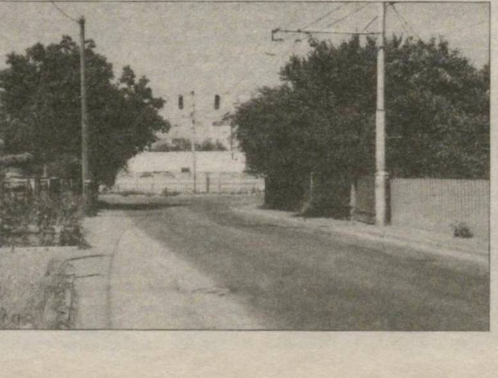
## айрим чалкашликларни келтириб чиқармоқда

Аслида, кўчаларни номлаш анъанаси манзилни аниқ топиш ва бошқа бир қатор англашилмовчиликларга барҳам бериш эҳтиёжидан келиб чиққан. Не ажабки, бугун бутун дунёда «Шарқ дарвозаси» деб эътироф этилаётган пойтахтимиз мисолида оладиган бўлсак, бу борада ҳар хил чалкашликларга йўл қўйилгани, яъни баъзи кўчаларни номлаш ўрнига рақамланганини фуқароларимизнинг ҳақли эътирозларига сабаб бўлаётир.

Оддий мисол, маҳалламиз идорасига келган бир хатда Фарғона йўли кўчасидаги 41-уй тўғрисида маълумот сўралган эди. Биз бундай хонадон йўқлигини, у қачонлардир 43-уйига қўшилиб кетганини билардигу, лекин шундай бўлса-да, аниқлик киритиш мақсадида 43-уй эшигини қоқдик.

— 41-уй умуман йўқ, — деди хонадон соҳиби. — 39-дан кейин 43-рақамли уй келади. Сиз қидираётган ҳовли қўшилиб кетган бўлса керак...

Билардикки, маҳалла ҳудудида Фарғона йўли кўчасига туташ, шу номга қўшимча равишда рақам тиркалган иккита кўча бор, яъни Фарғона йўли— 23 ва Фарғона йўли—27 кўчалари. Бизга керакли бўлган манзил эса Фарғона йўли — 23 кўчасида экан. Демак, хатда ё билмаслик, ё тушунмаслик оқибатида «23» рақами тушиб қолдирилган...



Тўғри, балки кўчаларнинг рақамлар билан номланиши қайсидир жиҳатдан ўзини оқлар, лекин юқоридаги каби ҳолатларда, яъни ҳужжатларни расмийлаштириш ва аҳолини рўйхатга олишда маълум маънода ноқулайликларни ҳам келтириб чиқараётганига ўзимиз гувоҳмиз. Масалан, Ҳамза тумани Ички ишлар бошқармаси паспорт бўлинмаси томонидан Чубатова Евгения Александровнага берилган СА 1652819 рақамли паспортда ҳам Фарғона йўли— 23 кўчасидаги «23» рақами тушириб қолдирилган. Демак, бу фуқаронинг уйини Фарғона йўли — 23 кўчасидан эмас, балки Фарғона йўли шоҳ кўчасидан қидириш керак деб ўйлайдиган бўлсак, бу кўчада бундай уй умуман йўқ. Хўш, унда нима қилиш керак? Бу ёғи жумбоқ.

**✓ НИМА ДЕЙСИЗ?**

Фарғона йўли — 23 кўчасида «Ўзбек қоғози» корхонаси, Ҳамза туман ҳокимияти ва бошқа бир неча ташкилотлар жойлашган. Лекин негадир унга алоҳида ном берилмаган. Шунинг орқасидан ҳам ҳар хил чалкашлик ҳолатлари келиб чиқмоқда. Биз хатимизда келтирган мисоллар улардан бирининг юздан бири, десак янглишмаймиз. Бир пайтлар йўл қўйилган бундай хатоликларни тузатиш мавриди келмадимикин? Демак, рақамланган кўчаларга алоҳида ном бериш ҳақида ўйлаш керак. Умид қиламизки, Тошкент шаҳар ҳокимлиги ҳузуридаги топонимик комиссия биз тилга олган масалага жиддий эътибор қаратади.

**Содиқ МЎМИНОВ,**
**тарих фанлари номзоди.**
**Тошкент шаҳар Ҳамза туманидаги «Жўрабек» маҳалласи оқсоқоли**

ШИФО ИСТАСАК...

# ГИЁҲЛАР ТОШНИ ТУШИРАДИМИ?

**Ўзбек халқ табобати соҳасида бир неча йиллардан бери самарали фаолият олиб бораётган табиб Қаҳҳор Аминов ушбу саволга қуйидагича жавоб беради:**

— Сир эмас, кўпчилигимиз аксарият ҳолларда гоҳи нафсимизни қондириш, баъзан эса кўнглимизни чоғ этмоқ учун турли хил зарарли одатлар — яъни, спиртли ичимликлар истеъмол қилиш, тамаки ёки нос чекиш, бетартиб, меъёрдан ортиқ овқатланишлар, шўр, аччиқ, нордон маҳсулотларга ружу қўйиш, асабийлашиш ва қўрқинчли ваҳималар натижасида одам танасида кераксиз ҳар хил чиқиндилар, зарарли тузлар, қумга ўхшаш майда тошлар мунтазам йиғилиб бораверади. Келиб-келиб, ана шу тўпланган нарсалар ўт пуфагимизга тушади. Тиббиётда бу ўт тош касаллиги — холелитиоз деб аталади. Бу касалликнинг турлари кўп, албатта. Шунинг учун ҳозир айрим маълумотларни айтиб ўтиш мумкин.

Ўнг биқинда қовурға остида тўсатдан қаттиқ оғриқ пайдо бўлиши, кўнгил айниши, қусиш, ҳароратнинг 38-39 даражагача кўтарилиши билан бошланади. Оғриқ кучайгани сари ўнг куракка ва ўнг қўлга тарқалади. Баъзан касалликнинг 2-3-кунлари тери ва кўз оқи сарғаяди. Сийдик қизғиш рангга киради. Бундай вақтда бемор ўз билганича грелка қўйиши, меъдани ювиш, уқалаш, сурги дорилар қабул қилиши умуман мумкин эмас. Кўпинча ўткир холециститнинг бир неча бор хуружидан сўнг ўт пуфагида тошлар пайдо бўлиши кузатилади. Бу хасталикда беморни ўнг қовурғанинг остидаги оғриқ безовта қилади. Ўт пуфаги, биламизки, жигарнинг олдинги ўнг бўлмасида жойлашган ноксимон тузилишга эга аъзодир. Ўтни инсоннинг иккинчи юраги бўлмиш жигар тўқимаси ишлаб чиқаради ва у ўт пуфагига йиғилади. Овқат ҳазм бўлиш пайтида ўт суюқлиги ўн икки бармоқли ичакка тушади. Ўт суюқлиги ишқорий хусусиятга эга бўлиб, ўт кислотаси, ўт пигменти, холестерин, оқсил ва гармон ҳамда витаминлардан иборат. Жигар суткасига меъёрий равишда 500–1200 мл. ўт суюқлиги ишлаб чиқаради. Ушбу суюқлик ёғларни парчалайди, дори-дармонларнинг сўрилишига ёрдам беради, ичаклар ҳаракатини кучайтиради. Организмда моддалар алмашинуви бузилиши натижасида ўт пуфаги ва ўт йўлларида тош пайдо бўлиши, уларда ўт димланиб қолиши мумкин. Ўт тош хасталиги йиллар давомида ривожланиб, сўнг авжига чиққач, хуруж қилиб, қаттиқ оғриқ беради. Бундай ҳолатда оғиз тахир бўлиб қолади, жиғилдон қайнайди. Юқоридаги дастлабки аломатлар пайдо бўлиши биланоқ мутахассисга мурожаат қилиш керак.

Табобат марказимизда ушбу касаллик ташхиси қўйилган беморлар учун табиий гиёҳлар асосида дармондорилар тайёрлаб бераяпмиз.

**«Оила ва жамият» мухбири**
**Барно МИРЗААҲМЕДОВА**
**тайёрлади. (t)**

* * *

**«Ўт қопимда тош борлиги аниқланганига анча бўлди. Моддий тарафдан бироз қийналганим учун даволанишга ўз вақтида имкон тополмадим. Оғриқ кундан кунга зўрайиб борарди. Бир куни Қаҳҳоржон табиб ҳақида эшитиб қолиб, улар хизмат қилаётган марказга мурожаат этдим. У кишининг гиёҳлардан тайёрлаб берган малҳамлари ҳам арзон, ҳам самарали экан. Мени анчадан бери қийнаб келаётган дарддан уч кун ичида қутулдим. Гиёҳлардан тайёрланган махсус дармондорини ичганимдан кейин ўт қопимдаги тошларнинг тушганига гувоҳ бўлдим.**

**Суннатилла ҲУСАНОВ,**
**Самарқанд шаҳри».**

**Қаҳҳоржон Аминов амалдаги қонунчилик асосида мамлакат миқёсида фаолият кўрсатаётган табиблар реестрида 2124-рақам билан қайд қилинган. Мурожаат учун тел: (+99897) 424-82-01**

ШЕЪРИЙ АКС САДО

**«Асал деманг еган ошини...»**
**28-сон**

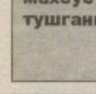
## ЎЗБЕКНИНГ ТЎЙИ

*Тўй деганда кимдир шундоқ,*
*Туш кўрармиш баҳорни.*
*Дошқозонда палов дамлаб,*
*Меҳмон кутган наҳорни.*
*Яна кимдир тўй деганда,*
*Ёдга олар келинни.*
*Ўттиз сидра сарпо-суруқ,*
*Жон суғурар қалинни.*
*Тўй дегани яна кимга,*
*Авжи даромад, асли.*
*Мана ҳозир тўкинлик, тўй —*
*Тантаналарнинг фасли.*
*Санъаткорнинг куни туғди,*
*Тўй қилганга офарин.*
*Огоҳ бўлинг, чўнтакларни*
*Қоқиштирар бирин-сирин.*
*...Бугун тонгда бир ўзбекнинг*
*Ҳовлисида машмаша.*
*Девор оша қўни-қўшни,*
*Бўлар текин томоша.*
*— Ҳой хотин, — дер эркак, — қара,*
*Тугмам тушиб кетади.*
*Янги кўйлак олсак-чи, ё*
*Буни ювсанг нетади?*
*Ахир, эрта наҳорга ош,*
*Дўстим келин олади.*
*Маҳалламнинг манман деган,*
*Эркаклари боради.*
*— Вой, дадаси, эсингизни*
*Едингизми, нетасиз?*
*Ҳозир каму кўстни айтсам,*
*Бошни олиб кетасиз.*
*Қиз узатиш керак, яна*
*Уйлаймиз уч ўғилни.*
*Янги кўйлак оламан деб*
*Бузманг сира кўнглини.*
*Сандиғимга ташлаяпман*
*Читми, духоба, атлас.*
*Совун йўқ-ку, кўйлак юв деб*
*Ҳархашанинг пайтимас.*
*Ўнта кўрпа, ўттиз ёстиқ,*
*Қирқта кўйлак — сепи бор!*
*Қизгинамни беклар олар,*
*Сепига мос эпи бор.*
*— Хотин, сенга нима бўлди?*
*Жағинг тинмас етар, бас.*
*Битта гапга шунча ғавғо*
*Қалаштириш яхшимас.*
*Фақат сен кўп нолимагин,*
*Майли, кўйлак олмайман.*
*Яхшиси, сен бора қол,*
*Мен шу тўйга бормайман.*
*Йиртиқ кўйлак янги бўлар,*
*Бир кун келиб, албатта.*
*Сўнгра дамлаб наҳорга ош,*
*Тўйлар қиламиз кат-та.*
*Ҳамма нарса меъёрида,*
*Қийнамайлик ўзимиз.*
*Меъёр бўлса, гўзал бўлар*
*Ҳаёт — шу чин сўзимиз!*

Рўзихон ИМИНОВА,
Асака шаҳри.

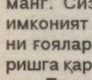
## МУНАЖЖИМ БАШОРАТИ

**Қўй (21.03–20.04)**



Ҳафта бошида ҳамкорларингиз билан алоқангиз яхшиланади. Ҳатто улар сизга янги иш ҳам таклиф қилишлари мумкин. Рақибларингиз эса парво қилманг. Сизда уларга нисбатан имконият кўпроқ. Диққатингизни ғояларингизни амалга оширишга қаратинг.

**Бузоқ (21.04–21.05)**

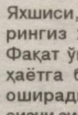


Душанба ва сешанба кунлари бироз қийинчиликка дуч келасиз. Тизгинни қўлдан бой бермасликка тиришинг. Барча муаммоларингизни ечими ўз қўлингизда. Шахсий муносабатларни яхшилаш учун чоршанба ва пайшанба кунлари қулай. Ҳар қандай масалада ҳам енгил ўйламанг.

**Эгизаклар (22.05–21.06)**

Бу ҳафта сизда руҳий чарчаш ҳолати сезилади. Яхшиси, келажакдаги режаларингиз ҳақида бош қотиринг. Фақат ўша орзу-умидларингиз ҳаётга бўлган иштиёқингизни оширади. Дам олиш кунлари сизни зиёфатга таклиф этишади.

**Қисқичбақа (22.06–22.07)**



Тақдир сизга кичик имконият туҳфа этади. Бу туҳфа шахсий ҳаёт тарзингизга ўзгартириш киритиши мумкин. Ҳафта ўртасига келиб, молиявий масалада омад кулиб боқади. Сўнгида эса яқин биродарингизни кўриш насиб этади.

**Арслон (23.07–23.08)**

Ҳафта давомида вақтингиз жуда осойишта ўтади. Яқин дўстларингиз билан чақ-чақлашишга ҳам вақт топасиз. Улар сизни тушунибгина қолмасдан, айрим муаммоларингизни бартараф этишда кўмаклашади. Шу туфайли кайфиятингиз ҳам кўтарилади.

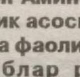
**Сунбула (22.08–22.09)**

Сунбулаларга ҳафта анча омадли келади. Ишхонада эса қанчалик уддабуронлигингизни намоён этасиз. Атрофдагиларнинг сиз ҳақингизда билдираётган фикрларига эътибор беринг. Агар сизни мақташса, яхши. Аммо танқид қилишса, хатоларингизни тўғриланг. Ҳафта сўнгида учрашувга чиқасиз.

**Тарози (23.09–22.10**

Бу ҳафта одатдагидай кичик ташвишлар билан бошланади. Пайшанба куни сизни ажойиб сюрприз билан қарши олишади. Шанба куни бирор бир тадбирда иштирок этасиз. Унинг ташкилотчиларидан бири ўзингиз бўласиз.

**Чаён (23.10–22.11)**



Душанба ва сешанбада зиддиятга дуч келасиз. Шуни унутмангки, бундай вазиятда кимдир билан тортишиш бефойда. Гарчи оғир бўлса-да, ўзингизни хотиржам тутишга ҳаракат қилинг. Ҳафта давомида харажатларингиз ҳам кўпаяди. Ниҳоят, дам олиш куни енгил тин оласиз.

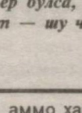
**Ўқотар (23.11–21.12)**

Келаётган ҳафтани жуда яхши ўтади деб ҳам бўлмайди. Тўғри, бошида кутилмаган воқеалар сизни кувонтириши мумкин. Бироқ ҳафта ўртасида иш юзасидан муҳим топшириқ оласиз. Агар уни муваффақиятли якунлай олмасангиз, ҳафта сўнгида жиддий муаммо пайдо бўлиши эҳтимолдан холи эмас.

**Тоғ эчкиси (22.12–20.01)**

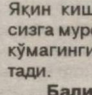
Кутилаётган ҳафтада ўзингизни анча тетик ҳис қиласиз. Аммо бунга ишониб, соғлигингизга беэътибор бўлманг. Молиявий аҳволингизга келсак, харажатларни камайтиришингизга тўғри келади. Фақат бироз сабр қилсангиз, бу ҳолатдаги муаммо ҳам ҳал бўлади. Шахсий муносабатларда эса кўполлик қилиб қўйишдан тийилинг.

**Қовға (21.01–19.02)**



Хаёлингизда айланиб юрган айрим саволларингизга кутилмаганда жавоб топасиз. Лекин бу ҳақда ўзгалар фикрига қулоқ тутмасдан, юрагингизга ишонганингиз маъқул. Яқин кишингиз ёрдам сўраб, сизга мурожаат қилади. Сизнинг кўмагингиз унга жуда ҳам асқотади.

**Балиқ (20.02–20.03)**



Негадир шу кунларда безовталаниб юрасиз. Чоршанба куни эса янги таниш орттирасиз. Аммо у билан алоқангиз узоққа бормайди. Яхшиси, бошқа муҳим ишларингизни ниҳоясига етказинг. Дам олиш кунингизни зерикарли ўтмасин десангиз, хушмуомала бўлинг.

**Фарангиз УМИДОВА**
**тайёрлади.**

# АХЛОҚИМИЗ «БИНОСИ»

## ёхуд фарзанд қалбини тинглай оласизми?

ОИЛА САБОҚЛАРИ

— Она, нега қушлар учганда ерга тушиб кетмайди?

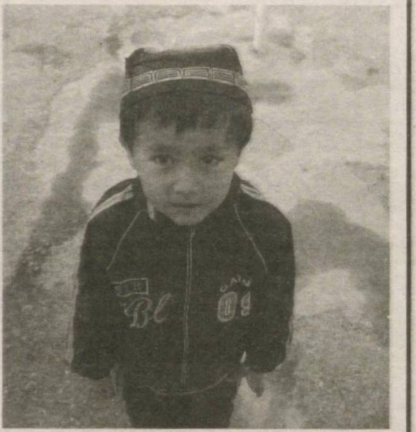
— Ёмғир томчилари қаердан пайдо бўлади ёки осмонда ҳам денгиз борми, ойижон?

— Айтинг-чи, онажон, ҳайвонлар нега одамлардай гапира олмайди? Улар ҳам бизга ўхшаб хафа бўлганда йиғлайдими?..

Энди тўрт ёшни тўлдириб бешга ўтаётган митти Саиджоннинг бу саволларига онаси қисқа қилиб "билмайман" деб қўя қолади. Саволлари жавобсиз қолган болакай ўз онасидан норози бўлиб, хомуш кайфиятда боғча томон кетарди. Тўғри, ҳозир унинг онаси ишга шошаяпти, вақти зиқ. Аммо у ўзи қизиққан саволларга жавоб топишда аввало, энг яқин ҳамроҳи — онажонига мурожаат қилади-да!

Ёш болалар онги, тафаккур олами энди ривожланиб келаётганда улар атроф-муҳитга жуда эътиборли, тақлид қилувчан, қизиқиши кучли бўлиб, мурғак тасаввурларида туғилган минглаб сўроқларга жавоб олиш учун биз катталарга савол билан мурожаат қилишади. Улар ота-оналарини шунчалар «нима»ларга кўмиб ташлайдиларки, бундай пайтларда кимдир эриниб, барча саволларга бирваракайига "ҳа" ёки "йўқ" деб қўя қолади. Яна баъзилар эса болаларнинг ҳар бир саволига тўлиқ жавоб беради. Бошқа бир тоифадаги инсонлар эса боласи билан яқиндан мулоқотда бўлиб, улар билан худди дўстидек суҳбатлашади. Албатта, ҳар қандай ҳолатда ҳам у ўз саволига тўлиқ жавоб ололса, кўнглида қониқиш ҳисси пайдо бўлади.

Бола шахси шаклланаётган, ўз кўнглида яхши ва ёмонни, тўғрилик ва эгриликни, оқ ва қорани фарқлай бошлаётган пайтда улар барибир бизларга ҳам муомала маданияти, ҳам кийиниш ва ўзимизни қандай тутишимизу атрофдагиларга бўлган муносабатимизга беихтиёр тақлид қилишади. Шу жиҳатдан олиб қараганда, биз ҳар бир қадамда уларни эзгуликка ошно бўлиб, ёмонлик ва ёвузликдан ҳазар қилишга ўргатиб боришимиз, она-Ватанга муҳаббатли, халқига садоқатли, урф-одатларимизга содиқ, ҳалол, меҳнаткаш, тўғрисўз бўлиб камол топишлари учун ҳаракат қилишимиз лозим. Қачонки биз фарзандимиз учун жумбоқ бўлиб турган муаммоларни ҳал қилишда кўмаклашсак, ўз тушунчаларимиз доирасида уларнинг саволларига жавоб берсак, улар тасаввурида ҳар қандай муаммоларни ҳал қила оладиган салоҳиятга эга бўлган инсонлар сифатида гавдаланамиз. Аксинча, болани жеркиб, қўпол муносабатда бўлсак, унинг берган саволлари ҳар сафар жавобсиз қолаверса, уларнинг биз катталарга нисбатан ҳурмати ва ишончи сўниб боради. Шунингдек, бола онгида биз намойиш этган қўполлик, менсимаслик каби салбий хислатлар шаклланиб боради. Инчунун, машҳур аждодларимиздан бири Абдулла Авлоний ўзининг "Туркий гулис-



тон ёхуд ахлоқ" асарида "Ахлоқимиз биносининг гўзал ва чиройли бўлишида тарбиянинг зўр таъсири бордур", деб бежизга айтмаганлар.

"Сен болангга ўзинг ўқиган замондаги илмни эмас, ўзи яшаётган бугунги кун илмини ўргат", дейди доноларимиз. Ҳақиқатан ҳам бугунги кун ёшлари бундан ўн-йигирма йил олдинги ёшлардан тубдан фарқ қилади. Улар тафаккурида янгича фикр, жўшқин орзулар ва замонамизга муносиб бўлиш туйғуси жўш ураётир.

Биз ота-оналар, катта ёшдагилар қайси касбда бўлишимиздан қатъий назар, кийинишимиз, нутқ маданиятимиз, ўзаро мулоқотдаги хушмуомалалигимиз билан фарзандларга ўрнак бўлишимиз лозим. Шундагина жондан азиз фарзандларимизнинг келажаги саодатли бўлади ва улар ота-оналари, устозлари изидан боради.

**Раъно РАББИМОВА,**
**Навоий вилояти.**

**Даврон ТОЖИАЛИЕВ олган сурат**

---

**"Микротўлқинли печ нурлари зарарли деб эшитдим. Шу ростми?"**

**Гулнора АБДУЛҲАЕВА,**
**Тошкент".**

# ФОЙДАСИ КЎП, ЗАРАРИ-ЧИ?

Бундай печлар микротўлқин эвазига ишлаши маълум. Хўш, микротўлқин нима?

Бу электр магнит қувватининг бир тури бўлиб, ёруғ тезлигида (секундига 299,79 км) ҳаракатланувчи қисқа тўлқиндир. Замонавий дунёни усиз тасаввур қилиш қийин: шаҳар ва мамлакатлараро телефон тармоғи, теледастурларни узатиш, интернет ва сунъий йўлдошлар иши бевосита унга боғлиқ.

Микротўлқинли печда электромагнит майдонидан заряд олган электронлар 2450 мегагерцга тенг тўлқин ишлаб чиқаради. Бу тўлқинлар жисм молекулаларини секундига миллион марта тез ҳаракатланишга мажбур қилади. Натижада овқат бир зумда исийди, аммо унинг таркибидаги молекула шакли ва тузилишига путур етади. Нурланиш жисм молекуляр тизимини ишдан чиқариши билан хавфли.

**Диққат, болаларни ундан асранг!**

Она сути ва сунъий сут маҳсулотлари таркибидаги аминокислоталарнинг айримлари микротўлқинлар таъсирида асаб ва буйракни ишдан чиқарувчи заҳарга айланади. Шу сабаб гўдак ва болалар овқатини зинҳор микротўлқин печида иситманг ва пиширманг.

"Микротўлқинли печда овқат пишириш" деб номланган, 1992 йил АҚШда чоп этилган тадқиқот натижасида шундай дейилади: **"Тиббиёт нуқтаи назаридан микротўлқинлар таъсирига дучор бўлган маҳсулотнинг инсон организмига фойдасидан зарари кўпроқ."** Ўтказилган тажрибада микротўлқин печида тайёрланган таомни еган одамларнинг қон таркибида жиддий ўзгаришлар юз бергани аниқланган. Жумладан, қондаги гемоглобин миқдори камайиб, холестерин ортиб кетади. Яна бир ҳаётий далил. Швейцариянинг йирик компанияси олими Ульрих Хертел 1991 йил микротўлқин печида пишган таом соғлиққа хавф туғдириши ҳақидаги мақоласи учун ишдан бўшатилган. Мақолада ёзилишича, нурланиш табиатда мавжуд бўлмаган молекуляр чиринди ҳосил қилиб, маҳсулотдаги озуқага путур етказади.

Албатта, ушбу жиҳозни ишлаб чиқарувчи компаниялар бу печда тайёрланган таом бошқасидан кам фарқ қилишини таъкидлайди. Фан эса бу ёлғон эканини кўрсатиб турибди: АҚШнинг биронта давлатга қарашли университети микротўлқинли печ устида тадқиқот олиб бормаган. Мазкур печ оғзи очиқ қолгани қандай хунук оқибатларга олиб келишини тасдиқловчи юзлаб воқеалар ҳам юз берганлиги маълум.

Энди бевосита микротўлқин печининг зарарига тўхталсак:

— бу печда муздан туширилган мевалар, пиширилган таом таркибида канцероген моддалар пайдо бўлади. Бу эса:

*А) овқат ҳазм қилиш тизимини ишдан чиқаради;*

*Б) лимфа тизими иши издан чиқиб, иммунитет пасаяди;*

*В) қонда саратон тўқималари кўпаяди;*

*Г) ичакда саратон тўқималари пайдо бўлишига мойиллик туғилади;*

*Д) микротўлқин печи олдида турган одам соғлиғида қатор жиддий ўзгаришлар юз беради. Шу сабаб бўлса керак, япониялик аёллар микротўлқинли печ ишлаб турганда ошхонадан чиқиб кетади.*

Россиялик олимлар эса микротўлқин печида пиширилган таом анъанавий усулда тайёрланган маҳсулотга нисбатан 60-90 фоизгача озуқаларини йўқотишини исботлашган.

**Гулгун СУЛТОНОВА**
**тайёрлади.**

---

# ЎРГАНИБ ҚОЛҒОН ЁМОН...

МУЛОҲАЗА

Бу мавзуда кейинги пайтларда кўп ва хўп айтиляпти, барча оммавий ахборот воситаларида катта-кичик чиқишлар уюштириляпти. Бугун уяли телефон деганлари етти ёшдан етмиш ёшгача десак муболаға бўлмайди, ҳамманинг кундалик эҳтиёжига айланиб улгурди. Айниқса, ёшларнинг оммавий равишда «сотка» касалига чалинаётгани биз катталарни ташвишга солаётир. Тўғри, ўтказилаётган тадқиқотлар, таҳлиллар шуни кўрсатяптики, бу ўтиш жараёнида мазкур «кашфиёт» табиий равишда оммалашади. Ва... бир кун келиб инсоннинг ўзи бу ғаройиб янгиликлар ўз эҳтиёжини қондириши билан бирга энг улуғ бойлиги — саломатлигига салбий таъсир кўрсатишини англаб етади. Бир газетада ўқидим. Олий маълумотли бир киши мактабга кетаётган боласини ана шу телефон орқали назорат қилишни маъқул кўришини айтибди. Қизиқ, бизнинг болалик давримизда бундай матоҳ тушимизга ҳам кирмаган бўлса-да, ота-она назоратини ҳис қилардик-ку!

— Айниқса, болаларнинг уяли алоқадан фойдаланишлари уларнинг соғликларига ҳам жиддий таъсир қилиши кузатилган, —дейди **Андижон вилоят кардиология диспансери шифокори Наргизахон Идрисова.** — Баъзан ўғил болалар «сотка»сини белидаги камарларида махсус ҳамёнга солиб юришади. Мутахассислар олиб борган тадқиқотларга кўра, бу ҳолат уларни бепуштлик хасталигига дучор қилиши мумкин экан. Айрим болаларимиз костюм ёки куйлакларининг чап чўнтагида олиб юришга одатланишган. Бу эса уларни турли юрак хасталигига олиб келиши хавфини юзага келтириши аниқланган. Аксарият йигит-қизлар қўл телефонларидан «наушник» воситасида фойдаланишади. Буни бехатар деб ўйлаш мутлақо нотўғри. Чунки телефондан таралаётган электрон товуш қулоқ пардасидаги «улитка» дейиладиган аъзога ўз таъсирини ўтказиб, асаб толаларини емириши, шунингдек, қулоқ эшитмаслиги — карликка сабаб бўлиши, ҳатто мия саратони хасталигини келтириб чиқариши мумкинлиги ҳақида ҳам мутахассислар огоҳлантиришяпти.

Тажрибали шифокорнинг ушбу мулоҳазаларидан сўнг уяли алоқадан икки йил давомида узлуксиз фойдаланган 30 ёшли ёш тадбиркорга шу мавзуда савол бердим.

— Мен ҳар доим «сотка»дан фойдаланиб, иш битказар эдим, — дейди Музаффар исмли йигит. — Аммо кейинги ойларда ўзимни ёмон ҳис қиладиган, жуда тез чарчайдиган ва тунлари уйқусизликдан қийналадиган бўлиб қолдим. Бир шифокорга учраган эдим, «Сиз уяли телефондан фойдаланишни камайтиринг» дея маслаҳат берди. Эндигина етти ёшга тўлган ўғлим «сотка» олиб беринг деб

қўймайди. Аммо ўз фарзандимни кўра била туриб касалликка рўпара қиламанми, деб ҳархашасига сира қулоқ солмаяпман.

Бу йигитнинг фикрларига изоҳ беришнинг ҳожати йўқ. Аммо ўзларини ўта замонавий деб биладиганларнинг аксарияти болаларига уяли телефон олиб беришни оталик бурчлари деб билишади. Бу ғаройиб матоҳга бугун шу даражада боғланиб қолаяпмизки, ҳатто тушлик қилаётганимизда ҳам, йўлларда кетаётганимизда ҳам қандайдир муҳим гапларни гаплашиб бораверамиз. Айниқса, бу автобусда ёки йўналишдаги маршруткаларда бораётганимизда жуда хунук кўринар экан. Тасаввур қилинг, салонда тўртта йўловчи бор, шунинг учтасида «сотка». Ҳар учалови, ҳатто ҳайдовчи ҳам кимлар биландир гаплашиб бораётган бўлса...

Яна бир масала борки, бу ҳам уяли телефонлар билан боғлиқ. Яъни замонавий «сотка» дегани бир вақтнинг ўзида фотоаппарат, видеокамера, радио ва ҳоказолардир. Айрим «уддабуронлар», маънавиятсиз шахслар туфайли уяли телефонлар воситасида ёшларнинг тарбиясига салбий таъсир кўрсатадиган видеоклипларнинг тарқалиб бораётгани ачинарли. Баъзан ёши анчайин катта, оқ-қорани ажратадиган кишилар ҳам ана шундай видеоёзувларни «кўчириб» ўтказиб олишиб, мақтанишларини нима деб изоҳлаш мумкин? Агар ана шундай шахсларни учратсак, уларни ўз номлари билан ахлоқсиз дейишимиз, шундай бадахлоқликни телефонга кўчиртирган ёшларни эса ота-онаси тарбиясидан четда қолган деб ҳисобласак, хато қилмаймиз. Балки бугун кўзга ташланмаётган бу ҳолат эртага ўзининг хунук меваларини бермайди, деб ким кафолат бера олади? Бу мавзуни худди гиёҳвандлик ва бошқа шу каби инсонийликка дарз етказиш хавфини келтириб чиқарадиган қусурлар сингари фаол муҳокама этиш ва чоралар белгилаш жамоатчиликнинг вазифаси эканлигини унутмайлик.

**Феруза МИРЗАОЛИМОВА,**
**журналист.**

СИНОАТЛИ ДУНЁ

**Самандар – ғаройиб жонивор. Уни ҳамма эшитган, аммо ҳеч ким кўрмаган. Дарвоқе, шундай дейиш ҳам балки тўғри бўлмас. Буюк ҳайкалтарош ва заргар Бенвунито Челлини беш яшар пайтида калтакесакка ўхшаш жонзот олов ичида ўйнаётганини кўрган эди. Ҳайратга тушган болакай бу ҳақда отасига айтиб беради. Қаттиққўл италян падреси эса у самандар эканини тушунтиради ва камдан-кам одамларга кўриш насиб қиладиган бу ҳодиса ўғлининг ёдида қолиши учун уни яхшилаб... калтаклайди.**

### У ҚАНДАЙ МАВЖУДОТ?

Хуллас, бу — калтакесак. Бироқ бошқалар у илон думли мушукнинг ўзгинаси, дейишади. Яна айримлар самандар кўршапалакка ўхшаш тери қанотларга эга, дея таъкидлайди. Шунингдек, у қанотсиз, деган фикрлар ҳам бор. Қолаверса, бу сирли махлуқни кузатган гувоҳларнинг бари у аслида итга ўхшаб кетишини ҳам айтишган. Одатда, оппоқ тусда бўлувчи бу жонивор ўзи туғиладиган аланга ҳароратига боғлиқ ҳолда зангори ёки қирмизи рангда кўринади.

Мавжудотнинг энг ғаройиб хусусияти — ўтда ёнмаслигидир. Айтишларича, унинг танаси Этна вулқони ёнида яшовчи қушларникидан ҳам совуқроқ эмиш. У тўғрисида "Ҳатто ҳаммомнинг ўтхонасига тушса ҳам оловни ўчириб қўяди", деб ёзишган. Олимлар эса жониворнинг бу ноёб қобилияти бир ёқда қолиб, унинг қанотлари борми-йўқми, деб бош қотириб ўтиришган.

Самандар қадимий олмон асотирларида тасаввур этилганидек, оловнинг руҳими ёки ўт ичида яшовчи жониворми — илм-фан бу ҳақда ҳанузгача аниқ бир хулосага кела олмаган. Лекин унинг жинси йўқ деган масалада ҳамманинг фикри бир хил, шу боис ҳам Овруподаги ўрта асрлар черковида у бокиралик рамзи бўлган.

### ЭНГ ЗАҲАРЛИ ЖОНИВОР

Алкимёгарлар самандарга катта ҳурмат билан қарашган, зотан, шу митти жонзот гўёки қўрғошинни олтинга айлантиришга қодир бўлган — шу мураккаб жараён учун зарур ҳароратни ўз нафаси билан сақлаб турган.

Дарвоқе, самандарнинг нафаси заҳарли эди! Минг йилдан ҳам аввалроқ Севиля епископи Усидор бу жонивор "Олов ичида яшайди, аммо ҳеч қандай оғриқ сезмайди, соғ-омон қолади", деганидан кейин яна шундай деб қўшиб қўйган: "Дунёда мавжуд бўлган заҳарлар орасида энг кучлиси уникидир. Заҳарли бошқа махлуқлар айрим одамларни шикастласа, самандар дарахтга чиқиб мевасини заҳарлаш орқали уни еган ҳаммани ҳалок қилади". Бу хил гаплар эса одамни хавотирга солмай қўймайди, албатта.

Самандарнинг яшаш ҳудуди анча катта — у иссиқ иқлимли мамлакатларни, айниқса, тоғли жойларни ёқтиради. Уни вулқон отилаётган тоғ ёнбағирларида учратиш мумкин. Қолаверса, у ҳар қандай очиқ аланга ичида пайдо бўлиш қобилиятига эга. Яна шуни ҳам айтиб ўтиш керакки, бу жонзот қанча узоқ умр кўриши уни яратган олов қанча вақт ёниб туришига боғлиқ.

### ЎТ ЁҚ, САМАНДАР!

Леонардо да Винчи бу жонивор олов билан озиқланади, шу боис ҳам терисини янгилаб олади, деб таъкидлаган. Ва аксинча, у кичик аждарҳо янглиғ нафас чиқариб, ўт пуркаш хусусиятига эга. Бироқ бу оловнинг табиати ўзгача — уни сув билан ўчириб бўлмайди, қолаверса, ҳарорати ҳам ёнаётган ёғоч алангасиникидан анча юқори. Самандар оловли напалмга ўхшаб, тошларни ҳам эритиб юбора олади.

Аммо бу жонзотнинг қобилиятлари шу билан чекланиб қолмайди. Қадимги дунё олимларидан Аристотел "Самандар олов устида юриши билан уни ўчиради", деб ёзганди. Плиний эса "Тарих" асарида жониворнинг бу фойдали хусусиятини, шунингдек, ўтда ёнмаслиги сабабини қуйидагича изоҳлайди: "Унинг танаси шу қадар муздекки, олов тегса, ўчиб қолаверади". Лекин тарихчи ўзининг шу гапини унутиб қўяди ва ўнбир йилдан кейин "Агар самандарда жодугарлар унга нисбатан берган шу хусусияти чиндан ҳам бўлганида бу жониворддан ёнғинларни ўчиришда фойдаланишарди", дея киноя қилади.

Самандарга хос хусусиятларни тан олиш ва инкор этишидан қатъи назар, Плиний инсониятга

унинг узоқ қариндоши — Кипр ўтхоналарида яшовчи ҳамда "пирауст" деб аталган қанотли ва тўрт оёқли жонзот тўғрисида хабар беради. Бечора оловдан чиқиб, бирозгина учса ҳам ҳалок бўлиб, тошдек қулаб тушаркан. Самандар эса алангадан ташқарида олти соатгача яшай олади, тўғри, бунинг учун у мунтазам равишда гармдори еб туриши керак.

### ЖАСУРЛИК ВА МАРДЛИК РАМЗИ

Одамлар бу ғаройиб жониворга аллақачонлар эътибор беришган. Оловсевар жонзот билан мулоқот қилиш ниҳоятда қийин эди, албатта. Масалан, буюк Парацелснинг ўзи "Бу оловли мавжудот ўз табиатига кўра, одам билан мулоқот қила олмайди, ҳолбуки, ундина ва мелузина каби сув жониворлари инсонга жуда ўрганиб қолган", деб ҳисоблаган. Аммо шунга қарамай, одамлар самандарга яхши назар билан қарашган. Масалан, геральдика (насл-насаб, шажара) илмида у балою қулфатлар алангаси ҳам зарар етказа олмайдиган даражадаги жасурлик ва мардлик рамзи ҳисобланган.

Қирол Франциск I нинг ўзи самандар суратини ўз гербига айлантирган. Дастлабки суғурта компаниялари ҳам ундан ўрнак олишган, чунки мол-мулк биринчи галда ёнғиндан суғурта қилинган-да.

Самандар баъзан машҳур кимёгарлар ва магларнинг хонадонидаги романтик оқшомларда бағоят гўзал жонли шамдон вазифасини ҳам ўтаган. Қолаверса, бу тоифа одамлар жониворддан шунчаки ёруғлик манбаи сифатидагина фойдаланишмаган. Самандарнинг қони мўъжизакор шифобахш хусусиятга эга эканини ва мустаҳкамловчи таъсир кўрсатишини улар жуда яхши билишарди.

### ЁНМАС ҚЎЛЁЗМАЛАР ВА МАТОЛАР

XII аср ўрталарида Оврупо мамлакатларида турли-туман мўъжизалар ҳақидаги бир нома яширин суратда тарқалиб, қўлдан-қўлга ўтиб юрарди. Унда ер остидан олтин қазиб чиқарувчи чумолилар, тирик балиқлар яшовчи Тошлар дарёси ва Қумлар денгизи, бутун дунёни кўрсатувчи улкан кўзгу ҳақида сўз борарди.

Бу ҳужжатнинг бир жойида шундай ёзилган: "Бизнинг ўлкаларимизда "самандар" деб аталувчи бир чувалчанг яшайди. У алангa ичида ҳаёт кечириб, пилла ўрайди, кейин эса сарой хонимлари шу пилла ипидан мато тўқиб, кийим тайёрлашади. Бу матолар тозалаш учун оловга ташланади".

Ўтда ёнмас матолар ҳақида Плиний, шунингдек, машҳур сайёҳ Марко Поло хабар бериб кетишган. Аслида эса, самандарнинг териси (ёки жуни — бунисини анча шубҳали) ҳозирги даврда бошқача усулда тайёрланувчи асбестнинг айнан ўзгинасидир. Қолаверса, у қадим замонларда кенг кўламда машҳур бўлганидек, эндиликда ҳам ўз аҳамиятини йўқотмаган.

Милоддан аввалги 100 йилдаёқ Қадимги Хитой ва Ҳиндистон коҳинлари асбест либослар кийиб, гулхан ичига киришган ҳамда барчани чуқур ҳайратга солганча, соғ-саломат қайтиб чиқишган. XIII—XIX асрларда эса узун толали асбестдан ёзув учун яроқли бўлган қоғоз, ҳамён ва турлар тайёрланган. Бироқ айрим кимсаларга ўтда қуймаслик учун самандар терисига ҳам ҳожат бўлмаган...

### ОЛОВЛИ ГРАФИНЯ

Ўрта асрлар Оврупоси бўйлаб инквизиция гулханлари гуриллаб бошлаганида маҳкумларнинг бари ҳам ўт ичида кулйиб кул бўлишга шошилавермаган. Аланга тилларидан омон қолувчи бу кимсалар... самандар одамлар эди. Инквизиция гулханларида жодугарликда айбланган кишилар ёқилгани маълум. Бироқ баъзи бировлар ўт ичидан соғ-омон чиққанидан кейин ҳам жодугар эмаслигига шубҳа бўлиши мумкинми, ахир? Ваҳоланки, бу — одамнинг оловбардошлик қобилияти эди, холос.

Мазкур ноёб хусусият гулханда ёқиш каби фавқулодда ҳолатлардагина эмас, балки кундалик турмушда ҳам учраб турарди. XII аср бошларида Парижда жажжи графиня Рене де Валломбрез дуч келган ҳодиса оғиздан-оғизга кўчиб юрарди. Бир куни аслзода аёллар гуриллаб ёнаётган камин ёнида кийим тўқиб ўтиришган эди. Улардан бирининг калаваси бехосдан оловга тушиб кетади. Шунда аёлларнинг оёғи остида ўтирган Рене қўлини алангага тиқиб, калавани чиқариб олади.

— Куйиб қолмадингми? — деб сўрашади аёллар. Қизча «йўқ» маъносида бош чайқаб, қўлларини чўзади — улар совуқ эди, ҳатто қизармаган ҳам. Буни қарангки, аланга кийим енгларининг тўр безакларига ҳам тегинмаган эди.

Шундан сўнг янада ғалатироқ бир ҳодиса рўй берган. Кечкурун ибодатхонадан қайтган хонимлар даҳшатли ва ҳайратомуз манзарани кўриб, ҳайратдан ёқа ушлашади. Жажжи графиня де Валломбрез камин ёнида деворга суянганча ўтирарди. Аланга тиллари қизчанинг боши ва елкаларини ялар, у эса... тинчгина ухларди. Атрофдагиларнинг қичқириқларидан қиз уйғониб кетади. Кейин ирғиб туради-да йиғлаб юборади: "Кечиринглар, мен мудраб қолиб, ибодатга боролмадим".

Қизалоқни синчиклаб текшириб кўришади — унинг териси, сочлари ва кўйлаги ҳам оловдан заррача шикастланмаган эди. Қизалоқнинг отаси, граф де Валломбрез эса нима воқеа юз берганини эшитгач, ҳатто пинагини ҳам бузмай, "Онасига тортибди-да", деб қўя қолган. Кейин маълум бўлишича, унинг марҳума хотини ҳам шундай ажабтовур қобилиятга эга бўлган экан.

Ёш Рене узоқ яшамаган. 22 ёшида авлод қолдиришга улгурмай, вафот этади. "Оловли графиня" ҳақидаги хотиралар эса замондошларининг кундаликларида, сарой йилномаларида сақланиб қолган. Энг муҳими, саройда юз берувчи жамики воқеа-ҳодисаларни синчковлик билан қайд этиб борган хорижий дипломатларнинг маълумотномаларида батафсил ёзиб қолдирилган экан.

### ДАҲШАТЛИ ТАЖРИБА

Орадан бир аср ўтгач, айнан ўша Францияда Мария Сонне деган бир чўпон қиз яшаб ўтди. Унга Людовик XV нинг ўзи қизиқиб қолган, қирол фармонига биноан, махсус комиссия қизни ҳар тарафлама ўрганиб чиққан.

Сорбоннанинг йирик залларидан бирида ўн бешта баҳайбат эман ғўласидан гулхан ёқилади — "олов шундай кучлики, бутун бошли ҳўкизни пиширса бўларди". Гулхандан ўн беш фут масофада гувоҳлар — Сорбонна университети профессорлари, Париж епископи, аъёнлар ҳамда бургомистр маслаҳатчилари билан жойлашади.

Озғингина, сочлари ёйилган, узун оппоқ кўйлакдаги ўн етти ёшли қиз йиғилганларга таъзим бажо айлаб, ёнаётган гулханга чиқиб, иккита темир учоёққа таянган металл чивиқлар устига ётди. Бир зумда аланга унинг танасини қамраб олди. Тўпланганларнинг хавотир-кўрқинчга тўла шивирлашлари аста-секин тинди — ҳарорат Марияга таъсир қилмаётгани ҳаммани лол қолдирган эди.

Қиз аҳён-аҳёнда тана ҳолатини ўзгартирганча, қарийб қирқ дақиқа ётди. Тажрибадан кейинок тузилган далолатномада "Унинг кўзлари ҳамма вақт юмилган ҳолда, гўё ухлаб ётгандек эди", деб ёзилди. Ва ниҳоят, Марияга "оловли тўшак"ни тарк этишга рухсат берищди. Шифокорлар ҳамда сарой хонимлари уни дарҳол кўздан кечиришди. "Танаси, сочлари ва қош-киприклари куймаганига барча ишонч ҳосил қилди. Ҳатто ип кўйлагига ҳам олов зарар етказмаганди".

Самандар қиз чўғдек қизиган темир буюмларни қўлига олиши, кафтига эритилган қўрғошин қуйиши ва ҳатто унга лабларини теккизиши мумкин бўлган. Бироқ Мариянинг опа-сингиллари бир воқеани айтиб беришган. Бир куни хонаки совун тайёрлашаётганида қизиган ёғ оёғига сачраган экан, Мария қичқириб юборибди, териси шу заҳоти қизариб кетибди.

Ғаройиб чўпон қизнинг келгуси тақдири ноъмалум. Тажрибадан сўнг кўп ўтмай, у оиласи билан бирга қадрдон қишлоғига ғойиб бўлди! Баъзиларнинг айтишларича, Рим папаси Бенедикт XIII уни кўздан йироққа яширишга қарор қилибди. Яна бошқаларнинг шивирлашларига кўра, иблисга сиғинувчилар уни ўзларининг бош коҳинларига айлантиришган эмиш...

**Абдурашид ҲАСАНОВ,**
**техника фанлари доктори.**

## ИЛДИЗУ НОВДАСИЗ, БАРГСИЗ...

Флора оламида ҳам антиқа намуналар кўплаб топиладики, табиатнинг сеҳргарлигига қойил қолмай илож йўқ. Ёсимлик ва гулларнинг бундай турларини инсониятнинг селекция соҳасидаги даҳоси ҳам ихтиро қилолмайди. Сиз суратда кўриб турган антиқа гул Раффлезия Арнольди деб номланади ва дунёдаги энг улкан гуллар сирасига киради. Унинг ди-

аметри 60 сантиметрдан 1 метргача бўлиб, 11 килограммгача вазнга эга бўлиши мумкин.

Қизиғи шундаки, Раффлезиянинг новдаси ҳам, барги ҳам, ҳатто илдизи ҳам йўқ. У ўзининг ривожланиши учун "озуқа"ни лиана ўсимлигининг ёрилган илдизларидан, ҳаводаги намгарчилик ва шудринглардан олади. Чангланиш орқали турли жойларда кўпайиб, жуда секин ўсади. Турли ҳашарот ва ҳайвонлар унинг чангларини турли жойларга ташиб юради.

Раффлезиянинг ранги қизил, қуймоқдек юмшоқ, худди уриб эзилган гўштни эслатувчи бешта шапалоқ гулбаргли бўлиб, барглар сўгалга ўхшаш оппоқ бўртмалар билан қопланган. Айнан гўштга ўхшагани учун ҳам у турли ҳашаротларни ўзига жалб этади.

Бу гулни илк бора офицер Стемфорд Раффлз ва ботаник Жозеф Арнольдлар Суматра оролида учратишган ва фанга тадбиқ этишган. Гулга эса унинг илк кашфиётчилари сифатида Раффлезия Арнольди деб ўз номларини беришган. Аммо маҳаллий аҳоли бу гулнинг қадимқадимдан ўсиб келишини жуда яхши билишгани учун уни ўзларининг тилида «бунга патма», яъни "лотос гули" деб аташарди. Фақат улар буни фанга тадбиқ этиш ҳақида ўйлаб кўришмаган эди.

## ПУФАК-ГУЛ

Барг ва илдизсиз ўсадиган яна бир субтропик ўсимлик мавжуд. Вольфия деб номланган бу ўсимлик , асосан, Шимолий ва Ғарбий Африка, Осиё ва Америкада учрайди. Ер юзида вольфиянинг 17

тури аниқланган. Бу ўсимлик майда, пуфаксимон, овал шаклидаги қобиқдан иборат. Диаметри 0,3 – 2 мм ни ташкил этади. Ушбу пуфакчалар сув юзасида бемалол сузиб юради ва шу аснода озиқланиб боради. Вольфия камдан-кам ҳолатда гуллайди. Гулларининг ранги оч-яшил бўлиб, катталиги нари борса тўғноғич бошчасидай келади ҳамда дунёдаги энг митти гул ҳисобланади.

**Наргиза СИДДИҚОВА тайёрлади.**

## ● ДУНЁ ХАБАРЛАРИ ● ДУНЁ ХАБАРЛАРИ ● ДУНЁ ХАБАРЛАРИ ●

## 30 МИЛЛИОН СОХТА ТАНГА

**Буюк Британияда ҳар 36 та бир фунтлик тангадан биттаси сохта чиқар экан.**

Мамлакатда шундай монетлар муомалага чиқарилган 1983 йилдан бери сохталик кўрсаткичи бунчалик ошиб кетмаганди, деб ёзади «The Daily Telegraph». 2002 йили ҳар юзинчи, бир йилча илгари ҳар қирқинчи танга сохта бўлиб чиқарди.

Маълумотларга қараганда, мамлакатдаги энг оммавий танга, яъни бир фунтлик монетларнинг 2,8 фоиздан ортиғи сохта экан. 2007 йили Буюк Британияда умумий ҳисобда 30 миллион ана шундай ноқонуний тангалар муомалада бўлган. Уларни ҳақиқийсидан ҳатто сотувчилар ҳам умуман фарқлай олмайди.

## АЙИҚ АВТОҲАЛОКАТГА УЧРАДИ

**АҚШнинг Колорадо штатида «Тойота-Королла» русумли автомобилга миниб олган ўғри айиқ автоҳалокатга учради.**

Сэндвич ҳидини олган полвон машина эшигини очиб, ичкарига киради. Бехосдан ўт олдирувчи мосламага тегиб кетиб, машинани юргизиб юборади. Автомобиль ўз эгрилиги билан пастга қараб юриб кетиб, дарахтларга урилиб тўхтади.

Денвер шаҳри яқинидаги Ларкспур қишлоғида яшовчи Сторилар оиласи қарсиллаган товушни эшитиб, ташқарига чиққанларида уй олдида турган «Тойота-Королла» йўқ эди. Улар овоз келган тарафга қараб югуриб боришади ва автоҳалокатга учраган ўғри айиқни "қўлга олишади". Аммо уни полиция ёрдамида машинадан чиқариб олиш учун нақ икки соат овора бўлишга тўғри келади. Полвон ҳам сира бўш келмади: амаллаб "қафас"дан қутулгач, ўрмонга қочиб кетаркан, унинг қўлида сэндвич ҳам бор эди.

## ДУБЛИН – «АДАБИЁТ ШАҲРИ»

**ЮНЕСКО Ирландия пойтахти Дублинга «Адабиёт шаҳри» фахрий номини берди.**

Зумрад орол бошкенти Эдинбург (Буюк Британия), Мельбурн (Австралия) ва Айова-сити (АҚШ) дан кейин шундай шарафга эга бўлган тўртинчи шаҳар ҳисобланади. Ирландиянинг Туризм, маданият ва спорт ишлари вазири Мэри Ханафин Дублин бундай эътирофга тўла ҳақли эди, дея таъкидлади. "Шаҳар бой адабий тарихга эга, замонавий адабиёт ҳам юқори суръатда ривожланмоқда, сонсаноқсиз фестиваллар ва диққатга сазовор сайёҳлик масканлари мавжуд, энг муҳими, шу заминда буюк ёзувчилар туғилди ва ижод қилди», дейди у.

Эслатиб ўтамиз: ХХ асрнинг энг буюк романларидан бири, "Янги Одессея" деб эътироф этиладиган "Улисс" асари (Жеймс Жойс) ҳам шу шаҳарда ёзилган ва ундаги воқеалар айнан Дублинда бўлиб ўтади.

## ЯПОН АЁЛЛАРИ ЯНА ОЛДИНДА

**Аёлларнинг узоқ умр кўриши бўйича Япония дунёда 25 йилдан буён етакчилик қилиб келмоқда.**

Мамлакат Соғлиқни сақлаш вазирлигининг яқинда эълон қилинган ҳисобот-маърузасида шундай маълумот ҳам бор эди. 2009 йили япон аёлларининг ўртача умр кўриш кўрсаткичи 86,44 ёшни ташкил этди, бу эса 2008 йилдагидан кўра тўрт йил кўпдир. Япон эркаклари эса бироз ортда қолмоқда. Улар ўртача 79,59 ёш билан дунё статистикасида Қатар, Гонконг, Исландия ва Швейцария эркакларидан кейинги бешинчи ўринни банд этган.

Япония Соғлиқни сақлаш вазирлиги ҳисоб-китобига кўра, мамлакатда ўртача умр кўриш кўрсаткичи яқин йилларда яна кўтарилади. Ҳозирда аҳоли асосан қон-томир, рак ва зотилжам (пневмония) касалликларидан вафот этмоқда.

**Интернет манбалари асосида Фаррух ЖАББОРОВ тайёрлади.**

## •СПОРТ•СПОРТ•СПОРТ•СПОРТ•СПОРТ•СПОРТ•СПОРТ•СПОРТ

# "БУНЁДКОР" ФУТБОЛЧИЛАРИ ИЖАРАДА

Бунгача дарвозабон Мурод Зуҳуров ва чап қанот ярим ҳимоячиси Шавкат Саломов Қаршининг "Насаф" клубига йил охиригача ижарага берилгандилар. Уларнинг кетидан 2010 йил охиригача ижара асосида Ғузорнинг "Шўртан" жамоасига ҳимоячи Шавкат Раимқулов ўтиб кетди.

Энди эса "қалдирғочлар"нинг яна тўрт вакили бошқа клубларда қўним топишди. Ярим ҳимоячи Жасур Ҳасанов Қатар олий дивизиони дебютанти "Лакоя" клуби билан 10 ойга мўлжалланган битимга имзо чекди. Жасур ҳозирда мавсумга тайёргарлик ўқув-машғулот йиғинини Европада ташкил этган "Лакоя" билан бирга. Ҳасанов 10 июль куни Тошкент-Франкфурт-Париж йўналиши билан "Лакоя" машғулотларига бориб қўшилганди. "Лакоя" 5 август куни Париж-Баҳрайн-Доҳа йўналиши билан Қатарга қайтади. Жасурнинг ижара шартномаси 2011 йил 15 майгача давом этади.

Осиёнинг 2008 йилги энг яхши футболчиси Сервер Жепаров ҳам "3+1" тизими баҳонасида қитъамиздаги яна бир клубнинг янги аъзосига айланди. У энди 2009 йилги Осиё Чемпионлар лигасида чорак финалгача етиб келган "Сеул" ФК сафида тўп суради. Жепаровнинг шартномаси 6 ойга тузилди. Сервер Жанубий Кореяга ўтган чоршанба, 21 июль куни учиб кетганди. Унинг "Сеул" ФКнинг янги футболчиси сифатидаги таништирув маросими 26 июль куни бўлиб ўтди. Мазкур ижара шартномаси 2011 йилнинг 21 январь куни ўз ниҳоясига етади. Ўзбекистон терма жамоаси плеймейкери «Сеул» ФКда иккита «саккизни» танлади ва энди 88-рақам остида ўйнайдиган бўлди.

"Бунёдкор"нинг тажрибали икки ўйинчиси эса мамлакатимиздаги етакчи клублар сарасига кирувчи "Насаф" таркибига 26 июлдан ўтдилар. Ҳимоячи Хайрулла Каримов ва ҳужумчи Анвар Солиев жорий йил охиригача "Насаф" сафида ижарада бўлишади.

Шунингдек, футболчиларимизни ўз таркибларига жалб этган "Лакоя", "Сеул" ва "Насаф" клублар қатор ҳаридларни ўз миллий биринчиликларида юқори ўринларни эгаллаб, Осиё Чемпионлар лигасига йўлланмалар қўлга киритиш мақсадида амалга ошираётганларини алоҳида эслатиб ўтмоқчимиз.

# МАРАДОНА ИСТЕЪФОГА ЧИҚДИ

Аргентина футбол уюшмаси миллий терма жамоа бош мураббийи Диего Марадона билан шартнома узайтирмасликка қарор қилди. Бу ҳақда Аргентина футбол уюшмаси расмий сайтида эълон қилинган.

Хабарда айтилишича, Аргентина футбол уюшмаси ижроия қўмитаси йиғилишида уюшма президенти йиғилганларни Марадона билан ўтказилган музокаралар натижасидан бохабар қилган. Терма жамоа мураббийининг талаблари билан танишиб чиқиб, ижроқўм аъзолари 49 ёшли мутахассиснинг хизматларидан воз кечишга қарор қилишган.

Аввал хабар берилганидек, Грондона Марадона билан учрашиб, унга янги шартнома таклиф қилган, аммо бунга жавобан собиқ футболчи бир қатор талаблар билан чиққан. Хусусан, уюшма мутахассисдан ўзи учун янги ёрдамчилар топишни тавсия қилган бир вақтда, Марадона ўз мураббийлар штабини тўлиқ таркибда сақлаб қолишни талаб қилган. Оқибатда томонлар келиша олмаган ва Марадона, агар унинг талаблари қондирилмаса, терма жамоадан кетишини маълум қилган.

Диего Марадона Аргентина футбол уюшмаси билан 2008 йилнинг кузида шартнома имзолаб, миллий терма жамоани 2014 йилги жаҳон чемпионатигача бошқаришга рози бўлганди. Кўплаб мутахассислар, Марадонанинг мураббийлик тажрибаси етарли эмаслигини таъкидлаб, Аргентина футболи раҳбарларининг танловини танқид қилиб чиқишганди.

Аргентина терма жамоасининг Жаҳон чемпионатидаги муваффақиятсиз иштирокига қарамасдан, унинг ишқибозлари ва терма жамоанинг бир қатор футболчилари Марадонани қўллаб-қувватлаб чиқиб, футбол юлдузини терма жамоа бош мураббийлигида қолишга чақиришганди. Марадонанинг ўзи эса «Ўз терма жамоадаги даври» тугаганини эълон қилган, аммо расман истеъфога чиқмаган эди.

**Интернет манбалари асосида Илҳом ЖУМАНОВ тайёрлади.**

# НИМАГА БОР-У, НИМАГА ЙЎҚ?..

ОЙНА

Ҳашаматли ҳовлининг қоқ ўртасига ўрнатилган катта жимжимадор ёғоч каравотда Ботир хотини Дилфуза билан акаси Зоҳирнинг таъналарига истамайгина қулоқ тутиб ўтиришарди. Зоҳир ҳарна гапим таъсир қилар деб тинмай жаврарди:

— Элдан чиқмаслик керакда. Мунча дабдабаю асъасани кўрган одамлар нима дейди, маҳалла-кўй-чи? Босар-тусарини билмай қолишибди, демайдими? Сизлар бўлса на катта, на кичикни биласизлар.

Йўқ, тилини тишлаб туришга Дилфузанинг бардоши етмади. Шиширилган шардай "пақ" этиб ёрилиб кетди:

— Ўша маҳалла-кўйингизнинг бизга ўтказиб қўйган жойи йўқ. Бировидан минг сўм сўрайин-чи, берармикан! Пулни керак бўлса биз белимиз оғриб топганмиз. Ўзимиз топамиз, ўзимиз хоҳлаганимизча ишлатамиз.

— Хўп, майли, пул ўзингизники, лекин эътибор элники.

— Биласиз-ку, маҳалладагиларнинг кўпчилиги бизни кўришолмайди. Ҳасад қилишади. Нега бизда йўғ-у, уларда бор деб ич-этини еб юришади.

— Э-э, сизларга гап уқтиргунча деворга гапирганим яхшийди. Билганларингни қилинглар, — дея Зоҳир асабий ҳолда ҳовлидан чиқиб кетди. Ботир не қиларини билмай, унинг ортидан "ҳай-ҳай"лаб қолди.

— Акамни хафа қилиб қўйдик-да, — деди у хотинига.

— Қўйинг шу акангизни, — шанғиллашда давом этди Дилфуза. — Қачон бир нарса қилмоқчи бўлсак, панд бериб ўтиради. Кўнгиллари тўғримас-да, ўзи. Бу кишиям ич-ичидан бизни кўролмайди. Уларнинг майда-чуйда гапларини бир чеккага қўйиб турайлик-да, ўз билганимизни қилаверайлик.

Ботир бир муддат мулзам турди-да, сўнг хотиржам оҳангда деди:

— Майли, сен айтганча бўла қолсин.

Хотини эса, гап билан эрининг ёқасидан оларди:

— Тўй бўлгандан кейин тўйдай бўлсин-да! Дўсту душман орасида бир ўзимизни кўрсатиб қўяйлик. Артистларниям зўр-зўридан айтинг. Ресторанда ҳам, уйда ҳам дастурхонни энг тансиқ нарсалар билан безатишимиз керак. Қизил икраю қора икрагача қўйинг. Аяманг, дадаси, аяманг. Кетса бир-икки миллион ортиқча сарф бўлар. Бир жойимиз камайиб қолмас. Ўзи тўлдиради.

— Айтган мебелларингни шу шанба куни олиб келишади. Ўзи, уйдагилари ҳам ёмон эмасди-ку?

— Ўзим айланай сиздан. Барибир янгиси яхши-да, кўрар кўзга яхши. Тўй баҳона ҳамма нарсаларимизни янгилаб оламиз.

Ботир каравот четида турган қоғозга ўроғлиқ бир ўрам пулни хотинига тутқазди:

— Мана буларни олиб қўй. Валижон кечқурун яна пул олиб келади. Ўзинг ҳисобини қилиб қўй.

Дилфуза қоғоздаги ўрамга мамнун қараб қўйиб:

— Хўп бўлади, дадаси, — деди.

Шу пайт эшик жиринглади.

Беихтиёр дарвозага қараб йўналган Ботир хотинига қараб шивирлади:

— Валижон эртароқ келиб қолдими, дейман.

— Ўзим очаман, — деб хотини жилпанглаб эшик томонга шошилди.

Эшикда уларнинг қўшниси Собиржон турарди. Хотинининг изидан келаётган Ботир Валижоннинг ўрнида қўшнисини кўриб, таъби хира бўлди. Лекин буни сездирмади. Сездирармиди? Дилфуза эрига йўл берди. Ботир эса тўйиб олган беданадай сайрай кетди:

— Ие, қўшни, бормисиз бу оламда? Келинг, келинг, Собиржон! Марҳамат қилсинлар. Шундоқ ён қўшни бўла туриб кўринмайсиз-а. Бу ишингиз қўшничилик қоидаларига тўғри келмайди-да. А, мундоқ чиқиб, ҳангамалашиб турмайсизми? Қани, уйга марҳамат!

Собир остона олдида туриб:

— Раҳмат, Ботир ака. Ҳозир шошиб турувдим, — деди.

— Доим шошиб турасиз-да, дунё топганмисиз, дейман.

— Биласиз-ку, етти-саккиз ойдан бери онамнинг мазалари йўқ. Шунга... Безовтамиз-да... — деди Собир маъюсланиб.

Ботир ўзини куйингандай кўрсатиб:

— Ие, Шарофат опанинг мазалари йўқми? Дилфуз, айтмайсанам-а? Мен ҳам иш билан бўлиб, эътибор қилмабман. Узр, Собиржон. Эрта-индин хабарлашгани чиқамиз, албатта, — деди.

— Раҳмат, Ботир ака. Сизга бир илтимос билан чиққан эдим.

— Бош устига, Собиржон, бош устига.

Собир хижолатдан каловланиб, гапини гапига аранг уларди:

— Ҳозир ойимнинг яна тоблари қочиб қолди...Шу десангиз... Касалхонага олиб бораётгандим. Аксига олиб, камхаржроқ бўлиб тургандим. Яна ким билади, дейсиз, қўшимча дорилар керак бўлиб қоладими? Шунга озгина қарз бериб турасизми, деб чиққан эдим. Тез қайтараман, ака.

Ботир не дейишини билмай, хотинига қараб жим бўлиб қолди. Собир эса энди бироз дадилланиб сўради:

— Индинга бераман, кўп эмас, юз етади.

Ботир елкасидан нафас олиб, зўрға овоз берди:

— Буни қаранг-а, аксига олиб, менда ҳозир унча пул йўқ... Сарфлаб қўювдим-да, нима қилсак экан?

Собир ҳам бўш келмай унинг икки оёғини бир этикка тиқарди:

— Майли, борича бериб туринг. Ўзимдаям бор-у, чўғи камроқ. Ҳарна-да.

— Собиржон, биласизми... нима десам экан? Нима дейишга ҳам ҳайронман... Шу десангиз... Менда ҳозир умуман пул йўқ эди.

Собир бирдан бўшашиброқ:

— Майли, қўшни, сиз сираям хижолат бўлманг. Бир гап бўлар. Бораверайлик-чи, — деб изига қайтди

Ботир унинг ортидан эргашиб минғирларди:

— Хафа бўлманг-а, жуда ноқулай бўлди-а, кўнглингизга олманг, келиб-келиб шу бугун шундоқ вазиятда эдим. Афсус...

— Ҳечқиси йўқ, Ботир ака, уйга чиқинг.

— Шарофат опамга салом айтинг. Бирор кун бафуржа чиқинг, бир отамлашайлик.

Собир остонадан қуп-қуруқ қайтди. Дилфуза эса сўри устида ётган бир ўрам пулни қўлтиқлаб уйига кириб кетди...

**Эшқобил ШУКУР**

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| САДАФ | Ғалати | Гала, пода | ... Суюн (шоир) | Афюн, қорадори | САДАФ | Етим-... | Лиммо-лим | ...-сирим | ... Хаккинен (пойгачи) | САДАФ | Форсийлар юрти | Овчи ит | Тонг саҳар | Омборхона техникаси |
| Газ тури | | | | | Ўзинг учун ўл ... | | | | | Кўйлакнинг пастки қисми | | | | |
| Рамазон фарзи | | | | | Чорпоя, супа | | | | | ... Каримова (актриса) | | | | |
| ...-товоқ | | | | | Суяк ёғи | | | | | Ситам, жабр-жафо | | | | |
| Чой қолдиғи | | | | | Маргарин хили | | | | | Игна | | | | |
| САДАФ | Ёки, ё | Кесилган дарахт | Сув ўртасидаги қуруқлик | Майда танга | САДАФ | Жангчи ўраси | ...-чулпа | Юк кўтариш қурилмаси | Ҳўл мева | САДАФ | Сабаб, туфайли | Кифт | Тегишли | Икки учли ёғоч |
| Дарахт маҳсули | | | | | Балл, баҳо | | | | | Отнинг емиши | | | | |
| Сериш-таҳа мол-қўй | | | | | Юнг (физик) | | | | | Тоғ, Ўзбекистон | | | | |
| Кўпкари | | | | | Очун, дунё | | | | | ...-чикир | | | | |
| Пайкал, экинзор | | | | | Овлоқ, хилват | | | | | Ҳиндча кийим | | | | |

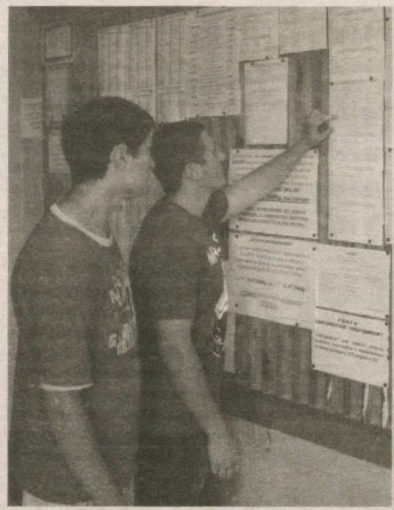
Тузувчи: Пардабой ЭРГАШЕВ

# ИМТИҲОН ҲАМ БАЙРАМ-КУ!

ТААССУФ

Ўтган ҳафта нуфузли университетлар ҳузуридаги журналистика факультетига ҳужжатларини топширган абитуриентлар ижодий имтиҳонлардан ўтишди. Бу ўзига хос синовнинг бўлғуси талаба учун аҳамияти ва эътиборли жиҳати ниҳоятда катта эканлигини бугунги кунда турли оммавий ахборот воситаларида хизмат қилаётган қаламкашлар яхши билишади. Ва ҳақли равишда айтиш мумкинки, бу ҳаётий имтиҳон эртага журналистика деб аталмиш улкан майдонга қадам қўяётган инсон учун жиддий кўприк вазифасини ўтайди. Хўш, умид билан ана шу муборак остонадан ҳатлаётган ёшларнинг бу "байрам"га тайёргарлик кўриш яъни кийиниш маданияти, ахлоқ-одоби, хуллас, маънавий қиёфаси (билим даражаси, савияси алоҳида мавзу) қай даражада? – деган ҳақли савол туғилади

...Соат роппа-роса чорак кам тўққиз эди. Ҳаммаёқ сув қуйгандек жим-жит. Ижодий имтиҳоннинг илк босқичи аллақачон бошланиб кетган. Ичкарида абитуриентлар танланган мавзулар бўйича ёзма ишларини ёзишаётганди. Бир пайт йўлакда уч нафар йигит кўринди. Қўлларида имтиҳон варақаси. Назоратчининг "Нега кеч қолдинглар, энди мумкин эмас-ку?" деганига ҳам қарамай, улар ўтиб кетишга уринишарди. Ичкаридан масъулликка қўйилган ўқитувчилардан бири чиқиб келди-да, йигитларга уларнинг кечикканликларини, яна икки кундан сўнг кейинги босқичга келишлари мумкинлигини батафсил тушунтирди. Учаласи ҳам бир-биридан ўтиб тушадиган даражада турли хил баҳоналар тўқишига қарамай, ўқитувчи уларга изн бермади ва тўғри йўл тутди.



Биз эса чеккарокда туриб ана шу йигитчаларнинг ўзини тутиши, кийимбошлари, муомала маданиятини секин кузатиб...ҳайрон қолдик. Тасаввур қилинг, эгнига ярим-ёрти майка, бел устига сўнгги "мода"даги шортик, оёғига эса шиппак-тапочка кийиб, аниқроғи, шунчаки илиб олган бу болалар эрталаб уйларидан чиқаётиб, лоақал қаерга, нима учун келаётганларини билишганмикан? Ёки наҳот уларнинг ота-онаси ўз фарзандларининг бозор ёки кўчага айлангани эмас, балки журналистика факультетига кириш учун ижодий имтиҳон топширгани отланаётганидан бехабар бўлса?!

Биз энди ичкарида, тўғрироғи, катта аудиторияда жўшиб "эжод" қилаётган абитуриентларни кузатамиз. Оппоқ кўйлагига мос рангда бўйинбоғ танлаган, калтагина қилиб кузалган сочларини силлиқ тараган йигитларни, миллий атлас кўйлак ва ироқи дўпписи ёки замонавий, чиройли либоси ўзига бирам ярашиб турган қизларни кўриб кўзлар қувонади. Лекин улар орасида ҳам соч-соқоли ўсиб кетган, пала-партиш кийинган ёхуд беўхшов, ҳеч бир модага тўғри келмайдиган либосларни кийган йигит-қизлар ҳам бор эди. Таклифимиз, ҳар бир ўқув даргоҳида фаолият кўрсатаётган қабул комиссияси аъзолари ёшларга хоҳ ижодий бўлсин, хоҳ тест синовларигами, тоза, озода, намунали кийиниб келишни маслаҳат берсалар, яхши бўларди.

Тўғри, қандай кийиниш, нимани кийиш ҳар кимнинг ўз диди, инсонийлик даражасига боғлиқ. Лекин жамоат жойларида, айниқса, биз мулоҳаза юритаётган нуфузли олий даргоҳлар, шу жумладан, эрта бир кун яхши ният билан журналист, ижодкор, зиёли бўлиб етишмоқ орзусидаги ёшларга юқорида биз тасвирлаган хунук ҳолатлар ярашармикан? Ахир, ўйлаб кўрайлик, қай биримиз байрам тадбирлари, меҳмондорчилик ёки тўй-томошаларга ярим яланғоч, чала-чулпа кийинган ҳолатда боришни ўзимизга эп деб биламиз?

Шундай экан, имтиҳон ҳам бир умр эсимиздан чиқмайдиган ажойиб байрам эмасми?

**Норқобил ЖАЛИЛ.**

Бахтли бўлинг! Бахтли бўлинг! Бахтли бўлинг!

«Дилнозага Ботирдан совчи келгач, сўраб-суриштирдик. Ота-онасини, йигитни ҳам хушмуомала, ибратли деб мақташди. Шундан сўнг тўйлари бўлди. Дастлаб бинойидек яшашди. Куёвимиз уйлангунга қадар ҳам бирор жойда ёлчитиб ишламаган экан. Отаси яхшигина жойга ишга ҳам киритиб қўйди. 15 кун ўтар-ўтмас «Оғир юк кўтармайман», деб ишдан бўшабди.

Шу тариқа беш-олти жойда ишлаб чиқди. Ғайратлига иш, дангасага баҳона кўп дегандай... Ботирни кўрган борки, ҳаваси келарди, лекин...Барибир ўзгармади, на оиласини, на рўзғорини ўйлади у. Қизим ҳомиладорлик даврида унга егулик ташиш билан овора бўлдим. Дилноза охири ўзининг соғлигини, туғилажак фарзандининг келажагини ўйлаб, ажрашишга мажбур бўлди. Оллоҳнинг марҳаматини қарангки, ажрашганидан сўнг эгизак Фотима-Ҳусан туғилди.

Ҳозир жажжи невараларим ёшига етай деб қолишди. Бор умидим сизлардан. Дилноза **25 ёшда.** Ёшига мос, тирноққа зор, иши тайин, диёнатли инсон учраса хабар берсангиз.

**МУҲИБА хола,**
**Тошкент шаҳри.»**

«Жаҳонгир билан талабалик давримда танишган эдим. Шу-шу учрашиб юрдик. Курсдош дугонамнинг тўйида у куёвжўра бўлди. Шундан сўнг уни қайтиб кўрмадим. Институтни тугатгач, орадан икки йилча вақт ўтди. Бир куни дугонам эри билан, Жаҳонгир учаласи ишхонамга келишди. Эртаси куни уйимизга совчи юборди. Тўйимиз бўлди. Биз дастлаб бинойидик яхши яшадик, жудаям бахтли эдик. Минг афсуски, қувончли кунларимиз узоққа чўзилмади. Фарзандим туғилгач, бир ҳафтагина яшади. Қайнонам бўлса соғлом фарзанд туғолмайдиган келин менга керак эмас, дея ўғлини ажрашишга мажбур қилди. Жаҳонгир оиламизни сақлаб қолиш учун роса уринди. Лекин қайнонам жуда қайсар аёллардан эди. Ниҳоят, ажрашдик. 26 ёшимда бошим эгилиб, юрагим эзилиб, отамнинг уйига қайтиб келдим. Уйимдагилар кўнглимга қараб, Тошкентдан укамнинг номига 3 хонали уй сотиб олишди. Шу уйда институтда ўқийдиган укам билан яшай бошладим. Йиллар оқар сув экан. Укам институтни тугатиб, уйланди. Келинни ўзим топгандим. Дастлаб ҳурматимни жойига қўйди. Фарзандли бўлгач, аввал бошда меҳрибонлик қилган келиним мени чиқиштирмади. Ота-онамнинг олдига қайтиб кетай десам, меҳнатим синган иш жойимни кўзим қиймади. **Ёшим 40 да.** Маълумотим олий. Фарзандим йўқ. Ёшимга мос, Тошкентда яшайдиган, қадримга етадиган эркак учраса, хабар берсангизлар.

**ГУЛСАРА,**
**Тошкент вилояти.»**

«Ойгул билан болаликдан бир маҳаллада ўйнаб катта бўлгандик. Мактабни тугатгач, икки йил ишлаб, сўнг армия сафига чақирилдим. Хизматда пайтим мен ҳам қизларга хат ёзардим. Лекин Ойгулнинг ёзган жавоб хатини қайта-қайта ўқирдим. Бир мактубида уни норози бўлса ҳам узоқ қариндошининг ўғлига унаштирмоқчи бўлишаётганини ёзибди. Уйга, онамга бор дардимни тўкиб хат ёздим. Онам мени еру кўкка ишонмасди. Ойгулнинг уйидагилари онамни илиқ кутиб олганини, оқлиқ бериб, нон ушатилганини укам хат ёзиб суюнчилади.- Ўша куни қувонганимдан ухламай тонг оттирганман. Армиядан қайтганимдан сўнг хафта ўтар-ўтмас тўйимиз бўлди.

Ойгул билан тинч-тотув яшай бошладик. Фарзандларимиз туғилди. Уларни уйли-жойли қилдик. Эндигина ҳузур кўраман деганда, бедаво дардга чалиниб, дунёдан ўтди. Наилож, тақдир экан. Фарзандларим жудаям меҳрибон. Лекин уларга ҳамма дардингни, сўзингни айтолмас экансан. Аёл кишининг ўрни бўлак экан-да. **Ёшим 64 да.** Бир меҳрибон, фарзандлари ташвишидан қутилган ёки фарзандсиз аёл учраса, у билан умргузаронлик қилсам деган умиддаман.

**ОРТИҚБОЙ ота,**
**Хоразм вилояти.»**

**ТАҲРИРИЯТДАН:**

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

**МУРОЖААТ УЧУН ТЕЛЕФОН: 234-25-46**


## «ЎКТАМХОН-НУР»

### ЎҚУВ МАРКАЗИ

**қуйидаги ўқув курсларга таклиф этади:**

**Тикувчилик** — 3 ой, бошловчилар — 6 ой.
**Тўй ва оқшом либослари** — 1-2 ой.
**Аёллар костюм-шими,**
**плаш-пальто** — 1-2 ой.
**Ҳамшира** — 6 ой. 4 ойи ўқиш, 2 ойи амалиёт.
**Ҳамшира** (тезкор) — 3 ой.
**Тиббий массаж** — 2 ой (амалиёт билан). Нуқтали — 1 ой.
**Торт ва пишириқлар** — 2 ой (амалиёти билан).
**Пишириқлар олий курси** — 1 ой.
**Уйғурча таомлар ва салатлар** — 1 ой (амалиёти билан).
**Аёллар сартарошлиги** — 3 ой (амалиёт билан).
**Педикюр, маникюр** — 1 ой (амалиёт билан).
**Сартарошлик** — 3 ой (амалиёти билан).
**Тўй ва оқшом турмаклари ва макияж** — 1 ой.
**Бухгалтерия ҳисоби** — 3 ой.
**Элита парда ва чойшаблар олий курси** — 1 ой (амалиёт билан).
**Сартарошлик** — 2-3 ой (ўғил болалар учун, амалий).
**Каштачилик** — 3 ой (машинкада вышивка).
**Тўқувчилик** — 2 ой.
**Инглиз тили** — 3 ой, бошловчилар — 6 ой.
**Рус тили** — 3 ой, бошловчилар — 6 ой.
**Бисер тикиш, яъни мунчоқ тикиш** — 2 ой.
**Сунъий гул ясаш** — 1-2 ой.
**Компьютер сабоқлари** — 2 ой. Интернет — 1 ой
**Арабча ва миллий рақс** — 3 ой.

**Ўқишга қабул ҳар куни**

■ **Машғулотлар амалиёт билан бирга олиб борилади.** ■ **Ётоқхона мавжуд.**

**Ўқишни тугатганларга ДИПЛОМ берилади.**

**Манзил: Юнусобод тумани, 3-мавзе, 1-уй, 31-хона. Мўлжал: Юнусобод деҳқон бозори орқасида. Тел: 221-17-95, 221-77-72 (кундузи), 225-97-93 18:00 дан 22:00 гача.**



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

Таҳририятга келган қўлёзмалар муаллифларга қайтарилмайди.
Реклама материаллари учун таҳририят жавобгар эмас.

*«Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди. Тошкент, Буюк Турон кўчаси, 41-уй.*
Босишга топшириш вақти – 15:00
Босишга топширилди – 16:00

Бош муҳаррир: Норқобил ЖАЛИЛОВ

Қабулхона: (тел/факс) 233-28-20
Мухбирлар: 234-25-46
Котибият: 233-04-35

МАНЗИЛИМИЗ:
Тошкент – 700000
Амир Темур кўчаси, 1-тор кўча, 2-уй
Мўлжал: Олой бозори ёнида

ОБУНА ИНДЕКСИ – 176
Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида **0169**-рақам билан **11.01.07**да рўйхатга олинган. Буюртма Г – 632. Формати А–3, ҳажми 4 табоқ. Адади – 9014
Навбатчи муҳаррир — **Фаррух ЖАББОРОВ**
Саҳифаловчи — **Илҳом ЖУМАНОВ**
Мусаҳҳиҳлар — **Саидғани САЙДАЛИМОВ, Мафтуна МИНГБОЕВА**

E-mail: oilavajamiyat@sarkor.uz
Web-site: oilavajamiyat.uz

ISSN 2010-7609

1 3 4 5