



3

**ИШЛАЙМАН ДЕГАНГА
ИМКОН БОР**



4

**ЭЛДА АЗИЗ
БЎЛМОҚ БАХТИ**



6

**ФАСТФУД СОТИШ
ТАҚИҚЛАНДИ**



8

**ИНФАРКТ САРИ
ЙЎЛ... НАХОТКИ?**



25–30 октябрь кунлари мамлакатимизда полиомиелит хасталигига қарши тўртинчи босқич оммавий эмлаш тадбирлари ўтказилади.

Шавкат СУЛТОНОВ сурат-лавҳаси.

2

САЛОМАТЛИК — ТУМАН БОЙЛИК

Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазири ўринбосари, Бош Давлат санитария ва ҳаёт тартиби ва санитария вазири Саидмурод САИДАЛИЕВ:

— Оммавий эмлаш тадбирларини сифатли ташкил этиш учун ҳукуматимиз томонидан қатор халқаро ташкилотлар билан ҳамкорликда зарур шарт-шароитлар яратилди. Айниқса, Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти, ЮНИСЕФ ҳамда ЮСАИД халқаро ташкилотлари ёрдамида мамлакатимизга Италиянинг “Новартис” компаниясида ишлаб чиқарилган 11 млн. доза вакцина олиб келинди. Бу воситалар барча ҳудудларга етказиб берилди. Жойларда (тиббий муассасалар, мактаб ва лицейларда) 10 мингдан ортиқ эмлаш пунктлари очилиб, 9 мингдан кўпроқ шифокор ва 32 мингга яқин эмлаш ва патронаж ҳамширалари тиббий тайёргарликдан ўтказилди.

ФУТБОЛЧИЛАРИМИЗ — ИККИ КАРРА ЖАҲОН ЧЕМПИОНИ!

Ўзбекистон ногирон-ампутант футболчилар терма жамоаси иккинчи марта жаҳон чемпиони унвонини қўлга киритди.



8



“ОБУНА — 2011”

“Оила ва жамият”ни ўз оиласининг яна бир ҳақиқий аззоси сифатида қадрлаб, биз билан ҳамфикр, дардкаш бўлиб келаётган муҳтарам муштарийлар! Шу йилнинг 1 сентябридан келгуси йил учун ОБУНА бошланганини эшитдингизми?

ИНДЕКС: Якка обуначиларга — 176,
Ташкилотларга — 177



* «Республикамиз полиомиелитдан холи худуд сифатида сертифицирланган бўлса-да, нима учун фарзандларимиз қайта-қайта эмланыпти?»

* «Нега фақат 15 ёшгача бўлган болалар эмланыпти? Ёши сал каттароқларга бундай муолажа буюрилмаганми?»

* «Бу касаллик ҳақида тўлиқроқ маълумот олиш мумкинми? Болаларни бир неча марта эмлаш хавфли эмасми?»

Афғонистон) мавжуд. Шу боис мамлакатимиз аҳолисини бу хавфдан ҳар томонлама ҳимоя қилиш мақсадида тегишли чора-тадбирларни ўз вақтида қўллашга тўғри келади. Бунинг учун ягона йўл аҳоли ўртасида иммунизация жараёнини ўтказишдир.

✓ САЛОМАТЛИК — ТУМАН БОЙЛИК



елитнинг олдини олиш мумкин. Полиомиелит вакцинаси инсонни бутун умри давомида ушбу хавфли касалликдан ҳимоялайди.

Оғиз орқали юбориладиган орал полиомиелит вакцинаси Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти томонидан тавсия этилаётган хавфсиз ва самарали восита сифатида эътироф этилган. Худди шу вакцина дунёнинг бошқа мамлакатларида ҳам қўлланилиб, полиовирус тарқалишига батамом барҳам берилган.

Бир неча марта орал полиомиелит вакцинаси билан эмлаш фарзандларимизга зиён етказмайди. Вакцинанинг ҳар бир дозаси боланинг полиомиелитга қарши иммунитетини янада мустаҳкамлайди. Вакцина барча болалар учун, шу жумладан, бошқа касалликларга дучор бўлган болалар ва янги туғилган чақалоқлар учун ҳам хавфсиз ва самарали воситадир. Бола қанча кўп марта эмланса, полиомиелитдан шунча яхши ҳимояланган бўлади.

Азиз ота-оналар! Фарзандингизни полиомиелитдан ҳимоя қилиш ўз қўлингизда. Эмлаш — энг ишончли ҳимоядир.

«Оила ва жамият» муҳбири
Тамара ХУММАТОВА
ёзиб олди.

Кеча Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигида мазкур тадбирга бағишланган матбуот анжумани бўлиб ўтди. Тадбирда алоҳида таъкидланганидек, республика-мизда, айниқса, юқумли касалликларнинг олдини олиш юзасидан амалга оширилаётган изчил чора-тадбирлар самараси ўларок, ўткир вирусли хасталиклар тарқалишининг олдини олишга эришилди.

— Оммавий эмлаш тадбирларини сифатли ташкил этиш учун ҳукуратимиз томонидан қатор халқаро ташкилотлар билан ҳамкорликда зарур шарт-шароитлар яратилди, — дейди Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазир ўринбосари, Бош Давлат санитария вақоли Саидмурод Саидалиев. — Айниқса, Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти, ЮНЕСКО ҳамда ЮСАИД халқаро ташкилотлари ёрдамида мамлакатимизга Италиянинг «Новартис» компаниясида ишлаб чиқарилган 11 млн. доза вакцина олиб келинди. Бу воситалар барча ҳудудларга етказиб берилди. Жойларда (тиббий муассасалар, мактаб ва лицейларда) 10 мингдан ортиқ эмлаш пунктлари очилиб, 9 мингдан кўпроқ шифокор ва 32 мингга яқин эмлаш ва патронаж ҳамширалари тиббий тайёргарликдан ўтказилди.

ЭМЛАШ — ЭНГ ИШОНЧЛИ ҲИМОЯ

Бу ва бошқа саволларга Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлигининг етакчи мутахассиси Дилором Турсунова шундай жавоб беради:

— Полиомиелит вируси учун чегаралар мавжуд эмас, модомики минтақада, хусусан, Ўзбекистонга катта масофада чегарадош бўлган Тожикистон, Туркменистон ва Қозоғистонда ушбу касалликка учраш ҳолатлари қайд этилган экан, демак, юртимизга полиовируснинг ташқаридан кириб келиш хавфи бор. Аслида, Марказий Осиё ҳудуди 2002 йилда бу хасталикдан холи худуд деб эълон қилинган бўлса-да, лекин глобал миқёсда полиомиелит вируси хануз тарқалаётган худудлар (Африка ва Осиё минтақаси, шунингдек, Ҳиндистон, Покистон ва

Республика-мизда янги туғилган чақалоқлардан тортиб, 15 ёшгача бўлган ҳар бир бола аввал режали иммунизация доирасида полиомиелитга қарши эмланган бўлса-да, барибир оғиз орқали (орал) вакцина билан эмланиши зарур. Миллий эмлаш кунлари доирасида ушбу вирусга қарши эмлаш бўлган болаларнинг иммунитет даражасини янада ошириб, касаллик хавфини сақлашди. 5 ёшгача бўлган болалар полиомиелит хуружи олдида энг заиф гуруҳ ҳисобланса-да, афсуสки, ушбу вирусга қарши эмланмаган ўсмирлар ва катталарга ҳам юқishi мумкин. Масалан, Тожикистонда полиомиелит юқорида таъкидланган тоифадагилар орасида ҳам қайд этилган.

Маълумки, полиомиелит бу полиовирус билан кўзгатилади-

ган ўткир инфекция хавфи касалликдир. Бунда тана ҳарорати кўтарилди, одам бўшашиб қолади, кўнгил айниши кузатилади, мушакларида оғриқ сезилди. Инфекцияга чалинишнинг қарийб ҳар икки юз ҳолатидан бири даволаб бўлмайдиган фалажга олиб келади. Қолган 199 ҳолатда эса хасталик шифокорга мурожаат этиш учун етарли даражада сезилмайди. Агар у нафас мушакларини фалаж қилса, бу аянчли ҳолат, яъни ўлимга олиб келиши мумкин. Полиовирус инфекцияси зарарланган озиқ-овқат маҳсулотлари ва сув, ифлосланган қўл ҳамда нафас олаётганда бурун орқали инсон организмига киради. Вирус организмга тушгандан сўнг ичакларда кўпаяди ва асаб тизимини шикастлайди. Фақат тегишли эмлаш орқалигина полиоми-

ОИЛАДА ҲАМ, ЖАМИЯТДА ҲАМ ФАОЛ

Тўғри, ҳар бир оиланинг минг битта ўзига хос турмуш ташвишлари бор. Буларнинг бирортаси ҳам аёлларнинг кўмагини битмайди. Лекин хотин-қизларнинг жамиятда тутган ўрни бекиёв ва улар фақатгина уй-рўзгор юмушлари билан банд бўлмоғи ке-

✓ **ЖАРАЁН**
ракан, деган қараш нотўғри эканини аллақачон ҳаётнинг ўзи исботлаб қўйган. Яширишнинг ҳолати йўқ, қанча аёлларимиз уй бекаси деган «унво» билан яшайпти. Уларнинг ижтимоий фаоллигини ошириш, илму маърифати, ақл-заковатидан унумли фойдаланиш жамиятимизга фақат фойда келтиришини таъкидлаш шарт эмас. Бу борада Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2004 йил 25 майдаги «Ўзбекистон хотин-қизлари кўмитаси фаолиятини қўллаб-қувватлаш борасидаги қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида»ги Фармонида аниқ мақсад ва вазифалар кўрсатиб ўтилган эди. Мазкур ҳужжатдан келиб чиққан ҳолда, ўтган йиллар мобайнида хотин-қизлар ҳақ-ҳуқуқлари ва манфаатларини ҳимоя қилиш, уларнинг мамлакат ижтимоий-сиёсий, социал-иқтисодий ҳаётидаги тўлақонли иштирокини таъминлаш юзасидан тадбирлар изчил амалга оширилмоқда. Айниқса, уларни иш билан таъминлаш, касб-хунари қилиш, шу жумладан, маҳалла-кўйлардаги фаоллигини ошириш ушбу долзарб масалаларнинг муҳим шартидир.

Табиики, бугунги кунда ўз оиласидаги вазифаларини бекаму кўст бажариб, давлат ва жамоат ишларида ҳам эркаклар билан тенгма-тенг меҳнат қилаётган хотин-қизларимиз кўп. Аслида, улар иштирок этмаётган деярли бирорта ҳам соҳа йўқ. Мамлакат миқёсида оладиган бўлса, аёлларимиз хусусий тадбиркорлик, фермерчилик ва касаначилик соҳаларида самарали меҳнат қилишмоқда. Айниқса, маҳалла ҳаётида фаоллик кўрсатаётган хотин-қизлар сони ортиб бораётгани

қувончлидир. Шундай серғайрат ва жонқуяр фаолларнинг саъй-ҳаракатлари туфайли шаҳар ва қишлоқларимиз кўрғига кўрк, чиройига чирой қўшилиб борапти.

Шу ўринда бой маънавий кадриятларимиз, аънаналаримиз асосида оилаларни мустаҳкамлаш, тинч-тотув турмуш тарзини тарғиб этиш, шунингдек, ортиқча даб-дабабозликларга йўл қўймаслик билан боғлиқ хайрли ишларини алоҳида келтириб ўтиш жоиз деб ўйлаймиз. Бунда маҳаллалардаги маслаҳатчи аёллар ўз ат-

оила қурганларга чинакам ибрат мактаб-вазифасини ўтамоқда. Уларнинг панд-насихатлари, кўрсатган йўл-йўриқлари туфайли бир-бирини тушунмаётган келин-куёвлар муроасага келишяпти, аразлаб юрган эр-хотинлар ярашиб кетишмоқда.

Бугунги кунда қай бир маҳаллага борманг, шу худуддан етишиб чиқаётган истеъдодли йигит-қизларни мақтаб қолишадди. Ана шундай ёшларни кашф қилаётган, ўқитиб-ўргатиб, қўллаб-қувватлаётган маҳалла фаолларимиз ҳам кўп эканлигини ҳам унутмайлик. Маҳалла

нинг бўш вақтларини мазмунли ташкил қилиш юзасидан ҳам мактаблар билан мунтазам ҳамкорлик йўлга қўйилгани ибратлидир.

ФХДЭ бўлимлари қошида ташкил этилган «Оила мактаби» машғулотларида ҳам аксарият ҳолларда хотин-қизлар фаоллик кўрсатишяпти. Жонли мулоқотлар, тажрибали мутахассислар билан суҳбатлар, кексаларнинг панд-насихатлари эндигина катта ҳаёт бўсағасига қадам қўётган ёшларда катта қизиқиш уйғотаяпти.

Хўш, амалга оширилаётган бу ишларимиз етарлими? Афсусли, ҳали олдинда яна қатор вазифалар турибди. Аёлларнинг муайян қисми, айниқса, қишлоқ ва овулларда эътибордан четда қолиб кетаётганини очик тан олимимиз лозим. Уларнинг айрим худудларда ўз холига ташлаб қўйилгани ва шу боис турли бузғунчи кучлар таъсирига тушиб қолаётгани ҳам кузатишмоқда. Ана шундай тоифа аёллар билан жиддийроқ тарзда фаолият олиб боришимиз кераклигини ҳаётнинг ўзи талаб қилмоқда.

Ўрни келганда айтиб ўтиш лозимки, Учтепа тумани ФХДЭ бўлими жамоаси ҳам турли йигин ва тадбирлар ташкил этиб, хотин-қизларнинг ҳуқуқий билимларини ошириш, уларнинг иқтисодий ва ижтимоий-сиёсий манфаатларини ҳимоя қилиш, оилада, ижтимоий ҳаётда ва давлат ишларидаги ролини кучайтиришга интилоқда. Алқисса, мустақиллик йилларида мамлакатимизда хотин-қизларга ҳам жамиятда, ҳам оилада гамхўрлик, эътибор кўрсатиш, сиёсий-ижтимоий фаоллигини янада оширишда давлат миқёсида кўмаклашилмоқдаки, бу бошқа минтақаларда холи учрайдиган ижобий ҳодиса эканини алоҳида таъкидлаш керак.

Барно НАБИХУЖАЕВА,
Тошкент шаҳри
Учтепа тумани ФХДЭ бўлими инспектори.



рофига кўпни кўрган тажрибали онахонларни, бошқаларга ҳар томонлама намуна бўлиб келаётган оила бошлиқларини жалб этишаётгани қўл келаётди. Нуруний онахонлар ёшларга, айниқса, янги

маслаҳатчилари ва уларга чин дилдан ёрдам бераётган хотин-қизларнинг жонқуярлиги билан тўғарақлар, ўқув марказлари, спорт клублари, тўқув цехлари ташкил этилмоқда. Бундан ташқари, ёшлар

✓ **БАНДЛИК ДАСТУРИ — АМАЛДА**

ИШЛАЙМАН ДЕГАНГА ИМКОН БОР

Хориж матбуоти бугун кўпгина мамлакатларда ишсизлик муаммоси ҳукм сураётгани ҳақида бонг урмоқда. Ҳатто йирик ривожланган давлатлар, нуфузли халқаро ташкилот ва компаниялар ҳам бу долзарб масалага ечим топишда мушкулликларга дуч келаётгани сир эмас. Айнан ана шундай муаммоларни ижобий ҳал этиш борасида мамлакатимизда қатор чора-тадбирлар амалга оширилмоқда. Республикаимизнинг барча вилоят, шаҳар ва туманларида аҳолини иш билан таъминлаш мақсадида ўтказилаётган меҳнат ярмаркалари бунга яққол мисол бўла олади. Пойтахтимизнинг Ҳамза тумани Бандликка кўмаклашиш ва аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш маркази директори Ботирали БОБОЕВ билан суҳбатимиз шу мавзуда кечди.

— Ҳар ой марказимизга тумандаги корхона, ташкилот ва муассасалар бўш иш ўринлари тўғрисида маълумот бериб туришади, — дейди суҳбатдошимиз. — Йил бошидан буён бизга 18 ёшдан нафақа ёшигача бўлган 3754 на-

«Ҳамза қурилиш касб-хунар коллежини тамомлаб иш излаб юргандим. Дугонларим бандлик маркази орқали ишга жойлашганини эшитгач, мен ҳам шу ерга мурожаат қилдим. Компьютер соҳаси бўйича иш борлигини айтишди, рози бўлдим. Ҳозирда бандлик маркази қошидаги ўқув курсида кўшимча таълим оляяпман. Ўқишни тугатгач, компьютер соҳаси бўйича ишламоқчиман.

Динара Ашурова,
19 ёш».



— Хотин-қизлар бандлигини таъминлашда кўпроқ қайси маҳаллалар фаоллик кўрсатапти?

— Марказимиз мутахассислари тумандаги корхона, ташкилот ва муассасалар билан биргаликда худудимиздаги маҳаллалар билан ҳам беvosита ҳамкорликда фаолият юритмоқда. Ўзини ўзи бош-

«Ўзбекистон давлат жаҳон тиллари университетининг инглиз филологияси факультетини тамомлагач, турмушга чиқдим. Сўнг бир неча хусусий фирмаларга иш сўраб бордим. Аммо келажакда ҳиммалдорлик таътилга чиқиб кетишим мумкинлигини рўқач қилишиб, ишга қабул этишмади. Ҳамза тумани бандлик марказига мурожаат этгандим, 5-6та бўш иш ўрни борлигини айтишди. Ўзимга маълумлини танладим ва ҳозир «Темричи» очик акционерлик жамиятида ходимлар бўлими бошлиғи лавозимида ишлаяпман.

Шахзода Фафурова,
Ҳамза тумани
Тарновбоши маҳалласи».

саначиликни ривожлантириш асосида ишлаб чиқариш ва хизматлар ўртасида кооперацияни кенгайтиришни рағбатлантириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги Фармонига асосан, шу йил туманда 787 касаначилик иш ўрни яратилди. Бу борада Дўстлик, Миршарофов, Каттакўрғон маҳаллаларида жойлашган корхоналар фаоллик кўрсатиб, аёллар учун 174 та касаначилик иш ўрни яратишга муваффақ бўлишди.

— Касб-хунар коллежлари битирувчиларини иш билан таъминлаш жараёни қандай кечаяпти?

— Туман миқёсида 2009-2010 ўқув йили ҳисобидан касб-хунар коллежларини битирган 1455 нафар ўқувчидан 1193 нафари ишга жойлашди. 22 нафари эса олий таълим муассасаларига ўқишга кирди. Оилавий ва бошқа сабабларга кўра 55 нафар битирувчи ишлай олмайди. Ҳозирда 145 нафар йигит-қизларимизни ишга жойлаштиришимиз зарур. Айни кунларда мутахассисларимиз мониторинг олиб боришяпти. Ёшларни айнан ўзлари ўқиган мутахассислик бўйича иш билан таъминлаш имкони бўлмаса, қайта касбга тайёрлаш ва малакасини ошириш мақсадида ўқув марказига юборамиз. Олий ўқув юртига кириолмаганлар ҳам тайёрлов курсларида ўқитилиб, касбга йўналтириляпти. Хуллас, ўқийман ёки ишлайман деган ёшлар учун барча имкониятлар етарли.

Нигора РАҲМОНОВА
суҳбатлашди.

...Зулфия эрига соғлигидан нолимоқчийди. Айтолмади. Гапириб ҳам нима қилади? Эри яна ўша, ҳавойи гапларини қайтарди-да. Асаби бўзилгани қолади, холос. Барибир фойдаси йўқ. Негаки, икки ҳафта аввал ҳам эрига худонинг зорини қилиб дардини ёрганди:

— Негадир тобим йўқ, ҳеч ўзимга келолмаяпман. Озгина юрсам холдан тойиб қоляпман...

— Ҳа, энди ҳомиладорлик пайтингда шунақа бўлади-да, ўзи... — Бепарвогина жавоб берди Эркин.

— Билмасам, дўхтирлар қонингиз кам экан, зудлик билан даволанинг дейишди...

Эрининг ўша заҳотиёқ жавоби ҳам тап-тайёр:

— Айтaveraди-да улар, касби шу бўлгандан кейин. Ҳадеб сиқулавермагин, камқонлик ҳам касаллик бўлганими? Ҳадеб уйда ётавермай, сал-пал ҳаракат қил, оиймга ёрдамлаш.

Яна бирор нарса деса эрининг жеркиб, сўкиб беришини

✓ **СОҒЛОМ ОНА — СОҒЛОМ БОЛА**

— Ойижон, ҳозир «Ганга»га бориб, «Лимузин»ларни кўриб келдим. Шунақа зўрлари чиқибдики, оғзи очилиб қолади одамнинг.

— Нархи қанча экан? — сўради Зулфия.

— «Кўк»ига 400 да...

Холида опа ўтирган жойида бир сапчиб тушгандай бўлди: — Нималар деяяпсан, болам? Вой-бўй, бор-йўғи чақалоқни туғруқхонадан уйга олиб келишга шунча пул сарфлаш шартми сенга? Энди туғилган чақалоқ «Лимузин»нинг фарқига бориб ўтирибдими? Яна шаҳар айланмиш булар, чиллалаи чақалоққа шунча оворагарчиликнинг нима кераги бор ўзи?

Эркинга онасининг танбеҳи ёқмади:

— Йўқ, оий, менинг бошқалардан нима кам жойим бор, айтинг. Ҳали видеочи, суратчиларни гаплашишим керак. Э,

— Билмадим, келгани заҳоти олдимга кирсин, деб тайинлади. Бир гапи бор шекилли.

Эркин ҳамширалардан шифокорни чақириб беришларини сўради. Бироздан сўнг ичкаридан қирқ ёшлардаги қомати тик, ўктам юришли бир аёл чиқиб келди. Эркин унга пешвоз чиқди.

— Зулфия Зокировканинг хўжайинимисиз? Кечадан буён кутаяпман, сизни.

— Нима гап ўзи, опажон, тинчликми ишқилиб? Хизматга тайёрмиз, у ёига гап йўқ.

— Биласизми, ука, бизга эмас, аксинча аввалроқ она-болага хизмат қилишингиз керак эди. Бола жуда нимжон бўлиб туғилди. Хотинингиз ҳомиладорлик пайтида етарлича даволанмаган. Онасидаги камқонлик ҳомилага кучли таъсир кўрсатган. Қўлимиздан келгунича ҳамма керакли чораларни

ДАБДАБА КЕЧИКТИРИЛДИ

сезган оғирроёқ келин дардини ичига ютди.

Аслида Эркиннинг хаёли бошқа ёқда эди: нима эмиш, ҳали дунёга келмаган чақалоқни туғруқхонадан олиб чиқиш масаласи билан жиддий шугулланаётган эмиш. Яна одатдагидек, шошилиб чиқиб кетаётганида Зулфия чидолмади:

— Эркин ака, кеча яна шифокор келиб қаттиқ тайинлаб кетди, даволанмасам бўлмас экан.

Эркин хасфасаласи пир бўлди. Хотини унинг тобора яқинлашаётган дабдабали, қувонч бахш этгучи бахтли лаҳзаларига шерик бўлмаётганидан гашланди:

— Икки ой олдин ҳам даволаниб чиқдинг-ку! Қуй, шу гапларни, улар ваҳима қилаверадиди. Ўзинг биласан, озгина йиғиб қўйган пулимни полвонни «роддом»дан олиб чиқиш маросимига атаб қўйдим. Тагин қариндош-уруғ, оғайниларим олдида уялаб қолмайин. Нима дори-дармон керак бўлса, объектаман, уйда даволан, хўпми? — дея баланд овозда қўшиқ хиргойи қилиб чиқиб кетди: «Тўйлаар мубоораак, тўйхона бўлсин-а, кўргони келди-о!»...

Зулфия навбатдаги тиббий кўриқдан ўтгани борганида, уни тиббий назоратга олган шифокор аёл унга қаттиқ танбеҳ берди:

— Мен сизга ўн кун аввал нима дедим, синглим? Ҳалиям бормадингизми? Нега тушунмайсизлар, ахир зудлик билан ётиб даволанмасангиз оқибати яхши бўлмайди. Фарзандингизнинг соғлом туғилишини истайсизми ўзи?

Зулфия нима деярини билмай зўрга:

— Уйда... баъзи муаммолар бор эди, шунга, — дея олди холос.

Минг азобда қийналиб уйга қайтган келин эндигина кайнонасига бўлган гап-сўзларни айтаман деб турганида, Эркин ҳовлиқанича эшикдан кириб келди-да, ҳеч кимга навбат бермай сўзлай кетди:



гулчилар эсдан чиқибди-ку! Мен кетдим...

— Сичқон сифмас инига, гал-вир боғлар думига, дейишган, болам...

Эркин онасининг бу кесатигини эшитмади. У қандай шошиб келган бўлса, шундай ҳолатда чиқиб кетди. Зулфия эса яна одатдагидек, уйдаги юмушлар билан андармон бўлиб, шифокорнинг қаттиқ оғохлантирганини ҳам унутди.

Нихоят орзиқиб қутилган кун келди — чақалоқ туғилди. Отаси орзу қилганидек, ўғил экан! Эркин бу хушxabарни эшитиб, оёғини қўлига олиб у ёқдан-бу ёққа югуришга тушди. Ҳаммасига улгуриши керак. Ахир бу кунни қанча орзиқиб кутган эди.

Лекин туғруқхонага ҳовлиқиб кириб келган ўғлини онаси ташвишланиб кутиб олди. Эркин бўлса эътибсиз оҳангда:

— Айтгандим-ку, ойижон, ўғил бўлади деб. Ота бўлдим! — дея онасини кучоқлаб олди. Холида опа ғамгин ҳолатда:

— Эркин, болам, нега кечадан бери қорангни кўрсатмайсан-а? Қани юр-чи, сени дўхтир уч-тўрт марта сўради.

— Нега сўрайди мени, суюнчигадир-да, оий? Қачон жавоб беришаркан полвонга, айтишмадими? Ҳаммаси тайёр.

кўрдик.

— Уйга қачон рухсат бера-сизлар? — бу гапларга эътибор бермай сўради Эркин.

— Афсус, уйга ҳали шошилманг, уч-тўрт кундан сўнг она-болани педиатрия институтига кўчиришга тўғри келади. У ерда нимжон туғилган болаларга қарайдиган махсус бўлим бор, чақалоқ жиддий даволаниши керак.

Эркин бу гапларни эшитиб, бирдан бўшади:

— Ахир... Қанча тайёргарлик кўриб қўйганман, одамлар нима дейди?

Шифокорнинг овози энди баландлади:

— Мен сизга нима деяпман! Ҳозир байрам қилиш эмас, бу норасиданинг ҳаётини сақлаб қолиш ҳақида ўйлаш керак, тушундингизми? Мен буни онангиз, хотинингизга сездирмадим. Лекин сизга очигини айтмасам бўлмайди. Боланинг ахvoli қониқарли эмас!

Ичкаридан хомуш, бўшашган ҳолда чиқиб келган ўғлини кўрган онаси хавотирланиб унинг ёнига юрди.

— Нима деди дўхтир, чақалоқ қачон чиқаркан? Яхшимикан ўзи?

—

Баҳор АЛМУРОВА

... Қизалоқ наздида ҳар йили март-апрел ойлари узоқ давом этаётган тўйга ўшарди. Оилада-гиларнинг ҳаммаси жимжилоқдек "қуртча"ларнинг ташвиши билан югургани-югурган. Кимдир тут чопган, кимдир унинг баргини ипак қуртларининг оғзига тутган, яна биров унинг иссигини ўлчаган... Ахийри қуртлар пиллага ай-ланиб, катта-катта дурлардай тов-ланиб қолганида, битта қўймай йи-гиб-териб олишарди. Отаси Ра-ҳим ака ва онаси Ҳожара ая пил-лани фабрикага топшириб, хур-санд бўлиб қайтганлари, олти фарзанднинг неки тилаги бўлса, оғринмасдан муҳайё қилишлари...

Бу гаройиб манзаралар ёш Сайёранинг хотирасида қаттиқ муҳрланиб қолганди. Айниқса, пиллакорлар орасида онаизорининг уддабурон ва пешқадамлиги кўнглида фахр-ифтихор, ҳавас уй-ғотарди.

Нурли толени кўринки, қиза-лоқнинг кўнглида куртаклаган ҳавас охири эзгу мақсадга айлан-ди. У Карманадаги 91-мактабни тугатиб, 1971 йили Тошкент қишлоқ хўжалиги институтининг

нинг ганимат эканлиги, пиллачилик — республика-миз саноатининг ишончли тармоғи ва бойлиги экан-ини унутмасликларини ҳам ўз ҳамкасбларига бот-бот такрор-

ИСТИҚЛОЛ ИМКОНияТЛАРИ

вон бўлмоғи йўлида, тинимсиз ҳаракат қилади. Уларнинг тўй-маъракаси борми, сиҳат-саломат-



ЭЛДА АЗИЗ БЎЛМОҚ БАХТИ



пиллачилик факултетига ўқишга кирди. Беш йиллик изланиш талабани тайёр мутахассисга айлан-тирди. Энди у амалда кўрган-ларини илмий таҳлил қилиш, солиштириб хулоса чиқаришни ўрган-ди. Илк хулосалар эса Сайё-раҳонга улкан ютуқлар ваъда қиларди. Бунинг учун ёш мутахас-сис жараённинг қайноқ қозонида қайнамоғи лозим эди.

Сайёраҳон Раҳимова 1976 йили иш фаолиятини Навоий тумани ипакчилик-уруғчилик давлат хўжа-лигида оддий ишчилардан бошла-ди. Қизнинг меҳнатсеварлиги, қобилият ва ўткир салоҳиятини сезган раҳбарият уни 2-тоифали агроном, сўнг Навоий вилояти ипакчилик-уруғчилик бошқармаси агрономи қилиб тайинлади. Ама-лиёт Сайёраҳоннинг тажрибаси-ни ошириб, янги-янги муваффа-қиятлар эшигини очди. Унга На-воий ипакчилик-уруғчилик давлат хўжалиги директорлиги, сўнг На-воий "Ипак қурти уруғи" очиқ тур-даги ҳиссадорлик жамияти" ра-ислигидек масъулиятли вазифа-ларни топширишганида ҳам мо-ҳир пиллакорлиги ҳисобга олин-ди. Сайёра Раҳимова раҳбарли-гидаги ҳиссадорлик жамияти рес-публикада энг сифатли, саноат-боп ипак қурти уруғи тайёрлаб бе-радиган корхоналардан бирига айлан-ди.

Сайёраҳон опа пиллакорларга барча шароитларни яратиб бериш билан бирга, ҳар бир фаслнинг, айниқса, уч ойлик ям-яшил баҳор-

лашдан чарчамайди. Унинг раҳ-барлигидаги жамоа аъзолари етиштирган, касалликка чидамли, сифатли, маҳаллий пилла уруғи пиллакорлар учун қўл келаётган-ини алоҳида таъкидлаш керак.

2010 йили жамоа Хитойнинг ХУА-ЛА корхонаси ва Оққўрғонда-ги "РОС-Грен Тех" заводи билан ҳамкорликда ишлаб, пиллачилик-ни ривожлантиришга катта ҳисса қўшди. Улар етиштирган ипак қурти уруғлари туфайли навоий-ликлар бир мавсумда 76 тонна



пилла топширишга муваффақ бўлдилар.

Манфаат бор жойда иш унум-ли бўлишини Сайёра опа ўз таж-рибасида кўп бора сынаб кўрган. Шу боис жамоа аъзоларининг рўзғори бут, ҳаёти тўкин-фаро-

лиги билан боғлиқ муаммоларми, ҳаммаси Сайёра Раҳимованинг назаридан четда қолмайди. Шу-нингдек, у шаҳардаги Меҳрибон-лик уйда тарбияланаётган бо-лалар ҳузурига бориб, кўнгилла-рини олмоқни қанда қилмайди.

Сайёра опа жамиятда қай да-ражада ўз ўрнини топган бўлса, оилада ҳам ана шундай бахти кул-ган аёллардан бири. Турмуш ўртоғи Шамсиддин ака билан бир институтда таҳсил кўришган, у киши 35 йилдан буён селекцио-нер-муҳандис сифатида фаолият юритиб келаётир. Тили ва дили бир бу инсонлар уч қиз ва бир ўғилни вояга етказиб, етти наби-ранинг бобоси ва бувиси бўлса-лар-да, ҳали ҳам талабалик пайт-ларидагидек ғайратли, ташаббус-кор ва доим изланишда.

Сайёраҳон опанинг самара-ли меҳнатлари муносиб тақдир-ланган — Президентимиз Фармо-нига биноан "Шуҳрат" медалига сазовор бўлган. "Меҳнат қилган



элда азиз" бўлади деган нақл-нинг амалдаги исботи шу бўлса керак-да.

Санобар ФАХРИДИНОВА,
"Оила ва жамият"
муҳбири. (t)



КИЛОГРАММ – Бир қарашда бу сўзнинг маъноси ҳар жиҳатдан биз-га аниқдай туюлади. Лекин унда биз эътибор қилмайдиган нозик бир нуқта бор. Бу "кило" сўзи билан боғ-лиқ. "Кило" – юнонча сўз бўлиб, "минг" деган маънони билдиради. Демак, "километр", "киловатт" каби сўзлар ҳам шундан келиб чиққан.

КОЛЛЕЖ – Бу сўз инглиз ти-лидан кириб келган бўлиб, унинг туб илдизи "дўст, биродар" деган маънони билдиради. Кейинчалик бу сўз халқаро микёсда ўрта мах-сус, касб-хунар таълимини берув-чи муассаса маъносини англата бошлаган.

АЛҚАМОҚ – қадимги тилимиз-да "мақта", "хурсанд қил" деган маънони англатган "ал" феълидан келиб чиққан. Кейинчалик "олқиш" сўзи ҳам шу сўз асосида ҳосил бўлган.

Зарур пайтда болани алқаш унга рағбат беради.

Газетадан

ОТАР – Яйловда боқиладиган қўйларнинг йирик тўдасини англат-ган "отар" сўзининг туб маъноси бир йиллик яшил ўсимлик мазму-нини билдирган "ўт" сўзига бориб тақалади. Қадимги тилимизда "ўт" сўзининг "от" шакли ҳам бўлган. "Отар" сўзи дастлаб, "ўтлаш", "ўтлайдиган", "ўтлоқ", "яйлов" сўнг "ўтловчи ҳайвонлар" маъносини ан-глата бошлаган.

Бизнинг отарда иккитадан кўзи берадиган совлиқлар кўп.

Газетадан

ТАРЛОН – Ола-тарғил, хол-хол, чавқар тусдаги отлар "тарлон" деб аталган. Бу сўз халқ оғзаки ижоди-да, эртақларимиз ва дostonлари-мизда жуда кўп ишлатилган.

Тарлон бия Бойчиборнинг энаси Чибарнинг товушин тўқайда билди.
"Алпомиш" достонидан

ШОТУТ – Бу сўз "тутлар шоҳи" деган маънони англатади. Тут да-архтининг тутгуллилар оиласига мансуб тури.

Шотут тепасида майкачан бўлиб ўтириб олган Аъзамжон шотут еб турарди.

Саид Аҳмадининг
"Уфқ" романидан

Эшқобил ШУКУР тайёрлади.

ТУЗАТИШ

Газетамизнинг 43-сонида чоп этилган «Бағрикенглик аъмоли унинг» мақоласидаги «...ўғлим Баҳромжон — «Ўзбекистон ҳаво йўллари» компаниясига қарашли аэро-порт бошлиғи» жумласи «чар-тер рейслар бўлими бош-лиғи» деб ўқилсин.

МАҚСАД ЖАЗОЛАШ ЭМАС

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2009 йил 15 июлда қабул қилинган "Давлат даромадига ўтказиладиган мол-мулкни олиб қўйиш, сотиш ёки йўқ қилиб ташлаш тартибини тақомиллаштириш тўғрисида"ги қароридан назарда тутилган мақсад ва вазибаларни амалга ошириш юзасидан пойтахтимизнинг ҳамма тумани давлат солиқ инспекцияси ходимлари ҳам қатор чора-тадбирларни амалга ошириб келишмоқда. Асосан ноқонуний йўллар билан аниқланган товар-моддий бойликларини мажбур ҳужжатда белгилаб берилган ҳудудда, давлат даромадига ўтказиш борасида тегишли идоралар билан ҳамкорликда фаолият юритилаётгани эътиборга моликдир.

СОЛИҚ ВА ҲАЁТ

Шу ўринда 1 октябрь ҳолатига қўра таҳлил этилган айрим мисолларга мурожаат қилайлик: туманимиз миқёсда ўтказилган тадбирларда олиб қўйилган этил спирт (оziк-овқат спирти), алкогольли, пиво, тамаки маҳсулотлари (акциз маркали ва акциз марказиз), шунингдек, доривор воситалари, тиббиёт буюмлари, оziк-овқат маҳсулотлари ва бошқа турдаги мол-мулкларни ҳукуматимизнинг ушбу қароридан аниқ кўрсатиб берилган қоидалар асосида фаолият кўрсатаётган масъул комиссия ҳамда суд-хукук идоралари билан ҳамкорликда давлат даромади ҳисобига ўтказиб берилди.

Айниқса, ушбу қарорнинг мазмун-моҳиятини аҳоли ўртасида, қолаверса, бу соҳага дахлдор равишда фаолият юритаётган тадбиркорлар ўртасида кенг тарғиб этишга ҳам алоҳида эътибор қаратилмоқда. Чунки, асосий мақсад қонунбузарликка йўл қўйганларни моддий жиҳатдан жазолаш эмас, аксинча, уларнинг мамлакатимизда қабул қилинган амалдаги устивор қонунларга қатъий риоя этишини таъминлашдир.

Алишер ИРМАТОВ,

Тошкент шаҳар ҳамма тумани ДСИ ходими.

БАХТ КЎЙЛАКДА ЭМАС-КУ!

АКС САДО

"Ғайриҳаётий удумлар"
(О. Отажонов) — 41 сон

Яқинда кўшимиз қизини узатди. Тўйдан аввал гап тарқалди: «Эшитдингларми, куёв тўра Дилфузага икки минг долларга келин кўйлак олиб бераётган эмиш». ҳамма оракиб никоҳ оқшомини кута бошлади. Уша кун ҳам келди. ҳаммаёғи ялтир-юлтирларга тўла либосга бурканган келин отаси билан хайрлашмоқ учун остона ёнига чиқди. Аксарият аёллар ва Дилфузанинг дугоналарини қимматбахо кўйлакнинг қандай қаромати борлиги қизиқтирарди. Кинолардаги сув парисини эслатадиган яъни ярми одам, ярми балиқ қиёфасини акс эттирувчи бу галати либос нимаси билан шунчалик қимматбахо эканини ҳеч ким тўшунмади.

Кўкрак устидан (албатта елкалари очик эди) то тиззагача ёпишиб, сўнг икки қарич узунликда кенгайтирилиб тикилган бу матоҳни кўрган қизлар бир-бирларига шивирлашарди: "Шунга шунча довруғ солишдими? Ундан кўра ўзимизнинг ўзбекча фасонда тикилган миллий келинлик либосларимиз минг марта афзал-ку!"

Эҳ, қизларжон-а, нега зебу зарга, очик-сочик кўйлақларга бунчалар ўч бўлма-сангиз-а? Ахир фалон пуллик беўхшов либослару қатор-қатор машиналар ёки куёв тарафнинг бутун шаҳарга дангиллама тўй-томоша бериши тўй сиз бир умр излаган бахтни бера олармикан? Майли, сизни ҳеч ким тўй кунини миллий матоларимиздан тикилган либосларни қиясан деб мажбурламайди. Энг муҳими, замона зайлига, жамоатчиликка мос, ўзбекона урф-одатларимиз руҳида тўй ўтказилса, шунга яраша кийим-кечак танланса, олам гулистон эмасми?

Барно МИРЗААХМЕДОВА

«NORBEKOV SOG'LOMLASHTIRISH MASKANI»

Сизларни соғломлаштириш курсларига таклиф этади!

Агар Сиз истасангиз дардингиздан халос бўлишингиз мумкин. Бу йўлда биз Сизга ёрдам берамиз. Сиздан фақат хоҳиш, ҳаракат, ишонч ва озгина меҳнат талаб қилинади. Бизнинг марказимизда академик Мирзакарим Норбеков услуби бўйича ҳеч қандай дори-дармонсиз, ташқи таъсирларсиз 10 кун мобайнида турли хил машқлар ёрдамида инсоннинг ички химоя кучлари ишга солиниб, кўплаб дардлардан фориғ бўлишингизга ёрдам беради.

Жумладан: кўз касалликлари, астигматизм, узоқ ва яқинни кўра олмаслик, катаракта, қон томирлар варикози, қон босими ошиши, остеохондроз, юрак-қон томирлари хасталиги, кўз ва кулоқ нервлари невритлари, ички аъзо хасталиклари, ошқозон-ичак хасталиги, ўпка-нафас олиш системаси, модда алмашинуви, умуртқа поғонаси, гинекологик, урологик, аллергия тери хасталиги, астма, простатит, гипертония, экзема ва бошқа касалликлар. Бундан ташқари, соғлигингизни тиклабгина қолмай, турли хилдаги оғриқлар, руҳий тушкунлик, уйқусизлик, асабийлашиш ҳолатлари, оилавий ва атрофингиздаги одамлар билан бўладиган муаммоларни бартараф этишингизга ёрдам беради. Академик Мирзакарим Норбековнинг соғломлаштириш услуби фойдали, шу билан бирга оддий ва самарали. Бу услубнинг асосини шарқ файласуфларининг мумтоз аъёнлари ва қадим китобларда тасвирланган, йиллар синовидан ўтиб келган соғломлаштириш услулари ташкил қилади. Бу услуб ёрдамида марказимизда 7 ёшдан 70 ёшгача бўлган инсонлар фойдаланишлари мумкин.

Таништирув 30 октябрь куни

соат 10⁰⁰да. Биринчи кун кириш бепул.

МАНСИЛНИМIZ:

Тошкент шаҳри, Чилонзор тумани, 23 сан-уш, Мўйилал: метронинг М.Улугбек бекати, 9-қavatли сарик бинонинг орқасидаги 2 қavatли бинода.

Батафсин маълумот учун телефонлар: (8 371) 276-44-59; 276-28-99; www.norbekov.uz e-mail: medadi-sino@mail.ru

Гувоҳнома № 000162.

DOCTOR-D КЛИНИКАСИ

ТАКЛИФ ЭТАДИ:

Жинсий органларнинг ўлчами инсоннинг бошқа қисмлари каби, энг аввало, унинг авлодлари ва ривожланиш даражасига қараб белгиланади. Агар ҳомилалик пайти ёки туғилгандан кейинги даврда жинсий органнинг шаклланишида турли сабабларга кўра, айрим камчилик ёки нуқсонлар (масалан, эркак жинсий гормони ҳисобланмиш тестостерон етишмовчилиги) борлиги аниқланган бўлса, ташқи жинсий орган ривожланиши бузилган ҳисобланади.

Бу борада муаммолар турилса, аксарият ҳолларда жарроҳлик амалиёти биринчи ўринга чиқади. Аммо шунини таъкидлаш керакки, жинсий органлар, яъни эркак олатини каттартириш ё узайтириш билан боғлиқ бу операциялар ҳар доим ҳам ижобий натижаларга олиб келавермайди. Аммо шу билан бирга сизга жинсий органи нохирургик усул билан каттайтиришнинг энг безарар ва қулай усулини ҳам тавсия этишимиз мумкин. Бу ўзинга хос хусусиятларга эга ва инсон организми учун мутлақо безарар ҳисобланган экстендер аппаратиدير. Ушбу аппарат Илизаров аппаратининг замонавий ва мураккаблашган тури бўлиб, у эркак жинсий органини каттайтирувчи ва узайтирувчи хусусиятга эга бўлиб, ундан ҳаттоки уй шароитида ҳам махсус машқлар ёрдамида фойдаланиш ва олат ҳажмини ўзгартириш, унинг диаметрини каттайтириш мумкин.

Бир сўз билан айтганда, Экстендер "Андропенис" ва вакуумли эректор аппаратлари энг фойдали ва безарар, дунё миқёсда кенг қўлланиб келинаётган тиббий мосламалардан биридир.

DOCTOR-D клиникасида 2005 йилдан буён вакуум-эректор аппаратини қўллаш йўлга қўйилган бўлиб, бу соҳада катта тажриба тўпланган. Шу боис ушбу аппаратдан бевосита бизнинг масканимизда фойдаланишингиз ёки харид қилиб олишингиз 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

Лицензия № ПЮ-2876.

«ЎКТАМХОН-НУР» ЎҚУВ МАРКАЗИ

куйдаги ўқув курсларга таклиф этади:

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

Ётоқхона мавжуд. Ўқишни тугатганларга ДИПЛОМ берилади.

Манзил: Тошкент шаҳри Юнусобод тумани, 3-мавзе, 1-уй, 31-хона.

Мўйилал: Юнусобод дехқон бозори орқасида.

Тел: (8 371) 221-17-95, (8 371) 221-77-72 (кундузи),

(8 371) 225-97-93 18:00 дан 22:00 гача.

«EURO PLUS»

САЛОНИ ТАКЛИФ ЭТАДИ

Малайзия, Туркия, Корея мамлакатларидан келтирилган бежирим ва бетакрор тўй либослари;

Соч турмақлаш;

Маникюр, педикюр, макияж хизматлари.

Манзил: Тошкент шаҳри, Собир Раҳимов тумани, Сағбон кўчаси. Мўйилал: «Сулдула» ресторани.

Мурожаат учун телефонлар: (+99897) 156-20-81 (+99897) 158-02-80

Тошкентдаги 17-шаҳар касалхонаси неврология бўлимининг олий тоифали шифокори

Сайдалиева Лобар Ғаниевна!

Сизни 14 ноябрь — Тиббиёт ходимлари кунини билан қизилдан қутлайман. Умр йўлларингиз нурли, ҳаётингиз нурафшон бўлишини тилаб қоламан.

Жиянингиз Гузая



Тошкент шаҳри Чилонзор туманидаги 35-сонли оилавий поликлиникасининг врач-терапевти

Якубова Саида Абдусаттаровна!

Сизни яқинлашиб келаятган — Тиббиёт ходимларининг касб байрами муносабати билан самимий табриқлайман. Сизга узоқ умр, сийхат-саломатлик, хайрли ва машаққатли соҳада улкан зафарлар тилаб

Укангиз Бахтиёр.

ДУНЁ ХАБАРЛАРИ

ДУНЁ ХАБАРЛАРИ

ДУНЁ ХАБАРЛАРИ

АЖИБ ОЛАМ • АЖИБ ОЛАМ

ФАСТФУД СОТИШ
ТАҚИҚЛАНДИ

Буюк Британия ҳукумати мактаб яқинида тезпишар овқатлар (fastfood) билан савдо қилиш тақиқланган округлар сонини кўпайтирди.

The Daily Mailнинг ёзишича, фастфудчилар нархларни арзонлаштириб, ўқувчиларни ўзларига жалб этмоқда. Натижада, ёшлар соғлиқ учун фойдали, си-



фатли таомлар сотиладиган мактаб ошхонасига эмас, кўчадаги тадбиркорларнинг емакхоналарига бораёттир. Аввалига Буюк Британия ҳукумати маҳаллий ҳокимиятларга фастфудни мактаблардан узокрок тутишни тавсия этганди. Шу йил июнь ойида епископ Чалонер номидаги бошланғич католик мактаби маъмурияти судда Тауэр-Хэмлетс муниципал кенгашини айтиш шундан юзасидан ютиб чиққан, масалая жиддий эътибор қаратила бошланди. Мамлакат қонунчилигига кўра, муниципалитетлар мактаб ўқувчиларининг соғлиғи учун масъулдир.

Эслатиб ўтамиз, ўтган йили Лондон шарқидagi Уоглтем Фор-

рест тумани ҳокимияти ўқув масъулари атрофини 400 метргача фастфуддан холи ҳудудга айлантирганди.

КУНИГА 200-400
МЛН. ЕВРО ЗИЁН

Францияда пенсия ишхотларига қарши узлуксиз давом этаётган иш ташлашлар кунига 400 млн. евро зарар келтирмоқда.

Бу ҳақда Иқтисодиёт, саноат ва аҳоли бандлиги вазирлиги Кристин Лагард радио-интервьюсида таъкидлаган. "Мамлакат иқтисодиёти кунига тахминан 200-400 млн. евро зиён кўрмоқда", дейди вазир аниқ рақамларни ҳисоблаш жуда мушкуллигига ургу бериб. Кристин Лагарднинг сўзла-



рига қараганда, намоишлар тўғрисида асосан кимё саноати жабр чекмоқда. Франция кимё саноати уюшмаси берган маълумотга кўра, норозилик ҳаракатлари бошлангандан бери бу соҳа кўрган зарар 1 млрд. евродан кўп бўлса кўпki, асло кам эмас.

ҚУРБОНЛАР
250 ГА ЕТДИ

Гаитининг шимолий ва марказий ҳудудларида тез сурьатлар билан тарқалаётган вабо 250 кишининг ёстиғини қуритди.

Қариб денгиздаги Гаити ороли 10 ой олдин зилзила оқибатида ер билан битта бўлганди, энди эса даҳшатли офат исканжасида қолди. Ўлкада фаолият кўрсатаётган халқаро ёрдам ташкилотлари шимолий ҳудудларда бошланган бу касаллик аҳоли зич жойлашган пойтахтга етиб келганини маълум қилмоқда.

Ҳозирда вабо зилзила қурбонлари яшаётган қодирларда тарқалмаслиги учун қатъий чоралар кўриляптир. Гигиеник шарт-

шароитлар мавжуд бўлмаган қодирларда бугун юз минглаб одамлар истиқомат қилаяпти.

Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти масъул вакили Григорий Хартл вабо илк бор 15 октябрда аниқланганини билдирди. Унинг фикрича, юқумли касаллик ичимлик суви етишмаслиги ва гигиеник шартшароит йўқлигидан келиб чиққан бўлиши мумкин. Маълумотларга қараганда, Гаити аҳолиси сўнгги бор неча аср давомида биринчи марта вабога йўлқиди.

Интернет манбалари асосида Фаррух ЖАББОРОВ тайёрлади.

"КИМНИ МАЙНА ҚИЛЯПСАН?"

Қушлар сайроғи жуда кўплаб мусикий чолғу асбобларнинг товушларини эслатади. Ёки чолғу асбобларнинг аксарияти қушлар сайроғига қараб кашф қилинган десак ҳам бўлади.

Масалан, тўтиқушининг "Австралия кумуш амадинаси" деб номланувчи тури худди сурнай товушида сайрайди. Оқтўш яшил каптар ва йўлбарссимон астрильд қушлари флейтанинг товушини чиқаради. Ўрмон қуши — эчкисоғарнинг овози фагот каби янграйди.

Майна дунё бўйлаб энг

кўп тарқалган қуш бўлиб, у бир йўла 21 та қушнинг овозида сайрай олади. Шунингдек, эшик гичирлаши ва хатто мушукнинг мийёвлash овозини ҳам чиқара олади. Бежизга, халқ орасида "кимни майна қиляпсан" каби ибора учрамас экан-да.



Жанубий Американинг ноёб қуши саналмиш "Рижли гралляри"нинг қичқирғи худди итнинг хуришини эслатади. Орнитологлар қушлар оламининг бундай гаройиб турини 1997 йили Жанубий Эквадорда кашф қилишганди. Уларнинг фикрича, бу қуш итга ўхшаб хуриши орқали ўзининг худудини душманлардан ҳимоя қилар экан.

Гагара ўрдагининг урғочиси баъзан шундай сайрайдики, унинг товуши йодл (Альп тоғларидаги маҳаллий чўпонлар хиргойиси)ни эслатади.

Қушларнинг қуйлаш қобилияти уларнинг озуқа рақибига жуда ям боғлиқ. Демакки, уларнинг тумшугининг шакли ҳам бу борада муҳим аҳамият касб этади. Энг мураккаб товушларни ингичка ва гўзал тумшукли ҳашоратқўр қушлар чиқарар экан. Улкан, япалоқ тумшукли қушлар эса товушлар кетма-кетлигини амалга оширолмайдди.

Шу ўринда қушлар билан боғлиқ яна бир қизиқ маълумотни келтирамиз. Биласизми, катта шаҳарларда ётқизилган сифатли, ранг-баранг ва чиройли тротуар плиткалари нафақат кўчага кўрк беради, балки сайроқи қушларни ўзига жалб қилиш хусусиятига ҳам эга бўларкан.

Наргиза СИДДИҚОВА тайёрлади.

ПЕДИКУЛЁЗ НИМА?

навий воситалар муаммони бир зумда ҳал этади, деб ўйлаш.

Аслида: Бундай шампун ва доривор воситаларнинг кўпчилиги фақат сочдаги ҳашаротларгагина таъсир қилади. Уларнинг туҳумларини нобуд қилган тақдирда ҳам сочни узок муддат

пакет кийгазиб, бир соат ушлаб туришган. Аммо бу усул ниҳоятда бешафқатдир. Ахир, керосин бош терисини ниҳоятда қаттиқ яллигантириб, хатто

зарурати йўқ. Умуман, педикулёзни профилактик тарзда даволаш усули мавжуд эмас. Энг тўғри чора — соғлом одамни касалланган шахс билан яқин мулоқотда бўлишдан асраб туриш. Шу боис ҳам фарзанднигизда бит пайдо бўлса, буни яшириш ўрнига мактаб ёки боғчасини огохлантиринг, токи касаллик бошқа болаларга ҳам юқмасин. Йўқса, битлардан барибир қутула олмайсиз. Сиз тозалайверасиз, болангиз эса ўзи зарарлаган гуруҳдошларидан яна уни юктириб келаверади.

6-хато: Соч бўялса ёки тез-тез ювиб турилса бас.

Аслида: Бўёк, ҳақиқатан ҳам битларни куйдириб ташлайди. Аммо уларни буткул бартараф этишига кафолат йўқ. Бошнинг мунтазам ювиб юриши эса педикулёзга ҳеч қанақасига таъсир этмайди. Аммо бир факт қизиқ: кейинги пайтларда юқумли касалликлардан бири ҳисобланган педикулёз билан айнан ниҳоятда озода болалар зарарланаёпти. Гап шундаки, бир кунда бир неча марта чўмириб, кунора бошини ювиб юрадиган одамлар нафақат кирлар, балки ўз терисининг ҳимоя қатламини ҳам ювиб юборишади. Балки шунинг учундир ҳар қанча тоза-озода тутишимизга қарамай, болалар барибир битлаб туришади. Шу боис бирор болалар гуруҳида касаллик белгилари сезилса, бунга қарши ҳамма бирдай курашиши керак бўлади.

Аслида: Бошқа оила аъзоларининг бошида бит туҳумчалари пайдо бўлмаса, бунинг

«Куз келиши билан хавотирим оша бошлайди. Чунки айнан шу фаслда қизимнинг бошида бит пайдо бўлади. Тозалик, гигиена оиламизда биринчи ўринда туради. Аммо шунга қарамай у каердандир бу балони юктириб келаверади. Боламини мавсумий дарддан халос қилиш учун нималарни кўламадим дейсиз. Кейин билсам, битга қарши дорилар бола саломатлиги учун хавфли ҳам экан. Шу ростми?»

Малоҳат Аллаберганова, ҳисобчи.

эринмай тараб, туҳумларни тушириб юбориш керак. Чунки улар соч толасига жуда маҳкам ўрнашиб олган бўлади. Яхшиси, педикулёз билан курашишда махсус лосьон ёки кремлардан фойдаланган маъқул.

4-хато: Керосин битдан халос этади.

Аслида: Илгариги даврларда оналар бу паразитларга қарши энг синалган усул сифатида керосиндан фойдаланишган. Улар боланинг бошини кир совун қилиб қўшилган керосин билан обдон ишкарингизнинг бошида бит туҳумчалари пайдо бўлмаса, бунинг

дерматитга, бундан ташқари, сочлар таркиби бузилишига ҳам олиб келади. Худди шу нарса сирка билан ҳам боғлиқдир. Гарчи битлар керосин ёки сирка ҳидига дош беролмай тўкилиб тушса-да, аммо бу ҳам ижобий усул эмас.

5-хато: Агар оилада бир киши битласа, дарҳол ҳаммининг боши педикулёзга қарши воситалар билан тозаланиши керак.

Аслида: Бошқа оила аъзоларининг бошида бит туҳумчалари пайдо бўлмаса, бунинг

Тиббий маълумотлар асосида тайёрланди.



Дарҳақиқат, кўпчилик оналар фарзандининг битлашини ўзи учун ҳам, оиласи учун ҳам жуда шармандали ҳолат деб ҳисоблайди. Ахир, ҳақиқатан ҳам, илгари фақат дайди ва кир-чир юрганларга нисбатан «битлики» ибораси қўлланилган-да. Аммо ҳозирги кунга келиб, шифокорларнинг таъкидлашича, педикулёз, яъни битлаш ўта озодларнинг ҳам касаллигига айланмоқда. Энг ёмони, жуда кўпчилик бу юқумли ҳашарот тўғрисида, унинг қай шароитларда тарқалиши, шу билан бирга, битлашни бартараф этиш йўллари ҳақида нотўғри тасаввурда бўлгани учун ҳам қатор хатоликларга йўл қўядилар. Масалан:

1-хато: Битлар бир бошдан бошқасига сакраб ўтади, деб ўйлаш.

Аслида: Бит сакраши билмайди. Улар соғлом сочларга касалланган сочнинг тегиши натижасида юқиши мумкин. Шунингдек, агар ёнингизда педикулёзи бор одам бошини силкиса ёки сочини тўғрилса ҳам у сизга юқиши мумкин.

2-хато: Касаллик чойшаб ёки кийим-кечак орқали юқиши мумкин.

Аслида: Агар шу нарсалардан педикулёз билан зарарланган одамдан кейин дарҳол фойдалансангизгина сизга бит ўтиши мумкин. Чунки бу ҳашарот кийим-кечак ёки чойшабларда тургун яшамайди. Улар асосан одам терисининг қобиғи билан озиқланади. Шу боис битлаган одам фойдаланган чойшабларни қайнатиш ёки хлорлаш шарт эмас. Уларни оддий совунли сувда ювишнинг ўзи кифоя.

3-хато: Битга қарши замо-

«Ёшим 54 да. 2007 йилдан бўён климат туфайли миямда галати шовқин бор: кечкурунлари тракторнинг овозига ўхшаган товуш кучайиб, яхши ухлалмайман. Шу пайтда қон босимим ҳам кўтариллади. Авал бошим қизигани учун «Симастон» деган дорини уч ой ичдим ва қизиш йўқолди. Лекин уни ичмай қўйганимдан бери яна бошимдаги ҳарорат танамга тарқаладиган бўлди. Шифокорлар кўригидан, компьютер томографиясидан ҳам ўтдим, бошқа дориларни ҳам ичдим, сира фойдаси бўлмади. Энди эса 30 та игнате-рапия сеансини буюришди. Шу муолажа менга ёрдам берадими?»

Гулчехра ХОЛМАТОВА, Бешарик.

— Албатта сиз мурожаат этган шифокор юқоридаги кўрик ва томография натижаларини эътиборга олган ҳолда муолажа буюраётгани аниқ. Игнате-рапияни невропатолог тавсия қилган бўлса, қабул қилиш керак. Шунингдек, «Симастон»ни шифокор назоратида ёшингизга мос дозада ичгани давом эттиринг. Мутахассислар сизга тўғри муолажа белгиланган, бу тавсияга амал қилиб, даволаш жараёнини давом эттиринг.

Саволга олий тоифали акушер-гинеколог Маҳмуд ИММОКУЛОВА жавоб берди.

Бу дилкаш ва хушмуомала одамни кўпчилик танийди, билади, десак муболаға бўлмас. Нега десангиз, неча йиллардан бери Сотволди ака «Оила ва жамият»нинг доимий мухлиси. Энг кизиги, деярли ҳар бир сонимизда эълон қилинаётган қизиқарли ва бахталаб мавзулар ҳақида у киши ўзининг ҳолис, самимий фикрларини гоҳи телефон орқали, гоҳида эса атай келиб билдириб кўяди. Ва ниҳоят, унинг энг севган «хоббиси» — яқин жигаргўшалари, таниш-билишларини газетамиз саҳифасида кутлашдан сира эринмайди.

— Келинолингиз яқинларимизнинг туғилган кунларига отланишдан аввал «Кани дадаси, ҳар қандай совгадан афзал бўлган табрик чоп этилган газета-

ганлар: «Бу бола тегирмондан бутун чиқади», деб кўйишаркан. Кейинчалик автобазада ҳайдовчилар тайёрлаш курсида ўқиб, кечкурунлари авточилангар бўлиб ишлай бошлайди...

— Кунларнинг бирида онам раҳматликнинг касаллигига арининг сўти даво эканини бировдан эшитиб қолдим ва уйдагиларим розилик беришмасаларда, ўқиш-ишларимни ташлаб жўнаб кетдим, — дея ҳикоя қилади қахрамонимиз. — Ишонасизми, 25 кун деганда ўша савилни топиб келдим. Онаизорим минг хавотир билан «Вой, болагимайей, нима қилардинг, овора бўлиб-а, шартмиди?» — дея йиғлаганлари ҳалигача кўз олдимдан кетмайди. Ана шу малҳамни ичгач, дарддан ҳам халос

✓ **ОДАМЛАР ОРАСИДА**

ган жамиятининг Ўзбекистондаги ваколатхонасида маслаҳатчи сифатида фаолият кўрсатмоқда. Қолаверса, у киши салкам 25 йилдирки, пойтахтимизнинг Юнусобод туманидаги Тинчлик маҳалласининг кўйинчак фаоли ҳақда газетамизнинг жонқур тарбиётчиларидан бири ҳам.

Умр йўлдоши Райхоний опа билан тўрт нафар фарзандини оқ ювиб, оқ тараб, юрт қорига ярайдиган қилиб тарбиялашди. Ўғиллари Шоиран — муҳандис, Улуғбек савдо ходими, қизлари — Дилафрўз ва Дилфузалар эса шифокорлик касбини танлашган. Келинлари

**ТАКОМИЛЛАШАЁТГАН
НОТАРИАТ**

Мамлакатимизда барча соҳаларда жадал суръатлар билан ривожланиш кузатишмоқдаки, натижада қонунлар қабул қилиш, мавжудларига эса ўзгартиш ва қўшимчалар киритиш эҳтиёжини ҳам юзага келтираётди. Бу эса нотариал идоралари фаолиятининг кенгайтиши ва янада такомиллашишига ҳам туртки бўлаяпти.

2010 йил 14 сентябрда «Адлия органлари ва муассасалари фаолияти такомиллаштирилиши муносабати билан Ўзбекистон Республикасининг айрим қонун ҳужжатларига ўзгартиш ва қўшимчалар киритиш тўғрисида»-ги қонуннинг қабул қилиниши ҳам айни замон талаби эди. Жумладан, «Нотариат тўғрисида»-ги қонунга киритилган ўзгартишда нотариусларга қўйилмаган малака талаблари қучайтирилиб, йиғирма беш ёшдан кичик бўлмаган шахслар нотариус бўлиши, амалиётни ўташ муддати эса камида икки йил этиб белгилангани қайд этилган. Шунингдек, лицензиялаш тизимидан воз кечилиб, нотариуснинг масъулиятини ошириш мақсадида қасамбўб қабул қилиш тартиби жорий қилинди. Қолаверса, кадрлар таркибини ҳалол ва малакали мутахассислар билан тўлдириш мақсадида нотариус лавозими бўйича қонунда чеклашлар ўрнатилди. Унга қўра, бундан буён белгиланган тартибда муомалага лаёқатсиз ёки муомала лаёқати чекланган деб топилган, қасдан содир этган жинояти учун судланганлик ҳолати тугалланмаган ёки судланганлиги олиб ташланмаган, касбий фаолиятига мос келмайдиган қилмишлар содир этгани учун нотариус, адвокат, терговчи, прокурор, судья ёки ҳуқуқни муҳофаза қилувчи органларнинг бошқа ходими сифатидаги ваколати тугатилган шахслар нотариус бўлиши мумкин эмас. Бундан ташқари, нотариат ходимларининг билим-савиясини доимий равишда ошириб бориш мақсадида «Нотариат тўғрисида»-ги қонуннинг 18-моддаси ўзгартирилиб, нотариуслар белгиланадиган тартибда беш йилда камида бир марта ўз касбий малакасини ошириши шарт қилиб кўрсатилган. Бинобарин, қонунларга киритилган бу сингари ўзгартиш ва қўшимчалар инсонларарлик тамойилларига асосланган бўлиб, фуқароларнинг қонуний манфаатлари ва ҳуқуқлари ҳимоясини таъминлашга қаратилган.

Алишер ХИДИРОВ,
Юнусобод тумани 1-давлат нотариуси,
ақ идораси нотариуси.

**СОТВОЛДИ АКАНИНГ
СИЙРАТИ**

ни узатинг-чи», деб ҳазиллашади. Ҳаммалари менинг ўзига хос «сюрприз»имга ўрганиб қолишган-да, — дейди кулимсираб Сотволди ака.

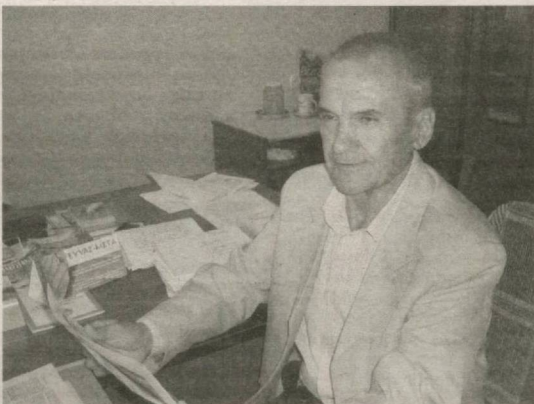
Дарвоқе, бу тиниб-тинчимас инсоннинг «Умр дафтари»даги айрим ёзувларни ўқисангиз кўпчилик учун ибратли воқеаларга гувоҳ бўласиз.

...Тошкентнинг Чигатой даҳасида беш фарзандни тупроққа кўйиб, юрак олдириб кўйган Мирюсуф боғбон хонадонидан 1947 йилнинг кузида ўғил фарзанд дунёга келади. Доя кампир эзгу ниятлар билан Аллоҳдан тилаб-сўраб олинган чақалоқнинг исмини Сотволди деб қўйилган дея маслаҳат беради. Фалақнинг гардишини қарангки, кичкинтой секин-аста вояга етиб, кўл учига кун кўрадиган ота-онанинг қанотиغا қиради. Уни ҳам бошқа тенгқурлари каби ҳаёт, тиричилик ташвишлари аямади. Эҳ-ҳе, не-не кунларни бошидан кечирмади, дейсиз. Онани Кундузой опа тез-тез хасталаниб, уй юмушларида қийналарди. Ана шунда ёш Сотволди рўзгордаги катта-кичик ишлар борми, укаларига қарашми, ҳаммасини эпларди. Бир умр қора меҳнатдан чарчамаган отаси: «Ўғлим, сен бизнинг бор умидимизсан, насиб этса ишончимизни оқлайсан», деганларича бор экан. Тасаввур қилинг, 13 ёшли ўсмир Хадрадаги сабзавотлар сотиладиган дўконга юк ташувчи бўлиб ишга қиради. Кечкурун ишчи ёшлар мактабидан ўқий бошлайди. Уни таниган-бил-

бўлдилар ва ўзлари озгина ортиб қолган бу шифобахш дорини маҳалламиздаги аёлларга илинганини айтмайсизми.

Тақдирни қарангки, бир яхшилик ўн яхшиликни етаклаб келар экан. Шу орада Сотволди машхур «Баҳор» ансамблида ҳайдовчилик қила бошлади. Халқимизнинг суюкли санъаткори Мукаррама Турғунбоеванинг одамийлик бобидаги ажойиб фазилатларини кўриб, айниқса, оддийгина содда ҳайдовчини ҳам «боламлаб» гапириши унга олам-олам қувонч бағишларди. Хуллас, кейинчалик устозлари Муртазо Султонов, Жаҳонгир Шариповларнинг беғараз кўрсатган инсоний кўмак, панду насиҳатларига амал қилган Сотволди ака олий маълумотли етук мутахассис бўлиб етишди — ҳаётда ҳам, жамиятда ҳам ўз ўрнини топди. Ҳамма ҳавас қилгулик оилага бош бўлди, қолми фарзандларни тарбиялаб вояга етказди.

Бугунги кунда Сотволди Мирзаев «TRAKT-TRANS» автокорхонасини бошқариш билан бир Россиянинг «Урал-промнасосремонт» масъулияти чеклан-



Шаҳлоҳот ва Муқаддамхоилар олий ўқув юртралида сабоқ беришади. Бир-биридан ширин ўн нафар неваралари вояга етаётди.

Соддафеъллиги ва камтаринлиги юз-кўзларидан сезилиб тургучи бу инсоннинг умр йўллари бир каттақон китобга сиқулик воқеаларга бой экан.

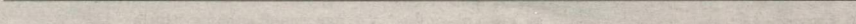
Табарруқ 63 ёшини қаршилаётган, юзлаб одамларнинг кўнглини олмақ учун деярли ҳар ҳафта жонсарак бўлиб шошилиб келиб-кетадиган Сотволди акани таваллуд кунлари билан жамоамиз ва кўп сонли мухлисларимиз номидан чин дилдан кутлашга жазм этдик. Сийрати ва сурати эзгуликдан иборат бундай инсонларга ҳар қанча таъзимлар қилсак арзийди.

Тамара ХУММАМАНОВА

«Раъно синглимининг синфдоши эди. Улар мактабни тугатишгач, Самарқандда олий ўқув юртида ҳам бирга ўқишди. Раънонинг меҳрибон, очикқўнглилиги менга жуда ёқарди. Гоҳида синглим ҳазиллашиб, «Ака, сиз менимас уни кўргани келасиз-а», деб кўярди. Унинг ҳам менга беэътибор эмаслигини сезардим. Бир куни онам: «Ўғлим, отанг билан маслаҳатимиз пишиди, қиз ҳам топилди, насиб этса, кузда тўй», деб қолди. Не дейишни билмай, секин синглимга кўнғирок қилсам, у кула-кула: «Келин Раъно дугонам-да, онамга ўзим айтганман», деб жавоб берди.

Хуллас, ҳамма ҳавас қилгулик тўйимиз бўлди, сўнг фарзандларимиз туғилди. Уларни бир дунё оруз-нийатлар билан оқ ювиб, оқ тараб вояга етказдик. Эндигина эр-хотин болаларимизнинг роҳатини кўрагимиз деганимизда... аёлим бечора бедаво дардга чалиниб, олти ойча ётгач, дунёдан ўтди. Мана, шундан бери орадан олти йил вақт ўтди. Худога минг қатла шукрки, фарзандларимнинг ҳаммасини уйли-жойли қилдим. **Ёшим 56 да.** Маълумотим олий. Ишим тайин: 50 ёшлар атрофида

Бахтли бўлинг! Бахтли бўлинг! Бахтли бўлинг!



Бахтли бўлинг!

бўлган, меҳрибон, сариштали, бефарзанд аёл учраса хабар берсаларингиз.

УСМОН,
Самарқанд вилояти».

«Жияним Азизага вақтида келган совчиларга «ўқишни тугатсин» деб поччам рад жавобини берардим. Ён қўшниси ҳам ўғлига сўраттирди. Шокирининг тарбияси яхши бўлмагани учун унга рози бўлмади. Лекин девор-дармиён ҳамсояга бу алам қилди чоғи, — келган совчилару маҳаллага қизни ёмонлашдан чарчамади. Охир оқибат Азизани сўраб келувчиларнинг қадами узилди. Поччам ва опам эса энди афсус чекишяпти. Бир яхши оилани гуллатадиган жиянимнинг тақдирини ўйлаб охири сизларга мактуб ёзишга жазм этдим.

Азизанинг ёши 42 да. Маълумоти олий, нуфузли жойда ишлайди. Ёшига мос, иши тайин, зарарли одатлардан холи, уй-жойли эркак учраса, узатмоқчимиз.

МУҲАББАТ,
Тошкент шаҳри».

«Ота-онам жуда яқин қариндош. Айтишларича, шунинг учун мен ногирон бўлиб туғилган эканман. Катта бўвим аҳолимага қуйиниб, бир умр ўзини айбдор ҳисоблаб оламдан ўтиб кетди. На илож, қисмат экан-да. 11 гуруҳ ногиронни бўлсам ҳам қўшни маҳалладан ота-онаси қаҳо қилган, тоғасининг қарамоғида вояга етган Гулсанам исмли қизга уйландим. Лекин у негадир менга кўнғилсиз эди. Бир куни ўзи дардини «ёрди»: «Ота-онам ҳаёт бўлганида сизга эмас, ўз севганимга турмушга чиққан бўлардим».

Шу гапни эшитганим захоти ота-онамининг насиҳатларига ҳам қулоқ солмай, қонуний ажрашдим. Ниҳоят, орадан тўрт йил ўтгач севимли газетам кўмағида Жамила деган ёшимга мос, 11 гуруҳ ногирони, меҳрибон бир шифокор қиз билан танишдим. Кейин тўйимиз бўлди. Ҳозирги кунда жуда бахтли яшаймиз. Яқинда эса фарзандли бўламиз. Сизларга минг раҳмат!

ФАРҲОД,
Навоий вилояти».

«Гулруҳ қизимни не-не умидлар билан Ойбекка узатгандик. Сўраб-суриштирганимизда уни таниган-билганлар топарман-тутармон, яхши йигит дейишганди. Ота-онаси ҳам баъдани инсонлар эди. Одамнинг олasi ичида, деганларидек,

кейин аён бўлди: куёвимиз киморбоз экан. Қизимиз отасига зор-зор йиғлади. У киши «Кудалар билан гаплашайин, балки ўғилларини бундай ёмон йўлдан қайтаршар», деди. Ота-онаси эса: «Кўп уриндик, энди ўзига инсоф берсин», дебди. Барибир тинчимади. Ноиллож қизимиз қонуний ажрашди. У шу орада қизчали бўлди. Ўзим «Оила ва жамият»ни кўп ўқиганим учун қизимни таҳририятга бошлаб бордим. Бизга хотини қаҳо қилган, икки норасида гўдаги бор Акрам деган йигитнинг телефони беришгач, улар учрашишди ва бир-бирларига маъқул тушди. Битта неварам учта бўлди. Ҳозир кўз текмасин, улар жуда аҳлиноқ яшашяпти.

БАРЧИНОЙ ҳола,
Бухоро вилояти».

ТАХРИРИЯТДАН:

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

МУРОЖААТ УЧУН ТЕЛЕФОН: 234-25-46

Яқинда олимлар бир шов-шувли янгиликни эълон қилишди. Югуриш спорти билан шуғулланувчиларда **целлюлит** билан хасталаниш хавфи юқори бўларкан. Умуман спортнинг барча, ҳаттоки энг беэиён кўринган жуда кўплаб турларининг аниқлашга қарама қарши кўрсатмаларга эга бўлишига нима дейсиз, — деб ёзади «АиФ» хафталиги.

Масалан:
Югуриш организмни чиниқтиради, ўпкани кенгайтиб, юрак мускулларини мустаҳкамлайди. Аммо юрак-қон томир хасталиги билан оғриганлар учун бу

ли салбий таъсир кўрсатади. Шунингдек, узоқ масофага, яъни марафонча югуриш целлюлитга мойиллик уйғотар экан. Нега? Олис масофани босиб ўтиш организмнинг мускул тўқималарини энергия ўрнида фойдалангани учун тананинг бор захирасини емириши билан кишини оздирса-да, шу билан бирга у организм ором олаётган пайтда ёғли қатлам ва целлюлитнинг пайдо бўлишига шароит яратади.

Сузиш юрак-томир ва нафас олиш тизимини машқ қилдиради, тананинг чидамлилиги даражасини оширади, эги-

✓ХОҲ ИШОНИНГ, ХОҲ...

рини ишлаб чиқариши ҳам сир эмас. Аммо ҳозирги кунда урф бўлган, асосан қоматни чиройли сақлаш ёки озишга қаратилган аэробика, шейпинг, араб рақс турлари ва бошқаларда бронхит билан оғриб юрганлар учун кўрак қафаси пайларининг чўзилиши зарарли бўлгани туфайли вақтинча рақсга тушиш таъқиқланади. Шунингдек, рақс машғулоти кўриш қобилияти паст бўлган одамларда кўз мускулларини зўриқтиради ва хасталикнинг ривожланишига олиб келади.

Футбол, волейбол, баскетбол жамоавий ўйинлар ҳисоблангани учун тезлик ва реакция аниқлиги, интизом ва иродани тарбиялайди. Қоматни тўғри тутиш, енгил қадам ташлаш ва ортиқча эгтиросларни жингли олиши ўргатади. Аммо бу спорт турлари астма (нафас сиқилиши), ошқозон-ичак яраси, май-моқлик, остеохондроз, умуртқа поғонаси жараҳатлари, юрак-томир касалликлари, шакбўрилик, ошқозон-ичак касалликлари зарарлидир. Бундан ташқари, жамоавий ўйинлар

лувчанликни яхшилайдди. Сув спорти умуртқа поғонаси ва қон-томирлар фаолияти учун жуда фойдали бўлиш билан бирга, ҳомиладорликда ҳам ижобий натижалар беради. Чунки сув босими шох томирлар тонусини яхшилаб, қон қуйилишининг олдини олади.

Аммо танадаги очик жараҳатлар ёки бошқа тери касалликлари чалинганлар учун сузиш билан шуғулланиш тақиқланади. Ахир сув ҳавзаси (масалан бассейни)даги хлорланган сув сувиш ҳам яллиланган терини зарарлантириб, ярани йиринглайиб юбориши ёки яллиланганини кучайтириши мумкин. Шунингдек, сийдик йўли ва жинсий тизим касалликлари (цистит, пиелонефрит)да тана совиши бутунлай тақиқлангани учун сув спорти тавсия этилмайди. Айниқса, сурункали юқумли касалликларда сув тананинг совиш даражасини кучайтириб юбориши ва натижада дард зўрайиши мумкин.

Томоқ, бурун, кўз касалликлари ва аллергияда хлорланган сувда сузиш хасталикни кучайтириш эҳтимоли юқоридир. Шуни унутмаслик керакки, сил касаллигининг енгил ва оғир турларида ҳам совуқ сувда сузиш ва чўмилиш тақиқланади.

Рақс, аэробика машғулоти тана эгилувчанлигини таъминлайди, қолаверса, ҳар қандай рақс жараёнида организмнинг эндофин — бахт гормонла-



ўғил болалар тарбиясига баъзи ҳолатларда акс таъсир кўрсатиши ҳам мумкин экан. Боланинг жамоавий ўйинларга буткул машғул бўлиб қолиши уни жиизаки қилиб қўяди. Аммо қувонарлиси, футбол, баскетбол ўйнайдиганлар бошқаларга нисбатан камдан-кам ҳолатларда депрессияга тушадилар ва деярли чекмайдилар.

Шундай экан, спорт — саломатлик гарови, аммо у билан ошно бўлмоқ учун ўзимиз ҳам соғлом бўлишимиз кераклигини унутмайлик.

Дилфуза ҚЎЗИЕВА
тайёрлади.

СПОРТ СПОРТ СПОРТ

ФУТБОЛЧИЛАРИМИЗ — ИККИ КАРРА ЖАҲОН ЧЕМПИОНИ!

Ўзбекистон ногирон-ампутант футболчилар терма жамоаси иккинчи маротаба жаҳон чемпиони унвонини қўлга киритди.

Аргентинанинг Креспо шаҳрида жорий йилнинг 16–24 октябрь кунлари футбол бўйича ногирон-ампутантлар ўртасида ўтказилган жаҳон чемпионатида мусобақа мезбонлари билан бир қаторда ўн бешдан ортиқ терма жамоалар голиблик учун куч синашди.

Мазкур нуфузли мусобақанинг биринчи босқичида «Б» гуруҳида ўйнаган ҳамюртларимиз Бразилия вакилларини 1:0 ҳисобида мағлубиятга учратди ва эронликлар билан дуранг ўйнаб, энг кучли саккиз терма жамоа қаторида кейинги босқичга йўл олди.

Иккинчи босқичда футболчиларимиз ўз гуруҳида Англия (6:1), Бразилия жамоаларини (4:2) мағлубиятга учратиб, Россия вакиллари билан (3:3) ҳисобида дуранг ўйнаб, ярим финалга чиқди. Финал йўлланмаси учун ўтказилган беллашувда ҳамюртларимиз туркияликларни 2:1 ҳисобида енгилди.

Финал учрашуви мусобақа мезбони — Аргентина ва амалдаги жаҳон чемпиони — Ўзбекистон ўртасидаги баҳс кескин ва муросасиз курашлар остида ўтди. Биринчи бўлимда ҳисоб очилмагач, ҳамюртларимиз ўйиннинг иккинчи ярмида хужумга зўр берди. Хайдарали Турсунбоев иккита, Қудрат Худойкулов битта тўп киритиб, терма жамоамизнинг 3:1 ҳисобидаги галабасини таъминлади.

Шундай қилиб, Аргентинадан ўтказилган жаҳон чемпионатида кучли ирода, юксак ҳасорат ва матонат намунасини намойиш этган Ўзбекистон ногирон-ампутант футболчилар терма жамоаси дунёда тенгсиз эканини яна бир бор исботлади.

ЁШ ШАХМАТЧИЛАРИМИЗ ШАХТИ БАЛАНД

Грецияда ёшлар ўртасида шахмат бўйича жаҳон чемпионати қизғин паллага кирди.

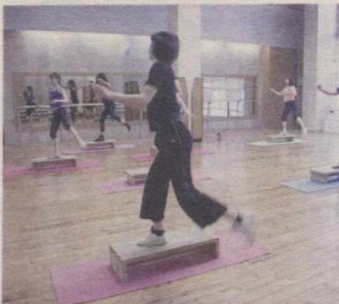
Саккиз ёшгача бўлган ўғил болалар ўртасидаги мусобақада Нодир Ёқуббоев яна икки учрашувда рақибларини мағлубиятга учратди. Истеъдодли спортчимиз бешинчи турда қора доналарда ўйнаб, Жанубий Африка Республикасида келган Метю Ле Марреки чиройли усулда мот қилди. Олтинчи партияда эса ҳиндистонлик Сев Адитя ҳамюртимизнинг галабасини тан олди. Ҳозирча, олти имкониятдан беш очко жамғарган Н.Ёқуббоев юз йигирма нафардан зиёд тенгкурлар ўртасида кучли тўртликдан жой олди.

Жаҳон чемпионатида 10 ёшгача бўлган шахматчилар ўртасида барқарор ўйин кўрсатган мамлакатимизнинг уч карра чемпиони Ортик Нейматов ҳам юқори ўринларга даъвогарлик қилмоқда. Кетма-кет икки учрашувда грециялик Христос Антопулос ва хитойлик Йу Хао Лианодан устун келган О.Нейматов ҳам тўрт ярим очко жамғарди.

Шунингдек, мусобақанинг олтинчи турида мамлакатимиз терма жамоаси аъзоларидан Темур Игонин, Искандар Орипов, Моҳинур Қажрамонова, Фарид Хурсанова, Сарвиноз Курбонбоева ҳамда Гулрухбегим Тоҳиржонова дуранг натижага эришишди.

Интернет манбалари асосида
Илҳом ЖУМАНОВ тайёрлади.

ИНФАРКТ САРИ ЙЎЛ... НАҲОТКИ?



спорт тури билан шуғулланиш мумкин эмас. Чунки югуриш пайтида асосий босим қон айланиш тизимига тушади. Бу эса юракнинг ишемик хасталиклари билан оғриганлар учун анча хавфлидир. Нафас олиш тизимида (бронхит, астма) касаллиги борларда эса югуриш ўпканинг одадтагидан кўпроқ кислород ажратишга мажбурлайди. Шунинг учун нафас қайтиб, ҳансираш бошланади.

Умуртқа поғонасининг енгил жараҳатлари ёки яссиоёқликда ҳам югуриш жараёнидаги урилувчан ритмлар асосан қон томирлари ва умуртқа дискларга тушиши натижада ҳаттоки соғлом одамларни ҳам айрим жараҳатларга олиб келиши мумкин.

Варикоз томирларнинг кенгайишидан азият чекадиганларга ҳам югуриш пайтида тана оғирлиги уч баравар кўп бўлиб оёқларга тушгани учун куч-

ланган терини зарарлантириб, ярани йиринглайиб юбориши ёки яллиланганини кучайтириши мумкин. Шунингдек, сийдик йўли ва жинсий тизим касалликлари (цистит, пиелонефрит)да тана совиши бутунлай тақиқлангани учун сув спорти тавсия этилмайди. Айниқса, сурункали юқумли касалликларда сув тананинг совиш даражасини кучайтириб юбориши ва натижада дард зўрайиши мумкин.

Томоқ, бурун, кўз касалликлари ва аллергияда хлорланган сувда сузиш хасталикни кучайтириш эҳтимоли юқоридир. Шуни унутмаслик керакки, сил касаллигининг енгил ва оғир турларида ҳам совуқ сувда сузиш ва чўмилиш тақиқланади.

Рақс, аэробика машғулоти тана эгилувчанлигини таъминлайди, қолаверса, ҳар қандай рақс жараёнида организмнинг эндофин — бахт гормонла-

МЕНИНГ МУҲАББАТИМ...

...Шу кун бу дунёда энг яхши кўрган инсоним билан роса йиғлашдик. Ҳа, жонимдан ортиқ севган одамим мени ўзимдан-да кучлироқ севади. Буни унинг ҳар нафасидан сезиб тураман. Ишонинг, ҳар айтган сўзлари мени қайтадан дунёга келтиради. Баъзида биргина кўнғирогимни қанчалар интиқлик ила кутишини, мени ўйлаб йиғлаши, ҳатто тунлари бедор бўлишини тасаввур ҳам қила олмайман. Мен унга совга қилган арзимас нарсани ҳам фаҳрга тўлиб, элга дoston қилади. Эришган ҳар бир ютук-муваффақиятимдан боши кўқларга етади.

Мен-чи? Нега унинг менсиз яшай олмаслигини, ҳафтада атғи бир мартагина қиладиган кўнғирогимни қанчалар интизор кутишини ҳис қилмайман? Нега бир оғиз ширин сўзимни ундан қизганиман?



Ахир, унинг шаънига мақтов-олқишлар ёғдирсам арзийди-ку! Ёки шунчалар бемеҳр, оқибатсиз бўлиб кетдимми? Баҳонамни қаранг: "Ишларим кўпайиб кетиб, телефон қила олмадим". У ёқдан жавоб келади: "Нима, ахир, бир ҳафтадан буён ҳар бир кўнғироққа илинж ила қулоқ тутаман-ку! Чоршанба кутдим, шанба кутдим... Шу телефон деганлариям кўзимга дунёдаги энг ёмон матоҳдек кўриниб кетди".

Ва ниҳоят, душанба кун телефон қиламан: гўшақдан унинг ёруғ оламда ҳеч бир овозга қиёслаб, менгзаб бўлмайдиган саси эшитилади. У унсиз йиғлар эди... Мен ҳам ўзимни тутолмадим — йиғлаб юбордим...

Ҳа, мен ҳам сизни ҳаммадан кўра ортиқ яхши кўраман, ОНАЖОН!

Давронбек ТОЖАЛИЕВ

✓ИЗҲОР

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

Тахририятга келган кўлэмалар муаллифларга қайтарилмайди. Реклама материаллари учун тахририят жавобгар эмас.

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

E-mail: oilavajamiyat@sarkor.uz

Бош муҳаррир: Норқобил ЖАЛИЛОВ

Қабулхона: (тел/факс) 233-28-20
Муҳбирлар: 233-04-50
Котибият: 237-21-82
«Оила» бўлими: 234-25-46

Web-site: oilavajamiyat.uz

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 11.01.07да рўйхатга олинган. Буюртма Г — 932. Формати А-3, ҳажми 2 табоқ, Адади — 8083. Навбатчи муҳаррир — Фаррух ЖАББОРОВ. Саҳифаловчи — Илҳом ЖУМАНОВ. Мусахҳхлар — Саидғани САЙДАЛИМОВ, Мафтуна МИНГБОЕВА.

ISSN 2010-7609

1 2 3 4 5