

## ТАҚДИРИМСАН, БАХТИМСАН, ЭРКИН ВА ОБОД ВАТАН!



Қани эди, сени майин мақтасам,  
Бўлмаса кўксимда ҳар бир сўз тошдан.  
Йўлимга кўз тикиб яшамоқдасан  
Неча асрларки, ўн саккиз ёшда...

Матназар АБДУЛҲАКИМ

### УШБУ СОНДА:

Тўйдан аввал ўйлаш керак .....	2
Маслаҳатчи аёлга осон тутманг! .....	3
Олтин гепард кинофоруми .....	3
Қизингизга совчи келди... ..	4
Муҳаббат Эралиева: Шиоримиз: фаол ҳаёт учун! .....	5
Тимсоҳнинг кўз ёшлари .....	6
Ботулизм хавфли касалликми? .....	6
Бахт деганим сароб бўлди .....	7
Ёшларимиз жаҳон чемпионатида боришади .....	8



### «МАТБУОТ ТАРҚАТУВЧИ»

акциядорлик компанияси —  
обунага кўмакчи

Ҳурматли юртдошлар!  
2013 йил учун обуна  
давом этмоқда

Муҳтарам Юртбошимизнинг кўни кеча 1 октябрь — Ҳафтасизлик ва муборак куни — умумхалқ байрами муносабати билан устозларга йўллаган табриқдаги "...сиз жонқар муаллим, муборак ва домлаларнинг, барча маърифат аҳлининг ўз танлаган касбингиздан рози ва мамнун бўлиб яшашнинг учун, Ватан олдда, келажак олдда қўлаётган улғу хизматларингизни муносиб тақдирлаш, ҳаётимизда юксак обрў-эътибор топганингиз учун ҳам қонуний, ҳам моддий, ҳам амалий замин тўғрисида берилган ўзгаришнинг нафақат вазифам, балки шарафли бурчим, деб ҳисоблайман" деган пурмаъно сўзлари ҳар биримизни руҳлантириб юборди.

## СИЗГА ТАЪЗИМ, СИЗГА ТАСАННО!

Бу ёруғ оламда онадек меҳрибон, отадек ғамхўр, ҳар биримиз учун азиз ва мўътабар бўлган улғу зот бу муаллим ва мубораклардир. Уларга азал азалдан чуқур ҳурмат, улғу эҳтиром бажо келтирилган. Шу боис ҳам халқимизнинг аҳойиб бур нақлида: «Сен одамларга бир йил яхшилик қилмоқчи бўлсанг, бугун эк, юз йил яхшилик қилмоқчи бўлсанг, таълим-тарбия бер» дейилган.

Устозлар ҳақида сўз кетса, беихтиёр беғубор ёшлигимиз, орзу-умидларга тўла болалик йилларимиз, илк бора қўлимизга қалам тутқазган биринчи ўқитувчимиз кўз олдимизда гавдаланади. Бизнинг ўйлаб-ўйламай берган ҳар бир саволимизга шошилмасдан, оғринмасдан ўйга толганча жавоб берганини эсласак, бугун кўнглимиз аланачуқ ҳисларга тўлади. Дарвоқе, устоз кўрмаган шогирд қонил бўлиб вояга етмаганидек, ўқитувчисиз жамият ҳам тараққий этолмайди.

Халқ таълими тизими нафа-



қат моддий, балки илмий-услубий, янги педагогик технологияларни таълим жараёнига тадбиқ этиш, болалар спортини ҳамда мушиқа ва санъатни ривожлантириш борасида ҳам тақомиллашиб бормоқда. Мақсад битта — баркамол авлодни тарбиялаш ва бу вазифани бевосита амалга оширадиган ўқитувчини улуғлаш, уларга етарли иш шaroитларини яратишдир.

## Ш у к у ҳ

Мустақиллик шарофати тўғрисида мамлакатимиз таълим тизимида ҳам янги саҳифа очилди. Бу даврга келиб "Келажак буюк" эканлиги башорат қилинган давлатимизнинг эртанги кўни эгалари бўлмиш ёш авлодга таълим-тарбия бериш билан бевосита боғлиқ изчил ислохотлар дастурини ўз ичига олган "Таълим тўғрисида"ги қонун, кадрлар тайёрлаш бўйича миллий Дастур ва қатор фармон ҳамда қарорлар қабул қилинди. Айниқса, бу борада Президентимизнинг «Юксак маънавият — енгилмас куч» риволаси мамлакатимиз маънавий ҳаётида муҳим ўрин эгаллаганини алоҳида таъкидлашни истардик. Ушбу китобда биз сўз юритаётган мавзу хусусида шундай сўз уритилади: "Мақтаб, таълим-тарбия масаласи давлат ва жамият назоратида бўлиши Асосий Қонунимизда белгилаб қўйилган. Шу билан бирга, бу кенг жамоатчилик, бутун халқимизнинг иштироки ва қўллаб-қувватлашни талаб қиладиган умуммиллий масаладир."

Дарҳақиқат, биз устозлар олдида ким, қайси бир касб-соҳа вакили бўлиб етишишимиздан қатъи назар, барибир ўқувчимиз, шогирдимиз. Шундай экан, уларга йилнинг бир кунидagina эмас, ҳар кунда таъзим қилсак, пойига қучоқ-қучоқ гуллар сочсак арзийди.

Шерали АБДУРАИМОВ,  
Ўзбекистон Миллий университети ҳуқуқшунослик факультети талабаси.

## Қарор ва ижро

### ЗАМОНАВИЙ ТАРАҚҚИЁТ САРИ

Маълумки, 2011 йил 29 июлда Ўзбекистон Республикаси Президенти томонидан "Саноат кооперацияси асосида тайёр маҳсулотлар, бутловчи буюмлар ва материаллар ишлаб чиқаришни маҳаллийлаштиришни янада чуқурлаштириш бўйича 2011-2013 йилларга мўлжалланган чора-тадбирлар тўғрисида"ги қарори қабул қилинган эди.

Ушбу қарорнинг аҳамиятли жиҳати шундаки, у ишлаб чиқаришни маҳаллийлаштириш жараёнларини янада чуқурлаштириш ва микёсларини кенгайтиришни, замонавий рақобатбардор ва экспортга йўналтирилган ҳамда импорт ўрнини босувчи маҳсулотларни ишлаб чиқаришни кўпайтиришни қўллаб-қувватлаш ҳисобига экспорт-импорт амалиётлари тузилмасини диверсификациялаш, тармоқ ичида ва тармоқлараро, жумладан, республикадаги йирик корхоналар билан кичик бизнес субъектлари ўртасида саноат кооперациясини мустаҳкамлашни, шунингдек, аҳолининг иш билан бандлиги ва даромадларини ўсишини кўзда тутди.

Таъкидлаш керакки, мазкур қарорга мувофиқ, Ўзбекистон Республикаси Президенти томонидан 2009 йил 27 январда қабул қилинган қарорнинг 3-бандида белгиланган тайёр маҳсулотлар, бутловчи буюмлар ва материаллар ишлаб чиқаришни маҳаллийлаштиришни чуқурлаштириш бўйича 2011-2013 йилларга мўлжалланган Дастурнинг 1- ва 2-иловаларига киритилган қарорлар учун амалдаги имтёزلарни 2014 йил 1 январгача узайтириш кўзда тутилди.

Ушбу ҳужжатда қайд этилган талабларга кўра, корхоналарнинг тақдим этилган имтёзи асосида озод этилган маблағларни уларни янгилаш, кенгайтириш, реконструкциялаш, модернизациялаш, техник ва технология янгилаш, бошқариш тизимини сифатини яхшилаш, муҳандис-техник ходимларни рағбатлантириш илмий-тадқиқот ва тажриба конструкторлик ишланмаларини молиялаштиришга сарфланишини кўзда тутди.

Бу борада пойтахтимизнинг Шайхонтоҳур туманида Маҳаллийлаштириш лойиҳаларига киритилган 9 та ҳўжалик юритувчи субъект рўйхатга олинган. Ушбу корхоналарга маҳаллийлаштирилётган маҳсулотлар ишлаб чиқариши учун берилган солиқ имтёзи суммаси 4922,9 млн. сўмини ташкил қилади. Шундан фойда солиғи 1915,2 млн. сўмини, ягона солиқ тўлови 1965,7 млн. сўмини ва мол-мулк солиғи 1043,1 млн. сўмини ташкил этади.

Бахтиёр ЮЛДАШЕВ,  
Тошкент шаҳар Шайхонтоҳур туман  
ДСИ шўъба бошлиғи.

## САХОВАТЛИ САЛОМАТ ОПА

Аёлнинг жони қирқта эмас, керак бўлса мингта эканлигини амалда исботлаб яшаётган оққўрғонлик Саломат Усмоновани нафақат кўни-қўшнилари, балки Султон Сеғизбоев маҳалласидаги ҳам кайвони, ишбилармон ва саховатли инсон сифатида қадрлашди. Волида муҳтарамаси — 101 ёшли Ойимбуви ая Элтоеванинг панду насиҳатлари ва дуоларини

олган опа элдошлари орасида ўзининг ҳалол хизмати учун обрў топди. Айниқса, ёшлигидан савдо соҳасининг ҳадисини олганлиги боис истиқлол йилларида ҳукуматимиз томонидан кенг имкониятлар яратиб берилганлиги уни янада руҳлантирди.

Турмуш ўртоғи Зухриддин Беков билан икки ўғил, икки қизни умид билан тарбиялашди. Лекин тақдир экан-да, қутилмаганда 1979 йили суянган тоғи, аҳил оиланинг устуни дунёдан ўтиб қолди. Барча қийинчиликларни енгизи, етим қолган болаларнинг бошини ўқситмай силаш унинг зиммасига тушди. У энди ҳам ота, ҳам она вазифасини бажариши шарт эди.

— Онажоним шундай оғир кунларда ёнимда тиргақ бўлди, юрагимга далда берди, — дейди Саломат опа ўтган йилларни хотирлаб. — Ушанда, ишонасизми, мен учун кун ва тун баробар эди. Эртадан кечгача дўконда ишласам, шом тушди дегунча рўзгор ишлари билан банд бўлардим. Ҳатто болаларимнинг дарсларини ҳам тайёрлашга кўмаклашардим. Қачон ухлаб, қачон ўғонганимни эслолмайман. Худойим аёлга куч-қувват, сабр-бардошни тенгсиз қилиб берганлигини, мана мен ўз ҳаётим мисолида кўрдим. Лекин шукрки, шунга яраша

мукофотиниям берди. Кипригимда авайлаб ўстирган болаларим юзимни ёруғ қилди, ишончимни оқлади.

Қизлари Гулнозаҳон ва Гулзодаҳонлар ўзлари келин бўлиб тушган хонадонларни гуллашяпти. Саломат опанинг ўғилларидан бири Зокиржон... икки йилча аввал қаза қилди. Унинг ортида қолган фарзандлари оталари руҳини шод қилишмоқда. Кенжа ўғил Хусниддин тадбиркорлик билан шугулланяпти.

— Мен ҳамisha онажоним билан ҳақли равишда фахрланаман, — дейди Хусниддин. — Нега десангиз, у киши тоғдай иродаси билан бизларни тарбиялаб, вояга етказди. Ҳеч кимдан кам қилмай ўстирди, ўқитди. Базан ўйлаб қоламан, биз — фарзандлар уларнинг олдидаги бурчимизни қандай уза оларканмиз? Менинг онам ҳаммадан яхши деб мақтансам арзийди.

Ибротли томони шукки, Саломат опа туман ёки маҳалла ҳудудига ўтказилаётган ҳар бир хайрия тадбирларида фаол қатнашади. Айниқса, кам таъминланган, кекса, етим-есир, ноғирон, моддий кўмакка муҳтож инсонлардан ўзининг бегараз ёрдамини сира аямайди. Қўли очик, бағрикенглиги боис ҳам опа 2005 йилда муборак ҳаж сафарига бориб келди. Ниятимиз, ана шундай аҳойиб фазилатли юртдошларимиз сафи янада кўпаяверсин.

Мукаррама ТҶИБОЕВА.

## Одамлар орасида



Юртимизда мустақиллик даврида аҳолининг репродуктив саломатлигини муҳофаза қилиш, соғлом авлодни тарбиялаш давлат сиёсатининг устувор йўналишларидан бирига айланган. Бу борада олиб борилаётган саъй-ҳаракатлар натижасида мустақил ҳаёт оstonасига қадам қўётган ёшларни тиббий кўриқдан ўтказиш пайтида аниқланаётган айрим касалликларнинг ниҳодан аввал доволаниши носоғлом оила бунёд бўлишининг олдини олишда муҳим аҳамият касб этмоқда.

Соғлом оилани шакллантириш, ирсиятга боғлиқ ва туғма касалликларга чалинган болалар туғилишининг олдини олиш мақсадида Оила кодексига "Никоҳланувчи шахсларни тиббий кўриқдан ўтказиш"ни тартибга солувчи 17-модданинг янги тахрири киритилгани айна мудоао бўлди.

Тиббиёт хулосаларига кўра, турмуш куриш учун энг қулай давр қизлар учун 20-24 ёш, йигитлар учун 24-26 ёш ва уларнинг ёшлари ўртасидаги фарқ 3-6 ёшгача бўлгани маъқул. Йигит ва қизларимиз турмуш куришдан олдин тиббий кўриқдан ўтиш пайтида ўзлари яшайдиган поликлиникалар, тиббиёт марказларидан маслаҳат олиб, бўлажак зурриёдларининг соғлом туғилишини таъминлайдилар. Шунингдек, бу кўрик ирсий касалликларнинг ҳам олдини олишда муҳим саналади. Маълумки, яқин қариндош-уруғлар ўртасидаги никоҳлардан туғилган болаларда ирсий касалликлар кўпроқ учрайди. Ақлий ва жисмоний нуқсонларга эга бўлган болалар аксарият шундай оилаларда туғилади. Шунингдек, спиртли ичимликлар

## Жараён

истеъмол қиладиган ва гиёҳвандликка ружу қўйган жуфтликларда туғма нуқсонли ва ақли заиф фарзандлар дунёга келиши кўп бора кузатилган.

Ҳар бир оиланинг мустаҳкамлиги кўпгина омилларга, жумладан, она ва боланинг саломатлигига боғлиқдир. Она соғлом бўлсагина, ундан жисмонан ва ақлан қобил фарзанд дунёга келади. Демак, аёлнинг бозалик, ўсмирлик давриданок репродуктив саломатлигига катта аҳамият қаратиш зарур. Шу мақсадда ФХДЁ бўлиминимизда келин-куёвлар учун алоҳида мактаб ташкил қилинган. Бу ерга етук мутахассислар, руҳшунослар, ҳуқуқшунослар, кўпни кўрган отахону-онахонлар таклиф этилади. Қувонарлиси, кўриқдан ўтишининг афзалликларини ёшларимизнинг ўзлари чуқур аниқлаб етмоқдалар. Илгари кўп ҳолларда айнан тиббий кўриқдан ўтмасдан оила курганлар ўртасида ажралиб кетиш ҳолатлари учраб турган бўлса, энди бундай нохушликларнинг бирмунча олди олинмоқда.

Оила — жамиятимизнинг ажралмас қисми. Унда эртанги кун вояслари вояга етади. Демак, юртимизда узокни кўзлаб амалга оширилаётган бундай хайрли ишлар келажакимиз фаровонлигини таъминлашга қаратилган эзгу саъй-ҳаракатлардир.

Нодира МАРДОНОВА,  
Бухоро шаҳар  
"Бахт уйи" мудири.



## “Қизимни ўзим бахтсиз қилдим”

Олтиной опа,  
Ташкент вилояти:

— Қизим Феруза 9-синфни тугатгач, туманимиздаги ижтимоий-иқтисодий касб-хунар коллежининг педагогика йўналишига ўқишга кирди. Биринчи босқичда ўқиб юрган давридаёқ уйимизга совчилар кела бошлашди. Келгусида институтда ўқишни давом эттирар деб, она-бола шу коллежни танлаган эдик. Кутилмаганда келган совчилар бир дунё орзуларимга тўсиқ бўлишини ўйлаб, аввалига бир оз қўзғинган бўлсам, кейинчалик қизимнинг бўйи етиб қолганини англаб, беихтиёр унинг эртаси ҳақида қайгурдим. Суриштирсам, бўлгуси куёв онасининг ёлғиз эркатоий, ҳеч қаерда ишламаса-да, ҳам ота, ҳам она ўрнида тарбия қилган онасининг сўзидан чиқмайдиган йигит экан. Аёл кишининг қалбини аёл киши тушунади, бўлажак кудам ҳам мен каби ҳаётда қийналган она экан деб, қариндошуруғларим билан маслаҳат ҳам қилмай, тўйга розилик бериб юбордим...

Тўйдан кейин чиллал келин деб, кудамиз Ферузани бир неча ҳафта ўқишига жўнатмабди. Қайнонаси билан тўйдан олдин келишувимиз бир зумдаёқ унут бўлди. Болам бечора ҳафтада бир мартагина ўқишга бориб келиш учун рухсат олар, қолган пайтда рўзгор юмушларидан бўшамасди. Уч-тўрт ойдан сўнг хомилдор бўлганини эшитиб роса суюндим. Бироқ камқонлиги сабабли “бошқоронгулик даври” жуда оғир кечди. Кўнгли айниб, ҳатто ўчоқ бошига ҳам боролмай қолибди, ўқиши ҳақида-ку умуман гапирмасам ҳам бўлди. Уйдаги ишларнинг ўлди-жўлдалиги етмагандек, касалдан боши чиқмаётганлигини кўрган қайнонаси нукул қизимни ўғлига ёмонлаб уриштираверди. Бир кун Феруза эрига қорнида бир неча кундан бери қучли оғриқ борлигини айтди. Аммо ҳеч ким унинг гапига эътибор бермайдди. Охири оғриққа чидай олмаган қизим менга телефон қилгач, худлик билан кудамни кига етиб бордим. Феруза гавдасини базур тутиб турар, қайнона ва куёв эса уйда кўринмасди. Шифохонага етиб келганимизда, минг афсуски, хомиласи бир неча кун олдин нобуд бўлган экан...

Энг ёмони, у касалхонага тушган кунданок куёвим ва куда хола бирон марта аҳволнинг қандай, деб сўрамади ҳам. Она-бола ноилож уйимизга қайтиб келдик ва судга ариза бердик... Ҳали 18 га ҳам қирмаган қизим менинг шоша-шошарлигим, узоқни кўзламай ташлаган қадамим тўфайли бахтсиз бўлганини ўйлаб эзиламан.

## Неча ёшда турмуш қурган афзал?

Самира Саидғозиева,  
Олмазор тумани ФХДЭ бўлими 1- тоифали инспектори:

— Никоҳ муносабатлари қанчалик соф, ихтиёрий, шунингдек, давлат томонидан қўйилган талабларга монанд равишда тузилса, бу оиланинг пойдевори мустаҳкам бўлишини кафолатлайди. Шу нуқтаи назардан олганда, никоҳ, никоҳ

Бугун қишлоқда катта тўй. Карим ака элга ош бериб, топган-тутганини дастурхонга тўкиб, кенжа қизини узатяпти. Лекин бўлажак келиннинг ҳали 17 ёшга тўлмагани ҳақидаги гап-сўзлар бирпасда хотин-қизлар орасида тарқалди. Карнай-сурнай садолари остида тўйхонага кириб келган келин-куёвни қарши олган бутун маҳалла аҳлининг нигоҳи икки ёшда эди. Қизлар келиннинг сўнги модадаги тўй либосларига ҳавас қилса, аёллар унинг бирор касб эгаси бўлишга ҳам улгурмагани ҳақида шивир-шивирлашарди. Минг афсуски, бу янги жуфтликнинг келгуси тақдир ҳеч кимни қизиқтирмасди...

# ҚИЗИНГИЗГА СОВЧИ КЕЛДИ...

ЁХУД ЭРТА ТУРМУШ ҚУРИШНИНГ САЛБИЙ ОҚИБАТЛАРИ ХУСУСИДА

ёши каби масалалар ҳозирги кунда ўта долзарб ва ўз навбатида ечимини кутаётган муаммолардан бири бўлиб қолмоқда.

Мисолларга мурожаат этайлик, жорий йил бошдан август ойининг охирига қадар туманимизда 812 нафар қизлар никоҳи қайд этилган бўлса, шундан 223 нафарини 17 ёшдан 19 ёшгача бўлган қизлар ташкил этади. Бу кўрсаткичдан 108 нафари айнан 17 ва 18 ёшдадир. Ёки август ойида 17 ёшдан 18 ёшгача бўлган қизларнинг 28 та никоҳи қайд этилган бўлиб, бу кўрсаткич ўтган йилгига нисбатан бирмунча кўпдир. Энг ачинарлиси, айни пайтда 30 ёшгача никоҳдан ажралганларнинг аксар қисмини эрта турмуш қурган қизлар ташкил этаётир. Биз албатта, имкони борича ёшларни оилага тайёрлаш, янги оилаларда ажримларнинг олдини олишга ҳаракат қилаёмиз. Лекин халқимизда “Шоли курмакис бўлмайди”, деган нақл ҳам бежиз тўқилмаган.

Ландиш ИСАНБОЕВА,  
тиббиёт фанлари номзоди, доцент:

— Юртимизнинг иқлим шароитидан келиб чиқиб айтидиган бўлсак, 17-18 ёшдаги аксарият қизларимиз ҳали физиологик ва психологик жиҳатдан она бўлишга тайёр эмас. Эрта турмушга қурган қизларда хомилдорлик даврида токсикоз жараёни оғир кечади, гипертензия кўрсаткичи юқори бўлиб, муддатидан илгари туғиш рўй беради. Шу билан бирга, аёл хомилдорлик даврида, кўп ҳолларда, сийдик йўли касалликларига, камқонлик, йод етишмаслиги каби хасталиқларни бошидан кечиради. Айниқса, йод етишмаслиги сабабли туғилажак болаларда бош мия аномалиялари каби ногиронлик белгилари кўпроқ учрайди. Эрта турмуш қурган қизларда хомиланинг 20 ҳафталик давридан бошлаб, тушиш хавфи нисбатан кўп рўй беради.

Бундай пайтда биз тиббиётчиларга ҳам жиддий масъулият юкланади. Чунки ота-оналар ва бўлгуси келин-куёвлар, яъни ёшлар ўртасида уюштирилаётган учрашув, мулоқот жараёнларида айнан никоҳ ёши ва саломатликнинг ниҳоятда муҳим омил эканлигини таъкидлашимиз шарт.

## Ўқувчи-келинлар

Малика Эшонхўжаева,  
Юнус Ражабий номидаги Ташкент педагогика коллежи маънавий-маърифий ишлар бўйича директор ўринбосари:

— Коллежimizда бугунги кунда жами 1725 нафар ўқувчи



таҳсил олаётган бўлса, шулардан 1208 нафарини қизлар ташкил этади. Маълумотларга кўра, қизларнинг эрта турмуш қуриш ҳоллари вилоятлардаги педагогика коллежларига нисбатан шаҳардагиларида юқори кўрсаткични ташкил этаётган экан. Бундай салбий ҳолат бизнинг коллежда ҳам қайд этилганлиги ачинарлидир. Ҳозирги кунда ўқув юртимизда 12 нафар оилали қизлар ўқиётган бўлса, уларнинг аксарияти “академик” таътилдан қайтган, ёки ўқишни қайта тиклаганларни ташкил этади. Янги ўқув йилидан бошлаб, биринчи босқичга қабул қилинган ўқувчи-қизларнинг ота-оналари билан бундай ҳаттоликка йўл қўймаслиги хусусида ошқора сўбатлашдик.

## 16 ёшлиларга никоҳ ўқилмайди

Аҳмадjon Бобононов,  
Ташкент шаҳар Шайхонтохур тумани Мўйи Муборак Укшоша жомеъ масжиди имом ноиб:

— Никоҳланувчи мўъмин мусулмон бўлишдан ташқари, балоғат ёшида бўлиши никоҳнинг асосий шартларидан биридир. Қизларни турмушга бергунга қадар уларни бирор касб-хунар эгаси қилиб тарбиялаш ҳар бир ота-она зиммасидаги муҳим вазифа ҳисобланади. Амалдаги қонунларга асосан, бизга мурожаат қилган ёшларга ФХДЭ гувоҳномаси асосида шаръий никоҳ ўқилиб, бу ҳолат Ўзбекистон мусулмонлари идораси томонидан берилган никоҳни қайд этиш дафтарига ёзилади. Шунинг-

дек, ёш оилага масжид томонидан никоҳ ўқилгани тўғрисида никоҳнома тақдим этилади.

Баъзан шундай ҳоллар ҳам учраб турадики, шаръий никоҳ ўқитишга келган ёшларимиз ФХДЭ гувоҳномасини олишга улгурмаганини, ҳаттоки, фуқаролик паспортини унутиб қолдиришганини баҳона қилишгача боришади. Табиийки, биз бундай узрsiz ҳолатларда барибир хутба ўқимаслигимизни маълум қиламиз. Ана шундагина шошқалоқ кудалар келиннинг ҳали 16 ёшда эканини айтиб, ортга қайтишади...

## Хулоса ўрнида

Албатта, бу жиддий мавзу хусусида деярли ҳар кун шаҳар ва қишлоқларда, маҳалла-қўйларда, қўйинги, кенг жамоатчилик орасида тарғибот ишлари олиб борилмоқда. Самараси ҳам сезилаётир. Лекин, хавотирли жиҳатлар ҳам йўқ эмас. Бундай нохуш ҳолатларнинг келиб чиқишига кўпинча фарзанднинг эртанги кунини эмас, аксинча ўзларининг ўткинчи ҳо-ҳавасларини ўйлаб, дабдабага ўч кишилар сабаб бўлишмоқда. Шундай экан, ота-боболаримиздан мерос бу, қиза ўстираётган ҳар бир хонадонга совчилар қадами етади. Лекин “бир кунликкина ўй ўтади-кетади” деган ёмон ақидани унутиб, фарзандларининг келажаги ҳақида бугуннинг ўзида ўйлаб кўрайлик. Ана шундагина кўзларимиз ёшга, юракларимиз аламга тўлмайди.

Нурбек ҚИДИРАЛИЕВ,  
журналист.



**ЗАРДОЛИ** – тилимизда “зардоли”, “шафтоли”, “қороли” каби сўзларга тез-тез дуч келамиз. Эътибор қилсангиз, бу сўзларнинг ҳаммаси “оли” билан тугайди. “Ўзбек тилининг этимологик луғати”да изоҳланадигани, “оли” сўзи асли “олу” бўлиб, “дарахт меваси” деган маънони англатади.

Демак, “зардоли” сўзидаги “зард” – “сарик”, “олу” – “дарахт меваси” деган маънони англатиб, “сарик мева” мазмунини ифодалаб келади. Бу сўзнинг “сарик олхўри” деган маъноси ҳам бор.

**Дилбар келинчакнинг кўксига гулув, Зардоли шохига ташлар кўз қирин.**

Абдулла Орипов

**ҲОЛВАЙТАР** – бу таомни ҳаммамиз яхши биламиз. Шунинг учун “ҳолвайтар” деган сўз ҳақида ҳам маълум тасаввурга эгамиз. Ҳўш, бу сўзнинг туб илдици қандай маънога эга? “Ҳолвайтар” сўзи “ҳолва” сўзига “суяқ” маъносини англатувчи “тар” сўзининг қўшилишидан ҳосил бўлган. Бу сўз “суяқ ҳолва” деган мазмунни ифодалаб келади.

**Одилжон чиройли, кичик ликопчадаги ҳолвайтардан татиб кўрди.**

Газетадан

## ШАМСИЯ ВА ҚАМАРИЯ

– тарихимизда куёшнинг йиллик ҳаракатига қараб белгиланган, ҳар йил 22 мартдан бошланган йил “шамсия”, яъни “куёш йили” деб, Ой туғилган кундан келгуси Ой туғилган кунгача бўлган вақт асос қилиб олинган йил ҳисоби “қамария” деб аталган. Бу икки тақвим куёш йили ва ой йили сифатида машҳур бўлган. Қамария ҳисобидаги йил шамсия ҳисобидаги йилдан 11 кун қисқалиги билан фарқ қилади.

Эшқобил ШУКУР  
тайёрлади.

— Ноғирон деганда, жисмоний, ақлий ёки сезги нуқсонлари борлиги туфайли турмуш фаолияти чекланганлиги муносабати билан қонун ҳужжатларида белгиланган тартибда ноғирон деб топилган ҳамда ижтимоий ҳимояга муҳтож шахслар тушунилади, — дейди мазкур марказ раҳбари **Муҳаббат Эралиева биз билан суҳбатда.** — Ангрэн шаҳрида 2000 йили ташкил этилган Тошкент вилояти ноғиронлар учун реабилитация маркази республика Вазирлар Маҳкамасининг 1995 йил 11 ноябрдаги «Ўзбекистон Республикасининг ноғиронларни реабилитация қилиш бўйича 1996-2000 йилларга мўлжалланган Давлат дастури тўғрисида»ги қарорини амалга ошириш ҳамда ҳудудда ноғиронлик муаммоларини, ноғиронларнинг тиббий-ижтимоий реабилитациясини янада чуқурроқ ўрганиш ва ноғиронликнинг олдини олишни кўзда тутди.

Ноғиронларни реабилитация қилиш, оддий тил билан айтганда, инсон организмнинг издан чиққан ёки йўқолган функцияларини тиклашга, турмуш фаолиятини чекланганлигини бартараф этишга ёрдамлашишга қаратилган тиббий, ижтимоий, психологик, педагогик, жисмоний, касбга, меҳнатга доир чора-тадбирлар тизимини қамраб олади.

Айни кунда ушбу марказда 7 нафар олий тоифали шифокор, 21 нафар ўрта тиббий, 15 нафар кичик тиббий ходим ҳамда 24 нафар бошқа ходимлар фаолият кўрсатмоқда. 50 ўринга мўлжалланган муассасада ноғиронларга тиббий, ижтимоий, психологик, ҳуқуқий ёрдам кўрсатилади. Энг муҳими, бу ерда ноғирон-

**Инсон борки, албатта, касалликка чапиниши, ҳеч бўлмаса шамоллаши мумкин. Саломатликнинг қадр-қиммати инсон бемор бўлганидагина билинади. Айниқса, бирор фалокат туфайли ёки туғма ноғирон бўлиб қолган кишилар бунга яхши билишади.**

**Саломатлик — туман бойлик**

## ШИОРИМИЗ: ФАОЛ ҲАЁТ УЧУН!

— дейди Тошкент вилояти ноғиронлар учун реабилитация маркази раҳбари **Муҳаббат Эралиева**

ларнинг имконияти ва қобилиятига қараб, тикувчи, компьютер-оператори каби касбларга кўникмалар бериб борилади.

Айтиш керакки, ноғиронларни реабилитация қилишнинг яқка тартибдаги дастури тўғрисидаги низом ижроси ҳамда Вазирлар Маҳкамасининг 2010 йил 23-декабрдаги «Ноғиронларни тиббий-ижтимоий ва касбий реабилитация қилиш самарадорлигини янада ошириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги қарорига мувофиқ, марказ ТМЭКлар, соғлиқни сақлаш бошқармаси ва бошқа ташкилотлар билан ҳамкорликда семинарлар ўтказиб келинмоқда.

Маълумки, фуқаронинг амбулатор картасида унинг ноғиронлик гуруҳига ўтишига қадар бўлган даври батафсил қайд этилади. Унинг қайси мутахассисларга мурожаат қилган вақтлари, амбулатор ва стационар шароитда даволангани, ўтказилган клиник текширишлар хулосалари врач реабилитолог томонидан ноғиронни тиббий реабилитация салоҳиятини аниқлашга ёрдам беради. Ўтказилган операци-



ялар, юқумли хасталиклар, касалликнинг зўрайиш даври, жароҳатлар, ирсий касалликлар тўғрисидаги маълумотлар реабилитация баёнида қайд қилинади. Реабилитация марказига ётқизилган беморлар 2-3 кун давомида тиббий-ижтимоий реабилитация комиссияси кўригидан ўтади.

Айтиш керакки, Тошкент вилояти ноғиронлар реабилитация марказида 2009 йилда 862 нафар бемор реабилитация қилинган бўлса, жорий йилнинг ўтган 6 ойида 408 нафар ноғироннинг саломатлиги тикланди. Албатта, ҳар қандай соҳада энг муҳими натижа ҳисобланади. Айтайлик, бу йил 74 нафар ноғирон тўлиқ ва 60 нафари қисман реабилитация қилинганлигининг ўзи ҳам яхшилик сари қадам ташланаётганлигини англатади.

Айтиш керакки, Вазирлар Маҳкамасининг 1999 йил 2 сентябрдаги қарори асосида марказда 2008 йил сентябрь ойдан бошлаб 20 ўринга мўлжалланган ҳўжалик ҳисо-

бадаги бўлим фаолият юритиб келмоқда. Мазкур бўлимда «Ўзнефттранс Ангрэн-терминал», «Ўзбеккўмир» акциядорлик жамияти, «Бўқадавсуммах-



сулотпудрат» каби корхоналарнинг ишчи-хизматчиларига шартнома асосида тиббий хизмат кўрсатилмоқда.

Шу кунгача мазкур бўлимда 1648 нафар бемор даволаниб, марказимиз ҳисобига 3128660 минг сўм маблағ тушди. Ушбу маблағлар марказининг моддий-техника базаси-

ни мустаҳкамлаш ва ҳудудимизни ободонлаштириш ҳамда капитал таъмирлаш ишларига сарфланмоқда. Бунинг эвазига марказнинг моддий-техника базаси кейинги уч йилда тубдан яхшиланди. Жумладан, «Ормед профессионал» тракцияли чўзиш аппарати, УТТ-Миндрий-220 аппарати, компьютерли ЭКГ аппарати, сплюнометр ва биохимик анализатор каби замонавий диагностика ва даволаш ускуналари бугун беморлар хизматида.

Марказда ободонлаштириш ва кўкаламзорлаштириш ишларига ҳам алоҳида эътибор қаратилмоқда. Хусусан, бу ерга Сербиядан келтирилган 800 туп олма, нок ва гилос кўчатлари ўтказилди. Ҳозирги кунда боғимизда етиштирилган ҳосилдан даволанувчилар баҳраманд бўлишмоқда.

Марказдаги беморлар учун яратиб берилган шарт-шароитларни янада яхшилаш мақсадида 2011 йилда 6 та дам олиш айвончаси қурилди, 1500 м<sup>2</sup> ерга чим ётқизирилиб, кўкаламзорлаштирилди. 250 м<sup>2</sup> йўлакчаларга брусчаткалар ётқизилди, 2011-2012 йилларда марказнинг фасад қисми эшик ва деразалар («Алюкобонд») алмаштирилиб, кириш қисмига 50 м<sup>2</sup> мрамор плиталар ётқизилди.

Яқинда марказимизда бўлиб ўтган «Ноғиронлар тиббий-ижтимоий реабилитацияси: назария ва тажриба лар амалиётга» мавзуда республика илмий-амалий семинарида бу ерда олиб бо-

рилаётган ишлар, эришилган ютуқлар ўрганилиб, муассаса ходимлари эришаётган муваффақиятлар эътироф этилди.

**«Oilа va jamiyat» мухбири Нигора УРОЛОВА ёзиб олди.**



### ТАЪЛИМ, ФАН ВА МАДАНИЯТ ХОДИМЛАРИ КАСАБА УЮШМАСИ НАВОИЙ ВИЛОЯТИ КАРМАНА ТУМАН КЕНГАШИ ЖАМОАСИ

мамлакатимизда умумхалқ байрами сифатида кенг нишонланган **Ўқитувчи ва мураббийлар кун** билан барча юртдошларимизни самимий муборакбод этади!

Шарафли ва масъулиятли, шу билан бирга заҳматли касб соҳибларига ҳар қанча таъзим қилсак, таҳсин ва олқишлар айтсак, шунча кам.

**Муҳтарам устозлар!**

Самарали ва машаққатли меҳнатингиз роҳатини кўриб юриш ҳар бирингизга насиб этсин!



...Қаердаки бепарволик ва лоқайдлик ҳукм сурса, энг долзарб масалалар ўзибўларчиликка ташлаб қўйилса, ўша ерда маънавият энг ожиз ва заиф нуқтага айланади. Ва аксинча — қаерда хушёрлик ва жонкуярлик, юксак ақл-идрок ва тафаккур ҳукмрон бўлса, ўша ерда маънавият кудратли курул-га айланади.

Ислом КАРИМОВ

# ТИМСОҲНИНГ КЎЗ ЁШЛАРИ

ёхуд фарзандларимизни тўғри йўлдан чалғитишнинг  
салбий оқибатлари хусусида

...Суд залидаги жиноятчиларнинг кўз ёшларига бу сафар ҳеч ким ишонмади. Бу биринчи марта рўй бераётгани йўқ эди-да. Уларнинг жинояти касри эса фақат ўзларига эмас, қанчадан-қанча ёшларнинг ҳам ҳаётини захарлаганини инобатга оладиган бўлсак, бу кўз ёшлар ҳақиқий эканига ростдан ишонгинг келмайди. Қолаверса, улар бундан олдин ҳам кўз ёши билан ўз қилмишидан чин дилдан пушаймон эканлигини намойиш этишганди. Буни қарангки, кўп вақт ўтмасдан уларнинг аксарияти яна ўз ҳам-товоқларини топиб, тинч турмушни бузишга, ўзларининг жоҳил ниятларини амалга оширишга кириша бошладилар...

Инсонни ўзлугидан, маънавият, хотиржамлигидан айирадиган нарса нима? Тинч, хотиржам умргузаронлик ўрнига турли оқимлару, гуруҳларга қўшилиб, ўзини ҳам, ўзгаларнинг ҳаётини ҳам хавф остига қўяётганлар буни тушуниб етармикан? Ёки тушуниб етса ҳам ноинсоний ақидаларга шунчалик қаттиқ ишонармикан? Бу ишончинг илдизлари қаерда ва қачон шаклланаётир?

Бу саволлар бугун дунё миқёсида, турли инсонпарварлик ташкилотларидан тортиб, давлат раҳбарларини ҳам ўйлантираётган муҳим масала бўлаётир. Сабаби, турли экстремистик гуруҳлар, диний оқимлар сони дунё миқёсида кўпайса кўпаймоқдаки, асло камайгани йўқ. Масалан, биргина АҚШнинг ўзида 2000 йилда экстремистик гуруҳлар сони 600 тани ташкил этган бўлса, 2011 йилга келиб уларнинг сони 1018 тага етмоқда. Бу эса ўз-ўзидан уларга жалб қилинганлар сони ҳам ошаётганини кўрсатади.

## МАҚСАД ЎҒРИЛАРИ

Мақсад — ҳар бир инсонни маълум бир йўлга бошловчи, ҳаёти мобайнида унга етишиш учун тинмай курашиш ва охири оқибат унга эришишдаги улкан бир кучга эга. Мақсад инсонларга эзулиқ олиб келувчи бир яхшилик бўлса-ку, майли, аммо одамларнинг хотиржамлигини бузадиган, уларга ҳам маънавий, ҳам жисмонан зарар етказадиган ният бўлса-чи? Айнан мана шу нуқтада адашганлар содир бўлаётгани барибир

Аксарият уй бекалари қишда истеъмол қилиш ниятида турли қил маҳсулотлардан консервалар ёпишади. Бу жараён бугунги кунда ҳам давом этаётир. Хўш, уй шароитида тайёрланган бодринг, помидор, кўзқорин ва бошқа турдаги консерва ва тузламалар айрим хавфли касалликларни келтириб чиқаришни биллазимиз?

**Ботулизм** касаллиги кўзгатувчиси споралар кўринишида узоқ вақт мобайнида тупроқда сақлангани учун сабзавот, кўзқорин ва бошқа озиқ-овқат маҳсулотларига тушади. Уларга ўтгач, ҳавосиз (анэроб) шароитда кўпайиб, ўзидан ниҳоятда кучли захар-эксотоксин ишлаб чиқаради. Бу захарли модда 5–6 соат давомида сувда қайнатилгандагина ўлади.

Ботулотоксин ошқозон ширасида парчаланмайди. Бундан ташқари маҳ-

бизни жиддий ўйлантириши табиий. Келинг, мавзуни бир тадбир тафсилотлари билан изоҳлайлик.

Яқинда шахримиздаги олий ўқув муассасаларидан бирида диний экстремизм, ақидапарастлик каби нохуш ҳолатларнинг олдини олиш мақсадида тарғибот, яъни тадбир ўтказилди. Унда турли оқимларга кириб, йўлдан адашган ва бошқа тенгдошларини ҳам шунга даъват қилган ёшларнинг хукуқ-тартибот идоралари ходимлари томонидан қўлга туширилгани ва уларга тегишли жазо чоралари кўрилгани ҳақида видеолавҳа намойиш этилди, шунингдек, бу борада мутахассисларнинг маърузалари ҳам тингланди. Маърузада ҳам, видеолавҳаларда ҳам бу каби оқим вакилларининг гаразли ниятлари, асл мақсадлари нафс экани алоҳида таъкидланди, улар лугатимиздаги бор қора бўёқлар билан таҳқирланди.

Тўғри, ростдан ҳам шундай. Аммо жиноятчи деганда дарҳол кўз ўнгимизда қандай инсон намоён бўлади? Албатта, худди фильмлардаги сингари бадбашара, оғзидан яхши гап чиқмайдиган кишилар. Инсоннинг маънавиятига чанг солувчи бундай кимсалар ҳам одатда шундай қиёфада гавдаланади беихтиёр. Лекин ёшларни эҳтиёткорликка чорловчи бу каби тадбирларда бундай жиноятчиларни курули ширин сўз эканлиги айтилмайди, негадир.

— Улар бизнинг мақсадимиз эзгу, сен тўғри йўлдан борадсан, бу йўлдагилар жаннат, дейишарди...

— Агар яхши яшашни истасанг, оиланга ҳам, ўзинга ҳам яхшиликни соғинсанг, бу энг

тўғри йўл...

— Сен кимлигини биласанми, мусулмон бўла туриб, унинг қоидаларига амал қилмасанг кофирдан фарқинг қолмайди-ку! Биз сенга ҳақиқий мусулмонлик қоидаларини ўргатамиз...

Мана шундай фикрлар билан ёшлар қалбини эгаллашга уринаётган гаразли ниятли кишилар уларнинг руҳиятига мос ҳолатда шундай сўзларни топширадики, ҳатто ўз ота-онаси йўриғига юрмайдиган баъзи ёшлар уларнинг барча сўзларига сеҳрланиб қолади. Инсоннинг энг инжа бойлиги, кўнглига мана шундай йўл топади улар. Ва бемалол жойлашиб

олгач, ўзларининг чиркин мақсадларини намоён қила бошлайдилар. Уларнинг юзлари очилгач эса бу кимсалардан кутулмоқчи бўлганларга четдан ёрдан кўрсатилмаса, ўзлари бу

Огоҳлик — давр талаби

лоҳиятга эга ёшларнинг ўз имкониятларини юзага чиқаришлари учун турли танловларнинг эълон қилиниши, улар учун муҳташам бинолар қурилаётгани, вақтларини бекор ўтказмасликлари учун тўғрақларнинг фаолиятини мисол тариқасида келтирса бўлади. Қолаверса, мақсади аниқ ёшларни бирлаштирадиган турли тадбирлар, акцияларнинг ўтказилаётгани, бу эса уларни эзгу ишларга йўналтираётгани ҳам бор гап.

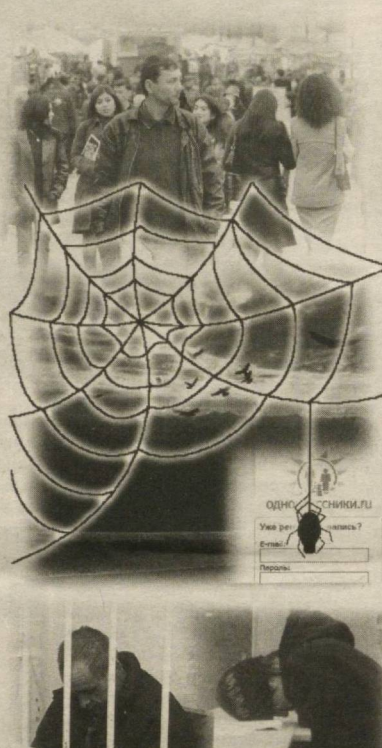
Ҳатто чекка туманларда ҳам ёшлар спорт билан машғуллик, ўз ишини юртиши учун етарли шарт-шароитлар яратилмоқда. Аммо жамоатчилик ташкилотлари томонидан ўтказилаётган турли серкирра акцияларни қишлоқ ҳудудларида ўтказиш, туман ёшларини ҳам кенг қамраб олиш лозим, назаримизда. Афсуски, айрим ҳудудларда турли тарғибот ишлари фақат юқоридан келиб ўтилишини кутиб туриш ва уни ҳам маъруза шаклида ўқитиш ҳолатлари учрайди. Ваҳоланки, ҳар бир коллеж, ўқув муассасаси ўз имкониятлари, ўша ҳудуднинг шарт-шароитларини ҳисобга олган ҳолда аниқ тадбирлар режасини ишлаб чиқиши ва туман миқёсида амалий тадбирларни олиб бориш ҳам мумкин-ку.

Сабаби, бундай саъй-ҳаракатлар ёшларнинг ўзларига нисбатан ишончини орттириши билан бир қаторда турли салбий гуруҳларга қўшилиб кетишидан, муҳими, ўз мақсадлари йўлида тўйиб кетишидан асрайди.

Қолаверса, айрим сабабларга кўра бундай оқимларга қўшилиб қолган ёшлар билан ёшлар ташкилотидан тортиб маҳалла, таълим муассасасига режали асосда ишлаши, уларни ёлғизлатиб қўймаслиги даркор.

... Айтишларича, тимсоҳ ўз ўлжасини еб бўлгач, кўзидан ёш чикаркан. Гўёки ўз қилмишидан азоблангандай. Шундай бўлишга қарамай, ўз ўлжасини тутишда давом этаверади. Шунданми, дунё лугатида ёлгончи, иккиюзламачи кишилар кўз ёшлари тимсоҳ кўз ёшларига менгезалади. Маънавиятимизга зид турли оқиму, экстремистик гуруҳлар аъзоларининг кўз ёшларини ҳам унга қиёсланиши сабаби шу. Лекин турли оқим вакилларининг «ўлжа»си миллатимиз келажиги бўлмиш ёшлар эканини инобатга оладиган бўлсак, бундан ҳар биримиз огоҳ бўлмоғимиз, фарзандларимизни юқоридаги каби «ширин сўзлар»дан асрамоғимиз талаб этилади.

Гулрўх МҰМИНОВА.



инининг урдасидан чиқишлари қийин кечади.

## «ШИРИН СЎЗ»ДАН АСРАШ

Уларнинг инсонлар миёсига юборилган бундай «буйруқлари» узоқ вақт сақланиб қолиши мумкинлигини кейинги пайтларда оммавий ахборот воситалари орқали берилаётган суд жараёнлари тафсилотларидан ҳам билиб олса бўлади. Хўш, фарзандларимизни бундай «ширин сўзлар»дан асрашнинг йўллари қандай?

Яқинда шаҳар мактабларидан бирида ота-оналар ўртасида ўзига хос сўров ўтказилди. Унда «Сиз фарзандингизнинг турли тармоқларда, масалан, «Одноклассники», «Мой мир» кабиларда кимлар билан дўстлашаётгани ва уларнинг ёзишмаларидан хабардормисиз?» деган мазмундаги савол билан ота-оналарга мурожаат этилди. Тўғри, ота-оналар орасида фарзандининг ким билан сўзлашаётгани ҳақида аниқ тасаввурга эгалари ҳам бор.

Афсуски, аксарияти бундан хабарсиз экан. Бу хабарсизлик ҳам баъзида ёмон оқибатларга олиб келиши мумкинлигини билиб қўйиш фойдадан холи эмас. Ахир виртуал дўстлар орасида ҳам юқоридаги каби «ширин сўз»лар ила ўз мақсадлари сари ёшларни жалб этаётганлари ҳам бор-да.

Кейинги пайтларда ёшларнинг эзгу мақсадлари сари олган интилишларини таъминлаш, уларга шарт-шароитлар яратиб бериш бўйича юртимизда кенг қўламли амалий ишлар олиб борилаётир. Бунга иходкор, спортчи ва умуман маълум са-

сулотларнинг ранги ва таъмини ҳам ўзгартирмайди. У озиқ-овқат маҳсулотлари билан бирга организмга тушар экан, инчадан сўрилиб ўтади ва маркази асаб тизими ҳамда бош миёда шикастланиш ўчоқлари пайдо бўлишига олиб келади.

## БОТУЛИЗМДАН ЭҲТИЁТ БЎЛИНГ!

Токсинлар овқат билан организмга тушиб, касаллик белгиларини пайдо қилгунча ўтадиган давр (яширин давр) 2–4 соатдан 18–24 соатгача давом этади. Бу мuddат ўтганидан кейин интоксикация белгилари: умумий дармонсизлик, бош оғриги,



кўнгли айниши каби белгилар пайдо бўлади. Асаб тизимининг зарарланиши оқибатида унинг фалажланиш ҳолати бу касаллик учун характерли хосибланади.

Касалликнинг илк аломатлари:

• кўриш қобилиятининг бузилиши;

• кўз қорачиғининг кенгайиши;

• қовоқнинг салқили (птоз);

• диплопия (нарсаларнинг кўзга қўшалок бўлиб кўриниши).

Кейин эса омшоқ танглай, ютқин (ҳалқум) фалажланади, натижада,

## Соғлиғимиз — бойлиғимиз

ютиш, чайнаш жараёни бузилади. Бошқа овқатдан захарланишдан фарқли тарзда, тана ҳарорати нормал ёки паст бўлиши, томирнинг тез уриши, нафас олишнинг қийинлашиши ҳам бу касалликка хосдир. Бундай белгилар сезилиши биланок беморни шифохонага олиб бориш шарт. Ботулизм энгил ўтса, 2–3 ҳафта оғир кечса, 2–3 ойгача давом этиши мумкин. Шунинг учун маҳсулотларга термик ишлов бериш ботулизм пайдо бўлишига қарши кўриладиган самарали тадбирлардан бири ҳисобланади.

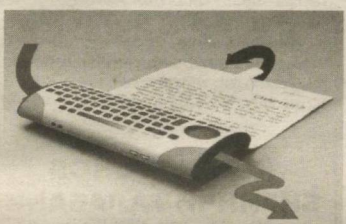
Қопқоғи кўтарилган банклардаги маҳсулотлар истеъмолга мутлақо яроқсиз эканлигини унутман!

Лобар ЗОКИРОВА,  
Саломатлик ва тиббий статистика  
институтини бўлим бошлиғи.



## ГАЗЕТА-КОМПЬЮТЕР

Газетамизнинг аввалги сонларида дунёнинг турли мамлакатларида ноанъанавий тарзда чоп этиладиган, масалан, қоронғида ҳам ўқиш мумкин бўлган, ранглари ўзгартирувчи гаройиб газеталар ҳақида ўқигандингиз. Бу гал эса компьютерлашган га-



зета ёки газета кўришидаги компьютер ҳақида муҳтасар маълумот келтирамиз.

Ҳозирги замонни технология даври деймиз ва бу эфиротбора мустақамлаиб бормоқда. Деярли ҳар кунни замонавий технология маҳсулотларининг янги турлари ихтиро қилинмоқда, ҳеч бўлмаса янги бир дастур ишлаб чиқилмоқда.

Жумладан, ҳар қандай китобларнинг компьютерлашган варианты ёки бўлмаса, компьютерлашган китобларни кўрсак, бунга оддий ҳолдек қараб, ажабланмай ҳам кўйдик. Яқинда олимлар газеталар учун қулай бўлган янги газета лойиҳасини таклиф қилишди. У нафақат газета, балки ундан компьютер сифатида ҳам фойдаланса бўлади. Янги компьютер кўришидаги ушбу замонавий газета "Ролл Ми" (Roll Me) – деб номланади. Бу барча газеталар учун янгилик. "Ролл Ми"ни газетадек бўклаб юрасиз, очганингизда эса, худди компьютер экранни пайдо бўлади. Ундан хоҳлаганингизга маълумот оласиз. Мазкур компьютернинг юқори қисмига махсус куёш панели ўрнатилган бўлиб, уни митти дастагидан секин тортиб ташқарига чиқарсангиз, ўша мослама орқали компьютер куёш нуридан қувватланади. Бу компьютер-газета билан ҳеч қачон ўзингизни ноқулай ҳис қилмасиз. Уни хоҳлаган жойингизда, уйингизда, метрода, билим масканингизда ва ҳатто ишда ҳам ўқиш имкониятингиз мавжуд.



Наргиза СИДДИКОВА  
тайёрлади.

## АЁЛНИНГ ЎРНИ БОШҚА ЭКАН

Ўзим асли бухороликман. Хизмат тақозоси туфайли Тошкентда яшаб келдим. Ёшим 54 да. Ҳарбий соҳада ишлаб, пенсияга чиққанман. Турмуш ўртоғим билан 29 йил бирга аҳил ва бахтли яшадик. Икки нафар фарзанд кўриб, уларни тарбиялаб улғайтирдик. Аёлим бундан икки йил аввал аҳоли ҳалокат туфайли оламдан кўз юмди. Афсуски, ўғлимизнинг тўйини кўролмай кетди. Қариндошларимга минг раҳмат, ҳаммаси менга мададкор бўлиб, ёрдамлашди. Бахтимизга келинимиз ҳам сариштали, ақлли чикди. Кўнглим хотиржам. Лекин турмушга узатадиган бўйи етган қизимнинг тақдирини ўйлаб бошим қотаяпти. Совчилар сўраб келишяпти. Шундай пайтда оқ-қорани, турмушнинг икки-чиқирини биладиган ёши каттароқ аёлнинг ўрни жуда билинар экан.

Қизимни узатсам, болаларим ўларидан тиниб-тинчиб кетишига ишонман. Мен ҳам қолган умримни ёлғизликда ўтказмай, ўзимга муносиб умр йўлдош топсам деган умидда сизларга мурожаат қилаяпман. Фарзандларим ҳам шундай фикрда. Иймонли, инсофли, болаларидан тинчиган ёки бефарзанд, ёши 45-50 лар атрофида бўлган аёл топилса, манзилимни берсангизлар.

ЭЛМУРОД ака,  
Тошкент шахри.

## ЗОРИМ БОРУ, ЗЎРИМ ЙЎҚ

— Ассалому-алайкум, мен яқинда "Оила бўлими"га учрашгандим. Исмин Зокир. Бир аёлнинг рақамини бергандингиз.

— Ҳа, эсладик, учрашдингизларми?

— Фақат телефонда гаплашдик холос. Учрашишга ҳожат ҳам қолмади.

— Нега энди, ахир сиз у ҳақдаги маълумотларни эшитиб, "Менга жуда мос экан", дегандингиз-ку?

— Қисқагина мулоқотдан сездимки, унинг мақсади бошқа экан. Ҳали салом-

алик қилмасимизданоқ, қаерда ишлайсиз, деб сўради. Мен бир корхонада ишчи бўлиб ишлашимни айтганим захоти муомаласи бирданга ўзгарди. Ўзининг айтишича, унга оддий касба-гилар эмас, ақсинча, кўпроқ пул топадиган, тadbirkor эр керак эмиш. Нима қилай, зоримиз бор, зўримиз йўқ, дедим-да, бошқа безовта қилмадим. Лекин барибир унинг гап-сўзлари менга



Бахтли бўлинг!

алам қилди. Ишонинг, мен бир умр ўзимнинг ҳалол меҳнатим билан фарзандларимни катта қилдим. Ҳеч кимдан кам қилмай, тўйларини ўтказиб, уйл-жойли қилдим. Асосийси, ризқи-насибамни пешона терим эвазига топдим. Ахир, одамнинг инсоний қадр-қиммати мансаби, пули билан эмас, аввало одамгарчилиги, кўнгил бойлиги билан белгиланади-ку!

## БАХТ ДЕГАНИМ САРОБ БЎЛДИ

"Институтни тамомлаб келганимдан сўнг, мени сўраб келган совчиларнинг санаги йўқ эди", — деб ёзади Шахло исмли муштарий бизга йўллаган мак-

тубида. "Улар орасида Равшан исмли бир йигит хира пашшадек ортимдан қолмас, уйимга совчи устига совчи кўйиб, улар орқали онамга менсиз яшай олмаслигини, бахтли қилишини қайта-қайта тайинлаб юборарди. Унинг ширин ёлгонларига ишониб, қандай розилик берганимга ҳали ҳам ҳайрон қоламан. Тўйимиз ўтгач, ўзим тушган оиланинг унча мақтанарли жойи йўқлиги, куёвнинг ҳеч қаерда ишласлиги, бўйнигача қарзга ботганлиги маълум бўлди. Майли, тақдир экан, деб ҳаммасига кўниб яшадим. Икки жойда ишлардим. Уй юмушлари, бола тарбияси ҳаммаси менинг зиммамда эди. Эрим эса ойналаб, йиллаб кунини бекор ўтказарди. Шу орада икки фарзандли бўлдим. Кейинчалик тобим қочиб, касалхонада ётганимда эрим бир марта ҳам ортимдан йўқлаб келмади. Уйга келсам, у дабдурустдан тасвом, ажрашамиз, менга касал хотин умуман керак эмас, деб қолди. Уша кундаги ҳолатимни тасвирлаб ҳам беролмайман.

Олти йил бу ношуд, тақасалтанг эринг қилган жабр-ситамларига чидаб яшабману, охир оқибат мени ёмонотликка чиқаришди. Хуллас, икки боламни етлаб ота-онамининг уйига қайтиб боришга юзим чидамади. Ҳозирги кунда ишхонамга яқин жойдан ижарага уй олиб яшайман. Эрим билан қонуний ажрашганимизга тўрт йил бўлди. Қизимни онам катта қилаяпти. Ўғлим эса мен билан бирга. Ўзимнинг севган касбим бор. Ишхонамда обрўйим яхши. Ёшим 31 да. Ўғлимга қараб, унга барибир ота тарбияси зарурлигини энди ҳис қилаяпман. Шу боис менга суянчиқ, меҳрибон, маслаҳатчи турмуш ўртоқ бўлишини хоҳлайман. Фарзандларимга оталик меҳрини бериб тарбия қиладиган, иши, уй-жойи тайин 35-40 ёшдаги инсон топилса, турмуш қурмоқчиман.

ШАХЛО,  
Қашқадарё вилояти.

## ТАХРИРИЯТДАН:

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

МУРОЖААТ УЧУН ТЕЛЕФОН: 234-25-46

## РУҲ ТЕТИКЛИГИ – СОҒЛИК ГАРОВИ

Мутахассислар жисмоний ҳорғинликдан кўра, руҳий чарчоқни тиклаш мушкуллигини кўп маротаба таъкидлашади. Шу сабабли ҳар қандай ҳолатда руҳиятингизни бир маромда сақлашга ҳаракат қилсангиз, бу шубҳасиз, саломатлигингизга фойдалидир. Бунинг учун қуйидаги маслаҳатларга риоя қилсангиз кифоя.

● Бир ойда бир марта бўлса ҳам уйда ёлғиз қолиб, телефонларни ўчириб ором олиш куч-қувватингизни анча оширади.

● Кўзларингизни юмиб, тинч, осуда хонада яши ва фақат яхши нарсаларни ўйласангиз руҳиятингиз энгиллашади.

● Кўп вақт зўр бериб ўзга инсонларга нималарнидир уқтиришга уринмай, уларни тинглашнинг ҳам ўзининг.

● Кечки овқатдан сўнг ёлғиз ёки дилдош дўст билан аста қадамлаб сайр этиш ва шу вақтда юлдузларни томоша қилиш ҳам киши руҳиятига ижобий таъсир этади.

● Кўнгила ёқадиган, ёшлик даврингизни эслатадиган, қалбнинг нозик торларини чертадиган, осуда куй-қўшиқларни паст овозда тинглаш ҳам фойдали.

● Ёз ойларида тоғ ёнбағирларида, суви тошга урилиб оқаётган дарё бўйларида ўтириб ором олиб, бурун орқали нафас олиш ҳам руҳиятга қувват бахш этади.

● Ёқимли бир куй ёки қўшиққа рақсга тушишдан сира тортинманг! (Ҳар қандай ёшда ҳам!) Чунки жўнқин мусиқа садоси ва ритмидан танангиз гўё уйғонади, томиларингизга шодлик гармони (эндорфин) пайдо бўлиши сизни тетиклаштиради, чарчоқ ва ташвишлардан халос қилади.

● "Ҳар куннинг охирида шукрона келтириб, яхши дуоларни ўқиб уйкуга ётиш лозим. Эртанги куним унумли, оилам, фарзандларим, яқинларим соғ бўлсин, деб, доимо яхши ният қилиш ижобий натижалар беради, дейди инглиз файласуфи Наполеон Хилл.

Сизнинг чиройингиз ташқи кўринишдан, яъни тилла тақинчоқлар, қиммат кийимлардан иборат бўлмасин. Ақсинча, қалбингизнинг тубида яширинган, умуман эскирмайдиган кийимдан — қимматбахо ҳисобланган сокин ва мулоим руҳдан иборат бўлсин.

Латофат САЪДУЛЛАЕВА тайёрлади.

## Ўрганганинг ўзингга

### ФЙДАЛИ МАСЛАҲАТЛАР

● Картошкани қовуришдан олдин ярим соат сувга солиб қўйсангиз, у қарсиллама бўлиб пишади.

● Таом пишираётганингизда масаллик товага ёпишмаслиги учун аввал идишга қалин қилиб туз сепинг ва газда қиздириб олинг, сўнгра тузни тозалаб ташлаб таомни пишинг.

● Ошхона, ванна кафелларини кирлиги таъбимизни хира қилади. Уни тозалаш йўли эса куйидагича: яримта ҳўжалик совунини қирғичдан чиқариб, ярим литр сувга аралаштирасиз. 2

ош қошиқ новшадил спиртини қўшиб, яхшилаб чайқатасиз. Аралашмани сув пуркачига солиб, кафел юзига сепиб, мато бўлаги билан артинг. Охирида эса қуруқ латта билан артиб ташланг.

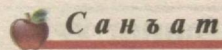
● Кострилдаги тағига олган овқат юқини тозалаш учун 1 литр сувга 2 ош қошиқ истеъмол содаси қўшиб, қайнатиб юбориш лозим.

● Ишлатаётган совунингиз тезда олқинди ҳолатига келиб қолмаслиги учун совундонга мослаб паралон бўлагини кесинг ва унинг ичига жойлаштиринг. Паралон совуннинг ортиқча совуни шимиб олади ва ивиб қолишдан асрайди.

Гулноза БОБОЕВА тайёрлади.



# БАХТ ТАРАННУМИ



Муқимий номидаги Ўзбек давлат муסיқий драма театри ижодий жамоаси томонидан тайёрланган "Асл хазина" спектакли "Мустаҳкам оила йили"га бағишланди.

Таниқли режиссёр, Ўзбекистонда хизмат кўрсатган маданият ходими Аҳад Фармонов ушбу асарни сахналаштирар экан, асосий эътиборни оила мустаҳкамлиги, эру хотиннинг аҳиллиги ва маҳалла-қўйдаги меҳр-оқибат масалаларига қаратади. Асар воқеалари эр-хотинлар Эсонбой ва Эркинонинг тортишуви сахнасидан бошланади. Аёлнинг наздида ҳашаматли қурилган уйнинг кўркини бузиб турган эски девор улари ўртасидаги муносабатларга ҳам соя солмоқда. Шу боис у ҳар кун эрининг асабини эгавлайди. Девор ўрнига бассейн қуриш режаси хотинга қанчалик завқ бағишласа, эрининг хубини шунчалик оширади. Тортишувлар якуни шу бўладики... Эркиной "то девор бузилмагунча бу уйга қадам қўймайлик", Эсонбой эса "қайтиб келган тақдирда ҳам уни уйга киритмасликка" қарор қилади.

...Деворни бузиш учун келган мардикор йигитнинг тупроқ остидан сандиқча топиб олиши воқеаларга янада шиддатли тус беради. Кейинги ҳангомалар асосан ана шу сандиқ атрофида кечади. Ҳаётда бирмунча хасис бўлган Эсонбой сандиқчани кўргач, бир думалаб Хотамтоёга айланади. Ҳалигина



қўшнисидан кетмонни қизғониб турган одам, гадойга садақа беради. Хуллас, катта бойлик илнжиди сандиқчани очган Эсонбойнинг тилла ўрнига қоғозларни кўриб, ҳафсаласи пир бўлади. Сўнг...

Спектаклни сахналаштириш жараёнида режиссёрнинг рассом Наталья Глубокина билан ҳамкорликда ишлагани алоҳида эътиборга лойиқ. Асар муסיқасини М. Махмудов басталаган. Ма-

ҳорат билан ижро этилган ранг-баранг ария ва дуэтлар жонли чиққан.

Хулоса қилиб айтганда, мазкур спектакл одамларни огоҳликка, бир-бирига меҳр-муҳаббатли бўлишга, сабр-қаноат билан яшашга даъват этади.

Мадина АЛЛАБЕРГАНОВА,  
Ўзбекистон санъат ва маданият институти талабаси.

## ҚАРОР ҚОНУНИЙ БЎЛСА...

Васийлик ва ҳомийлик қандай ҳолларда белгиланади?

М. Насриддинова.

— Васийлик ва ҳомийлик ота-онанинг қарамоғидан маҳрум бўлган болаларга таъминот бериш, уларни тарбиялаш ва таълим бериш, шунингдек, бундай болаларнинг шахсий ҳамда мулкий ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоя қилиш учун белгиланади.

Васийлик ва ҳомийлик туман ёки шаҳар ҳокимининг қарори билан белгиланади. Васийлик 14 ёшга тўлмаган болаларга ва суд томонидан муомалага лаёқатсиз деб топилган шахсларга, ҳомийлик эса 14 ёшдан 18 ёшгача бўлган вояга етмаганлар, шунингдек, суд томонидан муомала лаёқати чекланган деб топилган шахсларга нисбатан белгиланади.

Соғлигининг ёмонлиги сабабли мустақил равишда ўз ҳуқуқларини амалга ошира олмайдиган ва мажбуриятларини бажара олмайдиган вояга етган муомалага лаёқатли шахсларга нисбатан ҳомийлик шу шахсларнинг илтимосига биноан белгилиниши мумкин.

РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА

### «ЎКТАМХОН-НУР» ўқув маркази

қуйидаги ўқув курсларига таклиф этади:

Тикувчилик — 3 ой, бошловчилар — 6 ой.  
Тўй ва оқшом либослари — 1-2 ой.  
Аёллар костюм-шарп, плаш-пальто — 1-2 ой.  
Ҳамшира — 6 ой, 4 ойи ўқиш, 2 ой амалиёт.  
Ҳамшира (тезор) — 3-4 ой (амалиёти билан).  
Тиббий массаж — 2 ой. Нуқтали — 1 ой.  
Торт ва пишириқлар — 2 ой.  
Торт олий курси — 1 ой.  
Уйғур, Европа таом ва салатлари — 1 ой.  
Аёллар сартарошлиги — 3 ой.  
Тўй ва оқшом турмақлари ва макياج — 1 ой.  
Бухгалтерия ҳисоби — 3 ой.  
Элита парда ва чойшаблар тикиш — 1 ой.  
Элита парда ва чойшаблар тикиш олий курси — 1 ой.

Сартарошлик — 2-3 ой (ўғил болалар учун).  
Ўзгаллик салонига тайёрлаш — 1 ой.  
Каштачилик — 3 ой (машинада вышивка).  
Тикувчилик — 2-3 ой.  
Инглиз тили — 3 ой, Рус тили — 3 ой.  
Бисер, янги мунчоқ тикиш — 2 ой.  
Декоратив гул, сарпо қути ва саватлар ясаш — 2 ой.  
Бисердан гуллар, дарахтлар ясаш — 2 ой.  
Карвинг (мева ва सबзавотлардан композиция ясаш) — 3 ой.  
Компьютер сабоқлари — 2 ой, Интернет — 1 ой.

**Барчаси амалиёти билан**  
Ётоқхона мавжуд.

МАНЗИЛ: Юнусобод тумани 3-мавзе 1-уй 31-хона.  
МЎЛЖАЛ: Юнусобод дехқон бозори бош тарафи орқасида.

Тел: (8 371) 221-17-95, 221-77-72, +99894 678-50-30 225-97-93 (18<sup>00</sup> дан 22<sup>00</sup> гача).  
ФИЛИАЛ МАНЗИЛИ: Ҳамза тумани Фарғона йули кўчаси 4-уй 40-хона. МЎЛЖАЛ: Кўйлик кийим бозори рўпарасида.  
ТЕЛ: (8371) 295-97-82, +99894 678-50-30 (қундузи)

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

Тахририятга келган қўлёзмалар муаллифларга қайтарилмайди.  
Реклама материаллари мазмуни 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 — 15:00

ISSN 2010-7609



Бош муҳаррир:  
Норқобил ЖАЛИЛОВ

Навбатчи муҳаррир — Нигора РАҲМОНОВА  
Саҳифаловчи — Оқил РАҲМОНОВ  
Мусахҳухлар — Саидгани САЙДАЛИМОВ,  
Гулноза БОБОЕВА

МАНЗИЛИМИЗ: Тошкент — 100000. Амир Темур кўчаси  
1-тор кўча, 2-уй. Мўлжал: Олой бозори ёнида

Web-site: oilavajamiyat.uz

1 2 3 5



## ЎСМИРЛАРИМИЗ ЖАҲОН ЧЕМПИОНАТИДА

Эронда футбол бўйича 16 ёшгача бўлган ўсмирлар ўртасида давом этаётган Осиё чемпионатида Ўзбекистон ўсмирлар терма жамоаси ярим финалга чиқиб, 2013 йилда Бирлашган Араб Амирликларида бўлиб ўтадиган жаҳон чемпионатида йўлланмани қўлга киритди.

Дилшод Нуралиев шогирдлари чорак финал учрашувида Жанубий Корея терма жамоаси билан куч синашди. Учрашувининг асосий вақтида 1:1 ҳисобида дуранг натижа қайд этилди. Терма жамоамиз голи Ақобир Тўраев ҳисобига ёзилди.

Қоидага кўра, голиб пеналтилар сериясида аниқланди. Унда Ўзбекистон ўсмирлар терма жамоаси 5:3 ҳисобида ғалаба қозонди.

## ҚОСИМЖОНОВ БИРИНЧИ ҒАЛАБАНИ ҚЎЛГА КИРИТДИ

Шахмат бўйича Жаҳон чемпиони ҳаюртимиз Рустам Қосимжонов Лондонда ўтаётган ФИДЕ Гран-присининг 8-турада ўзининг биринчи ғалабасига эришди.

Қосимжонов мусобақа мезбони Буюк британиялик Майк Адамснинг енгилга муваффақ бўлди ва ўзининг очколар сонини 3,5тага етказиб олди.

Бугун ҳаюртимиз 3,5 очкога эга бўлган голландиялик Аниш Гирига қарши донга суради.

Эслатиб ўтамиз, 8 турдан сўнг 5,5 очко билан Гельфанд пешқадамлик қилиб келмоқда. Қосимжонов 10-ўринда бормоқда.

## КОВАЛЕНКО ФИНАЛНИ БОШҚАРАДИ

Ўзбекистонлик ФИФА рефериси Валентин Коваленко 3 ноябрь кун Ироқнинг Арбил ёки Таиланднинг Чонбури шаҳрида ўтказиладиган ОФК Кубоги финалини бошқарадиган бўлди. Бу ҳақда ЎФФ расмий твиттери хабар тарқатган.

ОФК Кубоги финали 3 ноябрда ўтказилади. Унга Арбил-Чонбури ўйинидан сўнг Ироқ ёки Таиланддан қай бири мезбонлик қилиши маълум бўлади.

Айтиш кераки, ОФК Кубоги финал учрашувида Коваленкога қанотларда Рафаэль Ильясов ва Маъмур Саидқосимовлар ёрдам беришади; 4-хакам Владислав Цейтлин.

Интернет манбалари асосида  
Илҳом ЖУМАНОВ тайёрлади.

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида  
0169-рақам билан 11.01.07 да рўйхатга олинган. Бюроғи Т-1028. Формати А-3, ҳажми 2 табоқ. Адади — 6226. Баҳоси келишилган нарҳда.

ОБУНА ИНДЕКСИ — 176

Қабулхона: (тел-факс) 233-28-20  
Котибият: 234-76-08  
Мухбирлар: 233-04-50  
«Оила» бўлими: 234-25-46