

ГУЗАЛЛИК
МАЛИКАСИ



4

ҚАРИСИ
БОР ОИЛА...



СУТ —
САРАТОННИНГ
ДУШМАНИ

6

БЕТГАЧОПАР — КИМГА ЁҚАР?



8

ҚАДР-ҚИММАТИМ, ТАЯНЧИМ ВА ИФТИХОРИМсан, МУСТАҚИЛ ЎЗБЕКИСТОН!



Муҳаммад КАРИМ
сурат-лавҳаси.

Чемпионлик остонаси

“ОБУНА — 2014”

“Оила ва жамият”

газетасини ўз оиласининг яна
бир ҳақиқий аъзоси
сифатида қадрлаб, биз билан
ҳамфикр, ҳаммаслак бўлиб келаётган
муҳтарам муштарийлар!
Унутманг, севимли газетангизга
обуна давом этмоқда.

Индекс — 176



ҲИКМАТ

Оқил кишилар
дўст билан душман-
ни, душман билан
дўстни алмаштир-
майдилар.

Абдураззоқ
САМАРҚАНДИЙ

АҲОЛИ САЛОМАТЛИГИ МАҲАЛЛА ФАРОВОНЛИГИ

Мамлакатимизда фуқаролар йиғинлари раислари ва уларнинг масъул таъдирчилари сайловларига қизгин тайёргарлик давом этмоқда. Бу жараёнда ўз маҳалласининг обод бўлиши, маҳалладошларининг оғирини енгил қилиш учун ҳаракат қиладиган жонқуяр инсонларни танлаб, сайлашни муҳим аҳамиятга эга. Бу борада сайловларга қўмаклашувчи комиссия аъзолари томонидан тушунтириш-тарғибот ишлари олиб борилмоқда.

Мамлакатимизда аҳоли саломатлигини муҳофаза қилиш борасидаги олиб борилётган кенг кўламли ишларнинг амалга оширилиши, бу борадаги муҳим ҳужжатларнинг ҳаётга тадбиқ этилишида ҳам, энг аввало, маҳалла фуқаролар йиғинларида фаолият олиб бораётган ҳамюртларимизнинг хизматлари катта. Бу ишларда, айниқса, жойлардаги бошланғич



хотин-қизлар ташкилотлари, диний маърифат ва маънавий-ахлоқий тарбия масалалари бўйича маслаҳатчиларнинг қишлоқ врачлик пунктлари ва силлавий поликлиникалар билан ҳамкорликда маҳаллаларда олиб бораётган тушунтириш-тарғибот ишлари алоҳида аҳамият касб этмоқда. Натижада кенг аҳоли қатлами, аёллар, қизлар ўртасида тиббий маданият юксалиб бормоқда. Аёлларнинг ҳомиладорликка чуқурлаштирилган тиббий кўриклардан ўтиши, соғломлаштириш, патронаж ишлари олиб борилмоқда. Айниқса, маҳаллалардаги ҳар бир хонадонга кириб, у ерда соғлом турмуш тарзини шакллантириш, эрта турмушнинг, 15-16 ёш қизлар орасидаги туғруқлар, гўдақлар, оналар ўлими, никоҳдан ажралишлар каби салбий ҳолатларнинг олдини олиш учун жойларда хотин-қизлар кўмитасининг бошланғич ташкилотлари раислари, ФХДЁ бўлими ходимлари, маҳалла маслаҳатчилари билан кенг камровли тушунтириш-тарғибот ишларини олиб боришмоқда. Шунга қарамай, айрим хонадонларда қайнона ёки оналарнинг, маҳалла мутасаддиларининг лоқайдлиги, совуққонли-

ги туфайли айрим салбий кўрсаткичларга ҳамон дуч келмоқдамиз. Камқонликнинг ўрта ва оғир даражаси билан хасталанган ҳомиладорлар ҳам аниқланмоқда. Уларнинг амбулатор картаси текшириб кўрилганда ҳомиладорликка экстрагенетал касалликлар аниқланиб, соғломлаштириш ишлари олиб борилмагани, чуқурлаштирилган тиббий кўриклардан тўлиқ ўтказилмагани маълум бўлмоқда. Бу эса, аввало, ўша беморнинг хонадониди тиббий маданият тўлиқ

турмуш тарзини шакллантириш, она ва бола саломатлиги, айниқса, туғиш ёшидаги йигирма тўрт мингдан зиёд аёллар ўртасида оналар ва болалар ўлимининг олдини олиш чора-тадбирлари таҳлилий ҳал этилмоқда. Қишлоқ врачлик пунктларимиз томонидан ҳафтада "Нуронийлар", "Ҳомиладор аёллар", "Болалар ва ўсмирлар" каби кунларни белгилаб қўйганмиз. Маҳалла фаоллари белгиланган тартибда хонадонларда юриб тушунтириш-тарғибот ишларини олиб боришмоқда. Шунинг учун ҳам уч йил ораллигида 15-16 ёшдаги туғруқлар қайд этилмади. Айни пайтда маҳалла фуқаролар йиғини ва қишлоқ врачлик пунктлари билан ҳамкорликда график асосида қўшма йиғилишлар ўтказилиб, қайси ҳудудда салбий ҳолатлар кузатилган бўлса, уларни батафсил таҳлил қилаёلمиз. Жамоатчилик йўналишида кўмитамиз ҳамда маҳалла маслаҳатчилари билан ҳамкорликда Республика хотин-қизлар кўмитаси ташаббуси билан маҳаллаларда тадбиқ этилган 5 та секторда амалий ишлар олиб борилмоқда.

Бундан ташқари, бир қатор ташкилотлар билан ҳамкорликда Хотин-қизлар кўмитаси томонидан ОИВ/ОИТС касаллигини профилактика қилиш, чет элдан қайтган шахсларни ўз вақтида тиббий кўриқдан ўтказиш, бу ҳақда тезкор хабар бериш ҳамда маҳаллаларда соғлом турмуш тарзини шакллантириш борасида амалга оширилаётган ишлар ҳам ўз самарасини бермоқда. Жойлардаги хотин-қизлар кўмиталарининг маҳалла фуқаролар йиғинлари билан ҳамкорликда кенг аҳоли ўртасида олиб бораётган тарғибот ишлари натижасида хориждан қайтаётганлар тиббий кўриқка жалб этилмоқда ва улар билан кириб келиши мумкин бўлган бир қатор хасталикларнинг олди олинмоқда.

Маҳаллаларимизнинг янада обод бўлиши, аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини шакллантириш кўп жиҳатдан янги соғломлашган маҳалла фуқаролар йиғинлари раислари фаолиятига ҳам боғлиқ. Маҳаллалардаги хотин-қизларимизнинг тиббий ва ҳуқуқий билимлари тобора ошиб бораётгани эса жуда қувонарлик.

Туманларда жадвал асосида 9 ой давомида негатив ҳолат содир бўлган маҳалладаги "Саломатлик сектори" аъзолари томонидан ҳар бир оналар ўлими ва эрта туғруқлар ҳолати бўйича қишлоқ врачлик пункти биносиди туман хотин-қизлар кўмитаси ва туман тиббиёт бирлашмаси раҳбари бошчилигида жамоатчилик таҳлилий ўтказилмоқда.

— Туманларда айни пайтда 96 мингга яқин аҳоли истиқомат қиладиган бўлса, шундан 47 мингини аёллар ташкил этади, — дейди **Оққўрғон туман хотин-қизлар кўмитаси раиси Гулнора Абдуназимова**. — Аёлларнинг ижтимоий-сиёсий фаолигини оширишда оилаларда соғлом

Нилуфар **ТОЖИБОЕВА**,
Ўзбекистон Хотин-қизлар
кўмитаси раиси ўринбосари.

Жамоатчилик назорати

АСОСИЙ ЙЎНАЛИШ ЭЪТИБОРДА

Давлат ҳокимияти органлари фаолияти устидан кучли жамоатчилик назоратининг мавжудлиги — фуқаролик жамияти барпо этишнинг асосий йўналишларидан бири саналади. Шу маънода Президентимиз ташаббуси билан Мамлакатимизда демократик ислохотларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепциясида илгари сурилган "Ўзбекистон Республикасида жамоатчилик назорати тўғрисида"ги Қонун моҳиятан давлат ҳокимияти ва бошқаруви органлари томонидан қонун ҳужжатларининг ижро этилиши устидан жамият, фуқаролик институтлари назоратини амалга оширишнинг тизимли ва самарали ҳуқуқий механизмини яратди. Ўтган давр мобайнида Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Қонунчилик палатаси депутatlари томонидан катта қонун лойиҳаси ишлаб чиқилди ва айни пайтда кенг муҳокама қилинмоқда.

Шунингдек, мамлакатимиз ва жамият ҳаётида сиёсий партиялар, ўзини-ўзи бошқариш органлари, касаба уюмлари, истеъмолчилар уюмлари ва бошқа ташкилотлар нуфуси юксалиб бормоқда. Бинобарин, жамоатчилик назорати жамиятда адолат қарор топишининг асосий омили ҳисобланади. Мазкур институт инсон ҳуқуқ ва эркинликлари нафақат давлат томонидан кафолатланганлигини ҳамда давлат органлари фаолиятида уларнинг устувор аҳамиятга эгаллигини таъминлайди. Бу эса ўз навбатида мамлакатимизда фуқаролик жамияти институтлари, шу жумладан, фуқароларнинг ўзини-ўзи бошқариш органларига берилаётган эътибор уларнинг юртимиз ижтимоий-иқтисодий ҳаётидаги ўрни янада мустаҳкамланаётганлигидан далолат бермоқда. Ўзбекистонда ҳуқуқий демократик давлат ва кучли фуқаролик жамияти барпо этиш ҳамда уни ривожлантириш бўйича кенг кўламли ишлар олиб борилётган бир шароитда жамоатчилик назоратининг аҳамияти ниҳоятда муҳимдир. Чунки жамоатчилик назорати демократиянинг энг муҳим талабларидан бири бўлиб, у фуқаролар, оммавий ахборот воситалари, сиёсий партиялар, жамоат бирлашмалари, касаба уюмлари сингари фуқаролик жамияти институтлари томонидан амалга оширилади. Унда асосий эътибор давлат ва ўзини-ўзи бошқариш органлари фаолиятида қонун устуворлигини, мансабдор шахслар томонидан конституция ҳамда қонунларда белгиланган талабларнинг бекаму кўст бажарилишини таъминлашга қаратилади. Бу саяё-ҳаракатлар давлат ҳокимияти ва фуқаролар ўртасида ўзаро муносабатларни мустаҳкамлаш билан бир қаторда умумдавлат манфаатларига хизмат қилади.

Гулнора ҚУРБОНОВА,
Жомбўй туман 2-сон
ДНИ нотариуси.

ЭЛЕКТРОН ХИЗМАТ АФЗАЛЛИГИ

Мамлакатимизда иқтисодиётнинг деярли барча тармоқларида бухгалтерия ҳисоб-китобларини автоматлаштирилган тарзда юритиш, молия ва солиқ ҳисоботларини электрон алоқа каналлари орқали давлат солиқ хизмати органларига тақдим этиш учун кенг имкониятлар яратилган. Натижада, аввало, хўжалик юритувчи субъектларнинг молия-хўжалик фаолияти тўғрисидаги ягона маълумотлар базаси шакллантирилиб, улар томонидан бюджет ва бюджетдан ташқари мақсадли жамғармаларга тушумларни оператив тарзда режалаштириш, унинг бажарилишини назорат қилишда давлат бошқарув органларига янада қулайликлар яратилган бўлса, иккинчидан, тадбиркорлик субъектлари учун иш вақтини тежаш, қоғоз кўринишидаги ҳужжат айланишининг камайиш ҳисобига харажатларни қисқартиришга ижобий таъсир кўрсатмоқда. Қолаверса, солиқларга оид барча ҳисоб-китобни мутасадди идораларга электрон кўринишда тақдим этишга, ҳужжатларнинг электрон шаклда айланиши янада ривожланишига замин яратилапти.

Маълумки, Президентимизнинг 2012 йил 16 июлда қабул қилинган "Статистик, солиқ, молиявий ҳисоботларни, лицензияланадиган фаолият турларини ва рухсат бе-



Солиқ фаолияти

риш тартиб-таомилларини тубдан қисқартириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги Фармонига асосан 2014 йилнинг охирига қадар барча тадбиркорлик субъектларини солиқ ва молиявий ҳисоботларини топширишнинг электрон тизимига босқичма-босқич ўтказишни таъминлаш вазифаси юклатилган. Бу борада, таъкидлаш керакки, давлат солиқ органлари томонидан бир қатор ташкилий чора-тадбирлар ишлаб чиқилиб, амалиётга жорий этилмоқда. Солиқ тўловчиларга қулайликлар яратиш, соҳага оид янгиликларни етказиш, уларнинг вақтини тежаш, муаммоларни тезкор равишда ҳал этиш ҳамда солиқ тўловчилар ва солиқ органлари муносабатининг шаффофлигини таъминлаш мақсадида 31 турдаги интерактив хизматлар кўрсатилмоқда. Бу борада Жиззах вилоятининг барча ҳудудларида маҳаллий ҳокимликлар билан ҳамкорликда "Молиявий ва солиқ ҳисоботларини электрон кўринишда тақдим этиш бўйича хизмат кўрсатиш пункт"лари ташкил этилганлиги ва мазкур хизмат кўрсатиш пунктлари зарур компьютер жиҳозлари билан таъминланганлиги, солиқ тўловчиларга молиявий ва солиқ ҳисоботларини электрон кўринишда қабул қилиш ҳамда қайта ишлаш бўйича солиқ тўловчиларга янада қулайлик яратмоқда.

С.ШАМСИЕВ,
Жиззах вилоят ДСБ бўлим бошлиғи.

Қаршигул момо тўксонни қоралаган бўлса-да, ҳали-ҳануз фарзандлари-ю неварачевараларнинг ташвишидан ортмайди. Ахир ўғил-қизларнинг меҳнати эътироф этилиб, унвону мукофотлар олаётган, неварачевараларнинг муваффақиятлари эътироф қилинаётган, тўйлар тўйларга уланаётган пайтда қайси она тинч ўтира оларди, дейсиз...

Раҳматли чолни таниганлар Нормамат бригадир деб алқашарди. Саксон олти ёшида бандаликни бажо келтирган бу табаррук отахон фарзандларининг барчасини эл-юрт қорига камарбаста этиб тарбиялади.

— Ўғил-қизинг бўлса, Нормамат бува билан Қаршигул момонинг фарзандларидек бўлсин, киройи, жонкуяр ўғиллар-да, қандини уришин, ҳаммаси эл хизматида, — дея ҳавас билан гапиради бу оилани билганлар.

Мустақиллигимизнинг 22 йиллик шодиёналари арафасида муҳтарам Президентимиз Фармонига кўра мукофотланган бир гуруҳ юрдошларимиз орасида "Эл-юрт хурмати" ордени билан тақдирланган Ориф Қудратов ана шу аҳил оиланинг учинчи фарзанди. У Гулистон туманига қарашли ҳозирги Деҳқонобод шаҳарчасида таваллуд топган. 1981 йилда Ўрта Осиё педиатрия институтини тамомлаб, Сирдарё вилоят шифохонасининг болалар бўлимида иш бошлаган Ориф ака 1984 йили вилоят болалар шифохонаси ташкил этилгач, шу масканда болалар шифокори сифатида фаолиятини давом эттириб, пульмонология бўлимини бошқарган. Ҳозирги кунда кардиоревматология бўлими мудир бўлиб ишлайпти. 2006 йилда II даражали "Соғлом авлод учун" ордени билан мукофотланган.

— Онамни доим иш устида кўриб ўрганганим, — дейди Орифжон Қудратов. — Болалигимизда тонг сахарда ширчойлар тайёрлаб уйғотардилар. Биз учун энг ёқимсиз юмуш молҳолларни подага қўшиб келиш эди. Саҳарги уйқуни қизганиб, кўрпага ўраниб ётардим. Отам раҳматлининг умри пахта далаларида ўтган. У киши бизни авайлардилар. "Майли, онаси, болаларни уйғотма, уйқуга тўйиб олсин, вақти келиб ўзалари сахар турдиган бўлади", дерди отам. Мана, отамнинг гапи рост чиқди. Эндиликда тўйиб ухлаш тугул, бироз дам

олишга имкон топилмайди. Оиламизга ҳаммининг ҳаваси келади. Катта опам Норинисо ўқитувчиликни, Олимжон акам технология соҳасини, Шарофат (раҳматли) ошпазликни, Равазон (раҳматли), Дилором, Мукаррам, Фотима ва Ортиғой ҳамшираларини танлашганди. Алижон ГулДУда ўқитувчи, Маъруфжон оддий ишчи, Акмалжон тадбиркор-деҳқон, Зухраҳон уй бекаси. Ҳаммамиз бола-чақамиз

ганлари рост экан. Инобатхон билан баҳамжихатликда аҳил ва иноқ яшаймиш. Ўғлимиз Бахтиёр Тошкент давлат шарқшунослик институтининг магистратурасини тамомлади, тарихчи. Каромат қизимиз Тошкент тиббиёт академиясини тамомлаган. Ҳозир республика шошилинч тиббий ёрдам

лигини асраб-авайлаш борасида мамлакатимизда олиб борилаётган залворли лойиҳаларни фахрлиниб сўзлайди:

— Юртимиз келажаги баркамол авлод қўлида экани ҳақида кўп гапирадим. Президентимиз раҳнамолигида истиқболли дастур ва қарорларни амалга ошириш учун эса мамлакатимизда оналар ва болалар саломатлигини асраш йўлида олиб борилаётган кенг қўламли ишларга ҳар биримиз ўз улушимизни қўшишимиз шарт. Бу борада мен шифокор эмасман, менин соҳам бошқа, деган баҳоналар билан бефарқ қараб туриш мутлақо мумкин эмас. Қайси соҳада фаолият юритмайлик, эртамининг эгалари — фарзандларимиз саломатлиги ҳаммамиз учун бирдек муҳим. Бола саломатлигига эътибор, аввало, оилада онага бўлган эътибордан бошланади. Хомиладор аёл ўз вақтида тиббий кўриқдан ўтиб турса, бўлажак она ва туғилажак боладаги касалликларни эрта аниқлаб, даволанса, ўша аёлдан, албатта, соғлом бола туғилади. Бола дунёга келгандан кейин уни она сути билан боқиб, тўғри парваришлаш, зарурат бўлганда соғломлаштириш муолажаларини қабул қилса, эмлаш ишлари вақтида бажарилса, бола соғлом вояга етади. Бунда, албатта, болани шахсий гигиена қоидаларига мунтазам равишда ўргатиб бориш зарур. Боланинг қўлларини тез-тез ювиш, тўғри овқатланиш, кийиниш гигиеналарига амал қилинса, у касалликка чалинмайди. Бетоб бўлиб қолган тақдирда касалликни эрта аниқлаб, ташхис қўйиб ва тўғри даволаш муҳим аҳамиятга эга.

Биз ҳамиятимиз ривожига муносиб ҳисса қўшиб келаётган, болаларнинг саломатлигини асрашда туну кун бор салоҳиятини ишга солиб меҳнат қилаётган Ориф Қудратовга ўхшаган замондошларимиз билан фахрланамиз. Шундай инсонларни вояга етказган Қаршигул момодек онажонларимизга эса ҳамиша таъзим қиламиз. Зотан, оила она билан янада файзлидир.

Норинисо ҚОСИМОВА,
"Оила ва жамият" муҳбири.
Сирдарё вилояти.

ҚАРИСИ БОР ОИЛА...



билан бир тўпланишса, икки кўйнинг гўшти бир тишладан бўлиб кетади. Ота-онамиз асли сўлим Жиззахнинг Бахмалидан. Бир замонлар чўлни ўзлаштирувчилар сафида Сирдарё вилоятига келишган. Биз ўғил-қизларнинг киндик қонимиз Мирзачўлга тўкилган. Турмуш ўртоғим Инобатхон ҳамшира. У билан шу ерда, касалхонада танишганмиз. Юртбошимиз таъкидлаганидек, меҳнат инсонни улғайди, турмушини обод ва фаровон қилади. Ёшлигимиздан бизнинг суягимиз ҳам меҳнатда қотди. Эгаллаган касбимизга меҳр қўйдик. Кам бўлмадик.

Обод уйдан барака аримайди, де-

марказида кардиолог-шифокор. Кенжамиз Гулноза педагогликни танлаган. Келиним Дилбархон дорихунос. Муҳими, бизнинг хурматимизни ўрнига қўяди. Айниқса, энаси, яъни менин онам неварачеварачи келинлари ичида уни бошқача меҳр билан ардоқлайди. Чунки кексалар билан ҳаммаям тил топишавармайди. Аммо келинимиз муомалали, маданиятли. Невараларимиз Бобиржон билан Дурдона хонадонимиз қувончлари. Улар билан ҳаётимиз янада мазмунли. Укамнинг аёли, дўхтир келиним, тажрибали шифокор Санобархон Исоқова билан барчамиз бирдек фахрланамиз.

Касбим орқасидан топган-тутганларим, озми-кўлими эришган ютуқларимни эслаганимда менга илк бор ҳарф танитган устозим Эсма Керимова ҳақида ўйлайман. Дарвоқе, ҳаётда ўз йўлингни топишингда шунақа заҳматкаш устозларнинг ўрни беқиёс бўлар экан.

Ориф Қудратов болалар саломат-

ЯХШИЛИК УЛАШАЁТГАН АЁЛ

Таълим фидойилари

Орамизда шундай аёллар борки, уларга боқиб беихтиёр ҳавасингиз келади. Танлаган касбини эъзозлаш баробарида эл орасида намунали хулқи, хуш муомаласи, самимийлиги билан хурмат топган, оиласида ҳам соғлом муҳит яратиб олган, фарзандларига яхши тарбия бераётган аёллардан барчамиз ибрат олсак, ярашади.

Умида Тўхтабоева ана шундай инсонлардан бири. У 1976 йилнинг 27 июнида Тошкент шаҳрида туғилган. Мактабни аъло баҳоларга тугатиб, Наманган давлат университети талабаси бўлди. Кимё фани ўқитувчиси мутахассиси сифатида 1998 йилда Наманган шаҳридаги 2-мактабда меҳнат фаолиятини бошлади.

2004-2009 йилларда Наманган шаҳридаги 66-мактабда ўқитувчи бўлиб ишлади. У қаерда ишлаганин, талабчанлиги, ишга жиддий ёндашиши, изланувчанлиги билан педагоглар меҳрини қозонди, ўқувчиларга кимё фани сирларини пухта ва ноанъанавий ўргатиши натижасида уларнинг севимли устозига айланди.

Ўз касбига чексиз садоқат қўйган Умида Тўхтабоевани 2009 йилда Наманган шаҳридаги 18-умумтаълим мактабига директор этиб тайинлашди. Мана, тўрт йилдирки, бу масъулиятли вазифани сидқидилдан адо этиб келаётган.

— Умидахон ўз ўрнида талабчан, ўз ўрнида меҳрибон раҳбар, — дейди унинг ҳамкасбларидан бири. — Энг муҳими, у аёл қалбининг нозиклиги ва меҳрга муштоқлигини унутмайди. Ишда тартиб-интизом ва самимий муҳитни хуш кўради. Унинг сазой ҳаракати билан мактабимиз энг яхши илм масканлари қаторида фахр билан тилга олинади.

Умидахон зиёли оилада ўсиб-улғайди. Отаси Абдуллаҳмурод ака ҳуқуқшунос, онаси Роҳатхон ая шифокорлик касби ортдан элда обрў топдилар. Улар ҳозир нафақада, кексалик гаштини сурмоқда. Уч фарзанди ва набираларига ҳамон инсоний фазилатлар ва эзгулик ҳақида сабоқ беришдан эринмайдилар.

Умидахоннинг турмуш ўртоғи Аҳадхон тадбиркорлик соҳасида меҳнат қилади. Тўрт қиз оиланинг гул-гунчалари, хонадонини ҳаммаша яшатиб туришади. Тўнғич қиз Нилуфар Наманган муҳандислик иқтисодиёт институтини талабаси, Гулбахор, Ўғилхон ва Мафтуналар ҳали ўқувчи. Кенжато Улуғбек боғча тарбияланувчиси. Ҳар бирининг олам-олам орзулари бор. Ота-онаси ният қилганидек, яхши фарзанд бўлишга интилишади.

Шахло ТОШБЕКОВА,
"Оила ва жамият" муҳбири.

МЕМОРАНДУМ ИМЗОЛАНДИ

Пойтахтимизда Фуқаролик жамиятининг шаклланишини мониторинг қилиш мустақил институти, ННТ ва ОАВларнинг ахборот-ташкилий фаолиятини яхшилашга қаратилган комплекс чоратадбирлар режаси доирасида Ўзбекистон нодавлат нотижорат ташкилотлари миллий форумининг Тошкент шаҳар минтақавий босқичи бўлиб ўтди.

Тадбирда маҳаллий давлат ҳокимияти ва бошқарув органлари, Тошкент шаҳрида фаолият юритаётган нотижорат ташкилотлари раҳбарлари, сиёсий партиялар ҳамда оммавий ахборот воситалари вакиллари **Жараён** иштирок этдилар.

Шунингдек, форум доирасида ННТ лойиҳалари ва ютуқлари ҳақидаги кўргазмалар намойиши ҳам бўлиб ўтди.

— Ушбу форумдан кўзланган асосий мақсад пойтахтимизда фаол бўлган жамоат ташкилотларини аниқлаш, уларнинг фаолиятларини ўрганиш ва келгусида улар билан ҳамкорлик қилиш тўғрисида меморандум келишувлари битимларини имзолашдан иборат, — дейди Ўзбекистон "Адолат" социал демократик партияси Тошкент шаҳар кенгаши раиси биринчи ўринбосари вазифасини бажарувчи Акмал Саминжонов. — Бу ҳужжатлар партия позициясини мустаҳкамлаш, таъсир доирасини кенгайтиришга ёрдам бериш билан бир қаторда фуқаролар ҳамда алоҳида ижтимоий гуруҳлар манфаатларини ҳал қилишда имкониятларимизни янада кенгайтиради, деб ўйлайман.

Шунингдек, форумда нодавлат нотижорат ташкилотларининг мамлакатимизда демократик ислохотларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепциясида белгилаб берилган вазифалар ижросини таъминлашдаги ролини кучайтириш борасидаги бир қатор масалаларга ҳам тўхталиб ўтилди. Форум жараёнида 60 дан ортиқ ҳамкорлик меморандумлари имзоланди.

Нигора РАҲМОНОВА,
"Оила ва жамият" муҳбири.

ГЎЗАЛЛИК МАЛИКАСИ

Ўзбекистонда хизмат кўрсатган артист Наргиза Олимовани кўпчилик "Сени излаб" фильмидаги роли орқали яхши танийди. "Қиёмат қарз" фильми ва "Ёдгор" сериалидаги роллари билан томошабинлар меҳрини қозongan. "Тошкент маликаси- 89" голибаси бўлган. "Ўзбекистон" ашула ва ракс ансамбли таркибида кўплаб хорижий давлатларда ижодий сафарларда бўлиб, миллий ва мумтоз рақсларимизни жаҳон мамлакатлари сахналарида ижро этган. Айни пайтда "Ўзбекнаво" эстрада бирлашмасида фаолият юритмоқда. Турмуш ўртоғи ички ишлар соҳасида хизмат қилади. Ўгли Сарваржон Тошкент молия институтига, қизи Махлиё эса ҳуқуқшунослик коллежида таҳсил олмақда.

— Наргиза, 1989 йилда "Гўзаллик танлови"да иштирок этган пайтингиз ёш бўлгансиз. Уша йиллари қизларнинг бундай танловларда қатнашиши унчалик оқланмасди...

—1988 йили Тошкент шаҳрида ўтказилган танловда украиналик қиз голиб бўлган эди. "Нега Ўзбекистонда яшаётган оқила ва гўзал қизлар голиб бўла олмайди", деган ўй менга тинчлик бермай қўйган ва ана шу фикр мени танловда иштирок этишга ундаган. Кўриқда ибто, ҳаёга зид шартлар бўлмаган. Кўринишим замонавий, миллий урф-одатларимизни, гўзал анъаналаримизни жуда ҳам севаман. Ушанда танловга яхши тайёргарлик кўрмаган эдим. Оилада кўпчилигимиз. Уйимдагилар танловда қатнашишимга қарши бўлишган. Онамга асл мақсадимни тушунтириб, зўрға кўндирганман. Режиссёр менга "Сенининг мутлақо тайёргарлигинг йўқ, қатнашмайсан, мени уялтириб қўясан", деган эди. Чунки бошқа қизлар томошабинлар олдида қандай эгилдиш-у, қандай салом беришни, зиналардан қай ҳолатда тушиб келишни репетиция қилишар, мен эса "Ҳамма нарса табиий бўлиши керак, гўзаллик репетиция қилинмайди", деб ҳисоблаганман.

Онамнинг сандигидан бир кийимлик атлас олиб, ўзим кўйлак тикканман. Танлов циркда ўтказилган. У маҳалларда бугунгидек мухташам концерт саройлари йўқ эди. "Сарбон" кўшигини аудиокассетага ёздириб олдим ва бошимга шарфимни ташлаб, зинапоялардан битта-битта қадам ташлаб тушганимда, бутун зал олқиш билан кутиб олган. Танловдан кейин қатнашчилар юз-кўзларига ҳаддан ортиқ бўёқ суртиб чиқишган, деган нотўғри фикрлар бўлган. Аммо мен кўзимга сурма қўйганим, холос. Ушанда голибликни кўлга киритган бўлсам-да, ўзимни малика деб ҳисобламаганман. Газеталарга интервью берганимда эса юртимизнинг ҳақиқий маликалари — далаларимизда тунни-тун, кунни-кун демай меҳнат қилаётган опа-сингилларимиз эканини тақдор-тақдор айтганман. Чунки уларнинг ҳар бири ўзига хос маликалар эди-да. Танловдан кейин менга Германияга йўланма беришган. "Яхши, боболаримиз яратган Тожмаҳалли кўриб келаман, йўланмамни алмаштириб беринглар", дедим ва Ҳиндистонга бориб

тарихий обидаларни томоша қилиб келганман.

— Демак, шундан кейин гўзал маликани фильмларга таклиф эта бошлашган экан-да?

— Саида Зуннунованинг "Гўдақ хиди" номли ҳикояси асосида суратга олинган фильмда иккинчи режиссёр Иброҳим Расулов таклифи билан роль ижро этдим. Бу кинода роль ўйнашга талабгорларнинг кўпчилиги таниқли актрисалар эди. Лекин машҳур ёзувчи Саид Аҳмад домла ўша образга айнан менинг мос тушганимни айтганлар. Ҳалим эсимда, ёшлиқ қилиб режиссёрларни роса қийнаганман.

— "Сени излаб" фильмининг ҳозир ҳам ўзгача ҳаяжон билан томоша қиламиз. Сиз учун бу жараён билан боғлиқ қандай унутилмас эсдаликлар қолган?

— Ушанда Дилбар (Захро Султонова) ҳали анча ёш эди. У билан ишлаш жуда қийин кечган. Чунки кинода Карим Мирҳодиев онасининг ўлимидан кейин кўнгли ярим бўлиб қолган қизчасининг ёнида ётиб, бошини силаб, эркалаши керак. Шу жойида қизалоқ "ётмайман", деб хархаша қилиб қолса бўладими... Кўрпанинг ичига қизчининг онасини ётқизиб қўйишган (кулади). Мени ҳам кучоқламайман, деб қайсарлик қилган. Яна бир воқеа: Чирчиқ томонда белгиланган жойда суратга олиниши керак бўлган майдонда Дилбарнинг ортидан Карим Мирҳодиев иккимиз югуришимиз керак эди. Уша жой кўлнинг бир чеккаси бўлиб, сувга бўкиб лой бўлиб кетган экан. Буни режиссёр пайқамаган. Режиссёр Марат Муқимов, "Югуринглар!" деб бақиради, биз эса югуролмаймиз, оёқларимиз лойга ботган. Бир амаллаб Карим ака иккимиз шу ҳолатни ижро этганмиз... "Қиёмат қарз" фильмида эса бош ролга таклиф этишган. Фильмда афсонавий актёрлар Наби Раҳимов, Ҳожиакбар Нурматов, Пўлат Саидқосимов, Мукамбар Раҳимова, Диас Раҳматов, Рустам Саъдуллаев, Бехзод Муҳаммадқаримовлар билан



ижод қилиш бахтига мушарраф бўлганимдан ҳамон фахрланаман.

— Наргиза, биз эслаган танловдан кейинги машҳурлик сизга нималарни тақдим этган?

— Мени "Ўзбекистон ҳаво йўллари"нинг хорижий йўналиш бўлимига стюрдессаликка таклиф этишган. "Бизга ўзбек қизининг ҳақиқий чехраси керак", дейишганди ўшанда. Кейин телевидениега суҳандонлик танловига чақиришди. Раҳматли Даврон Зуннунов комиссия раиси эди. Танловдан муваффақиятли ўтдим. Кўрсатувларда бошловчилик қилиб юрдим. Лекин менинг бутун фикру хаёлим ўзим севадиган рақс санъати билан банд эди. Яхшироқ куй чалинса, беихтиёр рақсга тушиб кетардим. Назаримда, мен рақс учун дунёга келгандекман. Телевидениедагилар ё рақсни, ё суҳандонликни танла, деб шарт қўйишди. Турган гапки, мен рақсни танладим. Таниқли суҳандонлар Раҳматилла Мирзаев ва Раёно Жўраева-лар мени телевидениеда олиб қолиш учун кўп ҳаракат қилишган. Аммо мен рақс оламига шўнгидим. Лекин суҳандонликни бутунлай тарк этганим йўқ, расмий тадбирлар, концертларда бошловчилик қилдим. Кейин бир мuddат "Баҳор" ансамблида Кундуз Мирқаримова менга устозлик қилди. Кейинчалик Ўзбекистон халқ артисти, бағридарё инсон Фанижон Тошматов мени "Дуторчи қизлар" ансамблига раққоса қилиб ишга олди. Ниҳоят,

Гурун г

"Ўзбекистон" ашула ва ракс ансамблида 24 йил хореограф бўлиб ишладим. Мендан ҳамisha таниш-нотаниш инсонлар "Сиз нега кейин фильмларда суратга тушмадингиз?" деб сўрашади. Кўп марта таклиф қилишган. Рад этмасам бўлар экан, деб ўйлаб қоламан баъзида. Чунки ҳозир ҳам томошабинлар ижро этган рақсларим ҳақида эмас, фильмлардаги ролларимни кўп эслашади. Кейин турмушга чиқдим, икки бола-нинг онаси бўлиб уларнинг тарбияси билан шуғулландим.

— Гурун г орасида кўплаб чет давлатларда бўлганингизни айтдингиз. Севган касбингиз билан боғлиқ бирор воқеани сўзлаб берсангиз.

— Бу воқеага кўп вақт бўлмади. 2011 йили бўлиб ўтган манзара бир умр кўз ўнгимда муҳрланиб қолди. Туркияда ўтказилган Наврўз байрамига турмуш ўртоғим ва болаларим билан бирга бордик. У ерда турли давлатлардан номдор санъаткорлар келиши ва сахнада ўз чиқишларини намойиш этишди. Стадион ниҳоятда катта, сахна кичкина эди. Кўп чиқишлар томошабинга яхши кўринмайди. Нима қилсам, ҳаманинг эътиборини торта оламан, деб ўйлаб қолдим. "Навбат — ўзбекистонлик Наргиза Олимовага!" деб эълон қилишди. Миллий кийимдан. Хаёлимга қайдандир бир ўй ёпирилиб келди. Таваккал қилдим. Сахнага чиқмасдан стадионга туша бошладим. Режиссёр югуриб енимга келди ва нима қилаётганимни сўради. Мен майсалар устида рақсга тушмоқчи эканимни айтдим. "Гилам тўшаб бера олмаймиз", дейишди. "Менга гиламнинг кераги йўқ", дедим ва "Тановар" бошланиши билан қўлларимни кўксимга қўйиб томошабинларга эгилди, оҳиста салом бердим. Бутун стадион аҳли қийқиб юборди, қарсақлар, олқишлар... Кейин томошабинлар ҳам бирин-кетин майдонда жўр бўлиб рақсга тушиб кетишди. Улар биргина ўзбекнаво саломимизнинг ўзидан ҳайратлангани етмагандек, ажиб меҳр билан қадимий рақсимизни берилиб томоша қилди. Мен ўшанда яна бир қарра неча минг йиллик тарихи, адабиёти ҳамда санъати теран илдишларга бой бўлган, буюк аждодлар яшаб ўтган улуг масканда туғилганимдан қалбан фахрландим. Энг катта орзум — тарихий фильмларда суратга тушиш. Бибиҳонимнинг ҳаёти ҳақида фильм олиниши, унда бош ролни ижро этишни орзу қиламан. Бизда ҳам кейинги йилларда кино санъати жадал ривожланиб, унга бўлган эътибор кучайиб бормоқда. Келгусида бутун дунёни ҳайратга соладиган тарихий фильмлар яратилишига ишонаман.

Меҳринисо ҚУРБОНОВА
сўхбатлашди.



ТҮЙ — бу сўзнинг бирон бир яхши муносабат билан ўтказиладиган маъносим мазмунини англайтишни ҳаммамиз яхши биламиз. "Ўзбек тилининг этимологик луғати"да изоҳланишича, "тўй" сўзи "тўймоқ" маъносидаги "тўй" феълининг синоними бўлган. Баъзи манбаларда "тўй" сўзига "маълум бир бўш жойни тўлдириш, тўпланиш" маъносидаги "то" феъли асос бўлган деб ҳам кўрсатилади.

**Тўйга борсанг,
тўйиб бор,
Ёмонлигини
қўйиб бор.**
Мақол

ҚАТЛАМА — тилимизда юпқа ёйилган ҳамирни қатлаб, патир шаклига келтириб, ёгда пишириб тайёрланган егулик "қатлама" деб аталади. "Қатлама" сўзининг туб илдизи унинг шаклидан кўриниб турибди. Яъни унинг илдизи "қат" "қават" маъносини билдириб, у "қават-қават", "қаватланган" деган мазмунни ифодалайди.

**Қат-қатгина қатлама
Қатланади, ёр-ёр,
Қизни олиб дугонаси
Отланади, ёр-ёр.**

Халқ кўшиғидан

ЯШИЛ — манбаларда таъкидланишича, тилимизда ранг маъносини ифодалаган "яшил" сўзининг туб илдизи "ёш", "навқирон" маъносини англатган "яш" сўзига бориб тақалади. "Яшна", "яша" сўзлари ҳам шу илдиздан ўсиб чиққан.

**Комрон қалин яшил
муқовали китобни Зухрага узатди.**

Газетадан

**Эшқобил ШУКУР
тайёрлади.**

Маълумки, ҳар бир соҳанинг ўзига яраша масъулияти, қийинчиликлари бор. Аммо шундай касблар борки, улар кишидан икки ҳисса кўпроқ жиддий, масъулият талаб қилади. Солиқ соҳаси ана шундай соҳалардан бирidir. Қорақалпоғистон Республикаси Кўнғирот туман давлат солиқ инспекцияси Солиқ ва мажбурий тўловлар тушумларини ҳисобга олиш, таҳлил қилиш, маълумотлар базасига хизмат кўрсатиш бўлими катта инспектори Гулбахор Юлдашева ўн беш йилдирики, шу соҳада фаолият юритиб келмоқда.

— Аёл киши ҳамма нарсага улғуриши керак, — дейди Гулбахор опа. — Ишлайман деб, вақтини фақат ишонасига эмас, балки, оиласи ва фарзандларига ҳам тенг тақсимлай билиши шарт. Шундагина у тўғри ҳаёт кечирган ҳисобланади. Баъзи аёллар бор, «Ишимни деб, оиламдан воз кечганман» қабилдаги гапларни уялмай айтади. Аслида, иродаси мустаҳкам, кучли аёл ҳамма нарсани эплайди: эрини ҳам, рўзғори ва бола-чақасини ҳам, булардан ортиб, ишини ҳам... Булар аёл деган шарафли зот олдига қўйилган асосий вазифалар ҳисобланади.

Албатта, касбимизнинг ўзига яраша қийинчиликлари бор. Лекин ҳар бир киши ўз касбига меҳр қўйса, ундаги машаққатларни осонгина енга олади. Бошқармадаги вазифаларимизга келсак, асосан, давлат бюджетига ундирилаётган солиқлар ва тўловлар ҳисобини олиб бориш, бюджетга ундирилган солиқлар ва тўловларнинг барча солиқ манбалари ва ҳудудлари бўйича кунлик, ойлик ва чораклик ҳисоботларини тайёрлаш, уларни Давлат солиқ бошқармаси раҳбариятига етказиш ишларини амалга ошираман. Шунингдек, жисмоний шахслар ва яқка тартибдаги

ҚЎНҒИРОТНИНГ АЛП АЁЛЛАРИ

Солиқ инспекциясида жиддий қиёфада намоён бўлган Гулбахор опа уйга келганда, оддийгина уй бекаси бўлади-қолади. Тотли таомлар пишириб, умр йўлдошининг кўнглига қарайди. Фарзандлари Саидбек ва Софиянинг дарслари, қизиқишлари хусусида суҳбатлашади. Буларнинг барини эплаш учун Гулбахор опа кучли ирода ва улкан матонатини ишга солади. Бу аёлнинг ғайрат-шижоатини кўриб, у эришаётган ютуқлар ҳақида эшитиб, интилганга толе ёр, деган мақол бежиз айтилмаганлигини

рени унутмаган ҳолда бундай ҳолатларнинг олдини олиш ҳам соғлом оила шаклланишида муҳим роль ўйнайди.

Шуни унутмаслик керакки, насл соғломлиги, соғлом бола туғилиши учун, биринчи навбатда, онанинг саломатлиги муҳим. Айни пайтда бизнинг ҳудудларда аёлларимизда энг кўп учрайдиган бўқоқ ва камқонлик хасталиклари туғилажак бола саломатлигига жиддий хавф солмоқда. Бунинг олдини олиш учун аёллар ҳомиладорликдан аввал тиббий кўриқдан ўтиб, керакли муолажаларни олишлари жоиз. Йод ва темир



га яна бир бор амин бўлади киши.

Саломатлик — туман бойлик, дейди доно халқимиз. Ана шу бойликни йўқотмаслик учун ҳар бир инсон, аввало, соғлом турмуш тарзига риоя қилиши зарур. Ҳўш, доимо соғ юрай, деган инсон нималарга амал қилиши керак? Бу ҳақда Кўнғирот тумани тўғруқ мажмуаси бошлиғи Гулбахор Сапарбаева маслаҳатларига кулоқ тўтинг.

— Соғлом турмуш тарзини шакллантиришда бир неча тамойил мавжуд. Шахсий гигиена қоидаларига риоя қилиш, тўғри овқатланиш, жисмоний тарбия билан шуғулланиш ва зарарли одатлардан холи бўлиш саломатлигимиз гарови ҳисобланади. Яқин қариндошлар ўртасида ва эрта никоҳларнинг наслга салбий таъси-

моддаларининг танқислиги ҳозирги кунда долзарб муаммо бўлиб, бу борада давлатимиз томонидан ҳам қатор тадбирлар ҳаётга татбиқ қилинмоқда. Хусусан, ҚВПлар ташкил этилиб, уларда она ва бола соғлигини назорат қилиш, ҳомиладор аёлларни тиббий кўриқдан ўтказиб туриш, уларни бепул витаминлар билан таъминлаш каби ишлар амалга ошириляпти.

Бирор аъзомизда озгина оғриқ ё санчик турса, дунё кўзимизга қоронғу кўринади. Шунда соғлиқнинг нақадар ширин неъмат эканлигини англаб етамиз. Аммо унда, барибир, кеч бўлади, оғриқ азоби жонимизни ўртади. Жонингиз оғриб, оромингиз бузилмасидан аввал соғлом турмуш тарзига риоя қилиб, хасталикни ўзингиздан узоқлаштиришга ҳаракат қилинг. Шунда кўнглингиздаги ҳаловат йўқолмайди.

Юртимиз ёшларига давлат таълим стандартларига мувофиқ ўрта махсус таълим бериш ва уларнинг касбга йўналтирилган таълим олишларини таъминлаш мақсадида мамлакатимизда самарали ишлар амалга оширилиб келинмоқда. Бу борада, айниқса, касб-ҳунар коллежларининг моддий техника базасини ривожлантириш ва маблағ билан таъминлашга қаратилган тадбирлар эътиборга моли.

— Илм масканимизда талабалар-

Қорақалпоқ томонларда

нинг билим олишлари учун барча шароитлар муҳайё қилинган, — дейди Кўнғирот тиббиёт коллежи директори вазифасини вақтинча бажарувчи Гулжамол Садуақасова. — Умумтаълим ва махсус фанлардан дарс ўтиш учун замонавий техник



кўрсатма куроллари, асбоб-ускуналар, лаборатория жиҳозлари ҳамда дарс жараёнида керак бўладиган барча асбобларимиз мавжуд. Шунингдек, коллежимизнинг ўқув биноси ҳам ҳукуматимиз ташаббуси билан 2007

йилда махсус лойиҳа асосида янгитдан қурилган. Ундан 165 ўринли фанлар зали ҳамда ёпиқ теннис корти жой олган. Айни пайтда коллежимизда икки йўналишда «Ҳамширалик иши» ва «Даволаш иши» мутахассисликлари бўйича кадрлар тайёрланмоқда. Уларга олтинча яқин малакали ўқитувчилар таълим бериб келинмоқда.

Коллежда амалга оширилган диққатга сазовор ишлардан яна бири 2012-2013 ўқув йилида талабалар ихтиёрига 100 ўринга мўлжалланган турар жой фойдаланишга топширилди. Шуни ҳам таъкидлаб ўтиш лозимки, жорий йилда коллеж-корхона ва 252 нафар битирувчи ўртасида уч томонлама шартномалар тузилиб, уларни ишга жойлаштириш масаласига жиддий эътибор қаратилди. Ҳозирга қадар мазкур коллежни тугатган 61 нафар битирувчи ишга жойлаштирилди.

Талабаларнинг маънавий дунёқарашини шакллантириш, уларни Ватанга, халқига фидокор, мустақил фикрлайдиган, юртимизнинг эртанги қуни ва истиқболи учун фидойий инсонлар қилиб тарбиялаш борасида давлатимиз томонидан ана шундай кенг имкониятлар яратилаётир. Фарзандлар баркамоллиги — юрт ободлиги ва оилаларимиз фаровонлигининг асоси эканлигини унутмаган ҳолда, бу йилда хизматга бел боғлаган Гулжамол Садуақасова каби фидойий устозларга қуч-қувват ёр бўлишини талаб қоламиз.

Авезжон БЕКМУРОВА,
«Оила ва жамият» муҳбири.
Қорақалпоғистон Республикаси.



тадбиркорларнинг ҳисоб варақаларини юритиб, банкрот корхоналарни аниқлаймиз ва улар ҳақида ҳўжалик суди ва прокуратурага маълумот берамиз.

РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА • РЕКЛАМА

«ЎКТАМХОН-НУР» ўқув маркази

қуйидаги ўқув курсларига тақлиф этади:

Тикувчилик — 3 ой.
Тўй ва оқшом либослари — 1-2 ой.
Аёллар костюм-шиши, плаш-пальто — 1-2 ой.
Ҳамшира — 6 ой. 4 ойи ўқиш, 2 ойи амалиёт.
Ҳамшира (тезкор) — 3-4 ой (амалиёти билан).
Тиббий массаж — 3 ой.
Торт ва пишириқлар — 2 ой.
Олий торт безатиш курси — 1 ой.
Уйғур, Европа таом ва салатлари — 2 ой.
Жаҳон таомлари — 2 ой.
Аёллар сартарошлиғи — 3 ой.
Тўй ва оқшом турмаклари ва мажия — 1 ой.
Бухгалтерия ҳисоби — 3 ой.
Элита парда ва чойшаблар тикиш — 1 ой.

Элита парда ва чойшаблар тикиш олий курси — 1 ой.
Бичиш-тиқиш, моделлаштириш ва малака ошириш — 1 ой.
Сартарошлик — 2-3 ой (ўғил болалар учун).
Тирноқ, киприк ўстириш ва дипелляция — 1 ой.
Каштачилик — 3 ой (машинкада вышивка). Тўқувчилик — 3 ой.
Инглиз тили — 3 ой, рус тили — 3 ой, турк тили — 3 ой, корейс тили — 3 ой.
Бисер, яъни мунчоқ тикиш — 2 ой.
Декоратив гул ясаш — 1 ой. Сарпо қути ва саватлар ясаш — 1 ой.
Бисердан гуллар, дарахтлар ясаш — 2 ой.
Карвинг (мева ва сабзавотлардан композиция ясаш) — 3 ой.
Компьютер сабоқлари — 2 ой, Интернет — 1 ой.

Барчаси амалиёти билан. Ётоқхона мавжуд.
Ўқишни тугатганларга ДИПЛОМ берилади.

МАНЗИЛ: Юнусобод тумани 3-мавзе 1-уй 31-хона.

МЎЛЖАЛ: Юнусобод деҳқон бозори бош тарафи орқасида.

Тел: (8 371) 221-17-95, 221-77-72, +99894 678-50-30 225-97-93 (18⁰⁰ дан 22⁰⁰ гача).

ФИЛИАЛ МАНЗИЛИ: Ҳамза тумани Фарғона йули кўчаси 4-уй 40-хона. МЎЛЖАЛ: Кўлик кийим бозори рўпарасида. ТЕЛ: (8371) 295-97-82, +99894 678-50-30 (хундузи)

ҲИҚМАТЛАР

Исён ҳар доим қуввоқ, ҳуш-чақчақ бўлиши ва бахтисёр яшамогни лозим.

Абу Наср ФОРОБИЙ

Ўн йил оч юрсанг ҳам ялм ё ҳунар язлаш йўлидан қола.

Абузанифа Имоми АЪЗАМ

ЭЪЛОН!

«Modern CD» қўшма корхонаси Тошкент шаҳар судининг қарорига асосан тугатилаётганлиги сабабига корхонанинг таъсис ҳужжатлари, давлат рўйхатидан ўтганлиги ҳақидаги гувоҳнома, думалоқ муҳр ва бурчак штамп бекор қилинади.

ПУЛЛИК ДИЙДОРЛАШУВ

Меҳнат таътили бошланганига ҳафта ўтган бўлса-да, ҳордиқ чиқаришга фурсат йўқ. Маҳбубанинг рўзгор юмушлари, ишдаги югур-югурлари қаторига яна бир ташвиш — «гап» ҳам қўшилди. Тадбирини одатга кўра, тўкин ва файзли дастурхон атрофида ўтказиш учун бозорма-бозор юриб, ҳамёни бўшатишга тўғри келди. Ширинликлар, пештахталарда ялтиллаб кўзни оладиған сархил мевалару турли ноз-неъматларнинг энг сараларидан харид қилди. Анчадан буён болаларни таътилда Бухорога зиёратга олиб боришни ният қилаётган турмуш ўртоғи қутилмаган бу «гап»ни унча хушламади.

— Шу бош оғриқни бир йилда бир марта келади-ган дам олинингга тўғрилашинг, устига-устак, уйда ўтказишинг шартмиди? Ортиқча ташвиш қилгандан кўра, дугоналарингни уйимиз ёнидаги ресторанга чақирсанг ҳам бўларди-ку, — дея эътироз билдирди.

— Қизиқмисиз, дадаси, агар билсангиз, бу бошоғриқ эмас, пуллик дийдорлашув. Дугоналаримни ресторанга чақирсам, янги тиктирган пардаларимни, миллион сўмлик телевизоримизни қачон кўришарди? — деб жавоб қилди Маҳбуба ҳам бўш келмай. «Гап» бўладиган кун эса тонг саҳардан қўли қўлига тегмай пишир-куйдир, дастурхон тузаш ва уйни йиғиштиришга овора бўлиб қизини ўқишга, ўғлини боғчага кузатишни ҳам унутиб қўйди. Болалари ўзи билганича кийиниб чиқиб кетишди.

Дунёдаги беқиёс таъмлар ва иштаҳа очар ҳидлар ошуфта бўлган дастурхонга «гап» бошилар ўзгача кўрк бағишлади. Синувчан нигоҳлар жам бўлган даврада аёлларга хос ажиб бир гурунғ бошланиб кетди. Бозорлардаги нарх-навою, урфга кирган янги кийимлар, таниш-билишлар орасидаги энг сўнгги янгиликлар, умуман, шаҳарнинг у четидан-бу четига қадар сўзга илинадиган барча нарсалар тўғрисидаги сўхбат авжга етганда телефон жиринглаб қолди. Қизининг ўқитувчиси эътиборсизлик ёки дангасалик туфайлими, қизи уй вазифаларини тайёрламай келгани, дарсларни ўзлаштириши сусайиб, бугун эса кийимлари, сочлари бир аҳволда мактабга борганини айтиб, таъбини хира қилди.

Дастурхоннинг шашти бироз пасайгач, «гап»нинг муҳим палласи — рақс тушишга навбат етди. Куй-қўшиқ авжга чиқди. Дугоналар бир-бирдан қолишмасликка интилиб, минг хил муқомлар билан ўйнаётган паллада эса маҳалла маслаҳатчиси ва побони фаоллар ҳамроҳлигида

кириб келишди.

Маълум бўлишича, пастки қаватда яшовчи, табиати тажандрок кўшнининг шовқиндан қон



босими кўтарилиб кетган ва маҳаллага арз қилиб чиққанмиш. Қисқа фурсатда, бошқа кўшнilar ҳам — кимдир қизиқиб, кимдир ачиниб томошага йиғилди. Дугоналарнинг гапи оғзида, егани томоғида, рақс завқи кўнглида қолди. Уятдан қизиганча узун-қисқа бўлиб секин тарқалишди...

Дийдор — кадрдонлик ва қариндошлик ришталарининг асоси. Бугун эса унинг янги кўриниши, қаҳрамонимиз таъбири билан айтганда, пуллик дийдорлашув — «гап» аёлларимиз орасида оммалашиб улгурди. «Гап»нинг асосий мақсади маълум миқдордаги суммани келишилган ҳолда, қайсидир пайтда гуруҳ аъзоларидан бирига йиғиб бериш ва баҳонада қақчақлашиб олиш. Ахир кўнгилга яқин инсонлар сўхбатидан бир пиёла чой устида баҳраманд бўлишга нима етсин. Бироқ ана шу ҳордиқ ниқоби остида баъзи иллатлар урчиқмоқдаки, ҳар биримизни чуқур мушоҳадага чорлайди.

**Шарофат ОБИДОВА,
Ғиждувон туман ҳокими ўринбосари, хотин-қизлар кўмитаси раиси:**

— Бир куни узоқ йиллар кўришмаган синфдош дугонам билан тасодифан учрашиб қолдик ва шу атрофдаги тамаддиҳонада сўхбатлашишга чоғландик. У ерда кўнгилни ғаш қиладиган манзаранинг гувоҳи бўлдик. Умумий овқатланиш залида баланд овозда бир гапириб, ўн куладиган, катта давра қуриб ўтирган аёллар ҳаммининг диққатини тортарди. Ўзини тутишидан бу аёллар яшаш маънисини даромад ва буромадда кўришлари сезилиб турарди. Мижозларга хизмат кўрсатувчи ходим уларни тамаддиҳонанинг ҳар ойда «гап» ўтказадиган доимий мижозлари, дея фахр билан бизга таништирди. Уларнинг алмойи-алжойи рақслари, андишасиз қийқириқлари ва гап-сўзларини кўриб, назокат ва

Бугуннинг гапи

хаё пардаси кўтарилган бу аёллардан хафа бўлиб кетдик.

Аёл нафақат оиланинг, балки жамиятнинг ҳам устундир. У аллаб, тарбия қилаётган бугуннинг боласи — эртанги кун эгаси. Бўш вақтида фарзанди билан сўхбатлашиб, уни ҳайвонот ёки истироҳат боғи, муқаддас қадам-жоларга олиб бориш ўрнига, «гап-гаштак»ка ошиқайтган она ўз илдизига болта урган шахсдан кам эмас. Кимўзарга ортиқча дабдаба ва исрофгарчилик билан ўтказилаётган тўйлар ўрнини бугун гап-гаштаклар эгаллаётгани жамиятимиздаги оғриқларимиздан биридир. Оилада юзага келаётган турли моддий ва маънавий емирилишлар, оилавий низоларга кўп ҳолларда ана шундай бўлар-бўлмас ўтиришлар сабаб бўлмоқда. Шунинг учун жойларда маҳалла фаоллари билан ҳамкорликда аёлларимиз ўртасида очик мулоқотлар ва амалий тадбирларни кўпроқ ўтказишимиз, инсон қадрини ҳар қандай бойликдан-да юксакроқ туришини қайта-қайта тақрорлашимиз керак. Зеро, «гап» учун сарфланаётган маблағ ва вақтни бошқа савоб ишларга йўналтириш имкони ўз қўлимизда-ку!

**Мунира ХАЙРИДИНОВА,
журналист:**

— Меҳр пулда эмас, кўзда, дейдилар. Манфаатлар йўлида болганган ришта эса мўрт бўлади. Телевидениеда намойиш этилаётган турли кўнгилочар дастурлар ва бугунги киносаоат махсулотлари «гап»ни маълум маънода реклама қилиб, оммалашшига замин яратяпти. Инсон эшитганидан кўра кўраётган нарсаларига кўпроқ ишонади. Айрим кинофильмларда намойиш этилаётган ялтироқ ҳаёт тарзи, ёшларни енгил-елли, куним ўтса бўлди, қабилида яшашга ўргатиб қўймоқда.

Она бўш вақтида дугоналари билан қақчақлашиб, «гап» ўйнашдан, ота эса чойхонама-чойхона юриб ош ейишдан ортмаса, вояга етаётган фарзандлар камоли, оиладаги маънавий муҳит ағбор ҳолга келиши, табиий.

Азиз муштарий, ғарб маданиятининг асосини эгоизм, эътибор қилинг, «ўзлик» эмас, «менлик» гоёси ташкил қилади. Энг ёмони, «оммавий маданият» ниқоби остида тобора кенгайиб бораётган маънавий эврилишларнинг туб моҳиятида ҳам ана шу «менлик» устувор. «Гап» эса тўкин дастурхону чиройли давра сифатида жилоланиб, бизни ҳаммаша ўзига чорлайди. «Ўзим учун ҳам яшаб қолай», деб оиламиздан, гулдек фарзандларимиздан қизганган вақтимизни увол қилмаяпмизми?.. Миллатимиз аёллари бахтни фарзандлари учун яшашда, уларнинг фазлу камолини кўриб, эл-юрт қорига камарбаста этиб тарбиялашда, деб билмаганми?

Ана шу муқаддас кадриятаримизни бугун бемаънигарчиликка айлиниб бораётган «гап»лар туфайли оёқ ости қилмаслигимиз керак. Зеро, аёл ўзлигини рестороруна кафеларда, меҳмондорчиликларда тўпланаётган «гап»чилар даврасидан эмас, фарзандларининг бахту камолидан топишини унутмасга бўлган...

**Маърифат АБДУҲАМИДОВА,
«Оила ва жамият» муҳбири,
Бухоро вилояти.**

Бу қизиқ!

СУТ — САРАТОННИНГ АШАДДИЙ ДУШМАНИ

Хитойли олимларнинг маълум қилишларича, сигир сути таркибидаги пептид моддаси ошқозон саратони тўқималарини аёвсиз ўлдиришда қўл келаркан. Бу модда касалликни даволашда фаол қўлланиши мумкин. Ваҳоланки, ошқозон саратони туфайли дунё бўйича йилга 800 мингдан зиёд бемор вафот этмоқда.

Сут — кони фойда, дея эътироф этмоқда олимлар. Айниқса, кечқурун соғлом одам ҳам бир стакан сут ичишни қанда қилмаса, нафақат ошқозон саратони, балки яна кўплаб хавфли касалликларнинг олди олиниши аҳтимолдан холи эмас.



ҲОМИЛАДОР АЁЛ СПОРТ БИЛАН ШУҒУЛЛАНСИН!

Ҳомиладорлик вақтида спорт билан шуғулланиш бола миясининг ривожланишига ёрдам берар экан. Авваллари шифокорлар ҳомиладор аёлга ҳаёт тарзини бир маромда олиб боришни маслаҳат беришарди. Аммо яқинда канадалик олимлар спортчи оналардан туғилган болаларнинг мияси тез ривожланиши ва уларнинг янада пишиқроқ бўлишини аниқлашди. Уларнинг айтишича, бу натижа онанинг спорт билан шуғулланиши мобайнида етарли даражада кислород қабул қилгани билан боғлиқ.

КЎРИЧАККА ИФЛОСЛАНГАН ҲАВО САБАБЧИ

Мутахассислар кўричак ташхиси билан касалхонага ётқизилган 35 минг беморни ўрганиб чиқишди. Маълум бўлдики, шифохонага ётган беморларнинг деярли барчаси меъърдан ортиқ даражада ифлосланган атмосферадан нафас олишган. Олимларнинг таҳмин қилишларича, ифлосланган ҳаво ичаклар флораси таркибини ўзгартириб, яллиғланиш жараёнини кучайтиради ва бунинг оқибатида кўричак хасталиғи юзага келади. Ундан сақланиш учун эса кўпроқ тоза ҳаводан нафас олишни маслаҳат беришмоқда.

ҚУЛАЙ, АММО ЗАРАРЛИ...

Ҳозирда қайси ошхона ёки кафега кириб, бирор яхна ичимлик буюртма берсангиз, албатта, сизга суяқлик ичишга мўлжалланган махсус найча ҳам келтиришади. Ичимликни кўтариб ичишдан кўра, уни найча орқали ичиш қулай, албатта. Аммо тиниб-тинчимас олимларнинг хабар беришича, найчалар инсоннинг юз тузилишига салбий таъсир қўришар экан.



Калифорниялик олимлар суяқлик ичишга мўлжалланган найчалар киши юзидаги, айниқса, лаблари атрофидаги терини ёмонлаштириб, эрта ажин тушишига олиб келади, деган хулосага келишди. Бундай найчалар ўрнига олимлар узун ва ингичка бўйинли стакан ёки кружкалардан фойдаланишни тавсия қилишмоқда.

СЕВИШ УЧУН 45 СОНИЯ ЕТАРЛИ

Британиялик олимларнинг изох беришларича, эркакларда бир қарашдаёқ муҳаббат уйғонмайди. Бунинг учун уларга тахминан 45 секунд керак бўлар экан. Шу қисқа вақт мобайнида эркак қаршидаги аёлнинг бир қанча жиҳатларига эътибор қаратишга улгурди: кийими, соч турмаги, кўзининг ранги ва қўлларига... Шунингдек, аёл ўзининг мимикаси ва имо-ишоралари билан ҳам эркаклар эътиборини қозониши мумкин экан.

Интернет маълумотлари асосида
ЗАРИНА Тайёрлади.



ХОЛЛАР — ГЎЗАЛЛИК

Шарқ шеърятда қизлар юзидаги хол асл гўзаллик белгиси сифатида тасвирланиб, унга кўплаб сатрлар бағишланган. Бу ҳақда гап кетса, албатта, Ҳофиз Шерозийнинг "Агар кўнглимни ром этса, ўшал Шероз жонни, Қаро холига бахш этгум Самарқанду Бухорони" каби машҳур мисралари ёдга тушади. Таникли ўзбек рассоми Чингиз Ахмаров ҳам ўзининг "Етти гўзал" ини тасвирлаганда юзларга хол чизишга алоҳида эътибор қаратган ва бу билан кизнинг гўзаллигини кўрсатибгина қолмай, унга ўзига хос сирлилик бағишлаган.

Фарбада ҳам қиз юзидаги хол зинҳор эътиборсиз қолмаган, аммо турли даврларда унга бўлган муносабат ҳар хил бўлган. Масалан, ўрта асрларда юздаги холларга «шайтон тамғаси» сифатида қарашлар бўлиб, бундай одамни «жодугар» деб эълон қилиб гул-



ҳанда ёқиб юборишлари мумкин эди. Кейинчалик француз кироллари ҳукмронлиги даврида хол «мода белгиси»га айланган бўлган ва саройда юзда табиий холи бўлмаганлар уни чизиб олишни ҳам қанда қилишмасди.

Бугунги кунга келиб, холга эътибор анча сусайди. Тиббиёт холга нисбатан бетараф қарашга эга бўлса-да, аммо кўпчилик ҳали ҳам кимнинг холи кўп бўлса, у, албатта, бахтли бўлади, деган нақлга ишонади. Улар холга қараб ўз келажакларини кўришга ёки бошқаларнинг фазилатларини аниқлашга интилишади. Бунда холнинг шакли ва рангига алоҳида эътибор бериллади. Хуллас, бадандаги хол хатар манбаидир, деган гап ҳақиқатдан анча йироқ.



Ҳиндларда "Шива кўзи" номи билан машҳур бўлган хол, энг яхши хол ҳисобланади. Бу хол эгаси ўта сөзгир, доно, билимга чанқоқ бўлади. Шунинг учун бўлса керак, ҳинд қизлари доимо ушбу холини ўзи учун муқаддас деб билишади.

Наргиза СИДДИКОВА
тайёрлади.

МУҲАББАТ ВА НАФРАТ

Саида билан Қорақалпоғистонга хизмат сафарига кетаётиб, самолётда танишганмиз. Унга меҳрим тушиб, сафардан қайтгач, совчи юбордим. Ота-онанинг розилиги билан тўйимиз бўлиб ўтди. Ўзимиз истагандек, осуда ҳаёт кечира бошладик. Шаҳар марказидан икки хонали уй сотиб олдик. Инсон бошига қандай хавф-хатар тушишини олдиндан билолмас экан. Ишдан қайтаётиб, тўсатдан бошим айланиб, йиқилдим. Шифокорлар инсулт ташхисини қўйишди. Биринчи гуруҳ ногирони бўлиб қолдим. Ўнг қўлим ва оёғимни яхши бошқара олмай ётиб қолдим. Саида ишга кетишдан олдин ёнимга егуликларни қўйиб кетар, у қайтганича деразага термилиб ўтирдим. Ҳаётимда умидсиз кунлар бошланди. Шифокорлар айтган дори-ларни сотиб олишга, мени алоҳида парвариш қилишга Саиданинг қурби етмасди. У асабийлашадиган, аламини ўғлимдан оладиган бўлиб қолди. Жажжи Шерзоджонни калтаклаганида чидаб туролмасдим. Аммо қўлимдан ҳеч нарса келмасди. Бир куни ўғлимни уйга боғча тарбиячиси ташлаб кетди. Саида эса эртасига эрталаб уйга кириб келди. Унинг хиёнат йўлига кирганини сезгач, аҳволим янада оғирлашди. Бундан хабар топган опам Саидани уйдан ҳайдаб юборди ва мени ўз уйига олиб кетди. Жиянларим кўнглимни ўқситмай парвариш қилишди. Ҳар олти ойда шифохонага ётқизиб даволатишди. Сепкин-аста дардим энгиллашиб, юриданган бўлдим. Ҳозир иккинчи гуруҳ ногирони нафақасини олаялман. Опам тўнгич ўғлини уйлантириш тарафдориди юрибди. Улардан жуда миннатдорман. Энди ўз уйимга қўчиб ўтсам бўлади. **40 ёшдаман.** Ўзим каби кўнгли ярим инсон бўлса, уйланоқчиман.

БОТИР,
Тошкент вилояти.

ИЧКУЁВ БЎЛСИН ЭМИШ...

"Турмуш ўртоғим оламдан ўтганига беш йил бўлди. Ёшим 60 да. Икки ўғлим алоҳида уйда яшайди. Ҳолимдан тез-тез хабар олиб туришса-да, барибир, ҳовлида ўзимни ёлғиз ҳис қиламан. Тақдири ўзимга ўхшаб ёлғиз аёл бўлса,



Бахтли бўлинг

ҳаётим-га мазмун кирармиди..." дея таҳририятга мактуб йўллаган Қосим отага фарғоналик бир аёлнинг телефон рақамини бердик.

Орадан икки ҳафта ўтгач, Қосим отанинг ўғли Шавкат таҳририятга кўнғироқ қилиб, отасини уйлантиришса, уй-жойдан қуруқ қолишларини, аксинча, ўзини ичкуёв қилиб юбориш ниятида эканликларини билдирди. Кексайган чоғида ўз фарзандлари бағрига сиймай қолган отани бегоналар қандай қабул қиларкан? Наҳотки фарзандлар учун отанинг тақдирдан кўра уй-жой муҳимроқ бўлса?

КЕЛИНИМНИ ЎЗИМ УЗАТМОҚЧИМАН

Келиним Шахлохон билан ўғлим Самандар узукка кўз қўйгандек бир-бирларига мос эди. Ўғлим бирор марта кўнғлимга оғир ботадиган иш қилмади. Афсус, тақдир уни бизга кўп

кўрди. Тўсатдан гепатитнинг оғир турига йўлиқиб, оламдан ўтди. Келиним бечора тўққиз ойлик ҳомиласи билан бева қолди. Қизчасига Ёдгорой деб исм қўйдик. Ҳозир у етти ёшга тўлди. Шахлохонни бошқа турмуш қуришга ота-онаси ҳам кўндира олмади. У бир умр ўғлимга содиқ бўлиб яшашни ният қилган эди. Мендан кейин келиним ва неварамга гапхўрлик қиладиган, уларнинг бошини силайдиган одам йўқ. Шу боис келинимни ўзим турмушга узатмоқчиман.

Ёши 33 да. Касби ҳамшира. Мулоим, ҳеч кимнинг кўнглига озор бермайдиган аёл. 40 ёшгача бўлган уй-жойи, иши тайин, иймонли эркак бўлса, бизга хабар берсангиз.

РОБИЯ ая,
Жиззах вилояти.

КЕЧИКМАГАН РАҲМАТ

2012 йил октябрь ойида хужжатларимни тўғрилаб, таҳририятга почта орқали юборгандим. Беш-олти ой ҳеч қандай жавоб бўлмагач, турмушга чиқшдан умидимни уздим. Аммо 2013 йилнинг май ойида хат ташувчи уйимизга мактуб ташлаб кетди. Сирдарёлик Маъмур исми йигит ўзи ҳақидаги маълумот, хужжатларидан нухса ҳамда бир дон суратини юборибди. Манзил бўйича жавоб хати йўлладим. Маъмур ака Самарқандга келиб, мен билан учрашиб кетди. Шундан сўнг тўй ҳам тезлашди. Қутилмаган бахтдан бошим айланиб, таҳририятга хабар юборишни ҳам унутибман. Кеч бўлса-да, ўзим жамғариб юрган маблагдан "Оила ва жамият"га 2014 йил учун обуна бўлдим. Таҳририят ходимларига самимий миннатдорчилик билдираман.

ШИРМОНОЙ,
Самарқанд вилояти.

ЗИФИР

Табиат — дорихона

Барглари ўткир учли, поя ва шохларида кетма-кет ўрнашган ҳолда етиладиган зиғир ўсимлиги турли доривор ўсимликлар сингари фойдага бойдир. Унинг уруғи таркибиде шиллик модда, ёғ, оқил ва бошқа бирикмалар мавжуд.

Зиғир уруғидан тайёрланган қайнатма меъда (гастрит, ич кетиш, меъда яраси), ангина, йўтал, ўпка сили (қайнатмасини сут билан қўшиб) ва буйрак касалликларида ичишга буюрилади. Эзилган уруғини шишлар ва чипқонга қўйилса, яхши фойда беради.

Ковурилган зиғир уруғини Абу Али ибн Сино ич кетиши ва бошқа меъда касалликларига, йўталга тавсия этган. Эзилган уруғини эса шиш ва чипқонга қарши қўллаган. Бачадон ва йўғон ичкада шиш бўлганда ҳамда буйрак ва қовуқ касалликларида зиғир уруғидан қайнатма тайёрлаб, ванна қилиш самарали фойда беришини Ибн Сино ўз қўлланмаларида келтириб ўтган.

Зиғирдан қайнатма тайёрлаш учун озги ёпиладиган идишга бир ярим стакан сув қуйиб, устига 2 чой қошиқ майдаланган уруғ солинади ва бироз қайнатилади-да, 10 дақиқа тиндириб қўйилади. Сўнгра шишага солиб, 5 дақиқа чайқатилади ва докада сузилади. Қайнатма иччи юмшатовчи дори ўрнида наҳорга ярим стакандан ичилади.

Икки қават докадан тикилган халтачага майдаланган зиғир уруғидан солиб, қайноқ сувга ботириб олинади ва иссиқлигича тананинг оғриган жойига қўйилади.

Зиғир гуллаган пайтда ер устки қисмидан маълум микдорда териб олиниб, шунча микдорда меваси ҳамда илдиридан қўйилади. Асал билан аралаштириб, малҳам тайёрланади. Ушбу малҳам темирлатки ва бошқа тери касалликларини даволашда қўлланилади.

Латофат САЪДУЛЛАЕВА тайёрлади.



Фойдали МАСЛАҲАТЛАР

Сут сақланадиган идишда ноҳуш хид пайдо бўлмасин десангиз, уни тез-тез истеъмол содаси солинган сув билан ювиб, иссиқ сувга чайиб туринг. Бунинг учун бир литр иссиқ сувга бир ош қошиқ ичимлик содаси керак бўлади.

Балиқ, саримсоқ пиёз, шўрланган қарам каби маҳсулотлар сақланган идишларда бадбўй хид ўрнашиб қолса, сирка солинган иссиқ сув билан ювиш лозим.

Агар атирингиз пуркагичли бўлса, аввал уни ҳавога, кейин ўзингизга сепинг. Шунда унинг ифори тана бўйлаб тақсимланади.

Унутманг, паркетли полни иссиқ сувда ювиш мумкин эмас!

Дераза ромларини бўйшдан олдин унинг бўёқ тегиши мумкин бўлган жойларига сирка суртиб чиксангиз, ишингиз кўнғилдагидек кечад.

Организмда Д витамини қанча кам бўлса, ёғ захираси шунча кўпаяди. Бу эса семиришга олиб келади.

Бир марта ишлатишга мўлжалланган пластмаска идишларда спиртли ичимликлар, чой, қаҳва ҳамда овқат емаган маъқул.

Гулноза БОБОЕВА
тайёрлади.

БЕТГАЧОПАР – КИМГА ЁҚАР?

Эзгу фазилатлар одамзодни эл орасида азия қилиб, қадр-қиммати ошириш, салбийлари аксинча қадрсизлантиради. Зеро, самимий, камтар, хокисор ва мард одамларни хурмат қиламиз, пасткаш, разил, иккиюзламачи, мунофиқ ва бетгачопарлардан эса иложи борича ўзимизни олиб қочамиз.

Бир кўшимиз бор. Оила бошлиғи, яъни эри катта бир ташкилотда мансабдор шахс. Аёли эса икки қиз ва бир ўглини тарбиялаб уйда ўтиради. Кунни кеча ҳовлида кўшни аёллар билан гаплашиб ўтирганимизда 8-синфда ўқийдиган қизи югуриб келди-да, ён-атрофдаги кекса онахонларга ҳам салом бермай, ойисига алланималар ҳақида сўзлай кетди.

— Ойижон, биласизми, бугун нима бўлди? Математикадан кирадиган анави шоптолиқоқи ўқитувчимиз бор-у, ўша манга ташавотти... Шунча синфдошларим олдида изза қилмоқчи бўлганди, манам ҳақимни қолдирмадим. Гапига яраша гап топиб бердим. Нимаймиш, телефонда гаплашиб ўтирганим учун дарсдан чиқиб кетармишман. Вой, индамасдан чиқиб кетадиган аҳмоқимдим?.. “Ҳеч қаёққа чиқмайман! Телефонда ойижоним билан гаплашаётувдим. Нима, энди ойим билан гаплашганимни таққиллаб қўймоқчимисиз?..” дедим. Хуллас, у деса, бу дедим, бу деса у... Сўнг орқасидан ўзига сездирмайгина мазох ҳам қилиб қўйдим. Вой, синфдошларим бирам қорнини ушлаб қулишдики... Қарасам, шоптолиқоқнинг башараси қизариб кетибди. Жаҳли чиқса, баттарам хунуқлашаркан, кўриб кўриб кетдим...



— Маладес, қизим, онасининг қизи-да бу! Ҳали мажлисга бораё, камига мандан ҳам таъзирини ейди у алвасти. Ким қўйибди унга бировнинг боласини уришишни! Эшитдингизми, қўшни, роса боплабди-я ўқитувчимизни?.. — дея ойиси менга юзланди.

Рости, ўшанда аёлдан бошқача муомала кутгандим. Ахир сўқир қалбларга зиё бағишлаб, ҳаётнинг аччиқ-чучу-

гини англаувчи устозига шундай муносабатда бўлиш инсофданми? Она қизини роса уришиб, танбех берса керак деб ўйлагандим. Таассуфки, бундай бўлмади. Бунақанги тарбия олган боладан келажақда нима кутиш мумкин? Отаси кечани кеча, кундузни кундуз демай, бола-чақам деб елиб-югуриб, фарзандлари тарбиясини аёлига ишониб қўйибди. У-чи, бировнинг хасми бўлиб, беғона уйга борадиган қизини одоб-ахлоқ, босиқлик, катталарга хурмат руҳида тарбиялаш, унга танбех бериш ўрнига бетгачопарлик, одобсизликдан сабоқ бермоқда. Катталарни жеркиб ташлаш ёки улар билан тенгма-тенг гап таллашиш бетгачопарликдан бошқа нарса эмас-ку! Айниқса, қизлар бу



Ойна

иллатдан узокроқ юришлари лозим. Негаки қиз бола вояга етиб, ўзга бир хонадонга келин бўлиб боради. Ушанда у қайнона-қайнота, қайнопа ва қайнсингиллар олдида тилини тиймасе, битта гапдан қолмаса, улар билан келишиб яшаб кетолмайди. Охириқибат яна ота уйига қайтиб келади. Бундан ким азият чекади? Албатта, фарзандига шундай тарбия берган ота-она-да.

Буюк ёзувчи Хемингуэй: “Ўз руҳини бўйсундирган киши шаҳарларни забт этган кишидан ҳам кучлироқдир”, деб ёзади. Дарҳақиқат, босиқлик, ўзини тутта билиш инсоний фазилатлар ичида энг эътирофга сазоворидир. Катталар танбех берганда, хоҳ ўринли, хоҳ ўринсиз бўлсин, бетгачопарлик қилмаслик, уларни жеркиб ташлашга шовилмаслик, босиқлик йўлини тутиш ҳар биримизни гўзал инсоний фазилатлар сари етаклайди.

Ҳаётда ҳар бир нарса-ҳодиса ўзига яраша қонуниятлар асосида рўй беради. Ҳозир ярқираб турган пойабзалимиз бир неча соатдан сўнг хира тортиб қолиши турган гап. Сабаби, унинг сиртига чанг-губорлар кўнади. Уни артиб тозаласак, яна аввалги ҳолатига қайтади. Инсон феъли, табиатидаги қусурлар ҳам худди пойабзалдаги чанг мисол қалбга ёпишади. Жиззакилик, бетгачопарлик, шартакилик ҳам қалбни кир қилувчи иллатлардан ҳисобланади. Шундай экан, фарзандларимиз дилини инсоний фазилатлар билан безаган ҳолда уларга нима яхшию нима ёмон эканлигини ёшлиқларидан англатиб, қомил инсон этиб тарбиялашга ҳаракат қилайлик.

Зарина РАҲМОНОВА.



СПОРТ... СПОРТ... СПОРТ...

АФСОНаВИЙ ЖАНГ

Боксинг ўта оғир вазндаги WBC, WBA, IBF ва WBF йўналиши бўйича собиқ жаҳон чемпиони Эвандер Холифилд азалий рақиб Майк Тайсон билан жанг ўтказишга розилигини



билдирди. Бу тадбирни россиялик таниқли промоутер Андрей Рябинский ташкил қилиши айтилмоқда.

Агар иккала томоннинг розилиги олинса, жанг келаси йилнинг баҳорида бўлиб ўтиши мумкин.

ЭНГ БОЙ ФУТБОЛЧИЛАР

Европалик футбол журналистлари энг кўп даромад қиладиган футболчилар рўйхатини маълум қилишди. Унга кўра, 1 ўринни дунёнинг энг кучли футболчиси дея тан олинган Криштиан Ро- эгаллаб турибди. "Реал Мадрид" футбол- нинг бир йил- лик даро- мади 21 миллион



еврони ташкил этади. 2. Лионель Месси. "Барселона" – 16 млн. 3. Златан Ибрагимович. "ПСЖ" – 15 млн. 4. Радамель Фалькао. "Монако" – 14 млн. 5. Тиаго Сильва. "ПСЖ" – 12 млн. 6. Уэйн Руни. "Манчестер Юнайтед" – 11,5 млн. 7. Давид Вилья. "Атлетико" – 11 млн. 8. Эдинсон Кавани. "ПСЖ" – 10 млн. евро.

РАФАЭЛЬ НАДАЛ ЯНА ПЕШҚАДАМ

АТРнинг янги рейтинги эълон қилинди. Кучли ўнликни испаниялик теннис юлдази Рафаэль Надал 13030 очко билан бошқариб турибди.

2. Новак Жокевич	12260
3. Давид Феррер	5800
4. Энди Маррей	5790
5. Хуан дель Потро	5255
6. Роджер Федерер	4205
7. Томаш Бердых	4180
8. Станислас Вавринка	3730
9. Ричард Гаске	3300
10. Жо-Вилфрид Цонг	3065

Интернет манбалари асосида
И. ЖУМАНОВ тайёрлади.

ТАДБИРКОРЛИК — БАРҚАРОРЛИК ГАРОВИ

Кунни кеча пойтахтимиздаги Миллий матбуот марказида "Тадбиркор аёл" Ўзбекистон ишбилармон аёллар ассоциацияси ташаббуси билан "Хотин-қизларнинг тадбиркорлиги – жамиятда ва оилада ижтимоий барқарорлиқни таъминлаш гаровидир" мавзусида анжуман ўтказилди.

— Ҳозирги кунда ташкилотимиз ўз сафига 12 000 нафардан ортиқ аёлларни бирлаштирган бўлиб, 130 000 дан зиёд иш ўринлари ташкил этилган, — дейди мазкур ассоциация раиси Гулнора Махмудова. — Шунингдек, 14 та вилоят, 78 та туман ва шаҳар бўлимларида хотин – қизларнинг ижтимоий-иқтисодий нуфузини ошириш, оилавий тадбиркорликни ташкил қилиш, самарали фаолият юритишга йўналтирилган лойиҳалар ҳам амалга оширилмоқда.

Барно МИРЗААХМЕДОВА,
"Оила ва жамият" муҳбири.

БОЛА ТОПИБ ОЛИНГАН БЎЛСА...

Турли сабаблар туфайли топиб олинган боланинг туғилганлигини қайд этиш қандай тартибда амалга оширилади?
Ф.Мардонова.

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 1999 йил 12 апрелдаги қарори билан тасдиқланган фуқаролик ҳолати далолатномаларини қайд этиш қоидаларининг 27-бандига асосан, топиб олинган (ташлаб кетилган) боланинг туғилганлигини қайд этиш ички ишлар бўлими, васийлик ва ҳомийлик органлари, бола жойлашган муассаса маъмурияти ёки тибиёт муассасасининг ариза-сига биноан амалга оширилади. Болани топиб олган шахс бу ҳақда 24 соат ичида ушбу тумандаги ички ишлар бўлими ёки васийлик ва ҳомийлик органига хабар бериши керак.

Юқоридаги қоидаларнинг 28-29-бандларига асосан, топиб олинган (ташлаб кетилган) боланинг туғилганлигини қайд этиш ҳақидаги аризага қуйидаги ҳужжатлар илова қилинади:

а) Ички ишлар бўлими ёки васийлик ва ҳомийлик органининг

боланинг топиб олинган вақти, жойи ва топиб олинган пайтдаги ҳолати туғилганлиги да- лолатномаси;

б) тибиий му- нинг топиб олинган ёки таш- лаб кетилган боланинг ёши ва жин- сини тасдиқловчи маълумотнома- си.

Унинг ота-онасининг фамилия- си, исми ва миллати туғилганлиги маълумотлар боланинг туғилиши ҳақидаги далолатнома ёзувида юқорида санаб ўтилган органлар- нинг кўрсатмалари асосида кири- тилади. Бундай ҳолда боланинг ота-онаси сифатида кўрсатилган шахсларнинг фамилияси бир хил- да ёзилади.

Саволга Ургут туман
2-сонли ФХДё бўлими
мудирини Моҳира УМРЗОКОВА
жавоб берди.

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

Тахририятга келган кўлэмалар муаллифларга қайтарилмайди. Реклама материаллари мазмунини 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.

E-mail: oilavajamiyat@sarkor.uz

ISSN 2010-7609



Бosh муҳаррир:
Норқобил ЖАЛИЛОВ

Навбатчи муҳаррир — Ҳамроҳон
МУСУРМОНОВА

Саҳифаловчи — Илҳом ЖУМАНОВ
Мусахҳиҳлар — Саидгани САЙДАЛИМОВ,
Гулноза БОБОЕВА

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

Web-site: oila-va-jamiyat.uz

1 2 3 5