



# Оила Ва

Оила соғлом ва бахтли бўлса, бутун жамият барқарор ва фаровон бўлади.

Ислом КАРИМОВ

15 (1270)-сон 13 апрель 2016 йил

Газета 1991 йил 1 сентябрдан чиқа бошлаган

# Жамият

## ДИРЕКТОР ҲАМ ҲАМРАЗИ

ЗИММАСИГА ҚАНДАЙ  
ВАЗИФАЛАР ЮКЛАТИЛГАН?

4-бетда



Менинг фикримча...

### КҮНГИЛЛАР ДАРДКАШИ



Ойдин Ҳожиёва, Ўзбекистон халқ шоираси:

— “Оила ва жамият” газетаси ilk ташкил топган йиллари ўз йўналишига эга, янги услубдаги биринчи газета эди. İlk вақтлардан оилаларга, инсонлар ҳаётига кириб борди ва ўқувчилар меҳрини қозонди. Уни нафақат аёллар, эркаклар ҳам севиб мутулаа қилишган. Бизда оила сирлари кўпма кўчага олиб чиқилмайди. Лекин газетачи юртдошларимиз ишониб сирларини айтадиган, кўнгилда тўпланиб қолган дардларини бўшатадиган бўлишди. Ёдимда, аёллар навбатга туриб, талашиб газетани харид қилишар эди. Бу эса эл дардини топаётганидан, миллионлаб одамлар учун қизиқarli ва муҳим, долзарб мавзуларни ёритаётганидан далолат беради.

Газета оиладаги ижтимоий ахлоқий муҳитни мусоффолаштиришга хизмат қилди. Оила юртиш санъатидан сабоқ берди. Аксарият мухлислар берилган маслаҳатлар, кўни кўрган инсонларнинг тавсияларига кўра бошига тушган ташвишларга ечим топди.

Айрим напирлардан фарқли равишда саҳифаларда олим ва зиёлилар, моҳир хунарманд ва тадбиркорлар фаолияти кенг ёритилди. Шу билан бирга, танқидий руҳдаги материаллар, таҳлилий мақолалар ҳам ўрин эгаллади. Шу сабаб ҳам минглаб хонадонларга кириб, инсонларнинг дилдош ва сирдош напирга айланди, десак муболага бўлмайди.

У олдига аниқ мақсад қўйиб, мустақкам оилалар ва жамиятда нуфузли ўринга эга бўлган инсонларнинг ибратли ҳаётини олиб чиқаётган напирмига мухлисларнинг сеvimли газетаси бўлиб қолишини тилайман.

## «ТҮМАРИС» — ҲОЛИБ

Президентимиз раҳнамолигида мамлакатимизда хотин-қизлар саломатлигини сақлашга, оилаларда соғлом турмуш тарзини қарор топтиришга алоҳида эътибор қаратилмоқда. Бу борада жисмоний тарбия ва спортнинг муҳим ўрни бор.

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси ташаббуси билан Тошкент темир йўл транспорти касб-хунар коллежида Соғлом она ва бола йили ҳамда “Бутунжаҳон саломатлик куни” муносабати билан аёл-қизлар ўртасида спорт мусобақаси ўтказилди. Байрамона безатилган спорт зали хотин-қизлар кўмиталари, халқ таълими бўлими, тиббиёт бирлашмаси вакиллари, мактаб ва касб-хунар коллежи ўқувчилари, Истиклол маҳалласининг “Саломатлик сектори” аъзолари, оилавий поликлиника мутасаддилари ҳамда ота-оналар билан тавжум бўлди.

(Давоми 8-бетда)

Хотин-қизлар кўмитасида

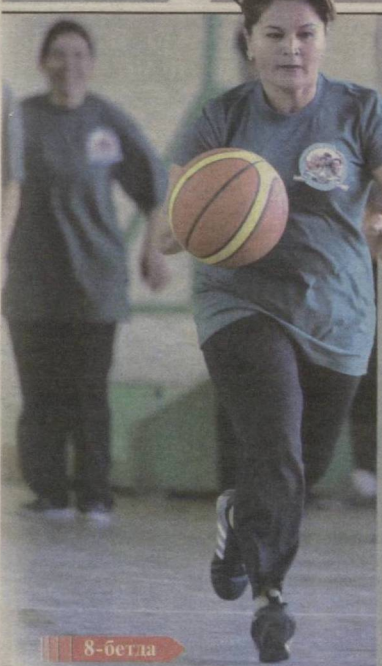
### ТИЗИМЛИ ИШЛАШ — ДАВР ТАЛАБИ

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитасининг навбатдан ташқари VIII Бошқарув йиғилиши бўлиб ўтди. Унда бошқарув кенгаши аъзолари — вазирилик ва идоралар, жамоат ташкилотлари вакиллари, вилоят хотин-қизлар кўмиталари раислари иштирок этди.

Йиғилишда кўмитанинг 2016 йилнинг биринчи чораги давомига олиб борган фаолияти юзасидан ҳисоботи тингланиб, келгусидаги вазифалар белгилаб олинди.

Йиғилишда Ўзбекистон Республикаси Бош вазирининг ўринбосари, Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси раиси Э.Боситхонова сўзга чиқди.

(Давоми 2-бетда)



8-бетда

# ТИЗИМЛИ ИШЛАШ — ДАВР ТАЛАБИ

(Давоми. Боши 1-бетда)

Президентимиз Ислам Каримов раҳнамолигида истиқлолнинг илк кунларидан бошлаб юртимизда оила, оналик ва болаликни ҳимоя қилиш, аёлларнинг ҳуқуқ ва манфаатларини таъминлаш, уларнинг жамиятдаги ўрни ва нуфузини ошириш каби муҳим вазифалар давлат сиёсати даражасига кўтарилди.

Хотин-қизларнинг қобилияти ва салоҳиятини рўйбга чиқариш, уларнинг жамиятимиз ҳаётидаги муносиб иштирокини таъминлаш масаласига алоҳида эътибор қаратилмоқда. Биргина 2015 йилнинг ўзида тадбиркор аёллар учун ажратилган кредитлар 1 триллион 255 миллиард сўмни ташкил этгани эътибор ва ғамхўрлик кўлами нақадар залворли эканидан далолатдир.

Йиғилишда мазкур масала атрофлича таҳлил қилинди. Хусусан, хотин-қизларнинг бандлигини таъминлаш, аёллар ўртасида тадбиркорликни қўллаб-қувватлаш мақсадида 2016

Шунингдек, йиғилишда 2016 йилнинг ўтган уч ойида 2015 йилнинг шу даврига нисбатан гўдаклар ўлими сезиларли даражада камайгани айтиб ўтилди.

Йиғилишда хотин-қизлар ўртасида маънавий муҳитни соғломлаштириш масаласига алоҳида эътибор қаратилди.

—Президентимизнинг “Юксак маънавий – енгилмас куч” асари бу борада барчамиз учун дастурул амал вазифасини бажариши лозим, – деди Ўзбекистон Республикаси Бош вазири ўринбосари, Хотин-қизлар кўмитасининг раиси Э.Боситхонова. – Негакки, бу китобда бизни ўйлантираётган ҳар бир саволга жавоб, бизни қийнаётган ҳар бир масалага ечим бор. Хотин қизлар кўмитаси томонидан ҳам ёшларимизни, хусусан қизларимизни миллий қадриятларимиз руҳида тарбиялаш, улар онгига оила ва никоҳнинг муқаддаслигини синдириш, турли ёт диний оқимлар, “оммавий маданият”нинг салбий таъсирларидан уларни асраш борасида муайян ишлар

қилиш, оила, маҳалла, таълим масканларида соғлом турмуш тарзини қарор топтиришга қаратишимиз лозим.

Ҳар бир туманда касб-ҳунар коллежларини битирган қизлар бандлигини таъминлаш штабларини тузиш орқали битирувчи қизларни иш билан таъминлаш, уларни тадбиркорликка жалб этиш чораларини кўришимиз керак, дея таъкидлади Э.Боситхонова.

2015 йилда касб-ҳунар коллежларини битирган 230 мингдан кўпроқ қиз ишга жойлаштирилди. Тадбиркорлик соҳасида ўз ишини бошлаётган 6 мингдан ортиқ ёш қизларга 51 миллиард сўмдан зиёд кредитлар ажратилди. Бу борадаги ишлар 2016 йилда ҳам изчил давом эттирилмоқда.

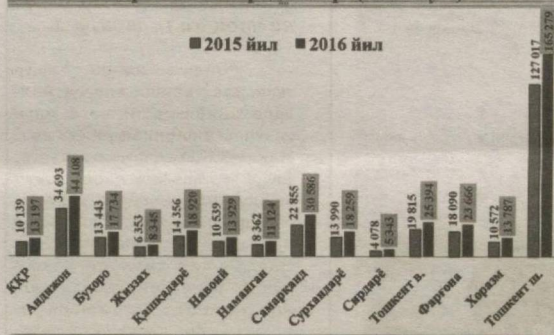
Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси, “Маҳалла” жамоат фонди ҳамда “Камолот” ёшлар ижтимоий ҳаракати ҳамкорлигида аёллар, никоҳ ёшидаги қизлар ўртасида соғлом оила қуриш, соғлом фарзандлари дунёга келтириш ва вояга етказиш бўйича амалга оширилаётган ишларни маҳаллалардаги



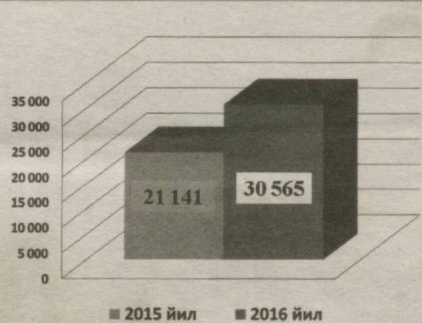
Шоира Нурматова – Фарғона вилоятининг Қўқон шаҳрида туғилган. 1987 йилда Ўрта Осиё тиббиёт педиатрия институти (ҳозирги Тошкент педиатрия тиббиёт институти)ни битирган. Тиббиёт фанлари номзоди.

Меҳнат фаолиятини 1987 йилда Тошкент шаҳар 14-болалар шифохонасида бошлаган. 1990 йилдан Республика болалар руҳий асаб шифохонасида турли вазифаларда меҳнат қилган. 2010 йилдан мазкур шифохона бош врач лавозимида ишлаб келган. Оилали. Икки нафар фарзанди бор.

## Худудларда 2016 йил 3 ой мобайнида тижорат банклари томонидан тадбиркор аёлларга ажратилган кредитлар (млн. сўм)



## Республикада 2016 йил 3 ой мобайнида “Микрокредитбанк” ОАТБ томонидан тадбиркор аёлларга ажратилган кредит миқдори (млн. сўм)



йилнинг уч ойи мобайнида тижорат банклари томонидан 409 миллиард 671 миллион сўм миқдорида кредит ажратилди. Бу борадаги ишлар Андижон, Қашқадарё ва Навоий вилоятларида яхши йўлга қўйилгани таъкидланди.

амалга оширилмоқда. “Соғлом она ва бола йили” Давлат дастурида Республика Хотин-қизлар кўмитаси, унинг жойлардаги тузилмалари зиммасига улкан вазифалар юклаган. Бутунги кунда асосий эътиборни оналик ва болаликни муҳофаза

жамоатчилик секторлари орқали тизимли ташкил этиш вақти келди, деди Э.Боситхонова. Йиғилишда Ўзбекистон Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси Ҳомийлик кенгашининг шу йил 11 февраль куни бўлиб ўтган йиғилишида

белгилаб берилган вазифалар ижросини таъминлаш, Хотин-қизлар кўмитаси ва унинг жойлардаги тузилмалари томонидан худудларда аёллар ва оилалар масалалари билан шуғулланувчи нодавлат ноижорат ташкилотлар билан ижтимоий ҳамкорликни янада кучайтириш ва кўмитанинг бошланғич ташкилотлари салоҳиятини ошириш юзасидан амалга оширилган ишлар атрофлича таҳлил қилинди.

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитасининг навбатдан ташқари VIII Бошқарув йиғилишида ташкилий масала кўрилди.

Республика болалар руҳий-асаб шифохонасининг бош врач лавозимида ишлаб келган Шоира Нурматова Бошқарув кенгаши аъзолари томонидан овозга қўйиш асосида Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси раисининг Оналик ва болаликни ижтимоий ҳимоя қилиш масалалари бўйича ўринбосари этиб сайланди.

Нилуфар НУРИДДИНОВА, “Оила ва жамият” муҳбири

## ОРАСТА ҚИЗЛАР КЎРИГИ

“Ораста қизлар” кўрик-танловининг Андижон вилояти

босқичида 17 қиз ғолиблик учун баҳслашди.

Вилоят халқ таълими бошқармаси ва хотин-қизлар кўмитаси ҳамкорлигида умумтаълим мактаблари ўқувчилари ўртасида ўтказилган танловда Президентимиз раҳнамолигида ёшларнинг замонавий билим ва касб-ҳунарларни пухта эгаллаши учун барча шароитлари яратиб, айниқса, қизларни умумий ўрта, ўрта махсус, касб-ҳунар таълими билан тўла қамраб олиш, уларнинг саломатлигини асраш, одоб-ахлоқ меъёрлари ва миллий қадриятларимизга ҳурмат руҳида тарбиялашга алоҳида эътибор қаратилаётгани таъкидланди. Бу борадаги ишларни янада тақомиллаштириш, қизларни оилавий ҳаётга тайёрлаш, уларнинг муомала, кийинчи маданияти, соғлом турмуш тарзи ҳақидаги тушунчаларини бойитишда умумтаълим мактабларида ташкил этилган “Ораста қизлар” тўғарақлари фаолияти муҳим аҳамият касб этаётган.

Иштирокчилар белгиланган шартлар асосида ўзларининг ораста ва фаолиги, замонавий ахборот-коммуникация технологиялари – компьютер ва интернетдан фойдаланиш борасидаги билимини намойиш этди.

Хўжаобод туманидаги 26- умумтаълим мактаби “Ораста қизлар” тўғарақи аъзоси Мадина Қобулова ғолиб деб топилди ва танловнинг мамлакат босқичида катнашиш ҳуқуқини қўлга киритди. Иккинчи ўрин Андижон туманидаги 34-умумтаълим мактаби ўқувчиси Фотима Парниевага, учинчи ўрин Бўз туманидаги 8-умумтаълим мактаби ўқувчиси Ҳимоятхон Алиевага насиб этди.

Ғолиблар ҳамда “Энг ижодкор қиз”, “Энг шижоатли қиз” сингари қатор номинациялар савриндорлари муносиб тақдирланди.



Пойтахтимизнинг Бектемир туманидаги Олтинтопан маҳалласида яшовчи ҳунарманд Гулнора Тешабоева ўз касбидан барака – олтин тошган аёллардан.

Чеварнинг кичик корхонасида ҳар кун иш қайнайд. Шоғирдларининг айримлари келин сарполарини бичса, бошқалари тайёр кийим-кечакларни харидорларга етказиш билан машғул. Яна бири хорижлик меҳмонларга инглиз тилида миллий матоларимизнинг тайёрлиниқ услуби, безакларининг маъноси ҳақида сўзламоқда.

Г.Тешабоева 1996 йилда маҳалла фаоллари кўмагида олти та тикув машинаси сотиб олган эди. Аввал қизларига, кейин кўшини келинлар, уйда ўтирган хотин-қизларга бичиш-тикишни ўргатди. Бутунги кунда уч қизи, ўнлаб шоғирдлари яқка тартибдаги тадбиркор сифатида фаолият юритмоқда.

2001 йилда “Ипак йўли” акциядорлик тижорат банкидан 19 миллион кредит олиб,

## МАТОДА АКС ЭТГАН МАҲОРАТ

замонавий тикув машиналари харид қилди. Кийим-бош тикишга ихтисослашган чеварлик устaxonаси очди. Бир неча хотин-қизни иш билан таъминлади.

Давлатимиз раҳбарининг 2010 йил 30 мартдаги “Халқ бадийи ҳунармандчилиги ва амалий санъатини ривожлантиришни янада қўллаб-қувватлаш тўғрисида”ги фармони мамлакатимизда ҳунармандларни ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш, уларга қўлай шароит ва имтиёзлар яратишда муҳим ҳуқуқий асос бўлаётган.

Гулнора она бошиқ тикувчилар республика “Ҳунарманд” уюшмаси томонидан ўтказилаётган турли кўрғазмалар, “Тадбиркор аёл”, “Ташаббус” кўрик-танловларида фаол иштирок этмоқда. Маҳалла идораси ва таълим муассасаларида ташкил этилган “Ораста қизлар”, “Моҳир қўллар” тўғарақларида қизларга чеварлик сирларини ўргатмоқда.

Юртимизда хотин-қизларнинг севган касби билан шуғулланиши, ўз тадбиркорлигини очилиш учун яратилган шароитлар мана шундай самаралар бермоқда. Ҳунар эгаллаган хотин-қизлар ҳаётда ўз ўрнини тошмоқда.

# ОНА ВА БОЛА СОҒЛИГИ – ЮРТ БОЙЛИГИ

Аёл борки, она бўлишни истайди. Негаки оналик табиат ивбюм этган энг буюк бахт. Ҳомиладорлик эса аёл ҳаётидаги гоят муҳим ва масъулиятли босқич ҳисобланади.

Мамлакатимизда соғлиқни сақлаш тизимининг муҳим таркибий қисми ва аҳоли саломатлигини таъминлашда алоҳида аҳамиятга эга бўлган оналик ва болаликни муҳофаза қилиш масаласи давлатимиз сиёсатининг устувор вазифаларидан бири этиб белгиланган. Президентимиз Ислам Каримов 2016 йилни мамлакатимизда Соғлом она ва бола йили, деб эълон қилгани ҳам бунинг ёрқин тасдиғидир.

Мустақиллик йилларида она ва болаликни ижтимоий ҳамда тиббий ҳимоя қилиш сифатини янада юксалтириш борасида кенг кўламли ишлар амалга оширилди. Бунда ўнлаб меъёрий-ҳуқуқий ва қонунчилик ҳужжатлари мустаҳкам асос бўлиб хизмат қилмоқда. Ўзбекистон Республикасининг “Фуқаролар соғлиғини сақлаш тўғрисида”ги қонуни, Президентимизнинг 2013 йил 12 мартдаги 2013-2017 йиллар даврида болаликдан ногиронлар туғилишининг олдини олиш учун туғма ва ирсий касалликларни барвақт аниқлаш давлат дастури тўғрисидаги ҳамда 2014 йил 1 августдаги “2014-2018 йилларда Ўзбекистонда аҳолининг репродуктив саломатлигини янада мустаҳкамлаш, оналар, болалар ва ўсмирлар соғлиғини муҳофаза қилиш борасидаги Давлат дастури тўғрисида”ги қарорлари ва бошқа ҳужжатлар шулар жумласидандир.

Ўзбекистонда ҳомиладорларга тиббий ёрдам кўрсатадиган қатор муассасалар самарали фаолият юритмоқдаки, улар нафақат мамлакатимиз, балки хорижда ҳам яхши маълум.

Республика ихтисослаштирилган акушерлик ва гинекология илмий-амалий тиббиёт маркази шулардан бири. Ушбу муассаса илмий тадқиқотларни мувофиқлаштирувчи ва услубий марказ сифатида ташхис қўйиш, даволаш, профилактика ва реабилитация қилиш бўйича инновацион технология ҳамда усуллари ишлаб чиқиб жорий қилмоқда, мамлакатимиздаги барча даволаш-профилактика муассасаларига ихтисослаштирилган акушерлик-гинекологик ёрдам кўрсатмоқда.

Ушбу марказ саннат қорхоналаридан узоқ жойлашган бўлиб, бу беморлар ва уларни қўришга келганлар учун тинч ва осойишта муҳитни таъминлашга хизмат қилмоқда. Худудни айланар экансиз, турфа дарахт ва гуллар ифорида кўнглингиз яйрайди.

Марказ акушерлик-гинекология клиникаси, илмий-аслаҳат-поликленикаси, илмий бўлим ва илмий кенгашига ўз ичига олган йirik илмий-амалий мажмуадир, – дейди Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги бош акушер-гинеколог, Республика ихтисослаштирилган акушерлик ва гинекология илмий-амалий тиббиёт маркази бош директори, профессор Дилбар Нажмиддинова. – Ўтган йили марказ акциядорлик жамиятига айлантирилди ва бунинг учун зарур бошқариш механизмлари жорий этилди. Узоқ муддатга мўлжалланган бу лойиҳанинг амалга оширилиши қандай масалада мурожаат қилишидан қатъи назар, ҳар бир аёлга шу ернинг ўзида замонавий ёрдам олиш имконини беради.

Турмуш жараёнида аёлнинг турмуш ўртоғи шиткор этиш имконияти, индивидуал психологик ёрдам ва барча қулайликлар яратилган алоҳида пала-

талар мавжудлиги туфайли аксарият ҳомиладор аёллар айнан ушбу марказни танламоқда. Марказнинг даволаш ишлари бўйича директори Ҳамидулла Тожиёвнинг таъкидлашича, иккита туғруқ бўлимининг туғруқ заллари самарали периватал парвариш бўйича халқроқ тавсияларга мослаштирилган. Кўзи ёриган аёллар ва чақалоқларга юқори малакали шилинч ёрдам кўрсатиш учун зарур жиҳозлар билан таъминланган индивидуал туғруқ заллари ташкил қилинган.

– Мана бу чақалоқ 30 дақиқа аввал дунёга келди, – дейди иккинчи туғруқ бўлими мудири Зулфия Нейматова. – Чақалоқ жарроҳлик амалиёти ёрдамида туғилгани боис, унга ва онасига алоҳида парвариш зарур. Акушер-гинеколог, анестезиолог, акушер ва неонатолог шифокорлардан иборат гуруҳ туғруқ

сабабларга кўра, ушбу қоида бузилиши мумкин. Масалан, Нафиса Ҳакимованинг фарзанди муддатидан олдин туғилди. Туғруқ жараёни мураккаб кечди. Негаки, ёш онанинг қон суюлиши даражаси паст экан. Марказ шифокорлари қон кетишини тўхтатиш, Нафиса ва чақалоққа юзага келиши мумкин бўлган кўнгилсиз оқибатларнинг олдини олиш мақсадида барча чораларни ишга солди. Чуқур текширувдан ўтказиш мақсадида вақтидан олдин туғилган ва алоҳида тиббий парвариш талаб қилинадиган чақалоқларга юқори малакали ташхис ва даволаш ёрдами кўрсатиладиган неонатал реанимация ва интенсив терапия бўлимига ўтказилди.

Неонатал реанимация ва интенсив терапия бўлимида янги дори воситалари ва жиҳозларни қўллаган ҳолда, даволашнинг замонавий усулларидан фойдаланилади. Чала туғилган чақалоқлар ҳомиладорлар ҳолатига мос шароитлар яратилган инкубаторга жойлаштирилади. Жумладан, ҳарорат ва намлик даражаси мунтазам назорат қилиб борилади, шовқин ва ёруғликдан ҳимояланади. Шунингдек, бундай болалар учун физиологик ҳисобланган “ҳомила ҳолати”ни сақлаш мақсадида “уячалар”, валиклар, махсус кўрпача ва зарур ҳолларда ксилород терапиясидан фойдаланилади.

Марказда оператив ва консерватив бўлимлардан иборат гинекология бўлими ҳам мавжуд. Мутахассисларнинг таъкидлашича, биринчи гинекология бўлимида гистероскопия ва бошқа хизматлар кўрсатилади. Жарроҳлик хоналари иккита лапароскопик устун билан жиҳозланган. Бу устунлар ёрдамида юқори технологияли эндоскопик амалиёт ўтказилади. Шунингдек, замонавий усулларида барча гинекологик муолажалар амалга оширилади.

Иккинчи гинекология бўлимида аялигланш, бепуштлик, ҳомила тушиши каби касалликларга ташхис қўйиш ва даволаш, жарроҳлик амалиётига тайёрлаш ва операциядан кейинги тиклиниш ишлари олиб борилади.

Гинекология бўлими фаолияти, ютуқлари, юқори технологик жиҳозлар билан таъминлангани ва шифокорларнинг бой тажрибаси билан танишиб, ҳеч бир муболағасиз айтиш мумкинки, бу ерга мурожаат қилган аёллар шифо топишига ишонч қомил бўлади. Статистика ҳам шундан далolat беради. Жумладан, 2015 йилда оператив гинекология бўлимида 3,5 минг бемор соғломлаштирилди. Улар орасида хорижлик фуқаролар ҳам кўпчилигини ташкил қилади. Афғонистон, Қозғистон, Хитой, Жанубий Корея, Эрон, Молдова, Арманистон, Саудия Арабистони, БАА, Россия, Руминия, Украина, Франция каби мамлакатлардан аёллар шу ерда даволанди.

Мутахассисларнинг фикрича, туғруқларнинг муваффақиятли, ҳеч қандай асоратларсиз ва хавфсиз кечиши акушер-гинеколог, анестезиолог ва неонатал шифокорлар билими ва маҳоратига боғлиқдир. Шу боис, Республика ихтисослаштирилган акушерлик ва гинекология илмий-амалий тиббиёт марказида анестезиология ва реанимация бўлими фаолияти самарали йўлга қўйилган. Бу ерда кўп йиллик иш тажрибасига эга, маҳаллий

ва умумий анестезия усуллари пухта билидиган юқори малакали шифокорлар меҳнат қилмоқда.

Бундан ташқари, марказ базасида фаолият юритаётган йirik лаборатория бўлимида ташхис қўйишнинг серологик, микробиологик, иммунофермент, цитологик, гистологик, генетик каби кўплаб усуллари қўлланади. Бўлим мутахассислари бой тажрибага эга ва турли илмий конференциялар, семинарлар ва марказнинг илмий тадқиқотларида фаолиятини кўрсатиб келмоқда.

Марказда шифокорлар, ўрта ва кичик ҳодимлардан иборат 754 мутахассис фаолият кўрсатмоқда. Ҳар бир бўлимда бир неча ҳодим илмий иш олиб боради. Ҳар йили ўнлаб шифокор ва илмий ҳодимлар хорижда малака оширади.

Бундай ёндашув ўз самарасини бермоқда. Хусусан, бутунги кунда марказ илмий йўналишда 5 амалий ва “Президентимизнинг Марказий Осиё ва Европа популяциясида генетик ўрганиш” халқроқ лойиҳасини ҳаётга татбиқ этмоқда. Мазкур халқроқ лойиҳа Европа Иттифоқининг “EU/АС ва ЕЕСА популяцияларида кардио-метаболик бузилишларни популяцион-генетик тадқиқ этиш” еттинчи ҳадли дастури фонди томонидан молиялаштирилмоқда. Аёлларга ихтисослаштирилган хизмат кўрсатиш сифатини ошириш мақсадида марказ олим ва мутахассислари томонидан аёлларни операция ёрдамида туғдиришда қўлланиладиган консерватив миоэктомия технологияси, қон кетишини камайтирадиган компрессия тикиш технологиялари яратилди. Булар акушерлик ва гинекологик операцияларда интраоперацион ва жарроҳлик амалиётдан кейинги қон кетишининг олдини олиш ва камайитиришга ёрдам беради. Шунингдек, операциядан кейинги даврни қисқартириш, операцияни бошдан кечирган аёллар саломатлиги ва меҳнат қобилиятини тиклаш, ҳаётини яхшилашга қўмақлашадиган янги усуллар ишлаб чиқилди.

Ушбу илмий изланишлардан қўзланган мақсад аёллар репродуктив саломатлигини мустаҳкамлашга йўналтирилган самарали технологияларни ишлаб чиқиш ва қўллашдан иборат. Энг муҳими, ҳомиладор аёлларга тиббий ёрдам кўрсатиш хизматлари кадрлари салоҳиятини ошириш учун вилоятлардаги мутахассислар билан тажриба алмашиш ва уларнинг билиминини янада бойитишдир. Шу боис, 2015 йилда Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирлиги ташаббуси билан хорижлик ҳамкорларнинг техник қўмағида марказ базасида ўқув-симуляция маркази ташкил этилди. Унда акушерлик ва гинекология, анестезиология-реаниматология, неонатология соҳасида тиббий ёрдам кўрсатиш усуллари ўргатиш учун зарур бўлган муляжлар, турли техник воситалар, вилоятлардаги мутахассисларни самарали перинатал ёрдам кўрсатиш, гинекология, неонатология ва анестезиология бўйича ўқитиш имконини берадиган дастур ва модулар мавжуд.

Мухтасар айтишда, мамлакатимизда Республика ихтисослаштирилган акушерлик ва гинекология илмий-амалий тиббиёт марказининг мавжудлиги тиббиётимиз тобора ривожланиётгани ва ҳомиладор аёлларга тиббий хизмат кўрсатиш тизими энг илгор соҳалардан бирига айланганидан далolat беради. Замонавий усул ва технологиялардан фойдаланидиган юқори малакали мутахассисларга нафақат беморлар саломатлиги, балки уларнинг ҳаётини ҳам ишонч мумкин. Бугун оналар ва болалар саломатлиги ишончли қўлларда, деб қатъий айтиш мумкин.

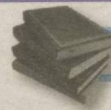
Меҳрибон МАМЕТОВА

Аъло Абдуллаев (УАА) олган суратлар.

uza.uz сайтидан олинди.



## ДИРЕКТОР ЎРИНБОСАРИ



Маънавият ва маърифат

## ЗИММАСИГА ҚАНДАЙ ВАЗИФАЛАР ЮКПАТИЛГАН?

## ЭЪТИРОФ

Янги бўлмаса-да, муъжазгина мактаб. Ҳовли озода, саранжом-сарипта. Бир хил либосдаги ўқувчиларнинг қўли кўксида. Деворга осилган баннер ва эълонларни кузатиб, билимлар беллашуви, “Конституция – бахтимиз пойдевори”, “Энг фаол китобхон оила”, “Энг фаол синф” танловлари ғолиблари ҳақидаги маълумотларга эга бўласиз. Мактаб раҳбари ичкарига бошлайди. Паргалар банд – давомат жойида. Ўқув жараёнига тўғараклар фаолиятдан оначаларнинг кўнгли тўқ. Дарс аниқ режа бўйича олиб борилади. Мактаб кутубхонаси, тўғарак ва спорт майдончаларидан кечгача ўқувчи аримайди...

## ЭЪТИРОЗ

Замонавий типда қурилган янги мактаб биноси. Телефон титкилаётган бир гала бола кириб келган меҳмонга эътибор ҳам қаратмайди. Салом йўқ, алик йўқ. Мактаб раҳбарини сўраймиз. Қаердалиги номаълум. Ўринбосарларнинг бири касал, иккинчиси йиғилишда. Ҳеч бўлмаса, “Камолот” ёшлар ижтимоий ҳаракати бошланғич ташкилоти етакчиси ҳамроҳлик қилар, десак, у ҳам жойида эмас. Ўқитувчиларнинг дарс ўтиш услуби, ўқувчиларнинг ўзини тутиши, билим даражаси, қизиқиш ва интилишларини кузатиб, кўнгил хири тортади. Ёш авлод маънавий-маърифий дунёқарашини юксалтириш борасида қандай ишлар олиб борилаётган? “Мактабда қандай лойиҳалар амалга оширилмоқда?”, “Маънавият соати ва очик дарсларда қанақа мавзулар ўқитилаётган?”, “Сўнги бор қандай китоб ўқидингиз?”, “Мактаб жамоаси қандай юқори натижаларга эришган?” каби саволларимизга қониқарли жавоб ололмадик. Муассаса кутубхона фондига ҳавас қилса арзийди. Бироқ 60 ўқувчига мўлжалланган ўқув зали ҳувиллаб ёттибди.

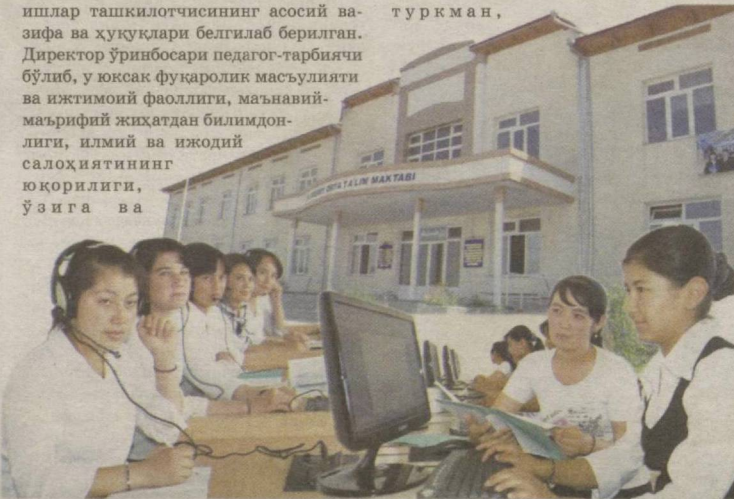
## МУНОСАБАТ

Икки мактабда икки хил ҳолат. Биринчи мактабга кириб, кайфият кўтарилса, иккинчи таълим муассасасидаги аҳвол дилни хуфтон қилади. Гап мактаб раҳбариятининг, ўқитувчиларнинг ташкилоти ва ташаббусларини, илланувчанлигини.

— Ёш авлодни ватанпарвар, миллий истиқлол ғояларига содиқ, миллий урф-одат ва қадриятларни эъозлайдиган шахс қилиб вояга етказиш – бизнинг бош вазифамиз, — дейди Халқ таъли-

ми вазирлигининг маънавий-ахлоқий тарбия бўлими бош назоратчиси Бехзод Рўзимуродов. — Бу борада мактаб маънавий-маърифий ишлар ташкилотчиси зиммасига кўплаб вазифалар юклатилган. Президентимизнинг 2006 йил 25 августдаги «Миллий ғоя тарғиботи ва маънавий-маърифий ишлар самардорлигини ошириш тўғрисида»ги қарори ҳамда Халқ таълими вазирлигининг 2007 йил 20 январдаги 19-сонли буйруғи низомида маънавий-маърифий ишлар ташкилотчисининг асосий вазифа ва ҳуқуқлари белгилан берилган. Директор ўринбосари педагог-тарбиячи бўлиб, у юксак фуқаролик масъулияти ва ижтимоий фаоллиги, маънавий-маърифий жиҳатдан билимдонлиги, илмий ва ижодий салоҳиятининг юқорилиги, ўзига ва

ри” фанлари амалиётга татбиқ этилди, — дейди Республика таълим маркази ижтимоий-иқтисодий билим асослари ва маънавий-маърифий ишлар бўлими бош методисти Нилуфар Қудратова. — Дарслиklar айланма жамғарма рўйхатига киритилган бўлиб, 1-синфлар учун ҳар йили, 2–4-синф учун ҳар икки йилда ва 5–9-синф учун ҳар 4 йилда бир маротаба такомиллаштирилган ҳолда чоп этилади. Ўзбек тилида яратилган бу дарслиklar қозоқ, қорақалпоқ, туркман,



бошқаларга нисбатан талабчанлиги билан ажралиб тургани керак, у умумий педагогик маданиятни, юқори касб маҳоратини эгаллаган бўлиши лозим.

“Йилнинг энг фаол маънавият тарғиботчиси”, “Йилнинг энг фаол маънавий-маърифий ишлар бўйича директор ўринбосари” кўрик-танловларининг ўтказилиши кенг жамоатчилик томонидан қўллаб-қувватланмоқда. Илланувчан, ташаббускор педагоглар иш услуби, тажрибалари оммалаштирилиб, таълим муассасаларида ижодий муҳит шакллантирилмоқда.

— Президентимизнинг 2001 йил 18 январдаги “Миллий истиқлол ғояси: асосий тушунча ва тамойиллар фани бўйича таълим дастурларини яратиш ва республика таълим тизимига жорий этиш тўғрисида”ги фармойиши асосида 1–4-синфлар учун “Одобнома”, 5–6-синф ўқувчилари учун “Ватан туйғуси”, 7–9-синфлар учун “Миллий истиқлол ғояси ва маънавият асосла-

қирғиз, тожик тилларига таржима қилинган. Рус мактаблари учун эса алоҳида дарслиklar яратилган. Дарслик, қўлланма ва методик тавсиялар яратишда малакали педагогларнинг фикр-мулоҳазалари муҳим аҳамиятга эга. Бу борада Қумқўрғон туманидаги 11-ИДУМ директорининг маънавий-маърифий ишлар бўйича ўринбосари Абдужаббор Ҳасанов, Гулистон туманидаги 14-мактаб ўқитувчиси Абдулазиз Турсунов, Самарқанд шаҳридаги 52-мактаб директорининг маънавий-маърифий ишлар бўйича ўринбосари, 2015 йили “Энг фаол маънавият тарғиботчиси” республика кўрик-танловида ғолиб Ақтам Синдоров каби маънавият ташаббускорларининг иш тажрибаси оммалаштирилмоқда.

## ТАЖРИБА

Мактабда маънавий-маърифий муҳит қандай бўлиши керак? Саволга жавоб хилма-хил бўлса ҳам, эришилган натижа битта: ўз фуқаролик

позициясини тўғри белгилай оладиган ёшлар таълимнинг кейинги босқичига қамраб олиниши лозим. Бухоро туманидаги 53-ИДУМ директорининг маънавий маърифий ишлар бўйича ўринбосари Дилбар Ҳайитова бу саволга ўз фаолияти мисолида жавоб беради:

— Педагог ўз устиди ишламаса, дунёда содир бўлаётган янгилик ва ўзгаришлардан беҳабар бўлса, ўқувчи олдида мулзам бўлиб қолиши аниқ. Таълим муассасамизда ўқитувчининг ўз ишга ижодий ёндашиши, ўқувчилар билан ишлаш услуби, дарсни ташкил этиш жараёни алоҳида назоратга олинган. Мактабимиздаги 22 нафар ўқитувчининг 5 нафари халқ таълими аълочисидир. Ҳамкасбаримиз ўз фани бўйича турли беллашуви ва кўрик-танловларда мунтазам қатнашади. Аввало, ҳар бир педагог кийиниши, муомала маданияти билан болага ўрнатиб бўлиши, унинг шахсини ҳурмат қилиши шарт. Қачон бола онгида маънавий бўшлиқ пайдо бўлади? Қачонки, унинг бўш вақти тўғри ташкил этилмаса, қизиқиши бўйича касб-хунар ўрганмаса. Ўқувчининг бўш вақтини мазмунли ташкил қилиш бизда бирламчи масала. 192 нафар ўқувчи ёшига қараб, махсус психологик тест асосида қизиқиши бўйича гуруҳларга бўлинган. Улар дарсдан сўнг режа асосида турли машғулотларга қатнашади. Замонавий спорт анжомлари билан жиҳозланган спорт зали, физика, кимё лабораториялари дарсдан кейин очик, турли экспериментлар ўтказиб бериладиган болаларнинг фикри янгилик яратиш билан банд.

Юртимизда Дилбар Ҳайитова сингари ўз касбининг устаси бўлган, тажрибали маънавият ташаббускорлари кўп. Улар мунтазам ўқишни, интернетдан ўз фанига оид янгиликлар ахтаришни қанда қилмайди. Бундай сазой-ҳаракатлардан асосий мақсад – таълим муассасасида маънавий-маърифий муҳитни ўстириш, ўқувчиларнинг тафаккур оламини юксалтиришдан иборат.

## ХУЛОСА

Мақола аввалида икки мактаб мисолида таълим муассасасидаги маънавий муҳитни қиёсладик. Изоҳга ҳожат йўқ. Хулоса шуки, фикрга қарши фикр, ғояга қарши ғоя билан тура оладиган авлодгина ўз мақсадига етишди. Бугун лоқайдлик қилиб, ўқишига масъулиятсиз ёндашаётган бола эртага ҳаётда кўп қоқилади. Шундай экан, келажакимиз эгалари тақдирга бефарқ қарамайлик, маънавият ташаббускорлари бўлайлик.

Ҳасан МЎМИНОВ

## РАИСЛИККА ТЎРТ НОМЗОД

*Маълумки, Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Сенати Кенгашининг 2016 йил 5 мартдаги “Фуқаролар йиғинлари раислари (оқсоқоллари) ва уларнинг маслаҳатчилари сайловига тайёргарлик кўриш ҳақида ушбу ўтказиш тўғрисида”ги қарорига мувофиқ, қоритилиб асосий аълолик жаб-иён оилаларида фуқароларнинг ўзини-ўзи бошқариш ораманлари раислари ва уларнинг маслаҳатчилари сайлов бўлиб ўтади.*

Жойларда ушбу муҳим ижтимоий-сиёсий тадбирга қизгин ҳозирлик қўрилмоқда. Жумладан, Навоий вилоятида ҳам сайловга кўмаклашувчи комиссияларни шакллантириш ниҳоясига етказилиб, ишчи гуруҳлар тузилмоқда ҳамда раисликка номзодларни рўйхатга олиш жадал давом этаётди. Номзодлар маҳаллий аҳоли ўртасида обрў-эътиборга эга, фидойи инсонлар орасидан танлаб олинган.

— Юртимизда фуқаролик жамияти институтлари, хусусан, фуқароларнинг ўзини-ўзи бошқариш органлари фаолиятини ривожлантириш ва “Куч-

ли давлатдан-кучли фуқаролик жамият сари” тамойилни рўёбга чиқаришга қаратилган кенг қўламли илохотлар амалга оширилмоқда, — дейди фуқаролар йиғинлари раислари (оқсоқоллари) ва уларнинг маслаҳатчилари сайловини ташкил этишга ҳамда ўтказишга кўмаклашувчи Навоий шаҳар комиссия раиси Аҳрор Пирназаров. — Маҳалла азадан халқимиз ҳаётининг ажралмас қисми бўлган. Одамлар ўртасида меҳр-оқибат, аҳиллик ва тотувлик, ёрдамга муҳтож кишиларга кўмаклашиш, тўғ-маъракаларни бамаънаво ўтказиш, ҳудудни обод этиш каби соф ўзбекона қадриятлар маҳалла муҳитида шаклланди.

Халқ депутатлари шаҳар Кенгашининг 2016 йил 17 мартдаги қарори билан фуқаролар йиғинлари раислари (оқсоқоллари) ва уларнинг маслаҳатчилари сайловини ташкил этишга ҳамда ўтказишга кўмаклашувчи 16 шаҳар комиссияси таркиби ҳамда сайловга тайёргарлик кўриш ва ўтказишга доир тадбирлар режаси тасдиқланди. Ушбу режалар ҳамда сайловга оид қонунчилик асосида шахримиздаги мавжуд 30 фуқаролар йиғинларида фуқаролар

## Сайловга тайёргарлик қизгин

йиғинлари раиси ва уларнинг маслаҳатчилари сайловини ташкил этиш ва ўтказиш бўйича ишчи гуруҳлар тузилди.

Айни пайтда 4614 аҳоли истиқомат қилаётган Навоий шаҳридаги “Муруват” МФИда ҳам сайлов жараёнига тайёргарлик ишлари қизгин паллага кирган. Биз мазкур маҳаллада бўлганимизда, аҳоли бу муҳим сиёсий жараёнга пухта ҳозирлик кўраётганига гувоҳи бўлдик.

— Ҳудудимиздаги 1-ихтисослаштирилган умумтаълим мактабида ишчи гуруҳи ташкил этилган, — дейди “Муруват” МФИ раиси Акмал Өлмуродов. — Ҳозирда маҳалла раислигига тўрт кишининг номзоди кўрсатилган. Номзодлар маҳалламизда аҳоли билан учрашувлар олиб бормоқда.

Навоий шаҳрида сайлов жараёнининг қонуний талабларига қатъий риоя этган ҳолда ўтишини таъминлаш борасида ишлар намунали йўлга қўйилган.

Ҳошим ОРЗИҚУЛОВ,  
“Оила ва жамият” муҳбири

Қариндошим бетоб бўлиб, Тошкент Тиббиёт академияси қошидаги клиникага йўлим тушди. Тиббий муолажа пайти эмасми, ҳовлида бироз муддат кутишимга тўғри келди. Қатор ўриндиқлар беморлар ва уларнинг ҳолидан хабар олишга келган яқин қариндошлари билан банд.

...Бугунги кунда замонавий тиббиёт технологиясининг сифати ва хизмат қилиш кўламининг кенглиги шифокорларга кўл келадигани шубҳасиз. Фидойи мутахассислар бор билим ва имкониятини ишга солиб беморнинг дардига малҳам бўлиб, унинг соғайиши йўлида жонбозлик кўрсатмоқда. Хаёлимдан шу каби ўйлар ўтаркан, кўздан панароқ ўриндиқда, бир аҳволда ўтирган ёшгина аёл эътиборимни тортди. Унинг ёнига бордим. Гапдан гап чиқиб, танишиб олдик. Исми Сожида экан. Хафалиги босисини сўрадим. Аёл чуқур хўрсинди:

— Э, сўраманг, синглим. Хўжайинимнинг мазаси йўқ. Шу ерда ётибди. Турмуш курганимизга тўрт йил бўлди. Икки нафар фарзандимиз бор. Эндигина тетапоя қилаётган гўдакларимнинг отаси тўсатдан тутқаноги тутадиган бўлиб қолди. Аввалига унчалик аҳамият бермадим. Кундан кунга бу ҳолат тез-тез такрорланавергач, маҳалламиз ҳудудидаги оилавий поликлиникага катнаб турдик. У ердаги шифокорлар пойтахтда текширтириб келиш учун йўлланма беришди.

Уйимиздагилар: “Ҳечқиси йўқ, табиғга олиб борсак, ҳаммаси ўтиб кетади”, деб мени тинчлантиришди. Олиб бордик, бундан ҳеч наф чиқмади. Охириг икки йил ичида тутқаноқ хуружи тез-тез такрорланадиган бўлиб қолди. Оқибатда турмуш ўртоғим ҳолсизланиб бораверди. Бир қанча мутахассислар билан маслаҳатлашдим, керакли тавсияларни олдим. Энг оғриқли томони оилада ҳеч ким эримга эътибор бермасди. Мени ваҳимачига чиқариб қўйишди. Дардини бекитсанг, иситмаси ошқор қилади,

Аёлнинг изтиробли гаплари менга қаттиқ таъсир қилди. Шу тобда унга жуда-жуда ёрдам бергим келди. Лекин қандай қилиб?..

Сожиданинг айтишича, эрининг касаллиги ҳақида уйдагилар билишган. Балки шунинг учун ҳам никоҳдан олдин тиббий кўрикдан ўтишларига қаршилиқ қилишгандир. Кўра-била туриб хастанинг ҳолига бефарқлик ёхуд уни жуфтдан яшириб юришни қандай тушуниш мумкин?

## Тиббий маданият

тўғрисида”ги Низомда: “Соғлом оилани шакллантириш учун шартшароитлар яратиш ирсият билан боғлиқ ва туғма касалликларга чалинган болалар туғилишининг олдини олиш – никоҳланувчи шахсларни тиббий кўрикдан ўтказишнинг мақсади ҳисобланади”, деб қайд этилган, — дея таъкидлайди Шайхонтоҳур тумани ФХДЁ инспектори Гулчеҳра Убайдуллаева. — Агар никоҳланувчи шахслар беш босқичда тиббий текширувдан ўтганида улардан бирида бирор бир хасталик кузатилса, икки томон(келин ва кувё) бир-бирининг кўрик натижалари билан таништирилади. Ҳеч қандай касаллик сир тутилмайди. Лекин айти дамда никоҳланувчилар орасида тиббий кўрикка шунчаки расмиятчилик, деб қарайдиганлар ҳам йўқ эмас. Оқибатда Сожиданинг ҳаётига ўхшаган тақдирлар юзга келади.

Кам бўлса-да, учраётган бу каби ҳодисалар ҳар биримизни ҳушёр тортириши керак. Ахир ўз саломатлиги бефарқ бўлган инсон жуфтининг соғлиги учун ҳам қайғурмаслиги тайин.

Шунинг учун ёшларимизда тиббий маданиятни шакллантириш, тиббий саводхонликни ошириш долзарб масала. Бу билан, биз вақтида даволанишнинг ҳикмати борлигини таъкидламоқчимиз. Айтинг-чи, не умид билан фарзанд ўстирган оиланинг, ширин орзулар билан янги ҳаёт бошлаган соғлом жуфтнинг айби нимада? Фикр-мулоҳазаларингизни ёзиб юборасиз, деган умиддамиз.

Дилноза Жўраева

# ОЙНИ ЭТАК БИЛАН ЁПИЙ БЎЛМАЙДИ



деганларидек, умр йўлдошим оғирлашавергач, пойтахтга келиб нуфузли касалхоналарда текширтirdик.

Эрим анча пайт касалхонада довланди. Бироқ натижаси кам сезилапти. У кўрган азобларни айтмай қўя қолай. Турмуш ўртоғим болалигида кучли иситма оқибатида бу хасталикни орттириб олган экан.

... Кейинги гал қариндошимни кўргани борганимда Сожида қайнонаси билан турарди. Хаёлимдан ўтган саволлар тилимга кўчди. Пайт пойлаб, қайнонадан бу ҳақда сўраганимда жавоб беришни хоҳламади шекилли, индамай қўя қолди. Эҳтимол, онахон бўлиб ўтган ишларда ўзини айбдор ҳис этаётгандир, деган ҳаёлга бордим.

— “Никоҳланувчи шахсларни тиббий-кўрикдан ўтказиш

Ушбу рукнимиз аста-секин сиз азизларга манзур бўлаётганидан, йўллаётган мактубларингиздан хурсандмиз. Сиз ёзиб юборган ибратли воқеаларни муштарийларимиз эътиборига ҳавола этишда давом этамиз...



## УРУШГА БОРИБ КЕЛГАН НОН

Қишлоғимиздаги Қилич бобога ҳамма ҳавас қилади ва у кишидан ўрнак олади...

Бобонинг бир иши барчанинг кўнглидан жой олган. Сизларга, айниқса, бугунги ёшларимизга ибрат бўлсин, дея ушбу хатни ёздим.

Маълумки, Иккинчи жаҳон уруши халқимиз бошига қанчадан-қанча кулфат ва офатлар олиб келган. Қилич бобо ҳам биринчилар қатори фронтга отланган экан. У киши кетаётганида аёли бир тўрваҳалтага нон, туршак, майиз ва идишчага сариеғ солиб беради. Орадан йиллар ўтиб, уруш тугаб, бобо соғ-омон кишлоққа қайтади. Унинг тўрваҳалтасини очган аёли лол қолади. Сабаби, ўзи берган нарсалар ўша ҳолича турган экан.

— Буларни сиз оч қолманг, деб бергандим. Нега эмасдан сақлаб юрибсиз? — дейди аёли.

— Оилам, бола-чақамсиз бунини ейишим мумкинми? Сизларсиз томоғимдан ўтармиди? — деган экан ўшанда бобо.

Мана, сизга оилапарварлик, фарзандига, аёлига фидойилик! Ўзингиз ўйланг, бу гапни эшитган қайси аёл эрини ардоқламайди, қайси фарзанд отасини бошида кўтармайди?

Бу воқеа ҳар бир инсонга ибрат бўлишига ишонаман. Ҳар биримиз ўз оиламизга Қилич бобо каби ғамхўр бўлайлик!

Маҳмуд Қаландаров,  
Қорақўл тумани

## Ҳаёт манзаралари

### ЧИНГА АЙЛАНГАН ЁПҒОН

У билан телефон орқали танишган эдим...

Анча вақт гаплашиб юргач, кўришишга келишдик. Учрашувда эса бир-биримизни ёқтириб қолдик. Кейин у хорижга кетди. Биз телефон орқали гаплашиб турадиган бўлдик.

Яқинда боши берк кўчага кириб қолдим. Синфдошимнинг менда кўнгли борлигини билмасдим. Бехабарлигим туфайли у билан доим дўстона гаплашганман. Бир куни “Совчи юбраман”, деди у. Ҳазиллашяпти деб ўйлаб, “майли” дебман. Орадан бир неча кун ўтиб, у ростдан ҳам совчи юборди. Бунини қарангки, улар ота-онамга маъқул тушиб, мендан сўрамай розилик бериб юборишган. Энди менинг аҳволимни бир тасаввур қилинг. Халқимиз бежизга “ўйнаб гапирсанг, ҳам ўйлаб гапир”, демас экан. Бу воқеа ҳар бир сўзимизни эҳтиёткорлик билан айтиш лозимлигини ўргатди. Ҳазил чинга айланганидан қарахт бўлиб юрган вақтимда, хорижда ишлаётган йигит бундан хабар топган. Табиийки, у бунини нотўғри тушуниб хафа бўлди. Телефон қилмай қўйди. Биргина ўйламай айтилган гап бошимга иккита муаммони олиб келди. Энди нима қилишга ҳайронман? Маслаҳат беринг.



Наргиза  
УСАНБОЕВА  
тайёрлади.

Матлуба Одилова,  
Шовот тумани

# БОЛАМНИНГ КЕЛАЖАГИДАН ХАВОТИРДАМАН

Ўғлим аслида ёмон бола эмас. Бироқ бир гал мактабда жанжаллашиб, синфдошига қаттиқроқ тан жароҳати етказди. Бола бир неча кун шифохонада ётди. Ўғлимни эса туман ички ишлар бўлимига вояга етмаган ҳуқуқбузарлар профилактика ҳисобига киритишди. Бунга бир йилдан ошди. Шундан бери ўғлим пожбўя иш қилгани йўқ. Бу йил 9-синфни битиради. Унинг келажагидан хавотирдаман. Ўғлимни рўйхатдан чиқариш учун нима қилиш керак?

Феруза Туропова,  
Жиззах вилояти

жамоат ташкилотлари билан ҳамкорликда уни соғлом турмуш тарзига қайтаришдан иборат.

Ўзбекистон Республикасининг “Вояга етмаганлар ўртасида назоратсизлик ва ҳуқуқбузарликларнинг профилактикаси тўғрисида”ги қонуни ҳамда Ички Ишлар вазирлигининг тегишли буйруғига, ички ишлар органлари томонидан фуқароларнинг ўзини ўзи бошқариш органлари, таълим муассасалари ва бошқа ташкилотлар профилактика рўйхатга олинган вояга етмаганлар билан ҳамкорликда ишлайди.

Ҳар бир туман шаҳарлар ҳокимлиги қошида вояга етмаганлар ишлари бўйича комиссиялар бор. Тегишли мутахассислардан иборат комиссияга боланинг содир этган иши тақдим этилади. Муҳокамалар асосида бола профилактика рўйхатга қўйилади.

Рўйхатдан чиқариш учун туман-шаҳардаги вояга етмаганлар ўртасида назоратсизлик ва ҳуқуқбузарликлар профилактикаси инспектори керакли ҳужжатларини йиғиши: маҳалладаги жамоатчи, мактаб ёки коллеждаги устоз-мураббийлар боланинг чиқдан ҳам тарбияси яхши томонга ўзгаргани, соғлом ҳаётга қайтганини тўғрисида тавсиянома тақдим этади. Инспектор болани ўрганиб, уни яхши томонга ўзгарганига ишонч ҳосил қилгач, рўйхатдан чиқариши мумкин.

Исломиддин Ҳолиқов, ИИВ ҳуқуқбузарликларнинг олдини олиш бош бошқармаси бўлим бошлиғи:

— Ҳуқуқбузарликлар ва бошқа ғайриқонуний ҳатти-ҳаракатлар содир этган вояга етмаганларга нисбатан қонуний чоралар белгилангандан кўра, болани вақтида тарбиялаш, бундай ҳолатларнинг олдини олиш лозим. Ҳеч бир бола ҳуқуқбузар бўлиб туғилмайди. Қандайдир омишлар сабаб бу йўлга кириб қолади. Масалан, оиладаги носоғлом муҳит, дўстларининг жиноятга мойиллиги, ота-оналарнинг эътиборсизлиги... Профилактика ҳисобга қўйиш ички ишлар тизимида бўлгани боис бу ҳолатга кўпчилик ҳадиксираб қарайди. Ваҳоланки, профилактика рўйхатга олишдан мақсад вояга етмаган болага ижтимоий, ҳуқуқий ёрдам кўрсатиш, унинг бўш вақтини маъмул ташкил этиш, оилавий шароитини ўрганиш,

Ота-онанинг фарзанди олдидаги дастлабки бурчи унга муносиб исм қўйиш экан. Бу муқаддас китобларимизда ҳам ёзилган. Гарчи, ота-онам яхши ниятлар билан менга бу исми қўйган бўлсалар-да, унинг асл маъносидан ташқари бошқа изоҳлари ҳам бор. Шу сабаб ўз исмимдан уялман. Ота-онамдан хафа эмасман, бироқ исмиمنى ўзгартирмасам бўлмайди. Бунинг учун нима қилишим керак?

Тошбуви Қидирова,  
Қашқадарё вилояти, Қарши шаҳри

Наргиза Аҳмедова, Ўртачирчиқ тумани ФХДЁ бўлими мудираси:

— “Ўзбекистон Республикасининг Давлат тили ҳақида”ги қонунининг 15-моддасига биноан; агар фамилия, исм ва ота исми эшитилишда ёқимсиз бўлса; агар фамилия, исм ва ота исми миллатига тўғри келмаса; хоҳишга қараб никоҳгача бўлган фамилияга (никоҳдан турган даврида ҳам, никоҳдан ажратилгандан кейин ҳам) қайтишда; оилада бир хил фамилияда бўлиш истаги пайдо бўлганда (агар никоҳ тузиш пайтида эр-хотин умумий фамилияни танламаган бўлса);

ФХДЁ органи томонидан узрли деб тошлган бошқа асосларга кўра кўриб чиқилади.

Фамилия, исм, ота исмини ўзгартириш тўғрисидаги ариза фуқаронинг яшаш жойидаги ФХДЁ бўлимига топширилиб, аризага куйидагилар:

- а) ариза берувчининг туғилганлик ҳақидаги гувоҳномаси;
- б) агар ариза берувчи никоҳда турган бўлса, у ҳолда никоҳ тузилганлиги ҳақидаги гувоҳномаси, агар никоҳдан ажратилган бўлса, никоҳдан ажратилгани ҳақидаги гувоҳномаси;
- в) агар ариза берувчининг вояга етмаган болалари бўлса, у ҳолда болаларнинг туғилганлик ҳақидаги гувоҳномалари;
- г) ариза берувчининг паспортдан ёки шахси тасдиқловчи бошқа ҳужжатидан кўчирма;
- д) агар ариза берувчи вояга етмаган ёки суд қарори билан муомалага лаёқатсиз деб топилган бўлса, у ҳолда ота-онанинг ёхуд васий ёки ҳомийнинг аризаси;
- е) 1 дона (3\*4 ўлчамли) фотосурат



Ишова қилинади.

ФХДЁ бўлими мудираси тақдим этилган ҳужжатлар асосида, зарур ҳолларда эса бошқа ФХДЁ органларида ўзининг талаби бўйича керакли далолатнома ёзувлари нусхаларини олганда, йиғилган ҳужжатларни йиғмажилдга тикади ва тегишли текширув ўтказиш учун ички ишлар бўлимига жўнатади.

Ички ишлар бўлими тақдим қилган ҳужжатларни 30 кун мобайнида ўрганиб чиқади, ариза берувчининг фамилияси, исми, ота исмини ўзгартириши хусусида асосланган хулоса тузади ва ФХДЁ органига тақдим қилади. Ички ишлар бўлимининг хулосасини олгандан кейин ФХДЁ органи тақдим этилган ҳужжатлар асосида фамилия, исм, ота исмини ўзгартириш ёки рад қилиш тўғрисида асосланган хулоса тузади.

Фамилия, исм, ота исми ўзгарганлиги тўғрисида ички ишлар бўлимига 7 кун мобайнида, агар ариза берувчи ҳарбий хизматга мажбур бўлса, мудофиа ишлари бўлимига хабарнома юборилади.

16 ёшга тўлган шахслар томонидан фамилияси, исми, ота исми ўзгартирилган барча ҳолларда ўзгартириш фақат туғилганлик ҳақидаги далолатнома ёзувнинг “бола тўғрисидаги маълумотлар” устунига киритилади.

Фамилия, исм, ота исми ўзгартирилган шахс иккинчи марта ФХДЁ органига мазкур масалада бир йил ўтгандан сўнг мурожаат этиши мумкин.

Иш қушим охирида қолган, энди кетмоқчи бўлиб турганим. Бир қелинчақ кириб келди. Ажабланмадим, чунки кутубхона мактабинки бўлса-да, қишлоғимиз ақли ҳам китоб ва бошқа керакли маслаҳатлар берилган газета ва журналларни сўраб туришди. Шунинг учун «Пазандлик сирлари», «Сўранг, жавоб берамиз», «Сўхат-саломатлик» рўзғани ва бичиш-тичиш билан боғлиқ маслаҳатлар чоп этилган нашрларни алоҳида жилдларда сақлайман.

— Опа, «сўранг, жавоб берамиз»даги савол-жавобларини бир кўрсам, дединг.

Сўралган газета тахтамларини узатдим. Анча пайтгача уларни варақлаб чинди. Сўнг «мен излаган нарсга йўқ экан», деди хўрешиб. Саволни ёзма шаклда керакли нашрларга жўнатишни мумкинлигини айтдим. «Шундайми», дея ўзини қийнаётган муаммо ҳақида гап бошлади.

— Турмуш қурганимизга 4-5 йил бўлиб қолди. Хўжайиним чет элга ишлашга кетган. Орада келиб-кетди. Шу орада икки нафар фарзандни бўлди. Тўғри, рўзгорга пул жўнатиб туради. Аммо... Бекорга оила, турмуш ўртоғи дейилмаса керак. Фарзандларимга ҳомилаларини пайтми дўхтирларга борманмида, бошқалар турмуш ўртоғи билан келганини кўрсам, кўнглим алланечук бўлиб кетади. Тугруқхонада-ку, айтмаса ҳам бўлади. Фарзандларимга касал бўлиб қолишларида, рўзгор юмушларида ёнингда суянишни бўлмаса оила юмушлари кишини чарчатиб юборар экан. Майли, ҳаммасига чидаш мумкин. Аммо... қишлоғимизда кейинги пайтларда турмуш ўртоғим ҳақида миш-миш болалаб кетди: хўжайиним у ёқда уйланиб олган эмми. Бу гапга чидаб бўладими, ахир!

Ховир ўзи ҳам шу ерда. Аммо ҳаёти бу ерда эмаслигини хис қилиб турирман. Ниманидир яшираётганга ўхшайди. Ҳали келиб улуғмасидан «кетаман»га тушиб қолган. Нега ундай қилади? Ростини айтиб, жавобимни бериши мумкин-ку.

— Хафа бўлманг, ахир эрингизни алдаб-судлаб йўлга солсангиз бўлмайдингиз? Аёл кишига кўп нарсга боғлиқ.

— Суймаганга суйкалмайман... Нима, бундай эркаклар қонун олдида жавобгар бўлмайдингиз? Мен қачонгача уни кутиб юришим керак? Ахир меним озуларим бор...

У шундай дея гапнинг бир ҳолатда кутубхонадан чиқиб кетди. Мен эса уйланиб қолдим: она бу аҳволда фарзандларига қандай тарбия бера экан. Аёлнинг гапнинг қиёфаси, тез-тез жаҳл отига минини (ёнимда бир неча марта шундай ҳолатга тушди) оиладаги муҳитни баттар қийинлаштирмайдими?! Оила фақат аёл кишига керакми?

Ойтўхта Худойкулова,  
Пастаргом туманидаги  
98-мактаб кутубхоначиси

Айрим кишиларнинг, юртимизда яратилган шарт-шароитларга қарамай, мўмай пул илнжида, ноқонуний йўллар билан хоржий давлатларга иш излаб кетаётгани сир эмас. Бунинг оқибатида кўплай оилалар бузилиб кетаётганидан ҳам хабаримиз бор. Дугонамнинг турмуш ўртоғи ҳам беш йил аввал Россияга ишлагани кетган эди. Бошида бир-икки келиб юрди. Кейин бутунлай қадами узилди. Хотини, икки нафар фарзанди ҳолидан хабар ҳам олмайди. У ёқларда бошқа аёлга уйланиб олганмиш, ҳатто боласи ҳам бор экан. Беш йилдан бери қайнона-қайночаси уйда, эрини кутиб яшаётган дугонамнинг сабр коаси тўлди. Дардини менга айтиди, нима маслаҳат беришга ҳайронман. Дугонам эри билан ажрашмоқчи. Эрининг розилигисиз ҳам ажрашиши мумкинми?

Умида Нишжоновна,  
Самарқанд вилояти, Пайариқ тумани

Нозима Эрназарова, ҳуқуқшунос:

—Сиз турмуш ўртоғингизнинг розилигисиз ҳам у билан ажрашишингиз мумкин. Чунки Оила Кодексининг 42-моддасига асосан вояга етмаган болалари бўлмаган эр-хотин никоҳдан ажратишга ўзаро рози бўлсалар, улар никоҳдан фуқаролик ҳолати далолатномаларини қайд этиш органларида ажратилади. Агар эр-хотин ўртасида меҳнатга лаёқатсиз муҳтож эр ёки хотинга моддий таъминот бериш тўғрисида ёки уларнинг биргаликдаги умумий мулки бўлган мол-мулкни бўлиш тўғрисида низо бўлган тақдирда эр-хотин ёки улардан бири никоҳдан ажратиш тўғрисидаги ариза билан судга мурожаат этишга ҳақли. Оила Кодексининг 43-моддасига асосан агар эр-хотиндан бири:

- суд томонидан бедарак йўқолган деб топилган бўлса;
- суд томонидан руҳияти бузилиши (руҳий касаллиги ёки ақли заифлиги) сабабли муомалага лаёқатсиз деб тошлган бўлса;
- содир қилган жинояти учун уч йилдан кам бўлмаган муддатга озодликдан маҳрум қилинган бўлса, ўртада вояга етмаган болалари борлигидан қатъи назар, эр-хотиндан бирининг аризасига кўра улар фуқаролик ҳолати далолатномаларини қайд этиш органларида никоҳдан ажратилади.
- Агар болалар ҳақида, эр-хотиннинг биргаликдаги умумий мол-мулкнинг бўлиш ҳақида ёки ёрдамга муҳтож, меҳнатга лаёқатсиз эр (хотин)га таъминот бериш учун маблағ тўлаш ҳақида низо мавжуд бўлса, улар никоҳдан суд тартибда ажратилади.

Саҳифани Камола Адапбоева тайёрлади.



# БОЛА ДУНЁ ҚАРАШИ

Ўғли мнинг тили анча кеч чиқди.

Ҳозир уч ёшда. Лекин ҳали ҳам равон гапира олмайди. Биринчи фарзандим бўлгани учун балки тажрибасизлик қилаётгандирман. Балки у билан кўпроқ гаплашишим керакдир. Очиги, унинг бу ҳолатидан ҳавотирга туша бошладим. Ахир, у тенги болалар барча товушларни яхши талаффуз қилади, фикрли тушунтира олади. Нима қилсам фарзандимнинг нутқи равон бўлади?

Мадина Зуфарова,  
Тошкент шаҳри, Яшнобод тумани

ёки қуш ҳақида гапириб бермоқчи бўлсангиз, албатта, унинг кўринишини расм орқали тасвирланг, нима ейиши, қаерда яшashi ҳақидаги маълумотлар ҳам албатта, тасвирлар орқали амалга оширилса, ижобий натижага эришиш мумкин.

## ШАКЛЛАР ЁРДАМИДА

Болаларга геометрик шаклларни ҳам аста-секин ўргатиб бориңг. Геометрик шаклларни мана бу тўртбурчак, мана бу айлана ва ҳоказо деб тушунтирсангиз, бола буларни ўзлаштириши қийин кечади. Яхшиси, сиз турли рангдаги қоғозлардан ҳар хил шаклларни кесиб олиңг



ва ундан нимадир ясашга уриниңг. Масалан, одамча ясаш учун айланани бош қилсангиз, пастидан эса учбурчакни қўйиңг, кейин эса қўл ва оёқларни ингичкароқ таёқча шаклида тўғри тўртбурчакдан ясанг. Ясаётиб ҳар бир шаклнинг номини ҳам айтиб бориңг. Сўнғ эса болакайдан шаклларнинг номини сўраб кўриңг. У айтганларингизни такрорласа, жуда яхши, аммо айтолмаб бу шакллардан яна бошқа нарсалар ҳам ясаши ўргатиңг.

## ЎЙИНЛАР ЁРДАМИДА

Шакллар билан ўйинни мувофиқлаштириш мумкин. Ўзингиз баъзи ҳайвончаларни ясаб, боладан бу ҳайвоннинг номини сўранг. Машғулот давомида учбурчакдан ажойиб қулоқчалар, тўғри тўртбурчакдан эса текис оёқчалар чиққанини таъкидлаб боравериңг.

Шакллар билан машғулот ўтказиш давомида сиз боланинг расмлар чизишига ҳам имкон бериб кўришиңгиз керак. Шунда унинг аввалгидан ҳам кўра анча тушунарлироқ расмларни қоғозга тушираётганига гувоҳ бўласиз.

Агар фарзандиңизнинг дунёқараши кенг, нутқи равон бўлиб еттишини истасангиз, ушбу машғулотларни бажариши канда қилманг. Шундагина ўзингиз кутган натижаларга эришасиз. Бу машғулотлар туфайли кичкинтойингизнинг дунёқараши кенгайиб, зукко, билимли бўлиши тайин! Ёнғ муҳими, боланингизга кўпроқ вақт ажратиңг.



Мавлудахон ЖАЛИЛОВА  
— Миробод тумани 32-махсус мактабгача таълим муассасаси логопеди, олий тоифали дефектолог:

— Ота-она албатта, фарзандиңизнинг билимли, зукко, салоҳиятли, дунёқараши кенг бўлиб вояга етишини истайдиги. Кўпчилигимиз боланинг

ҳамма нарсага қизиқиши, қўп савол бериб жавоб кутиши 5-6 ёшларида авжига чиқади, деб ўйлаймиз. Аслида, кичкинтойимизни мавжуд тартибга одатлантиришни 2-3 ёшдан бошлаб йўлга қўйишимиз лозим. Мутахассисларнинг эътирофи эътибор, бир ёшли ўдақнинг ақлий салоҳияти 20 фоизни ташкил этса, 4 ёшли болада бу кўрсаткич 50 фоизга етади. Саккиз ёшга келиб,



92 фоизгача кўтарилиши мумкин.

## СУРАТЛАР ЁРДАМИДА

Авваломбор, болага бирор нарсани тушунтириш учун ҳар бир ота-онани педагогик маҳорат талаб этилади. Тушунтиришни эса расмлар, суратлар кўрсатишдан бошлаш керак. Кўпчилик болакайлар борлиқни расмлар орқали идрок этади. Ҳатто эртақларни ҳам ранг-баранг суратлар асосида айтиб берсангиз уларнинг хотирасида бир умрга муҳрланиб қолади. Демак, содда ва равон тилда ва хилма-хил суратлар ёрдамида англаш боланинг заковатли бўлиб шаклланишига ёрдам беради. Мисол учун бирор ҳайвон

Ҳаво иситиши билан сочларимда қазғоқ пайдо бўлади. Уни йўқотишга роса уринди. Қазғоққа қарши шампунларнинг турли-туманидан фойдаландим. Бироқ натижа бўлмади. Қазғоқдан қутулишнинг йўли борми?

Умиджон ЖАЛОЛОВ,  
Ғулистон шаҳри.



Соҳибжон РЎЗИМАТОВ  
— Тошкент шаҳридаги туманлараро 8-тери-таносил касалликлар диспансери шифокори, дерматовенеролог:

— Қазғоқ тиббиётда гиперкератоз деб аталади. У — терининг мугуз

эпидермис қаватини ҳаддан ташқари қалинлашуви ҳисобига келиб чиқади. Қазғоқдан қутулиш учун умумий даволаш зарур. Бунинг учун албатта, дерматолог билан маслаҳатлашиш лозим. Қазғоқнинг келиб чиқиши асосан ички касалликлар: ошқозон ичак тизими, эндокрин безлари ҳамда асаб тизимига боғлиқ. Шунинг учун гастроэнтеролог, эндокринолог ва невропатолог кўриқларидан ўтиш керак.

Умуман олганда бош терисидаги замбуруғ сезилмайди, ҳатто у бир неча фойдали вазифаларни ҳам бажаради. Масалан, тери ҳужайраларининг янги-лашишида хизмат қилади. Бироқ айрим ҳолларда (доимий зўриқиш, совуқ уриши, чарчоқ, иммунитетнинг пасайиши, соч учун танланган нотўғри воситалар, дармондори ва минералларнинг етишмаслиги, гормонал ўзгариш) яллиғланиш кучайиб, қазғоқ жуда тез кўпаяди.

Қазғоқларни йўқотиш учун соч ювиш воситаларини тўғри танлаш лозим. Агар сочларни ҳафтаюна 3-4 марта ювишга эҳтиёж туғилса, оддий косметик шампунлардан фойдаланиңг. Агар косметик шампунлар ёрдам бермаса, даволовчи шампунлардан фойдаланиш тавсия этилади. У терини яхши тозалабгина қолмай, замбуруғ келтириб чиқарувчи омиллардан халос этишда ҳам ёрдам беради. Даволаш курси 1-1,5 ой давом этиши мумкин.

Бош терисидаги замбуруғ қазғоқни

## ҚАЗҒОҚДАН ҚУТУЛИШНИНГ



## ЙЎЛИ БОРМИ?

келтириб чиқаради ва тери ҳужайраларини сувсизлантиради. Сочлар соғлом кўринишда бўлиши, қазғоқнинг олдини олиш учун кўпроқ сув ичиш лозим. Шу боис кунига 1,5 литр сув ичишга одатланиңг.

Қазғоқнинг олдини олиш ёки уни йўқотишда тўғри овқатланиш ҳам муҳим аҳамиятга эга. Кўпроқ сабзавотлар, мева ҳамда сутли маҳсулотлар истеъмол қилиш лозим. Ушбу маҳсулотларда тери учун фойдали дармондори ҳамда минераллар мавжуд. Ёғли, тузли, аччиқ ва ширин нарсаларни камроқ истеъмол қилиңг. Таркибиде В6 (ёнғоқ, банан, жигар, балиқ, сабзи) ҳамда РР витамини (карам, помидор, пишлоқ, хурмо), кальций (сут маҳсулотлари, қўнат, дуккалик ўсимликлар) ва рух (писта, мол гўшти, ёнғоқ) мавжуд маҳсулотлар ёрдам беради. Шунингдек, А, С, Е, F дармондорилари ҳам соч учун фойдали.

Доимий зўриқишлар ҳам қазғоқни келтириб чиқаради. Бўлар-бўлмамага сиқилиб асабийлашиш ярамайди. Тинчланишни ўрганиңг.

Саҳифани Л.САЪДУЛЛАЕВА тайёрлади.

## Шифокор маслаҳати

“Икки ёшли қизим ўзи қошиқ тутиб овқат ея олмайди. Овқат едириш осон эмас. Соатлаб оғзига олган лўқмани ютмасдан ўтираверади. Кичкинтойим борган сари озиб кетаяпти. Уни қандай қилиб овқатлантиришни билмайман. Аслида, бу ёшда болалар учун қандай озик-овқатлар фойдали?”

Феруза Содикова,  
Тошкент вилояти, Зангиота тумани

## ЭСТЕТИК

## КЎРИНИШ МУҲИМ



Шаҳзода ХОНБУТАЕВА — умумий амалиёт шифокори:

— Ҳар бир она боласини тўғри овқатлантириш, уни соғлом ва бардам ўсишини таъминлаш ҳақида қайғуради. Бунинг учун нима қилмоқ керак? Аввало, дастурхонни нафақат таом билан, балки эстетик жиҳатдан ҳам безатиб, болани олдинга қўйилган таомга қизиқтириш керак. Чиройли безатилган дастурхон, бежиринг тоза идиш-товуқлар, хуллас, барчаси болани қувонтириши лозим. Ранг-баранг ёки ёрқин рангдаги қоғоз салфеткалар боланинг эътиборини тортиши билан бир қаторда, тановул қилиб бўлгандан сўнғ оғиз артишда қўл келади.

Кўпинча болалар сабзавотли таомлар ейишни унча хуш кўришмайди. Бунга сабаб она ўз эркатойини турли ширинликлар билан сийлайверишидир. Ўсаётган организм учун эса сабзавотлар гўнгда зарур. Улар модда алмашинувини яхшилади, таркибидеги пектин моддаси эса овқат ҳазм бўлишини фаоллаштиради.

Болага сабзавот ва мевалардан тайёрланган пюрелар бериб туриш унинг меъёр даражасида ўсишини таъминлайди. Боланинг қунадилик таомномасига гўшт, ўсимлик мойи, тухум, балиқ, мева-чеваларнинг ҳамма хилини киритиб бориш мумкин. Гуруч, маккажўҳори, гречиха асосида тайёрланган бўтқалар бола организми учун ҳам фойдали, ҳам тўйимлидир. Шу билан бирга, буғдой ёрмаси, сули бўтқаси ҳам болалар учун витаминларга бой таом ҳисобланади.

Янги мева ва сабзавотлардан тайёрланган ичимликлар дармондориларга, шунингдек, мева кислоталарига, қандга бой бўлади. Улар ичак-меъда тизимининг меъёрда ишлашига ва ундаги микрофлора шаклланишига кўмаклашади.

Асосийси, кичкинтойларга мунтазам равишда мева ва сабзавотлар бериб турилса, уларнинг организми дармондориларга тўйиниши таъминланади.

## ЭЪЛОН

«TEMIRYO'LLUG'URTA» МЧЖ ҚҚ  
Сугурта компанияси «Марказий» филиалига тегишли 10-004511, 10-004523, 10-005972, 10-007313, 10-007342, 10-007704, 10-007709 -- 10-007715, 10-007955, 10-007963, 10-008632, 10-009363, 10-009640, 10-011314, 10-011352 серияли жами 20 дона А4 форматдаги универсал сугурта полис бланкларига, ҳамда 1-000201 -- 1-000300, 1-000426 -- 1-000450, 1-000524 -- 1-001250, 1-001501 -- 1-002500 серияли жами 1852 дона А1 сугурта полис бланкларига, шунингдек 2-016991 -- 2-016992, 2-018363 -- 2-018498, 2-019175 -- 2-019184, 2-019264 -- 2-019455, 2-019498 -- 2-020000 серияли жами 843 дона А1 сугурта полис бланкларига йўқолганлиги сабабли БЕКОР қилинади.»

# «Тўмарис» — ҒОЛИБ «Спорт фестивали»

(Давоми. Боши 1-бетда)

Мусобақада Тошкент темир йўл транспорт касб-хунар коллежининг «Тўмарис», Истиклол маҳалласининг «Бекажон», Миробод туманидаги 3-оилавий политехниканинг «Шифокор» ҳамда туман олий таълим муассасалари бошланғич хотин-қизлар кўмиталарининг «Билимдон» жамоалари иштирок этди.

Спорт фестивали аввалида Ўзбекистон Республикаси Бош вазирининг ўринбосари, Хотин-қизлар кўмитаси раиси Э.Боситхонова бугунги кунда хотин-қизларни ҳар томонлама билимли, соғлом бўлишлари йўлида кенг қўламли ишлар амалга оширилаётгани ҳақида тўхталиб, барчани «Бутунжаҳон саломатлиги кўни» билан табриклади.

— Аёллар саломатлигига юксак эъти-

бор қаратилаётганини ўқув муассасалари замонавий спорт анжумлари билан таъминлангани, турли кўриқ-танлов ҳамда мусобақаларнинг мунтазам ташкил этилаётганида кўрамыз, — дейди мусобақа

тўрақларида ўтаётир. Ўтган йили 1 минг 668 нафар спортчимиз, жумладан, 567 нафар қизимиз халқаро мусобақаларда иштирок этиб, 983 та медални қўлга киритгани соғлом ва баркамол авлодни ка-



бош ҳаками Дилбар Режаметова. — Республикамиздаги 9692 умумтаълим мактабида таълим олаётган 4654051 нафар ўқувчининг бўш вақти спорт

мол топширишга қаратилган кенг қўламли ишларнинг амалий натижасидир. Спорт мусобақаси ҳам айна мақсадларни қўлаб ўтказилмоқда.

«Қамолот-спорт саломатлик» спорт мажмуасининг бадий гимнастика ҳамда Миробод туман 1-болалар ва ўсмирлар спорт мактабининг ўзбек жаңг санъати бўйича кўргазмали ўқишлари намойиш қилгинча, иштирокчилар белгиланган шартлар бўйича ўзаро куч си-нашди. Ҳар бир шарт ўзгача кўтаринки қайфиятда, мухлисларнинг олқишлари остида ўтди. Айниқса, сўнги — арқон тортиш шарт қатнашчиларни янада сергакликка чорлади. Якуний натижаларга кўра, Тошкент темир йўл транспорт касб-хунар коллежининг «Тўмарис» жамоаси биринчиликти қўлга киритиб, Хотин-қизлар кўмитасининг диплом ҳамда эсдалик совғалари билан тақдирланди.

Ширинхон МЎМИНОВА,  
«Ойла ва жамият» мухбири

## ЧОЙНАКДАГИ МУЗЕЙ

Хитойнинг Меитан вилоятида чойнак кўришидаги музей барпо этилган бўлиб, у энг катта чойнак сифатида Гиннсининг Рекордлар китобидан жой олди. Унинг баландлиги 73,8 метр, ҳудуди эса 5000 кв.метрни ташкил этади.

Музей жойлашган вилоят Хитойнинг илк чой етиштирилган ҳудудларидан бири ҳисобланади. Музейга ташриф бурувчилар кун сайин кўпайиб бораётгани боис, унинг худудини кенгайтириш режаси ишлаб чиқилиб, чойнак ёнида шёла кўришидаги бино барпо этилди.

## ХАВО ҲАМ СОТИЛАДИМИ?

Хитой шаҳарларидан бири Чжэнжоуда тоза ҳаво сотувчилари пайдо бўлди. Экологик жиҳатдан тоза бўлган Лаоцзюнь тоғи асосий объектга айлантирилган. Маҳаллий аҳоли эса зарарли тўтунлардан азият чекмоқда. Бугунга келиб хитойликлар Канадага тегишли Скалист тоғидан баллонларда тоза ҳавони сотиб олмоқда. Ҳаво савдоси билан «Виталитий Аир» дея номланган компания шуғулланмоқда.

## ДУНЁДАГИ КАТТА БОТҚОҚЛИК

Жанубий Америка марказида жойлашган табиат аномалияси — Пантоналнинг катта қисми Бразилия худудига киради. Диққатга сазовор ботқоқликнинг умумий майдони 190 минг кв.км ни ташкил этади. Куз ўрталари ва баҳорнинг бошларида бу ерда алдамчи ёмғир томчилари ёға бошлайди. Натижада Пантанал катта ҳажмдаги экосистемага айланади.

## ЭНГ КАТТА МУЗҚАЙМОҚ

Музқаймоқ ишлаб чиқарувчи баъзи бир корхоналар ҳар йили дунёдаги энг катта музқаймоқни тайёрлаш бўйича беллашишади ва барчани ҳайратга солувчи ҳажм ва оғирликдаги музқаймоқлар тайёрлашади.

Ширинлик ишлаб чиқарувчи шундай компаниялардан бири — «Daily Queen Canada» талабалар ёрдамида оғирлиги 10 тоннага тенг дунёдаги энг катта музқаймоқни тайёрлашга эришди. Бу ширинлик Гиннсининг Рекордлар китобидан жой олди. Ушбу ширинликни тайёрлаш учун 9 тонна музқаймоқ, катта миқдордаги шоколад, печенье, 90 кг бисквит ва 135 кг муз ишлатилди. Музқаймоқ тайёр бўлганидан сўнг уни истаган миқдорда истеъмол қилишга рухсат берилди.

## УЛКАН КИТОБ

Дунёда энг катта деб тан олинган китоб ҳозирда Британияда сақланади. Унинг бўйи 180 см.ни ташкил этади. Китоб нафақат катталиги билан, балки қизиқарлилиги билан ҳам одамларни ўзига жалб этган. Ундан 1660 йили Англия кироли Карл II учун махсус наشر қилинган 37 харита жой олган. Хариталар 1,9x1,75 ҳажмга эга бўлиб, ҳашаматли қилиб безаб чиқилган.

Шунингдек, китобда ўша даврга оид қимматли маълумотлар ҳам сақланади.

## ЭНГ КЕКСА САРТАРОШ

Ньюберг шаҳрида яшовчи 99 ёшли Энтони Манчинелли бутун умрини сартарошликка бағишлаган. Оиласига моддий ёрдам бериш мақсадида Энтони 12 ёшдан бошлаб сартарошлик билан шуғулланган.

Ёши катта бўлса ҳам, бемалол касбини уддалаб келган. Ҳафтасига 3-4 кун ишласа-да, бир кунда 30тагача миқдори қабул қилишга улгурган.

— Ҳар куни ишлаган бўлардим, аммо бошқаларга ҳам пул керак, — дейди кекса сартарош кулимсираб.

## ТУЗЛИ ТОҒ

Монте Калида дунёда биринчи марта тузли тоғ пайдо бўлди. Маҳаллий аҳоли уни «Климанжаро» деб атади. Тоғ 1973 йили ўса бошлаган, умумий майдони 100 гектарни, узунлиги эса 200 метрни ташкил этади. Баҳайбат чўққи 180 млн. тонна ош тузи, ифлосланган тупроқ ҳамда сув омборидан иборат.



## «Ё, тавба»

### БЕШ ЁШЛИ МАРАФОНЧИ

Ҳиндистонлик Бут Хасин дунёнинг энг ёш марафончиси саналади. У уч ёшида марафонларга қатнаша бошлаган, беш ёшида эса аллиқдан ортиқ марафонларда иштирок этиб, голибликни қўлга киритган. 2011 йил Хасин ҳақида «Энг ёш марафончи» фильми суратга олинди.

### ТЎҚҚИЗ ЁШЛИ РЕЖИССЁР

Дунёга машҳур режиссёр Жеймс Кэмеронни «Титаник», «Аватар» фильмлари орқали яхши таниймиз. Бироқ у тўққиз ёшида кино ҳақида тасаввурга эга бўлганмикин? Йўқ албатта. Аммо эндигина тўққиз ёшда бўла туриб, профессионал суратга олинган кинода режиссёрлик қилган ҳиндистонлик Шан Сликанга нима дейсиз?! У 24 фильмда суратга тушганидан сўнг, ўзини режиссурада синаб кўришга қарор қилди. Ёш режиссёр «Етим бола» деб номланувчи фильмнинг сценарийсини ёзди ва ушбу кинода бош ролни ижро этди. Тез орада бу фильм бутун дунёга машҳур бўлди. Бугунги кунда Сликан ўз ижодий фаолиятини давом эттирмоқда.

Дилноза ЖЎРАЕВА,  
Эъзога НАЖИМОВА,  
Мехрангиз ГАНИЕВА,  
ЎзДЖТУ талабалари

Ойла ва жамият

Ижтимоий-сиёсий,  
маънавий-маърифий газета

МУАССИСЛАР:

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси, «Болалар ва оилаларни қўллаб-қувватлаш» ассоциацияси (Болалар жамармаси) ва «Соғлом авлод учун» халқаро хайрия фонди

МАНЗИЛИМИЗ:  
Тошкент — 100000.  
Амир Темуր кўчаси  
1-тор кўча, 2-уй.

Қабулхона: (факс)  
233-28-20, Котибият:  
233-04-35, 234-76-08

E-mail: oilavajamiyat@sarkor.uz

Web-site: oila-va-jamiyat.uz

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 0169-рақам билан руйхатга олинган. Бюролма Г — 436. Формати А-3, ҳажми 2 табоқ. Адади — 6056. Баҳоси келишилган нарҳда.

Босишга топшириш вақти — 15:00 Топширилди — 15:00

Масъул муҳаррир: **О. Жумабоев**  
Мусаххилар — **С. Сайдалимов,**  
**К. Адашбоева**

Газета таҳририят компьютер марказида терилди ва саҳифаланди

Саҳифаловчи — **А. Маликов**

ISSN 2010-7609



9 772010 760007