



БОШ МАВЗУ



# АЗИЗ ВАТАНДОШЛАР!

Оилангизга тинчлик, хотиржамлик, жамиятимизга юксак тараққиёт, осойишталик, файзу барака тилаб, "Оила ва жамият" газетасига обуна давом этаётганини маълум қиламиз. 25 йил давомида сизнинг дилдошингиз бўлган газетамиз билан 2017 йилда ҳам бирга бўласиз, деган умиддамиз.

Обуна индекси – 176

# Оила Ва

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

Ислом КАРИМОВ

# Жамият

48 (1303)-сон 30 ноябрь 2016 йил

Газета 1991 йил 1 сентябрдан чиқа бошлаган

## АНДИЖОНДА "ЎЗБЕКИСТОНДА АЁЛЛАР САЙЛОВ ХУҚУҚЛАРИНИНГ КАФПАТЛАРИ" МАВЗУИДА СЕМИНАР БЎЛИБ ЎТДИ



Тадбирда вилоятдаги олий таълим муассасалари профессор-ўқитувчилари, хотин-қизлар бошланғич ташкилотлари раислари, оммавий ахборот воситалари ходимлари иштирок этди.

– Сайловда вилоятимизда 994 мингга яқин хотин-қиз овоз бериши кутилмоқда, – дейди Андижон вилояти ҳокимининг ўринбосари, хотин-қизлар кўмитаси раиси М.Юнусова. – Опа-сингилларимизнинг ушбу сиёсий жараёнда фаол иштирок этиши, сайловни очиқлик, тенглик ва адолат тамойиллари асосида ўтишини таъминлаш

борасида кенг кўламли тарғибот-тушунтириш ишлари олиб борилмоқда. "Ўзбекистон Республикаси Президенти сайлови тўғрисида"ги қонуннинг мазмун-моҳиятини тушунтириш, сайловда иштирок этадиган хотин-қизлар, айниқса, овоз беришда биринчи марта қатнашадиган қизларнинг бу борадаги билим ва тушунчаларини бойитишга қаратилган мулоқот, учрашув ва давра суҳбатлари ўтказилаётир.

Семинарда тарғибот ишларини янада кучайтириш юзасидан фикр алмашилди.

Фахриддин Убайдуллаев, Зухриддин Умурзоқов (сурат), ЎзА

## САЙЛОВДА ИШТИРОК ЭТИШ – БАРЧАМИЗНИНГ БУРЧИМИЗ!

Сайловлар ҳозирги замон демократиясининг муҳим институти, сайлов ҳуқуқи эса бутун дунёда умумэътироф этилган энг муҳим конституциявий сиёсий ҳуқуқлардан биридир. Халқ ўз хоҳиш иродасини ифода этиши ва сиёсий жараёнлар, давлатни бошқариш ва айна пайтда ҳокимият вакиллик органларини шакллантиришини айнан сайловлар орқали амалга оширади.

2-бетда

## ЧИПС, КИРИЕШКИ, САҚИЧ ВА ПИСТАЧИ ХОЛА



5-бетда

## ҚИЗ БОЛА ТАРБИЯСИ

"Соғлом авлодни тарбиялаш буюк давлат пойдеворини, фаровон ҳаёт асосини қуриш дегандир". Биринчи Президентимиз Ислом Каримов томонидан мустақиллигимизнинг илк йилларида айтилган бу сўзлар мамлакатимизнинг истиқболдаги бош мақсадни, давлатимиз сиёсатининг устувор йўналишини белгилаб берди.

6-бетда



## ҚИЗИҚАРЛИ ДАРС ЎТИШ КИМГА БОҒЛИҚ?

7-бетда

## УЙИНГИЗДА ШУНЛАЙ ҚИЛМАЙСИЗ-КУ!



«Табиатни севамир» деб бонг урамиз, мавзуга оид тадбирларда иштирок этамиз, маърузалар тинглаймиз, бироқ уни асраб-авайлашга масъул эканимизни мулоҳаза қилавермаймиз.

8-бетда

# САЙЛОВДА ИШТИРОК ЭТИШ – БАРЧАМИЗНИНГ БУРЧИМИЗ!

(Давоми. Боши 1-бетда)

Мамлакатимизда ҳуқуқий демократик давлат, кучли фуқаролик жамиятини барпо этишда шу йилнинг 4 декабрида бўлиб ўтадиган Ўзбекистон Республикаси Президенти сайлови муҳим аҳамиятга эга.

Тобора яқинлашиб келаётган бу жараён ҳар бир юрдошимиз ва Ватанимиз тарихидаги энг муҳим сиёсий воқеалардан бири ҳисобланади.

Мамлакатимизда мустақиллик йилларида демократик талабларга мос миллий сайлов тизими яратилди. Фуқароларнинг давлат ва жамият ишларини бошқаришда фаол иштирок этиши Конституция ва миллий сайлов қонунчилигимиздаги тегишли меъёрлар билан мустаҳкамланган. Бугунга қадар Ўзбекистонда сайлов жараёнларини ҳуқуқий тартибга солувчи 10 дан ортиқ қонун қабул қилинди.

Ўзбекистон Республикаси Президенти сайлови арафасида ушбу сиёсий жараёнда фуқаролар хусусан, ёшларнинг фаол иштирокини таъминлаш, уларнинг конституциявий ҳуқуқларини эркин ифода этишлари, барча сайловчиларнинг билимларини ошириш бўйича жойларда турли тадбирлар, номзодлар ва уларнинг вакиллари, партия аъзолари билан учрашувлар, давра суҳбатлари бўлиб ўтмоқда. Тошкент шаҳридаги Турин политехника университети томонидан ҳам шундай тадбирлар ташкиллаштирилмоқда.

Тадбирда мустақиллик йилларида ёш авлоднинг ҳуқуқ ва манфаатларини таъминлаш, уларнинг ҳаёон андозалари даражасида билим олиши, касб-хунар эгаллаши, ижодий-интел-

лектуал салоҳиятини юксалтиришига алоҳида эътибор қаратилаётганлиги таъкидланди.

Шунингдек, “Биз танлаш ҳуқуқига эгамиз!” мавзусида ўтказилган тадбирда ҳам Ўзбекистон Республикаси

қонунчилиги, тамойиллари тўғрисида мулоҳазала тингланди.

Талабалар мамлакатимиз сайлов тизими халқаро ҳуқуқнинг умумэтироф этилган



Конституциясида белгилаб қўйилган сайлов қонунчилигимизнинг моҳияти, ёшларнинг конституциявий ҳуқуқлари ва сайловдаги иштироки тўғрисида сўз юритилиб, тақдирот намойиш этилди. Бунда мамлакатимиз аҳолисининг олтиш фоиздан зиёдини ташкил этувчи ёшларнинг ушбу сайловдаги иштироки муҳим экани акс этди.

“Президент сайлови – демократик янгилиниш ва ислохотлар кўзгуси” тадбирида университет профессор-ўқитувчилари ҳамда талабалар иштирок этишди. Унда Ўзбекистон Республикаси Президенти сайловининг мазмун-моҳияти ва сайлов

қоидалари, демократик давлатларнинг бу борадаги илғор тажрибаси ва халқимиз миллий менталитетини инобатга олган ҳолда шакллантирилган ҳамда бўлиб ўтадиган сайловда қатнашиш улар учун шарафли ва айна пайтда, масъулиятли вазифа бўлишини, уларнинг овози юртимиз келажагига албатта дахлдор эканлигини таъкидлашди.

**Барно ТҲХТАНАЗАРОВА,**  
Тошкент шаҳридаги Турин политехника университети  
“Маънавият ва маърифат” бўлими методисти



Республикаимизда ҳаққоний сайлов тамойиллини амалиётга тадбиқ этиш, хусусан, 4 декабрь куну бўлиб ўтадиган Ўзбекистон Республикаси Президенти сайловини ташкил этиш учун барча ҳуқуқий ва ташкилий асослар яратилган.

## САЙЛОВПАР – ФУҚАРОПАРНИНГ ЖАМИЯТ ВА ДАВЛАТ БОШҚАРУВИДАГИ ИШТИРОКИ ИФОДАСИ

Сайлов участкаларида ташкил этилган шароитлар сайловни қонунчиликда белгиланган тартибда ўтишига хизмат қилади. Олмалик шаҳри аҳолиси-сайловчилари ҳам бу жараёнга катта қизиқиш ва масъулият билан ёндашапти. Жойларда бўлиб ўтаётган учрашувларда ҳар бир сайловчи ўз фуқаролик ҳуқуқидан фойдаланиб, сайловда иштирок этишга қарор қилганини таъкидламоқда. Ўтказилаётган тадбирлар шуну кўрсатмоқдаки, сайловчиларимизнинг жамият ижтимоий, сиёсий ҳаётидаги фаоллиги йилдан йилга ошиб бормоқда. Касб-хунар коллежи битирувчилари ўртасида ташкил этилаётган учрашувларда биринчи марта овоз бериш ҳуқуқига эга бўлган 1205 нафар ёшлар учун кенг қўламдаги тарғибот ишлари йўлга қўйилган. Ёшлар бу жараёни ҳаяжон билан кутишмоқда. Улардаги жамият ҳаётига дахлдорлик ҳисси эртанги кун тараққиёти, раванқини таъминлайди, деб ишонч билан айтиш мумкин.

**Феруза ТУРҒУНОВА,**  
Олмалик шаҳридаги 6-сонли ДНИ  
нотариуси

**Пойтахтимиздаги “Radisson Blu” меҳмонхонасида Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси томонидан “Аёллар жамоат ташкилотлари” форуми ўтказилди. Тадбирда сенаторлар ва депутатлар, вазирик ва идоралар, нодавлат нотижрат ташкилотлари ходимлари иштирок этди.**

## АЁЛЛАРИНИНГ ҚАДРИ БАЛАНД ЮРТ

Тадбирда аҳолининг тиббий маданиятини ошириш, хотин-қизлар учун иш ўринлари яратиш, Ўзбекистон Республикаси Президенти сайловига тайёргарлик кўриш ва уни ўтказиш жараёнида хотин-қизлар иштирокини таъминлаш, сайловчиларнинг ҳуқуқий ва сиёсий саводхонлигини юксалтириш ҳақида сўз юритилди.

Оила, оналик ва болаликни ижтимоий муҳофаза қилиш борасида амалга оширилаётган кенг қўламли ислохотлар ўз самарасини бермоқда. Мамлакатимизда камқон ҳомиладор аёллар учун имтиёзли овқатланиш тизими жорий қилиниб, хотин-қизларни оғир меҳнатдан ҳоли қилиш, уларга қисқартирилган иш куну белгилаш, кундалик турмуш учун зарур маданий-маиший шароитлар яратишга алоҳида эътибор қаратилмоқда.

Форумда Хотин-қизлар кўмитаси, Ўзбекистон Республикаси Соғлиқни сақлаш вазирилик ва “Махалла” хайрия жамоат фонди биргаликда “Саломатлик сектори” фаолиятини такомиллаштириш, Ўзбекистон Республикаси Ўрта махсус касб-хунар таълими маркази ва Ўзбекистон Республикаси Миллий банки билан “Битирувчи қизлар бандлигини таъминлаш, Ўзбекистон Олий ва ўрта махсус таълим вазирилик билан “Олий ўқув юрларидаги талабалар турар жойларида яшовчи қизлар ўртасида маънавий-ахлоқий тарбия ишларини кучайтириш борасида”ги кўшма қарорларни имзолади.

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

**Ширинхон МҲМИНОВА,**  
“Оила ва жамият” муҳбири

## МЕҲНАТ МУҲОФАЗАСИ МУҲИМ

Ўзбекистон истеъмол товарлари ишлаб чиқариш, савдо ва хизмат кўрсатиш ташкилотлари ходимлари касба уюшмаси Республика кенгаши ва Тошкент шаҳар Юнусобод туман кенгаши ҳамкорлигида меҳнат муҳофазаси ва меҳнат шароитларини яхшилаш бўйича семинар ташкил этилди.

Темурийлар тарихи Давлат музейида ўтган семинарда касб-хунар коллежлари ўқувчилари, турли ташкилотларнинг касба уюшма кўмиталари вакиллари ва меҳнат хавфсизлиги бўйича мутахассислар иштирок этди.

Маърузалар давомида меҳнаткашларни моддий рағбатлантириш, иш фаолиятига муносиб равишда ойлик маошлар билан таъминлаш, ўқувчиларнинг

иш билан бандлиги ва уларга яратилган меҳнат шароитлари хусусида сўз борди.

– Бугун нафақат меҳнаткашлар, турли касб-хунар ўрганаётган ёшларимиз ҳам ўзларининг меҳнат қилиш ҳуқуқларини билиши семинарда акс этди, – дейди Юнусобод тумани истеъмол товарлари ишлаб чиқариш савдо ва хизмат кўрсатиш ташкилотлари ходимлари касба уюшмаси кенгаши раиси Камолитдин Худойбердиев. – Масалан, ўқувчилар коллеж ва академик лицейни тамомлагандан сўнг бандлик масаласи қандай ҳал этилиши юзасидан савол беришганида уч томонлама шартномалар йўлга қўйилгани ҳақида айтишди. Меҳнат муҳофазаси ва ишчилар шароитини яхшилаш юзасидан йилдан йилга муҳим ишлар амалга ошириляпти. Бу қонун ҳужжатларида ҳам ўз аксини топмоқда.

**Сабохат ТҲХТАБОЕВА,**  
Баҳромхўжа АБДУЛЛАЕВ

Мамлакатимизда жисмоний тарбия ва спортни кенг оммалаштириш борасида амалга оширилаётган эзгу ишлар халқаро спорт жамоатчилиги томонидан юксак баҳоланмоқда. Ўзбекистон гимнастика федерацияси мамлакатимизда ушбу спортнинг барча асосий турлари – эркаклар ва аёллар спорт гимнастикаси, бадий гимнастика, трамполин, акробатикани оммалаштиришга доир эътиб ишларни амалга ошираётир. 2007 йилда гимнастика бўйича республика олий спорт маҳорати мактаби ва 2011 йилда бадий гимнастика бўйича болалар-ўсмирлар ихтисослаштирилган республика олимпия захиралари спорт мактаби ташкил этилди.

Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси ва тегишли мутассадди ташкилотлар томонидан Сергели туманида шаҳар Маданият ва спорт ишлари бошқармаси қошидаги Якка кураш турлари бўйича болалар ва ўсмирлар спорт мактабида анъанавий “Гимнастика барча учун” номли мусобақа

## ГИМНАСТИКА БАРЧА УЧУН

ўтказилди. Ушбу тадбирдан кўзланган мақсад соғлом турмуш тарзини шакллантириш ва ҳаётга тадбиқ этиш, хотин-қизларни жисмоний тарбия ва спортга кенг жалб этиш орқали оналар соғлигини мустаҳкамлаш, соғлом авлодни вояга етказишга ҳисса қўшиш ҳамда аҳолига, айниқса, аёлларга ўз соғлиғига бўлган масъулиятини кучайтиришдан иборатдир. Тадбирда Тошкент шаҳри ва Тошкент вилоятининг шаҳар ва туманларидан келган 50 ёшдан юқори уй бекалари ҳамда 10 ёшгача бўлган қизлар қатнашишди. Мусобақада 348 нафар иштирокчи ўзаро куч синашди.

– Мен “Эъзозли аёллар” спорт гуруҳи раҳбариман, – дейди Фароғат Шодиева. – Бизнинг спорт гуруҳимиз тузилганига 5 йил тўлди. Шу йиллар мобайнида эътибор уй бекалари ва нафақадаги аёллар (50 ёшдан 83 ёшгача) спортни инсон соғлиғи учун жуда катта аҳамиятга эга эканлигини тушуниб етишди ва шунинг учун

ёзинг саратонида ҳам, қишнинг совуқ кунларида ҳам ҳеч қанда қилмай, эрталабки бадантарбия билан шуғулланишга одатланишган. Шу билан бирга аёлларимиздан 15 нафари ҳар йили республикаимизда ўтказиладиган “Гимнастика барча учун” деб номланган мусобақаларда қатнашиб, қатор йиллардан буён совринли ўринларни олиб келишмоқда. Мана бугунги мусобақага ҳам аёллар жуда яхши тайёрланиб келишди. Бизнинг гуруҳ “Энг фаол спорт командаси” деган номинация ғолиблигини қўлга киритишга муваффақ бўлишди. Сафдошларимиз эса республика бўйича 5000 нафарга яқинлашиб қолишди. Шуну ҳисобга олган ҳолда тизимли ишлаш, уларнинг фаолиятини қонунлаштирилган ҳолда нодавлат-нотижрат “Эъзозли аёллар” марказини очиш устида иш олиб бормоқдамиз.

**Латофат САЪДУЛЛАЕВА**

# УЛАРНИНГ ИМКОНИАТИ ЧЕКЛАНМАГАН

**Кўпчилик жисмоний имконияти чекланган, ҳақида "боқиманда", "касаллиги, жисмоний нуқсонни пеш қилиб, моддий ёрдам сўраб юради", деб ўйлайди. Уларга нисбатан камситиш, менсимаслик назари билан қарайди. Аммо жисмоний имконияти чекланганларнинг ўқиш, ишлаш имконияти чекланмаган.**

Шахсни, шу жумладан, ўн олти ёшдан ўн саккиз ёшгача болаларни ногирон деб топиш Тиббий-меҳнат эксперт комиссиялари томонидан, ўн олти ёшгача бўлган болаларни ногирон деб топиш эса Тиббий Маслаҳат комиссиялари томонидан белгиланади. Тиббий-меҳнат эксперт комиссиялари ва Тиббий-масҳалат комиссиялари тузиш, шунингдек, улар томонидан хулосалар бериш қонун ҳужжатларида белгиланган тартибда амалга оширилади.

## Шахс қандай ҳолатда ногирон деб топилади?

Жисмоний, ақлий, руҳий ва сезги нуқсонни туфайли турмуш фаолияти чекланган, қонун ҳужжатларида белгиланган тартибда ногирон деб топилган ҳамда ижтимоий ёрдам ва химояга муҳтож шахс имконияти чекланган киши саналади. Ногирон болалар эса 18 ёшгача бўлган кишилардир.

– Ҳар яқшанба жамиятга йиғилиб, дийдорлашамиз, – дейди "Меҳрибонлик" ижтимоий ўзаро ёрдам жамиятининг ташкилий ишлар бўйича мутахассиси Нодира Тилпаева. – Жамият қошида "Ёшлар маркази"ни ташкил қилганми. Тўғриси, бу марказни ташкил қилишдан мақсадим — жисмоний имконияти чекланган ёшларни бирлаштириш, дўстлаштириш ва тақдир қилган бўлса, ёшларни бири-бирига муносиб жуфти билан топиштириш. Ахир, соғломми, ногиронми, ҳар бир инсон дунёга умид билан келади. Кўп ҳолларда одамлар ногирон қизларни келин қилишни истамайди. Чунки қайноналарга елиб-югуриб хизмат қиладиган, қўл-оёғи қаққон, пазанда-чевар келин керак. Аммо ногирон қизларнинг ҳаммаси ҳам ётиб олиб,

тақдирдан норозиланиб ўтирмайди. Ҳаёт давом этяпти. Жисмида нуқсон бор, дегани, "энди ҳаммаси тамом, ҳеч нарса қилмай ётавериш керак, сен ҳеч кимга керак эмассан", дегани эмас! Йигит-қизларимиз, катталаримиз ҳам имконият даражасида уринапти. Ҳатто соғлом одамлар эпловмаган ишларни қойилгашиб бажараётганлар ҳам бор. Уларни санасам, вақт етмайди. Муҳими, жамият уларни маънавий-руҳий қўллаб-қувватламоғи лозим, деб ўйлайман.

## Реабилитация нима?

Ногиронларни реабилитация қилишдан асосий мақсад, уларга тўлақонли турмуш кечириш ҳамда ўз ҳуқуқ ва потенциал имкониятлари кўрсатишга амалий кўмак беришдир. Бу бир неча босқичда ўтказилади:

а) ногиронларни тиббий реабилитация қилиш: тиклаш терапияси, реконструктив жарроҳлик, протезлаш ва ортезлаш; б) ногиронларни касбий реабилитация қилиш; бу касбга йўналтириш, касб таълими бериш, касб-хунар ишлаб чиқариш мослашувидан иборатдир.

## Ногиронларни иш билан таъминлаш

Маълумки, ходимлар сони йигирма нафардан ортиқ бўлган корхона, муассаса ва ташкилотларда маҳаллий давлат ҳокимияти органлари уларни ишга жойлаштириш учун ходимлар сонининг камидан уч фоизи миқдоридан иш жойларининг энг кам сонини белгилайди ва захирада сақлайди. Агар бу ишга жойлаштириш масаласи бажарилмаса, ташкилотларнинг мансабдор шахслари маъмурий жавобгарликка тортилади.

## Имтиёзлар

Ногиронларга ва таркибда ногирон бор оилаларга уй-жой бериш, уларнинг уй-жой олиши, қуриши ва ундан фойдаланиши бўйича имтиёзлар "Уй-жой тўғрисида"ги қонун ҳужжатларида белгиланади.

Болалиқдан ногиронларга ҳамда I ва II гуруҳ ногиронларига турар жой

уларнинг иш жойи, даволаш-профилактика муассасаси ва транспорт йўналишига мувофиқ тарзда берилади.

Етим ёки ота-она қарамоғидан маҳрум бўлган ногирон болалар вояга етганидан кейин ногиронни реабилитация қилишнинг яқка тартибдаги дастурига мувофиқ, агар дастурда ўзига ўзи хизмат кўрсатиш ва мустиқил турмуш тарзи олиб бориш имконияти назарда тутилган бўлса, уй-жой майдони билан навбатдан ташқари таъминланади.

Ногиронларни дори-дармон билан таъминлаш, уларга техник ва бошқа воситалар бериш, шунингдек, маиший хизматлар ва транспорт хизматлари кўрсатиш қонун ҳужжатларида белгиланган тартибда белул ёки имтиёзли шартлар асосида

## 3 Декабрь – Халқаро ногиронлар куни

амалга оширилади.

## Ижтимоий ёрдам турлари Ногиронларга қуйдаги турдаги ёрдам кўрсатилади:

пул тўловлари (пенсиялар, нафақалар, бир йўла бериладиган тўловлар);

техника воситалари ёки бошқа воситалар, шу жумладан, автомобиллар, ўриндиқли аравачалар, протез-ортезлар буюмлари, махсус ҳарфли матбаа нашрлари, овоз кучайтиргич аппаратлар ва сигналзорлар билан таъминлаш;

тиббий, касбий, ижтимоий реабилитация қилиш ва маиший хизматлар кўрсатиш;

транспорт хизматлари кўрсатиш ва дори воситалари билан таъминлаш

## Қайси давлат органлари ёрдам кўрсатади?

Ногиронларга тиббий-меҳнат эксперт комиссиялари ва тиббий-маслаҳат комиссиялари-нинг хулосалари асосида қонун ҳужжатлари мувофиқ ижтимоий ёрдам кўрсатилади. Ўзгаларнинг парваришига ва ёрдамига муҳтож ногиронларга туман, шаҳар меҳнат ва аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш органлари томонидан уйда ёки ногиронларга ижтимоий хизмат кўрсатиш стационар муассасаларида тиббий ва маиший хизматлар ташкил этилган.

Жўрабек ЖўРАЕВ

**Бола кўнгли нозик ва шаффоф. Биргина ноўрин сўз, қараш ҳаттоки бепарволик ҳам унинг шу мўъжаз кўнглига азият етказди. Айниқса, ота-она меҳридан йироқ, имконияти чекланган болалар доимо ўзгалар меҳрига, мурувватига ташна бўладилар. Биргина ширин сўз уларнинг ҳаётига бахт, озгина эътибор келажакка умид бахш этади.**

# МУРУВВАТ САРЧАШМАСИ

Фарғона шаҳридаги "Мурувват" уйида 200 нафардан зиёд ногирон бола истиқомат қилади. Уларнинг ҳар бири матонати ва эзгу қақсади билан ажралиб туради.

Ушбу масканда меҳнат қилаётган, умрини, вақтини, меҳрини мана шу болаларга бахшида этган тар-

биячиларнинг фидойилиги, матонати ҳам таҳсинга лойиқ.

Ҳикоятхон Ходжиматова 8 йилдан буён мана шу "Мурувват" уйида ишлайди. Бу вақт давомида ўзига топширилган масъулиятли вазифани сидқидилдан адо этиб, кўплаб болаларнинг дардига малҳам бўлди. Уларнинг қалбига йўл топиб, севинтирди. Ёш авлод саломатлигини мустаҳкамлаш, болаларнинг жисмоний, интеллектуал ва маънавий ривожланиши учун белгиланган дастурлар бўйича дарс машғулотларини ноанъанавий усулларда олиб бориб, ақли ва нуқти ривожланишига амалий ёрдам берди.

Фидойи тарбиячининг таълим-тарбия тизимида алоҳида ўрнатилган кўрсаткичи, интилувчан ва меҳнатсеварлиги давлатимизнинг юксак мукофоти – "Шуҳрат" медал билан тақдирланди.

– Мурувват уйидаги болаларнинг ҳар бири ўз фарзандимиз каби азиз, – дейди Ҳикоятхон. – Уларнинг интилишлари, қизиқишларини кўриб руҳланамиз. Гарчи имконияти чекланган бўлса-да, самимий тўғулари, фазилатларидан ҳар қанча ўрнатилган сабр-қаноат аввало уларда мурасим. Доимо ҳаётдан маъно излаш, ҳар бир бўлаётган ҳодисани қувонч билан қарши олиш, миннатдор бўлиши айрим соғлом ва ҳар жиҳатдан таъминланган кимсалардан устунлигидир. Уларга қараб туриб фақат меҳр бергинг келади. Кемтик қалбига малҳам бўлишни, доимо кўзлари порлаб, юзидан табассум бўлишни истайсан. Биргина саломатлигидаги ўзгариш ёки ёд олган сўзини айтиши ҳам энг гўзал неъматдек кўринади. Қалбингда чексиз қувонч туғилади.

Камола ПОЛВОҒОВА,  
журналист

## ҲАР БИР ШАХС ЎЗ ОВОЗИГА ЭГА

Хотин-қизлар кўмитаси, Марказий сайлов комиссияси, Тошкент шаҳар ҳокимлиги билан ҳамкорлигида Шайхонтоҳур туманида "Хотин-қизларнинг сайловлардаги иштироки" мавзусида учрашув ўтказилди.

Аёлларнинг сайловдаги фаол иштирокини таъминлаш, уларнинг ҳуқуқий билимларини юксалтириш, биринчи марта овоз бераётганларга тушунтириш ишларини олиб бориш мақсадида ташкиллаштирилган семинарда 300 нафардан ортиқ фахрий онахонлар ва маҳалла маслаҳатчилари, ёшлар иштирок этди.

Жорий йилнинг 4 декабрида бўлиб ўтадиган сайловда Шайхонтоҳур туманида 207,8 миң нафарга яқин сайловчи рўйхатдан ўтган бўлиб, улардан 114,3 миң нафари хотин-қизлардир. Биринчи марта сайловда иштирок этувчи ёшлар 3260 нафар бўлиб, уларнинг 1765 нафари қизлардир.

Тадбирда фахрий онахонларга Ўзбекистон Республикаси Конституцияси, "Фуқаролар сайлов ҳуқуқларининг кафолатлари тўғрисида"ги Тўғрисида, "Ўзбекистон Республикаси Президенти сайлови тўғрисида"ги Қонун юзасидан ҳамда Президент сайловининг мамлакатимиз ҳаётидаги ўрни, ҳар бир сайловчининг ҳуқуқ ва эркинликлари, уларнинг овози давлатимиз келажиги ва халқимизнинг эртанги фаровон турмуши учун қандай аҳамият касб этиши тўғрисида тушунчалар берилди.

Иштирокчиларга семинар мавзусига оид саволлар тарқатилди ва фахрий онахонларнинг унга муносабати, шахсий ва жамоавий фикрлари тинланди.

Ҳар бир семинар иштирокчиси "Мен сайловда шахсан ўзим иштирок этаман", "Бизнинг оиламизда ҳар бир шахс ўз овозига эга", "Ҳар бир фуқаро фақат ўзи учун овоз беради" каби тарғибот ҳуқуқий маданиятни ошириш жараёнида муҳим аҳамиятга эга эканини таъкидлашди.

Сайловда овоз бериш аёлларимизнинг нафақат фуқаролик ҳуқуқи, балки бурчи ҳамдир. Ҳар бир сайловчининг овози тинч-осойишта, ҳаловатли эртанги кунимизни белгилашда муҳим аҳамият касб этади.

Дилдор МУСАЕВА

## ЯНГИ ВЕБСАЙТ ТАҚДИМОТИ

Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Қонунчилик палатаси Фаолиятдан жамоатчиликни кенг хабардор қилиш, фуқаролик жамияти институтлари билан ахборот алмашишни таъминлашнинг самарали тизимларини яратиш мақсадида изчил ишлар олиб борилмоқда.

Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Қонунчилик палатасида парламентнинг янгиланган расмий веб-сайти тақдимоти бўлиб ўтди: веб-сайтнинг ўзига хос вазифа ва хусусиятлари таништирилди.

— Янги таҳрирдаги веб-сайт ахборот-маслаҳат таъминоти, қўшимча ахборотлар билан таъминлаш хизматларини кўрсатиш, электрон мулоқотни амалга ошириш учун шароитлар яратиш, Қонунчилик палатаси ва унинг таркибий бўлинмаларининг қонун ижодкорлиги, назорат-таҳлил ва халқаро фаолият тўғрисида жамоатчиликни хабардор қилиш самарадорлигини ошириш имконини беради. Сайтдан фойдаланувчилар қонунчилик ҳужжатлари лойиҳалари бўйича ўзларининг таклиф ва фикр-мулоҳазаларини билдириши, шунингдек, электрон мунозараларда иштирок этиш имкониятига эга, — дейди Олий Мажлис

Қонунчилик палатаси Ахборот хизмати ходими Намоз Толипов.

Сайтда депутатлар томонидан тайёрланган таҳлилий шарҳлар бор. Сайтдан фойдаланувчилар мамлакатимизда ва хориждаги воқеаларга депутатлар муносабати билан доим танишишлари мумкин. Сайт сайлов округларидан хабардор қилади, шунингдек, депутат учрашувларида иштирок этиш истагини билдирганлар учун ўз вақтида керакли ахборотларни тақдим этади.

— Фойдаланувчиларга янгиланган веб-сайт орқали тақдим этилаётган кенг қамровли янги имкониятлар, шубҳасиз парламентнинг фуқаролик жамияти билан самарали мулоқот ўрнатишига ҳамда депутатларнинг ўз сайловчилари олдига ҳисобдорлиги механизмининг ривожлантиришига ва бу ўз навбатида, мамлакатимизда фуқаролик жамиятининг янада ривожланишига имкон яратяди, — дейди Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Қонунчилик палатаси депутати Эркин Холбўтаев.

И.СИДДИҚОВ,  
"Оила ва жамият" муҳбири

# МЕҲНАТДАН КЕЛГАН ШУҲРАТ

**Электрда пўлат эритиш цехини “Ўзметкомбинат” акциядорлик жамиятининг юрагига қиёслашади. Бу цехда бутун мамлакатимиз ва қўшни давлатлардан келтириладиган темир-терсак парчалари эритилиб, белгиланган буртмаларга асосан пўлат куйилмалари тайёрланади.**

...ЭПЭЦга қадам қўйганингизда узоқдан уфқни эслатувчи қип-қизил алангага кўзингиз тушади. Сўнгра гувиллаган овоз эшитилиб, иссиқ ҳарорат вужудингизни эгаллайди. Печга яқинлашган сари ҳарорат юқорилаб, ундан сачраб чиқаётган металл учқунлари кўзингизни қамаштира бошлайди. Печнинг ойнаванд бошқарув пулти хонасидан унинг ишлаш жараёни кўриниб туради. Ичкарида махсус каржома ва каска кийган пўлат эритувчилар пулт ричаглари ва тугмачаларини босиб, мониторлардан иш жараёнини кузатиб боришади. Бугун бу цехда жаҳон андозалари талабларига мос маҳсулотлар ишлаб чиқарилмоқда. Бу жойда эритилган пўлат куйилмаларидан тайёрланаётган металл прокати маҳсулотларининг катта қисми экспортга жўнатиладиганлиги уларнинг сифати юқорилигидан дарак беради. Бу давлатимиз мустақиллиги йилларида ЭПЭЦ модернизация қилиниб, техник ва технологик қайта жиҳозланишининг самарасидир. Эндиликда пўлат эритувчилар замонавий технологияларни моҳирона бошқариб, мунтазам равишда белгиланган режаларни бажариб келишмоқда. Улардан бири катта пўлат эритувчи Олимжон Тўйчиев жамоада эришилаётган ютуқларига қўшган улкан ҳиссаси учун Ўзбекистон Қаҳрамони унвонига лойиқ қўрилган.

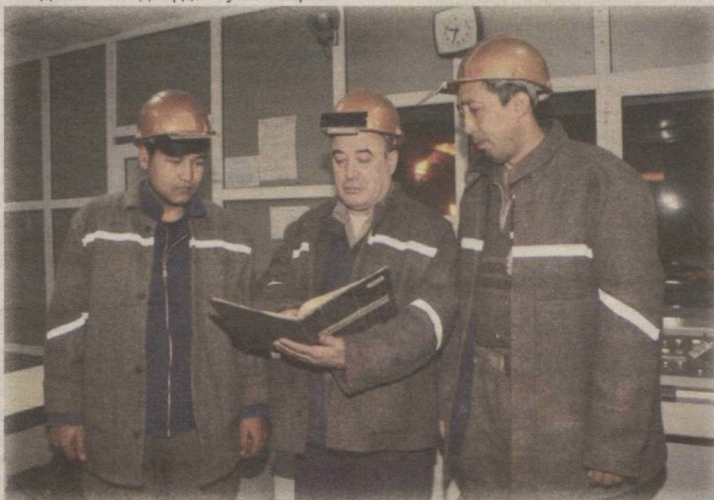
Олимжонда металлург касбига қизиқиш болалигидаёқ пайдо бўлган. Ушанда ўзи таҳсил олаётган Бекобод шаҳридаги 3-ўрта мактаб металлургия корхонасига сەҳнат уюштиради. Бу экскурсия унда шу касбга иштиёқ уйғотиб, унинг ҳаёт йўлини белгилаб берди.

Олимжондаги бу қизиқиш мактабни битиргач, уни 43-хунар-техника билим юрти (ҳозирги Бекобод Саноат касб-хунар коллежи) сари етаклади. Уқишни битириб, ҳарбий хизмат бурчини ўтаб келган 20 ёшли йигит 1985 йилда ҳеч

иккиланмай, Ўзбекистон металлургия завоидига – пўлат эритувчи ёрдамчиси бўлиб ишга кирди.

Олимжон уч йил мобайнида пўлат эритувчиларга ёрдам бериб, фахрли аммо қийин ишнинг сир-асрорини қунт билан ўрганди. Ҳозирда қариллик гаштини сураётган Пётр Вильмс, Виктор Жўраев, Иван Кудряшов каби тажрибали пўлат эритувчилар унга устозлик қилдилар. Олимжон устозларидан ҳар бир топшириқни мукамал илғаб, ўз вақтида ва аниқ бажариш кўникмасини эгаллади. Натижада 1988 йили пўлат эритувчи сифатида улкан печь олдида мустақил иш бошлади. Секин-аста ўзи ҳам устоз бўлди. Бугун ёш пўлат эритувчиларнинг барчаси уни ўзларининг мураббийи, деб билади. Айни кунларда шогирдларидан Дилшод Даминов, Шўҳрат Сирожидинов, Ойбек Тўрақулов каби пўлат эритувчилар устозлари каби умумжамоа ютуқларига ўз ҳиссасини қўшиб келишмоқда.

Металлургия заводи ишга туширилган дастлабки даврда – ўтган асрнинг



40-50 йилларида мартен цехида 9 соатдан ошиқроқ вақтда битта пўлат эритмаси тайёрланган. 1978 йил электр ёрдамида пўлат эритиш цехи ишга тушган эса пўлат эритмасини тайёрлаш уч ярим соатгача қисқарди. Бора-бора бу кўрсаткич ҳам замон эҳтиёжлари ва завод маъмуриятини қониқтирмай қолди. Айниқса, собиқ Советлар тузумининг тугатилиши иттифоқдош республикалараро ва корхоналараро иқтисодий апокаларнинг бузилишига сабаб бўлди. Зарур жиҳоз, асбоб-ускуна ва хом ашё манбаларининг етишмаслиги ишлаб чиқариш суръатларининг пасайишига, корхона



молиявий аҳволининг ёмонлашувиغا олиб келди. Ана шундай бир пайтда Ўзбекистон Республикасининг Биринчи Президенти Ислоҳ Каримов ва ҳукуматимиз комбинатнинг бош тармоғини замонавий технологиялар асосида қайта реконструкция қилиш госясини илгари сурди ва унга давлатнинг ўзи бош бўлди.

учун қайта туғилиш даври саналган бўлса, Олим Тўйчиев учун меҳнатда ўзини кўрсатиш ва унинг рағбатига сазоворлик йиллари бўлди. У фидокорона меҳнати учун 2004 йили “Ўзбекистон Республикасида хизмат кўрсатган саноат ходими” фахрий унвони билан мукофотланди. 2009 йили эса мамлакатимизнинг Биринчи Президентининг қўлларидан Ватанимизнинг олий мукофоти – “Ўзбекистон Қаҳрамони” унвонини ва “Олтин юлдуз” медалини олиш бахтига муяссар бўлди.

**Олимжон ўша шуқуҳли кунларни шундай хотирлайди:**

– 2009 йил 25 август куни кечкурун “Ахборот” дастури бошланганда оила аъзоларимиз билан одатдагидек телевизор қаршида ўтиргандик. Дастлаб суҳандон Президентимизнинг “Ўзбекистон Қаҳрамони” унвонини бериш тўғрисидаги Фармонини ўқиб бошлади. Юксак мукофот берилганлар орасида исми-шарифим ўқилганида ҳаяжондан қай аҳволга тушганлигимни таърифлаб бера олмайман. Хонани тутиб кетган телефон кўнгиригига мени ўзимга келтирди. Гўшакни кўтариб, комбинатимиз бош директори Алик Нуритдиновнинг овозини эшитдим. Унинг табриқига жавобан “Раҳмат, раҳмат!” дея олдим, холос. Кетма-кет ҳамкасблар, қариндошлар, дўстларим кўнгирик қилди...

– У ўзининг ишини яхши биладиган, бошқаларни ҳам ўз ордидан эргаштира оладиган, қатъиятли ва камсукум, – дейди раҳбарлари тажрибали пўлат эритувчи ҳақида. – Меҳнат Қаҳрамонимиз фидокор металлург бўлиш билан бирга, жамоат ишларида ҳам барчага намуна бўлиб келмоқда.

Қаҳрамонимиз нафақат меҳнаткаш ишчи, маҳалла фаоли, балки халқ хизматкори ҳамдир. У Халқ депутатлари Тошкент вилоят Кенгаши ва Бекобод шаҳар Кенгаши депутати сифатида ҳам фаолият кўрсатмоқда. Кўпчилик уни бахтли ота, ибратли оила бошлиғи сифатида ҳам яхши билади. Бир ўғил ва бир қизи бор. Ўғли Азизбек ота изидан юрди: Тошкент давлат техника университетини битириб, отаси ишлайдиган цехда чилангар-таъмирловчи уста. Бекобод тиббиёт коллежини тугатган қизи Наргиза эса онаси Лолаҳон билан биргаликда шаҳар тиббиёт бирлашмасида ҳамшира бўлиб хизмат қилмоқда.

ЭПЭЦда Олим Тўйчиев каби устоз ишчилар ҳамда унинг меҳнатсевар шогирдлари хизмат қилаётган экан, пўлат эритиш топшириқлари ҳар доим юқори даражада бажарилиб, муваффақиятларга эришилаверади. Зеро, бундай инсонлар зиммасидаги масъулиятни теран ҳис этиб, ҳар қандай ҳолатда ҳам вазифасини, бурчини маромига етказиб бажарадилар.

**Исмидиёр МАМАТҚУЛОВ**



Долзарб мавзу

Дилбар Зияева, олий тоифали  
диетолог-шифокор:

– 4-5 соат оқ ҳолда ўтириб сақич чайнаш, шоколад ёки печенье ейиш ёки қарсилдоқ қириешки, чипс қавшаш катта одамнинг ҳам соғлиғига жиддий хавф туғдиради. Бола организми учун бу хавф бир неча баробар ортиши, ҳатто оғир асоратларга олиб келиши мумкин. Тез тайёланадиган егуликлар болалар ва ўсмирларга мутлақо тавсия этилмайди. Бундай маҳсулотлар бола организмга оғирлик қилиши билан бир-

Фарзандимизни мактабга кузатарканмиз, усти бут, қорни тўқ эканига алоҳида аҳамият қаратамиз. Имкониятимиздан келиб-чикиб, тушлик тамаддисини учун қўлига пул берамиз. Аммо у мактаб ошхонасидан ёки ўқув муассасаси атрофида ўз "бизнес"ини йўлга қўйган пистаچی холадан нима олиб еяётгани бизга қоронғу. Ҳақли савол туғилади: бугун бола мактаб ошхонасидан нима сотиб олиб еяпти? Мактаб ошхоналари ўқувчи ва ота-оналарни нечоғли қониқтиради?

Бутунжаҳон Соғлиқни сақлаш ташкилотининг маълумотиغا қўра, инсон саломатлигини белгилловчи омиллар-

тушлиқдан кейин чой ичиб ўтирган ўқувчилар билан суҳбатлашганимизда, улар бу ерда тайёрланадиган дўлма, ош, шўрва, гречка, лағмонни яхши кўриб тановул қилишларини, енгил тамадди учун сомсалар ҳам тайёрланишини айтишди. Ошхонани кўздан кечириб озода, файзли маскан эканига амин бўлдик. Бу каби мактаблар кўнглиги бизни мамнун қилди. Афсуски, баъзи мактаб ошхоналарида ҳали-ҳанузгача сотилиши тақиқланган маҳсулот ва таомлар ҳам бор. Гамбургер, чизбургер, хот-дог, сосиска ва колбаса маҳсулотлари, қовурилган картошка (чипс), газланган салқин ичимликлар

– газланган салқин ичимликлар;  
– уйда тайёрланган барча озиқ-овқат маҳсулотлари;  
– кремли қандолат маҳсулотлари;  
– кўлбола қатиқ;  
– ўткир таъмли соуслар, кетчуплар, майонез, консервалар, маринадланган сабзавот ва мевалар;  
– табиий кофе, тетиклантирувчи ва қувватни оширувчи ичимликлар;  
– сақич.  
– Ўқувчилар учун имкон даражасида арзон ва сифатли овқатлар тайёрлашга ҳаракат қиламиз, – дейди Бухоро шаҳридаги 35-мактаб ошпази Мавлон Бўриев. – Аммо болага мажбурлаб

# ЧИПС, ҚИРИЕШКИ, САКИЧ ВА ПИСТАЧИ ХОЛА

нинг 50 фоизи унинг овқатланиши ва ҳаёт тарзига, 20 фоизи наслга ва 10 фоизи тиббий хизмат сифатига боғлиқ экан. Демак, инсоннинг яшаш тарзи ва овқатланиш маданияти унинг саломатлигига муҳим ўрин тутди. Абу Али ибн Сино узок умр кўришининг асосий омилли сифатига тўғри овқатланиш масаласига алоҳида эътибор қаратган.

Мамлакатимизда фарзандимизнинг ҳар жиҳатдан соғлом, маънан етук, жисмонан бақувват бўлиб вояга етишига, замонавий касб-хунар сирларини ўрганишига давлат мактабларида эътибор қаратилмоқда.

Ўқувчиларнинг таълим муассасаларида белгиланган ўқув дастурларини тўлиқ ўзлаштиришида тўғри ва сифатли овқатланишга риоя қилиши муҳим. Бу борада ўқувчиларнинг соғлом овқатланишини ташкил этиш, мактаб ошхоналарида юқори калорияли, витаминли маҳсулотлар сонини кўпайтириш, уларнинг моддий-техник базасини мустаҳкамлашга доир меъёрий-ҳуқуқий база мавжуд.

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2015 йил 29 августдаги "2015-2020 йиллар даврида Ўзбекистон Республикаси аҳолисининг соғлом овқатланишини таъминлаш концепциясини ва чора-тадбирлар комплексини тасдиқлаш тўғрисида"ги қарорига асосан Вазирлар Маҳкамасининг 2010 йил 20 августдаги "Таълим муассасаларида соғлом овқатланиш шарт-шароитларини яхшилаш бўйича чора-тадбирлари тўғрисида"ги қарорига ўзгартириш ва қўшимчалар киритиш белгиланган. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг жорий йил 2 майдаги "Умумий ўрта ва ўрта махсус, касб-хунар таълими муассасаларида соғлом овқатланишни ташкил этишни янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги қарори бу борадаги ишларни янги bosқичга кўтарди.

Халқ таълими, Олий ва ўрта махсус таълим, Соғлиқни сақлаш вазирликлари, Ўзбекистон ошпазлар уюشمаси томонидан 2016-2020 йилларда умумий ўрта ва ўрта махсус, касб-хунар таълими муассасаларида соғлом овқатланишни ташкил этишни янада такомиллаштириш бўйича чора-тадбирлар режаси ишлаб чиқилган.

Бу борада ўқув муассасаларидаги аҳвол билан яқиндан танишиш мақсадига айрим мактабларга йўл олдик.

Тошкент шаҳар, Чилонзор туманидаги 164-мактабнинг ошхонаси кўнглидагидек фаоллик кўрсатаётганига гувоҳ бўлдик. Мактаб ошхонасида

## ёхуд яна мактаб ошхоналари ҳақида

овқат едириб бўлмайди. Ҳар қанча тушунтириш ишлари олиб борилмасин, болалар дарсдан чиқиб мактаб атрофидаги дўконлар ёки йўл бўйидаги сотувчилардан егулик сотиб олади. Айрим ота-оналар фарзандига колбаса, ё сосискали нон бериб юборади. Мактаб ошхонасида сотилиши тақиқлангани билан барир бола уйдан "Fast food"га ўхшаган егулик олиб келиб еяпти. Чунки бу ота-оналар учун қулай, ҳам арзон.

Дарҳақиқат, кўп ҳолларда ўқувчилар мактаб ошхонаси, буфети бўлса ҳам муассаса атрофида "ёйма бозор"ини очиб ўтирган "тадбиркор"лардан "чупа-чупс", "кириешки" ва қадоқланган тайёр маҳсулотлар, сақич, кун нурида ўз калорияси ва сифатини йўқотган ширинликлар ва бодрoқ сотиб олиб ейишади. Нима учун?

**Дилдора Ҳайдарова, ўқитувчи, Наманган вилояти:**

– Телевизорни қўйсангиз икки гапнинг бирида: "Эй, сендачи зизи борми?", ёки бўлмаса "Канго қани, канго?" деб тургандан кейин, аллақандай "амерканча попкорн"ни оғиз кўпиртириб мактабга олиб боради, боладан нега хафа бўламиз... Сақичлар ре-

га уларга қарамлик келтириб чиқаради. Бу кейинчалик хавфли касалликларга олиб келиш эҳтимоли юқори.

**Дилафрўз Бердиева, Бухоро тумани:**

– Қизимга ҳар куни йўл кирадан ташқари икки минг сўм бераман. Мактаб ошхонасида иссиқ овқат тайёрланади, лекин нархи икки минг сўмдан қиммат. Бола пулига яраша егулик олади. Унда кўпроқ пул беринг болангизга, дейишингиз мумкин. Лекин икки-уч фарзанди мактабга борадиган ота-она учун ҳар бир боласига йўл ҳақи ва овқат пули бериш осон эмас. Бунга мактаблардаги "йиғди-йиғди"ларни ҳам қўшсангиз бир ойлик маош урвоқ ҳам бўлмаслигини тушунасиз.

**Муҳайё Саримсоқова, Тошкент вилояти, Қибрай тумани:**

– Мактаб ошхоналарининг фаолияти қониқарли, тайёрланаётган овқатлар сифати кўнглидагидек бўлсада, нархлар кўпчилик ота-оналарга маъқул эмас. Мактаб ошхонасида тайёрланган овқат, нон, чойи билан 5 минг сўмга тушса, икки ёки уч-тўрт фарзанди ўқувчи бўлган ота-она учун бу мабғалар бир мунча оғирлик қилади.

Икки фарзанди коллеж талабаси, бир фарзанди мактаб ўқувчиси. Уч болага ҳар куни йўл кирасидан ташқари тўрт-беш минг сўм беришга имкониятимиз етмайди. Минг-икки минг сўмлик егуликлардан кўнглимиз тўлмайди...

**Боланинг соғлом овқатланишини ташкил этишга аввало, ота-онадан кўпроқ маъсулият талаб этилади.**

Болаимизни соғлом ва тўғри овқатланишга ўргатиш – вазифамиз.

Мактаб маъмурияти ҳам ўзига юклатилган бурч ва вазифаларига маъсулият билан ёндошса мақсадга мувофиқ бўлади. Зеро, мактаб ошхонаси ёки буфет биринчи навбатда, санитария-гигиена талабларига тўла жавоб бериши керак. Маҳсулотлар сифатли, арзон бўлиши ва амалдаги қонунчиликка асосан сотилиши, тақиқланган маҳсулотлар савдосига барҳам бериш даркор. Шунингдек, ўқув муассасалари атрофида савдо қилаётган пистаچی ходаларга ҳам инсоф берсин! Шундай "тадбиркор"ларга қарата: "Сизнинг ҳам фарзандингиз, неварангиз бор. Уларнинг саломатлиги сиз ва яқинларингиз учун ҳамма нарсадан муҳим бўлганидек, бошқа болаларнинг соғлиги ҳам ота-онаси учун муҳим. Шундай экан, сифатиндан ўзингиз беҳабар маҳсулотларни бировнинг фарзандига сотишдан олдин ўз болангиз кўз олдингизга келсин!", деймиз.

**Умида АДIZОВА**

## МАЪЛУМОТ ЎРНИДА

2016-2017 ўқув йилининг 2-чорагидан бошлаб барча умумтаълим мактабларидаги бошланғич синф ўқувчиларига синфдан ташқари машғулотлар учун белгиланган соатлар доирасида "Тўғри овқатланиш дарслари" ўтилади. Таълим муассасаларида "Саломатлик сабоқлари", "Соғлом авлод асослари", "Соғлом оила асослари" дарслари орқали ташкил этилаётган семинарлар, давра суҳбатлари, соҳа мутахассислари билан учрашувларда тўғри ва соғлом овқатланиш қоидалари юзасидан тушунтириш ишлари олиб борилмоқда. Дарсларда ўқувчиларга соғлом овқатланиш тартиби, санитария ва гигиена қоидалари, зарарли одатлар ва уларнинг олдини олиш, витаминларнинг инсон саломатлигидаги аҳамияти бўйича тушунчалар берилмоқда.

## ДИҚҚАТ!!!

Ўзбекистон Республикаси давлат санитария-эпидемиология марказининг 2010 йил 18 сентябрдаги 8-сонли қарорига биноан, умумтаълим муассасалари мактаб ошхонасида қуйидаги маҳсулотлар сотилиши тақиқланади:

- булочкага солинадиган гамбургер, чизбургер, хот-дог, сосиска ва колбаса маҳсулотлари;
- чипслар, "кириешки" ва "хрустяшки"лар;



кламасини айтмаса ҳам бўлади. Лекин негадир ўша телевизорда "Мана бу нарсани ема, болам! Бу соғлигинга зарар, демайди ҳеч ким. Кейинги пайтда "Зизи олиб бермасангиз, бошчага бормайман", деб хархаша қиладиган болалар кўпайиб борапти. Бир томондан тақиқлаб, иккинчи томондан рекламага зўр берилиши қайси мантиққа тўғри келади?! Бола соғлиғига зарарми, демак бундай маҳсулотларнинг рекламасини қонун йўли билан тақиқлаш керак.

**Умида Убайдуллоева, Тошкент шаҳри:**

– Ўқув муассасалари атрофида мактаб ошхонасида тақиқланган егуликлар савдоси билан шугулланадиганлар фаолиятини чеклаш керак. Бола бола-да! Ҳар қанча тақиқлансангиз, уришсангиз ҳам қўзи тушса егиси келаверади.

## САРМАСТ АЁЛ ҚИЛМИШИ

2016 йил 1 июль куни соат 20:30 ларда, Тошкент вилояти, Зангиота тумани ҳудудида номаълум ҳайдовчи номаълум транспорт воситасини бошқараётган, йўлнинг ўнг томонида кетаётган пиёда (шахси номаълум) 55-60 ёшдаги эркак кишини уриб юбориб, воқеа жойидан яширинган. Натижада шахси номаълум пиёда воқеа жойида ҳалок бўлган. Олиб борилган қидируве ва суриштируве ишлари натижасида ушбу йўл-транспорт ҳодисасини Зангиота туманида яшовчи Г.Соипова шахсий «DAMAS» русумли автомобилда содир этгани аниқланиб, ушланган.

...Аёл киши томонидан содир этилган мажбур иш афсуски, ҳар биримининг уйлантиради. Машина бошқариб турли йўл транспорт ҳодисаларини содир этаётган аёлларнинг бу каби ҳолатга тушишига турли омиллар сабаб.

Аёллар машина бошқариши бугун ангилки эмас. Кўпинча эркаклар: "Аёллар тезликни ошириб қўйишади", "Баъзан йўлларда қўйилмаган ҳаракатларни қилиб, атрофдагиларни хавф остига қўйишади", "Тоғида пардонин ҳам йўл-йўлакай бажараётган аёллар бор", "Кўпинча улар кўл телефонидан сотлаб фойдаланишади", дея эътироз билдиришади. Бироқ эркаклардан ҳам машинани яхши бошқарадиган тартибли аёлларимиз бор. Аслида, машина бошқариш аёлларга жоизми?

ЮНЕСКО тадқиқот маркази маълумотларига кўра, аёллар машина ҳайдаган мамлакатларда зино, номусга тажовуз, ноқонуний фарзанд кўриш, ажрашиш каби ҳолатлар кўпроқ экан. Баъзи мусулмон мамлакатларида эса аёлнинг машина бошқариши тақиқланган.

**Исломхон Убайдуллаев, Тошкент Ислом институти ўқитувчиси:** — Буюк Британияда олиб борилган тадқиқот натижаларига кўра, рулдаги аёлларнинг 58 фоизи қирқ ёшга етмасдан вафот этаётгани, 60 фоизи турли рухий касалликларга чалинаётгани аниқланган. Тадқиқотчилар ўз ҳулосасида "машина ҳайдаш аёл кишига лойиқ эмас, унга муносиб келмайди", деган тўхтамга келишган. Маълумки, йўл-транспорт



# ↓ РУЛДАГИ АЁЛЛАР

ҳодисалари натижасида ҳар йили тақрибан 1,3 млн. одам ҳалок бўлади ва 20-50 млн. киши жароҳатланади. Албатта, булар орасида ожизаларимиз ҳам бор. Баъзи уламолар аёлларнинг машина ҳайдашини "ножоиз" деган ва буни ҳаромга чиқарган.

## АЁЛ АСАБЛАРИНИ АСРАШИ КЕРАК!

Табиатан таъсирчан аёлларимиз машина бошқаришга йўлнинг ёзилган ва ёзилмаган қоидаларига кўниқиб кетишлари мушкул бўлади. Улардаги сабрсизлик, атрофдаги салбий муносабатдан ҳам таъсирланиш сабабли рухий ҳолатида ўзгаришлар кузатилади. Тиббиётдаги невроз касаллиги ҳам шу сабаб машина бошқараётган аёлларда нисбатан кўп учрайди.

### Ферузахон Саидхонова, психолог:

– Жамиятда фаол, аёлларнинг машина бошқаришига аввало, улардаги ҳавас сабаб бўлмоқда. Ахир, замонавий ва қўлай машиналардан фойдаланишни эркаклар қатори улар ҳам иштада. Ўзим ҳам машина бошқараман, унинг қўлайлиги кўп. Аввало, эркак зиммасидаги юмушлар енгиллашади ва аёлнинг фаоллиги янада ошади. Фарзандимизнинг таълим олиши, тўғарақларга бориши ва ҳунар ўрганишида, энг яхши муассасаларнинг йўлини яқин қилишда хусусий транспорт воситаларининг ўрни катта. Бироқ, машина бошқарувининг салбий жиҳатларини ҳам айтиб ўтиш керак. Айниқса, ҳомилдор аёллар машина бошқараётганда кўпроқ муаммоларга дуч келади. Кучли ҳаяжонланиш, тўсатдан қилинган ҳаракат, кўркув болага салбий таъсир кўрсатади. Шу сабаб бундай ҳолатда аёлларнинг ўзларини эҳтиёт қилиши жуда муҳим.

### У ХАТОНИ ТОПДИ

Илк аёл ҳайдовчи XVII асрнинг сўнги чорагида немис Берта Бенц бўлиб, у турмуш ўртоғи Карл Бенцнинг кашфиёти бўлган уч гилдиракли машинани ҳайдаган. Бу орқали Карл ўз ихтиросида-

ги камчиликларни топган ва уни мукамаллаштиришган.

### Дилдора Рустамова, суҳандон:

– 3 йил аввал машина ҳайдашни ўргана бошлаганман. Ўшанда тезкор гуруҳларда ўқишни тавсия этишган. Автоуловда оиламни олиб юраман ва уларнинг ҳаётига жавобгарман. Шу сабаб тўлиқ таҳсил олиб, имтиҳонлар топшириб, ўқишни тугатганман. Фикримча аёллар ҳам машинани яхши бошқаради. Тўғри, эркакларчалик эмас. Атрофимда аёл киши машина бошқараётган бўлса, диққатимни бир ерга жамлайман. Сабаби, ҳаётимда айнан аёл ҳайдовчилар сабаб йўл транспорт ҳодисасига учрашимга сал қолган. Машина бошқаришга қизиқишим катта. Жамиятдаги фаол аёлларнинг ҳам иш, ҳам оилани уда-лашида бу воситанинг ўрни бор. Аёллардаги асосий камчилик назаримда, машинани тез бошқариш. Сабаби, бир марта ўзим ҳам шошилганим сабаб жарима тўлашимга тўғри келган.

Касбимни яхши кўраман. Йўлда машинани аёл бошқараётганини сез-дирмай, қоидаларга амал қилишга интиламан. Йўлда ҳар хил ҳолат бўлади, аёл киши аввало, асабларини асраши керак. Тўғри бошқарув эса хотиржам қилади. Бироқ, бугун ҳаваскор ҳайдовчилар кўп. Айниқса, баъзи эркаклар йўл қоидаларига амал қилмайди. Фақат аёллар эмас, тажрибасиз эркак ҳайдовчилар ҳам бор. Тўғри, машина бошқариш аёллик феълимизга таъсир қилади. Хоҳлаймизми, йўқми, бунда бироз олғир ва шартакилик керак.

**Акмал Юнусов, Ички ишлар вазирлиги Йўл ҳаракати хавфсизлиги бош бошқармаси инспектори, капитан:**

– Бугунги кунда автомактабларнинг асосий ўқувчилари аёллардан иборат. Масалан, бир гуруҳда 25 ўрганувчи бўлса, шундан 20-23 нафари аёл. Бу хотин-қизларнинг машина бошқарувида қизиқишини,



уларга яратилмаётган имкониятларнинг кенгайганини билдиради. Шу билан бирга, энг тартибли ҳайдовчилар аёллардир. Афсуски, йўл ҳаракати қоидаларини кўпол равишда бузиш ҳолатлари аёл ҳайдовчилар орасида ҳам йўқ эмас. Биламизки, йўл ҳаракатида ҳайдовчи, пиёда ва йўловчи атамалари ишлатилади. Унда аёллар ва эркаклар алоҳида ажратилмайди. Шу сабаб, йўл ҳаракати қоидаларига риоя қилишда аёлларга ҳам тенг талаб қўйилади. Бугунги кунда қисман аёлларимизнинг транспорт воситасини бошқариш вақтида светофорнинг кизил ишорасига бўйсунмаслик, спиртли ичимликларни истеъмол қилган ҳолда бошқариш ҳолатлари учрамоқда.

Аёлларнинг машинага қизиқиши эркаклардан асло кам эмас. Шу сабаб, барча ҳайдовчилар қатори нозик хилқат вақилалари ҳам йўл-қоидаси – умр фойдаси эканини ҳар лаҳза ёдида тутиши мақсадга мувофиқдир.

**Камола АДАШБОВА**

## ТАКСИЛАРДА ҲАМ АЁЛЛАР ФАОЛ

Кўпинча машина бошқарувида эркакларимизни кўраемиз. Бироқ, камдан-кам аёлларнинг ҳайдовчилик хизматидан фойдаланамиз. Айниқса, эркаклар аёл ҳайдовчилар билан йўл ҳақини талашиб белгиланиш ўзларига эп кўришмайди. Кўпчилигимиз аёлларнинг машина ҳайдаши энди урфга кирди, деб ўйлаймиз, бироқ истиқлолимизнинг илк йилларидан бошлаб бу имкониятдан фойдаланиб, 15-20 йиллик тажрибага эга профессионал ҳайдовчиларимиз ҳам бор экан.

**Дилдора Ходжимуродова, такси ҳайдовчиси:**

– Дадам такси ҳайдаган. Шу сабаб, ёшлигимдан ҳайдовчи бўламан, дердим. 20 йиллик тажрибам бор.

## ҚИЗ БОЛА ТАРБИЯСИ

(Давоми. Боши 1-бетда)

Бу олийжаноб мақсад йўлида кўлами ва аҳамияти жиҳатидан улкан ишлар амалга оширилди. Хусусан, қизлар ўртасида уларга мос спорт турларини оммалаштириш, соғлом турмуш тарзини қарор топтиришнинг ноёб тизими яратилди.

Айни пайтда коллежни битирган қизларни иш билан таъминлаш, уларни оилавий ҳаётга тайёрлаш масаласига жиддий эътибор бериб келинмоқда.

Халқимиз азалдан қизларни соғлом насл давомчиси дея эъзозлаган, тарбиясига эҳтиёткорлик билан ёндошган. Қиз болаларда сурат ва сийрат гўзаллигини уйғунлаштиришга, бунинг учун аввало, уларда нафосат, ҳаё, ибод, қатъият каби

фазилатларни юксалтириб, фикри тиниқ, иродаси мустаҳкам қилиб камолга етказишга жиддий эътибор қаратилган. Вақт синови ва замон силсилаларидан ўтган бу анъана истиқлол даврида қайта тикланди, бойитилди.

Қизларимизнинг замонавий илм-фан, санъат сирларини чуқур ўзлаштириши баробарида, спорт соҳасида иқтидор ҳамда салоҳиятини намойиш этиши учун беқиёс имкониятлар яратилди. Зеро, қизлар ўртасида спортни оммалаштириш, "Соғлом она – соғлом бола" умуммиллий ҳаракатини амалга ошириш миллат генофондини яхшилашга хизмат қилади.

Бугун мустақил ҳаётга катта умид ва аниқ мақсадлар билан кириб келаётган навқирон авлод

вақиллари, айниқса, қизларимиз спортга кундалик турмуш тарзининг бир қисми сифатида қараётгани энг катта ютуғимиздир. Маълумки, ҳозирги кунда оилада ота-оналар қиз болаларини мурғак даврдан бошлаб спорт тўғарақларига бериш, мактабгача таълим муассасасида спорт машғулотларига мунтазам қатнашишини йўлга қўйиш лозим.

Ота-она борки, фарзанди соғлом ўсишини ис-тайди. Спорт нафақат саломатлик, айни пайтда гўзаллик, маънавий баркамоллик омили эканини одамлар тобора чуқурроқ англаб етаётгани, айниқса, қизлар спорти ривожига муҳим ўрин тутмоқда. Бу ўз навбатида, қизларимизнинг соғлом турмуш сари интилиши, ўз саломатлиги ва насл соғломлигини чуқур англаб етишига кўмак беради.

**Наргиза НУРНАЗАРОВА,**  
Жомбой туман ФХДЭ бўлими мудираси



Таълим

рий таълим бериш бўлмади, илмни ихтиёрий ўзлаштиргангина юқори натижаларга эришади.

Таълимда танаффус йўқ, деган эди машҳур педагоглардан бири. Шу маънода ўқувчи турли фанларни турлича яхши кўради. Баъзи дарсларга умуман ўқуви йўқ. Лекин бирор муҳим гап кўтарилса, дарсга қўшилади.

**Фарида ХУДОЙБЕРДИЕВА, ўқитувчи:**

– Ўқувчиларнинг фанга қизиқиши ва пухта билим ўқитувчининг дарсни ташкил қилиш ва фанни ўқитиш методи-

ривожлантиришга даъват этувчи восита бўлиб хизмат қилиши керак. Таълим келажақдаги муваффақиятлар калити ҳисобланади. Ўқувчи ёшлар жамият аъзоси сифатида замоннинг бозор иқтисодиёти кўяётган талабларига тўла жавоб бера олиши керак.

...Тасвирий санъат дарси қизиқарли, лекин ўғил болалар бунга жиддий эътибор беришмайди. Айниқса, бу жараёнда болаларнинг истеъдодини юзага чиқаришда айнан ўқитувчининг ўрни катта. Бундан ташқари, ҳали бошланғич синфда ўқийётган боланинг шутқаси ривожланмаган бўлади, бунда, нутқсиз, ўқитувчи унга шахсий фикрини аниқ ва раvon баён эта олиши ўргатиши шарт.

**Бунёд КЕНЖАЕВ, мактаб ўқувчиси:**

– Дарснинг қизиқарлилиги

# ҚИЗИҚАРЛИ ДАРС ЎТИШ КИМГА БОҒЛИҚ?

**Ўқитувчи гапириши, ўқувчи жим ўтириб тинглаши керак, деган тушунча бугун эскирди. Таълим тизими юксак тараққий этган Ирландия, Сингапур, Таиланд, Япония, Жанубий Корея сингари мамлакатларда аллақачон бундай дарс ўтиш усулидан воз кечилган.**

Биринчи Президентимиз Ислом Каримовнинг таълим тизимига қаратган эътибори натижасида “Таълим тўғрисида”ги қонун ва кейинроқ “Қадрлар тайёрлаш миллий дастури” қабул қилинди ва таълим муассасалари тубдан янгиланди, ўқув тизимига ўзгаришлар киритилди, жаҳон стандартларига мослаштирилди. Шу маънода дарс ўтиш сифати ҳам янгиланди.

Ҳозирда ҳар бир ўқув масканиде барча шарт-шароит муҳайё. Шундай қулайликларга яраша дарслар ҳам ўзига хос бўлмоғи керак. Бунинг учун ўқитувчилардан кўп меҳнат ва изланиш талаб қилинади. Маълумки, ўқувчиларга билим бериш, уларни дарсга қизиқтира олиш ўқитувчининг зиммасидаги вазифа. Аммо бошқа томондан қараганда, ўқувчиларнинг ҳам интилиши бу борада муҳим. Хўш, шундай экан, дарснинг қизиқарли бўлиши кимга боғлиқ, ўқитувчигами ёки

ўқувчига?

**Дилафрўз ОМОНМУРОДОВА, ўқитувчи:**

– Ўқитувчи кўпроқ ўқувчилар билан ишлаши зарур. Мавзуга оид кўرғазмаларни қуролларнинг кўпроқ бўлиши ва қизиқарли ўйинлар ўқувчини янада дарсга қизиқтиради. Дарсни янги технологиялар асосида олиб бориш эса ўқувчининг иштиёқини орттирибгина қолмай, унинг билим савиясини ошириб, мавзунини мукамалроқ ўзлаштиришга хизмат қилади. Бундан ташқари, дарсда ўтилаётган ҳар бир мавзунини ҳаётий жараёнларга боғлаб ўтиш ва ўқувчилар билан “савол-жавоб” ўтказиш ўқувчининг билимини мустаҳкамлайди. Ўқувчи хотирасида узоқ сақланиб қолишга хизмат қилади. Шундай экан, ўқитувчи дарсда турли педагогик усуллардан фойдаланса, ўқитувчи ва ўқувчи ўртасида тўсиқ йўқолади, болаларнинг характери кенроқ очилади, кузатувчанлик, хотира диққати кучаяди. Чунки дарсда мажбу-



касига боғлиқ. Ўқитувчи касби чинакам ижодий иш. У бола қалбини кашф этади, унга сайқал беради. Ўқитувчи болалар маънавий дунёсини янги ва қизиқарли ўйинлар билан бойитиб боради. Ҳозир дарсни кўпроқ турли ўйинлар ёрдамида ўтиш яхши натижа бермоқда. Фанга мос ўйинларни танлаш ўқувчиларнинг фаоллигини, ташаббускорлиги ва ижодий қобилиятини ўстиришга хизмат қилади. Ҳар бир ўйин ўқувчилар учун уларни мустақил фикрлашга, ҳис-туйғуларини

лан қизиқиши керак. Чунки ўқитувчи кейинги дарслар самарадорлигини ошириш учун шу фикрга таянади.

Юқорида таъкидланганидек, бугун таълим тизими тубдан ўзгарди. Шу боисдан халқроқ фан олимпиадалари голиблари, халқроқ мусобақалар чемпиони мамлакатимиздаги таълим муассасаларида, ҳаттоки энг куйи бўгин – мактабларда етишиб чиқаётгани бежиз эмас. Бу ҳали ютуқларнинг бошланиши, холос.

Юлдуз ОМОНМУРОДОВА

Ислом дини илк бошданок жаҳолатга қарши маърифат билан курашган диндир. Қуръони каримнинг илк ояти ҳам “Ўқи!” деган сўз билан бошланган. Мана шунинг ўзидан муқаддас динимиз таълимотларида ўқиш, мутлоаа қилишга бўлган эътибор ва аҳамият нақадар буюк эканини билиш мумкин. Шу боис Ислом дини моҳиятини тўғри тушушган бобокалонларимиз ёшлиқлариданок ўқиш-ёзишга, мутлоаа қилишга, диний ва дунёвий билимларни эгаллашга ҳарис бўлганлар ва оқибатда жаҳон тамаддунига, илм-маърифат ривожига ўзларининг салмоқли ҳиссаларини қўшиб, бебаҳо илмий асарлар яратганлар.

«Илм» сўзи Қуръони каримнинг саккиз юз ўн бир жойида турли маъноларда келган. Қуръон ва Суннатда илм инсониятни ахлоқсизликлардан, ёмон йўл ва амаллардан қайтариши зикр этилган. Аллоҳ таоло айтади:

“... Аллоҳ сизлардан имон келтирган ва илм ато этилган зотларни (баланд)даража (мартаба)ларга кўтарур. (Мужода, 11).

Пайғамбаримиздан (алайҳиссалом) ривоят қилинган кўплаб ҳадислар ҳам илмга, ўрганишга даъват билан йўғрилган. У киши ўзларининг кўплаб ҳадисларида илм олишга тарғиб ва ташвиқ қилганлар. Илм биринчи ўринда ўқиш орқали ҳосил бўлиши ҳаммамизга маълумдир. Жумладан ул зот:

“Илм ўрганиш ҳар бир мусулмон зиммасида фарздир!”, дея марҳамат қилганлар (Ибн Можа ривояти).

Ҳазрат Али (қаррамаллоҳу ваҷҳах) айтадилар: “Илм мол-дунёдан кўра яхшироқдир. Чунки, илминг сени асрайди, мол-дунёни эса сен асрашинг керак бўлади. Мол-дунё сарф қилинса камаяди, илм эса ўзгаларга ўргатиш билан яна зиёда бўлаверади”. Zero, илм талаб қилиш ва унинг йўлида чекилган захмат туфайли жузъий саҳв ва хатоларнинг кеңирилиши Расулulloҳ соллаллоҳу алайҳи васалламнинг:



# ЎҚИМОҚ САОДАТИ

“Ҳамма нарсалар, ҳатто дарёдаги балиқлар ҳам толиби илмнинг гуноҳлари мағфират қилинишини сўрайдилар”, - деган ҳадисларида ўз ифодасини топан.

Барча динлар ичида илк бор илмнинг инсон ҳаётидаги ўрнига аҳамият берган ва илмга кенг йўл очган дин – Ислом динидир.

Ислом – илм динидир. Инсониятга қиёматгача дастурул амал бўлган Қуръони Каримнинг илк оятлари ҳам бунга яққол далил бўлади.

Китоб ўқишнинг фойдаси мўл, баракаси беҳисобдир. Аввало ўқиш ва мутлоаа турли-туман маданиятлар ва билимларни ўрганиш учун инсонга асосий кўприк бўлиб хизмат қилади. Ўқиш тилини тўриллаш, оғзаки нутқни ривожлантириш, сўз бойлигини орттириш учун асосий манбадир. Киши қанчалик кўп мутлоаа қилса, шунчалик раvon ва беҳато сўзлайдиган бўлиб боради. Дунёқароши, савияси шаклланади.

Китоб, газета ва журналлар мутлоаа қилишга одатланиш кишига таъбир жоиз бўлса “муқтақил таълим олиш” маҳоратига эга бўлишга ёрдамлашади. Ҳозирги кунда “ўзига ўзи таълим бериш” услуби ҳаёт заруратларидан бирига айланиб улгурдик, усиз киши тараққий қарвонидан орта қолиб кетиши ҳеч гап эмас. Масалан, телевизорми, телефони, кир ювиш машинаси ми ёхуд ҳар қандай техника воситасидан фойдаланиш учун ҳам ўқиш, маълум терминларни билиш талаб этилади. Шундай экан, ўқиш бугунги

қизиқарли суҳбатдош, тўғри маслаҳатгўй ва ёрдамчига айланади.

Ўқишнинг тарбиявий аҳамияти бисёр. Болаларни ёшлик чоғларидан китобга муҳаббатли қилиб ўстириш ўта фойдалидир. Zero, китоб эзгуликдан, олижанобликдан, мардликдан ҳикоя қилади. Маънавиятни оширади. Тубанлик, номардлик, разолат ва хиёнатнинг қабих юзини очиб беради, бундай ёмон хулқларга қарши қалбда нафрат уйғотади. Шу боис ёшларимизни китобга меҳрли қилиб ўстириш маънавий ва тарбиявий жиҳатдан ҳам муҳим аҳамиятга моликдир.

Китоб ўқиш қалб чигалликларини ёзади, кўнгилга хузур бағишлайди, жаҳолатга барҳам беради, турли-туман ёмон фикрлар, васвасаларни киши онгидан қувиб юборади.

Китоб ҳаётнинг қоронғу ва зимистон йўлларини ёритиб борувчи чироқдир. Кўп китоб ўқийдиган инсон китоблар таҳида ўз маконини топан, ўзгаларнинг аччиқ қисматлари ёки муваффақиятлари сабаблари, сир-асрорларидан воқиф бўлади ва шу нарсаларни ўз ҳаётида ижобий маънода кўллади. Натижада кўп муваффақиятларга эришишга мурасар бўлади.

Шундай экан, ҳар биримиз китоб ўқишга, илм олишга ўта чанқоқ бўлишимиз, фарзандларимизни мана шундай руҳда тарбиялашимиз мақсадга мувофиқдир.

Раҳматуллоҳ САЙФУДИНОВ,  
Тошкент Ислом институти ўқитувчиси

Оила ва дин

# УЙИНГИЗДА ШУНДАЙ ҚИЛМАЙСИЗ-КУ!

Ойна

«Табиатни севамиз» деб бонг урамиз, мавзуга оид тадбирларда иштирок этамиз, маърузалар тинглаймиз, бироқ уни асраб-авайлашга масъул эканимизни мулоҳаза қилавермаймиз.

## ЮРАКНИ ЎРТАГАН ИЛЛАТ

...Кўп қаватли уйлар оралаб келаётсам, чамаси 8-9 ёшлардаги болакай уёқ-буёққа аланглади-да, ахлат тўлдирилган елимхалтани подъезд эшиги тагига қўйиб, уйга кириб кетди. У ўз-ўзидан бундай қилмайди, албатта. Катталарнинг дуч келган жойда ахлат ташлаб кетганини кўравериб кўзи пишган ёки уйда онаси «шундоқ эшик олдида ташлаб кел, кўчани супирганда олиб ташлашади», деб ўргатган. Бола бола-да! Бир марта: «Болам, ахлат қутига олиб бориб ташла. Кўчага, йўлакларга ахлат ташлама. Хунук кўринади, қолаверса, саломатликка зиён. Ахлат тўпланган жойдан файз-барак арийдик, хотиржамлик йўқолади», деб тушунтирилса, бола ҳеч қачон буну унутмайди. Афсуски, юқоридаги гапларга ўзимиз амал қилмаймиз. Оқибатда фитрати тоза болани ҳам шунга ўргатамиз.

Муниса Саломова, ўқитувчи, Бухоро шаҳри:

## АВВАЛ, ЎЗИМИЗ ЎРГАНАЙЛИК...

– Атроф-муҳит тозаллигига риоя қилиш бугуннинг долзарб муаммоси. Бу чуқур илдиш отмаслиги учун энг аввало, ўзимизда экологик маданиятни шакллантиришимиз керак. Ундан кейин фарзандларимизга ўргатсак, ярашади. Ўрни келгани учун бир воқеани гапириб бермоқчиман.

...Голландияга борган ҳамюртларимиз кўчада айланиб-юриб, ширинлик қозонини ерга ташлашади. Шу пайт рўпарадан келаётган жажжи қизалоқ уни олиб йўл четидидаги ахлат қутисига солади.

Табиатга, атроф-муҳитга муносабатимизни тўғриласак, фарзандларимизга шунинг ўзи кифоя. Негаки, болага кўчага ахлат ташламаслик, озиқ-овқатдан бўшаган қоғозу халталарни улоқтирмасликни ўқитиб, ўзимиз сигарета қолдигини тўғри келган ерга отсак, бола биздан қай бирини ўрганади – жавраган кўйи гапириб, ўзимиз амал қилмаганимизни ёки амалда кўрсатган ишимизимизни?..

Нодир Шокиров, Кўқон шаҳри

## ТОЗАЛИК – СОҒЛИҚДИР

– Фарзандларимизга чиройли кийиниш, тил ўрганиш ва ҳоказо маданиятларни ўргатамиз-у, кези келганда, зарур – кишининг маънавий даражасини белгилайдиган, умумжамоа жойларида тозалликка эътибор бериш қоидаларини ўргатишни долзарб, деб билмаймиз. Тозалик – соғлиқ дегани. Фарзандларимизнинг соғлиги биз учун муҳим экан, уларга кичкиналигидан саломатликка салбий таъсир кўрсатадиган омилларни вақтида тушунтиришимиз керак.



Маҳмуда Аъзамова, шифокор, Тошкент шаҳри

## МАЪНАВИЯТСИЗ «МАДАНИЯТЛИ»ЛАР

– Кўча ва йўлларга, умуман дуч келган жойга ахлат ташлаб кетадиганларда инсонийлик хислати бормикан ўзи?.. Бежирим, ўзига ярашқили кийимларни кийиб, гўёки ўзларини маданиятли кўрсатмоқчи бўлишади. Аммо автобус чиптаси ёки музқаймоқ қоғозини улоқтиришининг ўзиёқ унинг нақадар «маданият» дилигини кўрсатиб қўяди.

Биз қишлоқда яшаймиз. Тўғри, қишлоқда биронинг дарвозаси тагига ёки кўча бошига ахлат тўкиб кетишмайди, чунки бир қарич ернинг ҳам ўз эгаси бор. Лекин далаларда, овлоқ йўл бўйларига арава-арава ахлат, гўн, чиқиндиларни ташлаб кетишади. Ўша йўлдан одамлар ўтади, болалар мактаб-боғчасига боради. Бир пайтлари Бувим раҳматли, йўлга тупуриш гуноҳ, деб ўқтирарди. Бугун йўлга ахлат тўкиб кетаётганларни кўриб, ҳеч биримиз индамаяпмиз. Болаларимизга нима гуноҳ, нима савоблигини ўргатиш керак пайтда, ўзимиз билан ўзимиз оворамиз. Тўғрироғи, майда иллатларга беларволигимиз, фарзандлар тарбиясида улкан фожиаларни келтириб чиқариши мумкинлиги хаёлимизга келмаяпти. Бу бир кун келиб, ўзимизга қимматга тушиши тайин...

Камолжон Қўзиев, Бухоро вилоят Табиатни муҳофаза қилиш қўмитаси бош инспектори:

## АФСУС...

– Жаҳон Соғлиқни Сақлаш ташкилоти маълумотиغا кўра, яшаш муҳитининг зарарли омиллари таъсиридан ҳар йили 3 миллионга яқин 5 ёшгача булган болалар ҳалок бўлмоқда. Британиялик миллионер ишбилармон, "Virgin Atlantic" ҳаво ширкати ва "Virgin Trains"



темир йўл ширкати соҳиби Ричард Брэнсон: "Мен ўз фарзандларим ва набираларим келажакка эга бўлишларини хоҳлайман, вақт зиқ ва бундан бўёғига кутиб тура олмаймиз", деганди. У 2006 йил сентябрь ойида ўзига тегишли нақлиёт ширкатларидан келгуси 10 йил мобайнида тушадиган ҳамма фойдани экология муаммоларини ечиш учун сарфламоқчи эканини маълум қилган...

## ТАБИАТ ИНСОНДА ВАТАН ТУЙҒИСИНИ УЙҒОТАДИ

Маданиятли, маънавий камол топган инсон табиатни муҳофаза қилиш ҳаёти ва фаолиятининг узвий қисмига айланади. Пировардида ўз Ватанини севган, фарзандлари, шу юрда яшаётган ватандошлари тақдирини бефарқ бўлмаган одам тўғри келган ерга ахлат ташлаб кетавермайди.

Нодирбеғим Жамолова, журналист:

## ПОКЛИК ИЙМОНДАНДИР

– Ислом маданиятида мусулмонларнинг ўта покиза бўлиши билан бирга юксак дидлилик ва атроф-муҳитни ифлосламаслик, кишилар соғлигига зарар етказувчи тасарруфлар қилмаслик ўқтирилади. Чунки бундай ишлар турли хасталиклар тарқалишига сабаб бўлиши мумкин. Ислом дини таълимотида борлиқдаги ҳар бир яратилган нарсага нисбатан яхши муносабатда бўлиш, уларни авайлаб-асраш, ортиқча исрофгарчиликка йўл қўймайлик алоҳида таъкидланган. Тозалик, поклик ва саломатликни қундалик ҳаётимизнинг узвий бир қисмига айлантириб, Она заминга, Сувга ва бошқа жонли ва жонсиз мавжуж

дотларга муносабатни янада яхшилаш ва атроф-муҳитни покиза тутиш ҳам иймонли эканимизга далолат. Ислом уламолари «Поклик иймондандир», дейдилар.

## АХЛАТ ИДИШЛАРИ КАМ

Тошкент шаҳри кўчаларида ахлат ташлайдиган махсус идишлар жуда кам. Кўпгина бекатларда ахлат қутиси йўқ. Ҳатто марказий кўчаларда ҳам бу ҳолат кўзга ташланади. Баъзан болаларимга олиб берган ширинликлар қоғозини ёки салқин ичимлик идишини ташлай десам, ахлат қутиси тополмай оворам чиқади. Мутасадди ташкилотлар бу хусусда яхшироқ ўйлаб кўрсалар...

Нилуфар Равшанова, Тошкент шаҳри

## ФАРРОШЛАРГА ПАСТ НАЗАР БИЛАН ҚАРАЙМИЗ

– Қимнинг иши дуруст, атрофдаги-табиатни беҳад муҳаббат билан қилган маданиятсизларми ёки жойи келганда ахлатни махсус идишга соладиган, эрта тондан кўча-хийобонларни тозалаб, ўз ишдан завқ туядиган фаррошларми?..

Орасталикни сақлашга барчамиз бирдек масъулмиз. Ахир, остонамиздан ичкарини тоза, ораста сақлашга, меҳмонларда нохуш таассурот қолдирмасликка ҳаракат қиламиз-ку, нега энди ўзимиз кўчанин озодаллигига бефарқмиз? Ахлат уюмлари, подъездлар олдида чиқиндиларда бижғётган микроблар ўша атрофларда ўйнаб юрган ёш болаларимиз, қолаверса, ўзимизнинг саломатлигимизга зиён етказди. Бу нарсаларга ақли етадиган кишилармиз, тўғрими?..

Севара Умарова, ўқитувчи, Қашқадарё вилояти:

## ХУЛОСА

– Ҳар гал кўча-кўй, хийобонлардан ўтиб кетаётган йўл устидаги семичка пучоқлари, музқаймоқ қоғозлари, сигарета қутилари ва ҳаттоки, ичимликлардан бўшаган елим идишларни кўриб киши таъби хира бўлади. Керасиз нарсаларни ташлаб кетаётган ўз уйи, ҳовлисига шундай қилармикан? Йўқ. Ҳеч ким сигарета қолдиги, пиводан бўшаган идиш ёки музқаймоқ қоғозини ҳовлисига иргитиб юбормайди.

Атроф-муҳитнинг тозаллиги, мусаффо ва ҳушманзаралиги энг аввало кишининг кайфияти ва саломатлигига фойдали. Қолаверса, маданиятли кишилар яшайдиган ҳудуд ҳамиса тоза, ораста бўлади. Шунингдек, ўзини маданиятли, маънавийтаги ва чин инсоний фазилат соҳиби санаган одам ҳеч қачон тўғри келган жойга ахлат ташлаб кетавермайди.

У. Тусунова

## Э Ё Л О Н

Тошкент шаҳар Шайхонтоҳур тумани ер кадастр бўлими томонидан Комилжонов Шовкат Шарифжон ўғли номига берилган кадастр ҳужжати йўқолиши сабабли БЕКОР қилинади.

Оила ва жамият

Ижтимоий-сиёсий, маънавий-маърифий газета

Буона индекси – 176

## МУАССИСЛАР:

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

Бош муҳаррир: Воҳид Луқмонов

## МАНЗИЛИМИЗ:

Тошкент – 100000.  
Амир Темури кўчаси  
1-тор кўча, 2-уй.

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

E-mail: oilavajamiyat@mail.ru

Web-site: oila-va-jamiyat.uz

Газета 2013 йил 20 мартда Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 10-2995 рақами билан рўйхатга олинган. Буяртма Г – 1136. Формати А-3, ҳажми 2 табоқ. Адади – 3667. Баҳоси келишилган нархда.

Босишга топшириш вақти – 15:00 Топширилди – 15:00

Навбатчи муҳаррир: Б. Исмоилов

Навбатчи: Л. Саъдуллаева

Мусахҳих: С. Сайдалимов

Саҳифаловчи: А. Маликов

Газета таҳририят компьютер марказида

терилди ва саҳифаланди

ISSN 2010-7609



1 2 3 4 5