

Ўзбекистон Журналистлари ижодий уюшмасининг

«ЙИЛНИНГ ЭНГ ФАОЛ ЖУРНАЛИСТИ — 2009»

танловига марҳамат!

Ўзбекистонда демократик тараққиёт ва фуқаролик жамиятини барпо этиш йўлида улкан бунёдкорлик ишлари амалга оширилмоқда. Мамлакатни янгилаш, иқтисодиётни модернизация қилиш, амалга оширилаётган ислохотларни янада чуқурлаштириш, халқимизнинг турмуш фаровонлигини ошириш, инсон ҳуқуқлари ва эркинликларини таъминлаш борасида катта ютуқларга эришилди. Ўтган йили кишлоқ тараққиёти ва фаровонлигига йўналтирилган Давлат дастури асосида кишлоқларимизни обод этиш, аҳолининг турмуш маданиятини юксалтириш, яшаш шароитини шаҳар даражасига яқинлаштириш бўйича салмоқли ва хайрли ишлар қилинди.

Бу йил фарзандларимизнинг жисмонан ва маънан соғлом, давр талабига мос интеллектуал билим ва ихтисосга эга бўлган замонавий инсонлар бўлиб вояга етишларини таъминлашга қаратилган эзгу мақсад йўлида улкан ҳаракат бошланди.

Халқимизнинг эришаётган бу ютуқлари, олижаноб мақсад ва саъй-ҳаракатларини кенг ёритишда оммавий ахборот воситаларида фаолият кўрсатаётган сиз, журналистларнинг хизматларингиз катта.

Азиз ҳамкасблар, Ўзбекистон Журналистлари ижодий уюшмаси сизларни "Йилнинг энг фаол журналисти" анъанавий танловига қатнашишга таклиф этади. Танловга 2009 йилнинг 1 июнидан 2010 йилнинг 1 июнигача газета ва журналларда, интернет нашрларида эълон қилинган материаллар, эфирга узатилган телекўрсатув ва радиоэшиттиришлар қабул қилинади.

Материаллар танловга тахририят тавсияси билан Ўзбекистон Журналистлари ижодий уюшмасининг Қорақалпоғистон Республикаси ва вилоятлар бўлимлари орқали жорий йилнинг 5 июнигача тақдим этилади.

Ижодий ишлар намуналари билан биргаликда муаллифнинг иш жойи, телефони, манзили ҳақидаги маълумотлар ва паспорт нусхаси илова қилиниши шарт.

"Йилнинг энг фаол журналисти — 2009" танлови ғолиблари ва совриндорларига диплом ҳамда қимматбаҳо совғалар Матбуот ва оммавий ахборот воситалари ходимлари кўнига бағишлаб 27 июнда ўтказиладиган байрам тадбирида топширилади. Тақдирланганлар рўйхати матбуотда эълон қилинади.

Материаллар "Йилнинг энг фаол журналисти — 2009" танловига деб кўрсатилган ҳолда қуйидаги манзилга юборилиши лозим:

100129, Тошкент шаҳри, Навоий кўчаси, 30-уй.

Ўзбекистон Журналистлари ижодий уюшмаси 3-қават, 30-, 35-, 37-хоналар Телефонлар: 244-64-61; 244-64-62; 244-37-87. www.Journalist.uz

Яқинда ушбу кўрик-танловнинг республика босқичи Ўзбекистон Болалар кутубхонасида бўлиб ўтди.

Кўрик-танловни ташкил қилишимиздан мақсад, — дейди мазкур кутубхона директори Фотима Бухарова, — ахборот-ресурс марказларининг фаолиятини янада такомиллаштириш, билимдон мутахассисларни аниқлаш, болалар ва ўсмирлар ўқишига раҳбарлик қилиш, янги технологиялардан фойдаланган ҳолда китобхоналарга хизмат кўрсатиш ҳамда мамлакатимиз тарихи, ёдгорликлари, урф-одатлари, кишлоқлардан етишиб чиққан олим-фузалар номи, тарих саҳифаларига киритилмаган машҳур полвонлар ҳамда Иккинчи жаҳон уруши қатнашчилари ҳақида кенгрок маълумотлар йиғиш, ўлкашунослик фондини янада бойитиш орқали ёшларнинг билим олишига ёрдам берувчи маълумотлар хизматини

Танловлар

БОЙ ТАЖРИБАЛАР ОММАЛАШТИРИЛАДИ

Мамлакатимиз Президентининг «Республика аҳолисини ахборот кутубхона билан таъминлашни ташкил этиш тўғрисида»ги Қарори ижросини таъминлаш, ахборот-ресурс марказларининг фаолиятини янада такомиллаштириш, билимдон мутахассисларни аниқлаш ва уларнинг иш тажрибаларини оммалаштириш, болалар ва ўсмирлар ўқишига раҳбарлик қилиш, янги технологиялардан фойдаланган ҳолда китобхоналарга хизмат кўрсатиш мақсадида «Энг яхши ўлкашунос библиограф» кўрик-танлови ташкил қилинган эди.

кенгайтириш ва ушбу соҳадаги тажрибаларни оммалаштиришдан иборатдир. Зеро, ҳар қандай янгиликнинг замирида эзгуликка интилиш, яхшиликни тараннум этиш, ёшларимиз камолоти, порлоқ ва бахтли келажаги мўжасамдир. Ушбу кўрик-танлов ҳам

яқин келажақда ўз мевасини бериб, баркамол авлод дунёқарашини, билимини, онги ва тафаккурининг янада ривожланишида муҳим аҳамият касб этади. — Танлов жуда мароқли, савол-жавобларга бой, қизиқарли ва сермазмун ақунланди, — дейди

ушбу танловда иккинчи ўринни кўлга киритган ҳамшахримиз Дилрабо Мухитдинова. — Дастлабки икки босқич тўғрисида вилоятларда ўтказилди. Мен шаҳар миқёсида ғолибликни кўлга киритганимдан сўнгра, республика босқичига йўллама олдим ва маз-

«Ирода мустаҳкам бўлса, ҳаётда барча нарсага эришиш мумкин», деган экан француз ёзувчиси Ж.Репар. Ростдан ҳам инсон иродали бўлса, ҳаётда учрайдиган қийинчилик ва тўсиқларни мардонавор енгиб ўтиб, ўзи мақсад қилган ҳар қандай ишнинг уддасидан чиқиши мумкин.

Чунки иродали инсон ҳар томонлама қатъиятли, жасур ва мард бўлади. Бизни хурсанд қиладигани бугун Куролли Кучларининг сафларида мана шундай фазилатга эга ҳарбийлар кўпчиликини ташкил қилади. Зеро, ҳарбийлик ғайрату шижоатни, қатъиятлиликни, интилиш ва бедорликни талаб этадиган касб. Шундай инсонлар борки, ўз умрини ҳарбийликка бағишлаб, Ватанимиз тинчлиги йўлида шараф билан хизмат қилиб, эл қорига камарбаста бўлиб келмоқдалар. Мақолаимиз қаҳрамони катта сержант Маъруфжон Тохиржонов ҳам ана шундайлардан бири.

Инсоннинг мақсад сари олға қадам ташлашида ирода билан бирга сабр-бардош ҳам муҳим аҳамият касб этади. Маъруфжон ҳам шу фазилатлар эгаси. У узоқ йиллардан буён алоқачи вазифасида хизмат қилиб келмоқда. Келинг, унинг ҳаёт йўлига бир назар ташлаймиз.

Маъруфжон Тохиржоновнинг отаси — Тохиржон ака дурадгор-уста бўлиб, узоқ йиллардан бери ушбу ҳунари орқасидан оила тебратиб келади. Маъруфжон ҳам ёшлиғида отасининг ҳунарамандчилиги ишларига ёрдам беради. Бу пайтда у мактабнинг юқори синфидан таҳсил оларди. Мактабни тамомлаб шаҳардаги касб-ҳунари билим юртига ҳақиқат кирди. Бу даргоҳда у алоқачи бўйича устозлардан сабоқ олди. Билим юртини тугатгандан кейин биров вақт эгаллаган соҳаси бўйича фаолият юритди. Ана шундай кунларнинг бирида тенгқурлари қатори унга ҳам мудофаа ишлари бўлимидан муддатли ҳарбий хизматга чақирув қоғози келди. Унинг муддатли ҳарбий хизматга кетиши ҳақидаги хабардан оила аъзоларининг боши кўкка етди.

Муддатли ҳарбий хизмат Маъруфжоннинг ҳаётида муҳим аҳамият касб этди. Чунки унда ҳарбий соҳага бўлган қизиқиш айнан мана шу даврда шаклланди. Яъни ўрнатилган тартиб-интизом, жанговар ва ижтимоий-сиёсий тайёргарлик машғулотлари унинг қалбига ҳарбий соҳага бўлган қизиқишни шакллантирди. Бу ерда у дастлабки ҳарбий билим ва кўникмаларга эга бўлди. Малакали устозлар кўмагида маҳорати ошди, шаклланди. Шу боис у хизматни шартнома бўйича давом эттиришни ўз олдига мақсад қилиб қўйди.

Ҳар бир касбнинг ўзига хос синовлари бўлади. Ушбу синовлардан муваффақиятли ўтган инсонгина тан-

лаган соҳасида ўз ўрнига эга бўлади. Жанговар шайлиқни ошириш ва мустаҳкамлашда алоқанинг ўрни ниҳоятда катта. Шу боисдан ҳам алоқачи хизматини ҳарбий соҳанинг энг муҳим бўғинларидан десак, хато қилмаймиз. Ҳарбий соҳада узлуқсиз алоқани доимо таъминлаш, ўзига бириктирилган аппаратура ёки техниканинг тўғри ишлайётганини, созликни билиш, доимо тартиб-интизомли бўлиш, соҳани яхши ўрганиб, би-

14 январь — Ватан ҳимоячилари куни

ЮКСАК ШАРАФ, УЛКАН МАСЪУЛИЯТ

лимларни ошириб бориш алоқачи учун энг муҳим жиҳатлардандир. Қаҳрамонимиз ҳам шу қоидаларга амал қилиб, хизматнинг бу йўналишини мукамалроқ эгаллашга ва масъулиятни ҳис қилган ҳолда ўз вазифасини сидқидилдан бажаришга ҳаракат қилади.

Инсон қайси соҳада фаолият кўрсатмасин доимо устозларнинг берган ўғитларига амал қилади, — дейди қаҳрамонимиз. — Чунки бу ўғитлар ўз йўлини топиб кетишимиз учун хизмат қилади. Уларнинг қимматли маслаҳатлари ҳар доим ҳам



силлиқ кетавермайдиган ҳаётда, мурракаб хизмат жараёнида катта аҳамиятга эга. Мен хизматни эндигина бошлаган кезларимда бегараз ёрдамларини аямаган, ҳар доим қимматли йўл-йўриқлар, маслаҳатлар берган устоз офицерлардан ҳамisha миннатдорман.

Мана, ўн икки йилдан буён у ҳарбий хизматда. Уни жамоада интилувчан, билимдон ва ташаббускор сержант сифатида хурмат қилишадди. Ха, интилишсиз, қатъий ҳаракат ва ма-

шаққатсиз мақсадга етишнинг ўзи бўлмайди. Эзгу мақсад йўлида қилинган саъй-ҳаракат эса бесамар кетмаслиги тайин. Юқорида таъкидлаганимиздек, Маъруфжон ҳам ўз фаолияти давомида ўзига бириктирилган вазифани астойдил бажаришга интилиб келди. У фидойи хизматлари сабаб «Ўзбекистон Республикаси Куролли Кучларига 10 йил», «Ўзбекистон Республикаси Куролли Кучларига 15 йил» эсдалик нишонлари ҳамда Мудофаа вазирининг «Ташаккурнома»сига сазовор бўлган.

Илғор сержант оилада вафоли ёр, меҳрибон ота. Уни қарангки, Маъруфжоннинг турмуш ўртоғи Шохистахон ҳам ҳарбий соҳада узоқ йиллардан буён хизмат қилиб келаётган фидойи ҳарбий аёлларимиздан. Бугун улар намунали ҳарбий оила-лар сафидан жой олиб, семимли фарзандлари Шохруҳбек ва Юлдузхонларни вояга етказмоқдалар.

Шоҳистахон билан севишиб турмуш қурганмиз, — дейди Маъруфжон мамнунияти билан. — Ҳаётим давомида шунинг билан биргаликда меҳр туйғуси барқарор бўлса, умр ҳам шунчалик мазмунли бўлади. Тақдир менга мана шундай умр йўлдошини раво қурганидан бахтиёрман. Хозир бир-биримизни тушуниб, вақти келганида кўмак бериб яшаб келаямиз. Фарзандларимиз — бизнинг овунчоғимиз. Хизматдан бўйга қайтсам, улар билан овора бўлиб, бир зумда чарчоларим унутилади. Кўнглим тоғдек кўтариларди.

Аёл учун севган инсонини билан ҳаёт кечирши ва меҳр қўйган касбига хизмат қилиш чинакам бахт, — дейди биз билан суҳбатда Шохистахон. — Шунинг учун ўзимни бахтли аёл дейишга ҳақлиман. Оила мустаҳкамлиги эса кўпроқ аёлларга боғлиқ дейишадди. Бу борадаги масъулиятни янада теран илғасак бу бизнинг, фарзандларимизнинг, фарни оиланинг ютуғи. Турмушининг ўзига хос мурракаб томонлари ва ташвишлари ҳам бисёр. Шундай бўлсада бу даргоҳда меҳр, эътибор устун бўлса, жамикки, турмушининг ташвишларини унутмасиз, хонадонда бахтиёрлик ҳукм суради. Камол топаётган фарзандлар ҳам шод-хуррам бўлади.

Соғлом ва мустаҳкам оила ҳамма-нинг орзуси. Бу йўлда катталар тажрибасига суянмоқ ҳамisha яхшилик келтиради. Ватан оиладан бошланади. Ана шу кичик Ватанинг тинчлиги, гўзал ва фаровонлиги юртининг тараққиёти, ёруғ келажаги учун замин яратарди. Биз катта сержант Маъруфжон Тохиржоновга оилавий тоғувлик, бундан кейинги хизматларида омад ҳамда муваффақият ёр бўлишини тилаб қоламиз.

Гулнора МУРОДОВА

Иқтисодиёт

ХАРИДОРНИ ТОПМОҚДА

Сифат бош мезонга айланган корхонада тайёрланган маҳсулотлар рақобатбардошлиги таъминланмоқдаки, бу харидорлар сафи ортишида муҳим аҳамиятга эгадир.

Рақобатбардош маҳсулот эса бозорда ўз ўрнини топади. Шунинг назарда тутилган ҳолда бозорни ўрганиш асосида пойтахтимизда фаолият кўрсатаётган «Ирригация бўйича бош махсус конструкторлик бюроси» кўшма корхонаси тадбиркорлари сифатга алоҳида эътибор қаратишмоқда. Шу боис ҳам йилдан йилга маҳсулот турларини кўпайтиришга эришмоқда. Корхона маҳсулотларидан кўплай соҳа ходимлари фойдаланиши баробарида, уларнинг бир қисми четга экспорт ҳам қилинмоқда. Корхона цехларига ўрнатилган замонавий дастгоҳлар унуми маҳаллий хом ашё — пахта қайта ишлаш ва ундан экологик тоза калава ип тайёрлашда кўл келмоқда. Малакали мутахассислар ўз меҳнатлари билан маҳсулот сифатини таъминлашяпти. Ана шу калава ип асосида тайёрланаётган кўлқоплар ҳам ички, ҳам ташқи бозорда харидорини топмоқда.

Мазкур корхонада янги-янги харидорлар маҳсулот турларини ишлаб чиқаришга алоҳида ёндашилмоқдаки, бу борада малакали ҳамда изланувчан мутахассисларнинг ҳиссаси катта.

Полиэтилен хом ашёсидан фойдаланган ҳолда ишлаб чиқарилаётган қувур маҳсулотларидан халқ ҳужагаининг турли тармоқларида фойдаланилмоқда. Ушбу маҳсулотни тайёрлашда замонавий технологиялар қўлланилди. Шунинг алоҳида таъкидлаш ўринлики, мазкур қувурларнинг 50 йиллик кафолат муддати бўлиб, қатор афзалликлари билан ажралиб туради. Уларга нафақат пойтахтимиздан, балки республикамиз вилоятларидан ҳам буюртмалар тушмоқда.

ЗАМОНАВИЙ ЛИБОСЛАР

Замон талабларидан келиб чиққан ҳолда илғор технологияларни қўллаган ҳолда тайёрланган кийим-кечаклар харидорларга ҳар томонлама манзур бўлади.

Шунинг хисобга олган «ZAMIN TURKISTON» масъулияти чекланган жамияти тадбиркорлари бозорни тинмай ўрганиш асосида тадбиркор турларини кўпайтиришмоқда. Корхонада асосан эркаклар учун бугунги кун талабларига мос устки кийимлар тайёрланади.

Корхонамиз ташкил топганига эндигина 3 йил бўлсада, — дейди корхона директори Равшан Мирзамахмудов, — маҳсулотларимиз моделлари бир неча баробарга ошди. Эркаклар учун тегилаётган костюм-шимларимиз дизайни ва сифати билан импорт ўрнини босмоқдаки, буни харидорларимиз ҳам тасдиқлашмоқда. Иш бошлаганимизда 10 нафардан зиёд ишчи меҳнат қилган бўлса, бугун уларнинг сафи 50 нафарга етиб қолди. Ўтган йилда бир неча хил моделдаги устки кийимларимизни эркакларимизга тортиқ этдик. Йилдан йилга маҳсулот ишлаб чиқариш ҳамки, олинган соф фойда ортиб боришига эришяпмиз.

Келгусида тадбиркор жамоа ахли ишлаб чиқаришни кенгайтириш, хориждан янада замонавий бичув ва тикув дастгоҳлари келтириш, янги цехлар ташкил этиб, ёшлар учун қўшимча иш ўринлари яратишни ният қилишган. Шунингдек, ташқи бозорга чиқишни режалаштирган жамоа ахли тайёрланаётган маҳсулотларнинг 50 фоизини МДХ давлатлари-га экспорт қилишни кўзда тутмоқда. Бу борада уларга Германия, Хитой ва Туркиядан келтирилиб цехларга ўрнатилган компьютерлашган тикув дастгоҳлари, пресс дазмоллар ва ишчилар маҳорати кўл келиши, шубҳасиз.

ҲУНАР СИРЛАРИНИ ЎРГАТМОҚДА

Халқимизда «Хунарларнинг қўли гул» деган ажойиб нақл бор. Чиндан ҳам мустақиллик шарофати боис хунари гўзаллар — шоҳир усталаримизнинг меҳнатлари нафақат юзага чиқди, балки уларга катта имкониятлар эшиги очилди.

Шундай имкониятлардан оқилона фойдаланаётганлар орасида тадбиркор аёл Зарифа Баҳодирова ҳам бор. У ўзининг хунарамандчилик фаолиятини 2002 йилда бошлаган. Ўз хунарига меҳр боғлаган Зарифа Баҳодирова тол новдаларидан фойдаланган ҳолда турли шаклдаги ва ҳажмдаги рўзғорда асқотадиган саватлар, халқ истеъмол моллари, диван, кресло, ошона мебеллари, болалар қаравотлари, тебранма ором курсилари тайёрлайди. Уларнинг сифати ҳамда дизайнига эътибор қаратгани боис ҳам буюртмачилари кўпайиб бормоқда. Маҳсулотлари тури эса 30 хилдан ортиб кетган.

Хунараманд уста фаолияти давомида шоғирдлар тайёрлашга ҳам эътибор қаратди ва шу кунга қадар 50 нафардан зиёд йигит-қизга ўз хунари сирларини эринмай ўргатди. Келгусида у ўз хунарамандчилик мактабини кенгайтириб, янги-янги маҳсулотларни аҳолига тортиқ этиш ниятида меҳнат қилмоқда.

Шарофат БАХРОМОВА

кур босқичда ҳам биринчи ўринни эгалладим. Танлов доирасида ўлкашуносликка оид билимларимиз янада мустаҳкамлаб олишга муваффақ бўлдим. Мамлакатимиз тарихи бой, унинг биз билган ва билмаган сир-асрорлари эса жуда кўп. Умид қиламизки бу танлов бизга юртимизда фаолият олиб бораётган, аммо ҳали танилмаган фан, таълим, санъат, маданият ва бошқа соҳалардаги жонқуяр инсонларни кашф қилиб беради. Ўлкаимизнинг тарихий ёдгорликлари, обидалари, урф-одат ва аъён-наларни саҳифаларини бирма-бир очиб беришда асосий восита бўлиб хизмат қилади.

Дарҳақиқат, юртимиздаги ҳар битта воҳа ва водийнинг ўз тарихи бор. Ўлкашунослар танлови эса келажақда нанкин ёшлар, балки катталар учун ҳам билим, ўрганиш ва излашни манбаи бўлиб хизмат қилади.

(Ўз мухбиримиз)

Маънавият — ақл кўзгуси

Ватанамиз мустақиллигининг маънавий асосларини янада мустаҳкамлаш, миллий қадриятларимиз, анъана ва урф-одатларимизни асраб-авайлаш, халқимиз, айниқса ёш авлод қалби ва онга она юртга муҳаббат, истиқлолга садоқат туйғуларини чуқур сингдириш масаласи бугунги кунда тобора долзарб аҳамият касб этмоқда.

2010 йил — Баркамол авлод йили

ЮКСАЛИШ ОМИЛИ

Абу Райхон Беруний номидаги Тошкент Давлат техника университетида ҳам маънавий-маърифий ишларнинг замон талаблари асосида самарали ташкил этиш, талабаларни турли мафкуравий хуружлардан ҳимоя қилиш, уларнинг ҳаётга онгли ва масъулиятли муносабатларини шакллантиришга алоҳида эътибор қаратилган. Илм масканида ўтган йилда маънавий-маърифий йўналишда амалга оширилган ишлар хусусида институтнинг Маънавий-ахлоқий тарбия масалалари бўйича проректори Қаҳрамон ШОНАЗАРОВ бизга куйидагиларни гапириб берди.

— Университетда 2009 йилда маънавий-маърифий ишларнинг самардорлигини ошириш чора-тадбирлари юзасидан режа ишлаб чиқилган бўлиб, унда белгиланган тадбирлар мазмун-моҳиятига кўра кўзда тутилган мақсад ва вазифаларни ўз ичига олади. Мазкур тадбирларда Олий Махлис депутатлари, республикамизнинг етуқ олимлари, халқ ёзувчилари ва шоирлари, йирик корхоналар раҳбарлари, фан арбоблари, санъат намояндалари билан талабаларнинг учрашувлари, давра суҳбатлари ўтказилди. Шунингдек, маънавий-маърифий ишларнинг намунавий иш режаси асосида университетда устоз-мураббийлар, хотин-қизлар кенгашлари ва «Камолот» ЁИХ бошланғич ташкилоти томонидан давлат ва нодавлат ташкилотлари, ҳуқуқни муҳофаза этиш органлари билан ҳамкорликда ёшларнинг маънавий-ахлоқий тарбияси бўйича талаба-ёшлар билан очик мулоқотлар ўтказилди.

— Айтиш жоизки, илм масканида маънавий-маърифий ишларнинг самардорлигини янада ошириш борасида барча факультетларнинг маънавий-ахлоқий тарбия ишлари бўйича декан ўринбосарлари билан институтнинг Маънавият ва маърифат бўлимида ҳар ҳафтанинг сешанба кунлари йиғилиш ўтказиб келинмоқда. Ўтган йил бошида бир қатор турли мавзудаги тадбирларимиз «Ёшлик» талабалар шахарчасининг «Маънавият-маърифат» марказида бўлиб ўтди. Механика ва машинасозлик факультетида ўқитувчилар ва мураббийлар кўнига бағишлаб «Ижодкор-ижтирочи болалар» республика танловининг очилиш маросими, «Маънавият ва маърифат» марказида талабалар турар жойларида яшовчи талабалар билан очик мулоқот ўтказилди. Унда «Ёшлик» талабалар шахарчаси ҳокимияти, талабалар поликлиникаси, Ички ишлар ҳодимлари ва жамоат ташкилотлари вакиллари иштирок этдилар. Шунингдек, университетда профессор-ўқитувчилар ҳамда талаба-ёшлар билан шахсини маънавий камолотини таъминлаш мақсадида саломлашиш одоби, кийиниш маданияти, жамоатчилик жойларида ўзини тутиш одоби каби мавзуларда ҳамда талаба-ёшлар ўртасида санъат йўналишлари бўйича «Талабалик баҳори» кўрик-танловлари, ёшларнинг бўш вақтларини мазмунли ўтказиш мақсадида маданият масканлари ва театрларга саёҳатлар уюштирилди. Айниқса, талабаларнинг таниқли санъаткорлар билан учрашув кечалари ёшларда унутилмас таассурот қолдирди. Шунини ҳам алоҳида таъкидлаш керакки, ўтган йили бўлиб ўтган

V Халқаро замонавий санъат Биенналесидеда университетда тахсил олаётган 1600 нафар ёшларнинг иштирок этганлиги қувонарли бўлди. Шу билан бирга «Ўзқспомарказ» кўргазмалар марказида ўтказилган халқаро саноат ярмаркаси ва Кооперация биржасида Геология ва кончилик иши, Авиация факультетларида фаолият юритаётган 50 нафар профессор-ўқитувчилар ҳамда 400 нафар талаба-ёшлар қатнашдилар.

Талаба-ёшларда диний билим ва маданиятни шакллантириш мақсадида ўтказилган «Ўзбекистонда виждон эркинлиги», «Виждон эркинлиги нима?», «Жамиятда диннинг роли», «Давлат ва дин муносабатлари, диний бағрикенглик ва унинг аҳамияти» мавзуларида диншунос олимлар иштирокидаги давра суҳбатлари талабалар фаол иштирок этишди. Ёшларнинг бўш вақтларини мазмунли ўтказиш мақсадида талабалар турар жойларида таниқли шоирлар, ёзувчилар, актёрлар ва давлат арбоблари билан ўтказилган учрашувлар, давра суҳбатлари ёшлар қалбига унутилмас таассурот қолдириб, уларнинг маънавиятини бойитишда ҳам муҳим омил бўлди, дейиш мумкин. Шунингдек, университетнинг барча факультетлари ҳамда талабалар турар жойларида экологик билим ва маданиятни шакллантириш борасида талабаларга атроф-муҳит ва табиатга оқилона муносабатда бўлиш ҳар бир инсоннинг бурчи эканлигини тушутиришга қаратилган тадбирлар, давра суҳбатлари ҳам муҳим аҳамиятга эга бўлди. Университет талабалар турар жойларида ҳар ҳафтанинг ланшанба кунини «Тозалик кунини» деб белгиланган. Шу асосда талабаларимиз талабалар турар жойи атрофларини ободонлаштиришда ўз ҳиссаларини қўшиб келмоқдалар. Талаба-ёшлар иштирокида ўтказилган «Юксак маънавият ва экологик маданият уйғунлиги», «Юксак маънавият соҳибий табиат ҳақида қандай билимга эга бўлиши керак?» мавзуларидаги давра суҳбатлари ёшлар қалбига она Ватанга, табиатга меҳр-муҳаббат туйғусини оширишда муҳим омил бўлди десак хато бўлмайди.

Шунингдек, «Кийиниш маданияти ва саломатлиги», «Кийиниш одоби ва шахсий гигиена» мавзуларида ўтказилган тадбирлар ҳам диққатга сазовор бўлди. Кўҳна ва навқирон Тошкентимизнинг 2200 йиллигига бағишлаб ташкил этил-



ган «Тошкентим — она шахрим», «Кўҳна ва навқирон шаҳар» мавзуларидаги маънавий-маърифий ҳамда бадиий-адабий анжуманлар талаба-ёшларда катта қизиқиш уйғотди. «Конституция — бахтимиз қомуси» мавзусидаги тадбир ҳамда «Зукко қизлар» мавзусидаги танловлар, шу билан бирга талаба-ёшларнинг соғлом турмуш тарзини шакллантириш борасидаги «ОИТСнинг олдини олинг», «Гиеванд қаердан пайдо бўлади?», «Қариндошлар ўртасидаги никоҳнинг салбий оқибатлари», «Эрта турмуш қуришнинг салбий оқибатлари» «Гиевандлик билан эмас, спорт билан машғул бўл» сингари мухтаassis олимлар иштирокида ўтказилган тадбирлар ёшларнинг ҳар томонлама соғлом, жисмонан бақувват ва комил инсон бўлиб вояга етишида ўзига хос ўрин тутаётди.

Қувончлиси, янги йилнинг Президентимиз ташаббуслари билан Баркамол авлод йили деб эълон қилингандир. Бу албатта ёш авлоднинг соғлом, бақувват, билимли, баркамол инсон бўлиб камол топиши йўлида кўрсатилаётган ғам-хўрликнинг яққол намунасидир. Университетимиз жамоаси ҳам янги Баркамол авлод йилида амалга оширадиган эзгу мақсадларини ёш авлод таълим-тарбияси, маънавияти-маърифати қаратган ҳолда ўз режа ва дастурларини ишлаб чиқиб амалга татиқ этмоқда.

Дилором ИКРОМОВА

СУРАТЛАРДА: университетда ўтказилган маънавий-маърифий тадбирлардан лавҳалар.

Сўраш, жавоб берамиз

Савол: — Қонунчиликда меҳнат ҳуқуқи ва муҳофазаси билан боғлиқ қандай қилмишлар учун жавобгарлик кўзда тутилган?

С.Равшанов, Юнусобод тумани.

Жавоб: — Жиноят кодексининг 148-моддасида белгилаб қўйилганидек, била туриб, гайриқонуний равишда ишдан бўшатиш ёки ишга тиклаш тўғрисидаги суд қарорини бажармаслик, шундай қилмишлар учун маъмурий жазо қўлланиладиган кейин содир этилса, энг кам ойлик иш ҳақининг 25 бараваригача миқдорда жарима ёки уч йилгача муайян ҳуқуқдан маҳрум қилиш ёхуд уч йилгача ахлоқ тузатиш ишлари билан жазоланади.

Мазкур кодекснинг 257-моддасида меҳнатни муҳофаза қилиш қоидаларини бузганлик учун, яъни техника хавфсизлик ёки меҳнатни муҳофаза қилишнинг бошқа қоидаларининг шу қоидаларга риоя этилиши учун масъул бўлган шахс томонидан бузилиши ўртача оғир ёки оғир тан жароҳати етказилишига сабаб бўлса, энг кам ойлик иш ҳақининг 25 бараваридан 50 бараваригача миқдорда жарима ёки беш йилгача муайян ҳуқуқдан маҳрум қилиш ёхуд уч йилгача ахлоқ тузатиш ишлари ёки уч йилгача озодликдан маҳрум қилиш билан жазоланади.

Агар ўша қилмиш одам ўлишига ёки бошқа оғир оқибатлар келиб чиқишига сабаб бўлса, муайян ҳуқуқдан маҳрум қилиб, беш йилгача озодликдан маҳрум қилиш билан жазога тортилади.

Савол: Яқинда турмуш ўртоғим жароҳат олиб, мустақил ҳаракатлана олмади. Унга вақтинча фойдаланиш учун ногиронлик аравачасини қандай йўл билан олишимиз мумкин?

Шу ҳақда кенроқ маълумот берсангиз. С.Ғойибова, Чилонзор тумани

Жавоб: — Бунинг учун сиз ўзингиз яшаб турган ҳудуддаги оилавий поликлиника врачлик-маслаҳат комиссиясига мурожаат этишингиз мумкин. Агар турмуш ўртоғингизга ногиронлик гуруҳи белгиланишига асос бўлса, ТМЭҚка йўлланма берилди. Комиссия эксперт врачлари тақдим этилган тиббий ҳужжатлар ва беморни бевосита текшириб, ҳолати ногиронлик аравачаси олишга тўғри келса ижтимоий-таъминот бўлими томонидан бепул аравача олиши учун маълумотнома беради.

Агар турмуш ўртоғингизнинг ҳолати маълум бир қисқа вақтга аравачадан фойдаланишни тақозо этса, сиз яшаб турган ҳудуддаги ижтимоий-таъминот бўлимидаги ижара пунктига мурожаат этасиз. Бу ердан аравачадан ташқари ҳасса, қўлтиқ-таёқ ва бошқа техника воситаларини ҳам ижарага олиш мумкин.

Савол: — Менга айтишларича, автотранспортни бошқаришга ишончнома нотариуслар томонидан туманлараро имтиҳон олиш бўлими (ТРИБ)дан рўйхатдан ўтказилиши керак экан, шу тўғрисида?

А.Хўжаев,

Собир Раҳимов тумани

Жавоб: — Шу соҳадаги ишларни тартибга солиш мақсадида Адлия вазирлиги томонидан 2000 йил 31 майда 929-рақам билан рўйхатга олинган «Автотранспорт воситаларини бошқариш ва уларни бошқа шахсга ўтказиш ҳуқуқини берувчи ишончномаларни расмийлаштиришга доир кўрсатмалар» — янги меъёрий ҳужжат кучга кирган. Унда автотранспортни бошқариш, ҳада қилиш, алмаштириш, ўз ваколатини бошқа шахсга ишониб топшириш ҳуқуқи билан олди-сотди ишончномаларини нотариал тартибда тасдиқлашда ушбу ишончнома ўн кун ичида тегишли туманлараро имтиҳон олиш бўлимида рўйхатдан ўтказилиши шарт, деб ёзиб қўйилиши шарт.

Шундан кейин нотариус ишончноманинг икки нусхасини рўйхатдан ўтказиш учун вакил (номига ҳужжат расмийлаштирилган фуқаро)га беради. Ишончноманинг бир нусхаси тегишли ТРИБда қолади, иккинчиси эса номига ҳужжат расмийлаштирилган шахсда сақланади.

Икром ИСМОИЛОВ,
ҳуқуқшунос

Ҳар бир инсон ақлини таниб, оққорани, яхши-ёмонни ажратадиган ёшга етибдики, маънавият-маърифатга эҳтиёж сезади. Бу борадаги илк сабоқ, ибрат, панднасихат ва ўғитларни ўз оиласида ота-онасидан олса, кейинчалик маърифат ўчоғи бўлиши мактабда, ўрта махсус ўқув юртларида, олий билимгоҳларда тобланади.

ИНСОН ДУНЁҚАРАШНИ КЕНГАЙТИРАДИ

Жамиятдаги мавжуд маънавият ва маърифат воситалари — телевидение, радио, газета-журналлар, бадиий китоблар ҳам унинг икки дунёсини бойитишга, қалб гўзаллигининг янада кўркамлашувига маълум маънода хизмат қилади. Маънавият-маърифат ишларини давр талаблари даражасида ташкил этишга муҳтарам Президентимиз Ислам Каримов томонидан нечоғлик катта диққат-эътибор берилганлигини барчамиз кўриб-билиб, ҳис этиб, тушуниб турибмиз. Зеро, айна замонамизда рўй бераётган ўзгаришлар, айрим чет элик «инсонпарвар»ларнинг аҳборот хуружлари, юртимизга, ўзбек халқига гоҳ пинҳона, гоҳ ошқоран тош отишлари, танлаб олган йўлимизда чалғитишга бўлаётган уришлар ҳар биримизни доимо ҳушёр ва огоҳ бўлишга, маънавиятимизни янада бойитишимиз, дунёқарашимизни кенг ва юксак бўлишини тақозо этмоқда. Инсонпарварлик, ахлоқийлик, камтаринлик, саҳийлик, савоб иш қилиш каби фазилатларни ҳар бир маънавиятли инсон ўзига фарз деб билимоғи лозим. Баъзи бир ўқувчилар маънавиятининг пастиги кам китоб ўқиганида деб ўйлайман. Ҳозирги кундаги кўпчилик ёшларимиз эса ўз маънавиятини ҳамда маданиятини янада ошириш устида тинмай изланишмоқдалар. Маънавиятнинг инсонга кўрсатадиган таъсирларидан бири шуки, у одам дунёқарашини кенгайтиради. Унга нотаниш, унинг ҳаётига бегона ҳодисаларнинг асл маъноларини тушутиришга ёрдам беради. Маърифатли ва маданиятли киши бировларни илм зиёсидан баҳраманд қилишни ўзига мурод қилади.

Ирода ЖҰРАЕВА,
ЎзДЖТУ талабаси

Оилада янги меҳмон — ўғилми, қизми дунёга келди.

У оилага, ота-онасига, қариндош-уруғларига бир олам севинч-қувонч келтиради. Янги меҳмон дунёга келганини эшитган оиланинг ақинлари гўдакка яхши ният билан узоқ умр, ақл-идрок, фахм-фаросат тилайди. Фарзанд — ота-онанинг орзу-ўйи, мақсад-муддаосидир. Фарзанд инсон қалбининг фахри, қувончи, гурури. Фарзанд меҳри қуёшдан ҳам иссиқ.

Болаларини севишни ҳар қандай ҳайвон, ҳар қандай куш ҳам урдасидан чиқа олади. Хавф-хатар яқинлашганда товуқ ҳам «қа-қа»лаб уларни оғоҳлантиради, вақти келса, қанотлари остига олиб ҳимоя қилади. Фарзанд дегани ўз меҳрибон ота-онасининг белига қувват, оёқларига мадор, ҳаётига нур, қалбига сурур, уларнинг уриб турган орақлари ва оламини кўрадиган кўз қорачиғи демакдир. Шу сабабли ота-онанинг орномусини, ҳаёти ва тинчлигини сақлаш фарзанд учун ҳам фарз, ҳам қарз.

Оналар фарзандлар қалбига абадий яшайди. Чунки она фарзандига юрак берди, қон берди, кўнглига муҳаббат туйғусини сингдириди, кўнглини кенг қилди, меҳр уруғларини сочди, одамийликка ўргатди, шу сабабли ўзи унда доимо яшаб қолади. Болага бўлган меҳр-муҳаббат унинг ҳаётига юз ҳаёт кўшса, тўла-тўқис одам қилса, уни эркатой ва арзанда қилиб юрмасанига ижобий муҳаббат бўла олади ва болага мустаҳкам чин бахт бахш этади.

Халқимизда «Ҳар ким эканини олади» деган мақол бор. Ҳаётда фарзанд тарбияси ҳар вақт биринчи ўринда туради. Ҳар жойда яхши тарбия олган иқтидорли болалар алоҳида ажралиб туради, катталарнинг меҳрини қозонади, уларнинг диққат марказида бўлади. Меҳр бор жойда эзгулик уруғлари илдиэ отади. Муҳаббат бор бўлган хонадонда алаҳиситам, ғам-қайғу димок-фироқ, кулфат бўлмайди. Яхшилик билан ёмонлик ўт билан сув каби бир-бирига

зид тушунчалар. Бу тушунчаларнинг қайси бирининг ғолиб келиши тарбияга, кўнглининг пок ёки нопоклигига, меҳр-муҳаббатининг кучли ёки кучсизлигига боғлиқ. Фарзанд — оиланинг ширин-шакар меваси. Ўғил бола бўлажак шахсда, қиз эса малика. Уларнинг шундай ёрқин кунларини қуриш учун ота-она ўз дилбандларини гўдаклигидан соғлом

ва муомала маданиятига катта эътибор бериши лозим. Инсон оғзидан чиқадиган сўз шу инсоннинг одоби, илми, қобилияти ва истеъдод даражасини кўрсатиб туради. Шунинг учун сўзлаётганда эҳтиёт бўлиш, ўйлаб гапириш, одоб билан ҳаракат қилиш, мавзу доирасидан четга чиқмаслик лозим. Сўз ичида сўзга дахли бўлмаган маъносиз, чунончи, «халиғи», «инайкейин», «анави», «ма-

Оила даврасида ОДОБИНГ — ЗИЙНАТИНГ

устаришга ҳаракат қилади. Жаноҳи Ҳақ: «Мен хасталикнинг шифосини ҳақимнинг қўли билан хастага юбораман» деган. Болани соғлом, қалбини пок ҳолда сақлаш ва бойитиш учун қуриш ва эшитиш мумкин бўлган ҳамма нарсага кўра ва эшикта билишга ўргатиш лозим, унинг ота-онага бўлган муҳаббати чуқур дўстликка ва ишончга айланмоғи керак. Ота-оналар олдига ниҳоятда катта масъулият, ўз болаларининг қалбини тарбиялаш ва таркиб топтиришдек вазифа бор. Чунки болаларнинг айби ёки тарбия-сизлиги жуда кўп жиҳатдан айни ота-оналарнинг боши ва виждонига тушади. Ота-боболаримиз тарбиянинг боши — оила, деб беҳиз айтишмаган. Бола тўғиш жисмоний балоғат белгиси бўлгани каби бола тарбиялаш кундалик ишимиздир. Ота-она фарзанди ёшлигидан қачон сўзлаш одоби

салан», «нима эди», «ўшачи», «энди», «хўш» каби сўзларни кўп ишлатиш тилни яхши билмаслик ёки сўзга ўта нўноқликни аналатади. Сўзни кўп гапирмаслик, бир гапни икки марта такрорламаслик, қисқа ва лўнда тушутиришга ҳаракат қилиш лозим. Инсон иккита қулоқ ва битта оғизга эга. Бу эса кам сўзлашни ва кўпроқ эшитишни тақозо қилади. Ҳар киши сўзи билан танилади, хулқ-атвори билан таърифланади, инсонларга қилган яхшилиги билан улуғланади, илми билан хўрматга сазовор бўлади, касб-кори бўйича қилган меҳнати билан қадрланади, ширинсуханлиги билан эъзозланади, камтарлиги билан ном қозонади, ваъдага вафоси, омонатга хиёнат қилмаслиги билан тилга олинади, ҳаром ва ҳалолни фарқлаши билан ажралиб туради, инсофлиги билан меҳр уйғотади, диёнати билан мақталади.

Убайдулла
АБДУЛЛАЕВ

2010 йил — Баркамол авлод йили

МУСОБАҚА ЯКУНЛАНДИ

Президентимиз Ислам Каримов раҳнамолигида болалар спортини ривожлантириш, ёш авлодни ҳар томонлама баркамол инсонлар этиб тарбиялаш, уларнинг жисмоний тарбия ва спорт билан мунтазам шуғулланиши учун зарур шароит яратиш, ёш иқтидор эгаларини қўллаб-қувватлашга доимий эътибор қаратилмоқда.

Бу борада мамлакатимизда жорий қилинган уч босқичли узлуксиз спорт тизими — мактаб ўқувчиларининг "Умид ниҳоллари", касб-ҳунар коллежлари ҳамда академик лицей ўқувчиларининг "Баркамол авлод" ва олий ўқув юртлири талабаларининг Универсиадада спорт мусобақалари муҳим аҳамият касб этмоқда. "Умид ниҳоллари" спорт мусобақасининг 5-7-синфлар ўқувчилари ўртасида ўтказилган Тошкент шаҳри босқичи якунланди. Унда спортнинг ўн икки тури бўйича 1500 дан ортиқ ўқувчи иштирок этди. Ушбу мусобақада ғолиб бўлганлар 2012 йили Навоий вилоятида ўтказиладиган "Умид ниҳоллари" мусобақасида иштирок этиш имкониятига эга бўлди.

Сузиш бўйича ўғил болалар баҳсида Н.Фуломқодиров, Р.Ёқубов, М.Дадабоев, А.Краснов, В.Шкретов, қизлар ўртасида У.Аҳмадалиева, Т.Ицкова, Е.Дрегина ғолиб чиқди. Умумжамоа ҳисобида Миробод тумани ўқувчилари биринчи ўринни эгаллади. Мирободлик ўқувчилар волейбол баҳсида ҳам биринчиликини қўлга киритди. Юнусобод тумани ўқувчилари баскетбол, стол тенниси ҳамда энгил атлетика бўйича умумжамоа ҳисобида биринчи ўринни эгаллади. Кураш бўйича Сергели тумани ёшлари, шахмат бўйича Шайхонтоҳур тумани вакиллари, бадий гимнастика бўйича Чилонзор тумани жамоаси умумжамоа ҳисобида биринчи ўринга сазовор бўлди.

Ёш авлодни соғлом турмуш тарзига жалб қилиш, улар ўртасида жисмоний тарбия ва спортни янада оммалаштириш мақсадида пойтахтимизда ташкил этилган Янги йил шахмат фестивали қизгин паллага кирди.

ШАХМАТ ФЕСТИВАЛИ

Халқаро рейтингга эга шахматчилар иштирок этаётган "А" гуруҳида пешқадамлик қилаётган Антон Белий ва Хулқар Тохир-жонова тўртинчи партияда Борис Лебедев ҳамда Никита Хорошеви мот қилиб, тўрттадан очко жамғарди. Суннат Баниёзов устидан зафар кучган Роман Голубев ҳам уч ярим очко билан бош совринга даъвогарлик қилмоқда. Мусобақанинг "В" гу-

руҳида ўн беш ёшгача бўлган юз нафардан зиёд спортчи ғолиблик учун куч синашмоқда. Ғалабали одимларини давом эттираётган Игорь Паевский бешинчи турда Сирождиддин Машариповни енгган бўлса, Полина Вербова кескин ва мурасиасиз баҳсда Бехруз Воҳидовдан устун келди. Ўзаро дуранг ўйнаган Ҳамид Эгамов ва Элбек Жуманов асосий рақобатчиларидан ярим очкога ортда.

Саккиз ёшгача бўлган ўғил-қизлардан таркиб топан "С" гуруҳида Шерзод Бекмуродов ўз иқтидорини намойиш этмоқда. У гуруҳда ҳали очко йўқотмаган ягона спортчи ҳисобланади. Ш.Бекмуродов тўртинчи турда Зайнаб Усмоновани мағлуб этди. Дастлабки турда очко йўқотган Шамсиддин Воҳидов эса кетма-кет учта ғалабадан сўнг иккинчи ўринга кўтарилди. (ЎЗА)



МАШРИҚЗАМИН — ҲИҚМАТ БЎСТОНИ

ҚОНУНИ БОСИТИЙ

Баъзилар борки...

(Давоми. Боши ўтган сонларда)

Баъзи одамлар бўладики, тез ва осон ҳазм бўладиган латиф таомдан истеъмом қилса меъдасида таом бузилиб, фасод бўлади. Агар қуюқ ва бадҳазм таомдан истеъмом қилса бемалол ва безарар ҳазм қилади. Чунки буларнинг меъдалари кучли ҳароратга эга бўлиб, латиф овқатни мўтадил ҳазмдан ортиқча қайнатиб бузади. Аммо мўтадил мизожли учун ҳазми қийин бўлган овқатни аввал меъда ўз ҳарорати билан тез ва яхши ҳазм қилади.

Баъзи одамлар борки, гоёта латиф ва но-зик овқатни ҳазм қилади. Лекин мўтадил мизожли меъда учун ҳазми бемалол бўлган таомни ҳазм қилолмайди, ғализ таомнинг ҳазмидан эса мутлақо умид бўлмайди. Булар шундай одамларки, меъдалари бағоят совуқ мизожли ва ширадор рутубатли бўлади. Шунинг учун гоёта латиф бўлган таомнинг ҳазмига озгина қолган табиий ҳарорат етарли бўлса ҳам, бироқ латиф ва қуюқликда мўтадил бўлган овқатнинг ҳазмига етарли бўлмайди, меъданинг рутубати эса тўсиқ бўлади ва ғализ таомнинг ҳазми учун мутлақо имкон бермайди.

Аъзолар онаси — меъда, касаллик онаси — таом

Билмоқ керакки, умуман табиблар орасида "умм ул-аззо ал-миъда ва умм ул-амроз ат-таом", яъни аъзоларнинг онаси — меъда ва касалликларнинг онаси — таомдир, деган сўз машҳурдир. Ҳақиқатан ростдир. Зероки, меъда бақувват ва мўтадил мизожли бўлиб, таомни нуқсонли ҳазм қилса, бу таомдан овқатлик жавҳар ажраб чиқиб, баданга бадан (гўшт) бўлиб қўшилади. Яхши ҳазм бўлган таомдан нутфа ҳосил бўлиб, ундан фарзанд аъзолари пайдо бўлади. Гуёки аъзоларнинг пайдо бўлувчи онаси меъдадир.

Агар овқат ҳазмга ноқобилликдан ёки овқат тартибининг бузилишидан ёки меъданинг заифлигидан ёхуд ҳароратининг ғолиблигидан мўтадил ҳолда ҳазм бўлолмаса бу овқатдан баданга баҳрамандлик ва йўқ бўлган бадан гўштининг нуқсонига бадал ҳосил бўлмай, аъзоларга заифлик юз кўрсатади. Яна ҳазм бўлмаган овқатдан ажралган хом жавҳар баданга борганда ноқобил овқатлиги сабабли ҳаммаси чиқиндига айланиб, бу чиқинди моддалардан ҳар хил касалликлар пайдо бўлади. Демак, барча касалликларни пайдо қиладиган таом дейилгани ростдир.

Саккизинчи қонда — Ҳар қандай мизожга мос бўлган овқатлар ҳақида

Билмоқ керакки, инсон зотининг ҳар бири бошқа бир мизождадир. Зероки, мизож баданда турган тўртта хилнинг миқдори таркибидан ҳосил бўлган кайфиятдир. Инсон зотининг ҳар бирида хилларнинг ҳаммаси бири-бирига тенг эмаслиги, баъзи хил баъзисига нисбатан ортиқ ёки кам бўлиши маълум. Ҳар бир хил кўп бўлса унинг таъсири ҳам кўп бўладики, мизож шу кайфият ва таъсирдан иборатдир.

Демак, ҳар қайси мизожда бўлган инсон учун ўз мизожига зид бўлган овқат ва даво билан тадбир қушиш лозим эканлиги шу фаслнинг аввалида "Илоҳ ул-амроз" (касалликларни давоси) да муфассал айтиб ўтилди. Демак, бу жойда тафсилотга ўрин йўқ. Лекин эслатиш ва огоҳ қилиш учун ҳар қандай мизожли одам ҳақида унга муносиб бўладиган овқатдан бир мисол келтириб ўтиш билан қиёяланамиз.

Савдо мизожлилар овқати

Савдо мизожли одам учун кўп рутубатли ва кам ҳароратли нарса ейиш муносибдир. Чунки, овқат учун қорамол гўшtidан шўрва, зиравордан эса райхон, исфиноҳ кўшиш, мевадан ширин қовун бериш муносибдир. Бошқа нарсалар ҳам шуларга қиёс қилинади.

(Давоми бор) Маҳмуд ҲАСАНИЙ тўйёрлаган

Саломатлик — туман бойлик

БАРЧА ШАРОИТЛАР ЯРАТИЛГАН

Мана беш йилдирки, Тошкент шаҳар Касаба уюшмалари ташкилотлари бирлашмаси Кенгаши қошида ташкил этилган «Снага-Sport» спорт-соғломлаштириш клуби самарали фаолият кўрсатиб келмоқда.

Клуб асосан жисмоний ривожланишда нуқсонли бўлган болажонларга мўлжалланган сабабли кейинги пайтларда айниқса саломатлигини тиклаш ниятида бўлган болажонлар билан гавжум бўлмоқда.

Спорт-соғломлаштириш клубининг қандай ўзига хос йўналишлари бор ва у болаларни ўзига қайси тарафлари билан жалб этаётгани хусусида ота-оналарнинг ўзлари шундай дейишади.

— Клубнинг кенг ва ёруғ залида кўплаб спорт анжомлари — асосан замонавий жиҳозлар мавжудлиги қувонарли ҳолдир, — дейди Елизавета Нагай. — Яъни, югуриш йўлаклари, оёқ, елка ва кўл мускуллари чиниқтириладиган тренажёрлар зали, швед нарвончаси, гантел, штанга — ҳаммаси болажонларимиз хизматида. Энг муҳими, жисмоний тарбия бўйича тажрибали йўриқчи Валерий Бикитеев саяҳат-қатлари билан кўплаб ёшлари-

мизнинг соғлиқлари тикланмоқда. Клубдан ўз чемпионлари ҳам етишиб чиқмоқда. Чунки, штангани ётган ҳолда кўтариш бўйича Аббос Накибов, энгил атлетика бўйича эса Робия Эшпўлатовалар шулар жумласидандир. (Ўз мухбиримиз)

СУРАТДА: клубда ёшларнинг соғлиқларини тиклашлари учун барча имкониятлар мавжуд. Алексей Попов олган сурат.



РЕЙТИНГ НАТИЖАЛАРИ

Спорт янгиликлари

Халқаро футбол тарихи ва статистикаси федерацияси ташаббуси билан мамлакатлар миллий чемпионатларининг рейтинг жадвали эълон қилинди.

Маълумки, Халқаро футбол тарихи ва статистикаси федерацияси ҳар олти ойда миллий чемпионатларнинг рейтинг жадвалини эълон қилади. Янги йил бошланиши муносабати билан эълон қилинган рейтинг натижаларига кўра Ўзбекистон миллий чемпионати 33-ўринда қайд этилган. Қитъада эса миллий чемпионатимиз Жанубий Корея, Япония ва Саудия Арабистони чемпионатларидан

кейин тўртинчи ўринга, МДХ давлатлари орасида бешинчи ўринга кўтарилган. (Ўз мухбиримиз)

НАВБАТДАГИ БОСҚИЧГА ЙЎЛЛАНМА ОЛДИ

Австралиянинг Сидней шаҳрида ўтаётган Хотинқизлар теннис уюшмаси (WTA) мусобақалари тақвимига киритилган турнирда дунёнинг энг кучли ракетка усталари қаторида ҳамюртимиз Оқғул Омонмуродова ҳам куч синашмоқда. Мусобақанинг жуфтликлар баҳсида франциялик Жули Коин билан ҳамкорликда ўйнаётган ўзбекистонлик теннисчи

биринчи босқичда Польша вакиллари — Клаудия Янс ва Алисия Росолска дуэтини 6:3, 6:4 ҳисобида энгиб, навбатдаги босқичга йўлланма олди.

КИЧИК ҲИСОБДАГИ ҒАЛАБА

Ўзбекистон XIX миллий чемпионати олий лигаси беллашувларига пухта тайёргарлик кўраётган Муборакнинг "Машъал" ва Тошкентнинг "Локомотив" жамоалари навбатдаги ўқув-машғулот йиғини доирасида ўзаро синов-назорат учрашувини ўтказди. Унда Игорь Володтёк томонидан киритилган ягона гол "Машъал" футболчиларига кичик ҳисобда ғалаба келтирди — 1:0. (ЎЗА)

ТИЖОРАТ ХАБАРЛАРИ ВА ЭЪЛОНЛАР / ТИЖОРАТ ХАБАРЛАРИ ВА ЭЪЛОНЛАР

ТОШКЕНТ ШАҲАР ҲОКИМЛИГИ ЎРТА МАХСУС КАСБ-ҲУНАР ТАЪЛИМИ БОШҚАРМАСИ

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2005 йил 28 февралдаги «Академик лицей ва касб-ҳунар коллежлари директорларини аттестациядан ўтказиш тўғрисида»ги Р-2146-сонли фармойишига асосан қуйидаги таълим муассасасининг вакант (бўш) бўлган директорлик лавозимига

ТАНЛОВ ЭЪЛОН ҚИЛАДИ:

Танловда олий маълумотли, камида 5 йил олий ва ўрта махсус, касб-ҳунар таълими тизимида педагог ҳамда раҳбарлик лавозимларида иш стажига эга бўлган, таянч олий маълумоти таълим муассасасида мавжуд бўлган тайёрлов йўналишларидан бирига тўғри келадиган мутахассислар иштирок этишлари мумкин.

№	Таълим муассасаси номи	Манзили	Изоҳ
Директорлик лавозимига			
1	Тошкент банк ҳисоб-кредит касб-ҳунар коллежи	Зангиота тумани, У.Юсупов кўчаси, 1	
2	Шайхонтоҳур тиббиёт коллежи	Шайхонтоҳур тумани, О.Шарофутдинов 1-берк кўчаси, 10	

Танловда қатнашиш учун қуйидаги ҳужжатлар тақдим этилади:

1. Ўрта махсус, касб-ҳунар таълими ҳудудий бошқармаси бошлиғи номига ариза;
2. Туман ҳокимлигининг тавсияномаси;
3. Сўровнома (справка-объективка);
4. Таржимаи ҳол;
5. Олий маълумот ҳақида дипломнинг нусхаси;
6. Илмий даража ва илмий унвони (мавжуд бўлса) ҳақидаги ҳужжатларнинг нусхалари;
7. Илмий-услубий ишлар ва ихтиролар рўйхати (мавжуд бўлса);
8. 3x4 ўлчамли 6 дона фотосурат;
9. Паспорт (нусхаси);
10. Тавсиянома;
11. Меҳнат дафтарчасидан нусха.

Ҳужжатларнинг асл нусхалари шахсан номзодлар томонидан кўрсатилади. Ҳужжатлар эълон чиққан кундан бошлаб 30 кун мобайнида қабул қилинади. Мурожаат учун манзил: Тошкент шаҳри, Яққасарой тумани, Бобур кўчаси, 55-уй. Тел.: 252-23-31, 252-23-35.

МАДАНИЯТ ВА СПОРТ ИШЛАРИ ВАЗИРЛИГИ

16 январдан бошлаб АФРИКАЛИК МЕҲМОНЛАР

ва ранг-баранг дастур
Томошалар шанба кунлари соат 15.00 да, яшанбада эса соат 12.00 ва 15.00 да бошланади.
Касса. Тел: 244-35-91, 244-35-94, 244-32-23. www.sitk.uz

«ТОШКЕНТ ОҚШОМИ» ва «ВЕЧЕРНИЙ ТАШКЕНТ»
Эълонлар шанба ва яшанбадан ташқари ҳар кун соат 9.00 дан 16.00 гача қабул қилинади. Маълумотлар учун телефон: 233-28-95. Факс: (3712) 233-21-56. Манзили-миз: Матбуотчилар кўчаси, 32-уй, 2-қават, 208-хона.

МУАССИС: ТОШКЕНТ ШАҲАР ҲОКИМЛИГИ

Бош муҳаррир Акмал АҚРОМОВ
Манзили: 100029, Тошкент шаҳри, Матбуотчилар кўчаси, 32

ТЕЛЕФОНЛАР:
Эълонлар: 233-28-95, 236-57-65. факс: (371) 232-11-39.
Душанба, сешанба, чоршанба, пайшанба ва жума кунлари чиқади.
Нашр кўрсаткичи — 563
ISSN 2010-9229

Газета Тошкент шаҳар Матбуот ва ахборот босқармасида 02-1-рақам билан рўйхатга олинган.
Ҳажми — 2 босма табоқ, офсет усулида босилади. 4207 нусхада босилади. Қўғоғ бичими А-2

Нашрият етказиб бериш масалалари бўйича турар жойлардаги почта бўлимларига ёки «Тошкент почта»га — 233-74-05 телефонига мурожаат қилишингиз мумкин.
Газета «Тошкент оқшомининг» компьютер марказида терилди ва саҳифаланди.
«Шарқ» нашрият-матбаа акциядорлик компанияси босмоқчоси. Корхона манзили: Буюк Турон кўчаси, 41-уй.
123 5