



ТОШКЕНТ ОҚШОМИ

Газета 1966 йил
 1 июлдан
 чиқа бошлаган

ШАҲАР ИЖТИМОЙ-СИЁСІЙ КУНДАЛИК ГАЗЕТАСИ

№ 15 (11.576)

Баҳоси эркин нархда



Шаҳримизда 2008 йили фаолиятини бошлаган «DURDONA GULI» хусусий корхонаси жамоаси давлатимиз томонидан кичик корхона, хусусий бизнес ривожига қаратилган эътибор туфайли имкониятлардан унумли фойдаланган ҳолда самарали меҳнат қилмоқда, маҳсулотлари харидорғирлигини таъминламоқда.

Ҳозирда мазкур корхонанинг 30 нафардан зиёд малакали, моҳир қўлли тикувчи, дизайнчилари ҳар ойда 20 мингтагача мавсумий маҳсус иш кийимлари тикишмоқда.

Ички бозорни доимий ўрганиш асосида иш юритамиз, — дейди хусусий корхона раҳбари Аълохон Ражаббекова, — харидор дид ва эътиҳидан келиб чиққан ҳолда барча буюртмалар сифати қатъий назоратда. Шу ўринда алоҳида таъкидлаш жоизки, ҳар бир корхонада ишчи-хизматчиларга баракали меҳнат, мароқли хордик чиқаришлари учун яратилган қулай шарт-шароитлар, уларнинг моддий-маънавий манфаатдорлигини таъминлаш ишлаб чиқарилаётган маҳсулот сифатию меҳнат унумдорлигида муҳим ҳисса бўла-

ди. Бизда ҳам юқоридаги ақидага амал қилинади. Масаланинг яна бир эътиборли томони корхонамиз «Ўзгариш» маҳалласида фаолият юритаётгани боис, асосан шу маҳаллада яшовчи аёллар иш ўринлари билан таъминланди. Қувонарлиси, ўтган йилдан корхонада ўқув маркази иш бошлаб, тикувчилик касбига қизиққан хотин-қизларга малакали мутахассисларимиз бепул иш ўргатади, улар имкон даражасида иш билан таъминланади, яъни касбини пухта эгаллаган ўй бекалари келгусида туманда касаначилик асосида ҳам фаолият юритишлари учун имкониятлар эшиги очилмоқда.

Жамоа аҳлининг меҳнати самараси бўлган маҳсус иш кийимлари

ПОЙТАХТНИНГ

БИР КУНИ

Тадбиркорлик

СИФАТ — БОШ МЕЗОН



буюртма асосида «Шўртангаз» кимё мажмуаси, «Дорилмомон Мунира Файз», «Ўзгариш» корхоналари, кўплаб қурилиш компаниялари, ташкилот, уюшмаларга етказиб берилмоқда. Жамоа аҳли ҳам яқна тартибдаги, ҳам катта буюртмаларни ўз муддатларида, сифатли бажаришни пухта режа асосида йўлга қўйган.

Тадбиркорлар фаолиятининг иккинчи йилини ҳам сезиларли ютуқ-

лар билан яқунлашди, истиқбол режасида эса янги ҳамкорлар топиб, ишлаб чиқаришни кенгайтириш асосида янгидан-янги маҳсулотлар яратишни эзгу мақсад қилишган.

МУҲАББАТ ҲАБИБУЛЛАЕВА СУРАТЛАРДА: «DURDONA GULI» хусусий корхонаси жамоаси иш фаолиятида — сифат бош мезон.
 Ҳақимжон Солиҳов олган суратлар

Давлатимиз раҳбари томонидан кичик бизнес ва хусусий тадбиркорликнинг ҳар томонлама қўллаб-қувватланиши миллий иқтисодийётимизни ривожлантиришнинг барқарор юқори суръатларини таъминлашда муҳим омил бўлиб хизмат қилмоқда. Республикаимизда хусусий мулкчилик шаклига асосланган кичик корхоналар кўпаймоқда.

Мамлакатимизда ушбу соҳани тартибга соладиган қатор қонунлар ва меъёрий ҳужжатлар қабул қилинган. Ўзбекистон Республикасининг «Микрокредит ташкилотлар тўғрисида», «Микромолиялаш тўғрисида»-ги қонунлари, Вазирлар Маҳкамасининг 2007 йил 19 февралда қабул қилинган «Микромолиявий хизматлар бозорини янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида»-ги қарори шулар жумласидандир. Хусусий тадбиркорликни молиявий қўллаб-қувватлашнинг микрокредитлаш ва микролизинг каби янги истиқболли шакллари жорий этилди.

Давлатимиз томонидан тадбиркорликни имтиёзлар, преференция ва кредит-молия ёрдами бериш йўли билан қўллаб-қувватланиши юксак самара бермоқда. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2006 йил 5 майда қабул қилинган фармонида мувофиқ мамлакатимизда «Микрокредитбанк» акциядорлик тижорат банки ташкил этилди. Мамлакатимиз бўйлаб 81 филиал ва 280 та минибанки ўз ичига олган ушбу банк томонидан кичик бизнес ва хусусий тадбиркорлик субъектларига кенг қўламли хизматлар кўрсатилмоқда. Кишлоқ жойларда хусусий тадбиркорлик ташаббусларини қўллаб-қувватлаш, ин-

новация лойиҳаларини маблағ билан таъминлаш, янги корхона ҳамда иш ўринларини ташкил этиш учун бошланғич капитални шакллантиришга қаратилган ишлар амалга оширилмоқда.

Кредит ресурсларини имкон

«Микрокредитбанк» томонидан молиявий имкониятлари юқорилигидан далолат беради.

Айни пайтда «Микрокредитбанк» республикамизнинг етакчи универсал тижорат банклари билан бири ҳисобланади.

Фармон ва ижро МАҚСАД — ТАДБИРКОРЛИКНИ РИВОЖЛАНТИРИШ

қадар қисқа муддатда бериш бўйича соддалаштирилган тартиб, жозибадор фоиз ставкалари бўйича қарз бериш ва бошқа қатор афзалликлар тадбиркорлик ташаббусларини ривожлантириш борасида яхши омилга айланди. Хизматлар соҳасининг жадал ривожланиб бораётгани бунга ёрқин мисол бўла олади. Шуниси эътиборликки, 2006 йил 17 апрелда Президентимиз Ислам Каримов томонидан тасдиқланган 2010 йилгача хизмат кўрсатиш ва сервис соҳасини ривожлантириш дастури доирасида ташкил этилган янги иш ўринларининг камида учдан икки қисми «Микро-

Унинг активлари кўпаймоқда, кредит ажратиш ҳажми ошмоқда. Иқтисодчилар тадқиқотлари кўрсатишича, 2006-2009 йилларда «Микрокредитбанк» қарз олувчилар — кичик корхона ва микрофирмалар, тадбиркорлар, шунингдек, фермер ва деҳқон хўжаликлари сони бўйича Ўзбекистон банк тизимида етакчи ўринни эгаллади. Мамлакатимиз тадбиркорлари бизнес-лойиҳаларининг учдан бир қисми айнан мазкур банк томонидан молиялаштирилди. Банкининг микрокредитлар ажратиш қўлами бўйича етакчи позицияси «MIX-MARKET» глобал микромолиялаш ахборот платформаси то-

монидан ҳам қайд этилди. Банк дунёнинг хизматлари беш олмос даражасида баҳоланган 100 та йирик банки рўйхатида киритилди. Бу эса жаҳон банк амалиётидаги гоёта юқори муваффақиятдир.

2009-2012 йилларга мўлжалланган Инқирозга қарши чоралар дастурида иш билан банд аҳолининг 70 фоизидан ортиги меҳнат қилаётган кичик бизнес ривожини микрокредитлаш тизими орқали рағбатлантиришга алоҳида эътибор қаратилган. Мамлакатимизда кичик ва микрокорхоналарга, фермер хўжаликларига молия ресурслари ҳамда хизматларини тақдим этиш, шунингдек, аҳоли кенг қатламини микромолиялаш хизматлари билан таъминлаш учун қулай шарт-шароитлар яратишга қаратилган изчил ва аниқ мақсадли чора-тадбирлар амалга оширилмоқда. Кичик бизнес ва хусусий тадбиркорликни маблағ билан таъминлашда «Микрокредитбанк»нинг иштироки кенгаймоқда. Давлатимиз раҳбарининг 2008 йил 10 ноябрда қабул қилинган «Микрокредитбанк» акциядорлик тижорат банкининг тадбиркорлик субъектларини қўллаб-қувватлаш борасидаги фаолиятини янада кенгайтириш чора-тадбирлари тўғрисидаги фармонига мувофиқ банк низом жамғармасини 72 миллиард сўмга кўпайтириш ва ушбу кўрсаткични 150 миллиард сўмга етказиш бўйича қарор қабул қилинди. Зеро, маблағ қанча кўп бўлса, имкониятлар ҳам шунча кенгайди.

В.РУДАКОВА,
 ЎЗА муҳбири

БЕНИЛЮКС МАМЛАКАТЛАРИ ТУРИЗМ ЯРМАРКАЛАРИДА ЎЗБЕКИСТОН САЙЁҲЛИК САЛОҲИЯТИ ТАҚДИМОТИ

Бельгиянинг Лювен ва Нидерландлар қироллигининг Утрехт шаҳарларида туризм ярмаркалари бўлиб ўтди ва уларда Ўзбекистоннинг сайёҳлик салоҳияти кенг намойиш этилди.

Лювен шаҳридаги ярмаркада Ўзбекистонга бағишланган стенд тадбир меҳмонларининг алоҳида эътиборини тортди. Ярмарка чоғида иштирокчиларга ўзбек халқининг бой тарихий, маданий ва мезморий мероси ҳамда мамлакатда турли соҳаларда эришилган ютуқлар, айниқса, Ўзбекистон ҳукумати томонидан туризм инфратузилмасини такомиллаштириш борасида қабул қилинган чора-тадбирлар ҳақида ҳикоя қилувчи фильм намойиш этилди.

Кўпчилик меҳмонлар Ўзбекистоннинг диққатга сазовор жойлари, амалий санъат намуналари ҳамда мамлакатнинг туризм соҳасидаги салоҳиятига хайрихоҳлик билдиришди.

(Давоми 2-бетда).

ЖАҲОНДА

• Европа Иттифоқи ва АҚШ авиатранспортда терроризмга қарши ҳамкорликдаги кураш чораларини кучайтириш тўғрисида келишиб олди.

• БМТ Бош қотиби Пан Ги Мун ушбу ташкилот Гаитида кидирув-қутқарув ишлари ва фавқулодда чоралар кўриш амалиётини тўхтатиб, мамлакатни тиклаш ишларини бошлаганлигини баён этди.

• Париж кредиторлар клуби Гаити давлатининг ташқи қарзларидан воз кечиш таклифини ўртага ташлади. Таъкидлаш керакки, ҳозирда Гаитининг ташқи қарзлари қарийб 2 миллиард АҚШ доллари етган бўлиб, шундан 300 миллионга яқини Париж кредиторлар клубидан олинган.

• Яман мамлакатнинг халқаро аэропортларида кириш визаларини беришни тўхтатишини эълон қилди. Бу мамлакат ҳудудида «Ал-Қоида» жангарилари киришининг олдини олиш мақсадида амалга оширилмоқда. Бундан бўён Яманда виза олиш элчихоналарда маҳсус текширувдан сўнг амалга оширилади. Элчихоналар ходимлари эса ташриф буюраётганлар тўғрисидаги ахборотларни аниқлаш учун ҳуқуқ-тартибот идоралари билан алоҳида маслаҳатлашади.

• Кеча жаҳоннинг етакчи хом ашё биржаларида ўтказилган савдолар чоғида нефть нархининг кескин пасайганлиги кузатилди.

• Кеча Франция пойтахти Париж шаҳрида ижтимоий соҳа ходимлари — тиббиётчилар, мактаблар ўқитувчилари ва боғчалар тарбиячиларидан 5 мингга яқин киши ҳукуматнинг иш ўринларини кескин қисқартиришга қаратилган ислохотларига қарши норозилик намойишини ўтказдилар.

• Венесуэла ҳуқуқ-тартибот идоралари ходимлари дунёдаги энг йирик нарқоборонлардан бири Саломон Камачо Морани хибса олишди. 65 ёшли нарқоборон мамлакатнинг Карабобо штати маркази — Валенсия шаҳрида қўлга тушди. АҚШ ҳукумати Мора ҳақида маълумот берган кишига 5 миллион долларлик мукофот эълон қилган эди. Мукофотнинг кимга берилиши ҳозирча мавҳум бўлиб қоляпти.

ҚИСҚА САТРАРДА

Тошкент шаҳар ҳокимлигининг Ахборот хизмати ва ўз муҳбирларининг хабарларидан.

✓ **БУГУН** Ҳамза туманидаги «Тенгдош» маданият уйида бадиий ҳаваскорлик жамоалари, тўғарақлар, курслар раҳбарлари, қатнашчилари иштирокида ўтказилган маънавий-маърифий давра суҳбати «Нурли келажакка элтувчи йўл» деб номланди.

✓ **ТОШКЕНТ** Тўқимачилик ва енгил саноат институти қришидаги академик лицейда «Инсон ҳуқуқларини такомиллаштиришда Адлия идораларининг роли» мавзусида ўтказилган тадбирда ўқувчилар, ўқитувчилар, ҳуқуқшунослар иштирок этишди.

✓ **АБДУЛЛА** Авлоний номи халқ таълими ходимларини қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш институтида педагоглар иштирокида ўтказилган тадбир «Диний бағрикенглик — оғоҳликка даъват» деб номланди.

✓ **ТОШКЕНТ** Молия институтида ўқитувчилар, талабалар иштирокида «Юксак маънавиятли ёшлар — юрт келажаги» мавзусида уюштирилган маънавий-маърифий тадбир Баркамол авлод йилга бағишланди.

(Давоми. Боши 1-бетда).

Бельгиянинг «Нобо Reisen» компанияси президенти А.Готц кўргазмага келганлар ярмаркадан аниқ бир мақсадни кўзлагани...

монхона, транспорт хизматлари, овқатланиш, гидлар ва таржимонлар хизматлари даражасига катта эътибор қаратишларини қайд этди.

«Sitara International Ltd.» компанияси бош менежери Зиё ул-Ҳақ ушбу кўргазма иштирокчилари Буюк Ипак йўли...

да жойлашган давлатларга, айниқса, нафақат бой тарихий меросга эга, балки Марказий Осиёдаги энг барқарор ва тараққий этаётган мамлакат саналмиш...

Вим Ван Гинкель жумладан шундай деди: «Бизнинг компаниямиз ушбу мамлакат туристларига ўзбекистонга эксклюзив сайёҳлик дастурини...

«Tiara Tours» компанияси менежери Карин Квэк Вэлл сўнги йилларда Нидерландлар мамлакатидан ўзбекистонга боришни истовчи сайёҳлар сони муттасил ошиб бораётганини таъкидлади.

«Жаҳон» АА, Бельгия, Нидерландлар қироллиги

БЕНИЛЮКС МАМЛАКАТЛАРИ ТУРИЗМ ЯРМАКАЛАРИДА ЎЗБЕКИСТОН САЙЁҲЛИК САЛОҲИЯТИ ТАҚДИМОТИ

Пойтахтимизда оила мустақамлигида никоҳ ёшининг аҳамиятига бағишланган давра суҳбати бўлиб ўтди. Маҳаллалар фаоллари, диний маърифат ва маънавий-ахлоқий тарбия масалалари бўйича масалатчилар, ўқитувчилар, талаба-ёшлар иштирок этган тадбир ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси, Республика «Оила» илмий-амалий маркази ҳамда Олий ва ўрта махсус таълим вазирлиги ҳамкорлигида ташкил этилди.

2010 йил — Баркамол авлод йили

ОИЛА ДАВЛАТ ВА ЖАМИЯТ МУҲОФАЗАСИДА

Давра суҳбатида Президентимиз Ислам Каримов раҳнамолигида юртимизда ҳар томонлама соғлом ва баркамол авлодни вояга етказиш, халқимиз, айниқса, ёшлар саломатлигини муҳофаза қилиш, тиббий маданиятни юксалтириш, ёш оилаларни ҳар жиҳатдан қўллаб-қувватлаш бора...

«Жаҳон» АА, Бельгия, Нидерландлар қироллиги

СОҒЛОМ АВЛОД — НУРЛИ КЕЛАЖАК

Шайхонтоҳур туманидаги «Ёшлик» спорт мажмуида 1998-2000 йилда туғилган ўсмирлар ўртасида мини-футбол мусобақаси ўтказилди.

Ёш авлодни жисмонан бақувват, руҳан тетиқ бўлишида спортнинг ўрни беқиёс. 2010 йилнинг «Баркамол авлод йили» деб эълон қилиниши эса бу борадаги ишларни янада ривожлантиришга туртки бўлди.

Ақбар ЖИЯНОВ, «Туркистан-пресс»

Алоқа ЭЛЕКТРОН ПОЧТА ТИЗИМИ

Алоқа ва ахборотлаштириш соҳасида «Уникон.Уз» Давлат унитар корхонасининг электрон рақамли имзо қалитларини рўйхатдан ўтказиш маркази томонидан фойдаланиш учун «Е-ХТ» ҳимояланган электрон почта тизими жорий этилди.

Эндиликда ушбу истиқболли тизим фойдаланувчиларининг сони 455 тага етди. Корхона ва ташкилотлар 19 тани ташкил этмоқда. «Е-ҳужжат» электрон ҳужжат айланиши тизими эса махсус авария-тиклаш бошқармаси ва «Алоқалойиҳа» масъулияти чекланган жамиятида жорий қилинди.

ЯНГИ КУРСЛАР

Ёш дастурчиларни тайёрлаш ва қўллаб-қувватлаш марказида уюштирилган ўқув машғулотларида қизиқиш ортиб бормоқда.

Эндиликда марказ ахборот-коммуникация технологиялари бўйича курс машғулотларини ташкил этишга ҳам киришди. Бунинг учун «Ўзбектелеком» акциядорлик компанияси, «Уникон.Уз» давлат унитар корхонаси мутахассислари маърузачилар сифатида жалб этилмоқда.

УНИВЕРСИТЕТЛАР ҲАМКОРЛИГИДА

Тошкент ахборот технологиялари университети соҳа бўйича таянч олий ўқув юрти сифатида кенг қўламли фаолиятни амалга ошириб келмоқда.

Буни Термиз давлат университети билан ҳамкорлик алоқаси мисолида ҳам кўриш мумкин. Мазкур олий ўқув юрти электрон ресурслар билан таъминлашга ҳам эришилди.

Ақбар АЛИЕВ

Себзор даҳаси, марказ 17/18 мавзеси, 13-уй, 152-хонадонда истиқомат қилувчи Шораҳмедов Дилмурод Турсунович номига 2008 йил 12 июлда берилган реестр рақами №21-1775 бўлган уй кадастр ҳужжатлари йўқолганлиги сабабли

ТОШКЕНТ ШАҲАР АДЛИЯ БОШҚАРМАСИ ХОДИМИ СОБИТОВ ҚОБИЛ АХРОРОВИЧГА 2009 йил 1 июнда берилган 0179-сонли гувоҳнома йўқолганлиги сабабли

Танловлар

ИЛҒОР ТАЖРИБАЛАРНИ ОММАЛАШТИРИБ

Президентимизнинг «Республика аҳолисини ахборот кутубхона билан таъминлашни ташкил этиш тўғрисида»ги Қарорини ижро этиш, ахборот-ресурс марказларининг фаолиятини янада такомиллаштириш, билимдон мутахассисларни аниқлаш ва уларнинг иш тажрибаларини оммалаштириш, янги технологиялардан фойдаланган ҳолда китобхоналарга хизмат кўрсатиш мақсадида «Энг яхши ўлкашунос библиограф» кўрик-танлови уюштирилган эди.

Яқинда ушбу танловнинг ҳал қилувчи босқичи Республика Болалар кутубхонасида бўлиб ўтди. Кўрик танловни ташкил қилишдан мақсад, — дейди мазкур кутубхона директори Фотима Бухарова, — ахборот-ресурс марказларининг фаолиятини кучайтириш, илгор тажрибаларни ёйиш кутубхоналарга янги технологияларни татиқ этиш, мамлакатимиз тарихи, ёдгорликлари, урф-одатлари ҳақида кенгрок маълумотлар йиғиш, ўлкашунослик фондини янада бойитиш орқали ёшларнинг билим олишига ёрдам берувчи маълумотлар хизматини кенгайтириш ва ушбу соҳадаги тажрибаларни оммалаштиришдан иборатдир.

Таълим

ЁШ АВЛОД КАМОЛОТИ ЙЎЛИДА

Кейинги йилларда жисмонан соғлом, руҳан тетик, баркамол авлодни вояга етказиш, ўсмир ёшларга пухта таълим-тарбия бериш давлатимиз сиёсатининг асосий вазифалари қаторидан ўрин олган.

Хусусан, жаҳон андозалари даражасида қўрилган мактабга таълим муассасалари, мактаб, коллеж, лицей ва олий ўқув юртилар, уларда яратилаётган шарт-шароитлар бунинг яқин исботидир. Фикримизга янада аниқлик киритиш учун Шайхонтоҳур туманидаги 45-мактаб директори Мавлуда Алимжонова билан суҳбатда бўлдик ва ушбу масканда ўқувчиларга берилаётган таълим-тарбия билан яқиндан танишдик. —Мустақиллигимизнинг 18 йиллиги давомида мамлакатимиз ҳаётида мисли қўрилмаган янгиликлар, ўзгаришлар бўлди. Ҳукумати-миз томонидан ёш авлоднинг маънавий ва жисмоний камолоти, замон талабларига мос билим олиши, касб танлаши, қобилияти ва иқтидорини эркин моёён қилиш ва уни ривожлантириш учун зарур шарт-шароитлар яратиб беришда ва берилмоқда, — дейди бизни ёрғу ва шинам синф хоналарига бошлаган директор. — Айниқса 1936 йилда қўрилган мактабимиз 70 йил деганда — 2006 йилда капитал реконструкциядан чиқарилди. Бугунги янги қиёфа касб этган замонавий ва кўркам бинода ўқувчиларимиз замонавий талабларга жавоб бера оладиган синф хо-

яшликни тараннум этиш, ёшларимиз камолоти, порлоқ ва бахтли келажаги мўжассамдир. Ушбу кўрик-танлов ҳам яқин келажақда ўз мевасини бериб баркамол авлод дунёқарши, билими, онги ва тафаккурининг янада ошишида муҳим аҳамият касб этди, деган фикрдаман. — Танлов жуда мароқли, савол-жавобларга бой, қизиқарили ва сермазмун ўтди, — дейди ушбу кўрикда иккинчи ўринни қўлга киритган ҳамшаҳримиз Дилбар Муҳитдинова. — Дастлабки икки босқич тунманлар ва вилоятларда ўтказилди. Мен шаҳарда муваффақият қозонганимдан сўнг республика босқичига йўланма олдим ва мазкур босқичда ҳам ғолиблар сафидан ўрин олдим. Танлов доирасида ўлкашуносликка оид билимларимни янада мустақамлаб олишга муваффақ бўлдим. Мамлакатимиз тарихи жуда бой, унинг биз билган ва билмаган сир-асрорлари эса кўп. Умид қиламизки ушбу танлов ўлкаимизнинг тарихий ёдгорликлари, обидалари, урф-одат ва анъаналари саҳифаларини бирма-бир очиб беришда асосий восита бўлиб хизмат қилади. Даржақат, жаннатмақон юртимизнинг ҳар бир қарич ери ўзига хос хусусиятга эга. Хар битта воҳа ва водийнинг эса ўз тарихи бор. Ўлкашунослар танловни эса, келажақда наинки ёшлар, балки катталар учун ҳам билим, ўрганиш ва изла-ниш манбаи бўлиб хизмат қилади. Гўлчеҳра ДУРДИЕВА



этилди. Шу билан бир қаторда ўқувчилар ҳам ўқитувчилар билан ҳамкорликда бир қанча ишларни амалга оширдилар ва турли кўрик-танловларда иштирок этди-лар, — дейди мактабнинг она тили ва адабиёти ўқитувчиси Мунира Набиева. — Масалан, 9-а синф ўқувчиси Сарвар Исмоилов, 9-б синф ўқувчиси Сардор Шохидовлар шаҳар миқёсида ўтказилган «Ёш иходкорлар» кўрик-танловида фахрли 1-ўринни эгалладилар. 9-а синф ўқувчиси Комила Валиева шашка бўйича мусобақаларда шаҳар миқёсида ғолиб чиқди. 8-б синф ўқувчиси Рустам Ибрагимов «Ёш геологлар» кўрик-танловида иштирок этди ва шаҳар босқичига чиқди. — Ўқув йили давомида ўз услуби мунтазам ишлаган ва фаол бўлган ўқитувчилар рағбатлантириб борилади. Ўқитувчиларнинг меҳнат фаолиятлари махсус комиссия томонидан таҳлил қилиниб 2008-

2009 ўқув йили натижалари бўйича 8 нафар ўқитувчи касб маҳорати учун, 14 нафар ўқитувчи синфдан ташқари ишлари учун устама ҳақлар берилди, — дейди мактабнинг ўқитувчи-логопеди Муборак Жамилова. — Мактабимиз фаолиятида логопед ўқитувчиларнинг ҳам ўз ўрни бор. Логопедия, нутқда нуқсон бор болаларнинг шахс сифатида ҳар томонлама ривожланиши учун қўлай имкониятлар ярати-б беради. Биз ўз касби ҳақида фахрлилик сўзлаётган ўқитувчининг фикрларини эшитар эканмиз, ушбу таълим масканда ёш авлод камолоти учун масъул бўлган устоз-мураббийлар меҳнатини дилдан хис этдик ва қўнғилимиз тўлди. Демак эрта-миз эгаларининг келажаги ишончли бўлди.



Спорт оламида

ХИДДИНК «ЮВЕНТУС»НИ БОШҚАРИШГА РОЗИ БЎЛДИ

Футбол бўйича Россия терма жамоасининг бош мураббийси Гус Хиддинк Туриннинг «Ювентус» жамоасига раҳбарлик қилишга рози бўлган, дея хабар беради «ForUm». Россия футбол уюшмаси билан тузилган контрактга кўра, Хиддинк йилига 7 миллион евро маош оларди. «Ювентус» голландиялик мураббийга йилига 5 миллион евро иш ҳақи тўлаш бўйича контрактни тақдир қилган. Хиддинк бунга розилик билдирган. Россия терма жамоаси 2010 йилги жаҳон чемпионатида қатнашиш имкониятини қўлга кирита олмагани учун Хиддинк истаган вақтида Россия футбол уюшмаси билан тузган контрактини бекор қилиш ҳуқуқига эга, дея маълум қилган «Лента Ру».

2009/10 йилги Италия чемпионатининг 19 турида «Ювентус» 33 очко тўплаб, учинчи ўринда бормоқда. Январь ойининг охи-

ЕВРО-2012: ПЛАТИНИ ДОНЕЦКА БОРАДИ

Евро-2012 мусобақаларига тайёргарлик доирасида «Донецк» аэропорти янги терминали қурилишининг боришини текшириш мақсадида УЕФА президенти Мишель Platini шу йилнинг 7 февралда Донецкка боради. Шаҳар мэри Александр Лукьянченко шу ҳақда хабар қилган.

Маълумки, ўтган йилнинг 11 декабрида УЕФА ижроқўми Харьков, Львов ва Донецк шаҳарларини 2012 йилги Европа чемпионатининг мезбонлари сифатида узил-кесил тасдиқлаганди. Шу тариқа Евро-2012 ўйинлари Польшанинг ва Украинанинг тўрттадан шаҳарларида бўлиб ўтади. Польшанинг Варшава, Познань, Вроцлав ва Гданск ҳамда Украинанинг Киев шаҳарлари 2009 йилнинг май ойларидан тасдиқланганди. Шунингдек, Киев қитъа биринчилигининг финал матчини қабул қилиш ҳуқуқини ҳам қўлга киритган.

Саломатлик: изланишлар, янгиликлар

ТАЖРИБАЛАР САМАРА БЕРМОҚДА

Европа ва АҚШ тиббиётчиларининг қўшма гуруҳи, олимлар соғлом ошқозонлиги беизининг лаборатория аналогини тайёрлашга яқин эканликларини маълум қилган. Бундай ҳужайралар келгусида ошқозонлиги беизининг ишлаб чиқаришдаги ўз функциясини етарли бажаролмаган пайтларда биринчи тип диабет касаллигига қарши курашда ёрдам беради.

Панкреатик диабет деб ном олган касаллик энг хавфли деб ҳисобланади, амалда даволаб бўлмайдиган ҳолатда беморлар оғир ҳолатларда инсулин инъекцияларини қабул қилишга мажбур бўладилар. Германияда Макс Планк университети қошидаги Биофизика ва Кимё институтининг бир гуруҳ олимлари Патрик Колломбат раҳбарлигида биринчи тип диабет касали билан оғирган лаборатория сичқонлари ошқозонлиги беизининг ҳужай-

раларида Рах4 генини фаоллаштиришга муваффақ бўлишди. Бундан ташқари, тадқиқотчилар кейинчалик кўчирма ўтказишга тайёр ошқозонлиги беизининг ҳужайраларига трансформация қилиниши мумкин бўлган плейропотент найчалли ҳужайраларни олишга муваффақ бўлишди.

Муваффақиятли амалга оширилган жаррохлик операциясидан кейин ошқозонлиги беизининг конвертерланган ҳужайраларидан кейинчалик соғлом инсулин ишлаб чиқаришга ёрдам берадиган глюкагон гормонини синтез қилишга эришилди. Патрик Колломбат, шунингдек, улар усулида бир етишмовчилик мавжудлигини ҳам тасдиқлади: ҳозирча тўла аниқланмаган сабабга кўра, ушбу усул ёш сичқонларда энг юқори самара билан иш берган, аммо каттарок ёшдаги лаборатория сичқонларида унинг таъсирчанлиги пасайиб борган.

Янги технологиялар

100 КИЛОМЕТРГА – 1 ЛИТР БЕНЗИН!

General Motors Америка бозориде супертежамли Chevrolet Volt гибрид автомобил пайдо бўлади.

Тажриба-синовлар давомида ушбу автомобиль тежамлиликнинг рекорд кўрсаткичини намойиш этди. 2010 йил кузи Шимоллий Америка бозориде супертежамли Chevrolet Volt гибрид автомобил пайдо бўлади.

Тажриба-синовлар давомида ушбу автомобиль тежамлиликнинг рекорд кўрсаткичини намойиш этди. 2010 йил кузи Шимоллий Америка бозориде супертежамли Chevrolet Volt гибрид автомобил пайдо бўлади.

Тажриба-синовлар давомида ушбу автомобиль тежамлиликнинг рекорд кўрсаткичини намойиш этди. 2010 йил кузи Шимоллий Америка бозориде супертежамли Chevrolet Volt гибрид автомобил пайдо бўлади.

Ҳайвонот оламида

ТАБИАТДАГИ НОЁБ ВОҚЕА

Йиртқич, ёввойи қушлардан бири кондор ёки америка бургути асосан умуртқали ҳайвонлар билан озикланади. Уларнинг тана тузилиши ва хатти-ҳаракати ўлжани қидириб топиш ва ушлаб олишга мослашган. Хусусан, узун ва ўткир тирикларининг учи билмоққа ўхшаш қайрилган бўлиб, ўлжани ушлаш ва ўлдиришга мослашган. Қисқа ва қалқоват пастпа қаралган тумшуги эса ўлжа этини, терисини юлиб олишга имкон беради.

Кондорнинг кўзи ўткир бўлганидан ўлжасини узокдан — бир неча километр наридан пайқаб олади. Кондорлар жуфт бўлиб яшабди. Уларнинг жуфти бутун ҳаёти давомида сақланиб қолади. Улар Американинг баланд тоғларида, қояларида уя қуриб, ҳар йили 2-3 та жўжалар очушади. Ўз болаларини хом гўшт билан боқишади, кейинчалик ўлмаган, чала жон ҳайвонларни ўз инига ташиб келиб болаларини ўлжага ҳужум қилишга, уларнинг гўштини ажратиб олишга ўргатади. 6 ойлик ёш кондор ўз ота-онаси ҳажмига

етади ва учини ўрганади. Табиатда бу баҳайбат қўшнинг асосий душмани браконьер одамлар, овчилардир. Улар бу қушларни, уларнинг болаларини тугатиб олиб ҳайвонот боғларига сотадилар.

Учиб бораётган кондорни кенг қанотлари, думидан осон билиб олиш мумкин. Кондорнинг мамлакатлари — бутун Америка қитъасидир. Бу қуш кўпинча кемирувчилар, куён, кийик, эчки, бўри боласи, каламуш, илон, ҳар хил қушларни ов қилиб ёйди. Шу билан бирга ўлаксалар билан ҳам озикланади.

Кондорнинг ини денгиз сатҳидан 3-3,5 метр баландликка жойлашган бўлиб уни кўриш учун анча баландликка кўтарилиш лозим. Ўз инини ҳимоя қилиш учун бу доворак йиртқич қуш одамга ҳам ҳужум қилади. Танасининг узунлиги 2 метр, қанотларини ёйганда кенглиги 4-5 метрга етади, вазни эса катта қушларда 40 килограмдан ошishi мумкин. Кондорнинг ўзига хос белгилари — бош ва бўйинларининг патлари йўқ, терининг ўзидан иборат. Кондор кенг ва узун қанотларини очиб, ҳавода узок вақт қанот қоқмас-

Дам олиш соатларида



Билиб қўйган яхши

МАНДАРИН ПЎЧОҚЛАРИНИ ТАШЛАМАНГ!

Цитрус меваларидан бири бўлмиш мандарин ҳар қандай дастурхонни беизаб, хушхўрлиги билан киши табиатини зийда қилибгина қолмасдан, уларнинг пўчоқларидан яхшигина доривор тайёрласа бўлади. Бунинг учун мандарин пўчоқлари қуритиб олинади, янчилик кукун холига келтирилади. Кукундан 2 ош қошиқ микдорда олиб бир стакан араққа (ёки 40 градусли спиртга) солинади. Тиндирма иштаҳага ургу берувчи, меъда фаолиятининг бузилишида яхши даво бўлади. Одатда тиндирмадан 10-20 томчиси бир қултум сувга солиниб ичлади. Бундай амалдан кунига 3 марта овқатланишдан олдин фойдаланилади.

Донё ХУЖАЕВА, олий тоифали дорихона

СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИНИ ТАНЛАЙМИЗ

Ёшлар ўртасида репродуктив саломатлик ҳамда соғлом турмуш тарзини янада кучайтириш, дунёқарши ва фикрлаш доирасини кенгайтириш, ижодий фаолият савиясини ошириш орқали маънавий баркамол шахс бўлиб етишишлари ҳамда жамиятда ўз ўринларини топишларида кўмаклашиш, иқтидорли, ижодкор ёшларни рағбатлантириш, қўллаб-қувватлаш ҳамда уларнинг ўз ақл-заковатини намойиш этишида амалий ёрдам бериш мақсадида, «Камолот» ЕИХ Тошкент шаҳар бўлими Кенгаши ва шаҳар Халқ таълими бош бошқармаси билан ҳамкорликда «Биз соғлом турмуш тарзини танлаймиз» мавзусида Шайхонтоҳур туманидаги Болалар ижодий уйда пойтахт умумтаълим мактабларининг 1-4 синф ўқувчилари ўртасида расмлар танлови ўтказилди.

Ўқувчи-ёшларни мактаб ёшидан оилавий ҳаётга тайёрлаш, улар онгига соғлом оилани шакллантириш фояларини сингдириш каби хайрли мақсадлар кўзланди. Тадбирда голибликни қўлга киритган истеъдодли ёшлар ташкилотчи ва ҳомийлар томонидан эсдалик совғалари билан тақдирландилар.

(Ўз муҳбиримиз)

Психологик тест

ЁШИНГИЗ НЕЧАДА?

«Ички ҳолатим ҳақиқий ёшимдан анча ёш», «Амалдаги ёшимга қараганда ўзимни анча қарирок ҳис этаман», Шунга ўхшаш гапларни эшитиб тураемиз. Ҳақиқатан ҳам биологик ёш билан психологик ёш ўртасида фарқ бўлиши мумкин экан. Келинг, қуйидаги тест воситасида қалбни қанчалик ёш эканлигини ҳисоблаб кўрайлик.

1. Ёшлигингиздаги йигит-қизлар ҳозирги ёшлардан яхшироқми?
2. Ҳаётимда ҳали кўпгина эзуликлар олдинда кутиб турибди.
3. Мен одамларни севаман, уларга ҳам мен билан мулоқотда бўлиш ёқади.
4. Менинг қарашларимга қўшилмайдиганларни ёқтирамайман.
5. Бошқа бир даврда яшашни истаган бўлардим.
6. Спортни телевизор орқали томоша қилишининга эмас, балки у билан бевосита шўғулланишни яхши кўраман.
7. Майда-чуйда ноҳушиликлар мени издан чиқариши мумкин.
8. Қўшиқ ёки мусиқа ёрдамида ўз кайфиятимни кўтаришим мумкин.
9. Ўқиганларимни таҳлил этишни яхши кўраман.
10. Олдинга ҳаракатлашишда ҳатто ноҳуш ўзгаришлар ҳам фойдали.
11. Ҳали яна кўп нарсаларни ўрганишни истамаман.
12. Мен шўғулланаётган иш одамлар учун керак ва мумкин.
13. Қизиқишларим шунчалар кўпки, ишдан кейин улар билан шўғулланишга аранг вақт топаман.
14. Ҳадеб бақир-чақир қилаверадиган болалар ғажимни келтиради.
15. Энг хилма-хил масалалар бўйича фикрлар, ҳатто баъзиларнинг қарашлари меникига мос келмасам ҳам, мени жуда қизиқтиради.
16. Қийинчиликлар мени чинқиртиради.
17. Пазандалиқдан тортиб рўзгорда ишлатиш мумкин бўлган техник мол-ламаларга ҳамма нарсасида ихтирочиликни ёқтираман.
18. Янги-янги танишувларни хуш кўраман.
19. Юқоридаги фикрлардан қай бирига қўшилсангиз — унга 3 балл, қўшилмасангиз 1 балл, мабодо қисман қўшилидиган бўлсангиз — 2 балл қўйиб чиқинг. Тўпла-

ган очколарингизни жамланг.

Агар тўплаган балларингиз:

20 баллгача бўлса: Аттанг, сиз фақат тўнгиллашнинг биларкансиз. Баъзан сизни тушқунлик кайфияти қамраб олarkan. Бундай ҳолатда сизни биологик ёшнингиздан ёшроқ экансиз дейиш қийин. Ҳаётга ижобийроқ кўз билан қарашга ҳаракат қилинг.

20 дан 50 баллгача бўлса: Сиз ҳаётга ростман ишонч билан қарар экансиз, аммо ҳадеб орқангизга ўгирилиб, ўтган ёшнингизга қарайверасиз. Кўпинча ҳаётингизнинг каттагина қисми ортада қолгандай туюлади. Асло бундай эмас. Ҳатто кексаларнинг ҳам ёқимли фурсатлари кўп бўлиб, уларни бой берманг. Қўлингизни силкиб, 15 йил олдин қандай бўлганингизни эсланг, бир жойда қотиб қолманг.

50 ва ундан ортиқ балл бўлса: Сизнинг ҳаётга бўлган муҳаббатингизга ҳавас қилсангиз, қалбни сиз жуда на-вқиронсиз. Ҳали-бери қарил сизга яқинлаша олмайди.

Кино

ЯНА ЭКРАНДА

Ҳа замонавий қарашгина қизиқтарди ва шу тўғрисида бизнинг қарашларимиз тўла мос тўшди.

Гай Ричи фильмида замонавийлаштириш кўпинча мумтоз асарларни экранлаштиришда рўй бераётганидек воқеаларни бизнинг кўнларимизга кўчиришни аналтмайди.

Кино

ЯНА ЭКРАНДА

Воқеалар Конан-Дойл тасвирлаган даврда виқторианлар Англиясида рўй беради. Экранда намойиш этилган Лондон эса, албатта ҳақиқий Лондон бўлмай, балки кўпроқ мажозий маънодаги шаҳардир. Фильмнинг ютуғи, мутхассислар фикрича, айнан ана шунда.

Гиннес китобига ёзилди...

Грециялик қандолатчилар тайёрлаган гаёриоддий пирог Гиннес рекордлари китобидан жой оладиган бўлди. Марказий Грециянинг Ларис шаҳри қандолатчилари шу яқинда жойлашган Аяя қишлоғи кўнгилилар ёрдамида узунлиги 20 метр, эни 65 сантиметр ва оғирлиги 333 килограмм бўлган улкан пирогни тайёрлашган. Мазкур тадбир Олма байрами маросимига атаб ҳамда шу баҳона олманинг маҳаллий навларини реклама

20 МЕТР УЗУНЛИҚДАГИ ПИРОГ

қилиш мақсадида уюштирилган. Пирогни тайёрлашга 5 соат вақт ва 20 метр узунлиқдаги махсус пещ керак бўлди.

Мўъжизакор пирогнинг Гиннес рекордлар китобига тушишига умид боғлаётган шаҳар ҳокими Ян Лондонга тегишли ариза билан мурожаат этган. Умуман, грек пазандалари жаҳонни лол қолдириш ва ўзларига рекордлар орасидан жой таъминлашга илк бор уринаётганлари йўқ, дейилади Афина ахборот агентлиги (АНА)нинг хабарига. Ўтган йилнинг май ойида Греция шимолдаги Серес шаҳрида ошпазлар тўрт соат давомида умумий оғирлиги 312,5 килограмм бўлган минглаб бифштексларни қовуриб, Гиннес рекордлар китобига тушишга муваффақ бўлишганди.

БИР ЧИМДИМ КУЛГИ

Кардиолог шифокор машинасини тузаттиришга автосервисга олиб келади. Авточилангар машинасини тузатиб бўлиб, дейди:

— Менга қаранг, доктор, мен моторни тузатаман, сиз ҳам моторни — яъни одам моторини тузатасиз. Нега сизга мендан тўрт баравар кўп ҳақ тўлашади?

Шифокор бош ирғаб, машинасининг олдида бориб, моторини ўт олдиради ва чилангарга жавоб қилади:

—Қани, ишлаб турган моторни текшириб, созлаб кўрчи?

20 МЕТР УЗУНЛИҚДАГИ ПИРОГ

қилиш мақсадида уюштирилган. Пирогни тайёрлашга 5 соат вақт ва 20 метр узунлиқдаги махсус пещ керак бўлди.

Мўъжизакор пирогнинг Гиннес рекордлар китобига тушишига умид боғлаётган шаҳар ҳокими Ян Лондонга тегишли ариза билан мурожаат этган. Умуман, грек пазандалари жаҳонни лол қолдириш ва ўзларига рекордлар орасидан жой таъминлашга илк бор уринаётганлари йўқ, дейилади Афина ахборот агентлиги (АНА)нинг хабарига. Ўтган йилнинг май ойида Греция шимолдаги Серес шаҳрида ошпазлар тўрт соат давомида умумий оғирлиги 312,5 килограмм бўлган минглаб бифштексларни қовуриб, Гиннес рекордлар китобига тушишга муваффақ бўлишганди.

БИР ЧИМДИМ КУЛГИ

Кардиолог шифокор машинасини тузаттиришга автосервисга олиб келади. Авточилангар машинасини тузатиб бўлиб, дейди:

— Менга қаранг, доктор, мен моторни тузатаман, сиз ҳам моторни — яъни одам моторини тузатасиз. Нега сизга мендан тўрт баравар кўп ҳақ тўлашади?

Шифокор бош ирғаб, машинасининг олдида бориб, моторини ўт олдиради ва чилангарга жавоб қилади:

—Қани, ишлаб турган моторни текшириб, созлаб кўрчи?

Муаллима Жўравойнинг отасига шикоят қилади:

— Ўғлингиз партага пашшанинг расмини шундай чизибдики, уни ураман деб қўлимни синдириб олдим.

— Сиз уни айтасиз, у яқинда деворга пиво бочкасининг расмини чизган экан, кўшним билан унинг олдида икки соат навбат қутиб турибмиз...

—Марҳамат қилиб айтингчи, маҳбус Чоршанбиев билан учрашишга рухсат бера оласизми?

—Аттанг, бунинг иложи йўқ — у кечагина озодликка чиқарилганди. Бирон ойлاردан кейин хабар олинг...

Бир аёл дугонасига мактанади:

— Озишим учун доктор менга отда сайр қилишни буюрди.

—Хўш, қалай, натижа қандай бўляпти?

—Зўр, отим ҳозирдаёқ озиб қолди!

Қизи онасига кўнғироқ қилади:

—Эрим билан шундай жанжаллашиб қолдикки, нима қилишимни билмай бошим қотиб қолди!

—Ҳечқиси йўқ, қизим, ҳар қандай оилада ҳам англашилмовчиликлар бўлиб туради, кўпма қай-гурма...

—Тўғрику-я, аммо мурдани нима қиламан?..

Тоҳир ИБРАГИМОВ, профессор

Саҳифа материаллари турли манбалар асосида тайёрланди.

«Ёшлик» талабалар шаҳарчаси Маънавият ва маърифат марказида Ўзбекистон Миллий университети география ва журналистика факультети талаба қизлари ўртасида «Шаҳарча шаҳлолари» деб номланган танлов бўлиб ўтди.

ЗУККО ҚИЗЛАР БЕЛЛАШУВИ

Танлов «Ёшлик» талабалар шаҳарчаси ҳокимиёти, «Камолот» ёшлар ижтимоий ҳаракати ҳамда университет касаба уюшмаси ҳамкорлигида ташкил қилинди. Талаба-ёшларнинг маънавиятини юксалтириш, ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоялаш, таълим-тарбия олиши, саломатлигини мустаҳкамлаши йўлида ғам-хўрлик ва эътибор кўрсатиш мақсадида «Ёшлик» ҳокимиёти томонидан муайян ишлар амалга оширилмоқда. Иқтидорли талабаларни қўллаб-қувватлаш ва уларнинг маҳоратларини ошириш борасида ўтказилаётган турли тадбирлар шулар жумласидандир.

Факультетларнинг иқтидорли ва ҳар соҳада талабчан зуқко қизлари танловнинг ҳажвий таништирув, қизиқarli савол-жавоблар, талабалар ҳаётидан лавҳалар каби номинициялари бўйича ўзаро беллашди. Ўзбекистон Миллий университети ташаббуси билан аънавий тарзда ўтказиладиган иқтидорли қизлар беллашуви «Баркамол авлод» йиллида янгила мазмун касб этди.

Танловнинг асосий мақсади олий ўқув юрларида тахсил олаётган фаол қизларнинг иқтидорини юзага чиқариш ва уларни қўллаб-қувватлаш, шаҳарча ёшларини фаолликка ундаш, санъат ва мадани-

ятга бўлган қизиқишларини янда оширишга қаратилган.

— Болалигимдан шеърятга жуда қизиқаман. Ўқувчилик йилларимда ижод намуналари туман матбуотида мунтазам чоп этиларди, — дейди журналистика факультети 2-босқич талабаси Махлиё Воҳидова. — Университетга кирганимдан сўнг шеърят ва адабиётга бўлган қизиқишим янада ортди. Факультетимизда айнан журналистика назарияси пукта ўргатилиб амалиёт билан уйғун ҳолда олиб борилади. Адабиёт ва ўзбек тили йўналишидаги машғулотлар жуда қизиқarli ўтилади. Ҳозирда дарсдан сўнг бўш вақтларимда рақс тўғарағига қатнашаёман. Ушбу кўрик-танловга ҳам санъатнинг бирор соҳасида ўз иқтидорини маҳорат билан намоён қила оладиган қизлар жалб қилинган. Танлов баҳона географик топшимоқлар, турли фанларга оид қизиқarli савол-жавоблар асосида ўз билимларимизни мустаҳкамладиқ.

Танлов натижасига кўра, журналистика факультетининг 2-босқич талабаси Шоҳида Шоймова ғолиб топилди ва ҳомий ташкилотлар томонидан қимматбаҳо совғалар билан тақдирланди.

Азима ҚИЁСОВА, «Туркистон-пресс»



Спорт

«Бунёдкор» гуруҳда биринчи

Москва шаҳрида футбол бўйича Мустақил Давлатлар Ҳамдўстлиги ва Болтиқбўйи мамлакатлари чемпионлари кубоги мусобақасида илк маротаба иштирок этаётган Тошкентнинг «Бунёдкор» жамоаси «D» гуруҳи беллашувларини пешқадим сифатида якунлади.

Дастлабки икки учрашувда «Дачия»ни (Молдова) 1:0 ва «Пюник»ни (Арманистон) 3:2 ҳисобида мағлуб этиб, мунтазам олддин олиб чиқди ва тўғуларлар ўртасида пешқадимга айланди.

Иккинчи бўлимда «Бунёдкор» футболчилари бироз хотиржамликка берилди. Оқибатда «Экранас» вакилларидан Домас Галканичюс ва Витас Римкус биттадан тўп киритиб вазиятни тенглаштирди. Қолган дақиқаларда ҳисоб ўзгар-

мади — 2:2. Гуруҳдаги иккинчи учрашувда «Дачия» футболчилари «Пюник»ни 6:1 ҳисобида доғда қолдирди.

Учта учрашувда етти очко тўплаган «Бунёдкор» гуруҳда биринчи ўринни эгаллади. Энди ҳамюртларимиз ярим финал йўлланмаси учун Туркменистоннинг «МТТУ» жамоаси билан кўч синашади.

Зохир ТОШХўЖАЕВ, УзА шарҳловчиси



МАШРИҚЗАМИН — ҲИКМАТ БЎСТОНИ ҚОНУНИ БОСИТИЙ

Махфий қолмасинки, овқат ейиш вақтида ва овқатдан сўнг бевосита сув ичиш яхши эмас, чунки, бунинг сабаби кейинги машраб (фасл) да баён қилинади. Бироқ бу нарса мизожини иссиқ бўлмаган кишилар ҳақида. Чунки иссиқ мизожини кишининг меъдаси қизиб турган бўлади. Бундай одамнинг овқат ейиш жараёнида ва овқатдан сўнг бевосита сув ичиши мумкин, балки зарурдир. Чунки бундай киши ташналикка сабр қилса, овқати гарчи суяқ бўлса ҳам, куйиб фосид бўлади. Чунки таомдаги сув иссиқлиги сабабли меъданинг ҳароратини босолмайди.

Шунингдек, мўътадил даражадан иссиқроқ бўлган бошқа сув мўътадилликдан узоқлик даражасига қараб ҳароратни босишга камроқ таъсир қилади, чунки, бу сир эмас. Яна билиш лозимки, баъзи одамнинг меъдаси ҳароратли бўлади, демак бундай одамнинг таомга ишталаси кам бўлади. Агар соғуқ сув ичса меъда ҳарорати таскин топиб, ишталаси ҳосил бўлади. Ҳар қалай, сув ичишнинг вақтини тайин қилиш мизожнинг қандайлигига боғлиқки, бунга риоя қилмай ҳужм қилиш хатодир. Чунки агар чин ташналик пайдо бўлса бу сув учун табииатнинг муҳтож эканига далилки, бундан қайтариш зарар пайдо бўлишига сабаб бўлади. Бинобарин, қитоб муаллифи вақтни мутлақ белгилаб: «Сув ичиш вақти овқат вақтида ва овқатдан сўнг» деганлар. Бироқ, муродлари озгина хоҳишга қараб ичиш зарур дейиш эмас, балки ҳақиқий чанқаш ва тўлиқ хоҳишдир.

Шунга қарамай, иссиқ мизожли кишилар ҳам сув ичиш мумкин бўлмаган вақтларда соғуқ сувни камроқ ичишлири лозим. Бирдангина симириб ичмай, оз-оз тўхтаб, сўриб-сўриб ичиш керак. Агар бундай кишилар ёлғиз сув ўрнига қанд ёки новот қўшилган сув инсалар яхшироқ бўлади.

Билмоқ керакики, сув ичишдан манъ қилинган вақтлардан бири овқат еб турганда ва овқат еб бўлгандан сўнг дарҳол соғуқ сув ичмаслиқдир. Бироқ бу ҳужм айрим кишиларга ҳосил. Меъдаси ҳароратли одам бундан мустасно экани юқорида айтиб ўтилди. Наҳор (эрталаб) сув ичиш мумкин эмас. Чунки меъда таомдан бўлиб бўлган вақтда соғуқ сув меъдага тайёргарликсиз дафъатан бориб, соғуқ турган ҳолда меъдага тегса, унинг меъдага таъсири, балки раис аъзоларга ҳам таъсири еттиши мумкин. Борди-ю, юракка етса унинг табии ҳароратини сўндириб, ноубуд қилиши ва тасодифан ҳалок этиши мумкин. Агар жиграга етса истиско касалини чиқариш хавфи бор.

Яна соғуқ сув ичишдан пайларга, ичакларга, нафас олиш аъзоларига, ўпка, томоқ ва пардаларга таъсир қилади. Сув канчалик соғуқ эканига қараб шу қадар зарарлиқроқдир. Аммо, ҳаво бағоят иссиқ бўлган вақтда ёки шамол вақтида ёки ичакларда ҳарорати ғолиб бўлган кишиларга наҳорда сув ичиш мумкинки, бу соғуқ сув ўша ҳолатларнинг зарарини созловчи ва ҳайдовчи ҳисобланади. Ундаги ҳарорат соғуқ қаршилиқ кўрсатгани учун ҳам зарар қилмайди. Борди-ю, озгина зарар пайдо бўлганда ҳам, кучли зарарларни ҳайдаш баробарида озгина зарар ҳеч нарса қилмайди. Шу сабабданки, ўткир иссиғи бўлган беморлар наҳорда соғуқ сув инсалар зарар қилмайдими, бу сир эмас.

(Давоми ҳасани) Махмуд ҲАСАНИЙ тайёрлаган

ТИЖОРАТ ХАБАРЛАРИ ВА ЭЪЛОНЛАР / ТИЖОРАТ ХАБАРЛАРИ ВА ЭЪЛОНЛАР

Ўзбекистон Республикаси Давлат мулки кўмитаси Тошкент шаҳар бошқармаси ҳузуридаги «Тошкент шаҳар давлат мулкни ижарага бериш маркази» хусусий секторни кенгайтириш, кичик бизнесни ва тадбиркорликни ривожлантиришда кўмаклашиш ҳамда давлат мулкидан янада оқилона фойдаланиш мақсадида қуйидаги манзиллар бўйича жойлашган бинолардаги бўш майдонларни ижарага олишга таклиф этади:

Table with 9 columns: №, Баландса сакловчининг номи, Манзили (жойлашган жойи), Қават, корпус, Майдон (қв.м.), Ижара муддати, Фойдаланиш мақсади, Ижарага бериш шарти, Телефон. It contains 28 rows of property listings.

Ижара масалалари тўғрисида қўшимча маълумотлар бўйича А.Темур шохқўчаси, 16а-уй манзилида жойлашган «Тошкент шаҳар давлат мулкни ижарага бериш маркази» ДК (4-қават, 408-хона) ёки 232-22-58 телефон рақамига мурожаат қилишингиз мумкин. Электрон манзил: Tashkent_ljara@mail.ru. Ижара шартномасига қомул ва эксплуатация тўловлари кирмайди.



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

ТЕЛЕФОНЛАР: Ёшонлар: 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 бошқармасида 02-1 рақам билан рўйхатга олинган. Ҳажми — 2 босма табоқ, офсет усулида босилади. 4215 нускада босилади. Қўғоз бичими А-2.

Нашрни 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 сақланади. «Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмаханаси. Корхона манзили: Буюк Турон кўчаси, 41-уй.