



ТОШКЕНТ ОҚШОМИ

Газета 1966 йил
1 июлдан
чиқа бошлаган

ШАҲАР ИЖТИМОЙ-СИЁСІЙ КУНДАЛИК ГАЗЕТАСИ

№ 241 (11.552)

Баҳоси эркин нарҳда

Ўзбекистон Республикаси Президентининг
ФАРМОЙИШИ

«БАРКАМОЛ АВЛОД ЙИЛИ» ДАВЛАТ ДАСТУРИНИ ИШЛАБ ЧИҚИШ ВА АМАЛГА ОШИРИШ БЎЙИЧА ТАШКИЛИЙ ЧОРА-ТАДБИРЛАР ТЎҒРИСИДА

Мамлакатимизда соғлом ва уйғун камол топган авлодни тарбиялаш учун зарур имкониятлар ҳамда шарт-шароитларни яратиш, XXI аср — интеллектуал қадриятлар устуворлик қиладиган аср эканлигини эътиборга олган ҳолда Ватанимиз йигит ва қизларини ҳар томонлама баркамол шахслар этиб шакллантириш борасидаги кенг қўламли чора-тадбирлар комплексини амалга ошириш мақсадида ва 2010 йил Ўзбекистон Республикасида «Баркамол авлод йили» деб эълон қилиниши муносабати билан:

1. «Баркамол авлод йили» Давлат дастурини ишлаб чиқиш ва амалга ошириш бўйича Республика комиссияси иловага мувофиқ таркибда тузилсин.

2. Республика комиссияси (Ш.М.Мирзиёев) бир ой муддатда вазирликлар, идоралар ва жамоат ташкилотлари, Қорақалпоғистон Республикаси Вазирлар Кенгаши, вилоятлар ва Тошкент шаҳар ҳокимликлари билан биргаликда «Баркамол авлод йили» Дастури лойиҳасини ишлаб чиқсин ва тасдиқлаш учун киритсин.

3. Дастурда ҳар томонлама баркамол ёш авлодни шакллантиришни таъминлаш бўйича қабул қилинган давлат дастурлари ҳамда бошқа тадбирларга мувофиқ амалга ошириладиган чора-тадбирларни давом эттириш билан бир қаторда қуйидаги устувор йўналишлар бўйича энг муҳим вазифаларни ҳал этиш назарда тутилсин:

болалар ҳамда ёшларнинг ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоя қилишга, уларни уйғун камол топтиришнинг ҳуқуқий асосларини мустаҳкамлашга қаратилган меъёрий-ҳуқуқий базани такомиллаштириш, амалдаги қонунлар ва меъёрий ҳужжатларга зamon талабларига мос ўзгартириш ва қўшимчалар киритиш;

энг аввало, соғлом наслини, «Соғлом она — соғлом бола» дастурини амалга ошириб боришни таъминлаш, оналарнинг репродуктив саломатлигини сақлаш, болалар ва ўсмирлар соғлиғини муҳофаза қилиш тизимини такомиллаштириш, профилактик соғлиқни сақлашни устувор даражада ривожлантириш, тиббиёт хизматининг моддий-техника базасини мустаҳкамлаш, соғлом бола туғилиши ва уни тарбиялаш масалалари бўйича аҳоли ўртасида тушунтириш ишларини авж олдириш орқали соғлом авлодни шакллантириш борасидаги чора-тадбирларни янада кучайтириш, ёшларда соғлом ва аҳил оила қуришга интилиш иштиёқини шакллантириш;

ўсиб келаётган авлодни ўқитиш ва тарбиялаш соҳасида яратилган замонавий моддий-техника базасидан оқилона ва самарали фойдаланишни таъминлаш, зamon талабларидан келиб чиққан ҳолда, олий ва ўрта махсус таълим тизимида реал иқтисодиёт тармоқлари ҳамда соҳаларида талаб этилаётган таълим ва мутахассисликларнинг йўналишларини қайта кўриб чиқиш ҳамда такомиллаштириш, давлат таълим стандартларини, ўқув дастурлари ва ўқув-услубий адабиётларни такомиллаштириш;

ўқув жараёнига янги ахборот-коммуникация ва педагогика технологияларини, электрон дарсликлар ҳамда мультимедия воситаларини кенг жорий этиш ҳисобига мамлакат мактаблари, касб-хунар коллежлари ва лицейларида, олий таълим муассасаларида таълим бериш сифатини тубдан яхшилаш, таълим муассасаларининг ўқув-лаборатория базасини энг замонавий ўқув ва лаборатория ускуналари, компьютер техникаси билан мустаҳкамлаш, шунингдек, ўқувчилар ва мураббийларнинг машаққатли меҳнатини моддий ҳамда маънавий рағбатлантиришнинг самарали тизимини шакллантириш;

нафақат мактабларда, лицейларда, коллеж ва олий таълим муассасаларида, балки ҳар бир оиланинг ҳаётида замонавий ахборот ва компьютер технологиялари, рақамли ҳамда кенг форматли телекоммуникация алоқа воситалари, Интернет тизимини татбиқ этиш, ўзлаштириш ва янада ривожлантириш;

ёш авлоднинг жисмоний тарбияси ва болалар спорт соҳасида, ёшларни, айниқса, қишлоқ жойларда қизларни мунтазам равишда спорт билан шуғулланишга жалб этиш бўйича олиб борилаётган ишларни босқичма-босқич кучайтириш, янги спорт комплекслари, стадионлар, иншоотлар қуриш, уларни замонавий спорт анжумлари ва ускуналари билан жиҳозлаш, юқори малакали тренер кадрлар ва мураббийлар билан мустаҳкамлаш;

таркибий (техник ҳамда технологик) ўзгартиришларнинг энг муҳим йўналиши, аҳоли даромадлари ва мулкдорларнинг ўрта синфини шакллантириш асоси сифатида кичик бизнес ва хусусий тадбиркорликни ривожлантиришни янада рағбатлантириш ва бу соҳадаги мавжуд муаммоларни ҳал этишнинг комплекс чора-тадбирларини ишлаб чиқиш, айниқса, қишлоқ жойларда ёшларни, авваламбор касб-хунар коллежлари ва олий таълим муассасалари битирувчиларини тадбиркорлик фаолиятига кенг жалб этиш учун шарт-шароит яратиш;

илм-фанни янада ривожлантириш, талантли, иқтидорли ёшларни илмий фаолиятга кенг жалб этиш учун шароит яратиш, улар томонидан ўзларининг ижодий ва интеллектуал салоҳиятини амалга ошириш, жумладан, илм-фан ва технологияларни ривожлантириш махсус жамғармасини ташкил этиш, Фанлар академияси ва мамлакатимиз олий таълим муассасалари тизимида илгор, истиқболли илмий тадқиқотлар ва илмий изланишлар олиб бориш учун янги лабораториялар яратиш, хорижий илмий марказлар билан самарали ҳамкорликни йўлга қўйиш ва кенгайтириш бўйича комплекс чора-тадбирларни ишлаб чиқиш;

ёш оилаларга ғамхўрлик қилишни кучайтириш, уларнинг ҳуқуқий ва ижтимоий ҳимоясини таъминлаш, жисмонан соғлом ва уйғун камол топган ёш авлодни тарбиялаш ишида жамиятнинг муҳим, ҳал қилувчи бўғини бўлган фарзандлар шахс сифатида шаклланиб, Ватанга муҳаббат, миллий ва умумбашарий қадриятлар руҳида тарбияланиб, ўз халқининг муносиб вакиллари бўлиб етишадиган, соғлом ҳамда мустаҳкам оилани қуриш учун зарур шароитларни яратиш;

ёшлар ўртасида соғлом турмуш тарзи тамойилларини қарор топтириш, уларни гиёҳвандлик, ахлоқсизлик, ташқаридан кириб келаётган тубан «оммавий маданият»нинг турли иллатлари хавфи ва зарарли таъсирларидан ҳимоя қилиш комплекс чора-тадбирларини амалга ошириш.

4. Мазкур фармойишнинг ижросини назорат қилиш Ўзбекистон Республикасининг Бош вазири Ш.М.Мирзиёев зиммасига юклансин.

Ўзбекистон Республикаси Президенти
И.КАРИМОВ

Тошкент шаҳри,
2009 йил 9 декабрь

**ҚИСҚА
САТРАРДА**

Тошкент шаҳар
ҳокимлигининг Ахборот
хизмати ва ўз мухбирларимиз
хабарларидан.

✓ **ТОШКЕНТ** шаҳар 7-клиник шифохонасида шифокорлар иштирокида ўтказилган маънавий-маърифий тадбир «Конституциямиз — фаровон ҳаётимиз манбаи» деб номланди.

✓ **ЧИЛОНЗОР** туманидаги «Дўмбиробод» маҳалласида маҳалла ёшлари ўртасида ўтказилган «Асосий Қомусимиз — фахримиз» танловига ғолиблари тақдирланди.

✓ **ТОШКЕНТ** Ахборот технологиялари университетида Юнусобод туманида истикомат қилаётган имконияти чекланган инсонлар, кам таъминланган оилалар фарзандлари иштирокида «Меҳр ва мурувват — миллий фазилатимиз» шиори доирасида ҳайрия тадбири ва концерт дастури уюштирилди.

✓ **ТОШКЕНТ** маданият коллежлари Собир Раҳимов туман хотин-қизлар кўмитаси, Маънавият тарғибот марказининг туман бўлими ҳамкорликларида «Биз берафқ эмасмиз» мавзусида уюштирилган тадбирда ўқувчилар, ўқитувчилар, имконияти чекланган инсонлар иштирок этишди.

ПОЙТАХТНИНГ БИР КУНИ

2200
2009
ТОШКЕНТ



2010 — Баркамол авлод йили

ФАРЗАНДЛАР СОҒЛИГИ — ЮРТ БОЙЛИГИ

Президентимиз Ислам Каримов ташаббуси билан 2010 йил мамлакатимизда Баркамол авлод йили деб эълон қилиниши соғлом авлодни камол топтириш, юрт келажаги бўлган ёшларни оммавий спортга кенгроқ жалб қилиш борасида амалга оширилаётган улкан ишларни янги босқичга кўтаришда муҳим омил бўлиши шубҳасиздир.

Бу борада ёшлар ўртасида жисмоний тарбия ва спортни изчил ривожлантириш мақсадида ташкил этилган ва юксак самара бераётган уч босқичли улкусиз тизим ёш спортчилар савфини кенгайтириш ва рағбатлантиришда муҳим аҳамият касб этаётди. Ушбу баҳсларда чиниққан ёшларимиз кўплаб халқаро мусобақаларда юртимиз шарафини муносиб ҳимоя қилмоқда. Бундай қувончли ютуқларда хоразмлик ёшларнинг ҳам алоҳида ўрни бор.

Ўзбекистон Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси Хоразм вилояти филиали директори Комилжон Иброҳимов билан ўзА мухбири шу ҳақда сўхбатлашди.

— Жамғармамиз томонидан жорий йилда ўн та умумтаълим мактаби учун замонавий спорт зали қуриб берилди, — дейди К.Иброҳимов. — Уларнинг аксарияти қишлоқ мактаблари бўлиб, ўқувчилар жисмо-

ний тарбия машғулотларини кенг ва ёруғ спорт масканларида ўтказмоқда. Питнак шаҳридаги ёпиқ сув ҳавзаси қайта реконструкция қилинди. Фойдаланишга топширилган мазкур иншоотлар замонавий спорт жиҳозлари ва анжумлари билан таъминланди. Ижтимоий муҳофазага муҳтож оилаларнинг фарзандларига алоҳида эътибор қаратилди.

Айтиш жоизки, хоразмлик ёш спортчиларнинг мамлакат ва халқаро миқёсда ўтказилаётган мусобақаларда эришаётган ютуқлари салмоғи ортиб бораётди. Гулистон шаҳрида бўлиб ўтган «Умид ниҳоллари — 2009» спорт мусобақаларида хоразмлик ўқувчилар фаол иштирок этди. Вакилларимиз учта олтин, ўн та кумуш ва 21 бронза медали билан умумжамоа ҳисобида учинчи ўринни эгаллади. Бу воқеада жисмоний тарбия ва спортни омаллаштириш борасида амалга оши-

рилаётган ишлар самарасидир.

Хоразмлик чарм кўлқоп устаси, жаҳон чемпиони Мирза Хасанов, дзюдо бўйича жаҳон биринчилиги совриндори Дилноза Матниёзова, халқаро турнир ғолиблари — Дилмурод Ҳайитбоев, Дониёрбек Бахтиёр ўғли, самбо бўйича Осиё биринчилигининг олтин медали соҳиблари — Нилуфар Давлетова, Уғилжон Рўзметова, совриндорлардан Қаҳрамон Ибодуллоев, Нодира Алибекова ва Шоира Машарипова сингари кўплаб келажаги порлоқ ёшлар мамлакатимиз довуғини олиштириш бундан кейин ҳам катта ҳисса қўйишларига ишонамиз.

Фарзандлар соғлиғи эл бойлиғидир. Юртбошимиз таъкидлаганидек, спорт — соғлом авлод, соғлом келажақ, дегадир. Бинобарин, фақат соғлом халқ, соғлом миллатгина буюк ишларга қодир бўлади.

Ш.ХУДОЙБЕРГАНОВ,
ЎЗА мухбири

МАМЛАКАТИМИЗДА

● Бугун Ўзбекистон Республикаси Давлат мадҳияси қабул қилинган кун. Шу муносабат билан жойларда турли-туман тадбирлар ўтказилмоқда.

● Ўзбекистон Республикаси Конституцияси кун арафасида Навоийда вилоят хотин-қизлар кўмитаси ҳамда Навоий вилояти Ички ишлар бошқармаси қошидаги вояга етмаганларга ижтимоий-ҳуқуқий ёрдам кўрсатиш маркази қошида «Қалб меҳри» ўқув-ишлаб чиқариш маркази очилди. Мазкур марказда оғир ҳаётий вазиятларга тушиб қолган аёлларга руҳий, ҳуқуқий ва тиббий ёрдам кўрсатилади, шунингдек, улар ишга жойлаштирилади.

● Тошкентда Ўзбекистон Хотин-қизлар кўмитаси ва БМТ Тараққиёт дастурининг «Ўзбекистонда аёлларнинг имкониятларини кенгайтириш учун ҳуқуқий ва ташкилий салоҳиятини ривожлантириш» қўшма лойиҳаси доирасида анжуман бўлиб ўтди.

● Ўзбекистон Республикаси Марказий банки Кредит ахборотлари Миллий институтида кредит ахборотларининг ягона Давлат реестри шакллантирилди.

● Самарқандда Меҳрибонлик уйлари тарбияланувчилари ўртасида анъанавий кўрик-танлови ўтказилди.

● Бугун Тошкентдаги Ўзбекистон Бадий академиясининг «Ҳамар» кўргазмалар мажмуасида ихтисослашган «Sport-Expo-2009» кўргазмаси ўз ишини бошлади.

● Андижон вилояти Кўрғонтепа туманининг Дардоқ қишлоғида саноат ва транспорт касб-хунар коллежи фаолият бошлади. Ўқув даргоҳининг муҳташам биносини бунёд этиш учун «ХКМС-1» масъулияти чекланган жамияти қурувчилари 2 миллиард 500 миллион сўмлик қурилиш-монтаж ишларини амалга оширдилар. Шу тариқа тумандаги касб-хунар коллежлари сони 7 тага етди.

● Бухоро вилояти Шофиркон тумани марказидаги «Нажмиддин Наимжон» корхонаси қошида янги технологик анжомлар билан жиҳозланган нон ва булочка маҳсулотлари ишлаб чиқаришга ихтисослашган цех фойдаланишга топширилди. Янги цехда бир кеча-кундузда 1 тоннага яқин 8 турдаги нон маҳсулотлари ишлаб чиқаришмоқда. Цехнинг фаолият бошлаши 12 кишининг иш билан таъминланишига имкон яратди.

ЖАҲОНДА

● Бугун Норвегия пойтахти Осло шаҳрида АҚШ Президенти Барак Обамага Нобелнинг халқаро Тинчлик мукофоти топширилади.

● Молдова парламентида президентни сайлашга тўртинчи уриниш ҳам самара бермади. Бу гал 4 та партияни бирлаштирган ҳукмрон коалициядан президентликка номзоди кўрсатилган Демократик партия етакчиси Мариана Лупу учун 53 нафар депутат овоз берди. Президентликка сайланиш учун эса 61 нафар депутат овоз бериши керак эди.

● Кеча жаҳоннинг етакчи хом ашё бижаларида ўтказилган савдолар чоғида нефтнинг нархи сезиларли даражада пасайганлиги кузатилди.

● Латвия парламенти атрофида Давлатнинг иқтисодий сиёсатида нисбатан норози бўлган 9 киши мuddатсиз очлик эълон қилди.

● Бразилия ва Уругвай ҳукуматлари давлатлараро икки томонлама савдо-сотиқда АҚШ долларидан воз кечиб, маҳаллий валютадан фойдаланиш тўғрисида ўзаро келишув битими имзоладилар.

● Ривожланиётган мамлакатларга ҳавонинг глобал исб кетишига қарши курашиш учун Швеция 800 миллион евро миқдоридagi маблағни ажратди.

● Кеча Қорачой-Черкесияда ҳуқуқни муҳофаза қилувчи идоралар томонидан амалга оширилган махсус операция чоғида 3 та жангари йўқ қилинди.

● Швейцарияда қуёш батареялари ёрдамида учадиган самолёт сировдан ўтказилди. Техника мўъжизаси дея эътироф этилаётган мазкур самолёт тўртта двигателга эга бўлиб, у илк парвози чоғида бир неча метр баландиққа кўтарилди. Мутахассислар самолётни янада такомиллаштириш учун дастлабки сировдан тегишли хулосалар чиқарганликларини билдиришди.

● Япониядаги Эпидемиологик тадқиқот марказининг бир гуруҳ олимлари А/Н1N1 грипига қарши самарали даволаш воситаси яратилганини билдиришди. Янги препарат сичқонларда синаб қўрилганда ижобий самара берган. Яқуний таҳлиллардан сўнг эса амалиётда қўллаш учун тавсия қилинади.

Тадбирлар

СИЗГА СОҒЛИҚ ТИЛАЙМИЗ

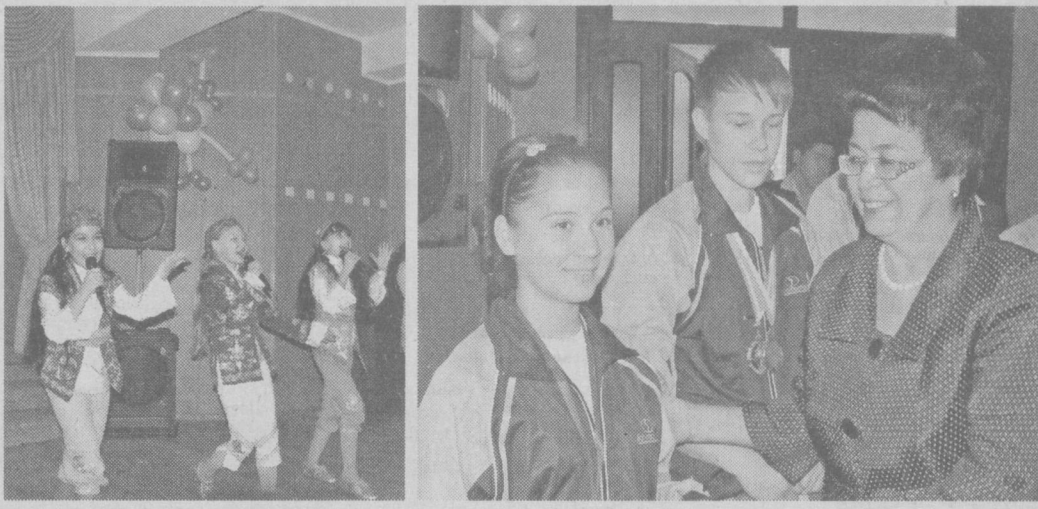
Чилонзор туманидаги 66-махсус ёрдамчи мактабда меҳр-муҳаббатга йўғрилган катта байрам тадбири бўлиб ўтди.

Туман ҳокимлиги, халқ таълими бўлими ва мактаб жамоаси томонидан ташкил этилган ушбу тадбирда мактаб ўқувчилари, ўқитувчилари ва ота-оналар иштирок этдилар.

Халқимизга хос соҳаватпешалик, меҳр-оқибат ва эзгулик каби фазилатлар улугланган байрам кечасида туман фаоллари томонидан эртамиш келажақ бўлган ёшларга сихат-саломатлик ва ўқимларида катта муваффақиятлар тиланди.

Туманимиздаги ёшларнинг соғлиқ-

ларини тиклашлари ва билим олишлари, касб-хунар эгаллашлари учун барча шарт-шароит ҳамда имкониятлар яратилган, — дейди биз билан суҳбатда туман ҳокими ўринбосари хотин-қизлар кўмитаси раиси Муаттар Содиқова. — Шунинг учун ҳам «Янги авлод» болалар ижодиде фестивалининг республика босқичида қатнашган 15-муқсаб мактабининг ракс жамоаси, 178-, 163-мактаб ўқувчилари ҳамда туман ўқувчилар ижодиде марказидан «Алладин» гуруҳи галаба нашадасини сурдилар. «Яшил чирок» кўрик-танловидида 178-мактаб жамоаси республикада биринчи ўринни эгаллади. 126-мактаб жамоаси эса «Аждодлар мероси — келажақ пойдевори» кўрик-танловининг республика босқичида учинчи ўрин-

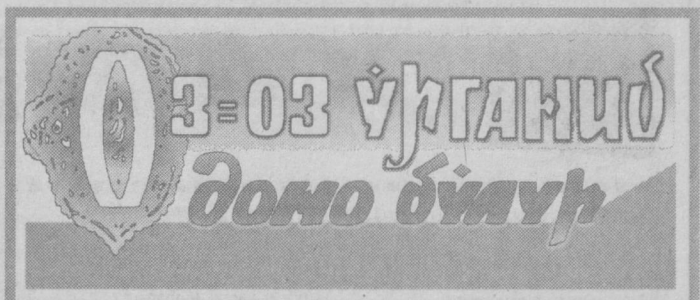


ни, «Тошкентнинг ой қизиман» танловининг шаҳар босқичида биринчи ўринни кўлга киритишди. Паралимпия уйинларида туманимиз ёшлари Ўзбекистон, Осиё чемпиони бўлдилар. 66-мактаб ўқувчилари баскетбол бўйича шаҳар турнирида галиб бўлдилар.

Моаларининг шўх ракс ва дилрабо куй-қўшиқлари янгради. Туман ҳокимлиги ва ҳомийлар томонидан топширилган эс-далик совғалари болажонларга бир олам қувонч бағишладилар.

Шоира МУҲАМЕДОВА СУРАТЛАРДА: тадбирдан лавҳалар.

Ҳақимжон Солиҳов олган суратлар



МАШРИҚЗАМИН — ҲИКМАТ БУСТОНИ ҚОНУНИ БОСИТИЙ

Эчки гўшти кимга яхши?

Ёш эчкининг гўшти латифроқдир. Бинобарин, камҳаракат одамлар, касалдан янги шифо топанлар, ҳануз қуввати заиф кишилар учун соғдир. Бироқ гўштининг овқатлиги зўрроқдир. Бинобарин, меъдаси ҳароратли кишилар, меҳнат ва машаққат кишилари учун мувофиқроқдир.

Товуқ гўшти беморларга соз

Товуқ гўшти иссиқ, латиф ва камрутубатроқ бўлади. Бинобарин, меъдаси, бадани соғув ва серрутубат кишилар учун соғдир. Товуқнинг яхшироқ вақти жўжалдан ўтган ва ҳануз тухум қилмаганидир. Хўрознинг яхшироқ вақти ҳам жўжалдан ўтган ва ҳануз қичқирмаган хўроздир. Аммо ёш жўжа бағоят латифдир. Бинобарин, кўп муддатдан бўён беҳаракат турган маҳбустлар, бағоят заиф ва бемажол бўлган касалларга мувофиқдир. Бошқаларга овқат сифатида етарли бўлмайди. Мизожли катта товукларга нисбатан мўътадилдир, чунки жўжа рутубат (хўллик) кўпроқ бўлади.

Шаёх (Ибн Сино) «Қонун» китобларида ёзишлари-ча, тағу, яъни чил гўшти қуруқдир ва ички бўлмайди, уй товукнинг жўжаси мутлак, яъни ички ҳайдовчидир.

Товуқ гўштини пишириш йўли

Товуқ гўштини пиширишдаги энг яхши тадбир шуки, уни барра кўй ёки эчки боласининг қорнига солиб, қорини маҳкам боғлаб, шу қорин билан қайнатиб-пиширилган, шунда гўштининг қоринда қамалиб турши сабабли табиий рутубати ўзида сақланиб қолади, сувга чиқиб кетмайди, инсон баданига кўп манфаат шу рутубатдан ҳосил бўлади.

Пиёз гўштини юмшатади

Овқатнинг яхшироғи шўрбо (шўрва) дир, хусусан, агар пиёз қўшиб пиширилган бўлса. Пиёз бод (ел)ни тарқатади ва уни кўзғотади. Шунинг учун гўштини пиширишда пиёз қўшиб лозим бўлади. Хусусан, гўшт ҳам пайтанда унга пиёз қўшиб, бир кеча сақланса ва эртасига пиширилса, гўшт озгина қайнаш билан мулоийм ва юмшоқ бўлиб пишади. Йўқса, қанча кўп қайнаса ҳам қаттиқ бўлиб пишади.

Шўрбо форсча сўз бўлиб, туркий тилда ҳам шу сўз ишлатилади. Араблар шўрбога бир жим (ж) харфини қўшиб, шўрбож дейишлари машҳур бўлиб, шўрбони арабчаштирганлар. Асли араб тилида шўрбони марқ дейдилар.

Оғохлантириш. Билмоқ керакки, табиблар томонидан баъзи гўштининг зарарлари ҳақида ёзилган сўзлар уша гўшларнинг жисмига ҳосидир. Шўрвадан у қадар зарар йўқ. Бундан ташқари, гўштини пишириш санъати ҳар бир шаҳар ва ҳар бир вилоятда ҳар хилдир. Уларнинг таркиблари ҳам ҳар хил жинс билан фарқ қилади. Демак, гўштининг ҳолига ҳукм қилиш унга қўшилган нарсалар ва санъатига мувофиқ ҳар хил бўлиши доно табиб учун сир эмас. Ҳар хил гўшларнинг ҳосиятлари эса «Ихтиёроти Бадийий» китобида баён қилинган.

Гуручнинг яхшиси қандай бўлади?

Гуручнинг яхшиси шуки, оқ ва ингичка, хушбўй ва қаттиқ бўлади. Пишгандан сўнг чўзилади. Уз шаклида қолади, яъни эзилмайди. Бироқ араб ва юнларда сувнинг қамлиги сабабли гуруч зироати бўлмаган. Бинобарин, юн ва араб ҳақимларнинг китобларида гуручнинг кераклича баён қилмаганлар. Аммо, баъзи сўнгги ҳақимларнинг китобларида гуруч иссиқ мизожли кишиларнинг соғуғини оширувчи, соғув мизожли кишиларнинг соғуғини оширувчи ҳосияти борлиги айтилган. Мизожли мўътадил бўлмаган кишилар учун унинг истеъмоли яхши эмаслиги ёзилган. Фақат Хиндистон ва Туркистон каби халқлар гуруч ейишга одат қилган, бошқа овқатни егиси келмаса, гафрий мўътадил мизожли беморга ҳам ислоҳ қилинган (тозаланган) гуруч истеъмоли мумкинлиги баён қилинган.

Давоми ҳасан ХАШАНИЙ тайёрлаган

Ўзбекистон Республикаси Маданият ва спорт ишлари вазирлиги «Ўзбек Давлат цирки» республика бирлашмаси

Тошкент Давлат цирки

2009 йил 4 НОЯБРДАН БОШЛАБ

Advertisement for 'KUBNOK MOZAIKA' featuring a clown and text about circus shows and ticket prices.

ҲАСТАЛЖ ТЕЛЕДАСТУРА

ДУШАНБА, 14

«Ўзбекистон»

Хурматли телетомошабинлар! Профилактика муносабати билан 14 декабрь кунини «Ўзбекистон» телевидионали-ли ўз кўрсатуварининг соат 14.55 дан бошлайди. 14.55 Кўрсатувар дастури. 15.00 «Икким». 15.05 «Сайлов - 2009». 15.20 «Очун». 15.30 «Тахлинома». 16.10 «Ватанпарвар». 16.50 «Хайт манзаралари». 16.55 «Сайлов - 2009». 17.00 «Ахборот». 17.10 ТВ - анонс. 17.15 «Хайт ва қонун». «Болалар сайёраси». 17.35 «Эртақлар - яхшиликка етаклар». 17.55 «Сизнинг адвокатингиз». 18.00 Миллий сериал: «Умр манзаралари». 18.35 ТВ - анонс. 18.40 «Ўртин бўйлаб» дастури: «Геология қўриқона». 19.00 2009 йил - қишлоқ таррақийти ва фаровонлиги йили. «Қишлоқ шифокори». 19.20 ТВ - шифокор». 19.25, 20.00, 20.55 Эълонлар. 19.30 «Ахборот» (рус.). 20.05 «Сайлов - 2009». 20.10 Миллий сериал: «Денгиздан томчи». 20.40 «Ватанимни қуйлайман». 20.50 ТВ - анонс. 21.00 «Ахборот». 21.05 «Сайлов - 2009». 21.55 «Мен виллиман». 22.10 «Кирол Сежонг». Т/с. 22.55 «Икким». 23.00 «Олам ва одам» дастури: «Вақт машинаси». 23.50 - 23.55 Тунги наволар. «Ўзбекистан». 23.55 Кўрсатувар дастури. 24.00 «Ватанпарвар». 24.05 «Мен виллиман». 00.55 ТВ - анонс. 1.00 «Ахборот» (рус.). 1.30 «Салом, виллар!». 2.30 - 3.00 «Манаҳаят» дастури. 3.30 «Марғилон». 4.00 «Ахборот». 4.30 Миллий сериал: «Турмуш чорраҳаларида». 5.20 «Ўртин бўйлаб» дастури: «Зарафон қўриқонаси». 5.50 - 5.55 Тунги наволар.

«Ёшлар»

6.55 Дастиринг очилиши. 7.00 «Салом, виллар!». 8.00 Миллий сериал: «Уминдинги сўндирма». 8.35 «Yoshlag-FM». 9.00 «Сайлов-2009». 9.15 «Шероқ». Т/с. 9.55 «Томчида қўй». 10.00 «Қамолот хабарлари». 10.10 «Давринг боласи». 10.20 «Кўчма Ракс». М/ф. 10.30 «Келажақ ағалари». 10.40 «Бугундан эсдалик». 11.00 «Шероқ». Т/с. 11.45 «Матонат». 12.00 «Қорақалпоқ ёшлари». 12.20 Миллий сериал: «Меҳмонлардан айланай». 12.55 «Ойла - меҳр бўлини». 13.00 «ДАВР». 13.30 «Ранглар достони». 14.00 «Салом, виллар!». 15.00 «Алло, оғоҳ бўлинг!». 15.50 «Конституция ва ёшлар». 16.00 «ДАВР». 16.10 «Давринг боласи». 16.20 «Мультипарнома». 16.30 «Болалар табассуми». 16.40 2009 йил қишлоқ таррақийти ва фаровонлиги йили: «Қишлоқдаги тенгдош». 16.55 «Тошга тилхорлар». 17.00 «Зиат ва Гита». Б/ф. 1-қисм. 18.10 «Нафс гирдоб». 18.30 «Сайлов-2009». 18.50 «ЎзЕХ». 19.00 «ДАВР». 19.30 Миллий сериал: «Уминдинги сўндирма». 20.05 «Кеш хабари». 20.20 «Соғлиқ - бойлик». 20.40 «Автопарул». 21.00 «Сайлов-2009». 21.55 «Таскин». 22.00 «ДАВР». 22.30 «Муҳаббат изҳори». 22.35 «Сайлов-2009». 22.40 «Уяро» Б/ф. 22.55 «Таскин». 23.00 «ДАВР». 23.30 «Муҳаббат изҳори». 1.00 «Юрт тинчилиги».

«Тошкент»

14.55 Программа передач. 15.00 «Муҳаббат ва эхтирос». Т/с 5-қисм. 16.20 «Экспедиция». Х/ф. 16.55 «Карвонсарой». 17.05 «Хўқушунос маслаҳатчи». 17.10 Миллий сериал: «Қайтар дунё». 11-қисм. 17.55 «Телекурьер-маркет». 18.15 «Тошкентнинг илм маскаллари». 18.30 «Пойтахт». 18.50 «Кавингтон Кросс». Т/с 8-қисм. 19.40 Бизнес-«Пойтахт». 19.45 «Будите здоровы». 19.55 «Анонс». 20.00 Информационная программа «Пойтахт». 20.20 «Анонс». 20.25 «Анчик ёлгон». Т/с. 21.00 «Аёл қалиби». 21.20 «Анонс». 21.25 Мумтоз наволар. 21.30 «Пойтахт». 21.50 «Анонс». 21.55 «Уйларим». 22.00 «Телекурьер-маркет». 22.20 «Кино SMS со звездами». 22.25-23.50 «На связи». Х/ф.

«Спорт»

7.00 «Бодрое утро». 8.00 «Талин». Информационно-таҳлилий кўрсатувар. 8.35 «Малхов +». 9.30 «Версия». Информационно-аналитическая программа. 10.05 «Геркулес». Мультисериал. 10.30 «Ибори». 11.00 «ПроФИНГ». 12.00 - 13.40 Футбол. Англия чемпионати. «Ливерпуль» - «Арсенал». 18.00 «Тет-а-тет». 18.10 «Шлик шижоати». 18.30 «Ахборот» (рус. тил). 18.55 Кураш. Ўзбекистон кубоғи. 19.55 Плавание. Чемпионат Европы. 20.25 «Виллот спорт». 21.30 «Ахборот» (узб. тил). 21.55 Интерфутбол. 23.30 Бокс. Ўзбекистон чемпионати. 00.40 «Тунингиз оуда бўлин!».

Первый канал

4.00, 8.00, 11.00, 13.00, 14.00, 17.00, 23.00, 2.00 Новости. 4.05 «Доброе утро». 8.20 «Малхов +». 9.20 «Модный приговор». 10.20 «Контрольная закупка». 11.20, 3.15 «Детективы». 12.00 «Участок». Т/с. 12.25 «Понять. Простить». 14.20 Т/с «Обручальное кольцо». 15.10 «Давай поженимся!». 16.00 «Федеральный судья». 16.50 «Криминальные хроники». 17.50 «Жизнь моя». 18.40 «Пусть говорят». 19.20 «Спальный район». Т/с. 20.00 «Время». 20.30 Т/с «Лалушки». 21.30 «Охота на наркотов». 22.40 «Познер». 00.00 «Гении и злодеи». 00.30 Комедия «Наедин». 1.50, 2.05 Х/ф «Возмездие».

Россия

5.00 «Доброе утро, Россия!». 9.05 «Исключительно наука». 10.00 Сериял «Улицы разбитых фонарей». 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести». 11.50 Х/ф «Летом я предпочитаю свадьбу». 13.40, 16.50, 17.50, 4.45 «Девурная часть». 14.50 Х/ф «Семнадцать мгновений весны». 15.55 «Суд идет». 17.50 Миллий сериал: «Однажды будет любовь». 19.00 Сериял «Кармелита. Цыганская страсть». 20.50 «Спокойной ночи, малыши!». 21.45 Х/ф «Грейсток. Левада о Тарзане. повелитель обезьян». 4.20 «Городок».

НТВ

6.00 «Сегодня утром». 8.45 «Просто вкусно». 9.00 «Квартирный вопрос». 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.15 «Сегодня». 10.20 «Средний класс». 11.20, 15.30, 18.30 «ЧП». 12.00 «Давид пружиняк». 13.30 Т/с «Закон и порядок». 16.30 Т/с «Возвращение Мухомара». 19.30 Т/с «Литвиний». 21.30 Т/с «Братан». 23.35 Честный повелитель. 00.25 «Школа словесия». 1.10 «Quattroto». 16.20 «Улюбленые и сигареты». 3.50 Х/ф «Признайте меня виновным».

СТС

8.00 «Похищенный». Сериал. 8.55 «Смешарики». «Скуби и Скратли». М/с. 9.30, 11.30, 18.30, 21.00 Комедия «Палыны дочка». 10.00, 22.00 «Ранетки». Сериал. 11.00, 14.00, 2.00 «6 кадров». Сериал. 12.00 «Галилео». 13.00 Комедия «Ландиш серебристый». «Крепкий сон разум». 14.00, 19.30 «Галилео». 15.30 «Сердешки». Комедия. 15.30 «Клуб Винкс - школа волшебниц». М/с. 16.00 «Новые приключения Человека-паука». М/с. 16.30 «Люди в черном». М/с. 17.00 «Чокнутый». М/с. 17.30 Комедия «Сабрина - маленькая ведьма». 18.15 «Удивительные странствия Герарка». Т/с. 19.15 «Андеромеда». Т/с. 20.05 «Ясновидец». Т/с. 22.00 Д/ф «Тайные знаки. Подземные города». 23.00 Д/ф «Затерянные миры. Культы и секты. Смертельная опасность». 00.00 Х/ф «Нация пришельцев: Внутренний враг». 3.00 «Звездные врата». Т/с. 3.00 «Разрушители мифов». 4.00 Х/ф «Невидимый».

6.45. Relaks.

СЕШАНБА, 15

«Ўзбекистон»

5.55 Кўрсатувар дастури. 6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!». 7.05 «Икким». 7.05 «Сайлов - 2009». 7.20 «Очун». 7.30 «Ўзбекистон табиати». 7.55 «Телекурьер-маркет». 8.00 «Ахборот». 8.35 ТВ - анонс. 8.40 «9-40 «Манаҳаят» дастури. «Болалар сайёраси». 9.40 «Бизнинг кутубхона». 9.50 Сирдарё виллот телерадиокомпанияси намоиш этакди: 1. «Қадрият бешмиган, азиз маҳаллам!». 2. «Қадрият». 3. «Анчик ёлгон». Т/с. 21.00 «Репортаж». 21.55 «Уйларим». 21.25 Мумтоз наволар. 21.30 «Пойтахт». 21.50 «Анонс». 22.00 «Уйларим». 22.20 «Телекурьер-маркет». 22.20 «Кино SMS со звездами». 22.25-23.50 «Свадьба на Рождество». Х/ф.

«Спорт»

7.00 «Бодрое утро». 7.50 «Тет-а-тет». 8.00 «Ахборот» (рус. тил). 8.25 «Малхов +». 9.05 «Геркулес». Мультисериал. 9.30 «Ахборот» (узб. тил). 9.55 «Уйларим». 11.35 Миллий эстрада - симфоник оркестрининг концерт дастури. 12.00 - 13.40 Футбол. Чемпионат Италияи. «Сампдория» - «Рома». 16.10 «Очун». 16.15 «Зинаят». 16.35 «Ўзбекистон табиати». 16.55 «Сайлов - 2009». 17.00 «Ахборот». 17.10 ТВ - анонс. 17.15 «Хайтимиз қомуси». «Болалар сайёраси». 17.35 «Эртақлар - яхшиликка етаклар». 17.55 ТВ - бизнес хабарлари. 18.00 «Олтин мерос». 18.05 Миллий сериал: «Умр манзаралари». 18.40 «Худудлар ҳаёти». 18.55 ТВ - анонс. 19.00 «Навоийни англаш». 19.20 ТВ шифокор». 19.25 «Икким». 20.00, 20.55 Эълонлар. 19.30 «Ахборот» (рус.). 20.05 «Сайлов - 2009». 20.10 Миллий сериал: «Денгиздан томчи». 21.30 «Кўн мавзуси». 20.50 ТВ - анонс. 21.00 «Ахборот». 21.35 «Сайлов - 2009». 21.55 «Бир ўлка-ки...». 22.15 «Кирол Сежонг». Т/с. 23.00 «Икким». 23.05 «Олам ва одам» дастури: «Вақт машинаси». 23.55 - 24.00 Тунги наволар. «Ўзбекистан». 24.00 Кўрсатувар дастури. 04.00 «Эйдан ҳаёт». Ток-шоу. Жаҳон мусикаси хазинасидан. Рихард Вагнер. «Тристан ва Изольда». 1-қисм. 16.00 «Тезкор хабарлар». 16.10 ТВ - анонс. 16.15 «Зинаят». 16.35 «Ўзбекистон табиати». 16.55 «Сайлов - 2009». 17.00 «Ахборот». 17.10 ТВ - анонс. 17.15 «Хайтимиз қомуси». «Болалар сайёраси». 17.35 «Эртақлар - яхшиликка етаклар». 17.55 ТВ - бизнес хабарлари. 18.00 «Олтин мерос». 18.05 Миллий сериал: «Умр манзаралари». 18.40 «Худудлар ҳаёти». 18.55 ТВ - анонс. 19.00 «Навоийни англаш». 19.20 ТВ шифокор». 19.25 «Икким». 20.00, 20.55 Эълонлар. 19.30 «Ахборот» (рус.). 20.05 «Сайлов - 2009». 20.10 Миллий сериал: «Денгиздан томчи». 21.30 «Кўн мавзуси». 20.50 ТВ - анонс. 21.00 «Ахборот». 21.35 «Сайлов - 2009». 21.55 «Бир ўлка-ки...». 22.15 «Кирол Сежонг». Т/с. 23.00 «Икким». 23.05 «Олам ва одам» дастури: «Вақт машинаси». 23.55 - 24.00 Тунги наволар. «Ўзбекистан». 24.00 Кўрсатувар дастури. 04.00 «Эйдан ҳаёт». Ток-шоу. Жаҳон мусикаси хазинасидан. Рихард Вагнер. «Тристан ва Изольда». 1-қисм. 16.00 «Тезкор хабарлар». 16.10 ТВ - анонс. 16.15 «Зинаят». 16.35 «Ўзбекистон табиати». 16.55 «Сайлов - 2009». 17.00 «Ахборот». 17.10 ТВ - анонс. 17.15 «Хайтимиз қомуси». «Болалар сайёраси». 17.35 «Эртақлар - яхшиликка етаклар». 17.55 ТВ - бизнес хабарлари. 18.00 «Олтин мерос». 18.05 Миллий сериал: «Умр манзаралари». 18.40 «Худудлар ҳаёти». 18.55 ТВ - анонс. 19.00 «Навоийни англаш». 19.20 ТВ шифокор». 19.25 «Икким». 20.00, 20.55 Эълонлар. 19.30 «Ахборот» (рус.). 20.05 «Сайлов - 2009». 20.10 Миллий сериал: «Денгиздан томчи». 21.30 «Кўн мавзуси». 20.50 ТВ - анонс. 21.00 «Ахборот». 21.35 «Сайлов - 2009». 21.55 «Бир ўлка-ки...». 22.15 «Кирол Сежонг». Т/с. 23.00 «Икким». 23.05 «Олам ва одам» дастури: «Вақт машинаси». 23.55 - 24.00 Тунги наволар. «Ўзбекистан». 24.00 Кўрсатувар дастури. 04.00 «Эйдан ҳаёт». Ток-шоу. Жаҳон мусикаси хазинасидан. Рихард Вагнер. «Тристан ва Изольда». 1-қисм. 16.00 «Тезкор хабарлар». 16.10 ТВ - анонс. 16.15 «Зинаят». 16.35 «Ўзбекистон табиати». 16.55 «Сайлов - 2009». 17.00 «Ахборот». 17.10 ТВ - анонс. 17.15 «Хайтимиз қомуси». «Болалар сайёраси». 17.35 «Эртақлар - яхшиликка етаклар». 17.55 ТВ - бизнес хабарлари. 18.00 «Олтин мерос». 18.05 Миллий сериал: «Умр манзаралари». 18.40 «Худудлар ҳаёти». 18.55 ТВ - анонс. 19.00 «Навоийни англаш». 19.20 ТВ шифокор». 19.25 «Икким». 20.00, 20.55 Эълонлар. 19.30 «Ахборот» (рус.). 20.05 «Сайлов - 2009». 20.10 Миллий сериал: «Денгиздан томчи». 21.30 «Кўн мавзуси». 20.50 ТВ - анонс. 21.00 «Ахборот». 21.35 «Сайлов - 2009». 21.55 «Бир ўлка-ки...». 22.15 «Кирол Сежонг». Т/с. 23.00 «Икким». 23.05 «Олам ва одам» дастури: «Вақт машинаси». 23.55 - 24.00 Тунги наволар. «Ўзбекистан». 24.00 Кўрсатувар дастури. 04.00 «Эйдан ҳаёт». Ток-шоу. Жаҳон мусикаси хазинасидан. Рихард Вагнер. «Тристан ва Изольда». 1-қисм. 16.00 «Тезкор хабарлар». 16.10 ТВ - анонс. 16.15 «Зинаят». 16.35 «Ўзбекистон табиати». 16.55 «Сайлов - 2009». 17.00 «Ахборот». 17.10 ТВ - анонс. 17.15 «Хайтимиз қомуси». «Болалар сайёраси». 17.35 «Эртақлар - яхшиликка етаклар». 17.55 ТВ - бизнес хабарлари. 18.00 «Олтин мерос». 18.05 Миллий сериал: «Умр манзаралари». 18.40 «Худудлар ҳаёти». 18.55 ТВ - анонс. 19.00 «Навоийни англаш». 19.20 ТВ шифокор». 19.25 «Икким». 20.00, 20.55 Эълонлар. 19.30 «Ахборот» (рус.). 20.05 «Сайлов - 2009». 20.10 Миллий сериал: «Денгиздан томчи». 21.30 «Кўн мавзуси». 20.50 ТВ - анонс. 21.00 «Ахборот». 21.35 «Сайлов - 2009». 21.55 «Бир ўлка-ки...». 22.15 «Кирол Сежонг». Т/с. 23.00 «Икким». 23.05 «Олам ва одам» дастури: «Вақт машинаси». 23.55 - 24.00 Тунги наволар. «Ўзбекистан». 24.00 Кўрсатувар дастури. 04.00 «Эйдан ҳаёт». Ток-шоу. Жаҳон мусикаси хазинасидан. Рихард Вагнер. «Тристан ва Изольда». 1-қисм. 16.00 «Тезкор хабарлар». 16.10 ТВ - анонс. 16.15 «Зинаят». 16.35 «Ўзбекистон табиати». 16.55 «Сайлов - 2009». 17.00 «Ахборот». 17.10 ТВ - анонс. 17.15 «Хайтимиз қомуси». «Болалар сайёраси». 17.35 «Эртақлар - яхшиликка етаклар». 17.55 ТВ - бизнес хабарлари. 18.00 «Олтин мерос». 18.05 Миллий сериал: «Умр манзаралари». 18.40 «Худудлар ҳаёти». 18.55 ТВ - анонс. 19.00 «Навоийни англаш». 19.20 ТВ шифокор». 19.25 «Икким». 20.00, 20.55 Эълонлар. 19.30 «Ахборот» (рус.). 20.05 «Сайлов - 2009». 20.10 Миллий сериал: «Денгиздан томчи». 21.30 «Кўн мавзуси». 20.50 ТВ - анонс. 21.00 «Ахборот». 21.35 «Сайлов - 2009». 21.55 «Бир ўлка-ки...». 22.15 «Кирол Сежонг». Т/с. 23.00 «Икким». 23.05 «Олам ва одам» дастури: «Вақт машинаси». 23.55 - 24.00 Тунги наволар. «Ўзбекистан». 24.00 Кўрсатувар дастури. 04.00 «Эйдан ҳаёт». Ток-шоу. Жаҳон мусикаси хазинасидан. Рихард Вагнер. «Тристан ва Изольда». 1-қисм. 16.00 «Тезкор хабарлар». 16.10 ТВ - анонс. 16.15 «Зинаят». 16.35 «Ўзбекистон табиати». 16.55 «Сайлов - 2009». 17.00 «Ахборот». 17.10 ТВ - анонс. 17.15 «Хайтимиз қомуси». «Болалар сайёраси». 17.35 «Эртақлар - яхшиликка етаклар». 17.55 ТВ - бизнес хабарлари. 18.00 «Олтин мерос». 18.05 Миллий сериал: «Умр манзаралари». 18.40 «Худудлар ҳаёти». 18.55 ТВ - анонс. 19.00 «Навоийни англаш». 19.20 ТВ шифокор». 19.25 «Икким». 20.00, 20.55 Эълонлар. 19.30 «Ахборот» (рус.). 20.05 «Сайлов - 2009». 20.10 Миллий сериал: «Денгиздан томчи». 21.30 «Кўн мавзуси». 20.50 ТВ - анонс. 21.00 «Ахборот». 21.35 «Сайлов - 2009». 21.55 «Бир ўлка-ки...». 22.15 «Кирол Сеж

