

№ 49 (2618) - son

Ishonch

2009-yil

Ch P J Sh Ya D S Ch P J Sh Ya D S Ch P J Sh Ya D S Ch P J Sh Ya D S Ch P
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

Aprel

Ijtimoiy-iqtisodiy gazeta ✻ E-mail: ishonch-doverie@mail.ru ✻ Gazeta 1991-yil 21-martdan chiqa boshlagan

«...Тобора чуқурлашиб бораётган жаҳон молиявий инқирози мамлакатимизга таъсир кўрсатмайди, бизни четлаб ўтади деган хулоса чиқармаслик керак. Масалани бундай тушуниш ўта соддалик, айтиш мумкинки, кечириб бўлмас хато бўлур эди».

Ислом КАРИМОВ



Инқирозга қарши иммунитет

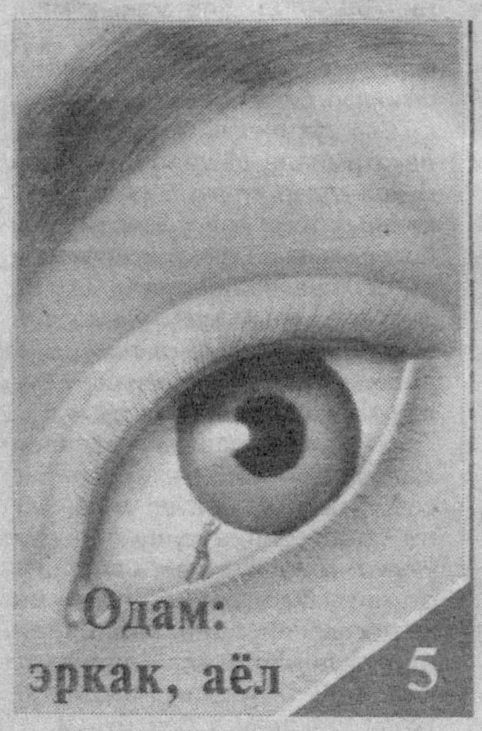
Ўзбекистон касаба уюшмалари Федерацияси кенгашида



Шу кунларда бутун дунё сезиларли даражада таҳлика ва хавотир билан яшамоқда: молиявий инқироз алангаси барча секторларга дахл қилаётир. Кунора тебранаётган нарх, харажатини қоплай олмай «синаётган» корхоналар, ишсизлик...

Доно халқимизда «тўқайга ўт кетса, ҳўл-қуруқ баробар ёнади» деган гап бор. Шу маънода ривожланган давлатлар қаторида эндигина тараққиёт пилласига қадам қўяётган мамлакатимизда ҳам бутун Инқирозга қарши давлат иммунитетини ҳосил қилиш, унинг хавф-хатарини юмшатиш ва кутилаётган зарарни имкон қадар камайишига эришиш борасида бир қатор чора-тадбирлар амалга оширилмоқда. Хусусан, мамлакатимизда жаҳон иқтисодий инқирозининг салбий оқибатларини бартараф этиш бўйича 2009 — 2012-йилларга мўлжаллаб қабул қилинган Инқирозга қарши чоралар дастури ва Президентимизнинг «Жаҳон молиявий-иқтисодий инқирози, Ўзбекистон шароитида уни бартараф этишнинг йўллари ва чоралари» китоби бу жараёнда, ҳеч шубҳасиз, дастуруламал бўлиб хизмат қилмоқда.

(Давоми 2-3 бетларда)



Одам: эркак, аёл

5



6



Гипертония — кўзга кўринмас қотил

11



12-13

Ishonch 2009-yil 23-aprel
№ 49 (2618)

Инқирозга қарши

Ўзбекистон касаба уюшмалари



(Боши 1-бетда)

Таъкидлаш жоизки, ўз атрофига 6 миллиондан зиёд аъзони бирлаштирган Республика касаба уюшмалари ташкилотлари юртимизда олиб борилаётган, амалда ўзини тўлиқ оқлаган ислоҳотлар ва модернизациялашнинг ўзига хос жиҳатлари мамлакатимиз иқтисодиётини муайян даражада Инқироздан ҳимоя қилишга қодирлигини кенг оммага чуқур тушунтириш ишларини олиб бормоқда. Бу борада ЎзКУФК раёсати томонидан қабул қилинган «Ўзбекистон Республикаси Ҳукуматининг жаҳон иқтисодий инқирози оқибатларининг олдини олиш ва бартараф этиш бўйича инқирозга қарши дастури бажарилишига кўмаклашиш чоратадбирлари тўғрисида»ги қарорда Инқирозга қарши дастур бажарилишига кўмаклашиш борасида аниқ тадбирлар белгиланган. Хусусан, аҳолини иш билан таъминлаш, янги иш ўринлари барпо этиш, шунингдек, ижтимоий-иқтисодий, ҳуқуқий ҳимоя, меҳнатни муҳофаза қилиш, қатъий тежамкорлик ойликларини ўтказиш, аҳолини моддий ва маънавий қўллаб-қувватлаш каби кенг кўламли вазифаларни амалга ошириш кўзда тутилган.

22 апрел куни Ўзбекистон касаба уюшмалари Федерацияси кенгаши мажлислар залида Ислом Каримовнинг «Жаҳон молиявий-иқтисодий инқирози, Ўзбекистон шароитида уни бартараф этишнинг йўллари ва чоралари» китобининг тақдимоти бўлиб ўтди. Асарнинг мазмун-моҳиятини ўрганишга бағишланган тадбирда республикамизнинг етакчи олимлари, ҳудудий касаба уюшма ташкилотлари бирлашмалари ҳамда тармоқ касаба уюшмалари Марказий кенгашлари раислари ва фаоллари иштирок этишди.

Тақдимотни Кенгаш раиси Дилбар Жаҳонгирова олиб борди.

— Бугуннинг энг долзарб мавзуси жаҳон молиявий инқирозидир, — дея гап бошлади Дилбар Набиевна. — У барча давлатлар қатори мамлакатимиз иқтисодиётига ҳам салбий таъсир кўрсатмасдан қолмайди. Бу жараёнда эса касаба уюшмалари жуда фаоллик билан имкон қадар Инқирозга қарши чоралар дастури доирасида иш олиб бориши лозим. Шунинг учун бугунги йиғилишимиздан мақсад — юртбошимизнинг «Жаҳон молиявий-иқтисодий инқирози, Ўзбекистон шароитида уни бартараф этишнинг йўллари ва чоралари» китобини яна бир бор атрофлича ўрганиш, қолаверса, бугуннинг энг долзарб саволларига жавоб ахтаришдан иборат.

Шундан сўнг сўз олган Жаҳон иқтисодиёти ва дипломатия университети проректори, иқтисод фанлари доктори **Нодир ЖУМАЕВ** йиғилганларга жаҳон молиявий инқирозининг моҳияти, сабаблари ва унинг мамлакатимизга таъсирини аниқ факт ва далиллар билан тушунтириб берди:



— 2007 йилнинг август ойида АҚШ ипотека кредитлари бозорида авж олган тангликдан бошланган жаҳон молиявий инқирозининг асосий сабаблари сифатида бугун қуйидагилар эътироф этилмоқда:

1. АҚШ ипотека кредит бозоридаги инқироз.

Бунда албатта, қарз олувчининг сифат кўрсаткичларига, шунингдек, операцияларнинг транспарентлигига (шаффофлик) етарлича эътибор қаратиш лозим эди. Таъкидлаш лозимки, кўпчилик экспертлар глобал молиявий инқироз айнан АҚШ ипотека бозори таназзулидан келиб чиққанини эътироф этишади. Бунда инқироз сабаблари сифатида ***кредит бериш амалиётининг ўта қулайлиги, кредит бериш стандартларининг эркинлаштирилиши, тартибга солишнинг ноадекватлиги, кредит рейтинг агентликлари (Moody's, Standard & Poors ва Fitch кабилар) томонидан рискли ипотекага асосланган қимматли қоғозларга ААА рейтинги берилганлиги*** эътироф этилаётган бўлса, айрим экспертларнинг фикрича, банк капиталини халқаро тартибга солиш (Базель I ва II) таназзул сабабларидан бири экан...

2, АҚШ Федерал заҳира тизимининг собиқ раиси Алан Гринспеннинг керагидан ортиқ экпанцион пул-кредит сиёсати.

У Федерал заҳира тизими дисконт ставкасининг тарихий паст даражага тушишини ва керагидан ортиқ шу ҳолатда узоқ муддат сақланишини таъминлади.

3. Жаҳон иқтисодиётида сезиларли даражада юқори дисбаланс, номувофиқликнинг мавжудлиги.

Хитой савдо балансида йирик миқдордаги профицит, АҚШда эса, аксинча, катта миқдордаги дефицит сақланиб қолмоқда. Ажабланарлиси, АҚШ савдо баланси дефицитининг қарийб 90 фоизи Хитой, Япония, Германия ва араб давлатлари савдо балансидаги профицит ҳисобидан қопланмоқда. Бундан ташқари, 10 та Осиё давлатига жаҳон халқаро валюта заҳираларининг 59 фоизи (3,4 триллион АҚШ доллари) тўғри келаяпти. АҚШ ҳукумати қарз мажбуриятларининг 44 фоизига чет элликлар эгалик қилмоқда.

4. АҚШнинг Федерал ипотека корпорацияси (Freddie Mac) ва Федерал миллий ипотека ассоциацияси (Fannie Mae), шунингдек, АҚШ инвестицион компаниялари капиталининг сезиларли даражада кичиклиги.

Молиявий инқирознинг тарқалиши глобал иқтисодий ўсиш суръатларига салбий таъсир қилди: ишлаб чиқариш пасайди. 2008 йилнинг октябр ойига келиб, «GM», «Ford» ва «Toyota» каби автомобил ишлаб чиқарувчи компаниялар савдо ҳажмида мос равишда 45, 30 ва 23 фоиз пасайиш кузатилган. Биргина АҚШда 2008 йилнинг сентябр ойидан буён молиявий секторда 111000 киши, автомобил саноатида 95000 киши, транспорт соҳасида 62000 киши, чакана савдода 51000 кищи, телекоммуникация соҳасида эса 28000 киши ишсизлар сафидан ўрин олган.

Ўтган йил мобайнида АҚШда молиявий инқироз оқибатида 25 та тижорат банкининг банкротга учраб ёпилиши кузатилган. Шунингдек, Россияда рублдаги банклараро кредитлар ставкаси 2009 йилнинг 23 январида тарихий рекорд даражага — 23,33 фоизга етган. Марказий банкнинг РЕПО аукционлари ҳажми мазкур санада 599,6 млрд. рублни ташкил этган. Рублнинг қадрини ушлаб туриш мақсадида Россия Марказий банки томонидан амалга оширилган интервенция натижасида халқаро валюта заҳиралари 200 млрд. АҚШ доллари атрофида камайган. Ажабланарлиси, биргина 2009 йилнинг 9-16 январ кунлари валюта заҳираларининг 30 млрд. АҚШ долларига қисқариши юз берган. Шунга қарамай, Россия рублининг АҚШ долларига нисбатан курси 2009 йилнинг 1 февралига келиб, ўтган йилнинг мазкур санасига нисбатан 45 фоизга девальвацияланган.

Молиявий инқироз чуқурлашишининг олдини олиш мақсадида АҚШда Полсон режаси (ФЗТдан банкларга 700 млрд. АҚШ доллари миқдорида кредит ажратилишини кўзда тутади) ишлаб чиқилган бўлса, Буюкбритания банк тизимининг бир қисми миллийлаштирилди. Таъкидлаш лозимки, ХВФ ипотека инқирози туфайли банклар томонидан кўрилган зарар кўрсаткичи 1,4 триллион АҚШ долларини (2008 йил апрелдагига нисбатан 455 млрд. АҚШ долларига кўпроқ) ташкил этмоқда.

Инқироз ҳозирги халқаро молиявий архитектуранинг ўзгаришига, глобал тартибга солиш институтлари ислоҳ қилинишини жадаллаштиришга, шунингдек, евронинг АҚШ долларига нисбатан позицияси сезиларли даражада яхшиланишига хизмат қилиши мумкин. Россия бюджетини тузишда нефтни 69-70 АҚШ долларидан сотиш кўзда тутилган эди. Ваҳоланки, Инқироз шароитида нефт баҳосининг 35 долларгача пасайиши кузатилди. Бу ҳолат, ўз навбатида; Россияда бюджет харажатларининг қисқаришига олиб келади.

Молиявий инқирознинг мамлакатимизга таъсири борасида тўхталсак, халқаро бозорларда хомашё товарлари баҳосининг пасайиши Ўзбекистон экспортига ҳам салбий таъсир қилиши мумкин. Қайд этиш лозимки, мамлакатимиз дунё автосаноатига мис етказиб берувчи асосий давлатлардан ҳисобланади. Ваҳоланки, Инқироз даврида миснинг баҳоси 2 марта пасайди. Шунингдек, давлатимиз жалб қилган халқаро кредитларнинг асосий қисми ўзгарувчан ставкали кредитлардир. Инқироз даврида кредитлар баҳосининг қимматлашуви ташқи кредитларга хизмат кўрсатишни қийинлаштириши мумкин.

2008 йилда молиявий инқирознинг чуқурлашуви шароитида республикамизда барқарор иқтисодий ўсиш таъминланмоқда, хусусан, 2008 йилнинг 9 ойлик натижаларига кўра, ЯИМнинг ўсиши 9,4 фоизни ташкил этган.

Фикримизча, мамлакатимизга молиявий инқирознинг кескин салбий таъсири кузатилмаганини **Ўзбекистонда макроиқтисодий барқарорлик ва етарлича халқаро валютавий тўловга қобилликнинг таъминланганлиги** (бугун республикамизнинг ташқи қарзи ЯИМ ҳажмининг 13,3 фоизини ташкил этади. 2008 йил натижаларига кўра, республикамиз ташқи савдо баланси 40,9 фоизга, жумладан, экспорт 62,9 фоизга ортган. Тўлов балансининг ижобий сальдоси қарийб 4,5 млрд. АҚШ долларини ташкил этган), **банкларнинг капиталлашув даражаси оширилганлиги** (бунинг натижасида банклар ўртасида ўзаро мустаҳкам ишончнинг сақланиши ва ликвидлилик муаммолари юз бермаслиги таъминланди), **ипотекали кредитлар бозорида барқарорликнинг сақланиши** (ипотека кредитларининг гаров таъминоти етарлилигига банклар томонидан катта эътибор қаратилиб, 2008 йил-

нинг 1 январь ҳолатига кўра республикамиз тижорат банклари томонидан берилган ипотека кредитларининг умумий миқдори 139 млрд. 545 млн. сўмни, яъни, ялпи кредитларнинг 2,9 фоизини ташкил этган) сингари омиллар билан изоҳлаш мумкин.

Бир сўз билан айтганда, мамлакатимизда Инқирозга қарши имкон қадар кураш бормоқда. Бу кураш тизими эса муҳтарам юртбошимизнинг мазкур асарларида атрофлича баён этилган. Ушбу жараёнда ҳаммамиз қўлни қўлга бериб, жипслашиб, энг муҳими, эртанги ёруғ кунларга ишонч билан меҳнат қилишимиз лозим.

Йиғилганларнинг барчаси жаҳон молиявий инқирозининг сабаб-оқибатлари ва моҳиятини содда тилда тушунтиргани учун Нодир Жумаевга миннатдорлик билдириб, ўзларини қизиқтирган саволлар билан иқтисодчи олимга мурожаат қилишди. Қисқаси, тақдимот турли фикрларга бой бўлди.

иммунитет

Федерацияси кенгашида

* * *

Тадбирнинг иккинчи ярмида жамоа шартномалари бажарилишини муҳокама қилиш жараёнида касаба уюшма аъзолари томонидан кўтарилган муаммолар юзасидан Ўзбекистон Олий Мажлиси Қонунчилик палатаси, вазирликлар ва идоралар ходимларининг республика касаба уюшмалари фаоллари билан давра суҳбати ўтазилди. Уни Федерация раиси Дилбар Жаҳонгирова кириш сўзи билан очиб берди.

Анъанавий тарздаги давра суҳбатида Президентимиз ташаббуси билан амалга оширилаётган мамлакатни модернизация қилиш йўлидаги ислоҳотларнинг ҳуқуқий негизини мустаҳкамлаш борасида Қонунчилик палатаси Меҳнат ва ижтимоий масалалар қўмитаси раиси **Илҳом НАСРИЕВ** қуйидагича фикр-мулоҳазалар билдирди:



— ЎзКУФК томонидан юборилган хатда билдирилган саволларга Қонунчилик палатаси муносабатини билдиришидан мамнунман. Мурожаатда жамоа шартномаларини жойларда бажариш жараёнида меҳнаткашларнинг ҳақ-ҳуқуқларини ҳимоя қилишда қатор муаммолар вужудга келаётгани қайд этилган. Мазкур масалаларнинг бугун кун тартибига киритилганлиги жуда муҳим. Ўйлайманки, йиғилишимиздан кўзланган мақсад бевосита ҳаётга жорий этилса айни муддао бўларди. Ҳақиқатан, бугунги кунда амалга оширишимиз лозим бўлган аҳолини ижтимоий ҳимоялаш, одамларнинг меҳнат ҳуқуқларини муҳофаза қилиш бўйича қатор муаммолар мавжуд. Буларни иккита катта гуруҳга бўлиш мумкин.

Биринчиси — **амалдаги қонунларни такомиллаштириш масаласи.**

Кўпчиликка маълумки, касаба уюшмалари, уларнинг фаолиятини тартибга солишга қаратилган қонун ҳужжатларини такомиллаштириш зарурати мавжуд. Ҳозирги кунда бу борада Қонунчилик палатасининг тегишли қўмиталари иш олиб бораяпти. Шу билан бирга, Вазирлар Маҳкамаси ҳам ўзининг иш режасига ушбу қонунни такомиллаштиришга қаратилган чора-тадбирларни амалга оширишни кўзда тутган. Масалан, «Ижтимоий ҳамкорлик тўғрисида»ги Қонуннинг қабул қилиниши тўғрисида анча фикрлар билдирилди. Президентимизнинг Конституциямиз қабул қилинганининг 15 йиллигига бағишланган тантанали маросимдаги маърузасида ҳам бу тўғрида сўз юритилган эди. Қолаверса, «Аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш тўғрисида»ги Қонуннинг қабул қилиниши Давлат дастурида назарда тутилди. Шу билан бирга, қатор ижтимоий ҳимояга, меҳнаткашлар ҳақ-ҳуқуқларига таъсир қилувчи қонунларни қабул қилиш режалаштирилган. Аммо ушбу ҳаракатлар амалга оширилмаётганлиги кишини ажаблантиради. Яқинда биз икки ёшгача бола тарбияси билан банд оналарга нафақа тайинлаш тартиби ва бу борадаги муаммоларни кўриб чиқдик. Президентимизнинг бу борада чиқарган махсус фармонида назарда тутилган қонунийлик, адолат, холислик принципларига зид ҳолда иш тутилаётганлиги маълум бўлиб қолди. Норматив характерга эга бўлган бундай муҳим муносабатларни тартибга солиш учун тегишли ҳуқуқий ҳужжатларни қабул қилиш ва тартибга солиш лозим. Ёки бўлмаса иш ҳақининг ўз вақтида тўланмаслиги, бу ҳол ойлаб чўзилиб кетаётгани борасида кўплаб мурожаатлар бор. Бу соҳада касаба уюшмасининг масъулияти жуда катта.

Шунингдек, давра суҳбатида Президентимизнинг 2009 йил 13 февралдаги «Мамлакатни модернизация қилиш ва янгилашни изчил давом эттириш — давр талаби» маърузасидан келиб чиқадиган устувор вазифалар тўғрисида Иқтисодиёт вазирининг ўринбосари **Рустам ШОАБДУРАҲМОНОВ** сўз олди:



— Мулоқотимизнинг долзарблиги — 2008 йилда бошланган жаҳон молиявий инқирози туфайли юзага келадиган оқибатларни бартараф этишдан иборат. Жаҳон молиявий инқирози боис йирик компанияларнинг акциялари қиймати тушиб кетди. Бу ишсизлик ва бошқа салбий оқибатларни келтириб чиқарди. Ҳозирги вақтда юзага келиши мумкин бўлган салбий оқибатларнинг олдини олиш борасида республикамизда бир қанча ишлар амалга оширилди. Молиявий-иқтисодий инқироз деярли бутун дунёда сақланиб қолаётганлиги, талаб ва савдо ҳажмининг камайиши жаҳоннинг кўплаб мамлакатларига салбий таъсир кўрсатаяпти. Авж олиб бораётган глобал инқироз банклар тизимида жиддий нуқсонларни юзага келтирмоқда. Бу эса тизимни тубдан ислоҳ қилиш лозимлигини кўрсатиб турибди.

Бугунги босқичда банк тизими олдида турган вазифалар ҳақида Ўзбекистон Марказий банки раисининг ўринбосари **Каҳрамон РАФИЕВ** маъруза қилди:



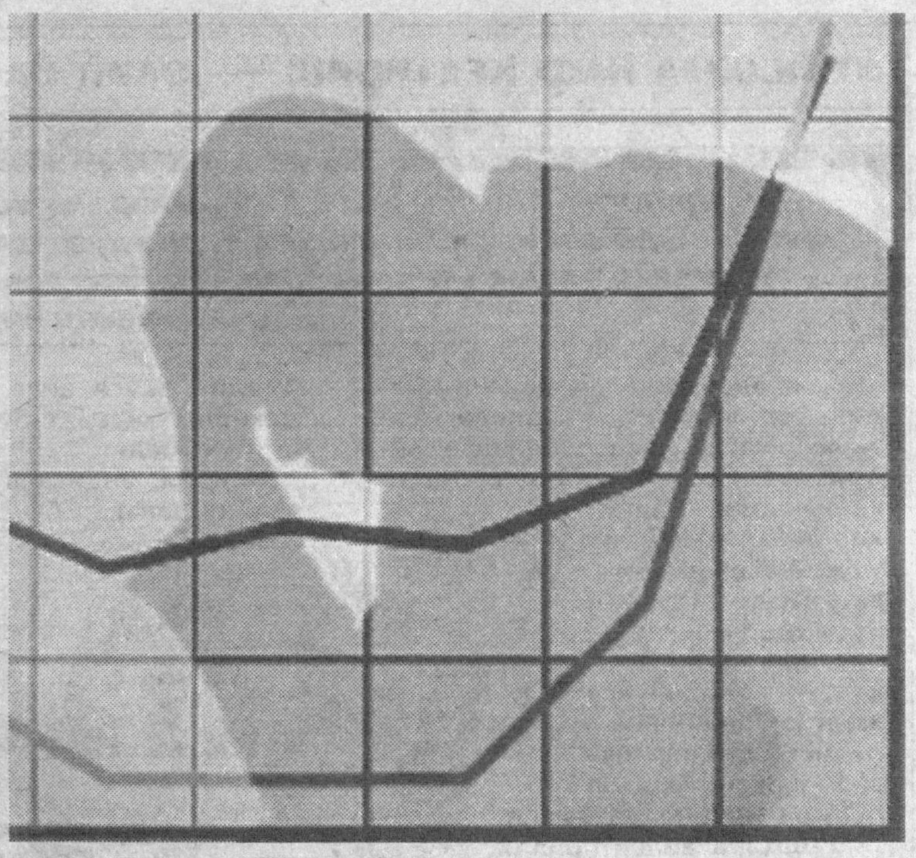
— Ҳозирги кунда Марказий банк олдида турган асосий вазифалар жаҳон молиявий-иқтисодий инқирозига қарши чоралар дастурида белгилаб берилган. Президентимиз фармонларига асосан банкнинг устав капитали 491 млрд. сўмни ташкил этиб, мамлакатимиздаги реал сектор, экспортга йўналтирилган корхоналарга жалб қилишга қаратилган.

Ҳозир иш ҳақи, пенсия, умуман, ижтимоий тўловларни тўлаш борасида айрим муаммолар мавжуд. Бу борада жойларда етарлича эътибор берилмаётганлиги сабабли банк кассаларига тушаётган тўловлар ижтимоий тўловларни тўлашга етарли бўлмаяпти. Ўтган йили иш ҳақи 50 фоизга оширилди. Ойлик ошгач, тушумлар ҳам ошиши керак. Аммо республика бўйича тушумлар жуда кам. Биргина мисол — мамлакатимизда қонун- қоидаларга риоя қилган ҳолда, банкда ҳисоб рақамини очиб савдо қилаётганлар 34 фоизни ташкил этаётган бўлса, фақат патент билан тижорат юритаётганлар 66 фоизни ташкил этмоқда. 34 фоиздан тушаётган тушумлар эса ижтимоий тўловларни тўлаш учун, албатта, камлик қилади.

Пенсия таъминоти, иш билан таъминлаш, иш ҳақи ва меҳнат муҳофазаси масалаларида ижтимоий ҳимояни янада кучайтириш йўллари мавзусида Меҳнат ва аҳолини ижтимоий муҳофаза қилиш вазирининг ўринбосари **Шуҳрат САИДОВ** сўз олди:



— Мамлакатимиз мустақилликка эришган дастлабки кунларданоқ аҳолининг даромади ва фаровонлигини ошириш, ижтимоий муҳтож қатламларни муҳофаза қилишга асосий эътибор қаратиш устувор вазифа этиб белгиланди. «Ўзбекистон Республикаси фуқароларининг Давлат пенсия таъминоти тўғрисида»ги Қонун пенсия тизимининг такомиллашувини таъминлади. 2005 йилдан пенсия жамғарма ҳисоб варақаларини якка тартибда ҳисоблаш, яъни пенсия тизимининг янги механизми жорий этилди. Президентимизнинг «Ижтимоий ҳимоя йили»да иш ҳақи, пенсия, стипендия миқдорини ошириш ҳамда аҳолини ижтимоий қўллаб-қувватлашни кучайтиришга қаратилган қатор фармонлари ижтимоий ҳимоянинг янада кучайишига олиб келди.



Вазирлар Маҳкамасининг 2009 йил 13 февралдаги мажлисида Президентимиз томонидан белгилаб берилган 2009 йилда ижтимоий-иқтисодий ривожлантириш дастурининг устувор вазифалари бажарилишини сўзсиз таъминлаш, иш ўринлари яратиш дастурини бажариш, жаҳон иқтисодий инқирозининг олдини олиш ва бартараф этиш юзасидан кўрилган чора-тадбирлар натижасида жорий йилнинг биринчи чорагида 208 мингга яқин иш ўрни яратилди. Жумладан, иш ўрнини кўпайтиришнинг самарали шакллари: касаначилик, миллий ҳунармандчилик ва оилавий бизнесни қўллаб-қувватлаш натижасида 50 мингга яқин, хизмат кўрсатиш ва сервис ҳисобидан 54 мингта иш ўрни ташкил этилди. Энг муҳими, «Қишлоқ тараққиёти ва фаровонлиги йили» Давлат дастури ижросини таъминлаш мақсадида изчил ишлар амалга оширилиб, жами иш ўринларининг 116 мингги қишлоқ жойларда ташкил этилди.

Шу билан бирга Давлат Солиқ қўмитаси раисининг ўринбосари Одилхон Рустамов, Молия вазирлиги Бош бошқарма бошлиғи Шохруҳ Шораҳмедов, Қишлоқ ва сув хўжалиги вазирлиги Бош бошқарма бошлиғи Тўлқин Ҳайитов ҳамда Соғлиқни сақлаш вазирлиги, Савдо саноат палатаси вакиллари ўз маърузаларида Касаба уюшма фаоллари томонидан берилган саволларга атрофлича жавоб бердилар ҳамда Касаба уюшмалари билан бундан кейин ҳам меҳнаткашларнинг ижтимоий-иқтисодий манфаатларини ҳимоя қилишда ҳамкорликни давом эттиришларини таъкидлаб ўтдилар.

Давра суҳбатида мамлакатимизнинг барча вилоятлари, Қорақалпоғистон Республикаси ва Тошкент шаҳридан иштирок этган касаба уюшма ташкилотлари етакчилари ўзларини қизиқтирган саволларга атрофлича жавоб олдилар. Эркин мулоқот руҳида ўтган давра суҳбатида кўтарилган масалалар юзасидан билдирилган фикр ва таклифларни кенг жамоатчиликка етказиш, бир сўз билан айтганда, амалдаги ижросини таъминлаш муҳимлиги айтиб ўтилди.

ЎзКУФ раиси давра суҳбатини якунларкан, «Ўзбекистон Республикаси Ҳукуматининг жаҳон иқтисодий кризиси оқибатларининг олдини олиш ва бартараф қилиш бўйича кризисга қарши Дартури бажарилишига кўмаклашиш борасида Ўзбекистон касаба уюшмалари Федерациясининг Тадбирлари» тўғрисидаги қарори тасдиқланганини ҳамда ушбу тадбирлар доирасида КУФ Кенгаши ва Марказий кенгашлари билан ҳамкорликда биргаликда 77,3 млн. сўм сарфланиб 109 та янги иш ўрни яратилганини таъкидлаб, бу ишлар изчил равишда давом эттирилишини қайд этди. Сўнгра жаҳон молиявий инқирозининг олдини олиш ва бартараф этиш йўллари ҳамда жамоа шартномаларининг бажарилиши юзасидан қимматли фикр ва таклифлар билдиришгани учун Кенгаш раиси йиғилганларга Федерация номидан миннатдорлик билдирди.



* * *

Бугун Федерация кенгашининг навбатдаги раёсат йиғилиши ўз ишини бошлайди. Раёсат кун тартибида касаба уюшмалари томонидан жойларда амалга оширилаётган ишлар ҳақидаги бир қатор долзарб масалалар ўрин олган. Бу ҳақда газетамизнинг навбатдаги сонида батафсил танишасиз.

Умид ЯЪҚУБОВ,
Акмал ТОШЕВ,
Орзугул РУСТАМОВА,
«Ishonch» мухбирлари.
Икром ҲАСАНОВ олган суратлар

Ishonch 2009-yil 23-aprel
№ 48 (2518)

«Инсонга наф келтириш — олий бахт» танловига

Заминнинг саховатли фарзанди

Тонг ёришгач, Негбой ака қўй-эчкиларини секин ялангликлар сари эндирди. Борлиқни бироз кузатди. Шудринг тушган ям-яшил майсазорлар, сербарг дов-дарахтлар беҳад чиройли эди.

Ариқ адоғидаги уватдан Раҳмиддин аканинг қораси кўринди. Афтидан у катта қурилиш олдидан тайёрланаётган майдонни кўришга келган эди. Раисга халал бермаслик учун Негбой ака уйига қайтди. Орадан кўп ўтмай сокинликни бирин-кетин экскаватор ҳамда ўнга яқин юк машиналарининг шовқини бузиб юборди. Яккатол остидаги супа ўз-ўзидан кенгашгоҳга айлантирилди.

— Натижаларни кўриб чиқдим. Ҳар қалай, ёмон эмас, — деди суҳбат давомида фермер хўжалиги раиси Раҳмиддин Ҳафизов хушнуд оҳангда. — Ишлар шу зайил давом эттирилса, яна бир ҳафта ичида паррандачилик фермаси қурилиши учун кенг йўл очилади.

— Бундан чиқди, яна бир ош сиздан бўларкан-да, раис бобо, — шапкасини бироз бостириб кийган ҳайдовчи йигит енгил чапак чалиб, гапга аралашди.

— Бу ёғини менга қўйиб беринглар, — деди раис. — Бугун яна бир маслаҳатни ўртага ташламоқчиман. Қаранг, шунча майдон ташландиқ ҳолатда ётибди. Ўша ерни қазиб, ҳовузни кенгайтирсак. Ортиқча тупроқни карта адоғидаги халқоб тўпланадиган ерларга ташисак.

— Яхши фикр. Менга қолса, ҳовуз сатҳининг дарё томонини яна бироз кўтариш керак, — деди экскаваторчи йигит ҳудудга кўз югуртириб олиб. — Шундай қилсак, вақтни ҳам, ёқилғини ҳам тежаган бўлардик.

— Ҳа, балиқчилик кони фойда.

— Ўзимизда бўлганига не етсин, ака.

Атрофдагиларнинг сўзлари Раҳмиддин акага анча далда бўлди шекилли, қатъият билан фикрларга якун ясади.

— Қани, энди ишга отланайлик. Ана шу далалар бундан кейин сизу бизники. Елкама-елка ишласак, иншооллоҳ, элдан камимиз бўлмайди.

Биз ифода этган мазкур лавҳа Қизилтепа туманида фаолият юритаётган «Фахриддин-Ойбек» фермер хўжалиги ҳаётидан олинди. Кези келганда, яна бир жиҳат хусусида тўхталайлик. Гувоҳи бўлаётганимиздек, ҳар йили мамлакатимиз миқёсида анъанавий тарзда ўтказиб келинаётган «Ташаббус» танловида неча ўнлаб ишбилармон ва фермерлар иштирок этади. Ушбу танловнинг республика босқичида «Энг яхши фермер» номинацияси бўйича фахрли учинчи ўрин айнан қизилтепалик фермер Раҳмиддин Ҳафизовга насиб этди.

Хўш, ушбу раҳбар иш услуби қайси жиҳатлари билан бошқаларникидан устун топилди? Мазкур саволга жавоб топиш ва хўжалик аъзолари билан яқиндан танишиш истаги бизни Қизилтепа сари чорлади.

Тасаввур учун, келинг, баъзи фикрларни олдиндан айтиб қўяйлик. Деҳқончилик сингари ишбилармонлик ҳам Раҳмиддин ака учун отамерос. У ёшлигидан меҳнатга, техникага кўнгил боғлаб улғайди. Республика мустақилликка эришгач, меҳнатга муносабат тубдан ўзгариб, инсон манфаатлари турмушнинг энг муҳим омилларидан бирига айланди. «Қандай иш тутсак меҳнатимиз манзур, хирмонимиз баракали бўлади?». Тунлари уйқуси қочган бу инсон шу саволга жавоб ахтариб тонг оттирарди.

У иқтидорига таянганча таҳлилларини хаёлан сарҳисоб қиларкан, кўпгина меҳнат турларига тўхталди. Охири қатъият билан қарийб ўн йилдан буён ишлатилмай келаётган қаровсиз ҳолдаги ғишт цехини бутлаб, ишга туширишга қарор қилди.

Янгича мосламалар асосида цех ишга туширилди. Натижада, кунига 20 минг дона ғишт қуйиш қувватига эга бўлган цехда 20 нафар йигит ишлай бошлади.

Бундан ташқари, 38,7 гектарлик экин майдонларида ҳам ишлар кутилгандек самарали кечарди. Манфаатдорлик йилдан-йилга ортиб, шартномалар вилоятда биринчилардан бўлиб адо этила бошланди. Туман раҳбарияти якуний кўрсаткич ва имкониятларни назарда тутган ҳолда кейинги йилларда қолоқлик домига тушиб қолаётган фермер хўжаликлари ҳудудини ҳам қўшиб беришди. Шу аснода «Фахриддин-Ойбек» фермер хўжалиги ерлари кенгайтирилиб, 192 гектарга етказилди.

Айни кунда ғўзанинг «Бухоро-6» нави экилган далаларда ниҳоллар бош кўтариб қолган. Бир текис ўсган буғдойзорлар аллақачон бошоққа кирган.

Замин соҳиби Раҳмиддин ака билан суҳбатимиз анча самимий кечди:

— Меҳнат қилиб, элга нафинг тегса, ўзингни еттинчи осмонда юргандай ҳис қиласан. Айни пайтда кўрсатилаётган йўл-йўриқ ва ғамхўрликлардан илҳом олиб яна бир қатор ишларни режалаштираяпмиз. Яйловимизда 110 та қўй-қўзи бор. Бу йилги ғалладан олинадиган даромаддан уларнинг сонини кўпайтирмоқчимиз.

Қизилтепада гузару хиёбонларнинг кундан-кунга чирой очишида миллатимизга хос саховат ва ҳашар алоҳида ўрин тутади. Биргина «Фахриддин-Ойбек» фермер хўжалиги тумандаги сил касалликлари шифохонаси учун 150 минг, «Деҳқон бозори»ни реконструкция қилиш учун 50 минг дона пишиқ ғиштни бепул етказиб берди. Ғардиён қишлоқ фуқаролар йиғинидаги мактаблар ва масжид учун кўрсатилган хайру эҳсонлар кўз-кўз қилиш учун қилинмаган.

Булардан ташқари, Раҳмиддин ака болалари таҳсил олган мактаб учун спорт иншооти қурдиришни ният қилган.

Фермер хўжалиги бошланғич касаба уюшмаси раиси Мусаллам-хон Самадова ходимлар манфаати йўлида Раҳмиддин ака билан кўп ишларни режалаштирган. Имконият билан хоҳишнинг уйғунлиги эса ходимларнинг бахти.

Ҳаёт деганлари ташаббус ва эзгу ишлар туфайли гўзалдир. Бағрикенг, халқпарвар инсонлар доимо ўз бахтини кўпнинг саодати билан боғлайди. Элига наф келтираётган Раҳмиддин акадек саховатли ўғлонлар тобора кўпаяверсин!

Мансур АЛОВУДДИНОВ,
«Ishonch» мухбири

Оқ халатли фидойи

Қудуқда сув азиз, тандирда-чи нон,
Тоғларнинг бисоти неча-неча кон.
Бел боғлаб майдонга чиқдингми энди,
Сен ҳам бир каромат кўрсат, эй ўғлон.

Абдулла ОРИПОВ

Бозорбой Ўрозалиев билан ҳамқишлоқмиз. Уни ёшлигидан биламан. Отаси раҳматли Ҳайитбой бобо иккинчи жаҳон уруши ветерани, тўрт синф саводи бўлса ҳам техникага жон киритадиган тажрибали муҳандис эди. Онаси Саётхон момо чўрткесар, иши билан сўзи бир, мард ва танти, керак жойида меҳрибон, мулойим аёл эди. Бозорбой ака барча қишлоқ ёшлари каби меҳнатда тобланиб ўсди. Илмга чанқоқ эди.

Эсимда, турнақатор уйлар орасида уларнинг мўъжазгина боғли ҳовлилари ажралиб турарди. Ўшанда биз эндигина мактабга борган кезлар. Бозорбой акага ҳавас қиламиз: аълочи, жамоатчи, барча уни ҳурмат қилади. У ҳар куни одати бўйича бадантарбия билан шуғулланади. Биз узоқдан кузатиб турамиз. Сўнг икки-уч тахтадан иборат омонатгина стулчада китоб ўқийди. Мактабдан ҳеч кеч қолмас, ота-онасига рўзғор ишларида қарашишга ҳам улгурарди.



Мактабимиз фахри бўлган Бозорбой ака Тошкентдаги тиббиёт институтига ўқишга кетди. Ҳаш-паш дегунча таҳсилни тугатди. Уни Қорақалпоғистондаги 1-шифохонага ишга юборишди. Билимли ёш мутахассис тезда жамоа ҳурматини қозонди.

Элда шундай мақол бор: Худо берган йигитга қўш ҳунар бир келади. Бозорбой аканинг омади чопди. Республикада донг таратган жарроҳ Абдулла Худойберганов, Авазмат Каримов билан ёнма-ён меҳнат қилди, мураккаб операцияларда қатнашди, билмаганларини сўраб ўрганди.

Ойлар кетидан йиллар ўтаверди. Ҳаёт чархпалаги айланишдан тўхтамади. Бозорбой ака қисқа даврда Беруний туман бирлашган шифохонаси бош врачи, иккинчи чақириқ Олий Мажлис депутати, Қорақалпоғистонда хизмат кўрсатган тиббиёт ходими, тиббиёт фанлари номзоди бўлди. Ўттиздан ортиқ илмий мақоласи ҳамда китоблари ёш мутахассислар учун қўлланма вазифасини ўтади.

Бугун унинг сочларига қиров қўнибди. Бу ҳам ўтаётган умрнинг ёрқин фалсафаси, яхшилик, поклик белгиси. Беруний туман бирлашган шифохонасида Бозорбой акани ҳурмат билан ота деб аташар экан. Ота — улуғворлик, донолик, фидойилик рамзи.

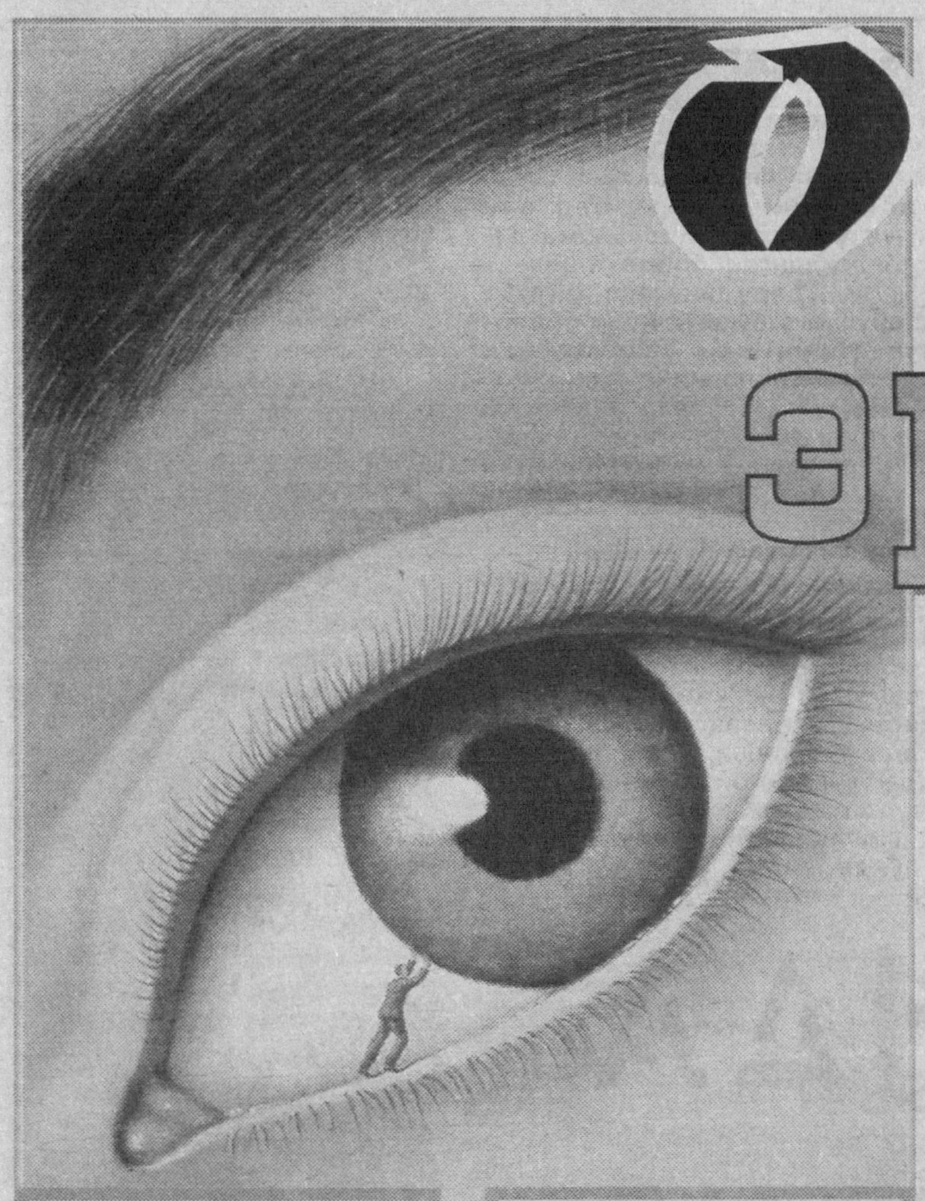
Элпарвар шифокор оилада ҳам меҳрибон, қаттиққўл ота, бахтиёр хонадон соҳиби. Турмуш ўртоғи Ўғилжон опа билан қирқ йилдан бери тинч-тотув ҳаёт кечирмоқда. Тўрт фарзанднинг отаси, ўн икки невараниг суюкли бобоси.

Бозорбой ака кўплаб шогирдларнинг устозидир. Улар қаторида Ҳожибой Нуруллаев, Исмоил Юсупов, Геннадий Пак, Қурбон Аманнапесов каби фидойи шифокорларни фахр билан санаб ўтгим келади.

От изини той босар деганларидек, тўнғич ўғли Ғафуржон тиббиётда отаси изидан бориб, унинг ишини давом эттираяпти. Кенжаси Расулбек мамлакат иқтисодиёти таянчи бўлмиш минглаб фермерлар қаторида.

Бозорбой акага ўхшаган эл саломатлиги йўлида жон куйдириб ишлаётган врачларга «Қўлингиз ҳеч қачон дард кўрмасин» дегинг келади.

Ўроз АЛИ,
журналист



ОДАМ: эркак, аёл

Сўнгги пайтларда оммавий ахборот воситалари, хусусан, матбуотимиз саҳифаларида жинслараро муносабатларга оид публицистик чиқишлар сезиларли даражада кўпайди. Айниқса, аёлларнинг жамиятдаги ролини ошириш кўзда тутилган мулоҳазалар анча салмоқли.

Бугунгача ижтимоий-психологик тадқиқотларда эришилаётган энг жиддий натижалар ҳам айнан жинс тушунчасига у ёки бу даражада тааллуқли бўлиб чиқаяпти. Модомики, тилимизда бундан кейин жинс, яъни гендер истилоҳи фаол иштирок эта бошлар экан, унинг психологик тушунча сифатидаги мазмунини аниқлаштириб бориш керак бўлади.

Дастлаб, яъни 19-асрнинг охирларида бир қора танли аёл ёқаларини йиртиб, уни тинглаётган одамларга қарата йиғи аралаш: «Мана, мен нима учун аёлман?» — деётганида бу сўз деярли ҳеч нарсани англата олмасди. Бошида саноқли (оилавий ҳаётда омади келмаган ёки эркаклар таҳқирига учраган) аёлларнинг жабрдийдалигидан етилган кайфият орадан унча узоқ вақт ўтмай тажриба ҳамда хулосаларига кўра қизиқ, айни пайтда, муаммоли тадқиқотларни келтириб чиқарди. Асосан аёллар ёндашувига таянган изланишлар кейинчалик Америка ҳамда Европада махсус ижтимоий институтларнинг ташкил топишигача бўлган мураккаб жараённи босиб ўтди.

Аёллар ҳаракати шаклида тарихга киритилаётган ўзига хос оқим жамият тартиб-қоидаларини бирма-бир ўзгартириб борди. Аёлларнинг сиёсий жараёнларда иштирок эта олиши сайлов ҳуқуқига эга бўлиш билан боғлиқ эди ва 20-асрнинг дастлабки чорагидаёқ дунёнинг бир қанча давлатларида аёлларнинг сайлаш ҳамда сайланиш ҳуқуқлари қонунан белгилаб қўйилди. Ижтимоий-иқтисодий соҳаларда аёлларнинг манфаатдорлиги ва фаоллигини оширишга йўл очиб берадиган, қонунлар билан кафолатланган меъёрий ҳолатларни такомиллаштириш эса ҳозиргача давом этмоқда. Жумладан, эркин бозор муносабатларига кечроқ киришган мамлакатлардаги тармоқли жараёнларни мисол тариқасида келтириш мумкин. Умуман, сиёсий, иқтисодий ҳолатларга нисбатан жинслар ўртасидаги ўзаро тенгликка эришиш яхлит мураккабликни келтириб чиқармайди. Чунки бундай муносабатлар қонун билан тартибга солинади, қонунда белгиланган ҳолда ташкил этилади ёки тугатилади. Қонунда жинслараро тенглик тамойилига эришиш чигалликка олиб келмайди. Негаки, қонуннинг ҳимоя қиладиган мезони инсондир.

Кейинроқ, яъни 20-асрнинг иккинчи ярмида «Умуман, аёл зоти уйғониш даврини бошидан кечирганми?» қабилидаги саволни бераётганда бу сўз англатадиган мазмун доираси юзакироқ тасаввур билан эришиб бўлмайдиган даражада кенгайиб кетди. Ушбу савол гендер тушунчасига нисбатан ривожланиб келаётган баҳолашларни янги бир ўзанга буриб юборгандек эди. Бу инсониятнинг ақлий меросини тақсимлаш ва унда қандайдир номувофиқлик бор деб ҳисоблаётган меросхўрнинг эътирозини эслатарди гўё. Шундай қилиб, аввал хотин-қизлар ҳаракати мисолида сиёсий, иқтисодий соҳаларда аниқ натижаларга эришган феминизмнинг навбатдаги одими маданият ва санъатда аёл ҳиссасини аниқлаш сари қўйилади. Тадқиқотларнинг якунловчи босқичларида маданиятнинг барча жиҳатлари гендер ўлчовларга эга бўлиши мумкинлиги тўғрисидаги фикрга асосланган ёндашувлар илгари сурилди.

Инсоният амал қилиб келаётган маданий-маънавий қадриятлар асосан эркаклар хоҳишининг устунлиги оқибати ўлароқ яратилган. Унда аёлнинг ўз эркини танлаш имконияти унинг ўзига боғлиқ эмас. У ҳар қандай ҳолатда ҳам эркак иродасининг ифодачиси бўлиб келган. Аёл ҳамиша эркакларга қараганда мутлақо бошқа бир мавжудот сифатида англашилади. Шу маънода у эркак белгилаган нарсадир... Феминистлар шунга ўхшаш яна бир қанча хулосалари билан жинсларга оид меъёрларга, айтиш жоиз бўлса, қаттиқ зарба берди.

Гарчи гендер тушунчаси эркак жинсига ҳам тегишли бўлса-да, негадир гендер тадқиқотлар деганда биринчи навбатда, аёлларнинг жамиятдаги ролини ошириш ҳақида гап боради. Бироқ шунга қарамай, бир гуруҳ олимлар томонидан «эркак дегани нима?» умумий саволи остида 200 дан ортиқ тадқиқот олиб борилганини ҳам таъкидлаш зарур. Уларнинг аксарияти берган хулосаларда эркак учун қатъийлик энг муҳим қадрият эканлиги таъкидланган.

Алоҳида олинганда, ҳар биримизнинг «Эркак ёки аёл қандай бўлиши керак?» деган саволга муайян жавобимиз бор. Чунки бусиз бизда характер ёхуд руҳият ҳақида бирор тушунчанинг ўзи шаклланмаган бўларди.

Буни янада аниқроқ тасаввур қилиш учун чақалоқ туғилиши билан боғлиқ ҳолатни келтириш мумкин. Чақалоқ дунёга келиши билан у ҳақдаги биринчи ахборот жинсига тегишли бўлади. Айтайлик, ўғил бўлса, унга нисбатан кейинчалик йўналтириладиган ахборотлар унинг жинсидан келиб чиқади. Шу боис ҳар биримиз қизалоқни кўриб «паҳлавоним» дейишдан тийиламиз. Шу ўринда Зигмунд Фрейднинг «Анатомия — қисматдир» тарзидаги хулосаси жуда кўп мантиқий асосларга кўра ўзини оқлайди. Яъни гўдак улғаяр экан, ўзи мансуб жамиятда жинсларга оид меъёрлар қандай бўлса, ўшандай бўлиб вояга етади. Мазкур жараёнга жиддийроқ ёндашиш натижасида эса чақалоқнинг шахси шаклланаётган дунё ўзига хос икки хил кўриниш ва мазмунга эгалигини пайқаш мумкин. Гарчи мазкур фарқни мукаммал аниқликда белгилаш анча қийин бўлса-да, эркак баҳолайдиган, ҳаракат қиладиган олам билан аёл баҳолайдиган ва ҳаракат қиладиган олам бир-биридан фарқланади. Шу маънода гўдакнинг ана шу оламлардан қай бирига аъзо бўлишини унинг жинси белгилайди.

Одатда, гендер тадқиқотларда тил мавзуси диққатни кўпроқ тортади. Таҳлиллар тилимиздаги сўзлар жинсларнинг характерига хос маъноларни ифодалашини кўрсатди. Мисол учун, муайян сўзлар асосан эркак жинсидагиларга нисбатан қўлланса (қўрқмаслик, мардлик, ботирлик...), баъзилари эса фақат аёл жинсидагиларга тааллуқли (ибо, малоҳат, назокат...) саналади. Шу мавзуни тадқиқ қилган олимлардан Жон Манн жинсларга хос бошланғич ҳамда қатъий тушунчалар она тилимизни ўрганиш жараёнида шаклланади, деган хулосага келди. Унинг белгилашича, ушбу жараён бизнинг мурғаклигимиз, яъни 18-20 ойлигимиздан бошланади. Бу балки чақалоққа исм қўйилишидан бошланар. Айнан исм болага йўналаётган ахборотнинг характерини белгилашда муҳим аҳамият касб этади. Масалан, унга Гулчеҳра деб исм қўйилади ва атрофдагилар уни Гулчеҳра сифатида қабул қила бошлайди. Анъанавий меъёрларимизга кўра, гул чеҳрали бўлиш аёлларга хос ва бу уларга ярашади. Алалхусус, Гулчеҳра (ёки Қобил) деб исм қўйилиши айни пайтда «Гулчеҳра (ёки Қобил) бўлишинг керак» маъносидаги ўзгармас таъкидга ҳам ўхшайди. Шундай қилиб, туғилиш ўзига хос қатъий жараённинг бошланишигина холос.

Агар чақалоқ ўғил ёки қиз бўлиб туғилган бўлса, кейинчалик эркак ёки аёлга айланади. Муҳитлар ўртасидаги фарқлилик ўз навбатида, асосида қайсидир халқ турадиган жамиятлар ҳисобланади. Шу сабабдан, айтайлик, «ўзбек қизлари», «ўзбек йигитлари» тарзида бошланувчи матнлар болаларнинг жинсга хос характер-кайфиятни ўзлаштиришида белгиловчилик вазифасини бажаради. Ҳозиргача дунё миқёсида шаклланган гендер тадқиқотлар шу маънода асосан турли маданиятларда ривожланган жинсларга хос меъёрларни ҳар томонлама таҳлил қилишга қаратилган. Мазкур ижтимоий-психологик тадқиқотлар, айниқса, Европа ва Америка давлатларида қизиқарли натижаларни келтириб чиқарди. Уларнинг аксариятида гендер тушунчасига ёндашишда табиий ижтимоий жараёнларда иштироки ёки аҳамият касб этишига кўра аёллар ва эркаклар ҳиссасини деярли математик ҳисобларда келтириш каби хулосаларга таянилади. Гарчи бундай тадқиқот аниқлик нисбатига асосан жиддий кўринишларни акс эттирсада, гендер тушунчасининг фалсафий-психологик жиҳатларини етарлича қамраб ололмайди. Хусусан, муайян соҳада хизмат қилаётганларнинг қанча фоизи аёл ёки эркак эканлиги ҳақидаги ахборот жинсларнинг ижтимоий-руҳий ҳолатини таҳлил қилишда бошланғич манба бўла олиши мумкин холос.

Одамларнинг қиёфаси янглиғ руҳий-ақлий аҳволлари ҳам бир-биридан фарқланади. Ана шу фарқни ижобийлик томонга ўзгариши эркак ва аёлнинг тобора мукаммалроқ қиёфасини яратиб боришга ҳам боғлиқ. Бугун дунёни ривожлантираётган одам айни вақтда ривожланади, ҳам... ёки шундай бўлиши керак.

Тўғри эмасми?



Тўлқин ТЎРАХОНОВ,
ЎзМУ магистри

Ishonch 2009-yil 23-aprel
№ 49 (2618)

КАРЗ БЕРГАНДА... қонунни унутманг



Кўлинг билан берганингни...

Машина текис йўлда елдек учади. Ҳамроҳимизнинг ҳикояси эътиборни тортади.

— Одам боласига ишонмаслик керак экан, — дейди уҳ тортиб.

— Болам, ундай деманг. Дунёда яхши одамлар кўп. Уларнинг ҳаммасини бир қарич билан ўлчаб бўлмайди, — насиҳат қилган бўлади етмишларни қоралаб қолган онахон.

— Э-э-э, хола. Бугунгисини ҳисобламаганда тўртинчи марта довон ошишим берган пулимни сўраб. Саккиз ойдан ошдики, на тунимда ҳаловат бор, на кунимда. Яқин оғайним қарз сўраб келди. Муҳтожлиги бордир-да деб қизимнинг тўйи учун йиғиб-териб юрганларимни шундайича қўлига тутқаздим. Энди эса уйидан ҳам, иш жойидан ҳам тополмайман. Бу ёқда қудаларим тўйни тезлаштиришаяпти. Энг яқин дўстим деганим кўзимга чўп суқса-я!

Кимдир ақл ўргатган, кимдир таскин берган бўлди. Шу асноda ҳар ким қарз билан боғлиқ воқеаларни сўзлай кетди...

Эҳтимол, бу воқеа бутунлай ёдимдан кўтарилиб кетарди. Агар...

...Уйга келдим, маҳалладош аёллар одатдаги «юмуш»лари билан банд: кимнинг янги кўйлак кийгани, нариги кўчадаги келиннинг сепида нечта кўйлак бору, «чақирди»да нима тақаниғача бир-бир чиғириқдан ўтказишмоқда. Уларнинг сафига энди қўшилганлардан бири қарғанганича гап бошлади:

– Эрим амакиваччасидан пул сўраб борса, шуни хат қип қўяйлик депти. Муқаддас китобларда шундай ёзилганмиш. Ўргилдим сендақа чаламулладан, пулинг бошингдан қолсин деб роса жаҳлим чиқди. Бизам биламиз сен айтаётган китобларни, яшшамагур. Бергинг келмаса, пулим йўқ де қўй-да. Нима қиласан китобларда шундай дейилган деб ёлғон тўқиб? Хат қилармишлар бу кишим! Ўзи арзимас пул бўлса. Худо ҳеч бандасини зор қилмасин экан-да...

Бугун қарз билан боғлиқ бундай ҳангомаларни эшитиш одатий ҳолга айланиб қолди. Кимдир қарз олгану, қайтармайди. Кимдир қарз олганни тополмай сарсон. Нима қиларини билмайди.

Бу воқеаларнинг кўпайишига ким айбдор деган саволга жавоб турлича бўлиши мумкин. Лекин ҳеч қачон «одам боласига ишонмаслик керак» деган хулосага келманг.

Бировнинг ҳақига хиёнат

Халқимиз минг йиллар мобайнида шаклланиб келган қадриятлар асосида муҳтожларга ёрдам қўлини чўзиш, ўзаро ҳурмат, бир-бирини қадрлаш тушунчаларига алоҳида эътибор берган.

Ўйлаб кўринг. Бировнинг ҳақи деган тушунча яна қайси юртда биздек залворли маънога эга? Ҳар ишнинг бошида ризолик тушунчасини пойдевор қилган нечта миллатни биласиз? Бу анъаналарга кимнингдир назарида заҳа етаётгандек бўлиши мумкин. Бироқ шуни унутмайликки, бу қадриятларни четдан биров келиб тиклаб бермайди ёхуд давом эттирмайди. Ҳаммаси ўз қўлимизда. Биз эса мен ёки сиздан иборат, ундан эмас.

Майит қабрга қўйилишидан олдин сўрашади: марҳум қандай одам эди?

Ҳеч ким «ёмон эди» демайди. Ундан ёмонлик кўрган ҳам бағрикенглик билан чин дилдан «яхши эди» дейишга ўзида куч топади.

«Кимдан қарзи бор?».

Ҳатто сўнгги йўлга кузатиш олдидан ҳам бировнинг ҳақи деган тушунча унутилмайди.

Шу маънода қадриятларимизга чамбарчас боғлиқ бўлган ислом дини аҳкомида қарз олди-бердисига алоҳида аҳамият берилади. Жумладан, «Бақара» сурасининг 282-ояти (шайх Муҳаммаджон мулло Рустам ўғлининг таржимаси)да шундай дейилади:

«Эй мўминлар, бир-бирларингиз билан қарз беришиб муомала қилган вақтларингизда қарзларингизни адо қилиш муайян бир вақтгача маълум бўлса, уни ҳужжат тариқасида ёзинглар. Қарз олувчи билан қарз берувчининг номи ёзилиши керак. Қарз қанча миқдорда, (адо қилиш) вақти қачонгача экани ёзилиши лозим. Сизларнинг ўрталарингизда қайси бирларингиз котиб бўлсангиз, адолат билан ёзсин, яъни қарз миқдорини кўп ё оз қилмасдан, тўғри ёзсин...

...Котиблар қарзларнинг миқдори хоҳ кўп, хоҳ оз бўлса-да, то муайян вақтга қадар (олинганини) ёзиб қўйишдан малолланмасинлар. Мана шундай муомала қилишлар Худонинг наздида адолатдир, гувоҳлик бермоққа тўғридир. Буни ёзмоқларингиз, шак-шубҳа қилмасдан яқин (ишонч) ҳосил қилмоқларингиз (учун) зиёда фойдалидир...».

Қонунларимизда бу ҳақда...

Мустақилликка эришгач яратилган мустаҳкам ҳуқуқий асосларимизда ҳам бу ўз аксини топган. Уларнинг ҳар бирида қарз олишнинг шартлари, қоидалари, қайтарилиши ҳақида муфассал баён қилинади. Ўзбекистон Фуқаролик кодексининг 41-бобида қарз шартномаси, унинг шакли, қарз суммасини қайтариш мажбурияти, шартномани бузиш оқибатлари, қарз олувчи мажбуриятлари бажарилишини таъминлаш каби масалалар тартибга солинади.

Жумладан, 732-моддага кўра қарз шартномаси бўйича қарз берувчи олувчига пул ёки турга хос аломатлари билан белгиланган бошқа ашёларни мулк қилиб беради, қарз олувчи эса қарз берувчига бирйўла ёки бўлиб-бўлиб шунча суммадаги пулни ёки қарзга олинган ашёларнинг хили, сифати ва миқдорига баравар ашёларни қайтариб бериш мажбуриятини олади.

Қарз шартномаси пул ёки ашёлар топширилган пайтдан бошлаб тузилган ҳисобланади.

«Қарз шартномаси» жумласи тилга олинмоқда. Хўш, у қандай шароитда ва қай тартибда тузилади? Бу ҳақда кодекснинг 733-моддасида «Фуқаролар ўртасида қарз шартномаси, агар бу қарзнинг суммаси энг кам иш ҳақининг ўн бараваридан ортиқ бўлса, оддий ёзма шаклда тузилиши шарт, шартномадаги тарафлардан бири юридик шахс бўлганида эса суммасидан қатъи назар ёзма шаклда тузилиши шарт» деб аниқ ва лўнда қилиб ёзиб қўйилган. Аммо кўп ҳолларда одамнинг юзи иссиқ-да дея қонунга риоя қилишмайди. Фақат берилган пул қайтарилмагач ёки алданиб қолганини билгач, қонун эсга тушади. Ушбу кодекснинг 109-моддаси учинчи бандида кўрсатилишича, «қонунда ёки тарафларнинг келишувида тўғридан-тўғри кўрсатилган ҳолларда битимнинг оддий ёзма шаклига риоя қилмаслик унинг ҳақиқий эмаслигига олиб келади». «Юзи иссиқ» ҳисобланганлар билан низо чиққан тақдирда оддий ёзма шаклдаги битим тузмаганлигингиз сабабли анча-мунча оворагарчилик бошланади.

Бунинг олдини олиш учун қарз олувчи билан ёзма равишда шартнома тузиш керак. Фуқаролик кодексининг 733-моддасида «...қарз олувчининг тилхати ёки унга қарз берувчи томонидан муайян сумма ёки муайян миқдордаги ашёлар топширилганлигини тасдиқлайдиган бошқа ҳужжат мавжуд бўлса, қарз шартномаси ёзма шаклда тузилган ҳисобланади» дейилади.

Муқаддас китобларимизда ҳам, қонунларимизда ҳам бир хил мазмунда таъкидланаётган бу қоидаларга амал қилиш ҳар биримизнинг бурчимиздир. Ёрдам қўлини чўзиб, қарз бериш – яхши. Лекин масаланинг иккинчи томони ҳам бор: оддий қонунга риоя қилмаслик дўстлик, қариндошлик ришталарининг узилишига сабаб бўлиши мумкин.

Ҳадиси шарифда шундай дейилади: «Зиммасидаги қарзни тўлашга қодир одамнинг қарзни атайлаб тўламай юриши қарз берган одамга нисбатан зулмдур!». Дарҳақиқат, фирибгарликнинг бу турини касб қилиб олганлар ҳам учрайди. Шундайлардан сақланайлик...

Дилдора РАҲМОНОВА,
«Ishonch» мухбири

Нафсим менинг балодир...

Жамиятда шундай кишилар учрайдики, улар учун эл-юрт манфаатидан ўз чўнтагининг қаппайиши муҳимроқ. 2009 йил 19 февралда бўлимимиз ходимлари Юнусобод тумани 18-мавзе 1-уй ёнида ўтказган рейдда ана шундайлардан бирининг фаолиятига чек қўйилди.

«Тошиссиққувват» ишлаб чиқариш бирлашмаси слесари Баҳодир Акрамов бирлашмага тегишли 100 дона иссиқ сув ҳисоблагичларини 1400 АҚШ доллари ҳисобида У.Розиқовага сотаётган эди. Худди шу вақт етиб келган департамент ходимлари иссиқ сув ҳисоблагичларга тегишли ҳужжатларни сўрашди. Бироқ Б.Акрамовда бундай ҳужжатлар йўқлиги сабабли мумтишлашга мажбур бўлди. Натижада, 2.300.000 сўмлик иссиқ сув ҳисоблагичлари холислар иштирокида вақтинча сақлаш учун ашёвий далил сифатида олинди. Б.Акрамовнинг айтишига кўра, уч-тўрт кун олдин омбор мудири Дийдор Абдуҳамидов мазкур аппаратларни сотиш учун харидор топса, фойдадан унга ҳам улуш беришини айтган.

Мазкур ҳолат юзасидан Дийдор Абдуҳамидов ва Баҳодир Акрамовга нисбатан жиноят иши қўзғатилиб, суриштирув ҳаракатлари олиб борилмоқда.

Даврон ТЎЛАГАНОВ,
СВОЖ ва ЖДЛҚҚ департаменти Тошкент шаҳар Шайхонтоҳур туман бўлими катта суриштирувчиси

Ислоҳотлар изчиллиги

журнал саҳифаларида акс этган



«Демократлаштириш ва инсон ҳуқуқлари» журналининг 2009 йилдаги 1-сони бугунги куннинг долзарб масалалари атрофлича қамраб олингани билан эътиборни тортади.

Ғулом Мирзаевнинг «Қишлоқ тараққий топса, юртимиз обод, ҳаётимиз янада фаровон бўлади» мақоласида Президентимизнинг Ўзбекистон Республикаси Конституцияси қабул қилинганининг 16 йиллигига бағишланган тантанали маросимдаги маърузасидан келиб чиқадиган вазифалар мазмун-моҳияти ҳақида фикр юритилади. Н.Хаттобов, А.Бобоев, Т.Маматқобилов, Х.Хидиров ва С.Низомовларнинг мақолаларида нотариал фаолият, маҳалланинг фуқаролик жамиятида тутган ўрни, юртимиздаги сиёсий ислоҳотларнинг ўзига хослиги, жиноятга оид қонунчиликдаги ярашув институти ҳақида маълумотга эга бўласиз.

«Инсон ҳуқуқлари ва жамият» рукнидаги мақолаларда одам савдосига қарши курашиш, ҳуқуқий нигилизмнинг салбий жиҳатлари ҳамда экологик хавфсизлик масалалари ўз аксини топган.

Инсон ҳуқуқлари бўйича Ўзбекистон миллий марказининг ўтган йилги фаолияти ўқувчилар эътиборини тортса ажаб эмас. Жумладан, «Инсон қадр-қиммати ва адолат барчамиз учун» шиори остида қатор тадбирлар амалга оширилган.

Ижтимоий ҳимоя фуқаролик жамиятининг асосини ташкил этади. Шу нуқтаи назардан Ўзбекистон касаба уюшмалари Федерацияси раиси Дилбар Жаҳонгированинг «Аёлларнинг ҳуқуқ ва манфаатларини ҳимоялашда касаба уюшмаларининг ҳамкорлиги» мақоласи муҳим аҳамият қасб этади. Унда аёлларимизнинг жамиятдаги мавқеини ошириш борасида федерация амалга оширган ишлар таҳлил этилади.

Акмал Саидовнинг «Ўзбекча лутфли Шекспир» мақоласида эса Шекспирнинг асарларини аслиятдан таржима қилган Жамол Камолнинг юксак маҳорати ҳақида фикр юритилган. Ойбек Сирожовнинг глобаллашув ва минтақавий интеграция жараёнлари ҳақидаги мулоҳазалари ҳам сизни бефарқ қолдирмаслиги аниқ.

Т. АКМАЛОВ

Ishonch TV ДАСТУРИ

27 апрел — 3 май

Душанба

«O'zbekiston»

5.55 Кўрсатувлар дастури.
6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.00 «Иқлим».
7.05 ТВ - анонс.
7.10 ТелеТеатр: «Фармонбиби аразлади».
7.50 «Олтин мерос».
8.00 «Таҳлилнома».
8.40 «Довюрак самурай». Т/с.
9.20 - 10.20 «Маънавият» дастури.
10.20 «Изҳор».
«Болалар сайёраси»:
10.25 «Болалар дунёси».
10.45 «Тандир нон». М/ф.
10.55 «Сизнинг адвокатингиз».
11.00 «Ахборот».
11.10 «КиноТеатр».
11.35 Тошкент – 2200. «Кўҳна Тошкентим».
11.55 ТВ - анонс.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
12.50 «Иқлим».
12.55 Миллий кино: «Бахт қадри».
14.00 «Ахборот».
14.15 «Ватанпарвар».
14.55 ТВ - анонс.
15.00 «Олам ва одам» дастури: «Самовий археология».
15.50 «Саёҳатга марҳабо!»
16.15 «Бир кун».
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.10 ТВ - анонс.
17.15 «Ҳаёт ва қонун».
«Болалар сайёраси»:
17.35 «Эртаклар - яхшиликка етаклар».
17.55 «Сизнинг адвокатингиз».
18.00 «Олтин мерос».
18.05 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
18.40 «Очун».
18.50 «Юртим бўйлаб» дастури: «Нақшлар камалаги».
19.00 «Камолот остонаси».
19.20 «ТВ - шифокор».
19.25, 19.55, 20.55 Эълонлар.
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.00 ТВ - анонс.
20.05 «Адолат тарозиси». Т/с.
20.45 «Ватанимни куйлайман».
20.50 ТВ - анонс.
21.00 «Ахборот».
21.30 «Парламент вақти».
21.50 «Довюрак самурай». Т/с.
22.30 «Иқлим».
22.35 «Уч ранг: кўк». Б/ф. Премьера.
00.05 - 00.15 Тунги наволар.

«Yoshlar»

13.55 «Yoshlar» саломи».
14.00 «Камолот».
14.10 «Диёнат». В/ф.
14.45 «Хотира ва қадр».
14.50 «Бугундан эсдалик».
15.10 «Юртим юраги».
15.15 «Афсона ва ҳақиқат». Илмий-маърифий дастур.
15.30 «Шарқ дарвозаси».
15.35 «Илҳом қанотлари».
15.55 «Ўзбек адабиёти».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.35 «Сувни асранг!»
16.40 «Тошкентнома».
16.55 «Пойтахтим».
17.00 «Даврнинг боласи».
17.10 «Эртаклар оламида».
18.25 «Ўзбек адабиёти».
18.30 Қишлоқ тараққиёти ва фаровонлиги йили: «қишлоқдаги қадрдон».
18.40 «Тошкент - 2200».
18.50 «Ватан меҳри».
18.55 «Ардоқ».
19.00 «Давр».
19.30 «Баҳор таровати». Т/с.
20.20 «UzEX».
20.30 «Автопатруль».
20.50 «Навбатчи».
21.00 «Ўзбек адабиёти».
21.05 Қасамёд». Т/с.
21.55 «Онажон қишлоғим».
22.00 «Давр».
22.30 «Сўнмас юлдузлар».
22.50 «Ҳаёт-мамот». Т/с.
23.35 «Юрт тинчлиги».

«Toshkent»

17.50 Кўрсатувлар тартиби.
17.55 Мультфильм «Ака ука Гримлар» 3- қисм.
18.05 «Телекурьер - маркет».
18.20 «Тошкент-2200».
18.25 «Анонс».
18.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
18.50 «Анонс».
18.55 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
19.20 Бизнес – «Пойтахт».
19.25 «Мусиқа SMS».
19.45 «Анонс».
19.50 «Саломат бўлинг». /рус/.
20.00 «Пойтахт» ахборот дастури
20.20 Тошкент шаҳрининг 2200 йиллиги олдидан: «Тошкент ва тошкентликлар». Бевосита мулоқот.
21 00 «Милагрос». Телесериал.
21.25 «Анонс».
21.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
21.50 «Ўйларим».
21.55 «Жозиба».
22.15 «Аёл қалби».
22.30 «Телекурьер-маркет».
22.50- 00.40 Кино: «Қадрдон уй».

«Sport»

7.00 «Бодрое утро».
8.00 «Талқин». Информацион-таҳлилий кўрсатув.
8.35 «Малахов+».
9.30 «Версия». Информационно-аналитическая программа.
10.00 «Академия тенниса». Мультсериал.
10.25 «Вилоят спорти».
11.25 -13.00 ФУТБОЛ. УЕФА ЧЕМПИОНЛАР ЛИГАСИ. 1\4 финал. «БАВАРИЯ» - «БАРСЕЛОНА».
***
18.00 «Тет-а-тет».
18.10 «Умид ниҳоллари».
18.30 «Хабарлар» (рус тил)
18.50 Бел олиш кураши. Ўзбекистон биринчилиги.
19.10 «АЗИЯ ЛОТО».
19.50 ФУТБОЛ. ЎЗБЕКИСТОН ЧЕМПИОНАТИ. «НЕФТЧИ» - «ШЎРТАН».
21.30 «Хабарлар» (ўзб. тил)
21.50 От спорти. Жаҳон кубоги.
22.20 Интерфутбол.
23.55 «Тунингиз осуда бўлсин!»

TV - markaz

07.00 Узбек наволари
08.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
08.30 Узбек наволари
09.30 Сериал «Герои»
10.20 Узбек наволари
11.30 «Темный рыцарь» худ.фильм
13.20 Узбек наволари
14.30 «Премьера» (рус)
15.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
15.30 Мультфильм
17.00 Узбек наволари
17.30 «Кинокурьер»
18.00 Узбек наволари
18.30 Сериал «ЖАССИГА УХШАШИ ЙУК»
19.00 Узбек наволари
21.30 Сериал «ГЕРОИ»
22.20 Комедия по понедельникам: «СИМОНА» худ.фильм
00.30 Миксер

Первый

04.00, 08.05 Телеканал «Доброе утро»
08.00, 11.00, 14.00, 02.00 Новости
08.30 Малахов +
09.30 Модный приговор
10.25 Контрольная закупка
11.20 Сериал «Агент национальной безопасности»
12.20 «Детективы»
13.00 Другие новости
13.25 Понять. Простить
14.15 «Хочу знать»
14.50 «Давай поженимся!»
15.55 Федеральный судья
17.00 Вечерние новости
17.20 Сериал «След»
18.05 «Жди меня»
18.55 Сериал «Богатая и любимая»
20.00 «Время»
20.30 Сериал «Застава Жилина»
21.35 «Кристина Орбакайте. Дочка матери»
22.35 «Познер»
23.35 Ночные новости
23.55 Гении и злодеи
00.25, 02.05 Худ. фильм «Деловая девушка»
02.25 Комедия «Каникулы семьи Джонсон»

Россия

04.00 «Доброе утро, Россия!»
07.55 Х/ф «Большая перемена».
09.50 «Вести. Дежурная часть».
10.00 «Вести».
10.30 «Местное время. Вести - Москва».
10.50 М/ф «Пес в сапогах».
11.10 Х/ф «Большая перемена».
13.00 «Вести».
13.20 «Местное время. Вести - Москва».
13.40 Х/ф «Большая перемена».
15.30 «Кулагин и партнеры».
16.00 «Вести».
16.25 «Местное время. Вести - Московская область».
16.50 «Вести. Дежурная часть».
17.00 Т/с «Однажды будет любовь».
18.00 Т/с «Кармелита. Цыганская страсть».
19.00 «Вести».
19.30 «Местное время. Вести».
19.50 «Спокойной ночи, малыши!»
20.00 Т/с «Участковая».
21.50 «Мой серебряный шар. Татьяна Самойлова».
22.50 «Вести+».
23.10 Х/ф «Нулевой вариант».
00.45 Комедия «Филадельфийская история». (США).
02.35 «Комната смеха».
03.20 Т/с «Ха».
03.30 «Вести. Дежурная часть».
03.40 Дневник ЧМ по хоккею.

НТВ

05.00 «Сегодня утром».
08.00 «Квартирный вопрос».
09.00 «Сегодня».
09.25 «Чрезвычайное происшествие. Обзор за неделю».
10.00 «Следствие вели...»
11.00 «Суд присяжных».
12.00 «Сегодня».
12.35 Т/с «Возвращение Мухтара».
14.30 «Чрезвычайное происшествие».
15.00 «Сегодня».
15.30 Т/с «Час Волкова».
17.30 «Чрезвычайное происшествие».
18.00 «Сегодня».
18.40 Т/с «Опергруппа».
20.40 Т/с «УГРО 2. Шантаж».
21.40 «Ты не поверишь!»
22.00 «Сегодня».
22.25 Боевик «Эксперт». (США).
00.10 «Quattroruote».
00.45 Комедия «Безумная семейка». (Италия - Великобритания).
02.35 Х/ф «Поющий детектив». .
04.15 Т/с «Все включено».

ТВ3

08.00 М/ф.
09.00 М/с «Рорри-гоночная тачка».
09.30 М/с «Чуды-юды в лавке».
10.00 М/с «Шаман Кинг».
10.30 М/ф.
11.00 Т/с «Человек-невидимка», 25 с.
12.00 Т/с «Тюрьма особого назначения», 5 с.
13.00 Т/с «Приключения Индианы Джонса», 14 и 13 с.
17.00 Д/ф «Разрушители мифов».
17.50 «Упс!»
18.15 Т/с «Пси-фактор», 6 с.
19.10 Т/с «Вавилон 5», 59 с. (США).
20.05 Т/с «Человек-невидимка», 26 с.
21.00 Т/с «Моя любимая ведьма», 25 и 26 с.
22.00 Д/ф «Тайные знаки. Генерал-Предатель: 25 лет двойной игры».
23.00 Д/ф «Затерянные миры».
00.00 Х/ф «Восставший из ада 2». (Великобритания).
02.00 Т/с «Звездные врата», 59 с. (США - Канада).
03.00 Т/с «Пси-фактор», 6 с.

ДТV

08.00 М/ф.
09.00 М/с «Рорри-гоночная тачка».
09.30 М/с «Чуды-юды в лавке».
10.00 М/с «Шаман Кинг».
10.30 М/ф.
11.00 Т/с «Человек-невидимка», 25 с.
12.00 Т/с «Тюрьма особого назначения», 5 с.
13.00 Т/с «Приключения Индианы Джонса», 14 и 13 с.
17.00 Д/ф «Разрушители мифов».
17.50 «Упс!»
18.15 Т/с «Пси-фактор», 6 с.
19.10 Т/с «Вавилон 5», 59 с.
20.05 Т/с «Человек-невидимка», 26 с.
21.00 Т/с «Моя любимая ведьма», 25 и 26 с.
22.00 Д/ф «Тайные знаки. Генерал-Предатель: 25 лет двойной игры».
23.00 Д/ф «Затерянные миры».
00.00 Х/ф «Восставший из ада 2». (Великобритания).
02.00 Т/с «Звездные врата», 59 с. (США - Канада).
03.00 Т/с «Пси-фактор», 6 с.

СТС

07.00 М/с «Люди Икс».
07.55 М/с «Смешарики».
08.00 М/с «Приключения Вуди и его друзей».
08.30 Т/с «Папины дочки».
09.00 Т/с «Ранетки».
10.00 Истории в деталях.
10.30 Т/с «Папины дочки».
11.00 «Галилео».
12.00 Т/с «Моя прекрасная няня».
13.00 Т/с «Чемпион».
14.00 Т/с «Дом кувырком».
14.30 М/с «Все псы попадают в рай».
15.00 М/с «Новые приключения человека-паука».
15.30 М/с «Клуб «Винкс» - школа волшебниц».
16.00 М/с «Черный плащ».
16.30 Т/с «Ханна Монтана».
17.00 «Галилео».
18.00 Т/с «Папины дочки».
18.30 Т/с «Кадетство».
19.30 Т/с «6 кадров».
20.00 Т/с «Папины дочки».
21.00 Т/с «Ранетки».
22.00 Т/с «Кремлевские курсанты».
23.00 Х/ф «Данди по прозвищу «Крокодил». (Австралия).
00.50 Т/с «6 кадров».
01.00 Истории в деталях.
01.30 «Кино в деталях».
02.30 Х/ф «Ярость Кэрри 2». (США).
04.30 Т/с «Тайны Смолвиля».
06.10 Музыка.

Домашний

06.30 М/с «Приключения карманных дракончиков».
07.00 Домашние сказки.
07.30 М/с: «Вуфи», «Зверята».
08.00 Домашняя энциклопедия.
08.30 Мировые бабушки.
09.00 «Дела семейные».
10.00 «Скажи, что не так?!»
11.00 «В мире животных».
12.00 Домашняя энциклопедия.
12.30 Мировые бабушки.
13.00 Мелодрама «Алые паруса».
14.45 Цветочные истории.
15.00 Т/с «Не родись красивой».
16.00 «Дела семейные».
17.00 «Скажи, что не так?!»
18.00 Т/с «Кто в доме хозяин?»
18.30 Т/с «Во имя любви». (Бразилия).
19.30 Т/с «Отчаянные домохозяйки». (США).
20.30 Мать и дочь.
21.00 Т/с «Не родись красивой».
22.00 Т/с «Она написала убийство». «За запертой дверью». (США).
23.00 Т/с «Моя жена меня приворожила». (США).
23.30 Комедия «Гениальная идея».
01.10 Мать и дочь.
01.40 Т/с «Во имя любви». (Бразилия).
02.40 Т/с «Наперекор судьбе». (Мексика).
03.30 Т/с «Белиссима». (Бразилия).
04.20 Т/с «Ты - моя жизнь». (Аргентина).
05.05 Т/с «Молодые и дерзкие». (США).
05.45 Музыка.

Сешанба

«O'zbekiston»

5.55 Кўрсатувлар дастури.
6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.00 «Иқлим».
7.05 ТВ - анонс.
7.10 ТелеТеатр: «Фармонбиби аразлади».
7.50 «Рақснинг сеҳрли олами».
8.00 «Ахборот».
8.35 «Довюрак самурай». Т/с.
9.15 «Изҳор».
9.20 - 10.20 «Маънавият» дастури.
10.20 «Очун».
10.30 Жиззах вилоят телерадиокомпанияси намойиш этади:
1. «Тоғ навоси».
2. «Бахмал олмаси».
10.50 ТВ - анонс.
10.55 «Сизнинг адвокатингиз».
11.00 «Ахборот».
11.10 «ТВ - шифокор».
11.15 «Адолат тарозиси». Т/с.
11.50 «Ахборот». /инглиз/.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
12.50 «Иқлим».
12.55 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
13.30 ТВ - анонс.
«Болалар сайёраси»:
13.35 «Андерсен эртаклари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.15 ТВ - анонс.
14.20 «Ойдин ҳаёт». Ток-шоу.
15.05 «Олам ва одам» дастури: «Ой».
16.00 «Тезкор хабарлар».
16.15 ТВ - анонс.
16.20 «Эзгулик».
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.10 ТВ - анонс.
17.15 «Ҳудудлар ҳаёти».
«Болалар сайёраси»:
17.35 «Эртаклар - яхшиликка етаклар».
17.55 «ТВ - бизнес хабарлари».
18.00 «Олтин мерос».
18.05 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
18.35 ТВ - анонс.
18.40 «Юртим бўйлаб» дастури: «Ўзбек таомлари».
19.00 «Навоийни англаш».
19.20 «ТВ - шифокор».
19.25, 19.55, 20.55 Эълонлар.
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.00 ТВ - анонс.
20.05 «Адолат тарозиси». Т/с.
20.45 «Ватанимни куйлайман».
20.50 ТВ - анонс.
21.00 «Ахборот».
21.30 «Мурувват».
21.50 «Довюрак самурай». Т/с.
22.30 «Иқлим».
22.35 «Уч ранг: оқ». Б/ф.
00.05 - 00.15 Тунги наволар

«Yoshlar»

6.55 «Yoshlar» саломи».
7.00 «Ёшлар майдони».
7.30 «Ўзбек адабиёти».
7.35 «Мультипанорама».
7.45 «Хотира ва қадр».
7.50 «Ўзбегим».
8.10 Миллий сериал: «Зебузар».
8.55 «Ватан меҳри».
9.00 «Даврнинг боласи».
9.10 «Кувноқ дўмбоқчалар».
9.20 «Келажак эгалари».
9.30 «Тошкент таронаси».
9.35 «Автопатруль».
9.55 «UzEX».
10.00 «Давр».
10.10 «Баҳор таровати». Т/с.
10.50 «Афсона ва ҳақиқат». Илмий-маърифий дастур.
11.40 «Эверест».
12.10 «Ғолиб». Т/с.
12.50 «UzEX».
13.00 «Давр».
13.10 «Бешик».
13.30 Қасамёд». Т/с.
14.15 «Улуғ неъмат».
14.20 «Ватанпарвар».
15.00 «Ёшлар майдони».
15.30 «Ўзбек адабиёти».
15.35 «Илҳом қанотлари».
15.55 «Юртим юраги».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.35 «Олтин тупроқ».
16.40 Ёшлар гиёҳвандликка қарши: «Зулмат аро».
16.55 «Тошкент - 2200».
17.00 «Даврнинг боласи».
17.10 «Эртаклар оламида».
18.20 «Ёшлар ва таълим».
18.30 «Қишлоқ тараққиёти».
18.45 «Ватан меҳри».
18.55 «Ардоқ».
19.00 «Давр».
19.30 «Баҳор таровати». Т/с.
20.20 «UzEX».
20.30 «Футбол-2009».
21.00 «Ўзбек адабиёти».
21.05 «Қасамёд». Т/с.
21.55 «Онажон қишлоғим».
22.00 «Давр».
22.30 «Уйимдаги фаришта».
22.50 «Ҳаёт-мамот». Т/с.
23.35 «Юрт тинчлиги».

«Toshkent»

17.50 Кўрсатувлар тартиби.
17.55 Мультфильм: «Ака ука Гримлар». 4-қисм».
18.05 «Телекурьер- маркет».
18.20 «Тошкент-2200».
18.25 «Анонс».
18.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
18.50 «Анонс».
18.55 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
19.20 Бизнес- «Пойтахт».
19.25 «Мусиқа SMS».
19.45 «Анонс».
19.50 «Иқтисод-ревью». /Рус/.
20.00 «Пойтахт» ахборот дастури /рус/.
20.20 «Тошкент-2200».
20.25 Тошкент шаҳрининг 2200 йиллиги олдидан: «Менинг маҳаллам».
20.45 «Репортаж».
20.55 «Анонс».
21.00 «Милагрос». Телесериал. /рус/.
21.25 «Анонс».
21.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
21.50 «Ўйларим».
21.55 «Жозиба».
22.15 «O'zbektelefilm» намойиш этади: «Она замин инъомлари»: /Премьера/.
22.30 «Телекурьер - маркет».
22.50- 00.25 Кино: «Виждон»

«Sport»

7.00 «Бодрое утро».
7.50 «Тет-а-тет».
8.00 «Хабарлар» (рус тил)
8.20 «Малахов +».
9.05 «Академия тенниса». Мультсериал.
9.30 «Хабарлар» (ўзб тил)
9.50 ФУТБОЛ. УЕФА ЧЕМПИОНЛАР ЛИГАСИ. 1\4.ФИНАЛ. «АРСЕНАЛ» - «ВИЛЬЯРРЕАЛ».
11.30-13.10 ФУТБОЛ. УЕФА ЧЕМПИОНЛАР ЛИГАСИ. 1\4.финал. «ЧЕЛСИ» - «ЛИВЕРПУЛЬ».
***
18.00 «Тет-а-тет».
18.10 «Спорт - менинг ҳаётим».
18.30 «Хабарлар» (рус тил)
18.50 «Футбол мундиал».
19.10 Бел олиш кураши. Ўзбекистон биринчилиги.
19.45 От спорти. Жаҳон кубоги.
20.15 «Формула-1». Саралаш мусобақаси.
21.00 «Футбол шарҳи».
21.30 «Хабарлар» (узб. тил)
21.50 «Галаба муқаррар». Бадиий фильм.
23.40 ФУТБОЛ. УЕФА ЧЕМПИОНЛАР ЛИГАСИ. ЯРИМ. ФИНАЛ. «БАРСЕЛОНА» - «ЧЕЛСИ». Тўғридан-тўғри олиб кўрсатилади.
01.40 «Тунингиз осуда бўлсин!»

TV - markaz

07.00 Узбек наволари
08.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
08.30 Узбек наволари
09.30 Сериал «Герои»
10.20 Узбек наволари
11.30 «Симона» худ.фильм
13.35 Узбек наволари
14.30 «Jannat Makon»
15.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
15.30 Мультфильм
17.00 «Baby Terra Landiya»
17.30 Премьера (узб)
18.00 Узбек наволари
18.30 Сериал «ЖАССИГА УХШАШИ ЙУК»
19.00 Узбек наволари
21.30 Сериал «ГЕРОИ»
22.20 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА» худ. фильм
00.30 Миксер

Первый

04.00, 08.05 Телеканал «Доброе утро»
08.00, 11.00, 14.00, 02.00 Новости
08.30 Малахов +
09.30 Модный приговор
10.25 Контрольная закупка
11.20 Сериал «Агент национальной безопасности»
12.20 «Детективы»
13.00 Другие новости
13.25 Понять. Простить
14.15 «Хочу знать»
14.50 «Давай поженимся!»
15.55 Федеральный судья
17.00 Вечерние новости
17.20 Сериал «След»
18.05 «Пусть говорят»
18.55 Сериал «Богатая и любимая»
20.00 «Время»
20.30 Сериал «Застава Жилина»
21.35 Судите сами с Максимом Шевченко
22.30 Ночные новости
22.45 Худ. фильм «Отрыв»
00.20, 02.05 Худ. фильм «Умереть молодым»
02.20 Худ. фильм «Скажи что-нибудь»

Россия

04.00 «Доброе утро, Россия!»
07.55 «Эдита Пьеха».
08.50 Т/с «Улицы разбитых фонарей».
09.50 «Вести. Дежурная часть».
10.00 «Вести».
10.25 «Местное время. Вести - Москва».
10.45 М/ф «Возвращение блудного попугая».
10.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей».
12.00 Т/с «Гонка за счастьем».
13.00 «Вести».
13.20 «Местное время. Вести - Москва».
13.40 Т/с «Марш Турецкого».
14.35 «Суд идет».
15.30 «Кулагин и партнеры».
16.00 «Вести».
16.25 «Местное время. Вести - Московская область».
16.50 «Вести. Дежурная часть».
17.00 Т/с «Однажды будет любовь».
18.00 Т/с «Кармелита. Цыганская страсть».
19.00 «Вести».
19.30 «Местное время. Вести».
19.50 «Спокойной ночи, малыши!»
20.00 Т/с «Участковая».
21.50 «Русский крест».
23.25 «Вести+».
23.45 Х/ф «Клошар». (США).
01.40 Т/с «Ангелы в Америке». (США).
02.30 «Эдита Пьеха».
03.15 «Городок».
03.40 Дневник ЧМ по хоккею.

НТВ

05.00 «Сегодня утром».
08.00 «Кулинарный поединок».
09.00 «Сегодня».
09.20 «Чистосердечное признание».
10.00 Т/с «Золотые парни».
11.00 «Суд присяжных».
12.00 «Сегодня».
12.35 Т/с «Возвращение Мухтара».
14.30 «Чрезвычайное происшествие».
15.00 «Сегодня».
15.30 Т/с «Час Волкова».
17.30 «Чрезвычайное происшествие».
18.00 «Сегодня».
18.40 Т/с «Опергруппа».
20.40 Т/с «УГРО 2. Шантаж».
21.40 «Ты не поверишь!»
22.00 «Сегодня».
22.25 Комедия «Бумеранг». (США).
00.25 «Главная дорога».
01.00 «Суд присяжных».
02.10 Х/ф «Как в старом детективе».
04.15 Т/с «Все включено».

ТВ3

Вторник, 28 апреля
08.00 М/ф.
09.00 М/с «Рорри-гоночная тачка».
09.30 М/с «Чуды-юды в лавке».
10.00 М/с «Шаман Кинг».
10.30 М/ф.
11.00 Т/с «Человек-невидимка», 26 с.
12.00 Т/с «Тюрьма особого назначения», 6 с.
13.00 Д/ф «Тайные знаки. Генерал-Предатель: 25 лет двойной игры».
14.00 Мистика звезд.
15.00 Т/с «Моя любимая ведьма», 25 и 26 с.
16.00 Д/ф «Затерянные миры».
17.00 Д/ф «Разрушители мифов».
17.50 «Упс!»
18.15 Т/с «Пси-фактор», 7 с.
19.10 Т/с «Вавилон 5», 60 с. (США).
20.05 Т/с «Человек-невидимка», 27 с.
21.00 Т/с «Моя любимая ведьма», 26 и 27 с.
22.00 Д/ф «Тайные знаки. Свадьба - начало брака или конец любви».
23.00 Д/ф «Затерянные миры».
00.00 Х/ф «Музей восковых фигур». (США).
02.00 Т/с «Звездные врата», 60 с. (США - Канада).
03.00 Познавательно - Покер.
04.00 Т/с «Тюрьма особого назначения», 6 с.
05.00 Х/ф «Восставший из ада 2». (Великобритания).
07.00 Relaks.

ДТV

08.00,04.00 «Клуб детективов».
08.55 «Музыка на ДТВ».
09.00 М/ф.
10.30 «Тысяча мелочей».
11.00,16.00,23.00 Т/с «Вне закона».
11.30,18.00 Т/с «Морская полиция: Спецотдел».
12.30 Комедия «Выкуп».
14.30,21.30 Т/с «Смешнее, чем кролики».
15.00,19.00 «Судебные страсти».
16.30,20.00,23.30 Т/с «Безмолвный свидетель 3».
17.00,01.00 Т/с «Закон и порядок. Специальный корпус».
20.30,00.00 Т/с «Слепой 2».
22.00,22.30 «Брачное чтиво».
02.00 Т/с «Голые приколы».
02.30 «Карданный вал +».
03.00 Т/с «Мертвая зона».
06.00 Т/с «Лас-Вегас».
07.00 Т/с «Агентство Алиби».

СТС

07.00 М/с «Люди Икс».
07.55 М/с «Смешарики».
08.00 М/с «Приключения Вуди и его друзей».
08.30 Т/с «Папины дочки».
09.00 Т/с «Ранетки».
10.00 Истории в деталях.
10.30 Т/с «Папины дочки».
11.00 Т/с «Кремлевские курсанты».
12.00 Т/с «Моя прекрасная няня».
13.00 Т/с «Чемпион».
14.00 Т/с «Дом кувырком».
14.30 М/с «Все псы попадают в рай».
15.00 М/с «Новые приключения человека-паука».
15.30 М/с «Клуб «Винкс» - школа волшебниц».
16.00 М/с «Черный плащ».
16.30 Т/с «Ханна Монтана».
17.00 «Галилео».
18.00 Т/с «Папины дочки».
18.30 Т/с «Кадетство».
19.30 Т/с «6 кадров».
20.00 Т/с «Папины дочки».
21.00 Т/с «Ранетки».
22.00 Т/с «Кремлевские курсанты».
23.00 Х/ф «Крокодил Данди 2». (США - Австралия).
01.00 Истории в деталях.
01.30 «Песня дня».
02.00 Х/ф «Выход в свет». (США).
03.25 Т/с «Тайны Смолвиля».
05.10 Т/с «Тайны Смолвиля».
05.55 Т/с «Джинн дома».

Домашний

06.30 М/с «Приключения карманных дракончиков».
07.00 Домашние сказки.
07.30 М/с: «Вуфи», «Зверята».
08.00 Домашняя энциклопедия.
08.30 ИноСтранная кухня.
09.00 «Дела семейные».
10.00 «Скажи, что не так?!»
11.00 Т/с «Сильное лекарство». (США).
12.00 Домашняя энциклопедия.
12.30 ИноСтранная кухня.
13.00 Комедия «Гениальная идея».
14.45 Цветочные истории.
15.00 Т/с «Не родись красивой».
16.00 «Дела семейные».
17.00 «Скажи, что не так?!»
18.00 Т/с «Кто в доме хозяин?»
18.30 Т/с «Во имя любви». (Бразилия).
19.30 Т/с «Отчаянные домохозяйки». (США).
20.30 Женская форма.
21.00 Т/с «Не родись красивой».
22.00 Т/с «Она написала убийство». «Убийство среди друзей». (США).
23.00 Т/с «Моя жена меня приворожила». (США).
23.30 Мелодрама «Милый друг давно забытых лет...»
01.25 Т/с «Во имя любви». (Бразилия).
02.25 Т/с «Наперекор судьбе». (Мексика).
03.15 Т/с «Белиссима». (Бразилия).
04.00 Т/с «Ты - моя жизнь». (Аргентина).
04.45 Т/с «Молодые и дерзкие». (США).
05.25 Музыка.

Чоршанба

«O'zbekiston»

5.55 Кўрсатувлар дастури.
6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.00 «Иқлим».
7.05 ТВ - анонс.
7.10 ТелеТеатр: «Фармонбиби аразлади»,
7.50 «Олтин мерос».
8.00 «Ахборот».
8.30 ТВ - анонс.
8.35 «Довюрак самурай». Т/с.
9.15 «Изҳор».
9.20 - 10.20 «Маънавият» дастури.
10.20 «Ҳудудлар ҳаёти».
10.40 «Ягона оилада».
11.00 «Ахборот».
11.10 «ТВ - шифокор».
11.15 «Адолат тарозиси». Т/с.
11.50 ТВ - анонс.
11.55 «Эски альбом».
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
12.50 «Иқлим».
12.55 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
13.25 «Ҳаёт манзаралари».
«Болалар сайёраси»:
13.35 «Андерсен эртаклари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.15 ТВ - анонс.
14.20 «Рангин дунё».
14.40 «Эркин иқтисодиёт».
15.00 ТВ - анонс.
15.05 «Олам ва одам» дастури: «Қуёш».
15.55 «Одамлардан бири».
16.15 ТВ - анонс.
16.20 «Буюк аждодларимиз». Фаробий.
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.10 ТВ - анонс.
17.15 «Таълимга эътибор - келажакка эътибор».
«Болалар сайёраси»:
17.35 «Эртаклар - яхшиликка етаклар».
17.55 «Сизнинг адвокатингиз».
18.00 «Олтин мерос».
18.05 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
18.35 ТВ - анонс.
18.40 «Юртим бўйлаб» дастури: «Бухоро ҳунармандлари».
18.50 «Очун».
19.00 «Тараққиёт сари».
19.20 «ТВ - шифокор».
19.25, 19.55, 20.55 Эълонлар.
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.00 ТВ - анонс.
20.05 «Адолат тарозиси». Т/с.
20.45 «Ватанимни куйлайман».
20.50 ТВ - анонс.
21.00 «Ахборот».
21.30 «Бир ўлка-ки...»
21.50 «Довюрак самурай». Т/с.
22.30 «Иқлим».
22.35 «Уч ранг: қизил». Б/ф. 3-қисм.
00.10 – 00.15 Тунги наволар.

«Yoshlar»

6.55 «Yoshlar» саломи».
7.00 «Ёшлар майдони».
7.30 «Ўзбек адабиёти».
7.35 «Мультипанорама».
7.45 «Ардоқ».
7.50 «Ўзбегим».
8.10 Миллий сериал: «Зебузар».
8.55 «Ватан меҳри».
9.00 «Даврнинг боласи».
9.10 «Қувноқ дўмбоқчалар».
9.20 Қишлоқ тараққиёти ва фаровонлиги йили: «қишлоқ ва таълим».
9.30 «Онажон Тошкентим».
9.35 «Соғлик – бойлик».
9.55 «UzEX».
10.00 «Давр».
10.10 «Баҳор таровати». Т/с.
10.50 «Афсона ва ҳақиқат». Илмий-маърифий дастур.
11.40 «Мўйқалам сеҳри».
12.10 «Ғолиб». Т/с.
12.50 «UzEX».
13.00 «Давр».
13.10 «Рақслар гулдастаси».
13.30 «Қасамёд». Т/с.
14.15 «Хотира ва қадр».
14.20 «Тошкент таронаси».
14.30 «Футбол-2009».
15.00 «Ёшлар майдони».
15.30 «Юртим юраги».
15.35 «Илҳом қанотлари».
15.55 «Ўзбек адабиёти».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.40 «Умр баҳори».
17.00 «Даврнинг боласи».
17.10 «Эртаклар оламида».
18.30 «Қувноқ ўрмонча».
18.40 «Келажак эгалари».
18.50 «Ватан меҳри».
18.55 «Ардоқ».
19.00 «Давр».
19.30 «Баҳор таровати». Т/с.
20.20 «UzEX».
20.30 «Автопатруль».
20.50 «қишлоқдаги қадрдон».
21.00 «Ўзбек адабиёти».
21.05 «Қасамёд». Т/с.
21.55 «Онажон қишлоғим».
22.00 «Давр».
22.30 «Сўнмас юлдузлар».
22.50 «Ҳаёт-мамот». Т/с.
23.35 «Юрт тинчлиги».

«Toshkent»

7.20 Кўрсатувлар тартиби.
7 25 «Салом, Тошкент!» Кўнгилочар, информацион-мусиқий дастур.
8.25 Бизнес - «Пойтахт».
8.35». Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
9.00 «Телекурьер-маркет».
9.15 «Анонс».
9.20 «Саломат бўлинг». / рус/.
9.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
9.40 «Тошкентда латифа».
9.45 «Репортаж».
9.55 «Ўйларим».
10.00 «Мусиқа SMS».
10.20 «Анонс».
10.25 «Тошкент-2200».
10.30 «Пойтахт» ахборот дастури. /рус/.
10.40 «Милагрос». Телесериал. /рус/.
11.10 «Тошкент-2200».
11.15 «Анонс».
11.20 -12.55 Кино: «Виждон».

***

17.50 «Кўрсатувлар тартиби».
17.55 Мультфильм: «Ака-ука Гримлар». 5- қисм.
18.05 «Телекурьер- маркет».
18.20 «Тошкент-2200».
18.25 «Анонс».
18.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
18.50 «Анонс».
18.55 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
19.20 Бизнес - «Пойтахт».
19.25 «Мусиқа SMS».
19.45 «Анонс».
19.50 «Дурдона».
20.00 «Пойтахт» ахборот дастури /рус/.
20.20 «Тошкент-2200».
20.25 «Менинг шаҳрим».
20.45 «Интервью».
20.55 «Анонс».
21.00 «Милагрос». Телесериал. /рус/.
21.25 «Анонс».
21.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
21.50 «Ўйларим».
21.55 «Жозиба».
22.15 «Эртамиз эгалари».
22.30 «Телекурьер-маркет».
22.50- 00.20 Кино: «Келиннинг отаси».

«Sport»

7.00 «Бодрое утро».
7.50 «Тет-а-тет».
8.00 «Хабарлар» (рус тил)
8.20 «Малахов +».
9.05 «Академия тенниса». Мультсериал.
9.30 «Хабарлар» (ўзб тил)
9.50 «Футбол шарҳи».
10.20 -12.00 ФУТБОЛ. УЕФА ЧЕМПИОНЛАР ЛИГАСИ. 1\4 финал. «ПОРТУ» - «МАНЧЕСТЕР ЮНАЙТЕД».

***

17.55 ФУТБОЛ. ҲЗБЕКИСТОН ЧЕМПИОНАТИ. «ПАХТАКОР» - «НАСАФ». Тўғридан-тўғри олиб кўрсатилади. Танаффусда «Хабарлар» (рус тил)
19.50 «Спортлото».
20.00 «Спортимиз маликалари».
20.15 От спорти. Жаҳон кубоги.
20.45 «Формула-1».
21.30 «Хабарлар» (ўзб. тил)
21.50 «Ринга қайтиш». Бадиий фильм.
23.40 ФУТБОЛ. УЕФА ЧЕМПИОНЛАР ЛИГАСИ. ЯРИМ. ФИНАЛ. «МАНЧЕСТЕР ЮНАЙТЕД» - «АРСЕНАЛ». Тўғридан-тўғри олиб кўрсатилади.
01.40 «Тунингиз осуда бўлсин!»

TV - markaz

07.00 Узбек наволари
08.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
08.30 Узбек наволари
09.30 Сериал «Герои»
10.20 Узбек наволари
11.30 «Тристан и Изольда» худ. фильм
13.35 Узбек наволари
14.30 «Кинокурьер»
15.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
15.30 Мультфильм
17.00 Узбек наволари
18.30 Сериал «ЖАССИГА УХШАШИ ЙУК»
19.00 Узбек наволари
20.30 «M-Files»
21.00 Узбек наволари
21.30 Сериал «ГЕРОИ»
22.20 Киноколлекция: «ПОЛЕТ НАД ГНЕЗДОМ КУКУШКИ» худ.-фильм
00.50 Миксер

Первый

04.00, 08.05 Телеканал «Доброе утро»
08.00, 11.00, 14.00, 02.00 Новости
08.30 Малахов +
09.30 Модный приговор
10.25 Контрольная закупка
11.15 Сериал «Агент национальной безопасности»
12.20 «Детективы»
13.00 Другие новости
13.25 Понять. Простить
14.15 «Хочу знать»
14.50 «Давай поженимся!»
15.55 Федеральный судья
17.00 Вечерние новости
17.20 Сериал «След»
18.05 «Пусть говорят»
18.55 Сериал «Богатая и любимая»
20.00 «Время»
20.30 Сериал «Застава Жилина»
21.35 «Человек и закон»
22.35 Ночные новости
22.55 Худ. фильм «Осада»
00.55, 02.05 Худ. фильм «На самом дне»
02.40 Сериал «Внезапная удача»

Россия

04.00 «Доброе утро, Россия!»
07.55 «Парни из нашего «Городка».
08.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей».
10.00 «Вести».
10.25 «Местное время. Вести - Москва».
10.45 М/ф «Возвращение блудного попугая».
10.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей».
12.00 Т/с «Гонка за счастьем».
13.00 «Вести».
13.20 «Местное время. Вести - Москва».
13.40 Т/с «Марш Турецкого».
14.35 «Суд идет».
15.30 «Кулагин и партнеры».
16.00 «Вести».
16.25 «Местное время. Вести - Московская область».
16.50 «Вести. Дежурная часть».
17.00 Т/с «Однажды будет любовь».
18.00 Т/с «Кармелита. Цыганская страсть».
19.00 «Вести».
19.30 «Местное время. Вести».
19.50 «Спокойной ночи, малыши!»
20.00 Т/с «Участковая».
21.50 «Исторические хроники». «1974. Банионис».
22.50 «Вести+».
23.10 Комедия «Игра на миллионы».
01.00 «Горячая десятка».
01.55 Т/с «Ангелы в Америке». (США).
02.40 «Парни из нашего «Городка».
03.30 «Вести. Дежурная часть».
03.40 Дневник ЧМ по хоккею.

НТВ

05.00 «Сегодня утром».
08.00 «Дачный ответ».
09.00 «Сегодня».
09.20 «Особо опасен!»
10.00 Т/с «Золотые парни».
11.00 «Суд присяжных».
12.00 «Сегодня».
12.35 Т/с «Возвращение Мухтара».
14.30 «Чрезвычайное происшествие».
15.00 «Сегодня».
15.30 Т/с «Час Волкова».
17.30 «Чрезвычайное происшествие».
18.00 «Сегодня».
18.40 Т/с «Опергруппа».
20.40 Т/с «УГРО 2. Шантаж».
22.00 «Сегодня».
22.20 Т/с «УГРО 2. Шантаж».
23.00 Х/ф «Нирвана».
00.50 Х/ф «Дом с привидениями». (США).
02.20 Т/с «Как в старом детективе».
04.15 Т/с «Все включено».

ТВ3

08.00 М/ф.
09.00 М/с «Рорри-гоночная тачка».
09.30 М/с «Чуды-юды в лавке».
10.00 М/с «Шаман Кинг».
10.30 М/ф.
11.00 Т/с «Человек-невидимка», 27 с.
12.00 Т/с «Тюрьма особого назначения», 7 с.
13.00 Д/ф «Тайные знаки. Свадьба - начало брака или конец любви».
14.00 Мистика звезд.
15.00 Т/с «Моя любимая ведьма», 26 и 27 с.
16.00 Д/ф «Затерянные миры».
17.00 Д/ф «Разрушители мифов».
17.50 «Упс!»
18.15 Т/с «Пси-фактор», 8 с.
19.10 Т/с «Вавилон 5», 61 с. (США).
20.05 Т/с «Человек-невидимка», 28 с.
21.00 Т/с «Моя любимая ведьма», 27 и 28 с.
22.00 Д/ф «Тайные знаки. Оживление людей - это не фантастика».
23.00 Д/ф «Затерянные миры».
00.00 Х/ф «Когтистый: Легенда о снежном человеке». (США).
02.00 Т/с «Звездные врата», 61 с. (США - Канада).
03.00 Познавательно - Покер.
04.00 Т/с «Тюрьма особого назначения», 7 с.
05.00 Х/ф «Музей восковых фигур». (США).
07.00 Relaks.

ДТV

08.00,04.00 «Клуб детективов».
08.55 «Музыка на ДТВ».
09.00 М/ф.
10.30 «Тысяча мелочей».
11.00,16.00,23.00 Т/с «Вне закона».
11.30,18.00 Т/с «Морская полиция: Спецотдел».
12.30 Детектив «Ночной патруль».
14.30,21.30 Т/с «Смешнее, чем кролики».
15.00,19.00 «Судебные страсти».
16.30,20.00,23.30 Т/с «Безмолвный свидетель 3».
17.00,01.00 Т/с «Закон и порядок. Специальный корпус».
20.30,00.00 Т/с «Слепой 2».
22.00,22.30 «Брачное чтиво».
02.00 Т/с «Голые приколы».
02.30 «Карданный вал +».
03.00 Т/с «Мертвая зона».
06.00 Т/с «Лас-Вегас».
07.00 Т/с «Агентство Алиби».

СТС

07.00 М/с «Люди Икс».
07.55 М/с «Смешарики».
08.00 М/с «Приключения Вуди и его друзей».
08.30 Т/с «Папины дочки».
09.00 Т/с «Ранетки».
10.00 Истории в деталях.
10.30 Т/с «Папины дочки».
11.00 Т/с «Кремлевские курсанты».
12.00 Т/с «Моя прекрасная няня».
13.00 Т/с «Чемпион».
14.00 Т/с «Дом кувырком».
14.30 М/с «Все псы попадают в рай».
15.00 М/с «Новые приключения человека-паука».
15.30 М/с «Клуб «Винкс» - школа волшебниц».
16.00 М/с «Черный плащ».
16.30 Т/с «Ханна Монтана».
17.00 «Галилео».
18.00 Т/с «Папины дочки».
18.30 Т/с «Кадетство».
19.30 Т/с «6 кадров».
20.00 Т/с «Папины дочки».
21.00 Т/с «Ранетки».
22.00 Т/с «Кремлевские курсанты».
23.00 Х/ф «Перекрестки миров». (США).
00.45 Т/с «6 кадров».
01.00 Истории в деталях.
01.30 «Песня дня».
02.00 Х/ф «Энни с Клондайка». (США).
03.30 Т/с «Тайны Смолвиля».
05.15 Т/с «Тайны Смолвиля».
06.00 Музыка.

Домашний

06.30 М/с «Приключения карманных дракончиков».
07.00 Домашние сказки.
07.30 М/с: «Вуфи», «Зверята».
08.00 Домашняя энциклопедия.
08.30 Спросите повара.
09.00 «Дела семейные».
10.00 «Скажи, что не так?!»
11.00 Т/с «Сильное лекарство». (США).
12.00 Домашняя энциклопедия.
12.30 Спросите повара.
13.00 Мелодрама «Милый друг давно забытых лет...»
15.00 Т/с «Не родись красивой».
16.00 «Дела семейные».
17.00 «Скажи, что не так?!»
18.00 Т/с «Кто в доме хозяин?»
18.30 Т/с «Во имя любви». (Бразилия).
19.30 Т/с «Отчаянные домохозяйки». (США).
20.30 «Городское путешествие».
21.00 Т/с «Не родись красивой».
22.00 Т/с «Она написала убийство». «Темные дела в кукольном городке». (США).
23.00 Т/с «Моя жена меня приворожила». (США).
23.30 Драма «Воровка».
01.25 Т/с «Во имя любви». (Бразилия).
02.25 Т/с «Наперекор судьбе». (Мексика).
03.15 Т/с «Белиссима». (Бразилия).
04.05 Т/с «Ты - моя жизнь». (Аргентина).
04.50 Т/с «Молодые и дерзкие». (США).
05.30 Музыка.

Пайшанба

«O'zbekiston»

5.55 Кўрсатувлар дастури.
6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.00 «Иқлим».
7.05 ТВ - анонс.
7.10 ТелеТеатр: «Алла».
7.55 «Олтин мерос».
8.00 «Ахборот».
8.30 ТВ - анонс.
8.35 «Довюрак самурай». Т/с.
9.15 «Изҳор».
9.20 - 10.20 «Маънавият» дастури.
«Болалар сайёраси»:
10.20 «Цирк, цирк, цирк».
10.35 «Мулкдор».
10.55 «Сизнинг адвокатингиз».
11.00 «Ахборот».
11.10 «ТВ - шифокор».
11.15 «Адолат тарозиси». Т/с.
11.50 «Ахборот». /инглиз/.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
12.50 «Иқлим».
12.55 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
13.25 «Очун».
«Болалар сайёраси»:
13.35 «Андерсен эртаклари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.15 ТВ - анонс.
14.20 «Бир ўлка-ки...»
14.40 «Тараққиёт ва фаравонлик сари».
15.00 ТВ - анонс.
15.05 «Олам ва одам» дастури: «Коинот бўйлаб саёҳат». 1-қисм.
15.50 «Минг бир ривоят».
15.55 «Оҳанрабо».
16.35 ТВ - анонс.
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.10 ТВ - анонс.
17.15 «Юрт меҳри».
«Болалар сайёраси»:
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».
17.55 ТВ - анонс.
18.00 «Олтин мерос».
18.05 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
18.35 «Аёл бахти».
19.00 Тошкент - 2200. «Тарих кўзгуси».
19.20 «ТВ - шифокор».
19.25, 19.55, 20.55 Эълонлар.
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.00 ТВ - анонс.
20.05 «Адолат тарозиси». Т/с.
20.45 «Соз сеҳри».
21.00 «Ахборот».
21.30 «Хонадон».
21.55 «Довюрак самурай». Т/с.
22.35 «Иқлим».
22.40 «Замин кечалари». Б/ф.
00.10 - 00.15 Тунги наволар.

«Yoshlar»

6.55 «Yoshlar» саломи».
7.00 «Ёшлар майдони».
7.30 «Ўзбек адабиёти».
7.35 «Мультипанорама».
7.45 «Хотира ва қадр».
7.50 «Ўзбегим».
8.10 Миллий сериал: «Зебузар».
8.55 «Ватан меҳри».
9.00 «Даврнинг боласи».
9.10 «Қувноқ дўмбоқчалар».
9.20 «Ёшлар ва таълим».
9.30 «Тошкент таронаси».
9.35 «Автопатруль».
9.55 «UzEX».
10.00 «Давр».
10.10 «Баҳор таровати». Т/с.
10.50 «Афсона ва ҳақиқат». Илмий-маърифий дастур.
11.40 «Сеҳрли қўллар».
12.10 «Ғолиб». Т/с.
12.50 «UzEX».
13.00 «Давр».
13.10 «Ижод завқи».
13.30 «Қасамёд». Т/с.
14.15 «Улуғ неъмат».
14.20 «Қишлоқдаги қадрдон».
14.30 «Эверест».
15.00 «Ёшлар майдони».
15.30 «Ўзбек адабиёти».
15.35 «Илҳом қанотлари».
15.55 «Онажон Тошкентим».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.35 «Юртим юраги».
16.40 «Тошкентнома».
16.55 «Шарқ дарвозаси».
17.00 «Даврнинг боласи».
17.10 «Эртаклар оламида».
18.35 Қишлоқ тараққиёти ва фаровонлиги йили: «қишлоқдаги тенгдошим».
18.50 «Ватан меҳри».
18.55 «Ардоқ».
19.00 «Давр».
19.30 «Баҳор таровати». Т/с.
20.20 «UzEX».
20.30 «Чемпион».
20.50 «Навбатчи».
21.00 «Ўзбек адабиёти».
21.05 «Қасамёд». Т/с.
21.55 «Онажон қишлоғим».
22.00 «Давр».
22.30 «Ҳаёт-мамот». Т/с.
00.00 «Юрт тинчлиги».

«Toshkent»

7.20 Кўрсатувлар тартиби.
7.25 «Салом, Тошкент!» Кўнгилочар, информацион-мусиқий дастур.
8.25 Бизнес-»Пойтахт».
8.35 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
9.00 «Телекурьер – маркет».
9.15 «Анонс».
9.20 «Хор жамоасининг концерти».
9.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
9.40 «Тошкентда латифа».
9.45 «Интервью».
9.55 «Ўйларим».
10.00 «Мусиқа SMS».
10.20 «Анонс».
10.25 «Тошкент-2200».
10.30 «Пойтахт» ахборот дастури /рус/.
10.40 «Милагрос». Телесериал. /рус/.
11.10 «Тошкент-2200».
11.15 «Анонс».
11.20 – 12.50 Кино. «Келиннинг отаси».

***

17.50 Кўрсатувлар тартиби.
17.55 Мультфильм: «Ака-ука Гримлар» 6- қисм.
18.05 «Телекурьер- маркет».
18.20 «Тошкент-2200».
18.25 «Анонс».
18.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
18.50 «Анонс».
18.55 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
19.20 Бизнес- «Пойтахт».
19.25 «Мусиқа SMS».
19.45 «Анонс».
19.50 «Ҳимоя».
20.00 «Пойтахт» ахборот дастури /рус/.
20.20 «Тошкент-2200».
20.25 «Нима учун?»
21.00 «Милагрос». Телесериал. /рус/.
21.25 «Анонс».
21.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
21.50 «Ўйларим».
21.55 «Жозиба».
22.15 «Премьера».
22.30 «Телекурьер-маркет».
22.55- 00.20 Кино: «Мушкетёр қиз». 1-қисм.

«Sport»

7.00 «Бодрое утро».
7.50 «Тет-а-тет».
8.00 «Хабарлар» (рус тил)
8.20 «Малахов +».
9.05 «Академия тенниса». Мульт-

сериал.
9.30 «Хабарлар» (ўзб тил)
9.50 Баскетбол. Ўзбекистон чемпионати.
10.50-11.50 «Профринг».
***
18.00 «Тет-а-тет».
18.10 «Халқ ўйинлари».
18.30 «Хабарлар» (рус тил)
18.55 ФУТБОЛ. УЕФА ЧЕМПИОНЛАР ЛИГАСИ. ЯРИМ. финал. «БАРСЕЛОНА» - «ЧЕЛСИ».
20.40 «Ринг қироллари».
21.20 «Хабарлар» (ўзб. тил)
21.40 Футбол. Кубок УЕФА. «Динамо» (Киев) –
«Шахтер». ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ.
23.40 ФУТБОЛ. УЕФА КУБОГИ. «ВЕРДЕР» - «ГАМБУРГ».
ярим финал. Тўғридан-тўғри олиб кўрсатилади.
01.40 «Тунингиз осуда бўлсин!»

TV - markaz

07.00 Узбек наволари
08.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
08.30 Узбек наволари
09.30 Сериал «Герои»
10.20 Узбек наволари
11.30 «Полет над гнездом кукушки» худ. фильм
14.00 Узбек наволари
14.30 Премьера (узб)
15.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
15.30 Мультфильм
17.00 «Baby Terra Landiya»
17.30 Узбек наволари
18.30 Сериал «ЖАССИГА УХШАШИ ЙУК»
19.00 Узбек наволари
20.30 «Jannat Makon»
21.00 Узбек наволари
21.30 Сериал «ГЕРОИ»
22.20 «ОЧАРОВАН ТОБОЙ» худ. фильм
23.50 Миксер

Первый

04.00, 08.05 Телеканал «Доброе утро»
08.00, 11.00, 14.00 Новости
08.30 Малахов +
09.30 Модный приговор
10.25 Контрольная закупка
11.15 Сериал «Агент национальной безопасности»
12.20 «Детективы»
13.00 Другие новости
13.25 Понять. Простить
14.15 «Хочу знать»
14.50 «Давай поженимся!»
15.55 Федеральный судья
17.00 Вечерние новости
17.20 Сериал «След»
18.05 «Пусть говорят»
18.55 «Поле чудес»
20.00 «Время»
20.30 Сериал «Застава Жилина»
21.35 «Легенды «Ретро FM»
23.55 Худ. фильм «Эдвард-Руки-ножницы»
01.45 Худ. фильм «Небесные всадники»
03.15 Сериал «След»

Россия

04.00 «Доброе утро, Россия!»
07.55 «Неоконченная песня. Юрий Гуляев».
08.50 Т/с «Улицы разбитых фонарей».
09.50 «Вести. Дежурная часть».
10.00 «Вести».
10.25 «Местное время. Вести - Москва».
10.45 М/ф «Возвращение блудного попугая».
10.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей».
12.00 Т/с «Гонка за счастьем».
13.00 «Вести».
13.20 «Местное время. Вести - Москва».
13.40 Т/с «Марш Турецкого».
14.35 «Суд идет».
15.30 «Кулагин и партнеры».
16.00 «Вести».
16.25 «Местное время. Вести - Московская область».
16.50 «Вести. Дежурная часть».
17.00 Т/с «Однажды будет любовь».
18.00 Т/с «Кармелита. Цыганская страсть».
19.00 «Вести».
19.30 «Местное время. Вести».
19.50 «Спокойной ночи, малыши!»
20.00 Т/с «Участковая».
21.50 Юбилейный концерт Ф. Киркорова.
00.20 Х/ф «Бедные родственники».
02.20 Комедия «Волга-Волга».
04.05 Т/с «Ангелы в Америке». (США).
04.50 Дневник ЧМ по хоккею.

НТВ

05.00 «Сегодня утром».
08.00 «Повара и поварята».
08.30 «Женский взгляд». И. Слуцкая.
09.00 «Сегодня».
09.20 «Русские не сдаются!»
10.00 Т/с «Золотые парни».
11.00 «Суд присяжных».
12.00 «Сегодня».
12.35 Т/с «Возвращение Мухтара».
14.30 «Чрезвычайное происшествие».
15.00 «Сегодня».
15.30 Т/с «Час Волкова».
17.30 «Чрезвычайное происшествие».
18.00 «Сегодня».
18.40 Т/с «Опергруппа».
20.35 Боевик «Антиснайпер».
22.30 «Шансон года 2009».
01.50 Х/ф «Птица». (США).
04.55 Т/с «Все включено»

ТВ3

08.00 М/ф.
09.00 М/с «Рорри-гоночная тачка».
09.30 М/с «Чуды-юды в лавке».
10.00 М/с «Шаман Кинг».
10.30 М/ф.
11.00 Т/с «Человек-невидимка», 28 с.
12.00 Т/с «Тюрьма особого назначения», 8 с.
13.00 Д/ф «Тайные знаки. Оживление людей - это не фантастика».
14.00 Мистика звезд.
15.00 Т/с «Моя любимая ведьма», 27 и 28 с.
16.00 Д/ф «Затерянные миры».
17.00 Д/ф «Разрушители мифов».
17.50 «Упс!»
18.15 Т/с «Пси-фактор», 9 с.
19.10 Т/с «Вавилон 5», 62 с. (США).
20.05 Т/с «Человек-невидимка», 29 с.
21.00 Т/с «Моя любимая ведьма», 28 и 29 с.
22.00 Д/ф «Тайные знаки. Главная кража советской эпохи. «Евангелист Лука».
23.00 Д/ф «Затерянные миры».
00.00 Х/ф «Неразлучные». (Таиланд).
02.00 Т/с «Звездные врата», 62 с. (США - Канада).
03.00 Познавательно - Покер.
04.00 Т/с «Тюрьма особого назначения», 8 с.
05.00 Х/ф «Когтистый: Легенда о снежном человеке». (США).
07.00 Relaks.

ДТV

08.00,04.00 «Клуб детективов».
08.55 «Музыка на ДТВ».
09.00 М/ф.
10.30 «Тысяча мелочей».
11.00,16.00,23.00 Т/с «Вне закона».
11.30,18.00 Т/с «Морская полиция: Спецотдел».
12.30 Комедия «Шофер поневоле».
14.30,21.30 Т/с «Смешнее, чем кролики».
15.00,19.00 «Судебные страсти».
16.30,20.00,23.30 Т/с «Безмолвный свидетель 3».
17.00,01.00 Т/с «Закон и порядок. Специальный корпус».
20.30,00.00 Т/с «Слепой 2».
22.00,22.30 «Брачное чтиво».
02.00 Т/с «Голые приколы».
02.30 «Карданный вал +».
03.00 Т/с «Мертвая зона».
06.00 Т/с «Лас-Вегас».
07.00 Т/с «Агентство Алиби».

СТС

07.00 М/с «Люди Икс».
07.55 М/с «Смешарики».
08.00 М/с «Приключения Вуди и его друзей».
08.30 Т/с «Папины дочки».
09.00 Т/с «Ранетки».
10.00 Истории в деталях.
10.30 Т/с «Папины дочки».
11.00 Т/с «Кремлевские курсанты».
12.00 Т/с «Моя прекрасная няня».
13.00 Т/с «Чемпион».
14.00 Т/с «Дом кувырком».
14.30 М/с «Все псы попадают в рай».
15.00 М/с «Новые приключения человека-паука».
15.30 М/с «Клуб «Винкс» - школа волшебниц».
16.00 М/с «Черный плащ».
16.30 Т/с «Ханна Монтана».
17.00 «Галилео».
18.00 Т/с «Папины дочки».
18.30 Т/с «Кадетство».
19.30 Т/с «6 кадров».
20.00 Т/с «Папины дочки».
21.00 Т/с «Ранетки».
22.00 Т/с «Кремлевские курсанты».
23.00 Х/ф «Трансформеры». (США).
01.40 «Песня дня».
02.10 Х/ф «Неспящие в Сиэтле». (США).
04.10 Х/ф «Кэндимэн». (США).
05.50 Т/с «Джинн дома».

Домашний

06.30 М/с «Приключения карманных дракончиков».
07.00 Домашние сказки.
07.30 М/с: «Вуфи», «Зверята».
08.00 Домашняя энциклопедия.
08.30 Сладкие истории.
09.00 «Дела семейные».
10.00 «Скажи, что не так?!»
11.00 Т/с «Сильное лекарство». (США).
12.00 Домашняя энциклопедия.
12.30 Сладкие истории.
13.00 Драма «Воровка».
15.00 Т/с «Не родись красивой».
16.00 «Дела семейные».
17.00 «Скажи, что не так?!»
18.00 Т/с «Кто в доме хозяин?»
18.30 Т/с «Во имя любви». (Бразилия).
19.30 Т/с «Отчаянные домохозяйки». (США).
20.30 Двое.
21.00 Т/с «Не родись красивой».
22.00 Т/с «Она написала убийство». «След солдата». (США).
23.00 Т/с «Моя жена меня приворожила». (США).
23.30 Мелодрама «Ты есть...» (Россия - Франция).
01.25 Т/с «Во имя любви». (Бразилия).
02.25 Т/с «Наперекор судьбе». (Мексика).
03.15 Т/с «Белиссима». (Бразилия).
04.00 Т/с «Ты - моя жизнь». (Аргентина).
04.50 Т/с «Молодые и дерзкие». (США).
05.30 Музыка.

Жума

«O'zbekiston»

5.55 Кўрсатувлар дастури.
6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.00 «Иқлим».
7.05 ТВ - анонс.
7.10 ТелеТеатр: «Алла».
7.55 «Олтин мерос».
8.00 «Ахборот».
8.30 ТВ - анонс.
8.35 «Довюрак самурай». Т/с.
9.15 «Изҳор».
9.20 - 10.20 «Маънавият» дастури.
«Болалар сайёраси»:
10.20 «Болалар дунёси».
10.40 «Таълимга эътибор - келажакка эътибор».
11.00 «Ахборот».
11.10 «ТВ - шифокор».
11.15 «Адолат тарозиси». Т/с.
11.55 ТВ - анонс.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
12.50 «Иқлим».
12.55 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
13.25 «Ҳаёт манзаралари».
«Болалар сайёраси»:
13.35 «Андерсен эртаклари». М/с.
14.00 «Ахборот».
14.15 «Бекат».
14.40 «Олам ва одам» дастури: «Коинот бўйлаб саёҳат». 2-қисм.
15.25 ТВ - анонс.
15.30 «Оталар сўзи - ақлнинг кўзи».
16.40 «Ўзбекистон табиати».
17.00 «Ахборот».
17.10 ТВ - анонс.
17.15 «Саломатлик дастури».
«Болалар сайёраси»:
17.35 «Эртаклар – яхшиликка етаклар».
17.55 «Сизнинг адвокатингиз».
18.00 «Олтин мерос».
18.05 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
18.35 «Юртим бўйлаб» дастури: «Замонавий ўзбек миниатюраси».
18.55 «Минг бир ривоят».
19.00 «Ҳидоят сари».
19.20 «ТВ - шифокор».
19.25, 19.55, 20.55 Эълонлар.
19.30 «Ахборот». /рус /.
20.00 ТВ - анонс.
20.05 «Адолат тарозиси». Т/с.
20.45 «Ватанимни куйлайман».
20.50 ТВ - анонс.
21.00 «Ахборот».
21.30 «Ҳалокат гирдоби».
22.15 «Довюрак самурай». Т/с.
22.55 «Иқлим».
23.00 ТВ - анонс.
23.05 «Велосипед ўғрилари». Б/ф.
00.35 - 00.40 Тунги наволар.

«Yoshlar»

6.55 «Yoshlar» саломи».
7.00 «Ёшлар майдони».
7.30 «Ўзбек адабиёти».
7.35 «Мультипанорама».
7.45 «Ардоқ».
7.50 «Ўзбегим».
8.10 Миллий сериал: «Зебузар».
8.55 «Ватан меҳри».
9.00 «Даврнинг боласи».
9.10 «Қувноқ дўмбоқчалар».
9.20 «Келажак эгалари».
9.30 «Юртим юраги».
9.35 «Чемпион».
9.55 «UzEX».
10.00 «Давр».
10.10 «Баҳор таровати». Т/с.
10.50 «Афсона ва ҳақиқат». Илмий-маърифий дастур.
11.40 «Бир само остида».
12.10 «Ғолиб». Т/с.
12.50 «UzEX».
13.00 «Давр».
13.10 «Асрлар садоси».
13.30 «Қасамёд». Т/с.
14.15 «Хотира ва қадр».
14.20 «Унутилмас оҳанглар».
15.00 «Ёшлар майдони».
15.30 «Темурхон наслига».
15.35 «Шарқ гавҳари».
15.55 «Ўзбек адабиёти».
16.00 «Давр».
16.10 «Мўъжизавий дунё».
16.35 «Онажон Тошкентим».
16.40 «Дунё бўйлаб».
17.00 «Даврнинг боласи».
17.10 «Эртаклар оламида».
18.15 «Оқ кабутар».
18.20 «Сув ҳам тугайдими?»
18.35 «Соғлом яша!»
18.40 «Тошкент - 2200».
18.50 «Ватан меҳри».
18.55 «Ардоқ».
19.00 «Давр».
19.30 «Баҳор таровати». Т/с.
20.20 «UzEX».
20.30 «Бугун».
21.00 «Ўзбек адабиёти».
21.05 Қасамёд». Т/с.
21.55 «Онажон қишлоғим».
22.00 «Давр».
22.30 «Ҳаёт-мамот». Т/с.
00.00 «Юрт тинчлиги».

«Toshkent»

7.20 Кўрсатувлар тартиби.
7.25 «Салом, Тошкент!» Кўнгилочар, информацион-мусиқий дастур.
8.25 Бизнес-«Пойтахт».
8.35 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
9.00 «Телекурьер-маркет».
9.15 «Анонс».
9.20 «Дурдона».
9.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
9.40 «Эртамиз эгалари».
9.55 «Ўйларим».
10.00 «Мусиқа SMS».
10.20 «Анонс».
10.25 «Тошкент-2200».
10.30 «Пойтахт» ахборот дастури. /рус/.
10.40 «Милагрос». Телесериал. /рус/.
11.10 «Ҳимоя».
11.20 «Премьера».
11.35 «Тошкент-2200».
11.40 «Анонс».
11.45 – 13.05 Кино: «Мушкетёр қиз» 1 - қисм.
***
17.50 Кўрсатувлар тартиби.
17.55 «Афиша».
18.05 «Телекурьер-маркет».
18.20 «Тошкент-2200».
18.25 «Анонс».
18.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
18.50 «Анонс».
18.55 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
19.20 Бизнес- «Пойтахт».
19.25 Болалар учун: «Карвонсарой».
19.30 «Мусиқа SMS».
19.50 «Саломат бўлинг».
20.00 «Пойтахт» ахборот дастури /рус/.
20.20 «Тошкент-2200».
20.25 «Тошкент оқшомлари».
20.55 «Анонс».
21.00 «Милагрос». Телесериал. /рус/.
21.25 «Анонс».
21.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
21.50 «Ўйларим».
21.55 «Жозиба».
22.15 Тошкент шаҳрининг 2200 йиллиги олдидан: «Менинг шаҳрим».
22.30 «Телекурьер маркет».
22.50 – 00.15 Кино: «Мушкетёр қиз» 2- қисм.

«Sport»

7.00 «Бодрое утро».
7.50 «Тет-а-тет».
8.00 «Хабарлар» (рус тил)
8.20 «Малахов +».
9.05 «Академия тенниса». Мультсериал.
9.30 «Хабарлар» (ўзб тил)
9.50 Баскетбол. Ўзбекистон чемпионати.
10.50 «Снукер».
11.50 – 13.30 ФУТБОЛ. УЕФА ЧЕМПИОНЛАР ЛИГАСИ. ЯРИМ ФИНАЛ. «МАНЧЕСТЕР ЮНАЙТЕД» - «АРСЕНАЛ».
***
18.00 «Тет-а-тет».
18.10 «Умид ниҳоллари».
18.30 «Хабарлар» (рус. тил)
18.50 ФУТБОЛ. ЎЗБЕКИСТОН ЧЕМПИОНАТИ. «ШЎРТАН» - «БУНЁДКОР».
20.30 «ГОЛ».
21.30 «Хабарлар» (ўзб. тил)
21.50 ФУТБОЛ. ЎЗБЕКИСТОН ЧЕМПИОНАТИ. «ЛОКОМОТИВ» - «ХОРАЗМ».
23.30 «Тунингиз осуда бўлсин!»

TV - markaz

07.00 Узбек наволари
08.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
08.30 Узбек наволари
09.30 Сериал «Герои»
10.20 Узбек наволари
11.30 «Очарован тобой» худ. фильм
13.00 Узбек наволари
14.30 «M-Files»
15.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
15.30 Мультфильм
17.00 Узбек наволари
17.30 Премьера (рус)
18.00 Узбек наволари
18.30 Сериал «ЖАССИГА УХШАШИ ЙУК»
19.00 Узбек наволари
20.30 «Тунлар муборак»
21.05 Узбек наволари
21.30 Сериал «ГЕРОИ»
22.20 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2» худ.фильм
00.20 Миксер

Первый

05.00, 09.00, 11.00 Новости
05.10 Гении и злодеи
05.40 Худ. фильм «Город мастеров»
07.05 Худ. фильм «Платки»
09.15 Худ. фильм «Весна на Заречной улице»
11.10 Худ. фильм «Крамер против Крамера»
12.50 Худ. фильм «Королева бензоколонки»
14.30 Комедия «Пес Барбос и необычный кросс»
14.40 «Приют комедиантов»
16.20 Комедия «Самогонщики»
16.40 «Здравствуй мир, здравствуй друг!» Праздничный концерт
18.10 Худ. фильм «Операция «Ы», и другие приключения Шурика»
20.00 «Время»
20.20 «Клуб веселых и находчивых». Высшая лига
22.35 Худ. фильм «Ромео + Джульетта»
00.40 Худ. фильм «Ливень»
02.20 Худ. фильм «Поцелуй смерти»
03.55 Сериал «Внезапная удача»

Россия

05.05 М/ф: «Трое из Простоквашино», «Каникулы в Простоквашино», «Зима в Простоквашино».
06.00 Х/ф «Вокзал для двоих».
08.35 Х/ф «Испытание верности».
10.50 Комедия «Путешествие во влюбленность».
13.00 «Вести».
13.20 «Местное время. Вести - Москва».
13.30 Праздничный концерт из Государственного Кремлевского Дворца.
15.20 Х/ф «Москва слезам не верит».
18.15 Х/ф «Не отрекаются любя...»
19.00 «Вести».
19.15 Х/ф «Не отрекаются любя...»
22.05 Х/ф «Казино «Рояль». (США - Великобритания).
01.00 Детектив «Отсчет убийств». (США).
03.00 «Комната смеха».
03.45 Т/с «Ха».
04.00 Дневник ЧМ по хоккею.

НТВ

05.40 М/ф.
05.55 Звезды сериалов собирают друзей: «Операция «Праздник».
07.00 «Сегодня».
07.15 Комедия «Сын маски». (США - Германия).
09.00 «Сегодня».
09.20 Д/ф «Бейрут 82. Неизвестная война Брежнева».
10.15 Комедия «Свадьба в Малиновке».
12.00 «Сегодня».
12.20 Т/с «Передел. Кровь с молоком».
15.00 «Сегодня».
15.20 Т/с «Передел. Кровь с молоком».
18.00 «Сегодня».
18.25 Т/с «Опергруппа».
20.15 Боевик «Антиснайпер. Двойная мотивация».
22.00 Х/ф «Остров». (США).
00.20 Боевик «2000. Мамент апокалипсиса». (США).
02.05 Х/ф «И в радости, и в горе». (США).
03.25 Т/с «Все включено».

ТВ3

08.00 М/ф.
09.00 М/с «Жизнь с Луи».
09.30 М/с «Чуды-юды в лавке».
10.00 М/с «Шаман Кинг».
10.30 М/ф.
11.15 Х/ф «Любимая женщина механика Гаврилова».
13.00 Х/ф «Гардемарины, вперед!», 1 с.
14.30 Х/ф «Гардемарины, вперед!», 2 с.
16.00 Х/ф «Гардемарины, вперед!», 3 с.
17.30 Х/ф «Гардемарины, вперед!», 4 с.
19.00 Д/ф «Городские легенды. Новодевичье кладбище. В поисках женского счастья».
20.00 Х/ф «Падший». (США).
22.00 Х/ф «Заблудившийся ангел». (США).
00.00 Х/ф «Око зверя». (Канада).
02.00 Х/ф «Неразлучные». (Таиланд).
04.00 Х/ф «Заблудившийся ангел». (США).
06.00 Комната страха.
07.00 Relaks.

ДТV

08.00,04.00 «Клуб детективов».
08.55 «Музыка на ДТВ».
09.00 Т/с «Как уходили кумиры».
10.00 «Тысяча мелочей».
10.30 М/ф.
14.15 Х/ф «Черная курица, или Подземные жители».
15.30 «Самое захватывающее видео».
16.30,18.00 Комедия «Золотой теленок».
20.00,00.00,00.30 Т/с «Смешнее, чем кролики».
20.30,21.00,21.30 «Брачное чтиво».
22.00 Комедия «Мистер Бонс».
01.00 «Шоу-конкурс красоты «Мисс DIM».
02.10,02.45 «Брачное чтиво. Для взрослых».
03.10 Т/с «Мертвая зона».
06.00 Т/с «Лас-Вегас».
07.00 Т/с «Агентство Алиби».

СТС

07.00 Х/ф «Теперь мой ход». (США).
08.45 М/ф: «Наш друг Пишичитай», вып. 1-3.
09.20 М/с «Смешарики».
09.30 М/с «Инь, Янь, Йо!»
10.00 М/с «Том и Джерри».
10.20 Х/ф «Даффи Дак. Фантастический остров». (США).
11.50 Х/ф «Трансформеры».
14.30 Х/ф «Бой с тенью».
17.00 Т/с «6 кадров».
17.30 Х/ф «Бой с тенью 2. Реванш».
20.05 Т/с «6 кадров».
20.30 Т/с «Папины дочки».
22.00 Х/ф «Астерикс и Обеликс против Цезаря». (США).
00.00 Т/с «Даешь молодежь!»
00.30 Т/с «6 кадров».
01.00 «Pianomanis». Д. Маликов.
02.45 Х/ф «Так поступают все». (Австралия).
04.40 Х/ф «Воскресший из мертвых». (США).

Домашний

06.30 М/с «Приключения карманных дракончиков».
07.00 Домашние сказки.
07.30 М/с «Любопытный Джордж».
08.00 М/с «Приключения карманных дракончиков».
08.30 М/ф: «Винни-Пух и день забот», «Винни-Пух идет в гости».
09.15 Комедия «Совершенно серьезно».
10.20 Мелодрама «Все реки текут». (Австралия).
18.00 М/ф: «Крокодил Гена», «Чебурашка», «Чебурашка идет в школу».
19.00 Мелодрама «Все реки текут 2». (Австралия).
23.00 Т/с «Моя жена меня приворожила». (США).
23.30 Мелодрама «Боббби». (Индия).
02.25 Т/с «Наперекор судьбе». (Мексика).
03.15 Т/с «Белиссима». (Бразилия).
04.05 Т/с «Ты - моя жизнь». (Аргентина).
04.50 Т/с «Молодые и дерзкие». (США).
05.30 05.55 Музыка.

Шанба

«O'zbekiston»

5.55 Кўрсатувлар дастури.
6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.00 «Иқлим».
7.05 ТВ - анонс.
7.10 Миллий кино: «Дард». 1-қисм.
7.50 «Тонгги наволар».
8.00 «Ахборот».
8.35 ТВ - анонс.
«Болалар сайёраси»:
8.40 «Спирит - Симорон оти». М/ф.
9.50 ТВ - анонс.
9.55 «Минг бир ривоят».
10.00 «Ҳидоят сари».
10.20 1. «Рангинкамон». 2. «Дидар».
11.00 «Оналар мактаби».
11.20 «Адолат тарозиси». Т/с.
11.55 ТВ - анонс.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.00 «Иқлим».
13.05 Миллий сериал: «Алишер Навоий».
13.35 ТВ - анонс.
13.40 Ўзбек опера санъати юлдузлари концерти.
14.00 «Ахборот».
14.15 ТВ - анонс.
14.20 «Азизим».
14.50 «Энг ажойиб ўйин». Б/ф.
16.45 ТВ - анонс.
16.50 «Вокеа».
«Болалар сайёраси»:
17.15 «Эртаклар - яхшиликка етаклар».
17.35 ТВ - анонс.
17.40 «Шўрданак». Ҳажвий кўрсатув.
18.10 «Саломатлик сирлари».
18.30 ТВ - анонс.
18.35 «Рангин дунё».
18.55 «Ҳиммат».
19.20 «ТВ - шифокор».
19.25, 19.55, 20.55, 21.30 Эълонлар.
19.30 «Ахборот». /рус/.
20.00 ТВ - анонс.
20.05 Миллий сериал: «Денгиздан томчи».
20.35 ТВ - анонс.
20.40 «Шарқ тароналари».
21.00 «Ахборот».
21.35 ТВ - анонс.
21.40 «КиноТеатр».
22.05 «Кутқарувчи». Б/ф.
00.05 - 00.10 Тунги наволар.

«Yoshlar»

6.55 «Yoshlar» саломи».
7.00 «Ёшлар майдони».
7.30 Ўзбек адабиёти».
7.35 «Мультипанорама».
7.45 «Хотира ва қадр».
7.50 «Ўзбегим».
8.10 Миллий сериал: «Зебузар».
8.50 «Ватан меҳри».
9.00 «Даврнинг боласи».
9.10 «Қувноқ ўрмончалар».
9.20 «Динотопия». Болалар учун фильм.
9.50 «Тошкент таронаси».
9.55 «UzEX».
10.00 «Давр».
10.10 «Баҳор тароватн». Т/с.
10.50 «Ватан меҳри».
11.00 Миллий кино: «Севгинагор»
12.40 «Олтин тупроқ».
12.50 «UzEX».
13.00 «Давр».
13.10 «Yoshlar-FM».
13.25 «Телетухфа».
13.30 «Қасамёд». Т/с.
14.15 «Улуғ неъмат».
14.20 «Тараннум».
15.00 «Ёшлар майдони».
15.30 «Ўзбек адабиёти».
15.35 «Тасвир ва таассурот».
15.55 «Онажон Тошкентим».
16.00 «Давр».
16.10 «Чемпион».
16.30 «Юртим юраги».
16.55 «Ижод завқи».
16.55 «Ўзбек адабиёти».
17.00 «Даврнинг боласи».
17.10 «Эртаклар оламида».
18.40 «Навбатчи».
18.50 «Ватан меҳри».
18.55 «Ардоқ».
19.00 «Давр».
19.30 «Баҳор тароватн». Т/с.
20.20 «Айланай...»
20.40 «Қалпоқ». ҳажвия.
21.00 «Шарқ гўзали».
21.05 «Қасамёд». Т/с.
21.55 «Онажон қишлоғим».
22.00 «Давр».
22.30 Жаҳон киноси: «Инспектор Гажет».
00.00 «Юрт тинчлиги».

«Toshkent»

7.20 Кўрсатувлар тартиби.
7.25 «Салом, Тошкент!» Кўнгилочар, информацион-мусиқий дастур.
8.25 Бизнес-«Пойтахт».
8.35 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
9.00 «Телекурьер-маркет».
9.15 «Анонс».
9.20 «Ягонамсан, Тошкентим!»
9.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
9.40 «Аёл қалби».
9.55 «Ўйларим».
10.00 «Мусиқа SMS».
10.20 «Анонс».
10.25 «Тошкент-2200».
10.30 «Пойтахт» ахборот дастури /рус/.
10.40 «Милагрос». Телесериал. /рус/.
11.10 «Афиша».
11.20 Кино. «Мушкетёр қиз» 2-қисм.
12.40 «Анонс».
12.45 «Открытая дверь».
13.15 Мультфильм: «Оппоғой ва етти миттивой».
14.40 «Тошкент-2200».
14.45 «Тошкент оқшомлари».
15.15 «Нима учун ?»
15.55 «Саломат бўлинг».
16 10 Кино: «Келгинди куёв».
18.00 «Анонс».
18.05 «Телекурьер - маркет».
18.20 «Тошкент-2200».
18.25 «Анонс».
18.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
18.50 «Анонс».
18.55 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
19.20 Бизнес- «Пойтахт».
19.25 Болалар учун: «Карвонсарой».
19.30 «Мусиқа SMS».
19.50 «Интервью».
20.00 «Пойтахт» ахборот дастури /рус/.
20.20 «Қишлоқ тараққиёти ва фаровонлиги йили». Давлат дастурининг ижроси юзасидан.
«Тошкент ва тошкентликлар». Бевосита мулоқот.
21.00 «Милагрос». Телесериал /рус/.
21.25 «Анонс».
21.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
21.50 «Ўйларим».
21.55 «Жозиба».
22.15 «Истеъдод».
22.50- 00.20 Кино. «Ўн етти ёшлилар».

«Sport»

8.00 «Бодрое утро».
8.50 «Тет-а-тет».
9.00 «Хабарлар» (рус. тил)
9.25 «Жасур болалар».
10.00 «Хабарлар» (ўзб. тил)
10.30 Баскетбол. Ўзбекистон чемпионати.
11.30 «Военное дело».
11.50 «Файтер». Восточные единоборства.
12.20 «Стать блюже». Ток-шоу.
13.00-13.20 «Рақибингиз гроссмейстер».
***
17.55 ФУТБОЛ. ЎЗБЕКИСТОН ЧЕМПИОНАТИ.
«ПАХТАКОР» - «ДИНАМО». Тўғридан-тўғри олиб кўрсатилади. Танаффусда «Хабарлар» (рус. тил)
19.50 «Тет-а-тет +».
20.20 «Ровесник».
20.40 «Фоторевю».
21.00 «Ring»да Ленокс Люис – Майк Вивер.
21.30 «Хабарлар» (ўзб. тил)
21.50 Баскетбол.
23.25 Спортивное кино: «Баскетбол в стиле кунг-фу». Художественный фильм.
00.55 ФУТБОЛ. ИСПАНИЯ ЧЕМПИОНАТИ. Тўғридан-тўғри олиб кўрсатилади.
2.50 «Тунингиз осуда бўлсин!»

TV - markaz

07.00 Узбек наволари
09.30 Мультфильм
11.00 Baby hits
11.30 «Смертельное оружие-2» худ.фильм
14.00 САРДОР РАХИМХОН концерти
16.00 Семейное кино: «МОСТ В ТЕРАБИТИЮ» худ.фильм
17.40 Узбек наволари
19.00 «БОЛЬШАЯ РЫБА» худ.-фильм
21.00 Узбек наволари
21.30 «Премьера» (узб)
22.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3» худ. фильм
00.20 «Другая музыка»

Первый

05.00, 09.00, 11.00, 15.00 Новости
05.10 «Гибель Гайдара. Легенда о красном всаднике»
06.10 Комедия «Теща»
07.20 «Играй, гармонь любимая!»
08.00 «Слово пастыря»
08.15 «Здоровье»
09.20 Смак
10.00 «Путешествие с Донатасом Банионисом»
11.10 Худ. фильм «Дайте жалобную книгу»
12.50 Худ. фильм «300 спартанцев»
17.00 «Обожженные славой»
18.00 «Леонид Каневский. Приключения сыщика»
19.00 20.20 «Валерий Харламов. Дополнительное время»
20.00 «Время»
21.15 «Прожекторперисхилтон»
21.50 Худ. фильм «Люди икс-2»
00.10 Худ. фильм «Исчезновение»
02.05 Худ. фильм «То, что ты делаешь»
03.45 Сериал «Внезапная удача»

Россия

04.20 Х/ф «Жаворонок».
05.50 «Вся Россия».
06.00 «Сельский час».
06.30 «Диалоги о животных».
07.00 «Вести».
07.10 «Местное время. Вести - Москва».
07.20 «Военная программа».
07.45 «Субботник».
08.20 Х/ф «Три талера».
10.00 «Вести».
10.10 «Местное время. Вести - Москва».
10.20 «Национальный интерес».
11.20 Комедия «Афоня».
13.00 «Вести».
13.20 «Местное время. Вести - Москва».
13.30 «Субботний вечер».
15.20 Х/ф «Билет в гарем».
19.00 «Вести».
19.15 Х/ф «Билет в гарем».
22.50 Комедия «Дикий, дикий Вест». (США).
00.50 Х/ф «Полночь в саду добра и зла». (США).
03.30 «Комната смеха».
04.15 Т/с «Ха».
04.30 Дневник ЧМ по хоккею.

НТВ

04.10 Комедия «Четвероногая звезда». (Италия).
05.50 М/с «Приключения Гулливера». (США).
06.30 «Сказки Баженова».
07.00 «Сегодня».
07.20 «Золотой ключ».
07.45 «Их нравы».
08.25 «Смотр».
09.00 «Сегодня».
09.25 «Главная дорога».
10.00 «Кулинарный поединок».
11.00 «Квартирный вопрос».
12.00 «Сегодня».
12.20 Т/с «Передел. Кровь с молоком».
15.00 «Сегодня».
15.20 Т/с «Передел. Кровь с молоком».
18.00 «Сегодня».
18.25 Т/с «Опергруппа».
20.10 Боевик «Капкан для киллера».
22.10 «Мелочи жизни». Концерт В. Добрынина.
23.50 Комедия «Любовь все меняет». (США).
01.40 Боевик «Два дня в долине». (США).
03.20 Т/с «Все включено».

ТВ3

08.00 М/ф.
09.00 М/с «Жизнь с Луи».
09.30 М/с «Чуды-юды в лавке».
10.00 М/с «Шаман Кинг».
10.30 М/ф.
11.15 Х/ф «Волшебная лампа Аладдина».
13.00 Х/ф «Виват, гардемарины!», 1 с.
14.30 Х/ф «Виват, гардемарины!», 2 с.
16.00 Х/ф «Гардемарины 3». (Россия - Германия).
18.00 Д/ф «Два мастера одной Маргариты».
19.00 Д/ф «Городские легенды. Ростовские лабиринты».
20.00 Х/ф «Падший 2». (США).
22.00 Х/ф «Огнепоклонники».
00.00 Х/ф «Пробуждение гаргульи». (США).
02.00 Х/ф «Око зверя».
04.00 Х/ф «Огнепоклонники».
06.00 Комната страха.
07.00 Relaks.

ДТV

08.00,05.00 «Клуб детективов».
08.55 «Музыка на ДТВ».
09.00,09.30 Т/с «Как уходили кумиры».
10.00 «Тысяча мелочей».
10.30 М/ф.
13.40 Х/ф «Перстень княгини Анны».
15.30,16.30 «Самое захватывающее видео».
17.30 Комедия «Как живете, караси?»
20.00,00.00,00.30,02.30 Т/с «Смешнее, чем кролики».
20.30,21.00,21.30 «Брачное чтиво».
22.00 Боевик «МакГайвер: Потерянные сокровища Атлантиды».
01.00 Т/с «CSI: Место преступления Майами».
02.00 «Брачное чтиво. Для взрослых».
03.00 Ужасы «Убийства в Черри Фоллс».
07.00 Т/с «Каламбур».

СТС

07.00 Х/ф «Бегущий человек». (Великобритания).
09.00 М/ф «Сокровища затонувших кораблей».
09.20 М/с «Смешарики».
09.30 М/с «Инь, Янь, Йо!»
10.00 М/с «Том и Джерри».
10.15 Анимац. фильм «Земля до начала времен 2. Приключение в Великой долине». (США).
11.30 Анимац. фильм «Земля до начала времен 3. Пора великого дарения». (США).
12.45 Анимац. фильм «Земля до начала времен 4. Дорога сквозь туман». (США).
14.00 М/с «Утиные истории».
15.00 М/с «Король Лев. Тимон и Пумба».
16.00 М/с «Аладдин».
17.00 Т/с «6 кадров».
17.30 Х/ф «Астерикс и Обеликс против Цезаря».
19.30 Т/с «Папины дочки».
22.00 Х/ф «Астерикс и Обеликс. Миссия «Клеопатра». (Германия - Франция).
00.00 «Слава Богу, ты пришел!»
01.30 Х/ф «Казанова». (США).
04.00 Х/ф «Отточенное лезвие».

Якшанба

«O'zbekiston»

5.55 Кўрсатувлар дастури.
6.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
7.00 «Иқлим».
7.05 ТВ - анонс.
7.10 Миллий кино: «Дард». 2-қисм.
7.50 «Тонгги наволар».
8.00 «Ахборот».
8.30 ТВ - анонс.
«Болалар сайёраси»:
8.35 «Бизнинг кутубхона».
8.45 «Финли ва унинг дўстлари». М/ф.
9.55 ТВ - анонс.
10.00 «Саломатлик сирлари».
10.20 «Минг бир ҳунар».
10.35 «Ойдин ҳаёт». Ток-шоу.
11.20 «Юртим бўйлаб» дастури: «Она замин инъомлари».
11.30 «Ҳандалак». Ҳажвий кўрсатув.
12.00 «Ассалом, Ўзбекистон!»
13.00 «Иқлим».
13.05 «Очиқ дастурхон».
13.35 ТВ - анонс.
13.40 Ҳинд киноси: «Пинҳона».
«Болалар сайёраси»:
16.25 «Кўрсичқоннинг саргузаштлари». М/ф.
17.40 ТВ - анонс.
17.45 «Ҳамон ёдимда...»
18.20 Миллий кино: «Катта ойи ».
19.25, 20.55 Эълонлар.
19.30 «Таҳлилнома». /рус/.
20.00 «Оққуш». В/ф.
21.00 «Таҳлилнома».
21.45 ТВ - анонс.
21.50 «Заковат».
22.45 «Севги мактуби». Б/ф. Премьера.
00.25 - 00.35 Тунги наволар.

«Yoshlar»

6.55 «Yoshlar» саломи».
7.00 «Якшанба нонуштаси».
7.20 «Ққалпоқ». ҳажвия.
7.45 «Ардоқ».
7.50 «Ўзбегим».
8.20 «Рўзғор мактаби».
8.50 «Соғлик - бойлик».
9.10 «Баҳор тароватн». Т/с.
9.55 «Хотира ва қадр».
10.00 «Ватанпарвар».
10.40 Миллий сериал: «қонли олишув». 3-қисм.
11.25 «Ўзбек адабиёти».
11.30 «Болалар давраси».
12.00 «Эртаклар оламида».
13.10 «Навоий набиралари».
13.20 «Тошкент таронаси».
13.30 «Қасамёд». Т/с.
14.15 «Ватан меҳри».
14.20 «Бугун».
14.50 «Кўзгу». ҳажвия.
15.15 «Ўзбек адабиёти».
15.20 «Камолот».
15.30 «Эверест».
16.00 «Жумонг». Т/с.
17.10 «Телевидение ватани».
17.25 «Юртим юраги».
17.30 «Қайнона». Б/ф.
18.50 «Ватан меҳри».
18.55 «Ардоқ».
19.00 «Давр». ҳафта якуни.
19.30 «Тараннум».
20.10 «Табассум қил!»
20.20 «Водий гавҳари».
21.00 «Ёшлар парвози».
21.30 Ҳинд киноси: «Девдас».
00.30 «Юрт тинчлиги».

«Toshkent»

7.20 Кўрсатувлар тартиби.
7.25 «Салом, Тошкент!» Кўнгилочар, информацион-мусиқий дастур.
8.25 Бизнес- «Пойтахт».
8.35 «Муҳаббат қаҳваси». Телесериал.
9.00 «Телекурьер - маркет».
9.15 «Анонс».
9.20 «Ягонамсан, Тошкентим!»
9.30 «Пойтахт» ахборот дастури.
9.40 «Тошкентда латифа».
9.50 «Интервью».
10.00 «Мусиқа SMS».
10.20 «Анонс».
10.25 «Тошкент 2200».
10.30 «Пойтахт» ахборот дастури. /рус/.
10.40 «Анонс».
10.45 Хинд киноси: «Бунга нима дейсиз?» 1-2-серии.
13.40 «Ўйларим».
13.45 «Телекурьер-маркет».
14.00 «Анонс».
14.05 «Истеъдод».
14.25 Болалар учун фильм: «Затура».
15.55 «Саргузаштлар ороли».
16.20 «Телекурьер - маркет».
16.40 «Мусиқа SMS».
17.00 «Анонс».
17.05 «Болаликка қайтиб».
17.20 Театр: «Келинлар қўзғолони» Ўзбек Миллий академик драма театрининг.
спектакли.
19 20 «Анонс».
19.25 Болалар учун. «Карвонсарой».
19 35». Телекурьер- маркет».
19.50 «Тошкентда латифа».
20 00 «КИНОТАҚДИМ».
20 25 «Анонс».
20.30 «Открытая дверь».
21 00 «Анонс».
21.05-23.35 Кино: «Гладиатор».

«Sport»

8.00 «Бодрое утро».
9.00 «Хабарлар» (рус тил)
9.20 «Қувноқ стартлар».
10.00 «Хабарлар» (ўзб тил)
10.20 Баскетбол. Ўзбекистон чемпионати.
11.20 «Гол».
12.20 «Аптека слушает».
13.05-14.40 ФУТБОЛ. ЎЗБЕКИСТОН ЧЕМПИОНАТИ. «АНДИЖОН» - «ҚИЗИЛҚУМ».
***
17.30 ФУТБОЛ. АНГЛИЯ ЧЕМПИОНАТИ. «ЛИВЕРПУЛЬ» - «НЬЮКАСЛ». Тўғридан-тўғри олиб кўрсатилади.
19.20 «Версия». Информационно-аналитическая программа.
19.50 «АВТОграф».
20.20 «Спорт уик-энд».
20.50 Европа футбол ҳафталиги.
21.20 «Таълқин». Информацион-таҳлилий кўрсатув.
21.55 футбол. испания чемпионати. Тўғридан-тўғри олиб кўрсатилади.
23.50 «Профринг».
00.50 «Тунингиз осуда бўлсин!»

TV - markaz

07.00 Узбек наволари
09.30 Мультфильм
10.30 «Baby Terra Landiya»
11.00 «Jannat Makon»
11.30 «Смертельное оружие-3» худ. фильм
13.50 Узбек наволари
15.00 Сериал «Жассига ухшаши йук»
17.00 Узбек наволари
17.30 «M-Files»
18.00 Узбек наволари
19.30 «Звездопад»
20.10 Узбек наволари
20.30 «Кинокурьер»
21.00 Узбек наволари
21.30 «Премьера» (рус)
22.00 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-4» худ.фильм
00.20 Миксер

Первый

05.00, 09.00, 11.00 Новости
05.10 Гении и злодеи
05.35 Худ. фильм «Тревожное воскресенье»
07.05 Смак
07.45 «Служу Отчизне!»
08.15 Умницы и умники
09.20 «Непутевые заметки»
09.35 «Пока все дома»
10.25 Фазенда
11.10 «Татьяна Самойлова. Пятьдесят лет одиночества»
12.15 Воскресный «Ералаш»
12.45 Сериал «Две судьбы. Новая жизнь»
18.00, 20.20 «Две звезды»
20.00 «Время»
21.20 «Что? Где? Когда?» Финал
22.40 Худ. фильм «В долине Эла»
00.45 Худ. фильм «Уолл-стрит»
02.55 Док. фильм

Россия

04.45 Комедия «Мы с вами где-то встречались».
06.25 «Смехопанорама».
06.55 «Сам себе режиссер».
07.40 «Утренняя почта».
08.15 Х/ф «Три талера».
10.00 «Вести».
10.10 «Местное время. Вести - Москва». Неделя в городе.
10.50 «Городок».
11.20 «Сто к одному».
12.15 Праздничный концерт, посвященный Дню внутренних войск МВД РФ.
13.00 «Вести».
13.20 Праздничный концерт, посвященный Дню внутренних войск МВД РФ.
14.05 «Измайловский парк».
16.00 «Танцы со Звездами».
19.00 «Вести недели».
20.05 «Танцы со Звездами».
20.20 «Специальный корреспондент».
20.50 Х/ф «Сюрприз».
22.50 «Звуковая дорожка».
00.40 Боевик «Шанхайские рыцари». (США).
02.45 «Комната смеха».
03.30 Т/с «Ха».
03.40 Дневник ЧМ по хоккею.

НТВ

04.05 Х/ф «Капкан для киллера».
05.50 М/с «Приключения Гулливера». (США).
06.30 «Дикий мир».
07.00 «Сегодня».
07.20 «Русское лото».
07.45 «Их нравы».
08.25 «Едим дома».
09.00 «Сегодня».
09.25 «Спасатели».
09.55 «Quattroruote».
10.25 «Авиаторы».
11.00 «Дачный ответ».
12.00 «Сегодня».
12.20 Х/ф «Молодая жена».
14.05 «Своя игра».
15.00 «Сегодня».
15.20 Т/с «Закон и порядок».
17.05 «Главный герой».
18.00 «Сегодня».
18.25 Х/ф «Каменная башка».
20.15 Х/ф «Парк Юрского периода». (США).
22.40 «Футбольная ночь».
23.15 Х/ф «Хорошие парни».
01.45 Х/ф «Бродяга». (США).
03.20 Т/с «Закон и порядок».
04.10 Т/с «Все включено».

ТВ3

08.00 М/ф.
09.00 М/с «Жизнь с Луи».
09.30 М/с «Чуды-юды в лавке».
10.00 М/с «Шаман Кинг».
10.30 М/ф.
11.00 Х/ф «Собака на сене», 1 с.
12.30 Х/ф «Собака на сене», 2 с.
14.00 Х/ф «Обыкновенное чудо», 1 с.
15.30 Х/ф «Обыкновенное чудо», 2 с.
17.00 Х/ф «Астероид»
19.00 Д/ф «Городские легенды. Васильевский остров. Загадка древних изваяний».
20.00 Х/ф «Падший 3». (США).
22.00 Х/ф «Голос из прошлого».
00.00 Х/ф «Убийство на озере».
02.00 Х/ф «Пробуждение гаргульи». (США).
04.00 Познавательно - Покер.
06.00 Комната страха.
07.00 Relaks.

ДТV

05.00,08.00 «Клуб детективов».
08.55 «Музыка на ДТВ».
09.00,09.30 Т/с «Как уходили кумиры».
10.00 «Тысяча мелочей».
10.20 «Медицинское обозрение».
10.30 М/ф.
13:40 Х/ф «Тайна горного подземелья».
15.30,16.30 «Самое захватывающее видео».
17.30,19.00 Х/ф «Пропавшая экспедиция».
20.30,21.00,21.30 «Брачное чтиво».
22.00 Боевик «Секретный агент МакГайвер: Путь к концу света».
00.00,00.30,02.30 Т/с «Смешнее, чем кролики».
01.00 Т/с «CSI: Место преступления Майами».
02.00 «Брачное чтиво. Для взрослых».
03.00 Ужасы «2001 маньяк».
07.00 Т/с «Каламбур».

СТС

07.00 Х/ф «Пловец». (США).
08.50 М/ф «Рикки-Тикки-Тави».
09.20 М/с «Смешарики».
09.30 М/с «Инь, Янь, Йо!»
10.00 М/с «Том и Джерри».
10.15 «Самый умный».
12.00 «Галилео».
13.00 «Снимите это немедленно!»
14.00 Т/с «Дом кувырком».
15.30 М/с «Том и Джерри».
16.00 М/с «Чип и Дейл спешат на помощь».
17.00 Т/с «6 кадров».
17.30 Х/ф «Астерикс и Обеликс. Миссия «Клеопатра». (Германия - Франция).
19.30 Т/с «Папины дочки».
21.30 Т/с «6 кадров».
22.00 Х/ф «Астерикс на олимпийских играх». (Германия - Франция - Италия - Испания - Бельгия).
00.15 Т/с «Даешь молодежь!»
01.15 Х/ф «Фанат». (США).
03.30 Х/ф «Эмма». (США - Великобритания).
05.45 Т/с «Джинн дома»

Домашний

06.30 М/с «Приключения карманных дракончиков».
07.00 Домашние сказки.
07.30 М/с «Любопытный Джордж».
08.00 М/с «Приключения карманных дракончиков».
08.30 Мелодрама «О любви».
10.00 «Воскресный завтрак».
11.00 «Городское путешествие».
12.00 Женская форма.
12.30 Комедия «Покровские ворота», 1 и 2 с.
15.15 Мелодрама «Цветок и камень». (Индия).
18.30 М/ф: «Трое из Простоквашино», «Каникулы в Простоквашино», «Комаров».
19.30 «Городское путешествие».
20.00 Мелодрама «Жестокий романс».
23.00 «Незвездное детство». С. Тома.
23.30 Драма «Табор уходит в небо».
01.30 «Городское путешествие».
02.30 Мелодрама «Жестокий романс».
04.55 Музыка.

ГИПЕРТОНИЯ — КЎЗГА КЎРИНМАС ҚОТИЛ

Олий тоифали шифокор Нурулла Шарипов билан суҳбат

— Гипертония касаллигини нима учун кўзга кўринмас қотил дейишади?

— Бу касаллик инсон ҳаётига катта хавф солиши билан кўзга кўринмас қотил номини олган. Қизиқ томони шундаки, хасталикнинг пайдо бўлишига кўпинча беморларнинг ўзи сабаб бўлади.

Тиббий тилда гипертония деб аталувчи бу касаллик, яъни хафақон дунёда энг кўп тарқалган юрак-томир хасталигидир. Ер юзидаги ҳар беш кишининг бирида юқори қон босими аниқланган.

Касаллик дастлаб бош оғриғи, асабийлик, бош айланиши, хотира ва фаолиятнинг пасайиши билан кузатилади. Шунинг учун бемор дастлаб бу хасталикка чалинганини билмайди, ўзидаги ҳолатни чарчоққа йўйиб, ўзбошимчалик билан даволанади. Натижада, бош оғриши ва дармонсизлик сурункали тус олади. Юқори қон босими эса юрак, томир, буйрак, кўз, мия фаолиятига таъсир кўрсатиб, саломатликка жиддий путур етказади.

Хасталик асорати сифатида инфаркт, инсулт, стенокардия, кўриш қобилиятининг сусайиши, буйрак етишмовчилиги, мияга қон қуйилиши каби касалликлар пайдо бўлади.

— Гипертонияга сабаб бўлган омиллар ҳақида сўзлаб берсангиз.

— Юрак ва томирлар фаолиятини асаб тизими бошқариб туради. Ана шу марказ ишининг бузилиши — артериялар деворидаги мушакларнинг қисқариб томирларнинг торайиши улардаги қон босими ортишига олиб келади. Юрак торайган томирлардан қонни ортиқча куч сарфлаб ўтказади. Кучли босимга дош беролмай томирлар шикастланиб, маълум аъзога қон қуйилишига сабаб бўлади.

Камҳаракатлик, узоқ ўтириб ишлаш ҳам хафақонга замин ҳозирлайди. Бу касалликнинг ривожланиши учун энг хавфли омил ортиқча вазндир. Мутахассисларнинг кузатишларича, ҳар кило ортиқча вазн қон босимини 2 мм. симоб устунига кўтаради.

— Касаллик қандай кечади?

— Хафақон тўрт босқичда кузатилади. Дастлабки босқичда бемор тез чарчайди, асабийлашади, уйқуси бузилади, эрталаблари бош оғриғи безовта қилади. Бунда артериал босим ўртача 140/95, 150/100 гача кўтарилади. Бемор бироз дам олгач, меъёрига тушади. Иккинчи босқичда қон босими 160/100, 170/110 гача кўтарилади. Юқоридаги белгиларга қўшимча юракда оғриқ, тез юрганда, зинадан кўтарилганда нафас қисиши, юз қизариши, терлаш, хотира пасайиши пайдо бўлади. Бош кучли оғрийди.

Касалликнинг бу икки босқичида даволанса бўлади.

Қон томирларида холестерин ҳосил бўлиши учинчи босқичда кузатилади. Бунда склероз ривожланади. Тўртинчи босқичда беморнинг умумий ҳолати ёмонлашади. Қон томирлари, буйрак, юрак, бош мия зарарланади. Нафас қисиши, юрак оғриғи кучайиб кетади. Хотира пасайиб, асаблар таранглашади, кўз олди хиралашади, эрталаб қовоқлар, юз ва қўл-оёқларнинг шишиши, бармоқлар увишиши кузатилади. Узоқ давом этган спазм натижасида инфаркт ривожланади, бош мияда қон айланиши бузилиб, фалаж юзага келади.



— Гипертоник криз нима?

— Гипертония касаллиги бор кишиларда бу ҳолат кузатилади. Гипертоник кризда қон босими тўсатдан кескин кўтарилади. Бунда беморнинг боши лўқиллаб оғрийди, кўз олдида юлдузчалар пайдо бўлади, ҳолсизланиш, юракда оғриқ, нафас қисиши юзага келади. Бундай ҳолат касалликнинг барча босқичига хос.

Гипертоник криз баҳор ва куз ойларида кўпроқ кузатилади. Касалликнинг пайдо бўлишига об-ҳавонинг таъсири жуда катта.

Хасталикка аёллар эркакларга нисбатан 6 баробар кўп чалинади. Гипертоник криз ҳам бир неча босқичда кузатилади. Қон босими кўтарилишининг 1 — 2-босқичида криз қисқа муддатда бўлса ҳам, тез-тез такрорланади. Бир неча дақиқадан икки-уч соатгача давом этади. Иккинчи ва учинчи босқичда кескин бош оғриғи, қулоқда шовқин, уйқучанлик, кўнгил айниши, қусиш, кўриш ва эшитиш қобилиятининг сусайиши кузатилиб, у бир неча соатдан тўрт-беш кунгача давом этади. Криз натижасида инсулт, инфаркт, мияга қон қуйилиши, юрак етишмовчилиги, ўпка шиши каби ёмон асоратлар юзага келади.

— Қон босими кўтарилганда беморга қандай ёрдам кўрсатиш мумкин?

— Беморнинг умумий аҳволи оғирлашганда «тез ёрдам» чақириш шарт. Унга қадар беморни ярим ўтирган ҳолда ётқизиш, тизза ва товонларини грелка ёки иссиқ сувли ванна билан иситиш, корвалол ва анаприлин, қаттиқ бош оғриганда папаверин бериш керак. Қон босимини туширувчи дориларни врач назоратисиз қўллаш тавсия этилмайди. Негаки, босимнинг кескин тушиб кетиши бемор ҳаётига хавф солиши мумкин.

— Артериал босим қанча бўлиши керак?

— Артериал босим қуйидагича бўлади:

16-20 ёшда — 100/70 ёки 120/80;

20-40 ёшда — 120/70 ёки 130/80;

40-60 ёшда — 135/85 ёки 140/90;

60 ёшдан катталарда 140/100 гача.

Қон босими бир неча кун давомида 140/90 ёки ундан ҳам баландда бўлса, дарҳол шифокорга мурожаат қилиш керак.

— Касалликнинг олдини олиш учун нималарга эътибор бериш зарур?

— Аввало, касалликнинг олдини олиш уни даволашдан осонроқ эканини ёдда тутиш зарур! Қон босимини меъёрида ушлаб туриш учун эса ҳамиша кун тартибига риоя қилиш шарт. Ҳар куни енгил жисмоний машқлар қилиш, пиёда юриш, айниқса, сувда сузиш фойдали.

Овқатга ишлатиладиган туз миқдорини камайтириш, дудланган маҳсулотлар, пишлоқ, тузламалар, колбаса, консерва, майонез, кетчуп, хамирли овқатлардан кўп истеъмол қилмаслик тавсия этилади. Буларнинг ўрнига мева ва кўкатлардан фойдаланиш керак. Шунингдек, овқатга ўсимлик мойи ишлатиш, ҳайвон ёғлари, қовурилган таомларни камайтириб, ёғсиз творог истеъмол қилиш зарур. Шунда қондаги холестерин миқдорини меъёрида ушлаб туриш мумкин. Қон босими кўтарилишида энг ёмон ҳолат асабийлашиш, стрессдир. Аммо ҳаёт биз ўйлагандан кўра мураккаброқ, баъзан қайғуга ботамиз, таъзияли кунлар бўлади. Бундай пайтда киши сиқилмай иложи йўқ. Аммо саломатлик ҳамма нарсадан устун. Шунинг учун одам ўзини тинчлантириши, чуқур нафас олиши, иложи борича жанжалли, азали жойдан тезроқ чиқиб кетиши, бошқа нарсага чалғиши зарур. Атрофдаги нуқсонларга эътибор бермаслик, кечиримли бўлиш, руҳиятни туширмаслик соғлиқ учун муҳимдир.

Агар сизга қон босими ташхиси қўйилган бўлса, касалликнинг йўлдоши бўлган мия инсулти, инфарктнинг олдини олиш учун соғлом турмуш тарзига амал қилиш, кўпроқ пиёда юриш, сайр қилиш, ўз вақтида дам олиб, яхши ухлаб, ҳамиша шифокор назоратида бўлиш тавсия этилади.

— Касалликни даволаш учун қайси шифокорга учрашиш керак?

— Қон босими юқори беморлар даволовчи шифокор, кардиолог, ички касалликлар ҳамда асаб касалликлари бўйича мутахассисларга учраши лозим. Касалликни даволашда шифокор белгилаган дори-дармон билан бирга шифобахш гиёҳлар, игнабаргли дарахт шохларидан ванналар ҳам яхши самара беради. Шунингдек, беморнинг невроз ҳолатини бартараф қилиш ҳам муҳим аҳамиятга эга. У кўпроқ вақтини очиқ ҳавода ўтказиши, тинчлантирувчи дориларни истеъмол қилиши, ётишдан олдин бир-икки соат сайр қилиши зарур. Касалликнинг иккинчи-учинчи босқичига мансуб беморлар ортиқча жисмоний меҳнат, асабийлашиш, ўтириб туриш, бир жойдан бошқа жойга тўхтовсиз юришни талаб этадиган ишлардан сақланиши керак. Овқатланганда сут, қатиқ, чакки, творог, карам, турли ёрмалар, ўрик, исмалоқ истеъмол қилиш жуда фойдали. Чакида инсон организмига жуда керак бўладиган оқсил ва дармондорилар мавжуд.

Сариёғ ва тухумни ҳафтасига икки-уч марта истеъмол қилиш мумкин.



Семиришга мойил беморлар ҳафтасига бир-икки кун парҳез қилиши керак. Кун давомида 1,5 кг. олма, 400 гр. творог, ярим литр қатиқ бешга бўлиб истеъмол қилинади. Парҳезли кунларда бемор кундузи ҳам дам олиши лозим. Қабзиятнинг олдини олиш учун сабзи, сувда пиширилган қизил лавлаги, олхўри ейиш, қатиқ ичиш зарур.

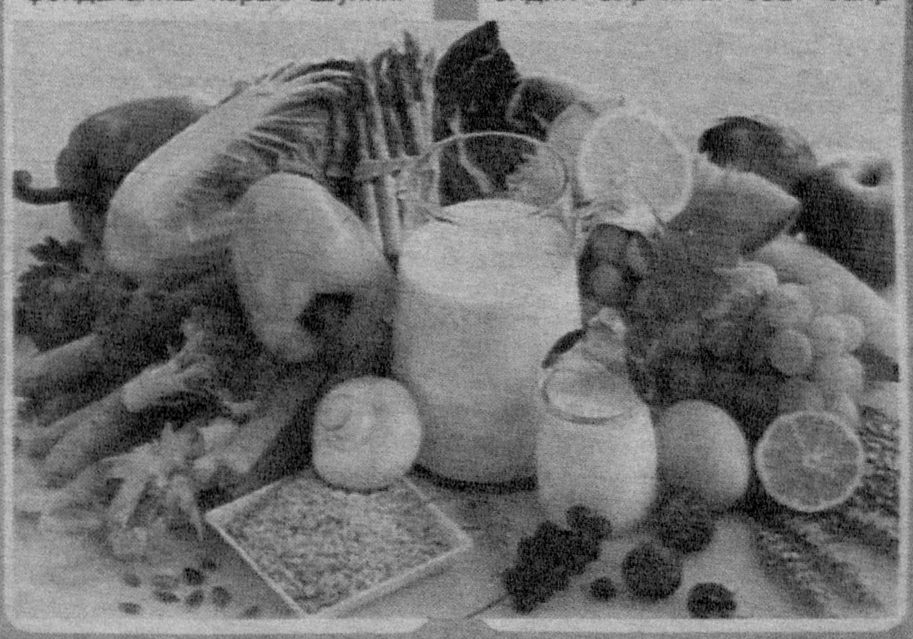
— Халқ табобати усулида даволанса бўладими?

— Халқ табобатида юқори қон босимини тушириш, асаб тизимини тинчлантириш учун қора зирк (барбарис)-дан фойдаланишган. Ибн Синонинг ёзишича: «Қора зирк меваси сафрони енгиб қаттиқ ҳайдайди, қон босимини туширади». Шунингдек, халқ табобатида зирали чой қон босими ошган беморларга тавсия этилади.

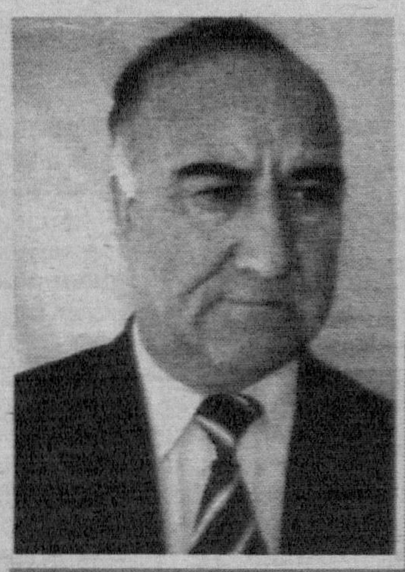
Бунинг учун ярим литрли чойнакка бир қошиқча зира ва шунча кўк чой солиб, устига қайнаган сув қуйилади. 5-7 дақиқа дам едирилгач, кун бўйи чой ўрнига бир-икки ой ичилади. Кийикўт дамламаси ҳам шу усулда тайёрланади. Бу дамлама ҳам хафақонга яхши даво ҳисобланади.

Шунингдек, шивит, чилонжийда, тут, лимон ҳам юқори қон босимида фойдали. Айниқса, бир пиёладан лавлаги, сабзи ёки турп, битта лимон сувини сиқиб, бир пиёла суюқ асалга аралаштириб тайёрланган туркона дори хафақонга қирон келтиради. Ундан кунига 3 маҳал бир қошиқдан овқатдан бир соат кейин икки ой давомида ичилади.

Суҳбатдош:
А.НАБИЕВА



Ishonch 2009-yil 23-aprel
№ 43 (2918)



Абдуғаффор Хон 1950 йили Бухоро туманидаги Кечкўноқ қишлоғида таваллуд топган. Бухоро Давлат университетининг катта ўқитувчиси. Унинг адабиётшунос олим ва ёзувчи сифатида «И.С.Тургенев анъаналари ўзбек адабиётида», «Истеъдод жозибаси», «Катта инсон умиди», «Тагорнинг мангулик қўшиқлари», «Ҳамдард кўнгил изҳори» номли илмий рисолалари, «Фидойи», «Саховат саболари», «Шоҳ нури» каби бадиий-публицистик асарлари нашр этилган.

Нурли лаҳзалар



Бир япроқ...

Катта йўл саҳнида мунғайиб бир япроқ ётибди. Ҳар замон машиналар гувиллаб ўтганда, у пирпираб беихтиёр улов ортидан эргашади. Аммо маълум масофадан сўнг яна йўлга беҳол бош қўяди.

Шу тахлит машиналар ўтиб туради. Япроқ уларнинг ҳар қайсисига ҳам эргашади, олға интилади... бироқ тағин йўлакка маъюсгина бош қўяди.

Унинг ўзагидан узилиб ҳам ҳаракатдан қолгиси келмасди... Кеч кузнинг оғир қора булутлари ўлжа қидираётган бургутлар тўдасидек пастлаб сузиб юрар, ялтироқ асфалт йўл саҳнида эса япроқ ҳамон мунғайиб ётарди...

Ой ва Дилором

Ёз кечаларининг бирида тўлин ой ёғдуси кўзига тушган Дилором уйғониб кетди. У ёққа ётди, бу ёққа ётди: уйқудан кўзлари қисилиб турган бўлса-да, барибир, ухлолмади. Сўнг ёнида ётган дадасини турткилай бошлади:

— Дада, дадажоним, туринг! Туринг ҳали...

— Ҳа, нима бўлди? — дадаси ҳайрон кўзини очди.

— Дадажон, туриб ойни ўчириб қўйинг, кўзим қамашиб ухлолмаяпман.

Дадаси уйқу кайфияти билан аввалига ҳеч нарсага тушунмади. Сўнг устига энгашиб турган қизининг лўппи юзлари ва шаҳло кўзларидаги ташвишли нигоҳни кўриб жилмайиб қўйди-да, меҳри товланиб уни маҳкам бағрига босди:

— Оббо, ширин қизим-ей! Мана ҳозир-да...

Дадаси уни авайлаб жойига ётқиздида, устини ёпиб, узун киприкли кўзларини мулойимлик билан юмдирди:

— Ана, ётинг энди, оймомани ўчирдим...

Бир зум ўтмай бу гапга чиппа-чин ишонган қизалоқ ширин уйқуга кетди.

Дадаси бугун шаҳардан қизчасини олиб қишлоққа — ота-онасиникига келганди. Анчадан бери кўришмаган дўстлари билан оқшомги улфатчиликдан сўнг унинг эндигина кўзи илинганди.

...Тонг саҳарда Дилором онаси кўзмунчоқ тақиб қўйган дўмбоқ қўлчалари билан дадасининг юзларини майин силаганча яна уйғотди. Дадаси ёқинқирамай кўзини очаркан, шаҳло кўзлари уйқудан тўйганидан чарақлаб, лўппи ёноқчалари қирмизи товланиб турган, қоп-қора мулойим сочлари пешонасини қоплаган қизчасини кўрди. Дилором лабларини чўччайтирганча хархаша қиларди:

— Дада, дадажоним, қани манинг оймомам? Қани-и?..

Қуёшни узатиш ва... кутиш

Булутлар қирмизи, шафақ қирмизи...

Шафақ пастдан улкан ёнғин шуъласи ураётгандек қизғиш тусга кирмоқда эди. Юзлари қип-қизил оқ булутлар карвони уфққа ёнбошлаб олишганди: улар қуёшни кузатишмоқда.

Қуёшдан айрилишни истамаган булутлар чексиз изтироб ва айриликдан тобора қон йиғлаб, охири қоп-қорайиб, сўлиб қолишди.

...Тонг билан туриб ажиб манзаранинг гувоҳи бўлдим: ўша оппоқ булутлар энди шарқ уфқида тўдаланиб туришарди. Қуёшни кутиб олаётган булутлар қувончдан тобора ёрқинлашиб боришар, улардан эса оламга гўзаллик тўлқини ёйилмоқда эди.

Абдуғаффор Хон



Сўз. Озод рух... Ишқ

Яратганнинг каломи ила бутун рўйи замин яралганлиги СЎЗ қудратининг чексиз экани ҳақида қуёшдан учқун қадар тасаввур уйғота олади кишида. Негаки, гувоҳи бўлмаган жараён ҳақида тўлақонли таассуротга эга бўлиш инсонга хос эмас. Акс ҳолда, илоҳий муждонинг нафасидан башарият ҳаёти ҳозирги кундагидан умуман бошқача тарзда кечган бўлар(ми)ди...

Ижодкорлик — моҳиятнинг моҳитоби ҳисобланмиш ана шу СЎЗнинг илк хитоб этилган лаҳзасидаги чексизликка талпиниш, руҳиятнинг қат-қатига сингиб кетган сасларни илиниш...

Айтил(ма)ган сўзни излашми, кашф этишми ёки ғуборланган нурни артиб қўйишми... қандай англаш ҳар кимнинг ўзига ҳавола. Илло, ҳар бир нигоҳ, қалб ўзича қабул қила олган сўз яшашга маҳкум. Муҳими, шоир айтганидек:

Сўзлар ёнса,
дудоқлар ёнса,
юрак ёнса, ёнса
дафъатан,
Жилвагар дунёнинг
уйқусин бузиб,
бир сўз айтиб келсанг
тонгни кўтариб!

Аслида масъуллик иборасини ранг-баранг ва беқарор ижодга қўллаб бўлмаса-да, ишлатилаётган ҳар бир сўзда улкан масъуллик ҳисси мужассам.

«Осмонни уйғотган чақмоқ чақиндай Сўз ила дилларни уйғотиб кет»ишга, «Сўзларда поклан»иб, «Сўзга Она бўлиш»га чоғланган туйғуларнинг тоғ чўққисидан отилиб тушаётган шалола каби мусаффолик ифорига шўнғиши Озод руҳнинг таваллуд куни бўлади. Ва у англайдики, «Мен дунёга келмадим ҳали, Тушларимда ҳаётлигим рост». Дунёга келиш — исён, дард, ишқ... уйғонишга талпинишнинг ўзиёқ парвозга шайланган руҳнинг жасорати эканлиги маълум бўлади. Ғафлат дунёсига сиғмаган Қушнинг кенгликка талпиниши ҳам, озод руҳ товушига айланиши ҳам шундан. Фақат жасоратнинг аро йўлда сарсон бўлмаслиги МАШАҚҚАТ зарбини ютишга қодир бардошга боғлиқ.

Само ва Ер оралиғида
Кетиб борар бир далли дарвеш.
Тор дунёни парча-парчалаб,
У — кенгликни тинглаётган Қуш.
Сукут ичра ҳайқириқлари
Ошиқлигин этар яланғоч.
Шашти тўлқин, шашти денгиздай
Озод руҳнинг товушидир бу.

Очиғи, Мусалламбонунинг «Тинглаётган одам» тўплами менда янгича бир таассурот уйғотди. Гарчи, китобдаги бир қадар жўн иборалар, содда шаклларни инкор этиб бўлмаса-да, ўзига хос сўзи бор. Шеърлар билан танишар экансиз, босқичма-босқич юксалаётгандек бўласиз. Руҳни қандай тарбиялаш ёки қандай яшашга сирли ишора яширингандек. Сўз воситасида Озод руҳга талпиниш, орзулар рўёга айлангач, қайтиш жараёни бошланади. Бу турли образларда Бола, Она, Сўқмоқ ва ҳоказода акс этади. Муҳими, яхлит соғинчнинг улғайишини таъминлаш. У эса, айни пайтда шоир ижодида покланиш паллаcини бошлаб беради. Натижада, «хотиралар тўлғоғида соғинчнинг қадри» ортиб боради.

Соғинчга айланиб қолган дунё,
Кўксимда йиғлаётган армон
Мен етолмаган Ҳаж — Онам.

Ҳайратнинг бағрига ҳамма нарса сиғади. Соғинч, армон, изтироб... фақат ёвузликка жой йўқ. Шу боис у қисилиб, қимтиниб, аммо буюк дард билан мажнунона йўлни босиб ўтишга мажбур. Йўлнинг охири эса... Замонлар ўтди, Фарҳод, Мажнун, Машраб... лар дунёга келди. Бу йўлда неча саҳролар сарғайиб, неча тоғлар ер билан битта бўлди. Қанчадан-қанча ирода, жасорат сафардан воз кечди, қурбон бўлди. Аммо ҳамонки, ҳижрон висолга, дард эса бахтга айланишда давом этмоқда. «Кузги хазонрезлар шитир-шитири майин ёғаётган ёмғир табассумини «Сохта кун, сохта тун. Қарашлар сохта» бўлган ҳийлакорлик ботқоғида «фаришталарга» Қора рангда ҳақиқатларни» кўрсатишга чоғланиш «мантиқсизлик»нинг теран нигоҳи эканлигини англаш мумкин.

Шу ўринда юксалаётган босқичнинг асоси соғинч эканини унутмаслигимиз керак. Инсон улғайиб, болаликни қўмсаши — қонуният. Яъни болалигидаги «катта» эслат»иши, ишққа айланган дунёларда «бахтнинг суврати»ни чиза бошла»ши ҳайрат кипригидаги бир томчи холос. Аслида, сўз билан ифодалаш қийин бўлган яна қанчадан-қанча реал тушунчаларга сиғмайдиган моҳият яширин.

Шоир «Лолазор устида чордона қуриб, Осилиб ўлаяпман Ишқнинг дорига» деганида ҳижрон сўнгидаги висол, азоб охиридаги ҳаловатга айланаётган дарднинг қувончини ҳис қиласиз. Қалбингизда оғриқ туради. Бир оғриққи, тўрт тарафга ёлғизлик суратини чиза бошлайди. Жамият, ён-атрофингиздаги жамики одамлар жисмни овутишнинг оний кўриниши. ЎЗ эса ҳамиша ёлғиз, у тубанликка шўнғиш ёки юксакликка кўтарилишга маҳкум. Фаришталардан ёки ҳайвонлардан фарқли ўлароқ, танлаш имкони ҳар кўйга солинаётган руҳнинг қисмати.

Мен ўзимга сиғмаган одам,
Бўронларни кесар овозим.
Довулларни қолдириб доғда,
Ишқ шаҳрига етар парвозим.

Шу ўринда бир тимсолнинг, яъни УМИДнинг куртак ёзганини кўриш мумкин. Аслида сўз, соғинч покланиш... барча-барчаси Ошиқнинг умид (мазмун) сари талпинишидаги восита. Мусалламбонунинг яхши-ёмон ижодида ошиқлик чўққисига талпиниш нафасини туйишнинг ўзи ижобийлик сари етаклайди. Хуллас, «Сўз каби юксалиб, тупроқ каби покланиб, ҳузурингга бордим мажнунваш, кипригимда қиқирлаб уйғонди висол. Ташналигим қонмади. Ошиқман!». Ташналик шоирни ҳали яна кўп машаққат водийларидан олиб ўтиб, ҳақиқий ижод бахтига мушарраф этса ажаб эмас.

Акмал ТОШ

ШОМ

ҲИКОЯ

«Шу-у, айтсам гап кўп-да, айнам. Қишда қор оралаб Лўккадан Вахшивордаги мактабга қатнаймиз. Чопонимиз ўнгирида сумалаклар осилиб ётади-ай.

Аммо... деҳқон бўлдик, барибир...»

Саврнинг эпкинлари борлиқни сийпалайди.

Ҳайрондара адирларида кўклам нафаси кезади.

Атроф кўм-кўк...

Шайманқул бова Шаҳидтепада ётиб олиб, Сулаймон малимга гурунг беради. Бованинг соқоллари-да, устибоши-да сутдек оппоқ. Ҳатто нарида қатнариқлиқ эшагининг туси-да оқ... Бованинг юзидан нур ёғилади... Ҳузурлана-ҳузурлана сўзлайди:

— ... Арпа нонга зор пайтлар. А, қорнинг оч бўлса, мактабга бало борми денг. Йўқ-қ, айнам... Саҳар мардондан туркалиб, ўқишга жўнаймиз. Мен эслирак-да шу маҳаллар. Ҳозир Тошканда юрган Алибой праписсир, Бекниёз шоирлар ёш бала. Мен майда бачаларга йўл очиб бораман-ай, айнам. Қор белдан келади. Туршак шимиб, қимир-қимир, қимир-қимир... Ай, товба қилсам-ай...

— Ҳа, энди, қизиқиш бўлган-да, бова...

Сулаймон малим муштдай бўлиб ўтиради. Моғорли дўпписини қўлида айлантиради: жуда бамаъни одам.

Қаердадир адашган улоқ маърайди.

Шайманқул бова телпагини ерга олиб қўяди. Тақир бошини «қирт-қирт» қашийди.

— ...Урушдан сўнгинги йиллар. Одам камчил. Лекигин шу маҳаллар энам эналигини қилмаган. Шундай. Киши бошига икки чўмич атала тарқатади, денг. Ҳа-ҳа, отангизга раҳмат, Қулман қулоқнинг раислик пайтлари-да. Ўзи тепада туриб, назорат қилади. Шу-у, аталага тегинмай энама обкеламан. Уккағарнинг момоси бир ялатим берса қани. Обкелмасам уради-ай, ҳе-ҳе-ҳе...

Шайманқул бова кулади. Кулгуси этни жимирлатади. Кулгуда алам бор, нафрат бор, масхара бор...

Сулаймон малим анграйганнамо нигоҳ ташлайди.

(«Уккағарнинг боваси, ёшлигида кун кўрмаган экан-да. Ё... одамни майна қиляптима?»)

Бироқ бованинг гапини бўлмасдан тинглайди.

— ...Сўғин мен кунжара шимаман, денг. Шу маҳаллар Рўзигул момо дегич ҳамсоямиз бўлгувчи эди. Чарх йигирарди. Ана шу момо тўрттагина шўртак майиз билан туршакни чўлоқ эридан яшириб узатарди. Бўзбола маҳалим ўлиб кетди, бечора.

Томчитепа томондан шамол туради. Шайманқул бова чопонни суриб, бағрини яланг эпкинга тутади.

— ...Бир куни пойлаб туриб, уккағар момонинг бошига халачўп билан солдим. Қиҳҳ-қиҳҳ... Вой-войлаб қолди-ай, қочдим Сайракадирдаги бувамнинг капасига қараб. Барибир қайтариб обкелди. Бачам-бўтам деди. Лекин мен эна демадим. Шундай. Зинқарчадай бўлсам ҳам юракда ёмон алам қолган экан-да, айнам. Ўзим нон топдим, уйландим. Жигит маҳалим энам қайтар бўлди. Жон чиқарда, барибир, қон тортди. Эналаганимни билмай қолдим-ай, айнам.

Сукунат чўкади.

Бова қўли билан чучукмомонинг шокилларини ўйнайди.

Сулаймон малим ким биландир сўрашади.

Бова бошини кўтарса — Жонқобил. Шайманқул бова билан қўшқўллаб кўришади:

— Қандайсиз-да, бова? Бардамма, суяклар енгилма? Юрак бақувватма, юрак?...

Бова соқолларини тарайди. Кўзини қисиб, Жонқобилга қарайди:

— Шукр. Ўзинг қандайсан? Қайдан қайтдинг?

Жонқобил майсада чордона қуради.

— Тўбадан, бова, тўбадан. Зиғирдан хабарлашиб, гартак исфаноқ тердик.

— Ҳа, соз-соз...

Шайманқул бова сал нарида оқаётган бурнига дам бадам енгини ишқаётган болага ажабсиниб қарайди:

— Бу сенинг улингма, Жонқобил? Ҳа, тузук-тузук. Бурнинг оқаяптима? Кел, бақка кел, улим-а...

Бола уялинқираб, ер чизади. Уларнинг олдига боргиси, гурунгига қулоқ бергиси келади. Бироқ ўқитувчисидан сиполанади.

Катталар кулишади. Бова қизиқсиниб сўрайди:

— Отинг нимадир, улим?...

— Шавқиддин...

Шайманқул бова Жонқобилга ҳайрона-ҳайрона боқади:

— Яхши исм экан, улим...

Жонқобил сўзлагандай бўлади:

— Ҳа, момонинг иши...

Шайманқул бова бошини тебратгандай бўлади. Кейин... ўйланиб қолади.

(«Бир замонлар, манов Жонқобил режада ҳам бўлмаган пайтларда бунинг энаси Шавқиддин чавандоз билан қоронғулатиб адир айлангич эди. Ай, уккағар момо-ай... Юрагида шу кунларнинг хумори қолган экан-да...»)

Бола дам-бадам бурнини тортади. Кир шапкасини шамол юлқилайди.

Шайманқул бова сергак тортади. Завқ билан гапираётган Жонқобилнинг сўзига қулоқ тутади.

Жонқобил қайси бир замонда шаҳар борганидан айтади. Эски матал...

— Ай, шуйтиб бориб эдик. Пойтахт дегичи катта бир жой экан-ай. Қурбон бечоранинг ули Қобилни қидирдик. Қишлоққа келса бурнини кўтариб юради. Бир жойни еб ётибдиёв десам... ҳе-ҳе... бир катакка олиб борди. Ай, ундан менинг товуқларим кенгишда ётади-ай, товба қилсам. Нима қилардик: ётдик Қобилгинанинг катагида...

Сулаймон малим ним табассум билан тинглайди: ширингина бўлиб.

Шайманқул бова секингина жилмаяди.

(«Ай, уйинг буғдойга тўлгурлар-ай. Одамни нима билан ўлчайсанлар-а...»)

Кун ботади.

Қишлоқнинг молбоқар зоти борки, адирдан энади. Турфа овозлар атрофни тутади.

Жонқобил анча гапиради: кўп нарса ҳақида.

Шайманқул бова бошини солинтиради. Миясида ҳеч вақо йўқ. Аммо ўйланиб ўтиради: ҳеч нарса ҳақида.

Биргина Сулаймон малим жилмайи-и-и-б ўтиради: иштонбоғи бўш боладай.

Атроф аста-секин сокинлик тўнига бурканади.

Шайманқул бова билан хайрлашган Сулаймон малим пастда кутиб турган Жонқобилнинг олдига, қуриган сойга энади.

Бова Шаҳидтепада анча қолиб кетади. Эшаги безовталанади. Борлиқ аста-секин тун қобиғига ўранади. Томчитепа қорайиб кўринади. Бова ойдинлик таралиб турган қишлоққа суқланиб боқар экан, ички бир хўрсиниқ етилиб келади.

(«Кунинг қайтаяпти, Шайманқул. Ёшлигингни эсласанг-да, ўзингни алдамоқчи бўлсанг-да барибир, шомга яқин келиб қолдинг. Умр ҳам шамолга ўхшаб, у ёққа-буёққа қарагунингча ўтиб кетибди-ай...»)

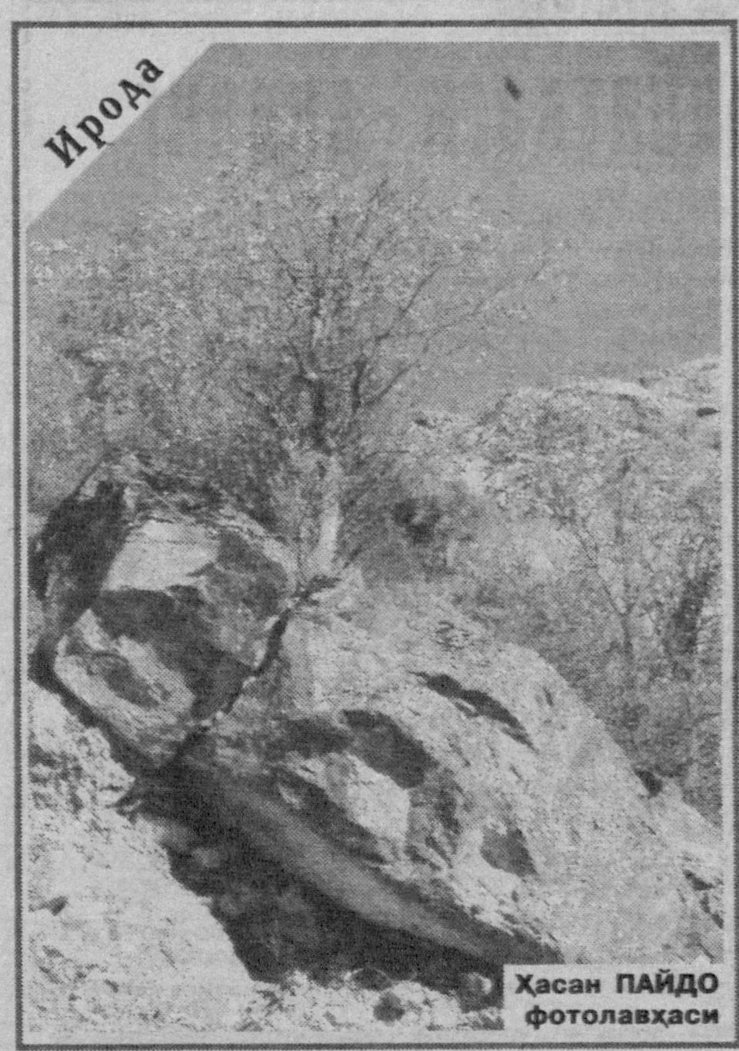
Бова эшакнинг айилини тортади. Эшак ҳанграмоқчи бўлади-ю, ниятидан қайтиб, ваҳималироқ пишқириб қўя қолади.

Кейин...

Бовани миндириб, ёруғлик таралиб турган уйлар ичидаги ягона қоронғу уйни қора тортиб, зипиллаб жўнайди.

Эртага эса... яна Қуёш чиқади.

Сиёвуш ҒОФУРОВ



Ҳасан ПАЙДО
фотолавҳаси

Мушоира этади давом



Нега ерга қарайсан, Раъно?

Сен моҳсан, кўкдаги ул моҳ эмасдир,
Қайғу-алам сенга ҳамроҳ эмасдир.
Севмоғу севилмоқ гуноҳ эмасдир,
Нега ерга қарайсан, Раъно?

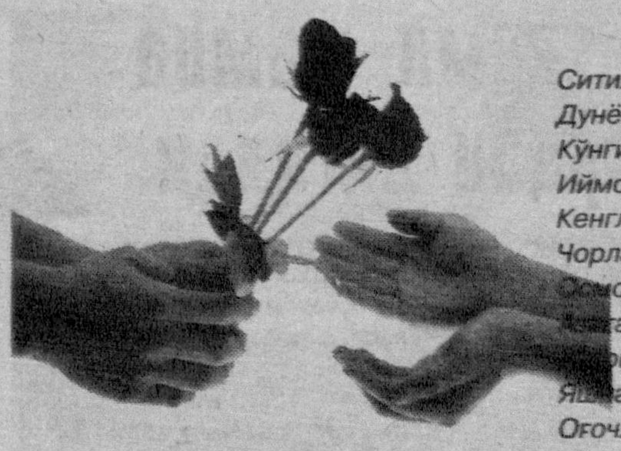
Саодат боғига юзинг бурмайсан,
Иқболнинг очилган гулин термайсан.
Сўзларимга нечун жавоб бермайсан,
Нега ерга қарайсан, Раъно?

Гулзордаги гуллар висол истайди,
Қумрилар, булбуллар висол истайди.
Ошуфта кўнгиллар висол истайди,
Нега ерга қарайсан, Раъно?

Севги орзу эмас, тилак эмасдир,
Муҳаббатсиз юрак юрак эмасдир.
Бир сўз айт, бошқаси керак эмасдир,
Нега ерга қарайсан, Раъно?

Дилдаги туғёндан қизариб юзинг,
Ерга қадагансан иболи кўзинг.
Айта олмай, менга бир оғиз сўзинг,
Нега ерга қарайсан, Раъно?

Темир ҚУРБОН



* * *

Ситилди ситамнинг сароб рўзлари,
Дунёвий дардлардан чўнтагим қуруқ.
Кўнгилнинг адашган хазон резлари,
Иймондан ийманиб берар йўл-йўриқ.
Кенгликда увиллар умидли қипчоқ,
Чорлайди саҳронинг саховат уйи.
Осмонга таҳдидин қўймайди ўчоқ,
[illegible]га айланар дунёнинг тўйи.
[illegible]онлар санчилар ярадор дилга,
Яшаган дилларнинг умидида туш.
Оғочлар айланар қаҳратон кулга,
Изимдан қиличин қайраб турар қиш.

Муҳаммад ҒАФФОР

Соғинч

Уфқлар ортида сирли олам жим,
Туманлар ортида ранглар олар тин,
Жимликни буздиму, саҳардан бугун,
Сенла яшамоққа сўрадим бир кун.
Бир кун,
Соғинчлар кўнгилга қуйилар,
Бир малак руҳимдан қувилар,
Дунё девонавор ишдек туюлар,
Бағрингда оқай деб сўрадим бир тун.
Бир тун,
малаклар сочимни силаб кўрдилар,
Соғинчлар кўзимни сўраб кўрдилар,
Армонлар кўнглимни тилаб кўрдилар,
Ишқимни қўймоққа сўрадим бир дил.
Бир дил –
етар эди фидо бўлмоққа,
Бир кун етар эди умрим бермоққа,
Бир тун етар эди кўзни юммоққа,
Нигоҳинг етарди ўздин кечмоққа,
Нигоҳинг,
кўнгилга қуйилар самодек,
Руҳимда чайқалар мовий дарёдек,
Кўзларимни кўзларингга асир қил,
Ўтмаяпти биргина умр,
Ўтмаётган кунларимга кел.

Дилором АБДУРАҲМОНОВА

Фарзандларимга

Яшангиз энг аввал ўзликни англаб,
Тўқ мағизи бўлинг ишқ деган жонинг.
Аъмолингиз айтиб суйсинлар яйраб,
Гул, ялпизи бўлинг Ўзбекистоннинг.

Мардлари кўп юртга ёғийлар келмас,
Майдони, марди йўқ эл асли элмас,
Ҳақ йўлда титрамас, ёвга эгилмас,
Тиғха тизи бўлинг Ўзбекистоннинг.

Дунё холи эмас ғаламислардан,
Нафсига қул бўлган турфа туслардан,
Тиллони фарқламоқ учун мисларидан,
Ҳушёр кези бўлинг Ўзбекистоннинг.

Ҳар кимда уй бўлсин кетсанг кутгани,
Ўз тупроғи бўлсин кўзга суртгани,
Ватан мангулигин куйлаб ўтгани,
Чанқовизи бўлинг Ўзбекистоннинг.

Айланар оламнинг кўпланги, Зеи,
Кимнинг қизлигини ўлчар тарози,
Шоир онам бўлсин десангиз рози,
Ўғли, қизи бўлинг Ўзбекистоннинг.

Замира РЎЗИЕВА

Касаба уюшма спорти



Спортни севмаган ким бор?

Қаердаки ишга сидқидилдан ёндашилса, ўша жойда муаммолар тугуни ечим топади, ибратли ишлар таърифи тилдан-тилга кўчади.

Паркент тумани аҳолисида спортга бўлган қизиқишнинг юқорилиги қайд этилаётган натижаларда намоён. Ўнлаб полвонлар белбоғли кураш бўйича Ўзбекистон терма жамоаси аъзоси, Осиё ва жаҳон чемпионати ғолиблари...

Яқинда тумандаги Тадбиркорлик ва хизмат кўрсатиш касб-ҳунар коллежи спорт мажмуасида Агросаноат мажмуи ходимлари касаба уюшмаси туман кенгаши ҳамда туман ҳокими кубоги учун Қишлоқ тараққиёти ва фаровонлиги йилига бағишланган спорт беллашувлари бўлиб ўтди. Унда тармоқ бошланғич ва ҳудудий бирлашган касаба уюшма қўмиталари ва мусобақа мезбони — коллеж спортчиларидан иборат жами 12 та жамоа спортнинг волейбол ва шахмат турлари бўйича ғолиблик учун кураш олиб борди.



Барча учрашувларни юқори шиддат остида ўтказган «Абдуҳамид-Абдувоҳид» фермер хўжалиги волейболчилари биринчи, Чанги қишлоқ ҳудудий бирлашган касаба уюшмалари иккинчи, Бошқизилсой ҳамда Навбаҳор қишлоқ ҳудудий бирлашган касаба уюшмалари жамоалари эса учинчи ўринни эгаллади.

Шахмат баҳсларида намданаклик Эргаш Ҳайитхўжаев ғолиб чиққан бўлса, чангилик Беҳзод Имомов, Навбаҳор қишлоқ ҳудудий бирлашган касаба уюшмаси аъзоси Ҳусан Ортиқов совриндор бўлди.

Ғолиб ва совриндорларга Агросаноат мажмуи ходимлари касаба уюшмаси Паркент туман кенгаши, туман ҳокимлиги ҳамда «Чанги Ҳабибулло Аббос» фермер хўжалиги томонидан таъсис этилган кубок, дипломлар, эсдалик совғалари топширилди.

Биз билан суҳбатда тармоқ касаба уюшмаси Паркент туман кенгаши раиси М.Умаров шундай деди:

— Аҳоли ўртасида соғлом турмуш тарзини шакллантиришда спорт тадбирларининг аҳамияти катта. Спартакиадани ўтказишда кўмак берган Тошкент вилоят касаба уюшмалари спорт жамияти, тармоқ касаба уюшмалари вилоят кенгаши ҳамда туман ҳокимлиги, Маданият ва спорт ишлари бўлими мутасаддиларига спортсеварлар номидан миннатдорчилик билдираман. Мусобақаларимиз йил давомида тўхтамайди. Август ойида эса тармоқ ходимлари ўртасида навбатдаги йирик мусобақа — футбол ва кураш бўйича вилоят турнирини ўтказишни режалаштиряпмиз.

Шифокорлар баҳси

Қорақалпоғистон республикаси соғлиқни сақлаш ходимлари касаба уюшмаси кенгаши томонидан Нукус шаҳрида Қишлоқ тараққиёти ва фаровонлиги йилига бағишланган тармоқ ходимларининг анъанавий олтинчи спартакиадаси ташкил этилди.

Стол тенниси, шахмат, шашка, армрестлинг, арқон тортиш спорт турлари бўйича ўтган баҳсларда Амударё туман тиббиёт бирлашмаси жамоаси энг кўп очко жамғарди. Кегейли туман жамоаси иккинчи, 2-сонли республика сил касалликларига қарши курашиш шифохонаси ходимлари эса умумжамоа ҳисобида учинчи ўринни эгаллашди.

Спартакиада ғолиблари ташкилотчилар томонидан дипломлар, медаллар, кубок ҳамда қимматбаҳо совғалар билан тақдирланди.



Л. БАЙБОСИНОВА,
Қорақалпоғистон республикаси соғлиқни сақлаш ходимлари касаба уюшмаси кенгаши раиси

Осиё чемпионлар лигаси

Узоқ кутилган ғалаба

Осиё Чемпионлар Лигасининг 4-тур учрашувлари бўлиб ўтди. Лигадаги ўйинлар сифатини ошириш учун Тошкентнинг «Бунёдкор» жамоаси раҳбарияти миллий терма жамоа устози Миржалол Қосимовни яна клубга таклиф қилди. Энди у бу ерда бош мураббий маслаҳатчиси лавозимида фаолият кўрсатади.Айтиш мумкинки, ўзгариш ўзини оқлади. «Қалдирғочлар» Исфаҳон шаҳрида «Сепаҳон» футболчилари устидан 1:0 кўринишида кичик ҳисобдаги, лекин аҳамият касб этадиган ғалабага эришди.

Тўпни 19 -дақиқада Темур Копадзе киритди.

Тўртинчи турдан сўнг «D» гуруҳида 9 очко тўплаган «Ал-Иттифоқ» пешқадам бўлиб турибди. «Аш-Шабаб» (Дубай, БАА) — «Ал -Иттифоқ» (Даммам, Саудия Арабистони) — 1:4 Иккинчи ўриндаги «қалдирғочлар» 7 очко тўплашган. Кейинги турда (5 май куни) Саудия Арабистонининг Даммам шаҳрида айнан пешқадамлар рўбарў бўлишади ва гуруҳдаги вазиятга бирмунча ойдинлик киритилади. Ушбу ўйинда ғалаба қозонган клуб гуруҳдан биринчи ўринни олиб, 1/8 финалга чиқиш муаммосини назарий жиҳатдан ҳал қилади.

Жамоалар	Ў	Ю	Д	М	Т-Н	О
1. Ал-Иттифоқ	4	3	0	1	11-5	9
2. Бунёдкор	**4**	**2**	**1**	**1**	**5-5**	**7**
3. Сепаҳон	4	1	1	2	5-5	4
4. Аш-Шабаб	4	1	0	3	4-10	3

«Пахтакор» нимчорак финалда

Кеча Осиё чемпионлар лигасидаги иккинчи жамоамиз «Пахтакор» футбол клуби ўз майдонида Эроннинг «Саба Баттери» футболчилари билан баҳс олиб борди. Хабарингиз бор, Эроннинг Қум шаҳрида ўтган учрашувда тошкентликлар мухлисларига 2:0 ҳисобидаги ғалабани туҳфа этишганди.

Бу галги ўйин ҳам ишқибозлар эътиборини тортди.

Дастлаб 4-дақиқада меҳмонлар футболчиси Муҳаммад Нурий «Саба Баттери»ни ҳисобда олдинга олиб чиқди.

Бироқ майдон эгалари бундан эсанкираб қолмади. Аксинча, аста-секин ўйин тизгинини ўз қўлига олишди.

35-дақиқада Одил Аҳмедов пенальтини аниқ бажариб, ҳисобни тенглаштирган бўлса, 48-дақиқада Станислав Андреев томонидан киритилган тўп якунда Виктор Жалилов шогирдларига ғалабани тақдим этди.

Шундай қилиб, тўртинчи турдан сўнг «Пахтакор» 10 очко жамғариб, нимчорак финал масаласини ҳал қилди.

ОФК кубоги

Навбатдаги дуранг

ОФК Кубоги доирасида ҳам тўртинчи тур ўйинлари ўтказилди. Мамлакатимиз шарафини ҳимоя қилаётган Фарғонанинг «Нефтчи» клуби сафарда Баҳрайннинг «Бусайтин» жамоаси меҳмони бўлди. Унда 2:2 ҳисобидаги дуранг қайд этилди. Мезбонлар 8-дақиқада ҳисобни очишган бўлса, фарғоналиклар 25 ва 43-дақиқада тўп киритиб, биринчи бўлимни яхши кайфият билан якунлашди.

Иккинчи бўлимда ўйин асосий вақти тугашига тўрт дақиқа қолганда, мезбонларнинг саъй-ҳаракати ўз самарасини берди ва жавоб тўпини киритиб, ҳисобни тенглаштирди.

«А» ГУРУҲИ

«Бусайтин» — «Нефтчи» —2:2

Голлар: *Роби Лафуий (8, 86) — Мансур Саидов (25), Алишер Холиқов (43-пенальтидан)*

«Ат-Тилол» — «Ал — Аҳад» 2:1

Жамоалар	Ў	Ю	Д	М	Т-Н	О
1. Бусайтин	4	2	2	0	10-6	8
2. Ал-Аҳад	4	2	0	2	11-7	6
3. Нефтчи	**4**	**1**	**2**	**1**	**5-8**	**5**
4. Ат-Тилол	4	1	0	3	3-8	3

Кейинги ўйинлар: 5 май, сешанба
«Нефтчи» — «Ал-Аҳад», «Бусайтин» — «Ат — Тилол»

2010 йилги Осиё Кубогининг саралаш босқичига тайёргарлик кўраётган Роберт Гай устозлигидаги Ўзбекистон аёллар терма жамоаси «Чиғатой» терма жамоаларни тайёрлаш марказида Алексей Евстафеев бошчилигидаги Республика олимпия захиралари коллежининг 1994 йилда таваллуд топган футболчилари билан ўртоқлик учрашувини ўтказди.

Миллий терма жамоа ўсмирлардан енгилди



Дастлабки дақиқаларданоқ ўйин очиқ тарзда бошланди. Бу ҳолат қизларни шошириб қўйди чоғи, айниқса, ҳимоя ҳудудидан тўпни олиб чиқиб кетиш Гай шогирдларига катта муаммо туғдирди. Йўл қўйилган кетма-кет хатолар туфайли, ўсмирлар танаффусга қадар тўртта жавобсиз тўп киритишга муваффақ бўлишди.

Танаффусдан сўнг олимпия захиралари коллежи вакиллари яна икки бора рақиблари дарвозасини аниқ нишонга олишди: Ўзбекистон аёллар т.ж. – РОЗК 0:6. Албатта, ўртоқлик учрашуви натижасидан фожиа ясаш керак эмас. Аксинча, йўл қўйилган хатолардан тўғри хулоса чиқариш ва кейинги ўйинларда имкон қадар ушбу хатоларни такрорламаслик даркор.

Маълумки, аёллар терма жамоаси 2010-йилги Осиё Кубоги саралаш босқичида иштирок этади. Шу йилнинг 25 апрел – 3 март кунлари Малайзия пойтахти Куала-Лумпур шаҳрида бўлиб ўтадиган саралаш босқичида ўзбекистонлик аёллар қўшни Қирғизистон, Иордания, Малдив ороллари ва Фаластин терма жамоалари билан куч синашади. Гуруҳдан 3 та энг яхши терма жамоа 2-саралаш босқичига йўл олади.

Саҳифани Акмал АБДИЕВ тайёрлади

Ўқинг, уқинг...

Жаҳон рақамли кутубхонаси ташкилотчилар ваъда қилганидек, 21 апрел куни интернетдаги www.wdl.org адресида ишга туширилди. Дунёдаги турли халқларнинг маданий ютуқлари акс этган лойиҳа «Google», «Microsoft» компаниялари сингари ҳомийлар томонидан молиялаштирилди. Ушбу кутубхонани ташкил этишга 19 та давлатдаги ташкилотлар ҳисса қўшди.

Кутубхона 7 та (инглиз, француз, араб, хитой, рус, португал, испан) тилда ишлайди, аммо ундаги виртуал экспонатлар 40 та тилда қўйилган.

Жаҳон рақамли кутубхонасининг бош мақсади — маърифатни ёйиш. Лойиҳа муаллифларининг фикрича, у ўқувчилар учун турли мамлакатларнинг маданий меросига кенг йўл очиб бериши керак.

Инқирозга чидамли мамлакатлар

«Bloomberg» нашрининг хабар беришича, машҳур «Standatd & Poor`s» рейтинг агентлиги молиявий инқирозга чидамли мамлакатлар рўйхатини тузиб чиқди. Унга Хитой, Бразилия, Чили, Полша, Перу, Чехия, Словакия ва Тунис кирган. S&Pнинг ҳисоботига кўра бу давлатлар валюта заҳираларини кўпайтириш, давлат қарзини камайтириш ва ташқи савдода рақобатбардошлигини ошириш борасида муваффақиятга эришишган.





Оттавада йирик намойиш ўтказилди



«France-Presse» агентлиги сешанба куни тарқатган хабарда айтилишича, Оттавадаги Канада ҳукумати биноси ёнида 30 мингдан зиёд тамил йиғилиб, «Тамил-Иламани озод қилиш йўлбарслари» ташкилотига қарши курашаётган Шри-Ланка ҳукуматига таъсир ўтказишни талаб қилишган.

Канадада 2006 йил апрел ойидан бошлаб «Тамил-Иламани озод қилиш йўлбарслари» террорчилик ташкилоти деб тан олингани ва таъқиқлангани учун ҳукумат намойишчилар билан учрашишдан бош тортди.

Шу ўринда бундай митинглар Лондон ва Парижда ҳам бўлиб, Францияда мазкур акция тартибсизликларга айланиб кетганини таъкидлаш жоиз.

Эслатиб ўтамиз, Канадада 300 мингдан кўпроқ тамиллар яшайди. Уларнинг аксарияти 1983 йили Шри-Ланкада сингаллар ва тамиллар ўртасидаги муносабатлар кескинлашиб, кенг кўламли қирғинлар юз бергач, ватанини тарк этишга мажбур бўлган.

«Тамил-Иламани озод қилиш йўлбарслари» ташкилоти 1973 йилдан бери ушбу оролда тамилларнинг мустақил давлатини қуриш учун Шри-Ланка ҳукуматига қарши қуролли кураш олиб боради.

НАТО ҳарбийлари Грузияда

Россия Ташқи ишлар вазирлиги Грузия ҳудудида НАТО машқлари ўтказилишини агрессорни қўллаб-қувватлаш деб ҳисоблашини маълум қилди. Агрессия деганда руслар Грузиянинг 2008 йил август ойида Жанубий Осетияга қарши олиб борган ҳарбий ҳаракатларини назарда тутмоқда.

НАТО вакилларининг ушбу машқлари анча илгари режалаштирилган бўлиб, ҳозирги сиёсий вазиятга алоқаси йўқлиги ҳақидаги баёнотини вазир ўринбосари Сергей Рябков «арзон ва ишонарсиз важ» деб атади. Шунингдек, у Грузия АҚШдан ҳарбий ёрдам олаётганидан хавотирда эканлигини ҳам билдирди. С.Рябковнинг фикрича, америкаликлар шу тариқа можароли зоналарга қурол-яроғ олиб киришни таъқиқловчи халқаро келишувларни бузишмоқда.

НАТО ҳарбий машқлари Грузияда 6 майдан 1 июнгача ўтказилади. Унда блокка аъзо давлатлар делегатлари билан бирга «Тинчлик йўлида ҳамкорлик» дастури асосида Арманистон, Озарбайжон, Молдова, Сербия каби мамлакатларнинг вакиллари ҳам иштирок этади.



Цивилизациядан энг узоқ жой

Еврокомиссия ҳузуридаги бирлашган тадқиқотлар маркази олимлари сайёрамиздаги цивилизациядан энг узоқ жойни аниқлашди. У денгиз сатҳидан 5200 метр баланддаги Тибет платоси экан.

Тадқиқот жараёнида олимлар ер юзининг ҳар бир минтақаси учун аҳолиси камида 50 минг киши бўлган шаҳарга етиб боришга қанча вақт кетишини ҳисоблаб чиқишди. Бунда пиёда юришга, автомобил, дарё ва темирйўл транспортидан фойдаланишга рухсат этилди. Шунингдек, жойнинг мураккаб рельефи, чегарадан ўтишдаги чекловлар ҳисобга олинди.



Маълум бўлишича, ер юзининг камида 10 фоиз ҳудудидан йирик шаҳарга етиб олиш учун 48 соатдан кўпроқ йўл юриш керак экан. Тибет платосига келсак, одамлар у ердан энг яқин йирик шаҳарга бориш учун камида 3 ҳафта вақт сарфлашларига тўғри келади.



Латвия бюджети 40 фоиз қисқаради

Латвия ҳукумати жаҳон молиявий инқирози шароитида давлат харажатларини тахминан 40 фоиз қисқартириш учун бюджетга тузатиш киритишни режалаштираяпти. «DELFI»нинг хабар беришича, бу ҳақда мамлакат молия вазири Эйнар Репше маълум қилган.

Бош вазир лавозимига тайинланишидан олдинроқ, март ойининг бошларида Валдис Домбровскис бюджет тақчиллигини камайтириш учун давлат харажатларини 20 фоизча қисқартиришга тўғри келишини билдирган эди. Аммо кейинроқ ҳукумат бундан ҳам кўпроқ маблағни тежаш керак деган хулосага келди.

Шу ўринда эслатиб ўтиш жоизки, 2008 йилнинг охири — 2009 йилнинг бошларида бюджет харажатларининг камайтирилиши ва солиқларнинг оширилиши Ивар Годманис бошчилигидаги вазирлар маҳкамасининг истеъфосига олиб келган эди.

Озарбайжон қаерда?

Боку шаҳрининг Наримонов туманидаги дўконлардан бирида сохта глобуслар сотилаётганлиги аниқланди. Энг қизиғи, унда Озарбайжон деган ёзувни ҳам, ушбу давлатнинг чегараларини ҳам тополмайсиз.

Ички ишлар вазирлигининг маълум қилишича, Хитойда ишлаб чиқарилган 201 та глобусни мамлакатга маҳаллий тадбиркор Мекойил Юсуфов олиб кирган. «Айни пайтда мазкур ҳолат юзасидан суриштирув ишлари олиб борилмоқда, — дея хабар беради «ANS-Press» агентлиги.

Интернет хабарлари асосида Ҳасан НИШОНОВ тайёрлади

ХАЙР ЭМАС, КЎРИШГУНЧА...

Ishonch 2009-yil 23-aprel
№ 49 (2918)





Қолмабди у бормаган,
Ховли, уй, ҳаттоки дашт.
Жуда қизиқ экан бу —
Отам ёзган саргузашт.

* * *

Кўрганман қандай урган,
Том доимо Жеррини.
Энди топиб ўқийман,
Филмда йўқ ерини.

* * *

Яхшиси мен бу жойда,
Шу бугунча қоламан.
То тонггача ҳаммасин,
Ўқиб, ёдлаб оламан.

Асадулло МИРЗААКБАРОВ,
«Ҳамкорбанк» ОАТБ бирлашган касаба уюшмалари қўмитасининг раиси

* * *

Қаричилик қурсин-да,
Тунлар уйқу келмайди.
Гар китоб ўқимасам,
Ҳеч ҳам куним ўтмайди.

* * *

Дарсларимни бажариб,
Барчани лол қолдирай.
Ҳамма фанлардан доим,
«Беш» баҳо олиб юрай.

Азизбек НОРОВ,
Қарши шаҳри



Энди навбатдаги суратга изоҳ топинг-чи?

«Инсон ҳар қандай қийинчиликни енга олади, машаққатларга қарамай олға интилади. Бунинг учун чин дилдан хоҳиш бўлса бас». Бу фикр қанчалик ҳақ эканлигига уни биринчи бор кўрганимда амин бўлгандим.



ҚАМСИТМАЙДИГАН ТИЛ

Сиз уни биласизми?

Аудиторияга кирган одам борки, биринчи партада ўтирган қизга ажабланиб қарарди. Бутун эътиборини қўлидаги игна-ю дафтарга қаратган бу қизнинг ягона мақсади кўз олдидаги зулматни билим нури билан енгиш эканлигини кейинчалик тушуниб етдик. Феруза (унинг исми шундай эди) ўзи билан муомала қилишда эҳтиёткорроқ бўлишга интилаётганларга ҳазил-ҳузуллари билан кўпинча ёрдам бериб турарди. Биз эса, аксинча, эҳтиёткорликка интилганимиз сари яна хатога йўл қўяверардик. «Менга соғлом одамдек муомала қилаверинг!» – кўриш бахтидан мосуво бўлган, бироқ кўнглидаги бардоши тошни ҳам мулзам қиладиган ёшгина қизнинг ўзини тутиши-ю гап-сўзларидан шу даъватни сезиш қийин эмасди.

Америкалик Карен Мейер томонидан тузилган қоидаларни ўқир эканман, буларни ҳар бир киши билиши керак деган хулосага келдим. Ҳурматли муштарий, мутолаадан кейинги хулосангиз ҳам худди шундай янграр. Биз бунга ишонамиз, чунки инсоннинг дунёдаги энг эзгу мақсади кўнгилни асраш, унга озор етказмасликдан иборат. Бу борада жисмоний имкониятлари сизникидан фарқлироқ одамлар ҳам ҳамма билан баробардир.

Демак, сиз:

Ногирон одам билан гаплашсангиз, кузатиб келган шахс ёки суҳбатда иштирок этаётган сурдотаржимонга эмас, бевосита унинг ўзига мурожаат қилинг.

Ногирон одам билан танишгиришса, унинг қўлини сиқиб қўйиш ўта табиий ҳол — ҳатто қўл ҳаракатида қийинчилиги бўлган ёки протездан фойдаланадиган одамларнинг ҳам қўлини — ўнг ёки чап қўли бўлишидан қатъи назар, қисиб қўйиш мумкин.

Кўзи яхши кўрмайдиган одам билан учрашсангиз, албатта ўзингизни ва сиз билан келган одамни танитинг. Агар гуруҳда умумий суҳбат олиб бораётган бўлсангиз, айни дамда кимга мурожаат этаётганингизни аниқлаштиришни ва ўзингизни танитишни унутманг.

Ёрдамингизни таклиф қилсангиз, қабул қилишларини албатта кутинг, кейин эса йўриқнома билан қизиқинг.

Катталар билан катталардек муомалада бўлинг. Бошқаларга нисбатан бундай бетакаллуфлик намойиш қилинганида ногирон одамга исмини айтиб мурожаат қилинг. Ҳеч қачон ногиронлик аравачасидан фойдаланувчи одамларга ҳомийликни намойиш этманг — унинг боши ёки елкасига қўлингизни қўйманг, кичрайтирувчи исмлар билан мурожаат қилманг.

Кимнингдир ногиронлик аравачасига суянманг ёки осилманг — бу гўё унинг эгасига суяниш ёки осилишдай гап, одамни ғашлантиради.

Мулоқотда қийинчиликни ҳис қиладиган одам билан гаплашаётганда, уни диққат билан тингланг. Бардошли бўлинг, суҳбатдошингизнинг ўзи жумласини тугатишини кутинг. Уни тўғриламанг ва гапини тугалламанг. Агар бу зарур бўлса, қисқа жавоблар, бош силкиш ёки ишорани талаб қиладиган қисқа саволлар беринг. Сиз ҳаммасини тушунгандай муғомбирлик қилманг, агар ҳақиқатан бундай бўлмаса. Нимани тушунганингизни такрорланг, бу унга саволингизга жавоб қайтаришга, сизга эса уни тушунишингизга ёрдам беради.

Қачон ногиронлар аравачаси ёки ҳассадан фойдаланувчи одам билан гаплашсангиз шундай жойлашингки, сизнинг ва унинг кўзлари битта даражада бўлсин, шунда суҳбатлашиш осон кечади.

Яхши эшитмайдиган одамнинг диққатини тортмоқчи бўлсангиз, унга қўл силкинг ёки елкасига уриб-уриб қўйинг. Унинг кўзига тик қаранг ва аниқ сўзланг. Яхши эшитмайдиган одамларнинг ҳаммаси ҳам лабдан ўқий олмайди. Лабдан ўқийдиганлар билан гаплашаётганда сизга чироқ нури тушиб турадиган ва сиз яхши кўринадиган ерга жойлашинг, сизга ҳеч нарса (озуқа, тамаки, қўллар) халақит бермаслигига ҳаракат қилинг.

Ўзингизни бўш қўйинг. Тасодифан бу гапни айтиш керак бўлмаган одамга «Кўришамиз» ёки «Бу ҳақда эшитдингизми?» дея хатога йўл қўйган бўлсангиз, уялманг.

Ҳар қандай ёрдамчи ускуна (ҳасса, ногиронлар аравачаси, қўлтиқтаёқ ва ҳ.) — кимнингдир мулки, уни ҳурмат қилиш лозим. Алмаштирманг, рухсат-сиз уларга тегманг.

Диққатни одамнинг ногиронлигига эмас, унинг ўзига ёки сиз муҳокама қилаётган муаммога қаратинг.

Агар нима қилишни билмаётган бўлсангиз, нима қилишни сўранг. Кўпгина одамлар ноқулай вазиятда қолишдан кўра саволга жавоб беришни афзал кўрадилар.

Ногирон одамга қандай мурожаат қилиш тўғрисида қайғурманг. Барча одамларнинг исми бор.

Меъёрий оҳанг ва тилда гапиринг. Агар кимгадир баландроқ овозда гапиришингиз керак бўлса, бу ҳақда илтимос қиладилар.

Ногиронлар бошқалар каби ўзлари нимани исташи, уларга нима ёқиши, нимани қила олишлари ёки қила олмасликларини яхши билишларини ёдда тутинг.

Ногирон болалар жамият ҳаётида иштирок этишни истайдилар. Сизнинг ёндошувингиз бунга тўсиқ бўлмаётганига ишонч ҳосил қилинг.

Одоб-ахлоқ қоидалари масалалари билан боғлиқ ҳар қандай ҳодисада бўлгани каби хатога йўл қўйсангиз, уни тўғриланг, ўзингиз учун хулоса чиқаринг ва давом этинг.

Саломатлик — инсонга тақдим этилган ноёб мўъжиза. Бирни кўриб фикр қил, бирни кўриб шукур қил деганларидек саломатлигингизнинг қадрига етинг.

Комила БОЙМУРОДОВА,
«Ishonch» мухбири



Тонг уйқусини олмабсан...

Энг ширин уйқу тонг пайтидагисидир. Кун бўйи ланж юрган одамга нисбатан «тонгги уйқуни олмабсан» ибораси бекорга айтилмайди.

Дарҳақиқат, уйқу одамнинг соғлом ҳаёт кечириши учун зарур бўлган омиллардан. Усиз инсон ҳаётини тасаввур қилиш қийин. Чунки ухлаганда организм ором олиб, кундузи сарфланган энергия тикланади.

Уйқу табиий жараён бўлиб, меъёрини билган киши учун мутлақо безарардир. Чақалоқлар суткасига 22-23 соат ухласа, 3 ёшли болада бу кўрсаткич 13 соатни ташкил этади. Одамнинг ёши улғайгани сайин ухлаш вақти қисқариб боради. Масалан, 16 ёшли ўсмирлар 8,5 соат ухласа, 20 ва ундан юқори ёшдагилар 7-8 соат, баъзилар ундан ҳам камроқ ухлашади. Шундай қилиб, одам умрининг салкам учдан бир қисмини ухлаб ўтказар экан.

Баъзилар кам ухлаши билан ажралиб туради. Тадқиқотлардан шу нарса маълумки, ҳар 100 кишидан 8 таси бир кунда 5 соат ухлаш билан чекланган бўлса, 13 таси 9-10 соат ухлашни хуш кўради. Ҳамма ҳам мўътадил ухлайди дейиш қийин. Уйқусизлик бугунги куннинг оғир муаммоси ҳисобланади. Айниқса, ривожланган давлатларда яшовчилар уйқусизликдан кўп азият чекади. Аҳолиси уйқусизликдан шифокорларга тез-тез мурожаат қиладиган давлат Японияди. Бу ерда аксарият одамлар 6 соатдан зиёд ухламайди.

Уйқусизликдан қутулиш учун ҳар ким ўзига маъқул йўлни танлаши лозимлигини Эрнест Хемингуэйнинг тажрибасидан билиб олиш мумкин. Машҳур ёзувчи чарчаган пайтларида барча ишларини эрталабга қолдирган. Ўрнига ётаётганда эса ёқимли манзараларни эслашни, болалиги ҳақида ширин хаёлларга берилишни одат қилган.

Уйқусизликни юзага келтирадиган бир ҳолат кундузи кўп ухлашдир. Уйқу билан узвий боғлиқ бўлган ҳуррак отишнинг зарари ҳақида ҳамма ҳам билавермаса керак. Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилотининг маълумотига қараганда, дунёда ҳар ўн кишидан биттаси ҳуррак отар экан. Ҳуррак юрак касаллигига сабаб бўлади, одамни толиқтиради, ҳуррак отаётган кишининг организми кислородни керакли миқдорда ололмайди.

Уйқудан уйғониш ҳам мураккаб жараён ҳисобланади. Болани тонгда эркалаб, ширин сўз билан уйғотиш унинг келажакда меҳрибон, ширинсўз бўлиб улғайишида муҳим омил бўлиши кўп йиллик кузатувлар асосида исботланган. Уйқусида алаҳсираб, ўзи билмаган ҳолда ножўя ҳаракатга йўл қўйган болани жазолаган аксарият ота-оналар фарзандининг инжиқ, қўпол ва сержаҳллигидан нолишади.

Кўпчилик кишиларда хизмат тақозоси билан тунда ухлаш имконияти бўлмайди. Олимлар эса кундузги ва кечки уйқуни ўрганиб, кечқурунги уйқу саломатликка кўпроқ фойда деган фикрга келишган.

Элбек ҲАЙИТОВ

Ishonch
МУАССИС: Ўзбекистон касаба уюшмалари Федерацияси

Бош муҳаррир Абдуҳолиқ АБДУРАЗЗОҚОВ

Таҳрир ҳайъати:
Алла Долженкова, Анвар Юнусов, Довуд Мадиев (Бош муҳаррир ўринбосари), Жаҳонгир Шарофбоев (масъул котиб), Маъмура Адилова, Мирзоҳид Содиқов, Нормамат Аллаёров, Носирхон Акбаров, Ойсулув Нафасова, Пирмиқул Қодиров, Соғиндиқ Ниетуллаев, Шамси Эсонбоев

Бизга қўнғироқ қилинг:
Котибият: 256-52-78
Хатлар бўлими: 256-85-43

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 0116-рақам билан рўйхатга олинган.
IBM компьютерида терилди ва саҳифаланди. Офсет усулида босилди. Бичими А-3. Ҳажми 4 босма табоқ.

Бизнинг манзил: 100165, Тошкент шаҳри, «Бухоро» кўчаси, 24-уй.
Нашр кўрсаткичи: 133; 134

«Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди. Корхона манзили: «Буюк Турон» кўчаси, 41-уй.

Газета ҳафтанинг сешанба, пайшанба ва шанба кунлари чиқади.

Муаллифлар фикри таҳририят нуқтаи назаридан фарқланиши мумкин. Нашримиздан кўчириб босилганда «Ishonch»дан олинганлиги кўрсатилиши шарт. Тижорат аҳамиятига молик материаллар Ⓗ белгиси остида чоп этилади.

ISSN 2010-5002

Навбатчи котиб - Ж.Шарофбоев
Навбатчи - А.Тошев
Мусаҳҳиҳ - С.Шодиева

Саҳифаловчи-дизайнер: Ҳ.Абдужалилов

Буюртма Г--314 | Тираж: 18600

Босишга топшириш вақти - 21.00
Топширилди - 23.50

Сотувда эркин нархда | 2345678

E-mail: Ishonch-doverie@mail.ru