



Халқ сўзи

Ўзбекистон —
келажаги
буюк
давлат

1991 йил 1 январдан чиқа бошлаган • WWW.XS.UZ • E-mail: Info@xs.uz • 2015 йил 19 ноябрь, № 224 (6407)

Пайшанба

Сайтимизга ўттиш учун QR-коднинг телефонингиз орқали сканер қилинг.



ТАШРИФ САМАРАЛИ БЎЛДИ

Мамлакатимизга расмий ташриф билан келган Покистон Ислон Республикаси Бош вазири Мухаммад Навоз Шариф 18 ноябрь кун пойтахтимиздаги Мустақиллик майдонида ташриф буюрди.

Олий мартабали меҳмон хурриятимиз, порлоқ истиқболимиз ва эзгу ниятларимиз рамзи бўлган Мустақиллик ва эзгулик монументи пойига гул қўйди.

Мухаммад Навоз Шариф ушбу муаззам майдонда Президентимиз Ислон Каримов раҳнамолигида амалга оширилган улкан бунёдкорлик ва ободонлаштириш ишларига юксак баҳо берди.

Покистон Ислон Республикаси Бош вазири Мухаммад Навоз Шариф Ўзбекистон Республикаси Бош вазири Шавкат Мирзиёев ҳамроҳлигида Самарқандга ташриф буюрди.

Олий мартабали меҳмон Имом Бухорий мажмуасини зиёрат қилди. Покистон Бош вазирига буюк муҳаддис Имом Бухорийнинг бой маънавий мероси, муқаддас динимиз ривожига қўшган бекиёс ҳиссаси, мустақиллик йилларида Президентимиз Ислон Каримов раҳнамолигида бу ерда амалга оширилган улкан бунёдкорлик ва ободонлаштириш ишлари ҳақида сўзлаб берилди.

Мирзо Улугбек расадхонаси ва музейи билан танишув чоғида олий мартабали меҳмонга Мирзо Улугбекнинг жаҳон илм-фани ривожига қўшган улкан ҳиссаси, аллома яратган илмий мактаб ҳақида атрофлича маълумот берилди. Музейдаги ноёб экспонат ва тарихий ашёлар ажодларимизнинг буюк закоси, юртимиз илм-фанининг чуқур илдизлари ва тараққиётдан далолат бериши алоҳида таъкидланди.

Амир Темур мақбараси ва Регистон мажмуаси по-

кистонлик меҳмонларда катта таассурот қолдирди. Улар бу ердаги миллий ҳунармандлик буюмлари кўрғазмаси, қўлигул усталаримиз тайёрлаган маҳсулотларни қизиқиш билан томоша қилдилар.

Мухаммад Навоз Шариф қадим маданиятимиз ва миллий давлатчилигимиз тимсоли, меъморлик санъатининг юксак намунаси бўлган Самарқанд обидалари унутилмас таассурот қолдирганини алоҳида таъкидлади.

Покистон делегацияси аъзолари мамлакатимизда ишлаб чиқарилаётган юк автомобиллари ва автобуслар, қўшқоқ хўжалик техникалари кўрғазмасини ҳам кўздан кечирди. Самарқанддаги "JV MAN Auto Uzbekistan", "СамАвто" корхоналарида ишлаб чиқарилаётган "MAN" ва "Isuzu" русумли юк машиналари, автобуслар ва бошқа транспорт воситалари меҳмонларда катта қизиқиш уйғотди.

— Бу техникалар Ўзбекистонда саноат, машинасозлик жадал ривожланиб бораётганидан далолат беради, — деди Мухаммад Навоз Шариф. — Нуфузли компаниялар билан ҳамкорликда тайёрланаётган юк машиналари, замонавий қишлоқ хўжалик техникаларининг имкониятлари юқори. Бу Ўзбекистон билан мазкур йўналишда ҳам самарали ҳамкорлик қилиш истиқболларини кўрсатиб турибди.

Шу билан Покистон Ислон Республикаси Бош вазири Мухаммад Навоз Шарифнинг мамлакатимизга расмий ташрифи якунига етди.

Ў.А.

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ КОНСТИТУЦИЯСИ КАБУЛ ҚИЛИНГАННИНГ 23 ЙИЛЛИГИГА

Юртимизда истиқлолнинг дастлабки йилларидаюқ демократик бозор муносабатларини жорий этиш, хусусий мулк ва мулкдорлар ҳуқуқ ҳамда манфаатларини таъминлашга қаратилган кенг қўламли ислохотлар амалга ошириб келинмоқда.

Хусусий мулк дахлсизлигининг ҳуқуқий кафолати



Пировардида бугунги кунда кичик бизнес ва хусусий тадбиркорликнинг ялпи ички маҳсулотдаги улуши 56 фоиздан ортиқни ташкил этаётди. Айни пайтда хусусий мулк кафолатлари кучайтирилиши, аҳоли фаровонлиги юксалиши натижасида фуқароларнинг жамият иқтимоий-сиёсий ҳаётидаги фаоллиги ҳам янада юксалди.

Дарҳақиқат, юртимизда хусусий мулк дахлсизлиги, давлат томонидан ҳимоя қилинишига алоҳида эътибор қаратилаётди. Конститу-

циямизда хусусий мулк бошқа мулк шакллари каби дахлсиз ва давлат ҳимоясида экани, назорат фақат қонунда мазкурда тўтилган ҳолларда ҳамда тартибдагина мулкдан маҳрум этилиши мумкинлиги қатъий мустаҳкамланган.

Таъкидлаш жоизки, ўтган йиллар давомида мамлакатимизда ушбу конституциявий қоида асосида хусусий мулк ва мулкдорларни ҳимоялашга қаратилган ишончли меъёрий-ҳуқуқий асос ҳамда кафолатларни, жумладан, кичик бизнес ва хусусий тадбиркорликка зарур шароит ҳамда имтиёزلарни яратиб буйича қўпгина ишлар бажарилди ва бажарилмоқда. Чунинчи, 2012 йилда Ўзбекистон Республикасининг "Хусусий мулкни ҳимоя қилиш ва мулкдорлар ҳуқуқларининг кафолатлари тўғрисида"ги Қонуни қабул қилинди.

(Давоми 2-бетда).

КЕНГ ИМКОНИЯТ ВА ИЗЧИЛ ФАОЛИЯТ

Пойтахтимизда "Ўзбекистон матбуоти" V Миллий кўрғазмаси бошланди.



"Ўзэкспомарказ" мажмуасида бўлиб ўтаётган мазкур нуфузли тадбир Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлиги томонидан Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳамда Мустақил босма оммавий ахборот воситалари ва ахборот агентликларини қўллаб-қувватлаш ва ривожлантириш жамоат фонди ҳамкорлигида ташкил этилди.

ТАДБИР

Президентимиз раҳнамолигида мамлакатимизда оммавий ахборот воситаларини изчил ривожлантириш борасида амалга оширилаётган кенг қўламли ислохотлар ўзининг юксак самараларини бермоқда. Бу йўна-

лишда иқтисодий ва ҳуқуқий кафолатларнинг яратилгани соҳанинг мамлакатимиз тараққиётида тобора мустаҳкам ўринга эга бўлиб бориши, барча жабҳадаги ислохотларнинг аҳамиятини, мазмун-

(Давоми 2-бетда).

АТРОФ-МУҲИТ МУҲОФАЗАСИ ВА ЭКОЛОГИК БАРҚАРОРЛИКНИ ТАЪМИНЛАШ МАСАЛАЛАРИ ДЕПУТАТЛАР МУҲОКАМАСИДА

Мустақиллик йилларида экологик муаммоларни бартараф этиш ва уларнинг салбий оқибатларини олдини олиш масаласига катта эътибор қаратилмоқда. Юртимизнинг барқарор ривожланиши, аҳоли фаровонлиги ҳамда саломатлиги, шунингдек, экотизимлар ва атроф-муҳитнинг табиий ҳолатини сақлаш, табиий ресурслардан оқилона фойдаланиш ва уни қайта тиклаш ишлари изчиллик билан давом эттирилмоқда.

ПАРЛАМЕНТ ЭШИТУВИ

Буларнинг барчаси, албатта, иқтимоий-иқтисодий тараққиёт, жумладан, экологик барқарорлиқни таъминлаш, аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш, замонавий ҳамда тоза технологияларни жорий этиш имкониятларини кенгайтирмоқда.

Атроф-муҳитни муҳофаза қилиш, табиий ресурслардан оқилона фойдаланишнинг бугунги кундаги

долзарб масалаларини ҳал этиш жараёнларида нодавлат нотижорат ташкилотлари, жамоат тузилмалари ва фуқароларнинг ўзини ўзи бошқариш органлари ҳуқуқ ва ваколатларининг кенгайтирилиши амалга оширилаётган ислохотларнинг изчиллигини таъминлашда янада кенгроқ имкониятлар яратмоқда. Айниқса, бу борада Ўзбекистон экологик ҳаракати

ташкил этилгани муҳим аҳамият касб этди.

Бугунги кунда мазкур соҳадаги муносабатларнинг ҳуқуқий асослари яратилган бўлиб, улар "Табиатни муҳофаза қилиш тўғрисида"ги, "Сув ва сувдан фойдаланиш тўғрисида"ги, "Атмосфера ҳавосини муҳофаза қилиш тўғрисида"ги, "Усимлик дунёсини муҳофаза қилиш ва ундан фойдаланиш

тўғрисида"ги, "Хайвонот дунёсини муҳофаза қилиш ва ундан фойдаланиш тўғрисида"ги, "Чикиндилар тўғрисида"ги, "Экологик экспертиза тўғрисида"ги, "Экологик назорат тўғрисида"ги каби 30 дан зиёд қонунлар билан тартибга солиб келинмоқда. Ушбу ҳуқуқий ҳужжатлар юртимизда атроф-муҳитни муҳофаза қилиш, аҳоли саломатлигини мустаҳкамлаш, табиий ресурслардан самарали фойдаланиш ва экологик мувозанатни таъминлашдек муҳим иқтимоий масалалар рўйида салмоқли ўрин тутмоқда.

(Давоми 2-бетда).

БИЗ ВА ЖАҲОН



Япониянинг "Kyodo News" ахборот агентлиги веб-порталлари ҳамда "Sankei Shimbun" газетаси саҳифаларида журналист Д. Накаининг жорий йил 5-6 ноябрь кунлари Тошкентда бўлиб ўтган Халқаро инвестициявий форумга бағишланган "Иқтисодиётнинг очиллиги ва жозибadorлиги" сарлавҳали мақоласи эълон қилинди.

Тошкент Халқаро инвестициявий форуми — Япония матбуоти нигоҳида

Мақолада Ўзбекистон раҳбарияти ташаббуси билан ташкил этилган мазкур анжуманда дунёнинг 33 та мамлакатидан турли фирма ҳамда компаниялар, сармоявий фондлар ва банклар, Жаҳон банки, Халқаро молия корпорацияси, Осиё тараққиёт банки ҳамда бошқа етакчи халқаро иқтисодий ва молия институтларининг 560 нафар вакили, шунингдек, қатор олимлар ҳамда экспертлар қатнашганлиги таъкидлаб ўтилган.

"Тошкент форуми юксак ташкилий даражада ўтказилгани билан бирга, самарали ҳамкорликни йўлга қўйишни кўзда тутувчи қўлаб қўйишлар ва келишувларга бой бўлди. Анжуман қатнашчилари сонининг ўзиёқ халқаро форум қўламинан далолат беради. Асосий йиғилиш чоғида сўзга чиққан нуфузли халқаро молиявий институтлар вакиллари республика иқтисодиётининг барқарор ривожланиб бораётгани ҳамда 2007 йилдан буён ялпи ички маҳсулотнинг йиллик ўсиши 8 фоиздан юқори кўрсаткични сақлаб келаётганини алоҳида эътироф этишди. Ўзбекистоннинг аҳоли жиҳатдан Марказий Осиёда энг йирик давлат эканлиги ва республикада хорижий сармоядорлар учун қўлай ишбилармонлик муҳити яратилганлиги мамлакат иқтисодиётининг жозибadorлигини белгилайди. Анжуманда республика иқтисодий салоҳиятини намойён этувчи муҳим

статистик маълумотлар билан бир қаторда, бозор иқтисодиётига асосланган ривожланган демократик давлат куриш йўлидаги изчил ислохотлар ҳақида ҳам батафсил маълумот берилди", деб ёзади Д. Нака.

Манбада, шунингдек, халқаро форум доирасида энергетика мажмуаси, машинасозлик, ахборот-коммуникация технологиялари соҳасига сармоя киритиш, шу билан бирга, Япония, Корея Республикаси, АҚШ, Ҳиндистон ва бошқа мамлакатлар билан ҳамкорликда истиқболли лойиҳаларни амалга ошириш билан боғлиқ масалалар муҳокама қилинганлиги қаламга олинган.

Муаллиф ўз мақоласида анжуман чоғида Ўзбекистондаги давлат объектларининг хорижий ҳамда маҳаллий инвесторларга сармоявий мажбуриятларни қабул қилиш шарти билан "ноль" қийматида тақлиф этилаётгани мамлакат ҳукумати томонидан олиб борилаётган гоат пухта ва стратегик муҳим саъй-ҳаракатларнинг амалий ифодаси эканлигини таъкидлаб ўтган.

"Халқаро инвестициявий форум хорижий инвесторларга ўзаро манфаатли алоқаларни кенгайтириш, изчил ривожланиб бораётган ҳамда истиқболли Ўзбекистон бозорига бизнес юритишнинг янги қирраларини очиб имконини беради", дея хулоса қилди япониялик журналист.

Маълумот учун: "Kyodo News" Япония ва хорижда юз бераётган воқеа-ҳодисаларни ёритувчи етакчи ахборот агентликларидан бири ҳисобланади. У 1901 йилда ташкил қилинган бўлиб, мамлакатнинг 70 дан зиёд газета ҳамда 100 дан ортиқ теле ва радиостанцияларини кенг қамровли хабар ҳамда материаллар билан таъминлайди.

1933 йилда таъсис этилган "Sankei Shimbun" газетаси 1,6 миллиондан ортиқ нусхада чоп этилади. У Япониянинг молиявий, иқтисодий ва сиёсий соҳаларидаги масалаларни ёритишга йўналтирилган энг яхши нашр сифатида тан олинган бўлиб, мамлакатдаги бешта йирик газеталардан бири саналади.

«Жаҳон» АА.
Токио

Спорт ва болалар дунёси

Тошкентда "Sport World Uzbekistan — 2015" ва "Болалик дунёси — 2015" халқаро кўрғазмалари иш бошлади.



Мазкур тадбирлар Ўзбекистон Республикаси Маданият ва спорт ишлари, Халқ таълими, Ташқи иқтисодий алоқалар, инвестициялар ва савдо вазирликлари, Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси, Ўзбекистон Миллий Олимпия қўмитаси қўмағида "Ўзэкспомарказ" миллий кўрғазмалар мажмуи томонидан ташкил этилди.

Юртимизда жисмонан соғлом, маънан етук, ҳеч кимдан кам бўлмаган авлодни вояга етказиш масаласига давлат сиёсатининг энг муҳим устувор йўналишларидан бири сифатида эътибор қаратиб келинаёпти. Бунинг учун мустаҳкам ташкилий-ҳуқуқий асослар яратилган. Шунга мувофиқ, таълим-тарбия тизими, унинг ажралмас қисми ҳисобланган спорт инфратузилмасини замон талаблари даражасида ривожланти-

риш, жумладан, шахару қишлоқларда кўркам спорт мажмуалари барпо этиш, уларни зарур ускуна ҳамда инвентарлар билан жиҳозлаш, ушбу иншоотлардан самарали фойдаланиш борасида кенг қўламли чора-тадбирлар амалга оширилмоқда. Бунда Президентимизнинг 2002 йил 24 октябрдаги "Ўзбекистон Болалар спортини ривожлантириш жамғармасини тузиш тўғрисида"ги ва 2004 йил 29 августдаги "Ўзбекистон Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси фаолиятини такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги фармонлари, яқинда янги таҳрирда қўлга кирган "Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида"ги Қонун мустаҳкам пойдевор бўлиб хизмат қилаётди.



Маълумотларга кўра, айни пайтда юртимиз халқ таълими тизимидаги спорт объектлари сони 8000 дан ошиб кетди. Бунда Болалар спортини ривожлантириш жамғармаси маблағлари ҳисобидан жами 1700 дан ортиқ турли спорт иншооти, Мактаб таълимини ривожлантириш жам-

гармаси томонидан мактаб спорт заллари капитал таъмирлангани ва янгидан қурилиб, ёшлар ихтиёрига берилгани катта роль ўйнади. Бу борадаги бунёдкорлик ишлари изчил давом эттирилаётганини алоҳида таъкидлаш лозим.

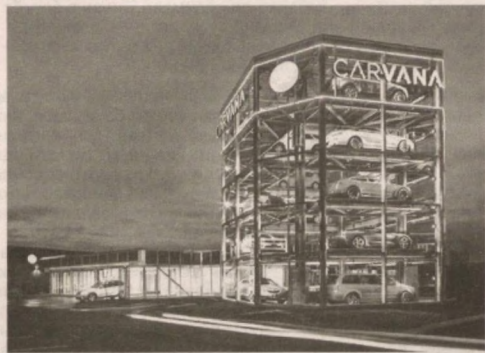
(Давоми 2-бетда).

Зокир ХУДОЙШУКУРОВ,
«Халқ сўзи» мухбири.

ЖАХОН 24 СОАТ ИЧИДА

Автомобиллар савдоси билан шуғулланадиган "Carvana" компанияси АҚШнинг Нэшвилл шаҳрида беш қаватли махсус дўконни ишга туширди. Бу ҳақда "Gizmag" ахборот манбаси хабар тарқатди.

Беш қаватли автодўкон



Мазкур иншоот тўлиқ автоматлаштирилган бўлиб, mijoz ўзига ёққан автоуловни махсус жетон ёрдамида сотиб олиши мумкин. Пул эса харидорнинг банкдаги ҳисоб рақамидан ечиб олинади.

Сабаби номаълум

Хитойнинг Ляонин музофотидаги кимё заводида портлаш рўй берди, дейилади "CCTV News" телеканали хабарида.

Ҳозирча ушбу нохуш воқеа сабаблари, унинг оқибатида жабрланган ва қурбон бўлганлар тўғрисида маълумот берилмаган. Бундан

олдин Шаньдун провинциясидаги худди шундай объектида содир бўлган портлаш туфайли тўққиз киши ҳаётдан кўз юмганди.

Антиқа соат

Япониянинг "Casio" компанияси "G-Shock" бренди остида янги соатлар моделини тақдим этди.



Этиборлиси, ишлаб чиқарувчилар ушбу қурилмага "еса бўлади-кур" соат, дея таъриф беришмоқда. Гап шундаки, унинг ташқи қўриқчи кизил, кўк ва оқ шакл қўқунчи сепилган

печенени эслатади. Унга қўйилган батареяка эса 10 йил тўхтовсиз ишлайди.

Маълумот ўрнида айтиб ўтамиз, "Casio"га 1946 йили асос солинган бўлиб, у дунёда ўзининг электроника маҳсулотлари — калькуляторлари, фотокамералари, мусика асбоблари, планшетлари ва кўл соатлари билан машҳур.

Қизиқарли тадқиқот

Кардифф университети олимлари боланинг эрталабки нуноштаси билан дарслардаги иштироки ўртасида боғлиқлик борлигини аниқлади.



Тадқиқотлар 9-11 ёшли ўқувчилар ўртасида 18 ой давомида ўтказилди. Пировардида тонгда фастфуд, ширинликларни ейдиган болалар ўқув дастурини бошқаларга нисбатан ёмон ўзлаштириши маълум бўлди. "Public Health Nutrition" илмий журналида чоп этилган мақолада ана шулар ҳақида батафсил сўз юритилган.

Умрни узайтиради

Балиқ истеъмол қилиш инсон умрини икки йилга узайтиради.



Америкалик олимлар 16 йиллик тадқиқотдан сўнг ана шундай хулосага келишди. Мазкур давр мобайнидаги кузатув жараёнида 50 ёш атрофидаги 3000 нафар кўнгилли қатнашган. Иштирокчилар вақти-вақти билан текширувдан ўтказиб турилган. Пировардида овқатланиш рақсонига балиқ қўшилганида турли касалликлар, ҳусусан, юрак-қон томир хасталиқларига чалиниш хавфи жуда паст эканлиги аниқланган. Мутахассисларнинг айтишича, бундай ижобий кўрсаткичга эришиш учун ҳар куни денгиз таомларини тановул қилиш шарт эмас. Ҳафтада икки марта балиқ ейилса, кифо.

Хориж матбуоти хабарлари асосида тайёрланди.

Ҳар бир фарзанд — меҳр ва эътиборда

Фарзанд — оила қувончи, насл давомчисидир. Унинг баркамол бўлиб вояга етиши нафақат оила, балки жамиятнинг ҳам бахти ҳисобланади. Шу боис мамлакатимизда болаларнинг соғ-саломат улғайиши ва маънавий камолотга эришишлари учун барча имконият яратилган. Бу каби эзгу сазй-ҳаракатлар туфайли ижтимоий кўмакка муҳтож, ногирон, алоҳида парвариш талаб этиладиган ўғил-қизларга ҳам бекиёс меҳр ҳамда ғамхўрлик кўрсатилмоқда.

АНЖУМАН

Бу ҳақда пойтахтимизда бўлиб ўтган Республика болалар ижтимоий мослашуви маркази Жамоатчилик кенгашининг навбатдаги йиғилишида алоҳида таъкидланди.

Дарҳақиқат, юртимизда "Соғлом она — соғлом бола" тамойили асосида оналик ва болаликни муҳофаза қилиш, баркамол авлодни вояга етказиш борасида кенг қўламли ишлар бажарилапти. Бунинг самарасида мустақиллик йилларида мамлакатимизда оналар ўлими

3,1 баробар, гўдаклар ўлими 3,2 баробар камайди. "Она ва бола скрининги" дастури амалга оширилиши натижасида туғма нуқсонли болалар туғилиши 2000 йилдан буён 1,8 марта пасайди. Бугунги кунда фарзандларимизнинг 92 фоизи ривожланиш кўрсаткичлари бўйича Жаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти стандартларига тўла мос келади.

Маълумки, Республика болалар ижтимоий мослашуви маркази 2004 йилда ташкил этилган

бўлиб, бу ерда имконияти чекланган, ёрдамга муҳтож болалар ва уларнинг оилаларига маслаҳат ҳамда ҳуқуқий кўмак кўрсатилади. Марказ, шунингдек, бу борада миллий институтлар фаолиятини мувофиқлаштиради.

Марказда давлат ва нодавлат нотижорат ташкилотларининг ижтимоий сиёсатни амалга оширишдаги фаолиятини идоралараро мувофиқлаштиришни таъминлаш мақсадида Вазирлар Маҳкамасининг 2014 йил 20 январдаги қарорига мувофиқ, Жамоатчилик кенгаши тузилган. Унинг бу галги йиғилишида "Болалар ва оилаларни ижтимоий химоя қилиш — давлат сиёсатининг энг муҳим устувор йўналиши", "SOS — Ўзбекистон болалар маҳаллалари: боланинг оила тарбияланишини таъминлаш ва ижтимоий етимликнинг олдини олиш бўйича тажриба" каби

бир қатор масалалар муҳокама қилинди.

— Яхши ният ҳамда эзгу орзу-умидлар билан ўстираётган фарзанди соғ-саломат бўлса, отанинг боши кўкка етади, аммо у ақлий ва руҳий ривожланишдан орқада қолса, дили ўқсийди, — дейди Республика болалар ижтимоий мослашуви маркази директори Васила Алимова. — Мана шундай тоифадаги болаларни соғлом тенгдошларидан кам бўлмаган ҳолатда тарбиялаш, ижтимоий мослашувини таъминлаш, уларнинг ота-онаси ва ақилларига далда бериш фаолиятимизнинг асосий мақсадидир. Бу борада муассасамизнинг Ахборот-консалтинг хизмати ногирон болаларни ташхислаш, ортопедик, неврологик даволаш, нутқ терапияси ва таълим ишларини амалга ошириш ҳамда болалар ва уларнинг ота-оналарини

қўллаб-қувватлаш йўналишларида фаолият юритади. Марказимизда барча жиҳозлар билан таъминланган махсус педагог, ўйин орқали терапия, судолог, логопед, психолог, мусика ва эртак терапияси, даволловчи массаж, жисмоний тарбия зоти мавжуд. Махсус жиҳозланган сенсорхона эса болалар билан руҳий ва жисмоний машғулотлар олиб боришга мўлжалланган. Мутахассисларимиз ҳар бир боланинг ўзига хос хусусиятларини инобатга олган ҳолда, у билан мунтазам шуғулланишади.

Марказда, шунингдек, ногирон болаларнинг ота-оналарига ҳам руҳий, ҳам моддий ёрдам кўрсатилаётгани ибратлидир. Айниқса, фарзанди касаллигидан азият чекадиган аёлларга алоҳида эътибор берилмоқда. Айни пайтда ижтимоий химояга муҳтож болаларга манзилли ёрдам кўрсатиш янада яхшилаш мақсадида марказнинг Фаргона, Самарқанд, Қарши минтақавий филиаллари ҳам фаолият юритмоқда.

Мақсуд ЖОНИХОНОВ,
«Халқ сўзи» мухбири.

РЕКЛАМА ВА ЭЪЛОНЛАР

ЎЗБЕКИСТОН БАНКЛАРИ АССОЦИАЦИЯСИ ҲУЗУРИДА ТАШКИЛ ЭТИЛГАН ИНВЕСТИЦИЯ ЛОЙИХАЛАРИ БЎЙИЧА ЛОЙИХА ҲУҶЖАТЛАРИНИ ТАЙЁРЛАШНИ МОЛИЯЛАШТИРИШ ФОНДИ

кичик бизнес ва хусусий тадбиркорлик субъектларининг лойиҳа қояларини танлов асосида қабул қилади.

Фонд томонидан кичик бизнес ва хусусий тадбиркорлик субъектларининг лойиҳа қоялари ва уларнинг лойиҳа ҳужжатлари (ТИА, бизнес-режа)ни ишлаб чиқиш танлов асосида амалга оширилади.

Танлов куйидаги йўналишларда олиб борилади: янги ишлаб чиқаришни ташкил этиш, ҳозирги кунда фаолият кўрсатаётган саноат қорхоналарини модернизацациялаш, техник ва технологик жиҳатдан қайта жиҳозлаш ҳамда янгилаш.

Танловга инвестициявий жозибадор ва саноат соҳасида татбиқ этишда истиқболли, шунингдек, маҳаллий хом ашё ва материаллардан фойдаланган ҳолда, маҳсулот ишлаб чиқариш ҳажмини кўпайтириш, сифатини яхшилаш ҳамда меҳнат унумдорлигини ошириш имконини берувчи қоялар қабул қилинади.

Фонд энг истиқболли ва жозибадор лойиҳаларни республика тижорат банклари кредит маблағлари ҳисобига молиялаштиришни ташкил этишга кўмаклашади.

Танловда лойиҳа қояларини ҳамда улар бўйича лойиҳа ҳужжатларини тайёрлаш ва молиялаштириш учун юридик шахслар иштирок этишлари мумкин.

Танловда қатнашиш учун қуйидаги ҳужжатларни тақдим қилиш лозим:

- ариза (намуна бўйича);
- инвестиция таклифи (намуна бўйича);
- инвестиция таклифи паспорти (намуна бўйича).

Ҳужжатлар электрон шаклда ҳам қабул қилинади.

Батафсил маълумот учун тел.: (+99871) 238-69-07, (+99871) 238-69-08.

Web-site: www.ffpd.uz; E-mail: pdf.fund@gmail.com

Манзил: 100027, Тошкент шаҳри, Шайхонтоҳур тумани, Қоратой кўчаси, 1-уй, Ўзбекистон Банклари ассоциацияси биноси, 15-қават.

Мўлжал: «Истиклол» санъат саройи, «Бунёдкор» метро бекати.

ХАЛҚ BANKI

КОРХОНА ВА ТАШКИЛОТЛАР ДИҚҚАТИГА!

Акциядорлик тижорат Халқ банки

халқаро VISA пластик карточкалари учун ПИН-конвертларни харид қилиш бўйича танлов мuddати узайтирилганлигини билдиради.

1. Танлов комиссиясининг ишчи органи манзили ва телефони: Акциядорлик тижорат Халқ банки, 100000, Тошкент шаҳри, Амир Темур шоҳқўчаси, 3-уй. Телефонлар: (+99871) 120-17-65, 120-17-48. E-mail: marketing@xb.uz
2. Тендер савдоси предмети — «Халқаро VISA пластик карталари учун 10 000 дона ПИН-конвертлар етказиб бериш».
3. Тендер савдолари ўтказилиши шартлари бўйича қўшимча маълумотларни www.xb.uz сайти, шунингдек, душанба — жума кунлари соат 9.00 дан 18.00 гача юқорида кўрсатилган манзил ва телефонлар орқали олиш мумкин.
4. Тижорат таклифлари (нарихлари бўйича алоҳида конвертда, техник талаблари алоҳида конвертда қорхона муҳри билан тасдиқланган бўлиши лозим) 2015 йил 28 ноябрь кунини Тошкент вақти билан соат 18.00 гача қабул қилинади.

«NEW ESTATE ACTION» МЧЖ

бошланғич баҳоси босқичма-босқич ошиб бориш тартибиде ўтказиладиган очик аукцион савдосига таклиф этади.

Аукцион савдосига Тошкент шаҳар Яккасарой тумани СИБ томонидан қуйидаги кўчмас мулклар тақдоран қўйилмоқда:

- 2015 йил 26 июндаги ижро варақасига асосан хатланган, Тошкент шаҳри, Яккасарой тумани, Ракат кўчаси, 39-уйда жойлашган, ер майдони 976,0 кв.м., умумий майдони 913,48 кв.м., тураржой майдони 526,23 кв.м. бўлган, 13 хонали, 2 қаватли, мансарда (болохона) ва ертўлали уй-жой биноси.

Бошланғич баҳоси — 3 743 429 258 сўм.

- 2015 йил 26 июндаги ижро варақасига асосан хатланган, Тошкент шаҳри, Яккасарой тумани, Ат-Термизий 1-тор кўчаси (собиқ А. Қодиров), 42-уйда жойлашган, ер майдони 306,0 кв.м., умумий майдони 178,43 кв.м., тураржой майдони 109,13 кв.м. бўлган, 6 хонали, 2 қаватли, ертўлали уй-жой биноси.

Бошланғич баҳоси — 816 169 980 сўм.

Аукцион савдоси 2015 йил 21 декабрь кунини соат 12.00 дан бошлаб ўтказилади.

Аукцион савдосида иштирок этиш истагидаги талабгорлардан аризалар соат 10.00 дан соат 16.00 гача қабул қилиниб, аукцион бошланишидан бир кун олдин тўхтатилади. Аукцион савдосига қўйилган кўчмас мулклар билан талабгорлар тегишли туман суд ижрочилари бўлими вакили иштирокида бевосита жойига чиқиб танишишлари мумкин.

Аукцион савдосида қатнашиш истагидаги талабгорлар савдо ташкилотчиси билан тузиладиган закатат келишувига асосан, мулк бошланғич баҳосининг 10 фоизидан кам бўлмаган миқдордаги закатат пулини «New estate action» МЧЖнинг АИТБ «Ипак йўли» банки Миробод филиалидаги қуйидаги ҳисоб рақамига тўлашлари шарт: 20208000104995394001, МФО: 01101, СТИР: 302373151.

Хизматлар лицензияланган.

Аукцион савдоси ўтказиладиган манзил: Тошкент шаҳри, Яккасарой тумани, Маҳмуд Таробий кўчаси, 31-уй. Телефон: (0-371) 254-69-13.

POS-ТИЗИМЛАРИ АВТОМАТЛАШТИРИШ

Micros
Ўзбекистондаги расмий ҳамкор



ЖИҲОЗ ЕТКАЗИБ БЕРИШ ВА АВТОМАТЛАШТИРИШ:

- савдо жойлари (магазинлар/супермаркетлар);
- бутик, нооцик-овқат маҳсулотлари савдоси;
- ресторанлар, кафе, барлар;
- фитнес-клублар, бильярдхоналар, боулинг ва бошқалар.

Моноблоклар, кассалар, штрих-код сканерлари, чеклар принтерлари, савдо тарозилари. Дастурий таъминот: Atol, Microinvest, Айтида. Автоматлаштириш «калти билан».

Маҳсулот сертификатланган. Хизматлар лицензияланган.

- Кичик Бешёғоч к., 86 (олдинги шаҳар ДИХХБ биноси қаршида), тел.: (+99871) 200-34-34, (қўш. 850, 858), факс: 281-43-65.

www.micros.uz;
e-mail: scales@ucd.uz,
micros@ucd.uz

«Universal realtor» МЧЖ

бошланғич баҳоси босқичма-босқич ошиб бориш тартибиде ўтказиладиган очик аукцион савдосига таклиф этади.

Аукцион савдосига Тошкент шаҳар Мирзо Улуғбек тумани СИБ томонидан 2012 йил 5 апрелдаги 11338-39/8/25/12-сонли ижро варақасига асосан хатланган, Тошкент шаҳри, Мирзо Улуғбек тумани, Сирдарё кўчаси, 45-уйда жойлашган, умумий майдони 330 кв.м. бўлган, 5 та тураржой хонаси ва 4 та ёрдамчи хонадан иборат кўчмас мулк тақдоран қўйилмоқда.

Бошланғич баҳоси — 184 214 000 сўм.

Аукцион савдоси 2015 йил 4 декабрь кунини соат 11.00 да Тошкент шаҳри, Яшнобод тумани, Истикбол кўчаси, 15-уйда бўлиб ўтади. Аризалар юқорида кўрсатилган манзилда иш кунлари соат 10.00 дан 16.00 гача қабул қилинади. Талабгорлардан аризаларни қабул қилиш 2015 йил 3 декабрь кунини соат 11.00 да тўхтатилади.

Аукцион савдосида иштирок этиш истагидаги талабгорлар савдо ташкилотчиси билан закатат пули тўғрисидаги келишувни имзолаганидан сўнг объект бошланғич баҳосининг 10 фоизидан кам бўлмаган миқдордаги закатат пулини тўлов ҳужжатида ижро ҳужжати рақами ва санасини кўрсатган ҳолда, «Universal realtor» МЧЖнинг АТ «Капиталбанк» Тошкент шаҳар филиалидаги қуйидаги ҳисоб рақамига тўлашлари шарт: 20208000104975228001, МФО: 00445, СТИР: 302269399.

Кўчмас мулк объекти билан тегишли туман суд ижрочилари бўлими вакили иштирокида бевосита жойига чиқиб танишиш мумкин.

Қўшимча маълумот олиш манзили:
100047, Тошкент шаҳри, Истикбол кўчаси, 15-уй.
Тел.: (0-371) 150-35-55. Факс: (0-371) 236-74-67.
www.realtor.uz
E-mail: universal.realtor@mail.ru

Хизматлар лицензияланган.

«Халқ сўзи» газетасининг 2015 йил 7 ноябрдаги 216 (6399)-сониде бошланғич баҳоси 17 210 561 247 сўм бўлган, Тошкент шаҳри, Яшнобод тумани, Навоий кўчаси, Марказ-4, 11-«Б» уйда жойлашган, 9 қаватли, ертўлали кўп тармоқли бинонинг 1-2-қавати ва 2 қаватли ертўла қисми «Universal realtor» МЧЖ томонидан очик аукцион савдоларига қўйилганлиги тўғрисида хабарнома берилган эди. Тошкент шаҳар Мирзо Улуғбек тумани СИБнинг 2015 йил 16 ноябрдаги 517/3-сонли алоқа хатига асосан, мазкур кўчмас мулк объекти аукцион савдоларидан олинганлигини маълум қиламиз.

Барча турдаги юк автомобиллари ва қишлоқ хўжалиги техникалари учун ШИНАЛАР



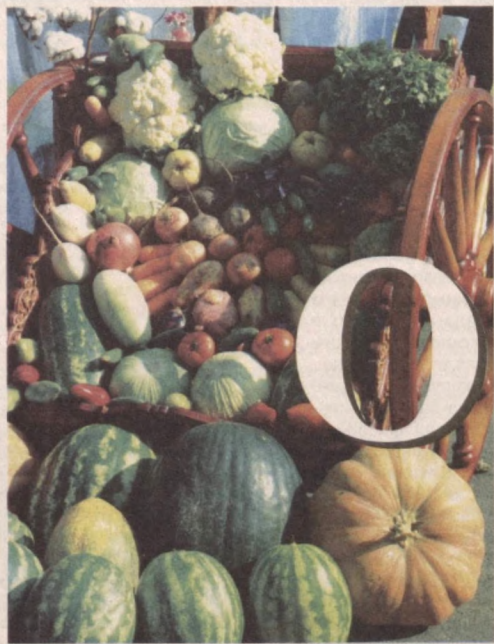
Маҳсулотлар сертификатланган, хизматлар лицензияланган.

Тел.: (+99895) 170-32-52. Факс: (+99871) 250-07-40.

«Norma gazetaları birlashgan tahririyati» МЧЖ жамоаси «Налоговые и таможенные вести» ва «Норма» газеталарининг бош муҳаррири Михаил Маркович Перперта падари бузруквори, Ўзбекистон Республикасида хизмат кўрсатган иқтисодчи, профессор

Марк Яковлевич ПЕРПЕРнинг вафоти муносабати билан чуқур таъзия изҳор этади.

Тошкент ирригация ва медиорация институти жамоаси Ўқув-ишлаб чиқариш устанонаси мудири Абдураззоқ АЛМУРOTOVнинг вафоти муносабати билан марҳумнинг оила аъзолари ва ақилларига чуқур таъзия изҳор этади.



Жонажон Ўзбекистонимиз ҳақида сўз юритилганда, "Жаннатмонанд юрт" дея таъриф берилади. Бу бежиз эмас. Чунки унинг гўзал табиятидан баҳраманд бўлган киши бунга тўла ишонч ҳосил қилади. Дарҳақиқат, заминимиздаги пурвиқор тоғлар, яшил водийлар, сўлим ўрмонлар, дарё ва кўллар, ҳатто, бепоеъ саҳроларнинг ҳам алоҳида жозибаси бор. Айниқса, бир қанча биогеографик ҳудуд кесишган минтақада жойлашганлиги туфайли ўсимлик дунёси ниҳоятда ранг-баранглиги билан ажралиб туради. Маълумотларга қараганда, заминимизда наботот

оламининг 4500 дан ортиқ турлари учрайди. Шундан 600 дан зиёди доривор ўсимликлар бўлиб, фармацевтика саноати учун муҳим хом ашё ҳисобланади. Бундай ўсимликларни табиятга зиён етказмасдан йиғиштириб олиш, бирламчи қайта ишлаш, қадоқлаш ва истеъмолчиларга етказиб бериш бўйича ижобий ишлар олиб борилмоқда. Бунда республикамизнинг тупроқ-иқлим ва сув шароитлари инобатга олиниб, ихтисослаштирилган давлат ўрмон хўжаликлари ташкил қилингани айтиш мумкин бўлаётди.

Онажоним — табиат

ва табиий захиралари камайишини бартараф этиш соҳанинг долзарб вазифасидир. Масалан, бугунги кунда ўрмон хўжалиқларимизда ўлкамиз табиятига хос ва хориждан олиб келинган пол-пола, маккаи сано, мойче-

Ўзбекистоннинг ноёб тупроқ-иқлим шароити, бир йилда ўртача 320 куннинг қуёшли бўлиши, тўрт фаслнинг изчил алмашинуви юқори сифатли мева ва сабзавотлар етиштириш учун ҳам қўлай табиий имкониятни тўхфа этади. Пировардиди қишлоқ хўжалиги мавсуми янги кўкатлар

Экспертларнинг эътирофи эйтишича, бизнинг шароитимизда етиштирилган мева-сабзавотлар таркибида табиий шаклар, аминок ва органик кислоталар, саломатлик учун зарур микроэлементлар ва озиқ-овқат рақибиди ўрнини алмаштириб бўлмайдиган турли биологик моддаларга бойлиги билан устун туради. Зотан, қадимда Ибн Сино турли касалликларни даволаш учун, аввало, мева-сабзавотлар ҳамда турли гиёҳ ва ўсимликлардан фойдаланган.

"Онажоним — табиат" махсус саҳифасида юртимиз табиятида учрайдиган шифобахш ўсимликлар, қувватбахш мева-сабзавотларнинг айримлари ҳақида атрофича маълумот берилмоқдаки, бу кўпчиликка манзур бўлади, деб ўйлаймиз.

табиий шароитда етиладиган март ойининг дастлабки кунларидан бошланиб, таъбир жоиз бўлса, бутун йил мобайнида тўхтамасдан. Яъни бозорларга узум, қовун, хурмо ва беҳнинг кечки навлари етказиб бериладиган декабрь ойининг бошига қадар сархил мева-сабзавотлар тақдим қилинади.

Ушбу хўжалиқларда мамлакатимиз табиятида учрайдиган доривор ўсимликларни парваришладан ташқари, чет эллар-

Ҳаётбахш неъматлар макони

дан келтирилган ноёб турларни иқлимлаштириш, уларни кичик-кичик сой ва бўлоқлар атрофларида маданий ҳолда ўстиришга эътибор қаратилади. Сабаби, соғлиқни сақлаш тизими ҳамда фармацевтика саноати корхоналари учун мустаҳкам хом ашё базасини яратиш, қолаверса, доривор ўсимликларнинг табиятда йўқолиб кетиши

чақ, тирноққул, қалампирялпиз, арслонқул, чой ўти, тоғ райхони, бўймадорон, баргизуб, кийикўт, наъматак, қизил дўлана, қариқиз, жағжақ каби бир қанча ўсимликлар маданийлаштирилиб, парваришланмоқда. Натижада йилга 300-350 тоннадан зиёд доривор ўсимликлар тайёрлашга муваффақ бўлинапти.

Мамлакатимизда ҳар йили 16 миллион тоннага яқин мева ва сабзавот етиштирилмоқда. Аҳоли жон бошига қарийб 300 килограмм сабзавот, 75 килограмм картошка ва 44 килограмм узум тўғри келаяпти. Бу мақбул деб ҳисобланадиган истеъмол меъёридан уч баробар кўпдир.

Чилонжойда жумрутдошлар оиласига мансуб бўлиб, бўйи 2,5 метрдан 6 метргача етадиган улкан даракдир. Данаки, думалоқ ёки чўзиқроқ шаклдаги меваси сентябрь ойида пишиб етилади. У қадим замонлардан хосиятли неъмат сифатида қадрланади. Табобатда бундан икки минг йил олдин бир қатор касалликлар чилонжойда ёрдамчи даволангани бунинг далилидир.

Кони фойда

Табиблар чилонжойда мевасидан тайёрланган дамламани зик-кинафас, йўтал, чечак, камқонлик, ич кетишини тўхтатиш, оғриқни қолдирувчи, қон босимини пасайтирувчи омил сифатида тавсия этишади. У — ичак жароҳатига ҳам шифо. Абу Али ибн Сино ўпка, кўкрак оғриғи, бўйрак ва пешоб пуфғи хасталикларини даволашда ундан самарали фойдаланган.

Қон босими юқори (гипертония) беморлар чилонжойда мевасидан кўпроқ истеъмол қилиш мақсадга мувофиқ. Чунки у кайфиятни яхшилаш, бош ва юрак атрофидаги оғриқларни йўқотиш, қон таркибидаги холестерин миқдорини камайтиришда қўл келади.

Севимли ва машҳур

Зира азал-азалдан Марказий Осиё халқларининг сеvimли ўсимлиги ҳисобланган. Яъни аҳдодларимиз уни нафакат зиравор, балки кўпгина хасталикларга малҳам бўлувчи доривор восита сифатида ҳам қадрлашган.

Масалан, улуг бобокалонимиз Абу Али ибн Сино ўз китобларида зиранинг гиёҳни йўқотувчи, ичак оғриғини енгиллаштирувчи малҳам эканини ҳақида ёзиб қолдирган.

Халқ табобатида зира сурункали меъда яллиғланиши, жигар ва бўйрак касалликларини даволашда қўлланилса, замонавий тиббиётда унинг мевасидан тайёрланган гален дориси қонни тўхтатишда, оғиз бўшлиғи яллиғланиши (стоматит), гипотацид

(меъда ширасининг пастлиги), гастрит, ўт йўллари даволашда тавсия этилади.

Уй шароитида дори тайёрлаш учун зира уруғига 400 мл. қайнаган сув қуйиб, паст оловда яна 20 дақиқа қайнатиш зарур. Сузгичдан ўтказилган мажмур қайнатма овқатланишдан олдин ярим пиёладан кунига уч маҳал ичилади. Маълум вақт ўтгач, юқорида тилга олинган дардлар билан оғриган кишилар унинг фойдасини, албатта, сезади.

Ҳам қувват, ҳам малҳам

Табобатда седананг ҳам ўз ўрни бор. У инсон иммунитетини ошириб, бир қанча касалликларни даволашда қўлланилади. Буюқ ҳаким Ибн Сино "Седана — вужуд қувватини тузатади, касалликлардан йўқ бўлган фойдали бактерияларни тиклайди", дея қайд этган.

Халқимиз қадим-қадимдан таомлар пиширишда седананг фойдаланиб келган. Ўзбек нонлари, сомса пастирларини седанасиз тасаввур қилиш қийин. Шу ўринда бунинг сабабига тўхталасан. Гўшти сомса, ёғли пастир ва умуман, хамирли маҳсулотлар қийин ҳазм бўладиган таомлар сирасига қиради. Седана эса ўзининг шифобахш хусусияти билан оғир таомларни ҳазм қилишга ёрдам беради. Инсон танаси ёғни ишлаб чиқара олмагани учун уни ташқаридан олишга мажбур. Бир грамм седана инсон организми учун за-

рур бўлган бир кунлик ёғ эҳтиёжини қондира олади. Шифокорлар седанани эзиб ёйиш кўпроқ фойда беришини таъкидлашади. Седана иммунитет тизимини мустаҳкамлашдан ташқари, саратон, ОИТС каби касалликлар қушандаси ҳисобланади. Қолаверса, у қон босими, иситмани туширишда фойда беради, табиий антибиотик таъсир кучига ҳам эга. Қора седана ёғи соч ўсишини яхшилайдиган ва эрта оқаришининг олдини қилади. Аммо уни ҳомиладорлик вақтида истеъмол қилишдан сақланиш шарт.

"Сабзавот ликопча" шифоси

Бу сабзавот тури кўпгина жойларда наинки озиқ-овқат учун, балки манзарали ўсимлик таркибиди ҳам ўстирилади. Унинг номи латинча "Патиссон" французча сўз бўлиб, ўзбек тилида "Сабзавот ликопча" деган маънони англатади. Чиндан ҳам, унинг меваси ликопчага эслатади.

Патиссон парҳез ва даволаш хусусиятига эга. У 4-7 кунлик пайтида жуда мазали ва фойдали ҳисобланади. Агар ҳосил шу муддатда йиғиштириб олинмаса, дағал, ёғочсимон ва мазасиз бўлиб қолади. Унинг таркибиди киши саломатлиги учун зарур бўлган дармондорилар, минерал тузлар, қанд, ферментлар жуда кўп. Мевасининг 100 грами 15 кка.га тенг.

Патиссон таркибидида сув ишқор бирикмалари билан бирлашиб, танада оксидлар тўлиқ ўзлаштирилишини фаоллаштиради ва қондаги ишқорий муҳитни маромида ушлаб туради. Жигар, қон босими ортиши, паритонотирлиқ, камқонлик (анемия), бўйрак хасталиклариди яхши наф беради.

Патиссон меваси таркибиди калций тузлари, уруғида эса мой

ва сапонин тўплагани туфайли тиббиётда жуда қадрланади. Масалан, унинг тўқ сариқ тусли навида лютеин моддасининг кўпчилиги боис кўриш қобилиятини яхшилайдиган. Компьютерда ишлайдиган кишиларнинг иммун тизимини мустаҳкамлаб, ташқи таъсирдан асрайди.

Патиссондан мураббо тайёрланади, тузлама сифатида фойдаланилади. Аммо уни қовуриб истеъмол қилса ҳам бўлаверади.

Эслатиб ўтамиз, патиссонни ичаклар фаолияти бузилганда истеъмол қилиш тавсия этилмайди. Негаки, у ичак ҳаракатчанлигини ошириб юборади.



— Гўзал диёримиз заминиди етиштирилаётган ноз-неъматларнинг барчаси шифобахшидир.

Бугунги кунда Ўзбекистон дунёнинг 80 та давлатига 180 турдан ортиқ сархил мева-сабзавот ва уларни қайта ишлаш асосида тайёрланган маҳсулотларни экспорт қилмоқда.

Халқимиз турпни "қиш меваси" дея эъзозлайди. Чунки табиати-миз кеч қузда тортиқ қиладиган сабзавотнинг бу тури бутун қиш мобайнида дастурхонимизга қўқ бағишлайди.

Шу билан бирга, бу илдизмева саломатлик хазинаси бўлиб, юртимизда қадим замонлардан буюн етиштириб келинади. Дарҳақиқат, турп таркибиди 1,58 фоиз қанд, 1,92 фоиз оқсил, 1,55 фоиз твит (клетчатка), ферментлар, холин, липидлар, антоцианлар, органик кислоталар, В₁, В₂, В₆, РР, С дармондорилари, каротин, шунингдек, кальций, магний, фосфор, темир, олтунгурут, бром, йод, калий сингари ҳаётбахш маъданий унсурлар мавжуд.

Турп шарбатиди, айниқса, калций жуда юқорилиги билан бошқа сабзавотлардан ажралиб туради. Бу эса юрак-қон томир

ўпка касалликларини даволашда ҳам айти мумкин. Қолаверса, турп қизамиқ, юқори нафас олиш йўллари яллиғланиши, брон-

Саломатлик хазинаси

тизимига ниҳоятда фойдалидир. Таркибидидаги бошқа ҳаётбахш моддалар эса овқат ҳазм қилиш аъзолари фаолиятини яхшилайди.

Халқ табобатида турп билан асал аралашмаси ҳар хил жароҳат ва яраларга малҳам сифатида қўлланилади. Изтиробли йўталга қайнатиб пиширилгани тавсия этилади. У пешоб ҳайдаш, балғам қўчириш хусусиятига эга бўлгани сабабли, шамоллаш, томоқ ва

хит, ўпка сили касалликлариди яхши самара беради.

Манбаларда қайд этилишича, турп киши аъзоларидаги ортиқча холестерин моддаси чиқиб кетишини жадаллаштириб, хавфли атеросклероздан муҳофаза қилади. Ўтида тоши бор беморлар турп шарбатидан ҳар турда 100 граммдан (кейинчалик 400 граммгача) истеъмол қилсалар, бу нохуш дарддан тезда фориғ бўладилар.



Боғлар шоҳи

Жаҳонда камдан-кам учрайдиган табиат ва тупроқ-иқлим шароитларининг ўйғунлиги туфайли бизнинг минтақамизда энг мазали ва энг фойдали мева-сабзавотлар етиштирилади, десак, муболага бўлмайди. Зотан, Ўзбекистон қадимдан ўзининг беқиёс мазаси ва ҳушбўй хиди қўлқол ажралиб турадиган мева-чевалари билан маълуми машҳур. "Меваларнинг шоҳи" дея эътироф этиладиган беҳи — шулардан бири.

Эътибор қилган бўлсангиз, беҳи улуг кишилар беҳи мевасини уй шифтларига осиб ёхуд тоқчаларга териб қўйишади. Сабаби, бундай яхши пишган неъматнинг муаттар иси киши руҳиятига ижобий таъсир этиб, кайфиятини кўтарди, хона ҳавосини тоза-лаб, юкумли касалликлардан маълум даражада муҳофаза қилади.

Муҳаммад Хусайн ибн Муҳаммад ал-Оқилнинг "Маҳзан-ул-адвия" китобида ёзилишича, беҳи бош оғриқларини қолдириб, юракни мустаҳкамлайди, жигар ва меъда ишини яхшилаб, иш-таҳани бчади, оғиздаги нохуш хидни йўқотади. У лоҳас бўлганда, ич кетганда, сариқ касалида ҳам фойда беради. Шунингдек, танага нохуш қон қўйилишининг олдини олади.

Беҳи шарбати эса қон кетиши, қон қусиш, беҳос қайт қилиш ва чанқоқни бартараф этади. Мевасининг мағзи қотирувчи хусусиятига эгаллиги боис уни оз миқдорда ёки бугда пишириб, мураббо ҳолида ёки тоза асал билан бирга истеъмол қилиш яхши наф беради.

Абу Али ибн Сино беҳи мевасидан тайёрланган дамламани

ичбурғу (дизентерия), йўғон ичак яллиғланишида, беҳи ширасини зикнафас (астма), қон тупуриш ва қайт қилишни тўхтатишда қўллаган. Беҳи уруғи асосида дори-дармонлар тайёрлаб, ўпка ва нафас йўли касалликларини даволашда.

Халқ табобатида беҳи мевасининг шарбати дармонсизлик, камқонлик, изтиробли йўтал, меъда, жигар ва бўйрак касалликларини даволашда ишлатилади. Уруғи билан узум шарбатининг қайнатмаси силла қуриши, ичбурғу, сариқ, бавосил касалликларини даволашда тавсия этилади.

Беҳи меваси гўшт қиймалагичдан чиқарилиб, унинг бир ҳиссасига икки ҳисса миқдорда шакар аралаштирилади, енгил алағда шакар эригунча қизитилади. Ундан кунига уч маҳал бир ош қошиқдан истеъмол қилинса, юрак фаолиятини яхшилаб, қон айланишини маромига келтиради.

Жигар касаллигидан азият чекаётган касалга эса 2 донга ўртача катталикдаги қайнатилган беҳини уруғ ва пўстлогидан тозалаб, бир ўтиришда истеъмол қилса, шифо топади.

Минг дардга дармон

Ажойиб биологик ва экологик хусусиятга эга ёнғок дарахти ер танламалади. У тоғда ҳам, чўлда ҳам ўсаверади.

Буюқ табиб Абу Али ибн Синонинг ёзишича, ёнғок япроғи шираси илк ҳолда қулоққа томизилса, йиринглашининг олди олинади. Қобилиятини қўлатирилган шираси томоқ оғриғини босиб, йўталга малҳам бўлади. Қовурилгани киндик устига қўйилса, ичак оғриқларини босиб, ич кетишини тўхтатади.

Ёнғокнинг мағзи, айниқса, жуда фойдали. Унинг таркибидида темир, фосфор, мис, серотин моддалари, мой ва оксил таом ҳазминини яхшилайди, қувватни ошириб, асаб тизимининг фаолиятини меъёрлаштиради.

Шунингдек, ёнғок дарахти араланганда чиққан қириқ сирка билан аралаштирилган ҳолда юзга суртилганда, унинг терисини тинчлаштиради. Зайтун мойига намланиб, бошга қўйилганда эса қазғоқни йўқотишда ёрдам беради.

Халқ табобатида ёнғок пўстининг толқонига қанақунжот мойи қўшиб тайёрланган дори билан кўкрак оғриғи, жигар ва ўпка касалликларини даволанади.

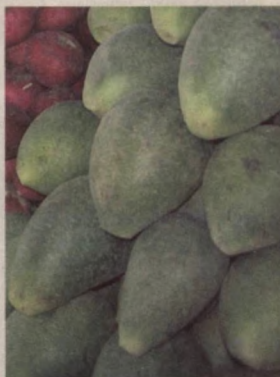
Боши оловда, оёғи сувда

Қуз неъматларидан яна бири — хурмонинг тарихи узок ўтмишга бориб тақалади. Хусусан, эраимиздан 7 минг йил аввал маданийлаштирилган хурмо араб халқларининг сеvimли меваси сифатида турли тарихий обиди ва ёдгорликларда ўз изини қолдирган.

Шунингдек, қадимги мисрликлар мазкур дарахтдан тақвим тузишда ҳам фойдаланишган. Хурмо иссиққа жуда чидамли ўсимлик бўлгани учун унга "Боши оловда, оёғи сувда" деб таъриф берилган.

Хозирги кунда Ер юзиди хурмонинг 200 тури учрайди ва уларнинг барчаси шифобахш саналади. Нега деганда, хурмо меваси таркибидида қанд, протеин, мой, олма кислотаси, С дармондориси, лектин, танин сингари кўплаб микроэлементлар мавжуд. Шу туфайли у бир қатор хасталикларни даволашда тавсия этилади. Хусусан,

буюқ, камқонлик, хафаконликда, бел оғриғи ва тана бўғинларини юмшатишда яхши наф беради. Бу дарахтнинг барғи ҳамда пўстлогига ҳам фойдали. Халқ табобатида унинг қуритилган барғи қуқуни қонни тўхтатувчи, пешоб ҳайдовчи, қон босимини туширувчи восита сифатида қўлланилади. Пўстлогидан тайёрланган дамлама эса ич кетиш ва безгакни тузатади. Аммо хурмо мевасини меъёрида истеъмол қилиш лозим. Айниқса, сурункали қабзият ва қандли диабет билан оғриган кишилар бу борада эҳтиёт бўлишлари керак.



Саҳифа материалларини доринуос олим Маннон НАБИЕВ тайёрлади.

Халқ сўзи Народное слово

МУАССИСЛАР:
Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси
Қонунчилик палатаси Кенгаши, Ўзбекистон Республикаси
Олий Мажлиси Сенати Кенгаши ва
Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси

Бош муҳаррир Ўткир РАҲМАТОВ

2008 йил 15 январда Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлигида 0001-рақам билан рўйхатга олинган. Нашр индекси — 229. Буюртма Г — 1167. 73 141 нусхада босилди, ҳажми — 2 табоқ. Офсет усулида босилган. Қоғоз бичими А—2. Баҳоиси келишилган нархда.

Телефонлар:
Девонхона (0-371) 233-52-55;
Котибият (0-371) 233-10-28; Эълонлар (0-371) 232-11-15.

Тахририятга келган қўғамалар тахрир қилинмайди ва муаллифга қайтарилмайди.
Реклама материаллари учун тахририят жавобгар эмас.
Газета тахририят компьютер марказида термал ҳамада оператор Ж. Тоғоев томонидан сақлалади.
Газетанинг полиграфик яхшилатиш сифатли чоп этилишига "Шарқ" нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси масъула.
Босмахона телефони: (0-371) 233-11-07.

• МАНЗИЛИМИЗ:
100000,
Тошкент шаҳри,
Матбуотчилик кўчаси, 32-уй.
Набатчи муҳаррир — Н. Ўтбосаров.
Набатчи — Д. Солдқов.
Муасхих — С. Исмолов.

«Шарқ» нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонаси. Корхона манзили:
«Буюқ Турон» кўчаси, 41. ЎЗА якуни — 20.50 Топширилди — 22.00 2 3 4 5