

“ҚОЗОҒИСТОН – ДОНИШМАНДЛАР ВАТАНИ” ВЕЛОСАЁХАТИ

ҚАЗАҚСТАН
ТӘУЕЛСІЗДІГІНЕ

30 ЖЫЛ

Қозоғистонлик тәнікілі спортчи, машхұр күнгилли Дамир Күшев Истамбул-Измир-Бодрум-Мармарис-Анталия-Анқара-Ақчајұса-Истанбул шаҳарларини велосипедда айланып чықди. У 30 кун давомида 3000 чақирим масофани босиб ўтиш учун Туркистан шаҳридан Туркия Республикасыга отланды.



Күнгилли Мінтақавий алоқалар марказыда ўтган матбут анжуманида сафар таасүртлари билан ўртоқлаши.

Лойиха Мустақиллігимизнинг 30 йилдеги мұнасадаты билан Қозоғистон Республикасы ва Туркия давлатлари орасындағы дүстликни ривожлантириш мақсадында үштірилди. Құзланған марздан удалаган Дамир Күшев “Қозоғистон – донишмандлар ватаны” мавзуудагы велотур дүнөні ўзғача равишда аңглашучун имконият берганини айтди.

– Ушбу сафарим иккى мамлекет орасындағы ҳамкорлықнинг ривожланишига хис-



САЙЁР ҚАБУЛ – ЭЛГА МАҚБУЛ

ЧОРДАРАДАГИ САЙЁР ЖАМОАТ ҚАБУЛИДА
МҰХИМ МАСАЛАЛАР МУХОКАМА ҚИЛИНДИ

Nur Otan партияси Туркистан виляят филиалининг ишрекасыга мувофиқ, Чордара туманида сайёр жамоат қабули үтказилди. Уни Nur Otan партияси Туркистан виляят филиали раисининг биринчи үрінбосари Бейсен Тажибаев олиб борди. Жамоат қабулида туман ҳокими Қайрат Жұлдібай, бошқарма ва ҳуқуқни муҳофаза қылыш идоралари раҳбарлари, масъул вакиллар иштирек этиб, фуқароларнинг мурожаатларини тинглади.

Оқсоқоллар Есенбек Қаханов ва Есенгелди Сарievlar Ақбала кичик туманиндағы М. Сапарбаев күчасындағы пиёдалар йүлак-

часини қуриш, Ж. Жабаев номлы бошланғич мактаб олдига сунъий ўйл түсігінің ўрнатыш масаласини күтаришди. Мұтасадди раҳбарлар пиёдалар йүлакасын куриш учун ҳужжатлар тайёрланғанини, иш жорий йилда бошланишини маълум қилиши. Ж. Жабаев номлы мактаб олдига сунъий түсік 15 августгача ўрнатыладиган бўлди.

Ибрагим Бектурсинов ва Қасимбек Садуов күчалардан ариқлар үтказиш, күчаларни ёритиш масаласини күтаришиди. Соҳага масъул етакчилар Наврӯз күчасидаги сугориш иншоотига маблағ ажратилиб, йил охиригача уни тугаллашга ваяда бериши. Бундан ташқари, Чордара шаҳридаги Құршан кү-



часига ёритиш мосламаларини ўрнатыш масаласи ҳам ижобий ҳал қилинди. Смета ҳужжатлар тайёрланиб, маблағ ажратиш құзланған. Яқын 2-3 ойда 2,2 чақирим күчага маҳсус симёочлар ўрнатылади.

Фуқароларнинг саволларига тегишли маслаҳат ва жавоблар бериліп, баённомага кирилди. Б. Тажибаев барча савол ва масалалар партия назоратига олинини айтиб, мұтасаддиларга тавсияларини берди.

Nur Otan партияси
Туркистан виляят
филиалининг
матбут хизмати.

ЯНГИЛИКЛАР БИСЁР

Сүзөқ тумани, Аққұлтиқ овулида
“Street Workout” майдони ҳамда болалар
үйингоҳи фойдаланишга топширилди



“Street workout” нима? Бу күчада ўз тананғыны жисмонан ривожлантириш мақсадыда бажарылады мешілдер. Тақыидлаш жоиз, тез орада туман худудида “street workout” билан шугулланаңын учун күплаб майдончалар барпо этилади. Улар Сүзөқ туман ҳокимлігі ва “Қазатоменеркесіп МХК” ҲЖ касаба үюшмасы билан имзоланған уч томондан меморандум доирасидан очилди.

Иншоотнинг тақдимот маросимінде Сүзөқ тумани ҳокими Салихан Пұлатов ва “Қазатоменеркесіп МХК” ҲЖ, “Марказий” ишлаб чиқарыш корхонасы” МЧБ директори Жұмағали Маркенбаев иштирек этиб, янги спорт майдончасынинг рамзий тасмаси қирқилди.



– Қишлоғимизда “Street Workout” ва болалар үйингоҳи очилди. Сүзөқ тумани ҳокимлігі ва “Қазатоменеркесіп МХК” ҲЖ ижтимоий лойиҳаларни күллаб-қувватлаш доирасидада қатор ишларни амалға ошири. Ўтган йили Баба ата ахоли манзилида болалар майдончаси фойдаланиша топширилген зди. Ҳозир у ер қишлоқ ёшларининг севимли масканияға айланди, – деди Жартитүбе овул округи ҳокими Бўлат Есенқабил.

Вилюят ҳокимининг матбут хизмати.

ҚАРНОҚЛИК ФАОЛЛАРНИНГ ЭЗГУ МАҚСАДИ

Қарноқ қишлоғи ахолиси бошпа-нага муҳтож ёлғыз оналарга бошпа-на қуриб беришмоқда. Одамлари то-тув бўлган қишлоқда бугунги кунда иккита уй ҳашар йўли билан бунёд этилмоқда. Ҳозир уйлардан биттаси тайёр ҳолатга келган бўлса, иккinci ки кузда эгасига топширилади. Бекзод Ҳабибов бошчилигидаги савобталаб фаоллар бошқа хайрия ишларида ҳам жонбозлик кўрсатиши-моқда.

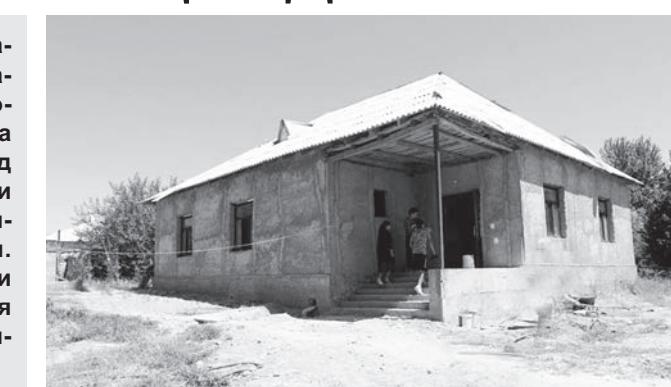
– Қишлоқдаги фаоллар билан муҳтож оиласарга турли ёрдамлар кўрсатиб келмоқдамиз. Бальзиларга майший техника олиб берсак, кимларгадир сигир ҳадя қилдик. Озиқ-овқат саватларини ҳам тарқатмоқдамиз.

Үйи йўқ оиласарни бошпанали қилиш таклифини кўпчилик қўллаб-қувватлагач, тезда ишга киришиб кетдик, – деди Б. Ҳабибов.

Қишлоқ фаолларининг айти-шича, бу каби хайрия ишларига

ўз ҳиссасини қўшишни хоҳлов-чишарнинг сафи тобора кенгай-моқда.

Вилюят ҳокимининг
матбут хизмати.



Сайрам туман касалхонасида «Биз – биргемиз» акцияси доирасида тадбир ўтди. Унда Туркестон вилояти маслаҳати депутати, Nur Otan партияси фракциясининг аъзоси Динара Егамбердиева иштирок этиб, шахсий маблаги ҳисобидан харид қилинган 10 дона кислород баллони ва тиббий аппаратни Сайрам тумани марказий касалхонасига топшириди.



«БИЗ – БИРГАМИЗ!»



Тадбирда Nur Otan партияси Сайрам тумани филиали раисининг биринчи ўринбосари Алмас Абдиқадиров ва туман марказий касалхонаси бош шифокори мувонилари Тўлеген Куралбаев ва Нурали Ирисалиев иштирок этиши. Д. Егамбердиева келажакда шундай ҳомийлик ишларини давом эттириш ниятида эканини маълум қилди.

Динара Асилқизи туман аҳолисини карантин талабларига риоя қилишга, кўпчилик йиғиладиган жамоат жойларига бормаслика чақириди. Сайрам туман касалхонаси маъмурияти Динара Асилқизига самимий миннатдорчилик билдириди.

– Юртимизда саҳиҳ, саҳоватпеша инсонлар кўп. Улар эл-юртнинг корига ярash, халқ

Ф. ИРИСКЕЛДИЕВ.

ИЛҒОР ТЕХНОЛОГИЯЛАР ТАРАҚҚИЁТ ТАЯНЧИ



ҚР ЭКОЛОГИЯ ВАЗИРИ ГЕРМАНИЯ ФЕДЕРАТИВ РЕСПУБЛИКАСИ ЭЛЧИСИ БИЛАН УЧРАШДИ

Қозоғистон Экология ва табиий заҳиралар вазири Мағзум Мирзағалиев Германия Федератив Республикасининг Элчиси билан учрашди, деяхабар беради вазирликнинг матбуот хизмати.

Тадбирда саноат корхоналарида инновациявий фаолликни таъминлашнинг молиявий дастаклари, иқтисодий хавфсизликни таъминлаш ва улар фаолиятига рақамли технологияларни жорий этиш истиқ-

боллари муҳокама қилиниб, Қозоғистон Республикасининг 2030 йилга бориб дунёвий инновациявий индекс рейтингига жаҳоннинг 50та илғор мамлакати қаторига кириши юзасидан амалга ошириш зарур бўлган чора-тадбирлар белгиланди.

Учрашув якунларига кўра, ўзаро манфаатли йўналишлар бўйича икки томонлама мулоқотни давом эттиришга келишилди.

КОРОНАВИРУС: ҚАЙСИ ДАВЛАТЛАРДА ЭМЛАНИШ МАЖБУРИЙ?

«Хуқуқий ахборот» телеграм канали вакцинациялаш мажбурий этиб белгиланган давлатлар ҳақида маълумот берди.

АВСТРАЛИЯ

Жорий йил июнь ойи охирида карантинли меҳмонхоналарда кекса ёшдаги ишчилар ва хизматчилар учун COVID-19 вакцинаси билан эмлаш мажбурий қилинди. Мусобақаларга борадиган паролимпия спортчилари учун эмлашиш мажбурий.

АНГЛИЯ

«Қариялар уйи» ходимлари учун октябрь ойидан бошлаб коронавирусга қарши эмлаш мажбурий бўлади.

ФРАНЦИЯ

2021 йил 12 июлдан барча соғлини сақлаш ходимлари, кинотеатрга кирмоқчи ёки поездга чиқмоқчи бўлганлар эмланганлиги тўғрисида хуж-

жатни ёки ковидга чалинмаганлиги ҳақидаги тест натижаси кўрсатиши шарт.

ГРЕЦИЯ

2021 йил 12 июлдан қариялар уйи ходимлари эмлашиш мажбурий, сентябрь ойидан фақат вакцина олган фуқаролар барлар, кинотеатрлар, театрлар ва бошқа ёпиқ жойларга киришига рұксат берилган.

ИНДОНЕЗИЯ

2021 йил февраль ойидан эмлаш мажбурий равишда амалга оширилмоқда. Индонезия пойтахти Жакартада вакцина олишдан бош тортганлиги учун 5 млн. рупия (357 АҚШ доллари) гача жарима кўлланилиши белгиланган.



Ўзбекистон Республикаси Олий Мажлиси Сенати меҳнатга лаёқатли аҳолини коронавирусга қарши мажбурий эмлашнинг ҳуқуқий асосини таъминловчи қонун лойиҳасини маъқуллади.

Сенат матбуот хизматининг хабар беришича, депутатлар «Аҳолининг санитария-эпидемиологик осойиштагигина таъминлашга қаратилган Ўзбекистон Республикасининг айрим қонун хужжатларига ўзгартиши ва қўшимчалар киритиши тўғрисида»ги Ўзбекистон Республикаси Қонунини маъқулладилар.

«Президент имзолаган ҳужжат меҳнатга лаёқатли аҳолини мажбурий эмлашга ҳуқуқий асос яратади. Ушбу ҳужжат

қабул қилиниши муносабати билан «Жамоат саломатлиги тўғрисида»ги қонун ва Меҳнат кодексига ўзгартирислар киритилади.

Депутатларнинг фикрича, қонун кучга кириши амалдаги қонун хужжатларидаги новуофикликларни бартараф этиди ва оммавий эмлашни ташкил этишининг ҳуқуқий асосларини мустаҳкамлайди.

Эслатиб ўтамиз, мамлакатда эпидемиологик вазиятнинг

ЖАҲОН БҮЙЛАБ

ЭНГ МУҲИМ
ХАЛҚАРО ВОҚЕАЛАР
ҚИСҚАЧА ШАРХИ



ИТАЛИЯ

2021 йил март ойида соғлини сақлаша ходимлари, шу жумладан, фармацевтлар мажбурий эмланган. Рад этигандарга йил давомида маош берилиши тўхтатилган.

ПОЛЬША

2021 йил август ойидан бошлаб хавф юқори бўлган айрим тоифадаги одамлар учун эмлашни мажбурий амалга ошириш режалаштирилган.

РОССИЯ

Москвада 2021 йил июнь ойининг охиридан кафе, бар ва ресторонларга фақат эмланганлар ёки ковидга чалинмаганлиги тўғрисида салбий тест натижаси мавжуд бўлганлар киришига рұксат берилган.

САУДИЯ АРАБИСТОНИ

2021 йил май ойидан иш жойига бориб ишлаш учун давлат ва хусусий шўъба ишчиларининг мажбурий эмлашиш белгиланган (бунга маълум муддат белгиланмаган). Шунингдек, 1 августдан бошлаб ҳар қандай давлат, хусусий ёки таълим муассасаларига кириш, жамоат транспортидан фойдаланиш учун мажбурий эмлашни белгиланмоқда.

ЎЗБЕКИСТОН СЕНАТИ МАЖБУРИЙ ЭМЛАШ ТЎҒРИСИДАГИ ҚОНУН ЛОЙИҲАСИНИ МАЪҚУЛАДИ

кескинлашуви сабабли, 17 июль куни коронавирус бўйича маҳсус комиссия савдо, умумий овқатланиш, хизмат кўрсатиш ва таълим соҳаларида ишлаётган 18 ёшдан ошганларни мажбурий эмлашга қарор қилди. Эмлашга ҳарбий ва ҳуқуқ-тартибот идоралари ходимлари ҳам киради. Шу мақсадда ушбу тоифадаги фуқаролар соғлини сақлаш бўйича эмлашлар миллий тақвимига киритилган.

ДУНЁДА КОРОНАВИРУС ЮҚТИРГАНЛАР СОНИ 194 МИЛЛИОНДАН ОШДИ



ЖССТ маълумотларига кўра, дунёда коронавирус инфекциясини юқтирганлар сони 194 миллиондан ошиди, шу жумладан, 4 миллион 162 мингдан зиёд киши вафот этган.

Сўнгги кеча-кундуз давомида дунёда коронавирус инфекцияси билан касалланишнинг 422 294 янги ҳолати аниқланди. 4162 нафар бемор вафот этди.

Касаллик тасдиқланган ҳолатлар бўйича:

АҚШ биринчи ўринда, уерда ЖССТ маълумотларига кўра 34,223 миллиондан зиёд коронавирус инфекциясини юқтирганлар аниқланган.

Иккинчи ўринда Ҳиндистон (31,411 миллиондан зиёд), учинчи ўринда Бразилия

(19,670 миллиондан зиёд), тўртинчи ўринда Россия (6,149 миллиондан зиёд), бешинчи ўринда эса Франция (5,871 миллиондан зиёд).

Жонс Хопкинс университетининг ҳозирги маълумотларига кўра, дунё бўйича коронавирусга қарши 3 миллиард 885 миллиондан зиёд доза вакцина кўлланилган.

Қозоғистон ва жаҳон ахборот агентликлари маълумотлари асосида.

● Обуначиларимиз орасида

“Жолаushi” МЧБ муассиси, Туркистан шаҳри ва Жанубий Қозогистон вилоятининг фахрий фуқароси, вилоят маслаҳатининг собиқ депутати Рахим Кўлбайули Танирбергеновнинг корхонасида бўлиб, август ойининг биринчи якшанбасида нишонланадиган транспорт ходимлари касбий байрами билан муборакбод этди.



АНЪАНАВИЙ БАЙРАМ БИЛАН...

Кўп йиллар давомида вилоят маслаҳатининг депутати сифатида сайловчилардан тушган кўплаб илтимосномалар, хусусан, таҳририятнинг Туркистан бўлими томонидан кўйилган ўзбек мактаблари учун ўзбек тилидаги дарслерни таъминоти масаласини вилоят ҳокимлиги ва маслаҳати орқали (вилоядта Б. Атамулов ҳокимлиги пайтида)

ижобий ҳал қилишга эришган, то тувлик барқарорлиги йўлида кўп хизматлар қилган Рахим Кўлбайулига муштариylар номидан миннатдорчилик билдириб, мустаҳкам саломатлик тиладим. Сухбатда Р. Танирбергеновнинг укаси, ҳамкаси, яқинда Туркистан шаҳрининг фахрий фуқароси унвонига ноил бўлган фахрий автотранспортчи

Тўргегеди Кўлбайули ҳам иштирок этди.

— Элимизда тотувлик, тинчлик, осойишталик, сиҳат-саломатлик барқарор бўлсин, — дея Р. Танирбергенов “Жанубий Қозогистон” газетаси муштариylарига сараниятларини изҳор этди.

Ш. МАДАЛИЕВ.
Муаллиф тасвири.

● Вакцина олдингизми?

“Она юрting омон бўлса, ранги-рўйинг со- мон бўлмас”, мақоли бу- гунги куннинг шиорига айлангани табиий. Ҳозир миллатидан қатъиназар, бутун дунё бошига туш- ган кулфат – коронави- русдан сақланиш учун карантин талабларига бўйсинаслик – ҳалокат- га олиб борувчи йўл.



ЭЛИНГ ЧЎЗСА ҚЎЛ, УНГА СОДИҚ БЎЛ!

Минг йиллар давомида инсониятни қашшоқлар ҳам, бойлар ҳам қочиб қутула олмайдиган, натижаси ўлим билан якунланувчи касалликлар таъқиб қилмоқда. Қизамиқ, чечак, кутуриши... Бу каби юқумли касалликлар оммавий миқёсда тасаввурга сидириш қишин бўлган улкан даражадаги эпидемияларни келтириб чиқармоқда. Ўхашалик ўхашаликни даволайди, дейдилар. Эмлаш ихтиро қилингач, кимларидир бунга хайриҳо бўлди, кимдир эса йўқ. Ҳатто, ўша кимлардир бутун дунёни эмлаш билан кўрқтилар ҳам. Аммо эмлаш одамлар ҳаётини сақлаб қолишини шифкорлар исботлади. Йиллар давомида 40дан зиёд инфекция учун 100дан зиёд турли вакциналар кашф қилинди.



Бугун эса, коронавирусга қарши эмлаш касалликдан омон қолишининг самараали йўли бўлди. Давлатимизга раҳмат, инсон капиталини сақлаб қолиш учун бор кучғайратини, сарф-харажатни аямаяти. Бепул эмлаш тадбирлари уюштирилди. Баъзи давлатлarda пуллик вакцина на учун навбатга турганлар ҳам бор экан. Биз-чи, бепул вакцинани олишдан бош тортиб, турли важ-карсонларни келтирипмиз. Вакцина билан эмланиш – иммунитетни ривожлантирадиган фаол жаён. Бугунги кунда жамоавий иммунизация деб бежиз айтилмаяти. 20 киши меҳнат қиладиган жамоада бир ёки икки қишининг эмланиши натижа бермайди. Шахсан ўзим 1990 йилдан бўён ўпка кўксови(бронхли астма) ташҳиси

билан рўйхатда тураман. 5 йил муқаддам қон босими, 3 йил аввал бўқоқ касалларни билан ҳам рўйхатга олиндим. Эмлаш жараёни бошланганда турли хасталик билан рўйхатда турганларга вакцина солинмайди, дейишди. Аммо, бугунги ахволни яхши тушунганим боис, вакцинанинг икки компонентини ҳам олдим. Албатта, бироз нохушликлар билан ўтказдим. Бирок, ҳар қандай синовинг орти ҳикматли деб бежиз айтимайдилар. Шу боис, бизнинг соғлигимиз учун қайғуриб, ўз жонларини хавф остига қўйиб, ҳаловатидан айрилиб, меҳнат қилаётган оқ ҳалат соҳибларининг чақириғига “лаббай” дея жавоб бериш биз учун самаралидир. Шундай алғов-далғов вазиятдан фақат яхшилик ва яна яхшилик излаб топайлик. Тинч ва фаровон заминда яшаб, меҳнат қилиб, умргузаронлик қиляпмизми, демак, элимиизда жорий қилинган тартиб-қоидага бўйсинашимиз даркор.

Омонат дунёда омон бўлинг, қадрдоним.

Мухтабар УСМОНОВА,
ҚР Журналистлар
юшмаси аъзоси.

● Оқ олтин – 2021

ҚУДУҚ СУВИ – МЎЛ ҲОСИЛ ГАРОВИ ...

Эски Иқон қишлоқ округига навбатдаги сафаримизда қишлоқ хўжалиги, хусусан, Иқон учун муҳим соҳа – пахта етиширишни ёритишига жазм этдик.

Қишлоқ ҳокими Дилшод Зокир ўғлининг хизмат машинасида статистика ходими Элмурод Маҳкамбоев ҳамроҳлигига далага отландик. Уста пахтакор, давлат хўжалигига бош зироатшунос бўлиб ишлаган марҳум Жавлон Шодибековнинг укаси Руслан Шо-



диков билан пахта далаларини кўздан кечирдик. Пахтазор соҳибини учратолмадик. Лекин, баравж ўсаётган ғўзаларни кўриб тасвирга олдим. Ҳосилдорлик мўл бўлиши кутилмоқда. Кейнинг дала – пахтакор Марат Отаевга тегишли бўлиб, ғўзалар авж гулга кирган. Фахрий дехқон Бахтиёр Муслимов дехқонлар кудуқ сувларидан фойдаланаётганлиги ютуқ асоси эканлигини таъкидлади. Ўзининг бедазори ўрнига келаси ийли пахта экишини режалаштирмоқда. Маҳаллий ўғит ҳамда кудуқ суви дехқонларга мўл ҳосил олишига замин яратади.

Б. Муслимов пахта жўякларида гулга кирган ғўза ниҳолларини фарҳ ила кўрсатди. Кўксидаги тантанадекон, деган ибора бежиз айтилмаган. Қўл қовуштириб, сув йўқ, дея қараб ўтирасдан қудук сувларидан фойдаланиб яхши ҳосил, демакки, мўл даромадга пойдевор ярататиган дехқонларнинг хирмонларига барака...

Ш. МАДАЛИЕВ.

Суратларда: Р. Шодибековнинг пахтазорида; М. Отаев пахта дала-сида.

Муаллиф тасвирлари.



ҚҮЛІНГИЗНИ МУНТАЗАМ ЮВИНГ

Қүлінгизни мунтазам равишида совун билан ювинг ёки спирт сақловчи восита билан тозаланғ (агар құлларингиз жуда ифлос бўлмаса). Агар құллар юзасида вирус бўлса, бу уни ўлдиради. Шунингдек, ўз гаджетларингиз ва компьютер техникаларингизни мунтазам равишида дезинфекция қилинг.

ОДАМЛАР ГАВЖУМ ЖОЙЛАРДАН ҚОЧИШГА ҲАРАКАТ ҚИЛИНГ

Гавжум жойларга заруратсиз ташриф буюрманг. Иложи бўлса, узоқдан тўлов усулларини ва рўйхатдан ўтиш хизматларини танланг.

ЖАМОАТ ЖОЙЛАРИДА БОШҚАЛАР БИЛАН ЎРТАНГИЗДА МАСОФА САҚЛАНГ

Одамлар билан ўртангизда камид 1 метр масофа сақланг, айниқса, уларда йўтал, бурун оқиши ёки иситма бўлса. Респиратор инфекция билан касалланганлар йўталса ёки аксирса, атрофига вирусли майда томчилар тарқатади. Агарда бундай одамга жуда яқин бўлсангиз, нафас олиш вақтида вирусни юқтириб олишингиз мумкин.

ИМКОН ҚАДАР ҚҰЛЛАРИНГИЗ БИЛАН КЎЗИНГИЗ, БУРНИНГИЗ ВА ОҒЗИНГИЗГА ТЕГИНМАНГ

Бу нима учун керак? Құллар вирус мавжуд бўлган кўп жойларга тегади. Инфекцияли құллар кўзлар, бурун ёки оғизга тегса, вирус құллар терисидан танага ўтиши мумкин.

НАФАС ОЛИШ ГИГИЕНАСИГА РИОЯ ҚИЛИНГ

Йўталаётганда ва аксираётганда оғзингиз ва бурнингизни салфетка ёки енгингизнинг ички қисми билан ёпинг; салфеткани дарҳол қопкоқли ахлат кутисига ташланг ва құлларингизни спиртли антисептик билан тозаланг ёки уларни совун билан ювинг. Агар сиз йўталаётганда ёки аксираётганда бурун ва оғзингизни қўллингиз билан ёпиг қўйсангиз, микроблар қўлларингизга, сўнгра сиз тегаётган нарсаларга ёки одамларга ўтиши мумкин.

ҚЎЛ БЕРИБ КЎРИШИШ ВА ҚУЧОҚЛАШИШДАН ВОЗ КЕЧИШ КЕРАКМИ?

Ха. Респиратор касалликларни келтириб чиқарадиган вируслар қўл бериг қўришиш ҳамда кўз, бурун ва оғизга тегиниш орқали юқиши мумкин. Саломлашиша қўллингизни силкитинг, бошингизни қимирлатинг ёки этилип қўйинг.

КОРОНАВИРУСДАН ҲИМОЯЛАНИШ УЧУН НИМА ҚИЛИШ КЕРАК?

**COVID-19 АКСАРИЯТ ҲОЛАТЛАРДА (ҶАРИЙБ 80 ФОИЗ)
ЕНГИЛ КЕЧАДИ ВА СОҒЛОМЛАШИШ БИЛАН ТУГАЙДИ.
БИРОҚ АСОРАТЛАРИ КУЗАТИЛИШИ МУМКИН.
ЎЗИНГИЗ ВА ЯҚИНЛАРИНГИЗ САЛОМАТЛИГИНИ ҚАНДАЙ
ҲИМОЯ ҚИЛИШ МУМКИН? ЖССТ ТАВСИЯЛАРИ.**

ИСИТМА КЎТАРИЛСА, ЙЎТАЛ ПАЙДО БЎЛСА ВА НАФАС ОЛИШ ҚИЙИНЛАШСА, ТЕЗРОҚ ТИББИЙ ЁРДАМГА МУРОЖААТ ҚИЛИНГ

ЖССТ факатгина сизда Covid-19 аломатлари (айниқса йўтал) бўлса ёки касал кишига қараётган бўлсангиз тақишини тавсия килимоқда. Бир марта ишлатиладиган никоблардан тақороран фойдаланиб бўлмайди.

ЖАМОАТ ЖОЙЛАРИДА РЕЗИНА ҚЎЛҚОП ТАҚИШ ФОЙДА БЕРАДИМИ?

Йўқ. Сиз резина қўлқоп тақмасдан, қўлингизни ювиг юрсангиз вирусдан кўпроқ ҳимояланган бўласиз. Коронавирус қўзғатувчиси қўлқопларни ифлослантирган бўлиши мумкин. У билан юзга тегинсангиз, ўзингизни хатарга ташлаган бўласиз.

ЯҚИНЛАРИНГИЗГА ФАМХЎРЛИК ҚИЛИНГ

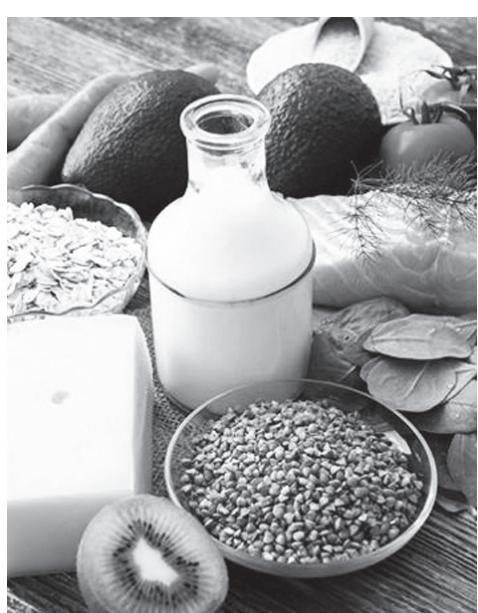
Яқинларингизнинг соғлигини мунтазам суршишиб туринг. Уларни ёкимли фаолият билан шугулланишга унданг. Кекса қариндошларга озиқ-овқат сотиб олишга ва тўловларни амалга оширишга ёрдам беринг. Фарзандларингизга бу борада тўғри маслаҳат беринг.

Агар сиз 60 ёш ва ундан катта бўлсангиз ҳамда сизда соматик касалликлар бўлса (масалан, артериал гипертензия, юрак, упка, саратон касаллиги ёки диабет), одам кўп тўпланадиган ва касал одамларни учратадиган жойлардан сақланинг.

Ушбу аломатлар зудлик билан тиббий ёрдамга мурожаат қилишни тақозо этади, чунки респиратор инфекция ёки бошқа жиддий касалликлар келиб чиқиши мумкин. Нафас олиш органларининг зарарлангани тана ҳароратининг кўтарилиши билан кечса, бу турили сабаблар каторида Covid-19 бўлиши ҳам мумкин.

Агарда ўзингизни ёмон ҳис этаётган бўлсангиз, ҳаттоқи касалликнинг енгил аломатлари, масалан, бош оғриғи ёки тумов, соғломлашунга қадар уйда қолинг. Атрофдагилар билан алоқага киришишдан сақланинг, ўзингизни ва яқинларингизни Covid-19 ёки бошқа вирусли инфекциялардан ҳимоя қилинг.

ИММУНИТЕТНИ МУСТАҲКАМЛАШ УЧУН ТАБИИЙ ЭНЕРГЕТИК



ИСТЕММОЛ ҚИЛИШ ТАРТИБИ

Кўпчилик асал, хурмо, наъматакдек ўта витаминларга бой маҳсулотларни нотўғри истеъмол қилади ва бунинг натижасида бу маҳсулотлар жудаям кам фойда қилади ёки умуман фойдаси тегмайди. Шу сабабдан бу маҳсулотларни аввало оч қоринда алоҳида ҳолатда

еийишни тавсия қиласман, ейилгандан сўнг бошқа ҳеч нарса емасдан 2 соат кутиш керак. Шундагина юқори даражада фойда беради.

Энг фойда берадиган пайт бу спорт машғулотларидан кейин ёки эрталабки нонушта тарзидадир. Икки ҳолатдаям организм ташна ҳолатда витаминларни қабул қилишга шай туради. Эрталаб ўйғонгандан ёки машғулотдан сўнг фақат 200 мл.гача сув ичиш мумкин, тахминан 30 дақиқа ўтгандан сўнг, наъматакни тайёрлаб хурмо билан бирга истеъмол қилинади, хурмодан хоҳлаганингизча ейишингиз мумкин, фақат нон, чой ва бошқа маҳсулотларни қўшиш мумкин эмас, қўшилса яхши фойда қиласмилиги мумкин. Истеъмол қилиб бўлгандан сўнг иккаки соат ҳеч нарса ейилмайди ва ичилмайди, бу вақт мобайнида витаминлар тўлиқ организмга сўрилиб ҳазм бўлади, кейин эса одатдагидек овқатланиб юраверасиз.

Юқоридаги рецепт жудаям кучли қувватни оширувчи энергетик ичимлик ҳисобланади. Шу сабабдан қон босими ошувчи одамларга тавсия қилинмайди, қон босими борлар буларни кўшмасдан алоҳида-алоҳида ҳолатда кун давомида уч маҳал истеъмол қилишсин. Масалан, эрталаб наҳорга наъматакнинг ўзини дамлаб ичишади, нонуштадан сўнг иккаки соат ўтказиб асал ейилади, тушликдан сўнг 3 соат ўтказиб хурмо ейилади, шу тариқа қон босимининг ошишидан азият чекмасдан туриб, иммунитетни тиклашмиз мумкин. Қони қуюқ одамларгаям тавсия қилинмайди улар фақат наъматакнига дамлаб ичишлари керак.

Яна бир нарсани айтиб ўтиш мумкинки, ҳар бир нарсани меъерида истеъмол қилиш фойдали ва буни кам ёки ҳаддан зиёд кўп истеъмол қилиш зиён қилишиям мумкин. Наъматак мевасини ҳар куни меъеридан ортиқ истеъмол қилиб юриш сийдикни кўп ҳайдаш орқали танамиздаги витаминларимизни ювиг чиқариб, аксинча иммунитетимиз пасайшига олиб келишиям мумкинлигини эсдан чиқармайлик.

Иммунитети пастларга табиий маҳсулотлардан тавсияялар:

1. Наҳорга бир пиёла ёғли сутга саримсоқнинг битта бўлакчасини қиргичдан ўтказиб, кўшиб, ичилади.

Бу иммунитетни оширади, ички аъзоларга жуда фойдали, гижжаларга яхши татасир қиласди.

2. Бир коса сут шопириб-шопириб қайнатилади, иликроқ ҳолатга келганда, бир қошиқ тоза асал ва битта тухумни чақиб, яхшилаб араплаштириб ичилади. Бу кунига 2 маҳал ичилса, жуда яхши самара беради. Хонаки тухум бўлса янайам яхши.

Бундан қон кўпаяди, юзга қизиллик югуряди, иммунитет кўтарилади ва қувват ошади.

Интернетнинг очиқ манбаларидан олинди.

“Ошсиз уй бор, жанжалсиз уй йўқ”, дейдилар. Илгари бу мақолни эшишиб, магзини чақмаган эканми ё унча эътибор қаратмаганикан. Ҳафиза ўзганинг бўсағасидан оппоқ либосда ҳатлаб ўтган кундан буён Ҳудонинг берган куни арзимас, майда-чўйда нарсалардан машмаша чиқиб, тўполон бўлиб кетади. Мана, қайнотасиникида кун санаб, ой санаб яшаб юрибдиямки, бир баҳона топилиб, сиз-биз деган оғиз сан-манга бориб, машмашалар тугуни очилиб кетади. Барака топсин, Ҳафизанинг қайнонаси Гавҳар опа ақлли аёл. Келининг ортиқча юмуш буюриб, қийнаб ўтирумайди. Гоҳ-ногоҳ Ҳафиза кўнгил тўлмагулик иш бажарса ҳам айрим қайноналарга ўхшаб, жанжалга баҳона қидирмайди, ўғлига дўп-послатмайди. Ҳафиза эҳтимол шунинг учун ҳам кирой қайнонаси учун чида борган чиқар. Бўлмаса эри Нормамат пиён нақд жаллод бўлмаса ҳам шунақалардан қолишмайди. Ичиб келган куни хотинини тарсакиламаса ё тепмаса, кўнгли тинчимайди. Бу ношукур эрга гап ўқтиравериб, насиҳат қиласвериб, Гавҳар опанинг тили чарчаб кетди. У ёқда отаси Норимжон ака ҳам дўй-пўписа қилди, бўлмади. Ўрганган кўнгил, ўртамай қолмас экан. Насихату пичинглардан бир муддат бошини кифтига тортиб юрди-да, яна улфатбозлик, чойхонахўрлик қилиб келиб, бояқиш хотинига кафт тортиб юборади. Шўрлик Ҳафиза ҳам содда, ҳам қуёниорак. Бўлмаса, девангирдай икки акаси, шаҳди синмаган отаси бор. Уларга чиқиб, эрининг попугини пасайтира бўлади. Андиша қиласди. Кейин эрта-индин гап чиқиб қолганда, миш-мишлар тагида қолиб кетишидан қўрқади. Олдида кўз-коши покукдай ширингина қизи, ўғли бор. Эрта-индин уларнинг бўйи чўзилиб, эс-хушуни таниб олишса, кейин «отангни аянг чақтириб дўппослатган», деган гапни эшитишса, неча пуллик обрўси қолади. Йўқ, бу эрги юмушни ўла қолсаям қилмайди. Эрининг калтаклари тагида тил тортиб ўлсаям, зинҳор-базинҳор қилмайди. Мана, бугун ҳам бечора жувон бир-икки тепки еб, биқинини ушлаб ўтириди. Пиён эр хотин тўшаб берган юмшоқини кўрпачага узала тушиб, хўриллаб ётиби. Олдиға яқинлашиб бўлмайди. Қўланса ҳид хонани тутиб кетган. Деразанинг ҳамма дарчалари очиқ бўлсаям, худди бузук ҳаво шишиб, уйда қамалиб қолгандек. Ўғилчаси отасининг олдида ўрмалашиб, ўйғотишга уринади. Зилдай оёқни ушлаб, кучаниб кўтаргудек бўлади, наф тополмагач, бош томонига ўтиб, кетмон юзидай катта, оғир панжаларга ёпиша кетади.

— Иммм, ада, туйинг...

— Тек тур, индама, — онаси кела солиб, болани даст кўтариб олади-да, ташқарига оёқлайди. Тўғри ошхонага бориб, вакирлаб қайнаётган чойнак тагидаги оловни пасайтиради, унинг ёнидаги қозон қопқони очиб, капгир билан овқатни бир-икки ковлаб қўяди. Бола чучук тили билан онасини гапга солади:

— Ая, адам ашша емийдими?

— Даданг тўйиб келган,— зарда билан жавоб қиласди онаси.

Шом тушиб, айвондаги чироқлар ёнгач, тўроқдаги супада бутун оила ўйғилади. Нормаматдан бўлак ҳамма овқатга юзланади. Бирор уни эсламайди ҳам. На Гавҳар опа, на Норим ака «Нормаматни айтиб кел, овқатга», демайди. Иссикюнина тортилган қуоқми, суюқми таом пок-покиза туширилади. Қайноқини чой томоқни ҳўллаб, кўйдириб, ошқозонга тушади. Аммо ҳеч ким Нормаматни лоақал иримигаям эсламайди. Негаки, золим билан бир дастурхон атрофида ўтириб бўлмайди. Үнга юзлар мөхр билан боқмайди. Ширироқ сўз аталмайди. Аммо-лекин бу нисбатларнинг акси ҳаётнинг машақкатларига елка тутаётган, турмуш зарбаларига товуш чиқармай, жимгина бардош бераётган севимли келинга қайтирилади.

— Андак дам олинг, қизим, куни билан тинмадингиз ўзиям, — қайнона меҳрибонлик қиласди.

— Худо сиздай келинни берганига шукр, бу аҳмоққа ўзи инсоф берсин, қизим, — ширин сўзини аямайди қайнота. Мана шунинг ўзи малҳам-да Ҳафизага. Ачиётган жонига эм бўлади. Мушт нима? Бир зумлик оғриқда! Бир кўз олдингда ўт чақнаб, танингда туражак оғриқ зум ўтмай пасаяди, кейин-кейин таққа тўхтайди. Нима қипти... Ўзини алдайди шўрлик жувон. Ҳафиза ажрашган эр-хотинлар ҳақида эшифтган. Онасига яқин бир кўшниси туппа-тузук яшаб юрган эр-хотин орасини айириб, келинини қувиб солган экан. Сал ўтмай ажрашиб, иккита бола бўзлаб қолди. Бир гал онасиникига борганида кўзи тушганди Ҳафизанинг. Шўрлик болалар кўчада исқирт, кир-чир кўйлак-шিমда юришган экан. Бираам ачиниб кетганди уларга. Ана шуларни кўз олдига келтириб, ўз фарзандларини ўйлаб кетди. Бордино, эри билан ажрашса, болалар аҳволи нима бўлади? Шу исқирт, кир-чир болалар кўйига тушмайдими? Ҳафиза эридан мушт есаям, жони оғрисаям, ундан негадир кўнгли совимайди. Ёмон кўрмайди. Бугун калтак еб, эртага ҳеч нарса бўлмагандек апоқ-чапок бўлади. У фақат бир нарсага ҳайрон қолади. Нормамат уйлангунига қадар ароқнинг ақалли бир томчисиниям оғизга олмаган экан. Елкасига ола хуржун тушгандан сал ўтиб, бошқа Нормаматга айланибди-қолибди. Аммо-лекин ичиб юрсаям, ўзини эплаб юради. Ҳеч маҳал тўрт оёқлаб кириб келгани йўқ. Ё тоза маст бўлиб, кўча-кўйда ётиб, шалтоги чиқсани йўқ. Бир айби ичиб келади... ичиб келади хотинини савалайди. Бунга ҳаммавақт баҳона топила қолади. Ошнинг озигина таги олса ё кўйлак дазмолланмай қолган бўлса? Бола пакирлар вақт-бевақт йиғлагуде бўлсаям... жазо. Гап бошқа ёқда. Нормамат севгидан кўйган. Ўйланмай туриб сал олдин кўз остига олган қизи эрга теккач, хонумони гўё олов остида қолгудай бўлган. Кейин алам устига уйланган. Севгисиз, мөхр-муҳаббатсиз Ҳафизани никоҳига олган. Қачонки унга қараса, собиқ маҳбубаси ёдига тушавериб, аламини хотинидан олаверади. Сабаби шу. Бунинг тагига Ҳафиза яқинда етди. Ертўлани саранжомлаб-саришталаб юриб, бурчақдан ки-чикроқ жомадонча топиб олди. Обдон чангини қоқиб, ичини очса, варақлари тўзиган дафтар, расмлар экан. У қўлидагини ёруқга тутса, ноз-ниҳолдай қиззинг суврати. Жилмайиб турибди. Орқасини ўйирганди, бир жумла ёзувга кўзи тушди: «Мени куйдириб кетдинг...» Шунда фаҳмлади Ҳафиза.

...Гавҳар опа ягона келинига иш буюрди.



Ҳар тўғрида бир ҳикмат...

● Дунёда энг зарур, энг арzon нарса бор. Шуни ҳам бир-бираимизга раво кўрмаймиз. Бу – мөхр.

(Муаллиф сўзи).

● Касалликлар инсонларни гуноҳлардан поклайди.

● Ким бирорни ноҳақ урган бўлса, қиёмат куни ундан қасос олиниади.

● Сафар қилинг, саломат бўласиз ва ризқланасиз, чарчоқ ва сиқилишларингиз кетади. Кишининг дам олиши ва бойишига имкон беради.

● Аллоҳнинг тақсимига, ризқига рози бўл, одамларнинг энг бадавлати бўлурсан.

● Сиздан бирорингиз бозласига бир нарса ваъда этса – бажарсин.

● Аллоҳ “шукр қуловчи қулларига” ризқини кўпайтиришига ваъда беради.

● Бир хато қилганингда, кетидан дарҳол яхшилик қилини, гуноҳингни ўчириб юборсин.

(Ҳадислардан олиниди).

● Ҳар бир юртнинг кела-жаги – мактабига боғлик.

(М. Жумабаев).

● Инсонни уч нарса баҳтли қиласди:

Севган касби.
Севган инсони билан яшаш.
Саёҳат – дунёни кезиши.

(Иван Бунин сўзи.)

● Болага ёмон сўзлар айтишингиз (сўкканда) уни ака-укалари ва сиз билан ҳам худди шундай муомала қилишига ўргатади.

● Ёмон оиласдан чиқкан келинлар болани онадан, акани укаси, синглисидан ажратиб юборяпти.

● Табассум қилинг, ғамнинг ҳузур қилишишга йўл қўйманг.

● Саратонга қарши:
кўй чой, саримсоқ пиёз, раий-хон, қизилгуруч, кўкатлар, дон маҳсулотларини кўпроқ истеъмол қилинг.

● Касаллик – бу гуноҳларимизнинг кўпайиши. Давоси – Истигфор (кечирим) айтиш.

● Ибн Сино: Ваҳиманинг ўзи ярим касаллик, хотиржамлик ярим соғлик, деган.

● Бола-чақа кўп бўлиб, моддий маблағнинг оз бўлиши катта балодир.

● Аёл кишиига итоат қилишилик надоматdir.

● Бахтсизлик уч нарсада:
Отда – ёмон от бўлса; Ёмон хотин ёки эрда; Ёмон кўйнида.

● Маориф соҳаси қаттиқ оқсамоқда. Агар билимли одамлар ўйқолса, саводсизликдан халқ бузилади.

(Академик

Жамбил Артиқбаев).

● Ёмонларга ҳеч нарса ни тушунтириб бўлмайди. Сиз уни ботқоқдан чиқаришга уринманг. Сизни ҳам шу ботқоққа тортисига ҳаракат қиласди.

● Олимлар шакар ва тузни: икки бошли “оқ ажал” деркан. Демак, келинг, уларни оз миқдорда истеъмол қиласли.

Санобар ТУРСУМЕТОВА,
руҳшунос-муаллима.

Умид АЛИ.

● Назм дафтаридан

Шифокорларга
кутлов

Инсон еужудининг муҳандислари,
Қайдадар дард кўринса, қалқондир бари.
Оқ халатли, оқ кўнгил шифокорлари,
Сизга таъзим бу кун, минг қуллук бу кун.

Бахшида этасиз, умрингизни сиз,
Кечакундузи хизматдадирсиз.
Инсон соғлиги саломати, деб,
Хаста тани-жони ором олсин, деб.

Сизга нажот истаб боқсан барча дил,
Фақат дармон олар, қувонар кўнгил.
Ширин сўзларингиз қалбга дармондир.
Дардларни ёнгмоққа гўё малҳамдир.

Гиппократ қасамига содик қолиб сиз,
Касбингизни севиб ардоқладингиз.
Шунинг чун элда сиз азиз бўлдингиз,
Оқ халатли, оқ кўнгил, оқ фаришталар.

Бу кун байрамингиз муборак бўлсин.
Ҳаётингиз доимо шодликка тўлсин.
Халқимиз баҳтига бўллингиз омон.
Оқ халатли, оқ кўнгил, оқ фаришталар.

Озода АҲМЕДОВА.
"Ижодкор" адабий бирлашмаси аъзоси.



Дугонам Диidoraga...

Юзлари, кўзлари меҳрдан дарак,
Бундайлар дунёда кам бўлса керак.
Бундайнин меҳрни беролмас ҳеч ким,
Жонажон дугонам менинг, Диidor.

Чиройин-ку айтмаса ҳам бўлар,
Ҳаттами унга ҳавас қилар юлдузлар.
Бамисоли очилган гулга ўхшар,
Жонажон дугонам менинг, Диidor.

Талпинар ҳамиша илм ҳам фанга,
Қувонч улашади менинг дилимга.
Доимо чанқоқдир қалби зиёга,
Жонажон дугонам менинг, Диidor.

Дардларимни айтсан эшиштан ҳам у,
Сирларим пинҳон беркитган ҳам у.
Мени чин дўстим, дея кутган ҳам у,
Жонажон дугонам менинг, Диidor.

Врачи городской поликлиники №12 ознакомили пациентов с Национальной программой «Стоп, гепатит!», приуроченной к Всемирному Дню борьбы с вирусным гепатитом.

Основной целью программы «Стоп Гепатит!» является повышение информированности населения о вирусных гепатитах, мерах по предупреждению заражения и их распространения, пропаганда здорового образа жизни среди населения, формирования солидарной ответственности каждого взрослого человека за свое здоровье и здоровье детей. Всемирный день борьбы с гепатитом проводится ежегодно под эгидой

Всемирной организации здравоохранения. Возбудителями гепатита являются 5 основных вирусов (A, B, C, D, E). Наибольшую

СТОП, ГЕПАТИТ!

проблему представляют хронические гепатиты В и С. Они приводят

к развитию хронических форм и впоследствии к циррозу и раку печени, которые являются основной причиной смертности от гепатитов.

Вирусные гепатиты А, Е хотя и протекают остро, но в большинстве случаев заканчиваются полным выздоровлением и поэтому не приводят к тяжелым последствиям. Специалисты предупреждают, основные пути передачи вирусного гепатита связаны с несоблюдением правил личной гигиены и при контакте с инфицированной кровью.

Рекомендовано:

- Не отказываться от вакцинации.

- Не использовать предметы ухода и личной гигиены другого человека.

- Посещать проверенные медицинские и косметические учреждения, салоны тату и пирсинга, которые точно обеззараживают свои инструменты.

- Повторное использование шприцев и иглы относится к высокому риску заражения вирусом.

Будьте здоровы и не забывайте о диагностике и профилактике.

Сарвар ИСКАНДАРОВ,
врач-педиатр городской
поликлиники №12

«Жанубий Қозоғистон» вилоят ижтимоий-сиёсий газетаси таҳририяти фаол жонкуяримиз, меҳнат фахрийси Зоҳида Шоқир қизига волидай мухтарамаси, маориф фахрийси Даҳаон Жалиловга қайнонаси

Ўқтам ИСОҚ қизи-
нинг вафот этганлиги муносабати билан ҳамдардлик билдириб, таъзия изҳор этади.

Аллоҳ марҳумларни ўз раҳматига олган бўлсин.

Эски Иқон қишлоғидаги
25-сонли умумий ўрта мактаб
жамоаси ўқитувчи Ҳанифа Ҳожиметовага волидай
мухтарамаси

Раъно Ҳожиметова-
нинг вафоти муносабати билан ҳамдардлик билдириб,
таъзия изҳор қиласи.

Эски Иқон қишлоғидаги
25-сонли умумий ўрта мактаб
жамоаси ўқитувчи Нодира
Сайдикромовага қайнотаси,
меҳнат фахрийси

ТОЖИБОЙ ота-
нинг вафоти муносабати билан ҳамдардлик билдириб,
таъзия изҳор қиласи.

● Ёднома

Тиловберган
ХУДОЙБЕРГЕНОВ

Туркистан вилояти равнақига залворли ҳисса кўшган меҳнат фахрийси, таниқли тадбиркор, кўплаб хайрли ишлар ташкилотчиси Тиловберган Худойбергенов 79 ёшида оламдан ўтди. Аллоҳ марҳумни ўз раҳматига олган бўлсин. Т. Худойбергенов Туркистан туманинг Чўрноқ қишлоғида 1942 йили 15 май куни дунёга келди. Отаси Худойберган Жиеналиев Улуғ Ватан урушида иштирок этиб, элига қайтгач 1945-1952 йиллари урушдан кейинги оғир тикланиш йилларида Сталин номидаги жамоа ҳўжалиги раиси бўлиб ишлаб, эл эъзозига сазовор инсон бўлган. Онаси Ҳадича ая уй бекаси эди.



Тиловберган Худойберган ўғли "Қизиласкар" умумий ўрта мактабини 1958 йили олтин медал билан тамомлаган. Шу йили қишлоқ ҳўжалиги муҳандисларини тайёрлаш олийгоҳига ўқишига кириб, 1963 йили муҳандис-механик ихтисоси бўйича олий маълумот олади. Меҳнат фаолиятини Туркистан тумани "Казслехозтехника" бирлашмасида муҳандис-механик сифатида бошлади. Кентов шаҳридаги автобазада директор бўлди. 1982 йили "Казслехозтехника" бирлашмасига директор этиб тайинланди. Ташкилотчилик қобилияти, теран билими шарофати билан 1986 йили вилоят "Казслехозтехника" бирлашмасининг моддий-техника базаси директори лавозимига тайинланади. 1994 йили қадрдон қишлоғидаги "Ленинзим" жамоа ҳўжалиги раиси бўлиб сайланади ҳамда ҳўжаликлар тарқатилгач, Х. А. Яссавий номидаги ишлаб чиқариш ширкатига самарали раҳбарлик қиласи. Нахағага чиққач, 2005 йили собиқ ҳўжалик гаражини ижарага олиб, кичик мебель цехини очади. Дастрраб 6 нафар ишчи меҳнат қилган мўъжазигина цех Тиловберган Худойбергеновнинг маҳорати, тажрибаси, фарзандлар саъи-харакати билан тараққий этиб, республикамизнинг барча худудларига сифатли маҳсулот етказиб берадиган замонавий корхонага айланди. Айни пайтда мамлакатимизнинг барча вилоятлари ҳамда Алмати ва Нур-Султан шаҳарларига Чўрноқда тайёрланган сифатли мебель маҳсулотлари жўнатилиб, савдо дўйконларида сотилмоқда. Ишлаб чиқариш жараёнинг фарзанди Қудрат Тиловберган ўғли раҳбарлик қиласи.

2013 йили Т. Худойбергенов корхонасининг маҳсулоти республика "Алтин сапа" танловида иштирок этиб, номинация бўйича бош совинга сазовор бўлди. ҚР Индустря ва тараққиёт вазири А. Исакешевнинг "Ташаккурномаси" билан тақдирланади. 2016 йили Шимкент, Астана шаҳарларида ўтган танловларда ҳам "Атамекен" тадбиркорлик паласати томонидан сифатли маҳсулот учун мунносиб мукофотга ноил бўлади. Меҳнат фахрийси Тиловберган Худойбергеновнинг янги иш ўринларини барпо этгани ҳамда ватанимиз сифатли маҳсулот ишлаб чиқаришига қаратилган фидокорона меҳнати ҚР Президентининг Ташаккурномаси, ҚР Мустақиллигига 10 йил, 20 йил, 25 йил медаллари, "Жанубий Қозоғистон вилоятига 80 йил" медаллари билан тақдирланган. Халқаро Бирлашган Миллатлар Ташкилотининг "Хурмат белгиси" ордени Т. Худойбергеновнинг раҳбарлик соҳасидаги ҳамда жамоат ишларидағи кўп йиллик самарали меҳнати учун берилган. Вилоят оқсоқоллар кенгаши ҳайъати аъзоси, Чўрноқ қишлоқ округи оқсоқоллар кенгashi раиси эди. Туркистан шаҳрининг ҳамда Туркияning Сивас шаҳри фахрий фуқароси.

У умр йўлдоши, ибратли оила сохибаси Обод Жумадулла қизи билан Файзула, Шуҳрат, Қудрат, Шавкат, Гулчехра, Дилрабо исмли эл равнақи йўлида самарали меҳнатлари билан танилган қобил фарзандлар тарбиялаб, невара, эвара кўрган пири бадавлат оила сохиби, авлодининг энг улкани ҳамда ҳўрматлиси эди. Тиловберган Худойбергенов кўплаб хайрли – ҳимматли ишлар ташаббускори, хусусан, собиқ Сувноқ, ҳозирги Қўшмезигил қишлоғида 400 ўринли муҳташам, замонавий, барча қулайликларга эга масжидни фарзандлари билан бунёд этиб, эл манфаати йўлида фойдаланишига топшири. Унинг номи, таржима ҳоли Қозоғистон фахрийлари энциклопедиясига киритилган.

Тиловберган Худойбергеновнинг ёрқин сиймоси, нурли хотириаси, амалга оширган кўплаб хайрли ишлари, Мустақил Қозоғистон давлати равнақи йўлидаги самарали меҳнатлари элимиз ёдиди абадий сақланади.

**Рўзақул ХОЛМУРОДОВ, Ғани РИСБЕКОВ,
Баҳодир ИРИСМЕТОВ, Баҳодир ҲАБИБУЛАЕВ,
Қурбонбой ИРИСБЕКОВ, Ҳайрулла ЖУМАДУЛАЕВ,
Еркинбек ҮМАРБЕКОВ, Дониш МАННОТОВ,
Зуппархон ЧОЛДОНОВ, Тўлқин САИДМУРОДОВ,
Жарилқасин АЗИРЕТБЕРГЕНОВ, Абдиҳан
АБДИҚАДИРОВ, Эргаш ДИМЕТОВ, Иқбол АБИШЕВ,
Дилмурад ЖАМОЛОВ, Ҳошим АБДУВАЛИЕВ.**



Июль ойида Ўрангай қишлоғи марказида барча замонавий құлайлайларга эга, күп либ, фойдаланишга топширилди. Қурбон ташырыннан биринчи куни ҳайт намозига мархумлар ҳаққы, хусусан, янги масжид курилиши ташаббускори, Қозогистон Республикасыннан қаруғи поклари хурматига тиловат қилиш баробарда оталари васиятини адо этиб, иймон масканиниң қисқа фурсатда куриб битириб, эл әзгулигига ҳадя этган ўғиллари Бахтиёр, Абдулла, Абдурайим, Алимардан ҳамда Алишерларга чексиз миннатдорчылық изхор этиб, касбу корларига барака, танларига сиҳат-саломатлик тиладилар. Ушбу масжид замонавий, құшимча құлайлайлар учун замонавий, құшимча құлайлайлар билан ҳам үзгача.

Ирисқұл Сулаймонов Туркистан шаҳрида, вилоятимизда ҳамда республика спорт оламида танылған инсон. Бутун ҳаётини соғлом түрмуш тарзи, спорт равнағы, ёшлар камолоти тадбирларига сафарбар этди. 1949-1959 йиллар оралиғида Туркистандың қозыргы Ҳамза номлы ҳамда И. Алтансарин номлы педагогика билим юртими тамомлади. Спорт ва педагогика соҳаси бўйича олий маълумот олгач, 1969 йили Туркистан туман спорт қўмитаси раиси бўлиб тайинланди. Ирисқұл ака Совет Иттифоқи давридан машҳур Маш Умаровни устоз деб билган, ХҚТУ профессори, спортчи Абдасадик Халиллаев ҳамда вилоят маслаҳатининг собиқ депутати Зуппархон Чолдоновни кўплаб шогирдларининг бири сифатида эъзозлаган. И. Сулаймонов ҳаётлигига Туркистан, Кентов, ҳамда Саврондаги таникли спорт фахрилари ҳаётига, фаолиятига бағишиланган, ўзига хос мукаммал энциклопедия бўлган "Тўркістан-ның спорт тарландары" китобини чоп эттириди. Умр йўлдоши Норхон Сулаймонова билан қобил фарзандлар тарбиялаб пири бадавлат оила соҳиби бўлди.

Ўрангай қишлоғининг 1300 йиллигини кенг кўламда нишонлашда тайёргарлик – юбилей комиссиясига самарали раҳбарлик қилди. Спорт ва жамоат ишлари билан бирга тадбиркорликни ҳам наму-

ӨТА ВАСИЯТИНИ АДО ЭТГАН ЎГИЛЛАРДАН ЭЛ МИННАТДОР...



нали ташкил эта билди. Зодан зиёд янги иш ўринлари мавжуд "Ал Барака" ишлаб чиқариш ширкатини бунёд этган корхонада фарзандлари, хусусан, Алишер Ирисқұл ўғли бу касбни давом эттироқда.

Туркистан вилоятининг собиқ ҳокими Жансейит Туймебаев Ўрангай қишлоғига, Ирисқұл Сулаймоновнинг хонадонига ташыр буюриб, пешқадам тадбиркор сифатида унга сертификат тақдим этгани ҳам шонли тарих. И. Сулаймонов спорт фахрийи сифатида Туркистанда, Шымкентде ҳамда пойтахт Нур-Султанда ўтган йирик спорт анжуманларига ташыр буюриб

кўп маротаба Туркистан рамзи бўлган Дошқозон сувенирини ҳадя этиб, медалларни тақдим этган.

Сиздиқ Пирметов раҳбарлик қиласетган Ўрангай қишлоқ округида ўндан зиёд масжидлар мавжуд, хусусан, Ўрангай қишлоғида 4 масжид бўлиб, улардан бирини доимий обуначимиз Абдумуталлиб Носиров (мархум) ҳашар ўйли билан қурилишига бошкosh бўлганлигини газетамизда баён этганимиз. Бугунги мақоламизга мавзу масжидни Ирисқұл Сулаймоновнинг фарзандлари бунёд этиши орқали оталари васиятини адо этиб, эл олқишига сазовор бўлди, Туркистан – туркий оламининг маънавий пойтахти эканлигини амалда яна бир карта тасдиқлашди. Ўрангай қишлоқ округи

фаоллари, доимий обуначиларимиз – қишлоқ оқсоқоллар кенгаши раиси Обиддин Фахриддинов, ўзбек этномаданият бирлашмаси раиси Мухаммаддин Дўсонов, фахрийлар кенгаши раиси Дўсжан Рустемов, меҳнат фахрийи – тадбиркор Султонбой Норметов, фаол Ҳикматулла Қўйшақовлар эл номидан Ирисқұл ака фарзандларига миннатдорчиллик билдириши. Қурбон ҳайтининг илк куни 78 ёшида шу йил кўкламда вафот этган И. Сулаймонов руҳи поклари хурматига элга дастурхон ёзилиб худойи оши тортилди. Беихтиёр марҳум оталар номидан фарзандларига битилган машҳур қўшиқдаги маъноли сатрлар ёдга тушиди:

Деразадан тушган нурда,
ўглим менинг кўзим бор
Элга қилган савобингда,
билки ёруғ юзим бор
Гар гафлатдан ўироқ эрсанг,
вужудингда ўзим бор.
Болам отам ўлган дема,
мен ўзингда яшайман
Ким ортингдан дуо қилса,
мен изингда яшайман.
Тилинг дилинг бир бўлса гар,
мен ўзингда яшайман
Фарзанд инсон ортидаги
ёниб қолган чироқдир.
Чироқ ёқсанг парвонаман,
руҳим менинг уйғоқдир.
Сен унумтма, охиратда ҳар
дақиқанг сўроқдир
Болам отам ўлган дема
мен ўзингда яшайман
Жондан азиз суйған ўғлинг,
ҳам қизингда яшайман...

Ш. МАДАЛИЕВ.

Суратларда: Ирисқұл Сулаймонов; марҳум ота васиятини адо этиб, эл олқишини олган фарзандлар; И. Сулаймоновнинг ўғиллари қурган масжид.



Директор-Бош муҳаррир — Алишер Ғофуржон ўғли СОТВОЛДИЕВ.

Масъул шахслар:

Туркистан, Кентов — Шомирза МАДАЛИЕВ. 8(72533) 2-40-07.
Тұлебий — Баҳорой ДЎСМАТОВА. 8(72547) 6-07-16.
Қазигурт — Хуршид ҚўЧКОРОВ. +7-701-447-37-42.
Сайрам — Мұхтабар ҰСМОНОВА. +7-707-257-97-36.
Тулкибош — Мунира САҶДУЛЛАЕВА. +7-747-144-60-71.
Обуна, реклама ва эълонлар — Зокиржон МўМИНЖОНОВ. +7-702-278-96-90

Масъул котиба —
Шаҳноза ҰСМОНОВА.

Қозогистон Республикасида тарқатилади.

Муассис – Туркистан вилояти ҳокимлиги.

Мулк эгаси – "Жанубий Қозогистон" вилоят ижтимоий-сийеси газетаси "тахририяты" масъулияти чекланган биродарлариги.

- Маколалар, эълон ва билдирувлардаги факт ҳамда далилларнинг тўғрилиги учун муаллифлар, реклама ва эълон берувчилар масъулларидир.
- Фойдаланилмаган мақолаларга ёзма жавоб қайтарилмайди.

МАНЗИЛИМИЗ: 160000, Шымкент шаҳри, Диваев кўчаси, 4-йй, 4-қават. Телефон: 53-93-17. Телефакс: 53-92-79. Бухгалтерия: 39-16-44. +7-747-701-50-55

Электрон почта: janubiy@inbox.ru

Газета ҚР Маданият ва ахборот вазирлиги томонидан 2020 йил 21 априлда рўйхатга олиниб, KZ34VRU0022503 гувоннома берилган.

Буюртма:
1978.

Нашр кўрсаткичи – 65466.
Адади – 11810 нусха.

Навбатчи муҳаррир: Мұхтабар ҰСМОНОВА.