





Президент Шавкат Мирзиёев Россия Федерацияси Президенти Владимир Путин билан ТЕЛЕФОН ОРҚАЛИ МУЛОҚОТ қилди.



Давлатимиз раҳбари газ қазиб олишнинг жорий ҳолати ва уни янада ошириш чора-тадбирлари юзасидан ЙИГИЛИШ ҲАҚИДА.



Президент ҳузурда ИНВЕСТИЦИЯ БЎЙИЧА 2024 йилдаги натижалар сарҳисоби ва келгуси йилги вазифалар муҳокама қилинди.

# Фидойи бўлсак, ташаббус кўрсатсак, ҳеч бир муаммо ечимсиз қолмайди

Давоми. Бошланғич 1-саҳифада.

Санжар ИСМАТОВ.

**Камбағаллик** — маҳалла ҳаётидаги оғриқли нуқта эди. Боз устига, йиғинларнинг ўзида молиявий имконият чеклангани боис улар эҳтиёжмандларга кўмак кўрсата олмади. Яхшики, 2024 йил давомида ҳар икки масалага ечим топилди — дастлаб биринчиси ҳақида: “Камбағалликдан фаровонлик сари” дастури доирасида **844 минг 280 та оила** камбағалликдан чиқарилди (йил бошида **940 минг 147 та**). Камбағаллик даражаси 2,4 фоизга қисқариб, **8,6 фоизга** туширилди (йил бошида 11 фоиз).

Камбағал оилаларнинг 10 минг 924 нафар аъзоси доимий ишга, 33 минг 948 нафари ҳақ тўланадиган жамоат ишларига жойлаштирилди, 20 минг 698 нафар аҳолига 117 миллиард сўмлик субсидия ва 78 минг 566 нафарига 252 миллиард 442 миллион сўмлик имтиёзли кредит ажратилди. 75 мингта оилага 105,8 миллиард сўм моддий ёрдам кўрсатилиб, 16 минг 559 та оилага нафақа тайинланди.

**Рақамлар шунчаки ҳисоботдек туюлиши мумкин, бироқ бу саноат-харакатлар орқали минглаб оилаларнинг неча йиллик изтироблари, армонлари, дардлари аригани инобатга олинса, бу ишлар нақадар савобли экани ойдинлашди. Шундай эмасми?**

**“ЮРТГА ҚАЙТ, СЕНГА КЎМАК БЕРАМИЗ!”**

**Миграция масаласи — “еттилик” фаолиятининг ажралмас қисмидир.** Зотан, оила, рўзғор ташвиши вазидан юртдан олис юрганлар, ҳалол меҳнати билан пул топаётганлар ҳам шу юртининг, шу маҳалланинг қоракўз фарзандларидир. Улар билан суҳбатлашиб, бир оғиз “Ишинг қандай?”, “Қийналимаясанми?”, “Юртга қайт, сенга кўмак берамиз” дейишнинг ўзи, аслида, катта мурувват.

Шундан келиб чиқиб, “еттилик” аъзолари анкета-сўровнома асосида миграциядаги фуқароларни ҳатловдан ўтказди. Миграциядаги 1,2 миллион нафар фуқаронинг 86 фоизи (1,03 миллион нафар) билан онлайн мулоқот қилиниб, 418 минг 764 нафари юртга қайтарилди, уларнинг 210 минг 170 нафари ишга жойлаштирилди. Бу орқали олис юртда оила соғинчи билан ишлаб юрган шунча фуқаронинг рўзғорига қувонч кирди.



**2024 йилда маҳалла ободлигини таъминлаш, худуд инфратузилмасини яхшилаш борасида салмоқли ишлар бажарилди.** Маҳаллага келган меҳмоннинг кўзи, биринчи навбатда, худуд ободлигига тушиши инобатга олиниб, “еттилик” ташаббуси билан ички йўлларнинг 4 608 километр қисмига асфальт, 4 366 километрга шағал, 214,2 километрга бетон қопламаси ётқизилди. Ичимлик сув бўйича 902 та сув иншооти, 9 181 километр сув

тармоғи таъмирланди, 2 176 та янги трансформатор ўрнатилди. **Яна бир жиҳат** — аҳоли муаммолари билан ишлашда маҳаллаларга келган 2,7 миллиондан ортиқ мурожаатнинг 83 фоизи йиғиннинг ўзида ҳал этилди. Бу — маҳалла аҳолиси, йиғин фаоллари узоқ йиллар орзу қилган, идорама-идора сарсон бўлиб, ташкилотлар эшигида сарғайган юрдошларимизнинг армони эмасми? Бунга қўшимча равишда яна бир рақам: “еттилик” аъзоларининг

уйма-уй юриши натижасида инфратузилма билан боғлиқ 319 минг 711 та (94,8 фоиз) муаммо, ижтимоий масалаларга оид 227 минг 846 та (97,2 фоиз) камчилик ҳал этилди.

**Амалга оширилган ишлар орқали 1 889 та (20 фоиз) маҳалла ишсизликдан, 1 559 таси (16,5 фоиз) оилавий ажралишдан, 3 287 таси (34,8 фоиз) жиноятчиликдан холи худудга айланди.**

## МАҲАЛЛА ХОДИМИ СИҲАТГОҲДА ДАМ ОЛГАНИНИ ЭШИТГАНМИСИЗ?

**Сарҳисоб даврида маҳалла ходимларига қулай меҳнат шaroитларини яратишга алоҳида эътибор қаратилди.** Шунга кўра, хатловдан ўтказилиб, 252 та маҳаллага янги бино қурилди, 471 таси жорий ва капитал таъмирланди, 59 таси реконструкция қилинди, 2 755 тасининг моддий-техникаси яхшиланди. 9 452 нафар маҳалла раисига планшет берилди.

Авваллари маҳалла ходимларининг меҳнат таъти-

лига чиққани, сиҳатгоҳда дам олиб, соғлигини тиклагани ҳақида эшитганмисиз? Майли, ахён-ахёнда бирорта раиснинг санаторийга бориб келгани кузатилгандир, бироқ маҳалла ходимларининг барча вакиллари тизимли равишда дам олгани бориши қайд этилмаган. Жорий йилда бу имконият яратилди: Қибрай туманидаги “Навбахор” санаторийси “маҳалла еттилиги” аъзоларини ўз бағрига чорлади, юзлаб маҳалла ходимлари бу

ерда соғломлаштирилди. **Юқоридagi таъкиднинг иккинчи қисми** — йиғинларнинг молиявий имконияти кенгайди. Маҳалланинг ижтимоий-иқтисодий муаммоларини ҳал этиш жамғармаси ташкил этилиб, ўтган давр мобайнида унга 361,1 миллиард сўм маблағ туширилди. Шундан 177,5 миллиард сўми мақсадли сарфланди. Қолган маблағни сарфлаб бўйича ҳар бир маҳалланинг режа дастури ишлаб чиқилди.

## РАИС РОЗИЛИГИСИЗ ХОДИМ БЎШАТИЛМАСА...

**Уюшма йиғилиши нафақат 2024 йилда амалга оширилган ишлар сарҳисобига бағишланди, балки унда келгуси муҳим вазифалар белгиланиб, таклиф ва тавсиялар берилди.**

Жорий йил якунига қадар **“Кеча ким эди, бугун ким бўлди?”** деган савол асосида аҳоли орасида Ватанга муҳаббат, шукроналик ҳиссини ошириш бўйича “Сирдарё таърибаси” яратилди. 8 903 та маҳалладаги 368 минг 384 нафар ишсиз аҳоли ҳамда 215 минг 845 нафар меҳнат бозорига кириб

келган битирувчи ёшлар бандлигини таъминлаш чоралари кўрилади. Таъриб тарихида маҳаллалар ўртасида Тошкент шаҳри мисолида обод, ишсизлик, камбағаллик, миграция, жиноятчилик, оилавий ажралишдан холи бўлган “Энг намунали маҳалла” танлови ўтказилиб, ғойибга Президент совғаси — электромобиль топширилди.

**Уюшма 2025 йилда ўз олдида улкан максаллар қўйган.** Хусусан, “еттилик” аъзоларини лавозимга тайинлаш, овоз этиш ва бошқа худудларга ротация қилишни

**Йиғилишда, шунингдек, тизимга оид қатор масалалар муҳокама қилинди, худуд раҳбарларининг ҳисоботлари тингланди, зарур кўрсатмалар берилди.**

# Интилган, изланган фаровон яшашини тажриба исботлади

**“Кумарик” маҳалласида яшовчи Камола Абдурахмонова кийин аҳволда қолган. Хатлов натижасида кўра, “еттилик” ходимлари бу оилага зарур ёрдам кўрсатди. Уй-жойга эҳтиёжманд бўлгани учун дастлаб 3 сотих ер сотиб олинди. Кейинги навбатда хашар ва ҳошимлар кўмағида 4 хонали замонавий уй қурилди.**

**Сатторхўжа АКБАРОВ, Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Учкўприк тумани бўлими бошлиғи.**



Бу каби хайрли ишлар барча фуқаролар йиғинларида олиб борилмоқда. Масалан, “Султон” маҳалласида яшовчи Фотима Турдиева, оксувлик Хайитбой Холмирзаев, “Тинчлик” маҳалласи вакили Маърифат Эргашева янги уйга кўчиб ўтди. “Сой бўйи” маҳалласида истиқомат қилувчи Мухайё Мавлонова “Аёллар дафтари”да рўйхатда турарди. Уй-жойи таъмирга муҳтож бўлгани учун маҳалла ташаббуси ва кўмағида яшаш хонадони таъмирлаб берилди.

“Камбағалликдан фаровонлик сари” дастури асосида 411 та эҳтиёжманд оилага раҳбар бириктирилди. Барча маҳаллаларда хатлов ўтказилиб, “Рақамли маҳалла” онлайн платформасига киритилди. Жараёнда 2 минг 771 нафар ишсиз фуқаро рўйхатга олинди. Бугунгача 2 минг 292 нафарининг бандлиги таъминланди.

Тўққизта маҳалла ихтисослашуви ўрганилиб, янги ўсиш нуқтаси аниқланди. Унга кўра, 360 та хонадон томорқадан самарали фойдаланиш, чорва ва парранда боқиш орқали кўшимча даромад олишга ихтисослаштирилди. Сайхонобод ва Уйчи туманлари таърибаси асосида 34 та хонадонда иссиқхона ташкил этилди. Масалан, туман марказидан ўн беш чақирим олисда жойлашган “Тожиқ” маҳалласи аҳолисини томорқадан цитрус мева — лимон етиштириш борасида ўзига хос таъриб мактаби яратган. Қишлоқ аҳолисига ажратилган 47 гектар ернинг 36 гектарида иссиқхона мавжуд.

Камолхон Туропов термос усулида иситиладиган 20 сотихлик камхарж иссиқхонадан йилга ўртача 14 тонна лимон олади.

Мева-сабзавотларни қиш мавсумида бир маромда сақлаш мақсадида маҳаллий тадбиркорлар ташаббуси билан 1 минг 150 тонна сизимга эга иккита замонавий музлаткичли омборхона барпо этилган. Эътиборлиси, томорқачилар ҳосилнинг катта қисмини экспорт қилмоқда.

Туманда 13 та маҳалла лимончиликка ихтисослашган. 73 гектар иссиқхонада йилга ўртача 4 минг 500 тонна лимон пишади. Айни вақтда қишлоқ хўжалигида янги тармок, цитрус мева — лайм етиштириш ривожланмоқда. Авваллари лайм хориждан импорт қилинган бўлса, энди маҳаллийлаштириш эвазига ички истеъмолдан ортгани экспорт қилинмоқда.

Эътиборлиси, интилса, изланса, меҳнат қилса, турмуши фаровонлашишига одамлар ўз таърибасида гувоҳ бўлмоқда. Хатто миграциядаги фуқаролар ортга қайтиш истагини билдирмоқда. Масалан, йил бошида 2 минг 900 нафар меҳнат мигранти рўйхатга олинган бўлса, “еттилик” ходимлари ҳаракати билан 670 нафари қайтиш хоҳишини билдирди. Хозиргача 340 нафари ишга жойлашди, 35 нафарига ер, 54 нафарига кредит берилди.

Инфратузилманинг яхшиланиши орқали аҳолини узоқ йиллар давомида қийнаб келаётган муаммоларга ечим топилмоқда. 2024 йил давомида 21 км. узунликдаги ички йўл шағаллаштирилди, 24,2 км. қисми асфальтланди. Электр таъминотини яхшилаш мақсадида 5 та янги трансформатор ўрнатилди, 187 таси таъмирланди. 12,4 км. масофадаги сув қувурининг созланиши натижасида 369 та хонадонга ичимлик сув етиб борди.

“Обод хонадон”, “Обод кўча”, “Обод маҳалла” мезонлари асосида “Яккамулла” маҳалласидаги 10 та кўча ва улардаги 721 та хонадон, шунингдек, ижтимоий соҳа объекти обод ва кўркем кийфа касб этди. Нуронийлар маскани, оталар чойхонаси, ёшлар кутубхонаси, шахмат-шашка тўғрақлари фаолияти учун шарт-шароит яратилди. Тадбиркор Отабек Тожиев ташаббуси билан мато тўқиш ва болалар трикотаж маҳсулотлари ишлаб чиқариш лойиҳаси ишга туширилди. Бу ерда тикувчилик малакасига эга ишсиз 15 нафар одам ортиқ хотин-қиз учун янги иш ўринлари яратилди.

Бугун туманининг қай бир маҳалласига борманг, ободлик, тинчлик-хотиржамликка гувоҳ бўласиз. Маҳалла аҳлининг ҳам-жиҳатлиги ва кўтаринки қайфиятидан қалбингиз яйрайди. Олиб борилган хонадон хайрли ишлар самараси ўлароқ, аҳолининг дунёқарашини, маънавияти юксалиб, эртанги кунга умид ва ишончи ортмоқда.

# Худудда бирорта ишсиз одам йўқ

Тумандаги намунали маҳаллалардан биринчиси. 4 минг 984 нафар аҳоли истиқомат қилган худуд бугун том маънода бунёдкорлик майдонига айланди. Айниқса, инфратузилма билан боғлиқ муаммолар — йўл, ичимлик сув, электр таъминотидаги узил-пишлар кўска вақтда ҳал этилди. Табиийки, амалга оширилган ишларнинг ўзгаришлардан аҳоли мамнуни.

**Абдурашул ХОЛБОВЕВ, Кўмқўрғон туманидаги “Уяс” маҳалласи раиси.**

2023-2024 йиллар давомида 2,5 км. узунликдаги ички кўча шағалланди. 3,7 км. масофадаги 40 та хонадонга ичимлик сув тармоғи тортилди. Райхон кўчасининг 6 км. қисми асфальтланди. Бундан ташқари, “Ташаббусли бюджет” лойиҳасида 9 та кўчанинг 2 минг 630 метр узунликдаги ички йўлини асфальтлаш таклифи ғойиб бўлди. Маҳаллий бюджет ҳисобидан янги маҳалла биноси қурилди. Бу ерда “еттилик” ходимлари

учун барча шароит яратилган. Яқин-яқингача мамлакатда аҳолининг камбағаллик даражаси ҳақида деярли гапирилмасди. Илк бор маълумотлар очикланиб, “Камбағаллиқни қисқартириш ва аҳоли турмуш фаровонлигини ошириш борасидаги чора-тадбирларни янги босқичга олиб чиқиш тўғрисида”ги Президент фармони кўра, бу ишлар умумийлиги ҳаракатга айланди.

“Камбағалликдан фаровонлик сари” дастури бўйича ўрганишлар олиб борилмоқда. Ҳар бир хонадон бўйича инди-видуал дастур ишлаб чиқилди.



Оила аъзоларининг ишсиз ёки имконияти чекланган вакиллари, қўлида хунари ёки касби борлиги, бандлигини таъминлаш имконияти, томорқасидан фойдаланиш даражаси эътиборга олинди. Қайта хатловда 5 та энг оғир тоифадаги

оила танлаб олиниб, раҳбарларга бириктирилди. Хозиргача 2 та оиланинг хонадони таъмирлаб берилди. Бандлиқни таъминлаш, ишсизликни камайитириш борасидаги ҳаракатимиз бесамар кетмаяпти.

Йил бошида 21 нафар фуқаро рўйхатга олинган бўлса, бугун худудда бирорта ишсизни топа олмайсиз.

Асосий “драйвер” — деҳқончилик. Хошим ёрдамчиси билан ҳамкорликда томорқачилик ривожлантирилмоқда. Чиндан томорқа — ундан самарали фойдаланишни билганлар учун чинакам даромад манбаи. Буни маҳалла мисолида кўриш мумкин. Аксарият хонадонларда ихчам иссиқхона мавжуд. Уларда қишлоқ хўжалиги маҳсулотларидан ташқари, кўчат етиштириш яхши ривожланган.

Рақамларга эътибор қаратсак, худудда 900 та хонадон бўлиб, шундан 734 тасида иссиқхона ташкил этилган. Тўрт мартагача имтиёзли кредит эвазига иссиқхоначиликни йўлга қўйганлар сони 60 нафардан ошди. Энг кичигининг ҳажми 5 сотих бўлса, каттаси 30 сотих. Ҳар бир оила йилга

150-200 миллион сўм даромад топмоқда. Бунинг натижасида маҳалла ишсизликдан холи худудга айланди.

Мелибой Хайитов хонадонидagi 10 сотих майдонда 3 та ихчам иссиқхона қурган. Йил давомида 1 миллион дондан ортиқ кўчат парваришлайди. Эътиборлиси, иш жараёнда нафақат оила аъзолари, балки кўни-қўшиларнинг бандлиги таъминланмоқда.

Томорқачи соҳада 10 йиллик таърибга эга. Булғор қалампирининг 3 хил нави, помидор, бодринг ва гул кўчатлари баравж ўсмоқда. Айни дам 400 минг дон булғор қалампирини бўлиб, бир донаси 1 минг 300 сўмдан сотилмоқда.

Хулоса қилиб айтганда, оилавий тадбиркорликни йўлга қўйиб, томорқачи даромад манбаига айлантира олган маҳалладошларнинг хонадони обод, турмуши фаровон бўлиб турмоқда.



**Шавкат Мирзиёев**  
**Зангиотада**  
**фармацевтика**  
**маҳсулотлари учун**  
**ЙИРИК ЛОГИСТИКА**  
**МАРКАЗИНИ**  
**бориб**  
**кўрди.**



**Президентимиз**  
**фармацевтика**  
**соҳасидаги**  
**корхоналар**  
**раҳбарлари билан**  
**МУЛОҚОТ**  
**ҚИЛДИ.**



**Шавкат Мирзиёев**  
**“TASHKENT**  
**PHARMA PARK”**  
**инновацион**  
**илмий-ишлаб чиқариш**  
**фармацевтика**  
**кластери билан**  
**танишди.**

# “Маҳалла еттилиги” ташкил этилгач, 133 минг 300 та тадбиркорлик субъекти иш бошлади

Бир йил олдин, яъни 2023 йил 21 декабрь куни Президентнинг “Маҳалла институтининг жамиятдаги ролини тубдан ошириш ва унинг аҳоли муаммоларининг ҳал этишида биринчи бўлин сифатида ишлашнинг таъминлашга қаратилган чора-тадбирлар тўғрисида”ги фармонига мувофиқ, “маҳалла еттилиги” ташкил этилиб, унинг таркибиде солиқ инспекторлари иш бошлаган эди. Ушбу тизим маҳаллалардаги бевосита ҳар бир солиқ тўловчи – жисмоний ва юридик шахсларнинг ижтимоий-иқтисодий муаммоларининг ўрганиб, тезкор ҳал этиш, тадбиркорликни ривожлантириш, янги иш ўринларини яратишда солиқ органлари ходимларининг иштироки ва имкониятларини тўлиқ ишга солишни таъминлашга хизмат қилмоқда.

Айни пайтда республикамиздаги мавжуд 9 452 та маҳаллага 4 324 нафар солиқ органи ходими бириктирилган. Уларнинг асосий вазифаси – ҳудуддаги норасмий тадбиркорлик фаолиятини қонунийлаштириш, ўзини ўзи банд қилганларга кичик бизнес тоифасига ўтишга кўмаклашиш, тадбиркорларни қўллаб-қувватлаш орқали уларнинг фаолиятини кенгайтириш ва даромадларини ошириш, шунинг ҳисобидан солиқ базасини кўпайтиришдан иборат.



**солиқ инспекторлари “маҳалла бюджет”ни ошириш учун нималарга кўпроқ эътибор қаратиши зарур, деб ўйлайсиз?**

– Жорий йилнинг январь-ноябрь ойлари давомида маҳаллий бюджетда қолган 350 млрд. сўмдан кўпроқ маблағлар маҳалла инфратузилмасини яхшилаш, кам таъминланганларни қўллаб-қувватлаш, ногиронларни зарур тиббий воситалар билан таъминлаш каби ижтимоий харажатларга йўналтирилиши белгиланган. **Солиқ инспекторлари “маҳалла бюджет”ни ошириш учун, авваломбор, маҳаллада яширин иқтисодиёт улушини камайитириши лозим.** Бунинг учун маҳаллалардаги ноқонуний фаолият кўрсатаётган субъектларни рўйхатдан ўтказиш, умумий овуқланиш, савдо, қишлоқ ҳўжалиги, ишлаб чиқариш, қурилиш ва бошқа корхоналар фаолиятини жойига борган ҳолда ўрганиш ишлари ташкил этилмоқда. Натижада, жорий йил учун туманлар даражасида белгиланган режа 100,6 фоизга бажарилди. Хусусан, жисмоний шахсларнинг ер ва мол-мулк солиғи тушуми ўтган йилнинг мос даврига нисбатан 137,2 фоизга ошишга эришилди.

**– Бугун барча соҳаларга рақамли технологиялар, хорижнинг илғор тажрибаларига асосланган замонавий иш юритиш воситалари, сунъий интеллект ёрдамида фаолият кўрсатадиган ахборот-маълумот тизимлари татбиқ этилмоқда. Бу борада солиқ тизимида қандай янгиликлар бор? Тизимда бюрократия ва фуқароларни сарсон қилиш ҳолатлари тўлиқ барҳам топдими?**

– Солиқ ислохотлари бошидан Президентимиз кўйган асосий вазифалардан бири, бу – соҳани рақамлаштириш орқали солиқ органларини замонавий хизмат кўрсатувчи идорага трансформация қилиш эди. Солиқ тўловчиларга кўрсатилаётган электрон хизматларнинг содда ва қулай бўлишини таъминлаш мақсадида ишлаб чиқилган **“Soliq” мобил иловасидан жисмоний ҳамда юридик шахсларнинг бирдай фойдаланиш имконияти яратилди.**

Эндиликда ҳар бир тадбиркор, фуқаро биргина мобил қурилма (*смартфон*) орқали дунёнинг қайси бурчада бўлишидан қатъи назар, мажбуриятини бажариши, раҳбар ёки таъсисчи бутун бошли бизнеси бухгалтерияси қандай ишлаётганини кузатиб бориши, қонуний ишлаётган ҳамкорларни танлаши мумкин. Бу эса ўзаро ишончли ва мустаҳкам ҳамкорлик гаровидир. Ушбу иловодан биргина жорий йилнинг ўзида 862,1 млн. март фойдаланилди.

Бугунги кунда тадбиркорлар **ҳисобварақ-фактураларни тўлиқ электрон шаклда расмийлаштирмоқда.** Бу ҳисоботларни автоматлаштириш даражасини оширишда энг муҳим воситадир. Мазкур электрон ҳужжатдаги барча маълумотлар ҳисоботларда автоматик акс этади. Ҳисоботларни автоматлаштиришга оид айрим фактларни келтирадиган бўлсам, айни кунда ҚҚС 93 фоиз, ер ва мол-мулк солиқлари ҳамда АОС ҳисоботи тўлиқ автоматик шаклланяпти. Жорий йилнинг ўтган даврида электрон ҳужжат айланиш тизими операторлари ёрдамида расмийлаштирилган ЭХФлар бўйича жами товар

**айланмаси 1 737 трлн. сўмни (ҚҚС билан) ташкил этган.**

Соҳанинг рақамлаштирилиши нафақат солиқ ислохотлари, балки мамлакатимизда амалга оширилаётган ижтимоий сиёсатни қўллаб-қувватлашда ҳам иштирок этиб, **ҳимояга муҳтож аҳолига қатор озиқ-овқат маҳсулотлари хариди бўйича ҚҚС қайтариш юзасидан “Ижтимоий кешбэк”** ҳамда истеъмолдан орттирилган электр энергияси бўйича **“Кўёшли хонадон”** хизматлари орқали тўлов транзакциялари амалга оширилмоқда.

Маълумот ўрнида таъкидлаш керакики, 2024 йилнинг ўтган даврида “Кўёшли хонадон” хизмати орқали 6,4 минг нафар фойдаланувчига 10,9 млрд. сўм, “Ижтимоий кешбэк” хизмати орқали 135,7 мингта фойдаланувчига 21,9 млрд. сўмлик тўловлар амалга оширилди.

**Онлайн чеклар орқали қайси ҳудудда қандай дориларга талаб кучайганига қараб, касалликларнинг олдини олишга қарши тезкор қарор қабул қилиш имконияти мавжуд.** Бу яқин келажакда ҳар бир маҳсулот бўйича истеъмол эҳтиёжи ҳақидаги маълумотларни таҳлил қилиш имкониятини яратди. Бу эса бюджет маблағлари тақсимотида аҳоли эҳтиёжига қараб, истеъмол товарлари импорт-экспорти, ишлаб чиқариш ёки етиштириш ҳажминини



олдиндан белгиланган имкон беради.

Солиқ органларида амалга оширилган рақамлаштириш ишлари натижаларини нафақат ўзимизда (*“Soliq” мобил иловаси 2 йилдан буён йил бренди мукофотига лойиқ қурилмоқда*), балки халқаро молия институтлари эътироф этмоқда. **Аваллари биз бориб ўрганган бўлсак, навбат биздан келиб ўрганишга етди.** Жумладан, шу йилнинг ўзида ўтказилган иккита халқаро тадбирда бошқа давлатлардан келган ҳамкасбларимиз, молия-иқтисод соҳаси вакиллари айнан бизнинг тажрибамизни ўрганди.

**– Бугунги кунда солиқ инспекторлари “маҳалла еттилиги”нинг иқтисодий таянчи бўлиб, ҳудуднинг “ўсish нукталари”ни аниқлаб, солиқ тушумларини кўпайтириш йўллариин излаяпти. Бу жараёнда қандай олуқ ва камчиликлар бор?**

– Олдинлари солиқ инспекторлари фақат туман бюджет прогноз кўрсаткичларини бажариш билан шуғулланган бўлса, ҳозир ҳар бир маҳаллада мана шундай режаларни бажармоқда. Шу билан



бирга, ўзига бириктирилган маҳаллада фаолият кўрсатаётган тадбиркорлик субъектларининг муаммоларига ечим топиши орқали **“маҳалла еттилиги”даги ўрнини мустаҳкамламоқда.** Натижада йил бошидан 133,3 мингта тадбиркор рўйхатга олинди. Шундан 27,8 мингтаси юридик шахс, 105,4 мингтаси ЯТТ, шунингдек, 884 та ЯТТ фаолияти йириклаштирилди. Мазкур ишларнинг мантқий давоми сифатида вилоят даражасидаги солиқ органларининг иш фаолияти “корхонабай” ташкил этилиб, ҳудудларда бевосита ҳар бир солиқ тўловчининг муаммоларини ўрганиш ва ҳал этиш, уларга яқиндан кўмаклашиш бўйича ишлар ташкил қилинди. Қайд этиш жоизки, тадбир-

**хизмати қонунийлаштирилди. – Маҳаллалардаги солиқ инспекторлари яширин иқтисодиётнинг қисқартирилишига қанчалик ҳисса қўшяпти?**

– Юқорида таъкидлаганимдек, маҳаллаларга бириктирилган солиқ инспекторлари нафақат маҳаллий солиқларни йиғиш билан, балки маблағларнинг ғайриқонуний айланиши манбаларига барҳам берапти. Нақд пул тушумининг тўлиқ ва ўз вақтида топширилишини назорат қилиб, яширин иқтисодиётни қисқартирмоқда. Ўзига бириктирилган ҳудудда бевосита тадбиркорлик субъектлари билан ишлагани учун, уларнинг фаолиятида дуч келаётган муаммоларга ечим топяпти. Натижада бугунги кунгача маҳаллаларда ўтказилган хатлов жараёнида **135,3 минга яқин ноқонуний фаолият юритаётган тадбиркорлар янгидан давлат рўйхатидан ўтказилди. 88,5 минга яқин корхонада 365,5 мингдан зиёд норасмий ишчилар фаолияти қонунийлаштирилиши ҳисобига 63,4 млрд. сўм даромад солиғи ҳисобланди.** Шунингдек, айланмадан олинадиган солиқ тўловчиларнинг ишчилар сони йил бошига нисбатан 41,5 мингтага ошишига эришилди.

**– Вазирлар Маҳкамасининг 2024 йил 13 июндаги қарори билан тасдиқланган “Маҳалла еттилиги” аъзолари томонидан амалга оширилган ишлар бўйича маҳалла фуқаролар йиғини олдда ҳисобот бериш тартиби тўғрисидаги Низомга кўра, “маҳалла еттилиги”нинг барча аъзолари каби солиқ инспекторлари фуқаролар йиғини олдда ҳисобот бериши белгиланган. Сизнингча, бу тизим қанчалик тўғри амалга ошмоқда?**

– Албатта, буни қўллаб-қувватлаيمان. Сабаби, ҳар бир маҳаллага бириктирилган солиқ инспекторлари ой ёки чорак давомида маҳалласи ҳудудида бюджет даромадларини шакллантиришда амалга оширган ишлари ҳисоботини тақдимот қилиб турса, маҳалла фаоллари ва аҳолиси солиқларнинг иқтисодиётда тутган ўрни ҳақида кенгрок тушунчага эга бўлади. Шунингдек, хуфёна иқтисодиётни қисқартириш баробарида, йирик қарздорлар тўғрисида ҳам ҳоҳабар бўлишди.

Сўхбатимиз бошида айтганимиздек, солиқ органларининг маҳаллаларда амалга оширадиган ишлари аниқ белгиланган бўлиб, уларнинг бу вазифаларни қай даражада бажараётгани, иш самарадорлиги “КР” тизими орқали баҳолаб борилади. Ҳалол меҳнат қилиб, самарали ишни ташкил қилган ва “КР” кўрсаткичлари юқори бўлган ходимлар белгиланган тартибда рағбатлантириб борилади ёки

асинча. Бир сўз билан айтганда, юқори маош ёки интизомий чора олиш ходимнинг ўзига боғлиқ.

**– Иш фаолиятини баҳолаш тизими натижалари асосида қайси ҳудуддаги солиқ инспекторлари фаолияти юқори? Бундай рағбатлантириш тизими қанчалар давом этади?**

– Ахборот тизимида солиқ инспекторларининг маҳаллалардаги фаолияти 25 та асосий йўналишларда самарадорлик кўрсаткичлари (КР) асосида баҳолаб бориламоқда. Аниқ миқдор билан айтиладиган бўлса, жорий йил ноябрь ойида “Маҳаллаларда солиқ органлари фаолияти” ахборот тизимида солиқ инспекторларининг умумий самарадорлик кўрсаткичи (КР) 79,1 баллини ташкил этди. Умумий рейтингда солиқ инспекторлари ҳиссаси юқори бўлган ҳудудлар:

– *Бухоро вилояти – 84 фоиз;*  
– *Хоразм вилояти – 83,6 фоиз;*  
– *Қорақалпоғистон Республикаси – 83,4 фоиз.*

Маҳаллаларга бириктирилган инспекторларнинг ноябрь ойида рейтинг кўрсаткичлари 90 дан юқори балл жамгаган 899 нафар, (*шундан 123 нафари 100 балл олган*) ходим ой якуни бўйича мукофотланди. Рейтинг кўрсаткичи 80 дан 90 баллгача бўлган инспекторлар сони – 1 678 нафарни, 75 дан 80 баллгача бўлган инспекторлар – 654 нафарни, иш самарадорлиги бўйича 75 дан паст бўлган инспекторлар сони – 1 093 нафарни ташкил этди.

Ҳар ой якуни билан юқори кўрсаткичларга эришган солиқ инспекторларига Солиқ кўмитасининг тегишли буйруғига асосан, **50 фоиздан 200 фоизгача бўлган миқдорда устамо тўлаб борилади.** Келгусида ҳам бу тизим давом эттирилади.

**– Агар қуйи тизимдаги солиқ тўловчилар бирор муаммога ёки тушунмовчиликка дуч келса, Солиқ кўмитасидан кимга, қайси рақамларга мурожаат қилишлари мумкин?**

– Солиқ тўловчиларнинг солиқ билан боғлиқ саволларига 24/7 режимида улзкувиз жавоб бериш мақсадида **1198** қисқа Call-марказ ташкил этилган. Бундан ташқари, солиқ тўловчилар билан сифатли қайта алоқани содда-лаштириш, уларнинг фаолиятида учраётган айрим муаммолни масалалар бўйича тезкор муносабат билдириш учун **“Солиқ органлари билан қайта алоқа”** ахборот тизими ишга туширилган. Ушбу ахборот тизимидан **“Soliq”** мобил иловаси ҳамда расмий сайт орқали мурожаатларни юбориш ҳамда бепул фойдаланиш имконияти яратилган.

**– Мазмуни сўхбат учун раҳмат.**

Рустам ЮСУПОВ  
сўхбатлашди.

**Хўш, Президент ташаббуси билан солиқ тизими маҳалла даражасига туширилиши, солиқ инспекторларининг “маҳаллабай” ишлаш натижасида ортада қолаётган бир йил давомида қандай ўзгаришлар бўлди? Бу тизим ўзини қанчалар оқляпти? Шу ва бошқа саволлар юзасидан Солиқ кўмитаси раиси Шерзод КУДБИЕВ билан сўхбатлашдик.**

– Давлат раҳбарининг ташаббуси билан солиқ хизмати ходимларининг маҳалла даражасига тушиб, ҳар бир фуқаро, субъект кесимида муаммоларининг ҳал этилиши тадбиркорларнинг ва аҳолининг ишончини янада мустаҳкамламоқда. Бугун давлат хизматчиси ҳақиқий халқ хизматчиси эканини ҳар бир фуқаро қалбдан ҳис қилмоқда. Бу, ўз навбатида, аҳолида ватанпарварлик руҳини оширишга, олиб борилаётган халқчил ислохотларга муносиб жавоб беришга ундаётди.

Фармон асосида солиқ органларининг маҳаллаларда амалга оширадиган 25 дан ортиқ йўналишдаги асосий вазифалари белгилаб берилди. Ходимларнинг иш самарадорлигини ошириб бориш ва ҳалол меҳнат қилиб, ташаббус кўрсатган фидоий ходимларни рағбатлантириш (КР) тизими жорий қилинди.

Яширин иш ўринлари ва иш ҳақини қонунийлаштириш, солиқдан қочиб схемаларининг олдини олиш, қонунчиликка риоя этиш ва солиқ мажбуриятларини бажаришга кўмаклашиш натижасида бугунги кунда **71 минг 387 нафар солиқ тўловчининг товар айланмаси 30 фоиздан ортиққа ўсди.** Солиқ тўловчиларнинг товар айланмаси йил бошига нисбатан 140,6 фоизга оширилган бўлса, кичик тадбиркорлик субъектлари ҳисобига ишчи сони 41 480 нафарга орди. Жорий йилнинг 11 ойида бюджетга **453,4 млрд. сўм қўшимча манба жалб қилинди.**

Бундан ташқари, **64,8 мингта вақтинча молиявий қийинчиликка дуч келган тадбиркорлик субъектларининг фаолияти тикланди,** 133,3 мингта янгидан тадбиркорлик субъектлари ташкил этилди. “Маҳалла еттилиги” билан биргаликда 2 380,2 минг нафар аҳоли ўзини ўзи банд қилган шахс сифатида рўйхатдан ўтказилди, 117,5 мингта деҳқон ҳўжалиги ташкил этилди.

– Президент фармони асосида аҳолининг мол-мулк ва ер солиғидан тушадиган солиқ тушумларининг 10 фоизи “Маҳалла бюджет”да қоляпти. Бу – ҳар бир маҳалланинг 100 миллион сўмгача маблағи бўлади, дегани. Ушбу маблағлар харажатлар учун қандай ишлатилапти? Келгусида



**Хукумат қарорига кўра, темир йўлда йўловчиларга йўл ичимлик суви, шакар БЕПУЛ БЕРИЛАДИ.**



**Хукумат қарорига асосан, ЯКУНИЙ ДАВЛАТ АТТЕСТАЦИЯСИНИ корхона ва ташкилотларда ташкил этиш амалиёти жорий қилинади.**



**Х.Сулаймонова номидаги Республика суд экспертиза марказининг Ташкент вилояти ҳудудий бўлими ТАШКИЛ ЭТИЛАДИ.**

# Ўсиш нуқта ҳудудга хос анъана ва имкониятга асосланган

## УЗУМЧИЛИКДА "ОЛТИАРИҚ ТАЖРИБАСИ" Қўлланди

**Маҳалла аҳолисининг асосий меҳнат фаолияти ҳам, даромади ҳам узумчиликдан. Яъни 900 та хонадоннинг 700 таси шу соҳага ихтисослашган. Узумнинг турли навларини парваришlash, ундан юқори ҳосил олиш бўйича ўзига хос мактаб яратилган. Хонадонлардаги 12-14 сотих ер майдонидан 4-4,5 тонна узум олинади. Ўтган йили килоси 20 минг сўмдан сотилиб, ҳар бир хонадон ўртача 80 миллион сўм фойда кўрган. Жорий йилда "Олтиариқ тажрибаси" жорий этилди.**

Кейинги йилларда маҳаллаларни ишсизлик ва камбағалликдан холи ҳудудга айлантириш "еттилик" ходимлари олдидаги бирламчи вазифага айланган. Йил бошидаги ҳатловда 3 минг 402 нафар ишсиз рўйхатга олинган. Бугунгача 3 минг 321 нафарнинг бандлиги таъминланди.



**Зафаржон КАМОЛОВ, Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Боёвут тумани бўлими бошлиғи.**

Тумандаги ҳар бир маҳалланинг ўзига хос анъанаси ва имконияти бор. Улар ўсиш нуқтасига айлантирилиб, аҳоли даромадини ошириш манбаи сифатида ривожлантирилмоқда. Масалан, Алишер Навоий номидаги ва "Маънавият" маҳалласида Сайхун-обод, Уйчи туманлари тажрибалари йўлга қўйилган. 3 минг 670 гектар томорқа ерида картошка, пивёз, сабзи, помидор, бодринг, кўкат ва бошқа полз экинлари экилган. "Бир маҳалла — бир маҳсулот" тамойили асосида 7 та ҳудуддаги 70 гектар ерда қовун, тарвуз етиштирилмоқда. Бунинг учун тижорат банклари 513 та хонадонга 17 млрд. сўмлик лойиҳа пакети тақдим этган бўлса, 278 та хонадонга иссиқхона қуриш учун кредит ажратилди. Бандлиги таъминланган ишсиз фуқароларнинг 591 нафари бўш ва янги иш ўринларига, 133 нафари жамоат ишига жалб қилинди. 103 нафарига субсидия, 1 минг 247 нафарига имтиёзли кредит берилди.

"Камбағалликдан фаровонлик сари" дастури ижроси юзасидан ўтказилган ҳатловда 7 минг 536 та оила аниқланган. Бугунги кунда бу рақам 3 минг 282 тани ташкил этмоқда. Оғир ижтимоий аҳволдаги 344 та камбағал оила ва уларнинг 459 нафар аъзоси вилоятдаги корхона, ташкилот раҳбарларига бириктирилди. "Хорижга иш — маҳалладан" тамойили йўлга қўйилиб, "еттилик" ходимлари хорижда ишлаш истагида бўлган фуқароларнинг рўйхатини шакллантирди. Аввало, уларга шу ерда ишлаш учун мавжуд шaroит тушунтирилди, кредит ва субсидия олиш орқали тадбиркорлик фаолиятини бошлаши мумкинлиги аниқ мисолларда кўрсатилди. Натижада 10 нафари хорижга кетиш фикридан қайтиб, имтиёзли кредит ва субсидия учун ариза берди. Меҳнат миграциясидан қайтганларга томорқада маҳсулот етиштириб, даромад олиши учун молиявий ёрдам берилмоқда. Жорий йилнинг бошида уларнинг сони 6 минг 310 нафар эди. Олиб борилган ишлар натижасида 2 минг 5 нафари ватанга қайтди. 658 нафарининг бандлиги таъ-

минланди, 42 нафари бўш иш ўринларига жойлаштирилди, 132 нафари ўзини ўзи банд қилди. 34 нафари тадбиркорлик фаолиятини йўлга қўйди. Давлат раҳбарининг ташаббуси билан бошланган "Обод хонадон", "Обод кўча", "Обод маҳалла" мезонлари асосидаги савий-ҳаракат туманининг чекка ва олис ҳудудлари аҳолисига қулай шaroит яратмоқда. 3 мингдан ортиқ хонадонда қурилиш ишлари олиб борилди. "Яшил макон" умуммиллий лойиҳаси доирасида кўчатлар экилди. "Обод кўча" мезони асосида 773 та кўчанинг 187 км. қисмидаги ариқ-зовур тозаланди. "Маҳалланинг ижтимоий-иктисодий муаммоларини ҳал этиш жамғармаси" маблағидан мақсадли фойдаланиб келяпмиз. Жорий йилда келиб тушган 590 млн. 966 минг сўмнинг 171 миллион 511 минг сўми фуқаролар йиғинларининг моддий-техника базасини мустаҳкамлаш, ижтимоий-иктисодий муаммосини ҳал этишга йўналтирилди. Тизимдаги ислохотларга ҳамоҳанг тарзда "маҳалла етилиги" аъзоларининг билим ва малакаси оширилиб,

уларда замонавий бошқарув кўникмаси шакллантирилмоқда. Жорий йил барча ходимлар 34 соатлик ўқув дастури асосида мақофавий ўқитилди. Аҳоли учун мусофиб яшаш шaroити яратиш учун инфратузилма билан боғлиқ муаммолар ҳал этилмоқда. Шу кунга қадар 3,1 км. кўча шағалланди, 6 км. асфалтланди. Электр энергияси таъминотини яхшилаш учун 5 та янги трансформатор ўрна-тилди, 74 таси таъмирланди. Эски симёғочларнинг 215 таси замонавийсига алмаштирилди. 241 та тунги ёриш чироклари ўрнатилди. Мурожаатлар билан ишлашга жиддий эътибор берилляпти. Чунки ҳар бир мурожаат ортида инсон тақдири, бугуни ва эртаси мужассам. Жорий йилнинг 11 ойида туман бўлимига жисмоний ва юридик шахслардан жами 256 та ариза келиб тушган. Ўтган вақт давомида уларнинг 244 таси ижобий ҳал қилинди. Хулоса сифатида айтиш кераки, хизмат вазифамизни виждонан ва ўз вақтида бажарсак, фуқаролар бугундан рози бўлиб яшайди.

Дарҳақиқат, яқингача узумнинг "Хусайни" ва "Тоифи" навлари тикка ҳолда парваришланган бўлса, бугун янги тажриба асосида воиш усулида экспортбоп "Ризамат ота", "Кетмон соли", "Келин бармоқ", "Сўғдиёна" навлари парваришланмоқда. Диёрбек Бобоев хонадонидagi 14 сотих тоқзорда узум етиштирарди. Жорий йил янги навларни келтириш ва фаолиятини янада кенгайтириш мақсадида унга 100 миллион сўм имтиёзли кредит бердик. Бу орқали қўшимча 3 та иш ўрни пайдо бўлди. Ҳудудда ўсиш нуқтаси сифатида асаларчилик ривожланмоқда. Жорий йил 12 нафар талабгорга 33 миллион сўмдан кредит ажратдик. Паррандачилик йўналишида 2 та йирик корхона ташкил этилди. Энди камбағал оилалар билан ишлаш шакли ўзгарди. Авваллари оилада ишга яроқли аъзо бўлса-да, бўш турган томорқа ерига маҳалла ходимлари кўмагида экин экиб бериларди. "Камбағалликдан фаровонлик сари" дастури асосида аҳолига бўш ер майдонидан самарли фойдаланиш, юқори ҳосил олиш ва ўзини ўзи банд қилиш тушунтириляпти. Боқиманда кайфиятдагилар "уйфотилмоқда". Бир сўз билан айтганда, ўсиш нуқтамизнинг ривожланиши ортдан аҳолининг турмуш даражаси яхшиланиб, оилалар фаровонлиги таъминланмоқда.

**Азизбек АБДУЛЛАЕВ, Боғот туманидаги "Ўзғариш" маҳалласи ҳоким ёрдамчиси.**



### МЕНДА САВОЛ БОР...

**Сарварбек САМАНДАРОВ, Уйчи тумани:**

— Аукцион орқали савдо дўкони ва дорихона қуриш мақсадида ер сотиб олдим. Бу вазиятда яқка тартибдаги тадбиркорлик фаолиятини ташкил этишим мумкинми ёки масъулияти чекланган жамияти очсам бўладими?

## "ҚАНДАЙ ТАДБИРКОРЛИК ТУРИ БИЛАН ШУҒУЛЛАНСАМ БЎЛАДИ?"

**Аброрбек ЭЪЗОЗХОНОВ, Адлия вазирлигининг "Мадад" ННТ хуқуқшуноси:**

— Бу саволга жавоб беришдан аввал, ҳар икки тадбиркорлик тури ҳақида маълумот бериш ўринли. Фуқаролик кодексининг 24-моддасида жисмоний шахс яқка тартибдаги тадбиркор (ЯТТ) сифатида давлат рўйхатидан ўтган пайтдан бошлаб, тадбиркорлик фаолияти билан шуғулланишга ҳақли экани белгиланган. Бу фаолият юридик шахсни ташкил этмасдан амалга оширилади. Вазирлар Маҳкамасининг "Яқка тартибдаги тадбиркорлар шуғулланиши мумкин бўлган фаолият турлари рўйхатини тасдиқлаш тўғрисида"ги қарори асосида хусусий тадбиркорлар юридик шахс ташкил этмасдан шуғулланиши мумкин бўлган фаолият турлари рўйхати тасдиқланган. Унга яқка тартибдаги тадбиркорлик шаклида фармацевтика фаолияти билан шуғулланиш киритилмаган. Демак, сиз масъулияти чекланган жамият шаклидаги тадбиркорлик фаолияти билан шуғуллана оласиз. Солиқ меъёрлари Солиқ кодексиди батафсил келтирилган. Дорихона қуриш, агар фармацевтика фаолиятини назарда тутса, унда бу фаолият тури "Дори воситалари ва тиббий буюмларни чакана реализация қилишни лицензиялаш тартиби тўғрисида"ги ҳамда "Фармацевтика фаолиятини (дори воситалари ва тиббий буюмларни чакана реализация қилиш бундан мустасно) лицензиялаш тартиби тўғрисида"ги низомга асосан тартибга солинади.

# "Бу йўл ўзбек ва қорақалпоқ халқлари ўртасидаги оғзибирлик ва ҳамкорлик йўлидир"

Қорақалпоғистоннинг Амударё туманини шундоқкина Хоразм вилояти билан боғловчи кўприк яқин-яқингача икки қондош, жондош элнинг асрий муаммоси эди. Аслда у қирғоқдан бу қирғоққа ярим километрлик масофа.

**Хайрулло АБДУРАҲМОНОВ.**

Аммо Амударё тумани аҳолиси пойтахт Нукусга бориш учун Урганч ва Беруний орқали ортиқча 180 км. юришга мажбур бўларди. Поездда борадиганлар Ҳазорасп туманидан ўтиб келарди. Шу пайтгача одамлар эски понтон кўприқдан фойдаланган. Ҳар баҳорда муз эриб, дарёда сув кўпайиши билан у жиддий шикастланарди. Бу азалий муаммага Президент Шавкат Мирзиёев ташаббуси билан битта кўприк қуриш орқали ечим топилди. Ҳар икки ҳудудни боғловчи улкан иншоот бунёд этилиши тўғрисида асрий ва азалий муамма ҳамда қийинчиликлар барҳам топди, халқнинг узоғи яқин бўлди. У орқали Қорақалпоғистон билан Хоразмни боғлайдиган энг яқин автомобиль ва темир йўл қатнови ишга тушди. Ўзбек ҳамда қорақалпоқ халқлари ўртасидаги мустақкам ишонч ва дўстлик, оғзибирлик ва ҳамкорлик



кўприги қурилган жой юртимизнинг энг чекка ҳудуди ҳисобланади. Амударё устида қурилган кўприк узунлиги 425 метр. Қораўз туманидан Шовот туманигача бўлган темир йўл 85 километрни ташкил этади. Бу бунёдкорлик ишларидан биринчи навбатда шу ерда яшовчи аҳоли хурсанд.

— Бу кўприк қурилиши икки элнинг асрий орузу эди, — дейди **Ёзувчилар уюшмаси Хоразм вилояти бўлими бошлиғи Гавҳар Ибодиллаева.** — Чунки тарихларда, таърифларда Амударё Жайхун дарё, асов дарё деб номланади. Не-не хону султонлар жилоғлай олмаган азим дарё устига

**Амударё тумани аҳолиси пойтахт Нукусга бориш учун Урганч ва Беруний орқали ортиқча 180 км. юришга мажбур бўларди.**

бундай мухташам кўприкнинг бунёд этилиши учун инсонда дарёдек қудрат, жасорат, журъат бўлиши керак. Ўз халқини жону дилидан севган, уларнинг розилиги учун кеча-кундуз ҳаловатидан кечиб, жонини аямётган Президентимизнинг дарё меҳри, дарё қалби тўғайли мана шу жасорат, мана шу матонат бузун кўз ўнгимизда мухташам кўприк қиёфасида бўй кўрсатиб турибди. Унинг маҳобати, салобатига назар ташласангиз, худди шиддатли янгилашиллар сари шаҳд ва шижоат билан одимлаётган Янги Ўзбекистон қарвонини кўрандек бўласиз. Бу иншоотни ўзбек

ва қорақалпоқ элини таштирувчи меҳр-оқибат, дўстлик, биродарлик кўприғи, дейиш мумкин. Янги кўприкнинг бир қирғоғи Амударё туманидаги "Бештом" маҳалласи ҳудудида жойлашган. Унинг аввалги машаққатини ўз кўзи билан кўрган, ҳис қилган одамлар ҳозирги қулайликлардан чексиз миннатдор. — Янги кўприкнинг очилиши биз учун қатта шод-ёнага, байрамга айланди, — дейди **"Бештом" маҳалласи раиси Азод СЕЙТИМОВ.** — Чунки эски кўприқдан ўтиш хатарли эди. Қиш кунлари муз келиб урилгани натижасида ундан ҳафталаб фойдаланиб бўлмасди. Бу вазиятда, айниқса, беморларга қийин бўларди. Тез тиббий ёрдам олиш учун узоқ масофа босиб ўтишга мажбур эди. Дарёнинг у қирғоғида қолиб кетган кунларимиз кўп бўлган. Баъзи вазиятда автомашиналар кўприк ўртасида бўзилиб, қатнов тўхтаб қоларди. Президент ташаббуси билан бунёд этилган янги кўприк аср иншооти бўлди, дейиш мумкин. Бир сўз билан айтганда, бу кўприк халқимизнинг оғирини енгил, узоғини яқин қилиш билан бирга транспорт қатновига қулайлик яратиб, иқтисодийтимизнинг ривожига хизмат қилмоқда.



2024 йилнинг январь-ноябрь ойларида Ўзбекистонга 7,3 миллиондан ортиқ САЙЁХ ТАШРИФ БУЮРДИ.



Ўзбекистоннинг жануби-шарқида иккита ЯНГИ АРХЕОЛОГИК ЁДГОРЛИК аниқланди.



Иккиламчи уй-жой нархнинг йиллик ўсиши 6 фоиздан кўпроқни кўрсатди.

## Ёшлардаги шижоат аниқ мақсад ва режага йўналтирилса...



Бугун ёшларга эътибор ҳар доимгидан-да юқори, улар маданият, санъат, спорт ва бошқа йўналишларда ўз иқтидорини намойиш этишга имкониятлар етарли.

Жорий йил бошида ўтказилган ҳатлов натижаларига кўра, айни пайтда туман аҳолисининг 56 минг 474 нафарини ёшлар ташкил этади. Хозирда уларнинг 1 минг 874 нафари миграцияда бўлиб, сектор раҳбарлари ва ёшлар етакчилари ҳар ой улар билан қайта алоқани йўлга қўйган ҳолда, доимий мулоқот олиб бормоқда.

**Баҳодир НЕЪМАТОВ,** Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Фузур тумани бўлими бошлиғи.

Сўхбатлар давомида иш фаолияти қоникарли бўлиб, Ватанга қайтарилиб, бандлигини таъминлашга кўмаклашилди. Сўз исботи билан, деганларидек, “Ёнқишлоқ” маҳалласида яшовчи Шерзод Нормуродов анча йиллардан буён Россияда қурилиш соҳасида ишлаб келаётгани. Маҳалла ходимлари у билан онлайн мулоқот қилиб, Ватанга қайтиши ва шу ерда бандлигини таъминлашда ёрдам беришини билдирди. Яқинда ўз юртига қайтган йигит ҳоким ёрдамчиси тавсияси билан имтиёзли кредит олиб, тадбиркорликни бошлади.

“Ёшлар дафтари”га 893 нафар ёш киритилган бўлиб, шундан 596 нафарига амалий кўмак кўрсатилди. Жумладан, 252 нафар ёшнинг 50 фоиз тўлов шартномаси қоплаб берилди, 66 нафарининг замонавий касбларни эгаллаш, ахборот технологияларини

ўрганиш ва хорижий тилларга ўқиш харажатлари тўланди. Шунингдек, 12 нафарига имтиёзли кредит, 14 нафарига бир гектардан ер ажратилди. Йигит-қизлар ушбу имкониятлардан самарали фойдаланиб, юқори даромадга эришини мақсад қилган. Мисол учун, “Даштотоб” маҳалласи аҳолиси бир кунда 500 тонна помидор сотиб, кунига 1 млрд сўм даромад топади. Уларнинг орасида ёшлар салмоқли ўринни эгаллайди. Шу билан бирга, ёшлар такрорий экин экиб, юқори даромад олишни режа қилган. Жумладан, “Мустақиллик” маҳалласида яшовчи Жасурбек Неъматов айни кунда ишсиз, у аллалдан бўшаган 50 гектар ер майдонига такрорий экин сифатида дуккакли маҳсулотлар эккан. Унинг ишини кузатиб, барча амалий кўмакни беришимизни билдирдик.

Бугун ёшларга эътибор ҳар доимгидан-да юқори, улар маданият, санъат, спорт ва бошқа йўналишларда ўз иқтидорини намойиш этишга имкониятлар етарли. Айниқса, “Беш ташаббус олимпиадаси” бу борада уларга қанот

бўлмоқда.

Фузурда етакчилар ёшларнинг бўш вақтини самарали ўтказишда ташаббус кўрсатиб, спорт тўғрисидаги ташкил этишга эътибор қилди. “Пахтазор” маҳалласи ёшлар етакчиси Акмал Арслонов кўмаги билан маҳаллада жойлашган бўш турган бинодан самарали фойдаланилди. Бу ерда миллий кураш ва дзюдо бўйича тўғрақлар очилди. Айни кунда 80 нафардан ортиқ ёш машғулот ўтатган ушбу мажмуада тажрибали мураббийлар кураш сирларини ўргатиб келмоқда. Бундай ташаббуслар тумандаги ҳар бир маҳаллада бор.

Ёшлардаги шижоат, саноат, ангилликка интилиш, ҳар бир масалага креатив ечим топа олишдек хусусиятлардан унумли фойдаланиш керак. Улар билан юзага келадиган масалаларни тизимли ҳал қилишда раҳбарлар иштироки янада кучайтириш лозим. Ёшларга ўзлари қизиққан соҳаларда етарлича кўмак берилса, улар қутилганидан-да юқори натижаларни қайд эта олишади. Биз уларга бу йўлда ҳаммиса елкадош бўлишга тайёرمىз.

ҚИЁФА

## Асосий сармоя таълимга қаратилган

НИГОҲ

Маҳалламиз ҳудуд шундай жойлашганки, фақат хонадонлар, тураржойлар қад ростлаган. Агги бир донга савдо дўқони ва битта новвойхона доний равишда аҳолига хизмат кўрсатади, ҳолос. На мактаб, на боғча, на бирор ишлаб чиқариш корхонасининг йўқлиги аҳоли турмуш тарзинини бироз қийинлаштиради.

**Санжар САИДАҲМЕДОВ,** Сергели туманидаги “Асробод” маҳалласи ёшлар етакчиси.

Таълим масканлари қуришга ташаббус бўлган, бироқ инфратузилмани ташкил этиш учун ҳудудда бўш жойнинг ўзи йўқ. Ўқувчилар бошқа маҳалла ҳудудидаги мактабларда таҳсил олади. Айримлар кўшни тумандаги хусусий мактабларга қатнайди. Ёшлар оила тебратиш учун узоқ манзилларда ишлашга мажбур...

Маҳалладаги ёшлар сони 500 нафарни ташкил қилади. Ҳудуд ўзи кичик, аҳолиси кам бўлгани билан ёшларнинг кўпи зиёли оила фарзандлари. Ота-оналар дилбандларнинг ўқишини, жамиятга фойдаси тегадиган инсон бўлиб етиштишини истайдилар. Шу сабабли сармоияни, аввало, фарзанднинг таълим олишига киритишни афзал билади. Ҳам олийгоҳда ўқиб, ҳам тадбиркорлик билан шугулланиб, иккисини бирдек олиб бораётган ёшлар ҳақида-ку, гапирмасликнинг иложи йўқ.

Аммо улар орасида боқувчисини йўқотган, ижтимоий аҳоли оғир ёшлар ҳам борки, уларнинг меҳнатини алоҳида эътироф этиш жоиз. Оилада ёлғиз фарзанд, устга-устак боқувчиси бўлмаган Умиджон Етмишбоев олий таълим муассасасида ўқийди. Шу билан бирга, ўқишдан бўш вақтда автомобилларни ювиш шохобчасида ишлади. Олийгоҳни битириб, йигитлик бурчини ўташ учун ҳарбий хизматга жўнаб кетди. Қайтган, ўз соҳаси бўйича мактабга ишга жойланди. Хозирда жисмоний тарбия фанидан дарс бериб, ёш йигитларни мард, жасур, ватанпарвар қилиб тарбиялашда ҳисса қўшяпти. Маҳалла ёшлари учун ҳам машғулотлар ташкил этган. Унинг айтишича, йигитлар спорт билан шугулланса, ҳам жисмонан, ҳам руҳан чиникади. Натижада ўзига ишонган, кучли инсонлар бўлиб улғаяди.

Шундай шижоатли йигитларни кўрсам, талабалик вақтим ёдимга тушади. 2019 йилдан бошлаб волонтер бўлиб ишлаганим. Уша пайдан бошлаб

фаолиятим ёшлар билан боғланди ва бу менинг ҳаётимда муҳим аҳамият касб этди. Кейинчалик келажагимни ёшлар етакчилиги билан боғлашга қарор қилдим. Улар менга доимо ишонч билдириши менинг кучимга куч, ғайратимга ғайрат қўшади.

Маҳалламизда шу пайтгача бирор марта жиноят қузатилмаган. “Оғир” тоифадаги 4 нафар безориликка мойиллиги бор ўқувчи-ёш доимий назоратда. Уларга Сергели тумани молия бўлими раҳбари бириктирилган. Бундан ташқари, “маҳалла етилиги” билан биргаликда ҳар бир ёш масаласини жиҳдий ўрганиб, уларга турли амалий ёрдам кўрсатяпмиз.

Аввалроқ тўрт нафар мактаб ўқувчиси тенгдошлари билан тез-тез жанжаллашгани боис ўқитувчилардан шикоят келиб тушди. Улар нега бунчалик агрессив бўлиб қолганини ўрганишимизда, тезда ҳулоса қилишга шўғилмаслик керак, деб ўйладим. Ҳеч нарса ўз-ўзидан содир бўлмайди. Билишимча, отасидан эрта ажралгани улар ҳаётдаги энг катта йўқотиш бўлган. Айниқса, бир нафар ёш ҳам отадан, ҳам онадан жудо бўлган. Опаси васийликка олиб, унинг оиласи билан бирга яшар экан. Ҳаёт ташвишлари эрта бошларини ҳам қилганидан аламини шу орқали оломқчи бўлгандек гўё. Уларни бу ҳолатдан олиб чиқиш ва фелъ-атворини ўзгартириш мақсадида Самарқандга саёҳат ташкил этдик. Қаерда тадбир ва йиғин бўлса, ўзим билан олиб юриб, жамоа ишларига жалб қилдим. Одамлар билан кўпроқ мулоқот қилса, бошқалар ҳақида салбий ўй-фикрларни тарқ этиб, қўлаб дўстлар орттиради. Улар билан индивидуал ишлашимиз анча натижа берди. Мактабда дўстларига нисбатан юмшоқ муомалада бўлиб, ўқишда ҳам фаол иштирок этишяпти.

Ёшлар хохиш-истакларидан келиб чиқиб, маҳаллада бепул Wi-Fi ҳудудини ташкил этиш керак. Йигит-қизлар киберспорт ўйинига қизиқади. Аммо ҳамма бир жойда ўтириб, ушбу ўйинни ташкил этиш учун шароит бўлиши даркор. Унинг учун Wi-Fi ҳудуди ташкил этилса, ҳаммани бир жойда жамлаб, турли ўйинлар ташкил этиш имкони бўлади.

## ПАЙШАНБА — ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ КУНИ

ТАРТИБ

“Ёшларнинг спорт билан муносабатини шугулланиш учун қўшимча шарт-шароитлар яратиш тўғрисида”ги Президент қарори қабул қилинди.

Қарорга кўра, ҳафтанинг ҳар пайшанба кунини жисмоний тарбия ва спорт кунини сифатида белгилади.

2025/2026 ўқув йилидан спорт мактабларида оммавий спорт бўйича тренер-селекционер лавозими жорий этилади. Уларга 5 тагача маҳалла ва унинг ҳудудидаги давлат таълим

муассасалари бириктирилади. “Беш ташаббус олимпиадаси”, “Жисмоний тайёргарлик даражаси” давлат синовларини ўтказиб боришга ҳам айнан улар масъул ҳисобланади.

2025/2026 ўқув йилидан ҳудудлардаги олимпия ва миллий спорт турлари бўйича маҳорат мактаблари ташкил этилади. Маҳорат

мактаблари ўқув дастурини ўзлаштирган ва якуний давлат аттестациясидан ўтган 11-синф битирувчиларига давлат намунасидаги умумий ўрта таълим тўғрисидаги шаҳодатнома берилди. Мактабларда озиқ-овқат билан таъминлаш харажатларини қисман қоплаш учун ота-оналар тўлови ундирилмайди.



ИСЛОҲОТ

## Олий таълимда қамров 43 фоизга етказилди

Таълим соҳаси охириги йилларда улкан ўзгаришлар, янгиланишларга бой бўлди. Ўзини даргоҳларининг қиёфаси тубдан ўзгартириб, моддий-техника базаси мустаҳкамланди. Бу, ўз навбатида, таълимнинг сифат даражасини оширган ҳолда, ёшлар ўртасида олий таълим олишга бўлган иштиёқни кучайтирди.

**Шаҳноза ХАЛИЛОВА,** “Mahalla”

Бу жараёнда, аввало, ёшларни олий таълим билан қамраб олишни кенгайтириш мақсадида янги олийгоҳлар ташкил этилди. Жумладан, республикадаги 11 та таълим муассасаси негизда 4 та янги университет ҳамда янгидан 5 та олий таълим муассасаси (ОТМ) фаолияти йўлга қўйилиб, жами ОТМлар сони 208 тага етди. Бунинг натижасида қамров даражаси тўрт баравардан кўпроққа ошди. Ушбу кўрсаткич 2016 йилда 9 фоизни ташкил этган бўлса, хозирда 43 фоизга етди, талабалар сони 1 миллион 400 минг нафардан орти. Энг муҳими, олий таъ-

лим олиш учун имтиёзли кредитлаш тизими, аёлларга фоизсиз кредит ажратиш амалиёти жорий қилинди. Шунингдек, давлат ОТМларининг барча босқичларида Талабалар тураржойига жойлаштириш тўлиқ рақамлаштирилди.

Илгари олийгоҳга ўқишга кириш жуда қийин эди. Квоталар кам, қабул имтиҳонларида турли муаммолар қузатиларди. Бу масалалар ҳисобга олиниб, қабул квотаси йилдан-йилга оширилмоқда. Бу, ўз навбатида, ёшларни билимни, малакани, жаҳон тараккиётига мос мутахассислар этиб тайёрлаш, уларнинг ҳаётда ўз ўрнини топишига хизмат қилляпти. Мисол учун, илк мартаба ўқишга қабул жараёни “аввал таст,



сўнг танлов” тамойили асосида ташкил этилиб, бу йил ажратилган квоталар доирасида бакалавриятга 196 минг 987 нафар, магистратурага 12 минг 404 нафар талаба қабул қилинди.

Охириги олти-етти йилда таълим тизимида узокки кўзлаб амалга оширилган ислохотлар нафақат мамлакатимизда катта ижобий ўзгаришларга олиб келди, ҳатто халқаро майдонда ҳам юртимиз обрў-эътиборини янги босқичга олиб чиқди. Шубу натижани нуфузли “QS” халқаро рейтингда ТОП-1000 талик рўйхатидан ўрин олган иккита олийгоҳ мисолида кўриш мумкин. Мазкур рейтингда “Тошкент ирригация ва қишлоқ хўжалигини механизациялаш муҳан-

дислари институти” миллий тадқиқот университети — 547-ўринда, Ўзбекистон Миллий университети — 781-790-поғонани банд этди.

Бугун ёшу катта тадқиқотчиларнинг фаолиятига кенг ўрин берилди, уларнинг илм-фанга қўшаётган ҳиссаси сезиларли даражада оширилди. Бунинг натижаси ўлароқ, олий таълимдан кейинги таълим институтларига қабул квоталари сони 5 минг 200 га етди, илмий изланувчилар 22 минг 180 нафарни ташкил этиб, 3 минг 954 нафар тадқиқотчи илмий даража олди. Илмий фаолиятга оид дастурлар доирасида 161,5 млрд. сўмлик 291 та янги лойиҳал молиялаштирилди. ОТМларда ёшларни

малакали мутахассислар этиб тарбиялаш билан бирга, уларнинг бўш вақтини мазмуни ташкил этишга ҳам эътибор қаратилляпти. Хусусан, “Маърифат улашба” ва “Адабий-маърифий ҳафталик” тадбирлари доирасида 205,9 минг нафар талаба қамраб олинди. Олийгоҳларда 11 минг 448 та жамоа иштирокида “Талабалар лигаси” спорт мусобақалари уюштирилди.

Умуман олганда, олий таълим соҳасидаги ўзгаришлар ёшларнинг билим ва иқтидорини тўла намойиш этишига шароит яратяпти. Замон талабларига жавоб бера оладиган малакали, рақобатбардош, юксак билимли ёшларни камолга етказишга хизмат қилляпти.



**Шахсни қийноққа қолишининг олдини олишга қаратилган ҚОНУН ЛОЙИХАСИ ишлаб чиқилди.**



**Республикамизнинг қарийб 721 гектар майдонида икки мингга яқин НОҚОНУНИЙ ЧИҚИНДИХОНАЛАР аниқланди.**



**Суриядаги террористик ташкилотлар аъзоларига ёрдам берган шахс 10 йил 6 ой муддатга ОЗОДЛИКДАН МАХРУМ ҚИЛИНДИ.**

## Бу ерда эшиклар қулфланмайди, ҳамма халқ хизматида

Мўйноқ тумани марказидан 82 километр олинса, Амударё қирғоқларида жойлашган Қизилжар овул фуқаролар йиғинида икки мингга яқин аҳоли яшайди. Уларнинг асосий даромади – чорвачилик ва деҳқончиликдан иборат.

**Давлетбай БЕГЖОНОВ, Мўйноқ туманидаги Қизилжар овул фуқаролар йиғини профилактика инспектори.**

Айримлари овулдаги иккита мактаб ва иккита уй боғчасида меҳнат қилади. Бир қисми савдо ва маиший хизмат кўрсатиш шохобчаларида банд.

Худуд анча катта – у чеккасида бу четига 50 километр. Биргина Қизилжар аҳоли пункти овул марказидан 15 километр узоқда. Шу боис у ерда аҳоли анча тарқоқ, атиги 65 та хўжалик истиқомат қилади.

Овулда яратилган шароитлар мамлакатда деб айтолмайману, лекин Қорақалпоғистонда ягона десам, муболаға бўлмайди.

Президентимизнинг маҳаллаларга қаратаётган эътибори туфайли 2021 йилда янги йиғин идораси қурилди. Бинода “еттилик” учун алоҳида хизматхоналари бор. 100 ўринли фаоллар зали, барча зарур шароитларга эга бўлган компьютер, тикувчилик



ва пазандачилик тўғрақлари фаолият юритмоқда. Ёнида оталар чойхонаси ва меҳмонхона мавжуд. Бирортасининг эшиги қулфланмайди, барчаси халқ хизматида. Шунингдек, истироҳат боғи ҳамда 400 ўринли тўйхона фаолият юритмоқда.

Бу ерда олти ой олдин иш бошлаганимда, хонадонларга бирма-бир кириб, ўзимни таништириб, телефон рақамимни берганим. Шу тарихи фуқаролар ва чўпонлар билан мустахкам алоқа ўрнатдим. Улар овулда бирор нохуш ҳолатни сезишса,

дарҳол менга хабар беришади. Жиноятчиликни “маҳаллабай” жиловлаб, аҳолининг кунлик ижтимоий-маиший муаммоларини “маҳалла еттилиги” ҳамкорлигида ҳал этяпмиз.

Аҳолининг етмиш фоизи бир-бири билан қудда-анда, ака-ука, оғайни-биродар бўлиб кетган. Шу сабаб овулда деярли ҳамма бир-бирини танийди. Турли майда безорилик, жанжал ва оилавий низолар деярли йўқ. Бироқ “гуруч курмасиз бўлмайди”, деганларидек, баъзи ҳолатларда оилавий келишмовчиликлар бўлиб туради. Бундай маиший муаммолар “маҳалла еттилиги”, нуронийлар, имом-хатиб ва отинийлар иштирокида жойига бориб ўрганилиб, ҳал этилмоқда. Тезкор савъ-ҳаракатлар натижасида овул “яшил” тоифада, жиноятчиликдан холи худуд.

Шундай бўлса-да, ҳафта давомида мактабларда, аҳоли пунктларида навбатма-навбат бўлиб, фуқаролар билан учрашиб, жиноятчиликнинг салбий оқибатларини амалий мисоллар

ёрдамида тушунтириб боряпман. Хуқуқбузарликларнинг содир этилиши сабаблари, уларга имкон берувчи шарт-шароитлар “маҳалла еттилиги” ва жамоатчилик тузилмалари билан биргаликда бартараф этилмоқда. Тунги кузатув назорат тадбирлари ташкил этиб, овулнинг асосий кириб-чиқиш йўлларига замонавий видеокузатув қурилмалари ўрнатдик.

Бугун қизилжарликлар аҳил-инок. Худудда янгиланиш, бунёдкорлик ишлари давом этмоқда. Қувонарлиси, Президентимизнинг Қорақалпоғистон Республикасига сўнгги ташрифи давомида овулда давлат боғчасига ахтиёж борлигини айтдик. Таклифимиз инобатга олиниб, 2025 йил март ойидан 100 ўринли мактабгача таълим муассасаси қуриладиган бўлди.

Келгусида тарғибот ишларини янада қучайтириб, хуқуқбузарликлар оқибати билан эмас, балки унинг олдини олиш билан курашамиз. Бу борада менга “маҳалла еттилиги” аъзолари елкадош бўлмоқда.

НАТИЖА



ТАРАҚҚИЁТ

**ЖАМОАТ ТРАНСПОРТИНИ: ОДАМЛАР УЗОҒИНИ ЯҚИН ҚИЛЯПТИ, ХАРАЖАТИ ВА ВАҚТИНИ ТЕЖАЯПТИ**

**Давлат раҳбари ташаббуси билан “инсон қадрини учун” тамойили асосида амалга оширилаётган ислохотлар самараси бугун оддий инсонлар ҳаёти, кундалик турмушида, кўйингки, ҳар бир кунимизда ўз аксини топмоқда. Айниқса, одамларнинг узоғини яқин қиладиган, аҳоли харажати ва вақтини тежайдиган жамоат транспорти соҳасида катта ўзгаришлар юз бермоқда.**

Жорий йилда Транспорт вазирлиги атроф-муҳитга зарари кам сиқилган газда ҳаракатланадиган 450 та автобус (100 та электробус) харид қилди. Шунингдек, худудларда йўловчи ташиш фаолияти билан шуғулланувчи тадбиркорлик субъектлари 500 дона микроавтобусни йўналишларга жойлаштирди. Улар яна 250 донадан ортиқ замонавий автобусларни босқичма-босқич олиб келишади.

Тошкент шаҳри жамоат транспортида электрон тўлов тизими жорий этилиб, ҳозирги кунда йўлқиранинг метрода 100 фоизи, автобусда эса 70 фоизи электрон тўлов шаклида амалга оширилмоқда. 2025 йил январь ойидан жамоат транспортида йўл қира ҳақи пулдан воз кечилиб, тўлиқ электрон тўловга ўтказилади. Янги тизим жорий қилинишидан олдин Тошкент шаҳрида кунлик ўртача 650 минг йўловчи ташилган бўлса, ҳозирги кунда кунлик ўртача 1 млн. нафар йўловчи ташишга эришилмоқда.

Нукус шаҳарлари ва вилоят марказлари жамоат

транспорти йўналишларининг янги тармоғи ишлаб чиқилиб, Марказлашган Диспетчерлик хизмати ташкил қилинди. Ўзбекистон Республикасидан Россия Федерацияси, Қозоғистон, Қирғизистон ва Тожикистон Республикаларига 39 та мунтазам халқаро автобус йўналишлари ташкил этилди. 2025 йилда уларнинг сони 50 тага етказилади.

2024 йилнинг март ойида “Тошкент ер усти халқ метро линиясининг II босқичи қурилиши” лойиҳаси доирасида қуриб битказилган 2 та бекатдан иборат узунлиги 3,6 км. бўлган “Курувчилар–Кипчок” йўналиши ишга туширилди. 2017-2024 йилларда амалга оширилган ишлар натижасида метрополитен линиясининг умумий узунлиги 38 км. дан 70,8 км.га, бекатлар сони 29 тадан 50 тага етказилди. Бундан ташқари, 2024 йилда 14 та (56 та вагон) ҳаракат таркиблари олиб келиниб, жами 78 та (313 та вагон)га етказилди. 2025 йил 14 та янги поезд (56 та вагон) олиб келинади. Тошкент метрополитенида 2022 йилда кунлик ўртача 375 минг йўловчи ташилган бўлса, жорий йилда

кунлик 1 млн. йўловчи ташишга эришилди.

Темир йўл транспорти инфратузилмаларини ривожлантириш борасида темир йўл транспорти ҳаракат йўналишини кенгайтириш ва атроф-муҳит ифлосланишини камайтириш бўйича бир қатор ишлар амалга оширилди. Хусусан, “Бухоро–Урганч–Хива” 465 км.лик темир йўл участкаси тўлиқ электрлаштирилди. Узунлиги 80,2 км. бўлган “Шовот–Қораўзак” темир йўл линияси ва Амударё устидан ўтувчи қўшма кўприк қуриб, фойдаланишга топширилди. Натижада темир йўл орқали юк ва йўловчиларни ташиш масофаси 240 км.га, юк ташиш тезлиги эса 6 соатгача қисқарди.

Йўловчи вагонлар паркинни янгилаш бўйича жорий йилда 30 та янги йўловчи вагон ишлаб чиқарилди ҳамда 245 таси таъмирланди. Натижада халқаро ва маҳаллий йўловчи поездлар қатновини йўлга қўйишга имконият яратилди. Жорий йилда 586 ўриндиқли янги замонавий электропоезд харид қилиниб, “Тошкент–Хўжакент–Тошкент” йўналишида ҳаракати йўлга қўйилди.

Бир сўз билан айтганда, жамоат транспортлари фуқароларнинг ўз манзилига етиб олиши учун тезкор, хавфсиз ва тежамкор бўлиши керак.

Рустам ЮСУПОВ тайёрлади.

## Оғир ҳудудлар намунали маҳаллага айлантирилди

Самарқанд вилоят миқёсида энг кўп маҳалла жойлашган бўлиб, уларнинг сони 215 та. Мазкур йилнинг 1-9 ойларида 136 миңг 667 та оиланинг 558 миңг 765 нафар аъзоси яшамоқда. Шунга яраша ютуқлар, янгиликлар билан бирга, ўз ечимини кутаётган муаммолар бор.

Давлат раҳбарининг ташаббуси билан ташкил этилган “еттилик” тизими асосида барча масалалар маҳалланинг ўзида босқичма-босқич ҳал этилмоқда. Хусусан, 67 турдаги ёрдам ва субсидиялар ҳамда “маҳалла бюджетлари” маблағлари “еттилик”нинг коллегиял қарори билан амалга ошириляпти. Энг муҳими, инвестиция дастурлари улар билдирган таклифлар асосида шакллантирилмоқда.

Жорий йил давомида 215 та маҳаллада аҳоли муаммоларини ҳал қилиш, “маҳалла еттилиги” ҳамкорлигини мустаҳкамлаш, ёшлар билан ишлаш, ишсиз фуқаролар бандлигини таъминлаш тизимини самарали ташкил этиш бўйича кўплаб амалий ишлар бажарилди. Бу жараёнда дастлаб аҳолининг демографик ва ижтимоий

ижтимоий-иқтисодий жиҳатдан оғир маҳаллалар намунали йиғинга айлантирилди. Жумладан, аҳоли мурожаатлари энг кўп тушган “Хумо” маҳалласида 2,2 км. ички йўл асфальтланди. 3 та трансформатор таъмирланиб, битта янги қўйилди. 37 та симёғоч бетон таянчга алмаштирилди, 15 та тунги ёриткичлар ўрнатилди. Шунингдек, маҳалла биноси таъмирланди. Тўрт минг нафарга яқин аҳолига хизмат кўрсатувчи, қишлоқ врачлик пунктини қайта таъмирлаш учун “Исом тараққиёт банки” 1 млрд. сўм маблағ ажратди.

Маҳаллаларнинг моддий-техник базасини мустаҳкамлаш бўйича хизмат биносига эга бўлмаган иккита маҳаллага янги бино қурилиб, фойдаланишга топширилди. 4 та маҳалла биноси таъмирланди. 84 та йиғинга компьютер ҳамда 50 та кўп функцияли принтер ускуналари



ҳолати, таълим, ижтимоий соҳа объектларига доир жами 25 та йўналиш, 401 та кўрсаткич бўйича барча маҳаллаларнинг баланси шакллантирилди. Шунингдек, аҳолига қулайлик яратиш, маҳалладан туриб давлат ва ижтимоий хизматларни кўрсатиш, барча давлат органларига мурожаат қилиш ва маълумотларнинг ягона базасини юритиш мақсадида “Рақамли маҳалла” платформаси яратилди.

Барча маҳаллалардаги кўча ва хонадонлар ўрганилиб, аниқланган 9 165 та муаммонинг 8 248 таси ҳал этилди. Уларнинг аксарияти йўл, электр энергия, газ, ободонлаштириш ва таъмирлаш ишлари ҳамда тиббиётга доир масалалардир.

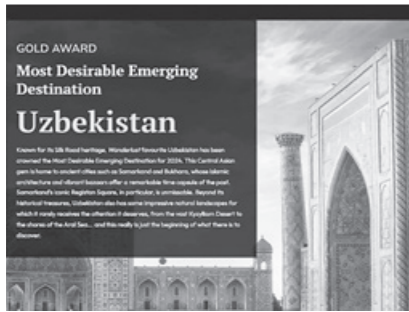
Бир йиллик фаолият давомида

ва 17 та маҳаллага мебель жамланмалари тақдим этилди.

“Ёшлар дафтери” жамғармаси маблағлари ҳисобидан “Янги ҳаёт” маҳалласида битта “Streetworkout” ва спорт майдончаси фойдаланишга топширилди. “Маҳалла еттилиги” ходимларининг билим, малака ва кўникмаларини ошириш бўйича тизимли ўқув-семинарлар ташкил этилиб, касбий маҳоратлари оширилмоқда.

Умуман олганда, тизимдаги амалий ишлар давом эттирилиб, аҳолининг барча муаммоларини маҳалланинг ўзида ҳал этиш чоралари кўриб борилади.

Жамшид ҚОДИРОВ, Ўзбекистон маҳаллалари уюмчаси Самарқанд шаҳар бўлими бошлиғи.



Дунёдаги энг истиқболли сайёҳлик манзиллари рўйхатида Ўзбекистон БИРИНЧИ ўРИННИ ЭГАЛЛАДИ.



2024 йил 15 декабрдан 2025 йил 12 январга қадар бир қатор йўналишларда ҚЎШИМЧА ПОЕЗД қатновлари ташкил этилади.



Орол денгизининг қуриган тубида янги ўСИМЛИК ТУРЛАРИ синавдан ўтказилмоқда.

КЎМАК



## Бугун қилинаётган меҳнатнинг самараси улғ, юзимиз ёруғ бўлади

Биттагина инсоннинг ҳаётида рўй берган ўзгариш, албатта, бугун жамият ривожига тенгсиз аҳамият касб этади. Кимшир камбағалликдан чиқариш билан унинг фарзандларига янада кенгроқ имконият очиб берган бўламиз. Эҳтимол, шу орқали янги истеъодларни кашф этармиз. Бугун ижтимоий ҳимояга қаратиладиган эътибор замирида шундай улкан мақсадлар муяссас.

**Обиджон ТОШПҮЛАТОВ, Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Олтинқул тумани бўлими бошлиғи.**

“Маҳалла еттилиги” аъзолари худудларда олиб бораётган саъй-ҳаракатлари самараси ўлароқ, кундан-кунга ўзгаришлар, янгилашлар гувоҳи бўляпмиз. Бундан ҳар бир манзилнинг ўзига хослиги, ютуқлари ва тажрибалари эътиборга моликдир.

Туманимиздаги “Сафаробод” маҳалласида 5 минг 326 нафар аҳоли истиқомат қилади. Фуқаролар, асосан, деҳқончилик фаолияти орқали даромад топиб келмоқда. 114 кишига ижара асосида 10 сотихдан 1 гектаргача ер берилган бўлиб, уларнинг 60 нафарини ёшлар ташкил этади. Деҳқонлар картошка, помидор, бодринг етиштириб, йил сайин ҳосилдорлигини оширишга эришмоқда.

Бундан ташқари, маҳаллада хунармандчиликнинг турли йўналишларида меҳнат қилаётганлар ҳам талайгина. Хусусан, Илғорбек Ҳакимжонов мебель ясаш бўйича 6 йил давомида хорижий давлатларда иш ўрганиб келди. Айни вақтда ташкил этган кичик корхонасида охириги услубдаги

ошхона, ётоқхона тўпламларини ясаб, кўпчиликнинг эътиборига тушган. 4 нафар ёшнинг доимий бандлигини таъминлаган. Ойига 10 миллион сўмдан кўпроқ соф фойдаси бор.

“Сафаробод” маҳалласи раиси Ғафилхон Жабборов жорий йилда “Эл-юрт хурмати” ордени билан тақдирланди. Бу эътибор натижаси ўлароқ, худуд борган сари ўзгача қиёфа касб этиб бораётди. Айниқса, ногиронлиги бўлган шахслар ҳамда ишсиз аёлларнинг яшаш тарзини яхшилашга алоҳида эътибор қаратилмоқда.

“Меҳнат” маҳалласи ҳам туманда ўз ўрнига эга бўлган гўзал бир маскан. 5 минг 80 нафар аҳоли вакиллари орвачилик, хунармандчилик ва савдо-сотиқ соҳасида фаолият юритиб келмоқда.

Музаффар Мамадалиев хонадониде мебель ясайдиган цех очган. Бир неча йил Туркияда хунар ўрганиб, сўнгра ўз бизнесини ташкил этди. Унинг қўл меҳнати билан бунёд бўлаётган сандик,

стол-стул, хонтахта, китоб жавони ҳамда ётоқ тўпламлари аҳоли эҳтиёжлари учун хизмат қилаётди. 5 нафар шоғирди устанинг ёнида янги йўналиш бўйича малака оширяпти.

Худуддаги хотин-қизлар касаначилик асосида уйда дўппи тикиш билан машғул. Эраклар учун мўлжалланган Чуст дўппиларининг бозори жуда чаққон. Қолаверса, у ўзида миллий руҳ ва аъналарни акс эттиргани билан эътиборга молик.

“Меҳнат” маҳалласида истиқомат қиладиган 2 та ноҳор оиланинг уйи мутасадди ва ҳомиёлар кўмаги билан янгидан таъмирлаб берилди. Хусусан, боқувчисини йўқотган, 4 нафар фарзанднинг онасига 2 хонали уй қуришда кўмаклашилди. Аёлнинг саломатлиги борасида муаммолари борлиги сабаб унга ногиронлик белгилаш ишлари бошлаб юборилган. Шундан сўнг қўшимча нафақа тайинланади ҳамда оиланинг бироз бўлса-да, маблағи ортади.

Бу каби хонадонлар ҳамда эътибор марказимизда. Маҳалла ходимлари, ҳомиёлар ва мутасадди ташкилот раҳбарлари уларнинг муаммоларини бартараф этиш учун янги ечимлар ва фоялар устида иш олиб боришмоқда. Уйлайманки, бугун қилинаётган меҳнат эртанги натижалари билан юзимизни ёруғ қилади.

## Инсон омили камайди, шаффофлик таъминланди

Баъзан инсон ўзи хоҳламаган тарзда кийин аҳволга тушиб қолади. Шундай вақтда у атрофидагилардан қандайдир ёрдам кутиб яшайди. Айниқса, иқтисодий жиҳатдан муҳтож кишига кўрсатилган кўмак унинг соғлиғи ва яшаш шароитини яхшилашга хизмат қилади. Шу маънода бугун кам таъминланган оилаларни қўллаб-қувватлаш ижтимоий ҳимоя сиёсатининг ажралмас қисмига айланди.

**Шаҳноза РАҲИМХҲУБАЕВА, “Mahalla”**

Ижтимоий ҳимоянинг муҳим йўналиши бўлган – кам таъминланган оилаларга болалар нафақаси ва моддий ёрдам тайинлаш тизимида инсон омилини камайтириш, шаффофликни оширишга алоҳида эътибор қаратилляпти. Белгиланган лимитлар бекор қилиниб, ахборот тизими орқали кам таъминланган, деб эътироф этилган барча оилаларга нафақа ёки моддий ёрдам тўланиши жорий этилди.

“Ижтимоий ҳимоя ягона реестри” ахборот тизимига вазирлик ва идораларнинг ахборот тизимларидан олинган 56 турдаги электрон маълумотларга асосан оилани кам таъминланган, деб эътироф этиш ёки рад этиш тўғрисидаги қарор инсон омилисиз қабул қилинадиган бўлди. Ижтимоий нафақаларнинг манзиллиги ва самардорлигини ошириш мақсадида Вазирлар Маҳкамасининг 2023 йил 10 ноябрдаги қарори билан нафақа олувчи оилаларнинг иқтисодий аҳоли ўзгаришини ҳар ойда автоматик равишда қайта ўрганиш ва мезонга мос келмаган оилаларни реестрдан чиқариш тартиби йўлга қўйилди.

Бугунги кунда кам таъминланган сифатида 960,8 мингга оилага болалар нафақаси ва моддий ёрдам тўланмоқда. Ушбу оилаларда 4,2 миллион нафар фуқаро истиқомат қилса, уларнинг 2,4 минг нафарини 18 ёшга тўлмаганлар ташкил этади.

Шунингдек, камбағаллик даражаси сўнги 4 йилда 23 фоиздан 11 фоизга тушди. Кўрсаткич 2024 йил якунига қадар 9 фоизга тушиши кутилмоқда.

Вазирлар Маҳкамасининг 2021 йил 21 октябрдаги қарорига асосан, болалар нафақаси ёки моддий ёрдам олаётган оиланинг номига расмийлаштирилмаган, бироқ фойдаланувчи бўлган автотранспорт воситалари, кўчмас мулкларига ҳамда чорва моллари уларнинг аризаларида кўрсатган маълумотларга мувофиқлиги жойига чиққан ҳолда фуқароларнинг ўзини ўзи боқариш органи раиси, ҳоким ёрдамчиси, хотин-қизлар фаоли, ёшлар етакчиси ва “Инсон” марказининг ижтимоий ходимлари томонидан ўрганилиши белгиланган.



Натижалар “Ижтимоий ҳимоя ягона реестри” ахборот тизимига киритилди ва болалар нафақаси ва моддий ёрдам тўловини тўхтатиш ёки давом эттириш бўйича автоматик равишда қарор қабул қилинади. Мазкур тизим орқали болалар нафақаси ва моддий ёрдамларни манзилли тайинлаш бўйича аризаларга ҳамда тегишли вазирлик ва идораларга шахсий жавобгарлик юкланган.

“Инсон” ижтимоий хизматлар маркази раҳбари болалар нафақаси ва моддий ёрдамни тайинлаш бўйича аризаларни “Ижтимоий ҳимоя ягона реестри” ахборот тизимига белгиланган тартибда ва ўз вақтида киритиши керак.

Маҳалла раиси ариза берувчи ва унинг оила аъзолари мақомини аниқлаш, ариза берувчининг аризаси ва унга илова қилинган тўлиқ тўпламдаги ҳужжатларни “Инсон” ижтимоий хизматлар марказига ўз вақтида тақдим этиши белгиланган.

Манфаатдор вазирлик ва идоралар раҳбарлари оилани кам таъминланган, деб эътироф этиш учун “Ягона реестр” ахборот тизими орқали юборилган электрон сўровларга ўз вақтида ва тўғри (ишончли) маълумотларни электрон равишда онлайн тартибда тақдим этиши зарур.

Ижтимоий нафақа тўловлари учун ажратиладиган бюджет маблағларидан мақсадли фойдаланилишини Ижтимоий ҳимоя миллий агентлигининг ички аудит хизмати доимий назорат қилиб боради.

### СТАТИСТИКА

## КЕКСАЛИКДА ЯНГИ САҲИФА ОЧИБ...

Статистика агентлиги хабарига кўра, Ўзбекистонда 10 ой давомида 50 ёш ва ундан катта авлод вакиллари орасида турмуш қурганлар сони очикланди.

Қайд этилишича, 2024 йил январь-октябрь ойларида ФХДЭ органларида жами 215 мингта никоҳ ҳолатлари қайд этилган.

Шундан аҳолининг 50 ва ундан катта ёшда никоҳ қурганларнинг умумий сони 5 минг 314 нафарни ташкил қилади. Жинс бўйича тақсимланиши эса қуйидагича: эраклар – 4 минг 153 нафар; аёллар – 1 минг 161 нафар.



Бундан ташқари, Ўзбекистонда жорий йилнинг 3-чорагида 60 ёшдан кейин 439 нафар, 70 ёшдан кейин 33 нафар эрак фарзандли бўлган.

## Якка-ёлғиз кексалар мониторинги онлайн юритилса...

Маҳалламиз худуд жуда катта, 7 минг 500 нафар аҳоли истиқомат қилади. Шунга яраша қиладиган ишмиз, кўрсатилган хизматларимиз ҳам кўп. “Маҳалла еттилиги” билан халқ қорни яраш учун белли маҳкам боллаганмиз.

**Жулдыз ОНҒАРБАЕВА, Кегейли туманидаги “Ақтуба” маҳалласи ижтимоий ходими.**

Худудимизда ногиронлиги бўлган фуқаролар 264 нафарни ташкил этади. Уларнинг эҳтиёжи ва ҳолатидан келиб чиқиб тизимли равишда кўмаклашиб келяпмиз. 170 та камбағал оила шароитини яхшилаш учун туну кун меҳнат қиляпмиз. Улар билан кўпроқ суҳбатлашишга, қизиқиш ва имкониятларини ўрганишга алоҳида эътибор қаратганмиз. Агар инсон ички имкониятларини ишга солмас экан, биз қанча тиришиб-тирмашмайлик, бироқ натижага эришиш қийин.

Фаолиятимни жорий йилнинг апрель ойида бошлаган бўлсам, шу кунга қадар 28 та кейс очилди. Биринчилардан бўлиб, якка-ёлғиз яшаётган нурунийларга ёрдам кўрсатдим. Хусусан, маҳалламизда истиқомат қиладиган, ёши 65 дан ошган фуқаронинг

ҳолидан хабар олгани борганимизда, бир неча йўналишларда ёрдамга муҳтожлиги маълум бўлди. 2-гурӯх ногирони бўлган бу киши юришга қийналаётгани учун ҳасса бердик. Реестрга киритилди ва шу орқали қўшимча нафақа пули олишни бошлади. Унга кўмаклашиб мақсадида бириктирилган ижтимоий ходим ассистенти озик-овқат маҳсулотлари ҳамда керакли дори-дармонларни олиб келишда ёрдам беряпти.

“Онлайн тизим ишга тушган, айрим оилалар ўз ихтиёри билан давлат бераётган бола пулига ундан кўра муҳтожроқ кишилар борлигини англаб етишди.

Яна бир 2-гурӯх ногиронлиги бўлган аёлнинг кўришда муаммоси бор эди. Турмуш ўртоғи ва ўғли вафот этган. Келини ва уч набаираси билан



бирга туради. Ачинарли жиҳати, яқинда рўй берган автоҳалокат тўғрисида аёлнинг бир қўли ва бир оёғи гипс қилинган. Ҳаракатланиши бироз енгил кечиши учун қўлтиқтаёқ билан таъмирлаш керак. Боқувчисини йўқотган келинининг номидан болалар нафақасига ариза киритдик. Набирасининг 3 ойлик қўшимча дарс пули тўлаб берилди.

Гулсара Худоёрова кўришдаги муаммолари сабаб 1-гурӯх ногиронлигини олган. Қизи онасини доимий равишда парвариш қилиб келмоқда. Шу боис бирор жойда ишлаш имкони йўқ. Кекса аёл-

нинг ҳаракатланишига ёрдам бериш мақсадида ногиронлик араваси учун ариза киритдик. Хонадони жуда хароба ҳолатга келиб қолган эди, таъмирлаш учун “Саховат ва кўмак” жамғармасидан 7 миллион сўм миқдориде моддий ёрдам ажратилди.

Қолаверса, қизини онасига қаровчи сифатида бириктирдик. Шу орқали унга меҳнат стаже ёзиладиган бўлди.

Келгусида маҳалламизда қилиниши керак бўлган ишлар жуда кўп. Аҳолининг фаровон турмуш кечириб, ижтимоий хизматларга умуман эҳтиёжи қолмаслигини истардим.

### ИЖТИМОИЙ ҲИМОЯ

Албатта, бунга амалга ошириш мушкул. Лекин камбағал сифатида ҳақиқатан ёрдамга муҳтожларнигина қолдириш учун туну кун меҳнат қиляпмиз. Бундан бир йил олдин бекор юрган одамларга “Ҳеч бўлмаса, уйингизда товук боқсангиз бўлмайди?”, десак, “Унда олаётган нафақа пулим тўхтаб қолади-ку” тарзида жавоб беришарди. Энди бу қарашлар анча ўзгарди. Атрофидагиларнинг кўрганлар характерга тушиб қолишган.

Жорий йилнинг апрель ойида худудимиздаги 236 та оилага болалар нафақаси тўланар эди. Онлайн тизим ишга тушган, уларнинг 60 дан зиёди бу рўйхатдан чиқарилди. Айримлари ўз ихтиёри билан давлат бераётган бу маблағга ундан кўра муҳтожроқ кишилар борлигини англаб етишди.

Айни вақтда якка-ёлғиз кексалар билан олиб бориладиган ишлар мониторинги қоғоз шаклида юритилмоқда. Мазкур масала ҳам онлайн платформага киритилса яхши бўларди. Бу бир жиҳатдан қўлайлик яратса, иккинчидан, фаолиятимизни баҳолаш мезонларида қўшимча балл сифатида ҳисобланган бўларди.



Ўзбекистонда алоҳида ФУТЗАЛ ФЕДЕРАЦИЯСИ ташкил этилади.



ФИФА 2024 йилги сўнги ЯНГИЛАНГАН РЕЙТИНГИДА Ўзбекистон терма жамоаси 58-ўринни эгаллади.



МУРОДЖОН АҲМАДАЛИЕВ мексикалик Рикардо Эспиноса Франкони нокаутга учрати, WBA Interim камари соҳибига айланди.

БИЗ – СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ ТАРАФДОРИМИЗ!

# ПИЁДА ЮРИШ,

# ИМКОНИБЎЛСА

# ЮГУРИШ

# ИККИСИ ҲАМ СОҒЛИҚ УЧУН БИРДЕК ФОЙДАЛИ

Аср муаммоларидан бири бўлган камҳаракатлилик бутун инсон саломатлигини инкирозга етаклаётгани айни ҳақиқат. 2024 йилда эълон қилинган статистик маълумотларга кўра, дунё бўйича 18-64 ёшдаги инсонларнинг 31 фоизи, ўсмирларнинг 80 фоизи тавсия этилган жисмоний фаоллик даражасига жавоб берамайди. Ўзбекистонда бу кўрсаткич аҳолининг 26,1 фоизига тўғри келади.

**Ж**ахон соғлиқни сақлаш ташкилоти ҳаётимиз учун фойдали бўлган жисмоний фаоллик миқдорини белгилаб қўйган. Агар биз ҳафтада камида 150 дақиқа ўртача жадалликдаги ёки камида 75 дақиқа юқори жадалликдаги жисмоний фаолият билан шуғуллансак, организм учун етарли бўлади. Бу жараён юрак-қон томир касалликлари, саратон, қандли диабетнинг олдини олади. Депрессия ва хавотирлик белгиларини камайтиради. Ақлий фаолият, фикрлаш, ўрганиш, танқидий баҳолаш кўникмаларини яхшилайди. Ёшларнинг соғлом ўсиши ҳамда ривожланишига ёрдам беради.

Жахон соғлиқни сақлаш ташкилоти тавсияларига кўра, 18-64 ёш оралиғидаги аҳоли ҳафтасига камида 2,5-5 соат давомида ўртача куч сарфлайдиган жисмоний фаоллик билан шуғулланиши мақсадга мувофиқ. Бунга тез юриш (соатига 4-5 километр ёки ундан тезроқ), бассейнда эркин сузиш, соатига 7 километргача тезликда велосипед учиб, жуфтликда теннис ўйнаш, йога билан шуғулланиш, ўртача ритмда рақс тушиш, ховлида ёки хонада уй юмушларини бажариш каби ҳаракат турлари кирилади.

Жахон соғлиқни сақлаш ташкилоти тавсияларига кўра, 18-64 ёш оралиғидаги аҳоли ҳафтасига камида 2,5-5 соат давомида ўртача куч сарфлайдиган жисмоний фаоллик билан шуғулланиши мақсадга мувофиқ. Бунга тез юриш (соатига 4-5 километр ёки ундан тезроқ), бассейнда эркин сузиш, соатига 7 километргача тезликда велосипед учиб, жуфтликда теннис ўйнаш, йога билан шуғулланиш, ўртача ритмда рақс тушиш, ховлида ёки хонада уй юмушларини бажариш каби ҳаракат турлари кирилади.

Аслида, организм учун қай бири фойдалироқ: юришми ёки югуриш? Бу саволга аниқ жавоб шуки, юриш ҳам, югуриш ҳам инсон саломатлигига бирдек ижобий таъсир қилади. Пиёда юриш кўпроқ кексаларга ёки бирон хасталиги бўлган шахсларга тавсия қилинади. Масалан, юрак-қон томир ёки таянч ҳаракат аъзолари касалликлари бўлган кишиларга фақат юришга руҳсат этилади. Югуриш эса шифокорнинг қарши кўрсатмалари бўлмаса, ўрта ёшдагиларга буюрилади. Иккала ҳаракатнинг ҳам асосий вазифаси қувват кетказишдир. Масалан, 70 килограмм вазинга эга бўлган киши югуриш вақтида соатига тахминан 500-600 килокалория, худди шундай одам пиёда юриш вақтида соатига 250 килокалория сарфлайди. Бошқача айтганда, ортқича калорияни йўқотиш бўйича ярим соатлик югуриш бир соат пиёда юришга тенг.

Жахон соғлиқни сақлаш ташкилоти тавсияларига кўра, 18-64 ёш оралиғидаги аҳоли ҳафтасига камида 2,5-5 соат давомида ўртача куч сарфлайдиган жисмоний фаоллик билан шуғулланиши мақсадга мувофиқ. Бунга тез юриш (соатига 4-5 километр ёки ундан тезроқ), бассейнда эркин сузиш, соатига 7 километргача тезликда велосипед учиб, жуфтликда теннис ўйнаш, йога билан шуғулланиш, ўртача ритмда рақс тушиш, ховлида ёки хонада уй юмушларини бажариш каби ҳаракат турлари кирилади.

Соғлом яшашни истаяписизми, ўтириш ёки ётиш учун сарфлайдиган вақтингизни қисқартиринг. Ҳар куни, албатта, 30 дақиқалик жисмоний машқларни бажаринг.

Феруза ТОҲИРОВА, Саломатлик ва стратегик ривожланиш институти Соғлом турмуш тарзини шакллантириш бошқармаси бошлиғи.

кил этган кекса аёлларни жалб қилди. Улар бир ҳафта давомида уйғоқ пайтларида акселерометр (тезланишни ўлчайдиган қурилма) тақиб юриши керак эди. Орадан тахминан тўрт йил ўтгач, Ли тажриба иштирокчилари орасида кимлар ҳаёт эканини билиш учун улар билан қайта боғланади. Тадқиқотчининг аниқлашича, кулик қадамлар сонини, ҳатто кичик миқдорда ошириш ҳам ўлим хавфини камайтиради. Бундан ташқари, унинг тадқиқот иштирокчилари орасида қадамларнинг саломатликка ижобий таъсири кунига тахминан 7 минг 500 қадамда жуда яхши сезилган. Жисмоний фаоллик даражаси энг паст бўлган кекса аёллар кунига тахминан 2 минг 700 қадам ташлашган. Уларга нисбатан ўртача 1 700 қадам кўпроқ юрган бошқа иштирокчиларда ҳар қандай сабабга кўра ўлим хавфи 41 фоизга пастроқ кузатилган. Демак, бундан шундай хулоса туғиладики, ҳаракат – соғлиқнинг исбот қилинган гарови. Шундай экан, соғлиқимиз кўтарса, югуринг, ёллар тезроқ мудатда парчланади. Кўтармаса, юринг. Иккаласида ҳам фақат фойда кўрасиз.

**БИЛИБ ОЛИНГ!**

## ОВҚАТЛАНИШ ТАРТИБИГА АМАЛ ҚИЛИНГ!

**НОНУШТА: 07:00**  
Нонушта уйқудан тургандан сўнг бир соат ичида қилиниши керак. Унда тухум, товук гўшти, нон маҳсулотлари бўлиши фойдали ҳисобланади. Асал чарчоқ ва стрессни бартараф этишга ёрдам беради, пишлоқ оқсил ва кальций манбаидир.

**КИЧИК ТАНОВУЛ**  
Иккинчи нонуштага йогурт, олма ва творог ейиш, ёнғоқ ва дуккакли маҳсулотлар истеъмол қилиш тавсия этилади. Улар қувват ҳосил қилишда керак бўладиган витаминлар, антиоксидантлар ва пробиотиклар ҳамда оқсил манбаи дерак.




**ТУШЛИК: 12:00**  
Соғлом тушлик танангизни энергия ва диққатни жамлаш учун зарур озиқ моддалар билан таъминлайди. Бирор ҳазми енгил суюқ ёки қуёқ таом ҳамда турли сабзавотлардан тайёрланган салат кун давомида сизни тетик ва бардам қилади. Доимий равишда тушликни ўз вақтида қилиш қондаги қанд миқдорини ва инсулин реакциясини тартибга солади.

**КЕЧКИ ОВҚАТ: 19:00**  
Суюқ таомлар – шўрва, қарам шўрва, маства кабиларнинг кечки таомномада бўлиши мақсадга мувофиқ. Қарам, помидор ва бодрингли салатлар витаминга бой ҳисобланади. Гўшт ва балик маҳсулотлари ҳам жуда фойдали. Соғлом бўлай десангиз, ҳар куни турли хил кўкатлар тановул қилинг. Ётишдан олдин очлик ҳисси пайдо бўлса, бир дона олма ейиш ёки бир пиёла қатиқ ичиш кифоя.

**КИЧИК ТАНОВУЛ**  
Бу вақтда қатиқ, бирор мева, ёнғоқ, майиз, бодом каби маҳсулотлар яхши танлов ҳисобланади. Қайнатилган тухум, мевалар организмни тухум ва минераллар билан тўйинтиради. Ҳар куни янги узилган мева ва сабзавотларни истеъмол қилиш ҳам унумтман!





**ТАВСИЯ**

Семизлик – кўпқаб ҳавфли касалликларни келтириб чиқарувчи омил. Мутахассислар ортқича вазн юзга қелишига, асосан, носоғлом турмуш тарзи, жумладан, нотўғри овқатланиш сабаб бўлишини таъкидлайди.

## Кунига қанча мева истеъмол қилиш керак?

Жахон соғлиқни сақлаш ташкилоти тавсияларига кўра, кундалик ёғ истеъмоли катталар рақсонидан жой олган маҳсулотлар учун қувватнинг 30 фоизидан ошмаслиги зарур. Хусусан:

- 10 фоизгача** – тўйинган ёғли кислоталар (ёғли гўшт, сут маҳсулотлари, қатиқ, сариеғ ва бошқа турдаги ёғлар);
- 1 фоизгача** – санаот йўли билан ишлаб чиқарилган трансёллар ва ҳайвон ёғлари.

Қолаверса, углеводларни истеъмол қилиш фойдали. Организм учун зарур углеводларни, биринчи навбатда, дон, сабзавот, мева ва дуккакли маҳсулотлардан олиши керак. Катталар кунига камида **400 грамм** мева-сабзавот тановул қилиши мақсадга мувофиқ. Болалар ва ўсмирларнинг қулик мева-сабзавотлар истеъмоли куйидаги миқдорда бўлиши тавсия этилади:

- 2-5 ёш** – камида 250 грамм;
- 6-9 ёш** – камида 350 грамм;
- 10 ёш ва ундан катталар** – камида 400 грамм.

Олимлар фикрича, семизлик муаммосига соғлом турмуш тарзи орқали самарали ечим топиш мумкин!

**Соғлиқни сақлаш вазирлиги Матбуот хизмати.**

