



ЎЗБЕКИСТОН ВА РОССИЯ ЎРТАСИДАГИ ҚЎШМА ДАСТУРЛАРНИ ҚЎЛЛАБ-ҚУВВАТЛАШ ВА ЖАДАЛЛАШТИРИШДА ПАРЛАМЕНТЛАР ФАОЛ ИШТИРОК ЭТАДИ

Ўзбекистон Республикаси Президенти Шавкат Мирзиёев 14 март куни Россия Федерацияси Федерал Мажлиси Давлат Думаси Раиси Вячеслав Володинни қабул қилди. Ўзбекистон билан Россия ўртасидаги кенг қамровли стратегик шериклик ва иттифоқчилик муносабатларининг долзарб масалалари кўриб чиқилди.



Учрашув аввалида юқори мартабали меҳмон давлатимиз раҳбарига Россия Федерацияси Президенти Владимир Путиннинг салом ва энг эзгу тилакларини етказди.

Ўтган йил май ойида Россия Президентининг Ўзбекистонга давлат ташрифи чоғида эришилган келишув ва битимларнинг амалга оширилишини назорат қилиш мақсадида парламентлараро ҳамкорликни кенгайтиришга алоҳида эътибор қаратилди.

Мамлакатимиз етакчиси Парламентлараро комиссиянинг иккинчи йиғилишига пухта тайёргарлик кўриш ва уни Ўзбекистонда, икки мамлакат ҳудудларини кенг жалб этган ҳолда ўтказиш муҳимлигини таъкидлади.

Савдо-иқтисодий ва инвестициявий ҳамкорликнинг устувор лойиҳаларини, меҳнат миграцияси ва маданий-гуманитар алмашинув борасидаги қўшма дастурларни қўллаб-қувватлаш ва жадаллаштиришда парламентлар фаол иштирок этиши зарурлиги қайд этилди.

ЎЗА

Ўзбекистон Республикаси Президенти Матбуот хизмати сурати.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг ҚАРОРИ

Имом Мотуридий ТАВАЛЛУДИНИНГ 1155 ЙИЛЛИГИНИ КЕНГ НИШОНЛАШ ТЎҒРИСИДА

Буюк ватандошимиз, исломий илмлар ривожига улкан ҳисса қўшган беназир аллома, калом илмининг султони Имом Абу Мансур Мотуридийнинг (кейинги ўринларда — Имом Мотуридий) ибратли ҳаёт йўли ва бой илмий-маънавий меросини ҳар томонлама чуқур ўрганишни рағбатлантириш, мотуридийлик таълимотига хос бағрикенглик ва мўътадиллик тамойилларини халқимиз ва жаҳон жамоатчилиги ўртасида кенг тарғиб этиш, ёшларни Ватанга муҳаббат, миллий ва умуминсоний қадриятларга ҳурмат руҳида тарбиялаш мақсадида **ҚАРОР ҚИЛАМАН:**

1. Дин ишлари бўйича қўмита, Ўзбекистон мусулмонлари идораси, Самарқанд вилояти ҳокимлиги, Ўзбекистон халқаро ислом академияси, Имом Мотуридий халқаро илмий-тадқиқот марказининг 2025 йилда Имом Мотуридий таваллудининг 1155 йиллигини кенг нишонлаш тўғрисидаги таклифи маъқуллансин.

2. Имом Мотуридий таваллудининг 1155 йиллигига бағишланган тадбирларга тайёргарлик кўриш ва уларни ўтказиш бўйича **ташқилий қўмита** (кейинги ўринларда — Ташқилий қўмита) таркиби иловага мувофиқ тасдиқлансин.

3. Ташқилий қўмита (А.Арипов) икки ҳафта муддатда Имом Мотуридий таваллудининг 1155 йиллигини алломанинг ислом оламидаги обрў-эътибори ва нуфузига муносиб тарзда юқори савияда нишонлаш бўйича қўйидагиларни назарда тутадиган чора-тадбирлар дастурини тасдиқласин:

а) 2025 йил апрель ойида Самарқанд шаҳрида **“Мотуридийлик — бағрикенглик, мўътадиллик ва маърифат таълимоти”** мавзусида халқаро илмий-амалий анжуман ўтказиш;

б) хорижлик тадқиқотчилар ўртасида мотуридийлик таълимоти бўйича **илмий танлов** ўтказиш, ғолиблар иштирокида Ўзбекистонда **маданий-матрифий учрашув** ва семинар-тренинглар ташкил этиш;

в) Имом Мотуридийнинг **“Таъвилот ал-Қуръон”** ва **“Китоб ат-Таҳқиқ”** асарлари ва мотуридийлик таълимотида оид манбаларнинг ўзбек ва хорижий тиллардаги илмий-изоҳий академик таржималарини нашр этиш;

г) Имом Мотуридий таваллудининг 1155 йиллигига бағишланган эсдалик сувенirlарини муомалага чиқариш ҳамда почта маркалари, тақвимлар, буюк мутафаккирнинг ҳаёти ва илмий меросини ёритиб берадиган бошқа кўргазмалар ахборот воситалари туркумини яратиш;

д) Имом Мотуридийнинг серқирра ҳаёт йўли ва илмий меросининг бугунги кундаги аҳамиятини очиб берадиган **бадний-публицистик фильм** яратиш;

е) Самарқанд вилоятида Имом Мотуридий ва мотуридийлик таълимоти йўналишида фаолият олиб борган алломаларнинг ҳаёти, илмий ва ижодий меросига бағишланган асарларнинг **нодир қўлёзма ва нашр нусхалари ҳамда китоблари кўргазмасини** ташкил этиш;

ж) Самарқанд шаҳридаги Абу Мансур Мотуридий мажмуасини қайта таъмирлаш ва ободонлаштириш.

4. Олий таълим, фан ва инновациялар вазирлиги:

а) Дин ишлари бўйича қўмита билан биргаликда 2025 йил май ва октябрь ойларида Шароф Рашидов номидаги Самарқанд давлат университетида Олий таълим муассасаларини ривожлантириш жағрамаси маблағлари ҳисобидан **“Мотуридийлик таълимоти ва ҳозирги замон”** мавзусида республика илмий-амалий конференциясини ҳамда **илмий мақолалар танловини** ўтказсин;

б) мотуридийлик таълимотида мансуб алломаларнинг илмий мероси ва ноёб қўлёзма асарларини ўрганиш бўйича Илм-фанни молиялаштириш ва инновацияларни қўллаб-қувватлаш жағрамаси маблағлари ҳисобидан амалга ошириладиган илмий-тадқиқот ишларига давлат буюртмасини белгиланган тартибда шакллантириш борсин.

5. Ўзбекистон мусулмонлари идорасига имом-хатиблар ҳамда диний таълим муассасалари талабалари ўртасида **“Мотуридийлик таълимоти билим-донини”** танловини ўтказиш ва ғолибларни муносиб тақдирлаш тавсия этилсин.

6. Қорақалпоғистон Республикаси Вазирлар Кенгаши, вилоятлар ва Тошкент шаҳри ҳокимликлари Дин ишлари бўйича қўмита, Республика Маънавият ва маърифат маркази, Ёшлар ишлари агентлиги, Ўзбекистон Ёзувчилар уюмчаси билан биргаликда 2025 йил давомида жойларда Имом Мотуридийнинг илмий меросига бағишланган давра суҳбатларини ташкил этсин.

7. Имом Мотуридий халқаро илмий-тадқиқот маркази Маънавий мерос агентлиги билан биргаликда:

а) хорижий мамлакатларда сақланаётган Имом Мотуридий ва мотуридийлик таълимотида мансуб алломаларнинг ҳаёти ва илмий меросига оид ноёб қўлёзма асарлар ва бошқа маданий бойликларни аниқлаш, уларнинг нусхаларини Ўзбекистонга олиб келиш ва тадқиқ қилишни тизимли равишда ташкил этсин;

б) Имом Мотуридийнинг ҳаёти ва илмий фаолиятига бағишланган юқори сифатли медиамаҳсулотлар ҳамда аудиовизуал асарлар яратиш, уларни маҳаллий ва хорижий оммавий ахборот воситаларида эълон қилиш, интернет тармоғи ва ижтимоий тармоқларда кенг тарғиб қилиш чораларини кўрсин.

8. Ўзбекистон Миллий ахборот агентлиги, Ўзбекистон Миллий телерадиокомпанияси, “Дунё” ахборот агентлиги ва Ўзбекистон миллий медиа ассоциациясига Имом Мотуридий таваллудининг 1155 йиллигини нишонлаш билан боғлиқ тадбирларни кенг ёритиб бориш тавсия этилсин.

9. Мазкур қарорнинг ижросини назорат қилиш Ўзбекистон Республикаси Бош вазири А.Н.Арипов ҳамда Ўзбекистон Республикаси Президентининг маслаҳатчиси Р.Қ.Давлетов зиммасига юклансин.

Ўзбекистон Республикаси Президенти

Ш. МИРЗИЁЕВ

Тошкент шаҳри, 2025 йил 14 март

МАДАНИЙ АЛОҚАЛАР — ИККИ МАМЛАКАТ ДЎСТЛИГИНИНГ МУСТАХҚАМ ПОЙДЕВОРИ

Давлатимиз раҳбарининг Францияга ташрифи икки мамлакат ўртасидаги стратегик шерикликни янада ривожлантириш, дипломатик ҳамкорликни мустаҳкамлаш, савдо-иқтисодий алоқаларни кенгайтиришга хизмат қилиши шубҳасиз. Ташриф нафақат сиёсий ва иқтисодий, балки маданий-гуманитар ҳамкорликнинг ҳам янги bosқичга кўтарилишини аңглатади.

Ўзбекистон ва Франция ўртасидаги дўстона муносабатлар 2016 йилдан кейин янада ривожланиб, янги bosқичга кўтарилди. Хусусан, 2018 йили Президентимизнинг Францияга илк расмий ташрифи натижасида ҳукуматлараро ва идоралараро 10 та муҳим ҳужжат имзоланганди. Шунингдек, Франция ташқи

ишлар вазирлиги билан 2023-2024 йилларга мўлжалланган ҳамкорлик дастури ҳамда умумий қиймати 6 миллиард евродан ортиқ савдо, иқтисодий ва инвестициявий лойиҳалар бўйича келишувга эришилган эди.

► Давоми 2-бетда

ФРАНЦИЯ “ЯШИЛ ИҚТИСОДИЁТИ” УНДАН НИМАЛАРНИ ЎРГАНИШ МУМКИН?

Жаҳонда юз бераётган глобал экологик муаммолар ва сайёраимиз аҳолиси ўртасидаги иқтисодий номуаносиблик “яшил иқтисодиёт” концепцияси пайдо бўлишига олиб келди. Дунёда бир неча ўн йиллардан буён иқлим ўзгаришига қарши мақсадли кураш давом этаётгани ана шу йўлдаги саъй-ҳаракатлар натижаси. Чунки келажакни усиз тасаввур этиш мушкул.

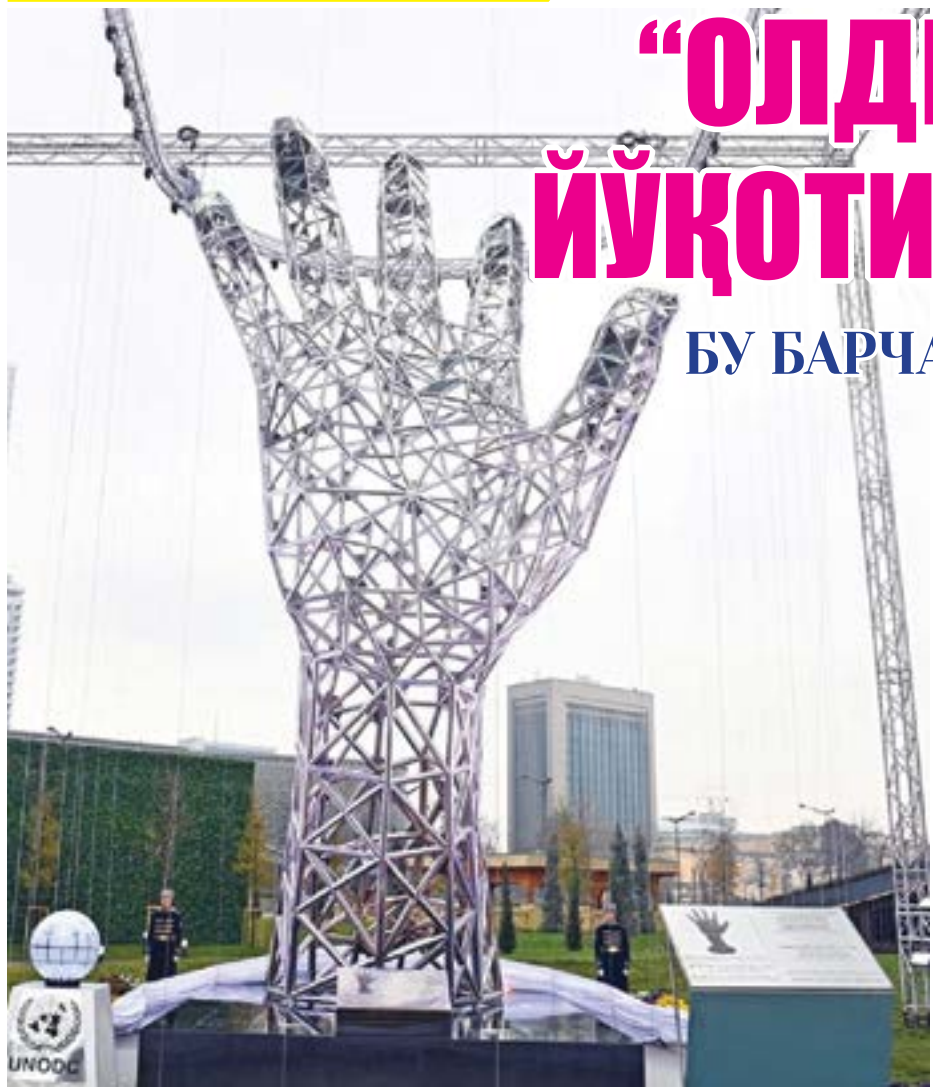
“Яшил иқтисодиёт”ни барқарорлик ва ресурслардан самарали фойдаланиш, атроф-муҳитга салбий таъсирларни камайтиришга қаратилган иқтисодий ривожланиш концепцияси, десак муболага эмас. Унинг асосий мақсади табиий

ресурсларни сақлаш ва глобал экологик ҳалокатнинг олдини олишга қаратилгани билан аҳамиятлидир.

► Давоми 2-бетда

КОРРУПЦИЯ — ЖАМИЯТ ТАНАСИДАГИ САРАТОН

“ОЛДИ-БЕРДИ”ЛАРНИ ЙЎҚОТИШ ЎЗ ҚЎЛИМИЗДА БУ БАРЧАМИЗНИНГ ВИЖДОН ИШИМИЗДИР



Ҳар қандай юксак тараққиётга эришган давлат ёки жамият, улкан муваффақиятларни қўлга киритган шахслар тажрибаси шуни кўрсатадики, улардаги бошқалар ҳавас қиладиган катта ютуқ ва оламшумул натижалар асосини илм билан бирга ишонч ва шижоат ташкил этади. Зеро, бирор ишга киришишда унга ишончингиз қанчалик мустаҳкам бўлса, шижоатингиз ва ўз навбатида, натижа ҳам шунга яраша самарали бўлади. Аксинча, коррупция балоси ҳам борки, у одамларда, жамиятда ишончсизликка сабаб бўлади, шижоатимиз шаштини сўндиради.

Мамлакатимизда янги Ўзбекистонни барпо этиш, Учинчи Ренессанс пойдеворини яратишдек буюк мақсадлар йўлида бошланган ислохотлар, тарихий янгиликлар жароғига юртдошларимиз катта ишонч билдирди. 37 миллион нуфусли ишонч бирлашиб, катта шижоатга айланган ва у тарихан жуда қисқа давр — кейинги 7-8 йилда биз узоқ йиллар кутган, орзу қилган кунларни, натижаларни туҳфа қилди. Буни ҳар биримиз илгарни кунлаб

вақтимиз кетган давлат хизматларидан бугун бюрократиясиз, электрон фойдаланаётганимиз, ўғлимиз замонавий кўп қаватли уйлارга кўчиб чиққани, қизимиз олий таълимда имтиёзли ўқийгани, қишлоғимизда чироқ ўчмаётгани ёки кўчалари асфальтлаштирилгани, фикримизни эркин айти олаётганимиз каби минглаб мисолларда кўришимиз мумкин.

► Давоми 3-бетда



“Долзарб бир ойлик” сафарбарлиги ҲАММАСИ МИКРОҚУКАТДАН БОШЛАНДИ...

КОРРУПЦИЯ — ЖАМИЯТ ТАНАСИДАГИ САРАТОН

“ОЛДИ-БЕРДИ”ЛАРНИ ЙЎҚОТИШ ЎЗ ҚЎЛИМИЗДА

БУ БАРЧАМИЗНИНГ ВИЖДОН ИШИМИЗДИР

Бошланиши 1-бегда

Лекин шу йил 5 март куни ўтказилган Коррупцияга қарши курашиш миллий кенгаши йиғилишида қайд этилганидек, коррупция ислохотларимиз йўлидаги энг катта тўсиқ ва ғовдир. Демак, ҳали олдинда қиладиган ишимиз кўп.

Давлатимиз раҳбари мазкур йиғилишда жамоатчиликка мурожаат қилиб, коррупцияга қарши курашиш умумий вазифа, ҳар бир ватанпарвар юрtdошимизнинг виждон иши эканини бежиз таъкидламади. Чунки коррупциявий жиноятларнинг асосий қисми — 75 фоизи туман ва маҳаллада маъий коррупция шаклида содир этилган. Демак, “олди-берди”ларни йўқотиш ўз қўлимизда. Бунинг учун Президентимиз алоҳида қайд этиб ўтганидек, “Ҳаммамиз ягона куч бўлиб ҳаракат қилсак, албатта, катта ижобий самарга эришамиз. Шу боис, маҳалла фаоллари, нурунийлар, зиёлилар, ёзувчи ва шоирлар, санъат ва маданият ходимлари, тадбиркорлар, таниқли шахслар, раҳбарлар, депутат ва сенаторлар — умуман бутун жамоатчилик биллашиб, коррупцияга “жамият танасидаги саратон” сифатида қарши керак”.

Нега гап ишонча ва шижоат, мамлакатимиздаги ислохотлардан бошланиб, коррупция мавзуси томон бурлиди? Чунки қуйида эътиборингизга ҳавола этилаётган бир гуруҳ юрtdошларимиз фикри коррупциянинг жамиятга, давлатга, келажагимизга зарари, йиғилишда ушбу иллатнинг олдини олиш бўйича белгиланган чоралар аҳамияти ҳақида.



ЖИНОЯТЛАРНИ ҲИСОБГА ОЛИШНИ РАҚАМЛАШТИРИШ

ТИЗИМДА КОРРУПЦИЯНИНГ ОЛДИНИ ОЛАДИ

рақамлаштириш масаласига ҳам эътибор қаратилди.

Ўзбекистон Республикасининг Жиноят-процессуал кодексига жиноятга оид маълумотларни кўриб чиқиш ва ҳал этишга доир қатор нормалар белгиланган. Жумладан, жиноятга оид аризалар, хабарлар ва бошқа маълумотлар рўйхатга олиниши ва дарҳол ёки қўшимча текшириш зарурати бўлганда ўн сутка ёхуд прокурорнинг рухсати билан бир ойгача муддатга ҳал қилиниши лозим. Ушбу муддат жиноятга оид маълумотлар қайд этилган вақтдан бошланиб, ҳолат бўйича жиноят иши кўзга тушиб ёки кўзга тушиши рад қилиш тўғрисида қарор чиқарилганига ёхуд терговга қадар текширув материаллари прокурорга юборилганига қадар бўлган вақтни ўз ичига олади.

Терговга қадар текширув материаллари прокуратура органларига юборилишининг боиси, жиноят содир этилгани тўғрисидаги ариза ва хабарларни кўриш ҳамда ҳал қилиш, текширувни амалга оширишнинг қонунда белгиланган тартиби, чиқарилган қарорнинг қонунийлигини назорат қилиш прокурорнинг ваколатидир. Ушбу қонунларда қонунчиликда терговга қадар текширув, яъни жиноятга оид ариза, хабар ва бошқа маълумотлар рўйхатга олиниши ҳал қилиш жараёнида рақамли технологияларни назарда тутадиган ёки уни чекайдиган алоҳида норма кўзга ташланмайд.

Бу борада баъзи давлатлар тажрибаси ўрганилганда, жиноят иш юритуви жараёни рақамлаштирилгани ижобий самара бераётгани маълум бўлди. Масалан, Германияда жиноят тўғрисида ариза, хабар ва маълумотларнинг рақамли текшируви жиноят-процессуал қонунчилик билан тартибга солинган. Арманистон Жиноят-процессуал кодексига кўра, юридик шахснинг жиноят тўғрисидаги хабари хизмат хати шаклига эга бўлиши ёки телеграмма, телефонграмма, радиogramма,

электрон почта ёхуд бошқа тасдиқланган маълумот кўринишида бўлиши лозим. Бундан ташқари, мазкур тизим Грузия, Қозоғистон, Саудия Арабистони, Эстония ва бошқа давлатларда ҳам йўлга қўйилган.

Мамлакатимизда 2020 йилга қадар ички ишлар органларига келиб тушган жиноят ва ҳодисалар ҳақидаги хабарлар қозғош шаклида қабул қилинар, бу эса маълумотларни ўз вақтида рўйхатга олиш ҳамда жиноят-процессуал қонунчиликда белгиланган муддатга ҳал қилишда салбий ҳолатларни келтириб чиқараётган эди. Тизимдаги илчил ислохотлар самараси ўлароқ ички ишлар органлари фаолиятига ахборот технологиялари кенг жорий қилинган натижасида “102” автоматлаштирилган ахборот тизими йўлга қўйилди. Маълумотларга кўра, 2024 йилда “102” хизматига 5 миллиондан ортиқ мурожаат келиб тушган, уларнинг барчаси қонунчиликда белгиланган тартибда кўриб чиқилган.

Албатта, жиноятга оид ариза, хабар ва бошқа маълумотларни рўйхатга олишнинг тезкорлиги ҳамда инсон омилсиз амалга оширилиши ижобий жараёндир. Бу ўринда қайд этилган маълумотларни қонун талаблари асосида текшириш ва ҳал этиш жараёни ҳам рақамлаштириш вазифаси долзарб масала. Айнан бу борада 2021 йилдан бошлаб жиноятга оид ариза, хабар ва бошқа маълумотларни электрон рўйхатга олиш ва кўриб чиқиш натижаларининг ягона электрон ҳисобини юрutiш имконини берувчи “E-material” дастурий модули ишга туширилди.

Белгиланган тартиб бўйича “102” тизими орқали қайд этилган ҳуқуқбузарликларга оид маълумотлар терговга қадар текширув органи мансабдор шахсига етказилади. Терговга қадар текширув органи ходимининг мурожатини ҳал этиш жараёни ситуация-таҳлилий марказ кузатувида бўлади. Бундан ташқари, “E-material” дастурий модули

ёрдимида жиноятга оид маълумотларни ҳал этиш жараёни бўйича прокурорлик ҳамда идоравий назорат ҳам амалга оширилади.

Бироқ таҳлиллар жиноятга оид ариза ва хабарларни “E-material” электрон ахборот тизими орқали рўйхатга олиш, улар бўйича терговга қадар текширув ҳаракатларини ўтказишда процессуал қонунчиликка амал қилиш юзасидан идоравий ҳамда прокурорлик назоратини янада кучайтириш лозимлигини кўрсатади.

Шундан келиб чиқиб, “E-material” электрон ахборот тизимига жиноятга оид ариза, хабар ва бошқа маълумотларнинг тўғри қайд этилиши бўйича прокурор назоратини кучайтириш, жиноят иши кўзга тушиши рад қилиш ҳақидаги ҳар бир қарор лойиҳасининг прокурор ва тергов органи раҳбари томонидан ўрганилиб, жиноят аломатлари мавжуд эмаслиги тўғрисида хулоса қилиш, яққол жиноят аломатлари мавжуд бўлган маълумотлар бўйича даҳл ҳолатида жиноят иши кўзга тушиш чораларини кўриш жиноятларни ҳисобга олиш фаолиятини янада такомиллаштиришга хизмат қилади.

Мазкур механизм жорий этилиши натижасида биринчидан, жиноятга оид ариза, хабар ва бошқа маълумотларни ўз вақтида қабул қилиш ҳамда рўйхатдан ўтказиш тизими такомиллаштирилади.

Иккинчидан, терговга қадар текширув фаолияти устидан прокурорлик ва идоравий назорат янада кучайтирилади ҳамда жиноятни ҳисобдан яшириш ҳолатларига барҳам берилади.

Учинчидан, жиноят ва ҳодисаларга оид ариза, хабар ва бошқа маълумотларни кўриб чиқиш ҳамда терговга қадар текширув жараёни тўлиқ рақамлаштириш имконияти вужудга келади. Энг муҳими, давлат органларининг ваколатли мансабдор шахслари билан боғлиқ коррупциявий жиноятларни озиклантирувчи омиллар баргараф этилади.

ИЛЛАТНИНГ КУШАНДАСИ — ҲАЛОЛЛИК!

Президентимиз раҳбарлигида коррупцияга қарши тадбирлар, йўналишлар белгилаб берилган йиғилишни кўриб ўтириб, Шавкат Мирзиёев юксак минбарда туриб муомалага киритган “ҳалоллик вақтинаси” ибораси ёдимга тушди. Ушунда ижодий илҳом жунбишга келиб, айни шу номда жуда ўткир, гоёт кескин руҳда фельетон-роман, памфлет-роман ёзиш ҳам мумкинлигини чамалашга тушгандим.

Бундай гоё тугилишига икки омил — икки асос далла берганди: биринчиси — тасаввур қилайлик, жон дўстлар, миллатдошлар, ҳалоллик туйғуси халқимизнинг қон-қони, жон-жонига сингиб кетганига неча аср, неча мингйилликлар шохид бўлмаган дейсиз?! Наҳотки ўзбек деган халқ башарият тараққиёт чўққисига чиққан бир паллада ҳалоллик шифосини излаб қолса! Ахир унинг ўрни ниятнинг аввалида, ишининг бошида эмасми?!

Она вужудда топилган икки томчининг “зиммаси”даги энг олий мартаба, энг олий мақом ҳалоллик эканини ким, қачон, қаерда, қандай қилиб инсонийлик рутбаси даражасига кўтарган? Онли, фаросатли, палаги тоза инсоннинг ҳаёт нуқтаси ўша лаҳзалардан бошланган, ўша нуқта билан якунига етган. Бошқаси бекор, бошқаси ёлгон, бошқаси афсона!

Кўлга калам олишга далла вақтинаси ўтаган иккинчи омил — ҳалоллик эҳтиёжи миллий офат даражасига кўтарилган! Иллат сифатида олий даражада эътироф этилиши! Аллоҳ асрасин, икки сайёра тўқнашиб кетса, зилзила рўй берса, тўғон кўпролиса ва ҳоказо бало-қазолар бошга тушса, бутун халқ оёққа туради. Жамиятнинг ҳалолликдан юз ўгирилиши, ноҳалоллик (ҳаром демокликка тил бормаяпти!) фаҳр-тўғрихога, шон-шарафга айланиши эса ҳар қандай даҳшатли офатдан кўра даҳшатлироқ, ёвузроқ табиий офатдир! Нима, ўзбек мазкур аччиқ ҳақиқатнинг миллий офат даражасига кўтарилганини энди билмоқдами? Энди кўзи очилмоқдами?!



Хуршид ДЎСТМУҲАММАД, ёзувчи

Бунчалар ёлгончи бўлмаска?! Бунчалар кўзимизни бўямаска?! Содда-муғамбирлик, анойилик ҳам эви билан-да, ватандошлар! Президент коррупцияга қарши курашиш умумхалқ кайфиятига, турмуш тарзига айланган доркор деб билмоқда. Чоралар белгиламоқда. Аммо-лекин янаям очикроқ айтсак, оддий халқ вакили, оддий меҳнаткаш фуқаро коррупциячи эмас, у шўрликнинг коррупция-волик ортидан нонни туя қилиш имкони ҳам йўқ. Аянчли жойи шундаки, коррупциячининг додини беришга унинг қўли калталик қилади. Ўз тийнати-техниятидидаги ҳалоллик кўронда жонини асраб-авайлаб яшайверади. Кўради.

Бу кўрқувни ҳам енгса бўлар, энг ёмон ва хавотирли кўрқув — бошланган ишининг ўлда-жўлда қолиб кетиши. Хатарини каттаси — ҳамон тадбирволик, кампанияволик, ўзимиз ва дунёни алдаш, чалғитиш “маҳоратимиз”нинг сақланиб қолаётганида!

Коррупцияни тутатиш ва коррупциячининг пайини қирқиб-енгишининг бирдан-бир чораси — ҳалоллик! Адолатга, иродатга ва албатта, кучга таянган ҲАЛОЛЛИК!

УШБУ МАҚОЛАНИ ҚОРАҚАЛПОҚ ТИЛИДА ҲАМ ЎҚИШ УЧУН QR-КОДНИ СКАНЕР ҚИЛИНГ!

ТЎҒРИЛИК БОР ЖОЙДА ҲАЛОВАТ БЎЛАДИ

Давлатимиз раҳбари коррупциянинг олдини олиш бўйича ишлар самарадорлиги ва келгусидаги устувор вазифаларга бағишланган кенгайтирилган йиғилишда юртимизда коррупциядан холи муҳит яратиш бўйича ишларга баҳо бериб, олдинда турган муҳим вазифаларни аниқ белгилаб бергани барчамизни сергакликка, хушёрликка чорлади. Коррупция — тараққий қушандаси. Шунинг учун унга қарши кураш ҳаммамизнинг вазифаси бўлиши керак.

Шу ўринда бир ривоят ёдимга тушди. Табиий офат юз бериб, бутун бошли дўконга ўт кетибди. Ҳамма мол, жон талвасида атрофга чопибди, бироқ ўт исканжасидан омон қолиш чорасини топа олмай, катта микдорда зарар кўрибди. Бироқ бир савдогар хотиржам ўз юмуши билан андармон бўлиб юрaverибди. Вақти-соати билан ўт ўчирилган, бундай қараша, олов бу дўкондорнинг мол-мулкига зиён-заҳмат етказмаган экан. Бундан ҳайратланган одамлар унга юзланиб, воқеанинг сабаби ҳақида сўрабди. Шунда у “Ҳалол йўл билан топилган молу давлатнинг ҳақри ҳамма нарсадан устун туради”, дея қўлга ибрат бўлган экан.

Бу ривоят ҳақиқатга қанчалик мос келишини билмадим. Аммо унинг замирида ҳалоллик, тўғрилик, холилик, меҳнат ва изланиш ортидан топилган молу давлатнинг қадр-қиммати улугланганини илғаб олиш қийин эмас.

Йиғилишда коррупцион ҳолатлар билан боғлиқ салбий кўринишлар маҳаллалардаги хизмат кўрсатиш соҳасида учраб тургани алоҳида қайд этилди. Яна бир орғиқли масала тўй-ҳашамларда урфга айланган кетган орғиқчи дабдабаозлик, кимўзарликлар билан боғлиқ. Буларнинг барчаси кўз олдимизда, қонунчилик ҳақимизда юз бермоқда. Шундай экан, коррупцияга қарши курашишга фақат масулларнинг иши деб қарашимиз нотўғри, албатта.

Зеро, жиноятчини қамаш билан иш поёнига етиб қолмайди. Бу иллатга қарши курашиш, нохуш ҳолатларнинг олдини олиш учун, аввало, оила, маҳалла, боғча, мактабларда таълим-тарбия ишларига алоҳида эътибор қаратишимиз шарт. Фарзандларимиз болалигидан бошлаб ҳалоллик, тўғрисузликка, ўзганинг ҳақи, мулки, омонатига хиёнат қилмасликка оdatланиб, меҳнат ва изланиш,



Турсунжўжа АБДУРАҲМОНОВ, “Нуруний” жамғармаси, Риштон тумани бўлими раиси, “Дўстлик” ордени соҳиби

шукрона ҳисси билан яшаш каби ҳаётий ҳақиқатларни англаб воғта етиши керак. Бу қандай амалга оширилади? Албатта, мутлола билан. Мутлола дунёқарашимизни кенгайтиради, атрофда бўлаётган воқеа-ҳодисаларни теран англашга ундайди. Бу борада аниқ чора-тадбирлар белгилаб олингани ҳам айни мутлола.

Энди мактаб муаллимлари “Тарбия” фани доирасида ўғил-қизларимизга ҳалоллик, бировнинг ҳақига хиёнат қилмаслик каби эзгу ғовларни содда тилда тушунтириб боради. Олий таълим муассасаларида эса талабаларнинг коррупцияга қарши курашиш лойиҳалари, стартап ва инновация ташаббусларини қўллаб-қувватлаш тизими йўлга қўйилаётгани бу борадаги ишлар самарадорлигини янги босқичга олиб чиқади.

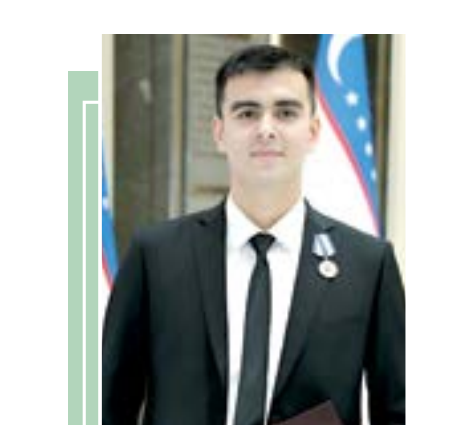
Шу ўринда бир мулоҳаза билдирмоқчиман. Фарзанд ва набираларимиз порахўрлик, тамагирилик, юлғичлик, текин даромад топиш, ҳамма нарсадан манфаатини устун қўйиш билан боғлиқ зарарли оқибат ва кирдикорларни мактаб дарсликларидан ўрин олган кичик ҳикоялар, қиссалар орқали англаб бурса, иллатнинг оқибатларини ҳис қилса, мақсадга мувофиқ бўларди.

ЗАМОНАВИЙ ТЕХНОЛОГИЯЛАР — КОРРУПЦИЯГА ҚАРШИ КУРАШИШНИНГ ЭНГ САМАРАЛИ ЙЎЛЛАРИДАН БИРИ

Хозир давлат ташкилотлари, идоралари фаолиятига замонавий рақамли технологияларни жорий этиш коррупцияга қарши самарали кураш йўналишларидан биридир. Рақамли технологиялар коррупцияга қарши курашиш соҳасида фойдаланиш учун кенг истиқболга эга. Улар имкониятидан фойдаланган ҳолда транспорт восталарига давлат рақам белгиларини бериш, нотариат ва бошқа давлат хизматларини кўрсатиш, ер участкаларини ажратиш, йўл ҳаракати қондаларига риоя этилишини назорат қилиш каби кўплаб соҳада коррупция ва суниёт-молчиликларнинг олдини олишга қаратилган самарали механизмлар жорий этилди ва этилмоқда.

Масалан, бир пайтлар Ўзбекистонда коррупция хавфи юқори бўлган соҳалардан бири йўл ҳаракат хавфсизлиги эди. Бироқ сўнгги йилларда ушбу йўналишда таъсирчан механизмлар жорий этилиши натижасида коррупциявий ҳолатларга барҳам берилди.

Биринчидан, ИПХ ходимлари бодикамерада хизмат ўташи амалиёти жорий этилди. Бу амалиётни халқимиз хурсандчиликл билан қабул қилди. Иккинчидан, шафдофлик таъминланди, яъни “кўл радарни” ва қозғош протоколдан буткул воз кечилди. Бу амалиёт ИПХ ходимлари фаолиятини замонавийлаштириш, рақамли технологиялар имкониятидан



Жаҳонгирмирзо ИБРОҲИМОВ, Маргилон шаҳридаги “Муҳандисона” МЧЖ директори, глобал контент яратувчи

фойдаланишга замин ҳозирлади. Учинчидан, чиройли, ўзига хос авторрақамлар ақсидан сотилиши тартиби жорий этилди. Бу эса авторрақамларни илгаридагидек фақат таъниш борлар эмас, аксинча оддий фуқаролар ҳам сотиб олишга имконият пайдо қилди.

Қисқаси, мазкур янги ва самарали амалиётлар натижасида коррупция омилли кескин камайди.

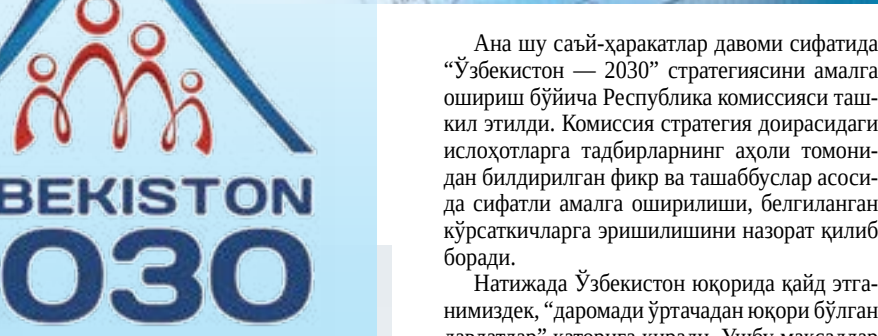
Сунъий интеллект ва катта маълумотлар таҳлили коррупцияга қарши курашда янги ёндашувларни тақдим этмоқда. Бу технологиялар ёрдамида коррупция хавфи олдиндан аниқланади ва прогноз қилинади.

Рақамли кузатув тизимлари ҳам коррупцияга оид ноқонуний ҳаракатларни реал вақт режиминда аниқлаш имконини беради. Ушбу тизимлар орқали давлат амалдорларининг фаолияти онлайн кузатиб борилади, бюджет маблағи тўғри сарфланиши устидан назорат ўрнатилди, жиноятчилик ва ҳуқуқбузарликларнинг олди олинади. Кўриниб турибдики, замонавий технологиялар орқали давлат ва жамият ўртасидаги алоқалар шафдофлашади. Автоматлаштирилган тизимлар орқали инсон аралашуви камайтирилиб, коррупция хатари пасаяди.

Бир ёш муҳандис сифатида ҳозирги технологиялар даврида коррупциянинг янги, рақамли кўринишлари пайдо бўлар экан, бундай турдаги жиноятларни аниқлаш ва олдини олишда фақат замонавий кадрларнинг ўзи етарли эмаслигини таъкидламоқчиман. Халқаро тажрибани ўрганиб, киберкоррупцияга қарши самарали курашиш бўйича мустаҳкам ҳуқуқий база яратиш зарур. Мансабдорлик ва маъий коррупция омилларини таҳлил қилиш, уларнинг олдини олиш

КАТТА ИҚТИСОДИЙ САКРАШ

БОШ ВАЗИФА – ТЕНГСИЗЛИК ВА КАМБАҒАЛЛИКНИ ҚИСҚАРТИРИШ



Янги Ўзбекистонни барпо этишнинг асосий устувор йўналишлари давлат бошқарувини такомиллаштириш, камбағалликни қисқартириш ва 2030 йилга бориб, аҳолиси ўртачадан юқори даромад оладиган давлатлар қаторидан жой олиш, Марказий Осиё минтақасида яхши кўшничилик ва барқарорликни мустақамлашдир.

Кейинги йилларда мамлакатимизда иқтисодийнинг ўсиш даражаси йилга 6,5 фоизни ташкил этмоқда. Фуқароларнинг уй-жой билан таъминланганлик кўрсаткичи ҳар бир киши бошига умумий яшаш майдони ўртача 18,5 квадрат метрга етди. Мана шу далилларнинг ўзидек давлат ва жамиятимиз ҳаётида инсон манфаатлари йўлида рўйбга чиқарилаётган кенг қамровли ислохотлар ёрқин ўзгаришларга, одамларимизда ижтимоий кўтаринкиликка туртки бераётганини исботлайди.

Давлатимиз раҳбари БМТ Бош Ассамблеясининг 78-сессиясида сўзлаган нутқида Ўзбекистон глобал таҳдидларга қарамай, барқарор ўсиш суръатини намойиш этаётганини таъкидлаган эди. Ҳақиқатан, сўнгги олти йилда ялпи ички маҳсулот ҳажми бир ярим мартадан ортқ кўпайди. Бош мақсад эса 2030 йилга қадар бу кўрсаткични яна икки баробар ошириш. Аҳоли турмуш даражасини кўтаришга қаратилган сиёсат туфайли мамлакатимизда 2017 йилдан буён камбағаллик икки баробар камайди. 2030 йилгача уни 7 фоизга тушириш режа қилинган.

Ушбу вазифалар “Ўзбекистон — 2030” стратегиясида ҳам аниқ-равшан белгилаб қўйилган. Беш устувор йўналишда юзта аниқ мақсад қамраб олинган ушбу ҳужжатда аҳолини соғлиқни сақлаш, таълим ва бошқа ижтимоий хизматлар билан таъминлаш кўламини кенгайтириш борасида ҳам тугал ечимлар кўзда тутилган. Буларнинг барчаси одамларнинг фаровон яшashi, жамиятда жўшқин кайфият ҳукм суришига хизмат қилади.

2024 йилда Ўзбекистонда ялпи ички маҳсулот ҳажми 2023 йил билан таққослаганда 6,5 фоиз ўсган. Утган йили аҳоли жон бошига ҳисобланган ЯИМ қиймати жорий нарҳларда 39,1 миллион сўмга етиб, 2023 йил билан таққослаганда 4,4 фоиз ошган. Саноат тармоғининг ўсиши 6,8 фоизни ташкил этди.

Ушбу маълумотлардан ҳам ҳозирнинг ўзидек стратегик мақсадларга эришиш бўйича аниқ натижалар мавжудлиги кўринади. Жорий йилда иқтисодий тармоқларига ҳорижий инвестициялар жалб қилиш кўламини кенгайтириш орқали минглаб иш ўрни очилди.

Бир пайтлар аҳоли орасида камбағал қатлам мавжуд бўлса-да, бу ҳусусда лом-мим дейилмасди. Президентимизнинг сиёсий иродаси туфайли жамиятимизда камбағаллар борлиги нафақат тан олинди, балки уни қисқартириш бўйича алоҳида тизим жорий қилинди.

Юртимизда камбағалликни қисқартириш учун барча туман шaroитига кўра, 5 та тоифага ажратилиб, табақалаштирилган енгилликлар берилди. Аҳолида тадбиркорлик руҳини уйғотиш, касбга тайёрлаш ва иш ўринларини кўпайтиришга қаратилган комплекс вазифалар ижросига киришилди. Эзгу ният ва эзгу амаллар ўз натижасини кўп ҳам куттирганли йўқ. Юртимизда камбағаллик даражаси 2024 йил якунига кўра, 11 фонздан 8,9 фоизга камайди. Бандлик дастурлари туфайли



719 минг киши камбағалликдан чиқарилди. Баҳолаш Жаҳон банки билан ҳамкорликда амалга оширилди ва халқро ҳисоблаш услубига асосланди. Ушбу методика бўйича йил давомида бутун мамлакатдаги уй хўжалиқлари бюджети ўрғанилган.

Иш ҳақи ва пенсиялар тизимида ҳам кескин ижобий ўзгаришлар кузатилди. Бу ҳақда сўз борганда, минглаб эмас, миллионлаб инсон ҳаётига дахлдор масала давлатимизнинг доимий этиборида эканини чуқур англаймиз. Аҳамиятлиси, 2016 йилдан бошлаб фуқароларнинг молиявий фаровонлигини оширишга қаратилган жадал ва тизимли чора-тадбирлар ана шу миллионлаб инсон ҳаётини яхши томонга ўзгартираётгани ҳаётини ҳақиқат. Пенсиялар ва иш ҳақи ўсиши 4,5 миллиондан зиёд пенсионер ва 2 миллиондан

зиёд бюджет ташкилоти ходимлари фаровонлигини янги босқичга олиб чиқди. Қолаверса, бу истеъмол бозорига ички талабни ҳам рағбатлантириб, бутун мамлакат иқтисодиётига ижобий таъсир кўрсатди. Иш ҳақи ва пенсияларни тўлашга замонавий рақамли технологиялар жорий этилгани эса ушбу жараённинг шаффоф ва самарали бўлишини таъминлашда муҳим қадам бўлди. Меҳнатга ҳақ тўлаш қонун билан қатъий тартибга солинди, ҳар бир кечиккан кун учун иш берувчи компенсация тўлаши йўлга қўйилди.

Иш ҳақи ва пенсиялар миқдоридидаги кўтарилиш туфайли камбағалликни камайтириш ва умумий фаровонлиқни яхшилаш жараёни ҳам узвийлик касб этмоқда. Бу эса, ўз навбатида, истеъмолчи фаолиги орттириши, ижтимоий барқарорлик мустақамлашига олиб келади.

Мамлакатимизда пенсия ва маошлар миқдорини оширишдан ташқари, меҳнат шaroитини яхшилаш ҳамда янги иш ўринлари очишга ҳам этибор қаратилмоқда. Бу фуқароларга қўшимча даромад келтириш билан бирга, иқтисодийни ривожлантириш, меҳнат унумдорлигини ошириш ва халқро миқёсда рақобатбардoshiликни таъминлашга хизмат қилапти.



Замонавий технологияларни жорий этиш, ишлаб чиқариш соҳасини янгилаш иқтисодий сиёсатнинг асосий йўналишларидан бирига айланган. Бу эса, ўз навбатида, аҳолининг катта қисми — ёшлар учун иш ўринларини янада жозибадор қилиш, меҳнат миграциясига қарши курашишда муҳим омил бўлаётди. Ижтимоий инфратузилма, жумладан, соғлиқни сақлаш, таълим ва уй-жой қурилиши таъминлангани ҳам аҳоли турмуш даражасини юксалтиришга хизмат қилмоқда.

Бу соҳаларнинг ривожини фуқаролар даромади ошиши билан бевосита боғлиқ бўлиб, фаровон, истикболли жамиятни шакллантиришда катта аҳамият касб этади. Айни чоғда аҳолининг реал харид қобилиятини сайтирдиган инфляция жараёнини ҳам ҳисобга олиш муҳим. Шу нуктаи



назардан, иш ҳақи ва пенсияларни мунтазам ҳамда етарли даражада ошириш давлат ижтимоий сиёсатининг асосий элементидир.

Аҳолининг турмуш сифатини яхшилаш, иқтисодий-ижтимоий фаровонлиқни юксалтиришда хусусий тадбиркорлик муҳим ўрин тутди. Шу маънода, тадбиркорлик субъектлари учун қулай шарт-шaroитлар яратилаётгани, имтиёз ва преференциялар тақдим қилинаётгани инновацион фаоллик ошишига хизмат қилмоқда. Жорий йилда ишбилармонларга янада кўпроқ қўлайликлар муҳайё этилди. Бу 5 миллиондан зиёд юрtdoшимизнинг бандлигини таъминлашда жуда қўл келади.

Бугун юртимизда инсон манфаати устуворлиги йўлида ҳаётга таъбиқ қилинаётган ислохотлар негизда жамиятда тенгсизлик ва камбағаллик хавфини юмшатиш, фуқароларнинг бандлигини таъминлаш, даромадини ошириш, ҳар бир инсоннинг муносиб турмуш кечириши учун шарт-шaroит яратиш мақсадлари турибди. Ўз салоҳияти, лаёқати ҳамда интилиши билан давлат ва жамият ҳаётида фаол иштирок этаётган кишиларнинг даромади ҳам, рўзғоридидаги борақою ишидаги унумдорлик ҳам хавас қиларли даражада бўлиши мўқаррар.

Хуллас, “Ўзбекистон — 2030” стратегияси мамлакатнинг барқарор ва инклюзив ривожланишини таъминлаш мақсадида ишлаб чиқилган ва Ўзбекистоннинг узоқ муддатли ривожланиш йўналишларини белгилайди. Унда турли соҳалардаги ислохотлар, иқтисодий ўсиш, таълим, тиббиёт ва ижтимоий ҳимоя тизимларини такомиллаштирилиши, экологик барқарорлиқни таъминлаш ва давлат бошқарувини замонавийлаштириш каби мақсадлар кўзда тутилган.

Стратегияга кўра, аҳолига тиббий хизматларни янада яқинлаштириш борасидаги ислохотлар натижасида 350 минг нафар диабет ва 1,5 миллион юрак-қон томир



касаллиги бор бемор даволаш билан тўлиқ қамраб олинади. Гўдакларда ирсий касалликлар бўйича селектив скрининг текширувлар қамрови камида 50 фоиз оширилди. Натижада болалар ўртасида ирсий касалликлар 2 баробар қисқаради. Келгуси йилларда гўдакларни микронутриент кукуни, ёш болаларни гелиминтот профилактикаси бўйича махсус препаратлар, йод препарати, хотин-қизларни поливитамин, темир ва фолий кислотаси билан бепул таъминлаш ишлари ривожлантирилди.

Натижада юқумли ва юқумли бўлмаган касалликлар тарқалишини 20 фоиз қисқартиришга эришилди. Бу даврда тиббий ёрдамга муҳтож аҳолининг 70 фоиз муружаатини бирламчи бўғиннинг ўзида ҳал қилиши йўлга қўйиш режалаштирилган.

Яна эътиборга молик бир жиҳат. Мамлакатимизни ривожлантиришга қаратилган стратегик ҳужжатлар ва олиб борилаётган ислохотлар самараси ўлароқ, сўнгги 5 йил ичида болаларнинг мактабгача таълим билан қамрови 27 фонздан 72 фоизга етди. Мактабгача таълим ташкилотлари сони 5211 тадан 29 минг 420 гага ошди. Мазкур сайё-ҳаракатлар “Ўзбекистон — 2030” стратегиясининг тегишли мақсад ва кўрсаткичларида ҳам акс этган. Унга мувофиқ, мактабгача таълим тизимини янги босқичга олиб чиқиш ҳамда қамров даражасини 100 фоизга етказиш кўзда тутилган.

Эътироф этиш керакки, ўтган йилларда халқ билан мулоқот қилиш, инсон дарди, муаммоларини самарали, ижобий ва тезкор ҳал қилиш бўйича янги тизим яратилди. Хусусан, давлат органларининг аҳоли билан бевосита мулоқоти йўлга қўйилди. Бу, одамларнинг маълумотларига нисбатан муносибати йўзгартиришга, фаоллик, ислохотларга бўлган ишончини кучайтиришга ҳамда, энг муҳими, фуқаролар томонидан давлат органлари олди-га масала қўйиш имконияти ортиб бормоқда.

Ана шу сайё-ҳаракатлар давоми сифатида “Ўзбекистон — 2030” стратегиясини амалга ошириш бўйича Республика комиссияси ташкил этилди. Комиссия стратегия доирасидаги ислохотларга тадбирларнинг аҳоли томонидан билдирилган фикр ва ташаббуслар асосида сифатли амалга оширилиши, белгиланган кўрсаткичларга эришилишини назорат қилиб боради.

Натижада Ўзбекистон юқорида қайд этилганидек, “даромади ўртачадан юқори бўлган давлатлар” қаторига киради. Ушбу мақсадлар йўлида иқтисодий қудратимиз асоси бўлган энг илгор технологияларга асосланган юқори қўшилган қийматга эга саноат тармоқлари ривожлантирилди. Бунинг учун кейинги йилларда стратегик мега-лойиҳалар ишга туширилди. Иқтисодий энергия сиймкорлигини ошириш, бир бирик энергия ресурси эвазига 2 қарра кўпроқ қиймат яратиш вазифаси белгиланган. Бу келгусида энергетика соҳаси ҳам жадал ривожланиб, аҳоли ва саноатни барқарор энергия билан таъминлашини, тоза энергия манбаларини камида 54 фоизга етказишни билдиради. Бунинг учун, албатта, юқори энергетик ресурслар соҳалар, хусусан, рақамли технологиялар, финтех, молиявий хизматлар каби янги тармоқларни ривожлантириш зарур. Хусусан, IT секторидаги ўзгаришларни кўрадиган бўлсак, ҳозир соҳа қарийб 1 миллиард долларлик марраларни забт этган бўлса, келгуси 5 йилда ушбу кўрсаткичнинг камида 5 қарра ошириш истиқболлари мавжуд.

Аҳоли даромадлари ўртасидаги кескин тафовутлар олдини олиш, ҳудудларда барқарор иш ўринларини яратиш, тадбиркорлик ҳаракатини ҳар томонлама қўллаб-қувватлаш орқали янги ўрта синф қатлами кенгайтириш, энг асосийси, аҳоли фаровонлигини таъминлаш ҳам муҳим йўналишлардан ҳисобланади. Шу билан бирга, ёшлар орасида ишсизлик даражасини 14 фонздан 6 фоизга камайтириш улкан вазифалардан. Ушбу мақсадларга 2030 йилга қадар ҳар бир ҳудуднинг демография, табиий, инфратузилмавий хусусиятларига кўра, меҳнат бозорига илк мартаба кириб келаётган 1 миллион ёш муносиб даромад манбаига эга бўлиши учун ҳар томонлама шaroит яратилди.

Тараққий стратегиясида эса ҳудудларни комплекс ривожлантириш, урбанизация стратегиясини бажариш, аҳолини арзон уй-жой билан таъминлаш даражасини ошириш бўйича ҳам бир қатор ишлар олиб борилиши мақсад қилинган. Жумладан, “Янги Ўзбекистон” массивлари сони 100 тага етказилиши, шунингдек, туман-шаҳарларнинг бош ва мастер режаларини 3 тоифали — реновация, реконструкция ҳамда консервация зоналарга ажратиш, соддалаштирилган тартибда ишлаб чиқиш амалиёти жорий этилади.

Биз ўтган даврда етарлики билем ва тажриба орттирдик. Илгари ўн йиллар керак бўлган йўлни қисқа муддатда босиб ўтишни ўргандик. Қўсқас, ислохотларнинг узвийлиги ва давомийлиги туфайли Ўзбекистон, албатта, юксак ривожланган давлатлар қаторидан муносиб жой эгаллайди. Бугунги ислохотлар ушбу катта иқтисодий сақрашга амин яратмоқда.

Иброҳимжон ФОЗИЛЖОНОВ,
иқтисодий фанлари бўйича
фалсафа доктори, доцент

“Долзарб бир ойлик” сафарбарлиги

ҲАММАСИ МИКРОКЎКАТДАН БОШЛАНДИ..

Нукуслик Гулзар Торениязова бугунги ютуқлари сабабини айнан қийинчиликда деб билди. Чунки ҳар бир муаммо ёки ташвиш унга улкан сабоқ бўлган. Уларни хал қилиш учун турли ечимлар излаган, қарорлар қабул қилган. Айниқса, кўпчиликнинг ҳаётида бурилиш ясаган пандемия қаҳрамонимизга мураккаб вазиятларга мослашишни ўргатди.

Мунтазам микрокўкат (икки-учта барги чиққан вақтдаёқ ейишга яроқли ўсимлик)лар истеъмол қилиб туриш юрак-қон томир, ҳам қилиш, асаб тизими, умуман инсон соғлиғига ижобий таъсир этишини интернетда ўқиган Гулзар опа микрокўкат етиштириш ҳақида ўйлаб бошлади. Айниқса, бундай кўкатлар қарши жараёнини секинлаштириш, тери, тирноқ ва соч ҳолатини яхшилашнинг билгач, ишга астойдил киришди. У айни фаолиятга доир маълумотлар билан танишиб, унчалик қийин эмаслигини тушунади. Елим контейнер, торф, сув пурақгач ва уруғларни тайёрлаб экади. Икки ҳафтада биринчи ҳосилини олди.

Микрокўкатлардан татиб кўрган қариндош-уруғ, қўни-қўшинда ҳам қизиқиб ўйонди. Шунда аёл бу ишни бизнесга айлантириб, қўшимча даромад қилиш мумкинлиги ҳақида ўйлаб қолди. Лойиҳани яхши ният билан грант танловига топширди. Шу тариқа Инновацион ривожланиш агентлиги маблағи ҳисобидан молиялаштирилган стартап лойиҳа туфайли уй шaroитида йил давомида гидропоника усулида микрокўкат етиштиришни йўлга қўйди. Ушбу усулнинг қўлайлиги шундаки, кўкат кичик насос орқали суғорилади. Кўкатдан ортан сув яна қайтиб насосча ўрнатилган идишга тушади. Шу тариқа сувдан қайта фойдаланиш мумкин. Бу оддий сўғориш усулига нисбатан 95 фоиз тежамкор.

— Дастлаб нўхат, кунгабоқар, редиска, қарам, лавлаги кўкатларини етиштирдим. Илк даромадим арзиманган пул бўлди. Асосан, маҳаллий ресторанлар ва органик маҳсулот истеъмол қиладиган хонадонларга

етказиб бердик. Ўша вақтлар миқозлар билан ишлашда анча қийналганмиз. Чунки бир-биримизни тушуниш қийин бўлган. Бозорни пухта ўрганмаганимиз учун баъзи маҳсулотлар савдосида қийналдик. Яхши натижага эришиш учун ўзига яраша илмий-амалий билем керак экан. Шу сабаб кўплаб хатолар қилдик. Масалан, муҳитни назорат қилиш ва ёруғлик шaroитига мос ер танлаш осон бўлмади. Аммо чекинмадик, аста-секин камчиликларни тузатиб, ишининг сир-асорини тушуниб бордик. Ҳозир отқулоқ, исмалоқ,



райҳон, япон қарам (мизуна) каби 30 дан зиёд микрокўкат етиштиришимиз, — дейди тадбиркор.

Гулзар опа уруғларнинг сарасини экади. Кўпроқ Италияда тайёрланган уруғларни Россиядаги микрокўкат етиштирувчилардан сотиб олади. Айтишича, маҳаллий уруғлардан ҳам фойдаланса бўлади, бироқ импорт қилинадиган уруғларнинг сифати яхшироқ. Унвчанлиги 95 фоиз. Маҳаллий уруғларда эса бу кўрсаткич 60 фоизгача. Битта елим идишга ўсимлик турига қараб 0,1 граммдан 30 граммгача уруғ керак бўлади. Отқулоқ, райҳон, лимон балъами, шўрадошларга (амарант) мансуб ўсимликлар каби микрокўкатлар уруғи 0,1 граммдан, қарам кабилариники 2-3 граммдан, нўхат уруғи 30 граммдан экилади. Контейнерда ўсиш муддати 7-21 кун. Совиткичда сақлаш муддати эса 14 кунгача. Нега совиткичда сақлаш керак,

дейсизми? Чунки микрокўкатлар учта барги чиқарганидан кейин истеъмолга тайёр бўлади. Айни шу ҳолатда улар энг фойдали каллий, мағний, темир ва кальций каби моддалар билан тўйинилади. Шу боис, кўкатлар кўп ўсмаслиги керак. Шунингдек, миқоз ҳам яшнаб турган, барра маҳсулотни олишни хоҳлайди. Дарвоқе, қаҳрамонимиз етиштиретган кўкатларни миқозлар асосан, ранги ва кўринишига қараб харид қилади. Зеро, микрокўкатлар яшил, қизил, сариқ, сиёҳранг каби турфага тусда бўлади. Қизил туслилари экзотик бўлгани учун бозорни чаққон. Шунингдек, нўхат, редиска, исмалоққа ҳам буюртма қўп. Таннархи 7-8 минг сўмга айланган битта контейнердаги микрокўкат 15 минг сўмдан сотилса ҳам ойига 5 миллион сўмгача соф даромад келиб турибди. Бу ёғна органик маҳсулотларга эҳтиёж орттириши ҳисобга олсак, даромад икки-уч баробар орттиши ҳам мумкин. Чунки ушбу турдаги микрокўкатлар органик маҳсулот экани, тўғри овқатланишда муҳим ўрин тутушини билганлар аллақандак кундалик озуқавий рационига киритган. Тўғри, кимдадир микрокўкатта нисбатан аллергия ёки бошқа тиббий муаммо бўлиши мумкин. Уларни истеъмол қилишдан олдин шифокор билан маслаҳатлашиш керак. Бу ҳақда Гулзар опа ўзи ўтаётган маҳорат дарсларида батафсил тушуна бериб келяпти. Чунки юқорида айтилганидек, одамлар ҳали микрокўкатларнинг фойдасини тушуниб етганича йўқ. Қолаверса, ҳамма ҳам ресторанда таом танлову қилавермайди. Уй шaroитида эса асосан, шивит, кашинч каби кўкатлар ишлатилади. Шунинг учун ҳам Гулзар опа бошчилигидаги кичик жамоа ўз олдига онлайн сотувни йўлга қўйиш, ижтимоий тармоқлардаги тарғиботи кучайтириш ва ҳамкорлар билан ишлаш кўламини кенгайтириш мақсадини қўйган.

Гулзар Торениязова лойиҳаси доирасида 3 кишини доимий иш билан таъминлаган.

Ушбу мақолани қорақалпоқ тилида ҳам ўқиш учун QR-кодни сканер қилинг!

Шунингдек, мавсумий ва қўшимча вазифалар учун яна 2 киши жалб этилган. Фаолият кенгайтириш билан иш ўринлари сони янада орттиши мумкин. Лойиҳа доирасида 2023 йил ҳақида барча зарур технология ва ускуналар эҳди қилинди. Бироқ бу билан чекланиб бўлмайди. Замонавий технологияларни жорий қилиш ва янги микрокўкат турларини етиштириш Гулзар опанинг режаларидан жой олган. Бунга ҳозирги қувватни ошириш орқали эришилади, албатта. Микрокўкат етиштириш бўйича ёшлар ва ишсизлар учун малака ошириш курсларини ташкил қилишдек эзгу ният эса, нафақат иш ўринлари очиш, балки соҳани ривожлантиришга ҳам ёрдам беради.

Гулзар Торениязова ҳам соғлом турмуш тарзини тарғиб этишга ўз хиссасини қўйиш ниятида. Шу боис, бошлаган иш кенгайтириб, Оролбўйи халқро инновация марказидан жой олганидан бахтиёр. Яқин келажақда у бундан-да нуфузли тақдими ва ийрик лойиҳаларда иштирок этиб, барра кўкат етиштириб, баракали бизнес эгаси бўлиш мумкинлигини исботлайди.

Муножат МҶМИНОВА,
“Янги Ўзбекистон” муҳбири

Долзарб мавзу

ЁШЛАРНИНГ КРЕАТИВ ФАОЛИЯТИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ — АСОСИЙ ВАЗИФА

Таълим тизimini моделлаштириш, педагогик жараёни модернизациялаш, ўқув предметни методик лойиҳалаштириш ва дастурдаги фанларни ўқитишда рақамли технологияларни жорий этиш ҳамда турли замонавий креатив ёндашувларни ривожлантириш долзарб масалалардан. Креатив фаолиятни шакллантириш замирида илмий-интеллектуал салоҳиятли, рақобатбардош, баркамол шахсни тарбиялашдек масъулиятли вазифа муҳассам.

Шуни инобатга олган ҳолда олий таълим муассасаларида маъруза, амалий машғулотларни ўтиш жараёнида педагогик-методик имкониятлардан фойдаланиш, ташаббускор, кучли позицияга эга, малакали мутахассисларни тарбиялаш, инновацион салоҳият ва истиқболли креатив фаолиятни ишлаб чиқишнинг илмий-назарий асосларини яратиш, амалиётта татбиқ қилиш жуда муҳим.

Педагогик жараёнда талабаларнинг креатив фаолиятини ривожлантириш, ўқув жараёни билан боғлиқ ҳолда таҳлил қилиш ва воқеликни билиш, коррекциялаш, янги мавзуларни мукамал эгаллаш кўникмасини ҳосил қилиш катта аҳамиятга эга. Креатив фаолият самардорлигини таъминлашда юқори даражадаги идрок, кенг қамровли когнитивлик, рефлексив, танқидий, таҳлилий, мантқиқий, ижодий фикрлаш, фанлардо интеграциялаш асосида тақомиллаш борган билимлар йиғиниди ҳамда маълумотлар базаси динамиклиги юзга келади.

мийлигини мустақамлаш, креатив фаолият орқали касбий-коммуникатив мулоқотни ўргатишнинг илмий принципларини татбиқ қилиш жараёни лойиҳалаштирилган ҳолда изчил ва мунтазам ташкил этиш, янги режалаштирилган ҳолатларни лойиҳалаштиришда ижтимоий, илмий, техник ва маданий билимларга эътибор қаратиш талаб қилинади.

Илм-фан тараққиёти, инновацияларнинг барча соҳага кириб келиши, таълимда ахборот ҳажми кескин кўпайиши, ўқитиш тизимининг шаклан ва мазмунан бойиши талабаларда креатив тафаккурни шакллантириш талабини кўймоқда.

Креативликка асосланган фаолият ўқув жараёнини ўзгартирувчи омил сифатида намоён бўлади. Ўқув материаллари мазмунининг узлуқсиз тақомиллаш бориши, ўқув предметлари таркибининг янгилини талабалардан таълим жараёнига ижодий ёндашган ҳолда ўқитишнинг янги метод ва технологияларини излаб топиш ва ижодий ёндашган ҳолда

Креатив фаолият жараёни таълимий мақсад, вазифа, педагогик-методик тамойиллар, замонавий ёндашувлар, педагогик шарт-шароитлар, мазмун, шакл, воситалар, мезон ва натижалар асосида такомиллашади. Бинобарин, университетда тадқиқотчилар томонидан креатив фаолиятни ривожлантириш бўйича педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори ҳамда педагогика фанлари доктори илмий даражасини олиш учун изланишлар қилинган. Бадий-адабий кечалар, байрам тадбирлари, музей ва театрларга ташрифлар уюштирилган, танловлар ташкил этилган, талабалар турар жойларида таълим олимлар, шоир ва ёзувчилар билан суҳбатлар қилинган. Айниқса, 21 октябрь, 8 март, 21 март кунлари арафасида талабалар билан байрамлар ўзгача нишонланади. Шунингдек, иншоолар танлови ўтказиш натижасида талабаларнинг озаки ва ёзма саводхонлигини ошириш билан бирга, креатив фикрлаш синовдан ўтказилди. Бу каби тадбир, танлов, суҳбатларда қатнашган ёшларда илм эгаллашга қизиқиш, эртанги кунга ишонч ортади. Буюк сиймолар битган асарлар таҳлиладан эса одамийлик, тиришчилик, меҳнатсеварлик, мағрурлик каби туйғулар ривожланади. Креатив фаолият натижасида олинган назарий, амалий билимларни касбий фаолиятда қўллаш учун бу ёндашув пойдевор вазифасини бажаради.

Талабаларда креатив фаолиятни ривожлантирувчи омиллар мавжуд. Таълимнинг мазмуни, мақсади, шакл ва усуларини ўрганишга имкон яратиш; талаба шахсининг ўзига хослиги, индивидуаллиги билан ишлаш; креативлик жараёнида мотивлардан унумли фойдаланиш; ижодкорликнинг асосий қиймат даражасига турли ижобий натижага кўзловчи таъсир қилиш; ўқув жараёнида кенг қамровли унумдорликка хос ижодий муҳит яратиш; асосий мақсадлар баробарида баҳс-мунозаралар ўтказиш шулар жумласидан.

Ўқув дастурларида акс эттирилган таълим мазмуни ўқитишни ривожлантиришнинг ҳал қилувчи омиллидир. Шунинг учун ривожланиш муаммосини ҳал қиладиган бундай таълим мазмуни турли ёндашув ва методик таъминот орқали лойиҳалаштириш катта аҳамиятга эга.

Замонавий ўқитиш тизими билим олишда фаол мавқега эга бўлган ва дарс жараёнида иштирок этадиган ўқитиш усулидан фойдаланишни ҳамда уни амалда қўллаш олишни ўз ичига олади.

Талабаларда креатив фаолиятни мунтазам ривожлантириш улардаги компетенциявий, фанга оид билим, кўникма ва малака кенгайишига, инсоний қасбларнинг ривож топишига хизмат қилади. Креатив фаолиятнинг узлуқсиз ривожлантирилиши таълим-тарбиянинг ахил қарқороллашуви, илм олишнинг устувор вазифа эканини англашга йўналтиради. Шундай экан, талабаларнинг юксак билимли, халқаро миқёсдаги тенгдошлари билан ҳар томонлама рақобатлаша оладиган интилувчан, ижодий ва илмий тафаккурга эга, теран фикрли, ватанпарвар, инсонпарвар, халқпарвар бўлиши керак.

Ғофур АБДИЛАКИМОВ,
Низомий номидаги
Тошкент давлат педагогика
университети ўқув-услубий
бошқармаси бошлиғи, профессор

Мамлакатимиз аҳолисининг 60 фоизини ёшлар ташкил этади. Ёшларга оид давлат сиёсатини изчил юритиш, ёш авлодни ҳар томонлама етуқ ва баркамол, юқори интеллектуал салоҳиятли, ўз қатъий позициясига эга, амалга ошириладиган ислохотларга ҳамда ватан келажиги учун бефарқ бўлмаган шахс сифатида тарбиялаш Ўзбекистонни дунё ҳамжамиятидаги мавқеини янада оширмоқда.

ТАЪЛИМ — ЭНГ САМАРАЛИ ЕЧИМ

Президентлик лавозимига киришгач, Шавкат Мирзиёев томонидан имзоланган илк ҳужжат 2016 йил 14 сентябрдаги “Ёшларга оид давлат сиёсати тўғрисида”ги қонун эканида ҳам катта мазмун-моҳият муҳассам.

Эътиборлиси, янги таҳрирдаги Конституциямизнинг алоҳида боби “Оила, болалар ва ёшлар”, деб номланди. Давлат ёшларда миллий ва умминсоний қадриятларга содиқлик, халқнинг бой маданий меросидан фахрлиниш, ватанпарварлик туйғуларини шаклланишига ғамхўрлик қилиши ҳам муҳрланди. “78-модданинг тўртинчи бандида бундай дейилган: “Давлат ва жамият болаларда ҳамда ёшларда миллий ва умминсоний қадриятларга содиқликни, мамлакатидан ҳамда халқнинг бой маданий меросидан фахрлиниши, ватанпарварлик ва Ватанга бўлган меҳр-муҳаббат туйғуларини шакллантириш тўғрисида ғамхўрлик қилади”.

Давлатимиз раҳбарининг ёшлар билан жорий йил 14 февралдаги мулоқоти ҳам ана шу юксак эътибор намунасидир. Йилнинг ёшлар ишсизлигига барҳам бериш масаласи алоҳида тилга олинди. Камбағалликдан чиқишни энг самарали ечим таълим эканига ургу берилди. Шу бос, бундай оилалар фарзанди ҳорижда ўқитган ҳар бир талабага бош-қош бўлади. Билимга ёрдам орқали ўқитиш рағбатлантирилади. Билимга чанқок, лекин оилавий шароити оғир ёшларни ҳорижда ўқитиш бўйича янги тизим — “Ёрқин келажак” лойиҳаси жорий этилди. Ёшлар агентлиги ҳорижда ўқитган ҳар бир талабага бош-қош бўлади. Билими йиғит-қизлар дунёнинг “Топ-100” олий-гоҳларига юборилиб, ўқиниш ва яшаш харажатлари қоплаб берилади. Чет элда ўқиб келганлар миллий кадрлар захирасига киритилиб, давлат органларига танловсиз олиниши олдига.

Бугунги кунда Ўзбекистон ёшларга оид давлат сиёсатини такомиллаштириш, уларнинг иқтисодий фаолиятини ошириш ва барқарор иш ўринлари яратиш йўналишларида кенг қамровли чора-тадбирларни амалга оширмоқда.

Ўзбекистонда ёшлар ишсизлиги муаммоси қатор омиллар билан боғлиқ. Булар орасида касб-ҳунар ва олий таълим тизимининг меҳнат бозори талабларига тўлиқ мос келмаслиги, иш бериувчилар ёш мутахассисларни тажрибасиз ҳисоблаб, иш тақлиф қилишдан

чўчиши, маҳаллий тадбиркорлик муҳити ривожланишида тўсиқлар, рақамли технологиялар ва инновацион билимларга эга мутахассислар етишмовчилиги каби муаммолар йиллар давомида шаклланиб, тўпланиб қолган эди. Энди эса ёшларни иш билан таъминлаш борасида қатъий чора-тадбирлар кўриломоқда, бу ишлар кенг кўламли давом эттирилади.

Ўтган йиллардаги ислохотлар натижасида аёл-қизларнинг олий маълумотли бўлиши учун қатор шароитлар яратилди. Улар учун алоҳида квоталар, шунингдек, магистратурада ўқиниш сарфланмадан харажатлар давлат томонидан қопланиши йўлга қўйилди. Натижада молиявий муаммолар тўғрисида таълим олишдан маҳрум бўлиб келган ёшларнинг ҳаёти тубдан ўзгариш ва уларга келажакда юртимиз учун қимматли кадрлар бўлиш имконияти яратилди.

Иш топишда ҳорижий тилларни билиш жуда муҳим. Шу бос, чекка ҳудудларда чет тилларга икти-сослашган ўқув марказлари очган малакали ёшларга 120 миллион сўмга фойсиз сўда берилади, ҳусусий ўқув марказларида ҳорижий тилларни ўрганидан ёшларга тўловлари “2+6” ой шаклида қопланиши йиғит-қизлар учун яна бир имкониятидир.

Юртимиздаги нуфузли олийгоҳлардан бири — Мирзо Улуғбек номидаги Ўзбекистон Миллий университети ёшлар бандлигини таъминлаш йўналишида самарали иш олиб бораётди. Ҳусусан, амалий билимларга асосланган ўқув дастурлари орқали университетда талабаларга назарий билим билан бирга амалий тажриба бериш учун замонавий лабораториялар, IT парклар ва стартап марказлари ташкил этилган. Университет йирик компаниялар билан ҳамкорлик орқали талабаларнинг ишлаб чиқариш амалиётини ўташига имкон яратмоқда. Талаба-ёшлар инновацион гоҳларини илгари суриш учун грант дастурларида иштирок этмоқда.

Ёшларнинг келажакда барқарор иш ўринлари эга бўлиши учун шароитлар яратиш, уларни қўллаб-қувватлаш белгиланган вазифалар, қўзланган марраларга эришишимизнинг муҳим калитидир.

Раҳман Жўраев,
тарих фанлари бўйича фалсафа
доктори, доцент



УШБУ МАҚОЛАНИ ҚОРАҚАЛПОҚ ТИЛИДА ҲАМ ЎҚИШ УЧУН QR-КОДНИ СКАНЕР ҚИЛИНГ!

Креатив фаолият ривожига устувор аҳамият қаратиш талабаларнинг ижодий фикр билдириш учун зарурий стратегиясини билиш имконини беради. Дидактик-методик ўқув таъминотини модернизациялаш механизмларига пропорионал кўринишда яратиш талабаларнинг креатив ёндашуви самара беришига ижобий таъсир кўрсатади. Талабаларда креатив фаолиятнинг модернизацияланган шаклини ҳосил қилиш кўп босқичли психологик ва педагогик жараёндир. Бунда ўқитиш ва ўқув материаллари асосида билим, кўникма ҳамда малакани ҳосил қилишнинг энг самарали инновацион технологияларини ишлаб чиқиш, жаҳон стандартларига мос ўқув-методик адабиётлар, замонавий дарслик билан таъминлаш, ўқув дастурлари белгиланган мақсад ва вазифалар моҳиятига мувофиқ келадиган, илм-фан соҳасининг замонавий тенденциялари талабларига мослаштирилган платформалар яратиш, креатив фаолиятнинг инфратузилма ривожига доир кўп қиррали функцияларни амалга ошириш, билим ҳажми, тизимлиги, аниқлигига эътибор қаратиш мақсадга мувофиқ. Бундан ташқари, билим олиш кўникмасини фаоллаштириш, ижодий муҳит даво-

қўллашни талаб қилади. Мазкур жараёнда бугунги кун таълим талабидан келиб чиқиб, ёшларда рақобатбардошликни таъминлаш зарур.

Талабаларнинг креатив фаолияти тақомилда фаннинг энг сўнгги ютуқлари ва илгир педагогик тажрибаларни таълим жараёнида қўллаш биринчи ўринда туради.

Креатив фаолият борлиқни билиш ва ўрганишга йўналтирилган онгли, мақсадли жараён бўлиб, унинг натижасида жамиятнинг моддий ва маънавий ҳаётини яхшилашга қаратилган янги, бетакрор, илгари мавжуд бўлмаган гоҳлар яратилади. Шу нуқтага назардан, креативликни инсон ақл-заковатининг барча ижобий сифатини ўзида муҳассам этган, янгилик яратиш билан боғлиқ алоҳида мустақил фаолият дейиш ўринлидир.

Педагогик-психологик тадқиқотлар ва илмий адабиётлар таҳлилга кўра, креативлик ижодкорлик тушунчаси билан боғлиқ ҳолда талқин этилади. Креатив фаолиятда талабаларнинг ихтирочилик қобилияти, кенг фикрлаш, теран тафаккур қилиши, когнитив-коммуникатив компетенциялари ривожланиб боради.

Сайёҳлик

Юртимизнинг қадим шахарлари — Самарқанд, Бухоро, Хива, Қарши ва Термизга ўтувчи сайёҳлар Жиззахда албатта, тўхтаб, дам олиб ўтади. Республикаимизнинг барча шахарлари ва қўшни давлатларни боғловчи автомобиль ва темир йўл мамлакатимиз марказида жойлашган ушбу вилоят орқали ўтиши ҳудудда сайёҳликни ривожлантиришнинг муҳим имконияти ҳисобланади.

Марказий Осиёнинг қадим маданият масканларидан бири бўлган Жиззахда сайёҳларни қизиқтирадиган тарихий археологик манзиллар кўп. Ҳудудда 400 тага яқин маданий мерос объекти давлат муҳофазасига олинган.

Сайёҳларни қизиқтирадиган яна бир жиҳат — вилоятнинг ноёб табияти. Жумладан, Нурота ва Зомин давлат қўриқоналари, Зомин халқ боғи, Айдар-Арсасой кўллар тизими ва Қизилқум чўли экотуризм ишқибозлари учун қизиқарли манзиллардир. Вилоятда 200 дан зиёд экотуристик объект, 50 дан ортиқ ноёб ҳайвон ва қўш, миндан зиёд ўсимлик тури мавжуд.

Вилоятнинг сайёҳлик тизимида Туркистон тоғ тизмалари бағридаги энг хушманзара масканлардан бири — Зомин тумани алоҳида ўрин тутаяди. Денгиз сатҳидан тўрт минг метр баландликда жойлашган, ноёб экотизимга эга бўлган Зомин халқ парк ва Зомин қўриқонаси ҳудудида ёввойи ўсимликларнинг 700 дан зиёд, кам учрайдиган ва ноёб ёввойи ҳайвонларнинг 150 тури мавжуд.

Кейинги йилларда юртимизнинг бу табиий ҳудудидаги биологик хилма-хилликни муҳофаза қилиш, ҳудуднинг сайёҳлик салоҳиятидан самарали фойдаланишда катта ишлар қилинди. Зомин тумани бугун фақат вилоятнинг эмас, республикамизнинг энг машҳур туристик ҳудудларидан бирига айланди. Энди бу ерга чет элик сайёҳлар ҳам келмоқда. Зомин

МЕҲМОННИНГ Кўнгли

аэропортида 30 ўринга мўлжалланган йўловчи терминали фойдаланишга топширилиши ташриф бурувчиларга катта қўлайлик яратди. “Зомин” туристик-рекреацион зонаси ҳудудида “Суффа платоси 2400” халқаро умуммавсумий курорти ва Уриқлисий мажмуасида мижозларни ташвиш учун замонавий дизайнга 36 та кабинадан иборат, узунлиги 2600 метр бўлган дор йўли шўша туширилиши ушбу сайёҳлик маскани жозибдорлигини янада оширмоқда.

— Меҳмоннинг кўнгли нозик бўлади, — дейди вилоят Туризм бошқармаси бошлиғи ўринбосари Азиз Эгамбердиев. — Айниқса, ривожланган мамлакатлардан келадиган сайёҳлар учун арзиманган ноқулайлик ҳам бу ерга қайта келмаслигига сабаб бўлиши мумкин. Шунинг учун сўнгги йилларда туристик масканларда барча шароитларни яратишга, вилоятнинг сайёҳлик имкониятларидан самарали фойдаланишга катта эътибор қаратаёмиз. Жумладан, 2024 йилда вилоятда туризм соҳасини ривожлантириш бўйича 368 миллион 87 миллион сўмлик 24 та инвестиция лойиҳаси амалга оширилди. 2024 йилда 19 та

туркомпания фаолияти йўлга қўйилиб, уларнинг сони 47 тага етказилди. Сайёҳлик салоҳияти юқори ҳудудларда ҳорижлик ва маҳаллий меҳмонларни кўпроқ олиб қолиш бўйича 5 кунлик йўналиш — 7 юлдуз туризм халқаси (“сайёҳлик учбурчиги”) ишлаб чиқилди. Экотуризм масканлари бўлаб 3-5 кунлик йўналишлар яратилди. 584 ўринли 28 та жойлаштириш воситаси — меҳмонхона, ҳостел, кемпинг ва оилавий меҳмон уйлари ишга тушди.

Яратилган шароитлар ўз самарасини бермоқда, вилоятга ўтган йили 452,2 минг ҳорижлик, 1 миллион 400 минг маҳаллий сайёҳ келиб кетди. Йиллик туризм хизматлари экспорти 65,1 миллион АҚШ долларини ташкил этади.

Давлатимиз раҳбари 2024 йил 8-10 апрель кунлари вилоятга ташрифи давомида ҳудуднинг маданий мерос масканларини боғловчи “туризм халқаси” ишлаб чиқиш ва у ерда инфратузилмани яхшилаш бўйича аниқ топшириқлар берганди. Шу асосда жами 31 километр йўл, кўприқлар ва йўл ўтказгичларини



нозик бўлади

таъмирлаш учун республика бюджетидан 10 миллион сўм ажратилиб, 12 километр шағал, 7 километр асфальт йўл таъмирланди, 12 километр жорий таъмирдан чиқарилди. Сайёҳлик иншоотларига олиб борувчи йўлларга 66 та йўл қўсаткичи белги ўрнатилди ва 170 та сайёҳлар қўналмасида Wi-Fi зона ташкил қилинди.

“Туризм қишлоғи”, “туризм маҳалласи”, “туризм кўчаси”ни ташкил этиш бўйича ҳам қатор ишлар бажарилди. Зомин туманидаги “туризм маҳалласи” мақомини олган Дубоа, Галларол туманидаги Узунбулок ҳамда Бахмал туманидаги Ноғва маҳаллаларида сайёҳлар учун барча шароитлар яратилган. Жиззах шаҳрида “туризм кўчаси” ташкил этилиб, кафе, фаст-фуд, супермаркет, автогургоҳ, педалар ва велосипед йўлакчалари, меҳмонлар учун ахборот маркази барпо этилди.

— Вилоятимизда туризм соҳасини ривожлантириш бўйича 2025 йилда амалга ошириладиган вазифалар ва аниқ режалар белгиланган олинган, — дейди Азиз Эгамбердиев. — Жорий йилда мақсадли кўрсаткичларга эришиш учун ҳудудга 1 миллион ҳорижлик, 2 миллион маҳаллий сайёҳ жалб этилиши мўлжалланган. 150 миллион доллар экспорт хизмати

кўрсатилиб, жойлаштириш воситалари сони 297 тага, ўринлар 4,7 минггага етказилди. Соҳага 194,5 миллион сўм инвестиция киритилиб, 15 та туризм лойиҳа амалга оширилди.

Белгиланган чора-тадбирлар режасига кўра, жорий йилда Форш туманининг Айдар-Арсасой кўллар тизимига туташ 22 минг гектар ер Арнасой туманига ўтказилиб, ушбу ҳудудда Тошкент шаҳри ҳокимлиги томонидан туризм йўналишида меҳмонхона ва савдо хизматлари ёниқ сув ҳавзаси ҳамда рестороанлар, хунарманчилик, сувенир савдо расталари, муслиқий фаворалар, қумли пляж зонаси, экстремал сув спорти майдончалари каби йирик лойиҳаларни рўёбга чиқариш ҳисобига қўшимча 1000 та янги иш ўрни яратилади.

Туризм салоҳияти юқори бўлган Бахмал, Форш ва Арнасой туманларида замонавий сайёҳлик мажмуалари ташкил этилади. Натижада бу масканларга ташриф бузариладиган ҳорижлик сайёҳлар сони 400 минг, маҳаллий сайёҳлар 700 мингга етказилиб, 60 миллион долларлик туризм хизматлари кўрсатиш режалаштирилган.

“Туризм қишлоғи”, “туризм маҳалласи”, “туризм кўчаси” ташкил этиш ишлари давом

этирилмоқда. Бу йил Форш туманидаги Уҳум қишлоғига “туризм қишлоғи” мақомини бериш мўлжалланмоқда.

— Қишлоғимиз Нурота тоғ тизмалари этагидида жойлашган, — дейди уҳумлик Хусанбой Алимов. — Ҳорижлик сайёҳлар ташрифи йилдан йилга кўпаймоқда. Ўз-ўзидан уларга хизмат кўрсатувчи тадбиркорлар сафи ҳам кенгаймоқда. Натижада қишлоғимиз ҳам аҳолиимизнинг ҳаёти фаровон бўлмоқда. Жорий йилдан қишлоғимиздан ўтувчи, Шароф Рашидов — Форш — Навоий йўналишидаги 107 километр автомобиль йўлини реконструкция қилиш бошланади. У тўлиқ таъмирланган, Қорақалпоғистон Республикаси, Хоразм, Бухоро ва Навоий вилоятлари автомобильлари Тошкент йўналиши бўйлаб шу йўлдан қатнайди. Бу эса қишлоғимизга маҳаллий сайёҳларни кўпроқ жалб қилиш имконини беради.

Туризм равнақи унга ёндош соҳалар ривожига аҳоли бандлигини таъминлашга ҳам катта ҳисса қўшади. Ўтган йили туризм ва ёндош соҳаларда 279 та янги иш ўрни очилиб, 1800 кишининг бандлиги таъминланганди. Жорий йилда бу кўрсаткич 2,5 минггага етказиш мўлжалланмоқда. Бироқ вилоятнинг туристик имкониятидан тўлиқ фойдаланилаётир деб бўлмайди. Бунга туристик манзиллар бир-биридан узоқлиги, йўллар талаб даражасида эмаслиги, телефон, интернет, электр энергетика каби коммуникация тизимлари ҳамда транспорт қатнови, тургебот-ташвиқот ишлари билан боғлиқ муаммолар, соҳада малакали мутахассислар етишмаслиги сабаб бўлмоқда.

Шунинг учун жорий йилда Ўзбекистоннинг ҳорижий давлатлардаги дипломатик ваколатхоналарининг туризм бўйича масъул ходимлари иштирокида Зомин туманига, Зомин туристик-рекреацион зонаси ҳудудида инфотурлар уюштирилиши режалаштирилмоқда. Шунингдек, оммавий ахборот воситалари, блогерларни жалб қилган ҳолда инфотурлар уюштирилиб, контентлар ишлаб чиқилади.

Туризм транспорт коридори бўлган А-376, М-39 автомагистраллари бўйлаб ҳаракатланаётган аҳоли ва ҳорижий сайёҳлар учун 4 та туристик ахборот маркази, 10 та замонавий санитария-гигиена шохобчаси, 2 та туризм бекати очилди. Вилоятдаги мавжуд сайёҳлик масканларининг “туризм харитаси” ва “guidebook” лари яратилади.

Фарҳод НЕЪМАТОВ,
“Янги Ўзбекистон” муҳбири

СОҒЛОМ ТУРМУШ
САҲИФАСИЮРАК САЛОМАТЛИГИНИ
САҚЛАШНИНГ МУҲИМ КАЛИТИ

Аҳоли орасида юрак-қон томир касалликлари билан касалланиш ортиб бораётир. Айниса, бу туфайли юз берадиган ўлим ҳолати бутун дунёда оғриқли масала бўлиб қолмоқда.

Экологик муаммолар, аҳоли ўртасида камҳаракатлилик — гиподинамия, жисмоний ва руҳий зўриқиш, рационда ҳайвон ёғлари кўп маҳсулотларни ҳаддан зиёд истеъмол қилиш натижасида холестерин даражаси ортиши, чекиш ва спиртли ичимликлар истеъмоли бунда бош омил саналади.

Статистик маълумотларга кўра, мамлакатимизда 2024 йилнинг январь-декабрь ойларида қайд этилган ўлимларнинг 57,6 фоизи қон айлануш тизими касалликлари ҳиссасига тўғри келмоқда. Бу эса мазкур кўрсаткич ўтган йиллардагидан сезиларли камайганини кўрсатса-да, муаммо тўлиқ ечим топди, дейишга ҳали бир оз эрта.

ЮРАК САЛОМАТЛИГИГА
ТАЪСИР ҚИЛУВЧИ ОМИЛЛАР

Юрак-қон томир касалликлари ҳар қандай одамга хавф солиши мумкин. Афсуски, бу касаллик ёш танламайди.

Умр кўриш давомийлиги, узоқ ва сифатли ҳаёт юрак мушакларининг барқарор ишлашига боғлиқ. Мутахассислар юрак саломатлигини асрашда тўғри овқатланиш, мунтазам жисмоний фаоллик ва руҳий барқарорлик муҳим аҳамиятга эга эканини таъкидлайди. Профилактик текширувлар, зарарли одатлардан воз кечиш, стрессли

ҳолатлардан қочиш, қон босими, холестерин, тана вазнини назорат қилиш ва уйқу режимига риоя этиш ҳам касалликнинг олдини олишда муҳим омилдир.

Соғлом турмуш тарзини ҳар доим кичик қадамлардан бошлашнинг мумкин. Бу кейинчалик ҳам жисмоний, ҳам руҳий бардамликка олиб келади. Кўплаб касалликлар, жумладан, юрак ва қон томирлари билан боғлиқ муаммолар ривожланиши хавфини пасайтиради, умр давомийлигини оширади.

ЭНГ ЯХШИ ЧОРА

Юрак саломатлиги мўътадил, аммо мунтазам машқларни талаб қилади. Мутахассислар таъкидлашчи, жисмоний фаоллик етишмаслиги юрак мушакларининг кучсизлиги, функцияларини бажара олмаслигига сабаб бўлади. Шу боис, юрак меърида ишлаши учун деярли ҳар кун зўриқтирмайдиган, енгил машқлар бажаришни одат тусига киритиш муҳим. Жисмоний машқлар билан шугулланиш организмни чиниқтириб, унинг захира имкониятларини оширади. Юкломлар юқори калорияли ёғли овқатлар ва ўтrock ҳаётнинг зарарли таъсирини бутунлай бартараф этади.

Машгулотлардан кейин қонда холестерин ва қанд миқдори камаёди. Мушаклар жадал ишлаши туфайли қон босими мўътадиллашади. Буларнинг барчаси жисмоний юкломларнинг юқори самардорлиги ва юрак-қон томир касалликларининг олдини оловчи муҳим омил эканидан далолат беради.

Ҳўш, бу ҳақда мутахассисларнинг тавсияси ва кўрсатмалари қандай?

Роҳатой ДҲСЧАНОВА,
Тошкент тиббиёт академияси Урганч филиали ўқитувчиси:

— Ешим 60 да. Шифокор бўлганим боис, инсон саломатлигида соғлом турмуш тарзининг аҳамиятини яхши тушунаман.



Ҳар доим унга амал қилишга интиланам. Аммо ҳаётнинг синови бўлса керак, кетма-кет стрессларни бошдан ўтказдим. Қийин вазиятлар, ҳиссий омиллар ўз таъсирини кўрсатди. Мени ҳам қатор касалликлар четлаб ўтмади. Бир неча бор жарроҳлик столига ётишимга тўғри келди. Қон босимим доимий баланглиги сабабли қонимда қанд миқдори даражаси юқорилиги аниқланди. Одатда қандли диабет касаллигининг 2-типи 50 ёшдан ошган инсонларда ортиқча вазн, ширинликлар ва хамирли таомларни кўп истеъмол қилиш ёки наслий мойиллик сабаб юзага келади. Лекин бу дарадга йўлиқшимга юқорида келтирилган

омилларнинг алоқаси йўқ. 3-даражали гипертония касаллиги — қон босимининг доимий юқори бўлиши туфайли шу дараддан оғирдим. Ҳар сафар қон босими ошганда томирларда спазм бўлади. Тўқималарга ксилородга бой артериал қон етиб бориши камаёди. Шу туфайли қандли диабет юзага келади. Бу мен учун навбатдаги қутилмаган синов эди. Гипертония эса доимий ҳамроҳимга айланган.

Касалликларни енгиш ва ҳаётга қайтишимда жисмоний юкломларнинг кўмаги катта бўлди. Фаол, серҳаракат бўлишдан бошқа чорам ҳам қолмаганди. Ҳар кун тоза ҳавода 10 минг қадам юришни одат қилдим. Эрталаб бадантарбия билан шугулланаман. Кун давомида сузишга вақт ажратаман.

Сузиш инсон организмидеги барча тизимларни мустаҳкамлайди, мушак тўқимасини ривожлантиради, калорияларни йўқотади. Чиройли қоматга эга бўлишга ёрдам беради.

Жисмоний машқлар орқали организмда мунтазам қон айланиши ва моддалар алмашинуви яхшиланади, бунинг оқибатида юрак-қон томир тизими меърий даражада ишлайди. Шу билан бирга, қўл-оёқ мушакларининг ишлаш қобилияти ортади. “Табиб табиб эмас, бошидан ўтказган табиб” деганларидек, ҳаракатли юкломлар руҳий-эмоционал ҳолатга ижобий таъсир кўрсатиб, стрессларга қарши чидамликни оширишни ўз ҳаётим мисолида кўрдим. Энди умрнинг ҳар лаҳзасини қадрлаб, яхши кайфият ва шукроналик ҳисси билан яшашга ҳаракат қиламан. Ўтмишдаги хатолар ёки келажакка оид қўрқувлар бугунги кунимга таъсир қилишига йўл қўймайман. Ҳар кун юрагим билан гаплашаман. Унга нима кераклигига “қулоқ тутаман”...

Жисмоний юкломлар тизимли бўлиши зарур. Агар машқлар икки-уч ҳафта давомида бажарилмаса, унда илгари бажарилган жисмоний юкломлар самараси пасайиб кетади. Бир ой танаффус қилинса, самараси умуман йўқолади. Машгулотлар қутилмаган бўлмаслиги керак, чунки жисмоний тайёргарлик кўрмаган одамга бу фақат зарар etkazishi мумкин.

Юрак-қон томир касалликларининг олдини олиш учун жисмоний машқларни куч билан бажариш шарт эмас. Сиз ҳар доим ўзингиз ёқтирган машгулот турини танлашингиз мумкин. Тоза ҳавода сайр қилиш, боғда ёки томорқада ишлаш, велосипедда юриш ва сузиш етарли. Бу юзага келадиган хавфини сезиларли даражада камайтиради. Юрак соғлигини яхши сақлаш учун ҳафтасига 5 марта камида 30 дақиқа ўртача жисмоний фаоллик билан машгул бўлиш керак. Бу ҳаёт тарзини айланган. Саломатлигимни шу усул орқали асраб келяман.

ТЎҒРИ ОВҚАТЛАНИШ, ЖИСМОНИЙ
ФАОЛЛИК, РУҲИЙ БАРҚАРОРЛИКБАЛАНСЛИ ОВҚАТЛАНИШ КАСАЛЛИКНИНГ ОЛДИНИ
ОЛИШДА МУҲИМ АҲАМИЯТГА ЭГА

Юрак-қон томир касалликларининг сабаблари кўп, аммо нотўғри овқатланиш бунда етакчи омиллардан бири. Соғлом овқатланиш тамойилларига риоя қилиш ҳар бир инсоннинг онгли танлови бўлмоғи лозим. Бунда зарур тавсияларни бажаришга шифокор мажбур қилиши, озиқ-овқатга нисбатан қатъий чеклов шарт эмас, балки тўлиқ овқатланиш, аммо калория миқдори сарфланадиган энергиядан ошмаслиги, организм ҳар кун зарур миқдорда озуқа моддалари, микро ва макроэлементларни олиши муҳим. Шифокорлар, айниса, юрак касалликларининг олдини олишда тўғри овқатланиш бекёёс ўрин тутганини таъкидлайди.

Гули ШАЙХОВА,
Тошкент тиббиёт академияси профессорси:

— Юрак-қон томир касалликларининг юзага келиши сабабларидан бири холестерин даражаси юқори бўлишидир.

Бир қанча озиқ-овқат маҳсулотлари таркибида холестерин бўлишига қарамай, (масалан, тухум, буйрак, айрим денгиз маҳсулотлари ва бошқалар) одам қонда



холестерин миқдорини кўтариб юборишга унчалик таъсир қилмайди. Бироқ

овқатланиш, яъни холестерин даражасини кўтаришга ҳисса қўшадиган маҳсулотларни чеклаш саломатлик учун жуда муҳим. Бу нафақат холестерин миқдорини меърида сақлаш, балки организмда келиб чиқиши мумкин бўлган бошқа қатор муаммоларнинг олдини олишда муҳим омилдир.

Юрак-қон томир касалликларига сабаб бўлувчи холестериндан сақланиш учун тузсиз наон, сабзавотли ва ёрмали, сутли шўрвалар, гўшт ва баллиқнинг ёғсиз тури, қийма котлетлар (сувда ёки бугда пиширилган ҳолда), чала пиширилган тухум, сут ва сут маҳсулотлари (қатик, сузма, қаймоқ, ёғсиз творог), тузсиз сариёғ, ҳар хил бутқалар, сабзавот ва мевалар, дулданган овқат маҳсулотлари, эриши қийин бўлган ёғлар (қўй, от ва мол ёғлари), ёғли гўшт,

СТРЕССГА ЙЎЛ БЕРМАНГ!

Стресс фонида юрак уриш тезлигининг ошиши кузатилади. Бу ҳолинг тез-тез такрорланиши қон босимининг барқарор ўсишига олиб келади. Агар одам мунтазам равишда стресс остида бўлса, атеросклероз, қон томирлари тикилиши ва юрак хуружи ривожланиши мумкин. Соғлом турмуш тарзининг асосий тамойилларидан бири бўлган руҳий барқарорлик юрак касалликларининг олдини олишда муҳим омил саналади.

Шухрат ЭҒАШЕВ,
тиббиёт фанлари доктори, профессор:

— Стресс замонавий инсон ҳаётининг ажралмас қисми. Руҳий-эмоционал ҳолатта салбий таъсир кўрсатиш юрак-қон томир касалликлари пайдо бўлишига тўртки берувчи хавфли омилдир. Қон босими кўтарилиши аксарият ҳолларда стресс туфайли юзага келади, 80-85 фоизгача миокард инфаркти жиддий эмоционал зўриқиш туфайли келиб чиқади.

Аммо стресслар бўлгани яхши. Чунки у турли салбий ҳис-туйғуларни енгишга ўргатади. Лекин тана доимо юқори даражадаги оғохлантириш ҳолатида бўлмаслиги керак. Тикланиш ва хотиржамлик босқичига ўтиш муҳимдир. Шунинг учун узоқ

давом этадиган руҳий зўриқишлардан қочиш, кўпроқ дам олиш лозим. Бу юракнинг барқарор ишлаши учун ҳаётини заруратдир.

Авалло, узлуксиз таранглик келтириб чиқарадиган давомли руҳий-эмоционал юкломлар таъсирини камайтирувчи шароит яратиш лозим.

Мунтазам равишда ўзингизни тарбиялаб ва такомиллаштириб бориш, аввало ўзингизга, сўнгра бошқаларга талабчан бўлинг. Бевозтали билан курашнинг энг ишончли услуби доимий бандлик ҳисобланади. Фаол ижтимоий муносабатлар мулоқот қобилиятини шакллантиради. Шахснинг имкониятларини очишга ёрдам беради. Бошқаларга яхшилик истаги ўзингизга яхшилик келтиради, ёмон кайфиятда бўлишдан сақланиш, нафратингизни атрофдаги инсонларга сочманг.

Агар хато қилсангиз, дарров бунни самимий тан олинг, агар ноҳақ бўлсангиз, тезда унутишга ҳаракат қилинг ва бошқаларга эътиборли бўлинг. Ҳар бир қараш нисбий. Бироқ ҳар бир нуқтаи назарда ҳақиқат бор. Ишонинг, аммо ўта ишонувчанлик ҳам тажрибасизлик туфайли инсоннинг изтиробга тушишига сабаб бўлади ва энг ёмони, ҳаммадан хавфсизраб юради.

Ўзингизни бошқаришни, тутишни ўрганинг! Фазаб, ўта таъсирчанлик,



жаҳл одам ҳаётини издан чиқаради. Вазиятни таҳлил қилинг, салбий эмоциялар манбани топиб, уни бартараф

балиқ ва кўзиқориндан тайёрланган қайнатмалар, оширилган ёғли хамирдан тайёрланган таомлар, пишириқ, алкоголь, газли сув, аччиқ чой, кофе, какао, шоколадлар мумкин эмас.

Яна бир муҳим маслаҳат. Қора чой истеъмолини кўк чой билан алмаштириш танадаги холестерин миқдорини 15 фоизгача камайтиради. Чунки кўк чой таркибида капилляр қон томирлар деворини мустаҳкамловчи ва зарарли моддалар даражасини камайтирувчи бирикмалар мавжуд. Кўк чой ичиш натижасида фойдали холестерин даражаси ортиши аниқланган.

Сабзавот ва мевалардан янги сиқиб олинган шарбатлар холестеринни камайтиришга ҳисса қўшади. Масалан, селдир, сабзи, лавлаги, бодринг, олма, қарам ва апельсин шарбатлари шундай хусусиятга эга.

Бир ҳафтада 3 тадан ортиқ тухум истеъмол қилманг. Иложи бўлса, тухум овқатланиш рақибини ўзгартириш билан ортиқча холестериндан қутула олмайд. Лекин шундай бўлса ҳам соғлом

Иложи борича кўпроқ мева ва пиширилмаган сабзавотларни истеъмол қилинг. Улардаги С витамини танадан холестеринни чиқаришга ёрдам беради. Сабзавотлардан сабзи, қарам ва пиезда пектин моддаси кўп. Масалан, сабздан қунига 1-2 та истеъмол қилсангиз, холестерин миқдорини 10-20 фоиз камайтиради.

Таомномангизда ёғсиз гўшт бўлсин. Аммо бир қунда 200 граммдан кўп гўшт истеъмол қилманг. Балиқ истеъмоли жуда фойдали. Чунки балиқ гўшти қон томирларини атеросклероз тикчиларидан ҳимоя қилади. Саримсоқийёз қонда холестерин миқдорини камайтиради.

Кўплаб тадқиқотлар натижаси кўрсатадики, тўғри тузилган ва тартибли қабул қилинган соғлом озиқ-овқат маҳсулотлари юрак-қон томир касалликларининг олдини олади, ҳатто хавфли омиллар ва ирсий мойиллик бўлган тақдирда ҳам касаллик ривожланишига йўл қўймайди.

этинг. Салбий эмоциялар ва ноадекват тутиш ўзини ўта яхши кўришдир. Яъни эгоизм туфайли қатор низолар келиб чиқади. Энг яхши чиниқчи услуби — бандлик ва меҳнат. Ўзингизда сабр-тоқат, қаноат каби фазилатларни шакллантириш, арзиманг иқир-чиқирлар учун безовта бўлманг ва ўзингиздан чиқиб кетманг.

Доим ёдда тутиш зарур, ҳар қандай саёҳат биринчи қадамлардан бошланади ва ҳар қандай қийинчилик бизга сабримизни, қатъиятликни, мардлик, жасурилик ва руҳий кучимизни шакллантириш учун берилади. Шундай экан, мияни фақат ижобий, эзгу фикрлар, яхшилик, қувонч, саломатлик каби истаклар билан бойитиш зарур. Ҳаётимизни фикрларимиз белгилаб беришини унутманг.

Соғлом турмуш тарзи юрак-қон томир касалликларининг олдини олиш ва даволашнинг асосидир. Мунтазам жисмоний фаоллик, тўғри овқатланиш ва руҳий барқарорлик юрак-қон томир касалликларига чалиниш эҳтимолини камайтириш, ҳаёт сифатини яхшилашга ёрдам беришни юқорида таъкидладик. Ўз соғлигингиз ва яқинларингизнинг саломатлигига бефарқ бўлманг. Бу осойишта, соғлом ва бахтли келажакка сармоядир.

Саҳифани “Янги Ўзбекистон” муҳбири
Рисолат МАДИЕВА тайёрлади.

“Янги Ўзбекистон” ва “Правда Востока”
газеталари таҳририяти” ДМ

МУАССИС:
Ўзбекистон Республикаси
Вазирлар Маҳкамаси

Бош муҳаррир:
Салим ДОНИЁРОВ

Қабулхона: (71) 233-56-33 Девонхона ва эълонлар: (71) 233-70-98

Таҳририятга келган қўлёзмалар тақриз қилинмайди ва муаллифга қайтарилмайди.
Газетанинг етказиб берилиши учун обунани расмийлаштирган таъкилот жавобгар.
Газета таҳририят компьютер марказида саҳифаланди.
Газетанинг полиграфик жиҳатдан сифатли чоп этилишига “ШАРК” НМАК масъул.
Босмахона телефони: (71) 233-11-07.

E-mail: info@yuz.uz Веб-сайт: www.yuz.uz (71) 233-47-05

Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси ҳузуридаги Аxbорот ва оммавий коммуникациялар агентлиги томонидан 2020 йил 13 январда 1047-рақам билан рўйхатга олинган.
Нашр индекси — 236. Буюртма Г-346.
37346 нусхада босилди.
Ҳажми — 3 табоқ. Офсет усулида босилган. Қоғоз бичими А2. Баҳоиси келишилган нарҳда.

“ШАРК” нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида чоп этилди.
Босмахона манзили: Тошкент шаҳри, Буюк Турон кўчаси, 41-уй.

Навбатчи муҳаррир: Юнус Бўронов
Мусахҳиж: Малоҳат Мингбоева
Дизайнер: Зафар Рўзиев

Манзилимиз:
100060, Тошкент шаҳри,
Шахрисабз кўчаси, 85-уй

Ўза яқуни — 00:05 Тошхирлиди — 00:10