



Ўзгаришларни ҳар бир фуқаро, ҳар бир ёш юракдан ҳис қилиши керак!

4-с.

Навбат ёшларники — янги ва катта имкониятлар эшиги очик!

5-с.



ЎЗБЕКИСТОН МАҲАЛЛАЛАРИ УЮШМАСИНИНГ ИЖТИМОЙ-СИЁСИЙ, МАЪНАВИЙ-МАЪРИФИЙ ГАЗЕТАСИ

**2025 йил
2 июль,
Чоршанба**

Маҳалла

**№53
(2277)**

WWW.UZMAHALLA.UZ

МАҲАЛЛА МОДЕЛИНИНГ ХАЛҚАРО ДАРАЖАДАГИ ЭЪТИРОФИ

БМТ қароргоҳида “Маҳалла институти барқарор ривожланишга эришиш йўлида аҳоли билан давлат ўртасида муҳим ижтимоий кўприк” мавзусида юқори даражадаги конференция ташкил этилди

Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси делегациясининг жорий йил 22-29 июнь кунлари АКШга ташрифи амалга оширилди. Ташриф доирасида бир қатор нуфузли халқаро ташкилотлар, давлат ва нодавлат муассасалари, жамоат ташкилотлари ҳамда ўзбек диаспораси вакиллари билан учрашув ва музокаралар



ўтказилди. Энг муҳими, Президент Шавкат Мирзиёев ташаббуси билан маҳалла тизимида амалга оширилаётган ислохотлар, ўзини ўзи бошқариш органларининг бугунги жараёнлардаги ўрни ва аҳамияти хусусида кенгроқ маълумот берилди.

Давоми 2-саҳифада.

СУҲБАТ

БУГУНГИ СОНДА:

“Маҳалла сервис компанияси”га солиқ имтиёзи берилди

Маҳаллаларни обод қилиш билан боғлиқ ишларни бажариш ва аҳолига қонунчиликда белгиланган айрим ижтимоий пулли хизматлар кўрсатишдан олинган маблағлар солиқ солишда ҳисобга олинмайдиган даромадларга киритилди. Уларнинг ер участкалари ер солиғи солиш объекти ҳисобланмаслиги белгиланди.

6-с.

Инсон қадр-қиммати — энг муҳим мезон

“Иш самардорлигини оширишга хизмат қиладиган бир таклифни илгари сурмоқчи эдим. Аниқроқ айтиладиган бўлсақ, маҳаллаларда ижтимоий ходим учун алоҳида хона ва техник жиҳозлар ажратилишини истардим. Бу фуқаролар билан алоҳида мулоқот ташкил этиш ҳамда ҳужжат ишларини тез ва осон ҳал қилишга ёрдам берарди”.

7-с.

Бировнинг телефонига қараш мумкинми?

Агар мураббий (ота, устоз ва ҳокazo) қўл остида тарбияланаётган шахснинг тўғри йўлдан оғишидан шубҳа қилса, у ҳолда тарбия мақсадида ўз қўл остидаги шахснинг телефонини текширишига рухсат берилди. Балки улар вақти-вақти билан болалар ва уларга тегишли нарсаларни назорат қилиб туришлари керак, токи улар тўғри йўлдан оғмасинлар.

8-с.



“МАҲАЛЛА РАИСИ, БУ — МАҲАЛЛАНИНГ ВИЖДОНИ”

Президент Шавкат Мирзиёев 30 июнь — Ёшлар кунини муносабати билан ўтказилган учрашувда нутқ сўзлар экан, маҳалла тизимига, унинг ҳуқуқ ва ваколатларига алоҳида эътибор қаратди.

Учрашувда давлатимиз раҳбари маҳалла раисларига мурожаат қилди: “Маҳалладаги тинчлик, ҳамжихатлик, меҳр-оқибат, соғлом муҳит, аввало, маҳалла раисига боғлиқ. Маҳалла раиси фақатгина “оқсоқол” эмас, ёшларнинг энг яқин дўсти, сир-

“Маҳалла-кўй нима дейди?” деган сўроқ маҳалладаги ҳар бир инсонни сергак тортириши керак!

доши, кўмақдоши. Маҳалла раиси — бу маҳалланинг виждони. Маҳаллада битта боланинг нотўғри йўлга кириши ҳам факултетада ҳолат бўлиши керак. Шунинг учун ҳар бир бола ҳақида, унинг тақдири, келажаги ҳақида, аввало, маҳалла раислари кўпроқ қайғуриши лозим...”

Давоми 3-саҳифада.

УЮШМА КУНДАЛИГИ

Сайланган раислар билан очик мулоқот

Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси раиси Қаҳрамон Қуронбоев пойтахтимидаги янги сайланган маҳалла раислари ҳамда йигинлардаги ёшлар етакчилари билан очик мулоқот ўтказди.



йўлга кириши ҳам факултетада ҳолат бўлиши кераклиги айтилди. Шундан келиб чиқиб, мулоқотда маҳалла раислари олдида турган энг асосий вазифаларга тўхталиб ўтилди. Унга кўра, маҳалла раиси мамлакатда бўлаётган ислохотларни хонадон-ма-хонадон юриб аҳолига етказди. Одамларнинг ҳуқуқий онгини ошириш чораларини кўради. Аҳолининг ижтимоий ҳимояга муҳтож қатлами билан алоҳида ишлади. Учрашувда “Рақамли маҳалла” платформаси билан ишлаш амалиёти хусусида тақдиротлар қилинди.

Учрашувда давлатимиз раҳбарининг 30 июнь — Ёшлар кунини йигит-қизлар билан учрашувда маҳалла тизими бўйича белгилаб берган устувор вазифаларга тўхталиб ўтилди. Маҳаллаларда уюшмаган ёшлар, тарбияси оғир ва ҳуқуқбузарлик содир этган ўқувчилар билан алоҳида ишлаш лозимлиги қайд этилди. Маҳаллада битта боланинг нотўғри

ТАРТИБ

Маҳаллалар ихчамлаштирилади, фаолият такомиллаштирилади

“Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси фаолиятини йўлга қўйиш ва маҳаллаларда бошқарув тизимини такомиллаштиришга оид қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”-ги Президент қарорига асосан, маҳаллаларни бирлаштириш ва ихчамлаштириш бўйича вазифалар белгиланган.



Жорий йилнинг ўтган даврида ҳудудий ҳокимликлар ҳузуридаги идоралараро доимий комиссиялар томонидан ихчамлаштириш режалаштирилган 500 тагача хонадонни мавжуд бўлган 1 248 та маҳалла фаолияти ўрганилди. Урганиш якунлари бўйича биринчи босқичда 444 та маҳаллани ихчамлаштириш бўйича Қорақалпоғистон Республикаси Жўғорги Кенгеси, вилоятлар ва Тошкент шаҳар халқ депутатлари Кенгаши-

нинг қарорлари қабул қилинди. Иккинчи босқичда жорий йил 1 ноябрга қадар 808 та маҳалла ихчамлаштирилади. Маълумат учун, Андижонда 30 та, Бухорода 28 та, Жиззахда 5 та, Навоийда 20 та, Наманганда 34 та, Самарқандда 45 та, Қашқадарёда 52 та, Сурхондарёда 1 та, Сирдарёда 18 та, Тошкент вилоятида 142 та, Фарғонада 47 та, Хоразмда 22 та маҳалла қисқартирилди.

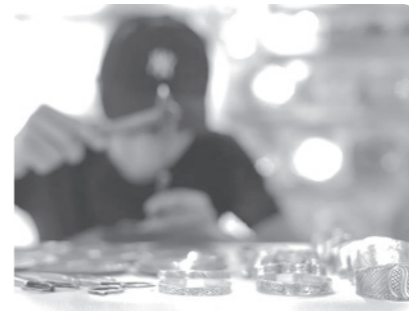
(Давоми 4-саҳифада.)



Президент Шавкат Мирзиёев мамлакатимиз ривожига муносиб ҳисса қўшаётган бир гуруҳ фаол ёшларга ДАВЛАТ МУКОФОТЛАРИНИ ТОПШИРДИ.



Давлатимиз раҳбари ёшларнинг турли соҳалардаги ЛОЙИХАЛАРИ, КАШФИЁТ ВА ЮТУҚЛАРИ билан танишди.



Президент қарорига асосан, ЗАРГАРЛИК БҲУОМЛАРИНИ ИШЛАБ ЧИҚАРИШ соҳаси қўллаб-қувватланади.

Давом.
Бошланғич
1-саҳифада.

СУҲБАТ

МАҲАЛЛА МОДЕЛИНИНГ ХАЛҚАРО ДАРАЖАДАГИ ЭЪТИРОФИ

Биз АҚШ сафари ва унинг доирасида ўтказилган тадбирлар, эришилган келишувлар ҳақида батафсил маълумотга эга бўлиш учун Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси раиси Қаҳрамон Қуронбоевни суҳбатга чорладик.



— Хурматли Қаҳрамон Қўрқорович, даставвал АҚШ сафари таассуротлари билан ўртоқлашсангиз. Айтинг-чи, океанорти мамлакатидида маҳалла тизими, уни том маънода халқчил тузилмага айлантириш борасидаги сэй-ҳаракатлар қандай кутиб олинди?

— Дарҳақиқат, давлатимиз раҳбари топшириғи асосида АҚШга амалга оширилган таширф доирасида маҳалла тизимидаги ислохотларни кенг жаҳон оммасига намойиш этдик. Бирлашган Миллатлар Ташкилоти қароргоҳида ўтказилган халқаро конференция, турли учрашувлар, ўзбекистонлик ватандошлар билан мулоқотларда уч минг йиллик тарихга эга, дунёда ўхшаши бўлмаган ноёб институт — маҳалла тизими кўпчиликда ижаботи таассурот қолдирди. Айтиш кераки, Президент Шавкат Мирзиёев ташаббуси ва сэй-ҳаракати билан маҳалла тизими бугун жамиятимизда кечаётган ислохотларнинг ҳал қилувчи бўлишига айланди. Маҳаллага қўшимча куч ва имкониятлар тақдим этиляпти, ваколат ҳам, маъсулият ҳам кўйи тизимга туширилмоқда.

Камбағалликни қисқартириш, бандликка кўмаклашиш, оилалар фаровонлигини таъминлаш, жиноятчиликнинг олдини олишда маҳалла катта куч сифатида майдонга чиқмоқда. Маҳалла ҳар бир оила, ҳар бир инсон муаммоси, дарду ташвишига чуқур кириб бора оладиган халқчил тузилма сифатида янада фаоллашди.

Сўнги тўрт йилда мамлакатимизда маҳалла тизimini тубдан ислох қилиш бўйича қатор стратегик қадамлар амалга оширилди:

- Президент ташаббуси билан Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси ташкил этилди, “Маҳалла еттилиги” модули жорий этилди;
- маҳалланинг давлат органлари билан институционал уйғунлиги таъминланди;
- маҳалла раисларининг ҳуқуқий мақоми, моддий-техник базаси мустаҳкамланди;
- бюджетли ва молиявий мустақиллик тамойили жорий этилди — ҳар бир маҳалланинг ўз бюджетли шаклланиши;
- “Рақамли маҳалла” ягона ахборот платформаси орқали бюрократик омилар қисқартрилди.

Қайд этилганидек, мамлакатимиздаги 9 008 та маҳалладаги ишларни тизими, тартибли, аҳоли талаб ва эҳтиёжларига мос равишда йўлга қўйиш учун “маҳалла еттилиги” тизими йўлга қўйилди.

“Маҳалла еттилиги” тизимининг самарали фаолияти натижасида:

- 5 584 та (59 фоиз) маҳаллада жиноятчилик қайд этилмади;
- 5 019 та (53 фоиз) маҳаллада оилавий ажралишлар кескин қисқарди;
- 1 525 та (16 фоиз) маҳаллада ишсизлик бартараф этилди;
- аҳоли муурожаатларининг 88 фоизи маҳалланинг ўзида ечим толяпти.

Ўзбекистон Президентининг яна бир ташаббуси билан маҳаллалар иқтисодий марказлар, бизнес субъектлари сифатида ривожланмоқда. Бунинг ёркин мисоли — “Маҳалла сервис компанияси” дир. Бугунги кунда улар тозалик, таъмирлаш, ободонлаштириш, хизмат кўрсатиш каби йўналишларда самарали ишляпти.

АҚШ штатларида, БМТнинг турли тузилмаларида, юртдошларимиз билан ўтказилган мулоқотларда юқоридаги ислохотлар, ўзгаришлар ҳақида батафсил тақдиротлар қилдик. Энг муҳими, маҳалланинг аҳоли турмуш фаровонлигини ошириш, муаммоларини жойида ҳал этиш, эҳтиёжмандларни қўллаб-қувватлаш, бандликнинг таъминлашдаги ўрнини атрофлича очиб бердик.

— Ўзбекистонда маҳалла институти фақат миллий модель эмас, балки глобал ҳамкорликнинг муҳим йўналишига айланмоқда. Бу ҳақда сўз кетганда, ўтган йили Самарқанд шаҳрида БМТнинг нуфузли тузилмалари билан биргаликда халқаро конференция ташкил этилди, қатор меморандумлар имзоланди. АҚШ сафари чоғида айна йўналишда яна қандай муҳим ўзгаришлар бўлди?

— Тўғри қайд этдингиз, маҳалла микёсида шаклланган тажрибалар кўпчилик хорижлик экспертларни мазкур тузилма тарихини ўрганиш, унинг бугунги ислохотлар жараёнларидаги иштирокини баҳолаш, бевосита Ўзбекистонга келиб, маҳалла муҳитида яшаб кўриб, таҳлил қилишга чорляпти. Худди шундай, ўзини ўзи бошқариш тизimini такомиллаштириш, айна йўналишда халқаро тажрибани ўрганиш борасида муайн ишлар амалга ошириляпти.

Хусусан, Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси БМТнинг қатор тузилмалари — БМТ Тараққиёт дастури (UNDP), БМТ Аҳолишунослик жамғармаси (UNFPA), БМТ Болалар жамғармаси (UNICEF) билан ҳамкорлик меморандумлари имзоланди.

АҚШ сафари доирасида БМТ Бош қароргоҳида “Маҳалла институти барқарор ривожланиши эришиш йўлида аҳоли билан давлат ўртасида муҳим ижтимоий кўприк” мавзусида юқори даражадаги конференция ташкил этилди. Мазкур анжуман мамлакатимиз тарихига дунёнинг энг нуфузли минбаридида маҳалла тизимига бағишлаб ўтказилган илк халқаро тадбир сифатида муҳрланди.



Халқаро анжуманда иштирокчиларга маҳалла институтининг ноёб хусусиятлари, жумладан, унинг жамиятда ижтимоий бирдамликни мустаҳкамлаш, инклюзив ривожланишни таъминлашда тугган юқори ўрни ҳақида батафсил маълумот берилди.

Президент Шавкат Мирзиёев раҳбарлигида Янги Ўзбекистонда амалга оширилаётган ислохотлар, хусусан, маҳаллаларни фаол ўзини ўзи бошқариш институти ва барқарор ривожланиш манбаи сифатида трансформация қилиш жараёнлари эътироф этилди. Хусусан, БМТ Тараққиёт дастури раҳбари в.б. Хаоланг Шу Ўзбекистон раҳбариятига маҳалла борасидаги кенг қамровли ислохотлар учун миннатдорлик билдирди. БМТ Тараққиёт дастури маҳалла институтини тўрт йўналишда — камбағалликка қарши курашишда таҳлилий ва рақамли инструментларни кучайтириш; фуқароларнинг бошқарувда иштирокини ривожлантириш; маҳаллий лойиҳалар учун барқарор молиялаштиришни таъминлаш; яшил” ва рақамли трансформацияни амалга оширишда қўллаб-қувватлашга доимо тайёр эканини таъкидлади.

БМТ Иқтисодий ва ижтимоий кенгаши раиси ўринбосари Лок Баҳадур Тхана маҳалланинг “бетакрор ва синдован ўтган фуқаролик жамияти институти” сифатида камбағалликни бартараф этиш, аёллар ҳуқуқларини кенгайтириш, жиноятларнинг олдини олиш ва инклюзив жамиятларни ривожлантиришда муҳим ўрин тутаетганини алоҳида қайд этди.

БМТ Бош қотиббининг ёшлар масалалари бўйича ёрдამчиси Ф.Пауле Ўзбекистонни “ёшлар билан чиндан ҳам ишлайдиган давлат” сифатида эътироф этиб, маҳалла институтининг уларни юқори даражадаги қарорларни қабул қилиш жараёнларидаги жалб этишда самарали моделга айланганини таъкидлади. Шунингдек, Ўзбекистоннинг ёшлар мавзусини глобал даражада илгари суриш бўйича сэй-ҳаракатларини юксак баҳолади.

БМТ Аҳолишунослик жамғармаси вакили Л.Шарафи барқарор ўзгаришларга фақат маҳаллий жамоалар иштирокида эришиш мумкинлиги, бу борада Ўзбекистондаги маҳаллалар билан ҳамкорлик қилишдан фохрланишини қайд этди.

Конференцияда Ўзбекистонда “маҳалла еттилиги” модели халқаро ҳамжамият эътиборида юксак баҳола-ниб, бу борада 2024 йилда БМТнинг 193 та аъзо мамлакатлари томонидан расмий хужжат сифатида тан олинган “Самарқанд декларацияси” қабул қилингани эътироф этилди. Мароқаш ва Бахрайн давлатларининг БМТдаги доимий вакиллари Ўзбекистон ташаббуси билан мазкур муҳим мулоқотнинг ташкил этилгани, шунингдек, маҳалланинг ноёб фуқаролик жамияти институти сифатида халқаро майдонда илгари сурилишида етакчилик қилаётгани учун самимий миннатдорлик ихзор этди.

Умуман олганда, мазкур анжуманда маҳалла билан боғлиқ барча жараёнлар, қадриятлар, аъналар бор буй-баси билан кўрсатилди. Тизимдаги ҳар бир ўзгариш, ташаббус атрофлича баён этилди. Анжуман қатнашчилари ўзларини қизиқтирган жиҳатлар бўйича зарур маълумотларга эга бўлди. Кўпчилик экспертлар Ўзбекистондаги маҳалла муҳитини шу ерга келиб ҳис этиш, унда яшаб кўриш, моҳиятини чуқурроқ англашга қизиқиш билдирди.

Шунингдек, таширф доирасида БМТнинг қатор тузилмалари раҳбарлари — Хаоланг Шу, Филиппе Пауле, Лок Баҳадур Тхана ва Диена Кейта билан

икки томонлама мулоқотлар ўтказилди. Учрашувларда Янги Ўзбекистонда амалга оширилаётган кенг қамровли ислохотлар, жумладан, ёшларнинг фаоллигини қўллаб-қувватлаш, маҳаллаларни инклюзив ва шаффоф бошқарув майдони сифатида ривожлантириш, фуқароларнинг қарор қабул қилиш жараёнларидаги иштирокини кенгайтириш, гендер тенгликни таъминлаш, маҳаллий даражада фуқаролик жамиятини мустаҳкамлаш каби устувор йўналишлар ҳақида маълумотлар берилиб, қизгин мулоҳазалар алмашилди.

— Ўзбекистон делегацияси таркибида қайси давлатга борманг, албатта, ўша ерда яшаётган, меҳнат қилаётган, ўқийётган юртдошларимиз билан мулоқот қиласиз. Уларнинг фикрларига, ташаббусларига, тақлифларига, муаммоларига қулоқ тутасиз. Бу гап ҳам шундай бўлди — Америкадаги ватандошлар билан учрашувлар ташкил этилди.

— Ватан туйғуси нима? Бу саволга ҳар ким турлича жавоб беради. Аммо чинакам Ватан туйғусини юртдан олисда яшаб, бошқа давлатларда ўқийётган ёки ризиқни териб юрган инсоннинг кўзларида кўраман, десам ишонаверинг. Бу туйғу — соғинч, бу туйғу — киндик қони тўкилган она заминга муҳаббат ҳисси. Айниқса, ўзбек фарзанди борки, Ер юзининг қайси бурчагида бўлмасин, доим Ўзбекистондан ғурурланади, минглаб километр олисларда ҳам қалбдан шу юртга талпинаверади.

АҚШда ҳам бугун минглаб юртдошларимиз истиқомат қияпти. Улар Ватан тақдирига бефарқ эмас. Худди шундай, Ўзбекистон ҳам хорижда яшаётган фуқароларини доим қўллаб-қувватлаб келаетганига ғувоҳ бўляпмиз. Айниқса, охириги йилларда бу жараён фаоллашгани кўзга ташланади.

Қайд этганингиздек, таширф доирасида Ўзбекистон делегацияси Нью-Йорк ва Флорида штатларида фаолият юритаётган ўзбек диаспоралари ва ватандошлар билан учрашувлар ташкил этди. Жумладан, Нью-Йоркдаги “Mahalla USA” жамоат бирлашмаси ва Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси ўртасида ўзаро англашув меморандуми имзоланди. “Mahalla USA” жамияти Уюшманинг фахрий аъзоллигига киритилиб, ватандошлар ўртасида маданий-маърифий тадбирлар ташкил этиш, уларнинг муаммоларини ешитиш ва ҳал қилиш, фарзандларини миллий қадриятларимиз руҳида тарбиялашга доир қўшма чора-тадбирларни амалга ошириш белгиланди.

Флорида штатида “Ал-Бухорий Ислом маркази” раҳбари Илёсон Тошхўжаев ва “Uzbek-American маданият ва таълим халқаро маркази” раҳбари Фарид Каримова ҳамроҳлигида 150 нафардан ортиқ ватандошлар билан мулоқот ўтказдик, миллий қадриятларини асраш ва Ўзбекистон билан алоқаларни мустаҳкамлаш масалаларини муҳокама қилдик. Қолаверса, юртимизда амалга оширилаётган ислохотлар ҳақидаги маълумотларни етказдик.

Делегация вакиллари улар билан бир дастурхон атрофида йиғилди. Суҳбатларда юртдошларимиз Ўзбекистонни жуда яхши кўришларини баён қилишди. Улар орасида мамлакатимизга инвестиция киритишга тайёр ватандошларимиз ҳам талайгина. Уларнинг режалар тингиланди, ҳар бир лойиҳага, албатта, амалий кўмак кўрсатилишига келишиб олинди. Мулоқотлар якунида ватандошлар ва уларнинг фарзандлари учун 1 000 дан ортиқ ўзбек адабиётлари тўпламлари тақдим этилди.

Бундан ташқари, 30 июнь — Ёшлар куни муносабати билан АҚШда тахсил олаётган ва меҳнат қилаётган ёшлар учун байрам тадбири ташкил этилиб, Ўзбекистонда йигит-қизларни қўллаб-қувватлаш бўйича олиб борилаётган ислохотлар ҳақида батафсил маълумот берилди.

— Ҳар қандай таширф амалий натижалари билан қизиқ. Шу маънода Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси АҚШга сафари якунлари бўйича қандай келишувларга эришди? Ва бу ҳамкорлик натижалари қайси ўринларда ўз аксини топади?

— Таширф якунлари бўйича БМТнинг қатор тузилмалари, давлат ва нодавлат муассасалари билан ҳамкорликни кенгайтириш, ўзаро мулоқотни тез-тез олиб бориш, биргаликда аҳоли фаровонлигини таъминлашга хизмат қиладиган келишувларга эришидик. Хусусан:

- 2026 йилнинг октябрь ойида Самарқанд шаҳрида БМТ билан ҳамкорликда маҳалла институти фаолиятига доир II Халқаро конференция ўтказилади;
- “Junior Professional Officer” дастури доирасида ўзбекистонлик ёш мутахассислар БМТга амалиёт ўташга жалб қилинади;
- 2026 йил май ойида Тошкент шаҳрида БМТ аъзо давлатларнинг ёшлар ишлари бўйича мазкур раҳбарлари ва ёшлари иштирокида “Бутунжаҳон ёшлар форуми” БМТ Ёшлар офиси билан ҳамкорликда ўтказилади;
- БМТнинг Аҳолишунослик жамғармаси (UNFPA) билан гендер зўравонлиги профилактикасида Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси билан ҳамкорликда лойиҳалар амалга оширилади;
- ўзбек диаспораси вакиллари фарзандлари учун Ўзбекистонда ёзги оромоҳлар ташкил этилади;
- хориждаги ватандошларимиз фарзандлари, меҳнат қилаётган ва таълим олаётган ўзбекистонлик ёшларни бирлаштириш мақсадида улар иштирокида ҳар йили “Ёш ватандошлар форуми” ўтказиб борилади;
- Нью-Йорк ва Флорида штатларида ватандошлар учун Мустақиллик байрами арафасида танқили санъаткорлар, ёзувчилар, шоирлар ва зейиллар иштирокида “Маънавият фестивали” ташкил этилади.

Умуман олганда, мазкур таширф Ўзбекистон маҳалла институтининг халқаро майдондаги нуфузини ошириш, БМТ ва бошқа тузилмалар билан самарали ҳамкорликни йўлга қўйиш, шунингдек, ўзбек диаспораси билан узвий алоқаларни мустаҳкамлашда муҳим қадам бўлди.

Мулоқотлар натижаси кўп куттирмайди: маҳалла институти ва бу ерда тўпланган миллий тажриба бошқа давлатларда ҳам жорий этилади, ундаги муҳитини ўз танасида ҳис қилишни истаган сэй-ҳаракат сафи кенгайди. Маҳалланинг халқаро микёсдаги нуфузи ошди. Қолаверса, эришилган келишувлар самарасида ўзбекистонлик ёшларнинг малакаси оширилади, АҚШдаги йигит-қизлар ўртасида ўзаро мулоқотлар йўлга қўйилади, уларнинг таълим-тарбиясида маҳалланинг иштироки кенгайди. Энг муҳими, маҳалла нафақат Ўзбекистонда, балки халқаро даражада ўз ўрнига эга бўлади.

— Мазмунли суҳбатингиз учун ташаккур!

“Mahalla” муҳбири Бахтиёр АБДУСАТТОРОВ суҳбатлашди.

ЭНГ МУҲИМИ, ТАРИХИМИЗДА БИРИНЧИ МАРОТАБА БМТ МИНБАРИДА “МАҲАЛЛА” НОМИ ХУДДИ ШУ ШАКЛДА, ЎЗБЕКЧА ТАЛҚИНДА ЯНГРАДИ. ТАРЖИМСИЗ, ЎЗ НОМИ БИЛАН АТАЛГАН “МАҲАЛЛА” СЎЗИ КОНФЕРЕНЦИЯ ИШТИРОҚЧИЛАРИ ҚАЛБИДАН ЖОЙ ОЛДИ. ҚАЙСИДир МАЪНОДА БМТ АТАМАЛАР ЛУҒАТИ ЯНА БИР МИЛЛИЙ СЎЗ — “МАҲАЛЛА” БИЛАН БОЙИДИ.





Президент Шавкат Мирзиёев ТАШҚИ САВДО ВА ТРАНСПОРТ-ЛОГИСТИКА соҳаларида кечиктириб бўлмайдиган чоралар муҳокамаси бўйича йиғилиш ўтказди.



Президент фармонида асосан, давлат фуқаролик хизмати ЯНГИ ЁНДАШУВЛАР АСОСИДА ташкил этилади.



Марказий банк ИЖТИМОЙ НАФАКАЛАРНИ КРЕДИТ ҚАРЗЛАРИ УЧУН ечиб олаётган ташкилотларни огоҳлантирди.

Давоми. Бошланиши 1-саҳифада.

МУНОСАБАТ

“Маҳалла раиси, бу — маҳалланинг виждони”



Бахтиёр АБДУСАТТОРОВ, “Mahalla ko'zgusi” журнали Бош муҳаррири.

Хўш, бугунги кун маҳалла раиси қандай бўлиши керак? У ўзида қандай сифатларни, фазилатларни жо қилиши керакки, бу — маҳалланинг тараққиёти, фаровонлигига хизмат қилсин? Умуман, раислар маҳалла виждонига айланиши учун нималарга эътибор қаратиши зарур?

Келинг, фикримизни, энг аввало, Президентимиз қайд этган жиҳат: “Маҳалла виждони” деган жумланинг моҳиятидан бошла- сак. Мамлакат раҳбари “виждон” атамасини юксак маънавият ва маърифат сўзлари билан уйғун- ликда кўрмоқда. Зотан, инсоният дунёсининг энг муҳим ёриткичи — маънавий чироғи инсоннинг онги ва тафаккурини ёритади, қалби, виждонини уйғотади, одамийлик ҳиссини кучайтиради.

Хўш, виждон ўзи нима? Унга берилган таърифлар жуда кўп. Баъзи олимлар виждонни ки- шиларнинг кундалик фаолияти, хатти-ҳаракати, феъл-атвори учун оила, жамоат, жамият ва Ватан олдида маънавий масъулиятни ҳис этиши сифатида таърифлайди. Яна бир гуруҳ мутахассислар уни инсонга хос бўлган юксак маъна- вий фазилат тарзида тушуниради.

Назаримизда, виждон, энг аввало, ахлоқий тушунча. Виждон яхшилик нимаю ёмонлик нима- лигига жавоб берадиган ички ишонч, ўзининг амалдаги фао- лияти учун ахлоқий масъулиятни англашдир.

Бундай кишилар, аввало, виждонни ўз ҳаётининг ўлчови, деб билади. Виждонли одамлар ёлғон гапиришни ўзига эп бил- майди. Уларнинг ҳаётий тамойили битта: рост сўзлаш ва виждонига хилоф иш қилмаслик. Барчамиз севиб томоша қиладиган “Суюнчи” бадий фильмида Анзират холини маҳалладошлари “**Анзират хола қишлоғимизнинг виждони эди**”, дея таърифлашда жуда катта маъно бор.

Виждонли инсон ҳар бир қилган иши, одамлар билан бўлган мулоқоти, фаолияти ва фикрларини сарҳисоб қилади. Бу юксак маънавий-ахлоқий фазилат шахсни эзгу мақсад ва амалларга ундаб, ўз фаолиятига холисона, тўғри баҳо беришга ундайди. Виждон инсоннинг билим дара- жаси, моддий аҳволи, ижтимоий мавқеи билан белгиланмайди, у юксак маънавийлик, қомиллик ва тарбия маҳсулидир.

БУГУНГИ МАҲАЛЛА КЕЧАГИ МАҲАЛЛА ЭМАС
Бугун маҳалланинг қамрови, ва- колати, имконияти анча кенгайди. Шу билан бирга, масъулият ҳисси қаррасига ошди.

Эътиборлиси, одамлар ўз- ларини қийнаётган муаммолар бўйича ҳар хил идораларга қатнашига ҳоҳат қолмади. Бугун улар маҳаллага мурожаат қилиш орқали кўпгина масалаларга ижобий ечим топяпти. Айниқса, кундалик ҳаётимизда муҳим ўрин тутадиган, муносиб ҳаёт кечириш учун зарур бўлган йўл, сув, электр энергияси, газ ва бошқа масала- лар бўйича маҳаллалар тизимли иш олиб бормоқда.

“Маҳаллани жойларда муам- моларни чинакам ҳал қиладиган институтга айлантиришимиз зарур. Яна тажриба орттирамиз, яна ўзгартирамиз. Ҳаёт бизни шунга мажбур қилаяпти. Ҳозир- ги таҳлиқаларга ечим топамиз десак, бизнинг ягона йўлимиз — маҳалла, маҳалла, маҳалла ва яна бир марта маҳалла. Маҳалла тизими обрўсини қанча кўтар- сак, одамлар ишонади, одамлар биздан рози бўлади”. Давлатимиз раҳбарининг ушбу гаплари бугун ўз исботини толганга барчамиз гувоҳ бўлиб турибмиз.

Маҳалла ишида энг муҳими, бу — давлат идоралари билан яқин ҳамкорлик ва шерикликдир. Маҳалла қонун ҳужжатлари юри- дикциясига кирмайдиган кўпгина масалаларни инсонпарварлик, кўшничилик тамойиллари асосида ҳал қилади. Бунинг учун маҳалла раиси ислохотчи бўлиши керак. Раислар ўзини ўзи ислох қила олиши, ўзига нисбатан талабни кучайтириши, мунтазам малака- сини ошириб бориши, салоҳиятини ва талабчан бўлиши — бугунги кун талабидир. Зотан, маҳалла раис- лиги, бу — одамлар тақдир ва келажаги, қувонч ва ташвишлари- га дахлдор вазифа саналади.

Айнан шу мақсадларда фуқаролар йиғинлари раислари ваколат мuddати уч йилдан беш йилга ўзгартирилди, раисларнинг ваколати мuddатидан илгари ту- гатилган тақдирда, бўшаб қолган ўринларга янги сайлов ўтказиш орқали маҳалла раисини беш йил мuddатга сайлаш тартиби белги- ланди. Илк мартада жорий йилги сайловлар янги мезонлар асосида ўтди. Сайловларда қатнашган 26 минг 334 нафар номзод орасидан 8 852 нафар маҳалла раиси беш йил мuddатга сайланди.

Энди маҳалла раислари олдида ўта масъулиятли ва шарафли вазифа турибди — уларни ўзига етакчи қилиб сайлаган маҳалла аҳлининг ишончини оқлаш! Вазифалар кўлами кенг, салмоғи оғир. Бундай масъулиятли вазифани фақат сидқидилдан бажарган инсоннинг юзи ёруғ, мартабаси улуг бўлади. **Бунинг учун улардан масъулият, дахлдорлик, доимий огоҳлик, халқ дарди билан яшашни ўзининг кундалик ҳаётий ишорига айлантириш талаб этилади!**

МАҲАЛЛА ВИЖДОНИГА АЙ- ЛАНМОҚ УЧУН...

Энди маҳалланинг бошида қў- йилган ўйларимизга жавоб изла- сак: **хўш, маҳалла раиси йиғиннинг виждонига айланиши учун нима қилиши керак? Шу ўринда маҳал- ла раислари олдида турган энг асосий вазифаларга тўхталиб ўтмоқчимиз.**

Маҳалла раиси “еттилик”ка, кўчабоши ва уйбошиларга бош бўлиб, ҳар куни уйма-уй юриш

орқали мамлакатимизда амалга оширилатган ислохотларни ҳар бир хонадон, оилага етказиши керак. Бу — аҳолининг имтиёз ва имко- ниятлардан самарали фойдалани- шига шароит яратиб, одамларни ислохотлар жараёнида фаол бўлишга ундайди. Ўз навбатида ҳар hafta камида икки марта аҳолининг ҳуқуқий онги, маънави- яти ва дунёқарашини оширишга қаратилган тадбирлар ташкил қилади.

“Маҳалла еттилиги” аҳолининг давлат ва жамият бошқарувида фаол иштирок этишини таъмин- лади, уларнинг даромадини оширишга масъул бўлади. Бу жараёнда имтиёзли кредит ва субсидиялар тақдим этилади, иссиқхоналар қуриб берилади, қўшимча даромад топиш имкони- яти яратилади. Маҳаллани “кам- бағаллик”, “ишсизлик”, “жиноят” ва “ажралиш”дан холи ҳудудга айлантиришга “маҳалла еттилиги” ҳамда мутасадди ташкилот ва идораларнинг куч-воситалари сафарбар қилинади.

Маҳалла раиси уйма-уй юриш орқали, ўтказилган суҳбатлар, келиб тушган мурожаатлар нати- жасида аниқланган муаммоларни, аҳолининг тақдир ва шикоят- ларини кўриб чиқади, тегишли ташкилотларни жалб қилган ҳолда, уларни ҳал этиш чорасини кўради. Бу орқали ҳар қандай масала маҳалланинг ўзида ечим топади. Шунингдек, маҳалладаги тўй, оилавий тантана, маърака ва маросимларни исрофгарчиликсиз, илҳам ўтишини таъминлаш ҳам раис зиммасидаги муҳим вазифа- лардир.

Азалий қадрият — қийин кунларда бир-бирига тиргак бўлиш, ўзаро қўллаб-қувватлаш хислатлари маҳаллаларда қарор топиши лозим. Бу борада раислар ҳар ойда камида икки-уч эҳтиёжманд оиланинг хонадонига кўни-қўшилари жалб этган ҳол- да, таъмирлаш ишларини ташкил этади. Оммавий хашарлар уюшти- риш аънаанага айланиши зарур.

Аҳолини оммавий спортга жалб қилиш, “Саломатлик учун 5 минг қадам” юришларини, “Сало- матлик йўлакчалари”ни ташкил қилиш орқали уларнинг жисмон- ний фаоллиги оширилади. Маҳал- ла бошқарувида фаол иштирок этиб келаётган давлат ва жамоат ташкилотлари ходимлари, “маҳал- ла еттилиги” аъзолари, кўча (уй) бошилар ва фуқаролар рағбатлан- тириб борилади. Бу — ижтимоий фаоллик орттиришга, маҳаллага нисбатан дахлдорлик туйғуси ошишига хизмат қилади.

Маҳалла раиси йиғин инфра- тузилмасини ривожлантириш бўйича йиллик дастурлар ишлаб чиқиши керак. Бу жараёнда “Очiq бюджет” танловига аҳолининг фаол иштироки таъминланади, ҳомийлик ва “Маҳалла бюджети” маблағлари мақсадли ишлатила- ди. Маҳаллани ижтимоий-иқтисо- дий ривожлантиришда инвестор- ларни жалб қилиш, инвестиция дастурларини шакллантиришда

ташаббус кўрсатилади.

Шунингдек, маҳалла раислари ёшлар етакчилари билан бир- галикда бир ойда бир мартаба “**Раис ва ёшлар учрашуви**”ни таш- кил қилиб, улар билан мунтазам мулоқотни йўлга қўяди, уларнинг фикрини эшитиб боради. Ишсиз ёшлар ва битирувчилар рўйхати- ни шакллантириб, ҳоким ёрдам- чиси, маҳалла банкири ва солиқ инспектори билан бирга, ишсиз ёшларни маҳалладаги тадбиркор- ларга бириктиради. Бу ёшлар учун ҳам моддий кўмак, ҳам касб-ху- нар ўрганиши учун кўшимча имконият саналади.

Раислар маҳалла ёшлари- нинг қизиқиши реестрини тузиб олиши, уларнинг қизиқишини инобатга олиб, шароит яратиб беришга ҳаракат қилмоғи лозим. Тарбияси оғир, ҳуқуқбузарлик қилган ёшларга маҳалла фаол- ларидан мураббий бириктириб, “**Бир нурунийга ўн нафар ёш**” лойиҳасини самарали ташкил қилади. Энг муҳими, ёшлар билан туман даражасида ўтказиладиган тадбирларни, аввало, маҳаллада, маҳалланинг ҳар бир кўчасида ташкил қилиш чорасини кўради.

“Маҳалла-кўй нима дейди?” деган сўроқ маҳалладаги ҳар бир инсонни сергак торт- тириши керак! Бу сўроқнинг замирида, асосан, тарбия ва маънавият мужассам. Ва бу одамларни қўллаб-қувватлаш ишлардан тийиб туради. Ана шу саволга вақти-вақти билан жавоб изламас эканмиз, инсонийлик меъёри, маъна- вий сарҳадларига нутур этади. **Жамиятнинг асосий бўғини — маҳалланинг ва- зифаси, назаримизда, одам- ларни назорат қилиш эмас, тўғри йўлга бошқариш, тўғри ўзанга солишдир.**

Тақдор бўлса-да айтиш ке- рак, маънавият, аввало, оиладан, маърифат эса маҳалладан бошла- нади. Комил тарбия, қадриятлар қадрини ошириш, аънаваларни сақлашни мақсад қилган эканмиз, маҳалла тарғибот масканига, хо- надонлар асосий иш жойига, ҳар бир фарзанд келажаги фаоллар мақсадига айланиши шарт.

Маҳалла раиси “Бир болага етти маҳалла ота-она” деган мақолни амалий ҳаракатга айлан- тириши зарур! Бугун ушбу ибора янада долзарб аҳамият касб этмоқда. Бу замон талаби, албатта.

Зотан, Президентимиз ёшлар билан мулоқотда маҳаллаларда 167 минг нафар уюшмаган ёшлар, янада долзарб аҳамият касб қилган 17 минг ўқувчи борлиги барчани уйлантириши керакли- гини қайд этади. Бу борада ёшлар билан доимий мулоқот платфор- маси йўлга қўйилади, бу ишлар “**кампаниябозлик**” бўлмаслиги, ўзгаришларни ҳар бир маҳалла- даги ҳар бир ёш ҳар куни чуқур ҳис қилиши зарурлиги уқтирилади.

Кўринадими, бу жараёнда маҳалла раислари фаол, таша- ббускор бўлиши, ёшлар билан ишлашдаги тажрибасини мун- тазам ошириб бориши зарур. Маҳалла ёшлари билан кўпроқ мулоқот қилиш, уларнинг қалбига қулоқ солиш, дардини билиш, му- аммоларига ечим топиш, уюшма- ган ёшлар билан ишлаш кунда- лик вазифага айланиши лозим. Ёшларни ҳар қандай маънавий ва мафкуравий таҳдидлардан химоя қилишда, аввало, бир-биримиз- га, кўни-қўшилларга, кўчаимизда, маҳалламизда униб-ўсиб келаёт- ган болалар тарбиясига бефарқ бўлмаслик, бу борада жон қуйди- риш, том маънода “**ҳар бир болага ҳам ота, ҳам она, ҳам устоз, ҳам тарбиячи**” бўлиши ҳаётнинг ўзи тақозо қилмоқда.

Илм ўқув даргоҳидан, ҳаётдан олиниши мумкиндир, лекин одоб, тарбия, аввало, оилада, уйда ўрганилади. Айни вазиятда оила билан бирга, маҳалла, кенг жамо- атчилик бирдек масъулиятлидир. Агар фарзандимиз, маҳалла бола- си нима билан шуғулланаётгани, ким билан дўстлашгани, вақти- ни қандай ўтказаяётгани билан қизиксак, уларни биргаликда тўғри мақсад сари йўналтирсак, ўйлаймизки, ёшлар билан боғлиқ

муаммоларга қаррасига барҳам берган бўламиз.

Маҳалла раиси интилганга тиргак, изланганга қанот бўлиши лозим. Орамизда шундай ин- сонлар ҳам борки, ҳамон боқи- мандалик кайфиятидан чиқиб кетолмаяпти, “давлат менга ҳамма нарсани қилиб бериши керак”, де- ган қарашда яшаяпти. Улар ўқиш, хунар ўрганиш, малака ошириш ўрнига давлатнинг доимий ёрда- мида ўрганиб қолгани, ташаббус кўрсатишдан йироқлиги, “сен менга теғма, мен сенга теғмай- ман” қабилида яшаётгани айни ҳақиқат.

Демак, бу жараёнда маҳал- ла раислари ташаббусни қўлга олиши, бундай тоифадаги шахс- ларнинг дунёқарашини, фикрини ўз- гартириши, ижтимоий фаоллигини кучайтиришга эътибор қаратиши лозим. Зотан, камбағалликни фақат давлат кўмағи билан барта- раф этиб бўлмайди, бунинг учун одамларда ҳам шунга интилиш, ўз ҳаётини ўзгартришга хоҳиш-ис- так бўлиши зарур. **Бугун ташаббус кўрсатган, ўз олдига юксак марра- ларни қўйган ҳар қандай кишига имкониятлар эшиги очик.** Фақат бундан самарали фойдаланиш керак, холос.

Қолаверса, бугунги давр раҳ- барлардан ҳар томонлама изла- нишни, шахсий ташаббус кўрса- тишни, ўз қобилияти, истеъдодини ишга солиб, керак бўлса, ўзини қийнаб, ҳаётни, аҳоли яшаш тарзи ва дунёқарашини чуқурроқ ўрга- нишни талаб қилаяпти. Бу ўринда маҳалла ходими, айниқса, ноҷор оилалар фойдаланиш ҳаракатида раҳбарлар олдида масалани тўғри қўйиши, унинг ечимини бўйича тақлифлар қиритиши, муаммо ечим топмағунча ҳаракатдан тўх- таслиги зарур.

Аҳоли ўртасида яхши даромад олиш, яхши яшашга интилиш, касб-хунар ўрганиш, тадбиркор- ликни йўлга қўйиш, томорқадан самарали фойдаланиш ҳаракати- ни жонлантириш лозим. **Фаровон- ликка ўз-ўзидан эришилади.** Бу — тинимсиз изланиш, интилиш демакдир. Кўринадими, бу жара- ёнда маҳалла раислари, ходим- лари масъулиятни бўйнига олиши, ташаббус кўрсатиши, янги-янги ёшларни ўртага ташлаб, ислохот- лар жараёнига дахлдорлик ҳисси билан яшashi зарур.

Маҳаллаларда қадим қадри- ятлар, аънавалар, урф-одатлар акс этиши керак! Маҳалладаги ҳар қандай жараёнда хабардор бўлиш, оилалар мустақамлигини таъминлаш, эҳтиёжмандларни қўллаб-қувватлаш доимий эъти- борда бўлиши мақсадга мувофиқ. Маҳаллада ҳеч ким меҳр ва эъти- бордан четда эканини ҳис қил- масин, эҳтиёжманд ва камбағал оилалар билан ҳар куни ишлан- са, озгина ҳаловатдан кечилса, шубҳасиз, ижобий натижаларга эришилади.

Маҳалла раислари Президент- нинг қўйи бўғиндаги устунини, унинг сиёсатини аҳолига етказадиган ва тушунирадиган масъул ва айни пайтда — шарафли касб эгасидир. “Маҳалла еттилиги”нинг бошини қовуштирадиган ҳам, уларни аниқ мақсад сари йўналтирадиган ҳам, жамоавий ҳамжиҳатликни таъминловчи куч маҳалла раисидир.

Шундай экан, маҳалланинг том маънода халқ виждонига айла- ниши, унинг орзу-мақсадларини ифода этиши маҳалла раисининг жонқуярлиги, фидойилиги, ташаббускорлигига бевосита боғлиқ. **Ушбу вазифаларни амалга ошириш нафақат мажбурият, балки муқаддас бурч ҳамдир.** Уни бажаришга раисларда билим ва малака, тажриба ва маҳорат, салоҳият, энг муҳими, хоҳиш бор.

Президентимиз тилга олган “Маҳалла раиси, бу — маҳалла- нинг виждони” деган тамойил ҳар бир маҳалла ходимининг шуурига кириб борса, унинг моҳиятини теран англаб етса, кундалик иш фаолиятини ана шу ғоя асосида юритса, ўйлаймизки, маҳаллала- римиз чин маънода виждон кўз- гусига, қалблар таскин топадиган масканга, одамларнинг орзу-ин- тилишларини ифода этадиган мустақам қўрғонга айланади.





1 июлдан **БОЛАЛАР УЧУН КОНТЕНТ ЯРАТГАН** шахсларга солиқ имтиёзлари берилади.



1 июлдан камбағал оилаларга белгиланган товарлар(хизматлар)ни харид қилишда **ТЎЛАНГАН ҚҚС СҮММАСИ БИР ИШ КУНИДА** қайтарилади.



1 июлдан республиканинг 15 та туман ва шаҳарида, тажриба-синов тариқасида, соғлиқни сақлаш тизимини ташкил этишнинг **ЯНГИ МОДЕЛИ ЖОРИЙ ЭТИЛАДИ.**

ТАРТИБ

Маҳаллалар ихчамлаштирилади, фаолият такомиллаштирилади

Давоми. Бошланиши 1-саҳифада.

Маҳаллаларда бошқарув тизими оптималлаштирилгани муносабати билан жорий йил 1 июлдан маҳаллалар сони, статистик кўрсаткичлари ва молиявий ҳисоботлари 9 008 та маҳалла ҳисобида юритилади. 1 июлга қадар ихчамлаштирилган маҳаллаларнинг мавжуд моддий-техника воситалари ҳамда бинолари хатловдан ўтказилиб, Уюшма ҳузурдаги Маҳалла биноларини қуриш ва капитал таъмирлаш дирекцияси балансига ўтказилди.

Уюшма бино-иншоотлардан самарали ва оқилона фойдаланиш мақсадида инвесторларни жалб

қилиб, аҳоли учун зарур бўлган хизмат кўрсатиш (кичик бозорчалар, савдо дўконлари, спорт майдони (фитнес зали), нурунийлар чойхонаси, ёшлар маркази, кутубхона, маданият маркази), ишлаб чиқариш ва бошқа тадбиркорлик субъектларини ташкил этиш орқали янги иш ўринларини яратиб, камбағал оилаларнинг ишсиз аъзоларининг бандлигини таъминлайди.

Жорий йил 1 сентябрига қадар Кадастр агентлиги ҳар бир маҳалланинг чегараларини қайтадан кўриб чиқиб, яқиний чегараларини белгилайди ҳамда янги кадастр рақамларини шакллантириб, UZKAD тизимига тузатишлар киритади.



МАҲАЛЛА РАИСИНИНГ ОЙЛИК МАОШИ ОШАДИ

Уюшма икки ой мuddатда маҳалланинг жамоатчилик бошқарувидаги ўринини янада кучайтиришга оид Президент Фармони лойиҳасини ишлаб чиқарди. Унга асосан:

- 1) 2025 йил 1 сентябрдан маҳалла раисининг ойлик иш ҳақи маҳалладаги хонадонлар сонига мутаносиб равишда 1 000 тагача бўлган маҳаллада — **мехнатга ҳақ тўлашнинг энг кам миқдорининг 5 баравари**, 1 001 тадан 2 000 тагача бўлганда — **МҲТЭКМнинг 5,5 баравари**, 2 001 тадан 4 000 тагача бўлганда — **МҲТЭКМнинг 6 баравари**, 4 001 та ва ундан ортиқ бўлганда — **МҲТЭКМнинг 6,5 баравари** миқдориде оширилади;
- 2) оилаларни камбағал-

ликдан чиқариш бўйича "Олтинқул" тажрибаси асосида тадбиркорларни жалб этган ҳолда, намунавий иссиқхона ташкил этган **маҳалла раисларининг иш ҳақига қўшимча юз фоиз миқдориде устама тўлаш** учун бюджетдан қўшимча маблағ ажратилади.

Уюшманинг **Маҳаллалар фаолиятини рағбатлантириш жамғармасига** қўшимча 2025 йилда **50 миллиард сўм**, кейинги йилларда **100 миллиард сўмдан** маблағ ажратилади.

Уюшмага маҳаллаларни ривожлантириш, бу борада давлат органлари ва ташиқлотлар фаолиятини бирлаштиришдаги устувор вазифаларни амалга ошириш учун қўшимча **489 та штат бирлиги** ажратилади. **Маҳалланинг ижтимоий-иқтисодий муаммоларини**

ҳал этиш жамғармаси маблағлари кенгайтирилади.

Маҳаллаларни ихчамлаштиришдан иқтисод қилинаётган маблағлар ҳисобидан маҳаллалар ободлигини таъминлаш, уларни сақлаш ва ободонлаштириш билан боғлиқ муаммоларни бартараф этишда **"Маҳалла сервис компаниялари"**га 2026 йилнинг 1 январидан бошлаб, **ҳар ойда 20 миллион сўмдан** маблағ ажратилади. Маҳалла раисларининг ваколатлари, вазифалари, масъулияти ва жавобгарлиги оширилади.

Юқоридаги ўзгаришлар маҳалланинг жамиятдаги ўрни ва ролини янада кучайтириш, "маҳаллабай" ишлаш тизими асосида аҳолининг ижтимоий-иқтисодий муаммоларини ўз вақтида ҳал этишга хизмат қилади.

ФИКР

Ҳар қандай жамиятда ҳам инсонлар турли тоифага бўлинади. Кимдир бой, кимдир ўрта ҳол. Лекин кейинги пайтда "кам таъминланганман", деб маҳаллага келаётганларнинг кўпайиб бораётгани биз, маҳалла фаоллари, жамият аъзоларини ташвишга соляпти.

АДОЛАТ ТАМОЙИЛИ ТЎҒРИЛИКДИР



Нурзия ҚУРБОНАЛИЕВА, Бўстонлик туманидаги "Толеди" маҳалласи раиси.

Аслида, кам таъминланганлик — инсоннинг айби эмас. Ҳаётда турли сабаблар туфайли оғир аҳволга тушиб қолиш мумкин. Бу ҳолатда ёрдам сўраш — табиий. Лекин турмуш даражаси яхши бўлса, ўзини қасддан эҳтиёмжанд қилиб кўрсатиш, фақат "бер-бер" дейиш — энг камида виждонсизлик. Афсуски, улар маҳаллани фақат ёрдам берадиган "очил дастурхон", ҳаммага кўмаклашишга мажбур тузилма, деб ўйлашади.

Аслида эса маҳалла — виждон, маънавият, ўзаро ҳурмат ва ҳамжихатлик маскани. У ердаги ҳар бир қарор инсоф ва адолат асосида қабул қилиниши керак. Агар кимдир ўзини ноҳақ эҳтиёмжанд қилиб кўрсатса, бу нафақат уят, балки бировнинг ҳақини ейишдир.

Тажрибада кўп бор гувоҳ бўляпмизки, ҳақиқий муҳтож инсон уялгандан, ор қилгандан, "менга ёрдам беринг", деб очик гапиролмайди. У биринчи навбатда, "менга ҳақиқатдан керакми?" деб ўзига савол беради.

Ёрдам керак бўлса, албатта, муурожаат қилиш лозим. Лекин ҳақ бўлмаган нарсага даъвогарлик қилиш ноўрин. Чунки адолатсизлик орқидан бир ҳақиқий муҳтож инсоннинг кўнгли синиб қолиши мумкин.

Ҳар бир инсон мана шу оддий ҳақиқат билан яшаса, ўйласа, қалбида шукроналик ҳисси пайдо бўлади, орномус, виждони уйғонади. Айнан шу жиҳатлар инсонни инсон қилиб турувчи фазилатлардир.

МУНОСАБАТ

ЎЗГАРИШЛАРНИ ҲАР БИР ФУҚАРО, ҲАР БИР ЁШ ЮРАКДАН ҲИС ҚИЛИШИ КЕРАК!

Маҳалла нафақат муаммо ва муурожаатлар тезкор ҳал этиладиган жой, балки миллий қадриятлар, тарбия, обод-ахлоқ, меҳр-оқибат маскани ҳамдир. Қайсики ҳудудда тинчлик, хотиржамлик, соғлом муҳит ҳукмрон бўлса, ўша ерда фарзандларимиз гўзал хулқли, маданиятли бўлиб камол топади. Бунинг учун, албатта, муносиб шароит яратиш керак. Чунки чиройли ва обод жойларда яшаган инсонларда гўзал одатлар шаклланади, қалбида ватанпарварлик туйғуси уйғонади.

Раҳматжон МАҲКАМОВ, Яшнобод туманидаги "Катта Кўйлик" маҳалласи раиси.

Ёшлар куни муносабати билан ўтказилган тадбирда Президентимиз яна бир бор шу жиҳатларга эътибор қаратиб, янги сайланган маҳалла раисларига муурожаат қилди. Жумладан, маҳаллада битта боланинг нотўғри йўлга кириши фавқулодда ҳолат бўлиши лозимлиги қайд этилди. Ҳар бир бола, унинг тақдири, келажаги ҳақида, аввало, биз — маҳалла раислари кўпроқ қайғуришимиз кераклиги таъкидланди.

Турли миллат вакиллари истиқомат қилувчи маҳалламизда бу борада яхши натижалар қайд этилмоқда. Ҳудудда 15 та кўп қаватли уйлар бўлиб, 8 та болалар майдончаси, баскетбол, футбол майдонлари бор. Қувонарли жиҳати, 2022 йилгача "қизил" ҳудудда эдик. "Еттилик" ҳамкорлиги, жамоатчилик фаолиги натижасида 2024 йилдан



бери бирорта жиноятчилик ва оилавий ажралиш қайд этилмади. Ишсизлик ва камбағаллик йилдан-йилга қисқариб бормоқда. Ҳозир "яшил" тоифадаги маҳаллалар қаторидамиз.

Бунга осонлик билан эришилмади. Аввало, шунга мос шароит яратилди. Ички кўчалар тўлиқ асфальтланди. 1 452 км. масофада ичимлик сув тармоғи янгиланди. Кўп қаватли уйлар атрофида болалар ўйингоҳи қурилди. "Обод ва хавфсиз маҳалла" тамойили асосида маҳаллаларда ижтимоий профилактика тизими самарадорлигини ошириш чора-тадбирлари тўғрисида"ги

Вазирлар Маҳкамаси қарорига кўра, "Обод ва хавфсиз маҳалла" тамойили йўлга қўйилди. Шу мақсадда ижтимоий профилактика тадбирлари амалга оширилди. Энг гавжум жойларга 180 та кузатув камераси ўрнатилди. Нотинч оилалар аниқланиб, хонадонига "ташвиш тугмалари" қўйилди. 48 нафар ишсиз фуқароларни касб-хунар ва тадбиркорликка ўқитиш ҳамда бандлигини таъминлаш чорасини кўрдик.

Бирорта йигит-қиз эътиборимиздан четда эмас. Ёшлар етакчиси иштирокида ҳар бири билан индивидуал суҳбат ўтказилиб, муаммоси ўрганиляпти, такли-

фи тингланяпти. Айниқса, бугунги таътил даврида йигит-қизлар билан янада яқиндан ишлашимиз, ота-оналар билан ҳамкорлик қилишимиз. 10 дан ортиқ спорт ва фан тўғрақлари ёшлар билан гавжум. Қамровни ошириш мақсадида фарзандлари яхши натижа қайд этаётган ота-оналарга ташаккурнома ва эсдалик совғалари тақдим этиб бориляпти. Бу ташаббус ҳам рағбат, ҳам бошқаларга ибрат вазифасини бажаряпти.

Спортчи ёшларимиз орасида мамлакат, Осиё ва жаҳон чемпионлари борлиги қувонч ва ғурур бағишлайди. Мисол учун, Даря Мишина жорий йил Таиландда 23 ёшлилар ўртасида ўтказилган Осиё чемпионатида спортчи эшакка эшиш тури бўйича фахрли 1-ўринни қўлга киритган бўлса, 20 ёшлилар ўртасида Бангкок шаҳрида бўлиб ўтган жаҳон чемпионатида Ислон Зоитов ва Жавоҳир Назиров кумуш, Исфандиёр Маҳмудов бронза медал билан тақдирланди.

Маълумки, маҳалладаги тинчлик ва хотиржамлик негизда оилалар мустақамлиги ётади. Шу боис ажралиш ёқасига келиб қолган низоли оилалар билан яқин ташаббус билан ўтказиб, муаммосини бартараф этишимиз. Бунинг учун "Соғлом оила — соғлом жамият" тамойили асосида миллий қадриятларни мустақамлаш бўйича чора-тадбирлар ўтказяпмиз. Ёрдамга муҳтож ва оғир ижтимоий аҳволга тушиб қолган хотин-қизларни тадбиркорлик, касаначилик ва хунармандчиликка жалб қилиб, зарур ҳолларда уларга ижтимоий-ҳуқуқий, психологик ва моддий ёрдам кўрсатяпмиз.

Тажрибамдан келиб чиқиб айта оламнки, бу натижаларга эришиш — етиб бўлмас орзу эмас. Бунинг учун ишимизга виждонан ёндашишимиз керак. Ҳар бир муурожаатчи алоҳида шахс сифатида қарашимиз, ҳар бир болага ўз фарзандимиздек муносабат кўрсатиб, соғлиги, ўқиши, юриш-туриши, қизиқиши ва орзулари, муаммоларидан доим хабардор бўлишимиз зарур. Шунда ўзгаришларни ҳар бир фуқаро, ҳар бир ёш юракдан ҳис қилади.

МАҲАЛЛАДА НИМА ГАП?

"Кўларик" да сайёр қабул ўтказилди

Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Фарғона вилояти бошқармаси ташаббуси билан жойларда сайёр қабуллар ташкил этилмоқда.



Мафтуна МАМАСИДДИҚОВА.

Унда одамларнинг ижтимоий турмушида тўпланиб қолган муаммоларга ечим топиламоқда. Куни-кеча

Тошлоқ туманидаги "Кўларик" маҳалласида ана шундай тадбир ўтказилди. — Одамларни рози қилиш давлатимиз сиёсатининг бош мақсади ҳисобланади, — дейди Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Фарғона вилояти

бошқармаси бошлиғи А.Зиёвуддинов. — Биз ҳам вилоятимизнинг энг чекка ҳудудларида яшовчи аҳоли билан учрашиб, кўп йиллардан бўён уйлантириб, ташвишга солиб келаётган муаммоларга ечим топяпмиз. Тошлоқ туманидаги "Кўларик" маҳалласида ташкил этилган сайёр қабулда 12 та муурожаат ўрганилди. Уларнинг олтиасига шу жойнинг ўзида ечим топилди. Тоша ичимлик сув билан боғлиқ иккита ҳамда ижтимоий ёрдам олиш масаласида қилинган тўртта муурожаат тегишлилиги бўйича белги-ланган мuddатда ҳал қилиш учун йўналтирилди.

Бу каби сайёр қабуллар вилоятдаги барча маҳаллаларда навбат асосида ўтказиб бориламоқда.



Ўзбекистонда кўчмас мулк билан боғлиқ савдоларни НАҚДСИЗ ШАКЛГА ЎТКАЗИШ режалаштирилмоқда.



Эндиликда банклар топ-300 талик олийгоҳга кирган ёшларга 20 МИНГ ДОЛЛАРГАЧА ИМТИЁЗЛИ ТАЪЛИМ КРЕДИТИ беради.



Ҳар йили камида 300 нафар эҳтиёжманд оила фарзандлари ГАРВАРД, ЙЕЛЬ, КОЛУМБИЯ каби олийгоҳларига тайёрланади.

“СОЛИҚЧИ – КЎМАКЧИ”

ЭШИТДИНГИЗМИ?

Яширин иқтисодиётга барҳам берилгач, солиқ тушумлари кўпайди

“Маҳалла еттилиги”нинг ташкил этилиши, маҳаллаларда янги “драйвер”ларни кашф этди. Аҳолини ишли қилишга, қўшимча даромад топишга ўргатди.

Музаффарбек СОЛИЕВ, Навоий шаҳридаги “Фаровон” маҳалласи солиқ инспектори.



Солиқ инспекторларининг маҳалла даражасига туширилиши эса солиқ тўловчиларга катта имконият ва қулайлик яратди. Биринчи навбатда, одамларнинг вақти ва пулини сарфлаб, солиқ инспекцияларига боришига чек қўйилди. Яширин иқтисодиёт занжирлари узилиб, солиқ тушумлари ортапти. Энг муҳими, “Фаровон” маҳалласидаги 96 та янги қурилган кўп қаватли уйларда яшаётган 22 минг аҳолининг солиққа оид барча масалалари йигинининг ўзида ҳал қилинапти. Натижада тadbиркорлар сони ортиб, маҳаллий тушумлар ошди.

Олдин тadbиркорлар билан алоҳида гаплашилмаган, тadbиркорликка қизиқувчиларга йўл-йўриқ кўрсатилмаган. Бугун эса ҳар бир тadbиркорнинг олдига яриб, солиқ соҳасига доир зарур маслаҳат бериб, онлайн назорат-касса машиналаридан мунтазам тарзда фойдаланиш, харид чекларини бериш, ишчи-ходимлар сонини яширмастик, ҳисоботларни ўз вақтида топшириш, камчилик ва хатоликларга йўл қўймастик кераклигини тушунтириб бораёмиз. Бу, ўз навбатида, яширин иқтисодиётнинг олдини олишга ҳам хизмат қилапти.

Шунингдек, ҳоким ёрдамчиси билан биргаликда тadbиркорликка қизиқувчи фуқароларга амалий кўмак бераёмиз. Ишни нимадан, қандай бошлашни ўргатаёмиз. Маслаҳатларимиздан тўғри фойдаланганлар ўз бизнесини ривожлантириб, яхши даромадга эга бўляпти. Янги иш ўрин-

лари яратяпти. Сарвиноз Рўзиева ана шундайлардан бири. У яқка тартибдаги тadbиркор сифатида рўйхатдан ўтиб, мебель ишлаб чиқаришни йўлга қўйдди. Худуд кўп қаватли уйлардан иборат бўлгани учун, бу ерда, асосан, савдо-сотик, маиший хизмат кўрсатиш соҳалари ривожланяпти. Ҳозирда 138 та юридик шахс, 112 нафар яқка тартибдаги тadbиркор бор. 500 нафардан зиёд фуқароларнинг аксарияти савдо соҳасида ўзини ўзи банд қилган. Шунингдек, ишламай турган, кам қувватда ишлаётган тadbиркорлар билан суҳбатлар олиб бориб, уларнинг тўлиқ қувватда ишлашларини таъминлаёмиз. Ўтган июнь ойининг ўзида вақтинча молиявий қийинчиликка дуч келган 5 нафар тadbиркорлик субъекти фаолияти тикланди. 45 та корхо-

“

Асосий солиқ тушуми – 7 832 та мол-мулк ва 235 та нотурар объектдан иборат.

нада ишлаётган 82 нафар норасмий ишчи фаолияти қонунийлаштирилди. 35 та ноқуний фаолият кўрсатаятган фуқаро тadbиркор сифатида рўйхатдан ўтказилди. 78 та миллион келган 5 нафар тadbиркорлик субъекти фаолияти тикланди. 45 та корхо-

нада ишлаётган 82 нафар норасмий ишчи фаолияти қонунийлаштирилди. 35 та ноқуний фаолият кўрсатаятган фуқаро тadbиркор сифатида рўйхатдан ўтказилди. 78 та миллион келган 5 нафар тadbиркорлик субъекти фаолияти тикланди. 45 та корхо-

нада ишлаётган 82 нафар норасмий ишчи фаолияти қонунийлаштирилди. 35 та ноқуний фаолият кўрсатаятган фуқаро тadbиркор сифатида рўйхатдан ўтказилди. 78 та миллион келган 5 нафар тadbиркорлик субъекти фаолияти тикланди. 45 та корхо-

ХОЛАТ

Хунари бор хонадонлар мўл даромад топишти

Ҳозирда ишлаб чиқариш, тadbиркорлик, хунармандчилик каби йўналишлар нафақат катта субъектларда, балки хонадонларда ҳам ташкил этиляпти. Яъни, фуқароларимиз ўз хонадониди ўзи истаган йўналишда ишли ва даромадли бўляпти.



Латофат ЮСУПОВА, Ўзбекистон маҳаллалари уюشمаси Хоразм вилояти бошқармаси матбуот котиби.

Масалан, Янгиарик туманидаги “Каттабоб” маҳалласини кўпчилик уста-куллолар маскани сифатида танийди. Хунармандчиликнинг кўп қаватли йўналишлари нафақат Янгиарик кулолчилик марказида, балки хонадонларда йўлга қўйилган. Зебунисо Бахтиёрнова кўли гул чевар. У дастлаб

совғабоп буюмлар ясашга қизиққан бўлса, кейинчалик ушбу хунари ёрдамида яхши даромад топишини ўйлаб, уйда устахона очди. Ҳозирда 20 турдан ортиқ совғабоп буюмлар ясайди. Бир-биридан бежирим, гўзал кўринишга эга гуллар турмуш тарзимизда кўп фойдаланиладиган буюмларга эстетик дид билан ёндашади. Муҳими, кўл меҳнати намуналарининг қиймати баланд. Шунинг учун бўлса керак, Зебунисонинг ясаётган ҳар қандай буюми харидоригр. “Каттабоб” маҳалласи-

да Зебунисо сингари турли йўналишда ўз ишининг устаси бўлган хотин-қизлар кўпчилигини ташкил қилади. Уларга имтиёзли кредитлар ажратиш, фаолиятларини йўлга қўйиш ва кенгайтиришда амалий кўмак бериб келинапти.

Олти йил олдин тadbиркор Сардор Самандаров ташкил қилган оилавий корхонада тозалаш воситалари тайёрланяпти. Ҳозирда бу ерда маҳалладаги 15 нафар ишчи хотин-қизнинг бандлиги таъминланган. Бу ерда кунига ўртача 3 тоннагача маҳсулот ишлаб чиқарилади. Асосан, вилоятнинг барча туман ва шаҳарлари ҳамда Қорақалпоғистон Республикасининг яқин ҳудудларига етказиб бериляпти. Тadbиркорнинг фаолияти мунтазам эътироф этилиб, вилоятдаги етакчи ишбилармонлар қаторидан ўрин олган.

Кувонарли жиҳати, ишбилармонлик муҳити битта хонадонда шаклланди, унга ёндод оилалар ҳам ўзларининг тadbиркорлик фаолиятини бошлашга интилади. Хуллас, маҳаллада “кўшни қўшидан ранг олиб”, самарали ишлар амалга ошириляпти. Шарофат опа Жуманиёзова маҳалланинг обрў-эътиборига эга, фаол аёлларидан бири. Меҳнатни севади. Ўз кучи ва ҳаракати билан кичик фаолият, яъни ярим тайёр маҳсулотлар тайёрлашни йўлга қўйди. Ҳозирда Шарофат опанинг уйида маҳалла

хотин-қизлари ҳам дийдорлашади, ҳам меҳнат қилиб, ўз даромадига эга бўлади. Меҳр бериб тайёрланаётган ярим тайёр маҳсулотларнинг бозори чакқон, талабгир. Шуни яхши англаган Шарофат опа Жуманиёзова аллақачон ўз миջозларига эга бўлиб улгурган. Тайёрланган маҳсулот-

лари озиқ-овқат дўконларига етказиб бериляпти. Хуллас, “Каттабоб” маҳалласига келсангиз, хунармандчиликнинг турфа хилларини учратасиз. Барча ўз иши ва даромадига эга. Аҳоли турмуш фаровонлигини ошириш бўйича қилинаётган ишларга мазкур худуд бир мисол.

Тadbиркорларга ҚҚСнинг 80 фоизи қайтарилади

Президентнинг 2025 йил 26 июндаги “Заргарлик буюмларини ишлаб чиқариш соҳасини қўллаб-қувватлаш бўйича қўшимча чора тadbирлар тўғрисида”ги қарорига кўра, 2026 йил 1 январдан қимматбаҳо металллар ва қимматбаҳо тошлардан ишлаб чиқарилган заргарлик буюмлари ва ярим тайёр маҳсулотларни реализация қилиш бўйича айланмани ҚҚСдан озод қилишга оид имтиёз, олтидан ясалган заргарлик буюмларини чакана савдода сотганлик учун йиғим бекор қилинади.



2028 йил 1 январгача заргарлик буюмларини ишлаб чиқариш ёки уларни сотиш фаолияти билан шуғулланувчи тadbиркорларга ҚҚС-

нинг 80 фоизи ҳар ойнинг 25-санасигача автоматик равишда республика бюджетидан қайтарилади. 2025 йил 1 сентябрдан ЯТЛарга заргарлик буюмларини сотиш фаолияти билан шуғулланишга руҳсат этилади. Давлат асиллик даражаси назорати инспекцияси томонидан Тошкент ва Нукус шаҳарлари ҳамда вилоятлар марказларида заргарлик буюмларининг асиллик даражасини текшириш ва уларни тамғалаш бўйича сайёр хизмат кўрсатиш йўлга қўйилади. Шунингдек, қимматбаҳо металллар ва қимматбаҳо тошлар тўғрисидаги ҳуқуқбузарликлар тўғрисида “Soliq” мобил иловаси орқали хабар берган шахсларга ундирилган жарима миқдорининг 50 фоизи миқдориди муқофот туланади.

БИЛИБ ҚЎЙИНГ!



Энди бир СОЛИҚҚА ТЎЛАНГАН ОРТИҚЧА ТЎЛОВ фуқаронинг бошқа солиқ турларига ҳам йўналтирилади.



Эндиликда солиқ ҳужжатларини фақат ЭРИ эмас, балки **БИОМЕТРИЯ (FACE-ID ЁКИ БАРМОҚ ИЗИ) ЁРДАМИДА** ҳам текшириш мумкин.



1 июлдан пойтахтдаги "Машинасозлар" метроси — Чорвоқ (Хумсон кўрғони) йўналишида автобус қатнови ишга тушди.

ЛАВҲА

ИШОНЧНИНГ БАҒРИДА, МЕХРНИНГ ОҒУШИДА

Юртимизда етим ва ота-она қарамоғидан маҳрум бўлган болаларнинг ҳаётга бўлган ишончини тиклаш, уларни меҳрга тўла, соғлом ижтимоий муҳитда вояга етказиш мақсадида бир қатор тизимли ислохотлар олиб борилмоқда. Шу маънода "Оилавий болалар уйи" тизими ҳаётга жорий этилган бўлиб, мамлакатимиз бўйлаб тобора кенгайиб бормоқда.

Зарнигор НАФИДДИНОВА, журналист.

Бу эзгу ташаббусни Бухоро шаҳрида истикомат қилувчи Зафар Ғафоров ва унинг турмуш ўртоғи Мунира Раҳматуллаева илгари суриб, 1-сонли оилавий болалар уйини ташкил этишди. Хозирда ушбу меҳри гўшада 4 нафар бола тарбияланмоқда. Уларнинг 3 нафари киз бўлиб, ҳар бири ўзининг ноёб қизиқиш ва истеъдоди билан ажралиб туради. Яна бир чақалоқ ўғил бола эса бу оила бағрида меҳр билан ўлғаймоқда.

— *Ўзимнинг 2 нафар фарзандим бор, — дейди Зафар ҒАФОРОВ. — Болаларни асраб олганимиздан сўнга уйимиз тўлди. Хозирда аёлим билан 6 нафар гўдакка ота-оналик қиламиз. Улар хонадонимизга кириб келач, ҳаётимиз бутунлай ўзгарди. Ҳар бирининг дунёқароши, орзу-си бор.*



Ушбу оилада болаларнинг ҳар бири учун алоҳида ётоқ жойи, дарс қилиш учун қулай муҳит, ўйин ва дам олиш шароити яратилган. Болалар доимий равишда соғлиқни сақлаш муассасаларида кўриқдан ўтказилиб, психологик ва тарбиявий кўллаб-қувватловга эга.

Оилавий болалар уйи — бу фақатгина яшаш жойи эмас, балки ҳақиқий оила муҳити, болалар меҳр, ғамхўрлик ва ишонч бағрида ўлғаядиган маскан.

Ижтимоий ҳимоя тизимида ҳаётга татбиқ этилаётган бу каби лойиҳалар нафақат болалар тақдирини ўзгартирмоқда, балки бутун жамиятда меҳр-оқибат, бағрикенглик ва инсонпарварлик қадриятларини мустаҳкамлашга хизмат қилмоқда.

ИЖТИМОЙ ҲИМОЯ

Инсон қадр-қиммати — ЭНГ МУҲИМ МЕЗОН

Турмуш қийинчиликлари инсонни не кўйларга солмайди дейсиз. Синовли даврларни кимдир муносиб тарзда ениб ўтса, айримлар билиб-билмай хатога йўл кўяди...



Ўрол БОЗОРОВ, Ғузур туманидаги "Наврўз" маҳалласи ижтимоий ходими.

Бу аёл ҳам оиласига ёрдам бериш мақсадида қинғир йўлга қиради. Бир ёшли гўдагини анчагина пул эвазига сотаётган вақтда ички ишлар органлари ходимлари томонидан кўлга олинади. Оқибатда, 8-9 ой давомидида жазони ижро этиш муассасасида қилмишлари учун бадал тўлайди. Лекин кичик ёшли фарзандига она меҳри зарурлиги инobatга олиниб, шартли равишда озодликка чиқарилди.

Аёл билан суҳбатлашар эканмиз, бу ишга қўл уришга қатор сабаблари борлигини таъкидлади. Ҳақиқатан, оиланинг моддий аҳволи анча оғир эди. 5 нафар боланинг муносиби ҳаёт кечирishi учун етарлича шарт-шароит мавжуд эмасди. Бу муаммони бартараф этиш мақсадида биринчи навбатда, аёлга психолог хизмати кўрсатилди. Утказилган машғулотлар орқали онанинг руҳий ҳолати анча яхшиланди. Фарзандларининг нақадар қадрли экани, улар билан ҳақиқий бахтни ҳис қилиб яшаши кераклигини тушуниб етди.

Юристини жалб қилган ҳолда айрим ҳужжатларидаги камчиликларни бартараф этишга эришдик. 2 нафар боғча ёшидаги фарзандини имтиёзли равишда мактабга таълим ташкилотига жойлаштирдик. Аёл аввалги ободонлаштириш хизматидаги фаолиятини давом эттирадиган бўлди. Турмуш ўртоғи ҳеч қандай касб-ху-



Бугун ижтимоий ҳимоя соҳасида амалга оширилаётган ҳар бир ислохот ортида муҳтожларни кўллаб-қувватлаш, халқнинг фаровон турмуш кечирishi таъминлаш ғояси мужассам.

нарга эга бўлмагани учун мавсумий ишлар орқали даромад топишига ёрдам бердик.

Маҳаллада бундай қутилмаган ҳолатлар ҳар биримизга тўғри хулоса чиқариш имконини беради. Шу маънода йил бошидан буён очилган қирқдан ошқ кейс орқали турли ҳақиқатларни англаб етдим. Бу дунёда инсон қадр-қимматидан азизроқ мезон йўқлиги, меҳр ва ҳурмат кўрсатиш билан эл ичра азиз бўлиш ҳикмати ич-ичимдан ҳис қилдим.

Яна бир кейс йиллар давомида хорижда меҳнат қилиб, соғлиги ёмонлашгач, юртимизга қайтиб келган фуқаронинг оиласи учун очилди. Ота-онасидан алоҳида яшайдиган бу хонадон вакилларининг икки нафар воёга етмаган фарзандини имтиёзли равишда боғчага жойлаштирдик. Ҳоким ёрдамчиси кўмаги билан 10 миллион сўм имтиёзли кредит ажратилиб, чорвачилик ва паррандачилик билан шуғулланишига шароит яратилди. Турмуш ўртоғига хотин-қизлар фаоли тавсияси билан субсидия асосида тиркув машинаси тақдим этилди. Бир маргалик моддий ёрдам ажратилди. Камбағалликдан чиқариш мақсадида

раҳбар ходим бириктирилди. Хонадон вакиллари билан ҳали қилинадиган ишлар кўп. Лекин тез фурсатда уларнинг фаровонлигини таъминлашга эришишга ишончимиз қомил.

Маҳалламиздаги 8 нафар камбағал оила хотин-қизлари чеварчиликка ўқитилиб, тикув машиналари олиб берилган эди. Уларнинг бандлигини таъминлаш мақсадида "еттилик" вакиллари билан келишган ҳолда кичикроқ бир цех очишни мақсад қилганимиз. Буюртмачилар билан ҳам ўзаро келишиб кўйганимиз. Агар шу лойиҳани муваффақиятли тарзда йўлга қўйиб оلسак, яна бир қанча аёлни бандлигини таъминлашга ўз ҳиссамизни қўшган бўламиз.

Бундан ташқари, ёшлар етакчилиги билан ҳамкорликда билим олиш иштиёқи баланд бўлган ўғил-қизларимиз учун маҳалламизда кутубхона очиб ишларини бошлаб юборганимиз. Ўзбек ва жаҳон адабиёти вакиллари-нинг ноёб асарларини тўплаймиз. Умид қиламизки, бу ташаббус худудимиздан олиму шоирлар етишиб чиқишида муҳим қадам бўлади.

Босқичма-босқич янги лойиҳа ва ташаббусларнинг рўёбга ошаётгани қалбимизни ғурурга тўлдирди. Шу маънода мен ҳам иш самардорлигини оширишга хизмат қиладиган бир таклифни илгари сурмоқчи эдим. Аниқроқ айтганда бўлса, маҳаллаларда ижтимоий ходим учун алоҳида хона ва техник жиҳозлар ажратишишни истардим. Бу фуқаролар билан алоҳида мулоқот ташкил этиш ҳамда ҳужжат ишларини тез ва осон ҳал қилишга ёрдам беради.

ФАРОВОНЛИК САРИ

Кўллаб-қувватлаб, ИМКОНИЯТ ЯРАТМОҚ ЗАРУР

Президентимиз ташаббуси билан амалга оширилаётган "Камбағалликдан фаровонлик сари" Давлат дастури доирасида мамлакатимиз бўйлаб эҳтиёжманд ва ижтимоий ҳимояга муҳтож оилаларни кўллаб-қувватлаш бўйича бир қатор амалий ишлар олиб борилмоқда.

Элбек ШОЙИМКУЛОВ, журналист.

Ушбу дастур доирасида инсонийлик, ғамхўрлик ва меҳр-оқибат асосида ҳар бир оила ҳаётида туб бурилиш ясалаяпти. Шундай эзгу ташаббуслардан бири Бўка тумани "Эзгулик" маҳалласида яшовчи Алина Алматованин ҳаётида ҳам ўз ифодасини топди.

Уларга кўрсатилган эътибор ва амалий ёрдам натижасида бугун бу хонадонда тўкин-сочинлик, хотиржамлик ва баракат ҳукм сурмоқда. Улар фойдаланаётган томорқада картошка ҳосили мўл. Замонавий тарзда қурилган иссиқхонага эрта баҳорда помидор кўчатлари етказиб берилган. Астойдил қилинган меҳнат самарасида ҳосилдорлик юқори бўлиб, рўзгорга сезиларли даромад келтирмоқда.

Бундан ташқари, оилага бир бош соғин сигир олиб берилган бўлиб, хозирда унинг сони уч бошга етган. Бу эса нафақат сўт маҳсулотлари билан таъминлалапти, балки қўшимча даромад топишга ҳам хизмат қилмоқда.

— *Кўрсатилган барча ёрдамлар учун чексиз раҳмат айтаман, — дейди Алина Алматова. — Набираларим боғчага жойлаштирилди, ногиронлик гуруҳи олиш бўйича ёрдам берилди, ўғлим ва ўзимнинг даволашимизга ҳам бефарқ қарашмади. Ҳар томонлама кўмак кўрсатилди. Бу ташаббуслар оиламизда умид уйғотди, яшашга ишонч бағишлади.*



"Камбағалликдан фаровонлик сари" ташаббуси чинакамимиз халқимиз турмуш тарзини яхшилаш, эҳтиёжманд фуқароларни жамият ҳаётига фаол жалб қилишда катта ўрин тутмоқда. Алина Алматованин оиласи мисолида кўриш мумкинки, агар инсон кўллаб-қувватланса, унга имкон берилса, у ўз ҳаётини ўзгартира олади.

ИМКОНИЯТ

Ногиронлиги бўлганлар бандлиги: ИМКОНИЯТ, ТАЖРИБА ВА ТАКЛИФ

Инсон ҳуқуқларини таъминлаш ва барча фуқаролар учун тенг имкониятлар яратиш ҳар қандай демократик жамиятнинг асосий устувор вазифаларидан биридир. Хусусан, ногиронлиги бўлган шахсларни ижтимоий-иқтисодий ҳаётда фаол иштирокини таъминлаш, уларни меҳнат фаолиятига кенг жалб қилиш мукамал ижтимоий ҳимоя тизимининг ажралмас қисми ҳисобланади.

Баҳромжон ИЛҲОМЖОНОВ, Ижтимоий ҳимоя миллий агентлиги директори котибияти мудирини.

Хуршид МАҲМУДОВ, Ижтимоий ҳимоя миллий агентлиги директори котибияти бош мутахассисини.

Агар хорижий мамлакатлар тажрибасига назар ташлайдиган бўлсак, ногиронлиги бўлганларни иш билан таъминлаш нафақат ижтимоий тенгликни ифодалайди, балки иқтисодий ўсишни ҳам рағбатлантиради. Масалан, Германияда ҳар қандай 20 нафардан ортиқ ходими бор ташкилот учун имконияти чекланганларни ишга қабул қилиш мажбурий ҳисобланади. Қонунга кўра, умумий ходимларнинг камида беш фоизи ногиронлиги бўлганлар ҳисобига тўғри

келиши шарт. Агар корхона бу мажбуриятни бажармаса, ҳар бир етишмаётган ўрин учун ойига 360 еврогача жарима тўлайди. Жамғарилган маблағлар эҳтиёжмандлар манфаати учун йўналтирилади. Бундан ташқари, мамлакатда махсус меҳнат биржалари ва реабилитация марказлари фаолият юритади, улар орқали ногиронлиги бўлганлар ўз касбига мос иш топиши мумкин.

Швецияда бу вазифа Инсон ресурсларини ривожлантириш агентлиги орқали амалга оширилади. Мамлакатда "иқтисодий фаолиликни кўллаб-қувватлаш"



- Ўзбекистонда қуйидаги йўналишларда тажрибаларни жорий этиш мақсадида мувофиқ:
1. *Иш берувчилар учун квота тизими ва мотивацион механизмлар (субсидия, солиқ имтиёзи);*
 2. *Меҳнат шароитларини мослаштириш учун давлат ёрдами (инфратузилма, жиҳозлар);*
 3. *Касбий реабилитация ва қайта ўқитиш марказларини кенгайтириш;*
 4. *Иш топишда кўмаклашувчи электрон платформаларни ишга тушириш;*
 5. *Жамоатчилик ва хусусий сектор ўртасида ҳамкорликни кучайтириш.*

дастури орқали ногиронлиги бўлганларнинг фаоллигини рағбатлантириш учун қатор субсидиялар берилади. Жумладан, иш берувчига бир-уч йил мобайнида имконияти чекланган ходимлар иш ҳақи учун тўланган маошининг маълум қисми давлат томонидан қопланади. Иш жойини ногиронлиги бўлганлар учун мослаштириш, махсус жиҳозлаш харажатларини давлат тўлиқ ёки қисман қоплаб беради.

Японияда ногиронлиги бўлганларни иш билан таъминлашда "технологик мослашув" устувор йўналиши ҳисобланади. Кўллаб компаниялар виртуал иш муҳитлари, масофавий иш тизимлари ва робототехникани жорий қилган. Шунингдек, махсус касб-хунар ўрганиш марказлари кенг фаолият юритмоқда. Япония ҳам Германия сингари квота тизимини қўллайди. Умумий ходимлари 45 нафар ва ундан ортиқ бўлган корхоналарда ногиронлиги бўлганлар учун 2,3 фоизлик квота белгиланган.

Америка Кўшма Штатларида "Ногиронлар ҳуқуқлари тўғрисида"ги қонун (ADA – Americans with Disabilities Act)

ишга қабул қилишда, меҳнат шартлари ва шароитларида ногиронлиги бўлганларга нисбатан камситишни тақиқлайди. Қонунга мувофиқ, иш берувчи имконияти чекланганларга мослаштирилган муҳитни яратиши шарт. Қабул жараёнида махсус имтиҳон ёки суҳбат шакллари таклиф этилади. Шунингдек, иш берувчилар учун "Work Opportunity Tax Credit" дастури орқали солиқ имтиёзлари тақдим этилади.

Туркияда ногиронлиги бўлганларни иш билан таъминлаш "Иш берувчи мажбурияти" ва "давлат кўллови" асосида амалга оширилади. 50 нафардан ортиқ ишчиси бўлган ташкилотларда штатнинг 3 фоизини ногиронлиги бўлганлар ташкил этиши шарт. Ҳуқуқмат эса иш берувчиларга субсидиялар беради, ногиронлар учун махсус ярмаркалар ташкил этади. Олий таълим муассасаларида мазкур тоифадаги фуқаролар учун қўшимча квоталар жорий қилинган.

Хорижий тажриба шундан далolat берадики, ногиронлиги бўлганларни иш билан таъминлаш самарали ҳуқуқий, иқтисодий ва ижтимоий тизимларнинг уйғунлиги асосида амалга оширилади.



Ўзбекистон профессионал бокс жаҳон рейтингда топ-10 дан жой олди – профессионал рингда 497 нафар фаол боксчимиз бор!



Осиё кубоги саралаш баҳслари доирасида Ўзбекистон аёллар терма жамоаси Шри-Ланка терма жамоасини 10:0 ҳисобида мағлуб қилди.



“CAFA NATIONS CUP – 2025” мусобақасида Ўзбекистон, Эрон, Тожикистон, Туркменистон, Афғонистон, Қирғизистон, Уммон, Малайзия терма жамоалари қатнашади.

БИЗ — СОҒЛОМ ТУРМУШ ТАРЗИ ТАРАФДОРМИЗ!

САЛОМАТЛИК

Қуёшда қолган салқин ичимлик саратонга сабаб бўлади... (ми?)

Ёзининг жазирама кунларида салқин ичимликлар — газланган сувлар ва энергетикларга талаб ҳар қачонгидан-да ортади. Бирок ушбу чанқоқбосди маҳсулотларнинг инсон саломатлиги учун зарарли эканлигини асло унутмаслик лозим. Айниқса, улар қуёш тиги остида сақланаётган бўлса.

Олимжон ИМОМОВ, Республика ихтисослаштирилган онкология ва радиология илмий-амалий тиббиёт маркази бўлим мудир.

Биламиз, бугун кўпгина салқин ичимликлар пластик идишларда қадоқланади ва улар намлик даражаси 75 фоиздан ошмайдиган, 2-18 даража ҳароратда сақланиши зарур. Бирок эътибор берсак, бугун аксарият озиқ-овқат дўконлари, катта йўл четларидаги улгуржи савдо объектлари олдида бундай маҳсулотлар эрталабдан кечгача қуёш тиги остида турганини кўраемиз. Бу эса инсон саломатлигида жиддий муаммоларни келтириб

чиқариши мумкин. Хусусан, қуёш нуллари таъсирида пластик идишлар ўзидан захарли ва танада тўпланиш хусусиятига эга бўлган хавфли кимёвий органик моддалар — бисфенол А, В, формальдегид, фталат, стирол ва бошқа токсик бирикмаларни ичимлик таркибига чиқаради.

Мазкур моддалар инсон танасига киргач, асаб, овқат ҳазм қилиш, қон айланиши ҳамда эндокрин тизими касалликларига юзага келади. Қолаверса, ушбу бирикмалар мия ва репродуктив тизимда тўпланиб, организм учун муҳим бўлган оксил ва липидлар алмашинувига салбий таъсир кўрсатади. Хатто, бу ҳолат саратон хасталикларини ривожланишига ҳам сабаб бўлиши мумкин.

“

Биламизки, кўпгина газли ва рангли ичимликлар таркибига сунъий қўшимчалар, консервантлар ва ранг берувчи моддалар мавжуд. Қуёш нури остида сақланганда бу моддалар таркиби ўзгариб, хавфли бирикмалар ҳосил бўлади. Оқибатда организмда аллергия реакциялар, жигар ва буйракка ортиқча юклама, болаларда гиперфоаллик ҳамда диққат етишмовчилигига олиб келади.

Шунингдек, айрим ичимликлар (кофеинли ва энергетик маҳсулотлар) истеъмол қилинганда тана сувсизланади. Улар суюқликни ушлаб туриш ўрнига, аксинча, танадан тезроқ чиқариб юборади. Натижада қон босимининг тушиши, бош оғриғи, холсизлик кузатилиши мумкин.

Бундан ташқари, очик ҳавода, санитария қоидаларига риоя этилмаган ҳолда сақланаётган ичимликлар турли бактериялар билан ифлосланган бўлиши эҳтимоли катта. Масалан, дизентерия, сальмонеллез, ичак таёқчаси каби юқумли хасталиклар айнан шундай ичимликлар орқали юқиш эҳтимоли юқори. Айниқса, қоққоғи очилган ёки идиши ноғўя ҳолатда сақлан-



ган маҳсулотлар жуда хавфли.

Шундай экан, қуёш тиги остида турган ва номаълум санитар ҳолатда сақланаётган салқин ичимликларни истеъмол қилманг. Уларнинг сақлаш шароитига, сотувчи ва савдо

нуқтасининг санитар ҳолатига эътибор беринг. Ёз кунларида имкон қадар ўзингиз уйда тайёрлаган табиий ичимликлар — совутилган кўк чой, мевали шарбатлар ёки газланмаган тоза сув ичинг.

ҲИДОЯТ ЁҒДУСИ

БИРОВНИНГ ТЕЛЕФОНИГА ҚАРАШ МУМКИНМИ?

Адиба ҚОСИМОВА. Тошкент вилояти:

— Баъзан жамоат транспортларида айрим шахсларнинг бегона кишининг телефонида разм солаётганига гувоҳ бўлиб қоламиз. Аслида-чи, бировнинг телефони ва ундаги маълумотларни рухсатсиз кузатиши мумкинми?



Ўзбекистон муслмонлари идораси Фатво маркази:

— Йўқ, бировнинг телефонида унинг рухсатсиз фойдаланиши ёки ундаги маълумотларни ўқиш шаръан тўғриси эмас. Бу бировнинг уйига рухсатсиз мўралаш, хатига рухсатсиз қараш кабирдир. Зеро, бу ишлар Куръон ва ҳадисларда ман этилган.

Абдуллоҳ ибн Аббос розияллоху анҳудан ривоят қилинган ҳадисда Расули Акрам соллаллоху алайҳи васаллам: “Ким биродарининг мактубига унинг изнисиз назар солса, худди дўзах оташига назар солгандек бўлади”, деганлар (Абу Довуд ривояти).

Аммо агар мураббий (ота, устоз ва ҳоказо) қўл остида тарбияланаётган шахснинг тўғри йўлдан оғишидан шубҳа қилса, у ҳолда тарбия мақсадида ўз қўл остидаги шахснинг телефони текширишига рухсат берилади. Балки улар вақти-вақти билан болалар ва уларга тегишли нарсаларни назорат қилиб туришлари керак, 2014 йилда эса тўғри йўлдан оғмасинлар.

СПОРТ

Регби — аслида тасодифан пайдо бўлган спорт тури ҳисобланади. Унинг тарихи Регби (Англия) шаҳрига бориб тақалади. 1823 йилда Уилям Уэбб Эллис мактаб ўқувчиси футбол ўйинининг қоидаларини бузиб, тўпни қўлига олиб, майдон бўйлаб югурган. Бундай чаққонлик ва стратегияни ўзида мужассам этган юриш янги спорт турини яратилишига сабаб бўлган. Ўйин тезда мактаб, университет ва бутун дунё бўйлаб оммалашиб, миллионлаб одамларнинг сеvimли спорт турига айланиб улгурган.



РЕГБИ — ҲАР БИР МАҲАЛЛАДА ЎЙНАШ МУМКИН БЎЛГАН ЎЙИН

Жамшид АБЗАМОВ, регби бўйича мураббий.

Регби, айниқса, Буюк Британия, Янги Зеландия, Австралия ва Жанубий Африкада жуда машхур. Илк бор 1888 йилда регби бўйича халқаро мусобақаларда (“Asian Olympic Pre-Qualifier”, “Asian 7s”) фаол иштирок этиб, шарафли ўринларни эгаллаб келяпти. Президентнинг 2019 йил 29 октябрдаги “Ўзбекистон Республикасида регби спорт турини ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарори асосида ҳар бир ихтисослаштирилган олимпия захиралари мактаб-интернатларида регби бўлимлари очилди. Тўрт босқичли спорт мусобақалари ташкил этилди.

Ўзбекистонда регбининг ривожланиши 1969 йилда “Политехника” жамоасидан бошланган. Кейинчалик пойтахт ва вилоятларда бошқа жамоалар пайдо бўлган. 1990 йилда биринчи “Сўғдиёна” аёллар терма жамоаси ташкил этилган. Кейинроқ Тошкентда аёллар жамоалари ўртасида “Осиё-7” лигаси кубоги мусобақаси бўлиб ўтган. 2001 йил Регби федерацияси ташкил этилди. 2004 йилда федерация Осиё регби иттифоқига, 2014 йилда эса Ўзбекистон Халқаро регби кен-

гашининг (World Rugby) тўлиқ аъзолигига қабул қилинди.

Регби республикаимизда жадал ривожланаётган спорт турларидан бири. Ўзбекистон регби федерацияси ва унинг худудий бўлимлари ташкил этилди ҳамда фаолият кўрсатяпти. Регби бўйича Ўзбекистон миллий терма жамоаси нуфузли халқаро мусобақаларда (“Asian Olympic Pre-Qualifier”, “Asian 7s”) фаол иштирок этиб, шарафли ўринларни эгаллаб келяпти. Президентнинг 2019 йил 29 октябрдаги “Ўзбекистон Республикасида регби спорт турини ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарори асосида ҳар бир ихтисослаштирилган олимпия захиралари мактаб-интернатларида регби бўлимлари очилди. Тўрт босқичли спорт мусобақалари ташкил этилди.

Ўзбекистон регбиси иккита асосий форматда — “Регби-7” ва “Регби-15” турлари бўйича ўйнайди. Етти нафар ўйинчи билан ўйналадиган “Регби-7” ўйини Олимпия ўйинларида ўйналадиган тур ҳисобланади. “Регби-15” ўн беш ўйинчини ўз

ичига олиб, жисмоний жиҳатдан қийинроқ ҳисобланади.

Аксарият одамлар ушбу спортда оғир лат ёйиш мумкин, деб ҳисоблайди. Лекин бу ундай эмас. Регби футбол ёки баскетбол каби машхур спорт турларига қараганда камроқ жароҳатларни олиб келади. Регби — олийжаноблар ўйнайдиган “безори” ўйиндир. Унда қоидаларга риоя қилиш ва бошқа ўйинчиларга ҳурмат билан муносабатда бўлиш муҳим.

Ушбу спорт ўйинида икки жамоа (ҳар бири 7 ва 15 кишидан) узунлиги 27-29 сантиметр бўлган тухумсимон шаклдаги тўп билан Нсимон дарвозали махсус майдончада (катталиги 95-100x65-68 метр) ўйнайди. Ўйин (40 дақиқадан 2 тайм давом этади)дан мақсад — тўпни бир-бирига қўлда (орқага) ёки оёқда (хоҳлаган ўйнашда) ошириб, уни рақиб майдонидаги дарвоза чизиғи орқасига тушириш ёки дарвозага кириштирдан иборат. Рақибни ушлаб ёки елка билан туртиб йиқитиб, унга ҳалақат бериш мумкин. Ўйин қоидаси бузилганда “олишув” — тўп таллашиш белгила-

нади. Кўп очко тўплаган жамоа (тўпни ерга тегизиш — 4 очко, тўпни дарвозага киритиш — 3 ёки 2 очко) ютган ҳисобланади.

Эътиборлиси, ушбу спорт тури жамоавий ўйин бўлиб, уни ҳар бир маҳалла ёшлари ўйнаши мумкин. Регби ўйини қўл ва оёқлар учун энг яхши машқ ҳисобланади. Чунки ўйин давомида оёқ ва қўллар доимий ҳаракатланиш жараёнида бўлади. Бу эса метаболизмни фаоллаштириш орқали суякнинг қон билан таъминланишини яхшилайдди. Натижада суяклар мустаҳкамланиб, эгилиш, сиклиш ва бурилишга қарши чидамлиги ошади. Жисмоний машқлардаги ҳаракатлар бўғинлар, лигаментлар ва мушакларни кучайтиради.

Тадқиқотлар шуни кўрсатадики, жисмоний машқлар билан шуғулланмайдиган одамлар регби ўйнайдиган одамларга қараганда 42,5 фоиз эрта вафот этади. Сабаби шундаки, агар тана машқ қилмаса, у эрта қаришни бошлайди. Регби ўйнайдиган одамлар саратон, юрак ва бошқа касалликларга нисбатан чидамлироқ бўлади.

БИЛИБ ҚЎЙИНГ!

НЕГА ИССИҚ КУНЛАРДА ҚАТИК ИЧАМИЗ?

Ёзда танамиз кучли иссиқликка дуч келади. Бу ҳолат терморегуляция, метаболизм, суюқлик баланси ва электролит мувозанати учун катта синовдир.



Катик — бу оддий ичимлик эмас, балки табиий биологик химоя воситаси. Тана ҳароратини пасайтиради, организмни муҳим табиий равишда совутади. Сувсизланиш ва электролит йўқотишининг олдин олади. Катикда танага зарур бўлган натрий, калий, кальций каби муҳим элетролитлар мавжуд. Ичак микрофлорасини тиклайди, фойдали бактериялар (пробиотиклар) иммунитетни мустаҳкамлайди. Ҳазми енгиллаштиради, иштаҳани меъёрга солади, овқат ҳазмини яхшилайдди. Энергия беради, оксиген бой бўлгани учун танани қувватлантиради. Катик ёзги саломатлик учун энг фойдали маҳсулотлардан бири. Ҳар кун 1-2 стакан қатик ичишни тавсия қиламиз.

Соғлиқни сақлаш вазирлиги.