



Prezident qaroriga ko'ra



## Urbanizatsiya va uy-joy bozorini barqaror rivojlantirish milliy qo'mitasi tashkil etildi

**Prezident Shavkat Mirziyoyev "O'zbekiston Respublikasida uy-joy va ipoteka bozorini barqaror rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida" farmon hamda "O'zbekiston Respublikasi Urbanizatsiya va uy-joy bozorini barqaror rivojlantirish milliy qo'mitasi faoliyatini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida" qaror qabul qildi.**

Farmon bilan 2040-yilga qadar har yili qurilayotgan uy-joylar sonini ikki baravarga oshirib, 421 mingtaga olib chiqish, ipoteka krediti portfelini 10 baravardan ortiq ko'paytirgan holda 56,7 milliard AQSh dollariga yetkazish belgilandi.

Aholining uy-joy sharoitlarini yaxshilash va "Yangi O'zbekiston" mas-sivlarini barpo etish ishlarini izchil davom ettirgan holda uy-joy fondida zamonaviy uy-joylar ulushi 2040-yilga qadar 50 foizga yetkaziladi.

Farmonga ko'ra, O'zbekiston Res-publikasi Urbanizatsiya va uy-joy bozorini barqaror rivojlantirish milliy qo'mitasi tashkil etildi. Qo'mita urbanizatsiya ja-rayonlari, uy-joy qurilishi, renovatsiya va ipoteka sohasida davlat siyosatini amalga oshirish, shuningdek, ushbu yo'nalishda-gi dasturlarni muvofiqlashtirish va rivoj-lantirish bo'yicha vakolatli davlat organi hisoblanadi. Qo'mita o'z faoliyatini Vazir-lar Mahkamasi bilan uzviy hamkorlikda tashkil etadi va amalga oshiradi.

Qarorga ko'ra, tegishli masalalar-ni o'z ichiga olgan normativ-huquqiy hujjatlar loyihalari Milliy qo'mita bilan majburiy kelishilishi shart bo'ladi.

Bu masalalar sirasiga uy-joylar qu-rilishida davlat tomonidan qo'llab-quv-vatlash choralari, Nukus va Toshkent shaharlari, viloyatlar markazlari va bosh-qa aglomeratsiyalarda uy-joy hamda noturarjoy majmualarini qurish loyihala-rini amalga oshirish kiradi.

Shuningdek, "Yangi O'zbekiston" massivlari va boshqa massivlarda ko'p kvartirali uylar qurilishi bo'yicha yillik maqsadli ko'rsatkichlar tasdiqlanadi. Milliy qo'mita boshqaruv xodimlari-ning umumiy cheklangan soni 50 ta shtat birligidan iborat bo'ladi.

Sherzod Kudbiyev O'zbekiston Res-publikasi Urbanizatsiya va uy-joy bozori-ni barqaror rivojlantirish milliy qo'mitasi raisi lavozimiga tayinlandi va shu mu-nosabat bilan O'zbekiston Respublikasi Soliq qo'mitasi raisi lavozimidan uzod etildi.

## INDALLOSINI AYTGANDA...

**Azizbek AKBAROV,**  
Oliy Majlis Qonunchilik palatasi deputati:

- Xazonlarga chiqindi emas, foydali resurs sifatida baho berib, ushbu tabiiy ne'matga ham qarashlarimizni o'zgartirishimiz zarur. Uni yoqib, havoni va insonlarni zahalamasdan, tuproq va tabiat uchun qayta ishlab, foydali ashyoga aylantirish har birimizning mas'uliyatimiz.



**Avval jazo yengilmidi? Umuman, bu harakatga, tabiiyki, uning ortidan katta xarajatga zarurat bormi? Davlat rahbarining tegishli farmoni bilan tanishgan kishida shunday savollar tug'ilishi tabiiy.**

Ammo jiddiy o'ylab ko'rilsa, savollar o'rinsiz ekan-ligini anglash mumkin. Zotan, so'nggi yillarda nar-kojinoatchilik butun insoniyat uchun yangi global xavf-xatarga aylanmoqda. Ma'lumotlarga ko'ra, dunyo-da 400 milliondan ortiq odam bu illatga duchor bo'lgan, oqibatda yiliga 300 mingga yaqin inson giyohvandlik sababli vafot etyapti.

### MENGA NIMA(MI)?

Ha, narkotik moddalar bilan bog'liq holat haqida gap ketganda, garchi yuqorida qayd etilgani kabi ayanchli raqamlar bo'lsa ham shunday xulosa qilishga odat-langanimiz. Negaki yurtimizda bunday turdagi vositalar tayyorlanishdan tortib, tarqalishi-yu iste'moligacha jiddiy qarshi kurashiladi.

Afsuski, mazkur illat mamlakatimizni ham chetlab o'tayotgani yo'q. Yil boshidan 11 mingdan ziyod narko-ji-noyot aniqlanib, 2,5 tonnaga yaqin giyohvand moddalar ushlab qolingan. Bunday jinoyatlarining shakli va turlari yildan yilga ko'payib, qamrovi ortib bormoqda.

Ammo... Keyingi paytlarda an'anaviy narkotiklar o'rinni iste'moli oson, yashirish va tarqatish qulay dori shaklidagi psixotrop va sintetik moddalar egallayot-ganini eshitib, bilib yuribiz. Ularning tarqalishi asosan yoshlar orasida yuz berayotgani ham bugun ko'pchilik-ka sir emas. Sintetik narkotiklar yashirin narkolabo-ratoriyalarda tayyorlanib, internet orqali kontaktsiz shaklida o'tkazilmoqda. Narkotiklarni tarqatish manbasi bo'lgan uyushgan jinoyatchilik transchegaraviy xususi-yatga ega.

Shuning uchun ham bizda bu masalada vaziyat barqaror bo'lsa-da, bugundan boshlamasak, yangi turdagi jinoyatchilik, yangi turdagi narkotiklar aynan yoshlar, aynan voyaga yetmaganlar orasiga kirib kelishi xavfi mavjud.

Tabiiyki, bunday sharoitda narkojinoyat va giyohvand-likka qarshi kurashishni kompleks ravishda tashkil qilish kechiktirib bo'lmaydigan vazifaga aylanadi.

- Shu bois milliy qonunchiligimizga mana shunday

# Giyohvandlik vositalarining noqonuniy aylanmasi

xavf-xatarlarning oldini olish, ularga qarshi ayovsiz kurashish, bunday illatni tag-tomiri bilan yo'qotishga qaratilgan normalarni kiritish vaqti keldi, - dedi dav-latimiz rahbari.

### ZARUR CHORALAR BELGILANMOQDA

Mutasaddilar narkotiklarning noqonuniy aylanishiga barham berish bo'yicha reja va takliflarini Prezidentga taqdimot qildi. Jumladan, aholi salomatligi va millat genofondini ushbu xavfdan samarali himoya qilish bo'yicha kompleks chora-tadbirlar hamda mexanizmlar taklif sifatida kiritildi.

Bunda o'quvchi va talabalar orasida narkotiklarning tarqalishiga batamom chek qo'yish, yoshlarda bu illatga muhosasiz munosabatni shakllantirishga qaratilgan ta'sirchan amaliy harakatlarni amalga oshirishni barcha mas'ul organlar va tashkilotlarning ustuvor vazifalaridan biri sifatida belgilash zarurligi alohida qayd etildi.



*buning uchun jinoiy jazo kuchaytiriladi*

Birinchi navbatda, yoshlar orasida narkotiklarning noqonuniy aylanmasiga jinoiy-huquqiy mexanizmlar orqali qat'iy barham berish hamda yoshlarga nisbatan sodir etiladigan narkojinoyatlar uchun javobgarlikni og'irlashtirish, narkotiklarni internet orqali tarqatish, uyushgan guruhlar va narkolaboratoriya, ularga rahnamolik qilayotgan mansabdor shaxslarni aniqlash va chek qo'yishga qaratilgan keng qamrovli tezkor-qidiruv hamda tergov faoliyatini yo'lga qo'yish kerakligi ko'rsatib o'tildi.

### QONUNCHILIK HAM YANGILANADI

Avval jazo yengilmidi? "Ijtimoiy tarmoq faol"laridan birining shunday savolidan hayron qolmadim. Chunki tarmoq foydalanuvchilari-ku tushunarli, ammo unda o'zini faol sanaganlar ham masalani o'rganib ko'rmas-dan xulosa chiqarmoqda.

Aslida gap bu yerda qonunlarimizdagi jazo avval qanday bo'lgani va kelajakda qanaqa o'zgarishida emas. Takror bo'lsa-da aytish kerak, narkotik vosi-talarning o'zi, tarqalish uslubi, tayyorlanishi butunlay o'zgarib boryapti. Demakki, qonunchilikni ham shunga monand yangilash kerak.

Jumladan, voyaga yetmaganlarni va yoshlarni narkojinoyatlardan himoya qilish maqsadida:

## Dolzarb mavzu

*har qanday narkojinoyatni voyaga yetmagan shaxslar-ga nisbatan yoki ularni jalb qilgan holda sodir etish jinoiy javobgarlikni og'irlashtiruvchi holat sifatida qayd etiladi; voyaga yetmagan shaxsni kuchli ta'sir qiluvchi moddalarni iste'mol qilishga jalb qilganlik uchun to'g'ri-dan-to'g'ri jinoiy javobgarlik belgilanadi; ta'lim tashkilotlari, talabalar yotoqxonlari, bolalar oro-mgohlarida yoki ta'lim tashkilotlariga tutash hududlarda kuchli ta'sir qiluvchi moddalarni o'tkazganlik uchun jinoiy javobgarlik choralari 2 baravargacha og'irlashtiriladi; voyaga yetmagan shaxslarni kuchli ta'sir qiluvchi moddalarni aynan ta'lim tashkilotlari, talabalar yotoqxo-nalari, bolalar oromgohlarida yoki ularga tutash hudud-larda iste'mol qilishga jalb qilganlik uchun 10 yilgacha ozodlikdan mahrum qilish jazosini nazarda tutuvchi jinoiy javobgarlik kiritiladi.*

Bundan tashqari, ayrim narkojinoyatlarni sodir etgan shaxslarni jazoni o'tashdan muddatidan ilgari shartli ozod qilishga yo'l qo'yilmaydi.

### LOQAYDLIGIMIZ PAND BERMASIN!

Ha, davlat rahbarining millat genofondini saqlash borasida imzolagan hujjati aksar tarmoq va nashrlarda narkojinoyatchilik uchun jazo choralari kuchaytiriladi, degan mazmunda targ'ib qilindi.

Aslida hujjatning asl mazmuni faqat bugina emas. Chunki unda O'zbekistonda muomalasi cheklangan prekursorlar ro'yxatini xalqaro tajribadan kelib chiqqan holda kengaytirish choralari ko'rish belgilandi. Uni soddalashtirilgan tartibda tezkorlik bilan yangilab berish (to'ldirish) mexanizmlari joriy etiladigan bo'lyapti.

Va prekursorlarning qonuniy muomalasini tartibga solish hamda ular ishlab chiqarilishidan (xorijdan keltirili-shidan) boshlab realizatsiya qilinishigacha (tranzit o'tishi, mahsulot ishlab chiqarishda foydalanish, sotish, saqlash, berish va boshqa) bo'lgan barcha jarayonlarni elektron nazorat qilish tizimini yo'lga qo'yishni nazarda tutuvchi qat'iy davlat nazorati o'rnatiladi.

Eng muhimi, bu ishga jamoatchilikni nam faol jalb qilish belgilandi. Ya'ni, giyohvandlik vositalarining no-qonuniy muomalasi bilan bog'liq jinoyatlar haqida xabar bergan yoki aniqlashga ko'maklashgan fuqarolarni munosib rag'batlantirish tartibi joriy etiladi.

Endiyam beparvo bo'lsangiz, unda bilmadik!  
**Y.MARQAYEV tayyorladi.**



**Ishtixon tumani qishloqlaridan birida, oddiygina xonadonda chetdan qaraganda hayot tinch kechayotgandek ko'rinadi. Devor ortida, ya'ni yerto'lada yuzga yaqin qurilmalar uzluksiz ishlayotgani hech kim, hatto qo'ni-qo'shnilarning ham xayoliga kelmaydi. Qurilmalarning ovozi ko'chaga eshitilmaydi, chunki yerto'la devorlari maxsus qoplama bilan qoplangan: hech qanday tovush ham, yorug'lik ham tashqariga chiqmaydi...**

Aytish kerakki, keyingi yillarda hayotimizga "kriptovalyuta", "mayning" singari atamalar kirib keldi. Albatta, bu atamalar qanday ma'noni anglatishi ko'pchilik uchun qiziq ekanini inobatga olib, quyida qisqacha to'xtalib o'tamiz.

"Kriptovalyuta" — raqamli (virtual) pul turi bo'lib, u blokcheyn texnologiyasi asosida ishlaydi. Unda bank yoki davlat organi orqali emas, balki o'rtada nazoratchi organsiz hisob-kitoblarga amalga oshiriladi. Kriptovalyutaning Bitcoin (BTC), Ethereum (ETH), Tether (USDT), BNB, Solana, Cardano singari turlari dunyoda keng tarqalgan.

Ushbu virtual valyutalar ayrim do'kon va onlayn xizmatlar uchun to'lov vositasi sifatida xizmat qiladi. Xorijiy davlatlarda ko'pchilik kriptovalyutani sotib olib, qiymati oshganda qayta sotadi va daromad oladi.

Kriptovalyutani ishlab chiqarish esa xalq tilida "mayning" deb ataladi. U elektr energiyasi va kompyuter uskunalari yordamida blokcheyn tarmoqlarini quvvatlash va mukofot

## Yerto'ladagi fabrika

yoki noqonuniy mayning jinoiy javobgarlikka sabab bo'lgani xususida



olish jarayonidir. "Mayning" faoliyatini noqonuniy amalga oshirish, ruxsatnomsiz yoki taqiqlangan usulda bajarish ma'muriy va jinoiy javobgarlikka sabab bo'ladi.

"Kriptovalyuta" va "mayning" haqida biroz bo'lsa-da, ma'lumot bergan bo'lsak, endi yana Ishtixon tumanida ro'y bergan voqega qaytamiz.

Bir paytlar qandolat sexiga mo'ljallab qurilgan yerto'la oxir-oqibat "bitkoin fabrikasi"ga aylandi. Bu fabrika noqonuniy tarzda, shuningdek, elektr hisoblagichsiz to'g'ridan-to'g'ri transformatorga ulangan holda ishlay boshladi. Qishloq ahli uchun mo'ljallangan elektr quvvati endi yashirin firma qurilmalariga sarflandi.

Yorqin Husayinov (ism-shariflar o'zgartirildi) oliy ma'lumotli, Toshkent davlat moliya institutida tahsil olgan. U biroz muddat bankda ishlagan, keyin esa oilaviy korxonaga tashkil etgan. Uning "Morning Great Milk" deb nomlangan sexi sut mah-

sulotlarini qayta ishlashga ixtisoslashgan.

"Qahramonimiz" telegram messengeri orqali "mayning" qurilmalarini sotish haqida e'lon bergan Shohrux ismli shaxs bilan telefonda bog'lanadi. Keyin esa u bilan Toshkent shahrida uchrashadi. Y.Husayinov Shohruxdan dastlab 4 ming 480 AQSh dollariga 14 ta "ASIK" qurilmagini sotib oladi.

Keyin u qurilmalarni yerto'laga yashirin ravishda o'rnatadi. Tashqariga shovqin eshitilmasligi uchun yerto'la devorlariga maxsus jihoz qoplaydi.

Qarindoshlar nomiga telefon sim kartalari sotib oladi. Qishloq aholisi foydalanishi uchun mo'ljallangan transformatorga yashirincha ulanadi. Yerto'la ichiga zarur paytda tokni uzib qo'yish jihozini ham o'rnatadi.

Shu tariqa noqonuniy faoliyatini boshlagan Y.Husayinov tanishi Shohruxdan sotib olgan "ASIK" qurilmalari sonini 89 taga yetkazadi. Qisqasi, Y.Husayinov soliqlar

Jinoyat va jazo



kommunal to'lovlarni chetlab o'tgan holda noqonuniy faoliyatdan katta daromad ola boshlaydi.

Ammo oxir oqibat uning qilmishi oshkor bo'ldi. Tegishli idora tomondan o'tkazilgan tekshirish jarayonida yerto'ladagi yuzlab qurilmalar aashyoviy dalil sifatida olindi.

Y.Husayinovga nisbatan esa jinoyat ishi qo'zg'atildi.

Sudda ma'lum bo'lishicha, Y.Husayinov mayning faoliyatini olib borish uchun O'zbekiston Respublikasi Iltijobli loyihalarni milliy agentligidan belgilangan tartibda ro'yxatdan o'tmagan. U yerto'lani ruxsat beruvchi hujjatlarsiz mayning uskunalarini bilan jihozlab, Vazirlar Mahkamasining 2024-yil 31-maydagi "Elektr energiyasi va tabiiy gazdan foydalanish qoidalarini tasdiqlash to'g'risida"gi qarori talablariga zid ravishda elektr tarmoqlari korxonasi bilan shartnoma rasmiylashtirmagan, umumiy foydalanishdagi elektr energiyasi tarmog'iga tijorat maqsadida o'zboshimchalik bilan ulangan.

Buning oqibatida tuman elektr tarmoqlari korxonasiga 1 milliard 947 million 567 ming 240 so'm - juda ko'p miqdorda moddiy zarar yetkazgan.

Sudda Y.Husayinovning aybi to'liq o'z isbotini topdi. Unga sakkiz yil olti oy muddatga ozodlikdan mahrum qilish jazosi tayinlandi. Shuningdek, sudlanuvchidan tuman elektr tarmoqlari korxonasi foydasiga 1 milliard 947 million 567 ming 240 so'm undirilishi belgilandi.

Bir jinoyat ishi — yerto'ladagi fabrika voqeasi shu tariqa yakun topdi.

Noqonuniy qilmish ertami-kech, baribir oshkor bo'ladi. Qonun talabiga rioya etish esa nafaqat obro'-e'tibor olib keladi, balki yuz yorug'ligi, ko'ngil xotirjamligini ham ta'minlaydi.

**Jonibek RAUPOV,**  
jinoyat ishlari bo'yicha Ishtixon tumani sudi raisi.



## Hech bir mahallada jinoyat bo'lmasligi uchun...

**Keyingi yillarda yurtimizda qonuniylikni mustahkamlash, jinoyatchilikka qarshi kurashish borasida amalga oshirilayotgan ishlarni keng jamoatchilik ko'rib, samarasini amalda his qilib turibdi.**

Albatta, bu borada viloyatimizda ham aniq va maqsadli chora-tadbirlar bajarilmoqda. Bu haqda gap ketganda avvalo, hisobga olingan jinoyatlar soniga to'xtalib o'tish joiz. Chunki bu qilinayotgan ishlar natijasini yaqqol his qilish imkonini beradi.

Joriy yilning oktabr oyida 1581 ta jinoyat hisobga olinib, har 100 ming aholi soniga nisbatan 38 tadan to'g'ri keldi.

Tahlillarga ko'ra, bu jinoyatlarning 19,7 foizi aniqlanadigan, 32,9 foizi oldini olish mumkin bo'lgan va 47,4 foizi axborot texnologiyalari sohasi bilan bog'liq jinoyatlarni tashkil etdi.

E'tibor qiladigan jihat shundaki, hisobga olingan jinoyatlarning 442 tasi yoki 28 foizi mahalla hududida sodir qilindi.

Ayni shu raqamning o'zi e'tibor qilishimiz kerak bo'lgan vazifalarni ko'rsatib turibdi. Shu paytgacha mahallalarda 19 mingga yaqin kamera va domofon o'rnatilib, 3 mingdan ortiq "namunaviy xavfsiz yo'lak" va "namunaviy xavfsiz ko'cha" tashkil etildi, 15630 ta obyekt texnik qo'riqlovga olinib, 360 ta tashvish tugmalari o'rnatildi.

Profilaktik choralar natijasida oktabr oyida hisobga olingan jinoyatlar sentabr oyiga nisbatan 254 taga yoki 14 foizga kamaydi.

Shuningdek, viloyatdagi 93,6 foiz mahallada jinoyat sodir etilishining oldi olindi.

Bundan tashqari, 2024-yilda qizil toifada bo'lgan 156 ta mahallaning 51 tasida kriminogen vaziyat yaxshilanib, 49 tasida jinoyat sodir etilishiga yo'l qo'yilmadi.

Viloyat prokuraturasi organlari tomonidan bundan buyon ham jinoyatlarning barvaqt oldini olish va huquqbuzarliklarga qarshi kurashish borasida amalga oshirilgan ishlar, sodir bo'lgan jinoyatlarning asl sabab va omillari kunlik tahlil qilinib, bunga mas'ul bo'lgan vakolatlari organlarning faoliyatiga xolisona baho berib boriladi.

Shu o'rinda e'tiboringizni yana bir jihatga qaratmoqchiman. Yuqorida ta'kidlanganidek, hisobga olingan ko'ngilsiz hodisalarning deyarli yarmini axborot texnologiyalari sohasi bilan bog'liq jinoyatlar tashkil etmoqda.

Bundan tashqari, oldini olish mumkin bo'lgan jinoyatlarning salmoqli qismi o'g'rilik va firibgarlik jinoyatlaridan iborat bo'lmoqda.

Ya'ni, jinoyat qurboni bo'lib qolmaslik maqsadida avvalo ehtiyotkorlikka rioya qilishimiz, turli aldovlarga ishonib qolmasligimiz lozim.

**S.BOZOROV,**  
viloyat prokurori o'rinbosari.



## Dala chetlari va bo'sh maydonlardan samarali foydalanilyaptimi?

**Samarqand tumanidagi "A'zam Azamat Agro" fermer xo'jaligida qishloq xo'jaligi yerlaridan samarali foydalanishga bag'ishlangan respublika ko'rgazmali seminari bo'lib o'tdi.**

**Tadbir davlat hokimining o'rinbosari Botir Jabborov, Jizzax viloyati hokimining o'rinbosari Zafar Ro'ziyev, shuningdek, respublika va viloyatlarning sohaga mas'ul vakillari hamda mutaxassisleri ishtirok etdi.**

Ta'kidlanishicha, dala chetlari, kanallar va kollektor-drenaj tarmoqlari atrofi, aholi tomorqalaridagi bo'sh maydonlarni qishloq xo'jaligiga yo'naltirish orqali mahsulot yetishtirish hajmini keskin oshirish mumkin. Intensiv ekin maydonlari tashkil etish, xususan, to'qsonbosti ekinlardan samarali foydalanish yil davomida bir necha bor hosil olish imkonini beradi. Bu esa ichki bozorni barqaror mahsulot bilan ta'minlash bilan birga mamlakatning eksport salohiyatini oshirishga xizmat qiladi.

Seminarining amaliy qismida mevali ko'chatlar ekish va to'qsonbosti ekinlarni joylashtirish bo'yicha zamonaviy usullar amalda ko'rsatib berildi.

Samarqand tumani hokimi Sirojiddin Usmonovning ta'kidlashicha, tumanda

115 gektar dala chetlari bo'lib, bu yerlarga 101,8 ming tup, 11 gektar kollektor-drenaj atrofida esa 10,05 ming tup mevali va manzarali daraxt ko'chatlari ekildi. Shuningdek, tumanda fermer, dehqon va qishloq xo'jaligi korxonalari tomonidan 2025-yil avgust-sentabr oylarida 1145 gektar maydonga piyoz va sarimsoqpiyoz ekish ishlari rejaga to'liq muvofiq amalga oshirildi. Ayni vaqtda barcha maydonlarda agrotexnik ishlar olib borilmoqda.

2026-yil hosili uchun to'qsonbosti usulida qo'shimcha 3 ming 134 gektar maydonda ekin ekish rejalashtirilgan. Hozirgi paytda ushbu maydonlarda sug'orish tarmoqlarini tayyorlash, tuproqni yumshatish, mineral o'g'itlar berish va boshqa agrotexnik ishlar belgilangan rejaga muvofiq davom etmoqda.

## Tibbiy jihozlar xaridida qonun buzilgan

**Raqobatni rivojlantirish va iste'molchilar huquqlarini himoya qilish qo'mitasi viloyat hududiy boshqarmasi tomonidan viloyat bolalar ko'p tarmoqli tibbiyot markazining boshlang'ich qiymati 215 million so'mlik tibbiy jihozlar uchun davlat xaridlarini amalga oshirishda qonunlarga rioya etilganligi o'rganildi.**



O'rganish natijalariga ko'ra, hududiy boshqarmaning maxsus komissiyasi viloyat bolalar ko'p tarmoqli tibbiyot markazi tomondan "Raqobat to'g'risida"gi Qonunning 29-moddasi buzilgan deb topdi. Xarid komissiyasining tibbiy jihozlar xarid qilish bo'yicha qabul qilingan qaror va tuzilgan shartnomasini haqiqiy emas, deb topish va qonunbuzilish holatlariga kelgusida yo'l qo'yimaslik yuzasidan tegishli ko'rsatma berildi.

**Elyor USMONOV,**  
hududiy boshqarma bosh mutaxassisi.

**Davlatimiz rahbarining "Mo'g'ulistonga oliy darajadagi tashrif davomida qishloq xo'jaligi va oziq-ovqat sohalarida erishilgan kelishuvlarni amalga oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori asosida Veterinariya va chorvachilikni rivojlantirish qo'mitasi tashabbusi bilan Mo'g'ulistondan naslli qo'y va echkilarni keltirish ishlari davom etmoqda.**

Mayda shoxli qoramollar dastlab Navoiy viloyatiga keltirilib, viloyatlardagi chorvachilik xo'jaliklariga tarqatilmog'da. Hozirgacha Bulung'ur tumanidagi "Sardorbek naslli chorva agro" fermer xo'jaligiga 461 bosh, Nurobod tumanidagi "Qo'shquduq Nurobod chorvasi" fermer

## 13,3 milliard so'mlik naslli qo'ylar keltirildi



xo'jaligiga 1274 bosh, "Samarqand Nurobod Go'sht Sut" mas'uliyati cheklangan jamiyatiga 3868 bosh "Bayat" zotli qo'y keltirildi. Ushbu mayda shoxli chorva molaridan nasi olinadi. Bu zot tez ko'payishi va iqlimga moslashuvchanligi bilan ajralib

turadi. Qolaversa, bu qo'ylarning juni va terisi qimmatli xomashyo hisoblanadi.

Hozirgacha viloyatimizga qiymati 13 milliard 302 million so'mlik 5603 bosh naslli qo'y olib kelindi.

**O'.XUDOYBERDIYEV.**



## Rasmiylashtirish chegara emas, imkoniyat

O'zbekistonda xotin-qizlar orasida norasmiy iqtisodiyotda faoliyat yurituvchilar ulushi hamon yuqori. Tadqiqotlarga ko'ra, 48 foiz tadbirkorlar "oila va ishni uyg'unlashtirish qiyinchiligi"ni asosiy to'siq sifatida ko'rsatgan.

Shu jihatni e'tiborga olgan holda BMT Taraqqiyot dasturining mehnatni rasmiylashtirish tashabbusi doirasida Kambag'allikni qisqartirish va bandlik vazirligi bilan hamkorlikda ayollar tadbirkorligini rasmiylashtirish dasturi boshlandi. Ushbu dastur doirasida Samarqand shahrida 20 nafar xotin-qiz uchun o'quv mashg'uloti tashkil etildi.

Mashg'ulotlar interfaol usulda, tadbirkorlikning barcha yo'nalishlarini qamrab olgan holda o'tkazilmoqda. Xususan, imkoniyatni aniqlash usullari, bozordagi bo'shliqni topish, daromad modeli, qiymat taklifi, sotuv, qadoqlash, raqamli branding kabi daromad keltirishning muhim omillari haqida so'z bordi.

Ayollar o'z biznesini tashkil qilib, rasman ro'yxatdan o'tishi o'ziga ishonch va rivojlanishning asosiy omillaridir, - deydi Italiyaning ijtimoiy loyihalarni qo'llab-quvvatlash bilan shug'ullanuvchi EKVITA tashkiloti vakili Dilnoza Ermuhamedova. - Mam-lakatimizda aynan shu yo'nalishda ayollar bilan ishlash lozimligi tadqiqotlarda ko'rin-

di. Shuningdek, Samarqanddan tashqari Buxoro va Qarshida ham jami 60 nafar xotin-qizga shunday seminarlar o'tkazish rejalashtirilgan. Loyihaning ahamiyatli jihati shundaki, xotin-qizlar tadbirkorlik sohasida zamonaviy bilimlarni egallash bilan birga, biznes-reja tuzishni o'rganib, samarali deb topilgan 12 ta loyihaning har biri 5 ming AQSh dollari miqdoridagi grant mablag'lari bilan taqdirlanadi.

O'quv davomida tajribali ekspertlar tomonidan tadbirkorlar uchun lozim bo'lgan soliq, buxgalteriya masalalari bo'yicha ham alohida mashg'ulotlar o'tildi.

Bir necha yil mebel sexlarida ishlaganman, - deydi Oqdaryo tumani Loyish mahallasida yashovchi Muhabbat Mardanova. - Samarqand, Toshkent, Qozog'istondagi shunday yo'nalishlarda ishlab ko'rgach, uyda yumshoq mebellarni qayta butlash bilan shug'ullanayman. Hozircha rasman ro'yxatdan o'tganim yo'q, lekin kelajakda mebel sexi tashkil qilishni reja qilganman.

Gulruh MO'MINOVA.



Garchi aliment masalasida bir qancha huquqiy-me'yoriy hujjatlar qabul qilingan bo'lsa-da, uni ta'minlash ancha muhokamali va munozarali bo'lmoqda. Majburiy ijro byurosi organlari tomonidan 2024-yil davomida aliment to'lashdan bo'yin tovlaganlardan 2,1 trillion so'm mablag' undirilgan. Shunga qaramasdan, 8833 shaxs moddiy ta'minlashdan bo'yin tovlaganlik uchun ma'muriy javobgarlikka tortilgan.

Yurtboshimizning "Oila va xotin-qizlarni tizimli qo'llab-quvvatlashga doir ishlarni yanada jadallashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi farmoniga ko'ra, aliment jamg'armalari tashkil etildi. Aliment to'laydigan shaxs alimentni uch oy ichida to'lay olmagan holda ushbu jamg'armadan qarzdorlik to'lanadi va keyinchalik aliment to'lash majburiyati yuklatilgan qarzdordan majburiy tartibda undirib olinadi. Ushbu tizim yaratilgach, aliment bo'yicha muammoli vaziyat kelib chiqishi oldi olinadi. Qolaversa, aliment bo'yicha qarzdorlik mavjud bo'lganda qarzdorlik to'liq bartaraf etilguniga qadar qarzdorning transport vositasini boshqarish huquqi vaqtincha cheklanadi, aliment bo'yicha qarzdorlik mavjudligi nikoh tuzishga monelik qiladigan holat sifatida belgilanadi. Aliment bo'yicha bunday o'zgarishlarning asosiy sabablaridan biri ko'p aliment to'laydigan ota-onalar uni to'lashdan bosh tortib, aliment oluvchilarni moddiy zaif qilib qo'yayotgani. Bundan tashqari, bir qancha erkaklar ishsizlik vaji bilan alimentdan qochib yurgan. Huquqiy asos bo'yicha "Oila kodeksi"da va "Voyaga yetmagan bolalarning ta'minoti uchun aliment undirish va to'lash tizimini takomillashtirish bo'yicha ko'rilayotgan chora-tadbirlar" yuzasidan O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasiga parlament so'rovi yuborish to'g'risidagi qarorga muvofiq agar aliment to'lovchining doimiy yoki vaqtin-

## Aliment undirishda o'zgarishlar bor

Ammo dolzarb masalalar ham yetarli



chalik ish joyi bo'lmasa eng kam ish haqi miqdorida, ya'ni 1155000 (bir million bir yuz ellik besh) ming so'm miqdorida aliment to'lashi belgilangan.

Er yoki xotinning ishsizligi uning aliment to'lashdan bo'yin tovlashiga sabab bo'lolmaydi.

"Ma'muriy javobgarlik to'g'risida"gi kodeksning 47-moddasida "Ota-onalar yoki ularning o'rnini bosuvchi shaxslar tomonidan voyaga yetmagan bolalarni tarbiyalash va ularga ta'lim berish borasidagi majburiyatlarni bajarmaslik, shu jumladan, voyaga yetmagan bolalarning ma'muriy huquqbuzarlik sodir etishiga olib kelishi - bazaviy hisoblash miqdorining bir baravari-dan besh baravarigacha miqdorda jarima solishga sabab bo'lishi belgilangan.

Moddiy yordamga muhtoj bo'lgan voyaga yetmagan yoki mehnatga layoqatsiz shaxsni moddiy ta'minlashdan bo'yin tovlash, ya'ni ularni moddiy jihatdan ta'minlash uchun sudning hal qiluv qaroriga yoki sud buyrug'iga binoan undirilishi lozim bo'lgan mablag'ni ikki oydan ortiq muddat mobaynida to'lamaslik, shunday qilmish uchun ma'muriy jazo qo'llanilganidan keyin sodir etilgan bo'lsa, ikki yilgacha axloq tuzatish ishlari yoki bir yilgacha ozodlikdan mahrum qilish bilan jazolanadi.

Agar shaxs aliment majburiyatlarini bo'yicha qarzdorlikni to'liq to'lagan bo'lsa, u javobgarlikdan ozod qilinadi.

Ushbu vaziyatning jamiyatga ta'sirini tahlil qilsak, bunday sharoitni yaratish orqali avvalo, jamiyatda huquq ustuvorligi ta'minlanib, bola huquqlari lozim darajada himoya qilinadi. Ishsiz yoki norasmiy ishlaydigan ota-onalarning ham aliment to'lash majburiyatini bo'lishi o'zaro mas'uliyatni oshiradi. Shaxs o'z farzandi oldidagi burchini anglay boshlaydi. Qolaversa, davlatning bolalarga mehribonligi to'g'risidagi ishonch yanada oshadi va fuqarolar davlatga suyanishini boshlaydi. Shuningdek, odamlar aliment majburiyatini sabab ish topishga, mehnat faoliyatiga qaytishga intiladi, bu esa bandlikni oshiradi.

Biroq amaliyotda ayrim qiyinchiliklar, xususan, ishsizlik yoki sog'lig'i tufayli to'lovni amalga oshirilmayotgan shaxslar bilan bog'liq holatlar hamon dolzarbdir. Shu bois bunday vaziyatlarda sud organlari tomonidan har bir holat individual tarzda ko'rib chiqilishi, inson manfaatlarini inobatga olish muhim ahamiyat kasb etadi.

Shohjahon AZIZJONOV,  
Toshkent davlat yuridik  
universiteti talabasi.

REKLAMA, E'LONLAR, BILDIRISHLAR / Gazetamiz haftada uch marta - seshanba, payshanba va shanba kunlari chop etiladi / Gazetada chop etilayotgan reklama va e'lonlar tezkor, samarali va hamyonbop / MUROJAAT UCHUN TELEFON: 66-233-91-56

## Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universiteti quyidagi kafedralar bo'yicha bo'sh lavozimlarga TANLOV E'LON QILADI

### Kafedra mudiri lavozimiga:

1. O'simliklar fiziologiyasi va mikrobiologiya kafedrasida (fan nomzodi, PhD).
2. Tarmoqlar iqtisodiyoti kafedrasida (fan nomzodi, PhD, professor).
3. Jismoniy tarbiya va sport kafedrasida (fan nomzodi, PhD, professor).

### Kafedra professori lavozimiga:

1. Genetika kafedrasida - 1,0 stavka.
2. Matematik fizika va funksional analiz kafedrasida - 1,0 stavka.
3. Matematik modellashtirish kafedrasida - 1,0 stavka.
4. Geologiya va gidrometeorologiya kafedrasida - 1,0 stavka.
5. Arxeologiya kafedrasida - 1,0 stavka.
6. Amaliy psixologiya kafedrasida - 1,0 stavka.
7. Istiqloq davri adabiyoti va adabiyot nazariyasi kafedrasida - 1,0 stavka.
8. O'zbek tilshunosligi kafedrasida - 1,0 stavka.

### Kafedra dotsenti lavozimiga:

1. O'simliklar fiziologiyasi va mikrobiologiya kafedrasida - 1,0 stavka.
2. Organik sintez va bioorganik kimyo kafedrasida - 2,0 stavka.
3. Optika va spektroskopiya kafedrasida - 1,0 stavka.
4. Umumiy fizika kafedrasida - 1,0 stavka.
5. Qattiq jismlar fizikasi kafedrasida - 3,5 stavka.
6. Yadro fizikasi va astronomiya kafedrasida - 2,0 stavka.
7. Nazariy va muhandislik mexanikasi kafedrasida - 1,0 stavka.
8. Tarmoqlar iqtisodiyoti kafedrasida - 1,0 stavka.
9. Inson resurslarini boshqarish kafedrasida - 2,0 stavka.
10. Algebra va geometriya kafedrasida - 1,0 stavka.
11. Differensial tenglamalar kafedrasida - 1,0 stavka.
12. Boshqaruv nazariyasi va axborot xavfsizligi kafedrasida - 1,0 stavka.
13. Dasturiy injiniring kafedrasida - 3,0 stavka.
14. Geologiya va gidrometeorologiya kafedrasida - 1,0 stavka.
15. Geografiya va tabiiy resurslar kafedrasida - 2,0 stavka.
16. Ijtimoiy-iqtisodiy geografiya kafedrasida - 1,0 stavka.
17. Ekologiya va hayotiy faoliyat xavfsizligi kafedrasida - 0,5 stavka.
18. O'zbekiston tarixi kafedrasida - 2,0 stavka.
19. Samarqand tamadduni kafedrasida - 1,0 stavka.
20. Pedagogika va umumiy psixologiya kafedrasida - 1,0 stavka.
21. O'zbek tili va adabiyoti kafedrasida - 2,0 stavka.
22. O'zbek tilshunosligi kafedrasida - 2,0 stavka.
23. Rus va chet el adabiyoti kafedrasida - 1,0 stavka.
24. Xorijiy tillar kafedrasida 2,0 stavka.

### Kafedra katta o'qituvchisi lavozimiga:

1. Tarmoqlar iqtisodiyoti kafedrasida - 1,0 stavka.
2. Arxeologiya kafedrasida - 1,0 stavka.
3. Rus va umumiy tilshunoslik kafedrasida - 1,0 stavka.
4. Fakultetlararo rus tili kafedrasida - 1,0 stavka.
5. Xorijiy tillar kafedrasida - 1,0 stavka.

### Kafedra assistenti lavozimiga:

1. Odam va hayvonlar fiziologiyasi va biokimyo kafedrasida - 1,0 stavka.
2. Polimerlar kimyosi va kimyoviy texnologiya kafedrasida - 1,0 stavka.
3. Botanika kafedrasida - 1,0 stavka.
4. Genetika kafedrasida - 1,0 stavka.
5. Analitik kimyo kafedrasida - 1,0 stavka.
6. Fizikaviy va kolloid kimyo kafedrasida - 1,0 stavka.
7. Noorganik kimyo va materialshunoslik kafedrasida - 2,0 stavka.
8. Meva-sabzavotchilik va uzumchilik kafedrasida - 2,0 stavka.
9. Differensial tenglamalar kafedrasida - 2,0 stavka.
10. Matematik analiz kafedrasida - 2,0 stavka.
11. Arxeologiya kafedrasida - 1,5 stavka.
12. Tarixshunoslik va manbashunoslik kafedrasida - 2,0 stavka.
13. Amaliy psixologiya kafedrasida - 1,0 stavka.
14. Pedagogika va umumiy psixologiya kafedrasida - 3,0 stavka.
15. Mumtoz adabiyot tarixi kafedrasida - 2,0 stavka.
16. Istiqloq davri adabiyoti va adabiyot nazariyasi kafedrasida - 2,0 stavka.
17. O'zbek tili va adabiyoti kafedrasida - 1,0 stavka.
18. Fuqarolik huquqiy fanlar kafedrasida - 1,0 stavka.

### Talabgorlar tanlovda qatnashish uchun quyidagi hujjatlarni taqdim etishlari lozim:

1. Rektor nomiga ariza.
2. Xodimlarni hisobga olish bo'yicha so'rovnomma.
3. Oliy ma'lumoti, ilmiy darajasi haqidagi diplomlari, ilmiy unvoni haqidagi attestati nusxalari.
4. Tasdiqlangan ilmiy ishlari ro'yxati.
5. Malaka oshirganligi to'g'risidagi sertifikat.

Hujjatlar gazetada e'lon chop etilgan kundan boshlab bir oy ichida qabul qilinadi.

**MANZIL: Samarqand shahri Universitet xiyoboni, Sharof Rashidov nomidagi Samarqand davlat universitetining to'qqiz qavatli binosi, 312-xona, universitet kengashi kotibi. Telefon: +99866-240-38-42.**

## "MATBUOT UYUSHMASI" MIJOZLARI DIQQATIGA!

"MATBUOT UYUSHMASI" MCHJ orqali obuna uyushtirilgan davriy nashrlar o'z vaqtida obunachilarga yetkazib berilishi ustidan qat'iy nazorat o'rnatilgan. Agar bu borada e'tirozlar, taklif va mulohazalaringiz bo'lsa, quyidagi telefon raqamlariga murojaat etishingizni so'raymiz:

+99866-234-94-37, +99866-234-93-96, +99866-234-94-32, +99866-234-22-53.

"MATBUOT UYUSHMASI" MCHJ MA'MURIYATI.

### DA'VOLAR BO'LSA...

Narpay tumanida xususiy amaliyot bilan shug'ullanuvchi notarius Qurbonov Azizjon Ro'ziyevich notarial idorasida marhum Tog'ayev Muhammad Sherali o'g'liga (2025-yil 23-martda vafot etgan) tegishli mol-mulk uchun meros ishi ochilgan. Shu munosabat bilan merosxo'rlarning Qurbonov Azizjon Ro'ziyevich notarial idorasiga murojaat etishlarini so'raymiz.

**Manzil: Narpay tumani Oqtosh shahri, Imom Buxoriy ko'chasi.**

\*\*\*

Payariq tumanida xususiy amaliyot bilan shug'ullanuvchi notarius Muhammadiyev Farhod Jo'raqulovich notarial idorasida marhum Usmanov Mamadullaga (2025-yil 16-aprelda vafot etgan) tegishli mol-mulk uchun meros ishi ochilgan. Shu munosabat bilan merosxo'rlarning Muhammadiyev Farhod Jo'raqulovich notarial idorasiga murojaat etishlarini so'raymiz.

**Manzil: Payariq tumani Chelak shaharchasi, Istiqloq ko'chasi, 73-uy.**

\*\*\*

Samarqand shahrida xususiy amaliyot bilan shug'ullanuvchi notarius Saidova Zarina Xisravovna notarial idorasida marhum Arabadiyeva Alima Ibadullayevnaga (2004-yil 5-iyulda vafot etgan) tegishli mol-mulk uchun meros ishi ochilmoqda. Shu munosabat bilan merosxo'rlarning Saidova Zarina Xisravovna notarial idorasiga murojaat etishlarini so'raymiz.

**Manzil: Samarqand shahri Abdurahmon Jomiy ko'chasi, 64-uy.**

\*\*\*

Samarqand shahrida xususiy amaliyot bilan shug'ullanuvchi notarius Qo'shatov Akbar Rustamovich notarial idorasida marhum Sabirov Ismail Axtamovichga (2021-yil 5-mayda vafot etgan) tegishli mol-mulk uchun meros ishi ochilmoqda. Shu munosabat bilan merosxo'rlarning Qo'shatov Akbar Rustamovich notarial idorasiga murojaat etishlarini so'raymiz.

**Manzil: Samarqand shahri Buyuk Ipak yo'li ko'chasi, 90-uy.**

\*\*\*

Samarqand shahrida xususiy amaliyot bilan



shug'ullanuvchi notarius Isoqulova Nigora Turdiqulovna notarial idorasida marhum Pashnikov Vladimir Grigorevichga (2025-yil 10-martda vafot etgan) tegishli mol-mulk uchun meros ishi ochilmoqda. Shu munosabat bilan merosxo'rlarning Isoqulova Nigora Turdiqulovna notarial idorasiga murojaat etishlarini so'raymiz.

**Manzil: Samarqand shahri Abu Rayhon Beruniy ko'chasi, 12-uy.**

\*\*\*

Samarqand shahrida xususiy amaliyot bilan shug'ullanuvchi notarius Sa'dullayev Jamshidxon Safoxonovich notarial idorasida marhum Otaboyeva Aziza Mamadaliyevnaga (2024-yil 18-oktabrda vafot etgan) tegishli mol-mulk uchun meros ishi ochilmoqda. Shu munosabat bilan merosxo'rlarning Sa'dullayev Jamshidxon Safoxonovich notarial idorasiga murojaat etishlarini so'raymiz.

**Manzil: Samarqand shahri Ibn Sino ko'chasi.**

\*\*\*

Oqdaryo tumanida xususiy amaliyot bilan shug'ullanuvchi notarius Sa'dullayev Jamshidxon Safoxonovich notarial idorasida marhum Otaboyeva Aziza Mamadaliyevnaga (2024-yil 18-oktabrda vafot etgan) tegishli mol-mulk uchun meros ishi ochilmoqda. Shu munosabat bilan merosxo'rlarning Sa'dullayev Jamshidxon Safoxonovich notarial idorasiga murojaat etishlarini so'raymiz.

**Manzil: Oqdaryo tumani Loyish shaharchasi Amir Temur ko'chasi.**

\*\*\*

Payariq tumanida xususiy amaliyot bilan shug'ullanuvchi notariuslar marhum Nodirov Bekzod Baxtiyorovichga (2020-yil 23-sentabrda vafot etgan) tegishli mol-mulk uchun meros ishi ochilgan. Shu munosabat bilan merosxo'rlarning Payariq tumanida xususiy amaliyot bilan shug'ullanuvchi notariuslarga murojaat etishlarini so'raymiz.

Nurobod tumanidagi 57-umumiy o'rta ta'lim maktabi jamoasi maktab o'qituvchisi **Boborahmat MUHAMMADIYEV**ning vafoti munosabati bilan marhumning oila a'zolari va yaqinlariga ta'ziya izhor etadi.



Kun mavzusi



# NAFS G'OLIB, sog'liq mag'lub bo'lmasin!

Ko'pchilik "101" filmi ko'rgan. Unda 1941-yilda Smolensk yaqinida asirga tushib, keyin Gollandiyaning Amersfort konslageriga jo'natilgan 101 nafar o'zbek yigitining fojiali taqdiri haqida so'z boradi. Bu yigitlar natsistlar rahbari Yozeff Gebbels buyrug'i bilan nemis targ'iboti uchun maxsus tanlab olinadi va fashistlar ular orqali "sovet asirlari och, o'jiz", degan tasavvurni yaratishni ko'zlaydi. Shu maqsadda yigitlar qasddan uzoq vaqt o'z qoldiriladi. So'ng suratga olish ishlari boshlanadi va ular oldiga bir dona non irg'itiladi. Biroq voqea kutilganidek kechmaydi. Ochlidan holsizlangan yigitlar bir lahza jim turishadi, keyin ulardan biri nonni ehtiyotkorlik bilan olib, teng bo'laklarga bo'ladi va har bir asirga o'z ulushini uzatadi. Hech kim non uchun talashmaydi, hech kim boshqasining haqiga ko'z tikmaydi.

Filmda bir burda nonga qanoat qilgan qahramonlarimiz o'z qadriyatini, sabr va shukurni hayotiy mezon, deb bilgan millat qiyofasini namoyon etadi. Ammo so'nggi vaqtlarda ijtimoiy tarmoqlarda namoyish etilayotgan ayrim holatlar bu qadriyatga zid tushmoqda. Ovqat yeyish musobaqalari, "kim ko'p yeydi", degan bellashuvlar, pul tikib o'tkaziladigan "xo'randalar bahsi" kabi jarayonlar na qanoatga, na madaniyatimizga mos keladi. Tasvirlarda kamida o'n kishilik oshni to'rt kishi tanovul qilayotganiga ko'zingiz tushadi. Bu holat endilikda boshqa taomlarga ham ko'chgan. Buyurtma somsadan tortib, tovoq-tovoq go'shtxo'likkacha, hatto qurt va banan yeyish borasida bahsga kirishadiganlar videosi ko'paydi.

Xavotirlisi, atrofdagi zavq bilan tomosha qilayotganlarning aksariyati yoshlar. Bu kabi holatlar shaxsiy tanlov sifatida oqlansa ham, tobora ommalashayotgan bilan jamiyatning ma'naviy muhitiga ta'sir etmay qolmaydi. Birinchi navbatda, bunday bellashuvlar sog'liq uchun jiddiy xavf tug'diradi. Ovqatni me'yorida ortiq iste'mol qilish nafaqat oshqozon va hazm tizimiga zarar yetkazadi, balki uzoq muddatli oqibati ortida semizlik, qandli diabet, yurak-qon tomir kasalliklari kabi og'ir xastaliklarga sabab bo'lishi mumkin.

Bu "ko'ngilochar" shou-musobaqada g'olib deb topilgan ishtirokchi aslida mag'lub. Qo'lga kiritilayotgan arzimmas sovrin uning uchun eng katta boyluk sanalmish salomatlik badaliga kiritilyapti. Bundan tashqari, bu kabi ovqatlanish musobaqalarining insonga ijtimoiy va psixologik ta'siri ham bor. Bellashuvlarning shou tarzida tashkil etilishi va ijtimoiy tarmoqlarda ommaviy tarqalishi, ayniqsa, yoshlar ongida noto'g'ri dunyoqarashni shakllantirishi mumkin. "Ko'p yeyish" orqali e'tibor qozonish yoki moddiy mukofot olish g'oyasi sog'lom va ma'naviy qadriyatlariga zid bo'lib, jamiyatda me'yorsizlik va isrofgarchilikni targ'ib qiladi. Shu bois bunday shou-musobaqalarga munosabatda sog'lom tafakkur va mas'uliyatli yondashuvni shakllantirish juda muhim.

Ovqat yeyish musobaqalari bugun ommaviy madaniyatning ajralmas qismiga aylangan. - deydi psixolog Nazokatxon Yo'lichiboyeva. - Ko'plab yirik media maydonlar va internet platformalari bu turdagi musobaqalarni targ'ib qilayapti. Bellashuvlarning shou va ko'rgazmali ko'rinishda ijtimoiy tarmoqlarda tarqalishi esa yoshlarda noto'g'ri ruhiy modellarni shakllantirishi ehtimoli katta. Ishtirokchilarning sanoqli daqiqalarda yuqori kaloriyalik taomlarni iste'mol qilishi ko'pincha "tezkorlik" va "jadallik" ramzi sifatida ko'rsatiladi. Bu esa yoshlar orasida sog'lom ovqatlanish odatlarini buzadi, ortiqcha iste'mol va yot odatlarning shakllanishiga olib keladi. Ijtimoiy bosim ham seziladi. Ayrimlarda "Men ham shunday qila olaman", "Undan nimam kam?" kabi fikrlar paydo bo'lish ehtimoli katta. Ilmiy nuqtai nazardan qaraganda, bunday musobaqalar orga-

Shuhrat NORMURODOV.



nizmining tabiiy signallariga zid harakat hisoblanadi. Tabiiy to'qlik va to'yinganlik hissi sun'iy ravishda buziladi. Bu nafaqat oshqozon-ichak tizimi, balki butun organizm uchun stress manbai bo'ladi. Shu sabab bunday musobaqalardan voz kechish, parhezli, sifatli ovqatlanishni asosiy qoidaga aylantirish yaxshiroq.

To'g'ri, bugun yurtimizda oziq-ovqat mo'l, taomlar xilma-xil, gazak va qaylalar, genno-modifikatsiya qilingan mahsulotlar va transyog'lar yordamida yanada lazzatli bo'lgan. Gazli ichimliklar va turli sharbatlar ham ishtahani ochishga xizmat qiladi. Shuning natijasida ba'zan bir o'tirishda ikki-uch xil taomni, ustidan salatlar, meva sharbatlari va shirinliklarni ham iste'mol qilaymiz. To'ylarda bu holat yanada ko'proq kuzatiladi: taomlar serob va rang-barang - odamni ko'proq yeyishga undaydi. Ammo shunday mo'l-ko'l va turli xil yeguliklardan foydalanishda me'yorni saqlash juda muhim. Yetarli miqdorda taomlansak, tanimizga jabr qilmaymiz. Buyuk hakim Arastudan "Sen nega sira kasal bo'lmasan, boshqalardan farqing nimada?" deb so'raganida, shunday javob bergan ekan: "Boshqalar yeyish uchun yashaydi, men esa yashash uchun yeyman".

Xavotirlisi, hozirgi kunda yeyish uchun bahslashadigan, "mechkaqlik" musobaqasi ishqibozlari soni keskin ortib bormoqda. Ilgari bunday tadbirlarda oshxonalariga ishtirokchilar asosan yo'l-yo'lakay, tasodifan qatnashgan bo'lsa, hozir boshqa shaharlardan kelib, g'olib bo'lish, ijtimoiy tarmoq "yulduzi"ga aylinish orzusidagilar oqib kelmoqda.

Ijtimoiy tarmoqlarda tarqalayotgan videolarda ko'pincha oshxonaga egalari mijozlari sonini oshirish maqsadida g'olibni taqdirlash jarayonini tantanali tashkil etadi. Biroq ular bu bilan cheklanib qolmaydi - yangi, yanada "qudratli" ishtirokchilarni chorlash orqali raqobat muhitini kuchaytirishga harakat qiladi. Agar shunday turdagi "mechkaqlik" musobaqalari ommalashaversa, ularning g'oliblari qahramon sifatida targ'ib etilsa, tabiiyki, ularga taqdim qiluvchilar soni ortib boraveradi.

Ammo o'yab ko'rishimiz kerak. Bu "championat"lar ortida nimalar yotibdi? Kim aslida g'olib - insonmi yoki nafes? Aslida bunday musobaqalarda inson nafsining g'alabasi namoyon bo'ladi. Qatnashchi ovqatni emas, aksincha, ortiqcha ovqat uning sog'lig'ini, umrini yeyishi mumkin. Ovqatlanishdan qornimiz emas, ko'nglimiz to'lsin.

Muzey ashyolari xalqimizning o'tmishini namoyon etuvchi nodir va bebaho manbalardir. Ayniqsa, arxeologik qazishmalar natijasida topilgan qadimiy buyumlar, avloddan-avlodga meros bo'lib fuqarolar qo'lida asrab kelingan turli osori-atiqalarni to'plash va ularni muzeylarga topshirish tariximizni ilmiy asosda o'rganish va har tomonlama tadqiq etishda muhim manba bo'lib xizmat qiladi.

Eng muhimi, bu qimmatbaho madaniy meros namunalarini kelajak avlod uchun asrab-avaylab saqlash ularning bardavomligi va qadrini yanada oshirishga imkoniyat yaratadi.

Davlatimiz rahbarining 2022-yil 27-maydagi "Muzeylarda xizmatlar sohasini rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarorida aholi qo'lidagi madaniy boyliklarni davlat muzeylari tomonidan qabul qilib olishni rag'batlantirish va ommalashtirishga qaratilgan "Milliy merosga mening hissam!" umumxalq aksiyasini o'tkazish belgilangan. Mazkur aksiyani amalga oshirish, ya'ni aholidan qadimiy buyum va ashyolarni sotib olish uchun har yili mahalliy byudjetdan mablag' ajratilib, muzey fondlari boyitilmoqda.

Jumladan, shu yilning o'tgan davrida aksiya doirasida Samarqand shahridagi O'zbekiston madaniyati tarixi davlat muzeyi fondiga aholidan miloddan avvalgi III-IV asrlardan hozirgi vaqtga qadar bo'lgan etnografiya, numizmatika, arxeologiya, tasviriy san'at va boshqa sohalariga oid ashyolar qabul qilingan.

- Muzeyimiz tasarrufida 11 ta muzey, 3 ta tarixiy obida va 2 ta ko'rgazma zali mavjud bo'lib, fondida 244 ming 618 dona eksponat saqlanadi, - deydi Samarqand davlat muzey-qo'riqxonasi tarix bo'limi boshlig'i To'lqin Bo'riyev. - Eksponatlar-

## Miloddan avvalgi III asrdan milodiy XXI asrgacha

Bu yil aholidan 4,5 mingdan ziyod ashyo muzeyga qabul qilindi



ing olti mingga yaqini ko'rgazmaga chiqarilgan va ular orasida fuqarolardan sotib olingani hamda tuhfa qilinganlari ham bor. Xususan, shu yil 407 million so'mdan ziyod mablag'ga aholidan 4488 dona ashyo sotib olingan bo'lsa, 20 dan ortiq ashyo fuqarolar tomonidan muzey fondi uchun tuhfa qilindi. Ashyolar orasida yurtimiz hududlaridan topilgan eramizdan avvalgi davrlarga oid afsonaviy suratlar va hukmdorlar tasviri tushirilgan salavkiylar davlati tangalari, eramizning V-VI asrlariga oid 1700 dona sug'd tangalari to'plami bor. Shuningdek, qadimiy yozuvlar tushirilgan turli idishlar to'plami, XII-XIII asrlarga tegishli misdan ishlangan moy-chiroq, XIX asrning ikkinchi yarmi va XX

asrning boshlariga oid Mang'it amirlarining 776 dona tangalar to'plami va XIX asrning oxiri XX asrning boshlariga oid bo'lgan so'zanalar mavjud.

Ba'zida tarixiy ashyolarning sotib olinishiga qaramay, fuqarolar eksponatlarni muzeyga topshirishni istamaydi. Tarixiy ashyo va madaniy merosga aloqador eksponatlarni xorijga olib chiqish taqiqlangan. Shunday ekan, ashyolar yo'qilib ketmasligi va kelajak avlodga yetkazish uchun muzeylarga topshirgan ma'qul. Muzeylarda eksponatlar professional tarzda saqlanadi, o'rganiladi va barcha uchun ochiq ekspozitsiyalarda namoyish etilib, milliy merosimiz targ'ib etiladi.

Fazliddin RO'ZIBOYEV.

# Oddiy qoidalar

Salomatlik sirlari



## shifoxona tomon yo'lni berkitadi

Keyingi paytlarda depressiya, stress degan so'zlarni kundalik muloqotimizda ko'p ishlatyapmiz. Chunki stressga uchrab, halovati buzilayotgan, hayotidagi arzimmas qiynchiliklardan ham "o'ziga kelish"ga qiynalayotgan aholi soni ko'payib boryapti. Bularning barchasi sog'lom turmush tarziga amal qilmaslik oqibatidir.

Sog'lom turmush tarzi sog'lom va sifatli ovqatlanish, jismoniy faollik, ruhiy salomatlikni mustahkamlash, shaxsiy gigiyena qoidalariga amal qilish, yomon odatlardan voz kechish, yetarli uyquning bo'lishi kabi jihatlarni o'z ichiga oladi. Sog'lom turmush tarzini targ'ib etish orqali yuqumli bo'lmagan kasalliklarning oldini olish ham mumkin. Sog'lom organizmda immunitet yuqori bo'ladi, kasallikka chalinish ehtimoli kamayadi. Organizmning tashqi muhit omillariga chidamliligi oshadi.

### STRESDAN XALOS ETUVCHI MASHG'ULOT

Inson avvalo, sog'lom va sifatli ovqatlanish tartibiga rioya qilishi kerak. Bunda kuniga 4-5 mahal ovqatlanish, taomning sifati to'g'ri tashkil etilgan bo'lishi kerak. Ratsionning 50-60 foiz qismini murakkab uglevodlar - donli mahsulotlar, turli xil meva-sabzavotlar, 15-20 foizini oqsilli mahsulotlar - go'sht, baliq, tuxum tashkil etishi kerak. Kuniga yetarli miqdorda suv ichish tavsiya etiladi. Kunlik tuz iste'moli 5 gramdan oshmasligi ham muhim ahamiyatga ega. To'g'ri ovqatlanish organizmda moddalar almashinuvini yaxshilaydi. Ortiqcha vazn va boshqa kasalliklar kelib chiqish xavfini kamaytiradi.

Jismoniy faollikda inson har kuni bajarishi zarur bo'lgan mashqlar majmui tushuniladi. Bunda muntazam mashqlar, yugurish, badantariya va sport bilan shug'ullanish salomatlikni mustahkamlaydi. Qon aylanishini yaxshilaydi, asab tizimini tinchlantiradi. Bu stresslar kamayishiga olib keladi. Organizmga yuqori darajada energiya beradi. Masalan, yugurish - inson uchun eng foydali sport turi. Muntazam ravishda yugurish uyqusizlik va depressiyadan xalos qiladi. Mushak tizimi baquvvat va kuchli bo'lishiga yordam beradi.

Ruhiy salomatlikda tabiatda ma'lum muddat sayr qilish, dam olish va ish balansini saqlash, oila do'stlar, hamkasblar

o'rtasidagi muloqot, o'ziga bo'lgan ishonchni oshirish, yetarlicha uyqu asosiy tamoyillar hisoblanadi. Yetarli va sifatli uyqu kunduzgi faollik uchun muhim. Uyqu muddati asosan 7-8 soatni tashkil etishi kerak. Bu vaqt mobaynida inson tanasi dam oladi, turli xil gormonlar faoliyati ishga tushadi va keyingi kun uchun tetiklikni ta'minlashga yordam beradi.

### XASTALIKKA ELTUVCHI ODATLARIMIZ

Yomon odatlardan voz kechish sog'lom turmush tarzida juda muhim. Ya'ni, chekish, spirtli ichimliklar, ko'p miqdorda shakar istemoli, doimiy ravishda tez tayyor bo'ladigan ovqatlarni tanovul qilish, kam harakatlilik kasallikka eltuvchi odatlardir. Tamaki chekish erta o'limning asosiy sabablardan biri sifatida tan olingan. Tamaki tarkibidagi nikotin asab tolalari impulsini tezlashtiradi. Ma'lum vaqt inson miyasi barcha stresslarni unutadi. Ammo nikotinga miya ko'nikib borgan sari mustaqil ishlashni xohlamaydi, keyingi yuqoriroq dozani talab qiladi. Tamaki tutuni miyadan tashqari nafas yo'llarini, yurak-qon tomir tizimini ham zararlaydi.

Shaxsiy gigiyena qoidalari badan, kiyim-kechak, turarjoyi kabilarni o'z ichiga oladi. Ushbu qoidalar oildan boshlanadi. Har bir kishining o'zi foydalanadigan shaxsiy buyumlari bo'lishi lozim. Har kuni ertalab tishlarni yuvish, kun ora dush qabul qilish, badanning ochiq joylarini doim sovunlab yuvish, toza kiyimlarni kiyish kundalik odatga aylinishi zarur.

### GENETIK MOYILLIK HAM CHEKINADI

Sog'lom turmush tarzi butun umr davom etishi zarur. Kundalik hayotda yaxshi odatlarni mustahkamlash, masalan, har kuni ertalab bir stakan suv ichish, ertalabki badantariya, sayr qilish, kundalik to'g'ri ovqatlanish, oila, do'stlar davrasida muloqotda bo'lish, kechasi yetarlicha to'yib uxlash tavsiya etiladi. Tadqiqotlarga ko'ra, ushbu qoidalarga doimiy amal qiladigan insonlarda 7-10 yilga umr uzayishi, kasalliklar kelib chiqishi xavfi kamayishi, immunitet kuchayishi, hayot sifati oshishi kuzatiladi. Bundan tashqari, sog'lom turmush tarzi genetik moyilliklarni ham ijobiy tomonga o'zgartiradi. Yurak-qon tomir kasalligi, qandli diabet irsiyatida bo'lgan odamlarning sog'lom turmush tarziga rioya qilishi va sport bilan muntazam shug'ullanishi ushbu kasallikka chalinish xavfini 60 foizgacha kamaytiradi.

O'g'iloy PARDAYEVA,

Samarqand davlat meditsina universiteti o'qituvchisi.

MUASSIS: Samarqand viloyati hokimligi

Bosh muharrir: Farmon TOSHEV

Gazeta O'zbekiston matbuot va axborot agentligining Samarqand viloyat boshqarmasida 2012-yil 30-martda 09-01 raqam bilan ro'yxatga olingan. Nashr 100. Indeks 438. 13 786 nuxxada chop etildi. Buyurtma 545. Hajmi 2 bosma taboq, bichimi A-2

Gazeta haftaning seshanba, payshanba va shanba kunlari chiqadi.

QABULXONA: (66) 233-91-51, REKLAMA VA E'LONLAR: (66) 233-91-56

BO'LIMLAR: (66) 233-91-57, 233-91-58, 233-91-59, 233-91-61

MANZILIMIZ: 140100, Samarqand shahri, Ulug' Tursunov ko'chasi, 80-uy, Matbuot uyi.

Gazeta «Zarafshon» tahririyatining kompyuter bo'limida sahifalandi.

«Noshir lux» MCHJ bosmaxonasida chop etildi. Korxonalar manzili: Samarqand shahri, Spitamen ko'chasi, 270-uy.

Bosishga topshirish vaqti: soat 18:30 da.

Bosishga topshirildi: soat 19:00

Navbatchi muharrir:

A.SHERXOLOV.

Navbatchi:

O'.XUDOYBERDIYEV.

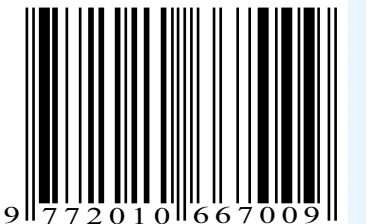
Sahifalovchi:

B.ABDULLAYEV.



Saytimizga o'tish uchun QR-kodini telefoningiz orqali skaner qiling

ISSN-201667X



9 1772010667009

Sotuvda narxi kelishilgan holda

