



Иссиқхона даромади,
асли илмдан
бошланар

4-с.

Бекорчи бўлмаган
хонадонда хотиржамлик,
барака бўлади



5-с.

ЎЗБЕКИСТОН МАҲАЛЛАЛАРИ УЮШМАСИНИНГ ИЖТИМОИЙ-СИЁСИЙ, МАЪНАВИЙ-МАЪРИФИЙ ГАЗЕТАСИ

2025 йил
6 ДЕКАБРЬ,
ШАНБА

Mahalla

№98
(2322)

WWW.UZMAHALLA.UZ

МАҲАЛЛА РАИСИ, БУ — МАҲАЛЛАНИНГ ВИЖДОНИ!



..... ПРЕЗИДЕНТ ТАШРИФИДАН СЎНГ...

МАҲАЛЛА — ЖАМИЯТНИНГ ЮЗИ

Ўзбекистондаги ўзгаришларнинг ўзаги шу маскандадир

Президентимиз Шавкат Мирзиёев Сирдарё вилоятига ташрифи давомида Гулистон шахридаги “Бўстон” маҳалласида амалга оширилган бунёдкорлик ишларини бориб кўрди.

“Бўстон” маҳалласи жорий йил обод маҳаллага айланди. Худуддаги барча кўп қаватли уйлар таъмирланди, худуд ободонлаштирилди. Маҳалла марказининг янги биноси фойдаланишга топширилди. Президентимиз шу ерда маҳалла

фаоллари, нуронийлар ва ёшлар билан самимий мулоқот қилди. Учрашувда мамлакатнинг барча худудларида қуйи бўғиндаги муаммоларни ҳал этиш, маҳаллаларни обод қилиш ва аҳолининг турмуш шароитини яхшилашга қаратилган ислохотлар самараси Сирдарёда ҳам ўз аксини топаётгани таъкидланди.

— Маҳалла – жамиятнинг юзи. Мамлакатдаги барча ўзгаришлар, аввало, шу ерда ўз ифодасини топади. Биз шундай тизим яратдикки, илгари жиддий деб ҳисоблаган кўплаб масалаларимизга ечимни айнан маҳалланинг ўзида топаёмиз. Бу институтга эътиборни янада кучайтиришда давом этамиз, — деди Президентимиз.

Шу ернинг ўзида “еттилик” вакиллари ва нуронийлар билан маҳалла ҳамда вилоят ҳаётида бўлаётган ўзгаришлар хусусида суҳбат бўлди.

Давоми 3-саҳифада.

..... БИР ЎЛКАКИ...

Президент ғоялари ёшлар нигоҳида акс этгани — улуғ саодат



Орзиқул СОАТОВ,
Ўзбекистон
фахрийларининг
ижтимоий фаолиятини
қўллаб-қувватлаш
“Нуроний” жамғармаси
Сурхондарё вилояти
бўлими раиси.

Умр нима? Уни яшаб ўтишдан мақсад не?
Киши синовларда ўзини қандай тутиши керак?
Инсон ёши катталашиб боргани сари шундай
ўй-хаёлларга бериладиган бўлиб қолар экан.
Ҳаёт қийинчиликларини бошдан кечириш баробарида
орттирилган билим, малака ва ўғитлар янада кўпроқ
мушоҳадага чорлаши балки оддий ҳолатдир.

Ёшимиз етмишни қоралаб, бугун келажагимиз эгалари бўлган йигит-қизларга сабоқ берар эканман, уларнинг кўзидаги ишонч, ғайрат ва шижоат эътиборимни тортади. Ҳаммаси ўзига хос истеъдод ва иқтидор эгаси. Кўрсатаётган йўл-йўриқларимиз, насихатларимиздан унумли фойдаланаётгани эса жуда қувонарли ҳолат.

“Маҳалла еттилиги” вакиллари мени 10 нафар ёшга мураббий сифатида бириктиргандан кейин вақтининг кўп қисмини уларга бағишляпман. Асосий эътиборни улар қалбида ватанпарварлик туйғусини мустаҳкамлашга қаратаёмиз. Шунингдек, таълим олишнинг аҳамияти, муносиб касб эгаси бўлиб, жамият равнақи учун хизмат қилиш масалаларига ҳам алоҳида ёндашиляпти.

Давоми 2-саҳифада.

ДИҚҚАТ, ШОШИЛИНГ!

“Mahalla” газетаси ва
“Mahalla ko‘zgusi” журнаliga
ОБУНА ДАВОМ ЭТМОҚДА!

Ҳар икки нашримиз
2026 йил давомида
Сизга энг яқин ва ишончли ҳамроҳ,
ҳуқуқий маслаҳатчи ва
илғор тажрибалар майдони
ҳамда ошкора мулоқот
минбарига айланади.

ОБУНА БЎЛИНГ ВА УНУТМАНГ —
“MAHALLA”НИ ҲАР КУНИ ВА
ҲАР ДОИМ ҲАР БИР РАИС
ЎҚИШИ КЕРАК!



Ҳа,
айтганча,
ҳар иккала
нашрининг
обуна нархи
ўзгармаган.

МУРОЖААТ УЧУН ТЕЛЕФОНЛАР:
71 233-39-89, 71 233-10-92

“ЭНГ ЯХШИ СОЛИҚ ТЎЛОВЧИ МАҲАЛЛА”

Топ-100 та маҳаллага 2 миллиард сўмдан
маблағ ажратилади

“Солиқларнинг ййигилувчанлик даражасини
ошириш ва фаол солиқ тўловчиларни
рағбатлантириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги
Президент қарори қабул қилинди.



Солиқлар бевосита давлатнинг пайдо бўлиши билан боғлиқдир, яъни давлат ўз вазифаларини бажариш учун молиявий манба сифатида

солиқлардан фойдаланади. Ўз навбатида юртимизда яратилган мутлақо янги солиқ тизими аҳолига тадбиркорлик билан шуғулланиш, қонуний фаолият юритиб, ўзи ва оиласини даромадли қилиш имкониятини бераяпти.

Давоми 2-саҳифада.

БУГУНГИ СОНДА:

Шиддат ва шижоат
— ёпиқ эшикларни
очгучви неъмат

Бугун маҳаллалардаги қайси соҳага қараманг, ўзгариш ва янгиланишларга гувоҳ бўласиз. Бунинг замирида давлатнинг фуқароларга яратиб бераётган имкониятлари, меҳнат ва бирдамлик ётибди. Энг муҳими, халқимиз биз билан елкама-елка ҳаракат қияпти.

7-с.

Аёл эрининг
фамилиясига ўтиши
мумкинми?

Қадимдан одамлар орасида ўзаро бир-бирларини таниш турли йўللار билан бўлган. Фалончининг ўғли, фалончининг хотини каби инсонбат бериш ҳолати жорий бўлган. Эрининг фамилиясига ўтиш ҳам гўё фалон оилага келин бўлган дегани кабилдир.

8-с.



ПРЕЗИДЕНТ ШАВКАТ МИРЗИЁЕВ Сирдарё вилоятига ташриф буюриб, халқ депутатлари вилоят Кенгашининг навбатдан ташқари сессиясида иштирок этди.



Президентимиз Россия Федерацияси Ҳукумати Раисининг биринчи ўринбосари Денис Мантуров бошчилигидаги ДЕЛЕГАЦИЯНИ ҚАБУЛ ҚИЛДИ.



Давлатимиз раҳбари КИМЁ САНОАТИДА ИШЛАБ ЧИҚАРИШ ва экспортни ошириш ҳамда таннархни пасайтириш юзасидан такдимот билан танишди.

●●●●● БИР ЎЛКАКИ...

ПРЕЗИДЕНТ ҒОЯЛАРИ ЁШЛАР НИГОҲИДА АКС ЭТГАНИ — УЛУҒ САОДАТ



Давоми. Бошланиши 1-саҳифада.

Богбон ерга қадалган ниҳолга бошдан тўғри ишлов берса, вақтида суғориб, парваришланса, эртага мўл-кўл ҳосил бериши шубҳасиз. Шу маънода болаларимиз тарбиясига ҳам масъулият билан қараш, хатоларини тўғрилаб, ютуқларини рағбатлантириш юртининг эртаси учун қўшган энг катта ҳиссамиз бўлади.

“Бир нуруний — ўн ёшга масъул” лойиҳасини ҳам бугунги кунда жамиятимиздаги энг оғиқли масалаларга ечим топаётган ташаббуслардан бири, дейиш мумкин. Ушбу тажриба нурунийлар ва ёшлар ўртасидаги маънавий кўприк вазифасини ўтамоқда.

Айни вақтда қайси маҳалла ходими билан суҳбатлашсангиз, оилавий ажрашшлардан азият чекаётганидан шикоят қилади. Бу муаммо миллат ва жамият тақдирини учун қанчалик оғир талофатларга сабаб бўлиши мумкинлиги ҳақида гапир-

маса ҳам бўлади. Етим қолаётган гўдақлар, пароканда бўлаётган рўзорлар фақат эр ва хотин учун эмас, балки маҳалла ва мамлакат учун катта ташвиш демек.

Шу боис ҳудудимизда оилалар мустаҳкамлигини таъминлаш мақсадида можаро келиб чиққан хонадонларга боряпмиз, томонларни алоҳида-алоҳида тинглаб, муносиб йўл кўрсатишга ҳаракат қиляпмиз. Жуда жиддий сабаблар бўлмаганда, ёшларнинг кўпчилигини яраштиряпмиз. Ўрни келганда қайнота ва қайноналарга насихат қилсак, айрим ҳолатларда “фёъл-атворимиз мос келмади”, деган эр-хотинларни муросага келтиряпмиз.

Жиноятчилик — энг

оғиқли масалаларимиздан бири. Бу муаммонинг олдини олиш учун тизимли ёндашув талаб этилади. “Еттилик” ходимлари билан бирга, аввало, фуқаронинг бу кингир йўлга кириши сабабларини ўрганяпмиз. Кўп ҳолатларда муҳтожлик, ишсизлик, тарбиядаги нотўғри ёндашувлар сабаб ҳуқуқбузарлик содир этилаётгани аён бўляпти. Ёчим сифатида эса ишсизларнинг бандлигини таъминлаш, эҳтиёжманд оилаларни моддий жиҳатдан қўллаб-қувватлашга ҳаракат қиляпмиз. Шу борабарда жиноятга мойиллиги бўлган шахсларга тўғри йўл кўрсатиб, ҳалол меҳнат қилиб топилган давлатнинг нақадар баракали бўлиши ҳақида тушунча беряпмиз.

Бугун биз нурунийлар ҳам жамиятнинг фаол аъзоси сифатида юрт ривожини учун қўлимиздан келганча ёрдам беряпмиз. Ҳар бир маслаҳатимизга алоҳида эътибор ва ҳурмат билан ёндашилаётгани эса қадримиз нақадар баландлигини кўрсатиб берапти.



Носирбек САЛАЕВ, Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Бош юристконсульты.

Юқоридаги Президент қарорига кўра, маҳаллада солиқ сиёсатини амалга ошириш, бу борада йиғинларнинг фаол иштирокини рағбатлантириш бўйича янги тартиблар белгиланди. Унга асосан, фуқароларда **“солиқ тўлаш бурчим”** деган фикр шакллантирилади. **“Солиқ — маҳалла тараққиёти гарови”** тамойили асосида солиқ маданияти юксалтирилади.

2026 йил 1 январдан **“Энг яхши солиқ тўловчи маҳалла”** номинацияси жорий этилади. Бу жараёнда ғолибларни аниқлаш бўйича мезонлар қуйидагилар:

- ҳар **1 000 нафар** аҳолига тўғри келадиган кичик бизнес субъектлари сони;
- ҳар **1 000 нафар** аҳолига тўғри келадиган кичик бизнес субъектлари томонидан тўланган **солиқлар миқдори**;
- ҳар **1 000 нафар** аҳолига тўғри келадиган жисмоний шахслардан олинadиган **даромад солиғи** тўловчилар сони;
- ҳар **1 000 нафар** аҳолига тўғри келадиган **ўзини ўзи банд қилган** фуқаролар сони ва улар томонидан тўланган солиқлар миқдори;
- маҳалла фуқаролари томонидан **мол-мулк ва ер** солиқларининг тўланганлик даражаси.

“ЭНГ ЯХШИ СОЛИҚ ТЎЛОВЧИ МАҲАЛЛА”

Топ-100 та маҳаллага 2 миллиард сўмдан маблағ ажратилади

Давоми. Бошланиши 1-саҳифада.

“Энг яхши солиқ тўловчи маҳалла” номинацияси ғолиблари рағбатлантирилади. Уларга қуйидаги рағбатлантириш чоралари жорий этилади:

- **“Ташаббуси бюджет”** лойиҳаси доирасида кетма-кет икки маротаба ғолиб деб топилган маҳаллалар учун навбатдаги иккита мавсум доирасида лойиҳа киритиш имкониятини **чеклаш қоидаси қўлланилмайди**;
- лойиҳаларни шериклик асосида молиялаштиришда ушбу маҳаллалар аҳолиси томонидан лойиҳа қийматининг **25 фоизи молиялаштирилган тақдирда**, лойиҳа ғолиб деб топилди ҳамда қолган 75 фоизи Давлат бюджетидан молиялаштирилади;
- белгиланган мезонлар асосида ҳар йили **биринчи 100 таликка кирган** энг яхши солиқ тўловчи маҳаллаларнинг ҳар бирига Давлат бюджетидан **2 миллиард сўм** миқдорида маблағ тегишлича Маҳалланинг ижтимоий-иқтисодий муаммоларини ҳал этиш жамғармасига ажратилади.

Маблағлар тегишли **фуқаролар йиғини кенгаши қарори асосида** фақат ушбу маҳалла инфратузилмасини (ички йўллари таъмирлаш, ичимлик сув ва электр таъминоти)ни яхшилаш, кўча чироқларини ўрнатиш ва бошқа инфратузилма лойиҳаларини) яхшилаш учун сарфланади.

Ҳар йили 1 февралга қадар энг яхши солиқ тўловчи маҳаллалар рўйхати шакллантирилиб, 10 февралга қадар эълон қилиб борилади.

Қарорга кўра, 2026 йил 1 январдан “Очиқ бюджет” порталида **“Жисмоний шахсларнинг солиқлари ҳисобидан харажатлар”** модули ишга туширилади. Бу орқали фуқароларнинг муайян даврда тўлаган **даромад солиғи, мол-мулк ва ер солиғи**, мазкур солиқлар эвазига Давлат бюджетидан амалга оширилган харажатлар тўғрисидаги маълумотлар доимий равишда эълон қилиб борилади.



Умуман олганда, эндиликда фуқаролари солиқларни ўз вақтида тўлаган, қарздорлик мавжуд бўлмаган маҳаллаларга яна бир қулай имконият такдим этилди. Яъни одамлар зиммасидаги фуқаролик бурчини адо этиш асносида ўз маҳалласи ободлиги, янги қиёфа касб этишига ҳисса қўлиши мумкин. Бунинг учун шунчаки солиқларни тўлашнинг ўзи кифоя.

СУРХОНДАРЁ ВИЛОЯТИ ҚИЗИРИҚ ТУМАНИ:

СИЗНИНГ ҚАНДАЙ ТАШАББУС ВА ТАЖРИБАНГИЗ БОР?

Масъулият ва мақсадимиз давр шиддатига ҳамоҳанг

Инсоннинг қўли гул. Бунёдкорлик ва ижод қилиш унинг табииотида хос хислат. Шу маънода туманимиздаги 31 та маҳаллада тизимли равишда ўзгаришлар олиб бориляпти. 126 минг 900 нафар фуқаронинг тинч ва фаровон турмуш кечириши учун “еттилик” вакиллари астойдил ҳаракат қиляпти.

Хуршид ХУДОЙНАЗАРОВ, Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Қизирқ тумани бўлими бошлиғи.

Ф аолиятимиз давомида асосий эътиборни бандлик масаласига қаратганмиз. Жумладан, инвестиция лойиҳаларини ишга тушириш ҳисобига 525 нафар, тижорат банклари амалга оширган лойиҳалар ҳисобига 6 124 нафар, аҳолини тадбиркорликка жалб қилиш орқали 3 955 нафар, кишлоқ хўжалиғи йўналишида 6 771 нафар, қурилиш соҳасида 566 нафар киши доимий ва мавсумий ишларда банд қилинди.

Бундан ташқари, жорий йил 725 нафар ишсиз фуқарони талаб юқори бўлган касб-хунарларга ўқитиш белгиланган бўлиб, амалда бу режа ортиғи билан бажарилди. Шу тарзда йил якунига қадар туманда масъул ташкилотлар билан ҳамкорликда ишсизлик даражасини 5,6 фоизга туширилиши кутилмоқда.



Аҳолига қулайлик яратиш мақсадида 15 та маҳаллада ички йўллар, пиёдалар йўлакчаси, ичимлик сув билан таъминлаш бўйича тадбирлар амалга оширилди. Хусусан, “Такия”, “Заробод”, “Мустақиллик”, “Етимқум”, “Оқ-жар” маҳаллаларига 61 миллион 790 минг сўмга ичимлик сув қувури янгидан тортиб берилди. “Кунчиқиш” маҳалласидаги 610 метр электр энергияси кабелли янгиланди.



Маҳалла фуқаролар йиғини биноси, спорт майдони барпо этиш, қабристонни ободлаштириш каби жорий таъмирлаш ишлари учун тумандаги 31 та маҳаллага жами 200 миллион сўм маблағ сарфланди. Шунингдек, битта маҳаллага кўёш панели ўрнатилди, 31 та йиғин биноси замонавий компьютер техникаси, принтер, стол-стул каби мебель жиҳозлари билан таъминланди.

Ижтимоий ҳимояга муҳтож ва кам таъминланган 13 нафар фуқаронинг уй-жойини таъмирлаш ва соғлигини тиклаш учун 75,1 миллион сўмлик қурилиш моллари харид қилиниб, ёрдамлар манзилига етказилди.



Ҳали йил якунига қадар бажаришни мўлжаллаган ишларимиз талайгина. Аввало, туманимиздаги бешта оғир ҳудуд ҳисобланган “Хомкон”, “Гулобод”, “Якка терак”, “Такия” ҳамда “Богбонлар юрти” маҳаллаларида бетон ариқ, оқова сув учун қудуқлар, трансформатор, бетон устунлар ўрнатиш каби қурилиш ишларини сифатли амалга ошириш устидан кенг жамоатчилик назорати ўрнатилади.

Шунингдек, маҳаллалардаги нуруний отахон ва онахонлар ҳамда фаоллар билан доимий равишда жиноятчилик ва ажрашувларнинг олдини олиш, миллий қадриятлар, урф-одатлар ва анъаналарни тарғиб қилиш, тўй-маросимларни исрофгарчиликларсиз, ихчам ўтказилишини таъминлаш бўйича тарғибот ишлари олиб борилади.

Ҳар бир фуқаро ўзи ва оиласининг келажаги, молиявий аҳволи ва фаровонлигини таъминлашда масъулиятни сезиши, боқимандаликни унутиб, меҳнат қилиши кераклиги бўйича ташвиқот ишлари амалга ошириш доимий вазифамизга айланган. Шу орқали аҳолининг маънавий дунёқарашини ўзгартириш, уларда шукроналик ҳиссини уйғотишга эришиш энг катта ютуғимиз бўлади.

●●●●● “МЕН ОБУНА БЎЛДИМ, СИЗ-ЧИ?”

“МАЗМУН, МОҲИАТ ВА МАЪНО — БАРЧАСИ “МАНАЛЛА”ДА



Алишер ТУРДИЕВ, Қизирқ туманидаги “Роботак” маҳалласи раиси:

— Маҳалламиздаги 80 фоиз аҳоли вакиллари ҳунармандчилик ва тадбиркорлик билан шуғулланиб, жамият ривожини учун ўз ҳиссасини қўшиб келяпти. Уларга тўғри йўналиш бериш, зарур ўринларда қўллаб-қувватлаш учун, албатта, билим керак. Зиммамиздаги мазкур вазифани тўла-тўқис адо этиш учун “еттилик” ходимлари доим изланишдамиз.

Бу йўлда бизга, биринчи навбатда, “Mahalla ko'zgusi” журнали ҳамда “Mahalla” газетаси анча қўл келяпти. Унинг бир-биридан мазмунли, фойдали ва маъноли мақолаларидан доимий равишда фойдаланиб келяпмиз. Саҳифаларида берилаётган мақолаларда тизим фаолияти тўлиқ қамраб олингани учун ҳам нашрларга доимий равишда обуна бўламиз.



Президентимизга давлат идораларининг АХОЛИ БИЛАН КОММУНИКАЦИЯСИ самарадорлигини оширишга қаратилган ишлар юзасидан ахборот берилди.



Давлатимиз раҳбари Тошкентда транспорт бошқарувини такомиллаштириш ва тирбандликларнинг олдини олиш чораларига доир такдимот билан танишди.



Давлатимиз раҳбари “ПРЕЗИДЕНТ ОЛИМПИАДАСИ” ўйинларининг ғолиб ва совриндорлари ҳамда барча иштирокчиларига табрик йўллади.

Маҳалла — жамиятнинг юзи

Ўзбекистондаги ўзгаришларнинг ўзаги шу маскандадир

Давоми. Бошланиши 1-саҳифада.

Баҳодир АБДУЛЛАЕВ,
Гулистон шаҳридаги
“Бўстон” маҳалласи раиси.

Маҳалламиз яқин йилларгача йўллари ярқосиз, тунги ёритгичлар йўқ ҳудуд эди. Электр таъминотида муаммолар аҳоли яшаш тарзига салбий таъсир этарди. Айрим кўчаларга ичимлик сув ташиб келингани одамларнинг яна бир ташвиши бўлган.

Маҳаллаларда амалга оширилаётган кенг қўламли ишлар, ўзгаришлар натижасида мана шу каби муаммолар ечимини топди. Хусусан, йўл инфратузилмаси, коммуникация тармоқлари ҳамда ижтимоий соҳа объектларида қурилиш, ободонлаштириш ишлари олиб борилди. Аҳолига хизмат кўрсатиш шохобчалари ташкил этилди. Бу каби кенг қўламли чора-тадбирлар “Бўстон” маҳалласини чин маънода бўстонга, кўркем масканга айлантирди.



Президентимиз маҳалламизда аҳолининг яшаш шароити билан танишди. Бундан маҳалладошларимизнинг боши кўкка етди. Давлатимиз раҳбари маҳалла фаоллари, нуронийлар ва ёшлар билан самимий суҳбат давомидида мамлакатнинг барча ҳудудларида куйи бўғиндаги муаммоларни ҳал этиш, маҳаллаларни обод қилиш ва аҳолининг турмуш шароитини яхшилашга қаратилган ислохотлар самараси Сирдарёда ҳам ўз аксини топаётганини таъкидлади.



Мамлакатдаги барча ўзгаришлар, аввало, шу ерда ўз ифодасини топаётгани, бу институтга эътибор янада кучайтирилишини қайд этди. Ўз навбатида, кўп қаватли уйларда яшовчи аҳоли учун қулай шароит яратишга қаратилган ишларни

давом эттириш, қозонхоналарни қуриш ва улардан фойдаланишда замонавий технологияларни қўл-лаш, малакали мутахассисларни жалб этиш бўйича зарур кўрсатмалар берди.

Ўқорида таъкидлаганимиз-

дек, маҳалламиз жорий йил обод маҳаллага айланди. Ҳудуддаги барча кўп қаватли уйлар таъмирланди, 23 та индивидуал иссиқлик пунктлари ўрнатилиб, “ёпиқ” тизим ташкил этилди, кўчалар ободонлаштирилди. Маҳалла марказининг янги

биноси фойдаланишга топширилди. Ҳудуддаги 48 та кўп қаватли уй жорий таъмирланди, ташқи қисми базальт билан қопланди. Иссиқлик таъминотини яхшилаш мақсадида 18 миллиард сўм ҳисобига замонавий қозонхона ва 3,3 километр иссиқлик тармоқлари қурилди.

Маҳаллий бюджет маблағлари ҳисобидан ҳудуддаги 800 та хонадонли 20 та кўп қаватли уйнинг ички иссиқлик тизими қайта тикланди. 1 та боғча марказлашган иссиқлик энергияси ва иссиқ сув билан таъминланди. Янги қозонхона қурилиши натижасида 144 минг киловатт-соат электр ва 627 минг куб метр табиий газ иқтисод қилинади. Бир сўз билан айтганда, тизимдаги ислохотлар аксини маҳалламиз мисолида кўриш мумкин.

Ҳеч муболағасиз, Президент ташрифидан сўнг “маҳалла етти-лиги” янада кўтаринки қайфиятда ишларни давом эттириб, янги йилга янги режалар билан қадам қўймоқда.

ҚАШҚАДАРЁ
ВИЛОЯТИ
НИШОН
ТУМАНИ:

СИЗНИНГ ҚАНДАЙ ТАШАББУС ВА ТАЖРИБАНГИЗ БОР?

Интилган ва изланган киши борки, яхши яшашга имкон яратяпти

..... ҲАМКОРЛИК

ҲАР БИР ЁШНИНГ МАҚСАД ЙЎЛИ БИР МАСЛАҚДАН БОШЛАНАР

Хоразм вилоятида “Қишлоқ жойларини барқарор ривожлантириш” лойиҳаси доирасида қатор ижтимоий объектлар фойдаланишга топширилди.



Айтиш керакки, мазкур лойиҳа доирасида Гурлан, Янгибозор, Урганч, Хонка, Боғот ва Хазорасп туманларидаги 49 та маҳаллада кенг қўламли бунёдкорлик ишлари олиб бориляпти. “Пастдан юқорига” тамойили асосида 208 та устувор сублойҳалар танлаб олинган. Улар — мактаблар, болалар боғчалари, тиббиёт муассасалари қуриш ёки реконструкция қилиш, ичимлик сув ва электр тизимини яхшилаш, ички йўللар, кўприklar, ирригация ва дренаж тизимларини таъмирлашни ўз ичига олади. Бу йўналишда маҳаллаларни ривожлантириш режалари ишлаб чиқилган. Лойиҳадан деярли 180 минг қишлоқ аҳолиси манфаатдор бўлади.

БМТ Тараққиёт дастури, Ислом тараққиёт банки, Иқтисодиёт ва молия вазирлиги ҳамда Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси вакилларидан иборат делегация аъзолари Урганч туманида янги ижтимоий объектларни фойдаланишга топшириш маросимларида иштирок этди.

“Уйшин” маҳалласида 150 ўринли янги болалар боғчаси очилди. Бу ерда еттита қишлоқда қарийб 3 000 нафар аҳоли истиқомат қилади. Йиғинда шу кунгача давлат боғчаси мавжуд эмас эди. Эндиликда янги боғча 3-6 ёшли болалар учун замонавий, хавфсиз ва инклюзив таълим муҳитини яратади. Аҳоли замонавий мактабгача таълим хизматларидан фойдаланиш имкониятига эга бўлиб, кўплаб аёллар учун бандлик имкониятлари кенгайди.

“Юқори овул” йиғинида замонавий уч қаватли Маҳалла хизматлари маркази фойдаланишга топширилди. Марказда маъмурий, ўқув, ижтимоий ва маиший хизматлар бир жойда жамланган — тренинг заллари, кутубхона, тикувчилик устахоналаридан тортиб, спорт ва фитнес майдонлари, сартарошхона, новвойхона, кичик дўконлар, гўзаллик салонларигача. Маҳалла хизматлар маркази “Юқори овул”, “Мергановул”, “Жайхун” ва “Уйшин” маҳаллаларига хизмат кўрса-тади. Ушбу марказ янги иш ўринларини яратади, аҳоли даромад манбаларини кенгайтиради ва ёшлар учун замонавий ўқув ва тадбиркорлик майдонларини такдим этади.

Делегация аъзолари йўл таъмирлаш ва электр таъминотини модернизация қилиш лойиҳаларини кўздан кечирди. Айтиш керакки, ҳудуддаги тўртта маҳаллани ўз ичига олган лойиҳа доирасида ички йўлларнинг 20 километрдан ортиқ қисми асфальт қилинди. Бу аҳолининг мактаблар, хизматлар ва иш жойларига етиб бориш имкониятини сезиларли даражада яхшилади.

“Қишлоқ жойларни барқарор ривожлантириш” лойиҳаси — Иқтисодиёт ва молия вазирлиги ҳамда БМТ Тараққиёт дастурининг қўшма ташаббуси бўлиб, Ислом тараққиёт банки ва ОПЕК Халқаро тараққиёт жамғармаси томонидан молиялаштирилади. Лойиҳа инфратузилмани яхшилаш, ижтимоий хизматларни кенгайтириш, яшил текнологияларни жорий этиш, қишлоқ ҳудудларида инклюзив ва барқарор ривожланишни қўллаб-қувватлайди.

Ишсизлик ва камбағалликни қисқартиришда томорканинг аҳамияти катта. Дарҳақиқат, шароит бўлса, соҳа муҳим даромад манбаи. Аммо бунинг учун оқова сув бўлмаса-чи?

Улуғбек НОРБОВЕВ,
Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси
Нишон тумани бўлими бошлиғи.

Сувсизлик нима эканини туманимиз аҳолиси яхши билади. Чунки ҳудудимиздаги айрим маҳаллаларга оқова сув умуман етиб бормаган. Кейинги пайтда мана шу масалага ечим топилиб, томоркаларда озик-овқат экинлари етиштириш йўлга қўйилди.

Жумладан, “оғир” тоифадаги “Кўк-сой” маҳалласида 4 минг 367 нафар аҳоли яшаса, шунинг минг нафардан зиёди ёшлар. Уларнинг орасида ишсиз, миграциядан қайтган йигит-қизлар ҳам бор. Шунинг ҳисобига олиб, 70 гектар ер 140 нафар ёшга ажратилди. Бу ерда ер ёнғоқ экиш ташаббуси йўлга қўйилди. Масалан, Тоҳирбек Чоршанбиев 26 ёшда бўлиб, шу кунга қадар ишсиз эди. Унга ҳам 50 сотих ер берилди.

“Ширинобод” маҳалласига ҳам шу кунгача бир томчи оқова сув етиб бормаган. Одамлар томорқа-сида экин етиштириш тугул бирорта қўчат ўстириш имконига эга эмасди. “Камбағалликдан фаровонлик сари” тамойили асосида янги сув насоси ўрнатилиб, 15 км. узунликда бетон лоток ётқизилган, муаммо ҳал бўлди. Энди томорқалар гуллаб-яшнамоқда. Ширинободликлар ғамхўрликка жавобан насос қурилган жойда ўзлари ташаббус билдириб, 100 киловаттлик қуёш панеллари ўрнатишди.



“Оқ олтин” маҳалласи аҳолиси ҳам узок йиллар сувсизликдан азият чеккан. Энди уларнинг хонадонига сув билан бирга, гўё ҳаёт нафаси кириб келди. 17 гектар томорқа майдонида “Бир маҳалла — бир маҳсулот” тамойили асосида картошка экилди.

Гулнисо Давлатова анча йиллар тақир чўл каби текислик бўлиб ётган томорқасининг озгина жойига иссиқхона қуриб, помидор, қолган қисмига картошка уруғи қадади. Бир четда ҳар хил кўкатлар ҳам кўзни қувонтириб турибди. Тумандаги “оғир” тоифага кирувчи “Юксалиш” маҳалласини ҳам намунали ҳудудга айлантириш йўлида янги қадамлар ташланди. Ёшлик қўчаси намунали кўча сифатида танланиб, Олтиариқ тумани тажрибаси асосида сўриток(вайиш)лар қурилиб, узум қўчати экилди. Бу ташаббус нафақат кўчалар қўринишини ободонлаштириш, балки аҳоли даромадини оширишга хизмат қилмоқда.

“Камбағалликдан фаровонлик сари” дастури кенг қамровли бўлиб, нафақат аҳоли томорқаларини

ривожлантириш, балки эҳтиёжмандларни қўллаб-қувватлаш орқали оёққа туришига кўмаклашишга қаратилгани билан аҳамиятли. Бу борада “Навбахор” маҳалласида яхши ташаббус амалга оширилди. Ишсизликдан азият чекаётган ёлғиз она Нилуфар Тиллаеванинг уй-жойи таъмирланди. Бундан ташқари, унга 10 та товук, бир бош бузоғи билан сигир ажратилди, 10 киловаттлик қуёш панели ўрнатилиб. Бу савий-ҳаракатлар натижасида хонадонга файз кирди.

“Тинчлик” маҳалласида истиқомат қилувчи тадбиркор Дилфуза Зугурова маҳалла тавсияси билан ховлисида 9 сотихли иссиқхона ташкил этиб, лимон ва бодиринг етиштириш орқали даромад топтомоқда. Шунингдек, имтиёзли кредит эвазига қорвачиликни йўлга қўйди.

..... “МЕН ОБУНА БЎЛДИМ, СИЗ-ЧИ?”

“МАНАЦА” — АСОСИЙ ИШ ҚУРОЛИМИЗ



Сайлов ЖОВЛИЕВ,
Нишон туманидаги
“Ойдин” маҳалласи раиси:

— Бугун маҳалла тизими чин маънода халқ ва давлат ўртасидаги кўприкка айланди. Сўнги йиллардаги ислохотлар соҳанинг жамиятдаги ўрни ва нуфузини янада оширди. Бу маҳалла раислари зиммасига ҳам катта масъулият юклади. Яъни, фуқаролар розилигига эришиш, уларнинг муаммосига ҳолис ечим

топиш, ўз ҳудудимизни обод масканга айлантириш билим ва салоҳиятимиз, бошқарув қобилиятимизга боғлиқ.

Шу сабабли ҳар доим ўз устимизда ишлашимиз, янгиликлардан тезкор хабардор бўлишимиз лозим. Босма нашрлар айни шу бўшлиқни тўлдирувчи муҳим иш қуролимиз ҳисобланади. Айниқса, “Mahalla” газетаси фаолиятимизга тааллуқли мавзуларни кенг ва батафсил ёритиб бергани учун ҳамиша иш столим устида туради.



“Хотин-қизларни кўллаб-қувватлашга оид қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги ПРЕЗИДЕНТ ФАРМОНИ қабул қилинди.



Мактаб ўқувчилари учун қишки таътил 28 декабрдан 10 январгача давом этади. 12 ЯНВАРДАН УЧИНЧИ ЧОРАК БОШЛАНАДИ.



Марказий банк 18 ёшгача бўлганларга банкларда ҳисобварақларни МУСТАҚИЛ ОЧИШГА РУХСАТ БЕРИЛГАНИНИ билдирди.

ФАРҒОНА ВИЛОЯТИ ДАҒҒАРА ТУМАНИ:

СИЗНИНГ ҚАНДАЙ ТАШАББУС ВА ТАЖРИБАНГИЗ БОР?

Одамлар розилиги ҳар қалбга йўл топмоқдан бошланади

Сўнгги йилларда маҳалла халққа яқин, фаол, ташаббускор тузилмага айланди. Тизимдаги ўзгаришлар ҳар бир инсон ҳаётини яхшилашга хизмат қиляпти. Мисол учун, “Ташаббусли бюджет” лойиҳаси ҳудудлар муаммосини ҳал этишда ўзига хос янгилик бўлди, дейиш мумкин.

Баҳромжон МАМАЖОНОВ, Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Дағғара тумани бўлими бошлиғи.

Туманимизда лойиҳа асосида бир қатор масалаларга ечим топдик. Жумладан, “Оқтепа” маҳалласидаги кўчалар асфальтланди. Инфратузилма яхшила- ниб, аҳоли учун қулай шароит яратилди.

“Маҳаллаларни ободон-лаштириш, кўкаламзорлашти-риш ва қиёфасини тубдан яхшилашга доир қўшимча чора-тадбирлар тўғрисида”ги Президент қарори асоси- да “Шодлик” маҳалласида “Маҳалла сервис компания- си” иш бошлади. Янги компа- ния зарур техник воситалар билан таъминланиб, ҳудудда ободонлаштириш ва кўка- ламзорлаштириш ишларини тизимли йўлга қўйиш имко- нияти яратилди.

Яна бир ташаббус — “Ма- ромийлик” дастури бўлиб, янгиликнинг бош мақсади — халқимиз орасида ихчамлик, камтарлик ва шукроналик маданиятини мустаҳкамлаш, тўй ва маъракаларни иллий

кадриятларимизга мос ра- вишда, ортиқча дабдабадан холи ҳолда ўтказишни одатга айлантиришдир.

Тўйлар, оилавий танта- налар, маърака ва маросим- лар ўтказилишини тартибга солиш мақсадида барча маҳаллаларда давра суҳбати, учрашувлар, тарғибот тадбир- лари ўтказилмоқда. Аҳоли ўр- тасида “Маромийлик” ғоясини оммалаштириб, оддийлик ва камхаржлик қадрият сифати- да шакллантирилмоқда.

Муҳими, барча ис- лохотлар замирида инсон манфаати ётибди. Ҳар бир маҳаллада ижтимоий ҳи- моюга муҳтож инсонларга алоҳида эътибор берил- моқда. Мисол учун, “Бойбўта” маҳалласида яшовчи Зарифа Нишоновна “Аёллар дафта- ри”да рўйхатда турарди. Унга имтиёзли кредит ажратилиб, тадбиркорлик фаолиятини бошлашига кўмаклашилди. Бугун маҳалласидаги фаол, ишбилармон аёлга айланди. Нафақат шахсий даромад манбаини шакллантирди, балки бошқа аёллар учун намуна бўлмоқда. Айни пайт- да тикувчилик корхонасида маҳалладош хотин-қизларни иш билан таъминлади.



Бундай мисолларни кўп- лаб келтириш мумкин. “Катта Бойбуча” маҳалласида яшовчи Акмалжон Эгамбердиев ҳам ижтимоий ҳимояга муҳтож эди. Хонадонидан уч нафардан ортиқ ногиронлиги бўлган фуқаро истиқомат қилади. “Маҳалла еттилиги” ташаббуси ва кўмагида даромад ман- баи яратилди. Унга субсидия асосида электро мотороллер берилди.

“Янги замон” маҳалла- сида яшовчи Нилуфар Шер- матова фарзандлари билан қийин шароитда, нураётган уйда яшар эди. “Маҳалла еттилиги” кўмагида оилага ёрдам кўли чўзилди. Ҳашар ва ҳомийлик асосида янги, замонавий уй бунёд этилди.

Ҳудудда ишсизлик ва камбағалликни қисқарти- риш мақсадида тадбиркор- лик фаолияти кўллаб-қув- ватланмоқда. Бу орқали аҳоли даромадини ошириб, янги иш ўринлари яратил- моқда.

“Пишқарон” маҳалласи- да фаолият юритаётган тад- биркор Рафиқжон Жўраев “еттилик” таклифи асосида 10 минг дона наслдор бедана олиб келиб, парва-

ришларни йўлга қўйган эди. Натижада аҳоли банд- лигини таъминлаш биро- барида маҳаллий бозорга сифатли бедана гўшти ва тухум етказиб бермоқда.

“Телеминг” маҳалласида истиқомат қилувчи За- рифжон Зияев 4 миллиард сўм маблағ сарфлаб, дав- лат-хусусий шериклик та- мойили асосида замонавий маҳалла биноси қуриб бер- ди. Мажмуада 180 ўринли тикув ва тўқувчилик цехи, китоб, савдо дўконлари, омухта ем, атомобилларга техник хизмат кўрсатиш, ювиш шохобчалари фой- даланишга топширилди. Бу ерда 250 нафар маҳалла ёшлари доимий ишга жалб қилинди.

Иссиқхона даромади, асли илмдан бошланар

Остонада киш хавоси ҳукм сурмоқда. Аммо ташаб-бускор тадбир-кор Нодиржон Қосимовнинг хонадонига кирсангиз, ди- лингизни баҳо-рий кайфият чўлғаб олади. Асли касби муҳандис бўл-ган томорқачи деҳқончиликда катта тажриба-га эга мириш-кор эмас.



Мунаввар ЖўРАБОВЕВА, Дағғара туманидаги “Навбахор” маҳалласи раиси.

Хонадонидagi томорқа илгари мақсадсиз ётарди. Айтарли даромад ол-масди. Оиласи билан маслаҳат-

лашиб, бўш турган майдонда иссиқхона ташкил этди. Юрти- миз шароитига янгилик бўлган гидропоника усулида кулупнай экди. Кўчатлар ҳадемай ҳосилга киради. Дастлабки харажат- ларни ўз ҳисобидан амалга оширган бўлса, қолган қисмига “маҳалла еттилиги” тавсияси билан имтиёзли кредит олди.



Соҳада янги бўлгани учун дастлабки ойда билмаганларини мутахассислар-дан ўрганди. Бу- гунги кунда икки қаватда 2 минг туп кулупнай кўчатини пар- варишламоқда. Улар гулга кириб, тугишга ўтди. Юқори қаватда- ги кулупнайлар пиша бошлади.

Бу усулда кулуп- най етиштириш анча қулай. Ташқарида ерда экилган кулуп- найга ишлов бериш бир қатор қийин-чиликларни туғди- рарди. Намга тегиб туриши натижасида ҳосилнинг бир қисми чириб кетарди. Иссиқхонада эса бу муаммо йўқ, кўчат- лар орасида бирорта бегона ўт ўсмайди.

Ер ўзига меҳр берган инсонни қуруқ қолдирмайди, саховати билан сий- лайди. Аиниқса, ҳар бир ишга илм билан ёндашилса, самара-дорлик юқори бўла- ди. Буни томорқа-чиларнинг бугунги натижаларида кўриш мумкин. Нодиржон Қосимов ҳам иссиқ-хона фаолиятини шу тарзда ташкил этган. Томчилатиб суғориш тизимини йўлга қўй- ган. Ҳар туп кулуп- най кўчатига белги- ланган микдорда ва

вақтда сув беради. Барча озукалар шу усулда юборилади.

Ишсизлик, камбағалликни қисқартириш, мигра- циядагилар билан ишлашда янгича ёндашувларни жо- рий этганмиз. Бунинг натижасида ҳудудда бекорчи одамни топа олмайсиз. Хо- рижда ишлаётганлар ҳам юртга қайтиб, муносиб даромадли ишга жойлашяпти. Мисол учун, Элдор-бек Умаров бир неча йил давомида хорижда ишлаб келарди. Жорий йил “еттилик” таклифи билан у оиласи бағрида ишлаш им- кониятига эга бўлди. Имтиёзли кредит эвазига ишлаб чиқариш корхонаси ташкил этди. Айни пайтда ўзи билан биргаликда, яна 2 нафар маҳалла- дошининг бандлиги- ни таъминлади.

••••• ФИКР

ФАРОВОНЛИК ИСТАСАНГИЗ, ТАДБИРКОРГА РАҒБАТ БЕРИНГ

Ҳамма яхши яшашни, тадбиркор-лик қилишни, ўз бизнеси бўлишини истайди. Бунинг учун мамлакатимиз-да етарли шарт-шароит яратилган. Жумладан, янгиланган Конституция- мизнинг 67-моддасида бу масала тартибга солиниб, давлат, жамият ва фуқаролар ўртасидаги ҳуқуқий му-возанат мустаҳкамлаб қўйилган.



Ойбек ҒАНИБОВЕВ, Бекобод туманлараро иқтисодий суди судьяси.

Ушбу меъёр нафақат иқтисодий ис- лохотларнинг ҳуқуқий пойдевори, балки бозор муносабатларини эркинлаштириш, хусусий секторни ривожлантириш ва фуқа- роларнинг ўз имкониятларини эркин амалга ошириш кафолатидир. Халқаро меъёрларга мос равишда ишлаб чиқилган бўлиб, унда тадбиркорлик фаолиятини амалга ошириш ҳар бир фуқаронинг ҳуқуқи экани, давлат тадбир- корларнинг фаолиятига асоссиз аралашмас- лиги, хусусий мулк дахлсиз ва ҳимояда экани қайд этилган.



Бу модда шунчаки жумла эмас, балки фуқарога ишонч, иқтисодийётга ҳуқуқий кафолат ва эркин бозор тамойилларининг давлат томонидан тан олинганидир.

Тадбиркорлик муҳити яхшиланганини бир неча мисоллар орқали кўриш мумкин. Масалан, олдинлари тадбиркор тури текширув ва бюро- кратик тўсиқлардан азият чеккан бўлса, бугун вазият ўзгарди. Барча хизматлар электрон шаклга ўтказилмоқда, тадбиркорлар ҳуқуқи Бизнес-омбудсман институти томонидан ҳимоя қилинмоқда. Энг муҳими, Конституцияда бел- гилаб қўйилган “тасодиқий аралашувларга йўл қўймаслик” тамойили ҳимоя қалқони вазифа- сини бажармоқда.

Соҳани ривожлантириш аҳоли фаровонлиги учун ҳам муҳим. Чунки, бу — фақат иқтисодий фаолият эмас, балки фуқаронинг ўз меҳнати ва ташаббуси билан имконият яратиши, оила- лар даромадининг ошиши, янги иш ўринлари пайдо бўлиши, инновация ва рақобат муҳити барқарорлашиши, мамлакат экспорт салоҳи- яти ўсишини аниқлатади. Берилган кафолатлар амалда халқ фаровонлигига хизмат қилади.

Жаҳоннинг ривожланган мамлакатларида иқтисодий сиёсатнинг энг самарали модели, бу — давлат ва хусусий секторнинг ҳамкорли- гидир. Ўзбекистонда ҳам мазкур тамойил усту- вор йўналиш сифатида танланди. Конституция- нинг 67-моддасида тадбиркорлик фаолиятига тўсиқлар яратмаслик, қонуний манфаатларни ҳимоя қилиш, солиқ енгилликлари изчилли- гини сақлаш, бизнес муҳитни яхшилаш учун шарт-шароит яратиш давлатнинг вазифаси сифатида белгиланган.

Шу маънода тадбиркор эркинлиги — давлат томонидан “тадбиркор билан очик мулоқот, ҳамкорлик ва кўллаб-қувватлаш” сиёсатини қонуний мақомга чиқаришдир.

Яна битта муҳим жиҳат — тадбиркорлик фаолияти учун ҳуқуқий муҳит халқаро меъёр- лар билан уйғунлаштирилиб, Ўзбекистон қонунчилиги бир қатор халқаро рейтинг талабларига мослаштирилди. Бу рейтинглар тадбиркорлик муҳитининг очиклиги ва барқа- рорлигини ўз ичига олади. Ўзгаришлар Консти- туцияда белгилаб қўйилган эркинликларнинг ҳаётий иникосидир.

Хулоса ўрнида таъкидлаш жоизки, эркин тадбиркорлик — эркин иқтисодиёт ва қучли давлат пойдевори ҳисобланиб, тадбиркорга ишонч, давлатга масъулият ва жамиятга фаро- вонлик олиб келади.

••••• “МЕН ОБУНА БЎЛДИМ, СИЗ-ЧИ?”

“MAHALLA” — ҲАМ ЙЎЛ КЎРСАТДИ, ҲАМ ЎРГАТДИ”



Шоҳиджон ХОЛИҚОВ, Дағғара туманидаги “Катта минглар” маҳалласи раиси:

— Сир эмас, барча ютуқлар омили бирликда. Шу маънода маҳалладаги муаммоларни ҳал этишда ҳамма бирлашса, ҳудуд янада ривожланади. Биз ишни шу мезон асосида олиб бораёмиз. Одамлар қалбида дахлдорлик туйғуси-

ни уйғотиш, ҳуқуқий билими, дунёқараши- ни ўзгартиришда “Mahalla” газетасининг хизмати катта. Аиниқса, аҳоли муурожа- атини ҳал этиш, тегизлиги бўйича йўналтириш, масъул ташкилотлар билан ҳамкорлик ўрнатишда бизга яқин кўмакчи. Қолаверса, қонундаги ўзгаришларни газета орқали аҳолига содда тилда тушунти- риб бораёмиз. Шунинг учун ҳам газетамга биринчилар сафида обуна бўлдим.



Сахифани “Mahalla” муҳбири Хайрулло АБДУРАҲМОНОВ тайёрлади.



Гулистон шахрида
“ЎЗБЕКИСТОН – ШХТ”
САВДО ВА
САНОАТ ЗОНАСИ
ташkil
этилади.



Ўзбекистон
Фанлар академияси
66 та ХОРИЖИЙ
АТАМАНИНГ ЎЗБЕКЧА
МУҚОБИЛЛАРИНИ
таклиф этиб,
жамоатчилик
муҳокамасига қўйди.



Аэропорт ва
вокзалларда
чет элдан
қайтганлар учун
ОИВ ЭКСПРЕСС-
ТЕСТ АВТОМАТЛАРИ
ўрнатилади.

Mahalla

№98 | 2025 йил 6 ДЕКАБРЬ, ШАНБА

5

ҚАШҚАДАРЁ
ВИЛОЯТИ
ҚАМАШИ
ТУМАНИ:

СИЗНИНГ ҚАНДАЙ ТАШАББУС ВА ТАЖРИБАНГИЗ БОР?

Эркин фикрга изн, ташаббустга имкон беринг

Бугун Қамаш тумани ислохотлар натижасида ўзгача қиёфа касб этипти. Биргина давлатимиз раҳбарининг аҳоли турмуш даражасини янада ошириш бўйича белгилаб берган устувор вазифалар ижроси доирасида “Оқгузар” маҳалласи ҳудудида қурилатган “Янги Ўзбекистон” массиви бунинг амалий ифодасидир.



“Янги авлод” маҳалласида фаолият юритаётган “Ёшлар гузари”да сартарошлик, тикувчилик, тил курслари ҳамда кутубхона хизмат кўрсатмоқда. Лангар ота мақбараси зиёратчилар билан гавжум.

Шавкат БЕКМУРЗАЕВ,
Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси
Қамаш тумани бўлими бошлиғи.

66 гектар майдонда амалга оширилаётган маъмурий лойиҳа келажакда аҳоли учун барча шарт-шароитга эга замонавий тураржой ва ижтимоий инфра-тузилмани ўз ичига олган янги шаҳарчани ташкил этади. Қурилишнинг биринчи босқичида 7 қаватли 32 та кўп қаватли уй барпо этилиши режалаштирилган бўлиб, жами 952 хонадон фойдаланишга топширилади. Тураржойлар билан бир қаторда массив ҳудудида мактаб, болалар боғчаси, клиника, маданият маркази, спорт мажмуаси, истироҳат боғи, автошоҳбекат, яшил ҳудудлар ҳамда тикувчилик фабрикаси қурилиши белгиланган. Бу эса фуқаролар учун нафақат қулай яшаш шароити, балки иш ўринлари, таълим, тиббий хизмат ва дам олиш имкониятларини ҳам яратди.

Маҳаллаларда “Камбағалликдан фаровонлик сари” дастури доирасида “Камбағал оилалар реестри”га киритилган оилалар билан тизимли иш ташкил этилиб, уларни бу тоифадан чиқариш чоралари кўриляпти. Биргина “Ўртадара” маҳалласидаги камбағал оилаларнинг ишсизлигини бартараф этиш учун 2 миллиард сўмга яқин имтиёзли кредит маблағлари ажратилди. 80 дан ортиқ хонадонга субсидия эвазига тикув машинаси, мотокультиватор, сув насослари олиб берилди. Бундан ташқари, 7 километр 600 метр масофадан – тоғлардаги булоқлардан қарийб бир миллиард сўмга яқин маблағ эвазига сув келтирилди. Натижада 385 та хонадоннинг ичимлик сув таъминоти яхшиланди.

Ҳудудда ўрдақчилик ҳам даромадли соҳага айланди. Хусусан, “Сохибкор” маҳалласида яшовчи Нилуфар Ғофурова ўз ташаббуси билан зовур бўйида бир гектар майдонда замонавий ўрдақхона ташкил этди. Дастлабки босқичда 800 та ўрдақ олиб келиб, парҳезбop гўшт ва тухум етиштиришни йўлга қўйди. Ташаббус аҳолини доимий иш ўринлари билан таъминлаш ҳамда қишлоқ хўжалигида турли йўналишлар ривожига ҳисса қўшяпти.

Ўзбекистоннинг илмий салоҳияти ва табиий гўзаллиги уйғунлашган ноёб масканлардан бири – Қамаш туманида, денгиз сатҳидан 2 650 метр баландликда жойлашган Майданак баланд тоғ астрономия обсерваторияси ҳисобланади. Бу ер нафақат астрономик тадқиқотлар учун, балки сайёҳлик ва ёшларни илм-фанга жалб этиш имкониятлари билан ҳам алоҳида аҳамиятга эга. Шу боис давлатимиз раҳбарининг 2023 йил 28 ноябрдаги тегишли қарорига асосан, “Майданак” обсерваторияси негизида “Майданак баланд тоғ туризм маркази” ташкил этиляпти. Бу ерда хорижий ва маҳаллий сайёҳларга қулай инфратузилма ва саёхат манзиллари яратилляпти. Тез орада Майданак ҳудудига ташриф буюрувчилар тунда юлдузлар ва осмон жисмларини кузатиш, маданий ҳордиқ чиқариш, шунингдек, эко туризм йўналишида дам олиш имкониятига эга бўлади.

Бир сўз билан айтганда, барча маҳаллаларда ислохотлар натижалари бўй кўрсатиб, ишсизлик ва камбағалликдан холи ҳудудга айланыпти. Бу жараёнда маҳаллалар кесимида уйма-уй, “хонадонбай” асосида аҳоли муаммолари ҳамда йиғинларнинг ижтимоий-иқтисодий ҳолатининг ўрганилиши ўзининг ижобий самарасини берапти.

ЖАРАЁН

БЕКОРЧИ БЎЛМАГАН ХОНАДОНДА ХОТИРЖАМЛИК, БАРАКА БЎЛАДИ

Бугун ҳар бир маҳалла фуқароларнинг мавжуд имкониятларидан келиб чиқиб, маълум соҳаларга ихтисослаштириляпти. Бу борада манғитликлар томорқачилик билан чорвачиликнинг ҳадисини олган. Мингдан ортиқ хонадон эгаларининг барчаси томорқа ерларида помидор, бодринг, булғор қалампири каби турли сабзавот экинлари экишади. Аксарияти, “Сурхондарё тажрибаси” асосида пиёз етиштиряпти.



“Обод қишлоқ” дастури доирасида 35 километр қувур тортилиб, ҳар бир хонадонга оби-ҳаёт олиб кирилди. “Ташаббусли бюджет” лойиҳаси асосида иккита трансформатор, 650 та бетон устун, 35 километр тармоқ тортилиб, аҳолининг электр энергия таъминоти яхшиланди.

Сардор АБДУЛЛАЕВ,
Қамаш туманидаги
“Манғит” маҳалласи
раиси.

Ўттизга яқин хонадон эгаси томорқасида иссиқхона ташкил этиб, кўкпиёз, саримсоқпиёз, исмалоқ, укроп, петрушка, кашнич экиб, аҳолини йил давомида кўкатлар билан таъминляпти, икки нафари помидор ва бодринг етказиб берапти. Илгор томорқачилардан бири – Бобур Шонанов ҳам мўъжаз иссиқхонасида турли хил кўкатлар билан бирга, бодринг етиштириб, рўзгорини обод қиляпти, янги иморатлар қуриб, фарзандларини ўқитяпти. Мухими, деҳқонлар “пишиб-етилган маҳсулотимни қаерга сотаман”, деб қийналмайди. Йиғин ҳудудидаги улгуржи ва чакана савдога ихтисос-

лашган “Манғит Карвон йўли” бозорига олиб чиқса бас, харидорлар тайин. **Этиборлиси**, маҳалла аҳолиси қишлоқ хўжалиги маҳсулотларидан ташқари, чорва моллари боқиб, гўшт, сўт ва сўт маҳсулотларини ҳам ўзларидан чиқаряпти. Биргина чорвадор – Бахтиёр Дўстмуродова 500 бош қўй-эчки боқиб, нафақат маҳаллаамиз, балки туман аҳолисини ҳам гўшт билан таъминляпти.

Бугун ишлайман деганга имкон кенг. Давлатимиз ҳам қараб тургани йўқ, ишсиз фуқароларнинг янги иш бошлаб, “оёққа туриб олишлари” учун субсидия, имтиёзли кредитлар ажратиб, амалий ёрдамлар кўрсатяпти. Маҳалладошларимиз бундай имконият ва имтиёزلардан унумли фойдаланиб, ишлаб чиқариш ва хизмат кўрсатиш фаолиятини йўлга қўйяпти. Масалан, Шамсиддин Хуррамов пайпоқ, Асадулла Мусурмонов термопанель ишлаб чиқаряпти. Ака-ука Бекзод ва Бахром Шонановлар эса маҳалла аҳолисини мебель жиҳозлари билан таъминлаб келяпти.

“Муродали фарм” ва “Имрон ибн Баходир” тўқимачилик корхоналарида ип-калав ва бўз ишлаб чиқариляпти. Тойланган пахталар эса Россияга экспорт қилинмоқда. Хар икки корхонада 470 нафар одам доимий иш ўрнига эга. Уларнинг асосий қисми маҳаллаамиз аҳолиси. Шу боис ишсизлик йўқ.

Шу тарика манғитликларнинг даромад манбаи ўсиб, яшаш шароити яхшиланиб борапти. Ташаббускорлиги ортиб, ҳомийлик ёрдамларини кўрсатмоқда. Масалан, шу йил аҳолининг 300 миллион сўмлик ҳомийлиги ва ҳашар ишлари билан маҳалла ҳудудидан ўтган жарлик устига 40 метр узунликда кўприк қурдик. Шунингдек, 1,5 километр “Саломатлик йўли” ташкил қилдик.

ТАШАББУС

Тоғ ёнбағрида, сўлим табиат қўйнида жойлашган маҳаллаамизда туризм йўналиши бўйича кўплаб лойиҳалар амалиётга татбиқ этиляпти. Ҳозирда ўттиздан ортиқ тадбиркорларимиз аини шу йўналишда Майданак обсерваториясигача бўлган йўл ёқаларида ўтовлар ташкил қилиб, дам олувчиларга шароит яратяпти.

ИШБИЛАРМОНЛИК МУҲИТИ, ҲУДУДИЙ ЎЗИГА ХОСЛИК ТАШАББУСГА УНДАМОҚДА

Парда МУРОДОВ,
Қамаш туманидаги
“Катта ўра” маҳалласи раиси.

Май ойидан бошлаб, маҳаллаамизга келувчи меҳмонлар сони ортади. Катта ўраликларнинг юмуши ҳам ўшанда бошланади то совуқ кунлар тушгунча. Шу вақт давомида аҳолининг асосий даромади ҳисобланган қурут, қатиқ ва қорин ёғига бўлган талаб ошади. Аиникса, Чит қишлоғи аҳолиси тайёрлаётган қурутларнинг довриги бутун мамлакатга ёйилган. Қурутларнинг бу қадар танилишига сабаб – қишлоқнинг чорваси доим шифобахш гиёҳларга бой тоғ ён-бағирларида ўтлашидир. Шу боис улардан соғиб олинган сўт ва ундан тайёрланган қатиқ, қорин ёғи ва қурут каби маҳсулотлар ўзгача таъмга эга. Бу таъмини ҳис қилган киши борки, у маҳаллий ёҳуд хорижлик сайёҳ бўладими, маҳаллаамизни излаб келиши тайин.



Қурутларимизнинг сифатли бўлишининг яна бир сир – унинг мутлақ табиий йўл билан тайёрланишидир. Яъни сутни пишириш, қатиқ қилиш, кейин зардобини сиздириб, қувида пишиб қаймоғини олиш ва ҳоказо, ҳамма-ҳаммаси момо мерос услубида бажарилади. Бирорта ускуна ёки техника ишлатилмайди.

Биргина қурутчилик билан шуғулланиш ҳам қишлоқдаги ишсиз хотин-қизларнинг бандлигига хизмат қилмоқда. Буни яхши англаган Мусулмон Хўжакулов ўз хонадонда қурут тайёрлашни кенгайтирилган ҳолда йўлга қўйди ва “Майданак тоғ қурутлари” бренди остида махсус идишларга қадоқланган маҳсулотларни маҳаллий бозорларга етказиб берапти. Бу каби лойиҳаларни келгусида янада кўпайтириш орқали ишсиз фуқароларимизнинг бандлигини таъминлаш, даромадларини оширишни мақсад қилганми.

Йиғинимиз “Туризм маҳалласи” маконида эга бўлди. Боиси маҳалланинг тепа қисмида “Майданак баланд тоғ туризм маркази” барпо этилмоқда. Бу эса маҳалланинг инфратузилмаси, йўллари, алоқа тизими янада яхшиланиб, аҳолининг даромади ошади, турмуши янада фаровонлашади, дегани.

Сахифани
“Mahalla”
муҳбири
Рустам
ЮСУПОВ
тайёрлади.



ТАЖРИБА

Аниқ режа ва мақсад бўлса, томорқа бир зум ҳам бўш турмайди

Қиш фасли бўлишига қарамасдан Хусниддин Тошпўлатовнинг томорқасида тузлм ёрар уюмлар ток шоҳида пишиб турибди. 15 сотих майдонда вoйиш усулида экилган тоқзорнинг усти “плёнка” билан ёпилган. Аини пайтда бир кило узум 30-35 минг сўмдан сотилляпти, янги йил арафасида унинг нархи янада ошади.



Аброр ДАВРОНОВ,
Қамаш туманидаги “Қорабоғ” маҳалласи раиси.

Хусниддин шу кунларда тўқсонбости экинлар: сабзи, пиёз, шолғом, кўкатлардан – исмалоқ, кашнич, петрушка, редиска, саримсоқпиёз парваришляпти. Шу маҳсулотларнинг ўзидан уч ойда 30-40 миллион сўм даромад олади. Унинг изидан эрта баҳорда помидор, бодринг ва булғор қалампири уруғини сепиб, кўчат тайёрлашни бошлайди...

Бугун қорабоғликларнинг етмиш фоизи Хусниддин сингари кўчатчилик ва кўчатчилик билан шуғулланади. Улар ҳар бир қарич ердан унумли фойдаланиб, анор ва лимондан ҳам яхши даромад қиляпти. Деярли барча хонадонда вoйиш усулида узум етиштирилади. Бу ҳолат қўшимча даромад келтириш билан бирга, хонадон ва кўчаларнинг гўзал кўринишини ҳам таъминляпти.



Чорвачилик ҳар бир хонадоннинг фойдали юмушига айланган. Шу боис узум имконият ва шароитидан келиб чиқиб, 5 тадан 15 тагача қорамол, 10 тадан 80 тагача қўй боқишади. Шунинг ортидан гўшт, сўт, қатиқ, сузма ва саригёғ ўзларидан чиқади. Ортганини сотишади. Яна 30 та хонадон эгаси 30 тагача мол боқиб, аҳолини сифатли гўшт билан таъминлаб келяпти.

Сўнгги йилларда тадбиркорларга берилган имтиёз ва имкониятлар сабаб, бизнинг маҳаллада ҳам савдо дўконларидан ташқари, ишлаб чиқариш ва хизмат кўрсатиш соҳасида янги тадбиркорлик субъектлари иш бошлади. Хусусан, Саидумар Суёнов раҳбарлигида тикувчилик цехи ташкил этилди. Аини пайтда бу ерда эллика яқин хотин-қиз доимий иш ўрнига эга бўлиб, турли ташкилотларга буюртма асосида махсус кийимлар тикишяпти. Ислom Ҳасанов эса турли хил мебель маҳсулотлари ишлаб чиқаришни йўлга қўйиб, 10 нафар ёшни иш билан таъминлади. Бундан ташқари, “Шахрисабз-Қарши” катта автомобиль йўли бўйларида автотранспортларга техник хизмат кўрсатиш ва уларни вoйиш шоҳобчалари, олтита ошхона, сартарошхона ва иккита стоматология маркази иш бошлади.



2026 йилдан қўшимча қиймат солиғи (ҚҚС) тушумларининг бир қисми МАҲАЛЛИЙ БЮДЖЕТЛАРГА БЕРИЛАДИ.



Тошкентда синов тарзида ягона Йўл ҳаракатини ташкил этиш маркази бошқарадиган ИНТЕЛЛЕКТУАЛ ТРАНСПОРТ ТИЗИМИ ишга туширилади.



Йил бошидан бери 12 минг 848 та НАРКОЖИНОЯТ АНИКЛАНИБ, салкам 3 тонна гиёҳвандлик моддаларининг ноқонуний муомаласига чек қўйилди.

ТОШКЕНТ
ВИЛОЯТИ
ЧИНОЗ
ТУМАНИ:

СИЗНИНГ ҚАНДАЙ ТАШАББУС ВА ТАЖРИБАНГИЗ БОР?

ҲАР ГЎША, ҲАР ГУЗАРДА БУНЁДКОРЛИК НАФАСИ, ЯНГИЛАНИШ РУҲИ БОР

Мамлакатимизда яшаётган ҳар бир инсон ҳаёти маҳалла, оила билан узвий боғлиқ. Шундай экан, маҳалла обод, хонадонлар тинч, маҳалладошлар аҳил-иноқ бўлса, турмуш янада файзли ва фаровон бўлади. Шу эзгу мақсадда Чиноз тумани маҳаллаларида ҳам аҳолининг турмуш даражасини яхшилаш, тадбиркорлик фаолиятини ривожлантириш, маҳаллаларда йўл инфратузилмасини янгилаш, ичимлик сув ва электр таъминотини яхшилаш, шунингдек, ижтимоий соҳа объектларини таъмирлаш бўйича кенг кўламли бунёдкорлик ва ободонлаштириш ишлари олиб бориляпти.



Шерзод МАМАЖОНОВ,
Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Чиноз тумани бўлими бошлиғи.

Президентимиз ташаббуси билан “Эшонабод”, “Тонг юлдузи”, “Бирлик” каби ўнлаб маҳаллалар янги қиёфага кирди. Амалга оширилган кенг кўламли бунёдкорлик ишлари туфайли бу ерда яшаётган минглаб аҳоли ҳаётида мўъжизага тенг ўзгаришлар юз берди. Йўллари асфальтланди, янги турар жойлар ва маданий-маиший объектлар фойдаланишга топширилди. Биргина “Эшонабод”ни оладиган бўлсак, бамисоли мўъжаз шаҳарча кўринишини олди. Бу ерда барпо этилган кўплаб ижтимоий соҳа объектлари, замонавий уй-жойлар юртимизда яшаётган барча миллат ва элат вакиллариغا кўрсатилаётган бирдек эътибор ва ғамхўрликнинг яна бир амалий ифодаси бўлди.



Бугун маҳаллаларда йиллар давомида ўз ечимини кутаётган муаммолар босқич-босқич ҳал этиляпти. Бу борада “маҳалла бюджети” яхши кўмакчи бўляпти. Жорий йил бошида 55 та маҳалланинг ҳисобрақамларида 433 миллион 554 минг сўм маблағ бўлган бўлса, сентябрь ойига келиб, 1 миллиард 496 миллион 480 минг сўмга етди.

Ушбу маблағлар ҳисобидан маҳаллаларнинг ижтимоий-иқтисодий муаммоларини ҳал этиш, жумладан, ички йўллари, пиёдалар йўлакчалари, ёритиш тизими, электр энергияси ҳамда табиий газ тармоқлари, ичимлик ва оқова сув тизими яхшиланаяпти. Янги маҳалла идоралари, спорт майдончалари, нуронийлар чойхонаси, ёшлар маркази, болалар майдончаси, кутубхона, маданият марказлари қуриляпти. “Маҳалла еттилиги” аъзоларига қулай меҳнат шaroити яратиш учун йиғинларнинг моддий-техник базаси мустаҳкамланаяпти. Ижтимоий ҳимояга муҳтож ва кам таъминланган оилаларга моддий ёрдам берилиб, яшаш жойлари таъмирланиб, жиҳозланаяпти.

Шунингдек, маҳаллалар ҳудудларининг инфратузилмалари ривожлантирилиб, “Яшил макон” умуммиллий лойиҳаси доирасида ободонлаштириш ва кўкаламзорлаштириш ишлари амалга ошириляпти.

“МЕН ОБУНА БЎЛДИМ, СИЗ-ЧИ?”

“Mahalla” —
ЭНГ ЯҚИН КЎМАКЧИМ
ВА ҲАМКОРИМ



Холмат БОЛТАБОВЕВ,
Чиноз туманидаги “Дўстлик” маҳалласи раиси:

— Бугун маҳалла раисларига катта ишонч билдириляпти. Қўшимча ваколат ва имкониятлар берилмоқда. Шу билан бирга, масъулият ҳам ошди. Бу борада “Mahalla” газетаси ва “Mahalla ko'zgusi” журнали энг яқин кўмакчимга айланган. Чунки ҳат-ҳужжат ишларини юритишда айнан ушбу нашрларда берилаётган ҳуқуқий савол-жавоблардан фойдаланаман. Шунингдек, ушбу нашрларни мутолаа қилиш жараёнида соҳамизга оид қарор, фармон ҳамда қонунлардан тўлиқ хабардор бўляпман. Қолаверса, республикамизнинг турли ҳудудларида меҳнат қилаётган ҳамкасбларимнинг иш тажрибаларини ўрганиб боряпман. Хозирги кунда “маҳалла еттилиги” аъзолари ҳар куни эрталаб соат 9:00 да ишга келгани ҳақида хабардор қилиш учун махсус платформадан рўйхатдан ўтиши керак. Бироқ ҳар жума куни соат 8:00да туман ҳокимлигида “Маърифат соати” йиғилишида қатнашганимиз учун ўз вақтида рўйхатдан ўтолмаяпмиз. “Еттилик”нинг ўзига боғлиқ бўлмаган ана шундай вазиятларни инобатга олиш керак, деб ўйлайман. Шунингдек, “еттилик” аъзоларининг барчаси ойлик маошини битта ташкилотдан олиш лозим. Тизимга оид ана шундай жараёнлар билан танишиб бориш учун “Mahalla” газетаси ва “Mahalla ko'zgusi” журнаliga обуна бўлдим.



Сахифани
“Mahalla” мухбири
Рустам ЮСУПОВ
тайёрлади.

ЖАРАЁН

Сўнгги йилларда маҳалла институтини халқ ҳаётига яқин, самарали тизимга айлантириш бўйича кенг кўламли ишлар амалга оширилди. Айниқса, “маҳалла еттилиги” тизими жорий қилиниб, юздан зиёд хизматлар маҳалла даражасига туширилиши натижасида фуқаролар ҳаётида сезиларли ўзгаришлар, янгиланишлар ва қулайликлар яратилди.

ИШБИЛАРМОН, АҲДИ ҚАТЪИЙ ИНСОНЛАР, ҲАР ИМКОНДАН БИР ХАЙРЛИ ИШ ТОПАР

Зулфия АЛИМУҲАМЕДОВА,
Чиноз туманидаги
Алишер Навоий номидаги
маҳалла раиси.

Б у жараёнда мавжуд имтиёз ва имкониятлардан тўғри фойдаланётган ишсиз аёллар кўп. Ана шундай ташаббускор аёллар олти та тикувчилик цехини ишга туширди. Уларнинг ҳар бирини ўндан ортқ хотин-қиз доимий даромад манбаига эга.

Ўз вақтида “Аёллар дафтари”да турган Дилором Ақромова имтиёзли кредит асосида тикув машинаси олиб, хонадонида тикувчилик фаолиятини бошлади. Бугун унинг алоҳида тикув цехи бўлиб, унда 16 нафар хотин-қиз мавсумий, асосан, мактаб қийимлари тикишяпти. Айни пайтда аёлларнинг қишки либосларини тайёрляпти.

Яна бир ишсиз аёл — Хилола Караматуллаева берилган имкониятлардан унумли фойдаланиб, “Дилбандим” номли хусусий боғча ташкил этди. Бугун у тадбиркорлик фаолиятини кенгайтириб, 152 нафар болажонни тарбияляпти. Бундан аҳоли хурсанд. Уйига яқин, кўнгли хотиржам. Севинч Турсунмуродова ҳам хайрли ишга қўл урди. У ноғиронлиги бор болажонларга умид бағишлаш учун “Умид” номли оилавий боғча ташкил қилди. Хозир бу ерда 12 нафар болажон тарбияланмоқда. Улар учун барча зарур шарт-шaroитлар яратилган.

Халқимиз азалдан ишбилармон, фақат бироз қўллов керак, холос. Улугбек кўчаси 13-уйда яшовчи, оилада ёлғиз боқувчи Шахноза Аҳмадхўжаева ҳоким ёрдамчисининг



Йиғинда спортсевар ёшлар кўп. Айниқса, бокс бўйича Осиё ва жаҳон чемпионлари бор. Жавҳар Шахбозов ана шундай ёшлардан бири. Маҳалламизнинг футболчи қизлари “ДХХ кубоги”нинг республика босқичида 2-ўринни эгаллаб, воркаут майдони қурилишига эришди.

тавсияси билан ажратилган 20 миллион сўм имтиёзли кредитга минн печ олиб, қандолатчилик фаолиятини йўлга қўйди. Бугун унинг мазали ширинликлари харидоргир. Қувонарлиси, Шахноза нафақат ўзини ишли қилди, балки яна учта хотин-қизнинг бандлигини таъминлаб, даромадли бўлишига эришди. Яқинда унга 10 минг долларлик янги печ топширилди. Энди ишлаб чиқариш тармоғи янада кенгайиб, янги иш ўринлари яратилади.

Тоҳира Нажимова ўз хонадонида сутни қайта ишлаш цехини ташкил этган. Сутни

Албатта, томорқачилик ортидан ҳам яхшигина даромад топса, уй курса, тўй қилса бўлади. Бироқ бундай натижага ўз-ўзидан эришилмайди. Бунга озгина меҳнат, сабр ва кунт керак. Илғор томорқа-

нияти ошишига, фаровонлигини таъминлашга, эҳтиёжманд оилаларнинг ҳам ишли, ҳам даромадли бўлишига хизмат қиляпти. Биргина Гўлжавҳар Боймуродова ҳам аввал уйда ишсиз эди. Берилган имкониятлардан фойдаланиб, қорва моллари боқишни йўлга қўйди. Ҳозир ўндан ортқ қорамол боқяпти. Шу тариқа бир йилда 150 миллион сўмгача қўшимча даромадга эга бўляпти.

Бугун “маҳалла еттилиги” ва фуқаролар ҳамжиҳат бўлган йиғинларда катта ўзгаришлар бўляпти. Бунн ўзимнинг иш тажрибам мисолида ҳам айтишим мумкин. Бир йил олдин маҳалла раиси бўлиб иш бошлаганимда бир талай муаммолар мавжуд эди. “Еттилик” ва фаолларнинг саъй-ҳаракати ва ташаббускорлиги билан “Ташаббус-ли бюджет” лойиҳасида уч марта ғолиб бўлиб, 3 800 метр тупрок йўлларни асфальтладик, 160 та бетон устун қўйдик. Айни пайтда 400 метр чуқурликдан ичимлик сув чиқариш учун бурғулаш ишлари кетаяпти. Бунинг натижасида 160 та хонадон тоза ичимлик сув билан таъминланади.

Бундан ташқари, иккита сув насоси ўрнатилиб, 163 та хонадоннинг томорқаси суғориладиган бўлди. Қувонарлиси, М-39 халқаро автомобиль йўлидан ўтувчи ер ости йўли таъмирланиб, аҳолининг пиёда ва транспортда ҳаракатланиши 5 километрга қисқарди. Шунингдек, 8 та кам таъминланган оилага электр энергия билан таъминлаш учун куёш панели қўйиб бердик. Гулзор, Турон, Дўстлик, Бирлик, Наврўз ва Кердари кўчаларига 100 та куёш панели чироқ ўрнатдик.

Қуйи Чирчиқ туманидаги аҳоли хонадонларидан олиб келиб, твoрoг, бринза, сариёғ, пишлоқ маҳсулотлари ишлаб чиқармоқда. Бу ерда етти нафар фуқаро доимий иш ўрнига эга. Яна бир ёш тадбиркор — Ислoм Султонов мебель ишлаб чиқариш билан шуғулланаяпти. Ҳудудда бундай тадбиркорлар кўп. Уй-рўзгор жиҳозлари ҳамда бешик ясаётган мебелчи-усталар, бешик буюмларини тикаётган чевар хотин-қизлар ҳам бор. Тадбиркорликни йўлга қўйишни истаган фуқароларга “маҳалла еттилиги” кўмағида имтиёзли кредитлар ажратилиб, зарур ёрдамлар кўрсатиляпти.



Иссиқлик таъминотида ёқилғи, электр ва сув сарфини МЕЪЁРЛАШ ТАРТИБИ янгилаб белгиланади.



“Ягона миллий меҳнат тизими”да иш берувчилар учун ЯНГИ ТИЖОРИЙ ЭЛЕКТРОН ХИЗМАТЛАР жорий этилди.



2026 йилдан боғча, лицей ва мактаблар қурилишини молиялаштириш республика даражасидан МАҲАЛЛИЙ БЮДЖЕТЛАР ИХТИЁРИГА ўтказилади.

Mahalla

№98 | 2025 йил 6 ДЕКАБРЬ, ШАНБА

7

ТОШКЕНТ
ШАҲРИ
МИРОБОД
ТУМАНИ:

СИЗНИНГ ҚАНДАЙ ТАШАББУС ВА ТАЖРИБАНГИЗ БОР?

Шиддат ва шижоат – ёшиқ эшикларни очгувчи неъмат

АРЗИМАС КЎМАК ҲАМ ИНСОНЛАР ҲАЁТИДА КАТТА ЎЗГАРИШ ЯСАШИ МУМКИН

Маҳалла тизимида иш бошлаганимга энди олти бўлди. Шу қисқа фурсат ичида аҳоли вакиллари билан мустақкам ҳамкорликни йўлга қўйишга эришдик. Фуқаролар билан суҳбатлашсам, кўнглим анча ёришади. Муаммоларини тинглаш асосида ҳаёлан улارга ечим қидираман. Бунинг учун янги қабул қилинаётган қонун ҳужжатларини пухта ўрганиш зарурлигини тушуниб етјампан. Фуқаролар манфаати учун хизмат қиладиган билим ва тажриба доим бизга қўл келади.

Рихсивой МАҲАМАТОВ,
Миробод туманидаги
“Билимдон” маҳалласи раиси.

А йни вақтда ҳудудимизда 3 300 нафар аҳоли истикомат қиладди. “Қўйлик” бозори маҳалламизга яқинлиги боис кўпчиликл шу ерда савдо-сотик билан шуғуланади. Қолаверса, ишлаб чиқариш йўналишида фаолият олиб бораётганлар ҳам анчагина. 15 та тадбиркорлик субъекти фуқаролар учун керакли махсулотлар тайёрлаб, бозорга чиқаришяпти.

Гулноза Самадова беш-олти йилдан буён тикувчилик қилиб келаётган эди. Жорий йилда фаолиятини кенгайтириш мақсадида бўш турган бинони ижарага олиб, тикувчилик цехи ташкил этди. Ҳозир бу ерда 12 нафар хотин-қизнинг доимий бандлиги таъминлангани жуда қувонарли ҳолат. Чеварларимиз буюртма асосида

тайёрлаётган либослар ўзининг сифати юқорилиги билан миқозларга маъқул келяпти.

Тадбиркорлик учун қулай муҳит яратиш, янги лойиҳаларни қўллаб-қувватлаш жамият равақида катта аҳамият касб этиши аниқ. Шу ҳақиқатни теран англаган ҳолда бугун бизнес бошлаётганларни астойдил қўллаб-қувватлаяпмиз. Биргина жорий йилнинг ўзида 13 нафар фуқарога 199 миллион сўм миқдориди имтиёзли кредит ажратилди. Мазкур маблағ эвазига ҳудудимизда савдо-сотик, ишлаб чиқариш ҳамда оилавий тадбиркорлик йўналишлари янада ривожланди.

Йил бошида “Камбағал оишлар реестри”га 15 та хонадон вақилини киритган эдик. Шу кунга қадар уларнинг 5 тасини рўйхатдан чиқаришга эришдик. Бу йўлда ишсизларнинг бандлигини таъминлаб, соғлиғида муаммоси бўлганларга керакли тиббий хизматлар қўрсатиляпти.

Хатлов жараёнида бир оилага кирганимизда, аёлнинг бола парвариши билан банд экани, турмуш ўртоғининг ҳеч қаерда ишламаслиги аниқланди. Хонадон вақилларига керакли ёрдамлар қўрсатилди. Ҳоким ёрдамчиси ташаббуси билан бугун оила бошлиғи мебель ишлаб чиқариш корхонасида фаолият олиб боряпти. 3 нафар фарзанди учун болалар нафақаси тайинланди. Ҳомийлар мунтазам равишда озик-овқат махсулотлари етказиб беряпти. Қўллаб-қувватлаш натижасида бугун ёш оиланинг турмуши анча яхшиланди.

Арзимаган ёрдам сабаб инсонларнинг ҳаётида катта ўзгариш ясашдан ортқ бахт бўлмаса керак. Бугун маҳаллада ишлаётган ҳар бир фидойи ходим буни яхши тушунади.



Ота-она учун фарзандининг ютуғини қўришдан ортқ бахт бўлмаса керак. Бу йиллар давомида чекилган захмат ва қилинган меҳнатнинг самараси ўлароқ, дилларда ўзгача ғурур ва ифтихор уйғотади. Шу маънода жорий йилда маҳалламизда ёшлар билан ишлаш масаласига алоҳида эътибор қаратилди. Уларни касб-хунар эгаси бўлиши, тадбиркорлик бошлаши учун қўлимиздан келганча шароит яратиб беряпмиз.

Маннопжон АҲМЕДОВ,
Миробод туманидаги “Лолазор” маҳалласи раиси.

А йни вақтда ҳудудимизда 14-30 ёш оралиғидаги ёшлар 187 нафарни ташкил этади. Шундан олий таълим муассасасида таҳсил олаётганлари 45 нафар. Улар билан доимий равишда суҳбатлашиб, қизиқишлари ва муаммоларидан хабардор бўлиб турибмиз. Қийналган ва кўмакка муҳтожларни қўллаб-қувватлаяпмиз.

Бундан ташқари, маҳалламизда спортни ривожлантириш кун тартибимиздаги асосий масалалардан бирига айланган. Ёшлар етакчиси Аслиддин Хайриддинов ташаббуси билан шахмат иштиёқмандларига махсус тўғарак фаолияти йўлга қўйилган. Тез орада у қизиқувчилар учун замонавий касблар – “SMM”, мобилография ҳамда блогерлик фаолияти бўйича ўқув курслари ташкил этмокчи. Бу йигит-қизларимизнинг вақтини мазмунли ўтказиши ҳамда даромад топишга хизмат қилишига ишонамиз. Бундан ташқари, мини спорт майдони қуришни режалаштирганмиз. Шу орқали ҳудудимиздаги фуқароларнинг жисмоний фаоллигини ошириб, саломатлигини мустақкамлашга ҳиссамизни қўшмокчимиз.

Илм-фан йўналишида эришаётган натижаларимиз ҳам эътиборга молик. Мактабнинг юқори синфиди таҳсил олаётган Юсуфбой Мухаммедов “IELTS” имтиҳонидан юқори баллни қўлга киритди. Бобурбек Иброҳимов эса “Ёш китобхон” кўрик-танловининг туман босқичига йўлланмани қўлга киритди.



ИЛМУ МАЪРИФАТЛИ ЁШЛАР ЁРҚИН КЕЛАЖАКНИНГ БУНЁДКОРИДИР



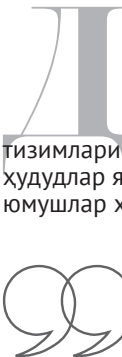
Ёшларимиз қанча қўп ўқиса, ўз устида ишласа, биз шунча хурсанд. Сабаби, бу келажақда катта-катта марраларни забт этишга замин яратади. Шу боис хонадонларни айланганда, болаларимизни китобхонликка тарғиб қилишдан чарчамасмиз.

Асадбек Абдуллаев жуда тиришқоқ йигит. Мактабни тамомлагач, коллежда таҳсил олди. Айни вақтда уяли алоқа воситаларини таъмирлаш бўйича тенги йўқ уста. Шу билан бирга, телефон учун зарурий жиҳозлар савдосини йўлга қўйган. Ҳоким ёрдамчиси кредит олишни таклиф қилган эди, бунга эҳтиёжи йўқлигини билдирди. Қувонарли жиҳати, у ўз меҳнати ва ҳаракати билан барча қийинчиликларни енгиб, ютуқларга эришиб келяпти.

Ҳар бир йигит-қиз – ўз фарзандимиз. Уларнинг бахтли яшаши, жамиятнинг фаол аъзосига айланиши эса энг катта натижамиз.



Ўзбекистон маҳаллалари уюшмаси Миробод тумани бўлими бошлиғи.



Жорий йилда Тошкент шахрининг туризм хизматлари ва инфратузилмасини ривожлантириш мақсадида пойтахтнинг ҳар бир туманида гастрономик кўчалар қурилиши жадал олиб бориляпти. Бу турдаги масканлар пойтахтимиз аҳолиси ва меҳмонларининг вақтини мароқли ўтказишга ёрдам беради.

Туманимизда ҳам шундай гўшанинг қад ростлагани аҳоли учун қувончли янгилик бўлди. Ёруғ кўчалар, шинам хизмат қўрсатиш ҳамда савдо шохобчалари доимий халқ хизматида. Лойиҳа доирасида янги иш ўринларининг яратилаётгани, сайёҳлик йўналиши орқали бюджетга қўшимча маблағ тушаётгани, шунингдек, тадбиркорлик субъектлари сонининг ортиши маҳаллалардаги қўллаб-муаммоларга ечим бўляпти.

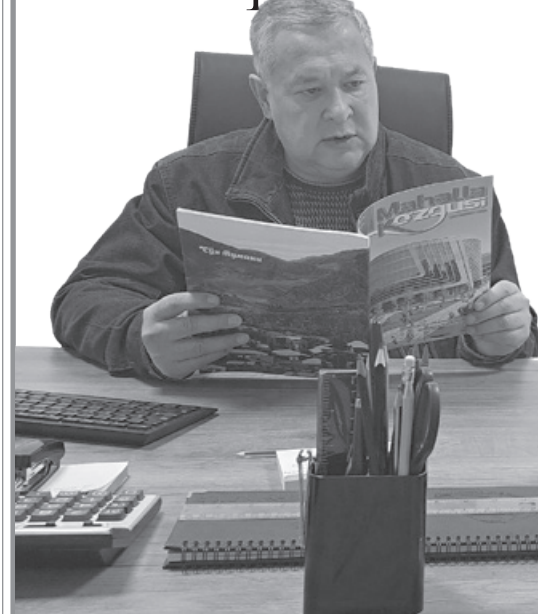
Ҳудудимизда ижтимоий ҳимоя йўналишидаги қўллаб-қайриш ишлари тилга олиш мумкин. Хусусан, Меҳрибонлик уйи битирувчиси Дурдона Юсуповага янги хонадон қалити топширилди. Янги уй зарурий жиҳозлар – гилам, стол-стул, музлатгич, телевизор, газ плита, ётоқ мебеллари ва бошқа анжомлар билан тўлиқ таъминланган. Дурдона айни вақтда Тошкент шахридаги Ёджу техника институти талабаси. Келажақда ўқишни давом эттириб, магистрлик даражасини олишни режалаштирган.

Кўни кеча туманимиздаги 154-сонли умумий ўрта таълим мактаби тўлиқ таъмирдан чиқарилди. Синфхоналар янги жиҳозлар билан таъминланиб, кенг қўламли бунёдкорлик ишлари амалга оширилди. Шунингдек, мактаб ҳовлисида ҳомийлар кўмағида ўқувчи қизлар учун пазандачилик ва тикувчилик, ўғил болалар учун дурадгорлик ва маиший техникаларни созлаш машғулотлари ўтказиладиган устахона барпо этилди. Синфхоналарга электрон доскаларнинг ўрнатилгани эса ўқувчиларнинг янада чуқурроқ билим олишига замин яратади.

Бугун маҳаллалардаги қайси соҳага қараманг, ўзгариш ва янгиланишларга ғувоҳ бўласиз. Бунинг замирида давлатнинг фуқароларга яратиб бераётган имкониятлари, меҳнат ва бирдамлик ётибди. Энг муҳими, халқимиз биз билан елкама-елка ҳаракат қиляпти.

“МЕН ОБУНА БЎЛДИМ, СИЗ-ЧИ?”

“Mahalla”да ҳаммаси аниқ ва ошкор!



Даврон ҲОЛИҚОВ,
Миробод туманидаги
“Олтинқўл” маҳалласи раиси:

– Маҳаллада эътибор беришга арзимайдиган масаланинг ўзи йўқ. Халқнинг тинч ва фаровон яшаши учун барчаси бирдек муҳим. Бекор юрган кишиларни меҳнатга жалб қилсақ, келиша олмаётганларни мурасага келтиришимиз. Ҳатто, кўчаларда айланиб юрган бегона шахснинг мақсад-муддаосини ўрганиш ҳам назаримиздан четда қолмайди.

Айниқса, ижтимоий кўмакка муҳтож шахсларни қўллаб-қувватлаш, нурунийларга хўрмат ва эҳтиром қўрсатиш, ёшларни бахтли ҳаёт сари йўналтириш учун бор диққат-эътиборимизни қаратганмиз. Бундай вазифаларни адо этишнинг ўзи бўлмайди. Идорага қуруқ келиб-кейтиш билан ҳеч кимнинг турмушини ўзгартириб бўлмайди. Одамларга ёрдам бериш учун, биринчи навбатда, билим ва тажриба керак.

Шу ҳақиқатни теран англаган ҳолда, “ептилик” вақиллари билан доим ўз устимизда ишлаймиз. Тизимда олиб борилаётган ислохотлар ва бошқа маҳаллалардаги янгиликларни, асосан, “Mahalla” газетаси орқали қузатиб борамиз. Унинг қизиқарли ва аниқ далилларга асосланган мақолалари бизга дастур вазифасини ўтаётгани учун ҳам обуна бўлишни қанда қилмаймиз.

Саҳифани
“Mahalla” муҳбири
Шаҳноза
РАҲИМХУҲАЕВА
тайёрлади.





НОДИРБЕК АБДУСАТ-ТОРОВ
муддатидан аввал шах-мат бўйича “ХТХ Markets London Chess Classic” турнири Ғолибга айланди.



“ПРЕЗИДЕНТ ОЛИМПИАДАСИ” спорт мусобақаларининг республика босқичида Тошкент шаҳри жамоаси биринчи ўринни қўлга киритди.



ИЛЬЯ СИБИРЦЕВ
сузиш бўйича ўтказилган АҚШ очик чемпи-онатининг олтин медалига сазовор бўлди.

“МАҲАЛЛА ЕТТИЛИГИ” — СОҒЛОМ ҲАЁТ ТАРҒИБОТЧИСИ!

РУҲИЯТ БИЛАН СПОРТНИ УЙҒУН ҚИЛГАН МАШҒУЛОТ БОРКИ,

БУ — КИКБОКСИНГ!

Бугунги кунда ёшлар орасида оммалашиб бораётган спорт турларидан бири — кикбоксинг ўзининг жисмоний ва руҳий тарбиявий жиҳатлари билан алоҳида аҳамият касб этади. У дунёнинг турли бурчакларида каратэдан тортиб, боксгача бўлган анъанавий жанг санъатлари асосида шаклланиб, XX асрнинг ўрталарида ривожлана бошлаган. Унинг асл қарқиммати чемпионлар билан ўлчанмайди, энг катта аҳамияти — ёшларни тарбиялаш, уларни соғлом фикрли, интизомли ва мақсадли этиб вояга етказишдир.



Бугун юртимизнинг кўплаб маҳаллаларида ёшлар фаол, серҳаракат ва спортга меҳр билан қарайди. Аммо бу энергияни тўғри йўналтириш, бўш вақтни фойдали машғулотлар билан тўлдириш кўп жиҳатдан катталарнинг эътиборига боғлиқ. Шу сабабли маҳаллаларда кикбоксинг тўғра-кларини йўлга қўйиш ёшлар тарбиясида муҳим ўрин тутаяди.

Бу спорт тури жисмоний соғлиқни мустаҳкамлаш, ўзини ҳимоя қилиш кўникмаларини ўратиш, ёмон одатлардан йироқ юришга ундаш, интизом ва масъулиятни шакллантириш каби кўплаб фойдали жиҳатларга эга. Энг асосийси, болалар маҳалланинг ўзида, яъни таниш, хавфсиз ва қулай муҳитда спорт билан шуғулланиш имконига эга бўлади.

Ёшларни кикбоксинг тўғарақларига жалб этиш учун замонавий ва қизиқарли ёндашув зарур. Маҳаллаларда мураббийлар иштирокида кўргазмали машғулотлар ўтказиш, кичик мусобақалар ташкил этиш, спортнинг маънавий жиҳатларига урғу бериш, мактаб ва маҳалла ҳамкорлигини йўлга қўйиш, тажрибали мураббийларни жалб қилиш — буларнинг бари болаларда қизиқиш уйғотади.

Зеро, ёшлар кимдан ўрнак олишни билади: мураббий тарбияли, интизомли ва меҳрибон бўлса, ўқувчи ҳам худди шундай бўлади.

Маҳаллаларда спорт фаол бўлса, бу худуднинг ижтимоий ҳаётига ҳам ижобий таъсир кўрсатади. Ёшлар банд бўлади, кўча-кўйда бекор юриш камаяди, ўсмирларни турли салбий таъсирлардан ҳимоя қилиш осонлашади. Маҳалла фаолиги ортади, ота-оналар ҳам фарзандининг фойдали машғулот билан шуғулланаётганидан кўнгли тўқ бўлади.

Футбол ва волейбол майдонлари қатори кикбоксинг учун кичик зал ёки очик ўқув майдончаларини ташкил этиш ёшларнинг имкониятини янада кенгайтиради. Айниқса, қизлар учун аерокикбокс ва фитнес йўналишлари жисмоний фаолликни оширувчи қулай вариант бўла олади.

Маҳаллаларда ушбу спорт турини кенг жорий этиш орқали соғлом авлодни тарбиялаймиз, маҳаллаларда соғлом ва фаол муҳитни шакллантирамиз, ёшларни мақсадли, кучли ва интизомли бўлишга ундаймиз. Соғлом маҳалла — обод маҳалла, обод маҳалла эса бахтли ва мустаҳкам келажак демокдир.

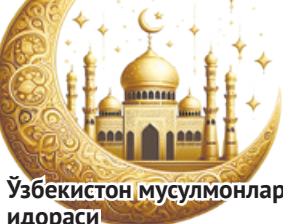
Жамшид РЎЗИМУҲАММЕДОВ,
жисмоний тарбия ва спорт бўйича мутахассис, кикбоксинг мураббийи.

БАДАНТАРБИЯ

ҲИДОЯТ ЁҒДУСИ

Миржалол ОДИЛОВ.
Навоий вилояти:
— *Аёллар турмуш ўртоғининг фамилиясига ўтиши мумкинми? Бу ишда хотинни мажбурлаб бўладими?*

АЁЛ ЭРИНИНГ ФАМИЛИЯСИГА ЎТИШИ МУМКИНМИ?



Ўзбекистон мусулмонлари идораси
Фатво маркази:

— Шаръий жиҳатдан хотин эрнинг фамилиясига ўтиши жоиздир. Аёл бу масалада ихтиёрий бўлиб, уни бу ишга мажбурлаб бўлмайди.

Лекин зарурат бўлганда, масалан, яшаб турган давлатида талаб шундай бўлса ёки урфда эрининг фамилиясига ўтиш мавжуд бўлса, эрнинг фамилиясига ўтиши жоиздир. Чунки бу ҳолатда аёл отасининг исми ўзгартрилмайди ва у эрининг отасини “менинг отам”, деб даъво ҳам қилмайди. Бу ҳолатда фамилиянинг ўзгариши исломдаги “ҳамма ўз отасининг номи билан қақирилиши керак”, деган қоидага зид келмайди.

Қадимдан одамлар орасида ўзаро бир-бирларини таниш турли йўللار билан бўлган. Фалончининг ўғли, фалончининг хотини каби нисбат бериш ҳолати жорий бўлган. Эрининг фамилиясига ўтиш ҳам гўё фалон оилага келин бўлган дегани кабидир.

БИЛИБ ҚЎЙИНГ

Кундалик ҳаётда кўплаб инсонлар онгли ёки онгсиз равишда тирноқларини тишлашга мойил бўлади. Бу ҳолат кўпинча ёмон одат сифатида баҳоланади. Бироқ айрим тадқиқотларда тирноқ тишлаш орқали тана кичик миқдордаги микроблар билан танишиб, иммунитет тизимининг фаоллашиши ҳақидаги фикрлар ҳам учрайди.

Тирноқ тишлаш фойдали жараёнми ёки ёмон одат?

Шунга қарамай, мутахассислар тирноқ тишлашнинг салбий томонлари кўпроқ эканини таъкидлайди.

Биринчидан, тирноқ остида турли микроблар, паразитлар ва яллиғланиш кўзғатувчилари тўпланади. Улар оғиз орқали танага кириб, ичак касалликлари, оғиз бўшлиғида инфекциялар ёки талафотларга сабаб бўлиши мумкин.

Иккинчидан, тирноқ атрофидаги терида ёрилиш ва яллиғланишлар пайдо бўлиши тирноқ тишлаш натижасида тез-тез кузатилади. Баъзи ҳолларда бундай оғрикли ҳолатлар антибиотик билан даволашни талаб этади.

Учинчидан, психологлар тирноқ тишлашни кўпинча

стресс, хавотир ёки кучли эмоционал зўриқиш билан боғлашади. Бу одат вақт ўтиши билан мустақкам невротик ҳолатга айланиши мумкин.

Мутахассислар мазкур одатдан воз кечиш учун қуйидаги усулларни тавсия қилади:

- стрессни бошқаришга қаратилган нафас машқлари ва жисмоний фаоллик;
- қўлларни банд қилиб юриш: антистресс асбоблар, фиджетлар ва бошқалар;
- тирноқ парвариши ва маникюр қилиш орқали тирноқларнинг тартибли ҳолатини сақлаш;
- қачон ва қандай ҳолатда тирноқ тишлаш бошланишини аниқлаш.

Илмий мулоҳазаларга қарамай, тирноқ тишлашнинг салбий таъсири ундан келадиган эҳтимолий фойдадан анча юқори. Шу боис мутахассислар бу одатдан эртароқ халос бўлишни тавсия этади.

Қиш фасли одамларга ўзига хос таъсир қилади: ҳавонинг совуқлиги, кунларнинг қисқалиги, тананинг кўпроқ иссиқлик сарфлаши иштаҳани табиий равишда оширади. Айниқса, иссиқ овқатлар, хамирли таомлар, ширинликлар кўпчилигимизнинг дастурхонимиздан кўпроқ ўрин ола бошлайди.

Шаҳноза КАРИМОВА,
тиббиёт фанлари номзоди.

Бироқ бу фаслда овқатни меъёридан ортиқ истеъмол қилиш соғлиқ учун сезиларли хавфларни туғдириши мумкин. Баъзан одамлар “қишда кўп еса, иммунитет ошади” деган нотўғри фикрга берилиб кетади. Аслида, иммунитет фақат тўғри, мувозанатли овқатланиш ва ҳаракат орқали мустаҳкамланади. Ортиқча овқат тана фаолиятини сусайтиради.

Қишда хамирли таомлар кўп истеъмол қилинса, танага шунча зарар етади. Кун қисқа, ҳаракат кам бўлгани учун ортиқча калориялар ёғ сифатида тўпланади, бу эса одамнинг вазни ошишига олиб келади. Хамирли таомлар ҳазм бўлиши қийин бўлгани учун юрак-қон томири тизими босим остида қолади. Ширинликлар кўп ейилса, қанд миқдори кўтарилиб, иммунитетга ҳам путур етади. Меъда оғирлашиши, уйку босиши, ланжлик — буларнинг барчаси қишда нотўғри овқатланиш оқибатлари ҳисобланади. Энг ёмони, “кўп ейман, кўпроқ қувват оламан”, деган

КУННИНГ ҚИСҚАЛИГИ ТАОМНИНГ КАМРОҚ ЕМОҚЛИКЛИКДАН ДАЛОЛАТ ЭМАСМИ?



фикр асоссиз: ортиқча овқат энергия эмас, оғирлик беради, холос.

Шунинг учун мутахассислар қишда хамирли таомларни меъёردа истеъмол қилишни тавсия этади: **ҳафтасига 233 маротабадан оширмаслик, нонни кунига 200-250 граммгача чеклаш, ширинликларни ҳафтасига 132 маротаба оз миқдорда ейиш — энг мақбул ёндашувдир.** Айниқса, қовурилган хамирли маҳсулотлар — сомса, қовурма мастава, ёғли пишириқлардан эҳтиёт бўлиш керак. Бу таомлар иссиқ бўлгани учун қишда ёқимли туюлади, аммо танага энг кўп зарар етказадиганлари ҳам ана шулардир.

Тўғри овқатланиш — кўп ейиш

эмас, танага керакли моддаларнинг мувозанатини таъминлашдир. Хамирли таомлар ўрнига сабзавотли шўрвалар, бўғда пиширилган парранда гўшти, балиқ, кўкатлар, витаминларга бой салатлар, қуруқ мевалар, сули бўтқаси, гречка каби енгил, лекин тўйимли маҳсулотларни танлаш маъқул. Бу овқатлар танага ортиқча босим юкламайди, иммунитетни табиий йўл билан мустаҳкамлайди, энергияни барқарор ушлаб туради.

Қиш кунларида тез-тез қоринимиз очиб қолгандек туйилиши ҳам меъёр бузилганидан далолат. Тўғрироғи, қишда тана қувватни тез сарфлайди, лекин бу кўп ейишни талаб қилмайди. Кам-кам-

дан, тез-тез овқатланиш, ҳар куни 20-30 дақиқалик енгил жисмоний машқлар, кечки пайт оғир таомдан воз кечиш соғлом овқатланишнинг энг оддий ва самарали қоидаларидир. Маҳалла хонадонларида соғлом овқатланиш маданиятини йўлга қўйиш жуда муҳим. Аёллар ва болалар, нурунийлар учун соғлом турмуш тарғиботи тадбирларининг ўтказилиши, ҳафталик меню бўйича маслаҳатлар берилиши, болаларда ширинлик ўрнига мева истеъмолини кўпайтириш — буларнинг барчаси ошловий саломатликка катта ҳисса қўшади. Ҳар бир уй эгаси овқатнинг кўп эмас, сифатли бўлишига эътибор қаратса, қиш фасли янада енгил, танамиз эса тетик кечаяди.



Ушбу сондаги барча мақолалар матнни мусахҳиҳ Феруза ФУЗАЙЛОВА ўқиди.



Саҳифани “Mahalla” муҳбири Шаҳноза ХАЛИЛОВА тайёрлади.



Mahalla

Ўзбекистон маҳаллалари уюшмасининг ижтимоий-сиёсий, маънавий-маърифий газетаси

Бош муҳаррир:
Бахтиёр АБДУСАТТОРОВ

Дизайнерлар:
Лазиз Мейликов
Шерзод Маманов

Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси ҳузуридаги Ахборот ва оммавий коммуникациялар агентлиги томонидан 2024 йил 7 майда №271590 рақами билан давлат рўйхатидан ўтказилган.

Муассис: «MAHALLA DAVRIY NASHRLARI» МЧЖ

Таҳририят манзили:
100192, Тошкент шаҳри
Мустақиллик шоҳ кўчаси 59-уй.
Телефонлар:
71 233-39-89, 71 233-10-92.
Нашр кўрсаткичи: 148.

«Шарқ» НМАК босмаҳонасида чоп этилди. Босмаҳона манзили:
Тошкент шаҳри
Буюк Турон кўчаси 41-уй.

Газета таҳририят компьютер марказида саҳифаланди ва офсет усулида босилди.

Ўлчами — 380x587, 4 б.т.
8 185 нусхада чоп этилди.
Буюртма №: Г-1220

