

Qishloq hayoti

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI IJTIMOY-IQTISODIY GAZETASI

e-mail: infoqishloqhayoti@mail.ru

1974-yil 1-yanvardan chiqqa boshlagan

2026-yil 5-fevral, payshanba

№ 5 (9377)

t.me/Qishloqhayoti_gazetasi

ФАРҒОНА ВИЛОЯТИДА ИСЛОҲОТЛАР НАТИЖАДОРЛИГИ ВА КЕЛГУСИДАГИ УСТУВОР ВАЗИФАЛАР МУҲОКАМА ҚИЛИНДИ

Президент Шавкат Мирзиёев 4 февраль куни Фарғона вилоятини ижтимоий-иқтисодий ривожлантириш бўйича амалга оширилиши лозим бўлган устувор вазифалар юзасидан йиғилиш ўтказди.

Йиғилиш аввалида сўнгги йилларда Фарғона вилоятини амалга оширилган тизимли ислохотларнинг натижалари таҳлил қилинди. Ер ва қазилма бойликлари чекланган бўлишига қарамадан, ҳудудда иқтисодиётни диверсификация қилиш, саноат, қишлоқ хўжалиги, хизматлар ва ахборот технологиялари соҳаларида барқарор ўсиш таъминланди.

Жумладан, аҳоли жон бошига ялпи ҳудудий маҳсулот ҳажми 2017 йилда 7 миллион сўмни ташкил этган бўлса, 2025 йилга келиб, 26,6 миллион сўмга етди ёки 3,8 баробар ўсди. Бу иқтисодий фаоллик ва аҳоли даромадлари сезиларли ошганини кўрсатади.

Бандлик ва ижтимоий кўрсаткичлар бўйича ҳам ижобий суръат қайд этилди. Ўтган йилда 519 минг нафар аҳолининг бандлиги таъминланиб, уларни даромадлари оширилди ва 53 минг оила камбағаллик реестридан чиқарилди. Эндиликда 2026 йил якунига қадар ишсизликни 3 фоизга, камбағалликни эса 2,7 фоизга камайитириш кўзда тутилмоқда.

Инвестиция ва ташқи савдо соҳасида ҳам сезиларли ўсишга эришилди. Вилоятда 26 та йирик, 357 та ўрта ва кичик инвестиция лойиҳалари ишга туширилиб, салкам 3 миллиард доллар хорижий инвестиция ўзлаштирилди. Экспорт ҳажми изчил ошди, экспортчи корхоналарнинг сони кенгайди.

Қишлоқ хўжалигида ўтган йили 94,3 минг гектар майдонда 816,7 минг тонна ғалла етиштирилиб, ўртacha ҳосилдорлик 86,6 центнерни ташкил этди. Пахтачиликда 72 минг гектарда 324 минг тонна ҳосил олинди. Мева-сабзавот экспорти 403 миллион долларга етди. Томорқачилик ва

иччам иссиқхоналар орқали минглаб хонадонлар барқарор қўшимча даромад манбаига эга бўлди.

Йиғилишда Фарғона вилоятини ривожлантиришнинг устувор вазифалари белгиланган.

Қайд этилганидек, вилоятда инвестиция ва экспорт ҳажмларини изчил ошириш, ишсизлик ва камбағалликни қисқартириш масалаларига тизимли ҳамда манзилли ёндашиш талаб этилади. Шу мақсадда Фарғона вилояти учун умумий қиймати 8,2 миллиард доллар бўлган янги йирик лойиҳалар пакети шакллантирилган.

Жорий йилнинг ўзида умумий қиймати 4,2 миллиард доллар бўлган лойиҳаларни ишга тушириш режалаштирилган. Ушбу лойиҳаларнинг 2,7 миллиард доллари саноат, 210 миллион доллари қишлоқ хўжалиги, 1,2 миллиард доллари сервис ва туризм соҳаларига тўғри келади.

Шу билан бирга, ўтган йилларда саноат мақсадлари учун ажратилган 2 минг 115 гектар ер майдонининг 40 фоизи ҳалигача аукционга чиқарилмагани қайд этилди. Қўшимча ер ажратишдан олдин мавжуд бўш ерлар инфратузилмасини яхшилаш ва уларни тадбиркорларга таклиф этиш орқали инвестиция лойиҳаларини жойлаштириш самарадорлигини ошириш зарурлиги таъкидланди.

Бандлик ва камбағалликни қисқартириш бўйича аниқ мақсадли кўрсаткичлар белгиланди. Жорий йилда жами 595 минг нафар, шундан 98 минг доимий иш ўрни яратилиш, 423 минг аҳолини даромадли қилиш ҳамда 74 минг иш ўрнини “соя”дан чиқариш режалаштирилган.

(Давоми 2-саҳифада)

ҲУДУДЛАРДА ҚИШЛОҚ ХЎЖАЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШДА ЯНГИ БОСҚИЧ: АГРАР СОҲАДА САМАРАЛИ БОШҚАРУВ ВА ИННОВАЦИЯЛАР БЎЙИЧА ЎҚУВ-АМАЛИЙ СЕМИНАР ТАШКИЛ ҚИЛИНДИ

Яқинда туман ва шаҳар ҳокимларининг қишлоқ ва сув хўжалиги масалалари бўйича ўринбосарлари учун ташкил этилган ўқув-амалий семинарнинг иккинчи босқичи ўз ишини бошлади. Аграр соҳа раҳбарларининг билим ва амалий қўникмаларини ривожлантириш, соҳада рақамли технологиялар ҳамда инновацион ечимларни кенг жорий этиш мақсадида ташкил қилинган тадбирнинг очилиш маросимида Ўзбекистон Республикаси Президенти Администрацияси, Президент ҳузуридаги Бошқарув самарадорлиги агентлиги, Қишлоқ хўжалиги ҳамда Сув хўжалиги вазирликларининг масъул раҳбарлари иштирок этиб, семинарнинг долзарб аҳамияти юзасидан ўз фикр-мулоҳазаларини билдиришди.



Иштирокчилар учун республика агрохизматлар маркази (АКИС) фаолияти ҳамда замонавий билимларни амалиётга жорий этиш механизмлари, қишлоқ хўжалиги маҳсулотларини халқаро лаборатория таҳлилари асосида сертификатлаш жараёнлари, пахта, ғалла ва сабзавот экинларининг янги, юқори ҳосилдор навларини



яратиш технологиялари, замонавий агротехнологиялар, жумладан, агродронлардан фойдаланиш ва ер ресурсларини рақамли хариталашнинг иқтисодий самарадорлиги юзасидан тақдиротлар қилинди.

Шунингдек, семинар доирасида давлат органлари ҳамда халқаро ташкилотлар вакиллари иштирокида аграр соҳада инсон



омилини кадрлаш, меҳнат муҳофазасини кучайтириш масалалари юзасидан фикр-мулоҳазалар алмашилди.

Шу йилнинг 7 февралига қадар давом этадиган иккинчи босқичнинг асосий қисми амалий машғулотларга йўналтирилган бўлиб, унда ҳудудларда қишлоқ хўжалиги ишлаб чиқаришини самарали



бошқариш, ресурслардан оқилона фойдаланиш, замонавий агротехнологияларни жорий этиш масалаларига алоҳида эътибор қаратилади.

Ушбу йўналишдаги ilk ўқув курси Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Давлат хизматиде бошқарув самарадорлигини янада ошириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги фармонида белгиланган вазифалар ижросини таъминлаш мақсадида ташкил этилган.

Ўз мухбиримиз



➤ Муносабат

МУТОЛААГА ХОС ГЎЗАЛ ҚАДРИЯТЛАРИМИЗ БОР

...У оддий сувчи эди, йўли қишлоқ кутубхонасига тез-тез тушиб қоларди. Бир кўлида кетмони, қўлтиғида эса икки-уч китоб билан у ердан чиқиб келаётганини жуда кўп кўришарди...
...У оддий косиб эди. Мижозлари сийраклашган маҳалда дарров қўлларини артарди-да, ўқийётган китобини кўлига оларди. Бу китоблар гоҳ ўзбек, гоҳ чет эл адабиёти дурдоналари бўларди...
...У оддий уй бекаси эди. Бироқ ўқитувчи бўлган қўшни аёлнинг ёнига тез-тез чиқарди. Ёйбатлашиш учунмас, ўқишга бадий китоблар сўраб...



Бу манзаралар узоқ тарих эмас, уларга сиз ва биз, опаларимиз, оналаримиз гувоҳ бўлишган. Яхши китобнинг маҳалла бўйлаб қўлма-қўл ўқилганини ҳам эшитганмиз. Боболаримиз, оталаримизнинг бўш вақтида газета варақлаётганлари ҳам кўз ўнгимизда мухрланиб қолган. Бу халқимизнинг мудом мутолаадек гўзал эhtiёж билан

яшаганимиз далили, албатта.

Қандай бахтки, бугун мамлакатимизда аҳоли саводхонлигини ошириш, китобхонлик маданиятини тарғиб этиш давлат сиёсати даражасига кўтарилди. Зотан, ёш авлодни воёга етказишда биз китобга, маънавиятга таянмас, асло ютқазмаймиз.

(Давоми 2-саҳифада)

➤ Президент топшириғи амалда

Президентимиз раислигида камбағалликни қисқартириш ва аҳоли бандлигини таъминлаш бўйича 2026 йилда амалга оширилиши лозим бўлган асосий вазифалар юзасидан видеоселектор йиғилишда “оғир” туман ва маҳаллаларда аҳолини иш билан таъминлаш ва даромадини ошириш масалалари атрофлича кўриб чиқилди.

➤ ТОШКЕНТ ВИЛОЯТИ

“ОҒИР” ҲУДУДЛАР РИВОЖИ ЙЎЛИДАГИ САМАРАЛИ РЕЖАЛАР



Бу борада Тошкент вилоятида ҳам самарали саяёҳатларни амалга ошириш режалаштирилган. Унга кўра, “оғир” ҳудуд сифатида танлаб олинган Окқўрғон, Қуйи Чирчиқ ва Пискент туманларини ривожлантириш бўйича жорий йил кўплаб вазифалар белгиланган. Хусусан, жойлардаги саноат зоналарида бўш турган ер майдонларида янги лойиҳалар амалга оширилади. Қишлоқ хўжалигидаги 5 минг 49 гектар ижарага берилган ер майдонларида “Бир контур – бир маҳсулот” тамойилига асосан экспортбop маҳсулотлар етиштирилади.

Президентимизнинг 2025 йил 3 февралдаги “Қишлоқ хўжалиги экин майдонлари унумдорлигини ошириш, тармоққа инвестициялар жалб қилиш учун қулай шарт-шароит яратиш бўйича нафардаги чора-тадбирлар тўғрисида”ги фармони ижроси бўйича янги тизим асосида 1 минг 431 гектар ер майдонлари “онлайн аукцион”да ташаббускор фуқароларга сотилиб, саноатлашган плантация ташкил этиш чоралари кўрилади.

Хизмат кўрсатиш соҳаларида эса туманлардаги 55 та маҳаллани қамраб олувчи 3 та гавжум кўча, 6 та соҳил ва йўл бўйи лойиҳалари амалга оширилиб, 137 та савдо ва хизмат кўрсатиш объектлари фаолияти йўлга қўйилади. Шу билан бирга, 1 минг 251 нафар аҳоли замонавий касбларга ўқитилади.

(Давоми 3-саҳифада)

➤ Сарҳисоб

Яқинда “Агробанк” АТБ Бош офисига банк бошқаруви, тадбиркорлар ҳамда оммавий ахборот воситалари вакиллари иштирокида матбуот анжумани бўлиб ўтди. Тадбирда “Агробанк: 2025 йил фаолияти якунлари ва 2026 йил устувор вазифалар” мавзусида тақдирот ўтказилди. Таъкидланганидек, 2025 йил “Агробанк” АТБ учун барқарор ўсиш, тизимли трансформация ва рақамли молиявий хизматларни жадал ривожлантириш даври бўлди. Йил якунларига кўра банк активлари 103,6 трлн. сўмга етди ва банк тизимида 2-ўринни эгаллади. Бу кўрсаткич 2024 йилга нисбатан 24,2 трлн. сўмга ёки 130 фоизга ўсганини англатади.

ЎТГАН ЙИЛ “АГРОБАНК” АТБ УЧУН БАРҚАРОР ЎСИШ, ТИЗИМЛИ ТРАНСФОРМАЦИЯ ВА РАҚАМЛИ МОЛИЯВИЙ ХИЗМАТЛАРНИ ЖАДАЛ РИВОЖЛАНТИРИШ ДАВРИ БЎЛДИ



Кредит қўйилмалар ҳажми 81,1 трлн. сўмни ташкил этиб, ўтган йилга нисбатан 21,6 трлн. сўмга ёки 136 фоизга ошди. 2025 йилда жами 42,2 трлн. сўм кредит ажратилди. Шундан 23,1 трлн. сўми микро, кичик ва ўрта бизнес лойиҳаларига йўналтирил-

ди. Мижозлар сони 7,4 миллион нафарга етди ва бир йилда улар сони 1,5 миллион нафардан ошди.

Депозитлар ҳажми 32,5 трлн. сўмни ташкил этиб, 2024 йилга нисбатан 13,3 трлн. сўмга ўсди. Аҳоли омонатлари 15,9 трлн.

(Давоми 2-саҳифада)

Агробанк ўтган йилда аҳоли омонатлари ўсиши ҳамда жисмоний шахсларга чакана кредитлар ажратиш бўйича банк тизимида энг етакчи ўринни эгаллади

ФАРҒОНА ВИЛОЯТИДА ИСЛОҲОТЛАР НАТИЖАДОРЛИГИ ВА КЕЛГУСИДАГИ УСТУВОР ВАЗИФАЛАР МУҲОКАМА ҚИЛИНДИ

(Боши 1-саҳифада)

Бувайда, Учкўприк, Қува, Ўзбекистон, Ёзёвон туманлари ҳамда Марғилон, Фарғона, Қўқон ва Қувасой шаҳарларини ишсизлик ва камбағалликдан холи ҳудудларга айлантириш вазифаси қўйилди. Шу мақсадда 7 та туман ва 132 та “оғир” маҳаллада инфратузилмани яхшилаш орқали ишсизлик ва камбағаллиқни икки қарра қисқартириш учун 800 миллиард сўмдан ортиқ маблағ ажратилди. Шунингдек, банклар томонидан “Маҳалла лойиҳаси” дастури доирасида 1,4 триллион сўмлик кредит ресурслари йўналтирилди.

Қишлоқ ҳўжалигида мева-сабзавот маҳсулотларини хом ҳолда эмас, юқори қўшилган қийматга эга тайёр маҳсулот сифатида сотиш орқали экспорт ҳажмини 510 миллион долларга етказиш вазифаси белгиланди. Шу боис, Фарғона ва Қувасой шаҳарларида хитойлик инвесторлар иштирокида умумий қиймати 175 миллион доллар бўлган агрологистика марказлари барпо этилади.

Ўзбекистон, Бешариқ ва Олтиариқ туманларида чорвачилик, сутни қайта ишлаш ва наслик жўжа етиштириш йўналишларида умумий қиймати 21 миллион доллар бўлган 4 та лойиҳани ишга тушириш режалаштирилган.

Ижтимоий инфратузилмани аҳолининг ўсишига мос равишда ривожлантириш зарурлиги таъкидланди. Жорий йилда 33 та мактаб қурилиши ва реконструкцияси учун 343 миллиард сўм ажратилмоқда. Ҳудуд раҳбарларига қўшимча имкониятларни ишга солиш ва хусусий секторни жалб қилиш орқали инфратузилмани

яхшилаш вазифаси қўйилди.

Туризм салоҳиятини кенгайтириш мақсадида Сўх туманида Угам ва Мираки тажрибаси асосида туризм мажмуалари ташкил этилади, Фарғона туманида йирик туристик-рекреацион зона барпо қилинади. Қўқон шаҳрида янги туризм масканлари барпо этилиб, маданий мерос объеклари бўйлаб саёҳат маршрутлари йўлга қўйилади.

Шунингдек, Қўқон шаҳрида 17 та давлат идорасини “Янги Ўзбекистон” массивига кўчириш орқали аҳолига барча давлат хизматларини бир жойда кўрсатадиган қулай ва самарали тизимни шакллантириш вазифаси белгиланди.

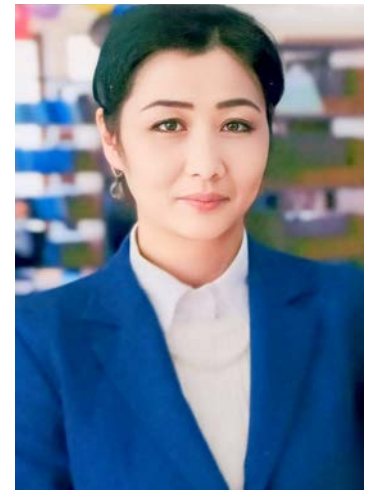
Ахборот технологиялари соҳасида Фарғона вилояти иқтисодиётининг муҳим драйвери сифатида АТ йўналишини жадал ривожлантириш режалаштирилган.

Хозирда вилоятда 139 та IT-парк резиденти фаолият юритмоқда. Жорий йилда ахборот технологиялари хизматларининг ҳажмини 3,5 триллион сўмга, экспортни эса 30 миллион долларга етказиш мақсад қилинган. Фарғона шаҳрида янги IT-парк ва мажмуаси, Марғилон шаҳрида халқаро IT олийгоҳи, шунингдек, Фарғона шаҳрида “Муҳаммад ал-Хоразмий ворислари” лойиҳасини ишга тушириш режалаштирилган.

Давлатимиз раҳбари йғилиш якунида ҳар бир лойиҳани аҳоли бандлиги ва турмуш даражасини ошириш билан узвий боғлаб амалга ошириш, белгиланган вазифалар ижроси учун мутасаддиларнинг шахсий жавобгарлигини кучайтириш бўйича аниқ топшириқлар берди.

ЎЗА

МУТОЛААГА ХОС ГЎЗАЛ ҚАДРИЯТЛАРИМИЗ БОР



Нозима РИЗАҚУЛОВА, Наманган давлат педагогика институти АРМ етакчи мутахассиси.

(Боши 1-саҳифада)

Мутолаа инсонга билим ва ахборот беради, унинг маънавий оламини бойити. Ривожланган мамлакатларнинг тараққиёт мезонига “аҳолиси энг кўп китоб ўқийдиган давлат” деган иборани ҳим қилиш фикримизни тўлдирса керак.

Бугун юртимизда китобхоналар учун барча имкониятлар мужассам. Китоб, электрон китоб, аудиокитоб – исталган китоб турини мутолаа қилишлари мумкин. Таълим муассасалари, ахборот-ресурс марказлари, кутубхоналар бадий, маърифий, илмий-оммабоп, тарбиявий, ёшларнинг интеллектуал салоҳиятини оширишга қаратилган адабиётлар билан тўлиқ таъминланмоқда. Ёш авлоднинг китобга бўлган қизиқишининг рағбатлантирилиши эса бошқа мамлакатлар ҳам ўрнат олса арзигulik ташаббусдир. Президентимизнинг шу йил 15 январдаги “Китобхонанинг маданийтини ривожлантириш ва аҳоли ўрта-сида китоб ўқишга қизиқишини

ошириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги қарори эса бу борада яна бир амалий қадам бўлди. Қарор том маънода мамлакатимизда китоб ўқиш маданиятини кенг тарғиб қилиш, янги нашрлар ва таржималарни йўлга қўйиш ҳамда аҳоли орасида китобга қизиқишни кучайтириш, кутубхоналар ва таълим даргоҳларини касбий ва соҳавий адабиётлар билан таъминлаш мақсадидаги изчил чора-тадбирларни янги босқичга олиб чиқиши, шубҳасиз.

Китобнинг кўпи яхши. Бироқ китобхонлик маданияти бу ўринда жуда муҳим. Ёшларда мана шу фазилатни шакллантириш бизнинг зиммамиздаги энг катта масъулиятдир.

Таниқли адабиётшунос Умарали Норматовнинг шундай фикрлари бор: “Азалдан халқимизда, айниқса, адабий-бадий дид нихоятда юксак бўлган, туркий, форсий, арабий тилдаги асарлар бирдай ўқийверган, ҳадисхонлик, яссавийхонлик, саъдийхонлик, бедилхонлик, навоийхонлик кенг урф бўлган, сўз санъатига шайдолик туфайли бўлса керак, одамлар ҳатто бозорда олди-сотдини ҳам шеърин тилда вазн ва қофияга солиб адо этишган, табобатга, одоб-ахлоққа, илм-фанга оид йўл-йўриқлар ҳам шеърин йўлда битилган”.

Демак, бизнинг мутолаа маданияти борасида гўзал қадриятларимиз бор. Уларни асраш, янада бойитиб, ёш авлод қалбига сингдириш билан жамятда китобхонлиқнинг ўсишига эриша оламиз, маънавий ва ахлоқий жиҳатдан юксалган, интеллектуал салоҳияти юқори фарзандларни камолга етказамиз. Бу табиийки, Янги Ўзбекистонимиз тараққиётга хизмат қилади.

ЎТГАН ЙИЛ “АГРОБАНК” АТБ УЧУН БАРҚАРОР ЎСИШ, ТИЗИМЛИ ТРАНСФОРМАЦИЯ ВА РАҚАМЛИ МОЛИЯВИЙ ХИЗМАТЛАРНИ ЖАДАЛ РИВОЖЛАНТИРИШ ДАВРИ БЎЛДИ



(Боши 1-саҳифада)

Қишлоқ ҳўжалиги соҳасини молиялаштириш банк фаолиятининг устувор йўналишларидан биридир. Ўтган йилда мамлакатимизда етиштирилган пахта хомашёсининг 80 фоизи, бошоқли дон ҳосилининг 95 фоизи Агробанк томонидан молиялаштирилди. Пахта ва ғалла ҳосилини етиштириш учун жами 15 трлн. сўмлик имтиёзли кредит маблағлари ажратилди.

Бугунги кунда қишлоқ ҳўжалигида сув тежовчи технологияларни жорий этиш ўта муҳим стратегик аҳамият касб этмоқда. 2025 йилда сув тежовчи технологиялар жорий қилиш учун 2,4 трлн. сўм йўналтирилди. Фермер ҳўжаликларининг ички сўғориш насос агрегатларини қуёш панеллари билан таъминлаш учун қарийб 1 трлн. сўм молиялаштириш амалга оширилди.

Хитойдан 1 400 тонна юқори сифатли пахта уруғи олиб келиниб, фермерларга етказиб берилди. Натижада ҳосилдорлик 40-50 центнерга етди.

“Маҳаллабай” ишлаш тизими доирасида банкка бириктирилган 1 759 та маҳаллада 5,3 трлн. сўм кредит ажратилиб, 501 минг нафардан ортиқ аҳолининг бандлиги таъминланди.

Банкнинг 170 та филиали, 38 та банк хизматлари маркази ва 154 та смарт офисларида аҳоли учун қулай молиявий хизматлар кўрсатилмоқда. Бошқарув тизimini замонавийлаштириш мақсадида трансформация



жараёнлари давом эттирилиб, 2025-2029 йилларга мўлжалланган стратегия ишлаб чиқилди. “Мижозга йўналтирилган банк” концепцияси асосида “Каизен” ёндашуви жорий этилди. Ижтимоий лойиҳалар доирасида “Agrobooks” ташаббуси асосида сувдан оқилона фойдаланишга бағишланган 30 та методик қўланмадан иборат “Сув китоби” тўплами ишлаб чиқилди. У 5 минг нусхада нашр этилиб, фермерларга бепул тарқатилди.

Президентимизнинг тегишли қарори ижроси доирасида “Узун агро стар” ва “Бахмал агро стар” МЧЖлар ташкил этилди. Интенсив боғлар учун қўчатлар Agro In-vitro лабораториясида етиштирилиб, ҳудудларга босқичма-босқич етказиб берилмоқда.

Хозирда банкнинг “ягона хизмат кўрсатиш тизими” орқали мижоз ҳақидаги 30 га яқин маълумотни инсон омилисиз автомат равишда Электрон ҳукумат тизимларидан олиниши йўлга қўйилди. Кредитлаш жараёнини тезкор амалга ошириш мақсадида автоматлаштирилган кредит конвейери жорий этилди. Бунда, жисмоний шахслар учун аризадан то кредит ажратишгача бўлган вақт 10-12 дақиқадан кўшарди, барча кредит ҳужжатлари электрон асосда имзолаш-тасдиқлаш-скоринг яъни қарор қабул қилиш жараёнлари тўлиқ автоматлаштирилди.

Банкнинг юридик мижозларига оммавий банк

хизматларини масофадан кўрсатиш мақсадида янги “Agrozamin biznes” иловаси ва веб-платформаси ишлаб чиқилди ва босқичма-босқич жорий этиш ишлари бошланди.

Ўтган йилдан банкда Agile трансформация жараёнлари бошланди. Бунда асосий мақсад мижозлар талабларини доимий ўрганиш ва банк маҳсулотларини доимий такомиллаштириб боришдир. Яна бир устувор йўналишлардан бири – 2025 йилда банкда “Сунъий интеллект лойиҳа офиси” ташкил этилди. Лойиҳа офисининг асосий мақсади банк фаолиятида ва қишлоқ ҳўжалигида замонавий сунъий интеллект технологияларини ишлаб чиқиш.

Жорий йилда иқтисодиёт тармоқларини қўллаб-қувватлаш мақсадида жами 56,2 трлн. сўм кредит ажратиш режалаштирилди. Бу ўтган йилга нисбатан қарийб 14 трлн. сўмга кўндир. Шундан 23 трлн. сўм микро, кичик ва ўрта бизнес лойиҳаларига йўналтирилади. Хорижий банклар ва молия институтларидан 600 млн. АҚШ доллар жалб қилиш, ҳудудий дастурлар доирасида 579 та лойиҳа учун 116,3 млн. доллар кредит ажратиш белгиланган.

“Маҳаллабай” тизим доирасида 1 759 та маҳаллада 2,8 трлн. сўм кредит ажратилиб, 210 минг нафардан ортиқ аҳолининг бандлиги таъминланади. Шунингдек, олий таълим муассасаларини тамомлаган 3,6 минг нафар битирувчи иш билан таъминланади.

Узун туманида 50 гектар майдонда хурмо ва анжир, Бахмал туманида 123 гектар майдонда олма ва нок етиштиришдан тортиб экспортгача бўлган барча босқичларни қамраб олган замонавий агрокомплекслар ташкил этилади. Жорий йилда жисмоний шахсларга 750 мингта банк картаси эмиссия қилиниб, 14 трлн. сўм чакана кредит ажратилади, шундан 4,2 трлн. сўми ипотека кредитларига тўғри келади.

Сув тежовчи технологиялар ва ички сўғориш насос агрегатларига қуёш панелларини жорий этиш учун 2,6 трлн. сўм кредит йўналтирилади. Шунингдек, “Сувчилар мактаби” доирасида 141 та туманда 3,5 минг гектар майдонда замонавий сув тежовчи технологиялар қўлланадиган “Тажриба майдонлари” ташкил этилади. Шу билан бирга 10 минг нафар фермер ва мутахассислар ўқитилиши ҳам режалаштирилган.

Шу пайтга қадар, фермер ҳўжаликларининг пахта хомашёси ва бошоқли дон етиштиришида экин ҳолати анъанавий тарзда мониторинг қилинаётган бўлса, босқичма босқич бу амалиётлар, космик суратлар ва дронлар ёрдамидаги масофавий мониторингга ўтказилади. Қишлоқ ҳўжалиги йўналишида рақамли маҳсулотларни кенгайтириш, шу жумладан, сунъий интеллект ва big-data технологиялари асосида янги хизматларни ишлаб чиқиш жорий йилдаги устувор вазифалардан бўлиб қолади.

Сирасини айтганда, Агробанк келгусида ҳам молиявий хизматлар сифатини ошириш, тадбиркорликни қўллаб-қувватлаш, қишлоқ ҳўжалиги ва ҳудудлар иқтисодий салоҳиятини мустаҳкамлашга қаратилган фаолиятини изчил давом эттиради.

“Агробанк” АТБ Матбуот хизмати

ҚОРАҚАЛПОҒИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ

Ирригация тизимларида

ОБИҲАЁТ ЭКИН МАЙДОНЛАРИГА ЎЗ ВАҚТИДА ЕТИБ БОРМОҚДА

Амударёнинг чап қирғоғида жойлашган Хўжайли, Тахиятош Шуманай, Қонлиқўл, Қўнғирот ва Мўйноқ туманларини сув билан таъминлаш, ҳўжаликлараро каналларини тозалаш, каналлардаги гидротехник иншоотлар, сув ўлчаш постларини таъмирлаш каби ишларни олиб бориш “Суенли” ИТБ жамоасининг асосий вазифалари ҳисобланади.



Ўтган йили вегетация даврида қишлоқ ҳўжалиги экинларини сўғориш учун лимит бўйича 1314,4 млн. метр куб чекланган сув миқдори ажратилиб, шундан 1348,8 млн. метр куб сув олинди. Ёўза майдонларини сўғориш учун 70 та сўғориш отрядлари тузилиб, сўғориш графиклари ишлаб чиқилди. Сўғориш ишларига сув ҳўжалиги ташкилотларидан 472 нафар, сув истеъмолчилари уюшмаларидан 73 нафар, фермер ҳўжаликларидан 4672 нафар, жами 5217 нафар сувчи жалб қилинди. Улар бел, кетмон, этик, фонар ва бошқада керакли анжомлар

билан тўлиқ таъминланди. Уларга қулай шароит яратиш учун дала бошларига 1429 дона дам олиш чайалари қурилди. Ёўза майдонларини “шарбат” усулида сўғориш учун маҳаллий ўғит чиқариш, ҳандақ қазини ишлари белгиланган режа бўйича олиб борилди.

Бугунги кунда ИТБ ҳисобида 234,8 км. узунликда магистрал ва ҳўжаликлараро каналлар ва 286 дона сув ҳўжалиги иншооти мавжуд бўлиб, улар Хўжайли, Тахиятош, Шўманай, Қонлиқўл, Қўнғирот ва Мўйноқ туманларининг 161791 гектар қишлоқ ҳўжалиги ер майдонларини



бўлиб, шундан йирик гидроузеллер 5 дона, сув тақсимловчи иншоотлар 209 дона, сув тўсувчи иншоотлар 7 дона, гидропостлар 47 дона, дюкерлер 2 дона, кўприклар 10 дона, акведуклар 2 донани ташкил қилади.

Ориф ЖУМАНОВ, “Qishloq hayoti” мухбири.



Балиқчилик соҳасида замонавий йўналишларни ўзлаштириш юзасидан касбга тайёрлаш курслари очилиб, 300 дан зиёд мутахассис тайёрланади

Боши 1-саҳифада)

Жумладан, Қўйи Чирчиқ тумани мисо-лида мазкур саъй-ҳаракатлар қўйидагича сарҳисоб қилинган. Ҳозир бу ҳудуднинг 34 та маҳалласида 5 минг 57 нафар камбағал аҳоли ва 2,5 минг ишсиз бор. Бу ҳудудда замонавий бозор, йирик савдо марказла-ри, парк ва истироҳат боғлари йўқлиги учун аҳоли қўшни туманларга ёки Тош-кент шаҳрига қатнашга мажбур. Лекин бу тумандаги маҳаллалар жойлашуви ва ихтисослашувидан келиб чиқиб, ўзига яраша “солиштирма устунликка” эга.

Мутахассисларнинг кузатувиغا кўра, бу туман Тошкент шаҳрига туташ ҳудудлиги ва у ердаги салоҳиятли тадбиркорлар билан кооперацияни йўлга қўйиш мумкин. Ҳозирда Қўйи Чирчиқ туманидаги 1,9 минг аҳоли пойтахтдаги корхоналарга қатнаб ишламоқда. Ваҳоланки, Тошкент шаҳри-даги тадбиркорлар саноат корхоналари-ни кўчириш ёки кенгайтириш учун ўзига яқин ҳудуддан жой изламоқда.

Ушбу тадбиркорларга жой кўрсатиб, зарур инфратузилма ва шароитларни



яратиб бериш чоралари кўрилади. Бундан ташқари, Қўйи Чирчиқ туманида балиқ-чиликка ихтисослашган 5 минг гектарга яқин қўллар мавжуд. Замонавий, интенсив балиқ етиштиришни ўзлаштириш орқали 15 минг тонна балиқ етиштириш мумкин. Бунда балиқчилик соҳасида замонавий йўналишларни ўзлаштириш юзасидан касбга тайёрлаш курслари очилиб, 300 нафардан зиёд мутахассис тайёрланади. Шунингдек, туманни балиқчилик соҳа-сини эко ва гастрономик туризм билан боғлаб ривожлантириш мақсад қилинган. Яна бир аҳамиятли жиҳат шуки, бу туман ҳудудида ташкил этилаётган янги халқаро аэропорт келгусида иқтисодий-ижтимоий ривожлантиришда катта имкониятлар ва



“Оғир” ҳудудлар ривожини йўлидаги самарали режалар

ресурсларни яратади.

Жумладан, 200 мингдан ортиқ иш ўрни, савдо ва хизмат кўрсатиш объектла-ри ташкил этилади. Бунинг учун ҳозирдан ишчи ва касбларга бўлган талабни ўрганиб, мутахассисларни тайёрлаш ишлари ташкил этилмоқда. Шу ўринда вилоятдаги камбағаллик даражаси юқори ва “оғир” маҳаллаларни ривожлантириш ҳам бо-шлангани қувонарлидир.

Масалан, жойлардаги 6 та маҳалла ишлаб чиқариш ва ҳунармандчиликка, 12 таси дехқончиликка, 4 таси чорвачиликка, 8 таси савдо ва хизмат кўрсатишга ихти-сослаштирилади. Шу билан бирга, “оғир” маҳаллаларда 300 киловатт соат қувватга эга кичик фотоэлектр-станцияларига зарур ер майдонлари ажратилиб, ишга тушири-лади. Биринчи ғуруҳ ногиронлиги бўлган ва меҳнатга лаёқатли азёси бўлмаган 95 та камбағал оилалар хонадонлари энергия самарадорлигини ошириш учун таъмир-ланиб, қуёш панели ва гелиоколлекторлар ўрнатилди.

– Таҳлилларга кўра, “чуқур” ихтисосла-шувга эга маҳаллаларда турмуш фаровон-лиги қолганларига нисбатан анча юқори, ижтимоий ёрдам олувчилар сони ҳам 2 ба-робар кам экан, – дейди Тошкент вилояти



А.МУСАЕВ,
ЎЗА мухбири.



Ёшлари илмли юртнинг келажаги нурли бўлур

Илм инсон ҳаётини мазмунли қиладиган, уни тўғри йўлга бошлайдиган энг улуғ неъматдир. Ҳар бир жамиятнинг келажаги унда вояга етаётган ёшларнинг билимли, тафаккурли ва маънавий баркамол бўлишига боғлиқ. Шу боис, ёшларни илмга ундаш фақат ота-она ёки устозларнинг эмас, балки бутун жамиятнинг бурчидир.

Ислом дини илмни жуда юксак мақомга қўйган. Қуръони каримда илм эгалари бир неча бор улуғланади. Аллоҳ таоло марҳамат қилади: “Аллоҳ сизлардан иймон келтирган-ларни ва илмга берилган зот-ларни юксак даражаларда юк-ларидида катта ютуқларга эри-шиб, жамият ривожига ҳисса қўшмоқда. Бундай ёшлар эл-нинг ифтихори, миллатнинг таянчи ҳисобланади. Ёшларни илмга ошно қилишда ота-она ва устозларнинг ўрни беқиёс. Фарзанда кичик ёшидан ки-тобга муҳаббат уйғотиш, са-вол беришга ундаш, изланишга рағбатлантириш келажақда унинг муваффақиятига асос бўлади.

Шунингдек, Аллоҳ таоло Пайғамбаримизга дуо сифа-тида қуйидагини ўргатган: “Роббим, илмимни зиёда қил”. (Тоҳа сураси, 114-оят). Бу дуо илмга интилиш инсон умри давомида тўхтамаслиги кераклигини англатади.

Пайғамбаримиз Муҳаммад соллаллоҳу алайҳи васаллам илмга ҳақиришда жуда кўп ҳа-дислар айтганлар. Жумладан: “Ким илм излаб йўлга чиқса, Аллоҳ унга жаннатга олиб борувчи йўлни осон қилади”. (Имом Муслим ривояти).

Яна бир ҳадисда шундай дейилган: “Олимнинг обиддан афзаллиги оининг бошқа юл-дузлардан афзаллигидекдир”. (Имом Термизий ривояти).

Бу ҳадислар илм нафақат шахсий камолот, балки ум-мат равнақи учун ҳам муҳим эканини кўрсатади. Бугунги ахборот тез тарқалаётган за-монда ёшлар турли ёт ғоялар, зарарли одатлар ва маънавий бўшлиқларга дуч келмоқда. Илм эса уларни бундай хатар-лардан асрайдиган энг кучли қалқондир. Илмли инсон ҳақ билан ноҳақни ажрата олади, ҳар бир ишида онгли қарор қабул қилади. Ислом тарихи-да буюк алломаларнинг ҳаёти бунинг ёрқин исботидир. Имом Бухорий ёшлигидан илм

йўлида сафар қилган, минглаб устозлардан таълим олган. Ибн Сино эса ёш вақтиёқ тиббиёт ва фалсафа соҳасида етук олим сифатида танилган. Ҳозирги кунда ҳам илмга интилаётган ёшлар фан, технология, тиб-биёт ва тадбиркорлик соҳа-ларида катта ютуқларга эри-шиб, жамият ривожига ҳисса қўшмоқда. Бундай ёшлар эл-нинг ифтихори, миллатнинг таянчи ҳисобланади. Ёшларни илмга ошно қилишда ота-она ва устозларнинг ўрни беқиёс. Фарзанда кичик ёшидан ки-тобга муҳаббат уйғотиш, са-вол беришга ундаш, изланишга рағбатлантириш келажақда унинг муваффақиятига асос бўлади.

Пайғамбаримиз соллаллоҳу алайҳи васаллам айтганлар: “Сизларнинг энг яхшиларингиз – Қуръонни ўрганган ва уни ўргатганларингиздир”. (Имом Бухорий ривояти).

Хулоса қилиб шунни айтиб ўтмоқчимиз. Ёшларни илмга тарғиб қилиш келажақка ва охиратга сармоядир. Мўъта-бар китобларда фарзанд учун тикилган сармоя энг яхши сармоядир, дейилган. Илм ин-сонни жоҳиллик зулматидан олиб чиқади, уни маънавий ва ақлий жиҳатдан юксалтиради. Қуръони карим ва ҳадиси ша-рифларда берилган кўрсатма-ларга амал қилган ҳолда, илм-ли, онгли ва комил ёш авлодни тарбиялаш ҳар биримизнинг умумий вазифамиздир. Илмга интилган ёшлар юрт равнақи ва миллат шарафининг кафо-латидир.

Муҳаммадшокир
БОБОХЎЖАЕВ,
Норин туманидаги
Умархўжа эшон жомеъ
масжиди имом хатиби.

Февралда

Эрта-индин баҳор келади-гандек,
Баҳор билан ёр келади-гандек.
Мендан безор бўлиб кетган эди у,
Энди бўлиб зор, келади-гандек.
Мағрур кетган эди, алвидо айтиб,
Соғинчдан абгор, келади-гандек.
Оринг борми десам, йўқ, дерди кулиб,
Тагин у беор келади-гандек.
Ўтолмайш ҳижрон имтиҳонидан,
Бўлиб шармисор, келади-гандек.
Феврал кўп умидлар берар кўнгилга,
Гарчи ҳали қор келади-гандек.
Баҳор ҳам, ёр ҳам ҳеч қолмоққа келмас,
Шунчаки хуштор келади-гандек.
Келиши муқаррар кетиши каби,
Яна у такрор келади-гандек.
Кўрқаман... бу гал ҳам ёр кетса ташлаб,
Бошим узра дор келади-гандек...

Гулжамол АСҚАРОВА



Эълонлар

05-02/11213 рақаами билан 1993 йил 23 майда Алимджа-нова Нафиса Абдуллаевна номига берилган хонадонга эгалик ҳуқуқини берувчи Давлат ордери йўқолганлиги муносабати билан ҳақиқий эмас, деб ҳисобланади.
07-22/1604 рақаами билан 1993 йил 15 октябрда Зимина Инна Георгиевна номига берилган хонадонга эгалик ҳуқуқини берувчи Давлат ордери йўқолганлиги муносабати билан ҳақиқий эмас, деб ҳисобланади.
06-02/11417 рақаами билан 1995 йил 3 мартда Алимо-ва Феруза Нажимовна номига берилган хонадонга эгалик ҳуқуқини берувчи Давлат ордери йўқолганлиги муносабати билан ҳақиқий эмас, деб ҳисобланади.

АНДИЖОН ВИЛОЯТИ

ОЛТИНКЎЛДА ИРРИГАЦИЯ ЛОЙИҲАЛАРИГА БАҒИШЛАНГАН СЕМИНАР

Олтинкўл туманида капитал қурилиш лойиҳалари ҳамда чет эл инвестиция маблағлари ҳисобидан амалга оширилаётган ирригация-мелиорация тадбирлари ва эксплуатация ишларига бағишланган семинар ўтказилди.

Тадбир давомида туманда амалга оширилаётган йирик инфратузилма лойиҳаларининг жорий ҳолати муҳокама қилинди. Хусусан, Олтинкўл тумани ҳуду-дидан ўтувчи «Ўлуғнор» канали-ни 2025–2026 йиллар давомида 10,7 километр масофада бетон-лаштириш режалаштирилгани қайд этилди.

Қурилиш ишларининг бош пу-дратчиси сифатида «Жалақудқ-махсусуспудрат» МЧЖ белгилан-ган. Айни кунга қадар каналнинг 9 километрида ер ишлари, 8,4 ки-лометрида эса бетонлаштириш ишлари тўлиқ бажарилган.

Объектларда қурилиш-монтаж ишлари белгиланган график асо-сида олиб борилмоқда. Хусусан, ишларга 11 дона махсус техника, жумладан, 6 та экскаватор ва 5 та



самосвал, шунингдек, 30 нафар ишчи кучи жалб этилган.

Семинар иштирокчилари томонидан амалга оширилаёт-ган ишлар сув йўқотишларини камайтириш, каналларнинг техник ҳолатини яхшилаш ва сув таъминоти барқарорлиги-

ни оширишда муҳим аҳамиятга эга экани таъкидланди. Шунинг-дек, инвестиция маблағларидан мақсадли ва самарали фойдала-ниш, қурилиш сифати устидан доимий назоратни таъминлаш масалаларига алоҳида эътибор қаратилди.

МАВСУМИЙ ЎТКИР РЕСПИРАТОР КАСАЛЛИГИДА ВИТАМИН С ЖУДА МУҲИМ

тартибда даволаш чораларини кўриши керак. Болани одамлар кўп йиғиладиган жойларга – магазин, бозор, меҳмонга бо-ришига йўл қўймаслик керак.

Бемор аксирганда ва йўталганда оғиз ва бурунни рўмолча билан ёпиши шарт. Қўлларни тез-тез совушлаб ювиш, агар бу-нинг иложи бўлмаса, антисептик геллар-дан фойдаланиш керак. Касаллик юққан-да кўпроқ суюқлик ичиш талаб этилади. Суюқлик организмни инфекцияга қарши

курашувчанлигини оширишга ёрдам бера-ди. Витамин С га бой маҳсулотларни истеъ-мол қилиш организмни ўткир респиратор инфекцияларга қарши курашувчанлиги-ни оширади, иммунитетни стимуллади. Энг кўп витамин С га бой маҳсулотлар бу наъматак дамламаси, карам, лимон, смо-родина, малина, саримсоқ пиёз ва булғор қалампирдир.

Болани об-ҳавога қараб тўғри кийин-тириш, эрталаб ва кечқурун совқотиб

қолмаслиги учун иссиқ кийинтириш, кун исиб кетган вақтда терлаб кетмаслигини ҳам таъминлаш керак. Ўткир респиратор инфекциялар тана терлаб, совуганидан кейин юзага келиши мумкин. Совуқда кўп қолиб кетиш, стресс ҳолатларда на-фас йўллари шиллик қаватларида яшовчи шартли патоген бактериялар фаоллашуви натижасида ўткир респиратор касаллиқлар юзага келади.

Биз бераётган овқатларда ҳар доим ҳам витаминлар етарли бўлмайди, шунинг учун болалар шифокори руҳсати билан витамин терапияи ҳам ўтказиш керак. Бо-лаларда тана ҳарорати кўтарилиши, бурун оқиши, ҳолсизланиш, хансираш каби бел-гиларнинг бирортаси кузатилса, дарҳол бо-лалар шифокорига мурожаат қилиш керак. Шунинг билан унутмаслик керакки, хоналар ҳарорати меъёрга бўлсин! Чунки вируслар куруқ ва иссиқ муҳитда яхши ривожла-нади, шу боис хонада вақти-вақти билан намли тозалаш ишларини олиб бориш, хо-наларни тез-тез шамоллатиб туриш керак. Соғлом овқатланиш, бадантарбия билан шўғулланиш, ўз вақтида ухлаш бизни ва болаларимизни мавсумий ўткир респира-тор касалликлардан ҳимоялайди.

Мухторжон ҚУРБОНОВ,
эпидемиологик шифокор.

Инсон соғлиғи – бу нафақат касалликларнинг йўқлиги, балки тўлиқ жисмоний, руҳий ва ижтимоий фаровонлик ҳолатидир. Замонавий дунёда тезкор ўзгараётган ҳаёт тарзи, экология ва ижтимоий босим туфайли соғлиғимизга зарар етказувчи омиллар сони тобора ортиб бормоқда. Бу омиллар инсоннинг ўз танлови ва кундалик одатлари билан боғлиқ бўлиб, соғлиққа энг катта ва бевосита таъсир кўрсатади.



Нотўғри овқатланиш
Соғлом овқатланишнинг бузилиши турли сурункали касалликларнинг асосидир.

Тўйинган ёғлар ва транс-ёғлар юрак-қон томир касалликлари (атеросклероз, гипертония) ва юрак хуружи хавфини кескин оширади. Қондаги паст зичликдаги липопротеинлар (ёмон холестерин) даражасини кўтарadi. Қанд ва оддий углеводларнинг кўплиги семириш, 2-чи тур диабет, метаболик синдром ва жигар ёғланишининг асосий сабабчиси.

Микронутриентлар етишмаслиги: мева, сабзавот ва бутун донли маҳсулотларнинг камлиги организмнинг антиоксидант ҳимоясини пасайтиради. Айниқса, Д витамини, темир ва йод танқислиги кенг тарқалган муаммолардир.

Тузни ҳаддан ташқари кўп истеъмол қилиш қон босимини оширади ва буйрак фаолиятига салбий таъсир кўрсатади.

Зарарли одатлар

Тамаки чекиш саратоннинг асосий ва олдини олиш мумкин бўлган ягона сабабчиси ҳисобланади. Нафақат ўпка, балки ошқозон ости бези, қовуқ ва оғиз бўшлиғи саратони хавфини ҳам оширади. Пассив чекиш ҳам жиддий хавф туғдиради.

Алкоголни кўп истеъмол қилиш цирроз, панкреатит, кардиомиопатия каби касалликларга олиб келади ва асаб хужайраларини зарарлайди.

Гиподинамия

Доимий ўтириш ҳолати организм учун нотабиийдир. Оқибатда, суяк тўқимасининг заифлашиши (остеопороз), сурункали бел оғриқлари ва қон айланишининг бузилишигга олиб келади. Жисмоний фаолликнинг етишмаслиги юрак ва қон томирларнинг тонусини пасайтиради.



Кузак шамоллари эса бошлади. Узоқ-узоқлардан ҳалқа солган турналарнинг товушлари эшитилади. Кўл тарафдаги улкан тутларни макон тутган лайлақлар далалар устидан айланиб учадилар, нон-туз еган жойидан рози-ризалик сўрайдиган оқи-батли кимсалардек қишлоқ осмони узра рақсга тушадилар, узун бўйниларини чўзганча галма-гал чарх урадилар. Бир кечада сарғайиб кетган ўрик, шафтоли барглари дув-дув тўкилади. Чаққон ҳақкалар дарахтларда қуш ҳақиға қолдирилган меваларни чўқиш билан овора.

...Кимга тегишлилиги номаълум ҳовлида одам тумонат. Умида кўрмаган, танимаган кимсалар шовқин солган-солган. Қай бирлари қўлларини пахса қилганча бир нималар деб қичқиради. Кимдир Ислоннинг оմборхонадаги гуручларини чор тарафга сочганча хоҳолаб кулади. Оппок, марваридек гуручлар оёқ остида тупроққа таршиқиб ётади. Танаси қулочга сиғмайдиган, қоршақайлаган чинорға пишиқ арқондан ҳалинчак солинган. Бошига оҳорли салла, этнига симобдек арқираган либос кийган Ислон одамлар орасидан ажралиб чиқиб, ҳалинчакка яқинлашади. Арқонга диққат билан разм солади-да, оҳиста ўтиради. Бошидаги ўхшовсиз қалпоғига беш қиррали юлдузча кўндирилган одамлар ва Жабборбек кўрбоши номидан келиб Исломбойдан маблағ олиб кетиб юрган ранги совуқ йиғит қутилмаганда ҳалинчакни ҳаво-лата бошлайди. У арқонга маҳкам ёпишади. Ҳалинчак янада юқорилай бошлайди. Пастда ўтирганлар кўркувдан хайқирадилар. Отаси, амакиси, онасининг товуши узоқлаша боради. Ислоннинг қулоқларига:

– Ислон-ув-в, – деган сас чалингандай бўлади.



Соғлиғимизга зарар етказувчи омиллар

Сурункали стресс

Стресс кортизол ва адреналин гормонларининг доимий равишда юқори бўлишига олиб келади. Кортизол иммун реакцияларни пасайтиради, организмни инфекцияларга ва аутоиммун касалликларга мойил қилади. Қон томирларининг доимий торайиши (спазм) гипертония ва аритмия ривожланишига ҳисса қўшади. Ошқозон яраси ва таъсирланган ичак синдроми пайдо бўлишини тезлаштиради.



Уйқунинг сурункали етишмаслиги

Катталар учун 7-9 соатлик сифатли уйқу тикланиш учун зарур.

Гормонал дисбаланс: уйқу етишмаслиги иштаҳа гормонлари (грелин ва лептин) нисбатини бузади, бу эса вазн ортишига олиб келади.

Когнитив функциялар: диққат, хотира ва қарор қабул қилиш қобилияти пасаяди.

Нейродегенерация хавфи: уйқу пайтида мия глимфатик тизим орқали токсинлардан тозаланади. Бу жараённинг бузилиши Алцгеймер касаллиги хавфини ошириши мумкин.

Ахборотнинг ҳаддан ташқари кўплиги, гаджетларга қарамлик кўз ва асаб тизимини тилиқтиради.

Экологик омиллар

Саноат чиқиндилари, автотранспорт газлари ва чанг бўлақларининг нафас олиш органларига чуқур кириб бориши натижасида, астма, бронхит, сурункали ўпка касалликлари ва ҳатто юрак-қон томир касалликлари хавфи ошади.

Оғир металллар (кўрғошин, кадмий), пестицидлар ва нитратларнинг сув ва озиқ-овқатга тушиши организмда тўпланиб, жигар, буйрак ва асаб тизимига токсик таъсир кўрсатади. Доимий 80 ДБ дан юқори шовқин нафақат эшитиш қобилиятини бузади, балки стресс гормонлари ишлаб чиқарилишини ошириш орқали билвосита қон босимини ҳам кўтарadi.

Табийй ва сунъий (масалан, рентген нурларининг ҳаддан ташқари қўплиги) ионлаштирувчи радиация хужайра ДНКсига зарар етказиб, мутация ва саратон хавфини оширади.

Биогенетик омиллар

Баъзи хавфлар инсоннинг туғма хусусиятлари билан боғлиқ. Баъзи касалликларга генетик мойиллик мавжуд. Бу омилнинг мавжудлиги ҳаёт тарзини янада қатъий назорат қилишни ва мунтазам тиббий текширувлардан ўтишни талаб қилади. Генетик мойиллик зарарли ҳаёт тарзи омиллари билан биргаликда касалликнинг тез ривожланишига олиб келиши мумкин.

Ёш ўтиши билан тўқималар табиий эскиради ва хужайраларнинг тикланиш тезлиги пасаяди. Бу, айниқса, артрит ва деменция каби ёшга боғлиқ касалликлар хавфини оширади.

Ҳимоя стратегиялари

Соғлиғимизга зарар етказувчи омилларга қарши туриш учун комплекс ёндашув зарур. Профилактика: мунтазам тиббий кўриқлар, хавф гуруҳларини аниқлаш ва касалликнинг бошланғич босқичида олдини олиш.

Турмуш тарзини ўзгартириш: овқатланиш рақдонини ўзгартириш, зарарли одатлардан воз кечиш ва жисмоний фаолликни қулниқ одатга айлантириш.

Рухий гиғиена: стрессни бошқариш, медитация, психолог билан ишлаш ва ижтимоий алоқаларни мустаҳкамлаш орқали эмоционал барқарорликка эришиш.

Экологик онглилик: имкон қадар тоза ҳудудларда бўлиш, уйда ҳаво тозалагичлардан фойдаланиш ва тоза ичимлик суви истеъмолига эътибор қаратиш.

Хуллас, соғлиғимизга зарар етказувчи омиллар кўп ва хилма-хил. Уларнинг аксарияти бир-бирига боғлиқ ва биргаликда таъсир кўрсатади. Соғлом ва узоқ умр кўриш учун бу омилларни доимий равишда таҳлил қилиб бориш ва ҳаёт тарзига онгли равишда ёндашиш муҳим аҳамиятга эга. Соғлиқ бу берилган совға эмас, балки доимий парваришни талаб қиладиган бойликдир.

Ф. ШОКИРОВА,
ТДТУ катта ўқитувчиси.

ЎЗБЕКИСТОН ШАХМАТ ТАРИХИНИ ЯНГИ ЗАРВАРАҚ БИЛАН БЕЗАТГАН ГРОССМЕЙСТЕРЛАРИМИЗ КУТИБ ОЛИНДИ

Нидерландиянинг Вейк-ан-Зее шахрида ўтказилган “Tata Steel Chess-2026” турнирида Ўзбекистон шахмат тарихини янги зарварақ билан безатган гроссмейстерларимиз Нодирбек Абдусатторов ва Жавоҳир Синдоров Ислон Каримов номидаги “Тошкент” халқаро аэропортида тантанали кутиб олинди.



Маросимда иштирок этган спорт вазири ўринбосари Ш.Маҳмудов, Ўзбекистон шахмат федерацияси раиси ўринбосари К.Синдоров, кенг жамоатчилик вакиллари, ота-оналар, оммавий ахборот воситалари ходимларилари иштирок этди.

Таъкидланганидек, ўн етти кунлик шиддатли баҳслар натижасида “Мастерс” гуруҳида 9 очко жамғарган Нодирбек Абдусатторов 88-бор ташкил этилган дунёдаги энг нуфузли турнирнинг ғолиблигига эришиши, жаҳон кубоги соҳиби Жавоҳир Синдоров 13 та турда 8,5 очко жамғариб, 2-ўринни кўлга киритиши мамлакатимиз ёшларининг тафаккури нечоғли кенг эканини кўрсатиш билан бирга, Борис Спасский, Михаил Таль, Любомир Любоевич, Жон Нанн, Анатолий Карпов, Вишванатан Ананд, Владимир Крамник, Гарри Каспаров, Магнус Карлсен сингари ўнлаб жаҳон шахматининг гигантлари қаторига Ўзбекистон номини абадулабадга муҳрлади.

Айтиш лозим, 1938 йилдан бери классик йўналишда ташкил этиб келинаётган ушбу мусобақада ўз вақтида жаҳон шахматига катта номга эга бўлган юзлаб кучлилар ғолиблик шохсупасига кўтарилган. Энди улар қаторидан мамлакатимизнинг ёш ва истеъдодли гроссмейстерлари жой олгани муваффақият йўли бардавом эканининг амалий ифодаси бўлди.

Вейк-ан-Зееда кечган баҳсларда Жавоҳир Синдоровнинг бирорта ҳам ўйинда мағлубиятга учрамагани жорий йил ўтказиладиган Даввогарлар турнирига тайёр-гарлик ишлари самарали олиб

бораётганини кўрсати.

– Муваффақиятга эришганимиздан жуда хурсандман. Бу ғалабаларимиз замирида давлатимиз томонидан биз шахматчиларга яратиб берилган шароитлар муҳассам, десам муболага бўлмайди. Олдимизда бир қатор нуфузли мусобақалар бор. Энг аввало, юртимизда ўтадиган 46-бутунжаҳон шахмат олимпиадасида муносиб натижага эришиш, – дейди Н.Абдусатторов.

– Нидерландияда ўтган йилнинг энг нуфузли турнирида дўстим Нодирбекнинг 1-ўринни эгаллаши тарихий ғалабамиз бўлди. У бунга ҳар жиҳатдан лойиқ эди. “Tata Steel Chess”дек йирик турнирда биринчи ва иккинчи ўринни эгаллашимиз ортида Ўзбекистонда биз шахматчилар учун зарур шарт-шароитлар яратиб берилиши, доимий ғамхўрлик муҳассам эканини таъкидлашим лозим, – дейди Ж.Синдоров.

Ўзбекистон шахмат федерацияси масъуларининг маълум қилишича, 3 февраль куни Тошкентга етиб келган шахматчиларимиз Нодирбек Абдусатторов ва Жавоҳир Синдоров Германияда ўтадиган “Freestyle Chess” бўйича жаҳон чемпионатида иштирок этиш учун йўл олади.

Эслатиб ўтамиз, мукофот жамғармаси 300 минг АҚШ долларидан иборат “Freestyle Chess” бўйича жаҳон чемпионати 14-15 февраль кунлари бўлиб ўтди.

Чемпионатда ҳамюртларимиз қаторида Магнус Карлсен, Левон Аронян, Фабиано Каруана, Винсент Клеймер, Аржун Эргайс, Ханс Ниманн ғолиблик учун кураш олиб боради.

Тўлқин РЎЗИЕВ,
ЎЗА муҳбири

САВОБ ИЛИНҶИ



Ислон карвонсаройларда кўрган-кечирганларни, нўғой муаллимлар билан кечган суҳбатларни айтиб берди. Аммо унинг кўзлари тубидаги ҳасрат қўланқасини Алимардон сезди.

Нихоят Ислон:

– Ота, бир маслаҳатли ишим бориди, – деди эзилган товущда.

Ичи тошиб турган Алимардон ялт этиб унга қаради. Ҳамманинг нигоҳида савол чарх урарди. Бобомурод саркор:

– Айтағай, улим, нима ишакан? – деди танг-ланиб.

Ислон ерга бир қараб олиб:

– Ота, худога шуқур, берганига шуқур, – деди тушқун товущда. – Некин худонинг ҳақиши экан-да, мени улдан қисди.

Бобомурод чавандоз ўғлининг товуши тиграганидан таъсирланса-да, бошини бир тўлғаб:

– Э, ундай демай. Худойга хуш кемайди. Ҳали белинг тўла бачча, – деди кўл силтаб.

Ислон яна чайналди:

– Шундайқуя, некин мен элдинг ошини кўп жедим, – деди ерга қараганча. – Ота, битта ормоним бориди.

Норбуви момо унга ялт этиб қараб:

– Вой, жонингдан ойланай, болам. Қондай ормон, деди жавдираб.

Ислон дастурхоннинг попуғини ўйнаб бир муддат жим қолди. Сўнг:

– Менам ул тўй қисам, дейман, – деди нафаси ичига тушиб. – Алмардан жўқ демаса...

Алимардон чаққонлик билан чордонасини бузиб, қайтадан ўтириб олди:

– Айтинг ака, жетса молим, жетмаса жоним, – деди қўлини кўксига қўйиб.

Ислон хитойи шопиёлани ўзи сезмай қаттиқ қисди. Пиёла тўртга бўлинди. Норбуви момо бир чўчиб тушди.

– Омон билан Холбойди мен чупрон тўй қип берай. Алмардан, шунга изн бер, – деди у қизариб. – Элға, жетимларга ош берай, қарри-қартандан дуо олай.

Алимардоннинг чехраси чарақлаб кетди.

– Шума ормонингиз, ака, деди қўзлари катталашиб. – Ота?

Бобомурод чавандоз маъқул дегандек бош ирғади. Буну қизларнинг дегани:

– Бўлди, ака, тўйди бошлайвиринг, – деди юраги ҳаприқиб.

Отилиб ўрнидан турган Ислон чўк тушганча Алимардоннинг елкасидан қучоқлаб олди:

– Ойноной, борингга шуқур, ойноной, – деди кўнгли бузилиб. Сўнг бирдан деди: – Бу гапга

Айимгул келин нима деяркан?

Бобомурод чавандоз синовчан назари билан ака-укага тикилиб қолди. Алимардон гапни чўрт кесди:

– Унинг нима иши бор эркакларди габи минан? – Сўнг қўшиб қўйди: – Отамга маъқулма, бўлди. Тўйди бошланг, ака.

Ота томоғини маъноли қирди. Ўғиллар дарҳол унга қарашди.

– Ислон, болам, тўй қисанг ойлоной сеннан. Некин бу ёғи қандай бўлаяқон?

Норбуви момо гапнинг нишабини англолмай турганда ўғиллар отасининг нима демокчилигини тушунди.

– Ота, жонги ҳукумат нима деган бўса – бердим. Катта-катта солиқ солди – тўлаяппан. Тўй қисам бировга залалим тиймайди-ку? – деди Ислон қизариниб.

– Шундайқуя, некин зомон буйтиб қолтис бўп турганда қандай бўлаякан, дейманда, – деди Бобомурод саркор.

– Тўй қилиш гунамас-ку, – деди Ислон руҳсизгина.

Алимардон бир отасига, бир акасига қаради:

– Ота, акам тўй қиса қилағайсин. Желкасида ойили борлар кеса, ҳаммамиз кўбайишиб қилдик, деймиз.

Бу гапдан чехраларида билинар-билинмас хотиржамлик акс этди. Норбуви момонинг кўзларига ёш қуйилиб келди.

Орадан ўн кунча ўтиб тўй бошланди. Эртаси эрталаб болалар суннат қилинди.

Гулжаҳон МАРДОНОВА,
Ўзбекистон Ёзувчилар уюшмаси аъзоси.

Qishloq hayoti

МУАССИСЛАР:
Ўзбекистон Республикаси
Вазирлар Маҳкамаси комплекс
таркибидаги ҳамда бошқа дахлдор
вазирлик ва идоралар.

Бош муҳаррир:
**Чори
ЛАТИПОВ**

ТАҲРИР ҲАЙЪАТИ:
Иброҳим АБДУРАҲМОНОВ,
Шавкат ҲАМРОЕВ,
Нарзулло ОБЛОМУРОДОВ,
Эшмирза АБДУАЛИМОВ,
Ҳабиб ТЕМИРОВ,
Рамикул СУЯРОВ
(бош муҳаррир ўринбосари).

Ўзбекистон Матбуот ва ахборот агентлиги томонидан 2009 йил 13 февралда № 0020-рақам билан рўйхатдан ўтказилган.
Ҳажми 2 босма табоқ. Офсет усулида босилди, қозғоч бичими А-2.
Нашр индекси – 144. Буюртма Г-217. 1910 нускада чоп этилди. Газета тахририят компьютер марказида терилди ва саҳифалланди.
Тахририят манзили: Тошкент вилояти Қиёрай тумани, Университет кўчаси, 2-уй. **Телефонлар:** +998 77-080-43-70, +998 99-050-69-45.
Реклама ва эълонлар – (998 90) 317-19-16. **E-mail:** infoqishloqhayoti@mail.ru Баҳооси келишилган нарҳда.
Саҳифаловчи-дизайнер: М.ЮСУПОВ
Газета “Шарқ” нашриёт-матбаа акциядорлик компанияси босмахонасида босилди.
Босмахона манзили: “Буюқ Турон” кўчаси, 41-уй. 1 2 3 4 5 6

ISSN 2010-7021



Босишга топшириш вақти: 21.00
Босишга топширилди: 20.50