QOY ƏDALƏT ZƏFƏR ÇALSIN!

"SƏS" qəzeti mənim üçün ən əziz qəzetdir

Böyük Qayıdış: əzəli torpaqlarda təhsil

5

№ 058 (7226)

SƏS

10 aprel 2025-ci il.
Qiymәti 60 qәpik

Yeni dünya nizamına doğru

2

Prezident İlham Əliyev: "Əfsuslar olsun ki, Ermənistanın hərəkətləri Cənubi Qafqaz regionuna inkişaf etmək imkanı yaratmayıb"

Cənubi Qafqazla bağlı
AMERİKANIN FƏRQLİ YANAŞMASI

4

Kənd təsərrüfatında fermerlərə nə dərəcədə dəstək göstərilir?

8

İstehlakçı öz hüququnu bilməyəndə...

9

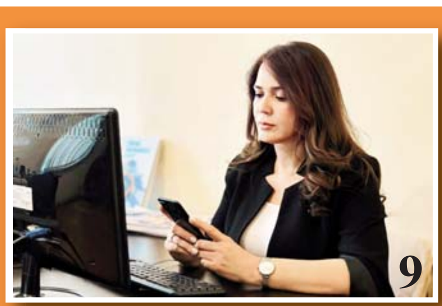
Acı dadmayan soğan

15

Molla kəbini ilə evləndikdə əmlakdan pay düşürmü?

16

Hər kəsin qardaşı, bacısı olsun



9

Yeni dünya nizamına doğru

Prezident İlham Əliyev: "Əfsuslar olsun ki, Ermənistanın hərəkətləri Cənubi Qafqaz regionuna inkişaf etmək imkanı yaratmayıb"

Azərbaycanın dinamik inkişafı, bütün sahələri əhatə edən məqsədyönlü islahatlar və əldə edilən nailiyyətlər beynəlxalq müstəvidə yüksək qiymətləndirilir. Azərbaycanın beynəlxalq qurumlarda, sadəcə, üzv dövlət kimi deyil, eyni zamanda, bir çox qərarların qəbulunda və icrasında yaxından iştirakı, ökəmizin çəkisinin göstəricisidir. Çox vacib beynəlxalq forumlara və tədbirlərə ev sahibliyi edərək, qlobal və regional sabitliyə töhfəsini verən Azərbaycan belə tədbirləri yüksək səviyyədə keçirməklə, dünyanın diqqətində olur. Sözsüz ki, bu cür tədbirlərlə xalqlar və dövlətlər arasında əməkdaşlığa xidmət edir. Bakıda ADA Universitetinin və Beynəlxalq Münasibətlərin Təhlili Mərkəzinin birgə təşkilatçılığı ilə keçirilən 7-ci ADA Siyasi Forumu da, məhz dünyada nüfuzu getdikcə artan və regionda aparıcı aktora çevrilən Azərbaycanın beynəlxalq nüfuzunu, beynəlxalq məsələlərin tənzimlənməsində mühüm rol oynadığını bir daha ortaya qoyur. Forum 44 ölkədən 80-dən çox beynəlxalq ekspert, beyin mərkəzlərinin nümayəndələrinin iştirakı ilə keçirilib. "Bir neçə

dəfə belə tədbirlər keçirilib. Müxtəlif ölkələrdən gəlmiş ekspertlər Azərbaycana səfər etdilər və qlobal gündəlikdə duran məsələləri müzakirə etdilər. Bütün bu səfərlər Azərbaycanı daha yaxşı tanımağa, ölkənin nəbzini duymağa imkan yaradır". Bu sözləri Prezident İlham Əliyev ADA Universitetində keçirilən "Yeni dünya nizamına doğru" mövzusunda beynəlxalq forumda çıxışı zamanı deyib. Dövlətimizin başçısı bildirib: "Azərbaycanın tarixi ərazilərinin azad edilməsindən sonra ekspertlərin azad edilmiş ərazilərə səfəri ölkəmizin, münaqişənin tarixi haqqında, həmçinin Azərbaycanın bugünkü reallıqları barədə daha çox məlumat verir". Əlbəttə ki, forumda "Yeni dünya nizamı" ətrafında fikir mübadiləsi aparılması yaranan çoxqütblü beynəlxalq nizamda əhəmiyyətlidir.

REGİONDA UZUNMÜDDƏTLİ ƏMƏKDAŞLIQDA AZƏRBAYCAN ƏSAS YER TUTUR

Azərbaycan Prezidenti İlham Əliyevin həyata keçirdiyi uğurlu siyasət, dünya miqyasında nüfuzlu siyasətçi imici, liderlik xüsusiyyətləridir ki, bu gün ölkəmiz böyük imicə sahibdir. Azərbaycanın artan beynəlxalq nüfuzu, beynəlxalq məsələlərin tənzimlənməsində mühüm rol oynayır. Belə ki, ölkəmiz çox vacib beynəlxalq forumlara və tədbirlərə ev sahibliyi edərək, qlobal və regional sabitliyə töhfəsini verir. Bu gün Cənubi Qafqazda yeni reallıqlar yaradan Azərbaycan əməkdaşlığa, sülh prosesinə sadiqdir. "Azərbaycan bir çox ölkələrlə strateji tərəfdaşlıq sazişləri imzalayıb. Bütün bunlar coğrafi, siyasi, iqtisadi və nəqliyyat sahələrində Mərkəzi Asiya regionu ilə və Avropa arasında ümumi yanaşmaları formalaşdırmağa imkan yaradıb", - deyən Prezident bildirib: "Regionda uzunmüddətli əməkdaşlığa gəldikdə, görə bilərsiniz ki, əgər xəritəyə baxsaq, Azərbaycan burada əsas yer tutur. Bəziləri Azərbaycanı nəinki bu prosesdən, o cümlədən ümumiyyətlə, prosesdən ayırmaq və Cənubi Qafqazda ayırıcı xətləri çəkmək cəhdi göstərir. Lakin bu, birmənalı olaraq uğursuz olacaq".

Strateji coğrafi mövqeyi sayəsində Azərbaycan Şərqlə Qərbi, Şimalla Cənubu birləşdirən əsas nəqliyyat və logistika qovşağına çevrilib. Prezident İlham Əliyevin qətiyyətli liderliyi, etibarlı siyasəti və yaradılan əlverişli biznes mühiti Azərbaycanın beynəlxalq nüfuzunun və tərəfdaş ölkələrlə əməkdaşlıq imkanlarının durmadan genişlənməsini təmin edir.

"ERMƏNİSTAN AZƏRBAYCANIN ENERJİ RESURSLARI VƏ NƏQLİYYAT MARŞRUTLARI ÜÇÜN TRANZİT ÖLKƏYƏ ÇEVRİLƏ BİLƏRDİ"

Dövlətimizin başçısı çıxışında Ermənistanın hərəkətlərinin Cənubi Qafqaz regionuna inkişaf etmək imkanı yaratmadığını bildirib: "Bizim bütün şanslarımız var idi", - deyən Prezident qeyd edib: "Bütün dağıntılara, Azərbaycan xalqının əzab-əziyyətlərinə baxmayaraq, belə bir inkişaf baş tutmadı. Cənubi Qafqaz regionu həm iqtisadi, həm də nəqliyyat marşrutları baxımından bu imkanları itirdi. Əgər biz Azərbaycan-Gürcüstan münasibətlərinə baxsaq, görə bilərik ki, enerji təhlükəsizliyi, nəqliyyat, sərmayə, siyasi dialoq - bütün bunlar üstünlük gətirir. Əslində, Ermənistan özünü bunlardan məhrum etdi, işğal və təcavüz nəticəsində o, tranzit ölkəyə çevrilə bilmədi".

Azərbaycan Ermənistanla münasibətlərin sülh yolu ilə həllinə töhfə vermək üçün ciddi alımlar atır. İkinci Qarabağ müharibəsi başa çatdıqdan sonra sülh danışıqları təşəbbüsü ilə çıxış edərək sülh yolu ilə həllin beş əsas prinsipini işləyib hazırlayıb. "Ermənistan ilə Azərbaycan arasında saziş imzalanarsa, əlbəttə ki, bu, əməkdaşlığın başlanmasından xəbər verə bilər", - deyən Prezident forumda çıxışı zamanı bildirib: "Düşünürəm ki, biz vaxtı itirməli deyilik. Çünki sülh sazişinə gəldikdə, top ermənilərin tərəfindədir və mən bunu dəfələrlə söyləmişəm". Dövlətimizin başçısı "Ermənistan Azərbaycanın enerji resursları və nəqliyyat marşrutları üçün tranzit ölkəyə çevrilə bilərdi", - deyərək diqqətə çatdırıb ki, Azərbaycandan neft, qaz və yaxud digər yüklərin daşınması Gürcüstan ərazisi ilə gedir və Ermənistan bu prosesin bir hissəsi ola bilərdi: "Bu, onların səhvidir. Onlar öz gələcək inkişaflarını səhv hesabladılar və beləliklə, özlərini iqtisadi gələcəklərindən məhrum etdilər. Bununla əlaqədar onların real müstəqilliyi əngəlləndi. Onlar "böyük bir Ermənistan" xülyası ilə yaşayırdılar".

"CƏNUBİ QAFQAZDA ARTIQ İNTEQRASİYA EDİLMİŞ BÖLGƏ ÜÇÜN HEÇ BİR MANEƏ QALMAYACAQ"

Azərbaycan regionda mühüm söz sahibi və sabitləşdirici qüvvə kimi çıxış edərək beynəlxalq əməkdaşlığın gücləndirilməsinə töhfə verir. 2020-ci ilin Vətən müharibəsində qazanılan tarixi Qələbə və ərazi bütövlüyünün bərpası ölkəmizə olan marağı daha da artırıb. Ölkəmiz qarşılıqlı faydalı əməkdaşlıq prinsipləri əsasında regionda sabitliyin və inkişafın təmin olunmasına çalışır. "Biz Ermənistandan ərazi bütövlüyümüz və onların Konstitusiyası ilə bağlı nəyi gözləyirik, bu, məlumdur. Əgər bunlar edilərsə, sülh sazişi imzalana bilər və beləliklə, Cənubi Qafqazda artıq inteqrasiya edilmiş bölgə üçün heç bir maneə qalmayacaq", - deyə Prezident forum iştirakçılarının diqqətinə çatdırıb. "Lakin realist danışsaq, bu o demək deyil ki, Ermənistanla dərhal dost olacağıq. Burada müəyyən iqtisadi inteqrasiya haqqında danışmaq tezdir. Lakin kiçik addımlarla başlayaraq etimadı qura bilərik", - deyən dövlətimizin başçısı bildirib ki, bu yaxınlarda təşəbbüslər irəli sürülüb və biz Ermənistanın mövqeyini gözləyirik.

Azərbaycan İkinci Qarabağ müharibəsi başa çatdıqdan sonra sülh danışıqları təşəbbüsü ilə çıxış edib. İki dövlət arasında münasibətlərin yaradılması üçün baza prinsiplərinə dair təklifi vasitəçilər tərəfindən Ermənistana təqdim edilib. Ölkəmiz sülh prosesinə bağlıdır və sözügedən sülh müqaviləsinin müəllifidir.

Azərbaycanın qlobal sülhə töhfə verməyə sadiq qalması təqdirəlayiqdir.

Ardı Səh. 3

Yeni dünya nizamına doğru

Prezident İlham Əliyev: "Əfsuslar olsun ki, Ermənistanın hərəkətləri Cənubi Qafqaz regionuna inkişaf etmək imkanı yaratmayıb"

Əvvəli Səh. 2

”QOŞULMAMA HƏRƏKATININ TƏSİSAT BAXIMINDAN İNKİŞAFINA DİQQƏT YETİRİRİK VƏ ONUN ÇOX NÜFUZLU BEYNƏLXALQ TƏŞKİLATA ÇEVRİLMƏSİNƏ ÇALIŞIRIQ”

Beynəlxalq aləmdə 120 ölkə arasında səmərəli əməkdaşlıq əlaqələrinin qurulmasında və inkişafında mühüm siyasi platforma olan Qoşulmama Hərəkatı Azərbaycanın sədrliyi dövründə ən uğurlu dövrünü yaşamış oldu. Ölkəmizin Qoşulmama Hərəkatına üzv olduqdan cəmi 8 il sonra ölkələrinin yekdil qərarı ilə təşkilata sədrlik etmək kimi statusa malik olması Azərbaycanın etibarlı tərəfdaş kimi mövqeyini gücləndirməsi, ikitərəfli və çoxtərəfli münasibətlərini inkişaf etdirməsi baxımından ölkəmizə mühüm dividendlər gətirir. ”Biz Qoşulmama Hərəkatına dörd il sədrlik etdik və bütün üzv dövlətlərə minnətdarıq. Bir yaxşı hekayətə imza atdıq”, - deyən dövlətimizin başçısı hərəkatda müəyyən zəifləmənin olduğu zaman Azərbaycanın ona yeni dinamika gətirdiyini, parlament platformasını yaratdığını diqqətə çatdırıb: ”O, uğurla fəaliyyət göstərir. Həmçinin gənclər platformasını təsis etdik. Bütün bunlar Azərbaycanın yaratdığı hekayətdən xəbər verir. Biz, eyni zamanda, Qoşulmama Hərəkatının təsisat baxımından inkişafına diqqət yetiririk və onun çox nüfuzlu beynəlxalq təşkilata çevrilməsinə çalışırıq”

”AVROPA KOMİSSİYASINDA ÇƏHRAYI EYNƏKLƏRİ ÇIXARMALIDIRLAR”

Azərbaycan Qoşulmama Hərəkatına sədrliyinin COVID-19 pandemiyası dövrünə təsadüf etməsinə baxmayaraq, dünya ölkələrinin əksəriyyətinin özünə qapandığı zamanda Bakı qlobal liderlik rolunu üzərinə götürdü, qlobal problemin öhdəsindən gəlmək üçün beynəlxalq həmrəyliyi və əməkdaşlığı təbliğ edən ilk dövlətlərdən oldu. Dövlətimizin başçısı qeyd edib: ”COVID zamanı biz 80-dən artıq ölkəyə maliyyə və humanitar yardım çatdırdıq. O ölkələrin əksəriyyəti Afrika qitəsində yerləşən ölkələr idi. Biz müxtəlif vasitələrlə təhsil, tibbi proqramlara dəstək veririk”. Prezident ”Yeni dünya nizamına doğru” mövzusunda beynəlxalq forumda çıxışı zamanı Avropa Komissiyasının Azərbaycana münasibətinə toxunub. Dövlətimizin başçısı bununla bağlı deyib: ”Bu gün Avropa Komissiyasında çəhrayı eynəkləri çıxarmalıdırlar, dünyaya real gözlə baxmalıdırlar, Azərbaycan kimi dövlətlərə dəyər verməlidirlər. Cənubi Qafqazı özlərinin sevimli və ya qeyri-sevimli dövlətlərinə bölməli deyillər”.

”İRANLA GENİŞ NƏQLİYYAT VƏ İQTİSADİ GÜNDƏLİYİMİZ VAR”

Suverənliyini və ərazi bütövlüyünü təmin etmiş Azərbaycanın bir çox dövlətlərlə münasibətlərinin daha da dərinləşməsi, yeni strateji səviyyəyə çatdırılması üçün böyük əhəmiyyət kəsb edən qərar, sənədlər qəbul edilib, layihələr reallaşıb ki, bu da dövlətlərarası əlaqələrin sürətlə inkişafına təkan verib. Əlbəttə ki, Azərbaycanla İran arasında münasibətlər təkcə qonşuluq bağları deyil, tarixi kök bağlılığıdır. Hər iki xalqın dili, ədəbiyyatı, adət-ənənələri və mətbəxi arasında oxşarlıqlar mövcuddur. Bu mədəni yaxınlıq ikitərəfli diplomatik əlaqələrin inkişafında mühüm rol oynamışdır. ”Biz İran Prezidentinin bu ay Azərbaycana səfər edəcəyini gözləyirik. Bu, ikitərəfli münasibətlərin və regional hadisələrin inkişafı baxımından vacib səfər olacaq”, - deyə Prezident diqqətə çatdırıb. Son aylar ərzində iki ölkənin yüksəksəviyyəli nümayəndələrinin qarşılıqlı səfərlər etdiklərini deyən dövlətimizin başçısı vurğulayıb: ”Seçki prosesi zamanı İranda baş verən proseslər bizi məmnun etdi. Biz İrandan müsbət mesajlar eşitdik. Biz bütün qonşularımızla, o cümlədən İranla yaxşı münasibətlərə malik olmaq istəyirik. İranla geniş nəqliyyat və iqtisadi gündəliyimiz var”.

Prezident İlham Əliyev beynəlxalq forumda ölkəmizin İrandakı səfirliyinə qarşı törədilmiş terror aktına da toxunub.

”Əlbəttə, biz faciəvi hadisələri unuda bilmərik”, - deyən dövlətimizin başçısı həmin hadisənin Azərbaycana qarşı mütəşəkkil şəkildə hazırlanmış terror aktı olduğuna əminliyini bildirib. Bu hadisədən iki il keçdiyini və hadisəni törədənin hələ də cəzalandırılmadığını bildirən Prezident qeyd edib: ”Ölkələrimiz arasında münasibətlərin tam şəkildə normallaşdırılması üçün həmin terrorçu və onun arxasında duranlar ədalət məhkəməsi qarşısında cavab verməlidirlər və cəzalanmalıdırlar”.

Məlumdur ki, Azərbaycan Respublikasının İran İslam Respublikasındakı səfirliyinə silahlı hücum edilmişdir və hücum edən şəxs ”Kalaşnikov” markalı avtomat silahla mühafizə postunu yararaq səfirliyin mühafizə xidmətinin rəisini qətlə yetirməklə yanaşı, daha iki mühafizəçiyə xəsarət yetirmişdir. Bununla belə, səfirliyin əməkdaşları cinayətkarı tərk-silah etməklə onun cinayət əməllərinin qarşısını almışdırlar.

”ŞİMALİ KİPRDƏKİ QARDAŞLARIMIZI ƏMİN ETMƏK İSTƏYİRƏM, BİZ HƏR ZAMAN SİZİNLƏ OLACAĞIQ”

Azərbaycan Şimali Kipr Türk Respublikasının Türk Dövlətləri Təşkilatında müşahidəçi statusu almasında fəal rol oynadığını bildirən Prezident İlham Əliyev bildirib ki, biz bu məsələni fəal şəkildə müdafiə edən ölkələrdənik. Dövlətimizin başçısı əlavə edib: ”Biz hər zaman qardaşlarımızın yanındayıq. Bizim siyasətimiz hər zaman aydın olub. Bizim bu sahədə hər hansı başqa gündəliyimiz yoxdur. Biz yalnız qardaşlarımıza necə kömək edə biləcəyimiz haqda düşünürük ki, onlar öz dövlətlərini qoruyub saxlaya bilsinlər. Onlar buna tarix və əməlləri baxımından layiqdirlər”.

Vaxtilə BMT-nin Baş katibi tərəfindən referendum elan edilən zaman Türkiyə Kiprinin birləşməyə, yunan Kiprinin nümayəndələrinin isə bunun əleyhinə səs verdiklərini xatırladan Prezident qeyd edib: ”Baxın, nə baş verdi? Yunan Kipri Avropa İttifaqına üzv qəbul olundu. Bu ədalətlidirmi? Yəni, bu, ikili standartın bariz nümunəsi idi və siyasətçilər bu haqda danışmaq istəmirlər. Yəni, onlar başlarını ağrıtmaq istəmirlər və bu haqda danışsalar, onlara başağrıdan başqa da problemlər yarana bilər. Ona görə də Şimali Kiprdəki qardaşlarımızı əmin etmək istəyirəm, biz hər zaman sizinlə olacağıq ki, ölkəniz müstəqil dövlət kimi təsis edilsin və beynəlxalq ictimaiyyət tərəfindən tanınsın”.

Paytaxtımızda keçirilən Forum qlobal miqyasda Azərbaycanın rolunu ortaya qoymuş olur. ”Yeni dünya nizamına doğru” mövzusunda keçirilən beynəlxalq Forumda dövlət başçımızın çıxışı Azərbaycanın mövqeyinin, qlobal sülhə töhfə verməyə sadiq qalmasının, eləcə də möhkəm əməkdaşlığa söykənən siyasi kursunun ifadəsidir.

Zümrüd BAYRAMOVA

Cənubi Qafqazla bağlı AMERİKANIN FƏRQLİ YANAŞMASI

Amerikanın cari il üçün Cənubi Qafqaz ölkələri ilə bağlı siyasətində dəyişikliklər artıq özünü göstərməkdədir. Artıq belə məlum olur ki, Trampın yanaşması da, mövqeyi də tamamilə fərqlidir. Xüsusən də onun yanaşmasının əvvəlki ABŞ prezidenti Baydenin yanaşmasından tamamilə fərqləndiyi göz önündədir. Bunu təsdiq edən faktlar kifayət qədərdir və bu da onu deməyə əsas verir ki, ABŞ liderinin Cənubi Qafqazla bağlı tamamilə fərqli planları var.

Amerikanın münasibətlərinin daha da yaxşılaşması qənaətində hər kəs haqlıdır və proqnozlar da nikbindir

Region ölkələrində böyük əminlik var ki, Donald Tramp məhz Cənubi Qafqazda sabitlik və əmin-amanlığın hökm sürməsində maraqlıdır. Sözsüz ki, Amerikanın Cənubi Qafqaza nəinki münasibətinin, ümumiyyətlə, baxışının belə dəyişəcəyinə, sabitliyə töhfə verəcəyinə əminlik heç də təsadüfi deyil. Ona görə ki, Ağ Evin yeni sahibinin niyyəti heç də Baydenin Cənubi Qafqaz regionunda sabitliyi pozmaq niyyəti ilə üst-üstə düşmür. Bunu dünyanın bir çox siyasətçiləri ilə yanaşı, elə amerikalılar özləri də etiraf edirlər. Xüsusən də, bölgəmizdə əmin-amanlığın olmasında rəsmi Vaşinqtonun hazırki mövqeyi region ölkələri ilə Amerikanın münasibətlərinin daha da yaxşılaşması qənaətində hər kəs haqlıdır və proqnozlar da nikbindir.

Artıq amerikalılar özləri də etiraf edirlər ki, bu vaxta qədər ABŞ-ın və Bayden adminstrasiyasının region ölkələrindən biri olan Gürcüstana münasibətdə mənfi rolu göz önündə olub. Əslində, belə bir etiraf olmasa belə, bunu təkzib etmək olmaz. Çünki bunu təsdiq edən faktlar kifayət qədərdir. Amma bundan sonra tamamilə fərqli bir mövqe sərgilənəcəyinə ümudlər böyükdür. Ona görə ümidlər böyükdür ki, artıq bu istiqamətdə addımlar da görünməkdədir. Açıq-aşkar şəkildə görünür ki, Tramp adminstrasiyası Amerikanın Cənubi Qafqaz ölkələrinə münasibətdə xarici siyasətlə bağlı yanaşmalarını kökündən dəyişdirməkdədir. Təbii ki, yaranan ümidlər ilk növbədə elə məhz Ağ Evin yeni sahibinin vədlərindən, ən azından bəyanatlarından və dediklərindən də yaranır. Digər tərəfdən də axı Tramp hakimiyyətinin bundan əvvəlki kimi deyil, tamamilə əksinə addımlar atacağı ilə bağlı kifayət qədər təsdiqedici məqamlar da var.

Həqiqətən də maraqlıdır ki, görəsən, Amerikanın yeni seçilən prezidenti Donald Trampın rəhbərlik etdiyi dövrdə, xüsusən də 2025-ci ildə və sonra Amerikanın yanaşması baxımından Cənubi Qafqaz regionu üçün gözləntilər nədən ibarətdir? Cənubi Qafqazın bütün ölkələrinə bərabər və ədalətli diplomatik yanaşma prinsipinin şahidi olacağıqmı? Hər halda, Ermənistanı silahlandırmaq və onu Azərbaycandan "qisas" almağa hazırlamaqdan ibarət olan Bayden adminstrasiyası "ənənələri" 2025-ci ildə və bundan sonra bir daha olmayacaq. Eyni zamanda, Gürcüstanı daxildən parçalayıb, daxilində qarışıqlıq, xaos yaradıb, dövlət çevrilişinə sürükləyərək, ölkəni dağıtmaq üçün olan planlar daha ortaya atılmayacaq. Bir sözlə, Amerikanın münasibətlərinin daha da yaxşılaşması qənaəti var və proqnozlar da nikbindir.

Cənubi Qafqazda sabitliyin pozulması üçün heç bir cəhd etməyəcəyinə əminlik var

Bayden adminstrasiyanın keçmiş fəaliyyətini təhlil edən dünyanın bir çox siyasətçiləri, analitikləri, ekspertləri belə Tramp adminstrasiyasının Cənubi Qafqazla bağlı fərqli yanaşma sərgiləyəcəyi qənaətində olduqlarını qətiyyən gizlətmirlər, açıq şəkildə bildirirlər. Bu siyasətçilər, analitiklər, ekspertlər arasında amerikalılar da kifayət qədərdi. Diqqətə çatdıraq ki, "The Washington Outsider" qəzetinin baş redaktoru İrina Tsukerman kimi bir amerikalı analitikin, geosiyasət və təhlükəsizlik sahəsində ekspertin, Tramp adminstrasiyasının prioritet olaraq, milli təhlükəsizlik və ABŞ maraqları üçün ən böyük iqtisadu təhlükə hesab edilən məsələlərə diqqət edəcəyini bildirməsi təsadüfi deyil. Ona görə ki, bütün dünyada müşahidə edilən antidemokratik əməliyyatlarda Baydenin ətrafının iştirak etməsinin əksi olaraq, Tramp adminstrasiyası bütün bunlara qətiyyən yol verməyəcəyi artıq özünü göstərir. "Tbilisi hər hansı çevriliş üçün bundan sonra məkan sayıla bilməz", deyə bəyan edən "The Washington Outsider" qəzetinin baş redaktoru Cənubi Qafqaz üçün hansısa dövlət çevrilişi cəhdlərinin təkrarlanmayacağı barədə qənaətini də bildirir.

Sözügedən nəşrin baş redaktoru İrina Tsukermanın sözlərinə görə, regionda sabitliyin pozulmasına hərhansı bir cəhd olunmayacaq və Azərbaycanla münasibətlər də bundan əvvəlki kimi, yəni, Trampın əvvəlki hakimiyyəti dövründə olduğu kimi davam edəcək. "Tramp Cənubi Qafqazda sabitliyi hər hansı şəkildə pozmağa çətin ki, cəhd etsin. Amerikanın iqtisadi imkanlardan yararlanmaq və ABŞ iqtisadiyyatının imkanlarını gücləndirmək onun xeyrinədir və bunun üçün də, qeyd olunduğu kimi, rəsmi Vaşinqton bundan sonra milli təhlükəsizlik və ABŞ maraqları üçün ən böyük iqtisadi təhlükə hesab edilən məsələlərə diqqət edəcək. Təbii ki, Trampın Azərbaycanla bundan əvvəl müsbət münasibətləri olub və rəsmi Bakının işlərinə qarışmaması təcrübəsi də danılmazdır.

Doğrudur, etiraf edilməlidir ki, Trampın bundan əvvəlki dəfə Amerikaya rəhbərlik etdiyi dövrdə məhz öz ərazilərini qaytarmaq məsələsində Azərbaycana ABŞ heç də kömək etməyib. Lakin onu da nəzərə almaq lazımdır ki, separatçılara federal səviyyədə kömək də edilməyib. Deməli, Tramp adminstrasiyası heç əvvəlki dövrdə də erməni separatçılarına dəstək olmayıbsa, indi bunu gözləmək ermənilər üçün axmaqlıq olardı. Yəni, bundan sonra hansısa bir dəstək mümkün deyil. Bir sözlə, məhz İrina Tsukermanın timsalında amerikalıların özləri belə Trampın Baydendən tamamilə fərqli yanaşma sərgiləyəcəyinə, xüsusən də Cənubi Qafqazda sabitliyin pozulması üçün heç bir cəhd etməyəcəyinə əmindirlər.

Bölgəyə hansısa təzyiqin aradan qaldırılacağı kimi bir proqnoz və gözləntilər tamamilə məntiqidir

Yaxşı bilirik ki, bəzi "qaranlıq mövqe sərgiləyənlər" regionumuza, Cənubi Qafqaz regionuna bu vaxta qədər heç də xoş niyyətlə yanaşmayıblar. Məsələn, USAİD kimi bir təşkilatın hansı niyyətlərinin olduğu çoxdan bizə məlum idi. Məhz həmin təşkilatın Cənubi Qafqazda siyasi təzyiqə hesablanan fəaliyyəti də bəllidir. Elə region ölkələri də bununla bağlı eyni qənaətdə olublar, baxmayaraq ki, Azərbaycandan fərqli olaraq, həmin təşkilatın fəaliyyəti onlar üçün təsirsiz ötüşməyib. Yaxud da, LGBT kimi bir "uyğunsuzluğun" regionumuza yad olması da hər kəsə bəllidir və Cənubi Qafqaz ölkələrinin "bundan" uzaq olmaq istəyi də başadüşüləndir. Nümunə olaraq adları çəkilən təşkilatlar indi artıq Trampın və onun adminstrasiyasının hədəfinə çevriliblər və buna görə də daha onlarla bağlı narahatlığa belə dəymәz.

Bilirik ki, istər USAİD, istərsə də LGBT ilə bağlı Donald Trampın mövqeyi olduqca sərtdir. Ağ Evin yeni sahibi onların heç birini görmək belə istəmir. Ümumiyyətlə, onlarla bağlı Trampın sərt tədbirləri haqqında da məlumatlıyıq. Ələlxüsus da USAİD məsələsi ilə əlaqədar olaraq atılan addımlar, təşkilatın ləğv edilməsi məsələsi onu deməyə əsas verir ki, bundan sonra yeni-yeni sanksiyaların tətbiq edilməsi, "sanksiya dalğası" yaradılması kimi region ölkələrinin daxili işlərinə qarışmaq məqsədli hansısa cəhdlər heç də ağlasığan deyil. Əgər Cənubi Qafqaz ölkələrinə burun soxan həmin o qaranlıq fəaliyyət sərgiləyən təşkilatları Tramp məhz ləğv edirsə, deməli, bölgəyə hansısa təzyiqin aradan qaldırılacağı kimi proqnoz və gözləntilər tamamilə məntiqidir.

Amerikanın Cənubi Qafqazla, eləcə də ölkəmizlə bağlı bundan sonra ədalətli addımlar atacağı və ədalətli mövqe sərgiləyəcəyi gözlənilәndir

ABŞ-da respublikaçı Donald Trampın yenidən prezident seçilməsi əslində, bütün dünya ictimaiyyəti üçün bir sıra böyük ümidlər yaradıb. Ağ Evin yeni liderinin məhz Baydenin, onun administrasiyasının kobud səhvlərini təkrarlamayacağını onun seçki kampaniyası zamanı verdiyi bəyanatlar belə təsdiq edir. Elə buna görə də istər Cənubi Qafqazın digər ölkələri, istərsə də Azərbaycanla Amerika Birləşmiş Ştatlarının münasibətlərində artıq yeni səhifənin açılacağını cəsarətlə söyləmək olar. ABŞ-Azərbaycan münasibətlərinin uzun tarixinin olmasını, müstəqillik əldə etdikdən bu vaxta qədər Bakının Vaşinqtonla əlaqələr qurmasını, ötən illər ərzində Birləşmiş Ştatlarla bir çox mühüm sahələrdə sıx əməkdaşlıq edilməsini, təhlükəsizlik məsələsində, terrorla mübarizədə, enerji məsələlərində Azərbaycanın öz töhfələrini verməsini Co Bayden adminstrasiyasının bir növ görməzdən gəlməsinin nəticələrinin necə olduğunu heç şübhəsiz ki, Tramp adminstrasiyası çox yaxşı görür. Ona görə də bunun təkrarlanacağı qənaətində deyilik. Belə başa düşürük ki, Donald Trampın yenidən hakimiyyətə qayıtması fonunda məhz 2025-ci ildən başlayaraq ABŞ-Azərbaycan münasibətləri müsbət istiqamətdə öz dəyişiklikləri ilə diqqəti cəlb edəcək. Təkcə Azərbaycanla deyil, bütövlükdə Cənubi Qafqazla bağlı Amerikanın çox düzgün, ədalətli addımlar atacağına, doğru yanaşma, haqlı mövqe sərgiləyəcəyinə əminlik var. Əminik ki, Cənubi Qafqazla bağlı ABŞ-ın mövqeyi və 2025-ci ilin gözləntiləri region ölkələrini və vətəndaşlarını qane edəcək.

İnam Hacıyev

Böyük Qayıdış: əzəli torpaqlarda təhsil

Otuz ilə yaxın davam edən işğal dövründə xarabalığa çevrilmiş Qarabağ və Şərqi Zəngəzur bu gün özünün yeni inkişaf dövrünü yaşayır. 44 günlük Vətən müharibəsində qazanılan Zəfərimizdən sonra işğaldan azad edilmiş torpaqların yenidən qurulamasına başlanıldı. Keçmiş məcburi köçkünlərin doğma torpaqlarına qayıtması, orada layiqli şəkildə yaşaması üçün genişmiqyaslı abadlıq-quruculuq işlərinə start verildi. Böyük Qayıdış proqramı çərçivəsində Qarabağ və Şərqi Zəngəzurda şəhər və kəndlər yenidən tikilir, infrastruktur layihələri icra olunur. Görülən işlər yurd həsrəti ilə yaşamış keçmiş məcburi köçkünlərin rahat və firavan həyatına işıq saçır. Genişmiqyaslı tikinti-quruculuq işlərinin həyata keçirilməsi, şəhər və kəndlərin yenidən qurulması, icrası, istehsal və digər iqtisadi obyektlərin yaradılması keçmiş məcburi köçkünlərin Qarabağ və Şərqi Zəngəzura qayıdışına istiqamətlənib.

Ermənistanın Azərbaycana qarşı təcavüzü nəticəsində işğal edilmiş ərazilərimiz dağıdılmış, tarixi dini mədəniyyət ocaqlarımız xarabazarlığa çevrilmişdir. İşğal altında yerləşən yaşayış evləri, təhsil, sənaye və kənd təsərrüfatı obyektləri ilə yanaşı, yüzlərlə mədəniyyət müəssisəsi, o cümlədən 4,6 milyon kitab fondu olan 927 kitabxana, 808 mədəniyyət sarayı, klub və mədəniyyət evi, 85 musiqi və rəssamlıq məktəbi, 100 mindən artıq eksponatın toplandığı 22 muzey və muzey filialı, 4 rəsm qalereyası, 4 teatr müəssisəsi, 2 konsert müəssisəsi, 8 mədəniyyət və istirahət parkı, Qarabağ münaqişəsinə qədər dövlət qeydiyyatına alınan 700-dən artıq tarix və mədəniyyət abidəsi erməni vandalizminin qurbanına çevrilib. Bu gün 30 ilə yaxın işğal altında olan torpaqlarımızda abadlıq-quruculuq işləri vüsət alıb.

ON MİNDƏN ÇOX KEÇMİŞ MƏCBURİ KÖÇKÜN ƏZƏLİ YURD YERLƏRİNDƏ

Şərqi Zəngəzura və Qarabağa Böyük Qayıdış mərhələli şəkildə həyata keçirilir. Böyük Qayıdış Proqramına uyğun olaraq, 2022-ci ilin iyul ayında Zəngilanın Ağalı kəndinə başlanan köç prosesi hazırda azad olunmuş digər ərazilərdə uğurla davam edir. Zəngilanın Ağalı kəndi ilə yanaşı, Ağdərə rayonunun Talış kəndində, Füzuli şəhərində, Şuşa şəhərində, Laçın şəhərində və rayonun Sus, Zabux kəndlərində, Cəbrayıl şəhərində, Xocalı şəhərində və rayonun Ballıca kəndində on mindən çox keçmiş məcburi köçkün evlərlə təmin edilib. Yolların yenidən qurulması "Azərbaycan Respublikasının işğaldan azad edilmiş ərazilərinə Böyük Qayıdışa dair I Dövlət Proqramı"na uyğun olaraq, icra edilən layihələrin sayı 44, ümumi uzunluğu isə 3040.1 kilometr təşkil edir. Bunlardan 6 avtomobil yolunun tikintisi işləri ötən illərdə başa çatdırılıb. Tikintisi davam edən 38 layihənin isə 2025-2026-cı illərdə başa çatdırılması nəzərdə tutulub. Qarabağ və Şərqi Zəngəzurda reallaşan infrastruktur layihələri arasında hava yolları da müstəsna əhəmiyyət daşıyır. Artıq Füzuli və Zəngilan Beynəlxalq Hava Limanları tikilərək istifadəyə verilib. Laçın Beynəlxalq Hava Limanının bu il istifadəyə verilməsi nəzərdə tutulub. İşğaldan azad olunmuş ərazilərdə tikilən hava limanları bölgənin əhəmiyyətini artırmaqla yanaşı, gələcəkdə turizm potensialının artmasına da imkan yaradacaq.

FÜZULİ VƏ AĞDAM RAYONLARINDA BEŞ MƏKTƏB İNŞA OLUNUR

Hazırda qarşıda dayanan ən mühüm vəzifələrdən biri də işğaldan azad olunan ərazilərdə təhsil ocaqlarının tikintisidir. işğaldan azad edilmiş ərazilərdə təhsilin inkişafı ilə bağlı tədbirlər xüsusi əhəmiyyət kəsb edir. Hazırda Füzuli və Ağdam rayonlarında beş məktəb və uşaq bağçası inşa olunur.

Təhsilin keyfiyyətinin yüksəldilməsi, məktəb infrastrukturunun inkişafı istiqamətində ardıcıl olaraq tədbirlər də keçirilir. Təhsilin inkişafı ilə bağlı qarşıya qoyulmuş hədəflərdən olan yeni ümumtəhsil məktəblərinin tikintisi ilə bağlı işər görülüb və davam etdirilir. Azərbaycan dövlətinin Qarabağda və Şərqi Zəngəzurda həyata keçirdiyi bərpa və yenidənqurma prosesi çərçivəsində müasir, innovasiyalara əsaslanan təhsil ocaqlarının qurulmasına xüsusi diqqət ayrılır. Şuşadakı 1 saylı orta məktəb bunun daha bir əyani təsdiqidir. Müasir tələblərə cavab verən yeni təhsil müəssisəsi Şuşanın bərpa səviyyəsi ilə uzlaşmaqla yanaşı, Böyük Qayıdış Proqramı çərçivəsində şəhərə qayıdan şagirdlərin ən qabaqcıl standartlara uyğun təhsil almasına töhfədir. 960 şagird yerlik üçmərtəbəli bina beş blokdan ibarətdir. Burada hər biri 24 nəfərlik 40 sinif otağı, 2 fizika, 2 kimya, 2 biologiya, 2 texnologiya, 2 informatika otağı, STEAM mərkəzi, kitabxana, oxu zalı, gənclərin ibtidai hərbi hazırlığı, rəssamlıq və musiqi kabinetləri, yeməkxana, akt və idman zalları, tibb, müayinə və inzibati heyət üçün iş otaqları var.

QARABAĞDA MÖVCUD OLMUŞ ALİ TƏHSİL ƏNƏNƏLƏRİNİN BƏRPASI

Bildiyimiz kimi, Prezident İlham Əliyevin "Qarabağ Universitetinin yaradılması haqqında" Sərəncamına əsasən, Xankəndi şəhərində yerləşən ali təhsil müəssisəsinin əsasında Azərbaycan Respublikası Elm və Təhsil Nazirliyinin tabeliyində "Qarabağ Universiteti" publik hüquqi şəxs yaradıldı. Qarabağ regionunda ali təhsil ənənəsi tarixən mövcud olub. Burada ilk ali təhsil ocağı 1969-cu ildə Azərbaycan Pedaqoji İnstitutunun filialı kimi qurulub, 1973-cü ildən 1988-ci ilədək ali təhsil müəssisəsi kimi fəaliyyət göstərib, ərazilərimizin işğalı dövründə isə fəaliyyətini dayandırıb. İşğaldan azad edilmiş ərazilərin iqtisadi potensialı, aparılan bərpa-quruculuq işləri, eləcə də əmək bazarının tələbləri regionda yüksəkixtisaslı kadrların hazırlığını həyata keçirən ali təhsil müəssisəsinin təşkili zərurətini meydana çıxarmış oldu. Möhtərəm Prezidentimiz tərəfindən yaradılan Qarabağ Universiteti işğaldan azad olunmuş ərazilərimizdə fəaliyyətə başlayan ilk ali təhsil ocağımızdır. Bu universitet doğma Qarabağda tarixən mövcud olmuş ali təhsil ənənələrinin bərpasını həyata keçirir.

Prezident İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə Azərbaycan dövlətinin işğaldan azad olunmuş ərazilərdə həyata keçirdiyi bərpa və yenidənqurma prosesi çərçivəsində müasir, innovasiyalara əsaslanan təhsil ocaqlarının yaradılmasına xüsusi diqqət göstərilir. Hazırda inşası davam etdirilən Ağdam şəhər 1 nömrəli tam orta məktəb bunun daha bir nümunəsidir. Bu orta təhsil müəssisəsi Böyük Qayıdış Proqramı çərçivəsində şəhərə qayıdacaq şagirdlərin müasir standartlara uyğun təhsil almalarına xidmət edəcək. Ümumi tikinti sahəsi 4300 kvadratmetrdən çox olan yeni məktəb binası üç mərtəbədən ibarətdir. Təməli 2021-ci ilin mayında qoyulan məktəb 960 şagird yerlikdir. Burada kitabxana, muzey, iki yeməkxana, fənn kabinetləri ilə yanaşı, fizika, kimya, biologiya laboratoriyaları, akt və idman zalları, həmçinin 8 STEAM otağı olacaq. Məktəbin tikintisinin 2025-ci ildə başa çatdırılması nəzərdə tutulur.

CƏBRAYILDA QAYNAR TƏHSİL HƏYATI

Cəbrayıl şəhəri Mehdi Mehdizadə adına 960 şagird yerlik tam orta məktəb də artıq şagirdlərini qoynuna alıb. Ərazisi 2,7 hektar olan məktəbdə 40 sinif otağı və 5 inzibati otaq var. Şagirdlərin yüksək səviyyədə təhsil almaları üçün sinif otaqları zəruri dərs vəsaitləri ilə təchiz edilib. Təhsil ocağında, həmçinin kimya, fizika, biologiya laboratoriyaları, texnologiya və informatika otaqları, 4 STEAM otağı, çağırışaqədərki hazırlıq kabineti, kitabxana, akt və idman zalları, yeməkxana yaradılıb. Məktəbdə internet, mebel-inventar və digər zəruri avadanlıqlar müasir tələblər səviyyəsindədir. Təhsil ocağının həyətində abadlıq işləri görülüb, futbol, basketbol, voleybol və açıq oyun meydançaları inşa olunub. 1876-cı ildən fəaliyyətə başlayan məktəb Ermənistanın işğalı nəticəsində viran edilmiş olsa da, artıq yenidən qurularaq qaynar həyatına qədəm qoyub.

İşğaldan azad olunan ərazilərimizdə tikilən məktəblər sırasında olan Özbəkistan Prezidenti Şavkat Mirziyoyev tərəfindən özbək xalqı adından hədiyyə olaraq Füzulidə inşa edilən 960 şagird yerlik məktəbi də qeyd etməliyik. Üç hektar ərazidə inşa edilən məktəb binası iki mərtəbə və zirzəmidən ibarətdir. Məktəbdə 40 sinif otağı, 6 laboratoriya, 2 informatika otağı, 5 funksional tədris otağı, akt zalı, idman zalı, yeməkxana, kitabxana yaradılıb. Məktəbin ərazisində futbol meydançası, istirahət və keçiriləcək tədbirlər üçün yerlər, qaçış zolaqları, nəzarət-buraxılış məntəqəsi, qazanxana, su çənləri, transformator yarımstansiyası inşa edilib. Azərbaycan Prezidenti İlham Əliyev Özbəkistanın Füzuli rayonunda böyük məktəb inşa etmək təşəbbüsünü ölkələrimiz arasında həmrəyliyin, dostluğun, qardaşlığın növbəti addımı kimi qiymətləndirib.

Yenidən həyatın qayıtdığı Şərqi Zəngəzurun daha bir yaşayış məntəqəsində - Laçının Sus kəndində uzun illərdən sonra təhsil müəssisəsi istifadəyə verilib. Böyük Qayıdış proqramı əsasında Sus kəndində 132 şagird yerlik müasir məktəb binası istifadəyə verilib.

Göründüyü kimi, Böyük Qayıdış konsepsiyasına uyğun olaraq, işğaldan azad olunan ərazilərimizdə quruculuq-abadlıq işlərinə təhsil infrastukturunun qurulmasına start verilib. Yeni qurulan təhsil müəssisələri müasir standartlara uyğun fəaliyyətə başlayır.

Nəzakət ƏLƏDDİNQIZI

Belçikadan iki qərəzli qətnamə

Avropa sönmüş müharibə ocaqlarını yenidən alovlandırmaq istəyir

44 günlük müharibə regionda bütün siyasi gedişlərin, ölkələrarası münasibətlərin və iqtisadi əlaqələrin yenidən tərtib olunmasına təkan verdi. Azərbaycanın qəti və cəsarətli addımı bəzi beynəlxalq təşkilatların, hətta iri dövlətlərin siyasi gedişlərini dəyişməyə vadar etdi. Coğrafiyamızda bizə kafa tutmağa cəhd edənlər rəsmi Bakının beynəlxalq sənədlərə istinadən Ermənistanın işğalçı siyasətinə birdəfəlik son qoyması ilə zor-hədə ritorikasını dəyişməyə, Azərbaycanla münasibətlərə yenidən baxmağa məcbur oldular. Amma hər şeyin sona çatdığını demək hələ tezdir, düşmənlərimiz hələlik aldıqları zərbənin şokunu yaşamaqdadırlar. Müddət bitən kimi əvvəlki kimi olmasa da, yenə iş başında olacaqlar, bu, birmənalıdır. Çünki, Ermənistan onların quruluş verdiyi oyunun baş rolundadır.

Avropa İttifaqı və Avropa Parlamenti hər zaman Azərbaycana qarşı qərəzli mövqe nümayiş etdirib, ermənipərəst mövqedən çıxış edib. Bu qərəzli mövqe isə yalnız onların özünə ziyan gətirir. Bu gün Azərbaycanın Avropaya ehtiyacı yoxdur, əksinə, Aİ Azərbaycandan, sözün əsl mənasında, asılı vəziyyətdədir. Çünki məhz Azərbaycan Avropanın enerji təhlükəsizliyinin əsas təminatçılarındandır. Azərbaycan enerji daşıcılarının nəqli üçün əlverişli imkanlara malikdir. Asiya ölkələrindən də enerji daşıyıcıları Avropaya Azərbaycan vasitəsilə nəql olunur. Azərbaycan dünyanın bir çox ölkələri ilə sıx iqtisadi və siyasi əlaqələrə malikdir.

Vətən müharibəsindən sonra nə baş vermişdi?

İkinci Qarabağ müharibəsinədək qlombal Qərb Ermənistanı birmənalı şəkildə dəstəkləyir, Azərbaycanı erməni planı ilə razılaşmağa məcbur edirdilər. Avropalılar bunu özlərinin yaratdığı "Minsk qrupu" vasitəsilə etməyə çalışırdılar. Ən azından vaxtı uzatmaqla Azərbaycan insanını baş verənlərlə barışmağı hədəfləyirdilər. Azərbaycana qarşı müxtəlif tribunalardan hədyanlar səsləndirir, "xalqların öz müqəddaratını təyinetmə hüququ"nun digər standartlardan üstün olduğunu isbatlamaq istəyirdilər. Çalışdılar, vuruşdular, Azərbaycana qarşı minbir tələlər qurdular, sanksiyalar tətbiq etdilər, "müharibə tərəfdarı" kimi absurd ittihamlar irəli sürdülər, amma bütün bunların keçərsiz olduğunu anladılar. O vaxta qədər ki, Azərbaycan erməni qoşunlarının ərazilərimizdən çıxması tələbini dəyişdi, Ermənistanın növbəti təxribatına genişmiqyaslı hücumla cavab verdi.

Ermənistan silahlı qüvvələrinin bir-birinin ardınca kənd və qəsəbələrimizdən qovulması Qərbi silkələdi, Azərbaycana qarşı hədələr artmağa başladı, sanksiyalar bu dəfə də yada düşdü. Amma ordumuzun ildırım sürətli hücumu İrəvanda olduğu kimi, Brüseldə, Parisdə, Vaşinqtonda da şok effekti yaratdı. Avropa dövlətlərinin ayrı-ayrı qurumları Bakıya qarşı tədbirlərin görülməsini vacib hesab edərək açıq şəkildə ermənilərin yanında olduqlarını bəyan etdilər. Azərbaycanın qətiyyəti də öz sözünü deyirdi, məsələn 2020-ci ilin dekabrın ikinci ongünlüyündə Belçika parlamenti "Dağlıq Qarabağ"ın Azərbaycanın tərkib hissəsi olduğunu bir daha təsdiq etmişdi. Daha dəqiq desək, Belçika Federal Parlamentinin Nümayəndələr Palatasının xarici əlaqələr komitəsi Qarabağla bağlı qətnamə layihəsini müzakirə edib və sənəd layihəsi bir sıra düzəlişlərlə plenar iclasa tövsiyə etmişdi. Qətnamə layihəsinin komitədə qəbul edilən mətninin dekabrın 17-də Belçika Nümayəndələr Palatasının plenar iclasında səsverməyə qoyulması gözlənilirdi. Lakin ermənipərəst dairələrin canfəşanlığının nəticəsi olaraq Belçika Senatı da eyni mətni dekabrın 11-də səsverməyə çıxarmağı qərara aldı.

Qətnamə layihəsinin Senata gətirilməsinin əsas təşəbbüskarı Senatın sahələrarası məsələlər komitəsinin sədri, Belçikanın özündə də separatçılıq meyillərinin əsas daşıyıcılarından olan, islamofob və antitürk əhval-ruhiyyəli millətçi Yeni Flamand İttifaqı Partiyasının (N-VA) üzvü Mark Demesmaeker idi.

Ardı Səh. 7

Belçikadan iki qərəzli qətnamə

Avropa sönmüş müharibə ocaqlarını yenidən alovlandırmaq istəyir

Əvvəli Səh. 6

Bir faktı da xüsusi qeyd etmək lazımdır ki, Mark Demesmaeker Brüsseldəki əsas erməni lobbi təşkilatının rəhbəri Kaspar Karampetyan ilə sıx əməkdaşlıq edirdi və sonuncunun təşkilatçılığı və şəxsən müşayiəti ilə 2-19-cu ilin oktyabr ayında Azərbaycanın Ermənistan tərəfindən işğal edilmiş ərazilərinə qeyri-qanuni səfər etmişdi.

Müxtəlif erməni diaspor təşkilatları və ermənipərəst qüvvələr bu tip qətnamələr qəbul etdirməklə Ermənistanın Azərbaycan qarşısındakı son uğursuzluqlarını pərdələməyə çalışırdılar. Əslində Fransada istədiklərinə tam nail olmayan erməni lobbi təşkilatlarının Belçika parlamentindəki anti-Azərbaycan səyləri də puç oldu. Belə ki, qətnamənin ilkin layihəsində sabiq işğalçı rejimin tanınması və onun təhlükəsizliyinin təminatı üçün bu rejimlə diplomatik əlaqələrin qurulması məsələsi təklif edilirdi. Lakin Azərbaycan hökumətinin və Milli Məclisin vaxtında gördüyü tədbirlər nəticəsində bu cür absurd təkliflər qəbul edilmədi. Həmçinin qətnamə layihəsinin ilkin mətnindəki qondarma "artsax" adına bütün istinadlar çıxarıldı və Dağlıq Qarabağ anlayışı qəbul edildi. Ən mühüm məqam isə ondan ibarətdir ki, beynəlxalq hüquqa uyğun olaraq BMT Təhlükəsizlik Şurasının 822, 853, 874 və 884 nömrəli qətnamələri layihəyə daxil edildi. Başqa sözlə, ermənilərin və ermənipərəst qüvvələrin hər vəchlə qəbuluna çalışdığı sənəd Dağlıq Qarabağın Azərbaycanın tərkib hissəsi olduğunu təsdiq etdi.

Erməni lobbi təşkilatlarının qətnamə layihəsindəki müəyyən bəndləri qabardaraq "uğur" kimi təqdim etməsi cəhdlərinə baxmayaraq, əslində qondarma "artsax respublikasının" tanınması qətnaməsinin iflasa uğraması və Fransadan sonra Belçikada çox gözlənilən "dəstəyi" ala bilməməsi erməni və ermənipərəst dairələrdə, o cümlədən "artsaxın tanınmasına" dair qətnamə təkliflərini irəli sürən deputatlarda böyük narazılıq və ruh düşkünlüyü yaratdı. Əsas məqsədləri Belçika parlamentində "artsaxın tanınması" olan, lakin bu ideyanın reallaşdırılmasına nail ola bilməyən ermənilərin Fransa modelini təkrarlamaq niyyətləri puça çıxdı.

Tarix təkrarlanırmı?

Belçikadan Azərbaycana qarşı növbəti qərəzli addım atılıb. Belçika Federal Parlamentinin Nümayəndələr Palatasının xarici əlaqələr komitəsində Azərbaycanla bağlı iki qətnamə müzakirələrdən sonra qəbul edilib. Qətnamələrdən biri Azərbaycanda insan hüquqları və jurnalistlərin müdafiəsi məsələsinə, digəri isə "Dağlıq Qarabağ"dakı vəziyyət mövzusuna həsr edilib. Hər iki sənəddə ölkəmizə qarşı erməni lobbisinin sifarişi ilə hazırlanmış iddialar yer alıb. Qətnamədə bəyan edilib ki, guya Qarabağda ermənilər etnik təmizləməyə məruz qalıb. Qətnamədə başqa absurd iddialar da var.

Ermənistanın və erməni lobbisinin göstərişi ilə Qarabağdan ermənilərin kütləvi köçü Azərbaycanı etnik təmizləmədə ittiham etmək üçün yetərli deyil. Əksinə, Azərbaycan tərəfi 2020-ci ilin noyabr ayından 2023-cü ilin sentyabr ayına qədər erməniləri inandırmağa çalışdı ki, onlar konkret şərtlər daxilində Azərbaycan vətəndaşlığı ala və burada təhlükəsiz yaşaya bilərlər. Amma onlar bununla razılaşmadılar, Azərbaycan qanunları ilə yaşamaq istəmədiklərini bəyan etdilər. Bəzi ekspertlər düşünürdülər ki, Qarabağda doğulub yaşayan yeni nəsil ermənilər Ermənistana köç edəcək və onilliklər ərzində Qarabağda yaşayan köhnə nəsil Qarabağı tərk etməyəcək. Əslində Qarabağda etnik təmizləməni Ermənistan həyata keçirdi.

Avropa adətkardır

Azərbaycanın qanunverici orqanı Avropa Parlamentinin (AP) 2025-ci il martın 13-də qəbul etdiyi qətnamə ilə əlaqədar bu quruma etiraz məktubu ünvanlamışdı. Həmin etiraz məktubunda deyilirdi ki, AP-nin "Erməni girovların qanunsuz tutulması və qondarma məhkəmə prosesləri" adlı əsassız, qeyri-obyektiv və qərəzli qətnaməyə qəti etirazımızı bildiririk. Suverenlik, qanunun aliliyi və ədalət prinsiplərinin saya alınmadığı bu qətnamədə Azərbaycanın ağır cinayətlərdə iştirak etmiş şəxsləri məhkəmə qaydasında təqib etmək kimi qanuni hüququ tanınmır. Bundan əlavə, qətnamədə son otuz il ərzində mövcud olmuş tarixi şəraitə və Ermənistanın qanunsuz hərəkətləri nəticəsində Azərbaycan xalqının çəkdiyi böyük iztirablara bilərəkdən göz yumulur.

Ermənistan Azərbaycanın beynəlxalq səviyyədə tanınmış ərazilərini 30 ilə yaxın işğal altında saxlamış, dinc Azərbaycan vətəndaşlarına qarşı saysız-hesabsız müharibə cinayətləri törədib. Bu cinayətlərə etnik təmizləmə, insan hüquqlarının ciddi pozuntuları və Azərbaycanın mirasının sistemli şəkildə məhv edilməsi də daxildir. Avropa Parlamenti bu vəhşiliklər, o cümlədən Xocalı soyqırımı barəsində daim susmağa üstünlük verir. İtkin düşmüş 4 minə yaxın dinc azərbaycanlının taleyi hələ də məlum deyil, lakin selektiv və qərəzli yanaşmaya əsaslanan Avropa Parlamenti bu cinayətləri görməzdən gəlir, çünki Azərbaycana qarşı haqsız və saxta iddiaları üstün tutur.

"İlk növbədə bildirmək istəyirəm ki, Avropa İttifaqına üzv ölkələrin əksəriyyətində Azərbaycana qarşı antipatiya var və illərdir ki, bu həqiqət bizə məlumdur. Bu gün Belçikada qəbul edilən hər hansı sənəd də məhz bu münasibətlərin təzahürüdür. Biz onsuz da Avropadan Azərbaycanla bağlı müsbət qərar və ya qətnamə gözləmirik". **Bunu Səs qəzetinin baş redaktoru, siyasi ekspert Bəhruz Quliyev deyib.**

O qeyd edib ki, Belçika Federal Parlamentinin Nümayəndələr Palatasının xarici əlaqələr komitəsində Azərbaycanla bağlı qəbul olunmuş iki qətnamə də obyektivlikdən və beynəlxalq hüququn prinsiplərindən kənar, qərəzli mövqeyin məhsuludur. Hər iki sənəddə - istər insan hüquqları və jurnalistlərin guya sıxışdırılması ilə bağlı olan hissədə, istərsə də "Dağlıq Qarabağ"la bağlı bölümdə - erməni lobbisinin təsiri açıq şəkildə hiss olunur. Bu qətnamələr qətiyyən reallığı əks etdirmir və göründüyü kimi siyasi sifariş əsasında hazırlanmış sənədlərdir: "Xüsusilə, qətnamədə Qarabağda ermənilərin guya etnik təmizləməyə məruz qalması ilə bağlı irəli sürülən iddia əsassız, həqiqətdən uzaq və tarixi faktlarla ziddiyyət təşkil edir. Bəllidir ki, Azərbaycan çoxmillətli, multikultural ölkədir və bütün dövrlərdə ermənilər də daxil olmaqla müxtəlif etniklər yaşayıb. Qarabağda da yanaşma eyni formada olub. Azərbaycan dövləti dəfələrlə bəyan edib ki, ölkənin suveren ərazilərində bütün vətəndaşların hüquqları, o cümlədən etnik mənsubiyyətindən asılı olmayaraq hər kəsin təhlükəsizliyi və rifahı təmin olunacaq. Təəssüf ki, Belçika kimi bir ölkənin parlamenti obyektiv mövqe tutmaq əvəzinə, regiondakı reallıqları düzgün qiymətləndirmədən, birtərəfli, qərəzli və siyasi motivli qətnamə qəbul etməklə beynəlxalq ictimaiyyətə yanlış mesaj verir".

Siyasi ekspert qeyd edib ki, Azərbaycan dövləti öz ərazi bütövlüyünü bərpa etmiş və beynəlxalq hüquq çərçivəsində hərəkət etmişdir: "Belə sənədlər regionda sülh və sabitliyə xidmət etmir, əksinə, yeni gərginliklərin yaranmasına zəmin yaradır. Belə məsuliyyətsiz və birtərəfli qərarları qətiyyətlə pisləyirik və beynəlxalq ictimaiyyəti real faktlara əsaslanmağa, regionda sülh prosesini dəstəkləməyə çağırırıq. Sonda deyim ki, bu sənədin bizim üçün heç bir hüquqi əhəmiyyəti yoxdur, sadəcə Qərbin münasibəti və siyasi təzyiq elementi kimi baxmaq olar".

Qərb Azərbaycanı müstəqil suveren siyasətinə görə cəzalandırmaq planından hələ də əl çəkməyib. Ardıcıl olaraq Azərbaycanı necə cəzalandırmağa çalışır. Belə görünür ki, Qərb Azərbaycanla neft-qaz tərəfdaşlığında səmimi şəkildə maraqlı olmalıdır. Amma eyni zamanda, şantaj yolu ilə Bakının "qollarını burmağa" çalışırlar. Bu, Avropa üçün yaxşı heç nəyə gətirib çıxarmayacaq. Çünki o, özü də tamamilə gücsüzdür, Avropa İttifaqının suveren siyasətindən danışmağa ehtiyac yoxdur. Avropanın timsalında görürük ki, özlərinə aidiyyatı olmayan, mağara dövrünə qərq olmuş və indi bunun bəhrəsini alan ölkələrin başına nə gəlir.

Qərb regionda qaynar nöqtənin saxlanması və yenidən alovlanmasında maraqlıdır. Biz Qərblə İran arasında qarşıdurmanı, Qərblə Türkiyə arasında gərginliyi, Yaxın Şərqdə eskalasiyanı görürük. İrəvan "kollektiv Qərb" naminə regionun ən azı 3 ölkəsinə təsir aləti kimi çıxış edir. Ermənistan bunu öz milli maraqlarının zərərinə razılaşaraq edir. Ermənistan avropalı psevdomüşahidəçiləri şərti sərhədlərimizə gətirib. Xüsusi xidmət orqanlarının agentləri bütün hallarda regionda sülhə xidmət etmirlər.

V.VƏLİYEV

Kənd təsərrüfatında fermerlərə nə dərəcədə dəstək göstərilir?

Kənd təsərrüfatının inkişafı hər bir ölkənin iqtisadiyyatında strateji əhəmiyyət daşıyan sahələrdən biridir. Azərbaycanda da bu sektora xüsusi diqqət yetirilir, fermerlərin dəstəklənməsi, əkin sahələrinin genişləndirilməsi və məhsuldarlığın artırılması istiqamətində müxtəlif dövlət proqramları həyata keçirilir. Lakin tətbiq olunan güzəştlər və subsidiya mexanizmləri fermerlərin real ehtiyaclarını tam ödəyirmi? Fermerlər onlara ayrılan dəstəklərdən tam şəkildə faydalana bilirmi? SİA mövzu ilə bağlı reportaj hazırlayıb.

Vüqar Hüseynov (kənd təssarufatı Nazirliyin ictimaiyyətlə əlaqələr və informasiya təminatı şöbəsinin müdiri): "Ölkəmiz-

də kənd təssarüfatına dəstək məqsədilə həyata keçirilən dövlət dəstək mexanizmləri subsidiyalar və aqrar sığorta formasındadır. Aqrar subsidiya forması artıq neçə ildir ki , hər il bitkilər üzrə subsidiya əmsallarını müəyyənləşdirərək il ərzində fermerlərə həmin subsidiyalrın köçürülməsi təmin edir. Subsidiyalar dövlət tərəfindən fermerlərə əkin fəaliyyətini dəstəkləmək məqsədilə verilən əvəzsiz vəsaitdir. Eyni zamanda həm kənd təsərrüfatı fəaliyyətində trendləri idarə etmək üçün bir mexanizmdir. Bu baxımdan fermerlər tərəfindən aparılan əkinləri çəkilmiş xərclərin bir hissəsinin dövlət tərəfindən qarşılanması əsas dəstək mexanizmi kimi qarşımıza çıxır. İkinci bir dəstək mexanizmi dövlət tərəfindən artıq 4 ildir ki , mütəmadi olaraq tətbiq edilir və ümumilikdə kənd təsərrüfatı fəaliyyətinin dəstəklənməsi prosesində tam inteqrasiya olunubdur. Fermerlərin dövlət dəstəyi ilə, yəni 50 % sığorta haqqını dövlət ödəməklə öz sahələrini icbari qaydada sığortalanması tələb olunur".

Sahibkar Atabala Atakişiyev: "Bu gün dövlətimizin, şəxsən Prezidentimizin qayğısı

sayəsində kənd təsərrüfatının inkişafına böyük yardımlar olur. Kənd təsərrüfatında subsidiyaların, gübrə xidmətlərinin göstərilməsində, onların təşkilində çəxsən möhtərəm Prezidentimizin böyük əməyi vardır. Bu gün elə bir sistem qurulub ki, kənd sahəsi ilə mə.ğul olan. istər əkin, istərsə də heyvandarlıqla böyük problemlər olmur. Prezidentimizin qayğısından görünür ki, məsələlər həll olunur".

Sahibkar Arif Əliyev: "Prezidentimiz bizə çox köməklik edib. Bununla yanaşı müha-

ribə dövründə belə bizə dəstək olub. Biçin vaxtı məhsullarımızı vaxtında toplamaq üçün traktorlar verir. Həmçinin əkin sahələrimiz üçün subsidiyalar verir. Bütün problemlərimizi həll etmək üçün bizə yardımlar göstərilir".

Sahibkar Ələsgər Tapdıqov: "Dövlətimiz çox sağolsun ki. bizim kimi fermerlərə ciddi nəzarət edir. Əkin sahələrimiz üçün subsidiyalar verir, həmçinin kənd təsərrüfatı üçün texnikalarla təmin edir. Hətta mənə

məşğulluqdan əkin əkmək üçün parnik veriblər. Məndə ailə şəraitimi yaxşılaşdırmaq üçün bundan istifadə edirəm. Biz dövlətin verdiyi köməklərdən çox razıyıq".

Vüqar Hüseynovun sözlərinə görə, fermerlər hər hansı təbiət hadisələrinin nəticəsində dəymiş zərərin əvəzinin dövlət tərəfindən ödənilməsi imkanını əldə ediblər: "Sığorta haqları müxtəlif bölgələr üzrə müxtəlif bitkilər üzrə fərqlidir. Amma sığorta haqlarının 50% dövlət , 50 % fermer tərəfindən ödənir və ildən-ilə aqrar sığortanın tətbiq sahələridə genişlənir. Aqrar Subsidiya Şurasının qərarlarındada artıq çoxillik bitkilərlə yanaşı, artıq birillik bitkilərdə də sığorta mexanizminin tətbiqinədə iki ildir başlanılıb . Nəticə etibarı ilə dəstək mexanizimləri bütün dünyada dövlət tərəfindən kənd təsərrüfatına dəstək var. Azərbaycanda bu dəstək mexanizimlərinin bu qədər geniş olması, təxminən il ərzində 300 milyon manatdan çox subsidiyaların verilməsi, Aqrar Sığorta mexanizmi vasitəsilə illik 10 milyon manatdan çox zərər ödənişlərin edilməsi fermerləri daha rahat fəaliyyət göstərməyə, dövlətin dəstəyini arxasında hiss etməyə və nəticə etibarı ilə məhsuldarlığı artırmağa xidmət edir. Bu ilin yanvar, fevral aylarında ötən ilin anoloji dövrü ilə müqayisədə kənd təsərrüfatı məhsullarının istehsalına 100 %-ə yaxın artım vardı. Bu artımın təxminən 95 % heyvandarlığ , 5 % isə bitkiçilik məhsullarının payına düşür. Əlavə dəstək mexanizmləri fermerlərimizin kənd təsarufatı istehsal vasitələrinə çıxışın əldə olunmasıdır. Fermer hər hansı kənd təsərrüfatı texnikası alırsa bunun ilkin olaraq 20 % ödəməklə sərbəst şəkildə əldə edə bilir".

Həmçinin məsələ ilə bağlı **İqtisadiyyat, sənaye və sahibkarlıq komitəsinin üzvü, deputat Aydın Hüseynov** bildirir ki, ərzaq təhlükəsizliyi hər bir dövlət üçün, eyni zamanda, milli təhlükəsizlikdir. Ölkəmizdə ərzaq təhlükəsizliyinin təmin olunması üçün çox mühüm addımlar atılır, layihələr həyata keçirilir və dövlət proqramları mövcuddur: "Ən başlıcası isə kənd təsərrüfatının inkişaf etdirilməsi, fermerlərə güzəştli kreditlərin verilməsi kənd təsərrüfatına olan dəstəyin bir tərkib hissəsidir. Subsidiyaların verilməsində əsas meyar fermerin hansı ərazidə yerləşməsidir, yəni əkin sahəsinin hansı zonada yerləşməsi nəzərə alınır - bu, suvarılan sahədir və ya digər tərəfdən, hansı məhsulun becərildiyi. Burada əsasən üstünlük

strateji məhsullara - buğda, arpa, pambıq kimi məhsullara verilir. Bu məqsədlə, ümumən həm subsidiyaların verilməsi, həm də digər tədbirlərin həyata keçirilməsi üçün 2025-ci ilin büdcəsində 527.5 milyon manat nəzərdə tutulur. Nəzərdə tutulan bu məbləğ keçən ilin büdcəsi ilə müqayisədə 24.6 milyon manat, faiz ifadəsində isə 4.9% çoxdur".

Həmçinin millət vəkilinin sözlərinə görə, subsidiyaların verilməsi ilə yanaşı, digər məsələlər də öz həllini tapmaqdadır: "Əkin sahələrinin genişləndirilməsi, suvarma sistemlərinin daha da təkmilləşdirilməsi və eyni zamanda işğaldan azad olunmuş ərazilərimizdə mövcud olan böyük kənd təsərrüfatı potensialı da inkişaf etdirilir. Bu isə ölkə iqtisadiyyatına müsbət təsir göstərməkdədir".

Xeyrənsə Piriyeva

PROBLEM

İstehlakçı öz hüququnu bilməyəndə...

İstehlakçı, şəxsi tələbatını ödəmək məqsədilə mal, məhsul, görülən iş və xidmətlərdən istifadə edən, onları alan, sifarış verən, yaxud almaq və sifarış vermək niyyəti olan şəxsdir. İlk istehlak ittifaqı 1891-ci ildə Nyu-Yorkda yaradılıb. 15 mart 1962-ci ildə ABŞ Konqresinə təqdim edilən bəyannamədə isə, istehlakçıların sağlamlıq və təhlükəsizlik hüququ, məlumat almaq hüququ, sərbəst seçmək və bazarda ilk dəfə təmsil olunmaq hüquqlarının sadalanması ilə bu istiqamətdə ilk mühüm addım atılıb. 1985-ci ildə qəbul etdiyi qərarla Birləşmiş Millətlər Təşkilatı, Ümumdünya İstehlakçı Hüquqları Bəyannaməsini elan etdi və martın 15-ni Ümumdünya İstehlakçı Hüquqları Günü kimi qeyd etməyə qərar verdi.

İstehlakçı anlayışı, ən sadə dillə desək, heç bir kommersiya məqsədi olmadan bəzi əsas ehtiyacların ödənilməsi deməkdir. İstehlakçının müdafiəsi, istehlak prosesinin nəticəsi olaraq yaranıb. Nə qədər ki, cəmiyyət və cəmiyyətin strukturu olan insan faktoru var, istehlak prosesi və ondan irəli gələn bəzi problemlər qaçılmaz olacaq. Əsas istehlakçı hüququ həyatın təmin edilməsi üçün zəruri olan minimum ehtiyacların ödənilməsidir. Məskunlaşma, istilik təminatı, rabitə və nəqliyyat kimi hüquqlar ən əsas ehtiyaclardır. Hər bir istehlakçının minimum əsas ehtiyacları qarşılanmalıdır.

Buraya təhlükəsiz həyat sürmək, habelə sağlamlığı qorumaq baxımından zərərli təsirləri olan, yaxud sonradan yarana biləcək təhlükə və risklərdən müdafiə olunmaq hüququ daxildir. İstehlakçıya seçim etmək və müqayisə etmək imkanı verəcək ən sərfəli qiymətlərlə müxtəlif mal və xidmətlərin təqdim edilməsi, satışdan sonra istehlakçıya lazım ola biləcək hər hansı texniki dəstək və xidmətin göstərilməsi də istehlakçı hüquqlarına daxildir.

İstehlakçının mal və xidmət alarkən düzgün qərar qəbul etməsi üçün lazımi məlumatlara çıxışının təmin edilməsi, onun düzgün məlumatdan uzaq olan reklam və etiketlərdən qorunması mütləqdir. Yəni, yalançı reklamlarla istehlakçının aldadılması, səhv yönləndirilməsi, yalnış seçim etməsinə səbəb verilməsi onun hüquqlarının kobud şəkildə pozulması deməkdir. İstehlakçının öz hüquq və mənafelərini qoruya bilməsi üçün istehlakçıların maarifləndirilməsi də onun hüquqlarına daxildir.

Alınan mal və ya xidmətlərə görə istehlakçı narazı qalırsa ona dəymiş zərərin ödənilməsi və həmin mal və ya xidmətin yenidən istehlakçıya çatdırılması istehlakçının hüququdur. Buraya onların hüquqlarını qorumaq, şikayətlərini aradan qaldırmaq üçün qüvvələri birləşdirmək, bu prosesdə iqtisadi və siyasi siyasətinin nəzərə alınması və dövlət qurumlarında təmsil olunmaq hüququ da daxildir.

İstehlakçıların hüquqlarının müdafiəsi haqqında Azərbaycan Respublikasının Qanunu, istehlakçılar üçün bərabər şərait yaradılması məqsədi ilə alqı-satqı prosesində, iş görülməsində və xidmət göstərilməsində istehlakçı ilə istehsalçı, satıcı və icraçı arasında münasibətlərin eyni cür tənzimlənməsinin, istehlakçıların hüquqlarının müdafiəsinin ümumi hüquqi, iqtisadi və sosial əsaslarını, habelə əhalinin ərzaq təhlükəsizliyinin təmin edilməsinin hüquqi əsaslarını və mexanizmini müəyyənləşdirir.

Qanun BMT-nin Baş Assambleyası tərəfindən qəbul edilmiş "İstehlakçıların maraqlarını müdafiə etmək üçün rəhbər prinsiplər" əsasında işlənib və Azərbaycan Respublikasında belə münasibətlərin dünya təcrübəsinə uyğunlaşdırılmasına yönəldilib.

Azərbaycanda tez-tez istehlakçıların hüquqlarının pozulması hallarına rast gəlinir. İstehlakçıların hüquqları pozulduqda bunun 3 həll yolu var. İstehlakçı ya məhsulu aldığı yerə yaxınlaşmalı və ya həmin şirkətə məhsulla bağlı şikayət etməlidir. İkinci yol, İqtisadiyyat Nazirliyi yanında Antiinhisar Siyasəti və İstehlakçıların Hüquqlarının Müdafiəsi Dövlət Xidmətinə şikayət etmədir. Üçüncü yol isə məhkəməyə müraciət etməkdir. Lakin qeyd etmək lazımdır ki, bütün bunlar üçün sübutların olması vacibdir. Ona görə də mütləq aldığınız malların qəbzini götürün.

İstehlakçıya keyfiyyətsiz ərzaq malı satılan halda, keyfiyyətsizlik malın yararlılıq müddəti ərzində aşkar olunubsa, satıcı həmin malı keyfiyyətli mala dəyişdirməli və ya malın dəyərinin məbləğini qaytarmalıdır. İstehlakçı malın qüsurunun əvəzsiz olaraq aradan qaldırılmasını tələb edərsə, qüsur 14 gün ərzində və ya tərəflərin razılığı ilə başqa müddətdə aradan qaldırılmalıdır.

İstehlakçının tələbi ilə satıcı məişət texnikasının və nəqliyyat vasitələrinin təmir edildiyi və dəyişdirildiyi müddət üçün ona əvəzsiz olaraq evinə çatdırmaqla oxşar mal verməlidir. Satıcı istehlakçıya mal satarkən ona qəbz, mal, kassa çeki və ya digər yazılı sənəd verməlidir. Azərbaycan Respublikası ərazisində pərakəndə ticarət obyektlərində dəyişdirilməli olmayan malların siyahısı da mövcuddur. Bunlar qızıl məlumatları, qiymətli və yarımqiymətli metallar, istehsal qüsurları istisna olmaqla bütün növ parçalar, kosmetika malları, çimərlik paltarları, alt paltarları, məişət kimyası malları, diş fırçaları, daraqlar, uşaq oyuncaqları, dəyəri ödənilmiş və mağazadan çıxarılmış (yararlılıq müddəti ərzində) ərzaq malları, dırlar.

Lalə Mehralı

MƏTANƏT

Hər kəsin qardaşı, bacısı olsun

10 aprel Beynəlxalq Qardaş və Bacılar Günüdür. Elə bu gündən yola çıxaraq ailələrimizdə bacı həsrəti çəkən qardaşlardan danışmaq, bəzən öz əlimizlə pozduğumuz bioloji faktora nəzər salmaqla, bacıları qətiyyən qardaşsız qoymayan, lakin qardaşları bacısız qoyan bizlərdən söhbət açmaq istəyirəm.

Öncə vurğulayım ki, 1990-cı illərdə uşağın cinsiyyətinin bəlli olması ilə əlaqədar USM (ultrasəs müayinəsi) dəbə düşdü. Həkimlər hamilə qadınları bu müayinədən keçirməklə, qız və yaxud oğlu olacağını təyin edirdilər. Bu iş isə baxırdı həkimə. Savadlı, bacarıqlı həkim bunu düz təyin edə bilirdi. Təyin edə bilməyən həkimlərinsə "verdiyi söz" çox halda yalan çıxırdı: ana oğlan gözlədiyi halda, dünyaya qız gətirirdi. Lakin zaman-zaman bu müayinə üsulu daha da təkmilləşdirildi, həkimlər də bu sahədə peşəkarlaşdı. Beləliklə, kim hansı cinsdən uşaq dünyaya gətirmək istədisə, onu edə bildi. Bioloji tarazlıq da bununla pozulmağa başladı.

Əvvəllər ailələrdə beş bacının bir qardaşı, dörd qardaşın bir bacısı olurdu. İki oğlan-üç qız, dörd qız-iki oğlan olan ailələr vardı. Və yaxud da qardaşsız, bacısız uşaqlar da olurdu. Yəni Allahın verdiyinə insanlar tabe olurdu. Daha sonralar isə USM ilə Allaha qarşı çıxdıq və Allahın məsləhət bilmədiyini bizlər məsləhət bildik. Beləliklə, çox uşağın olmasını artıq hesab etdik.

Biz nə zaman dünyaya gətirdiyimiz qıza qardaş, qardaşa bacı verə bilirik? Məsələn, bir ailədə ard-arda iki oğlan uşağı doğulubsa, burada artıq qıza ehtiyac olmadığını düşünənlər var. Lakin bir ailədə ard-arda iki qız uşağı doğulubsa, nəyin bahasına olursa-olsun, üçüncü uşaq dünyaya gəlməlidir, bu, oğlan olmalıdır. Və yaxud da birinci uşaq oğlandırsa, artıq heç bir narahatlıq olmur, əşi, ikinci nə olur, olsun. Lakin birinci qızdırsa, ikinci hökmən oğlan olmalıdır. Bunu isə USM tənzimləyir.

USM sayəsində artıq illərdir ki, ölkəmizdə oğlanlar qızlardan çox doğulur. Bu gün doğuş göstəricilərinə görə cins nisbəti hər 100 qıza 112 oğlan təşkil edir. Göründüyü kimi, günün adı da Beynəlxalq Qardaş və Bacılar günüdür. Elə burada da qardaşın önə keçməsi heç də təsadüfi deyil. Nədənsə bütün dünya oğlanla qız arasında bir ayrı-seçkilik içərisindədir. Bunun səbəbini insan övladı hələ də anlamadan elə öz iddiasında qalmaqdadır.

Vaxtilə bəzi ölkələrdə qızların doğulması ilə yasa batmaq, onların qətlə yetirilməsi kimi hallar da olub. Qızı və yaxud oğlu olanlar arasında fərq kimi adətlər də olub. Bizdə isə həmişə öz aktuallığını qoruyan belə bir deyim var: Allah sənə şirin bir pay versin. Bu şirin pay isə oğlan övladı olub.

Bütün bu ayrı-seçkiliklərə baxmayaraq, gəlin, bacılara qardaş düşündüyümüz kimi, qardaşlara da bacı düşünək. İlkimiz, ikincimiz qızdırsa, üçüncü hamiləlikdə xəstəxana yollarında qalıb, USM-dən keçərək uşağın cinsini öyrənib oğlan olduğuna əmin olandan sonra könlümüz rahat olduğu kimi, əşi, iki oğlum var da, nə edirəm üçüncü uşağı deməyək. O qardaşlara axı bacı lazımdır.

Ümumiyyətlə, evlərimizin yaraşığı uşaqlardır. Onların hansı cinsdən olmasına baxmayaraq, uşaqlar bir dünyadır. Qaldı onların cinsini zərrəbinlə düşünən ailələrə, qoy onlar heç olmasa, oğlan-qız tarazlığını pozmasın. Beynəlxalq Qardaş və Bacılar günündə hər kəs yanında qardaşını, bacısını görə bilsin.

Qorxu və yanlışlıq fonunda REZONANS VƏ PARÇALANMA

Dünyada müşahidə edilənlər, ələlxüsus da Amerika prezidenti Donald Trampın mövqeyi hayların kürkünə birə salıb. Xüsusən də Ağ Evin yeni seçilmiş liderinin İranla bağlı nə düşündüyündən qorxuya düşən erməni cəmiyyətində narahatlıq aydın şəkildə hiss olunur. Bunun da səbəbsiz olmadığı bəllidir. Bəlli olan odur ki, haylar məhz ABŞ və İsrailin İrana "böyük hücumu" ehtimalı ilə yuxularını qarışdırıblar. Ona görə yuxularını qarışdırıblar ki, bölgədə yeganə dəstəyi ala biləcəkləri İrandan da əllərinin üzüləcəyi kimi hayların bir qorxu kompleksi var. Məhz buna görə də erməni cəmiyyətində rezonans və hətta növbəti parçalanma müşahidə edilir.

Hayların qorxu kompleksi ya həqiqətləri görmələrinə mane olur, ya da başa düşmələrinə əngəl törədir

Hazırda ermənilər düşünürlər ki, İrana mümkün hücum ehtimalı heç vaxt indiki səviyyədən yüksək olmayıb. Hayların bəziləri hətta iddia edirlər ki, ABŞ və İsrail İrana hücum etdiyi zaman elə Azərbaycan da Ermənistana hücum edəcək. Yəni, bir növ, guya bir səbəb hesab olunacaq. Sözsüz ki, olduqca absurd bir düşüncə tərzidir və heç bir məntiqə sığışmır. Çünki əvvəla, Azərbaycanın qonşu dövlətə hücum etmək kimi bir niyyəti və planı olmayıb və heç yoxdur da. Azərbaycanın öz ərazilərini işğaldan azad etməsi üçün apardığı mübarizədən, 44 günlük müharibədən, eləcə də 23 saatlıq antiterror əməliyyatlarından qorxuya düşən hayların bəzilərinin belə bir həyəcan keçirməsi anlaşılan olsa da, məntiqi deyil, ona görə ki, bizim qonşu dövlətə hücum etmək niyyətimiz heç zaman olmayıb və ölkəmiz məhz Ermənistandan fərqli olaraq, işğalçı dövlət deyil. Digər tərəfdən də, əgər Azərbaycan Ermənistana hücum etmək niyyətində olsa, bu zaman Amerikanın, yaxud da İsrailin İrana hücumunu səbəb, ya da bəhanə olaraq axtarmağa qətiyyən ehtiyacı yoxdur.

Haylar özləri də gördülər və şahidi oldular ki, təkcə İran deyil, Fransanın da Ermənistana tərəf çıxması, hər iki dövlətin rəhbərinin ermənipərəstliyi Azərbaycanın öz ədalətli mübarizəsinə zərrə qədər də təsir etmədi. Təkcə haylar deyil, bütün dünya ictimaiyyəti müşahidə etdi ki, heç bir ermənipərəst siyasətçi, yaxud, Ermənistanı dəstəkləyən heç bir ölkə Azərbaycanın öz ərazilərini işğaldan azad etməsinə maneə yarada bilmədi. Daha dəqiq desək, Azərbaycanı öz haqq işindən, öz ədalətli mübarizəsindən döndərə bilən, buna gücü çatan olmadı. Ölkəmiz öz gücü, öz qüdrəti, öz potensialı ilə qələbə qazandı və tarixi ədaləti də bərpa etdi. Bir sözlə, hər kəs gördü ki, hansısa dövlətin dəstəyi, yaxud, hansısa dövlətlərin birinin digərinə hücumu, sərt mövqeyi, hətta münasibəti belə ölkəmiz üçün qətiyyən əhəmiyyət kəsb etmir və biz öz haqq işimiz, öz ərazi bütövlüyümüz uğrunda apardığımız mübarizədə hansısa ölkəni "nəzərə alaraq", ya da hansısa dövlətin davranışlarına müvafiq olaraq addımlar atmırıq. Hər kəs gördü və əmin də oldu ki, Azərbaycan məhz beynəlxalq hüququn norma və prinsplərini rəhbər tutaraq, qanunlar çərçivəsində addım atır və bu yolda heç bir maneənin olması mümkün deyil. Sadəcə olaraq, hayların qorxu kompleksi ya bu həqiqəti görməyə mane olur, ya da başa düşmələrinə əngəl törədir. Elə məhz buna görə də erməni cəmiyyətində davamlı şəkildə rezonans və parçalanma müşahidə edilir.

Doğru yanaşma erməni cəmiyyətində rezonans yaratmaz, hayları indiki kimi qorxuya salmaz, parçalamaz, əksinə, birləşdirərdi

Əslində, son illərdə bu barədə dəfələrlə qeyd edilib ki, mövcud şəraitdə, Azərbaycanın yaratdığı yeni reallıqların fonunda həqiqətən də Ermənistan hökumətinin müstəqil bir dövlətin həyati maraqlarından çıxış etməsi ən doğru addım hesab olunur. Ermənistan hökuməti və elə bütövlükdə erməni cəmiyyəti məhz öz dövlət müstəqilliyinin itirilməsi qorxusundan, iqtisadi cəhətdən çox acınacaqlı vəziyyətdə olmasından, qonşu dövlətlərlə əlaqələrinin olmamasından, bu səbəbdən də tənəzzüldə olmasından narahat olsaydı daha məntiqli və daha doğru olardı. Sözsüz ki, belə bir doğru yanaşma da erməni cəmiyyətində rezonans yaratmaz, hayları bir araya gətirər və onları indiki kimi qorxuya salmaz, parçalamaz, əksinə, birləşdirərdi.

Heç şübhəsiz ki, hər hansı bir ölkənin hökuməti qaçılmaz bir tənəzzüllə üzləşirsə, müxtəlif istiqamətlərdə təcili tədbirlər görməlidir. Təbii ki, söhbət həmin ölkənin iqtisadi, ticari, mədəni və bir çox istiqamətlərdə əlaqələr qurmasının vacibliyindən gedir. Qorxu kompleksi əvəzinə, panikaya düşmək yerinə, daim hücum barədə düşünməkdənsə, dünyanın bir çox dövlətləri, eləcə də region ölkələri ilə normal qonşuluq siyasəti, sülh şəraitində mövcudluğunu davam etdirmək, bölgədə marginallaşmış vəziyyətdən çıxmaq, regional və qlobal layihələrə qoşularaq, tənəzzüldən yaxa qurtarmaq barədə düşünmək əlbəttə ki, faydalı olardı. Amma görünən odur ki, ermənilər ancaq hücum təhlükəsi deyə həyəcan təbili çalırlar. Yəni, ancaq qorxu kompleksi keçirirlər, öz xislətlərinə uyğun olaraq, hücum qorxusu ilə yaşayırlar və bu da erməni cəmiyyətində davamlı şəkildə rezonansın yaranmasına, ələlxüsus da, parçalanmalara səbəb olur.

Erməni cəmiyyətində rezonansın və parçalanmanın qarşısını almaq üçün sülh və regionda normal qonşuluq prinsplərinin formalaşdırılması lazımdır

Hal-hazırda erməni cəmiyyəti üçün ən zəruri kompleks tədbirlər hücum qorxusunu yaymaqdan ibarət deyil. Əksinə, sülh və region ölkələri ilə əmin-amanlıq, birgəyaşayış mühitinin qəbul edilməsini aşılamaqdır. Əgər belə bir psixoloji və ideoloji iş aparılmasa, erməni cəmiyyətində hər zaman rezonans və parçalanma olacaq. Erməni siyasətçiləri məhz erməni xalqının birliyini istəyirlərsə, erməni cəmiyyətində müşahidə edilən çaxnaşmaların qarşısının almaq fikrindədirlərsə, mütləq şəkildə sülh şəraitinin yaradılmasına, regionda normal qonşuluq prinsplərinin formalaşdırılmasına cəhd etməli və erməni cəmiyyətini də buna hazırlamalıdırlar.

Maraqlıdır, görəsən, bu vaxta qədər məhz bu istiqamətdə Paşinyan hökuməti nə edib və indi nə edir? Sülh şəraiti və normal qonşuluq prinsplərinin formalaşdırılması istiqamətində hansı addımları atıb və erməni cəmiyyətini buna hazırlamaq yolunda nəyə nail olub? Ümumiyyətlə, belə bir niyyət varmı, yoxsa, Nikol Vovayeviç hələ də öz hakimiyyət kürsüsünü itirməmək niyyəti və müxalifətin təzyiqindən qorunmaq məqsədi ilə ancaq daxili auditoriyaya hesablanan çıxışlarla məşğuldur? Belə görünür ki, o, həqiqətən də elə bununla məşğuldur, əks halda, sülh sazişi çoxdan bağlanardı. Doğrudur, erməni baş nazir elə hesab edir ki, hələ də öz cəmiyyətini bu şəkildə "davranışı" ilə sakitləşdirə bilir. Amma bərk yanılır. Hələlik "zərbə" onun özünə toxunmasa da, erməni cəmiyyətində məhz ümidsizlik girdabının, müəmmalı vəziyyətin yaratdığı bir qorxu səbəbindən rezonans müşahidə edilir. Elə bu rezonans da öz növbəsində erməni xalqının parçalanmasına səbəb olur və belə davam edəcəyi təqdirdə Nikol qorxduğu "zərbəni" almış olacaq...

İnam Hacıyev

Hamiləlik dövründəki artıq çəkidən necə qurtulaq?

Hamiləlik qadının həyatında ən sürətlə kökəldiyi dövrdür. Hamiləliyin təbii gedişatında baş verən hormonal dəyişikliklər, ürəkbulanma və s. mədədə yanma hissi, tez-tez aclıq hissi və ya gələcək analarda qəlyanaltı yemək istəyinə səbəb ola bilər. Bu vəziyyət də çəki artımına səbəb olur. Yaxud övlad gözləyən ananın yediyi hər şeyin körpəsinə də faydası olacağını düşünərək iştahı daha da artır və artıq çəki onun bədənində yerləşməyə başlayır. Ancaq sağlam və düzgün bəslənmə üsulları ilə hamiləlik dövründə çəkiyə nəzarət etmək, hətta lazım olduqda arıqlamaq da mümkündür. Memorial Şişli Xəstəxanası Endokrinologiya və Metabolik Xəstəliklər Hissəsi Həkimləri hamiləlik dövründə çəki nəzarəti mövzusunda məlumat yayıb. SİA mövzu ilə bağlı araşdırma aparıb.

ARAŞDIRMA

Körpənin inkişafı üçün ananın iki yemək yeməsinə ehtiyac yoxdur

60 kq ağırlığında sağlam hamiləliyi tamamlayan qadın və 120 kq ağırlığında hamiləliyi tamamlayan qadın hər ikisi təxminən 3,5 kq çəkidə uşaq dünyaya gətirəcək.

Hamiləlikdən əvvəl bədən kütləsi indeksi 18,5 - 24,9 kq/m2 olan, yəni "normal" bədən çəkisi olan qadının sağlam hamiləlik dövründə almalı olduğu ideal çəki 11-16 kq-dır. Bu, hamiləliyin ilk 3 ayında təxminən 1-3 kq, qalan hissədə isə həftədə 0,5 kq olaraq hesablana bilər. Məsələn, sağlam hamiləlik dövründə boyu 1,65 m, çəkisi 60 kq olan qadın aşağıdakıları etməlidir: Alacağı çəki təxminən 12-13 kq, bunun təxminən 4-5 kq-ı uşaqlıq yoluna, hamiləlik kisəsinə və mayelərə, 1-2 kq-ı artan qan həcminə, 4-5 kq döş və emal olunmuş yağ toxumasına, 3-3 kq-a qədər süd vəzilərinə aiddir. Hamiləliyini bu şəkildə tamamlayan ana, doğumdan sonra süd verərək bir neçə ay kimi qısa müddətdə başlanğıc çəkisinə qayıda bilər. Hamiləlikdən əvvəl artıq çəkisi olan qadınların hamiləlik müddətində 5-6 kq çəkməsi tövsiyə edilərkən, qadınların peşəkar dəstəyi ilə kökəlmədən hamiləliyini tamamlaması mümkündür.

Hamiləlik dövründə çox kökəlməmək üçün nə edək?

Hamiləlik dövründə artan bazal metabolizm ilə gündəlik enerji ehtiyacı təxminən 300-350 kalori artır. Normal çəkidə olan hamilə qadının gündəlik enerji tələbatı başlanğıc və həftədən asılı olaraq 2000-2500 kalori civarındadır. Ancaq bu, karbohidratlarla zəngin yüksək kalorili qidalar yemək demək deyil. İstehlak edilən qidalar ananın həzm sistemində parçalanır və bu yolla plasenta vasitəsilə ananın qanından körpəyə çatır. Buna görə də istehlak edilən qidalar zülal, faydalı yağlar, liflər, vitaminlər və minerallar baxımından balanslı paylanmalıdır.

İşlənmiş karbohidratlar (peçenye, kraker, çörək məhsulları) əvəzinə qəlyanaltı olaraq çiy badam, qoz, fındıq, quru gavalı və ərik kimi sağlam qoz-fındıqlara sahib ola bilərsiniz.

Təzə sıxılmış meyvə şirələrinə üstünlük verilməməlidir. Daha çox meyvə istehlak edilməlidir.

Ağ çörək, makaron və düyü kimi yüksək glisemik indeksi olan qidalar (yəni qan şəkərini və insulin səviyyəsini birdən artıran qidalar) yerinə bulqur və ya quru paxlalılar istehlak edilməlidir. Ət və tərəvəzlər yağda qızardılmamalıdır. Onlar bişmiş, qril və ya buxarda bişirilməlidir. Bəzən südlü desertlər, dondurma, makaron kimi qidalar az miqdarda istehlak edilə bilər, lakin bu zaman növbəti yeməkdə olan karbohidratlar atlana bilər və ya risk yoxdursa, həmin gün əlavə olaraq 15 dəqiqə gəzməklə bu balanslaşdırıla bilər.

Həkimin nəzarəti vacibdir

Hamiləlik dövründə arıqlamağa ehtiyacı olan namizədlər əvvəlcədən mütləq həkim tərəfindən qiymətləndirilməlidir. Bu hamilə qadınların hamiləlikdən əvvəl tiroid xəstəliyi, şəkərli diabet və ya polikistik yumurtalıq xəstəlikləri olub-olmadığını öyrənmək üçün çəki tarixi yoxlanılmalıdır. Gələcək ananın qan və sidik testləri aparılmalıdır. Bu qiymətləndirmələrin nəticələrinə əsasən zəruri hallarda tibbi müalicə ilə müşayiət olunan qidalanma proqramı hazırlanır. Hamilə qadınlar üçün kalori miqdarı 1800-2000 kkaldan aşağı məhdudlaşdırılmır. Bu səbəblə çəki problemi olan hamilə qadınların qəbul etməli olduğu gündəlik zülal, yağ və karbohidrat miqdarları balanslaşdırılmışdır. Peşəkar diyetoloq nəzarəti altında lif, vitamin, mineral tərkibi və glisemik indeks xüsusiyyətlərinə görə hazırlanmış pəhriz proqramına riayət etmələri tövsiyə olunur.

Hamilə qadınlar üçün nümunə menyu (təxminən 2000 kkal)

<u>Səhər:</u>

1 və ya 2 yumurta (süd içsəniz 1 yumurta, içməsəniz 2 yumurta)

1 dilim ağ pendir

1 dilim çedar pendiri

5-6 zeytun

Pomidor, xiyar, bibər

1-2 dilim çörək (Çörək yerinə bir ovuc çiy badam, qoz, fındıq yeyə bilərsiniz)

1 çay qaşığı fıstıq yağı və ya bal

Qəlyanaltı: Əgər çox acsınızsa və səhərlər qoz-fındıq yeməmisinizsə, səhər yeməyi ilə nahar arasında qoz-fındıq və ya süd/süd məhsulları istehlak edə bilərsiniz.

<u>Günorta:</u>

Bir kasa şorba (Bir kasa un şorbası 2 dilim çörək və ya yarım porsiya bulqur plov deməkdir!)

Bir kasa qatıq (çörək yerinə 1 çay qaşığı yulaf əzməsi və ya yulaf kəpəyi qatıla bilər)

Bir boşqab ət və tərəvəz və ya ızgara ətli salat

<u>Qəlyanaltı:</u>

Bir porsiya meyvə və ya yarım simit, bir dilim pendir və bir kasa qatıq

<u>Axşam:</u>

Bir kasa şorba (və ya 1 dilim çörək)

Bir kasa qatıq (çörək yerinə 1 çay qaşığı yulaf ezmesi və ya yulaf kəpəyi qatıla bilər)

Bir boşqab ət-tərəvəz və ya ızgara ətli salat (Həftədə 2-3 gün ət kimi balıq istehlak etmək məsləhətdir)

Hamiləlik zamanı çəki artımı

Hamiləlik dövründə biz analarımızdan və ya dostlarımızdan tez-tez "Mən bunu yedim və mənim üçün yaxşı oldu, siz də yeməlisiniz" kimi sözləri eşidirik. Ancaq hər qadının genetikası eyni deyil. Yaş, ətraf mühit şəraiti, yemək vərdişləri, peşə, həyat tərzi və maddələr mübadiləsi fərqlilikləri sizi digər qadınlardan fərqləndirən ən əhəmiyyətli faktorlardır.

Bu artıq çəki haradan gəlir?

İnanın ki, bu sualı verən yeganə gələcək ana siz deyilsiniz. Hamiləlik dövründə çəki artımını iki kateqoriyaya ayıra bilərik: ananın ümumi çəki artımına nə qədər töhfə verdiyi və körpənin bu çəki artımına nə qədər töhfə verdiyi. Baldırlarda, ombalarda və qollarda yığılan artıq çəki, ana südü zamanı bədənin istifadə edə biləcəyi enerji anbarı olaraq görülə bilər.

Yaxşı, ananın çəkisinin artmasının səbəbləri nə ola bilər?

- Həddindən artıq dövran edən qan həcmi.
- Bədəndə suyun tutulması və ümumi mayenin artması.
- Döşlərin yaratdığı əlavə çəki. Genişlənən uterusun əlavə çəkisi
- Amniotik maye və plasenta.
- Körpə (doğuş zamanı orta çəki 3,5 kiloqramdır).

Erkən hamiləlikdə ananın çəki artımının çoxu körpənin çəkisindən çox anada baş verən dəyişikliklərlə bağlıdır. Ananın bədəni böyüməkdə olan dölün lazımi oksigen və qida maddələri ilə təmin edilməsi üçün daha çox qan istehsal edir.

Hamilə ananın çəki artımında dalğalanmalar ola bilər. Ancaq ani çəki artımı və ya ani arıqlama baş verdiyi hallarda həkimə müraciət etməkdə fayda var. Hamiləlik dövründə həkimlər ümumiyyətlə çəki artımını izləmək istəyirlər. Həftədə bir dəfə, eyni gündə və eyni vaxtda çəkinizlə çəki nəzarətinizi izləyə bilərsiniz. Hamiləlik dövründə ideal çəki artımı yavaş və sabitdir.

Üç ayda orta çəki artımı nə qədər olmalıdır?

- 1-ci trimestr: Cəmi 900 qram - 1,8 kiloqram.
- 2-ci trimestr: 4-6 ay arasında həftədə 500 qram, cəmi 5-6 kiloqram.
-3-cü trimestr: həftədə təxminən 500 qram
cəmi 3-5 kiloqram.

Doğuş zamanı alınan çəki nə qədər vaxt sonra itir?

Doqquz ay keçdi və körpəniz dünyaya gəldi. İndi bu doqquz ayda əldə edilən əlavə çəkidən qurtulmağın vaxtıdır. Bir çox mütəxəssis qəbul edir ki, 9 ayda alınan çəki 9 ay ərzində itirilə bilər. Bəzi qadınlar maddələr mübadiləsindən asılı olaraq doğuş zamanı çəkilərini tez itirə bilərlər. Bəzi qadınlar üçün bu dövr daha uzun sürə bilər. Normal şəraitdə çəki itirmə nisbətiniz bu dövrdəki kimi olmaya bilər.

Hamiləlik zamanı bədəninizə qida şəklində daxil olan eyni miqdarda enerjini xərcləmək arıqlamağı asanlaşdıra bilər. Əgər qəbul etdiyinizdən daha az enerji sərf etsəniz, qalan qidalar yağ kimi saxlanıla bilər. Gündəlik porsiyalarda diqqətli olmaq və kiçik məşqlər etmək bu dövrdə arıqlamanızı sürətləndirəcək.

Ayşən Vəli

Dağıdıcı müxalifət ermənidən betər ermənilik edir

Belə görüb, eşidib, oxumuşuq ki, gerçəklikləri dilə gətirmək, səhvləri etiraf etmək böyüklük əlamətidir. Səmimi etiraf növbəti səhvlərin təkrarlanmayacağından xəbər verir. Təəssüflər olsun ki, xalqa və dövlətə böyük acılar, fəlakətlər yaşatmış siyasətçilər var ki, onlar vacib amili nəzərdən belə keçirmək istəmirlər. Bu da onların özlərindən həddindən artıq razı, hikkəli və iddialı olmalarından irəli gəlir. Deməli, yenidən imkan və şərait yaransa onlar növbəti dəfə xalqa və dövlətə fəlakətlər gətirə biləcək səhvlərini təkrarlaya bilərlər. Fikir verin, AXC- Müsavat cütlüyü hakimiyyət də olduğu dönəm də millətimizə və dövlətimizə böyük fəlakətlər, faciələr yaşatdı, ancaq bu günə qədər İsa Qəmbər, Əli Kərimli, Arif Hacılı, Pənah Hüseyn və digər o dövrün vəzifə dəllalları bir dəfə də olsun xalqın qarşısına çıxıb, etdikləri bəd əməllərə, yanlış siyasətə görə üzr istəməyiblər. Əksinə, daha böyük həyasızlıqla törətdikləri faciələrə, həyata keçirdikləri fəlakətlərə müxtəlif formada don geyindirməyə çalışıblar. Ancaq anlamırlar ki, nə qədər gec səhvlər etiraf olunmasa, o qədər küncə sıxışdırılmış, xalqın gözündən düşmüş halda olacaqlar.

AXC-Müsavat cütlüyünün səhvlərinə gəlincə isə, birincisi onların kadr siyasətləri başdan ayağa qədər yanlış olub. Çayxanada çayçını, restoranda ofisiantı, universitetdə laborantı yüksək dövlət vəzifələrinə təyin etməklə yenicə müstəqillik qazanmış dövlətin idarə edilməsində və ölkənin hərbi, siyasi, iqtisadi sahələrində müsbət nəticələr qazanılması mümkün deyildi. İkincisi, İsa Qəmbər, Əli Kərimli, Pənah Hüseyn, Arif Hacılı kimi gerizəkalı məxluqlar Qarabağ münaqişəsini beynəlmiləlləşdirməklə problemin dərinləşməsinə təkan verdilər. O zaman bu məxluqlar elə düşünürdülər ki, münaqişəni beynəlmiləlləşdirməklə Ermənistanı diz çökməyə məcbur etmək olar. Hətta hesab edirdilər ki, işğalçı Ermənistana qarşı iqtisadi sanksiyalar tətbiq ediləcək. Lakin qanmadılar ki, erməni lobbisi dünya ölkələrinin siyasi hakimiyyətlərinə nüfuz edən lobbidir və onlar heç zaman hakimiyyətlərin Ermənistana qarşı sanksiyalar tətbiq edilməsinə imkan verməzlər. 30 illik işğal dövrü qeyd etdiklərimin əsaslı olduğunu təsdiqlədi. Lakin AXC-Müsavat iqtidarının hüy-küyçü məxluqları sadə insanların belə bildiklərini anlamadılar. Əksinə, Kəlbəcərin müdafiəsinin zəif təşkil olunmasına da maraq göstərildi. Nəticədə, Kəlbəcər işğal edildi. Birmənalı şəkildə demək olar ki, Kəlbəcərin işğal edilməsi AXC-Müsavat hakimiyyətinin səriştəsizliyinin, həm də naşılıqlarının nəticəsi idi.

AXC hakimiyyətinin səhv siyasəti Azərbaycanın regionda izolyasiya olunmasına gətirib çıxardı

O zaman AXC hakimiyyətinin prosesləri proqnozlaşdırıb, ondan nəticə çıxara bilməməsi, xüsusilə də, təhlükəsizlik sahəsində cavabdeh olan şəxslərin siyasi səriştəsizliyi Kəlbəcərin işğalına gətirib çıxardı. Onların beynəlxalq siyasətdə buraxdıqları kobud səhvləri Azərbaycanın faciə ilə üzləşməsinə səbəb oldu. Belə ki, Rusiyanı düşmən elan etmək, Çinə bayraq sancacaqları barədə anormal fikir səsləndirmək, Özbəkistan rəhbərliyini türkçülüyə bağlılığı olmamaqda günahlandırmaq və bu kimi qeyri-ciddi bəyanatlar verməlləri, nəhayətdə, dünyanı "Azərbaycanın atom bombası var" deyə hədələmələri Azərbaycanın regionda izolyasiya olunmasına gətirib çıxardı. Bir yandan Ermənistan torpaqlarımızı işğal etmək üçün hücuma keçir, o biri tərəfdən Rusiya, Özbəkistan və digər dövlətlərlə düşmənçilik münasibətləri yaranır. Bir sözlə, AXC hakimiyyəti Azərbaycanı arzuolunmaz problemlərlə üz-üzə qoymuşdu. Bütün bunların fonunda Qarabağ münaqişəsini beynəlmiləlləşdirmək, demək olar ki, Azərbaycanın torpaqlarının daha geniş ərazidə işğalına gətirib çıxardı. Ona görə ki, Qarabağ münaqişəsinin həllini bu gün artıq tarixin zibilliyinə atılmış ATƏT-in Minsk Qrupuna həvalə etməklə problemin üçpilləli problemə çevrilməsinə səbəbkar oldular. Yəni artıq onun həlli, lokal və regional deyil, qlobal münaqişəyə çevrildi. Bu halda isə problemin həllinə nail olmaq üçün Rusiya, Türkiyə, Fransa, indiki fars-mollar rejimi, ABŞ, Avropa Birliyi və NATO-nun maraqları əhatə olunmalıdır. Fikir verin, nə qədər mövqelər və maraqlar üst-üstə düşməli idi ki, Qarabağ problemi həllini tapsın.

O zaman AXC- Müsavat cütlüyü Ulu Öndər Heydər Əliyevi hakimiyyətə dəvət etsəydi, Azərbaycanda böyük faciələr baş verməyəcəkdi

1992-ci ildə Qarabağ problem daha dar çərçivədə həll oluna bilərdi. Necə ki, sonrakı mərhələlərdə yaranan və heç də Qarabağ problemindən ağrılı olmayan problemləri daxili məsələ olaraq həll edildi. 1993-cü ildə Şimalda "Sadval", Cənubda isə qondarma "Talış-Muğan Respublikası" məsələsi meydana gələndə, Ulu Öndər Heydər Əliyev çox böyük ustalıqla bu məsələni həll etdi. Lakin Qarabağ separatçılarına qarşı Elçibəy hakimiyyəti bu cür addım atmadı. Elçibəy hakimiyyətinin ən böyük günahı o oldu ki, onlar bu məsələni beynəlmiləlləşdirdilər. Bu da onların siyasi səriştəsizliyinin nəticəsi idi. Qarabağ məsələsini beynəlmiləlləşdirmək böyük səhv idi. O zaman Azərbaycan ordusu Xankəndinin 15 km yaxınlığında idi və Kəlbəcərə yol açılmışdı. 1993-cü ilin yanvar ayının 15-nə qədər ərazilərimiz işğaldan azad olunurdu. Həmin zaman orada hətta rus qoşunları da vardı. Lakin Rusiyanın vəziyyəti ağır olduğundan, ermənilərə heç bir köməklik göstərə bilmirdi. Fevral ayında Xalq Cəbhəsi bəyanat verdi və həmin bəyanatdan sonra onlar ordunu geri çəkdilər. Bütün bu məsələlərin üstündən 30 ildən artıq vaxt keçir. Niyə bu məsələlərə aydınlıq gətirilmir? Niyə tarixçilərimiz susur? Bütün bunlar onu deməyə əsas verir ki, o zaman ki, AXC-Müsavat hakimiyyəti bununla millətə ziyan vurmuş oldu və bu, bağışlanmazdır. Müharibə bir dövlətin başqa dövlətə elan etdiyi rəsmi hüquqi aktdır. Azərbaycanın Qarabağ ərazisində separatçılıq baş qaldırmışdı və bu məsələni daxili məsələ olaraq asanlıqla aradan qaldırmaq olardı. Əgər həmin zaman hakimiyyətdə olanlar Ulu Öndər Heydər Əliyevi hakimiyyətə dəvət etsəydilər, bu problemlər baş verməyəcəkdi. Amma AXC hakimiyyəti belə bir addım atmadı.

Dağıdıcı müxalifət Azərbaycan siyasətinin üz qarası olaraq qalacaq

O zaman AXC-Müsavat cütlüyün kobud səhvlərindən biri də Qarabağ münaqişəsini beynəlmiləlləşdirmələri idi. Bu onların səriştəsizliyindən, siyasi savadsızlıqlarından, beynəlxalq hüquq norma və prinsipləri bilməmələrindən irəli gəlirdi. Amma bütün hallarda səhvlər bağışlanmazdır. Yaddan çıxarmaq olmaz ki, 1948-ci ildə İsrail və Fələstin dövlətlərinin yaradılması üçün Fələstinə 60, İsrailə isə 40 faiz ərazi verilirdi. Bununla bağlı BMT-nin qətnaməsi də vardı. Fələstinlilərin səhvi nəticəsində torpaq sərhədləri 60 faizdən 25 faizə endi. Çünki fələstinlərin səhvindən istifadə edən İsrail müharibə yolu ilə Fələstin torpaqlarını işğal etdi. Hələ də İsrail işğal etdiyi Fələstin torpaqlarını azad etməyib. Baxmayaraq ki, BMT Təhlükəsizlik Şurası bir necə dəfə işğal edilən Fələstin torpaqlarının azad edilməsi haqqında qətnamələr qəbul edib. AXC hakimiyyəti bunu bilir və görürdü. Təcrübəsizlikdən, səriştəsizlikdən millətə sağalmayacaq yara vururdular. Bu isə bağışlanmazdır. Qanunvericilikdə də var. Qanunu bilmədən cinayəti törətmək heç kəsi cəzadan xilas etmir. Bunu Elçibəy hakimiyyəti bilməli idi. Bilmirdisə, niyə prezident seçilməyə səy göstərirdi? Nəzərə almaq lazımdır ki, 1993-cü ilin fevral ayına qədər Azərbaycan Qarabağın 60 faizinə tam nəzarət edirdi. Keçmiş Hadrut rayonunun cəmi bir kəndi erməni işğalında qalmışdır. Əgər əvvəllər Hadrutla Ermənistan arasında məsafə 15 km idisə o, 50 km çatdırıldı. Bütün Ermənistana yaxın olan sərhəd kəndləri azad edildi. Aparılan uğurlu hücumun qarşısı birdən-birə dayandırıldı. Niyə? Bax, bu sualın cavabını hələ də AXC-nin hakimiyyətdə olmuş nümayəndələri bu günə qədər cavab verməyiblər. Bu isə onu təsdiq edir ki, onlar həqiqətin və ədalətin önündə acizdilər, etiraflarla və suallara cavab verməklə ən azı özlərinə təskinlik vermək gücündən və imkanından belə məhrumdurlar. Hazırda 30 illik erməni işğalına son qoyulub. Buna Fateh Sərkərdə, Ali Baş Komandan İlham Əliyevin böyük sərkərdəlik bacarığı, fenomen diplomat olması və xalqın böyük dəstəyini qazanması ilə nail olundu. Bu gün artıq Qarabağımız rahat nəfəs alır və ərazi bütövlüyümüz tam təmin edilib. Sual yaranır, niyə bu məqamda Ə.Kərimli, C.Həsənli, Müsavatın indiki və keçmiş başqanları İsa Qəmbər və Arif Hacılı separatçı mövqeylərindən hələ də əl çəkməyirlər?

Nədən işğalına şərait yaratdıqları, lakin böyük Fateh, Ali Baş Komandan, Prezident İlham Əliyevin Sərkərdəlik məharəti ilə azadlığına qovuşan Qarabağımızla bağlı paylaşımlar etmir, xalqa ünvanlanan təbriklərlə çıxış etmir. Əksinə, xarici anti-Azərbaycan qüvvələrlə əməkdaşlıq edir, Ermənistandakı revanşistlərlə həmrəylik nümayiş etdirən mövqe göstərir. Bəzi hallarda isə Ə.Kərimli, C.Həsənli, Müsavatın indiki və keçmiş başqanları İsa Qəmbər və Arif Hacılı ölkədəki mövcud ictimai, siyasi sabitliyə xələl gətirmək üçün pozucu açıqlamalar verir, populist mövqe nümayiş etdirirlər. Təbii ki, onlar ermənidən betər ermənilik etdiklərini söyləmək və haqlı olaraq qınamaq, ittiham etmək olar.

İLHAM ƏLİYEV

EKSPERT FİKRİ

"Tələbələrin banklardan kredit əldə etməsi mümkündür, lakin bu proses müəyyən şərtlər və məhdudiyyətlərlə müşayiət olunur". Bu sözləri SİA-ya açıqlamasında Azərbaycan Beynəlxalq bankında Biznes monitorinq üzrə ekspert Toğrul Novruzəliyev deyib. Onun sözlərinə görə, banklar tələbələrə kredit verərkən riskləri nəzərə alaraq, aşağıdakı ümumi tələbləri irəli sürürlər:

"Ümumi Şərtlər:

Tələbələr hansı şərtlər altında banklardan kredit götürə bilərlər?

1. Yaş Həddi: Əksər banklar kredit götürən şəxsin ən azı 18 yaşında olmasını tələb edir. Bəzi hallarda isə bu hədd 20-21 yaşa qədər yüksələ bilər.

2. Daimi Gəlir: Tələbənin rəsmi və sabit gəliri olmalıdır. Bu, kreditin geri qaytarılmasına təminat kimi qiymətləndirilir.

3. Zamin: Əgər tələbənin kifayət qədər gəliri yoxdursa, banklar əlavə təminat olaraq zamin tələb edə bilərlər. Zaminin gəliri və kredit tarixçəsi də qiymətləndirilir.

4. Tələbə Statusunun Təsdiqi: Bəzi banklar tələbə statusunu təsdiq edən rəsmi sənədlər (məsələn, tələbə bileti və ya təhsil müəssisəsindən arayış) tələb edirlər.

5. Kredit Tarixçəsi: Əvvəlki kreditlərin vaxtında ödənilməsi müsbət faktor sayılır. İlk dəfə kredit götürən tələbələr üçün isə əlavə təminatlar tələb oluna bilər.

Təklif Olunan Kredit Növləri:

*** İstehlak Krediti:** Məişət texnikası, təhsil xərcləri və digər şəxsi ehtiyaclar üçün nəzərdə tutulur.

*** Təhsil Krediti:** Təhsil xərclərinin qarşılanması üçün xüsusi şərtlərlə təqdim edilən kredit növüdür. Bu kreditlərdə güzəşt dövrü mövcud ola bilər.

*** Kart Kreditləri / Overdraft:** Kiçik məbləğli kredit kartları və ya overdraft imkanları tələbələr üçün təqdim edilə bilər".

Xeyrənsə Piriyeva

Ermənistanın diplomatik çəngəli: Eyni anda 2 stulda necə oturmaq olar?

Ermənistan eyni vaxtda bir neçə ağanın xoşuna gəlməyə çalışaraq növbəti dəfə diplomatik sıxıntıya düşüb. İndi Vaşinqtonun, Brüsselin və hətta Parisin İrəvana ayırmağa vaxtı olmasa da, Rusiyadan ayrılma kursu artıq müəyyənləşib. Ermənistan təcili olaraq riskləri minimuma endirmək barədə düşünməlidir. Bunu Moskvada da başa düşürlər- Rusiya diplomatlarının Ermənistanı KTMT-də tam iştirakını bərpa etməyə çağıran son bəyanatları və Aİ-dən ayrılma təhlükəsi barədə xəbərdarlıqları birbaşa bunu göstərir.

Rusiya Xarici İşlər Nazirliyinin xüsusi tapşırıqlar üzrə səfiri Rodion Miroşnik deyib: ”Rusiya Ermənistanla istənilən səviyyədə qarşılıqlı əlaqəni alqışlayır, lakin KTMT çərçivəsində münasibətlərin dərinləşməsini və normal olmasını istəyir”.

Rusiya xarici işlər nazirinin müavini Mixail Qaluzin Ermənistanın risklərin miqyasını başa düşəcəyinə və Ermənistan cəmiyyətinə Aİ üzvlüyünün bütün üstünlükləri və təşkilatdan ayrılması halında itkilərin miqyasının izah ediləcəyinə ümid etdiyini bildirib.

Kremlin Ermənistana qarşı hazırkı strategiyası nədir və İrəvan siyasi ”parçalanmış” vəziyyətdən çıxmaq üçün hansı üsullardan istifadə edəcək? Bu suallara əcnəbi politoloqlar Caliber.Az-a verdikləri şərhlərdə cavab verməyə çalışıblar. Ekspertlərin fikirlərini oxucularımıza təqdim edirik.

Rusiya Federasiyası Hərbi Elmlər Akademiyasının professoru, belaruslu hərbi-siyasi analitik Aleksandr Tixanski qeyd edib ki, rusiyalı diplomatların son bəyanatları Rusiya Federasiyasının Ermənistana münasibətdə gələcək addımları barədə düşünməyə vadar edir.

”Qərb qüvvələrinin regionda genişlənən təsirini nəzərə alsaq, Rusiyanın narahatlığı başa düşüləndir. Ermənistanın Aİ-yə doğru irəliləməsi Rusiyanın təsir dairəsində olan digər ölkələri öz geosiyasi istiqamətlərinə yenidən baxmağa vadar edə biləcək presedent yaradacaq. Bu, Rusiyanın Cənubi Qafqazda və daha geniş postsovet kontekstində mövqeyini zəiflədə bilər.

Ermənistan öz milli maraqlarını nəzərə almalı və xarici siyasətini optimallaşdırmaq yollarını axtarmalıdır. Aİ-dən asılılıq, xüsusən də dəyişən geosiyasi mühitdə fəsadlarla dolu ola bilər. Ermənistan-Azərbaycan sərhədinin təhlükəsizlik problemi getdikcə pisləşir. Ermənistan öz təhlükəsizliyini və iqtisadi inkişafını təmin etmək üçün Rusiya ilə əməkdaşlıq və Aİ ilə münasibətləri inkişaf etdirmək arasında balans tapmalıdır.

Başa düşmək vacibdir ki, Ermənistanın gələcəyi onun Aİ-dən müstəqil və praqmatik xarici siyasət yürütmək qabiliyyətindən asılıdır. Təbii ki, Kreml Ermənistanı öz təsir dairəsində saxlamaq üçün ona diqqətlə yanaşacaq”,- politoloq vurğulayıb.

Onun fikrincə, rusiyalı diplomatların indiyə qədərki bəyanatları yalnız Kremlin Ermənistanla sabit münasibətlərə can atmasından və onun Avropa İttifaqı ilə yaxınlaşmasına imkan vermək istəməməsindən xəbər verir. Rusiya üçün Ermənistan Cənubi Qafqazda müttəfiq və Aİİ-də tərəfdaş kimi mühüm geosiyasi rol oynayır.

”Rusiya Ermənistana təzyiq göstərəcək, ondan ”eyni vaxtda iki kresloya əyləşmək” deyil, geosiyasi oriyentasiyası ilə bağlı qərar verməsini tələb edəcək, eyni zamanda Ermənistan cəmiyyətini Aİİ və KTMT-yə üzvlüyün üstünlüklərinə inandırmağa çalışacaq, onları Aİ ilə yaxınlaşmanın potensial itkiləri ilə müqayisə edəcək.

Ümumiyyətlə, Kremlin siyasəti Ermənistanı öz təsir dairəsində saxlamaq, onun qərb istiqamətinə getməsinin qarşısını almaq və Rusiyanın Cənubi Qafqaz regionunda mövqelərini gücləndirmək məqsədi daşıyır. Paşinyanın Böyük Vətən Müharibəsində Qələbənin 80 illiyini qeyd etmək üçün Moskvaya gəlmək qərarı müəyyən nikbinlik yaradır. Burada Ermənistanın xarici siyasət oriyentasiyasının dəyişməsi istiqamətində konkret addımların atılmasını gözləmək lazımdır. Paşinyanın Moskvaya səfəri dialoq və əməkdaşlıq perspektivlərinin müzakirəsi üçün fürsətdir. Ümid edək ki, bundan qarşılıqlı anlaşmanın möhkəmləndirilməsi və qarşılıqlı faydalı həllərin tapılması üçün istifadə olunacaq”, - deyə A.Tixanski yekunlaşdırıb.

”Soxnut” Ümumdünya Yəhudi Agentliyinin fəxri səfiri, israilli politoloq və jurnalist, Cənubi Qafqaz üzrə ekspert Roman Quryeviç hesab edir ki, Ermənistanın hərəkətləri açıq və daimi xəyanət siyasətidir.

”Tarixən Ermənistan həmişə özü üçün müttəfiq seçib, lakin onun fikrincə, bu müttəfiqin mövqeyi zəifləyən kimi dərhal onun rəqiblərinə, hətta bəzən birbaşa düşmənlərinə doğru yönləndirilib.

Onun sərhədlərini RF sərhədçiləri qoruyur, Ermənistanda Rusiya hərbi bazaları var və bu ölkənin əksər silahları, köhnəlmiş də olsa, əsasən Sovet və Rusiya istehsalıdır. Ermənistan əvvəllər ifrat sədaqət nümayiş etdirdi, sözün əsl mənasında, hər yolla öz Rusiyanı razı salmağa çalışdı.

Ukraynada münaqişənin başlaması ilə vəziyyət dəyişdi. Ermənistan Avropa İttifaqının və Bayden administrasiyasının vədlərinə uyaraq Rusiyadan açıq şəkildə uzaqlaşmağa başlayıb. Fransadan silahlar gəlməyə başladı, Qərb hərbi mütəxəssisləri gəlməyə başladı, NATO və ABŞ ilə birgə təlimlər başladı.

Bütün bunlar Rusiyanın zəiflədiyi və artıq nəzərə alına bilməyəcəyi görüntüsü fonunda baş verdi. Amma bu, böyük yanlış fikirdir. Rusiya dünya səhnəsində ciddi maraqları olan fövqəldövlətdir. Onun roluna məhəl qoymamaq strateji səhvdir. Düşünmürəm ki, Ermənistanın bu cür hərəkətləri nəticəsiz qalacaq və Rusiya tərəfi bunu belə bağışlamağa hazırdır.

Amerika uzaqdadır, amma Rusiya yaxındadır. Ermənistan Baydendən aldığı dəstək kimi Trampdan da alacağına ümidlənməməlidir. Əksinə, ABŞ-ın Azərbaycanla əlaqələrinin güclənəcəyini gözləmək olar. Ermənistanla isə əksinə, münasibətlər daha da mürəkkəbləşəcək. Qərbin dəstəkləyəcəyinə əmin olan Ukraynanın taleyinə nəzər salsaq, bunun nəyə gətirib çıxardığını görərik. Ölkə qan içindədir.

Ona görə də əminliklə deyə bilərəm ki, Rusiya ilə mübahisə etmək Ermənistanın maraqlarına uyğun deyil. Siyasətdə müdriklik və ardıcıllıq vacibdir, öz ölkəsi üçün faciəyə çevrilə biləcək ani qərarlar deyil”- deyə R. Quryeviç bildirib.

Tərcümə - Elçin Bayramlı

FELYETON

Başımıza dəyən musiqili zərbə

Allah uzaq eləsin, son zamanlar bilmirəm havadandır, sudandır, ya qidalarımızdandır, karlaşma kütləvi şəkildə baş alıb gedir. İnanın ki, xərçəng xəstəliyi qədər yayılıb. Adamın ürəyi yanır, baxırsan ki, əsasən gənc insanlardır, bu dərdə mübtəla olublar. Elə xərçəng kimi, bu qüsur da cavan, qoca tanımır, kimi harada gəldi yaxalayır, vallah. Amma cavanlaşma daha çoxdur. Bəlkə də söhbətim qəribənizə gələr. Amma gözümlə görüb, qulağımla eşitməsəydim, mən də sizlər kimi bu mövzuda söhbətə məəttəl qalardım.

Son zamanlar bu cür qüsuru yaşayan insanlarla bağlı qarşılaşdığım mənzərələr haqqında danışım, siz də qulaq asın. Məsələn, oturmusan iş yerində-otaqda. Birdən hiss edirsən ki, başına musiqili bir zərbə enir. Bu səs haradan gəlir, ora çönürsən, bura çönürsən, haradan gələcək, bayırdan. Maşınlar bir-bir pəncərənin altından keçdikcə musiqilər də dəyişir. Yəni otaqda oturanların hər birinin zövqünə uyğun. Ta bir gün ərzində o janrda musiqi qalmır ki, dinləməyəsən. "Nəyi pisdir ki, əslində bunun? İnsanın beyni təzələnər də",- deyərsiniz. Bəli, elədir, lakin səsi bir qədər alçaqdan olsa, hə, siz deyəndir. Amma mən musiqili zərbədən danışıram axı: gup, gup, gup...

Nə deyim bu yaza, yenə gəldi çıxdı. Yenə pəncərələr bağlı olanda bu musiqili zərbə idi ey. Elə ki, pəncərələri istidən açmaq məcburiyyətində qalırsan, musiqili müharibə başlayır. Elə bir üstünə artilleriya yeriyir, sadəcə bu artilleriya musiqili artilleriyadır.

Həmçinin də küçədə. Sakitcə yol ilə getdiyin yerdə elə bir musiqili bir silahla sənə atəş açırlar. İnanın, inanın da deyirəm, bəlkə hələ rastlaşanlar da olub, qorxub bir tərəfə çəkilirsən ki, gələn bu təhlükədən özünü müdafiə edəsən. Elə hiss edirsən ki, maşın bu dəqiqə partlayacaq, parçaları üstünə töküləcək.

Vallah, sözün həqiqi mənasında, adam ürək ağrısı yaşayır. İnsanlar axı nə üçün kütləvi şəkildə bu fiziki qüsura məruz qalırlar. Görəsən hansısa genetik modifikasiya olunmuş məhsulun təsiridirmi, yoxsa mənəvi modifikasiyadır, nədirsə, karlaşma gündən-günə çoxalır. Axı kar insanlar elə bilirlər ki, ətrafda onları eşitmirlər, ona görə də ucadan danışırlar. Elə maşınlardan çıxan bu musiqi səsləri yox, musiqili zərbələr də maşındakı kar insanın düşüncəsindən doğur. Vallah kar olmayasan, belə səsli maşında əyləşəsən, adamın başına hava gələr. Hələ bəzən həmin maşınların içərisi dolu da olur gənclərlə. Düşünürsən ki, vay, bax, bu yazıqların hamısı fiziki qüsur qazananlardır. Amma bir məsələyə tamamilə əminəm ki, belələri anadangəlmə kar deyillər, bu qüsuru sonradan, yenə deyirəm hansı səbəbdənsə qazananlardır. Allah, özü köməkləri olsun.

Mətanət Məmmədova

Oxumuruq, yoxsa oxumağa kitab tapmırıq?

Naşir Bəhram Bağırzadənin SİA-ya müsahibəsini təqdim edirik:

- Bu gün uşaq jurnallarında problemlər çoxdur. Dərc olunmur, dərc olunursa, tərcümədə problem olur. Çıxış yolu nədir?

- Çıxış yolu odur ki, birinci növbədə Azərbaycan Respublikasının Mədəniyyət Nazirliyi tərəfindən konkurslar, müsabiqələr keçirilməlidir. Elan olunmalıdır ki, yazıçılar öz əsərlərini yazsınlar, "e-mail"ə, poçta göndərsinlər. İnanın mənə, respublikamızda çox istedadlı insanlar var. Yüzlərlə insan öz hekayələrini göndərəcəklər. İkinci növbədə elan edək ki, oktyabr ayında Bakı şəhərində böyük kitab sərgisi keçiriləcək. Onun masqotu kim olmalıdırsa, gəlin onu fikirləşək. Yaxud da, "Tıq-tıq xanım", "Məlikməmməd" köhnəlib. Gəlin, təzə obrazlar, qəhrəmanlar fikirləşək. Niyə bizim uşaqlarımız "Spiderman"ə baxmalıdır, xarici obrazlarla tərbiyə olunmalıdır? Sabah da problemlərlə üzləşək. Bunu biz etməliyik. Bir il vaxt lazımdır. Bir ildən sonra yüzlərlə kitab çap edə bilərik. Sadəcə olaraq istəmirlər. Niyə istəmirlər, mən bilmirəm.

- İtaliyada hansı sərgiyə qatılmışdınız? Orada maraqlı məqamlar nədən ibarət idi? Azərbaycanın təqdim etdiyi məhsullar dünya ölkələri tərəfindən necə qarşılanırdı?

- Bu sərgidən üç gündür qayıtmışam. Beynəlxalq kitab sərgisi idi. 1400-ə yaxın nəşriyyat evi iştirak edirdi. 95 ölkə var idi, Azərbaycan ilk dəfə idi ki, burada iştirak edirdi. Bu, sevindirici haldır. Azərbaycandan üç, dörd nəşriyyat evi iştirak edirdi. Demək olar ki, çox kitab yox idi. Amma o demək deyil ki, yoxdur, pisdir. Həll olunası şeydir. Biz problemlərimizi gördük, artıq bilirik ki, nə etmək lazımdır. Biz 44 günə, dəqiqəyə hər şeyi edə bilərik. Sadəcə, bizə rəhbər lazımdır. Düzgün rəhbər lazımdır ki, başa salsın nəyi nə vaxt, necə etmək lazımdır. Hər bir sahədə belə insanlarımız olsa, problemimiz olmaz. Kitab sahəsində də bir rəhbər gəlsə ki, biz bunu 44 günə yox, bir ilə həll etməliyik. Gələn ilə biz oraya 100 kitab gətirə bilərik. Onlar görər ki, bizim də rəssamımız, yazıçımız var. Sadəcə, bizə rəhbər lazımdır. Bu yaxınlarda mənə sual verdilər, cavab da verdim. Bir Alman mütəxəssisini Azərbaycana gətirməklə cüdoda nə qədər medal qazandıq. Üç qızıl, üç gümüş, nə qədər də bürünc medal qazandıq. Almanlar güləşmir ki, Azərbaycan balaları Avropada birinci yer tutdular. Ona görə, bizdə də bu sahədə bir nəfər qabağa çıxsa ki, bu sahəni bilir, rəssamlar da, yazarlar da qatılacaq. Problem axtarmayın, deməyin ki, hər şey pisdir. Hər şey əladır. Sadəcə olaraq gedib özümüzü güzgüdə gördük, bildik ki, bundan sonra nə etməliyik.

- Dünyanın müxtəlif sərgiləri, kitab evləri ilə maraqlanırsınız. Bizim onlarla oxşar və fərqli cəhətlərimiz nədir?

- Hər dəfə Heydər Əliyev Adına Beynəlxalq Hava Limanına eniş edəndə dua edirəm ki, nə yaxşı ki, mən azərbaycanlıyam. Çox gözəl ölkəmiz var. Millət kimi də çox yaxşı millətik. Sadəcə olaraq son illər müharibədən sonra itkilər bizi bir az sarsıtdı. Amma heç bir millət inciməsin, bizim millət hamısından yaxşıdır. Mən Allah etməsin, Sahil metrosunun qarşısında yıxılsam, 100 nəfər gəlib mənə kömək edəcək. Biri aptekdən dərman alacaq, biri su alacaq, biri təcili yardım maşını çağıracaq. Mən bunu xaricdə görmədim. Xaricdə hamı öz həyatını yaşayır, maraqlanmırlar ki, sən ölmüsən, ya qalmısan. Diş həkiminə gedirsən ki, dişim ağrıyır, deyir ki, vaxt təyin etməmisiniz, gedin iki həftədən sonra gəlin. Bizdə belə şey ola bilər? Bizdə ən böyük problem odur ki, nizam-intizam yoxdur. Biz əgər nizam-intizamı qaydaya sala bilsək, hər şey düzələr. Çünki biz bacarıqlı millətik.

- Bəhram bəy, bəzən deyirlər ki, "X" nəsil oxumur, amma görünən odur ki, oxuyanlar elə "X" nəslin nümayəndələridir. Müasir gənclik öz maraqlarını nəyə sərf edir?

- "X" və "Z" də var. Gələcəkdə başqaları da olacaq. Mən "Z" nəslini pisləyə bilmərəm. Çünki mənim övladlarım da o nəslə aiddir. Mənim övladlarım həm Azərbaycan dilini, həm rus dilini bilirlər, türk dilində təhsil alır və ingilis dilində də dərs keçirlər. Paralel olaraq da italyan və alman dillərini öyrənmək istəyirlər. Həm də musiqi ilə məşğul olurlar. Deyim ki, hər şey pisdir, yox. Hər şey valideyndən və mühitdən asılıdır. O insanlar ki, təhsil almaq istəyirlər, onlara alacaqlar. Kim istəmir, təhsil almayacaq. Quranda da deyilir ki, əgər bir insan həyatını dəyişmək istəmirsə, Allah da onun həyatını dəyişməyəcək. Birinci olaraq insan özündən başlamalıdır. Qarşına məqsəd qoymalısan ki, ali məktəbə daxil olacam, siqareti, içkini tərgidəcəm. Gözəl aparıcı olmalıyam, gözəl tələbə olmalıyam, peşəkar olmalıyam. Ehtirasla, şövqlə bir işin arxasınca getməlisən. Biz 35 il əvvəl KVN-nə başlayanda gülürdülər. Bir ildən sonra Moskvada çempion olduq. 8 il sonra Bakıya kubok gətirdik, əsrin çempionu adı altında. Heç kim bizə inanmırdı, amma biz bunu etdik. Elə bilirsiniz ki, Qurban Qurbanova, Hidayət Heydərova, Fərid Mansurova gülmürlər? Amma onların arxasında iş var, gecə-gündüz səhnədə, mikrofonun qarşısında işləyirik. Sonra deyirlər ki, necə oldu? Çünki Moskvada digər komandalar məşqə vaxtında gəlirdi, biz bir saat əvvəl gəlirdik, digərləri gedirdi, biz 1-2 saat artıq qalırdıq. SƏS TV məni saat 3-də verilişə dəvət edirsə, mən 14:15-də gəlirəm. Çünki məsuliyyət hiss edirəm. Azad insanam, nizam-intizamla hərəkət edirəm. Demokratik ölkədə bizə şərait yaradılıb.

- Bəzən insanlar arasında sorğu keçiririk. Sual verəndə ki, hansı yazıçıları tanıyırsınız? Ancaq Çingiz Abdullayevin adını çəkirlər. Niyə başqaları tanınmır?

- Çünki Çingiz Abdullayev çox güclü menecerdir. O demək deyil ki, Çingiz Abdullayev var, digərləri yoxdur. Sadəcə olaraq Çingiz bəy, o sistemi yaxşı bilir. Çoxu elə bilir ki, o şəxs kitabı yazır, satışa qoyur, onunla da satılır. Elə deyil, sən özünün meneceri olmalısan. Mən verilişdə oturub Bəhram Bağırzadənin Naxçıvan haqqında kitabını vizual göstərirəmsə, hamı görəcək və axtarışa gedəcək. Çingiz Abdullayev mənim bitirdiyim məktəbi bitirib. O hər dəfə bizimlə görüşə gələndə mən ona diqqət edirdim. Digər yazıçılar da bunu etsələr, onları da tanıyacaqlar. Halbuki bir-bir sadalaya bilərəm, amma etmirəm, gedib özləri oxusunlar.

- Bu gün gənc yazar və yazıçı arasında nə fərq var? Yoxsa ümumiyyətlə fərq yoxdu?

- Əlbəttə, fərq var. Amma indiki yazarların əsərlərini mən oxumuram. Mən deyirəmsə, Üzeyir Hacıbəyov Azərbaycanın bəstəkarıdır, bu o demək deyil ki, digərləri bəstəkar deyil. Mən gənc yazıçılara pis demirəm, sadəcə oxumuram. Mənim təbiətimə uyğun gəlmir. 80-90-cı illərdə oxuduğum kitabları təkrar oxuyuram. İndi də Anarın əsərlərini oxuyuram. Natiq Rəsulzadəni oxuyuram, mənə yaxındır. İndiki əsərlərdə olan qadın-kişi münasibətləri mənə uyğun deyil, mən köhnə kişilər kimi bu dünyadan köçəcəyəm. Söhbət Sovet dövründən getmir, mənim cavanlığımdan gedir. Elə mühitdə yaşamışam ki, xoşbəxtəm ki, o mühitdə yaşamışam. Mənim çox sevdiyim yazıçı deyib ki, biz artıq bir dəfə cənnətdə yaşamışıq, o da bizim uşaqlığımız olub.

Söylü Ağazadə

Acı dadmayan soğan

Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyi

Yazı Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyinin maliyyə dəstəyi ilə "Ekologiya və ətraf mühitin mühafizəsi" istiqaməti çərçivəsində hazırlanıb

Bütün dünyanı cənginə almış genetik modifikasiya olunmuş (GMO) məhsullar ciddi narahatlığa səbəb olur. Kimya sənayesinin və genetika elminin inkişafı ərzaq istehsalında qeyri-təbii texnologiyaya start verib. Son vaxtlar dünyada təbii toxumlu məhsul əkin sahələrinin sayı xeyli azalıb. Hazırda dünya əhalisinin 70 faizindən çoxunun transgen məhsullarla qidalandığı ehtimal olunur.

Genetik modifikasiya texnologiyası ilk dəfə SSRİ-də kəşf olunub. Lakin bu texnologiyanın təbiətə və insan sağlamlığına zərər vuracağını başa düşən Sovet rəhbərliyi bitkilərin genetik modifikasiya edilməsini qadağan edib və Stalinin əmri ilə bu sahədə elmi təcrübələr dayandırılıb.

Sonralar ABŞ-da belə təcrübələr geniş vüsət alıb və ötən əsrin 80-ci illərindən başlayaraq bu texnologiya geniş tətbiq olunmağa başlanıb və artıq bu ölkədə demək olar ki, bütün bitkilər geni dəyişdirilmiş vəziyyətə gətirilib. İndi də dünyaya GMO-nu yayan əsas ölkə ABŞ-dır. Bir də ABŞ-ın nəzarətində olan "Bayer" kimi transmilli korporasiyalar.

GMO təhlükəsini dərk edən və artıq ilk fəsadlarla tanış olan inkişaf etmiş ölkələrdə buna qarşı ciddi tədbirlər görülür. Bir sıra ölkələr geni dəyişdirilmiş məhsulların istehsal və satışına qadağa qoyub.

Bəzilərində isə geni dəyişdirilmiş məhsulun xüsusi işarələnməsi qaydaları tətbiq olunur. Qərara əsasən, istehsalçı məhsulun üzərində geni dəyişdirilmiş orqanizmin olması haqqında məlumat yerləşdirməlidir.

Bu işarələri görən istehlakçılar belə məhsulları almaqdan çəkinirlər. Biz isə sağlamlığımıza zərər vursa da, görünüşü gözəldir, daha doğrusu dəbdədir deyə yeyirik.

Genetik təcavüzə məruz qalmış bu məhsullar insan orqanizminin bioloji vəziyyətini və genetik strukturunu dəyişir. Bu sonrakı nəsillərdə özünü daha çox biruzə verir. Bir çox alimlər sonsuzluq hallarının artmasını və digər təhlükəli xəstəliklərin çoxalmasının əsas səbəblərindən biri kimi GMO-nu qeyd edirlər.

Transgen məhsullar təkcə insanın deyil, təbiətin də bioloji strukturunu dəyişir. Bitkilərə müxtəlif heyvan, hətta insan genləri vurulmaqla onları təbii vəziyyətindən çıxarırlar. Nəticədə həmin bitki təbii mineral, vitamin və s orqanizmə yararlı olan maddələrdən məhrum olur, yalnız çox məhsul verməк və uzun müddət saxlanmaq imkanı qazanır.

Dünyada biznes maraqları hər şeydən üstün olduğundan əsas məsələ budur- tez, az xərclə, çoxlu və davamlı pul qazanmaq. İnsan sağlamlığı boş şeydir, bundan qlobal transmilli şirkətlər şəbəkəsi xeyir götürmür. Lakin, GMO ilə immunitet sistemi çökdürülmüş, bioloji olaraq xəstələndirilmiş insanlara on minlərlə bahalı dərman növlərini satmaqdan daha çox gəlir götürülür.

GMO məhsullar Azərbaycana 90-cı illərin əvvəllərindən ayaq açıb. Hazırda Azərbaycanda qarpız, pomidor, çuğundur və sair məhsullardan toxum götürmək mümkün deyil. Çünki araşdırmalara görə, artıq pomidorların 95, kartofun azı 70, qarpızların, günəbaxanın, çuğundur və qarpızın 80 faizi GMO-dur.

"McDonalds" və bu kimi digər "fast-food" şəbəkələrinin menyusunun bəzəyi olan hamburger, hotdoq və digər yeməklərdə və şirniyyatlarda istifadə edilən qidalar tamamilə transgen məhsullardır. Xərçəng və sair təhlükəli xəstəliklərin artmasında bu məhsullar ən böyük rolu oynayır.

Burda daha bir məqam var ki, bu, strateji planda iqtisadi və siyasi baxımdan da ciddi təhlükə vəd edir. Bu da ondan ibarətdir ki, GMO toxumlar torpağı özünə öyrəşdirir, toxum vermir. Bu toxumlar ucuz təklif olunduğundan hamı təbii toxumu qoyub onu əkməyə çalışır. Çünki burda daha çox məhsul götürülür ki, bu da maddi qazanc deməkdir.

Beləliklə, yerli toxumlar sıradan çıxır, ölkə qalır GMO toxum istehsal edən və bütün dünyada ixrac edən "Monsanto" kimi transmilli korporasiyaların əlində. Ölkələr bu şirkətlərdən tam sılı vəziyyətə düşür. Bu isə ərzaq və qida təhlükəsizliyi baxımından son dərəcə təhlükəli perspektiv vəd edir.

Azərbaycanda qanunla GMO bitkilərinidxalı, istehsalı, satışı qadağamdır. Lakin bu qanunların tələblərinə riayət olunmur. Çünki bazar-dükanda çox sayda transgen məhsullar satılır. Bunlar həm xaricdən gətirilir, həm də ölkə daxilində istehsal olunur.

Artıq soğan acı dadmır. Ramiz Rövşənin "Soğan soya-soya ağlayan qadın" şeiri isə öz mahiyyətini tamam itirib. Nə tərəvəzdə dad qalıb,nə paxlalarda, nə çörəkdə. Meyvələrin də yarısı həll olunub. Qoruya bilməsək bir neçə ilə yerli təbii məhsullarımız tam yoxa çıxacaq.

Buna görə də, respublikada ölkə başçısının tapşırığı ilə toxumçuluq təsərrüfatlarının yaradılmasını və yerli toxum bazasının qorunub saxlanması istiqamətində digər addımları təqdirəlayiq hesab etmək lazımdır. Bu işi genişləndirməliyik. Çünki bu həm ərzaq təhlükəsizliyidir, həm də qida təhlükəsizliyi. Yekunda isə birbaşa dövlət təhlükəsizliyi məsələsidir.

Bu işi təkcə dövlətin üzərinə qoymaq olmaz. Əhali belə məhsulları almasa, onlar tədricən sıradan çıxar. Yerli təbii məhsullarımızın istehsalı artar, pulu isə hansısa Con yox, Mamed dayı qazanar. Xalqımızın da sağlamlığı təhlükə altında qalmaz.

Elçin Bayramlı

Molla kəbini ilə evləndikdə əmlakdan pay düşürmü?

Hüquqşünas mühüm məqamlara aydınlıq gətirdi

""Molla kəbini" kimi əhali arasında yayılmış anlayış hüquqi baxımdan "dini nikah" kimi təsvir olunur və belə nikahla bağlı hüquqi tənzimlənmə Azərbaycan Respublikasının Ailə Məcəlləsində öz əksini tapmışdır". Bu sözləri SİA-ya açıqlamasında Vəkillər kollegiyasının üzvü, Bakı şəhəri 31 saylı Vəkil Burosunun vəkili Aysel Əhmədova deyib.

Aysel Əhmədova sözlərinə belə davam edib: "Belə ki, istinad olunan Məcəllənin 1.5-ci maddəsinə əsasən dini kəbinkəsmə (dini nikah) hüquqi əhəmiyyətə malik deyildir. "Hüquqi əhəmiyyətə malik deyildir" ifadəsi, bir hadisənin və ya əməlin dövlətin qanunları və hüquqi sistemində müəyyən hüquqi nəticələr doğurmadığını bildirir. Yəni, bu hal və ya əməl, dövlətin qanuni tələblərinə uyğun olaraq rəsmi olaraq tanınmır və ona görə də hüquqi olaraq heç bir hüquq və ya məsuliyyət yaratmır.

Azərbaycan Respublikasının mövcud qanunverliciyə əsasən ər-arvadın hüquq və vəzifələrinin yaranması üçün onlar arasında bağlanmış nikah Azərbaycan Respublikası Ədliyyə Nazirliyinin və Naxçıvan Muxtar Respublikasının ərazisində isə Naxçıvan Muxtar Respublikası Ədliyyə Nazirliyinin qeydiyyat şöbələrində qeydiyyata alınmalıdır.

Əmlak məsələsinə gəldikdə isə, yuxarıda da qeyd olunduğu kimi, əmlakla bağlı hüquqi nəticələrin yaranması üçün də tərəflər arasında dövlət qeydiyyatından keçmiş rəsmi nikah olmalıdır. Belə ki, Dini (molla) kəbini ilə evlənən şəxslər dövlət tərəfindən hüquqi olaraq tanınmadığından, bu nikahda əldə edilən əmlakın bölüşdürülməsi və ya digər hüquqi məsələlərə dair rəsmi nikah bağlamış ər-arvad üçün nəzərdə tutulan hüquqi müdafiə və ya tənzimləmə tətbiq edilmir".

Ayşən Vəli

"SƏS" qəzetinə abunə kampaniyası davam edir!

«SƏS» QƏZETİNƏ ABUNƏ OLMAQ İSTƏYƏNLƏR AŞAĞIDAKI YAYIM ŞİRKƏTLƏRİ İLƏ ƏLAQƏ SAXLAYA BİLƏRLƏR

1. Azərpoçt Poçtdaşıma Mərkəzi – 0125984955, 0552004544
2. Azərmətbuat Yayım MMC – 0124411991, 0124404694
3. Səma Mətbuat Yayım – 0125940252, 0503336969
4. Pressaİnform MMC – 0125115191, 0504560835, 0553156002
5. Qaya Mətbuat yayım – 0125667780, 0502352343
6. Qasid Mətbuat Yayım – 0124931406, 0124938343
7. F.Ş.Ruhid Hüseynov – 0124349301, 0505357898
8. Ziya LTD – 0124977696, 0503067744

1 nüsxə 1 aylığı 13.20 AZN
6 aylıq 79.20 AZN
1 illik 158.40 AZN

ABUNƏÇİLƏRİMİZİN XİDMƏTİNDƏYİK
Müraciət, şikayət, yazı, təbrik və başsağlıqlarınızı dərc etməyə hazırıq!

Bir gündə vətəndaşların kartlarından 87 min manat pul oğurlanıb - ŞOK!

Ötən gün vətəndaşların 87 min manatdan çox pulu talanıb. Bu barədə Daxili İşlər Nazirliyi məlumat yayıb. Qeyd olunub ki, ötən gün ayrı-ayrı vətəndaşların müxtəlif kiber üsulla - 20 min, 17 min, 16 min, 15 min, 7 min 800, 4 min 650, 2 538, 1 006, 350, 500, 900, 850, 200, 107, 60, 56, 50 manat pul vəsaitləri bank kartlarından oğurlanıb.

DİN bir daha vətəndaşlara müraciət edərək şübhəli zənglərdən gələn cəlbedici qazanc, sığorta, bank hesablarının möhkəmləndirilməsi, mədaxil üzrə ödənişlərlə əlaqəli təkliflərə diqqətlə yanaşmağı tövsiyə edib: "Qəti formada şəxsi bank məlumatlarını naməlum şəxslərə verməyin, təhlükə var".

İsti havalarda necə qidalanmalıyıq?

"Havalar istiləşir, bədən də bu dəyişikliyə reaksiya verir". Bu sözləri SİA-ya açıqlamasında dietoloq və sağlam qidalanma mütəxəssisi Ceyhunə Yusifova deyib. Onun sözlərinə görə, iştaha azalır, tez yoruluruq, halsızlıq hiss edirik: "Amma düzgün qidalanma ilə özümüzü çox rahat hiss edə bilərik.

1. Su qəbulu vacibdir - Səhər oyanan kimi 1 stəkan ılıq su içmək vərdiş olsun. Gün ərzində də mütləq 2,5 - 3 litr qazsız su içirik. Bədəni susuz qoymaq olmaz.

2. Yüngül yeməklər seçirik - Qızartmalardan, çox yağlı yeməklərdən qaçırıq. Sobanı, buxarı, qril üsulunu seçirik. Tərəvəz yeməkləri, göyərtili salatlar əla seçimdir.

3. Təzə göyərtilərdən istifadə edirik - İndi aprel ayıdır, şükür göyərti boldu: keşniş, şüyüd, kərəviz, yaşıl soğan, ispanaq. Bədənə vitamin verir, enerji qatır.

4. Zülal qəbulunu unutmuruq - Toyuq filesi, balıq, yumurta, kəsmik bu dövr üçün ideal qidalardır. Enerji verir, əzələ zəifliyinin qarşısını alır.

5. Minerallara diqqət - İstilik artanda bədən mineral itirir. Ona görə yeməklərdə azca təbii duz istifadə edə bilərik. Eyni zamanda qatıq, ayran kimi məhsullar da mineralları tamamlayır.

6. Yemək saatlarını düzgün seçirik - İsti vaxtda iştaha olmur deyə, yeməkləri ya səhər tezdən, ya da axşam sərin vaxtda yeməyə çalışırıq. Yadda saxlayırıq: ac qalmaq olmaz! Sadəcə bədəni yormadan, yüngül və balanslı yeməklərlə özümüzü dəstəkləyirik".

Söylü Ağazadə

Baş redaktor:
Bəhruz Quliyev

Ünvanımız:
Bakı şəhəri, Üzeyir Hacıbəyli küçəsi, 66.
Şəhadətnamə:№ 022492
http://www.ses-news.az
http://www.sesqazeti.az
E-mail: ses@sia.az
"ƏLİNCƏ" AZƏRBAYCAN XEYRİYYƏ CƏMİYYƏTİNİN ORQANI.
QƏZET 1991-Cİ İL YANVARIN 11-DƏN ÇIXIR
Tel: 598-33-90
Faks: 493-11-62

Redaksiyanın mövqeyi ilə müəllifin mövqeyi üst-üstə düşməyə bilər.

Qəzet bazar və bazar ertəsindən başqa hər gün nəşr olunur

Tiraj: 2700