QOY ƏDALƏT ZƏFƏR ÇALSIN!

"SƏS" qəzeti mənim üçün ən əziz qəzetdir

Suveren Azərbaycanın yaratdığı yeni reallıqlar

10

SƏS
№ 167 (7335)
16 sentyabr 2025-ci il.
Qiymәti 60 qәpik

Qarabağ və Şərqi Zəngəzur tarixi günlərini yaşayır!

2

Prezident İlham Əliyev: "Son beş ilin tarixi onu göstərdi ki, heç bir xarici qüvvə bizim iradəmizə təsir edə bilmədi"

Tariflər və sanksiyalar

12

G7 Rusiya tərəfdarları üçün sanksiyalar və rüsumları müzakirə edib

Ermənistanın mina terroru - Böyük Qayıdış üçün ciddi maneə!

14

İlk dərs günü: şən və kövrək anlar...

8

"Kəndə qayıdış" proqramı elan edilsin...

5

Xaricdə iş vədilə aldadılan vətəndaşlar: dələduzlardan necə qorunmalı?

7

"Barselona"dan 6 qollu futbol dərsi!

16

Qarabağ və Şərqi Zəngəzur tarixi günlərini yaşayır!

Prezident İlham Əliyev: "Son beş ilin tarixi onu göstərdi ki, heç bir xarici qüvvə bizim iradəmizə təsir edə bilmədi"

30** ilə yaxın işğal altında olan torpaqlarımız azad olunandan sonra Qarabağımız, Şərqi Zəngəzurumuz müasir dünyanın ahəngində qurulur, yeni həyat, nəfəs verilir. Əsrlərin yaddaşında özünə yuva qurmuş əzəli torpaqlarımız tarixi, daşı, qayası, mədəniyyət abidələri, dini ocaqları hər zaman möhtəşəmliyi ilə diqqətdə olmuş və qürurla səhifələdiyimiz daş abidələrdə öz əksini tapmışdır. Bu gün Zəfər qazanan BÜTÖV və SUVEREN AZƏRBAYCAN tarixin dönəmində inkişaf yolu keçmiş qeyd etdiyimiz məkanlarda böyük quruculuq-abadlıq işlərinə başlayıb.

Azərbaycan Prezidenti İlham Əliyevin işğaldan azad olunan ərazilərimizə səfərləri və burada görülən işlərlə tanışlıq və təməlqoyma mərasimlərinin keçirilməsi böyük abadlıq-quruculuq işlərinin davamı olmaqla yanaşı, burada görülən işlərin sürətlə aparıldığını bir daha təsdiqləmiş olur. Bu gün Böyük Qayıdış üçün lazımı tədbirlər həyata keçirilir. Böyük Qayıdışın yüksək səviyyədə reallaşmasına xidmət edən addımların miqyasının genişliyi diqqətdən kənarda qalmır. Qarabağın tacı Şuşada, Ağdamda, Laçında və digər ərazilərdə aparılan bərpa-quruculuq işlərinin vüsəti artır. Verilən göstərişlər vaxtında və yüksək səviyyədə yerinə yetirilir.

Azərbaycan Prezidentinin növbəti dəfə Qarağağ və Şərqi Zəngəzura səfəri və görülən işlərlə tanışlığı, təməlqoyma mərasimlərində iştirakı buranın gələcək gözəl həyatına söykənir.

Azərbaycan Ordusunun Qarabağda başlatdığı lokal xarakterli antiterror tədbirlərinin qısa müddətdə öz müsbət nəticəsini verməsi, separatçıların təslim olması əlbəttə ki, ölkəmizin növbəti uğuru kimi tarixdə yer aldı.

"QARABAĞDA VƏ ZƏNGƏZURDA GEDƏN QURUCULUQ DÜNYANIN HEÇ BİR YERİNDƏ YOXDUR"

"Biz beş il ərzində şəhərlər, kəndlər, körpülər, tunellər, su anbarları, elektrik stansiyaları qurmuşuq". Bu barədə Prezident İlham Əliyev Xocavənd rayonunun Qırmızı Bazar qəsəbəsində Qırmızı Bazar, Hadrut qəsəbələrinin və Sos kəndinin sakinləri ilə görüşündə bildirib.

"Yeni, burada – Qarabağda və Zəngəzurda gedən quruculuq dünyanın heç bir yerində yoxdur. Əsas odur ki, Azərbaycan xalqı rahat yaşasın, xoşbəxt yaşasın, sülh içində yaşasın", - deyə dövlətimizin başçısı vurğulayıb.

Bu gün həmin ərazilərdə yeni dövr başlanıb – abadlıq-quruculuq dövrü. Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev sentyabrın 14-də Füzuli rayonunun yeni salınacaq Qaraxanbəyli kəndinin təməlini qoyub.

Yeni salınacaq kəndə Ermənistanın işğalı zamanı dağıdılmış Qaraxanbəyli və Merdinli kəndlərinin sakinləri yerləşdiriləcək.

Layihə iki mərhələdə icra olunacaq. Gələn il yekunlaşdırılması nəzərdə tutulan birinci mərhələ 87 hektara yaxın ərazidə həyata keçiriləcək. Bu mərhələdə 404 ailənin, ümumilikdə 1861 nəfərin köçürülməsi nəzərdə tutulur. Ərazidə 81 ədəd iki, 202 ədəd üç, 101 ədəd dörd, 20 ədəd beşotaqlı olmaqla 404 fərdi ev inşa ediləcək. Kənddə sosial infrastrukturun, o cümlədən inzibati və xidmət binalarının, məktəbin, uşaq bağçasının, tibb məntəqəsinin inşası, 16 kilometrə yaxın daxili yolların, həmçinin elektrik, qaz, su və kanalizasiya xətlərinin çəkilməsi planlaşdırılır.

2027–2030-cu illəri əhatə edəcək ikinci mərhələ isə 230 hektara yaxın ərazidə icra olunacaq. Həmin dövr buraya 1075 ailənin, ümumilikdə 4093 nəfərin köçürülməsi nəzərdə tutulur. İki, üç, dörd və beşotaqlı olmaqla 771 fərdi ev və iki-üçmərtəbəli yaşayış binaları inşa ediləcək. İkinci mərhələ çərçivəsində də məktəbin və 2 uşaq bağçasının inşası planlaşdırılır. Əhalinin və evlərin sayı kəndin 20 illik perspektiv inkişafı nəzərə alınmaqla müəyyən edilib.

SOS KƏNDİNDƏ 2026-CI İLDƏ 104 EV BƏRPA OLUNACAQ

Bu gün bütün ərazilərimiz kimi, Xocavənd rayonunun Hadrut qəsəbəsində də böyük layihələr həyata keçirilir. 2020-ci ildə 44 günlük Vətən müharibəsi zamanı qəsəbə erməni işğalından azad ediləndən sonra burada genişmiqyaslı abadlıq-quruculuq layihələri icra olunub və hazırda da bu istiqamətdə işlər davam etdirilir. "Hadrut" qovşaq yarımstansiyası və Rəqəmsal İdarəetmə Mərkəzi, yeni hərbi hissə, ümumi uzunluğu 12,5 kilometr olan Füzuli-Hadrut avtomobil yolu istifadəyə verilib, transformator məntəqəsi tikilib, mövcud elektrik xətləri bərpa olunub, 8 su anbarı təmir edilib, yeni su, kanalizasiya və qaz xətləri çəkilib, qəsəbədaxili yollarda təmir işləri aparılıb. Qəsəbədə zəruri sosial infrastruktur, o cümlədən hotel, ticarət və ictimai-iaşə obyektləri yaradılıb.

Hadrut qəsəbəsində ümumilikdə 541 ev var ki, onlardan da 462-si yararsız, 79-u isə qismən yararlıdır. Bu evlərdən 10-u artıq istismara hazırdır. Qismən yararlı evlərin hamısı ilin sonunadək bərpa ediləcək.

Hazırda 10 ailə, ümumilikdə 41 nəfər öz dədə-baba yurdu Hadruta qayıdıb. Hadrut qəsəbəsində inşa olunmuş məscidin açılışı da əlamətdar bir hadisədir. Bu məscidin təməlini dövlətimizin başçısı 2021-ci ilin oktyabrında qoyub.

Məscidin minarəsinin hündürlüyü 25 metrə yaxındır. Burada eyni vaxtda 210 nəfərin ibadət etməsi mümkün olacaq. Birinci mərtəbə kişilərin, ikinci mərtəbə isə qadınların ibadət etməsi üçün nəzərdə tutulub. Məscidin fasadında milli ornamentlərə uyğun xüsusi bəzək elementlərindən istifadə olunub.

Ardı Səh. 3

Qarabağ va Şərqi Zəngəzur tarixi günlərini yaşayır!

Əvvəli-Səh-2

Torpaqlarımızın işğaldan azad edilməsindən sonra Azərbaycan dövləti tərəfindən həmin ərazilərimizdə Ermənistan tərəfindən dağıdılmış dini-tarixi abidələrin əvvəlki görünüşünə uyğun bərpası, həmçinin yeni məscidlərin inşası istiqamətində ardıcıl işlər görülür.

Dövlətimizin başçısı Xocavənd rayonunun Sos kəndində də olub və kənddə görülmüş işlərlə tanış olub. Sos kəndi 2023-cü ildə Silahlı Qüvvələrimizin həyata keçirdiyi antiterror əməliyyatı zamanı Azərbaycanın nəzarətinə keçib.

İndiyədək kənddə mövcud elektrik və qaz xətləri, subartezian quyuları bərpa olunub, 2 transformator quraşdırılıb, sayğaclaşdırma prosesinə başlanılıb, 3 su anbarı təmir edilib, təqribən 5 kilometr uzunluğunda təbii qaz xətti çəkilib. Sos kəndində 259 mövcud fərdi evin 70-i yararsız, 189-u isə qismən yararlıdır. Hazırda 10 ev istismara hazırdır. İlin sonunadək daha 75 ev istismara hazır olacaq. 2026-cı ildə isə 104 evin bərpası nəzərdə tutulur. İndiyədək 10 ailə (46 nəfər) kəndə qayıdıb. Qarabağ bölgəsinin məşhur yaşayış məntəqələrindən Xocavənd rayonunun Qırmızı Bazar qəsəbəsi tarixi günlərini yaşayır. Qəsəbədə 300 fərdi ev mövcuddur ki, onlardan da 71-i yararsızdır, 229-u isə qismən yararlıdır. Artıq 10 ev istismara hazırdır. Ümumilikdə 2025-ci ilin sonunadək 217, 2026-cı ildə isə 12 fərdi ev bərpa olunacaq. Hazırda 10 ailə (39 nəfər) qəsəbəyə qayıdıb.

"BİZ BÜTÜN DÜNYAYA SÜBUT ETMİŞİK Kİ, GÜCLÜ XALQIQ, İRADƏLİ XALQIQ, DÖYÜŞ MEYDANINDA DA QƏLƏBƏ QAZANMIŞIQ"

1992-ci ilin 26 fevral tarixində erməni təcavüzkarları Azərbaycanın Xocalı şəhərində bəşəriyyət tarixində ən qanlı faciələrlə bir sırada duran soyqırımı törətdilər. Bu soyqırımı erməni millətçilərinin və onların havadarlarının Azərbaycan xalqına qarşı uzun müddət davam edən etnik təmizləmə və soyqırımı siyasətinin daha bir dəhşətli nümunəsidir. Xocalı soyqırımı ilə ermənilər Xocalının yer üzündən silinməsini və məhv olmasını reallaşdırdılar. Xocalı bir gecənin içərisində yerlə-yeksan olundu. Erməni terrorçularından yayınıb meşələrə və dağlara qaçan insanların çoxu soyuqdan və şaxtadan məhv oldular. Xocalı şəhəri isə yer üzündən silindi. Xocalı soyqırımının nəticələri çox dəhşətli idi. Bu kütləvi qırğın nəticəsində 613 nəfər, o cümlədən 106 qadın, 63 uşaq, 70 qoca amansızlıqla qətlə yetirildi, 487 nəfər şikəst oldu, 1275 dinc sakin girov götürüldü, onlardan 150 nəfərin taleyi isə hələ də məlum deyil. Bu soyqırımı aktı nəticəsində 8 ailə tamamilə məhv edildi, 25 uşaq hər iki valideynini itirdi. Hər il dünya azərbaycanlıları və ədaləti uca tutanlar Xocalı faciəsi qurbanlarının xatirəsini yad edirlər.

Xocalı faciəsi 200 ilə qədər bir müddətdə erməni millətçilərinin və onların havadarlarının Azərbaycan xalqına qarşı apardıqları etnik təmizləmə və soyqırımı siyasətinin davamıdır. Bu əməllərin qabaqcadan düşünülmüş qaydada, milli əlamətinə görə insanların tamamilə və ya qismən məhv edilməsi niyyəti ilə törədilməsi beynəlxalq hüquqa əsasən, Xocalı faciəsinin, məhz soyqırımı olduğunu təsdiq edir. Prezident İlham Əliyev Xocalı faciəsini təcavüzkar erməni millətçilərinin yüzilliklər boyu Azərbaycan xalqına qarşı apardığı soyqırımı və etnik təmizləmə siyasətinin qanlı səhifəsi kimi qiymətləndirib.

İkinci Qarabağ müharibəsinin nəticələrinə əsasən, imzalanmış 10 noyabr 2020-ci il tarixli üçtərəfli bəyanata uyğun olaraq Xocalı şəhəri Rusiya Sülhməramlı kontingentinin nəzarəti altında olub. 19 sentyabr 2023-cü ildə aparılan lokal xarakterli antiterror əməliyyatları nəticəsində azad olunmuşdur. Yevlax rayonunda keçirilən danışıqların nəticəsində Xocalı rayonu 24 sentyabr 2023-cü ildə Azərbaycan Respublikasının nəzarətinə keçdi. Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev oktyabrın 15-də Xocalı şəhərində Azərbaycan Respublikasının Dövlət Bayrağını ucaltdı. Artıq bu gün Xocalının qapısı üzümüzə açıqdır.

"SON BEŞ İLİN TARİXİ ZƏFƏR TARİXİDİR, ŞANLI TARİXİMİZDİR"

Azərbaycan əzəli torpaqlarına sahibdir. Bu gün artıq Xocalı azad şəhər olarq yeni dövrünün yaşayır. Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev sentyabrın 15-də Xocalı rayonunun Seyidbəyli kəndində olub. Qeyd edək ki, Seyidbəyli kəndi 2023-cü ilin sentyabrında Silahlı Qüvvələrimizin həyata keçirdiyi antiterror əməliyyatı zamanı Azərbaycanın nəzarətinə keçib. "Biz bütün dünyaya sübut etmişik ki, güclü xalqıq, iradəli xalqıq, döyüş meydanında da qələbə qazanmışıq, sülhə də hər zaman hazır idik. Amma sülh ədalətli sülh olmalı idi, beynəlxalq hüquq və tarixi ədalət üzərində sülh olmalı idi". Bu fikirləri Prezident İlham Əliyev Xocavənd rayonunun Qırmızı Bazar qəsəbəsində Qırmızı Bazar, Hadrut qəsəbələrinin və Sos kəndinin sakinləri ilə görüşündə səsləndirib.

Dövlətimizin başçısı əlavə edib: "Son beş ilin tarixi onu göstərdi ki, heç bir xarici qüvvə bizim iradəmizə təsir edə bilmədi". Bundan sonra kəndin sosial infrastrukturunun qurulmasına başlanılıb. Belə ki, 30 kilometr uzunluğunda mövcud elektrik xətti bərpa olunub, 2 ədəd transformator quraşdırılaraq, sayğaclaşdırma işlərinə start verilib. Magistral qaz xətləri çəkilib, 5,7 kilometr uzunluğunda mövcud qaz xətti, həmçinin su anbarı, subartezian quyusu bərpa edilib, içməli su şəbəkəsi yenidən qurulub. Kənddə bayraq meydanı salınıb, kənddaxili yollar asfaltlanıb.

Seyidbəyli kəndində 140 ev var ki, onlardan da 22-si yararsız, 118-i isə qismən yararlıdır. Artıq 10 ev bərpa edilib. Bu ilin sonunadək 44, 2026-cı ildə isə daha 64 ev istismara hazır olacaq. İndiyədək kəndə 9 ailə (31 nəfər) köçüb.

Xocalı rayonunun Daşbulaq kəndində 13 hektar sahədə tut bağı salınıb. Burada Çin Xalq Respublikasından idxal olunmuş 130 min ting əkilib. Tut bağında damcılı suvarma sistemi yaradılıb. 2026-cı ildə 100 ton, 2030-cu ildə isə 500 ton tut yarpağının istehsalı planlaşdırılır. Proqnozlaşdırılan barama istehsalı gələn ildən başlayaraq 5 il ərzində 60 tondur. Bu ilin oktyabr-noyabr aylarında əlavə 150 hektar sahədə damcılı suvarma sisteminin tətbiqi və təxminən 1,5 milyon tut tinginin əkilməsi, klaster modeli əsasında tut bağının salınması, ətrafda kümxanaların qurulması, ipəkqurdunun bəslənməsi, yaş barama istehsalı, həmçinin məhsulun emal prosesinin həyata keçirilməsi nəzərdə tutulur. Burada 25 nəfər daimi işlə təmin olunub. Mövsümi işlərə isə 750 nəfər cəlb ediləcək.

"Son beş ilin tarixi Zəfər tarixidir, şanlı tariximizdir", - deyən Azərbaycan Prezidenti bildirib ki, şadam ki, siz artıq öz doğma dədə-baba torpağınıza gəlmisiniz, yerləşmisiniz. Sizin üçün burada şərait yaradılıb, evlər tikilib, təmir edilib. Bütün şərait var - su, qaz, elektrik, istilik, məktəb, tibb məntəqəsi, yollar. Ən önəmlisi bura doğma Qarabağ diyarıdır".

Zümrüd BAYRAMOVA

“Bu, xoşbəxtliyin, qürurun və geri dönüşün vəhdəti idi”

Prezident İlham Əliyev ICESCO-nun Baş direktorunu qəbul edib

Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev sentyabrın 15-də Şuşada ICESCO-nun Baş direktoru Səlim bin Məhəmməd əl-Maliki qəbul edib. Söhbət zamanı ICESCO-nun Baş direktorunun ölkəmizə, o cümlədən Şuşaya səfərləri və dövlətimizin başçısı ilə görüşləri məmnunluqla xatırlandı. Səlim bin Məhəmməd əl-Malik Şuşa şəhərinin gözəlliyinin onda dərin təəssürat hissi yaratdığını qeyd etdi. Görüşdə işğaldan azad edilmiş ərazilərimizdə həyata keçirilən genişmiqyaslı abadlıq-quruculuq işləri yüksək qiymətləndirildi.

Dövlətimizin başçısı mədəniyyətimizin təşviqinə verdiyi dəstəyə görə ICESCO-nun Baş direktoruna təşəkkürünü bildirdi.

Prezident İlham Əliyev: Bir daha sizə Azərbaycana göstərdiyiniz dəstəyə, mədəniyyətimizin, azad edilmiş bölgələrimizin mədəniyyətinin təşviqinə görə minnətdarlığımı bildirirəm. Bir təşkilat olaraq ICESCO Qarabağa ilk səfərlərdən birini həyata keçirib, siz isə orada olmuş ilk əcnəbi vətəndaşlardansınız. Siz bununla həmrəylik nümayiş etdirdiniz, habelə bu ərazilərdə nələrin dağıdıldığı barədə məlumat verərək səsinizi ucaltdınız. Biz bunu heç zaman unutmayacağıq.

Sizin rəhbərliyinizlə Şuşanın ICESCO tərəfindən İslam Mədəniyyətinin Paytaxtı elan edilməsi qərarı hər bir azərbaycanlını qəlbən fərəhləndirdi. Cıdır düzündə sizin də iştirakınızla keçirilmiş tədbirdə unudulmaz ab-havanın şahidi oldunuz. Bu, xoşbəxtliyin, qürurun və geri dönüşün vəhdəti idi.

Bütün bunları nəzərə alaraq, mən sizin Azərbaycanın yüksək dövlət mükafatı olan “Dostluq” ordeni ilə təltif edilməyiniz haqqında Sərəncam imzaladım. İcazənizlə onu sizə təqdim etmək istəyirəm. Təbrik edirəm.

Səlim bin Məhəmməd əl-Malik: Zati-aliləri, çox təşəkkür edirəm. Mən bu ordeni dərin minnətdarlıq hissi ilə qəbul edirəm. Bu, yalnız şəxsən mənim deyil, mənimlə birlikdə çalışan və fəaliyyətimdə mənə dəstək olan hər kəsin əməyinə verilən qiymətdir. Həmin insanlar biliyin irəliyə aparılması, mədəniyyətin qorunması və sülhün bərqərar edilməsi istiqamətində əllərindən gələni edənlərdir. Mən bu ordeni bir simvol olaraq hər zaman xatırlayacağam və əminəm ki, mənimlə yanaşı, bu ordenlə ailəm, həmkarlarım və dövlətim də fəxr edəcək. Zati-aliləri, bir daha təşəkkür edirəm.

Görüşdə Azərbaycan ilə ICESCO arasında uğurlu əməkdaşlığın qurulduğu vurğulanaraq, bunun gələcəkdə daha da genişlənəcəyinə əminlik bildirildi.

Bizi dostluq və qardaşlıq telləri birləşdirir!

Prezident İlham Əliyev Türkiyə Silahlı Qüvvələrinin Baş Qərargah rəisini qəbul edib

Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev sentyabrın 15-də Şuşada Türkiyə Respublikası Silahlı Qüvvələrinin Baş Qərargah rəisi Selçuk Bayraktaroğlunu qəbul edib. Qəbula görə minnətdarlığını bildirən Selçuk Bayraktaroğlu Türkiyə Respublikasının Prezidenti Rəcəb Tayyib Ərdoğanın salamlarını dövlətimizin başçısına çatdırdı.

Prezident İlham Əliyev salamlara görə minnətdarlığını bildirdi, onun da salamlarını Türkiyə Prezidentinə çatdırmağı xahiş etdi. Görüşdə ölkələrimiz arasında qardaşlıq və strateji müttəfiqlik münasibətlərinin bütün istiqamətlərdə, o cümlədən hərbi sahədə uğurla inkişaf etdiyi vurğulandı.

Azərbaycan və Türkiyə qədər bir-birinə yaxın ölkələrin olmadığını deyən dövlətimizin başçısı qeyd etdi ki, birliyimiz dünya miqyasında önəmli amildir. Prezident İlham Əliyev bölgədə artıq sülh dövrünün başladığını vurğuladı.

Söhbət zamanı Azərbaycanla Türkiyə arasında müttəfiqlik münasibətləri haqqında Bəyannamənin 2021-ci ildə məhz Şuşa şəhərində imzalanmasının önəminə toxunuldu.

Bugünkü görüşün 15 sentyabr - Qafqaz İslam Ordusu tərəfindən Bakının daşnak-bolşevik işğalından azad olunmasının 107-ci ildönümünə təsadüf etməsi məmnunluqla vurğulandı. Söhbət zamanı Azərbaycanın və Türkiyənin hərbi qurumları arasında qardaşlığa, strateji müttəfiqliyə əsaslanan əməkdaşlığın daha da inkişaf etdirilməsi ilə bağlı fikir mübadiləsi aparıldı.

Mərkəzi Gömrük Hospitalında Naxçıvan Dövlət Universitetinin Tibb fakültəsinin tələbələri ilə görüş keçirilib

Azərbaycan Respublikası Dövlət Gömrük Komitəsinin Tibbi Xidmət İdarəsi və Naxçıvan Dövlət Universiteti arasında imzalanmış əməkdaşlıq Memorandumuna əsasən Naxçıvan Dövlət Universitetinin Tibb fakültəsinin VI kursunda təhsil alan bir qrup tələbə Mərkəzi Gömrük Hospitalında cərrahiyyə, daxili xəstəliklər, təcili tibbi yardım, ailə saölamlığı və seçmə fənn üzrə müxtəlif şöbələrdə təcrübə proqramına başlayıblar.

Təcrübı proqramının ilk günü - 15 sentyabr 2025-ci il tarixində Mərkəzi Gömrük Hospitalında Naxçıvan Dövlət Universitetinin Tibb fakültəsinin təcrübə pruqramına başlayan tələbələri ilə görüş keçirilib. Tədbirdə Dövlət Gömrük Komitəsi Tibbi Xidmət İdarəsinin rəis müavini, t.ü.f.d., dosent İsmayıl Əfəndiyev, Mərkəzi Gömrük Hospitalının Ümumi Cərrahiyyə şöbəsinin ümumi cərrahı, tibb elmləri doktoru Dr. Aynur Səfiyeva, Dövlət Universitetinin Tibb fakültəsinin tələbələri iştirak ediblər.

Tədbiri giriş sözü ilə açan Dövlət Gömrük Komitəsi Tibbi Xidmət İdarəsinin rəis müavini, t.ü.f.d., dosent İsmayıl Əfəndiyev tələbələri təcrübə proqramına başlamaları münasibətilə təbrik edib, bu mərhələnin onların həkim kimi formalaşmasında mühüm rol oynayacağını vurğulayıb və onların gələcəkdə peşəkar bilikləri, humanizm dəyərləri və əzmkarlıqları ilə Azərbaycan səhiyyəsinə dəyərli töhfələr verəcəklərinə əminliyini ifadə edib.

Daha sonra Ümumi Cərrahiyyə şöbəsinin ümumi cərrahı, tibb elmləri doktoru Dr. Aynur Səfiyeva çıxış edərək tələbələri təcrübə proqramına başlamaları münasibətilə təbrik edib, onlara uğurlar arzulayıb. O, təcrübə müddətinin gənc həkimlər üçün nəzəri bilikləri praktik bacarıqlarla zənginləşdirmək baxımından mühüm əhəmiyyət kəsb etdiyini qeyd edərək, Mərkəzi Gömrük Hospitalının peşəkar həkim heyətindən öyrənməyin tələbələrin gələcək peşəkar inkişafı üçün unikal bir imkan olduğunu vurğulayıb.

Tədbirin sonunda tələbələrin müxtəlif mövzularda ünvanladıqları suallar cavablandırılıb, onların maraq doğuran sahələr üzrə fikirləri dinlənilib. Həkimlər tələbələrin gələcək peşəkar inkişafı ilə bağlı məsləhətlər verib, təcrübə proqramının gedişatı barədə ətraflı məlumat təqdim ediblər.

Daha sonra tələbələr Mərkəzi Gömrük Hospitalının müvafiq şöbələrinə yönləndirilib və hər biri seçdikləri sahə üzrə praktiki bilik və bacarıqlarını inkişaf etdirməyə başlayıb. Qeyd edək ki, təcrübə proqramı tələbələrin gələcəkdə ixtisaslı həkim kimi formalaşmasına, nəzəri biliklərini praktik bacarıqlarla möhkəmləndirməsinə və xəstələrlə işləmə təcrübəsi qazanmasına xidmət edir. Bu cür proqramlar gənc mütəxəssislərin Azərbaycan səhiyyəsinin gələcəyində daha hazırlıqlı və savadlı kadrlar kimi yetişməsinə mühüm töhfə verir.

"Kəndə qayıdış" proqramı elan edilsin...

Elçin Bayramlı

Dövlətin tənzimləyci, yönəldici və stimullaşdırıcı funksiyasının detallarında aqrar siyasətin mahiyyəti gizlənir. Belə ki, müvafiq statistika bu sahədə dövlət siyasətini aydın göstərir. Aqrar sektorun inkişafı üçün dövlət dəstəyinin artması yeganə şərt deyil, məsələ həm də ayrılan vəsaitlərin effektiv idarəedilməsindən ibarətdir. Əgər aqrar sektora ayırılan dövlət yardımları düzgün idarə olunsa, nəticədə kənddə iş imkanları və məhsul istehsalı həcmi getdikcə artar. Bu da öz növbəsində ÜDM-in artması ilə əlaqədar olaraq idxaldan asılılığın azalması, qeyri-neft ixracının artması, büdcəyə ödənişlərin çoxalması kimi iqtisadi vəziyyətin, məşğulluğun azalması, qiymətlərin aşağı düşməsi kimi sosial vəziyyətin yaxşılaşmasına gətirib çıxarar.

Çox təəssüf ki, bu gün ÜDM-də regionların payı çox azdır. Bu da həm əhalinin yarısının bir zonaya toplaşması, həm iqtisadi kativliyin bakı və Abşeronda daha yüksək olması ilə bağlıdır. Əlbəttə, burada neft qaz sektorunun da mühüm rolu var. Ölkəmizdə əhalinin balanssız yerləşməsi ötən əsrin 90-cı illərinin əvvəlində meydana çıxdı- regionlarda zavod və fabriklər bağlandıqdan, təsərrüfatlar işini dayandırdıqdan, işsizlik vüsət aldıqdan sonra əhalinin əksər hissəsi iş tapmaq üçün paytaxta axın etdi. Hazırda Bakıda, ümumiyyətlə, Abşeron yarımadasında ölkə əhalisinin yarısı - təxminən 5 milyon nəfərə yaxın insan cəmləşib.

Bu gün paytaxtda cəmləşən kənd əhalisinin böyük əksəriyyətinin kəndlərdə evi, torpağı və s. mülkiyyəti var. Bunlar bir növ daxili köçkünlərdir və öz yurdlarına qayıda bilərlər. Sadəcə onlara öz doğma yerlərində iş qurmaq üçün şərait yaradılmalı, dövlət dəstəyi gücləndirilməlidir.

Əlbəttə, son dövrlərdə ölkənin tarazlı və davamlı sosial-iqtisadi inkişafı üçün dövlət tərəfindən bir çox proqramlar həyata keçirilib. Xüsusən də, Regionların inkişafına Dövlət Dəstəyi proqramları bu istiqamətdə bəzi nailiyyətlərin əldə olunmasına gətirib çıxarıb. Hazırda qeyri neft sektorunun payı neft sektorunu keçib.

Regionlarda iqtisadi aktivliyin təmin olunması ölkənin tarazlı və balanslı inkişafını təmin edə bilər. Bu istiqamətdə ən effektiv proqramlardan biri də Özünüməşğulluq proqramıdır. Əhalinin işsiz hissəsi özünə kiçik biznes, istehsal və xidmət sahəsində fərdi iş qurmaq üçün bu proqrama müraciət edir və həmin iş üçün zəruri olan bütün avadanlıqlar, aparatlar və s ləvazimatlar, həmçinin kəndlərdə, toxum, meyvə tingləri, mal-qara və sairlə təmənnasız təmin olunur. Bunun sayəsində, on minlərlə işsiz vətəndaş özünə iş yeri qurub. Nəticədə, həm ölkədə istehsal artır, həm xidmət sahələrində yeni iş sahələri yaranır, on minlərlə insan işlə təmin olunur, son nəticədə həm dövlət büdcəsinə vergi ödənişləri artır, həm sosial prolemlər azalır.

Fikrimizcə, bu istiqamətdə tədbirlərin və iqtisadi proqramların effektivliyini artırmaq üçün hökumət "Kəndə qayıdış" proqramı elan etməli, regionlarda yeni kiçik müəssisələrin, təsərrüfatların açılmasına daha böyük fikir verməlidir. Çünki, regionlarımızda iş üçün bütün imkanlar var- işçi qüvvəsi, xammal, nəqliyyat infrastrukturu, yaxın bazarlar və s. Sadəcə, həm dövlət, həm də qeyri-dövlət investisiyaları regionlara yönəldilməli, güzəştli kreditlər, subsidiyalar artırılmalı, vergi və s. güzəştlər tətbiq edilməlidir. Xüsusilə, kiçik sahibkarlığa tam şərait yaradılmalıdır, bu, işsizlik problemini də birdəfəlik həll edə bilər. Buna görə də, bölgələrdə özünüməşğulluq proqramının miqyası və həcmi kəskin artırılmalıdır.

Bunun üçün müvafiq maliyyə ehtiyatlarımız da var. Məsələn, Neft Fondunun xarici fondlarda 1-2 faizlik gəlirliliklə saxladığı strateji ehtiyatlarımızın bir qismini geri çəkib, ölkə iqtisadiyyatına invest etmək mümkündür. Bu, dəfələrlə daha artıq gəlir gətirəcək. Xaricdən aldığımız gündəlik tələbat mallarının çox böyük hissəsini özümüzdə istehsal etmək üçün bütün imkanlar, xammal da var, sadəcə istehsal avadanlıqlarını alıb gətrmək kifayətdir. Ən pis halda yerli tələbatı ödəyəcəyik və xaricdən idxala yönələn külli miqdarda valyuta ölkəmizdə qalacaq.

Xüsusilə də, kənd təsərüfatı, aqrar sənaye və yüngül sənaye sahələrinə daha çox üstünlük verməliyik. Qlobal iqtisadi böhranlar zamanı ölkələrarası ticarəti xeyi zəifləyir, ekoloji problemlər bir çox ölkələrdə ərzaq və dərman çatışmazlığına səbəb olur. Əgər qlobal vəziyyət bir qədər də gərginləşsə və ya dünyada digər gözlənilməz problemlər yaransa, ölkələr öz ümidinə qalacaq. Bu şəraitdə biz istənilən qlobal böhranlara və fors-major hallarına hazır olmalıyıq. Bunun üçün də ölkəmizin potensialından maksimum istifadə etməliyik.

Ekoloji problemlər kəskinləşir, proses bizi hara aparır?

XXI əsrin ən böyük problemlərindən biri də texnogen inkişafın daha böyük miqyasa çatması və bunun nəticəsində təbiətə təzyiqin yüksək templə artmasının doğurduğu problemlərdir. Başqa sözlə, ekoloji böhranın yaşanmasında antropogen təsirlərin rolu ən yüksək həddə çatıb ki, bu da özünü anormal iqlim şəraitində, təbii fəlakətlərin artmasında və ərzaq məhsulları istehsalının aşağı düşməsində göstərir. Artıq əksər dövlətlər bu nəticələrin aradan qaldırılması üçün böyük qüvvə sərf etməyə məcbur olurlar. Azərbaycan hökuməti də uzun illərdən bəri yığılıb qalmış ekoloji problemlərin həll edilməsi üçün müxtəlif tədbirlər həyata keçirir. Buna baxmayaraq, respublikada ekoloji problemlər öz aktuallığını itirmir. Bəs ölkəmizdə ekoloji problemlərin əsas mənbəyi nədir- qlobal ekoloji proseslər, yoxsa lokal təsirlər? Bu yazıda bu suala cavab tapmağa çalışacağıq.

Hazırda Azərbaycanda əsas ekoloji problemlər bunlardır;

-Su ehtiyatlarının çirkləndirilməsi,

-Torpaqların şoranlaşması və güclü dərmanlarla zəhərlənməsi

-Sənaye müəssisələri və avtonəqliyyatın atmosferi çirkləndirməsi;

-Tullantıların tələb olunan səviyyədə idarə olunmaması;

-Biomüxtəlifliyin, meşələrin, flora və faunanın lazımi qədər qorunmaması.

1-cidən başlayaq. Respublikanın yerüstü su hövzələrində çirklənmə dərəcəsi son dərəcə yüksəkdir. Əsas təbii su hövzəsi olan Xəzər dənizinə bütün mənbələrdən ildə təxminən 12 mlrd. kub.m çirklənmiş sular axıdılır ki, bunun da 250 mln kub.m-dən çox hissəsi Azərbaycanın payına düşür. Nəticədə Bakı buxtasında 60 mln. kub.m-dən çox çirkləndirici maddələr toplanıb.

Ən böyük çayımız olan Kürün suyunun 74%-i isə Gürcüstan və Ermənistan ərazilərində formalaşır və həddən artıq çirklənməyə məruz qalır. Hesablamalar göstərir ki, Kür çayı hövzəsinə Ermənistandan (Arazla) ildə orta hesabla 300 mln.kub.m, Gürcüstandan 265 mln.kub.m, Azərbaycandan isə 25 mln.kub.m çirklənmiş su atılır və nəticədə Kür çayı suyunun mis, sink, fenol, neft məhsulları və s. zərərli maddələrlə həddən artıq çirklənməsi müşahidə edilir.

Bundan başqa, təmizlənməmiş təsərrüfat-məişət çirkab suları ilə çaya ildə 40 min ton üzvi maddələrin axıdılması oksigenin biokimyəvi istifadəsinin kəskin artmasına səbəb olur. Kür çayında fenolların miqdarı normadan 10 dəfə, karbohidrogen isə 36 dəfə artıqdır.

Kiçik çaylarda da çirklənmə həcmi getdikcə artır. Bəzi kiçik göllər quruyub yoxa çıxır.

Ölkəmizin atmosfer havasının vəziyyətinə gəldikdə isə, onu qeyd etmək lazımdır ki, təxmini hesablamalara görə, hər il sənaye müəssisələri və avtomobil nəqliyyatları tərəfindən atmosfer havasına 1 milyon tondan artıq zərərli maddələr atılır. Bunun yarısı sənaye müəssisələrinin, digər yarısı isə avtonəqliyyat vasitələrinin payına düşür.

Bakı şəhərinin atmosfer havasına yarım milyon tondan artıq zərərli maddələr atılır ki, bu tullantıların da təxminən 30 faizi sənaye müəssisələrinin, 70 faizi isə avtonəqliyyat vasitələrinin payına düşür.

Qeyd etmək lazımdır ki, atmosfer havasını çirkləndirən əsas mənbələr neftçıxarma, neft emalı, neft-kimya və energetika müəssisələri və avtonəqliyyatdır. Stasionar və səyyar mənbələrdən atmosferə əsasən bərk toz hissəcikləri, karbon oksidləri, azot oksidləri, kükürd oksidi, karbohidrogenlər və digər uçucu kimyəvi maddələr atılır.

Müəssisələrin çoxunda filtrlər, təmizləyici qurğular ya yoxdur, ya da bərbad vəziyyətdədir. Artıq Bakıda nəfəs almaq olmur.

Torpağın deqradasiyasınını səbəblərinə baxaq. Azərbaycanın 8,6 milyon hektar ümumi torpaq fondunun yalnız 4,3 milyon hektarı, yəni, 50 faizi kənd təsərrüfatına yararlıdır. Yararsız torpaqlarda eroziya, şoranlaşma, bataqlıqlaşma, kimyəvi çirklənmə və s. proseslərin təsiri nəticəsində deqradasiya gedib.

Torpaqların bu faktorun təsirinə məruz qalmasının əsas səbəbləri respublikanın təbii iqlim şəraiti ilə yanaşı uzun müddət davam edən təsərrüfatsızlıq, əkinçilik mədəniyyətinin aşağı səviyyədə olması, sistemsiz olaraq mal-qaranın otarılması, meşə və yaşıllıqların məhv edilməsi və s. kimi antropogen amillərdir.

Respublikanın 1,3 mln. ha torpaq sahəsi şoranlaşmaya məruz qalıb və bunun tam yarısı suvarılan sahələrdir. Kolektor-drenaj xətlərinin bərbad vəziyyətdə olması, torpaqların relyefi, meliorativ xüsusiyyətləri, şoranlaşma dərəcəsi, qrunt sularının səviyyəsi və s. faktorlar nəzərə alınmadan sututarların tikilməsi, daşqınlar kimi amillər həmin torpaqların şoranlaşmasına və əkin dövriyyəsindən çıxmasına gətirib çıxarıb.

Dağ-mədən işləri, intensiv şəhərsalma və digər antropogen təsirlər nəticəsində 30 min hektardan artıq torpaq korlanıb sıradan çıxıb. Bunun təxminən 15 min hektarı neftlə çiklənib. Qalan yarısı isə, kimya sənayesi tullantıları, suvarma kanallarının çöküntüləri, faydalı qazıntı yataqlarının istismarı, tikinti və komunal müəssisələrinin və dağ-mədən tullantıları ilə çirklənib sıradan çıxıb.

Tullantıların idarə olunması səviyyəsi də qənaətbəxş deyil. Ətraf mühitin davamlı üzvi çirkləndiricilər və ağır metallarla çirklənməsinin minimuma endirilməsi həlli vacib problemlərdəndir. Bu növ çirklənmənin əsas mənbələri neft emalı, neftkimya, kimya, energetika, tikinti materialları istehsalı, avtonəqliyyat, kənd təsərrüfatında pestisidlərin tətbiqi və tullantıların yandırılması kimi proseslərdir ki, bu mənbələrdən ətraf mühitə dioksinlər, furanlar, bifenil və ağır metallar atılır.

Adı çəkilən birləşmələr təbii mühitə, o cümlədən insan sağlamlığına uzunmüddətli neqativ təsir göstərən havada uzun müddət asılı qalan, çətin parçalanan və tərkibində zəhərli birləşmələr olan təhlükəli maddələrdir.

Təbiətin plastik qablara və sellofan paketlərlə çirkləndirilməsi səviyyəsi getdikcə artır. Təbiətə ən çox zərər verən bu ultrakimyəvi tullantılardır, hansı ki, növündən asılı olaraq 5-10 əsr torpaqda, suda qalır və çürümür. Yaxşı olardı ki, bu paketlər və qablar qadağan edilsin, ənənəvi paket və qablardan istifadə təbliğ edilsin.

90-cı illərin əvvəlindən etibarən ölkəmizin meşə təsərrüfatı daha bir ağır problemlə üzləşib. Ermənistanın təcavüzü nəticəsində 251 min ha meşə sahəsi (və ya meşə ilə örtülü sahənin 25%-i) 30 ilə yaxın müddətdə işğal altında qalıb, 11 min ha meşə sahəsi isə təsərrüfat dövriyyəsindən çıxıb. Bu ərazilərdə bitən qiymətli ağac sortlarının kəsilib aparılması biomüxtəlifliyin pozulmasını kritik həddə çatdırıb.

Qeyd etmək lazımdır ki, son 35 il ərzində əhali tərəfindən meşə ehtiyatlarına təzyiqin arması müşahidə olunur. Bu da əsasən 90-ların əvvəlindən etibarən təbii qazla təminatın kəskin aşağı düşməsi ilə bağlı idi. Hələ də əksər daş kəndlərində qaz olmadığından meşələrin qırılması baş verir.

Respublikanın mərkəzində sipər rolunu oynayan Kürqırağı Tuqay meşələrinin 75-80 %-i məhv olub; dağ və dağətəyi meşələr sistemsiz qırılıb sıradan çıxır. Təbii bərpa edilmə imkanları ciddi surətdə məhdudlaşır (qanunsuz olaraq mal-qara otarılması, normadan artıq antropogen təsir) və nəticədə Azərbaycanın əvəzedilməz yaşıl örtüyünün itirilmə təhlükəsi güclənir.

Bu problemlərin həll edilməsi üçün kompleks proqram həyata keçirilməlidir. Əks halda, tezliklə ciddi ekoloji böhranla üz-üzə qala bilərik.

Elçin Bayramlı

- "Təbiətlə müharibə şəraitindəyik.
Qalib gəlsək, məğlub olacağıq.."
© Hubert Reeves

REAL VƏZİYYƏT

"Beyin mərkəzləri sülh və inkişafa xidmət edir"

"Beyin mərkəzlərinin iş birliyi, fikir mübadiləsi, məlumat mübadiləsi, müzakirələri — bütün bunlar təkcə bir ölkənin deyil, bütövlükdə dünyanın taleyini dinci yolla həll etməyə çox böyük töhfə verə bilər". Bunu SİA-ya açıqlamasında siyasi şərhçi Azər Həsrət deyib. Onun sözlərinə görə, bir tərəfdən məlumat mübadiləsi aparılır, digər tərəfdən müzakirə müstəvisi yaradılır, eyni zamanda qərarverici şəxslərin diqqəti cəlb olunur.

Bütün bunlar beyin mərkəzlərinin faydalı işinin nəticəsi olaraq dəyərləndirilir: "Savaşlarla, silahlarla, müharibə meydanlarında bir-birini anlamadan, danışmadan, müzakirə aparmadan üz-üzə gələn dövlətlər, qüvvələr və tərəflər beyin mərkəzlərinin vasitəçiliyi ilə masa arxasında oturub fikir mübadiləsi apara bilirlər. Nəticə etibarilə bu, sülhə xidmət etmiş olur. Beyin mərkəzləri eyni zamanda bir dövlətin inkişafı üçün vacibdir. Onlar həm daxili ictimai rəylə işləmək, həm də xarici və qlobal ictimai rəyi öyrənmək baxımından mühüm rol oynayır. Gələcəyin planlaşdırılması, sosial və siyasi qərarların düzgün istiqamətləndirilməsi də bu qurumların fəaliyyətindən asılıdır.

Dövləti və ya dövlətin müxtəlif qurumlarını idarə edən şəxslərin beyin mərkəzlərinə hər zaman ciddi ehtiyacı olur. Çünki idarəedici şəxslərin çox vaxt araşdırma aparmaq, təhlil etmək, geniş analizlər üzərində işləmək imkanı olmur. Bu halda beyin mərkəzlərinin hazırladığı araşdırmalar, təhlillər və təkliflər onların yükünü azaldır, qərarların daha dəqiq və faydalı qəbul edilməsinə imkan yaradır. Beləliklə, beyin mərkəzləri həm dövlətlər, həm də cəmiyyətlər üçün böyük əhəmiyyət kəsb edən qurumlardır və onların fəaliyyəti ümumilikdə sülhün, inkişafın və tərəqqinin təmin olunmasına xidmət edir".

Eyni zamanda siyasi şərhçi qeyd edir ki, bu cür toplantıların Bakıda, Azərbaycanda keçirilməsi, yaxud da bizə yaxın bölgələrdə təşkil olunması və bizim də həmin tədbirlərdə iştirakımız, təbii ki, Azərbaycanın mövqelərinin möhkəmləndirilməsinə əlavə töhfə verir: "Beyin mərkəzləri təbiidir ki, bir-biriləri ilə əlaqələri genişləndirirlər, daha effektiv işlər görürlər, fikir və informasiya mübadiləsi aparırlar. Bütün bunlar dövlətlərin və xalqların sülh şəraitində yaşamasına ciddi töhfə verir və qarşılıqlı anlaşmanın möhkəmlənməsinə xidmət edir. Bundan əlavə, təhlükələrin aradan qaldırılması və ya onların qabaqlanması baxımından da bu cür görüşlər və toplantılar əhəmiyyətlidir. Onlar həm regiondakı siyasi stabilliyi gücləndirir, həm də iqtisadi və humanitar sahələrdə əməkdaşlıq imkanlarını artırır.

Təbii ki, nəticələrini zamanla görəcəyik və həmin nəticələrə uyğun olaraq yeni fikirlər formalaşa bilər. Amma ümumi olaraq demək istəyirəm ki, belə toplantılar, qarşılıqlı yaxınlaşma və inteqrasiyanın dərinləşdirilməsi sülhün təmin olunması baxımından çox vacibdir. Bu görüşlər həm də gələcəkdə daha geniş əməkdaşlıq və birgə layihələrin qurulması üçün zəmin yaradır".

Günel Fərzəliyeva

Xaricdə iş vədilə aldadılan vətəndaşlar: dələduzlardan necə qorunmalı?

HÜQUQŞÜNAS AÇIQLADI

Son zamanlarda insanlardan onları xaricdə işə düzəltmək adı ilə pul alıb dələduzluq edənlərin sayı çoxalıb. Bəs, belə hallarda dələduzluq edən şəxsi hansı məsuliyyət gözləyir? Məsələ ilə bağlı hüquqşünas Şəms Mirzəyeva SİA-ya açıqlamasında bildirib ki, bu cür şəxslər adətən öz məqsədlərini həyata keçirmək üçün rəsmi görünüşlü şirkətlər yaradır, həmin şirkətlərin adı altında fəaliyyət göstərərək vətəndaşların etimadını qazanmağa çalışırlar:

"Belə qurumlar əslində heç bir real fəaliyyət göstərmədən, yalnız vətəndaşları aldatmaq üçün yaradılır. Onlar tez-tez öz vəzifə səlahiyyətlərindən sui-istifadə edərək, rəsmi sənədlərə yalan məlumatlar daxil edir, saxta müqavilələr, sənədlər və lisenziyalar hazırlayırlar. Bu üsulla insanlara yüksək maaşlı iş vədləri verərək, onları xaricdə işə düzələcəklərinə inandırırlar. Vətəndaşlar isə belə hallarla qarşılaşmamaq üçün bir sıra vacib məsələlərə xüsusi diqqət yetirməlidirlər. Əvvəla, əməkdaşlıq etməyi planlaşdırdıqları şirkətin hüquqi statusunu yoxlamalı, onun Ədliyyə Nazirliyində qeydiyyatda olub-olmadığını, vergi ödəyicisi kimi qeydiyyatdan keçib-keçmədiyini araşdırmalıdırlar. Şirkətin təqdim etdiyi sənədlərin, lisenziyaların və qeydiyyat nömrələrinin etibarlı olub-olmadığı dəqiqləşdirilməlidir. Həmçinin, şirkətin əvvəlki fəaliyyətləri, digər vətəndaşlarla olan əlaqələri, ictimai rəylər və şikayətlər öyrənilməlidir. Hər hansı əməkdaşlıq yalnız rəsmi müqavilə əsasında qurulmalıdır. Bu müqavilədə tərəflərin hüquq və öhdəlikləri, görüləcək işin şərtləri, ödəniş məbləğləri və qaydaları, məsuliyyət məsələləri aydın şəkildə qeyd edilməlidir. Əgər müqavilə xarici dildə tərtib olunubsa, onun Azərbaycan dilində rəsmi tərcüməsi və notarial qaydada təsdiqlənməsi tələb olunmalıdır. Çox vaxt bu cür dələduzlar müqavilə bağlamaqdan yayındıqları üçün vətəndaşlar buna xüsusi diqqət yetirməlidirlər. Bütün bu proseslərdə vətəndaşların hüquqlarını qorumaq məqsədilə hüquqşünas və ya vəkilin iştirakı tövsiyə olunur. Peşəkar hüquqi yardım həm sənədlərin düzgünlüyünü qiymətləndirməkdə, həm də hər hansı dələduzluq əlamətini vaxtında aşkar etməkdə mühüm rol oynayır. Vəkil, təqdim olunan sənədlərin hüquqi baxımdan əsaslı olub-olmadığını müəyyən edə, vətəndaşı mövcud risklər barədə məlumatlandıra bilər. Əksər hallarda vətəndaşlardan əvvəlcədən müəyyən məbləğdə ödəniş tələb olunur. Belə hallarda ödənişlər yalnız rəsmi bank hesablarına edilməli, bütün qəbzlər və ödənişi təsdiq edən sənədlər mütləq şəkildə saxlanmalıdır. Ödənilən məbləğ müqavilədə aydın şəkildə göstərilməli və onun müqabilində nə kimi xidmətin göstəriləcəyi dəqiqləşdirilməlidir. Nəğd ödənişlərdən mümkün qədər çəkinmək, hər şeyin sənədlərlə təsdiq olunmasına çalışmaq lazımdır".

Hüquqşünas fikirlərinə davam edərək həmçinin qeyd edib ki, əgər vətəndaş bu kimi hallarda aldadıldığını hiss edərsə və ya artıq dələduzluğa məruz qalıbsa, dərhal hüquq-mühafizə orqanlarına – polisə və ya prokurorluğa müraciət etməlidir:

"Belə hallarda zərərçəkmiş şəxs bütün sübutedici materialları – müqavilələri, qəbzləri, yazışmaları və digər sənədləri təqdim etməlidir. Azərbaycan Respublikasının Cinayət Məcəlləsinə əsasən, dələduzluq yolu ilə vətəndaşa xeyli miqdarda ziyan vurulması 5 ildən 10 ilədək, külli miqdarda zərər vurulması isə 10 ildən 14 ilədək azadlıqdan məhrumetmə cəzası ilə nəticələnə bilər.

Bu baxımdan, vətəndaşlar xüsusilə diqqətli olmalı, hər hansı yüksək vəd verən, lakin rəsmi sənədləşmə aparmayan şəxslərə və ya qurumlara inanmamalıdırlar. Hüquqi maarifləndirmənin artırılması, belə halların ictimailəşdirilməsi və başqalarının da xəbərdar edilməsi vacibdir. Hər bir şəxs bu tip fırıldaqçılıq halları ilə qarşılaşdıqda, yalnız özünü deyil, digər insanları da xəbərdar etməklə cəmiyyətin ümumi təhlükəsizliyinə töhfə vermiş olur. Hüquqi biliklər, rəsmi prosedurlara əməl və vətəndaş fəallığı bu cür qanunsuz əməllərin qarşısının alınmasında əsas vasitələrdir".

Arzu Qurbanlı

Hər il olduğu kimi, bu dərs ilinin ilk günü də şən və kövrək anlar yaşandı. Ötən illərin hər biri onbirinciləri məktəbdən müstəqil həyata yola saldığı kimi, 2-ci sinfi 3, 3-cünü 4, 4-cünü 5 və sair sıra ilə qaldırır. Bu siniflərdə təhsil alan uşaqları da bir yaş böyüdür. Və nəhayət, bu illər hər il birinciləri qarşılayır məktəbdə...

İlk dərs günü: şən və kövrək anlar...

İlk dərs günü... Təqvimin bu günü məktəbin açılmasını 3 ay yarım səbirsizliklə gözləyən məktəblilər üçün sevinc dolu olur. Axı onlar məktəbləri, dost və rəfiqələri, sevimli, doğma müəllimləri üçün darıxırlar. Onları yenidən görmək üçün tətilin günlərini sayırlar.

Hər yeni dərs ili onları bir yaş da böyüdür, həyata baxışlarını dəyişir. Seçimlərini müəyyənləşdirir. Hər biri bir ixtisas seçməklə gələcək planlarını qurur məktəblərdə. Hazırlaşır, mübarizə aparır, arzularına çatmaq üçün mücadilə edirlər. Odur ki, məktəb onların ən sevimli məkanıdır. Yeni dərs ilinin başlanması isə ən sevimli anlarıdır. Bu anlar onları şənləndirir...

Onlardan fərqli olaraq birincilər üçün məktəb, sinif yoldaşı, müəllim anlayışı hələlik başa düşülən deyil. Elə buna görə də birincilər ilk dərs günü səhəri yuxudan oyanarkən hara gedəcəklərini, orada nə ilə qarşılaşacaqlarını əsla dərk etmirlər. Onları məmnun edən sadəcə valideynlərinin aldığı yeni paltar, ayaqqabı və çantalardır.

Bir az sonra isə bağça yolundan tamamilə fərqli bir yolda olduqlarını görəndə dodaqlarını büzüb doluxsunur, kövrəlir, ağlamağa başlayırlar. "Hara gedirik, ay ana?", " Hara gedirik, ay ata?" suallarını yağdırırlar. Onların bu sualları isə hələ də mənasını dərk etmədikləri "məktəbə" sözü ilə cavablandırılır. Bu tanış olmayan söz onların daha da kövrəlməsinə səbəb olur.

Məktəbə çatdıqda isə yeni dərs ilinin başlanması təntənəsi bu körpələrə hər gün yollandıqları bağçanın sakitliyindən fərqli göründüyü üçün artıq burada ağlayırlar, həm də uca səslə, eşidiləcək dərəcədə. Hələ ilk zəng vurulandan sonra siniflərə yollanmaq istəkləri... Ana-atalarının ayaqlarına sarılmaları, sinfə daxil olanda vahimələnmələri, müəllimi görəndə təəccüblənmələri var. Ən əsası isə elə bundan sonra başlayır. Valideynin dərs başladığı üçün sinfi tərk etməsi zamanı onu qoyub getdiyini görən bu körpələrin kollektiv ağlaması... Qızlı-oğlanlı müxtəlif səslər bir-birinə qarışır. Bu kövrək anın isə bir səbəbi var: bizi qoyub hara gedirsiniz?..

Onlar elə bağçaya da ilk dəfə gedəndə bu cür kövrəlmişdilər. Deməli, onlar bir neçə yaş böyüsələr də, hələ də körpədir. Onların ana qucağına, ata məhəbbətinə, müəllim qayğısına ehtiyacı var. Elə bu səbəbdən də ibtidai sinif müəllimlərinin işi çox çətindir. Çünki onlar birincilərə tək elm öyrətmir, həm də qayğıkeş bir ata-ana olurlar. Ağlayan uşaqların göz yaşını silir, təsəllisi olur, köynəyinin qolunu, pencəyinin yaxasını düzəldirlər. Kitab-dəftərlərini çantalarına yığmaqda köməklik edirlər. Hələ qış aylarında üst geyimlərini də müəllimlər geyindirir. Yeri gələndə bantlarını, qalstuklarını da səliqəyə salırlar... Düz dörd il uşaqlar bu qayğı əhatəsində olur. Odur ki, ibtidai təhsili bitirən zaman da müəllimləri üçün kövrəlir, ondan ayrılmaq istəmirlər.

Lakin bu, onların əlində deyil axı. Məktəbdə rolu illər oynayır. Bu illər həftələri aylara, ayları illərə çatdırıb zamanı bir yaş qocaltdıqca, illər də məktəbliləri bir yaş böyüdür. Onları ibtidai sinifdən alıb aparır. Neçə-neçə müəllimlərin əhatəsinə salır. Daha sonra uşaqlar bu müəllimlərə isinişməyə başlayır. Yuxarı siniflərə addımladıqca, bu müəllimlərdən onların ən yaxın dostu, ən yaxın sirdaşı da olur.

Beləliklə, onbirinci sinfə-məktəbin son ilinə qalxırlar. Birinci sinif qədər onbirinci sinif də kövrək anlarla doludur. Lakin bu anlar bir-birindən çox fərqli, ayrıdır. Birinci sinifdə anlaşılmayan kövrəklik, onbirinci sinifdə dərk edilən kövrəklik... Məktəbdən, onbirillik sinif yoldaşlarından, müəllimlərdən ayrılmağın kövrəkliyi...

Lakin həyat davam edir, deyək. Həyat davam etdikcə də illər bir-birini qovalayır. Odur ki, hələ məktəblərimizin divarları arasından çox birincilər və onbirincilər keçəcək. Hər birinin qəlbində min bir xatirə ilə...

Yeni dərs iliniz mübarək, əziz şagirdlər. Ötən hər il sizi müstəqil həyata doğru aparır. Deməli, qarşıdakı yeni həyatda özünüzü tapmanız üçün bu gün yaxşı oxumaq, elmləri öyrənmək lazımdır. Öyrənin ki, gələcəkdə təhsilinizi davam etdirə, yeni uğurlar qazana, arzu etdiyiniz sahədə çalışa biləsiniz.

Uğurlarınız çox, arzularınız gerçək, həyatınız mənalı olsun!

Mətanət Məmmədova

Terrorun yaradıcısı ermənilər hesab olunur

Terror, insanların kütləvi şəkildə qətliamı, soyqırımı və digər insanlığa qarşı yönələn faciələrin əsas təşkilatçısı və icraçıları ermənilərin olduğunu desək, səhv etmərik. Çünki tarixdə mövcud olmuş qanlı terror aktlarının, amansız soyqırımların əsas icraçıları ermənilər olub. Təkcə bir faktı qeyd etmək kifayətdir ki, son iki yüz il ərzində ermənilər azərbaycanlılara qarşı 14 min 456 dəfə terror aktları həyata keçirib. Ermənilər müxtəlif xarici hərbi, siyasi, maliyyə yardımlarına arxalanmaqla 2 milyondan çox azərbaycanlını qətlə yetiriblər. Eyni vəhşi siyasəti müasir dövrdə də

30 illik işğal dövründə Azərbaycanın yüzlərlə kənd və qəsəbəsi dağıdılmış, minlərlə tarxi abidə, mədəniyyət nümunələri məhv edilmiş, 50 minə yaxın insan öldürülmüş, 1 milyondan çox insan isə öz dogma yurd-yuvasından didərgin düşmüşdür. Ermənilər 2020-ci il sentyabrın 27-də başlayan və 44 gün çəkən Vətən Müharibəsi dönəmində "Dəmir yumruğ"un sarsıdıcı zərbəsini gördükdən sonar işğal etdikləri Azərbaycan ərazilərindən qaçmağa başladılar. 23 saat 44 dəiqə çəkən 2023-cü il 19 sentyabr antiteror əməliyyyatları ilə müxtəlif xarici qüvvələrin dəstəyi ilə yerləşdikləri bögələrimizi də tərk etdilər. Lakin onların bir qismi Azərbaycan xalqının böyüklüyü və dövlətin hümanistliyinə sığınmaqla Qarabağda qalmalı oldular. Lakin 2025-ci il sentyabrın 14-də erməni əssilli şəxsin qumbra və avtomat silahla silahlanıb, terrora cəhd etməsi bir daha təsdiqlədi ki, erməni deyilən məxluq heç zaman islah olunmayacaq, onlar terror vasitəsindən imtina etməyəcəklər. Baş verən hadisə ilə bağlı Baş Prokurorluğun və Dövlət Təhlükəsizliyi Xidmətinin birgə yayadıqdıqları məlumatda bildirilir ki, sentyabrın 14-də Xankəndi şəhərinin erməni əsilli sakini 1967-ci il təvəllüdlü Avanesyan Karen Albertoviçin insident törətmək cəhdinin qarşısı alınıb. Avanesyan Karen Albertoviçyaşadığı yerdən şəhərin yaxınlığındakı meşə massivinə gedərək qabaqcadan orada gizlətdiyi "Kalaşnikov" avtomatını və ona aid patronla dolu 4 sandıqcanı, eləcə də 5 ədəd qumbaranı götürüb Xankəndi şəhərində keçirilən tədbir yerinə yaxınlaşmaq istəyərkən polis əməkdaşları tərəfindən saxlanılıb. Bu zaman K.Avanesyan 3 ədəd əl qumbarası atmaqla və avtomatdan atəş açmaqla polisə silahlı müqavimət göstərib. Cavab atəşi nəticəsində güllə yarası almış K.Avanesyan tutulub.Əməliyyat zamanı bir polis əməkdaşı yaralanıb.Baş Prokurorluq və Dövlət Təhlükəsizliyi Xidməti ilə birgə cinayət işi qaldırılaraq əməliyyat-istintaq tədbirləri aparılır.

Terror ermənilərin həyat tərzinə çevrilib

Faktlar təsdiq edir ki, dünyada mövcud olan terror aktlarının hər bir növünün əsas yaradıcısı ermənilərdir.Onlar terror aktları təşkil edib, insanları kütləvi şəkildə öldürməyi bacarırlar. "Daşnaksütyun" və "ASALA" terror təşkilatları dünyada ən amansız terror təşkilatları hesab edilir. Məhz Ermənistan hakimiyyətinin maraqlarını ifadə etdiklərindən bu terror təşkilatlarının üzvləri parlamentdə, eləcə də, hakimiyyətdə təmsil olunurlar. Hazırda dünya dövlətləri xüsusilə də, ABŞ özünə ən böyük təhlükəni beynəlxalq terrorizmi görür. Ekspertlərin gəldikləri qənaətə görə, beynəlxalq terrorizmin digər cinayətlərdən fərqi ondadır ki, orada, eyni zamanda, üç tərəf iştirak edir. Birincisi, onun təşkilatçıları - Sarksiyan rejimi və ətrafı, ikincisi, terrorun qurbanları (Xocalıda 63 uşaq olmaqla, ümumilikdə, 613 insan soyqırıma məruz qalmışdır), üçüncüsü isə, terrordan sağ qalan insanlar. Benəlxalq terrorizmdə terrorçuların hədəfi qurbanlar deyil, sağ qalmış insanlardır. Terrorçular törətdikləri cinayətləri nə qədər dəhşətli tərzdə yerinə yetirilərsə, sağ qalmışlara qarşı təsiri bir o qədər çox olar. Bununla da, siyasi motivli planların həyata keçirilməsi üçün unikal imkanlar əldə etmiş olurlar. Bu mənada, Xocalıda insanlığa və bəşəriyyətə qarşı yönələn soyqırım törətməklə erməni terrorçuları ətraf rayonların əhalisini qorxudub, topraqların işğaiını həyata keçirmək niyyəti güdmüşlər. Uzağa getməyib yaxın tariximizdə - 2001-ci il 11 sentyabrında baş verən terror aktını da əlavə misal olaraq göstərmək olar. O zaman terrorçuların hədəfi öldürüiən 3000 nəfər deyildi. Məqsəd sağ qalanlar olmuşdur. O mənada ki, sağ qalanlar terror aktından dəhşətə gələcək və hakimiyyət müsəlrnanlara qarşı cəza tədbirlərinə başlayacaq. Bu zaman isə müsəlmanlar təcavüzdən özlərini qorumaq üçün ayağa qalxacaqlar. Prinsipcə terrorçu nə qədər vəhşicəsinə qətliamlar həyata keçirsə, qəddarlıqlar törətsə, bir o qədər planlarını reallaşdırmağa yaxın olduqlarını düşünürlər. Qətliamdan qaçanlar gedib, insanlara çatdırırlar ki, cinayət yerində uşağa, qocaya, qadsna baxmırlar, hər kəs vəhşicəsinə öldürülür, çarmıxa çəkilir, işgəncələrə məruz qalır. "Uzaqlara qaçmaq, gözlənilən faciələrdən qurtulmaq deməkdir". Bu ssenarini ermənilər 1992-ci il fevral ayının 26-da Xocalıda törətdilir. Məhz bu soyqırımdan sonra digər ərazilərdə işğal edildi. Xocalı sanki digər rayoniarın işğalı üçün katalizator rolunu oynadı. Ermənilər Xocalıda soyqırımın miqyasını o qədər genişləndirdilər ki, bunu beynəlxalq terrorizm kimi dəyərləndirməmək mümkün deyil. Çünki erməni terrorizmi beynəlxalq terrorizmin tərkib hissəsidir. Bu qaydaları erməni terrorçuları çox gözəl bilirlər. Beynəlxalq terrorizmin digər cinayətlərdən həm də fərqi ondadır ki, adiı cinayətdə şəxsi varlanma əsas götürülür. Cinayətkar girir evə, dağıdır, pulu, qızılı götürüb gedir. Beynəlxalq terrorizmdə isə vara-dövlətə maraq göstərilmir. Məqsəd yalnız siyasi motivdir. Hökümətə və xalqa işarə vurulur ki, bu cinayətlərdən də dəhşətlisini edə bilərik, bizim şərtlərs qəbul edin. Adi cirıayətdə müstəntiq törədilmiş cinayətlərin etiraf edilməsi üçün dəridən-qabıqdan çıxır, Beynəlxalq cinayətdə isə "biz etmişik, bunan da dəhşətlisini edə bilərik" deyə bildirirlər. Necə ki, Serj Sarkisyan terrorçulara xas formada demişdir ki, "Azərbaycanlılar inanmırdılar, elə bilirdilər biz onlarla zarafat edirik. Amma Xocalıda onlara başa saldıq ki, biz sizinlə zarafat etmirik. Biz qocaya, qadına və uşağa baxmadarı hamısını məhv edərik". Erməni terrorizmi budur. Beynəlxalq terrorizmin davamı olan terrorizm.

Erməni terror təşkilatları

Ermənilərin yaratdıqları təşkilatların hədəfi daha çox insanlığa və bəşəriyyətə qarşı cinayətlərin törədilməisi olub. Məsələn 1885-ci ildə yaradılan "Armenakan" təşkilatı Türkiyənin Van, Muş, Bitlis,Trabzon bölgələrində və İstanbulda silahlı toqquşmalar və terror aktları törədib. Nəticəsədə 10 minə yaxın qətlə yetirilib. 1887-ci ildə Cenevrədə yaradan "Hnçak" partiyasının əsas məqsədi Türkiyənin Anadolu bölgəsini, "Rus" və "İran" ermənistanları adlandırdıqları əraziləri birləşdirməklə "Böyük Ermənistan" dövləti yaratmaq olub, "Hnçak" partiyasının proqramının 4-cü bəndində göstərilir ki, "Qarşıya qoyulmuş məqsədə çatmaq üçün təbliğat, təşviqat, terrorizm və dağıdıcı təşkilat yaradılması metodu seçilməlidir".

1890-cı ildə Tiflisdə yaradılan "Daşnaksütyun" partiyası Azərbaycanınərazilərini, o cümlədən Naxçıvan, Qarabağ və Türkiyənin Anadolu torpaqlarında "Böyük Ermənistan" dövləti yaratmağa ümid edib və bun üçün silahlanıblar. Hətta 1892-ci ildə Tiflisdə ilk qurultayını keçirən «Daşnaksütyun» türklərə və azərbaycanlılara qarşı sui-qəsdlərin təşkil olunması barədə qərar çıxarmışdır. Məhz bu qurultaydan sonra "Daşnaksütyun" yeni şüalarla çıxış etmişdir: azərbaycanlını hər yerdə, hər bir şəraitdə öldür, sözündən dönənləri, erməni xainlərini öldür, intiqam al!. Bu separatçı şüar terror təşkilatının rəhbərliyi tərəfindən sıravi üzvlərə, ümumilikdə bütün ermənilər üçün əmr hesab olunmuşdur. Əmri yerinə yetirməyənlər ciddi şəkildə cəzalanırdılar. 1973-cü ildə fəaliyyətə başlamış "Erməni intiqamçıları" qrupu 1980-1982-ci illər ərzində Avstriya, Danimarka və Portuqaliyada türk diplomatlarını qətlə yetirmişlər.

"Erməni gizli azadlıq ordusu" 1975-ci ildə Beyrutda yaradılıb. Mənzil-qərargahı Dəməşqdə yerləşir. Fəaliyyətinin ilk 6 ilində təşkilat dünyanın müxtəlif ölkəsində 19 türk diplomatının ölümünə səbəb olan terror aktları keçirib.

1975-ci ildə yaradılan "ASALA"-nın qərargahı Beyrutda, təlim-məşq bazaları isə Suriyada yerləşir. Təşkilatın məqsədi Türkiyə və Azərbaycan vətəndaşlarına qarşı terror aktları həyata keçirir. Təşkilat «Əbu Nidal», «Qara sentyabr» kimi terror qrupları ilə əməkdaşlıq etməsində əsas fiqurlardan biri "ASALA"-nın lideri Akop Akopyan olmuşdur. Afinada 1980-ci ildə qətlə yetirilmiş türk səfirinin ölümünə görə məsuliyyəti öz üzərinə götürmüş A. Akopyan"Nyu-York Tayms" qəzetinin 1980-ci il 1 avqust sayına verdiyi nmüsahibəsində bildirmişdir ki, onların hədəfi türklər və azərbaycanlılardır: "Bizim düşmənimiz türkdir. O türklərə qarşı növbəti terror aktı törətməyə cəhd edən zaman 28. 04. 1988-ci ildə Afina şəhərində öldürülmüşdür. Livanda 1980-ci ilin aprelində "ASALA" birgə terror aksiyalarının keçirilməsinə dair PKK ilə razılığa gəlmiş və bu niyyətlərini rəsmiləşdirmişlər. Beyrut şəhərində 28. 08. 1993-cü ildə açıqlanasında bildirmişdir ki, "ASALA" Bakı-Tbilisi-Ceyhan ilə bağlı layihənin həyata keçirilməsinə imkan verməyəcək. Dəfələrlə kəmərə qarşı terror aktlarını da məhz "ASALA" həyata keçirmişdir.

Erməni terroru insanları qorxu altında saxlamaq üçün yaradılıb

Ermənilərin azərbaycanlılara qarş düşünülmüş, planlı surətdə həyata keçirdikləri terror və soyqırım siyasətləri dövrün ayrı-ayrı mərhələlərini təşkil edilmişdir. 1813-1828-ci illər Rusiya ilə İran arasında gedən iki müharibənin sonunda imzalanmış Gülüstan (12 okytabr 1813-cu il) və Türkmənçay (10 fevral 1828-ci il) müqavilələri Azərbaycan xalqının tarixində faciəvi rol oynamış və Azərbaycanın parçalanmasina gətirib çıxarmişdır. Azərbaycanınn şimalı Rusiyanın, cənubi isə İranın idarəçiliyinə keçmişdir. 1918-1920-ci illər birinci Dünya müharibəsindən sonra Rusiyada yaranmış vəziyyətdən istifadə edən ermənilər öz istəklərinə bolşevizm bayrağı altında nail olmağa cəhd etdilər. Bakı Sovetinin əksinqilabi elementlərlə mübarizə şüarı 1918-ci ilin əvvəllərindən başlayaraq bütün Bakı quberniyasında yaşayan azərbaycanlıların çıxarilmasi məqsədlərini güdən cinayətkar planın reallaşmasina hesablanmışdır. 1918-ci ilin mart-aprel aylarında isə ermənilərin azərbaycanlılara qarşı törətdikləri qanli hadisələr zirvə nöqtəsinə çatmışdır. Ermənilər tərəfindən onlarla məktəb, xəstəxana, məscidlər və digər tikililər dağıdılır. Azərbaycanlıların soyqırımı xususi qəddarlıqla Bakı, Şamaxı, Quba, Qarabağ, Zəngəzur, Naxçivan, Lənkəran və Azərbaycanın digər ərazilərində həyata keçirilir. Bu torpaqlarda kütləvi qaydada dinc əhali qırılmış, kəndlər yandırılmış, milli mədəniyyət abidələri məhv edilmişdir. 1918-ci ilin mart-aprel aylarında Bakı, Şamaxı, Quba- Muğan və Lənkəranda ermənilər 70 mindən çox azərbaycanlını qətlə yetirmiş, 10 minlərlə insanı öz torpaqlarindan qovmuşlar.

Təəssüflər olsun ki, bu gündə daha amansız formada davam edən erməni terroruna qarşı dünya birliyi təsirli tədbirlər görmür. Səbəbi də onların ermənilərlə iş birliyindəı olmasıdır. Bununla yanaşı özlərinə lazım olanda hansısa ölkəni teroru dəstəkləməkdə ittiham edərək o dövlətə hərbi əməliyyatlara keçirilər. Ümind edilir ki, dünya ölkələri, eləcə də beynəlxalq təşkilatlar erməni terrorunun dünyada sülhə və təhlükəsizliyə ən böyük təhdid olduğunu anlayacaq və ciddi tədbirlər görməyə çalışacaqlar. Əks halda erməni terroru bir gün Avropanın və ABŞ-ın qapısını döyməli olacaq. O zaman isə artıq gec olacaq.

TƏHLİL

İLHAM ƏLİYEV

Suveren Azərbaycanın yaratdığı yeni reallıqlar

Azərbaycan xalqı torpaqlarını işğaldan azad etmiş xalq olaraq, qürurla, məğrurluqla yaşayır. Otuz ilə yaxın bir zamanda erməni işğalında olan torpaqlarını azad edən Azərbaycan bu gün yeni bir dövrünə qədəm qoyub. Bütün dünyaya, məsafəsindən, qitəsindən asılı olmayaraq, hər bir kəsə öz böyüklüyünü, gücünü göstərdi. Əlbəttə ki, ordumuzun gücü, xalqımızın qəhrəmanlığı, xalq-iqtidar birliyi və ən əsası da Azərbaycan Prezidenti, Ali Baş Komandan İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə bütün dünyanı təəccübləndirən 44 günlük Vətən müharibəsində Zəfər tariximizi yazdıq.

44 günlük Vətən müharibəsində qazandığımız tarixi Zəfər nəticəsində Prezident, Ali Baş Komandan İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə Müzəffər Azərbaycan Ordusu Cəbrayıl, Füzuli, Zəngilan, Qubadlı şəhərlərini, mədəniyyət beşiyi olan Şuşa şəhərini, Zəngilan rayonunun Mincivan, Ağbənd, Bartaz qəsəbələrini, Xocavənd rayonunun Hadrut qəsəbəsi ilə yanaşı, bir çox kəndlərini, həmçinin Tərtər rayonunun Suqovuşan qəsəbəsini, Xocalı və Laçın rayonunun bir neçə kəndləri də daxil olmaqla ümumilikdə 300-dən çox yaşayış məntəqəsini, həmçinin Ağdərə, Murovdağ və Zəngilan istiqamətində mühüm strateji yüksəklikləri işğaldan azad etdi. Azərbaycan Ağdam, Laçın və Kəlbəcər rayonlarını isə bir güllə belə atmadan öz sahiblərinə geri qaytardı. Bu böyük Zəfər Azərbaycan Respublikasının dövlətçilik tarixinə qızıl hərflərlə yazıldı.

2020-ci ilin noyabrın 10-da Azərbaycan Prezidenti, Rusiya Prezidenti və Ermənistan baş nazirinin birgə bəyanatı imzalandı. Bəyanata əsasən, 10 noyabr 2020-ci il tarixində Moskva vaxtı ilə saat 00.00-dan etibarən Dağlıq Qarabağ münaqişəsi zonasında atəşin və bütün hərbi əməliyyatların tam dayandırılması elan olundu. Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyevin vurğuladığı kimi, "Müharibədə qalib gəlmək mənim həyatımın, siyasi həyatımın missiyası idi. Müharibə də uğurla başa çatdı. Biz bir çox amillərə baxmadan müharibədə qalib gəldik: siyasi amillərə, bizim hərbçilərimiz üçün bir neçə müdafiə səddinin qırılmasını çətinləşdirən işğal edilmiş ərazilərdə uzunmüddətli infrastruktur layihələrinin olması amillərinə baxmadan".

2020-ci il 10 noyabr tarixli Üçtərəfli Bəyanatın ən mühüm şərtlərindən biri erməni silahlı qüvvələrinin Azərbaycan Respublikası ərazilərindən çıxarılması idi. Tarix boyunca riyakarlığı, təcavüzkarlığı ilə tanınan Ermənistan yenidən öz sözünün üstündə durmadı və təxribatlarına davam etdi. Belə ki, 2021-ci ildə Laçın sərhəd-buraxılış məntəqəsi qurulanadək Ermənistanda istehsal olunmuş minalar Azərbaycanın Qarabağ bölgəsinə gətirilərək, kütləvi şəkildə müxtəlif yerlərdə basdırılmışdır. Müharibədən sonrakı dövrdə Azərbaycan tərəfi beynəlxalq platformalarda ermənilərin ərazilərimizdə mina terroruna və digər təxribatlarına lazımi hüquqi qiymət verilməsini dəfələrlə tələb etsə də, minaların basdırılması və mina xəritələrinin təqdim edilməməsi ilə bağlı Ermənistana kifayət qədər təzyiq göstərmədi.

Vətən müharibəsindən sonra ən qanlı toqquşma isə 2022-ci ilin 12-14 sentyabr tarixlərində baş vermişdir. Bu döyüşlərin səbəbi isə Ermənistan silahlı qüvvələri bölmələrinin 2022-ci il sentyabrın 12-dən 13-nə keçən gecədən başlayaraq Daşkəsən, Kəlbəcər və Laçın istiqamətlərində genişmiqyaslı təxribat törətməsi idi.

Daha sonra, 2023-cü ilin martında Azərbaycanın Qarabağ bölgəsində yerləşən Ermənistan silahlı qüvvələrinin birləşmələri, qeyri-qanuni şəkildə Şuşa istiqamətində təxribatlar törətmiş, aprel və may ayında isə şərti dövlət sərhədi istiqamətində Azərbaycan Ordusunun mövqeləri atəşə tutulmuşdur.

İki il əvvəl Silahlı Qüvvələrimiz Prezident, Müzəffər Ali Baş Komandan İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə daha bir missiyanı uğurla yerinə yetirdi. Azərbaycan Ordusu Azərbaycanın Qarabağ iqtisadi rayonunda keçirdiyi antiterror tədbirlərini uğurla başa çatdıraraq separatçıları təslim olmağa məcbur etdi. Dövlətimizin başçısının sentyabrın 20-də növbəti tarixi qələbəmizlə bağlı xalqa müraciəti hər birimizi qürurlandırdı. Təqribən, bir gün davam edən antiterror tədbirlərinin uğurla başa çatması nəticəsində Azərbaycan öz suverenliyini tam bərpa etdi. Sentyabrın 20-də Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev xalqa müraciətində qeyd etdiyi kimi, ordumuzun, bütün Silahlı Qüvvələrimizin peşəkarlığı, texniki imkanları bizə bu vəzifəni şərəflə yerinə yetirməyə şərait yaratmışdır və bir daha Azərbaycan əsgəri, zabiti həm yüksək peşəkarlıq, həm də yüksək mənəvi keyfiyyətlər göstərmişdir.

CƏMİ 23 SAAT 43 DƏQİQƏ

Qeyd edək ki, sentyabr ayının 19-da Əhmədbəyli-Füzuli-Şuşa avtomobil yolunda terror məqsədilə əvvəlcədən quraşdırılmış minanın partlaması nəticəsində Azərbaycan Avtomobil Yolları Dövlət Agentliyinə məxsus nəqliyyat vasitəsinin sıradan çıxması və mülki vətəndaşlarımızın həlak olması, elə həmin gün Daxili İşlər Nazirliyinin Daxili Qoşunlarının hərbi qulluqçularını daşıyan nəqliyyat vasitəsinin də Ermənistan silahlı qüvvələrinin kəşfiyyat-diversiya qrupları tərəfindən quraşdırılmış minaya düşməsi nəticəsində hərbi qulluqçularımızın şəhid olması Azərbaycan Respublikasını öz suverenliyini və ərazi bütövlüyünü bərpa etmək üçün lokal xarakterli antiterror tədbirlərinə başlamağa vadar etdi. Cəmi 23 saat 43 dəqiqə ərzində keçirilən əməliyyatın əsas məqsədi Qarabağda qanunsuz yerləşdirilmiş erməni silahlı qüvvələrinin zərərsizləşdirilməsi, onların hərbi obyektlərinin məhv edilməsi və Azərbaycanın ərazi bütövlüyünün tam təmin olunması idi. Əməliyyat zamanı Azərbaycan Ordusu müasir hərbi texnika və yüksək dəqiqlikli vasitələrdən istifadə edərək strateji mövqelərdə yerləşdirilmiş qanunsuz erməni silahlı qüvvələrini sıradan çıxardı. Beləliklə, Ağdərə, Xocavənd, Xocalı və Xankəndidən separatçıların qovulması ilə ölkəmizin suverenliyi və ərazi bütövlüyü tam bərpa olundu.

Qeyd edək ki, Azərbaycan Prezidenti, Müzəffər Ali Baş Komandan İlham Əliyevin 2024-cü il 19 sentyabr tarixli Sərəncamı ilə hər il sentyabrın 20-də qeyd olunacaq unudulmaz tarix - Dövlət Suverenliyi Günü təsis edilib. Bu Sərəncam Azərbaycanın 1991-ci ildə müstəqilliyinin bərpası ilə başlayan hadisələrin kulminasiya nöqtəsi olan ərazi bütövlüyü və müstəqillik uğrunda onilliklər boyu davam edən mübarizənin rəmzi sonunu əks etdirir. Bu yeni tarixin təqvimdə rəsmi yer alması 2020-ci ildə 44 günlük Vətən müharibəsində qazanılan Qələbənin, 2023-cü ildə antiterror tədbirlərinin və XXI əsrdə ölkənin müstəqilliyinin möhkəmləndirilməsinin əhəmiyyətini bir daha vurğulayır.

"QARABAĞ ERMƏNİSTANDIR VƏ NÖQTƏ" DEYİRDİSƏ, İNDİ "QARABAĞ AZƏRBAYCANDIR" DEYİR"

Azərbaycan Respublikasının qanunlarına və beynəlxalq humanitar hüquq normalarına uyğun olaraq təhlükəsizliyinə zəmanət verilən inzibati, sosial, təhsil, tibbi, dini və digər obyektlərin mühafizə və müdafiəsi təşkil olunmuşdur. Qadınlar, uşaqlar, qocalar, habelə fiziki məhdudiyyətli şəxslər və xəstələrə lazımi tibbi və digər yardımlar göstərilmişdir. Nəticə olaraq separatçılar ağ bayraq qaldırdı və dövlətimiz qarşısına qoyduğu bütün hədəflərə çatdı. İndi bütövlükdə bölgədə sülh və inkişaf üçün gözəl şərait yaranıb. Bu şəraiti yaradan isə Müzəffər Ali Baş Komandandır.

"BİZ ONLARIN MƏKRLİ PLANLARINI ALT-ÜST ETDİK"

Qafqazda ən müasir ordu hesab olunan Azərbaycan Milli Ordusu Hərbi Hava və Hava Hücumundan Müdafiə, Hərbi Dəniz və Quru qoşunlarından ibarətdir. Bu qoşun növləri potensial rəqiblə qırıcı və bombardmançı təyyarələrlə effektiv mübarizə aparmaq iqtidarındadır. MDB çərçivəsində Azərbaycan hava hücumundan müdafiə qüvvələrinə malik ən güclü ölkələrdən sayılır. Büdcə vəsaiti ildən-ilə artırılan Azərbaycan Silahlı Qüvvələrinin buna müvafiq olaraq hərbi imkanları da genişlənir. "Uğurlu iqtisadi siyasətimiz bizə imkan verir ki, ordu quruculuğuna, yeni silahların, yeni texnikaların alınmasına, yeni döyüş birləşmələrinin yaradılmasına lazımi dərəcədə dövlət vəsaiti ayrılsın" - deyə Prezident çıxışlarının birində bildirib. Azərbaycan Prezidenti, Ali Baş Komandan İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə Silahlı Qüvvələrin modernləşdirilməsi, müasirləşdirilməsi, eləcə də, maddi-texniki bazasının ən müasir standartlar səviyyəsinə çatdırılması sahəsində kifayət qədər əhəmiyyətli işlər reallaşdırılır. Məhz bunun nəticəsidir ki, Azərbaycan Cənubi Qafqaz regionunda ən güclü orduya malik ölkə statusunu daşıyır. Prezident İlham Əliyevin həyata keçirdiyi güclü dövlət, güclü ordu strategiyası torpaqlarımızın işğaldan azad olması ilə nəticələndi. "Mən işğal dövründə dəfələrlə deyirdim ki, bizim üçün birinci vəzifə ərazimizin bərpasıdır, ərazi bütövlüyümüzün təmin edilməsidir. Deyirdim ki, əgər danışıqlar nəticə verməsə, biz güc tətbiq edərək öz tarixi torpaqlarımızı azad edəcəyik. Əfsuslar olsun ki, mənim sözlərimə bəziləri laqeyd yanaşdı. Ermənistan və onun xarici havadarları hesab edirdilər ki, onlar bizim torpaqlarımızı işğal altında əbədi saxlayacaq. Biz onların məkrli planlarını alt-üst etdik. Müharibəyə hazırlaşdıq, düşmənə elə sarsıdıcı zərbə vurduq ki, düşmən bu günə qədər özünə gələ bilmir", - deyə Cənab Prezident bildirmişdir.

SUVEREN VƏ MÜSTƏQİL AZƏRBAYCAN

Son 22 ildə Azərbaycan Prezidenti İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə həyata keçirilən islahatlar ölkəmizin tərəqqisinə, inkişafının davamlı xarakter daşımasına, dövlət müstəqilliyinin möhkəmlənməsinə, idarəetmənin təkmilləşdirilməsi və demokratik inkişaf prosesinə töhfələr verir. Prezident İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə cəmiyyət həyatının bütün sahələrində uğurlar əldə edilib, ardıcıl olaraq sosial-iqtisadi islahatlar həyata keçirilib. Reallaşan kompleks islahatlar, geniş quruculuq işləri və yaradılan güclü iqtisadiyyat Azərbaycanın əsas inkişaf göstəriciləri sırasında olan amillərdir. Azərbaycanın dinamik inkişafının göstəriciləri sırasında ardıcıl həyata keçirilən islahatlar nəticəsində bütün istiqamətlərdə olduğu kimi sosial-iqtisadi sahədə də uğurlu nəticələr əldə edilib, sahibkarlığın inkişafı istiqamətində də bir sıra önəmli addımlar atılıb. Ölkəmizdə sosial sahədə həyata keçirilən islahatlar miqyasına görə heç bir ölkədə müşahidə olunmur.

Uğurlu inkişaf dövrünü yaşayan və tarixi qələbələrə imza atan Azərbaycanda 2025–ci il Prezident İlham Əliyevin Sərəncamı ilə "Konstitusiya və Suverenlik İli" elan olunub. Konstitusiyamızın bəyan etdiyi niyyətlərdən biri kimi ərazi bütövlüyümüzün və suverenliyimizin tam bərpa olunduğunu, 2025-ci ildə Konstitusiyamızın qəbul edilməsinin 30-cu və Vətən müharibəsində qələbəmizin 5-ci ildönümünü nəzərə alaraq 2025-ci il Azərbaycan Respublikasında "Konstitusiya və Suverenlik İli" elan edildi. Müstəqil və suveren dövlətə sahib olmaq, milli-mənəvi dəyərlərə, həmrəylik, humanizm, ədalət və qanunun aliliyi prinsiplərinə əsaslanan inkişaf etmiş cəmiyyət qurmaq yüzillər boyu Azərbaycan xalqının ən böyük arzusu olmuşdur.

Bu gün Azərbaycan Respublikası xalqımızın milli maraqlarını rəhbər tutaraq, yeni reallıqlar şəraitində müstəqil siyasətini daha cəsarətlə, prinsipiallıqla davam etdirir,

Zəfər qazanmış Azərbaycanı daha uğurlu gələcək gözləyir. Qarabağ və Şərqi Zəngəzur yeni inkişaf dövrünü yaşayır. "Dəmir Yumruğu"n yaratdığı yeni reallıqlarla hər kəs hesablaşmalıdır. Dövlət başçısının Qarabağ və Şərqi Zəngəzuru yaşıl enerji bölgələri elan edib və həmin ərazilərin sosial-iqtisadi inkişafı ilə bağlı nəzərdə tutulan layihələr icra olunmaqdadır. Bu gün Azərbaycanın regionda yaratdığı yeni reallıqlar beynəlxalq birlik tərəfindən qəbul olunur və dəstəklənir. Azərbaycanın 44 günlük müharibədə qələbəsinin legitimliyinin dünyanın bütün geosiyasi qütbləri tərəfindən qəbul edilməsi, işğaldan azad etdiyimiz ərazilərimiz üzərində suveren hüquqlarımızın bərpasının beynəlxalq birlik tərəfindən tanınması, haqq işimizə əvvəlkindən daha çox dəstək verilməsi, Prezident İlham Əliyevin həm müharibə, həm də postmüharibə dövründə həyata keçirdiyi siyasətin nəticəsidir.

Nəzakət ƏLƏDDİNQIZI

Dövlət Suverenliyi Gününün təsis olunması və tarixi əhəmiyyəti

Hər bir xalq üçün öz taleyinə sahib olmaq, müstəqil dövlətini yaratmaq və inkişaf etdirmək ən böyük nailiyyətdir. Azərbaycanın dövlətçilik tarixi əsrlər boyunca çətin sınaqlardan keçmiş, işğallar, müharibələr xalqımızın milli iradəsini sınamışdır. Lakin bütün bu çətinliklərə baxmayaraq, Azərbaycan xalqının müstəqillik, azadlıq və dövlətçilik arzusu heç vaxt sarsılmamış, daim yeni güc və enerji ilə nəsildən-nəslə ötürülmüşdür.

Müstəqillik və suverenlik yalnız hüquqi və siyasi kateqoriyalar deyil, həm də xalqın milli kimliyini, onun mədəni və tarixi varlığını təsdiqləyən dəyərlərdir. Bu baxımdan, 2024-cü il 19 sentyabr tarixində Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyevin

Vətən HÜSEYNOV,
Tarix müəllimi

Artıq Ermənistanın silah və sursat daşıması, separatçı rejimlə qanunsuz əlaqələri tamamilə dayandırıldı. Azərbaycanın beynəlxalq səviyyədə tanınmış bütün sərhədləri boyunca dövlət nəzarəti təmin olundu. Bu hadisə dövlətimizin heç bir güllə atmadan əldə etdiyi ən mühüm nailiyyətlərdən biri kimi tarixə düşdü.

Azərbaycan Ordusu 2023-cü ilin 19 sentyabrında Qarabağ iqtisadi rayonunda separatçıların təxribatlarına cavab olaraq lokal antiterror əməliyyatı keçirdi. Cəmi 23 saat 43 dəqiqə davam edən bu əməliyyat nəticəsində Ermənistan silahlı qüvvələrinin qalıqları torpaqlarımızdan çıxarıldı, qanunsuz silahlı birləşmələr tərk-silah edildi, qondarma qurum özünü buraxdığını elan etdi.

Beləliklə, Azərbaycanın bütün əraziləri üzərində dövlət suverenliyi tam bərpa olundu. Bu hadisə yalnız hərbi-siyasi deyil, həm də tarixi və mənəvi baxımdan dövlətçiliyimizin möhkəmləndirilməsində mühüm mərhələ oldu.

2024-cü il 19 sentyabr tarixində Prezident İlham Əliyevin imzaladığı Sərəncamla hər il 20 sentyabr Dövlət Sərəncamı ilə təsis edilmiş Dövlət Suverenliyi Günü müasir Azərbaycan tarixinin ən mühüm dönüm nöqtələrindən biridir. 20 sentyabr 2025-ci il tarixində isə ölkəmiz bu günü ilk dəfə rəsmi olaraq qeyd edir.

Suverenlik dövlətin əsas atributu hesab edilir. Beynəlxalq hüquq normalarına görə, suveren dövlət - ərazisi müəyyən olunmuş, daimi əhalisi olan, ali hakimiyyətə malik və digər dövlətlərlə bərabərhüquqlu münasibətlər qura bilən müstəqil siyasi qurum deməkdir.

Azərbaycanın suveren dövlət kimi mövcudluğu yalnız beynəlxalq hüquqi sənədlərlə deyil, həm də xalqımızın qəhrəmanlıq mübarizəsi ilə təmin edilmişdir. Xüsusən də, 1990-cı illərin əvvəllərində Ermənistanın hərbi təcavüzü nəticəsində ölkəmizin beynəlxalq səviyyədə tanınmış ərazilərinin işğalı, bir milyondan artıq soydaşımızın məcburi köçkünə çevrilməsi, şəhər və kəndlərimizin dağıdılması, Xocalı soyqırımı kimi insanlığa qarşı cinayətlər Azərbaycan xalqının iradəsini sınağa çəkdi. Lakin bütün bu faciələrə baxmayaraq, Azərbaycan suveren dövlət olaraq mövcudluğunu qorudu və ərazi bütövlüyünün bərpası uğrunda mübarizəsini davam etdirdi.

2020-ci ilin 27 sentyabrında başlanan və 44 gün davam edən II Qarabağ müharibəsi Azərbaycanın müasir tarixində dönüş nöqtəsi oldu. Ermənistanın növbəti hərbi təxribatlarına cavab olaraq, Azərbaycan Silahlı Qüvvələri Ali Baş Komandan cənab İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə misilsiz qəhrəmanlıq göstərərək düşməni darmadağın etdi. Müharibə nəticəsində Azərbaycanın tarixi torpaqlarını işğaldan azad edildi, Kəlbəcər, Ağdam və Laçın rayonları isə diplomatik-siyasi vasitələrlə, bir güllə atılmadan geri qaytarıldı. Bu qələbə Azərbaycan xalqının illərlə gözlədiyi ədalətin bərpası, həm də beynəlxalq hüququn real həyatda təmin olunması idi.

II Qarabağ müharibəsində qazanılan tarixi Zəfər Azərbaycanın dövlət suverenliyini daha da gücləndirdi və müstəqilliyimizin dönməzliyini bütün dünyaya nümayiş etdirdi. 2023-cü il 23 aprel tarixində Azərbaycan hökuməti mühüm addım ataraq Laçın-Xankəndi yolunun başlanğıcında nəzarət-buraxılış məntəqəsi yaratdı. Bu addım ölkəmizin suveren hakimiyyətinin bərpasında strateji mərhələ oldu.

Suverenliyi Günü kimi qeyd olunmağa başladı. Bu günün təsis edilməsi 1991-ci ildə müstəqilliyin bərpası ilə başlayan tarixi yolun məntiqi nəticəsi, ərazi bütövlüyü və dövlət suverenliyi uğrunda uzun illər aparılan mübarizənin kulminasiyasıdır. 2025-ci ildə Azərbaycan xalqı ilk dəfə bu günü rəsmi olaraq qeyd edir. Bu hadisə yalnız dövlətçilik tariximiz üçün deyil, həm də milli kimliyimizin möhkəmlənməsi baxımından böyük əhəmiyyət daşıyır. Dövlət Suverenliyi Günü xalqımızın keçdiyi çətin, lakin şərəfli mübarizə yolunun xatırladılması və gələcək nəsillərə ötürülməsi üçün mühüm platformadır.

Azərbaycan Prezidenti cənab İlham Əliyev 2024-cü il dekabrın 28-də imzaladığı Sərəncamla 2025-ci ili "Konstitusiya və Suverenlik İli" elan etmişdir. Bu qərar dövlətimizin hüquqi-siyasi inkişafında, milli kimliyimizin möhkəmlənməsində və suverenliyin dərinləşdirilməsində strateji addımdır.

Konstitusiya və Suverenlik anlayışlarının birlikdə vurğulanması Azərbaycanın müstəqil dövlət olaraq dünya birliyində mövqelərinin daha da güclənməsinə xidmət edir. Bu il ərzində həyata keçiriləcək tədbirlər dövlətimizin siyasi institutlarının möhkəmlənməsinə, vətəndaş cəmiyyətinin inkişafına və milli dəyərlərin qorunmasına xüsusi töhfə verəcəkdir.

Azərbaycanın müasir tarixi dövlət suverenliyi uğrunda aparılan mübarizə ilə sıx bağlıdır. Xalqımızın müstəqillik arzusu və azadlıq ideyası bütün sınaqlardan daha güclü çıxmışdır. 30 ildən artıq davam edən işğal, müharibələr, soyqırımlar və məhrumiyyətlər nə qədər ağır olsa da, Azərbaycan xalqı öz dövlətini qorumağı, onu daha da gücləndirməyi bacarmışdır.

20 sentyabr - Dövlət Suverenliyi Günü müstəqilliyimizin dönməzliyini, ərazi bütövlüyümüzün bərpasını və xalqımızın sarsılmaz iradəsini təcəssüm etdirən tarixi gündür. Bu günün ilk dəfə qeyd olunması Azərbaycan dövlətçiliyinin yeni mərhələsinin başlanğıcını göstərir.

Bu gün biz artıq tam suveren dövlətik. Sərhədlərimiz toxunulmazdır, ərazilərimiz bütövdür, xalqımız isə azad və müstəqil gələcəyini öz əlləri ilə qurur. Dövlət Suverenliyi Günü bu həqiqətlərin rəsmi təsdiqi, xalqımızın tarixi yaddaşında əbədi yer alacaq milli qürur günüdür.

"Böyük Qayıdış milli birliyin təntənəsidir"

"Prezident İlham Əliyevin Füzuli, Xocalı və Xocavəndə səfəri, burada sakinlərlə səmimi görüşü Böyük Qayıdış prosesinin təkcə dövlət siyasəti deyil, həm də milli birliyin təzahürü olduğunu bir daha nümayiş etdirdi. İşğaldan azad edilmiş torpaqlarda həyatın bərpası, sakinlərin doğma yurdlarına dönüşü, yeni infrastrukturun qurulması və təhlükəsiz yaşayış mühitinin yaradılması bu prosesin əsas sütunlarını təşkil edir. Dövlət başçısının birbaşa iştirakı ilə həyata keçirilən bu səfərlər bölgələrin inkişafına siyasi və mənəvi dəstək verir, vətəndaşların qayıdışa olan inamını daha da möhkəmləndirir. Bu fikirləri SİA-ya açıqlamasında Milli Məclisin deputatı Kamran Bayramov bildirib.

K.Bayramov qeyd edib ki, Böyük Qayıdış proqramı çərçivəsində həyata keçirilən məqsədyönlü tədbirlər və genişmiqyaslı quruculuq işləri artıq öz real nəticələrini verməkdədir: "Qarabağ və Şərqi Zəngəzur iqtisadi rayonlarında tikinti və infrastruktur layihələrinin ardıcıl və uğurlu icrası bu bölgələrin sürətlə dirçəlməsinə və həyatın yenidən canlanmasına zəmin yaradıb. Böyük Qayıdış proqramı çərçivəsində həyata keçirilən məqsədyönlü tədbirlər və genişmiqyaslı quruculuq işləri artıq öz real nəticələrini verməkdədir. Qarabağ və Şərqi Zəngəzur iqtisadi rayonlarında tikinti və infrastruktur layihələrinin ardıcıl və uğurlu icrası bu bölgələrin sürətlə dirçəlməsinə və həyatın yenidən canlanmasına zəmin yaradıb. Sentyabrın 14-də Prezident İlham Əliyevin Xocavənd rayonunun sakinləri ilə görüşdə səsləndirdiyi fikirlər Böyük Qayıdışın həm ideoloji, həm də praktiki əsaslarını ortaya qoyur. "Biz bütün dünyaya sübut etmişik ki, güclü xalqıq, iradəli xalqıq" deyən dövlət başçısı bu sözlərlə yalnız hərbi qələbəni deyil, eyni zamanda işğaldan azad edilmiş torpaqlara sülh yolu ilə həyatın qaytarılmasını da nəzərdə tutur.

Deputat bildirib ki, Böyük Qayıdış təkcə köç prosesi deyil, bu, həm də milli ruhun, tarixi ədalətin və hüquqi əsasların bərpasıdır. Prezidentin "Heç bir xarici qüvvə bizim iradəmizə təsir edə bilmədi" fikri isə Azərbaycanın müstəqil və qətiyyətli siyasətinin bariz nümunəsidir. Dövlət başçısının bu səfərləri və verdiyi mesajlar bir daha sübut edir ki, Azərbaycan xalqı yalnız döyüş meydanında deyil, quruculuq və dirçəliş sahəsində də qalibdir. 2026-cı ilin sonunadək "Böyük Qayıdış"a dair I Dövlət Proqramı çərçivəsində Qarabağ və Şərqi Zəngəzura 140 min vətəndaşın köçürülməsi planlaşdırılır ki, bu da Azərbaycanın artan iqtisadi gücü, sosial planlaşdırma imkanları və siyasi iradəsinin bariz göstəricisidir. Bu, təkcə miqrasiya prosesi deyil, həm də illərlə işğal altında qalmış ərazilərin sosial-iqtisadi reabilitasiyası, təhlükəsiz, davamlı və ləyaqətli yaşayış üçün şəraitin yaradılması deməkdir. Hazırda azad olunmuş bir çox ərazilərdə keçmiş məcburi köçkünlər məskunlaşıb. Bununla yanaşı, bu bölgələrdə dövlət qurumlarının yerli nümayəndəlikləri fəaliyyət göstərir, müxtəlif sahələr üzrə mütəxəssislər - müəllimlər, həkimlər, mühəndislər, sahibkarlar, turizm işçiləri və ictimai xidmət əməkdaşları daimi əsaslarla burada çalışır və yaşayır. Ümumilikdə, 50 minə yaxın insan artıq bu ərazilərdə həyatına davam edir ki, bu da Böyük Qayıdış prosesinin yalnız başlanğıc mərhələsi olmaqla yanaşı, real və davamlı uğurların əyani təsdiqidir. Bu məskunlaşma və inkişaf strategiyası Azərbaycanın gələcək üçün yaratdığı sabitlik, sosial ədalət və vətəndaş rifahı modelinin bir parçasıdır.

Deputat əlavə edib ki, bu gün Azərbaycan xalqının sarsılmaz iradəsini Qarabağa və Şərqi Zəngəzura qayıdan soydaşlarımızın timsalında aydın şəkildə görürük. Hər zaman irəlini hədəfləyən, strateji baxışla gələcəyə hesablanmış addımlar atan Azərbaycan bu gün təkcə regionda deyil, qlobal miqyasda da etibarlı tərəfdaş, təşəbbüskar dövlət kimi tanınır. Qarabağ və Şərqi Zəngəzurda həyata keçirilən bərpa və inkişaf proqramları, "Böyük Qayıdış" çərçivəsində reallaşan sosial layihələr, beynəlxalq sülh və əməkdaşlıq təşəbbüslərindəki fəal iştirak ölkəmizin artan nüfuzunu bir daha təsdiqləyir. Prezident İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə yürüdülən məqsədyönlü siyasət Azərbaycanın dayanıqlı inkişafını təmin etməklə yanaşı, onu yeni dövrün çağırışlarına cavab verən güclü və müasir dövlət kimi formalaşdırır".

Səbinə Hüseynli

***ABŞ** və Aİ Rusiyaya təzyiq göstərmək üçün vahid yanaşma inkişaf etdirməyə çalışır. Ancaq indiyə qədər onların yanaşmaları fərqlidir. Vaşinqton və Brüssel Moskvaya nəyin daha çox təzyiq göstərməsi ilə bağlı mübahisə edir. ABŞ Rusiyadan neft alan ölkələr üçün tariflərin artırılmasının, Aİ isə sanksiyaların artırılmasının tərəfdarıdır. Kompromis mümkündürmü? Qərb Kremlə təzyiq göstərmək üçün vahid yanaşma inkişaf etdirməyə çalışır. Politico yazır ki, neft, qaz və ticarət tarifləri danışıqlarda əsas məsələlər olaraq qalır.*

Tariflər və sanksiyalar

G7 Rusiya tərəfdarları üçün sanksiyalar və rüsumları müzakirə edib

Avropa liderlərinin koalisiyası ABŞ prezidenti Donald Trampı inandırıb ki, Rusiya Ukraynada müharibəni dayandırmaqda maraqlı deyil və danışıqlar masasına oturmağa məcbur edilməlidir. Eyni zamanda avropalılar Ağ Evi buna necə nail olmaq barədə razılığa gəlməyə inandırmalı olacaqlar. Bu yaxınlarda bir sıra diplomatik səfərlər həyata keçirilib, Atlantik okeanının hər iki tərəfindəki rəsmilər yeni maliyyə məhdudiyyətləri və Rusiya neft və qaz tədarükünü kəsmək planlarını müzakirə ediblər. Əsas məqsədləri hər iki tərəfin başa düşdüyü təkliflərin təfərrüatlarını hazırlamaq üçün hətta Vaşinqtona Aİ-nin texniki qrupu göndərilib.

"Tramp nəhayət bizim tərəfimizdədir". Anonimlik şərti ilə danışan bir Aİ diplomatı bildirib ki, indi sual bu iki yanaşmanın necə birləşdiriləcəyidir. Aİ hazırda Rusiyaya qarşı sanksiyaların yeni - 19-cu raundunu hazırlayır. Bununla belə, diplomatlar vurğulayırlar ki, ən təsirli addım yalnız ABŞ ilə tərəfdaşlıqda mümkündür. Aİ-nin başqa bir diplomatının sözlərinə görə, hazırda ABŞ ilə Rusiya iqtisadiyyatına dəqiq necə zərbə vuracağı ilə bağlı "qızğın müzakirələr" gözlənilir.

Fərqli baxışlar

Putinə təzyiq etmək zərurəti ilə bağlı ümumi razılığa baxmayaraq, Tramp administrasiyası tariflər kimi ticarət alətlərindən istifadə etməyə üstünlük verir. Aİ isə Moskva ilə iş quran şirkətlərə və maliyyə institutlarına qarşı rəsmi sanksiyalar tətbiq etməyi düşünür. Tramp bu yaxınlarda Aİ rəsmilərinə Brüsselin də eyni addımı atması şərti ilə Rusiyadan enerji aldıqları üçün Hindistan və Çinə 100% tariflər tətbiq etmək istədiyini söyləyib. "Biz avropalı müttəfiqlərimizə xəbərdarlıq etmişik ki, öz torpaqlarında müharibəyə son qoymaq üçün onlar bizə qoşulmalıdırlar ki, onlar münaqişənin bitdiyi gün qaldırılacaq əhəmiyyətli tarifləri tətbiq etsinlər", - ABŞ Maliyyə Nazirliyi Trampın niyyətini təsdiqləyib. Lakin bu, Aİ üçün iqtisadi və siyasi baxımdan qeyri-mümkündür və onun əsas prinsiplərinə ziddir.

Avropa Komissiyasının sədri Ursula von der Leyen, avropalı istehlakçılar üçün "tariflərin vergi olduğunu" söyləyib. Hindistan və Çinə tariflərin tətbiqi Aİ iqtisadiyyatına böyük ziyan vuracaq. "Biz tariflər tətbiq etmirik. Biz ticarət blokuyuq. Biz ixracatçıyıq. İxrac AB iqtisadiyyatını idarə edir. Bu, bizim DNT-mizdir", - Avropa Şurasının Xarici Əlaqələr üzrə baş siyasət analitiki Agathe Demarais deyir. Onun sözlərinə görə, tərəfdaşlar "yox" deyəcəklər, çünki Aİ heç bir şəraitdə Çin və Hindistana xüsusilə belə səviyyədə tariflər tətbiq etmək fikrində deyil.

Aİ rəsmiləri başa düşürlər ki, əsas ticarət tərəfdaşlarına belə yüksək tariflər tətbiq etmək iqtisadi nəticələr və Çinin mümkün cavab tədbirləri səbəbindən çətin olacaq. O da məlumdur ki, Aİ bu Asiya dövləti ilə daha sıx əlaqələrə can ataraq Hindistanla ticarət sazişi bağlamağa ümid edir. Eyni zamanda, 19-cu sanksiya paketinin bir hissəsi kimi Rusiyanın özünə də tariflərin tətbiqi ideyası müzakirə edildi, lakin nazirlər arasında dəstək alınmayıb. ABŞ bu təşəbbüsü G7 müttəfiqlərinə də genişləndirib. ABŞ Maliyyə Nazirliyi bildirib ki, Çin və Hindistan Rusiya neftini almaqla hərbi əməliyyatları maliyyələşdirir. Vəziyyətlə tanış olan mənbələr iddia edir ki, ABŞ 50-100% aralığında tarif tətbiq etməyi təklif edib.

Tramp Rusiya qazından imtina etməyə çağırıb

Bundan əlavə, Tramp Avropanı və digər NATO ölkələrini Kremlin müharibəni maliyyələşdirmək üçün istifadə etdiyi Rusiya enerji resurslarını almağı tamamilə dayandırmağa çağırıb. "Rusiyaya qarşı ciddi sanksiyalar tətbiq etməyə hazıram. Siz hazır olanda hərəkətə keçməyə hazıram. Sadəcə mənə nə vaxt deyin. NATO ölkələri Rusiyadan neft almağı dayandırmalıdır - bu, Vaşinqtonun Ukraynadakı müharibəni dayandırmaqdan imtina etdiyinə görə Moskvaya sanksiyalar tətbiq etməsinin şərtidir", - Tramp deyib.

Ağ Evin rəhbəri deyib ki, o, bəzi NATO üzv ölkələrinin Rusiya neftini almağa davam etməsindən "şoka düşür", çünki bu, ABŞ-ın Rusiya ilə danışıqlarda mövqeyini zəiflədir. Aİ buna hazır olduğunu bildirib. Aİ-nin enerji məsələləri üzrə komissarı Den Yorgensen ABŞ-ın energetika naziri Kris Rayt ilə görüşüb, Rusiyanın mayeləşdirilmiş təbii qaz tədarükünü Amerika qazı ilə əvəz etməyi müzakirə edib. Yorgensen Aİ-nin 2027-ci ilin sonuna qədər Rusiya qazının idxalını dayandırmaq öhdəliyini sürətləndirmək niyyətində olduğunu bildirib. "Rusiya qazının idxalına qadağa qoyulması təklifini irəli sürdüm. Rusiya enerjisindən asılılığımızdan mümkün qədər tez qurtulmalıyıq", - deyən o, bunun üçün Avropanın daha böyük LNG tədarükü şəklində ABŞ-ın dəstəyinə ehtiyacı olduğunu qeyd edib.

Öz növbəsində ABŞ-ın energetika naziri Kris Rayt Aİ-nin Rusiyadan qaz idxalını dayandırması üçün bir illik müddət qoyub. "Aİ altı aydan 12 aya qədər müddətdə Rusiyadan qaz idxalını dayandıra, onu Amerika LNG ilə əvəz edə bilər", Rayt bildirib. Rayt Macarıstan və Slovakiyanı da Rusiyadan neft və qazdan imtina etməyə çağırıb. Xüsusilə, o bildirib ki, Aİ-də Rusiya enerjisinin alıcıları Aİ-nin Rusiyanın enerji asılılığından əl çəkmək və ABŞ-dan enerji almaq səylərinə qarşı kampaniyanı dayandırmalıdır. O bildirib ki, Avropa enerjini "dostlarından" alsa daha yaxşı olar.

Avropa Komissiyasının Rusiya qazını mərhələli şəkildə ləğv etmək səylərinə qarşı çıxan Macarıstan və Slovakiya kimi ölkələrin nəhayət Rusiya ilə əməkdaşlığı dayandırmalı olub-olmaması ilə bağlı suala Rayt belə cavab verib: "Tamamilə". O da maraqlıdır ki, Macarıstan artıq Qərbin qaz tədarükçüsü olan Britaniyanın Shell neft-qaz şirkəti ilə ən böyük müqavilə imzalayıb. Söhbət 2026-cı ildən başlayaraq on il ərzində 2 milyard kubmetr qazın tədarükündən gedir. Macarıstana tədarük Çexiya və Almaniya boru kəmərləri vasitəsilə həyata keçiriləcək. Ölkə digər Qərb təchizatçıları ilə də müqavilələr üzrə danışıqlar aparır. Eyni zamanda, Macarıstan hələlik Rusiya qazından imtina etmək niyyətində deyil.

Macarıstanın xarici işlər naziri Peter Szijartonun sözlərinə görə, "Shell" ilə müqavilə coğrafi və infrastruktur xüsusiyyətlərinə görə Rusiya qazının Macarıstana tədarükünə təsir etməyəcək.

Bir-birinə doğru hərəkət

Rusiyaya təzyiq məsələsinə yanaşmaların fərqli olmasına baxmayaraq, ABŞ və Aİ-nin bu məsələdə vahid siyasət yaratmağa çalışması yaxşı haldır. Yuxarıda qeyd edildiyi kimi, Aİ Rusiyadan enerji təchizatından tamamilə imtina etməyə çalışır ki, bu da Trampın çağırışıdır. ABŞ isə öz növbəsində Rusiya Federasiyasına qarşı sanksiyaları sərtləşdirməyə başlayıb ki, bu da Aİ-nin onlardan istədiyidir. Xüsusilə də məlum olub ki, ABŞ Rusiya hərbi-sənaye kompleksi üçün mal tədarük edən 8 ölkədən 34 şirkətə qarşı sanksiyalar tətbiq edir.

ABŞ Rusiyaya sanksiyalardan yayınmağa kömək edən şirkətlərə qarşı yeni ixrac məhdudiyyətləri qəbul edib. Məhdudiyyətlər Rusiya, Çin, Hindistan, Türkiyə, BƏƏ, İran, Sinqapur və Tayvana təsir edəcək. Bu barədə Prezident Aparatının rəhbəri Andrey Yermak məlumat verib. Hesabatda deyilir ki, bu, Kremlin öz hərbi maşınını dəstəkləmək qabiliyyətini məhv etmək üçün daha bir mühüm addımdır. ABŞ-ın sanksiya siyahısına aşağıdakılar daxildir: 23 Çin şirkəti; 3 türk; 2 BƏƏ-dən; Hindistan, İran, Sinqapur və Tayvandan hər biri; və Rusiya şirkətləri.

ABŞ Maliyyə Nazirliyi qeyd edir ki, bu şirkətlər ABŞ-ın milli təhlükəsizlik maraqlarına və ya xarici siyasət maraqlarına zidd fəaliyyət göstərir. Bunlar hələ Aİ-nin tələb etdiyi genişmiqyaslı qadağalar deyil, lakin ABŞ onları yarı yolda qarşılamaq üçün bir addım atıb.

V.VƏLİYEV

P.S. Məqalədə xarici mənbələrə istinadlar var.

ANALİTİK

Psixi xəstəliklər: dünyada 500 milyon insan...

Ruhi sağlamlıqla fiziki sağlamlığın, əslində ayrı-ayrı anlayışlar olduğunu desələr də, bir çox psixoloqa görə hər ikisi bir-birinin eynidir. "Sağlam ruh sağlam bədəndə olar" misalı bu yerdə ən yaxşı örnəkdir. İnsan sağlamlığını qorumaq üçün bədəninə vaxt ayırdığı qədər ruhunu da nəzərə almalıdır, onların bir-birinə sıx əlaqələrlə bağlı olduğunu deyən ekspertlər yaşadığımız dövrdə ruh yüksəkliyinin az adamda rastlandığını da vurğulayırlar. Dalbadal baş verən təbii fəlakətlər, müharibələr, epidemiyalar dünya əhalisinin ruhi-psixoloji gərginlik içində yaşamasına səbəb olur. Qısası, dünyanın psixoloji vəziyyəti heç də qənaətbəxş deyil.

Hər ölkədə minimum 25 faiz

Dünyada hər dörd nəfərdən biri həyatının hər hansı bir mərhələsində psixi xəstəlikdən əziyyət çəkir. 75 yaşlı insanlarda bu nisbət hər iki nəfərdən biridir. Bütün dünyada psixoloji sağlamlıq problemləri olan 500 milyondan çox insan var və onlardan yalnız hər 20 nəfərindən biri, bəzən hətta 30 nəfərindən biri tibbi yardım ala bilir. Ən çox müşahidə edilən ruhi xəstəliklərə depressiya, narahatlıq, davranış pozğunluqları, alkoqol və narkomaniyaya bağlı psixi pozuqluqlar və şizofreniya daxildir.

Məlumat üçün qeyd edək ki, araşdırmalara görə hər ölkədə əhalinin 20-25 faizi ruhi xəstəliklərdən əziyyət çəkir. Ruhi pozğunluqlar həm yüngül, həm də ağır xarakterli olur. Ölkələr arasında ruhi xəstəliklərin sayına görə, kəskin fərqlənən demək olar ki, yoxdur. Mütəxəssislər hesab edir ki, bu xəstəliklərin əksəriyyəti müalicə edilə bilər. Çünki əksəriyyət sadəcə ruh düşkünlüyü yaşayır və əhvalını yüksəltmək istəmir.

Ən aqressiv ölkə: hər iki nəfərdən biri...

Qlobal tədqiqat şirkəti "Gallup", "Qlobal Emosiyalar" hesabatının 2022-ci il buraxılışında dünyanın ən qəzəbli ölkələrinin sıralamasında birinci Livanı, ikinci Türkiyəni yazmışdı. Türkiyədən sonra Ermənistan, İraq, Əfqanıstan, İordaniya, Mali gəlirdi. Hesabata görə, Livanda əhalinin 49 faizi aqressivdir, Türkiyədə bu nisbət 48-dir. Yəni bu ölkələrdə hər iki nəfərdən biri qəzəblidir. Salvador əhalisinin 82 faizi özünü xoşbəxt və mülayim hiss etdiyini deyir. "Gallup"un həmin hesabatın 2023 buraxılışında isə ən aqressiv ölkələr siyahısının ilk pilləsində Livanın yerini İraq tutub, Türkiyə elə ikinci yerini qoruyub, Livan 3-cü yerdə qərarlaşıb.

Gündəlik həyatda, evdə, işdə, məktəbdə və münasibətlərimizdə bir çox stres faktorları ilə qarşılaşır, müəyyən səviyyələrdə münaqişələr, narahatlıqlar, başqaları ilə mübahisə və qarşıdurma yaşayırıq. Bu münaqişələrin baş verməsi təbiidir, çünki əksəriyyətimiz ipi çəkilmiş bomba misalı həyat yaşayırıq. Buna görə də qarşılaşdığımız, səbəbi olduğumuz və ya təsadüfi münaqişələri həll etmək üçün üstünlük verdiyimiz bəzi şüurlu və ya şüursuz üsullar bizə problem yarada bilər. Yaranan problemi kimimiz ünsiyyət yolu ilə, kimimiz də qol gücünə həll etməyə çalışır.

İnsanlar sosial problemlərini həll edə bilmədikləri üçün də aqressiya ilə yüklənirlər. Təsəvvür edin, ailəsinin ehtiyacını ala bilməyən hər hansı bir şəxs var və biz ondan mülayim olmasını, başqalarına qarşı aqressiya göstərməməsini gözləyirik. O isə bunu başqalarından gözləyir. Yəni, qarşılıqlı təmənna var, amma təminat yoxdur. Zehni, fikri ailə qayğıları, maddi problemlər, dolanışıq dərdi ilə yüklənmiş bir adam aqressiya ilə yüklənir, problemləri onu partlayacaq bomba halına gətirib çıxarır. Dolayısı ilə yolda, dükan-mağazada, işdə qarşılaşdığı hər hansı bir neqativ vəziyyətdə bu aqressiyasını boşaldır. Bütün bunlar da bizim psixologiyamızda özümüz hiss etmədən iz buraxır. Ya öz-özünə danışan adamlara çevrilirik, ya ailəsinə zərər verən birinə. Nəticədə psixi sağlamlığımız əlimizdən gedir.

İşini sevməyənlər daha çox əziyyət çəkir

Psixoloq Sədaqət Həsrətova bildirir ki, sağlam bir bədən üçün yediklərimizə nə qədər fikir veririksə, saatlarla idman zallarında məşq ediriksə sağlam bir ruh üçün də olduğumuz mühitə, ünsiyyətdə olduğumuz insanlara, müzakirə etdiyimiz mövzulara, izlədiyimiz televiziya proqramlarına diqqət etməliyik. Bədənimizi tanıdığımız, bizə nəyin zərər verib-vermədiyini bildiyimiz kimi ruhi vəziyyətimizi də nəzarətdə saxlamalıyıq. İnsanın həmişə özünü başqalarına oxşatması, uğurlu insanların uğuruna paxıllıq və ya qibtə etməsi, hərəkətlərinə sərhəd qoymayaraq sonunda peşmançılıq yaşamaq ruh düşkünlüyünü yaradan birinci səbəbdir.

Səhər 8-dən işə gedib gündə 9-10, bəzən 12-13 saat işləyən insanlarda ruh düşkünlüyü daha çox rastlanır. Müsahibimiz deyir ki, qadağalar, sərt iş qanunları bu problemi yaradan ikinci səbəbdir: "İşini sevməyən insanlarda ruh düşkünlüyü daha çox rastlanır. İşə həvəssiz gedən, bütün günü gördüyü işin stressi altında əzilən, axşamın olmasını, iş saatının bitməsini səbirsizliklə gözləyən insanlarda əlbəttə ki, ruh yüksəkliyi olmayacaq. Pessimizm, bədbinlik, həvəssizlik insanı yoran şeylərdir, ruhu yüksəldən, əhvalı yaxşılaşdıran məşğuliyyətlər belə zamanlarda müsbət effekt verir".

Ruh yüksəkliyini necə yaratmalı?

Müsahibimiz deyir ki, bədənimizin edə bildikləri və edə bilməyəcəkləri olduğu kimi ruhumuzun da müəyyən sərhədləri var: "Təsəvvür edin, tanımadığınız bir mühitdə tanımadığınız bir insan sizə yaxınlaşanda necə narahatlıq keçirirsinizsə eyni vəziyyət ruhunuz üçün də keçərlidir. Ruh yüksəkliyini yaratmaq, əslində, öz əlimizdədir. Qətiyyətlə ruhu yoran, əsəbləri tarıma çəkən hadisələrə qarışmayın, televizorda yalnız ürəkaçan proqramlara baxın, tez-tez klassik və milli musiqilər dinləyin. Bunu bir növ terapiya kimi düşünün. Unutmayın ki, sizi işinizdən bezdirən, insanlardan qaçmağınıza səbəb olan ruh düşkünlüyüdür, ona görə ruhunuzu müalicə edin".

Psixoloq ruh yüksəkliyimizi qorumaq üçün bir neçə məsləhət də verdi: "Unutmayın ki, azad, sivil bir insan olmağımız hər şey edə biləcəyimiz anlamına gəlməz. Azadlığımız istədiyimiz hər şeyi etmək demək deyil, azadlıq bəzi şeyləri etmək istəsəniz belə etməməyinizdir. Hər bir insan həyatında nə zamansa əngəllərlə qarşılaşır, işimizi itirə bilərik, axtardığımız ünvanı tapmaya bilərik, zəng etdiyimiz adam telefonuna cavab verməyə bilər, ay sonunda kommunal xərclərimizi ödəməkdə çətinlik çəkə bilərik, imtahanda istədiyimiz nəticəni əldə edə bilmərik, bütün bunlar əlbəttə ki, dünyanın sonu deyil və ruh yüksəkliyimizi əlimizdən ala bilməz. Əngəlləri qəbul etmək bizi daha çox rahatladacaq".

Hər addımı planlamaq ruhu xəstələndirə bilər

Həmsöhbətimiz deyir ki, valideynlərimizi, doğmalarımızı itirə bilərik, vəfat edə bilərlər, bu, bizim üçün ağır itkidir, amma həyatın qanunudur, ölənlə ölmək olmaz deyiblər, kədərimizi, faciəmizi yaşayırıq, matəmimizi tuturuq, amma yenidən həyata dönmək məcburiyyətindəyik. Çünki bizim də öhdəliklərimiz var, bizə ehtiyacı olan ailəmiz, övladımız və ya həyat yoldaşımız var. Ruh düşkünlüyünə imkan verməyin.

Çalışın insanlığa, dünyaya xeyir verin, nəsə yaradın, tikin, düzəldin, heç olmasa bir heyvana sahib çıxın, mərhəmət hissi ruhu rahatladacaq. Keçmişdə yaşadığınız problemləri ağlınızdan çıxarın, keçmişin bədbin xatirələrinə qapılıb həyatı özünüzə zəhər etməyin. Amma davamlı olaraq gələcəyi də düşünməyin, ölçüb-biçməyin, çünki gələcək sizin planladığınız kimi omayanda sizin ruh sağlamlığınıza təsir edəcək. Həyatda hadisələr öz axarı ilə baş verəcək və gələcək nə cür olursa-olsun, onu qarşılamağa hazır olmaq lazımdır.

Lalə Mehralı

Ermənistanın mina terroru - Böyük Qayıdış üçün ciddi maneə!

Postmüharibə dövründə 213 min 178 hektar ərazi minalardan təmizlənib

Azərbaycanın işğaldan azad olunmuş torpaqları bu gün təkcə bərpa-quruculuq işləri ilə deyil, həm də ermənilər tərəfindən basdırılmış milyonlarla minaların zərərsizləşdirilməsi ilə gündəmdədir. Qarşıda duran ən böyük hədəf – minalardan və partlamamış hərbi sursatlardan ərazilərin təmizlənməsi – insan həyatının qorunması, dayanıqlı inkişafın təmin olunması və Böyük Qayıdış proqramının sürətlənməsidir.

Beynəlxalq təşkilatların da etiraf etdiyi kimi, bu gün Azərbaycan əraziləri minalarla ən çox çirkləndirilmiş ölkələrdən birincisidir. Mütəxəssislərin ilkin hesablamalarına görə, Ermənistan işğal dövründə torpaqlarımıza 1,5 milyondan artıq mina basdırıb. Ona görə də Azərbaycanın işğaldan azad edilmiş bir çox əraziləri mina və partlamamış hərbi sursatlarla çirklənmiş vəziyyətdədir. Həmin torpaqlarda bərpa-quruculuq işlərinə başlanması isə minatəmizləmə fəaliyyətini aktual və strateji əhəmiyyətli işə çevirib. Bu istiqamətdə Azərbaycan Respublikası Minatəmizləmə Agentliyi (ANAMA) mühüm vəzifəni – ərazilərin təhlükəsizliyinin təmin olunması və bu bölgənin dinc məqsədlərlə istifadəyə yararlı hala gətirilməsi missiyasını uğurla davam etdirir.

ANAMA-nın verdiyi məlumata görə, 2020-ci il noyabr ayının 10-dan 2025-ci il iyulun ayının 14-dək aparılan minatəmizləmə əməliyyatları nəticəsində işğaldan azad edilən 213 min 178 hektar ərazi təmizlənib. Üümumilikdə 201 min 265 ədəd mina və partlamamış hərbi sursat (PHS) aşkar edilərək zərərsizləşdirilib. Onlardan 141 min 793 ədədi PHS, 37 min 512 ədədi piyada əleyhinə mina (PƏM), 21 min 960 ədədi isə tank əleyhinə minadır (TƏM).

Xatırladaq ki, Ermənistan indiyədək Azərbaycana guya minalanmış ərazilərə dair səkkiz xəritə verib. Lakin sonradan məlum olub ki, bu xəritələr heç də dəqiq deyil və sadəcə, çaşqınlıq yaratmaq məqsədi daşıyır. Məsələn, postmüharibə dövründə ölkə ərazisində qeydə alınan mina partlayışlarının 55 faizindən çoxu Ermənistan tərəfindən təhvil verilən xəritələrdən kənar ərazilərdə olub. ANAMA isə bildirmişdi ki, həmin xəritələrin dəqiqliyi cəmi 25 faizdir. Bu isə bir daha Ermənistanın qeyri-səmimiliyini, hələ də müharibə cinayətinin təşkilatçısı olduğunu təsdiq edən faktdır.

Ölkəmizdə ermənilərin mina terrorundan həlak olan və yaralananların sayına baxanda bir daha əmin olursan ki, bu ölkə sözün protokolunun tələblərini kobud şəkildə pozub. Beynəlxalq konvensiyalara görə, piyada əleyhinə minaların tətbiq olunması qəti qadağandır və bu, cinayət hesab edilir. Lakin bu çərçivədə müvafiq beynəlxalq təşkilatlar Ermənistanın beynəlxalq hüquqazidd davranışlarının qarşısının alınması üçün heç bir addım atmayıblar. Nəticə etibarilə Ermənistanın hələ də minalanmış ərazilərin xəritələrinin ölkəmizə tam təhvil verməməsi mina qurbanlarının sayını artırır. Qeyd edək ki, piyadalar əleyhinə minaları qadağan edən «Landmine Monitor 2023» beynəlxalq təşkilatı 2023-cü ildə Cenevrədə nəşr etdirdiyi hesabatda Ermənistanı piyadalar üçün mina istehsal edən ölkələr siyahısına salıb. Bununla da hesabatda bir daha ölkəmizin 44 günlük müharibədən sonra Ermənistan tərəfindən Azərbaycan ərazilərinə minaların

həqiqi mənasında terrorçuluğu dövlət səviyyəsində həyata keçirir. Belə ki, 1991-ci ildən 2025-ci il iyunun 1-dək Azərbaycanda mina qurbanlarının sayı 3 min 400-dən artıqdır. Təəssüf ki, onlardan 362 nəfəri uşaq, 38 nəfəri qadındır.

İkinci Qarabağ müharibəsindən sonra, yəni 2020-ci ilin noyabr ayından 2025-ci il iyunun 1-dək olan müddətdə isə mina qurbanlarının sayı 398 nəfər təşkil edir. Onlardan 70 nəfəri həlak olub, 328 nəfəri müxtəlif dərəcəli bədən xəsarətləri alıb. Burada insanlığa xas olmayan müharibə cinayətlərinə də rast gəlinir. Xüsusilə hərbi obyektlərdən başqa, mülki əhalinin məskunlaşa biləcəyi yerlərə- yeni təmas xəttinin arxasında yerləşən yollara, qəbiristanlıqlara, mülki təyinatlı digər obyektlərə tələ xarakterli minalar yerləşdirilmişdir ki, bu da mina qurbanlarının sayının gündən-günə artmasına səbəb olur. Prezident İlham Əliyev çıxışlarında bu barədə deyib: « Bu gün Azərbaycanın üzləşdiyi mina təhlükəsi kütləvi qırğın silahlarının doğurduğu dəhşət ilə müqayisə oluna bilər.»

Bütün bunlara rəğmən demək olar ki, Ermənistan 1999-cu il Ottava Konvensiyasının piyada əleyhinə minaların istifadə edilməsini, istehsalını, yığılmasını və ötürülməsini qadağan edən bəndlərini, «Müharibə qurbanlarının müdafiəsi haqqında» 1949-cu il 12 avqust tarixli Cenevrə konvensiyasını, 10 oktyabr 1980-ci il «Hədsiz zərərli sayıla bilən və ya seçimsiz nəticələrə malik ola bilən müəyyən adi silah növlərinin istifadəsinə qoyulan qadağalar və məhdudiyyətlər haqqında» Konvensiyanın ikinci daşınması və yerləşdirilməsi ilə bağlı əsaslı tələbləri öz təsdiqini tapmış olub.

Ölkəmiz beynəlxalq ictimaiyyətin diqqətini bu məsələyə cəlb etmək üçün çoxsaylı təşəbbüslərlə çıxış edib. Belə ki, Azərbaycanın təşəbbüsü ilə «Silahlı münaqişə zamanı mədəni sərvətlərin qorunması haqqında» 1954-cü il tarixli Haaqa Konvensiyasına Tərəf Ölkələrin 2023-cü ildə keçirilmiş 15-ci görüşündə «Minaların mədəni irsə təsiri» ilə bağlı qətnamə qəbul edilmişdir.

Qeyd edək ki, 2024-cü ilin mayın 30-da Zəngilanda Azərbaycan Respublikasının Minatəmizləmə Agentliyinin (ANAMA) və Birləşmiş Millətlər Təşkilatının İnkişaf Proqramının (BMT İP) birgə təşkilatçılığı ilə «Minaların ətraf mühitə təsirinin azaldılması: Təhlükəsiz və yaşıl gələcək üçün resursların səfərbər olunması» mövzusunda III beynəlxalq humanitar minatəmizləmə konfransı keçirilib. Konfransda 75 ölkədən 300-dən çox nümayəndə iştirak edib. İştirakçılar arasında bir sıra ölkələrin yüksək vəzifəli şəxsləri, BMT-nin baş ofisinin rəhbər heyəti, nüfuzlu beynəlxalq təşkilatların təmsilçiləri və müxtəlif ölkələrin minatəmizləmə mərkəzlərinin rəsmiləri, habelə ölkəmizdə akkreditə olunmuş diplomatik nümayəndəliklərin vəzifəli şəxsləri də olublar. Konfrans çərçivəsində ANAMA və BMT-nin İnkişaf Proqramı arasında niyyət sənədi imzalanıb. Bu əlamətdar hadisə Azərbaycanın bu sahədə öz təcrübəsini oxşar problemlərlə üzləşən digər ölkələrlə bölüşməyinə də kömək edəcəkdir.

Elçin Zaman

“Bakcell” Bilik Günü münasibətilə Müasir Təhsil Kompleksinin şagirdləri ilə görüşdü

İnnovasiya və sürət lideri “Bakcell” 15 sentyabr – Bilik Günü münasibətilə Heydər Əliyev adına Müasir Təhsil Kompleksində (MTK) “Növbəti nəsil: Süni intellekt və İnnovasiya” adlı tədbir təşkil edib. Tədbirin əsas məqsədi gənclərin süni intellekt və innovasiya sahəsində bilik və bacarıqlarını inkişaf etdirmək, onları gələcəyin rəqəmsal çağırışlarına hazırlamaq olub.

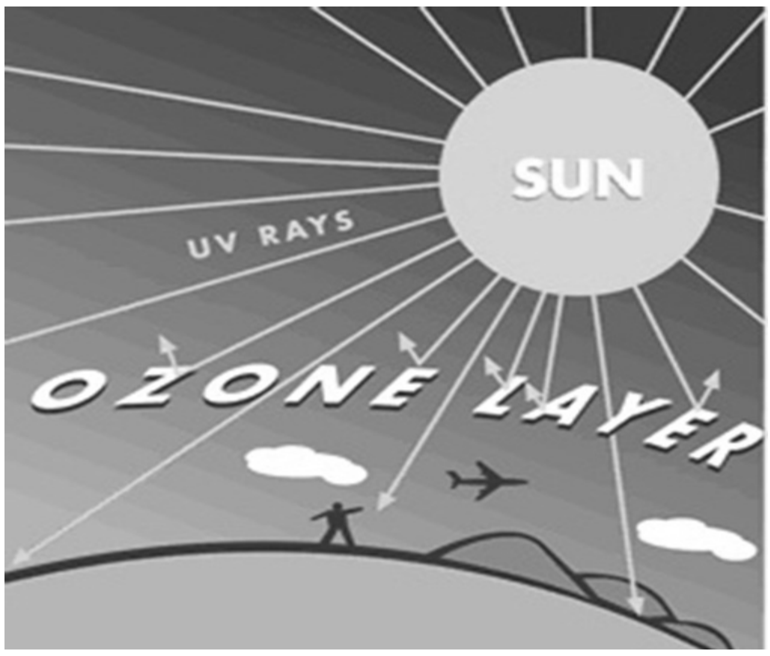
Görüş çərçivəsində “Bakcell” və MTK-nın rəhbərliyinin iştirakı ilə panel müzakirəsi keçirilib. Paneldə süni intellektin gündəlik həyat və iş mühitinə təsirləri, innovasiyaların gələcəyi geniş şəkildə müzakirə edilib. Tədbir zamanı süni intellekt əsaslı robotun iştirakı iştirakçılarda böyük maraq yaradıb. “Prompt mühəndisliyi” mövzusunda keçirilən sessiyada isə iştirakçılar süni intellekt alətlərinin təqdim etdiyi imkanlarla, həmçinin bu alətlərin ölkədə və beynəlxalq miqyasda müxtəlif fəaliyyət sahələrinə təsiri ilə daha yaxından tanış olublar. Gənclər praktiki məşğələlər vasitəsilə öz ideyalarını vizuallaşdıraraq sessiyanın sonunda real təcrübə qazanıblar. “Azərbaycanın rəqəmsal gələcəyi məhz gənclərin bacarığı və onların yaratdığı innovasiya ekosistemi üzərində qurulacaq. Bu istiqamətdə təşkil olunan tədbirlər Azərbaycanın gənclərinə biliklərini zənginləşdirmək, praktiki bacarıqlar qazanmaq və gələcəyin innovativ liderləri kimi formalaşmaq üçün imkan yaradır”, – deyə“Bakcell”in baş icraçı direktoru Klaus Müller bildirib.

”Süni intellekt kimi müasir texnoloji platformaların gətirdiyi çətinliklərin öhdəsindən gəlmək üçün təhsil müəssisələri sabah yox, bu gün addım atmalıdır”, – deyə MTK-nın baş icraçı direktoru Tural Abbasov bildirib.

“Bakcell” sürətlə dəyişən dünyada gənclərin innovativ düşüncə tərzinin formalaşmasını və rəqəmsal bacarıqların inkişafını əsas prioritetlərindən biri hesab edir. Bu istiqamətdə həyata keçirilən layihələr ölkədə innovasiya ekosisteminin güclənməsinə və gələcəyin işçi qüvvəsinin hazırlanmasına töhfə verir.

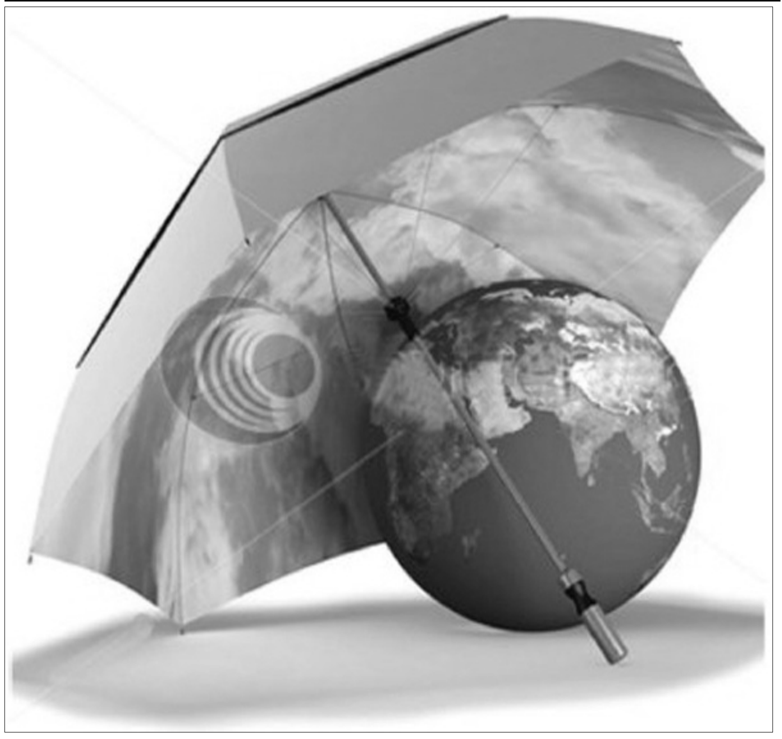
Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyi

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



Planetimizin yorğanı: ozon təbəqəsi

Ozon təbəqəsi bəşəriyyətin yaşaması üçün vacibdir, çünki Yerin stratosfer qatında yerləşərək günəşdən gələn ultrabənövşəyi (UV) şüaların böyük hissəsini udur və beləliklə, Yer üzərindəki həyatı zərərli təsirlərdən qoruyur. Bu şüaların sovrulması, insanlarda dəri xərçəngi və katarakt kimi xəstəliklərin, həmçinin digər canlılara zərərin qarşısını alır.



Ozon təbəqəsi bitkilərin böyüməsinə və su hövzələrindəki canlıların həyatına mənfi təsir göstərə biləcək UV radiasiyasını da məhdudlaşdırır. O həmçinin Yer səthinin temperaturunu tənzimləyir.

16 sentyabr bütün dünyada Beynəlxalq Ozon Qatının Mühafizəsi Günü kimi qeyd olunur. Bu gün ozon təbəqəsini dağıdan maddələrə dair imzalanan Monreal Protokolunun tarixinə həsr edilib və bütün dünyada ozon qatının mühafizəsi, onun zərərli təsirləri və bu problemə həsr olunan beynəlxalq təşəbbüslər müzakirə olunur.

Ozon qatı atmosferimizin çox kiçik bir hissəsini təşkil edir, lakin onun mövcudluğu insanın rifahı üçün vacibdir. Ozon təbəqəsi - bu nazik qaz qoruyucusu Yeri Günəş radiasiyasının müəyyən hissəsinin zərərli təsirlərindən mühafizə edir və bununla da planetdə həyatın qorunmasına kömək edir. Ozonun böyük hissəsi atmosferin yüksək qatında - troposfer və stratosferdə özünü göstərir və Yer səthindən 10-40 kilometr yüksəklikdə yerləşir. Stratosfer bütün atmosfer ozonun təxminən 90 faizini ehtiva edir. Əgər bir gün ozon tükənərsə, bu bütün biosfer üçün təhlükə yaranacaq deməkdir. Çünki ultrabənövşəyi şüalara məruzqalma həm insanlar, həm də başqa canlılar üçün təhlükəlidir.

Ötən əsrin 80-ci illərində alimlər Antarktikada ozonun ümumi tərkibinin 2 dəfə azaldığını kəşf etdilər. Elə o vaxtdan da Ozon dəliyi barədə məlumatlar dünyada müzakirə olunmağa başladı. Ozon təbəqəsinə təsir edən ən təhlükəli maddə fabrik və sənaye müəssisələrinin məhsulu olan xlor oksiddir. Monreal Protokolunun həyata keçirilməsi soyuducularda, kondisionerlərdə və digər istehlak mallarında ozonu məhv edən kimyəvi maddələrin 99 faizinin mərhələli şəkildə dayandırılmasına səbəb oldu. Ekspertlər hesab edirlər ki, Ozon təbəqəsinin qorunması səyləri də iqlim dəyişikliyi ilə mübarizə səylərinə öz töhfəsini verib. Həyata keçirilən tədbirlər sayəsində 1990-cı ildən 2010-cu ilədək atmosferə 135 milyard ton karbon qazının atılmasının qarşısı alınıb.

Ozon təbəqəsinə ən çox insan zərər verir. İnsan fəaliyyəti nəticəsində yaranan ozon dağıdıcı maddələr, xüsusilə də xlorftorkarbonlar (CFC) kimi kimyəvi cəhətdən stabil maddələr stratosferə çatır və ozon molekullarını parçalayaraq qatın dağılmasına səbəb olur. Xlor molekulları stratosferə çatdıqdan sonra, bir xlor molekulu on minlərlə ozon molekulunu parçalaya bilən güclü katalizatora çevrilir. İnsanın təsərrüfat fəaliyyəti nəticəsində atmosferdə bu ozondağıdıcı maddələrin (ODM) miqdarının artması ozon qatının dağılmasına səbəb olur.

Ozon təbəqəsinin dağılmasının qarşısının alınması məqsədilə 22 may 1985-ci il tarixində Vyana Konvensiyası imzalanıb. 1986-cı ildən başlayaraq, indiyədək ozondağıdıcı maddələrin istehlakında qlobal miqyasda xeyli azalma əldə edilib. 16 sentyabr 1987-ci ildə də Vyana Konvensiyasının Monreal Protokolu imzalanıb və həmin tarixdən etibarən hər il bu gün Beynəlxalq Ozon Təbəqəsinin Mühafizəsi Günü kimi qeyd olunur.

Monreal Protokolu vasitəsilə Yer kürəsinin zərərli ultrabənövşəyi radiasiyaya məruz qalmasını azaltmaqla insan sağlamlığı və ekosistemlər qorunur. Eyni zamanda, ozon təbəqəsini məhv edən maddələrin qeyri-qanuni mənbələri meydana gəldikdə onları aradan qaldırmağa davam edərkən əldə edilən nailiyyətləri qorumaq lazımdır. 2019-cu il yanvarın 1-dən qüvvəyə minən Monreal Protokoluna Kiqali Düzəlişinin həyata keçirilməsi üçün də tam dəstək tələb olunur. Potensial istixana qazları olan hidroflüorokarbonları mərhələli şəkildə ləğv etməklə əsrin sonuna qədər qlobal temperatur artımını 0,4°C azaltmağa nail olmaq olar. Həmin tədbirləri mərhələli şəkildə həyata keçirməklə iqlim dəyişikliyi ilə mübarizədə irəliləyiş əldə etmək mümkündür.

Azərbaycan 1996-cı ildən "Ozon qatının qorunması haqqında Vyana konvensiyası"na, "Ozon qatını dağıdan maddələr üzrə Monreal Protokolu"na və bu protokola edilmiş düzəlişlərə dair Sazişə qoşularaq ozon qatının qorunması üçün üzərinə öhdəliklər götürüb ki, bu da sənaye müəssisələri və məişətdə ozondağıdıcı maddələrlə (ODM) təchiz edilmiş cihaz və avadanlıqların, əsasən də soyuducu və kondisionerlərin daha müasir texnologiyalarla əvəzlənməsindən, yaşıl iqtisadiyyata mərhələli keçidin təmin edilməsindən ibarətdir. Hazırda Azərbaycan həmin konvensiya üzrə üzərinə götürdüyü öhdəlikləri yerinə yetirən ölkələr sırasındadır. Ölkəmizdə Protokol çərçivəsində görülmüş tədbirlər nəticəsində ODM-lərdən istifadə Monreal Protokolu üzrə müəyyən edilmiş qrafikə uyğun olaraq mərhələlərlə istifadədən çıxarılıb, istehlak 271 tondan 0.016 tona qədər azalıb.

Ozon qatının tükənməsinə dair son elmi araşdırmalar göstərir ki, konvensiyanın icrası nəticəsində 2000-ci ildən bəri planetdə ozon təbəqəsinin hissələri on il ərzində 1-3 faiz sürətlə bərpa olunur. Proqnozlaşdırılan sürətlə ozon qatı şimal yarımkürəsi və orta enliklərdə 2030-cu ilə, cənub yarımkürəsində 2050-ci ilə, qütb bölgələrində isə 2060-cı ilə qədər tamamilə bərpa oluna bilər.

Lalə Mehralı

SON SƏHİFƏ
SƏS
16 sentyabr 2025-ci il

“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. 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!

Payızda immuniteti gücləndirmək üçün hansı məhsullara üstünlük verək?

“Hər fəslin özünəməxsus qidalanma tərzi olduğu üçün yay fəslindən payız fəslinə keçərkən də müəyyən dəyişikliklər etməliyik. Yayın isti günlərindən sonra havaların soyuması, günəşli günlərin azalması, orqanizmin daha çox enerji tələb etməsi qidalanmada da bəzi dəyişiklikləri zəruri edir. Payızda düzgün və balanslı qidalansaq immuniteti gücləndirə, soyuqdəymə və mövsümi xəstəliklərin qarşısını ala bilərik”. Bu sözləri SİA-ya açıqlamasında qida mütəxəssisi Asim Vəliyev deyib.

MÜTƏXƏSSİS DANIŞDI

Asim Vəliyev sözlərinə belə davam edib: “İlk növbədə vitamin və mineral ehtiyacını ödəmək lazımdır. Payız aylarında günəş şüaları azaldığına görə bu orqanizmdə D vitamini çatışmazlığına səbəb ola bilər. Ona görə də süd məhsulları, balıq, yumurta sarısı və dəniz məhsullarını daha çox qəbul etmək faydalıdır. Eyni zamanda, immunitet üçün C vitamini çox vacibdir. Portağal, mandarin, kivi, qırmızı bibər, kələm kimi məhsullar bu dövrdə menyuda mütləq olmalıdır. Dəmir və sinklə zəngin qidalar da soyuq mövsümdə orqanizmin gücünü qorumağa kömək edir.

Payız fəsli həmçinin meyvələrin bol olduğu fəsildir. Bu fəsildə alma, armud, heyva, nar, üzüm kimi meyvələr, balqabaq, kök, çuğundur, kələm, kartof və digər tərəvəzlər piştaxtalarımızı bəzəyir. Mövsümi olaraq həm təzə, həm də bişmiş halda istifadə etdikdə orqanizmimizə lif, vitamin və mineral verir. Balqabaq A vitamini ilə zəngindir, göz və dəri sağlamlığı üçün faydalıdır. Heyva və nar tənəffüs yollarının mövsümi xəstəliklərinə qarşı qoruyucu təsir göstərir.

Soyuq havalarda orqanizmimiz daha çox istiliyə və enerjiyə ehtiyac duyur. Ona görə də payız menyusunda şorba, buxarda bişmiş və ya sobada hazırlanmış yeməklərə üstünlük verməliyik. Toyuq və tərəvəzlə bişən şorbalar, mərci və noxud kimi paxlalılar həm doyumludur, həm də immuniteti gücləndirir. Sarımsaq və soğan kimi təbii antibiotiklərin də yeməklərdə istifadəsi faydalı olar. Payızda hava dəyişkənliyi və günəşin işığının azalması bizdə tez-tez şirniyyata meyilliyi artırır. Çünki şirin qidalar serotonin hormonu ifrazını artırır. Tort, şokolad və hazır desertləri çox yemək həm çəki artımına, həm də zəif immunitetə səbəb ola bilər. Bunun əvəzinə bal, quru meyvə, təbii mürəbbə və fındıq, badam kimi qoz-fındıq məhsullarına üstünlük verməliyik.

Çoxumuz elə bilirik ki, yalnız yayda su içmək vacibdir. Halbuki payızda da orqanizmimiz mayeyə ehtiyac duyur. Gün ərzində çəkimizə və iş rejimimizə uyğun olaraq su içməli, maye qəbulunu artırmalıyıq. Bütün bu sadaladıqlarımızla yanaşı payızda orqanizmin aktiv qalması da çox vacibdir. Açıq havada gəzinti, yüngül idman hərəkətləri, vitaminli qidalarla birlikdə orqanizmin müqavimətini gücləndirir. Yeməkləri isə gün ərzində az-az və tez-tez qəbul etmək, axşam ağır qidalardan çəkinmək məsləhətdir”.

Ayşən Vəli

“Velosiped yolları şəhərin ekoloji yükünü azaldır”

“Şəhərdaxili velosiped yollarının mövcudluğu, yeni velosipedi bir nəqliyyat növü olaraq təşviq etmək yalnız havanın çirklənməsinin azalması ilə məhdudlaşmır. Bu infrastruktur həm də şəhər mühitinin davamlı inkişafına, insanların sağlam həyat tərzinə və sosial münasibətlərin formalaşmasına mühüm töhfə verə bilər”. Bu sözləri SİA-ya açıqlamasında ekoloq Cəmşid Bəxtiyar deyib.

O bildirib ki, velosiped istifadəsi nəqliyyatın balanslaşdırılmasına və avtomobil asılılığının azalmasına təkan verir: "Bu nəqliyyat növünə üstünlük verilməsi atmosferə atılan yanacaq tullantılarının azalması ilə yanaşı, səs-küy çirklənməsinin minimuma enməsinə də şərait yaradır. Nəticədə şəhərin ekoloji yükü azalır və daha yaşıl, dayanıqlı mühit formalaşır.

Velosiped sürmək insanların gündəlik həyatında əlavə fiziki aktivlik imkanı yaradır, ürək-damar xəstəliklərinin, obezitenin və stresin qarşısını almağa kömək edir. Açıq havada hərəkət həmçinin psixoloji sağlamlığı gücləndirir və insanlara əhval-ruhiyyə baxımından da müsbət təsir göstərir. Eyni zamanda, bu infrastruktur sosial münasibətlərə də müsbət təsir göstərir. Velosiped əlçatan və iqtisadi baxımdan sərfəli nəqliyyat vasitəsi olduğu üçün müxtəlif sosial qrupları birləşdirir, bərabərlik və ünsiyyət mədəniyyətini gücləndirir. Beləliklə, velosiped yolları yalnız ekoloji təmizlik baxımından deyil, həm də sağlam həyat tərzi və sosial həmrəyliyin formalaşması baxımından vacib amildir”.

Günel Fərzəliyeva

“Barselona”dan 6 qollu futbol dərsi!

“Barselona” futbol klubu İspaniya La Liqasının dördüncü turunda səfərdə ”Valensiya”nı darmadağın edib. Qarşılaşma Kataloniyanın paytaxtında ”Yohan Kroyf Arena” stadionunda 6 min tamaşaçının iştirakı ilə keçirilib və 6:0 hesabı ilə başa çatıb. Qaliblərin heyətində Fermin Lopez, Rafinya və Robert Levandovski iki dəfə fərqləniblər. Bu qələbədən sonra Hans-Diter Flikin rəhbərlik etdiyi komanda 10 xal toplayıb və turnir cədvəlində ikinci pilləyə yüksəlib.

Qeyd edək ki, ”Real” La Liqaya liderlik edir, Xabi Alonsonun komandası dörd oyundan sonra 12 xalı var.

ELAN

Yeni Azərbaycan Partiyası Sabunçu rayon təşkilatı tərəfindən Müştəba Həsən Hüseynağa oğluna verilən YAP üzvlük vəsiqəsi itirildiyi üçün etibarsız sayılır.

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: 3000