QOY ƏDALƏT ZƏFƏR ÇALSIN!

"SƏS" qəzeti mənim üçün ən əziz qəzetdir

Sumqayıt hadisələri - törədilən kütləvi iğtişaşlar

4

SƏS

№ 017 (7427)

Qəzet 1991-ci il yanvarın 11-dən çıxır

3 mart 2026-cı il.
Qiyməti 1 manat

Müasir sosial infrastruktur

Dövlət başçısı Bakı Ekspo Mərkəzinin həyətində məişət tullantıları daşıyan texnikalarla tanış olub

2

Dünya "neft şoku"na hazırlaşır!

Qiymətlər 200 dolları keçə bilər

3

Uşaqlar və sosial şəbəkələr: bizim etmədiyimizi dövlət edir

6

Qəza zamanı sürücü nə etməlidir?

5

Beyin doyma siqnallarını neçə dəqiqəyə qəbul edir?

8

Günəşə, oda inam - Od çərşənbəsi

4

Uşaqları sosial şəbəkə "xəstəliyindən" qorumaq milli məsələdir...

6

Müasir sosial infrastruktur

Dövlət başçısı Bakı Ekspo Mərkəzinin həyətində məişət tullantıları daşıyan texnikalarla tanış olub

Ətraf mühitin mühafizəsi, insanların sağlam təbii mühitdə yaşaması və təbii sərvətlərdən xalqımızın rifahının yaxşılaşdırılması məqsədi ilə istifadə edilməsi ölkəmizdə aparılan sosial-iqtisadi islahatların tərkib hissəsidir. Ölkə rəhbərliyinin ekoloji məsələlərə göstərdiyi diqqət sayəsində ətraf mühitin yaxşılaşdırılması istiqamətində son 22 il ərizində bir sıra layihələr həyata keçirilib, ekoloji problemlərin həllinə yönəlmiş tədbirlər görülüb. Ölkəmizin zəngin təbiətini qorumaq, bərpa etmək, insanların sağlamlığı və digər məqsədlər üçün üçün yeni layihələr həyata keçirilir.

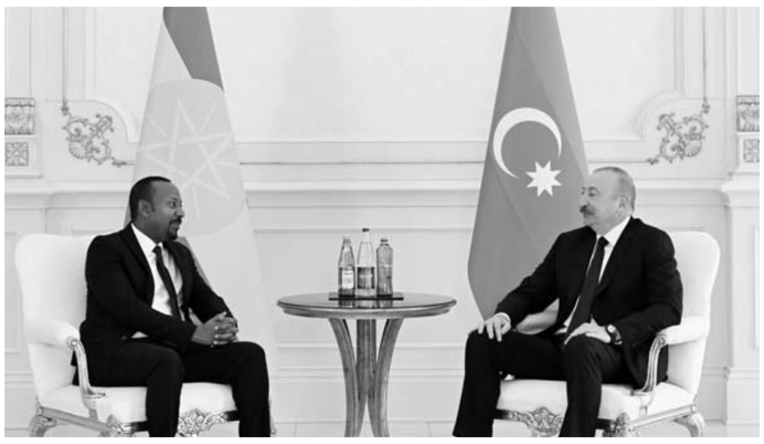
Martın 2-də Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev Bakı Ekspo Mərkəzinin həyətində məişət tullantıları daşıyan texnikalarla tanış olub. Ekologiya və Təbii Sərvətlər Nazirliyinin sifarişi ilə Gəncə avtomobil zavodunda istehsal edilən bu texnikalar ölkəmizin müxtəlif şəhər və rayonlarına göndəriləcək. Ümumilikdə layihə çərçivəsində hər birinin tutumu 22 kubmetr olan 70 kommunal texnika istehsal edilib. Kommunal texnikanın iki toplantı meydançasından - Bakı şəhərində Ekspo Mərkəzinin qarşısından və Gəncə şəhərində avtomobil zavodunun həyətindən Azərbaycanın 58 şəhər və rayonuna göndərilməsi nəzərdə tutulur.

Azərbaycanda paytaxt Bakı ilə yanaşı, bölgələrimizin inkişafı, orada müasir sosial infrastrukturun, o cümlədən parkların, yaşıllıq və meşə zolaqlarının yaradılması və bununla da ümumilikdə ölkəmizin ekoloji durumunun yaxşılaşdırılmasına yönəlmiş layihələr ardıcıl şəkildə davam etdirilir. Bu baxımdan məişət tullantıları daşıyan texnikaların şəhər və rayonlarımıza göndərilməsi bir neçə vacib amili özündə birləşdirir. Belə ki, bu, ilk növbədə regionlarda kommunal xidmətlərin keyfiyyətinin yüksəldilməsi və sanitariya-gigiyena vəziyyətinin yaxşılaşdırılmasına töhfə verəcək. Beləliklə, müasir yeni texnikalar məişət tullantılarının vaxtında və səmərəli daşınmasını, yaşayış məntəqələrində təmizlik işlərinin daha keyfiyyətli aparılmasını təmin edəcək. Bununla yanaşı, layihə ətraf mühitin mühafizəsi baxımından da mühüm rol oynayır. Layihənin daha bir mühüm məqamı odur ki, bu texnikalar yerli istehsaldır. Ümumilikdə, indiyədək Gəncə avtomobil zavodunda çox sayda traktor, kombayn, digər kənd təsərrüfatı texnikası, minik və yük avtomobili və sair texnika istehsal olunub.

Ulu Öndərin siyasətini uğurla davam etdirən cənab Prezident İlham Əliyevin atdığı addımlar, həmçinin Heydər Əliyev Fondu və IDEA İctimai Birliyi tərəfindən görülmüş işlər yeni nəsillərin vətənpərvərlik və dövlətçiliyə sədaqət ruhunda tərbiyələndirilməsi ilə yanaşı, onlara vətənin hər qarışına, bütün canlı və cansız aləminə dərin sevgi hissinin aşılanmasına xidmət etmişdir.

Nəzakət ƏLƏDDİNQIZI

"Azərbaycan-Efiopiya əlaqələri strateji mərhələyə yüksəlir"



"Prezident İlham Əliyev ilə ölkəmizə rəsmi səfər edən Efiopiyanın Baş naziri Abiy Əhməd Əli arasında keçirilən geniştərkibli görüş Azərbaycan-Efiopiya münasibətlərində yeni mərhələnin başlanğıcı kimi qiymətləndirilə bilər. Bu səfər təkcə diplomatik protokol xarakteri daşımır, həm də iki ölkənin strateji baxışlarının üst-üstə düşdüyünü göstərən mühüm siyasi hadisədir". Bu sözləri SİA-ya açıqlamasında politoloq Rəşad Bayramov deyib.

Onun sözlərinə görə, Azərbaycan Cənubi Qafqazın aparıcı dövləti kimi, Efiopiya isə Afrikanın sürətlə inkişaf edən və geosiyasi baxımdan əhəmiyyətli ölkələrindən biri kimi qarşılıqlı əməkdaşlıq üçün real potensiala malikdir: "İlk növbədə, siyasi dialoqun intensivləşməsi çoxtərəfli platformalarda qarşılıqlı dəstəyin güclənməsinə xidmət edir. Xüsusilə Birləşmiş Millətlər Təşkilatı çərçivəsində əməkdaşlıq, eləcə də COP32 ilə bağlı imzalanmış anlaşma memorandumu Azərbaycanın qlobal iqlim gündəliyində artan rolunu və Efiopiyanın bu prosesdə tərəfdaş kimi çıxış etmək niyyətini göstərir. Bu, Azərbaycanın beynəlxalq təşəbbüslərdə fəallığını artırmaqla yanaşı, Afrika istiqamətində diplomatik mövqelərini də gücləndirir. İqtisadi müstəvidə isə kənd təsərrüfatı, energetika, mədən sənayesi, rəqəmsal transformasiya və süni intellekt kimi sahələr üzrə əməkdaşlıq perspektivləri xüsusi diqqət çəkir. Efiopiya geniş insan resurslarına və kənd təsərrüfatı potensialına malikdir, Azərbaycan isə enerji, innovasiya və dövlət xidmətlərinin təşkili sahəsində ciddi təcrübə qazanıb. "ASAN xidmət" və "DOST" modellərinin Efiopiyada tətbiqi ilə bağlı müzakirələr Azərbaycanın idarəetmə brendinin ixracı baxımından mühüm əhəmiyyət daşıyır. Bu isə artıq klassik iqtisadi əməkdaşlıqdan kənara çıxaraq institusional təcrübə mübadiləsinə keçidi ifadə edir. Müdafiə sahəsində əməkdaşlıq haqqında sazişin imzalanması isə münasibətlərin strateji dərinliyini artıran amildir. Bu, tərəflərin təhlükəsizlik məsələlərində qarşılıqlı etimada əsaslanan əlaqələr qurmaq niyyətini göstərir. Eyni zamanda, investisiyaların təşviqi, antikorrupsiya sahəsində əməkdaşlıq və media qurumları arasında əlaqələrin qurulması münasibətlərin çoxşaxəli və sistemli xarakter aldığını sübut edir. Geosiyasi baxımdan Azərbaycan üçün Afrika ölkələri ilə əlaqələrin genişləndirilməsi Qoşulmama Hərəkatındakı fəal rolunun davamı kimi qiymətləndirilə bilər. Efiopiya isə Afrika İttifaqının qərargahının yerləşdiyi ölkə kimi qitə miqyasında mühüm təsir imkanlarına malikdir. Bu kontekstdə Bakı ilə Əddis-Əbəbə arasında formalaşan tərəfdaşlıq yalnız ikitərəfli deyil, həm də daha geniş regional çərçivədə əhəmiyyət kəsb edir. Bu səfər Azərbaycan-Efiopiya münasibətlərini siyasi bəyanatlar səviyyəsindən praktik və institusional əməkdaşlıq mərhələsinə daşıyan mühüm addım kimi dəyərləndirilə bilər. Qarşıdakı illərdə konkret layihələrin reallaşması bu tərəfdaşlığın real geosiyasi və iqtisadi nəticələrini daha aydın şəkildə göstərəcək".

Ziya Hikmətoğlu

Prezident İlham Əliyev Rusiya Hökuməti Sədrinin müavinini qəbul edib

Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev martın 2-də Rusiya Federasiyası Hökuməti Sədrinin müavini, Hökumətlərarası Komissiyanın həmsədri Aleksey Overçuku qəbul edib. Görüş əsnasında Rusiya tərəfi regionda mürəkkəb və gərgin şərait fonunda Rusiya vətəndaşlarının İran İslam Respublikasından təxliyəsində operativ köməyə görə Azərbaycan rəhbərliyinə səmimi təşəkkürünü bildirib. Azərbaycan-Rusiya münasibətlərinin gündəliyi ilə bağlı ətraflı fikir mübadiləsi aparılıb. Söhbət zamanı qeyd edilib ki, Azərbaycan və Rusiya liderlərinin 2025-ci il oktyabrın 9-da Düşənbədə keçirilən görüşündə əldə etdikləri razılaşmalara uyğun olaraq, tərəflər 2024-cü il dekabrın 25-də "AZAL" təyyarəsinin qəzaya uğraması nəticəsində yaranan problemlərin həlli üzrə yaxın vaxtlarda kompleks praktik addımlar atacaqlar.

Azərbaycan ilə Rusiya arasında qarşılıqlı faydalı iqtisadi-ticari, investisiya, sənaye və nəqliyyat-logistika əməkdaşlığının gələcəkdə daha da inkişaf etdirilməsinə dair ortaq niyyətə diqqət yetirilib. Görüşdə regionda nəqliyyat əlaqələrinin inkişafı perspektivləri müzakirə edilib. "Şimal-Cənub" Beynəlxalq Nəqliyyat Dəhlizinin inkişafı üzrə işləri davam etdirmək üçün ortaq niyyət təsdiqlənib. Söhbət əsnasında bir sıra humanitar məsələlər də müzakirə edilib. Görüş Azərbaycan-Rusiya dövlətlərarası dialoquna xas olan ənənəvi dostluq və konstruktiv şəraitdə keçib.

Dünya "neft şoku"na hazırlaşır!

Qiymətlər 200 dolları keçə bilər

Səkkiz OPEC+ üzvü ölkəsi aprel ayı üçün neft hasilatı kvotalarını gündə 206.000 barel (bpd) artırmaq barədə razılığa gəlib. Razılaşma Yaxın Şərqdəki vəziyyəti nəzərə alaraq qəbul edilib. Əksər analitiklər ABŞ və İsrail arasında İranla hərbi münaqişə səbəbindən neft qiymətlərinin kəskin artması ilə ticarətin açılacağını gözləyirlər. Neft treyderlərinin sözlərinə görə, Brent markalı xam neftin qiyməti bazar günü 10% artaraq barel üçün təxminən 80 dollara çatıb. Analitiklər Hörmüz boğazının uzun müddət bağlı qalacağı təqdirdə barel üçün 100 dollara yüksələcəyini gözləyirlər. Hesablamalara görə, əvvəllər icazə verilən səviyyələri aşan ölkələrdən kompensasiya da daxil olmaqla, aprel ayı üçün OPEC+ kvotasının ümumi həcmi mart ayı üçün planlaşdırılandan 166.000 barel çoxdur.

Beləliklə, aprel ayında sazişin liderləri olan Səudiyyə Ərəbistanı və Rusiya hasilatı müvafiq olaraq gündə 63.000 barel artıraraq 10.166 milyon barelə və 9.637 milyon barelə çatdıra biləcəklər. İraqın hasilatı gündə 26.000 barel artıraraq 4.209 milyon barelə, Küveytin gündə 16.000 barel artıraraq 2.596 milyon barelə, Əlcəzairin gündə 6.000 barel artıraraq 977.000 barelə, Omanın isə gündə 4.000 barel artıraraq 809.000 barelə çatdırmaq hüququ var. Ən yüksək kompensasiya cədvəlinə malik Qazaxıstan aprel ayında hasilatı daha 10.000 barel azaldaraq 1.01 milyon barelə endirməli olacaq. BƏƏ də istehsalı simvolik olaraq gündə 2.000 barel azaltmaq məcburiyyətində qalacaq və 3.389 milyon barelə endirəcək.

Xatırladaq ki, ötən ilin oktyabr ayından bəri bu səkkiz ölkə (digər iştirakçıların kvotaları 2026-cı ilə qədər dəyişməz qalır) əvvəllər azaldılmış barelləri bazara ayda 137.000 barel həcmində qaytarır. Lakin, mövsümi olaraq tələbatın aşağı olması səbəbindən kvota artımı birinci rüb üçün dayandırılıb. OPEC+ görüşündən əvvəl Qərb agentlikləri ABŞ və İsrailin İrana qarşı hərbi əməliyyatından sonra G8-in neft hasilatını 411.000 barel artıra biləcəyini bildiriblər.

Bu arada, bazar hələ Yaxın Şərqdəki son eskalasiyanın nəticələrini qiymətləndirməyib. ABŞ və İsrailin hücumlarına cavab olaraq, İran İslam İnqilabı Keşikçiləri Korpusunun (İİKK) general-mayoru İbrahim Cabari xəbərdarlıq edib ki, İslam Respublikasına hücumdan sonra Hörmüz boğazı gəmiçilik üçün bağlanacaq.

Lakin, bazar günü İİKK-nın keçmiş komandiri və Məqsədyönlülük Şurasının katibi general Möhsün Rzayi Hörmüz boğazının neft tankerləri üçün açıq qaldığını bildirib. O, hökumətin Fars körfəzini Oman körfəzi ilə Hind okeanına birləşdirən bu strateji əhəmiyyətli boğazdan gəmilərin keçməsinə "növbəti xəbərdarlığa qədər" icazə verəcəyini açıqlayıb. Rezaei həmçinin ABŞ hərbi qüvvələrinin və şəxsi heyətinin İran hücumları üçün "qanuni hədəflər" olduğu barədə xəbərdarlıq edib.

Buna baxmayaraq, bazar günü günortadan sonra Omanın Dəniz Təhlükəsizliyi Mərkəzi Palau bayrağı altında üzən Skylight neft tankerinin Hörmüz boğazında İran qüvvələri tərəfindən hücuma məruz qaldığını bildirib. Hücum Musandam əyalətindəki Omanın Həsəb limanından beş dəniz mili şimalda baş verib. Qərb xəbər agentlikləri hücuma məruz qalan tankerin "İran neftinin ixracını asanlaşdırdığına" görə ABŞ sanksiyaları altında olduğunu bildiriblər.

Daha sonra Oman sahillərində Marşal adalarına məxsus MKD Vyom neft tankerinə ziyan dəydiyi bildirilib. İranın dövlət televiziyası olan IRIB, batan tankerin görüntülərini yayımlayıb. "Hörmüz boğazından qanunsuz keçməyə çalışan bir yaramaz tankerin nəticələri" kimi qeyd edilib.

Qərb xəbər agentliklərinin gəmi izləmə məlumatlarına istinadən verdiyi məlumata görə, nəticədə, neft və mayeləşdirilmiş təbii qaz (LNG) daşıyanlar da daxil olmaqla, ən azı 150 tanker Hörmüz boğazının xaricindəki Fars körfəzi sularında lövbər salıb. Qlobal dəniz nefti və LNG ticarətinin təxminən 20-30%-i Hörmüz boğazından keçir.

Yaxın Şərqdəki gərginliyin neft bazarına təsirinin təxminləri müxtəlifdir. Rusiya prezidentinin xarici ölkələrlə investisiya və iqtisadi əməkdaşlıq üzrə xüsusi nümayəndəsi Kirill Dmitriyev hesab edir ki, Hörmüz boğazının bağlanması neftin qiymətinin bir barel üçün 100 dollara qədər yüksəlməsinə səbəb ola bilər. Ötən ilin iyun ayında o, bağlanmanın "qlobal neft şokuna" səbəb olacağı barədə xəbərdarlıq etmişdi.

Analitiklərin fikrincə, Hörmüz boğazından nəqliyyatın dayandırılması gündə 15 milyon barel neftin bazarlara çatmasının qarşısını alacaq ki, bu da qlobal neft ixracının 30%-ni təşkil edir. Bu vəziyyətdə, bütün regional boru kəmərləri tam gücü ilə işləsə belə, analitiklər "gündə faktiki neft itkisinin 8-10 milyon barel olacağına" inanırlar.

Onlar gərginliyin azalması üçün aydın siqnallar olmadığı təqdirdə, bazar ertəsi günü neft bazarlarının kəskin şəkildə daha yüksək səviyyəyə açılacağı ehtimalını istisna etmirlər. Onların təhlilində deyilir ki, "belə bir ssenaridə, risk mükafatları tez bir zamanda yenidən nəzərdən keçirildiyi üçün Brent markalı neft bazar ertəsi günü təxminən 20 dollar bahalaşa bilər".

"Məhdud tətillər neft qiymətlərini asanlıqla 80 dollara çatdıra bilər", Capital Economics şirkətinin inkişaf etməkdə olan bazarlar şöbəsinin baş iqtisadçısı Uilyam Cekson deyir. O, "uzunmüddətli münaqişə halında" qiymətlərin 100 dollara çata biləcəyini təxmin edir.

Roscongress Fondunun mütəxəssisləri "İran Böhranı: Neft Bazarı üçün Risklər və Eskalasiya Təhdidi" analitik hesabatında Hörmüz boğazının bağlanması və Qırmızı dəniz bölgəsində eskalasiyanın bütün qlobal təchizat zəncirlərinin yenidən qurulmasını tələb edəcəyini və bölgədən ixracı tam şəkildə qorumağın mümkün olmayacağını qeyd edirlər. Fars körfəzində neft tədarükünün uzun müddət dayandırılması Brent xam neftinin qiymətinin 140-200 dollara qədər artmasına səbəb ola bilər. Onlar hesab edirlər ki, Hörmüz boğazı üçün yan keçmə variantları da məhduddur və alternativ marşrutların ümumi tutumu nəzəri olaraq gündə 8-9 milyon barelə qədərdir.

Onlar hesab edirlər ki, Fars körfəzindəki eskalasiya Rusiya üçün qarışıq təsirlərə malikdir. "Urals neftinin qiymətinin barel üçün 80-90 dollara qədər artması büdcə gəlirlərini və valyuta gəlirlərini yaxşılaşdıracaq. Tehrana qarşı sanksiyalar sərtləşdirilərsə, Çin bizim neftimizin alışını artıra bilər və bu da İranın itkilərinin bir hissəsini kompensasiya edə bilər. Lakin, Rusiya neftini daşıyan tankerlər üçün risklər artacaq", - deyə hesabatda qeyd olunur. Roskongress əlavə edib ki, əsas sual yüksək neft qiymətləri dövrünün müddətidir.

Buna baxmayaraq, qlobal neft bazarı son iki-üç ildir ki, təklifin tələbdən xeyli çox olması şəraitində fəaliyyət göstərir. Bu, bazara gündəlik çıxarılan əhəmiyyətli miqdarda neftin rəsmi olaraq istehlak edilməməsi, tankerlərdə və ya rezervuarlarda saxlanması ilə özünü göstərir. Bu baxımdan, Yaxın Şərqdəki hadisələr vəziyyəti bir qədər dəyişə bilər, yəni əvvəllər satılmamış həcmlərin satışı üçün şərait yarada bilər. Buna görə də, neft qiymətlərində artım mütləq baş verəcək, lakin bu, nisbətən tədricən olacaq.

Əgər münaqişə bir aydan çox davam edərsə, mövcud satılmamış ehtiyatların tədricən tükənməsi və ərəb olmayan OPEC+ ölkələri tərəfindən istehsalın artması nəzərə alınmaqla, neftin qiymətinin bir barel üçün 90-95 dollara çatması ehtimalı var. Əgər münaqişə iki aydan çox davam edərsə, qiymətlər bir barel üçün 94-98 dollar səviyyəsində qəti şəkildə sabitləşə bilər.

Neftin qiymətinin gələcək dinamikası Hörmüz boğazı ilə bağlı vəziyyətdən asılı olacaq. Onun effektiv bağlanması neft qiymətlərini 100 dollar və daha yuxarı səviyyəyə qaldıracaq. İranın ixrac həcmləri qlobal ticarət üçün (gündə 2,8 milyon barel qlobal profisitə qarşı gündə 3,6 milyon barel) Hörmüz boğazından daşınmanın təhlükəsizliyi və sabitliyi qədər vacib deyil. Hörmüz boğazının bağlanması və ya yüksək risk zonasına çevrilməsi neft və qaz qiymətlərinin kəskin şəkildə artmasına səbəb olacaq, deyə 2K mühəndislik şirkətinin təsisçisi və Rusiya Mühəndislər İttifaqının prezidenti vəzifəsini icra edən İvan Andriyevski bildirib. O, qiymətlərin 200 dollara qədər yüksələcəyini istisna etmir.

Bəzi ekspertlər həmçinin ABŞ-ın Yaxın Şərqdəki enerji obyektlərinin İranın hərbi hədəflərinə çevrilə biləcəyini də istisna etmirlər. Belə bir halda, İraqda fəaliyyət göstərən Chevron şirkəti "hücum altında" qala bilər. ExxonMobil (BƏƏ və Qətər layihələrində paylar), KBR və SLB (Küveytdə vacib infrastruktur). Bu, milyardlarla dollarlıq itkilərə səbəb olacaq.

V.VƏLİLİ
P.S. Məqalədə xarici mənbələrə istinadlar var.

Sumqayıt hadisələri - törədilən kütləvi iğtişaşlar

Tariximizdə çox hadisələrə şahidlik etmişik. Qanlı müharibələrə, terrorlara, soyqırımlara, daha nələrə, nələrə. Onların sırasında Sumqayıt hadisələri də var. Artıq həmin hadisədən bizi 38 illik zaman ayırır.

Ermənilər tarixin müxtəlif dönəmlərində Azərbaycan xalqına qarşı çoxsaylı cinayətlər və təxribatlar törədiblər. 1988-ci il fevralın sonlarında Sumqayıt şəhərində törədilən kütləvi iğtişaşlar da onlardan biri idi. Bu hadisələr ermənilərin və onların havadarlarının Azərbaycan xalqı ilə bağlı dünyada mənfi imic yaratmaq məqsədini güdürdü. Belə ki, fevralın 27-29-da Sumqayıtda cərəyan edən hadisə nəticəsində müxtəlif millətlərdən olan 32 nəfər, o cümlədən 26 erməni həlak olub, 400-dən çox insan yaralanıb, 200-dən çox mənzil talan edilib, 50-dən artıq mədəni-məişət obyekti dağıdılıb, 40-dan çox avtomaşın yararsız hala salınıb. Baş vermiş bu hadisələr SSRİ Dövlət Təhlükəsizlik Komitəsinin erməni millətçiləri ilə birgə Azərbaycana qarşı təşkil etdiyi və həyata keçirdiyi təxribatların növbəti tərkib hissəsi idi. Belə ki, aksiyanın təşkilatçıları şəhərdə iğtişaşlar törətmək üçün süni şərait yaradaraq gənclərə, xüsusən texniki peşə məktəblərinin şagirdlərinə spirtli içkilər, içərisi əvvəlcədən narkotik maddələrlə doldurulmuş siqaretlər, müxtəlif psixotrop dərmanlar və s. paylamışdılar. Əhalinin arasında Azərbaycan dilini təmiz bilən müxtəlif millətlərdən olan təxribatçı qruplar yerləşdirilib.

MƏKRLİ NİYYƏT

Əsrlər boyu qonşuluqda yaşayaraq ölkəmizə qarşı məkrli planlar quran, azərbaycanlılara qarşı soyqırımı və deportasiya siyasəti aparan erməni millətçiləri həmin gün daha bir təxribata əl atdılar. Təbii ki, burada əsas məqsəd dünya ictimaiyyətində yanlış rəy formalaşdırmaq, anti-Azərbaycan əhval-ruhiyyəsi yaratmaq idi. Bu qanlı ssenari ilə guya ermənilərin əzildiyi, haqlarının tapdalandığı dünya ictimaiyyətinə təqdim edilməklə əslində yeni bir mərhələdə azərbaycanlılara qarşı həyata keçirilən soyqırımı, işğalçılıq siyasətinin əsası qoyuldu. Bütün şahid ifadələri Sumqayıt hadisələrinin təşkilatçısının erməni, iki dəfə məhkum edilən Eduard Qriqoryan olduğunu sübut edir. Qriqoryan Sumqayıt hadisələri zamanı beş ermənini şəxsən öldürüb. Bir sözlə, Sumqayıtda etnik zəmində törədilən iğtişaş həmin dövrdə bu sıradan olan məqsədyönlü təxribatların kulminasiyası idi. Qırğınların baş verməsində Sumqayıt əhalisi arasına yerləşdirilən və Azərbaycan dilini təmiz bilən SSRİ DTK-nın himayə etdiyi ermənilərdən ibarət təxribatçı qruplar xüsusi rol oynayıb. Erməni milliyyətindən olan 26 nəfərin qətlə yetirilməsini məhz bu dəstələr həyata keçirib.

İstintaq materiallarının başqa bir yerində göstərilir ki, E.Qriqoryan öz dəstəsi ilə birinci mikrorayonda M.Petrosyanın mənzilinə daxil olmuş, müqavimət göstərmək istəyən mənzil sahibinə başından zərbə endirərək halsız vəziyyətə salmışdır. Bu cür faktlar çoxdur.

SEPARATÇI QÜVVƏLƏRİN CİNAYƏTİ

Sumqayıt şəhərinin əhalisi 1988-ci ildə 258 min nəfər idi və bunun təqribən 18 minini etnik ermənilər təşkil edirdi. 1988-ci il fevralın 26-da Sumqayıtın mərkəzi meydanı Azərbaycanın Qarabağ regionunda ermənilər tərəfindən iki gəncin öldürülməsinə etiraz olaraq nümayişçilər tərəfindən tutuldu. Erməni ekstremistləri və təxribatçı agentlər tərəfindən bu etiraz aksiyası iğtişaşa doğru təhrik edildi. İğtişaşı araşdırmaq üçün SSRİ Baş Prokurorluğu tərəfindən cinayət işi başlandı, xüsusilə mühüm işlər üzrə müstəntiq Vladimir Qalkinin rəhbərliyi ilə ölkənin müxtəlif regionlarından cəlb edilmiş 231 nəfər istintaqçı və bir o qədər də əməliyyatçıdan ibarət xüsusi istintaq-əməliyyat qrupu yaradıldı. SSRİ Baş Prokurorluğunun apardığı istintaq nəticəsində iğtişaş zamanı 26 erməni, 6 azərbaycanlı olmaqla, 32 nəfərin öldürüldüyü müəyyən edildi. Məhkəmənin qərarı ilə 92 nəfər uzunmüddətli həbs cəzasına, bir nəfər isə ölüm hökmünə məhkum olundu. Lakin SSRİ Baş Prokurorluğu tərəfindən aparılmış istintaqla iğtişaş iştirakçılarının yalnız bir qismi müəyyən edilib məhkəmənin qərarı ilə cəzalandırıldı, SSRİ-nin siyasi rəhbərliyi və SSRİ Dövlət Təhlükəsizlik Komitəsinin təzyiqləri nəticəsində istintaq məntiqi sonluğa çatdırılmadı, onun təşkilatçıları və sifarişçiləri müəyyən edilmədi. Bu cinayətin əsl mahiyyətini açmaq, SSRİ Baş Prokurorluğunun üstündən sükutla keçdiyi məqamları araşdırmaq üçün Azərbaycanın qəti siyasi iradəsinin təzahürü olaraq, Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyevin göstərişi və Baş prokurorun qərarı ilə həmin kütləvi iğtişaşlarla əlaqədar keçmiş SSRİ Baş Prokurorluğu tərəfindən istintaqı aparılaraq sonradan dayandırılmış beş cinayət işinin icraatı təzələnərək vahid icraatda birləşdirildi və istintaqın aparılması Baş prokurorun birinci müavininin rəhbərliyi ilə prokurorluq, Daxili İşlər Nazirliyi və Dövlət Təhlükəsizliyi Xidmətinin müstəntiq və əməliyyatçılarından ibarət yaradılmış istintaq-əməliyyat qrupuna həvalə edildi.

CİNAYƏTKAR PLAN

1988-ci ilin yanvar-fevral aylarında, yəni, Sumqayıtda kütləvi iğtişaş baş verməzdən əvvəl şəhərdə fəaliyyət göstərən 14 əmanət kassasından milliyyətcə erməni olan 84 əmanətçi tərəfindən 143 min 64 rubl məbləğində əmanətlər götürülüb. İstintaqın gedişində, həmçinin məlum olub ki, həmin aylarda şəhərdə fəaliyyət göstərən poçt bölmələrindən Ermənistanla çoxsaylı telefon danışıqları aparılıb, pul köçürmələri edilib. İstintaq zamanı müəyyən edilib ki, 1988-ci il fevralın 27-29-da Sumqayıt şəhərində baş vermiş məlum hadisələrin fəal iştirakçılarından biri məhz Eduard Qriqoryan olub. Qriqoryan öz ətrafında adamları cəmləşdirib onlara rəhbərlik edərək, "ermənilərə ölüm", "ardımca" və sair çağırışlarla özündə olan və əvvəlcədən hazırlanmış siyahıya əsasən, erməni millətindən olan şəhər sakinlərinin evlərinə hücumlar həyata keçirib. İstintaq zamanı hücuma, zorakılığa və işgəncələrə məruz qalmış erməni millətindən olan zərərçəkmişlər (Lyudmila və Karina Mejlumyan bacıları, Manvel Petrosyan və digərləri) göstəriblər ki, onların evlərinə hücum edənlərə rəhbərlik və göstəriş verən məhz Eduard Qriqoryan olub, orada olan insanlar onun göstəriş və əmrlərinə əsasən hərəkət ediblər. İstintaq zamanı maraqlı bir fakt da üzə çıxıb. Belə ki, erməni millətindən olan Sumqayıt şəhər sakinlərinin öldürülməsinə görə məhkum olunmuş Eduard Qriqoryan 1989-cu il dekabrın 22-də hökm oxunduqdan sonra - SSRİ mövcud olduğu zaman - 1991-ci il avqustun 26-da Ermənistan Respublikası, Yerevan şəhər 1 saylı istintaq təcridxanasına köçürülüb. Sumqayıt şəhərində zərərçəkən ermənilərin əksəriyyəti o zaman Qarabağda fəaliyyət göstərən "Krunk" cəmiyyətinə könüllü maddi vəsait köçürməkdən imtina edənlər olub. Belə ki, cinayətkar dəstə bir binaya, bloka daxil olaraq birinci mərtəbələrdə yerləşən erməni millətindən olan sakinlərin evlərinə daxil olmayaraq, yuxarı mərtəbələrdə yaşayan ermənilərin mənzillərinə hücum ediblər. Sonradan məlum olub ki, hücuma məruz qalmayan evlərin sahibləri "Krunk" cəmiyyətinə vaxtlı-vaxtında pul vəsaitləri köçürənlərdir. Şahidlərin ifadələri ilə müəyyən edilib ki, "Krunk" cəmiyyətinə pul köçürən ermənilərin evləri hücuma məruz qalmayıb. Hətta müəyyən edilib ki, erməni millətindən olan musiqiçilər toydan və digər tədbirlərdən əldə etdikləri pul vəsaitinin bir hissəsini "Krunk" cəmiyyətinə köçürüblər. SSRİ dövründə foto-video çəkilişə xüsusi nəzarət və senzura tətbiq olunmasına baxmayaraq, hadisələrin əvvəlcədən quraşdırılmış vasitələrlə foto-video çəkilişi aparılıb və dərhal SSRİ ərazisindən çıxarılaraq erməni lobbi təşkilatları vasitəsilə anti-Azərbaycan kampaniyasının tərkib hissəsi kimi yayılıb.

Ermənistan və erməni lobbisi dairələri tərəfindən Sumqayıt hadisələri qəsdən Azərbaycana qarşı təbliğat və dezinformasiya məqsədilə istifadə edilsə də, Azərbaycan dövlətinin həyata keçirdiyi tədbirlər, aparılmış obyektiv və faktlara söykənən istintaq materialları ilə həmin iğtişaşların məhz erməni millətçilərinin və onların havadarlarının öz məkrli niyyətlərinə nail olmaq məqsədilə təşkil edilərək törədilməsi kifayət qədər və təkzibedilməz faktlarla sübuta yetirilib.

Nəzakət ƏLƏDDİNQIZI

Günəşə, oda inam - Od çərşənbəsi

Xalqımız boz ayda qeyd edilən ikinci çərşənbəni - Od çərşənbəsini qeyd edir. Artıq bahara doğru günəş yavaş-yavaş torpağı qızdırır, isindirir. Çərşənbələr Novruz bayramının əvəzolunmaz atributlarındandır. Bu dörd çərşənbənin qeyd olunmasının arxasında böyük həqiqətlər dayanır. Folklorşünas alimlərin fikrincə, bu çərşənbələr insanın həyata gəlişi və həyatın canlanması ilə əlaqədardır. Hər Çərşənbə təbiətin bir ünsürü ilə əlaqələndirilir. Novruz bayramına qədər dörd çərşənbə geniş şəkildə qeyd edilir ki, bunlar da su çərşənbəsi, od çərşənbəsi, yel çərşənbəsi, torpaq çərşənbəsidir. Bu çərşənbələr insanın 4 ünsürdən yaradılması ilə bağlı dini-mifik görüşləri simvollaşdırır. İlin axır çərşənbələrindən ikincisi xalq arasında Xəbərçi çərşənbə, Üskü çərşənbə, Addı çərşənbə kimi tanınan Od çərşənbəsidir. Bu çərşənbə qədim insanların Günəşə, oda olan inamından irəli gəlir. Adət-ənənəyə görə, bu gün tonqal qalayıb, alovun üzərindən tullanmaqla daxildə olan bütün çirkabı və azar-bezarları yandırırlar. İndi şər qarışanda hər həyətdə, yaxud məhəllədə tonqallar yandırılır və tonqal başına toplananların hamısı növbə ilə 3 dəfə alovun üstündən tullanırlar. Odla bağlı xeyli atalar sözü yaranıb: "Od imandır", "Od düşdüyü yeri yandırar" və s. İnanclara görə, ocağa yaxınlaşanda salam verərlər, od hisli olarsa, uzaqdan qonaq gələcəyinə işarədir. Əgər ocaq yananda səslənirsə, deməli, kimsə səndən danışır.

Digər çərşənbələrdə olduğu kimi, Od çərşənbəsində də qazanlar qaynamalı, ocağın üstü boş olmamalıdır. Bu çərşənbədə odun, tonqalın yandırılması həmin ilin isti, bərəkətli keçməsinə işarədir. Hələ qədim dövrlərdən insanlar odu qoruyub, oda hörmət ediblər. Belə bir inanc da var ki, Od Çərşənbəsi günü, gün doğanda dünyaya gələn uşaq göyçək və pəhləvan olar. Oda sevgi və inam insanlarda o qədər güclü olub ki, hələ qədim dövrlərdən ona and içiblər. Alqış və qarğışlarda belə, Odu köməyə çağırıblar. Məsələn, "Od haqqı", "Oda düşəsən," "Ocağın odlu olsun", "Ocağın qazan görməsin" və s.

Qədim türk mifologiyasının özündə odla bağlı müxtəlif motivlər mövcud olmuşdur və Novruzdakı odla bağlı rituallar bu görüşlərlə bağlıdır. Ümumiyyətlə, bütün Çərşənbələrdə Od aparıcı motivdir. Bu, Od amilinin Novruzun mahiyyətində durmasına ən gözəl sübutdur. Artıq bir neçə ildir ki, xalqımız öz ocağını BÜTÖV AZƏRBAYCANDA yandırır. Odumuz, alovumuz hər yana yayılır. Şuşamızın, Laçının və başqa məkanların uca dağlarında yandırılan odun alovu ürəyimizi isidir. Qoy hər zaman əzəli torpağımız üzərindən alovlanan qığılcımlar bizi yaşatsın. Varlığımızla torpağımıza isti şəfəqlər ələnsin. Od Çərşənbəniz MÜBARƏK!

Zümrüd BAYRAMOVA

Qəza zamanı sürücü nə etməlidir?

Yol hərəkəti zamanı qəza baş verməsi həm sürücü, həm sərnişin, həm də digər yol istifadəçiləri üçün ciddi təhlükə yaradır. Qəzalar yalnız maddi ziyanla nəticələnmir, eyni zamanda həyat və sağlamlıq üçün real risk daşıyır. Azərbaycanda hər il minlərlə yol qəzası baş verir və onların çoxu sürücülərin yanlış və ya gec reaksiya verməsi nəticəsində ağırlaşır.

Qəzaya düşən sürücünün ilk reaksiyası, gördüyü tədbirlər və məlumatın düzgün paylaşılması qəzanın nəticələrini xeyli dərəcədə dəyişə bilər. Bu səbəbdən sürücülərin qəza zamanı davranış qaydalarını yaxşı bilməsi və tətbiq etməsi vacibdir. Geniş statistik araşdırmalar göstərir ki, qəzanın baş verdiyi ilk 10-15 dəqiqə həyat və sağlamlıq baxımından ən kritik dövrdür.

SİA mövzu ilə bağlı araşdırma edib.

Qəza zamanı ilkin addımlar

Qəza baş verdikdə sürücünün ilk reaksiyası həm hüquqi, həm də tibbi baxımdan həyati əhəmiyyət kəsb edir. İlk olaraq, sürücü avtomobili təhlükəsiz vəziyyətə gətirməli, əgər mümkün deyilsə, ətrafdakı digər sürücüləri xəbərdar etməlidir. Bu mərhələdə əksər sürücülər panikaya qapılır, amma panika yanlış qərarlara səbəb olur.

- Avtomobili yol kənarına çəkmək, əgər mümkün deyilsə, təcili işarə lampalarını yandırmaq, yol nişanlarından istifadə etmək vacibdir.
- Sürücü və sərnişinlərin vəziyyətini qiymətləndirmək, lazım olduqda dərhal təcili tibbi yardım çağırmaq prioritetdir.
- Qəza yerində digər sürücülərin və piyadaların təhlükəsizliyini təmin etmək də sürücünün məsuliyyətinə daxildir.

Tibbi və ilkin yardım tədbirləri

Qəza zamanı sürücünün əsas vəzifələrindən biri də zərərçəkənlərin həyatını qorumaqdır. İlk yardım bilikləri olmadan da müəyyən tədbirlər həyata keçirilə bilər:

- Şəxsi təhlükəsizliyi qoruyaraq yaralılara müdaxilə etmək
- Təcili yardım xidmətinə dəqiq məlumat vermək (yer, qəzanın təbiəti, yaralanma sayı və vəziyyəti)
- Qanaxma varsa, onu dayandırmağa çalışmaq
- Şok vəziyyətində olan şəxsləri sakitləşdirmək və hərəkətsiz saxlamaq

Əgər sürücü ilk yardım biliklərinə malikdirsə, tibbi müdaxilə daha effektiv olar, əks halda yalnız təcili yardımın gəlməsini təmin etmək yetərlidir.

Hüquqi prosedurlar

Qəza baş verdikdə sürücünün hüquqi öhdəlikləri də vardır. Azərbaycanda yol hərəkəti haqqında qanuna görə:

- Qəzanı aidiyyəti üzrə qeydiyyata almaq və polis çağırmaq vacibdir.
- Sürücü qəza yerindən çıxmaqla məsuliyyətdən yayınmamalıdır.
- Qəzaya dair foto və ya video sübutlar toplamaq, şahidlərin məlumatını qeydə almaq hüquqi prosedurun tərkib hissəsidir.

Qanun pozuntuları, məsələn, sürücünün hadisə yerindən qaçması, ciddi cərimələr və hətta həbs cəzası ilə nəticələnə bilər.

Qəza sonrası davranış və psixoloji hazırlıq

Qəzadan sonra sürücülərdə psixoloji stress və qorxu hissi meydana gəlir. Panikaya qapılmamaq, hadisəni soyuqqanlılıqla qiymətləndirmək çox vacibdir. Beynəlxalq təcrübə göstərir ki, qəza sonrası düzgün davranış:

- Qəza yerini təhlükəsiz hala gətirmək
- Tibbi yardım çağırmaq
- Hadisə barədə doğru məlumat vermək
- Daxili stressi idarə etmək

bütün nəticələrin daha az ziyanla nəticələnməsinə səbəb olur.

Beynəlxalq müqayisə və nümunələr

Avropa ölkələrində sürücülər üçün qəza zamanı davranış qaydaları daha sərt və strukturlaşdırılmışdır:

- Qəza yerinə təcili yardım çağırmaq və zərərçəkənləri təhlükəsizliyə köçürmək qanunla tənzimlənir
- İlk yardım bilikləri sürücülər üçün məcburidir
- Qəza statistikası və təhlili vasitəsilə sürücülərə təlimlər verilir

Azərbaycanda isə ilkin yardım və qəza sonrası davranış məsələləri geniş ictimai maarifləndirmə tələb edir. Statistik məlumatlar göstərir ki, hər il yol qəzalarında ölənlərin böyük hissəsi qəzanın dərhal ardından düzgün tədbirlər görülməməsi ilə əlaqədardır.

Nəticə və tövsiyələr

Qəza zamanı sürücünün davranışı həyat və hüquqi nəticələr baxımından kritik əhəmiyyət daşıyır. Təcrübə göstərir ki, aşağıdakı prinsiplərə əməl etmək qəzanın fəsadlarını xeyli azaldır:

- Panikaya qapılmadan təhlükəsiz mühit yaratmaq
- Tibbi yardım və ilk yardım tədbirlərini dərhal həyata keçirmək
- Hüquqi prosedurları izləmək
- Psixoloji sabitliyi qorumaq

Həmçinin, dövlət səviyyəsində sürücülərin ilk yardım və qəza davranışı üzrə təlimlərin genişləndirilməsi, ictimai maarifləndirmə kampaniyalarının aparılması Azərbaycanda yol təhlükəsizliyini artırmaq üçün önəmli addımlardır.

Günel Fərzəliyeva

Elçin Bayramlı

İnformasiya təhlükəsizliyimiz: təhdidlər və reallıqlar

İnternet medianın inkişafı və tam nəzarətsiz fəaliyyəti ilə bağlı bu sahədə xaos yarandığından burada ciddi nəzarətə və tənzimləmələrə ehtiyac var. Bu kontekstdə həm ictimai nəzarət, həm də Media qanunu çərçivəsində dövlətin bəzi tənzimləyici tədbirlər tətbiq etməsi vacibdir.

Son vaxtlar media məkanında çoxdan bəri müzakirə etdiyimiz problemlər daha da kəskinləşib. Məlum olduğu kimi, internet məkanındakı azadlıq və özbaşınalıq əksər hallarda mənfi fəsadlara gətirib çıxarır. Hər hansı bir ictimai və ya dövlət əhəmiyyətli hadisə zamanı şayiələr, dezinformasiyalar, məqsədli təxribat cəhdləri baş alıb gedir və bəzi qüvvələr ajiotaj yaratmağa çalışırlar. Nəticədə cəmiyyət yalan informasiya ilə yüklənir, sosial narazılıq yaranır, dövlət orqanlarına, müxtəlif şəxslərə qarşı haqsız qınaqlar formalaşır.

Bundan başqa, sonradan bu xəbərlərin yalan olduğu ortaya çıxandan sonra cəmiyyətdə mediaya inam da itir. Halbuki, klassik media belə biabırçılığa yol vermir, yoxlanmamış, təsdiqlənməmiş informasiya yaymır. Lakin oxucuların çoxu peşəkar media ilə sosial şəbəkə səhifələrini ayırd edə bilmir və hamısına media kimi baxır. Yəni, kimsə hansısa saytda və sosial şəbəkə səhifəsində ağzına gələni yazırsa, adamlar onu yayırlar və deyirlər ki, mətbuatda belə yazılıb. Oxucuların əksəriyyəti ciddi media ilə saxta medianı seçə bilmir. Nəticədə, qurunun oduna yaş da yanır.

Bu bu vəziyyətin yaranmasının daha hansı səbəbləri var? İstənilən ictimai əhəmiyyətli hadisə vaxtı insanlar daha tez və çox informasiya tələb edir. Lakin bunu təmin etmək bəzi hallarda o qədər də asan olmur. Üstəlik, bizim bəzi dövlət orqanlarının mətbuat xidmətləri operativlik cəhətdən çox zəifdirlər. Onlar məlumat yayana kimi gec olur. Və şayiələr, dezinformasiyalar baş alıb gedir. Belə ki, mətbuata heç bir aidiyyatı olmayan saytlar, bloqlar və səhifələr ortalığı yalan məlumatla doldururlar.

Bu proses 2 kontekstdə nəzərdən keçirilməlidir. Bunların bir qrupu sadəcə özlərini, saytlarını tanıtdırmaq, izləyici kütləsi qazanmaq və buna müvafiq olaraq reklamdan gəlir əldə etmək istəyirlər. Digər qrup isə bunu siyasi məqsədlərlə düşünülmüş və mütəşəkkil şəkildə edirlər-onlar müxalifət partiyalarının və xarici dövlətlərin təsirində olan saytlar və sosial şəbəkə kanallarıdır.

Bu hallarla mübarizə aparmaq çətindir, çünki internetə nəzarət imkanları praktiki olaraq yoxdur. Bundan da müəyyən qüvvələr necə lazımdır istifadə edirlər. Hər hansı bir qəza və ya digər problem zamanı ajiotaj yaratmağa, iğtişaş törətməyə çalışırlar.

Yuxarıda qeyd etdiyimiz halları daha ciddi proseslər zamanı da müşahidə etmişik. 2-ci Qarabağ müharibəsi zamanı mediada baş verənlər hamının yadındadır. İnternetdə hərbi sirlərdən, qoşunların dislokasiyasından, cəbhə xəttindəki vəziyyətdəki dəyişikliklərdən tutmuş itkilərə qədər hər sahədə informasiyalar baş alıb gedirdi.

Bir sözlə ümumilli və dövlət əhəmiyyətli proseslər zamanı onlayn media və sosial şəbəkələr problem yaradır. Bu problemin qarşısını tam almaq mümkün olmasa da, müəyyən tədbirlərlə onun təsirini minimuma endirmək olar. Buna qarşı həm dövlət orqanları, həm Mətbuat Şurası və jurnalistlər, həm də cəmiyyətin sağlam qüvvələri mübarizə aparmalıdır. Sosial şəbəkələr üzərindən informasiya məkanına əsas çıxışı klassik və peşəkar media tutmalıdır. Bu məkanda informasiya bazası adi şəxslərin ağlına gələni yazması əsasında deyil, peşəkar medianın materiallarının burada yayımlanması ilə formalaşmalıdır.

MEDİA informasiya məkanının sağlamlaşdırılması lazımi addımlar atır, bu sahədə köklü islahatların aparılmasına çalışır. Sağlam mətbuat sağlam cəmiyyət uğrunda mübarizə aparır, sağlam cəmiyyət isə sağlam dövlətin əsasıdır. Bu həyati dərəcədə vacib işdir. Lakin tək MEDİA bunu bacara bilməz. Bu işdə jurnalist təşkilatları, media subyektləri özləri də maraqlı olmalı və dəstək verməlidirlər. Ona görə də, bu sahədə həm dövlət orqanı (Medianın İnkişafı Agentliyi), həm də bütün jurnalistlərin və media subyektlərinin üzv olduğu ictimai təşkilatların (Mətbuat Şurası və sair) birgə fəaliyyəti arzuolunandır.

Bir sözlə hazırda yaranmış vəziyyət klassik mətbuatın sosial mediadan daha etibarlı olduğunu göstərir. Həqiqi jurnalistlər ənənəvi medianın qorunması, xüsusən qəzetlərin yaşaması, mətbuatın cəmiyyətdə itirilmiş nüfuzunu qaytarmaq üçün mübarizə aparır. Son illərin təcrübəsi göstərdi ki, ölkəmizin media məkanını onlayn hoqqabazlıq üzərində fəaliyyət göstərən elektron "media"nın ümidinə buraxmaq olmaz. Həqiqi media, klassik media, peşəkar media yaşamalı və informasiya məkanına sahiblik etməlidir.

Uşaqlar və sosial şəbəkələr: bizim etmədiyimizi dövlət edir

Hər zaman belə bir suala cavab axtarmışam: uşaqların sosial şəbəkələrdə nə işi var? Hər dəfə əlində telefon bir uşağı sosial platformaları gəzərkən gördükdə, kompüter qarşısından saatlarla qalxmadığını müşahidə etdikdə, planşeti az qala kirpiklərinə yapışdırdığını görəndə, yenə də ya ucadan, ya da ürəyimdə, bax, bu uşağın sosial şəbəkələrdə nə işi var, demişəm. Çox təəssüf ki, ucadan dediklərimi dinləyən olmadığı kimi, ürəyimdə öz-özümə deyindiklərin də ancaq ürəyimdə qalıb.

Ötən ayın son günləri "Uşaqların rəqəmsal mühitdə zərərli məzmun və təsirlərdən qorunması ilə bağlı tədbirlər haqqında" Azərbaycan Respublikası Prezidentinin Sərəncamı daha bir nigahançılığımıza son qoydu. Bu Sərəncamla yenə də dövlətin övladlarımızı bizdən çox düşündüyünün şahidi olduq. Çünki əvvəlki illərdə də belə sərəncamlar olub. Götürək yaxın qohum nikahlarının qadağan edilməsi ilə bağlı ötən ildən qüvvədə olan sərəncamı. Uzun illər bu barədə mətbuat yazdı, aid qurumlar maariflləndirdi, lakin, faydası olmadı. Aşkarda, gizlində yaxın qohumlar bir-biri ilə evləndi, belə nikahlardan çoxsaylı xəstə uşaqlar dünyaya gəldi və sair. Sonda dövlətimiz bu məsələni kökündən həll etdi. Deməli, bizim edə bilmədiyimizi etdi. Lakin nəticə etibarilə bizim üçün, bizim genefondumuz, gələcək nəsillərimiz, ailələrimiz, uşaqlarımız üçün etdi. Uşaqlarla bağlı sərəncamın onların həyatının xilaskarıdır. Eyni zamanda valideynlərin də qarşısına məsuliyyət qoyur, onları uşaqlarının gələcəyi barədə bir dəfə deyil, iki dəfə düşünməyə, onlara qarşı diqqətli olmağa çağırır.

Gəlin, nəzər salaq, bəzi valideynlər uşaqların yaşına, dünyagörüşünə uyğun olmayan məzmunlarla qarşılaşmasına, onları görməsinə heç narahat olurlarmı? Çoxsaylı valideyn haqqında deyə bilərəm ki, əsla yox. Bu barədə düşünmək heç ağıllarına gəlmir. Əksinə, hələ onların əlinə telefon verməyimiz bir kənara qalsın, bəzən bilə-bilə, bəzənsə fərqində olmadan uşaqların başına olmazın müsibətlərini açırıq. Onları sosial şəbəkələrdə reklam etməklə, nə qazanırıq, deyə bilmərəm, lakin bunun heç də doğru olmadığını əminliklə söyləyirəm.

Gül kim uşaqları milyonların qarşısına çıxarıb onların o gözəl üzünü, gülüşünü, hərəkətlərini göstərəndə nə olur ki, görəsən? Bir də görürük ki, uşaq durduğu yerdə elə bir xəstəlik tapdı ki, gəl, görəsən? Qalırıq xəstəxanalarda, həkimlərdə. İndi gəl, insanları başa sal ki, hər gözdə, hər nəfəsdə bilmədiyimiz mənfi bir qüvvə var...

İndi dəbdir, uşaq doğuldumu, xəstəxanadan çıxarılandan sosial şəbəkələrdədir. Bir ayından bir yaşınadək hər ayın tamamında xüsusi fotosessiyalarla yenə də sosial şəbəkələrdədir. Bir yaşından sonra isə uşaqların başına açdığımız bu oyunların miqyasını daha da genişləndirib onların reklamını aparmağa başlayırıq.

Uşağı danışdırıb video çəkirik, güldürüb video çəkirik, ağladıb yenə video çəkirik, soyundurub çəkirik, geyindirib çəkirik. Yedirdib çəkirik, yeməyi ağzına yaxınlaşdırıb çəkir, onu ağladır, çəkirik.

Daha sonra qarşılarındakı ana, nənə, bibi, xala, ata, dayı, əmidirmi, bilmirəm, uşaqları danışdırmaq üçün suallar yağdırır. Bu sualların qarşısında isə uşaqlar bəzən aqressivləşir, bəzən şirin-şirin cavablar verir, bəzən əzilib-büzülür, gülür... Bütün bunlardan isə həmin o valideyn və qohumlar əməlli-başlı istifadə edir.

Vallah, sözün bitdiyi andır bu mənzərələrin hər biri. Nə deyəsən, bilmirəm. Sadəcə düşünürsən ki, hə, bunun başqa bir tərəfi də var axı. Çoxları belə videolarla sosial şəbəkələrdən pul qazanır. Lakin pul hər dərdin dərmanıdırmı məgər? Pul qazanmaqdan ötrü uşaqları nə üçün reklam etməliyik? Pul qazanmaqdan ötrü nə üçün milyonlarla uşağın mənəvi-psixoloji vəziyyətinə xələl gətirən videolar paylaşmalıyıq?..

Bir də ki, hərəkətlərimizlə uşaqlarımızın gələcəkdə utanmasına şərait yaradırıq, bunu düşünən varmı? Bu gün sosial şəbəkələrdə paylaşdığımız videolar uşaqlarımız böyüyən zaman onlar üçün problem yaradacaq. Bu videoları görən sinif yoldaşları, dostları, rəfiqələrinin lağlağılıq etməyəcəklərinə kim təminat verə bilər. Belə olan halda isə uşaqlarımız bir-biri ilə dalaşacaq, biz də onları qarşımıza qoyub "ay bala, sizin bir-birinizlə dərdiniz nədir axı?",- deyib ittiham edəcəyik. Və yaxud da məktəbə gedib direktordan tutmuş sinif rəhbərinədək hamısını məsələyə qatacağıq. Lakin bizə bir sual verən olacaqmı ki, axı bu məsələlərin kökündə nə dayanır? Bəli, məsələnin kökündə bəzi böyüklər dayanır. Hərəkətini, yeri gələndə nə etdiyini, nə danışdığını bilməyən böyüklər. Uşaqların axı sosial şəbəkələrdə nə işi var? Necə qıyırsınız onlara? Nə üçün gül kimi uşaqlarımızı bütün dünya görməlidir? Onlardan istifadə etmədiklərini haradan bilirik?

Milli-mənəvi dəyərlərimizi məhz etdiyimiz bu sosial şəbəkələrə övladlarımızı da alət etməyək. Onların körpəliyini, uşaqlığını əllərindən almayaq. Real həyatda böyüməleri tərəfində olaq. Axı bizim uşaqlar nə üçün sosial şəbəkələrdə böyüməlidir? Sonra onları oradan qopara biləcəyikmi?..

Sərəncamda deyilir ki, beynəlxalq təşkilatların və elmi tədqiqat qurumlarının araşdırmaları, digər ölkələrin təcrübəsi göstərir ki, uşaqların rəqəmsal mühitdə qorunmasına diqqət yetirilməsi, onların psixoloji rifahı və təhlükəsizliyi, sağlam inkişafı üçün xüsusi hüquqi müdafiə və texnoloji mühafizə mexanizmlərinin tətbiqi tələb olunur. Bu yanaşmada rəqəmsal mühitdə uşaqların şəxsi həyatının, ləyaqətinin və təhlükəsizliyinin bilavasitə dövlətlər tərəfindən qorunması tövsiyə edilir. Bu yeni tələblər sosial şəbəkələrin fəaliyyətinin sistemli hüquqi çərçivədə tənzimlənməsi, valideyn nəzarəti, platformadaxili təhlükəsizlik mexanizmləri və yaşa uyğun məzmun filtrləri vasitəsilə uşaqların və yeniyetmələrin rəqəmsal mühitdə təhlükəsizliyinin təmin edir, həmçinin onların kritik informasiyanı təhliletmə, davranış və bilgi mədəniyyətinin inkişafına şərait yaradır.

Budur, dövlətimiz övladlarımızın bu gününü və gələcəyini valideynləri olan bizdən daha səmərəli qoruyur. Elə bu səbəbdən də minnətdarıq. Ona görə ki, minlərlə başısoyuq, məsuliyyətsiz təhlükənin nə olduğunu anlamayan valideynin övladları bu xalqın balaları olaraq qorunacaq və gələcək cəmiyyətimizə layiqli övlad kimi təhvil veriləcək.

Mətanət Məmmədova

Uşaqları sosial şəbəkə "xəstəliyindən" qorumaq milli məsələdir...

Mətləb Salahov: "Çünki biz gələcək azərbaycanlı nəsli itirmək təhlükəsi ilə üz-üzə qalmışıq"

"Son illərdə 5-15 yaş arası uşaqların sosial şəbəkə aludəçiliyi artıq faciəvi hal alıb. Tam nəzarətsiz poliqona çevrilən və ən zərərli informasiya zibilliyinə çevrilmiş sosial şəbəkə seqmentləri açıq şəkildə uşaq və yeniyetmələrin mənəvi baxımdan zərərli fikir və vərdişlərə sürüklənməsi üçün açıq meydana çevrilib. Günümüzün reallığı odur ki, əksər valideynlər bu məsələdə tam məsuliyyətsiz yanaşma sərgiləyir, uşaqlarını düzgün istiqamətə yönəltmək üçün çalışmaq əvəzinə onları sakitləşdirmək üçün mobil telefonları açıq şəkildə onların ixtiyarına buraxıb guya öz dincliklərini təmin edirlər. Lakin unudurlar ki, bununla öz övladlarının gələcək taleyini sosial şəbəkələr kimi nəzarətsiz yırtıcının ağuşuna atırlar". Bu fikirləri SİA-ya açıqlamasında jurnalist-ekspert Mətləb Salahov bildirib. O qeyd edib ki, Azərbaycan Prezidenti İlham Əliyevin uşaqların rəqəmsal mühitdə zərərli məzmun və təsirlərdən qorunması ilə bağlı tədbirlər haqqında Sərəncamı ölkəmizdə bu sahədəki boşluğun aradan qaldırılması və yeni mexanizmin

tətbiqi baxımından çox əhəmiyyətlidir.

"Bu yeni tələblər sosial şəbəkələrin fəaliyyətinin sistemli hüquqi çərçivədə tənzimlənməsi, valideyn nəzarəti, platformadaxili təhlükəsizlik mexanizmləri və yaşa uyğun məzmun filtrləri vasitəsilə uşaqların və yeniyetmələrin rəqəmsal mühitdə təhlükəsizliyini təmin edir, həmçinin onların kritik informasiyanı təhliletmə, davranış və bilgi mədəniyyətinin inkişafına şərait yaradır. Dünyanın ən inkişaf etmiş ölkələrində uşaqların sosial şəbəkə zərərlərindən qorunması üçün mühüm işlər görülüb.

Məsələn, Avstraliya, Yeni Zelandiya, Malayziya kimi ölkələr uşaqların sosial şəbəkələrə girişinə yaş məhdudiyyəti tətbiq edir. Bu ölkələrdə yaşı 16-dan az olan uşaqların sosial platformalara girişi ya tamamilə, ya da ki, qismən məhdudlaşdırılır. Bir sıra Avropa ölkələrində, məsələn, Belçikada 13 yaşın altındakılar üçün sosial media hesabı açmağa valideyn icazəsi tələb olunur. Fransada 2023-cü ildə qəbul edilmiş qanunla 15 yaşdan kiçik uşaqların sosial şəbəkəyə girişində valideyn razılığı tələb olunur.

Prezidentin son sərəncamı isə nəhayət, ölkəmizdə də bu sahədə əsaslı iş görüləcəyinə, uşaq və yeniyetmələrin sosial şəbəkə seqmentindəki zərərli informasiya və mənfi təsirlərdən qorunması üçün əməli iş görüləcəyinə ümid yaradır. Hətta deyərdim ki, biz bu məsələdə xeyli gecikmiş vəziyyətdəyik. Çünki bu gün tik-tok kimi təhlükəli sosial şəbəkə seqmentində milli dəyərlərimizə yad olan cinsi azlıq və digər zərərli qrupların reklam olunması birbaşa gələcəyimiz üçün ən təhlükəli haldır. Belə ki, biz gələcək azərbaycanlı nəsli itirmək təhlükəsi ilə üz-üzə qalmışıq. Məhv edilən mənəviyyatı və dəyərləri geri qaytarmaq isə heç vaxt mümkün olmur".

Afət Tahirqızı

Şəkərli içkilər yeniyetmələri məhv edir

Yeni bir elmi araşdırma şəkərli içki istehlakının azaldılmasının, xüsusən də yeniyetmələrin zehni sağlamlığına müsbət təsir göstərə biləcəyini ortaya qoyub. Araşdırmaya görə, narahatlıq simptomları tez-tez qazlı içkilər, şəkərli meyvə şirələri və enerji içkiləri istehlak edən yeniyetmələrdə daha çox rast gəlinir. Mütəxəssislər yeniyetməlik dövründə zehni sağlamlıq problemlərinin artdığını və qidalanma vərdişlərinin də bu vəziyyətə təsir edə biləcəyini qeyd edirlər.

Hürriyət.com.tr yazır ki, 2000-2025-ci illər arasında dərc olunmuş tədqiqatları araşdıran araşdırma, araşdırılan doqquz tədqiqatdan yeddisində şəkərli içki istehlakı ilə narahatlıq səviyyəsi arasında əhəmiyyətli bir əlaqə olduğunu aşkar edib. Nəticələrə görə, çox miqdarda şəkərli içki istehlak edən gənclərdə narahatlıq pozğunluğu diaqnozu qoyulma ehtimalı 34 faiz daha yüksəkdir. Bununla belə, tədqiqatçılar nəticələrin birbaşa səbəb-nəticə əlaqəsi göstərmədiyini və narahatlıq yaşayan gənclərin daha çox şəkərli içkilərə müraciət etmələrinin də mümkün olduğunu vurğulayırlar.

Mütəxəssislər gündəlik şəkər qəbulunu təxminən 30 qramla məhdudlaşdırmağı tövsiyə edir və qeyd edirlər ki, tək bir qazlı içki bu miqdarı aşa bilər. Alimlərin fikrincə, su, süd və ya şəkərsiz içkilər seçmək kimi sadə vərdiş dəyişiklikləri gənclərin həm fiziki, həm də zehni sağlamlığının dəstəklənməsində mühüm rol oynaya bilər. Şəkərli diabet riski də çox rastlanan əlamətlərdəndir. Daim yüksək şəkər qəbulu qanda qlükozanı artırır və zamanla insulin müqaviməti yarada bilər. Bu da 2-ci tip diabet riskini yüksəldir. Şəkər və turşu birləşməsi eyni zamanda diş minasını zədələyir. Xüsusilə qazlı içkilər diş üçün daha təhlükəlidir.

Şəkərli içkilər ürək-damar problemləri də yaradır. Çox miqdarda şəkər qəbulu pis xolesterini (LDL) artıra, yaxşı xolesterini (HDL) azalda, təzyiqi yüksəldə bilər. Bu da ürək xəstəlikləri riskini artırır. Qaraciyərə təsiri də çox böyükdür, xüsusilə fruktoza tərkibli içkilər qaraciyərdə yağlanmaya səbəb ola bilər. Şəkərli içkilərin bir təsiri də enerji dalğalanmasıdır, çünki şəkər qanda sürətlə qalxır və sonra tez düşür. Nəticədə halsızlıq, əsəbilik, diqqət azalması meydana gəlir. Dəri problemləri də çox rastlanan əlamətlərdəndir. Həddindən artıq şəkər sızanaq və iltihabi dəri problemlərini artıra bilər.

Lalə Mehralı

Rusiya-Ukrayna savaşı: müharibənin iqtisadi zərbələri ağırlaşır

Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyi

Yazı Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyinin maliyyə dəstəyi ilə "insan hüquq və azadlıqlarının müdafiəsi, vətəndaşların hüquqi, siyasi mədəniyyət səviyyəsinin yüksəldilməsi, sosial və siyasi fəallığının artırılması" istiqaməti çərçivəsində hazırlanıb

Rusiya və Ukrayna arasında 2022-ci ildə başlayan hərbi əməliyyatın dördüncü ili sona yaxınlaşdıqca, münaqişə daha çox "maliyyə dayanıqlığı müharibəsinə" çevrilir. Ukrayna gündəlik 172 milyon dollarlıq müdafiə xərclərini maliyyələşdirməkdə çətinlik çəkir və 588 milyard dollarlıq yenidənqurma işlərinə hazırlaşır. Ukrayna Silahlı Qüvvələrinin Baş Qərargah rəisi Andrey Xnatovun paylaşdığı məlumatlara görə, 2025-ci ildə müharibənin orta gündəlik xərcləri 172 milyon dollara (145,7 milyon avro) çatıb. Bu, 2024-cü ildəki təxminən 140 milyon dollarlıq gündəlik orta göstərici ilə müqayisədə 23 faiz artım deməkdir.

Qeyd edək ki, Ukrayna ordusunun hazırkı əməliyyat xərclərinin tempi əsgərlərin maaşları, sursat təchizatı və yeni döyüş texnologiyalarının yerləşdirilməsi daxil olmaqla ayda təxminən 5 milyard dollara (4,2 milyard avro) ehtiyac olduğunu göstərir.

Bu müqavimət səviyyəsini qorumaq üçün Ukrayna ümumi daxili məhsulunun (ÜDM) 30 faizindən çoxunu birbaşa hərbi büdcəsinə ayırır. Buna baxmayaraq, sülh dövründə bir çox Avropa ölkəsi NATO-nun 2 faizlik müdafiə xərcləri hədəfinə çatmaq üçün belə mübarizə aparır.

General-leytenant Xnatov Ukraynanın bu maliyyə yükünü təkbaşına daşıya bilməyəcəyini vurğulayaraq, Qərbdən maliyyə dəstəyinin iqtisadi çöküşün qarşısını almaqda əsas amil olduğunu bildirdi. Müharibə beşinci ilinə qədəm qoyarkən, Ukrayna hökuməti Dünya Bankı, Avropa Komissiyası və Birləşmiş Millətlər Təşkilatı tərəfindən hazırlanmış son Birgə Sürətli Zərər və Ehtiyacların Qiymətləndirilməsi (RDNA5) hesabatını dərc etdi. Sözügedən hesabata görə, 2025-ci ilin dekabr ayı etibarilə Ukraynanın növbəti on il ərzində yenidənqurma və bərpa xərcləri təxminən 588 milyard dollar (500 milyard avro) olaraq qiymətləndirilir. Bu məbləğ ölkənin ötən ilki nominal ÜDM-dən təxminən üç dəfə çoxdur. Birbaşa fiziki zərərin 195 milyard dolları (165 milyard avro) keçdiyi təxmin edilir.

Məlumat üçün qeyd edək ki, dağıdıcı hadisələrin böyük hissəsi cəbhə xəttinə yaxın ərazilərdə və böyük şəhərlərdə cəmləşsə də, ən çox mənzil, nəqliyyat şəbəkələri və enerji infrastrukturu zərər görüb. Dünya Bankının məlumatları, xüsusilə sərt qış aylarında Rusiyanın hücumlarının artması ilə əlaqəli olaraq, son bir ildə zədələnmiş və ya məhv edilmiş enerji aktivlərində 21% artım olduğunu göstərir. Bildirilir ki, ölkə daxilində evlərin 14%-i zədələnib və ya dağılıb və bu, üç milyondan çox ev təsərrüfatına birbaşa təsir göstərib.

Yenilənmiş Birgə Sürətli Zərər və Ehtiyacların Qiymətləndirilməsi hesabatının dərc olunmasından sonra, Aİ-nin Genişlənmə üzrə Komissarı Marta Kos Brüsselin bərpa səylərinə dəstəyini bir daha təsdiqləyib. Kos bildirb: "Rusiyanın təcavüzkar müharibəsi nəsillər boyu görünməmiş dağıntılar gətirib. Biz Ukraynanı güclü, müasir AB ölkəsi kimi yenidən quracağıq. Biz bu dağıntıları cəsarətli islahatlar və hərtərəfli investisiyaları səfərbər etmək üçün alətlərimiz olan Ukrayna İnvestisiya Çərçivəsi vasitəsilə rifaha çevirəcəyik."

Qeyd edək ki, Müharibə 24 fevral 2022-ci ildə Rusiyanın Ukraynaya genişmiqyaslı hərbi hücumu ilə başlayıb. Müharibə beşinci ilinə qədəm qoyduqca, cəbhə xətləri artıq yalnız şərqdəki səngərlərdə deyil, həm də beynəlxalq maliyyə masalarında çəkilir. Ukrayna üçün qələbə həm müdafiənin dağıdıcı gündəlik xərclərini daşımaq, həm də yenidən ayağa qalxmaq üçün lazım olan yarım trilyon dollarlıq böyük investisiyanı təmin etmək tələb olunur. Bu nə qədər real görünür, proqnozlaşdırmaq çətindir.

Lalə Mehralı

Pakistan - Əfqanıstan toqquşması dağıdıcı mərhələyə keçə bilər

Dünya düzəni gərginləşməkdə davam etdiyi müşahidə edilir. Müharibələr, münaqişələr, daxili qarşıdurmalarla bəşəriyyətin varlığına təhlükə olan gərginliklərə Pakistan-Əfqanıstan müharibəsi də əlavə olunmaqdadır. Verilən məlumatlara görə, hazırda iki ölkə arşında qanlı savaş gedir. Hər iki tərəfdən ölən və yaralananların olması barədə xəbərlər yayılır. BMT-nin məlumatına görə, Pakistanın Əfqanıstan ərazisinə hava hücumları başlatması və nəticədə 13 mülki şəxsin ölümünə səbəb olmasından sonra gərginlik ötən həftəsonu daha da artıb. Pakistan iddia edir ki, Əfqanıstan öz ərazisində terrorçuların sərbəst şəkildə təlim keçməsinə və fəaliyyət göstərməsinə icazə verir və oradan uzun və nisbətən zəif qorunan sərhəd boyunca hücumlar təşkil edirlər. Kabil ittihamları rədd edir və İslamabadı öz daxili təhlükəsizlik uğursuzluqlarını başqalarının üzərinə atmaqda ittiham edir.

Fevralın 27-də Pakistanın müdafiə naziri Xavaca Asif Kabil və Qəndəharda hava hücumları və qarşılıqlı terrorizm ittihamları fonunda Əfqanıstanda Taliban hökumətinə açıq müharibə elan edib. Hər iki tərəf onlarla itki və ələ keçirilən mövqelər barədə məlumat verir və eskalasiya getdikcə sürətlənir. Təbii ki, belə vəziyyətin yaranması arzuedilən deyil. Birincisi, yenə də daha çox zərər görən mülki insanlar olacaq. İkincisi isə, iki müsəlman qonşu dövlətin üz-üzə gəlməsi yalnız bədxahları qane edə bilər. Xüsusilə də Ramazan ayında belə bir toqquşmanın baş verməsi islami dəyərlərə və istəklərə ziddir. Ümumilikdə müsəlman dünyası Pakistanla Əfqanıstan arasında qarşıdurmanın yaranmasından narahatdır və bu narahatlıqlarını hər iki dövlətin rəhbər şəxslərin diqqətinə çatdırırlar. Bir qədər əvvəl hər iki dövlət arasında hərbi toqquşma baş verən zaman Qətərin, Türkiyənin və Səudiyyə Ərəbistanın fəal müdaxiləsi, danışıqları nəticəsində vəziyyəti sabitləşdirməyə nail olmuşdular. Bir neçə aydır davam edən danışıqları daimi sülhlə əvəz etmək mümkün olmadı. Artıq hər iki tərəf bir-birinə qarşı dağıdıcı gücə malik silahlardan istifadə etməyə başlayıblar. Pakistan mediasının məlumatına görə, milli ordu 26 fevral axşamından bəri bu xətt boyunca bir neçə Əfqanıstan nəzarət məntəqəsini

ələ keçirib, lakin Kabil də oxşar nəticələr barədə məlumat verib. Tələfat rəqəmləri də hələ təsdiqlənməyib. Pakistan atəşkəsdə ən azı 133 əfqan döyüşçüsünün öldürüldüyünü iddia edir, digər tərəf isə 55 Pakistan əsgərinin öldürüldüyünü bildirir.

Əfqanıstan silahlı qüvvələri Pakistanın nüvə obyektini hədəfə alıb

Bu arada TASS Əfqanıstan Müdafiə Nazirliyinin açıqlamasına istinadən bildirib ki, yeni hücum Pakistan hava qüvvələrinin Kabilə, eləcə də Qəndəhar və Paktiya əyalətlərindəki hədəflərə etdiyi hücuma cavab olaraq həyata keçirilib. Ariana News sosial mediada Əfqanıstan silahlı qüvvələrinin Pakistandakı nüvə obyektinə hücum etdiyini bildirib."Kokal rayonundakı (Xeybər Paxtunxva əyaləti) hərbi mərkəzə və başqa bir nüvə obyektinə endirilən zərbələrdən sonra yüzlərlə ölü və yaralı İslamabaddakı PIMS Xəstəxanasına aparılıb", - deyə Əfqanıstan Müdafiə Nazirliyinin məlumatında qeyd olunur.

Nə baş verir, nədən iki müsəlman qonşu dövlət bir-birinə qarşı düşmən kəsilib? Məsələyə aydınlıq gətirərkən MGIMO-nun Şərqşünaslıq kafedrasının professoru Sergey Lunev bildirib ki, Əfqanıstan və Pakistan arasındakı münaqişənin kökləri 19-cu əsrdə, Britaniyanın regionda müstəmləkə hakimiyyəti dövrünə gedib çıxır. Britaniya Hindistan ilə Əfqanıstan arasında Durand xətti çəkib və ölkələr müstəqillik qazandıqda ərazi mübahisələri yaranıb. Şərqşünasın sözlərinə görə, bu gün regionda böyük müharibə gözlənilmir.

TOLO News-un məlumatına görə, Əfqanıstan Ali Liderinin sözçüsü Zəbihullah Mücahid Pakistan hərbi hədəflərinə qarşı genişmiqyaslı cavab əməliyyatının başladığını elan edib. O, bunun Kabil, Qəndəhar və bir sıra digər əyalətlərdəki hava hücumlarına cavab olaraq olduğunu bildirib. Əfqanıstan hakimiyyətinə yaxın media orqanları əməliyyatın Ali Liderin əmri ilə həyata keçirildiyini iddia edirlər. Əl-Cəzirənin məlumatına görə, hər iki tərəf əhəmiyyətli itkilər və döyüşlərin davam etdiyini bildirir. Əfqanıstan Müdafiə Nazirliyi Durand Xətti boyunca əməliyyatlar zamanı 55 Pakistan əsgərinin öldürüldüyünü, Əfqanıstan qüvvələrinin isə iki mövqe və 19 nəzarət məntəqəsini nəzarətə götürdüyünü bildirib. Nazirlik həmçinin toqquşmalarda səkkiz əfqan əsgərinin öldüyünü, daha 11 nəfərin yaralandığını bildirib. Bundan əlavə, Nəngərhar əyalətindəki qaçqın düşərgəsinə raket zərbəsi nəticəsində 13 mülki şəxs yaralanıb. Əl-Cəzirənin müxbiri də Kabildə güclü partlayış, ardınca paytaxtda şiddətli atışma baş verdiyini bildirib. Pakistan rəsmiləri fərqli rəqəmlərə istinad edirlər. Ölkənin informasiya naziri 27 Taliban mövqeyinin məhv edildiyini və daha 9-unun ələ keçirildiyini bildirib. O, əlavə edib ki, 133 əfqan yaraqlısı öldürülüb, 200-dən çoxu yaralanıb və Pakistanın əks-hücumu davam edir.

Beynəlxalq aləm hərəkətə keçdi

Bu arada beynəlxalq təşkilatlar və ayrı-ayrı dövlətlərin başçıları müharibənin dayandırılması üçün Əfqanıstan və Pakistan rəhbərləri ilə intensiv telefon danışıqları aparırlar. Rusiya tərəfləri dərhal atəşkəs elan etməyə və danışıqlara başlamağa çağırıb. Rusiya prezidentinin Əfqanıstan üzrə xüsusi nümayəndəsi və Rusiya xarici işlər nazirinin müşaviri Zamir Kabulov RİA Novosti agentliyinə bildirib: "Biz qarşılıqlı hücumlara tez bir zamanda son qoyulmasını və fikir ayrılıqlarının diplomatik yolla həllini dəstəkləyirik".BMT-nin İnsan Hüquqları üzrə Ali Komissarı Volker Türk də gərginliyin azaldılmasına çağırıb. O qeyd edib ki, sərhəd toqquşmaları və hava hücumları artıq itkilərə səbəb olub və siyasi həll tələb edir."Vəziyyət təcili siyasi dialoq tələb edir, daha da güc tətbiqini deyil", - deyə o bildirib.

BMT-nin Əfqanıstandakı Yardım Missiyasının (UNAMA) məlumatına görə, 2025-ci ilin ilk üç ayında ölkədə 70 mülki şəxs həlak olub, 478 nəfər yaralanıb. Türkün sözlərinə görə, bu həftə yenidən itkilər qeydə alınıb: Pakistanın hava hücumları nəticəsində 13 mülki şəxs həlak olub, bir neçə nəfər yaralanıb.

Ümid edir və istək ifadə edirik Əfqanıstanla Pakistan müharibə ocağının genişlənməsinə imkan verməyəcəklər. Qısa müddətdə savaş sona çatacaq və problemi masa ətrafında müzakirələr yolu ilə aradan qaldıracaqlar.

İLHAM ƏLİYEV

“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. Mətbuat Yayım MMC – 0124411991, 0124404694
3. Səma Mətbuat Yayım – 0125940252, 0503336969
4. PressaİnformMMC – 0125115191, 0504560835, 0553156002
5. Qaya Mətbuat yayım – 0125667780, 0502352343
6. Ziya LTD – 0124977696, 0503067744
7. Bakmətbuat MMC 0502644010

1 nüsxə 1 aylığı 8 AZN

6 aylıq 48 AZN

1 illik 96 AZN

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

Beyin doyma siqnallarını neçə dəqiqəyə qəbul edir?

Müasir həyat tərzi sürətləndikcə insanların yemək davranışı da dəyişib. Sürətli nahar fasilələri, telefon qarşısında yemək, stresli iş qrafiki və "tez yeyib qalxmaq" vərdişi artıq adi hal alıb. Lakin bir çox insanın fərqində olmadığı vacib bir mexanizm var: toxluq hissi mədədə deyil, beyində formalaşır və bu proses müəyyən vaxt tələb edir. Qida qəbul edildikdən sonra orqanizmdə hormonlar aktivləşir, sinir impulsları beyinə ötürülür və nəticədə "artıq kifayətdir" siqnalı yaranır. Bu mexanizm düzgün işləmədikdə isə insan ehtiyacından artıq yeyir, nəticədə artıq çəki, metabolik pozuntular və həzm problemləri ortaya çıxır. SİA mövzu ilə bağlı araşdırma edib.

Doyma siqnalı neçə dəqiqəyə formalaşır?

Elmi tədqiqatlara əsasən, beyinin toxluq siqnalını tam qəbul etməsi orta hesabla 15-20 dəqiqə çəkir. Bəzi hallarda bu müddət 25 dəqiqəyə qədər uzana bilər.

Bu proses belə baş verir:

Qida mədəyə daxil olur.

Mədə divarları genişlənir. Həzm sistemində hormonlar ifraz olunur.

Bu hormonlar və sinir impulsları hipotalamusa siqnal göndərir.

Beyin "doydum" mesajını formalaşdırır.

Əsas rol oynayan hormonlar bunlardır:

Leptin - uzunmüddətli toxluq siqnalı verir

Qrelin - aclıq hormonudur (yeməkdən əvvəl yüksəlir)

Peptid YY və xolesistokinin (CCK) - yemək zamanı toxluq hissini gücləndirir

İnsulin - qan şəkərinə cavab olaraq beyinə doluluq məlumatı ötürür

Bu hormonal sistem vaxt tələb edir. Əgər insan 5-7 dəqiqəyə yeməyini bitirirsə, beyin hələ toxluq siqnalını almamış olur.

Tez yeməyin nəticələri

Araşdırmalar göstərir ki, sürətli yeyən insanlar:

daha çox kalori qəbul edir,

daha tez kökəlir,

metabolik sindrom riskini artırır,

insulin müqavimətinə daha meylli olur.

Yaponiya və ABŞ-da aparılan uzunmüddətli müşahidələr göstərib ki, sürətli yeyən şəxslərdə artıq çəki riski təxminən 1.5-2 dəfə yüksəkdir.

Bundan əlavə, tez yemək:

şişkinlik,

qaz,

mədə ağrısı,

reflü

kimi həzm problemlərini artırır.

Psixoloji faktor

Sürətli yemək təkcə fiziki deyil, psixoloji faktorlarla da bağlıdır. Telefon və televizor qarşısında yemək, stress, emosional gərginlik diqqəti yayındırır və insan mexaniki şəkildə yeməyə davam edir. Bu zaman beyin qida qəbuluna fokuslanmır və doyma siqnalı daha gec qəbul olunur.

İftarda bu risk niyə daha yüksəkdir?

Uzun müddət ac qaldıqdan sonra iftar zamanı sürətli yemək daha çox rast gəlinir. Bu zaman:

qrelin yüksək səviyyədə olur,

qan şəkəri aşağı olur,

orqanizm sürətli enerji tələb edir.

Nəticədə insan qısa müddətdə normadan artıq qida qəbul edə bilər.

Doğru yanaşma nədir?

Tədqiqatlar göstərir ki:

Bir porsiya yeməyi minimum 15-20 dəqiqəyə yemək

Hər loxmanı yaxşı çeynəmək (təxminən 20-30 dəfə)

Yemək zamanı telefon və televizordan uzaq olmaq

Kiçik boşqabdan istifadə etmək doyma mexanizminin düzgün işləməsinə kömək edir.

Yavaş yemək beyinə vaxt qazandırır və artıq kalori qəbulunun qarşısını alır.

Nəticə

Beyin doyma siqnalını orta hesabla 15-20 dəqiqəyə qəbul edir. Tez yemək isə bu təbii mexanizmi pozur, hormon balansını gecikdirir və insanın ehtiyacından artıq yeməsinə səbəb olur. Uzun müddətdə bu davranış artıq çəki, metabolik problemlər və həzm pozuntuları ilə nəticələnə bilər.

Yemək sürəti yalnız vərdiş deyil - bu, metabolik sağlamlığın əsas faktorlarından biridir. Orqanizmin bioloji ritminə hörmət etmək və yavaş yemək həm sağlam çəkiyə, həm də düzgün həzmə aparan əsas addımdır.

Günel Fərzəliyeva

ELAN

Dövlət Sərhəd Xidməti tərəfindən Bəkirov Aqşin Alqış oğluna verilmiş DSX 0004548 N-li xidməti vəsiqə itdiyi üçün etibarsız sayılır.

***

DVX tərəfindən Səfərli Nihad Vasif oğluna verilmiş AR 053377 N-li xidməti vəsiqə itdiyi üçün etibarsız sayılır.

***

Azərbaycan Respublikası Sumqayıt Peşə Liseyi tərəfindən 16 iyun 2017-ci ildə Aşumov Ümid Etimad oğluna verilmiş A N°091975 seriyalı Diplom itdiyi üçün etibarsız sayılır.

***

Cabbarov Elvin Akif oğlunun adına verilmiş 009347 saylı "Şəhid ailəsi üzvünün vəsiqəsi" itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Baş redaktor:
Bəhruz Quliyev

Ünvanımız:
Bakı şəhəri, Üzeyir Hacıbəyli küçəsi, 66.
Şəhadətnamə:№ 022492
sesmediaqrup@gmail.com
sesqazeti@gmail.com
"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 həftədə iki dəfə nəşr olunur
Tiraj: 2000