QOY ƏDALƏT ZƏFƏR ÇALSIN!

"SƏS" qəzeti mənim üçün ən əziz qəzetdir

8 Martda Qadınlara nə hədiyyə etməliyik?

4

Bizə qarşı bu terror aktını törədənlər peşman olacaqlar!

Prezident İlham Əliyev: "Bizim gücümüzü sınamaq istəyənlərin başı "Dəmir yumruq" vasitəsilə yarıldı"

2

SƏS

№ 019 (7429)

Qəzet 1991-ci il yanvarın 11-dən çıxır

7 mart 2026-cı il.
Qiyməti 1 manat

Cənubi Qafqazda üçtərəfli əməkdaşlıq platforması qurulur

3

Azərbaycana beynəlxalq dəstək, İrana etiraz!

3

Elektron siqaret: qanuna riayət, özünə hörmət

6

İnsanlar niyə özlərinə zərər verirlər?

8

1 milyard oruclu ilə 1 milyard acın fərqi

6

Tramp İrandan sonra Kubaya da "əl gəzdirəcək"...

5

Bizə qarşı bu terror aktını törədənlər peşman olacaqlar!

Prezident İlham Əliyev: "Bizim gücümüzü sınamaq istəyənlərin başı "Dəmir yumruq" vasitəsilə yarıldı"

“Biz öz ərazi bütövlüyümüzü qoruyuruq və qorumuşuq. Necə ki, Ermənistan işğalına son qoymuşuq, istənilən şər qüvvəyə qarşı öz gücümüzü göstərməyə hazırıq və İranda bunu unutmasınlar”. Bu fikirləri Prezident İlham Əliyev Təhlükəsizlik Şurasının iclasında səsləndirib. Dövlətimizin başçısı vurğulayıb ki, onların törətdiyi bu terror aktı bütün başqa çirkin amillərlə yanaşı, böyük nankorluq nümunəsidir. Bildiyimiz kimi, martın 5-də İran İslam Respublikasının silahlı qüvvələri tərəfindən İran ərazisindən pilotsuz uçuş aparatları ilə Azərbaycan Respublikasının Naxçıvan Muxtar Respublikasının Naxçıvan beynəlxalq hava limanına və digər mülki infrastruktura hücum aktları həyata keçirilib. Pilotsuz uçuş aparatlarının texniki parametrləri və bu hücumların təfərrüatları araşdırılır.

İran İslam Respublikasının silahlı qüvvələri tərəfindən ölkəmizin ərazisində mülki infrastruktura qarşı törədilən hücumları qəti şəkildə pisləyir. Baş vermiş hadisəyə görə məsuliyyət tam şəkildə İran İslam Respublikasının üzərinə düşür. ”Azərbaycan dövləti bu çirkin terror aktını qətiyyətlə pisləyir, bunu törədənlər dərhal məsuliyyətə cəlb edilməlidir. Bu şərəfsizlər, bizə qarşı bu terror aktını törədənlər peşman olacaqlar. Azərbaycan tərəfinə İran rəsmiləri tərəfindən izahat verilməlidir, üzr istənilməlidir və bu terror aktını törədənlər cinayət məsuliyyətinə cəlb edilməlidir”, - deyə Azırbaycan Prezidenti bildirib ki, birinci dəfə deyil ki, İran dövləti Azərbaycana və azərbaycanlılara qarşı terror aktları həyata keçirir.

”ATƏŞİN HƏDƏFLƏRİ MÜLKİ OBYEKTLƏR OLUB”

Məlumdur ki, Azərbaycanın Tehrandakı səfirliyi terror aktına məruz qalmışdır. Səfirliyə hücum çəkmiş İran xüsusi xidmət orqanları tərəfindən təlimatlandırılmış şəxs Azərbaycan vətəndaşlarına qarşı qanlı terror aktı törətmişdir. Azərbaycanın Tehrandakı Səfirliyinə qarşı törədilmiş xain terror əməli də ən ağır cinayət əməlidir. Səfirlik binası Diplomatik ərazidir və həmin ölkəyə məxsusdur və həmin əraziyə icazəsiz və zorla daxil olmaq beynəlxalq qanunlarla qəti qadağandır. Bir ölkənin Səfirliyinə cinayət yolu ilə zorla daxil olmaq özü ayrıca ağır cinayətdir. Həmçinin Səfirlik əməkdaşlarına silahlı hücum edərək qətl etmək və bütün əməkdaşları öldürməyə çalışmaq bu səbəblə bir neçə şəxsi ölümcül yaralamaq qanlı terrordur və mövcud dünya qanunları ilə ən ağır cinayət əməlidir. Bu hadisə təkcə Səfirlik əməkdaşlarına qarşı törədilmiş cinayət hadisəsi yox eyni zamanda bütövlükdə həmin ölkəyə qarşı törədilmiş əməldir. Dövlət başçısı bildirib ki, o vaxt da bizdə şübhə yox idi ki, bunu törədən İran dövlətidir. Çünki bu terror aktı həm səfirliyin içində, həm səfirliyin ətrafında, təqribən 40 dəqiqəyə qədər davam edirdi: ”Bu 40 dəqiqə ərzində bir dənə də olsun nə təhlükəsizlik, nə polis nümayəndəsi səfirliyə yaxınlaşmayıb. Aydın məsələ idi ki, Azərbaycanı qorxutmaq, Azərbaycana qarşı çirkin əməllərini həyata keçirmək üçün bu terror aktı İranın dövlət qurumlarının ən rəhbər mərtəbələrindən sifariş edilmişdir. Bildiyiniz kimi, o vaxt Azərbaycan bu hadisəyə çox sərt reaksiya vermişdi, Azərbaycan səfirliyi İrandan təxliyə edilmişdi, bütün diplomatik əlaqələr dayandırılmışdı. İran tərəfi bizdən üzr istəməyə, öz günahını etiraf etməyə məcbur olmuşdu”.

Azərbaycan ölkəmizin ərazi bütövlüyünün və suverenliyinin müdafiəsi, mülki şəxslərin və mülki infrastrukturun təhlükəsizliyinin təmin olunması üçün zəruri cavab tədbirləri hazırlayır və bu hücum aktları cavabsız qalmayacaq. ”Naxçıvan Muxtar Respublikasının ərazisini İran dövləti pilotsuz uçuş aparatları ilə atəş altına salmışdır. Atəşin hədəfləri mülki obyektlər olub. Naxçıvan Beynəlxalq Hava Limanı, onun terminal binası, məktəb və digər istiqamətlər İran tərəfindən namərd atəşə məruz qalmışdır”, - deyə Prezident bildirib. Prezident onu da bildirib ki, bizim gücümüzü sınamasınlar. Bizim gücümüzü sınamaq istəyənlərin başı ”Dəmir yumruq” vasitəsilə yarıldı. Bugünkü hadisə də eyni nəticəni hasil edəcək. Məsələ ilə bağlı bağlı tədbirlər planı hazırlanacaq. Artıq bütün göstərişlər verilmişdir. Bütün hallarda son sözü ədalətə və beynəlxalq hüquqa söykənən siyasət deyir.

Zümrüd BAYRAMOVA

Prezident İlham Əliyev Moldovanın Baş nazirinin müavinini qəbul edib

Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyev martın 6-da Moldova Respublikasının Baş nazirinin müavini, xarici işlər naziri Mixay Popşoini qəbul edib. Qəbula görə dövlətimizin başçısına təşəkkür edən Mixay Popşoi Moldova Prezidenti Maya Sandunun salamlarını Prezident İlham Əliyevə çatdırdı.

Dövlətimizin başçısı salamlara görə minnətdarlığını bildirdi, onun da salamlarını Maya Sanduya çatdırmağı xahiş etdi. Prezident İlham Əliyev beynəlxalq təşkilatlar çərçivəsində Moldovanın dövlət başçısı ilə görüşlərini və aparılmış müzakirələri məmnunluqla xatırladı. Mixay Popşoi İranın pilotsuz uçuş aparatları ilə Azərbaycana qarşı törətdiyi hücumları Moldovanın qətiyyətlə qınadığını dedi, bu məsələdə ölkəmizlə həmrəy olduqlarını vurğuladı. O, hücum zamanı xəsarət alanların tezliklə sağalmasını arzuladı.

Xalqlarımız arasında dostluq münasibətlərinin mövcud olmasını məmnunluqla qeyd edən qonaq dedi ki, Moldovanın çətin günlərində Azərbaycanın dəstəyini həmişə xatırlayırlar və bunu yüksək qiymətləndirirlər. Prezident İlham Əliyev nümayiş olunan mövqeyə görə təşəkkür etdi.

Söhbət zamanı Azərbaycanın və Moldovanın daim bir-birilərinin ərazi bütövlüyünü və suverenliyini dəstəklədikləri məmnunluqla qeyd olundu, ikitərəfli münasibətlərimizin inkişafı, o cümlədən siyasi, iqtisadi-ticari, enerji və digər sahələrdə əməkdaşlığın dərinləşdiyi vurğulandı, müxtəlif səviyyələrdə qarşılıqlı səfərlərin əlaqələrimizin genişlənməsində roluna toxunuldu. Bu xüsusda Mixay Popşoinin səfərinin uğurlu olacağına əminlik bildirildi.

Söhbət zamanı beynəlxalq təşkilatlar çərçivəsində əməkdaşlıq, siyasi dialoqun intensivləşdirilməsi və qarşılıqlı maraq doğuran digər məsələlərə dair fikir mübadiləsi aparıldı.

Azərbaycana beynəlxalq dəstək, İrana etiraz!

Azərbaycanın son 20 ildən artıq dövrdə dünyaya inteqrasiyası, İkinci Vətən müharibəsində ətalətli addımları, qonşu dövlətlərin heç birinə ziyan dəyməməsi üçün verdiyi bəyanatlar və müharibədən sonrakı dövrlərdə sülhün təməlli bərpası üçün atdığı addımlar ölkəmizin beynəlxalq səviyyədə nüfuzunun artması ilə nəticələnib. Ötən il avqustun 8-də Azərbaycan Prezidenti İlham Əliyev, Ermənistanın Baş naziri Nikol Paşinyan və ABŞ Prezidenti Donald Trampın iştirakı ilə Vaşinqtonda keçirilən üçtərəfli görüş isə Cənubi Qafqazda uzunmüddətli münaqişənin həllinə doğru atılan ən əhəmiyyətli addım olaraq tarixdə iz buraxıb.

Martın 5-də İranın Naxçıvana qarşı hücumundan dərhal sonra dövlətimizin başçısına gələn zənglər və hadisəyə göstərilən münasibət bir daha təsdiqlədi ki, dünyanın çoxsaylı ölkələri Azərbaycanla həmrəydir.

Türkiyə Respublikasının Prezidenti Rəcəb Tayyib Ərdoğan, Birləşmiş Ərəb Əmirliklərinin Prezidenti Şeyx Məhəmməd bin Zayed Al Nəhyan, Latviya Respublikasının Prezidenti Edqars Rinkeviçs, Özbəkistan Respublikasının Prezidenti Şavkat Mirziyoyev, Gürcüstanın Baş naziri İrakli Kobaxidze hadisədən dərhal sonra dövlətimizin başçısına zəng vuraraq İranın Naxçıvan Muxtar Respublikasına edilən dron hücumunu qınadıqlarını, Azərbaycan xalqına dəstəklərini ifadə edərək baş vermiş hadisə ilə bağlı Azərbaycan dövləti və xalqı ilə həmrəy olduqlarını bildiriblər.

Martın 6-da isə Prezident İlham Əliyev Moldova Respublikasının Baş nazirinin müavini, xarici işlər naziri Mixay Popşoini qəbul edib. Mixay Popşoi İranın pilotsuz uçuş aparatları ilə Azərbaycana qarşı törətdiyi hücumları Moldovanın qətiyyətlə qınadığını deyib, bu məsələdə ölkəmizlə həmrəy olduqlarını vurğulayıb, hücum zamanı xəsarət alanların tezliklə sağalmasını arzulayıb.

Xalqlarımız arasında dostluq münasibətlərinin mövcud olmasını məmnunluqla qeyd edən qonaq Moldovanın çətin günlərində Azərbaycanın dəstəyini həmişə xatırladığını və bunu yüksək qiymətləndirdiyini bildirib.

"Azərbaycan rəhbərliyinin və xalqının yanında olan Pakistan gərginliyi daha da artıran, regional sülh və sabitliyə xələl gətirən hərəkətləri pisləyir" deyərək Pakistan Baş naziri Məhəmməd Şahbaz Şərif özünün X sosial media hesabında bildirib. Bütün bunlar onun göstəricisidir ki, Azərbaycan dünyanın aparıcı dövlətləri ilə dostluq əlaqələrini genişləndirir, hətta keçmiş SSRİ tərkibində olan ozamankı müttəfiqləri ilə bu gün də ikitərəfli münasibətlərin inkişafı üçün səylər göstərir.

"Səs" qəzeti

Cənubi Qafqazda üçtərəfli əməkdaşlıq platforması qurulur

Ermənistanın Baş naziri Nikol Paşinyanın Gürcüstana səfəri bir neçə əlamətdar anla yadda qaldı. Ermənistan mediasının məlumatına görə, Gürcüstanın Baş naziri ilə görüşündən sonra keçirilən mətbuat konfransında Nikol Paşinyan bildirib ki, "bütün bu müddət ərzində Ermənistanla Azərbaycan arasında davam edən sülh prosesinə verdiyi dəstəyə görə Kobaxidzeyə bir daha təşəkkür etmək istəyirəm".

"Həmçinin, Gürcüstan dövlətinə və xalqına davamlı dəstəyinə görə təşəkkür etmək istəyirəm. Və bu dəstək davam edir, biz bunu görürük. Bilirsiniz ki, Ermənistanla Azərbaycan arasında iqtisadi əlaqələr Gürcüstanın dəstəyi ilə qurulur və bu, minnətdarlığa layiqdir və bizim tərəfimizdən yüksək qiymətləndirilir", - deyə o bildirib.

Cənubi Qafqaz və qonşu ölkələrdən olan ekspertlər Paşinyanın açıqlaması barədə nə düşünürlər? Beynəlxalq məsələlər üzrə ekspert və politologiya namizədi Teymuraz Qarişvili Caliber.az-a şərhində Cənubi Qafqazda həqiqətən də xüsusi geosiyasi dövrlərin gəldiyi və tamamilə yeni bir dəyişiklik, dialoq və əməkdaşlıq dövrünün başladığına əminliyini ifadə edib.

"Bu dövrü tarixi adlandırmaq olarmı? Bəlkə də belədir, çünki biz indi yeni bir reallığa qədəm qoyuruq, burada Gürcüstan tamamilə yeni bir missiya ilə hərəkət edir- yəni, bu yaxınlarda olduğu kimi, Bakı ilə Yerevan arasında danışıqların növbəti mərhələsi üçün platforma kimi deyil, əksinə, iki ölkənin yaxın praktik məqsədlərinə töhfə verir. Buraya, xüsusən də, Azərbaycan mallarının Ermənistana çatdırılması üçün dəmir yollarının istifadəyə verilməsi daxildir.

Əlbəttə ki, bölgəmizin bütün xalqları uzun müddətdir ki, buna çalışırlar və Paşinyanın vurğuladığı kimi, Gürcüstan Ermənistanla Azərbaycan arasında sülh prosesinin dəstəklənməsi və irəliləməsinə töhfə verib, çünki Tbilisi həmişə regionun tam inkişafı üçün bütün qonşular arasında diplomatik və iqtisadi əlaqələrin bərpası, eləcə də dostluq, qarşılıqlı anlaşma və etimad mühitinin yaradılması tələb olunduğunu çox yaxşı başa düşüb.

İndi Bakı, Yerevan və Tbilisi üçtərəfli dialoqda sərbəst şəkildə iştirak edə və bu yaxınlarda qeyri-mümkün görünən, sadəcə imkanlar dairəsindən kənar mövzuları müzakirə edə bilərlər. Əlbəttə ki, bir çox məsələlər, o cümlədən Azərbaycan və Ermənistan cəmiyyətləri arasında etimad səviyyəsi qalmaqdadır, lakin bunların hamısı həll edilə bilən problemlərdir. Münasibətlərdə bir rubikon keçilib və mən inanıram ki, çox tezliklə üç ölkə tam hüquqlu üçtərəfli dialoq üçün bir araya gələcək",- deyə T. Qarişvili bildirib.

Eyni zamanda, qırğız politoloqu, politologiya namizədi və şərqşünas Umar Mutaliyev qeyd edib ki, Mərkəzi Asiya Cənubi Qafqazdakı hadisələri böyük nikbinliklə izləyir.

"Zəngəzur Dəhlizinin qarşıdan gələn açılışı beynəlxalq ticarət və nəqliyyat tranzitinin inkişafı üçün böyük imkanlar açır. Eyni zamanda, Orta Dəhlizin özü və onun regionlarımızın ümumi bağlantısı daxilində funksionallığının yaxşılaşdırılması üçün görülən bütün işlər son dərəcə əhəmiyyətlidir. İnanıram ki, bu paralel proseslər Orta Dəhliz ətrafında unikal bir məkanın yaradılmasına töhfə verəcək, burada Xəzər dənizinin hər iki tərəfindəki ölkələr qrupları tamamilə yeni bir əlaqə və tərəfdaşlıq səviyyəsini aktiv şəkildə quracaqlar. Bu firavan və sabit gələcəyin təməli, şübhəsiz ki, türk dövlətləri arasında dostluq və qarşılıqlı anlaşma üzərində qurulub, baxmayaraq ki, beynəlxalq maliyyə və iqtisadi vəziyyətdən asılı olmayaraq, iki bölgə ölkəsinin ahəngdar şəkildə inkişaf etməyə başlaması və ya ən azı bu şərtləri məharətlə tarazlaşdıra bilməsi üçün hələ çox iş görülməlidir",- deyə Ü.Mütəliyev yekunlaşdırıb.

Tərcümə - Elçin Bayramlı

"Qarabağ və Şərqi Zəngəzur turizm potensialı ilə zəngindir"

TURİZM EKSPERTİ

"İşğaldan azad olunmuş Qarabağ və Şərqi Zəngəzur ərazilərində çox böyük turizm potensialı mövcuddur. Təəssüf ki, otuz il davam edən işğal dövründə bu ərazilərin infrastrukturu və turizm imkanları istifadə olunmamış, əksinə ciddi dağıntılara məruz qalmışdır".

Bunu SİA-ya açıqlamasında turizm eksperti Cəfər Qarayev deyib. Onun sözlərinə görə, həmin dövrdə bir çox tarixi və mədəni abidələr dağıdılmış, qorunmamış, təbiətə və bölgənin turizm potensialına böyük ziyan vurulmuşdur: "Hazırda isə işğaldan azad edilmiş ərazilərdə genişmiqyaslı bərpa və yenidənqurma işləri həyata keçirilir. Turizm infrastrukturu qurulur, yeni istirahət və xidmət mərkəzləri yaradılır. Xüsusilə Şuşa, Xankəndi və Kəlbəcər kimi ərazilərdə turizm üçün mühüm layihələr həyata keçirilir. Bununla yanaşı, bölgədəki tarixi-mədəni abidələrin bərpası da davam etdirilir.

Qarabağ və Şərqi Zəngəzurun zəngin təbiəti - meşələri, çayları, gölləri və sərin iqlimi - xüsusilə yay turizmi üçün böyük imkanlar yaradır. Təbiətsevərlər, sərin və yaşıllıqla zəngin məkanlarda istirahət etmək istəyən turistlər üçün bu bölgə çox cəlbedici istiqamət hesab olunur. Bu imkanlardan istifadə etməklə müxtəlif turizm məhsulları hazırlamaq, xüsusilə kənd və yaşıl turizmi inkişaf etdirmək mümkündür. Turizm baxımından xüsusi əhəmiyyət kəsb edən məkanlardan biri də İstisu mineral sularıdır. Bu ərazidə müasir sanatoriya və sağlamlıq komplekslərinin tikintisi həyata keçirilir. Planlaşdırılan sanatoriya komplekslərinin yüksək səviyyəli - beşulduzlu standartlara uyğun olması və həm yerli, həm də xarici turistləri qəbul etməsi nəzərdə tutulur.

Bölgədə nəqliyyat infrastrukturunun inkişafı da turizmin genişlənməsinə mühüm töhfə verəcək. Artıq Füzuli Beynəlxalq Hava Limanı fəaliyyət göstərir, həmçinin Laçın Beynəlxalq Hava Limanı kimi layihələr də bu məqsədlə həyata keçirilir. Bu hava limanları gələcəkdə xarici turistlərin birbaşa Qarabağ və Şərqi Zəngəzur bölgəsinə səfər etməsinə imkan yaradacaq.

Təbii ki, bu proses ərazilərin minalardan tam təmizlənməsi ilə daha da sürətlənəcək. Minaların təmizlənməsindən sonra mövcud məhdudiyyətlər aradan qalxacaq və vətəndaşlar öz nəqliyyat vasitələri ilə sərbəst şəkildə bu bölgələrə səfər edə biləcəklər. Bu isə Qarabağ və Şərqi Zəngəzurun turizm potensialının tam şəkildə reallaşmasına və bölgənin həm yerli, həm də beynəlxalq turistlər üçün cəlbedici məkana çevrilməsinə imkan verəcək".

Günel Fərzəliyeva

8 Martda Qadınlara nə hədiyyə etməliyik?

REPORTAJ

Qarşıdan 8 Mart - Beynəlxalq Qadınlar Günü gəlir. Amma qadına dəyər vermək üçün tək bir gün kifayət deyil. Qadınlar bu dünyanın həm sevgisi, həm də gücüdür. Onlar sevəndə dünyanı daha gözəl edir, ayağa qalxanda isə dünyanı dəyişdirmək gücünə sahib olurlar. Qadınlara yalnız bir buket çiçək yox, həm də anlayış, sevgi və dəstək lazımdır. Çünki onlar həyatımızın ən dəyərli və ən gözəl varlıqlarıdır. Bütün xanımların 8 Mart bayramı mübarək olsun!

Amma 8 Mart yaxınlaşanda bir qrup insan var ki, az qala panikaya düşür - bu da bəylərdir. Biz həmişə deyirik ki, qadınlar güclüdür. Bəylər isə məhz 8 Mart günü qadınların nə qədər güclü olduqlarına bir daha şahid olurlar. Çünki onlar üçün ən çətin məsələlərdən biri məhz hədiyyə seçimidir.

Elə buna görə də biz SİA olaraq bəylərə kömək etmək

qərarına gəldik. Xanımlar üçün ən uyğun və maraqlı hədiyyələri tapmaq məqsədilə bir neçə mağazaya baş çəkəcəyik.

Gəlin görək, hansı mağazalara gedirik və xanımlar üçün hansı hədiyyələri seçmək olar.

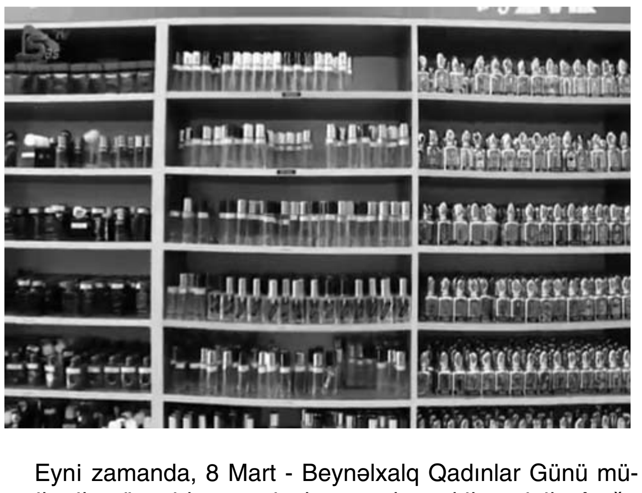
İlk olaraq üz tutduğumuz məkan, təbii ki, ətir mağazası oldu. Bildiyiniz kimi, hər bir xanımın ən çox sevdiyi hədiyyələrdən biri məhz ətirdir. Axı ətir həm zərifliyi, həm də insanın özünəməxsus üslubunu əks etdirən ən xüsusi aksesuarlardan biridir.

"EME" mağazasına daxil olan kimi bir-birindən gözəl qoxular diqqətimizi çəkdi. Mağazada o qədər müxtəlif ətirlər var idi ki, demək olar onları saymaq mümkün deyildi. Fərqli brendlər, fərqli qoxular və hər zövqə uyğun seçimlər burada toplanmışdı. Bəs görəsən, 8 Mart bayramı münasibətilə bəylər xanımlarına hədiyyə almaq üçün daha çox hansı ətirlərə üstünlük verirlər?

Gəlin, bunu birlikdə öyrənək.

Murad Alxasov "EME" Parfum mağazalar şəbəkəsinin rəhbəri: "İnsanların zövqü fərqlidir. Bəziləri tünd qoxuları sevir, bəziləri isə şirin ətirlərə üstünlük verir. Ətirlərin tərkibi də müxtəlif olur - məsələn, ambroksan, ambroksin kimi komponentlərdən ibarət olan ətirlər var. Xanımlar gündəlik istifadə üçün də fərqli seçimlər edirlər. Eləleri var ki, 12-13 müxtəlif ətir növündən istifadə etməyi sevir və hər gün fərqli qoxuya üstünlük verirlər.

Bizim mağazada demək olar ki, hər zövqə uyğun ətir mövcuddur. Ən münasib qiymətli məhsullarımız 30 millilitr olmaqla 10 manatdan başlayır və bu da demək olar ki, hər kəs üçün əlçatandır. Hazırda 30 millilitrlik 3 ədəd ətir üçün xüsusi kampaniyamız var və onları 10 manata təqdim edirik.



Eyni zamanda, 8 Mart - Beynəlxalq Qadınlar Günü münasibətilə xüsusi kampaniyalarımız da təşkil etmişik. Açığı, bu kampaniyaların sayını demək olar ki, özüm də itirmişəm. Hər birini xanımları nəzərə alaraq hazırlamışıq. Burada təkcə sevgililər deyil, eyni zamanda ana, bacı, xala, bibi kimi yaxın qadınlar üçün də uyğun və maraqlı hədiyyə seçimləri mövcuddur".

Daha sonra isə üz tutduğumuz növbəti məkan xanımların həm gündəlik həyatda, həm də xüsusi günlərdə tez-tez istifadə etdiyi aksessuarlar mağazası oldu. Bildiyimiz kimi, aksessuarlar xanımların üslubunu tamamlayan və görünüşünə xüsusi zəriflik qatan ən vacib detallardan biridir.

Bu məqsədlə biz geniş mağaza şəbəkəsinə malik olan "ZZ Accessorize" mağazasına yaxınlaşdıq.

Gəlin görək, 8 Mart - Beynəlxalq Qadınlar Günü münasibətilə burada hansı xüsusi kampaniyalar təqdim olunur və xanımlar üçün hansı maraqlı seçimlər mövcuddur?

Zəhra Əlizada "ZZ Accessorize" mağazasının rəhbəri: "8 Mart yaxınlaşır və biz bu bayrama həqiqətən də xüsusi hazırlıq görmüşük. Müxtəlif endirimlər, kampaniyalar və fərqli hədiyyə seçimləri ilə həm müəllimələr, xanımlar, analar və bacılar, həm də onlara hədiyyə almaq istəyən bəylər üçün maraqlı variantlar təqdim edirik.

Xüsusilə hazırlanan kampaniyalar hər kəs üçün əlçatandır. Məsələn, premium qablaşdırmada təqdim olunan güllər və hədiyyə paketləri normalda ayrıca satılır. Lakin 8 Mart münasibətilə istənilən hədiyyəni aldığınız zaman həmin premium qablaşdırma müştərilərimizə pulsuz təqdim olunur. Beləliklə, həm hədiyyə alan, həm də hədiyyə edilən şəxs bu bayram sevincini daha xüsusi şəkildə yaşayır".

Gəlin baxaq, bayramla əlaqədar gül mağazasında təbii güllərin qiyməti neçiyədir və hansı buketlər daha çox üstünlük verilir?

"White Roses" mağazasının meneceri Emin Hüseynov: "Qiymətlər müxtəlifdir və demək olar ki, hər büdcəyə uyğun seçimlər mövcuddur. Məhsulların qiyməti 5 manatdan başlayır, 6, 7 manatdan yuxarı doğru dəyişir. Müştərilərimiz üçün fərqli büdcələrə uyğun variantlar təqdim edirik.

Məsələn, bəzi məhsullar 30, 50 və 90 manatlıq seçimlərdə olur. Bundan əlavə, 100 manatdan başlayaraq 500 manata qədər daha geniş və xüsusi hədiyyə variantları da mövcuddur. Beləliklə, hər kəs öz büdcəsinə uyğun olaraq istədiyi hədiyyəni rahatlıqla seçə bilər".

Son olaraq isə hazırda qızıldan sonra ən dəyərli zinət əşyası sayılan gümüş mağazasına getdik. Buradakı zinət əşyalarının gözəlliyi və parlaqlığı diqqətimizi çəkdi. Gəlin görək, hazırda gümüşün qiyməti nə qədərdir və bəylərimiz ən

çox hansı tip zinət əşyalarına üstünlük verirlər?

Gümüş mağazasının satıcısı Lalə Bağırova: "Bizdə gümüş məhsullar 925 əyarla hazırlanır və təmiz italyan gümüşündən istifadə olunur. Dərslərimiz mövcuddur, həmçinin minalı və yarımqiymətli daşlardan hazırlanmış gümüş məhsullarımız da vardır.

Qiymət aralığı 79 manatdan başlayır və 329-389 manata qədər dəyişir. Hətta hazırda endirimlərimiz də mövcuddur. Polad məhsullarımıza 50% endirim tətbiq olunub. Yeni kolleksiyamızdan gümüş bilərziklər, şahmaranlar 29, 39, 44 və 45 manat civarında satılır.

Boyunbağlarımızın qiymətləri isə 39, 49, 59, 69, 89 manat və daha yüksək qiymətlərdədir. Ziyafət və gündəlik geyimlərə uyğun olaraq boyunbağlar, sırğalar və bilərziklər mövcuddur".

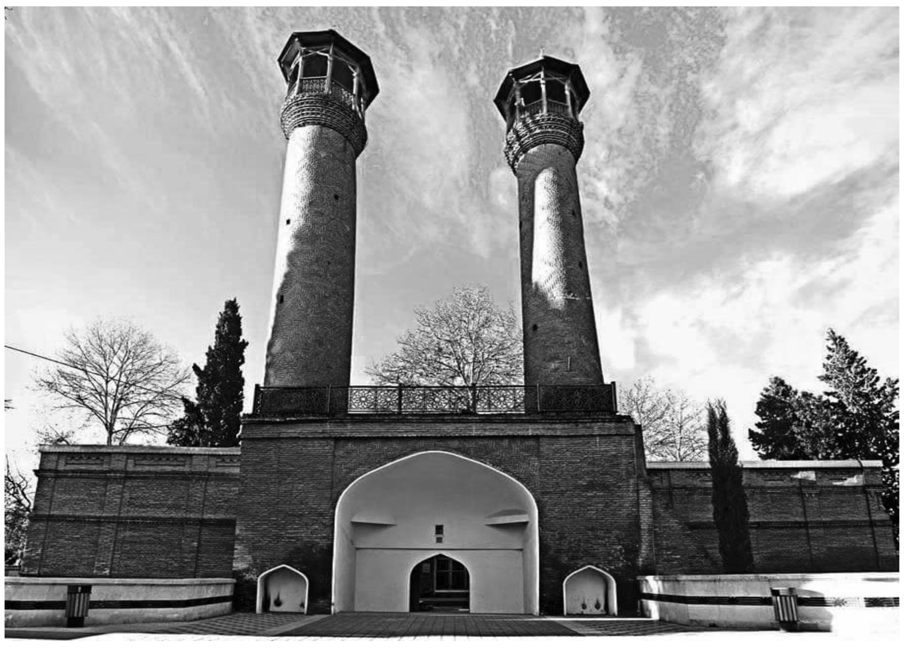
Sonda isə bizi izləyən və izləməyən hər bir xanımı 8 Mart - Beynəlxalq Qadınlar Günü münasibətilə təbrik edirik. O gözəl gülüşünüz üzünüzdən və qəlbinizdən əksik olmasın.

Bayramınız mübarək!

Günel Fərzəliyeva

“Biz öz milli-mənəvi, dini dəyərlərimizə sadiqik, onları qoruyuruq”

Dövlət başçısının Sərəncamı əsasında Cümə məscidində təmir-bərpa işləri həyata keçiriləcək



Milli-mənəvi dəyərlərimiz, adət-ənənələrimiz xalqımızın tarixində, özünüdərkində mühüm əhəmiyyət daşıyır. Bütün dinlərə hörmətlə yanaşan Azərbaycanın islami dəyərlərə olan münasibəti aydın görünür. Müxtəlif dinlərin məbədlərinə qayğı və diqqət, o cümlədən, dini ocaqlarımıza, məscidlərimizə olan münasibət Azərbaycanda din-dövlət münasibətlərinin və vətəndaş həmrəyliyinin yüksək səviyyəsini nümayiş etdirir. Dövlət başçısı mütəmadi olaraq, din xadimləri ilə görüşür, dini konfessiyalara maddi yardımlar edilir və dini ibadət yerləri təmir-bərpa olunub, inanclı insanların istifadəsinə verilir. Ölkə ərazisində 2200-dən artıq məscid fəaliyyət göstərir. Respublikamızda həyata keçirilən din siyasəti demokratik dövlət quruculuğu kursuna, eləcə də, dövlət-din münasibətlərinin mənəvi və hüquqi müstəvidə tənzimlənməsi prinsipinə əsaslanır. Əsrlərin süzgəcindən keçərək, müasir dövrümüzədək qoruyub-saxladığımız milli-mənəvi, dini adət-ənənələrimiz yaşayır və düzgün şəkildə insanlara çatdırılır.

XALQININ MİLLİ-MƏNƏVİ VƏ DİNİ DƏYƏRLƏRİNƏ BÖYÜK EHTİRAM

Bu gün ölkəmizdə bütün dini abidələr dövlət tərəfindən qorunur, bərpa edilir, eləcə də bir çoxları yenidən tikilir. Dövlətimiz tərəfindən tarixi-mədəni irsin, eləcə də dini ziyarətgahların, maddi-mədəniyyət abidələrinin bərpası və mühafizəsi daim diqqət mərkəzində saxlanılır. Azərbaycan Respublikası Prezidenti İlham Əliyev Gəncə şəhərində yerləşən Cümə məscidində təmir-bərpa işlərinin həyata keçirilməsi üçün vəsait ayrılması haqqında Sərəncam imzalayıb. Sərəncama əsasən, Gəncə şəhərində yerləşən Cümə məscidində təmir-bərpa işlərinin layihə-smeta sənədlərinin hazırlanması və həyata keçirilməsi üçün Azərbaycan Respublikasının 2026-cı il dövlət büdcəsində nəzərdə tutulmuş Azərbaycan Respublikası Prezidentinin ehtiyat fondundan Azərbaycan Respublikasının Dini Qurumlarla İş üzrə Dövlət Komitəsinə ilkin olaraq 1,6 milyon (bir milyon altı yüz min) manat vəsait ayrılıb.

REAL MƏNZƏRƏNİN İFADƏSİ

Azad olunmuş torpaqlarımızda gedən dinc quruculuq, yenidənqurma işləri, dini-mənəvi abidələrə yeni həyat bəxş olunması, vandalizmə məruz qalmış ziyarətgahlara, qəbirstanlıqlarımıza sahib çıxılması, soydaşlarımızın dədə-baba torpaqlarına qayıdışı istiqamətində dövlət başçımız tərəfindən həyata keçirilən tədbirlər təqdirəlayiqdir. Çoxəsrlik tarixə malik olan abidələrimizə, dini ziyarətgahlarımıza, maddi-mədəniyyət abidələrimizə yeni həyat verilir. Azərbaycanda dini abidələrin dövlət tərəfindən qorunması, bərpası və tikintisi milli dəyərlərimizə olan münasibətin təzahürüdür. Müstəqillik dövründə yüzlərlə dini abidələrin bərpası və tikintisi fikrimizi əsaslandırır. Azərbaycan xalqının milli-mənəvi və dini dəyərlərinə böyük ehtiramla yanaşan Ümummilli Lider Heydər Əliyev müstəqilliyin ilk illərində sovet dövründə fəaliyyəti dayandırılmış və yararsız vəziyyətə düşmüş məscidlərin bərpası və yenidən qurulmasına xüsusi önəm verib. Belə ki, Ulu Öndər Heydər Əliyevin imzaladığı Sərəncama əsasən, dağıdılmış tarixi Bibiheybət məscid-ziyarətgah kompleksi yenidən tikilərək 1998-ci ildə istifadəyə verildi. Əsası Ümummilli Lider Heydər Əliyev tərəfindən qoyulmuş dini məbədlərin bərpası və təmiri, eləcə də yenidən tikilməsi Prezident İlham Əliyev tərəfindən daha genişmiqyaslı şəkildə davam etdirilir. Tariximiz, xalqımız üçün çox böyük əhəmiyyət daşıyan Bibiheybət, Təzəpir, Əjdərbəy, Şamaxı cümə məscidləri və digər məscidlər yenidən qurulmuş və əsaslı təmir edilib. Bakıdakı Heydər Məscidi, Gəncədə ”İmamzadə” kompleksi kimi binalar da Azərbaycan milli memarlığının və incəsənətinin nailiyyətlərinin parlaq nümunələri olmaqla yanaşı, insanların ibadət və dua etmələrinə imkan yaradır.

Azərbaycanda paytaxt Bakının Suraxanı rayonunun Yeni Günəşli qəsəbəsində "Xanım Fatimeyi Zəhra" məscidinin müasir kompleksinin istifadəyə verilməsi müqəddəs dini ibadət və inanc yerlərinin təmiri və bərpasına dövlətimiz tərəfindən ayrılan diqqətin daha bir göstəricisidir. Əminliklə deyə bilərik ki, dini abidələrimizin təmir və bərpası Azərbaycanda bu sahədə dövlət siyasətinin real mənzərəsinin ifadəsidir. Bu sahəyə dövlət qayğısının artması dəyərlərimizi dünyada tanıtmaq sahəsində əhəmiyyətli rol oynayır. Təbii ki, görülən bu işlərdə əsas məqsəd vətəndaşların rahat ibadət etmələrini təmin etməkdir.

QƏDİM MƏDƏNİYYƏTİN TƏ ŞƏKKÜL TAPDIĞI QARABAĞ VƏ ŞƏRQİ ZƏNGƏZUR

Bu gün işğaldan azad olunan ərazilərimizdə də dini abidələr təmir və bərpadan sonra istifadəyə verilir. Belə ki, Şuşada Aşağı Gövhər Ağa məscidinin bərpadan sonra açılışı olub. Şuşa şəhəri işğal altında olduğu illərdə erməni vandalizminə məruz qalmış Aşağı Gövhər Ağa məscidində aparılan bərpa işləri başa çatıb. XIX əsrdə Kərbəlayi Səfixan Qarabağinin memarlığı ilə ərsəyə gələn Aşağı Gövhər Ağa məscidi İbrahim xanın qızı Gövhər Ağa tərəfindən Şuşada inşa etdirilmiş məscidlərdən birincisi sayılır.

Azərbaycan Prezidenti Cənab İlham Əliyev çıxışlarının birində vurğuladığı kimi, ”Azərbaycan modeli, Azərbaycan nümunəsi bu gün dünyanın müxtəlif ölkələrində öyrənilir. Bizim bu istiqamətdəki siyasətimiz artıq özünü həm ölkəmizdə, həm bölgədə və həm də dünyada təsdiq etmişdir. Biz öz milli mənəvi, dini dəyərlərimizə sadiqik, onları qoruyuruq, eyni zamanda, müsəlman aləmində həmrəyliyin möhkəmləndirilməsi üçün səylərimizi əsirgəmirik”.

ZÜMRÜD BAYRAMOVA

Müharibə: dünən var idi, bu gün var, sabah da olacaq...

Lalə Mehralı

Müharibə, bəşəriyyət yaranandan bəri var, olub, olacaq. Tarixçilər deyir ki, təxminən 6000 ildir insanlar bir-biri ilə mütəşəkkil şəkildə döyüşürlər, yəni müharibə edirlər. Əvvəlcə qəbilələr, sonra tayfalar, padşahlar, sülalələr, indi də millətlər, dövlətlər bir-biri ilə amansız mübarizə aparırlar. Tədqiqatlar göstərir ki, dünyada indiyədək aparılan real müharibələrin sayı təxminən 14 mindən çoxdur. Bu da o deməkdir ki, bəşəriyyətin demək olar ki, müharibəsiz bir günü olmayıb. Maraqlıdır, insanlar niyə dinc, əmin-aman şəraitdə yaşamaq yerinə müharibə etməyi seçir? Sülh içində yaşamağı təmin etmək üçün müharibə şərtdirmi? Siyasətin aciz qaldığı anlarda müharibə çıxış yoludur?

Dövlətlərin siyasətdə hər addımını ”kəsib-biçən”, bir qəlibə sığışdıran hüquq elmi deyir ki, mübahisələr, döyüşə əl atılmadan həll edilməlidir. Mahiyyət etibarı ilə, qanun, bütün münaqişələrin sülh yolu ilə, ədalət çərçivəsində həllini doğru hesab edir. Amma insanlar və dövlətlər anlaşa bilməyəndə, mübahisələr böyüyüb münaqişə olanda, millətlər və liderlərin fikri bir-biri ilə ziddiyyət təşkil edəndə qanun kölgədə qalır və müharibə fenomeni ortaya çıxır.

Bütün hallarda, bütün millətlər mübahisələrin həllinin müharibə ilə nəticələnməsindən qorxur, siyasi danışıqların effektiv olmasını arzulayır. Amma bir fakt da var ki, müharibə ilə siyasət arasında sıx əlaqə var. Müharibə də siyasət kimi cilddən cildə girə bilir, istiqamət dəyişdirə bilir. Həm siyasətdə, həm də müharibədə uzaqgörən və məntiqli olmaq bir addım öndə olmaq deməkdir. Siyasət ona görə var ki, müharibəyə ehtiyac qalmadan danışıqlarla mübahisələr həll edilsin. Siyasət söz davasıdır, ilk baxışda zərərsizdir. Lakin müharibə silahların davasıdır, yüksək texnologiya, güc kimdədirsə qalib odur. Qorxunc silahlarla silahlanan tərəflər nüvə, kimyəvi, bioloji silahlar və minlərlə kilometr məsafə qət edə bilən ballistik raketlərlə həm dünyaya, həm də insanlara zərər verərək istədiyini əldə edə bilir.

Müharibə barədə çox əsərlər yaradılıb - tarixi romanlar, tablolar, bəstələr, filmlər Bütün əsərlərin bir ana mövzusu var - müharibə heç bir halda xoşbəxtlik gətirmir. Müharibədə qalib tərəf olmur, çünki hər iki tərəfdən itkilər olur. Real və haqlı qalib olan da itirdiyi canlara görə özünü tam qalib hiss edə bilmir. Xatırlayın, II Qarabağ Müharibəsində əldə etdiyimiz haqlı zəfər zamanı içimiz yana-yana, şəhidlərimizi xatırlayaraq necə yarımçıq sevinirdik. Müharibə, hansı səbəbdən olursa olsun, hər kəs üçün qan və göz yaşıdır, insan faciəsidir. Müharibə heç bir halda dünya üçün, insanlar üçün faydalı deyil. Lakin dünya nizamı indi elə qurulub ki, istəməyərək, məcbur qalara bəzən müharibənin bir parçası d ola bilirsən. Ya ölkəni qorumaq üçün, ya ölkəni işğaldan azad etmək üçün.

Tramp İrandan sonra Kubaya da ”əl gəzdirəcək”...

Mətləb Salahov: "Ağ Ev Yaxın Şərqdən sonra öz qonşuluğundakı ölkələri də "təmizləməkdə" israrlıdır"

“Belə görünür ki, Donald Tramp Administrasiyası Yaxın Şərqdən sonra öz yaxın ətrafını da ”təmizləməkdə” israrlıdır. Çünki İranla müharibə gedə-gedə ABŞ prezidentinin ”növbəti hədəfimiz Kubadır” deməsi, artıq Ağ Evin bu kommunist ölkəsi üçün də plan hazırladığını göstərir. Açıq görünür ki, D.Tramp dünya siyasətini yenidən dizayn etmək və ABŞ-ın hegemonluğu üçün ciddi addımlar atmaqda qərarlıdır. Bu istəyin necə nəticələnəcəyini isə zaman göstərəcək”.Bu fikirləri SİA-ya açıqlamasında jurnalist-ekspert Mətləb

Salahov bildirib. O qeyd edib ki, bu məsələdə Çin və Rusiyanın ABŞ-nin planlarına qarşı çıxmaq üçün hansı addımlar atacaqları da baş verəcək hadisələrin axarına təsir edəcək. ”Hazırda D.Tramp dünya siyasətində ABŞ hegemonluğunu yaratmağa çalışır. Əlbəttə, Çin, Rusiya kimi mühüm aktorların, Avropa Birliyi kimi mühüm siyasi qüvvələrin hələ də müşahidəçi qismində olduqları proses davam edir. Məgər bu dünya gücləri ABŞ-nin dünya siyasətini təkbaşına dizayn etməsinə gözmü yumacaqlar? - qətiyyən! İrandakı müharibənin necə bitməsi Kubadakı ABŞ planlarının gələcəyini də müəyyənləşdirəcək. Əlbəttə, hər şey dünya güclərinin D.Trampın ABŞ hegemonluğu yaratmaq iddiasına necə münasibət göstərmələrindən asılı olacaq”.

Afət Tahirqızı

Elektron siqaret: qanuna riayət, özünə hörmət

Əgər tütün qara, narkotik ağ ölümdürsə, elektron siqaret isə ətirli ölümdür. Hazırda məktəblilərdən tutmuş tələbələrədək, əksər gənclərin meyl etdiyi bu bəla heç də elektron siqaret istehsalçılarının özlərinə haqq qazandırıcı sayıqlamalarındakı kimi təhlükəsiz deyil, ənənəvi siqaret və narkotik qədər ziyanlı, sağlamlığa zərər vuran, ətri ilə insanı aldadan, zaman-zaman məhvinə aparan bir vasitədir.

Bunu anlamaq və dərk etmək o qədər çətin deyil ki, ənənəvi siqaret çəkənlər kimi, elektron siqaret çəkənlər də ya hansısa orqanlarının sıradan çıxmasına, ya da birbaşa ölümə doğru irəliləyirlər.

Bütün dünya elektron siqaretlərin zərərindən danışsa da, mətbuat bar-bar bağırsa da, lakin bu vasitədən istifadə edənlərin sayı azalmır ki, gündən-günə artır. Sanki insanlar üçün həyatlarının heç bir dəyəri qalmayıb. Harada bitər, bitər...

Məhz elə bununla bağlı məsələ parlamentdə müzakirə edildi, layihə müvafiq Qanunla elektron siqaretlərin və ya onların komponentlərinin idxalı, ixracı, istehsalı, saxlanılması, topdan və ya pərakəndə satışı və ya istifadəsinin qadağan edilməsindən irəli gələn məsələlərin tənzimlənməsi məqsədilə hazırlandı. Sənədə əsasən, qeyd olunan əməllər inzibati xəta hesab edilərək İnzibati Xətalar Məcəlləsinə "Elektron siqaretlərin istifadəsi, idxalı, ixracı, istehsalı, topdan və ya pərakəndə satışı və ya satış məqsədilə saxlanılması" adlı yeni 212-1-ci maddə əlavə edildi.

Üçüncü oxunuşda təsdiqlənən və aprelin 1-dən qüvvədə olan Qanuna əsasən qanunvericilikdə qadağan edilmiş yerlərdə, küçələrdə və digər ictimai yerlərdə elektron siqaretlərdən istifadə ilə bağlı cərimələrin tətbiqi, habelə elektron siqaretlərin və ya onların komponentlərinin idxalı, ixracı, istehsalı, topdan və ya pərakəndə satışı və ya satış məqsədilə saxlanılması halında inzibati xətanın bilavasitə obyekti olmuş malların müsadirə edilməsi və cərimələrin tətbiq olunması nəzərdə tutulur.

İstehsalçıların iddialarının əksinə

Elektron siqaret ideyası keçən əsrin 70-ci illərində ortaya çıxdı. Uzun müddət müzakirə mövzusu oldu, yalnız keçən əsrin sonunda kütləvi istehsala buraxıldı. Əvvəllər mağaza piştaxtalarında az-az görünən, hazırda isə qəzet köşklərində, market və hətta aksesuar satılan dükanlarda belə rast gəlinən bərbəzəkli, rəngbərəng elektron siqaretləri istehsalçılar tütün məhsulları ilə mübarizə yollarından biri hesab edirlər: elektron siqaretin xüsusi hazırlanmış tüstüsü var. Onun tüstü vermə effekti öz xüsusiyyətlərinə görə seçilir. Belə ki, elektron siqaretdə yanma prosesi olmur və bu səbəbdən ziyanverici qazlar buraxmır. Həmçinin, onun tərkibində tənbəki yoxdur.

Lakin Türkiyənin Memorial Tibb Heyətinin araşdırmalarına əsasən elektron siqaret tərkibində nikotin olan mayenin qızdırılması və aerozol əmələ gəlməsi ilə əldə edilən kiçik, əl elektron cihazıdır. Bu cihazın tərkibində maye nikotin var və elektron siqaretdən istifadə edən insanlar cihazdakı maye nikotini və buxarını ağciyərlərinin dərinliklərinə qədər çəkirlər. Bu, ağciyərin çökməsi kimi ciddi xəstəliklərə və tənəffüs problemlərinə səbəb ola bilər. Bundan əlavə, elektron siqaretlərin tərkibində diasetil, nikel, qalay və qurğuşun kimi bədənə zərər verə biləcək zərərli maddələr var.

Elektron siqaret xəstəliyi- EVALI

Kəskin ağciyər zədələnməsinə, ağciyərlərdə iltihaba səbəb olan iltihabi xəstəlik olan EVALI xəstəliyinin əsas səbəbi elektron siqaretdən istifadədir. Bu xəstəlik ağciyər kollapslarına, həmçinin ağciyərlərdə çapıqlara, asılılığa, tənəffüs yollarına təsir edərək öskürəyə, ağızda qıcıqlanmaya səbəb ola bilər. Bununla birlikdə, elektron siqaret istifadəçilərində dadbilmə duyğusunun azalması ilə dil xəstəliyi də yarana bilər. Elektron siqaretlər də siqaret kimi tənəffüs yollarına mənfi təsir göstərir. Tənəffüs yollarına mənfi təsirlər də öskürəyə səbəb ola bilər Həmçinin astma və digər ağciyər xəstəlikləri riskini artıra və mövcud astmanı pisləşdirə bilər.

Elektron siqaretlər ürək xəstəliyi riskini artırır;

Elektron siqaretlərin tərkibində olan nikotin və digər zərərli maddələr ürəyə zərər verə bilər və ürək xəstəlikləri riskini artırır. Eyni zamanda baş ağrısı və ürək bulanmasına səbəb olur.

Elektron siqaretlər beynin inkişafına təsir edir;

Elektron siqaretlərin yaratdığı nikotin asılılığı emosional pozğunluqlara səbəb ola bilər və beynin öyrənməyə nəzarət edən hissələrinə zərər verə bilər. Xüsusilə yeniyetməlik dövründə gənclərin beynində qərar qəbul etmə və impulslara nəzarət hələ inkişaf etmədiyi üçün nikotindən daha çox istifadə ehtimalları yüksək olur. Gənclərin nikotinə məruz qalması uzunmüddətli perspektivdə ciddi risklər yaradır.

Elektron siqaretlər "popkorn xəstəliyi"nə səbəb ola bilər;

Elektron siqaretlərin zərərli təsirlərindən biri də "popkorn xəstəliyi" kimi tanınan "bronxiolitis obliterans"dır. Elektron siqaretlərin tüstüsü ağciyərlərdə hava kisələrini qoruyan makrofaqların fəaliyyətini poza və onların zədələnməsinə səbəb ola bilər. Bu, nəfəs darlığına və öskürəyə səbəb ola bilər ki, bu da popkorn adlı ağciyər xəstəliyinə səbəb olur. Popkorn ağciyər xəstəliyi qızdırma, öskürək, gecə tərləmələri, kilo itkisi və nəfəs darlığı kimi əlamətlərlə ortaya çıxır.

Elektron siqaretlər hamiləlik dövründə körpənin inkişafına mane olur;

Hamiləlik dövründə elektron siqaret istifadəsi ana üçün təhlükəsiz olmamaqla yanaşı, həm də körpənin beyin inkişafına mənfi təsir göstərə və orqanlara qalıcı ziyan vura bilər. Eyni zamanda, hamiləlik dövründə çəkilən elektron siqaretlər körpənin ağciyərlərinin inkişafına mane ola və doğuşdan sonra xəstəliklərə səbəb ola bilər.

Elektron siqaret asılılıq yaradır;

Elektron siqaretlərin tərkibində adi siqaretlər kimi nikotin olduğu üçün onların asılılıq təsiri kifayət qədər yüksəkdir. Nikotin beyində dopamin ifrazına səbəb olaraq mükafat sistemini aktivləşdirir və həzz verir. Elektron siqaretdən istifadə edən insanlar onun zərərlərini və yaratdığı yüksək riskləri bilsələr də, istifadə etməyə davam edirlər. Bu, asılılığa səbəb ola bilər.

Elektron siqaret xərçəng xəstəliyi yaradır;

Elektron siqaretlər, kimyəvi maddələr və hissəciklər səbəbindən astma və xroniki ağciyər xəstəliklərinə görə ağciyər iltihabına səbəb olur. Bu da DNT-nin zədələnməsinə səbəb ola bilər və uzun müddətdə xərçəng riskini artırır. Elektron siqaret buxarı da ağciyər mühitində immun hüceyrələrinə mənfi təsir göstərərək ağciyərin iltihabına səbəb ola bilər.

Mütəxəssis həkimlər vurğulayır ki, 10 il ərzində siqaret çəkən qadınların tibbi müayinələrinin nəticələrinə əsasən, onların siqaret çəkməyən qadınlara nisbətən 25 dəfə artıq ağciyər xərçəngi xəstəliyinə tutulması aşkarlanıb.

Elektron siqaretlər körpələri zəhərləyir;

Elektron siqaret istifadəsinin 1219 fərqli gendə fərqliliklərə səbəb olduğu göstərilib. Araşdırmaya görə, elektron siqaret çəkilən yerlərdə tüstünün 2-3 yaşlı körpələrdə zəhərlənmələr yaratdığı görülüb.

Elə bütün bu zərərli tərəflərinə görə, bəzi ölkələr elektron siqaretlərin idxalını və satışını qadağan edib. Hətta baxmayaraq ki, elektron siqaretlər əsasən Çində istehsal olunur, burada onun istifadə edilməsi qadağan olunub. Azərbaycanda da deputatlar milli məclisdə bu məsələni müzakirə edib, elektron siqaretlərin ölkədə istifadəsinin qadağan edilməsinin tərəfdarı olduqlarını bildiriblər.

Yeni qanun aprelin 1-dən qüvvədədir. Elektron siqaret və bu tərkibə xidmət edən digər məhsulların istehsalı ilə məşğul olanlar qanuna riayət, özlərinə hörmət etməlidirlər. Çünki əks təqdirdə qanun qarşısında cavab verməli olacaqlar.

Mətanət Məmmədova

Elçin Bayramlı

1 milyard oruclu ilə 1 milyard acın fərqi

Bütün dinlərdə orucluğun əsas şərtlərdən biri kimi qoyulması heç də təsadüfi deyil. Orucluq, həm mənəvi, həm fiziki mahiyyətə malikdir. Belə ki, orucluq vasitəsilə həm toxun acdan xəbəri olur, həm də oruc tutanların fiziki sağlamlığı bərpa olunur. Orucluq israfçılığa yol verməməyə, az yeməyə, sağlamlığı qorumağa, başqaları ilə paylaşmağa, acların, yoxsulların vəziyyətini həqiqətən dərk etməyə səbəb olan ilahi bir sistemdir.

Ramazan ayında dünyadakı 1,5 milyard müsəlmanın təxminən 1 milyardı oruc saxlayır. Lakin dünyamızda məcburi aclıq keçirən daha 1 milyard adam var- həm də ildə 1 ay yox, 12 ay. Onlardan 300 milyona yaxını uşaqlardır. Bir uşağın acından ölməməsi üçün ayda 30 dollar tələb olunduğu dünyada trilyonlarla dollar vəsait mənasız və faydasız işlərə xərclənir. Misal üçün dünyanın hərbi büdcəsi 2 trilyondan çoxdur. Təxmini hesablamalara görə, dünyada hər il 50 000 insan kəskin aclıq nəticəsində ölür. Qlobal yoxsulluğa dair göstəricilərə əsasən ifrat yoxsulluqdan hər gün dünyada 30 000 uşaq vəfat edir, 11 milyon uşaq isə 5 yaşı tamam olmadan dünyasını dəyişir.

Dünyada varlı və kasıb dövlətlər, eləcə də insanlar arasında fərq kəskin surətdə artır və ildən-ilə böyüyür. 1960-cı ildə dünyanın zəngin dövlətlərinin 20%-nin gəlirləri ilə yoxsul ölkələrin 20%-nin gəlirləri arasındakı fərq 30-un 1-ə nisbətində olduğu halda, 1990-cı ildə bu fərq 60-ın 1-ə, 1997-ci ildə isə 70-in 1-ə nisbətində olub.

Statistikadan göründüyü kimi, dünyada gəlir bölgüsündəki disproporsional həddə zəngin ölkələrin imkanlarını genişləndirməkdə və yoxsul ölkələri isə təhdid etməkdədir. BMT statistikalarına və Əhali Fondunun hesabatlarına görə, dünyada 1 milyarda yaxın adam zənginlik içində yaşayır- 1 milyarda yaxın insanın aclıqdan ölmək üzrə olduğu dünyada. Dünya nemətlərinin 80 faizlik böyük hissəsini cəmi 20 faiz əhali istehlak edir, qalan 80 faiz əhali isə cəmi 20 faizi ilə dolanır.

Hazırda dünyada istehsal edilən ərzaq məhsulları təxmini hesablamalara görə, 15 milyard adama kifayət edəcək həddədir. Əlbətə, normal istifadə şəraitində. Lakin qeyri-bərabər bölünmə və hədsiz israfçılıq 1 milyarda yaxın adamın ac qalmasına səbəb olur. Hesablamalara görə, təkcə Amerika və Britaniyada israf edilib zibilliyə atılan qidalarla 1 milyarda yaxın adamı doydurmaq olar.

BMT-nin alimlər qrupunun hesabatında qeyd olunur ki, təbii ehtiyatlardan səmərəli istifadə olunacağı halda Yer kürəsi indikindən dəfələrlə çox insanı yedirdə bilər. Onlar bu rəqəmin ən azı 50-60 milyard olduğunu bildirirlər. Yoxsulluq coğrafiyasına diqqət yetirdikdə belə bir məqam nəzərə çarpır: bu ölkələr ya kənd təsərrüfatı, ya da hasilat sənayesi üzrə ixtisaslaşıblar və müasir texnologiyalar əldə etməyə çətinlik çəkirlər. Bu gün imperialist dövlətlər və onların transmilli şirkətləri 3-cü dünya ölkələrinin sərvətlərini çoxsaylı vasitələrlə amansızcasına talamaqla məşğuldurlar. Lakin bu halda belə varlı dövlətlərdə yoxsulluq ləğv olmur. Məsələn, təkcə hərbi büdcəsi 900 milyard dollar təşkil edən Amerikada rəsmi olaraq 35-40 milyon civarında yoxsul var. Bu əhalinin 12 faizini təşkil edir. Qlobal qüvvələr, dünya ölkələrində siyasi, iqtisadi, sosial, mənəvi problemlərin artmasında, hərbi münaqişələrin, xaosun, qarşıdurmaların baş verməsində katalizator rolunu oynayırlar. Ölkələri, xalqları, dini icmaları bir-birinə qarşı qoyub qanlı qarşıdurmalar törədirlər.

Dünya maliyyə, bank, birja sisteminin, transmilli korporasiyaların, elmi-texnoloji mərkəzlərin sahibləri dünyanı öz əllərində saxlayıb idarə etmək üçün hər oyundan çıxırlar- insanlığa, təbiətə qarşı bioloji terrordan tutmuş psixotron terroradək hər cür təcavüz edilir. Əgər istəsələr dünyada hamıya hər şey çatar. Amma "hamıya hər şey çatmır" deyib, hamının sayını azaltmaq istəklərini açıq-aşkar deyirlər.

Dünya təbiəti gözümüzün qabağında məhv edirlər, dünya meşələrini yandırdılar, atmosferi çirkləndirdilər, torpağı zəhərlədilər, suyu murdarladılar. Resurslar vəhişəcinə istismar olunur. Təbiət bu terrora çox sərt reaksiya verir. İqlim dəyişmələri, təbii fəlakətlər ara vermir. Dünyanın nüfuzlu ekoloq alimləri tezliklə böyük kataklizmaların başlayacağını proqnoz edirlər. Lakin bu dünya liderlərinin vecinə də deyil. Hər dövlət öz hegemonluğunu genişləndirməyə, daha çox silahlanmağa, digər ölkələrin zəifləməsinə çalışır. Dünyamız isə göz qabağında məhv olur. Azərbaycanda çox şükür ki, aclıq problemi yoxdur, acından ölən olmayıb. Əksinə, biz çox yeyən xalqıq və gəlirlərimizin də rəsmi rəqəmlərə görə yarısını ərzağa xərcləyirik. Bizdə aclıq yalnız Ramazan ayında oruc tutanlara aiddir ki, bu da həm sağlamlıq cəhətdən, həm də dini-mənəvi cəhətdən çox yaxşı bir haldır. Allah dünyadakı bütün acları doyursun- həm qarnı ac olanları, həm gözü ac olanları.

Süni intellekt eynəkləri tualetdəki insanları izləyir

"Meta"nın süni intellekt ağıllı eynəklərindən çəkilmiş görüntülər, o cümlədən soyunan və ya tualetdə oturan insanlar, minlərlə kilometr uzaqlıqdakı texnologiya işçiləri tərəfindən izlənildiyi iddia edilir. İçərisində kamera və mikrofonlar olan 300 funt sterlinq dəyərində "Meta Ray-Ban" eynəklərindən çəkilmiş görüntülər Keniyanın Nayrobi şəhərindəki əlaqə mərkəzlərinə baxılmaq üçün göndərilir.

İsveç qəzetləri "Göteborgs-Posten" və "Svenska Dagbladet"in məlumatına görə, Keniyadakı işçilər, tualetə getdikləri, paltarlarını çıxardıqları və ya cinsi əlaqədə olduqları kimi görünən videolar gördüklərini iddia edirlər: "Bəzi videolarda kiminsə tualetə getdiyini və ya soyunduğunu görə bilərsiniz, düşünmürəm ki, bilirlər, çünki bilsəydilər, çəkiliş aparmazdılar."

Bir işçi iddia edir: "Biz hər şeyi görürük - qonaq otaqlarından çılpaq bədənlərə qədər. Ağıllı eynəklərlə çəkilmiş seks səhnələri də var, həmin vaxt kimsə onları taxır". "Meta"nın süni intellektlə işləyən eynəkləri istifadəçilərə süni intellektlə işləyən söhbət botu ilə "Hey Meta" ifadəsini deyərək danışmağa imkan verir.

Onlar süni intellektdən istifadə edərək daxili kamerasını aktivləşdirə bilərlər ki, bu da istifadəçilərə birinci şəxs video zəngləri etməyə və ya şəkil və video çəkməyə imkan verir. Lakin, "Meta" süni intellekt üçün məxfilik siyasətində qeyd olunur: "Bəzi hallarda "Meta" süni intellektlə qarşılıqlı əlaqələrinizi, o cümlədən süni intellektlə söhbətlərinizin və ya ona göndərilən mesajların məzmununu nəzərdən keçirəcək və bu baxış avtomatlaşdırılmış və ya insan ola bilər."

Məxfilik siyasətində əlavə olunur: "Süni intellektlərin istifadə etməsini və saxlamasını istəmədiyiniz məlumatları, məsələn, həssas mövzular haqqında məlumatları paylaşmayın."

Hesabata görə, "Meta"nın süni intellektlə işləyən eynəklərindən videolar bəzən texnologiya podratçısı olan "Sama"da işçilərə göndərilir. Bu işçilər videoları nəzərdən keçirmək və etiketləmək üçün pul alan "məlumat annotatorları" kimi işə götürülürlər. Bu video məlumat axını daha sonra texnologiya nəhənginin süni intellekt video proqram təminatını təkmilləşdirmək üçün istifadə olunur. Potensial həssas görüntülərin bu təlim məlumatlarına daxil edilib-edilməyəcəyi bəlli deyildi.

Texnologiya nəhəngləri əvvəllər istifadəçilərin süni intellekt məhsullarını təkmilləşdirmək üçün şəxsi hesab etdikləri söhbətləri izləyərkən yaxalanmışdı. Süni intellekt çatbot tətbiqləri də bütün söhbətlərin qeydini saxlayır və bu məlumatlardan süni intellekt botlarını təkmilləşdirmək üçün istifadə etdiklərini etiraf ediblər. Botlarla şəxsi mesajlar, texnologiyalarını öyrətmək və ya təhlükəsizlik yoxlamaları üçün süni intellekt laboratoriyalarında insan rəyçiləri ilə paylaşılma riskini daşıyır.

"Meta"nın süni intellekt çatbotu ilə minlərlə söhbət, mesajları "paylaşmaq" üçün bir düyməni basdıqdan sonra istifadəçilər tərəfindən də bilmədən ictimaiyyətə açıqlandı. Söhbətlərin çoxunda şəxsi və ya utandırıcı şəxsi məlumatlar var idi.

"Meta" rəsmisi deyir: "İnsanlar "Meta AI" ilə məzmun paylaşdıqda, digər şirkətlər kimi, biz də bəzən məxfilik siyasətimizdə qeyd edildiyi kimi, insanların eynəklə bağlı təcrübəsini yaxşılaşdırmaq üçün bu məlumatları nəzərdən keçirmək üçün podratçılardan istifadə edirik. Bu məlumatlar əvvəlcə insanların məxfiliyini qorumaq üçün süzgəcdən keçirilir: "Biz insanların məlumatlarının qorunmasına çox ciddi yanaşırıq və bu sahədə səylərimizi və alətlərimizi daim təkmilləşdiririk."

Lalə Mehralı

Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyi

Yazı Azərbaycan Respublikasının Medianın İnkişafı Agentliyinin maliyyə dəstəyi ilə "informasiya və kommunikasiya texnologiyalarının inkişaf etdirilməsi" istiqaməti çərçivəsində hazırlanıb

Nankor molla rejimi məhvə məhkumdur

Azərbaycanlı generallar ordudan istefa verərək Təbrizdə genişlənən müstəqillik mübarizəsinə qoşuldular

Dünya yaranandan bu günə qədər fars-molla rejimi qədər vəhşi, amansız rejim olmayıb. Dinc sakinləri müxtəlif bəhanələrlə öldürmək, zindanlarda çürütmək onlar üçün adi hala çevrilib. Bununla yanaşı, onlar dünyanın müxtəlif bölgələrində amansız terror aktları təşkil etməklə kütləvi insan qətliamları həyata keçirirlər. Ona görə də, cəmiyyətlər, eləcə də rejimin nəzarət etdiyi ərazilərdə yaşayan xalqlar əmməməli mollalardan canlarını qurtarmaq üçün mübarizə aparırlar. Təəssüf ki, rejim müasir silahlara, ağır texnikaya sahib olduğundan azadlıq mübarizəsinə qalxan xalqlar, o cümlədən də 50 milyonluq Güney Azərbaycandakı soydaşlarımız hələ ki, hədəflərinə çata bilmirlər. Ancaq Güney Azərbaycanda yaşayan soydaşlarımız azadlıq mübarizəsində qərarlıdırlar. Ümidlidirlər, həm də əmindirlər ki, fars-molla rejimini məhv edib müstəqil dövlətçiliklərini quracaqlar. Hədəflərə çatmağın uzun çəkməyəcəyini ABŞ- İsrail birliyinin fars-molla rejimini sıradan çıxarmaq üçün apardıqları əməliyyat da təsdiqləyir. Artıq molla rejimi sərrast zərbələr nəticəsində məhv olmaqdadır. Bu dəfə də rejim ABŞ və İsrailə zərər verə bilmədiyini anladığından, qorxaqcasına region dövlətlərini hədəf alır. Ötən gün qardaş Türkiyəyə raket atan molla rejimi martın 5-də Naxçıvan Muxtar Respublikasına dronlarla hücum edib. Xain hücum zamanı Naxçıvan beynəlxalq hava limanına və digər mülki infrastruktura zərər dəyib, 4 nəfər isə müxtəlif dərəcəli xəsarətlər alıblar. Onlardan 2 nəfərə baş-beyin travması, digər 2 nəfərə isə kürək nahiyəsinin küt travması diaqnozu qoyulub. Hazırda hər biri müvafiq şöbələrə yerləşdirilib və müalicələri davam etdirilir. Bu xain hücum terror aktıdır. Azərbaycan Prezidenti, Fateh Sərkərdə İlham Əliyevin Təhlükəsizlik Şurasının iclasında dediyi kimi, - şərəfsizlikdir. Prezidentimiz açıq şəkildə fars -molla rejiminə xəbərdarlıq etdi. Bildirdi ki, bizim gücümüzü sınamasınlar. Bizim gücümüzü sınamaq istəyənlərin başı "Dəmir yumruq" vasitəsilə yarıldı: ""Dəfələrlə İran tərəfinə, xüsusilə keçən il baş vermiş toqquşmalardan sonra bildirilmişdir ki, Azərbaycan ərazisindən heç bir qonşu dövlətə qarşı istifadə olunmayacaq. Biz buna imkan verməyəcəyik, necə ki, heç vaxt bu günə qədər imkan verməmişik. Düzdür, keçən ilin yay aylarında və ondan sonrakı dövrdə İrandan bizə əsassız ittihamlar irəli sürülürdü".

"Onların törətdiyi bu terror aktı bütün başqa çirkin amillərlə yanaşı, böyük nankorluq nümunəsidir"

Azərbaycan Prezidenti İlham Əliyev qeyd edib ki, İranın dövlət qurumlarının nəzarətində olan media resursları Azərbaycanı ləkələmək, İranda yaşayan soydaşlarımızın fikrini dəyişdirmək üçün Azərbaycana qarşı çirkin, şər-böhtan kampaniyası aparırdı: "Çünki yaxşı bilirlər ki, bu gün müstəqil Azərbaycan dövləti İranda yaşayan bir çox azərbaycanlılar üçün də ümid yeridir. Yəni bizi ləkələmək, bizi şərləmək, gözdən salmaq İran ictimaiyyəti qarşısında bu məqsədi güdürdü. Çünki bunun heç bir əsası yox idi. Azərbaycan nə o vaxt, nə də bu dəfə İrana qarşı olan əməliyyatlarda iştirak etmir və etməyəcək. Çünki bizim mövqeyimiz bundan ibarətdir. Bizim qonşu ölkələrə qarşı hər hansı bir əməliyyat keçirməyə nə marağımız var, nə də siyasətimiz buna imkan verir. Biz öz ərazi bütövlüyümüzü qoruyuruq və qorumuşuq. Necə ki, Ermənistan işğalına son qoymuşuq, istənilən şər qüvvəyə qarşı öz gücümüzü göstərməyə hazırıq və İranda bunu unutmasınlar. Onların törətdiyi bu terror aktı bütün başqa çirkin amillərlə yanaşı, böyük nankorluq nümunəsidir.

Ali Baş Komandan, Fateh Sərkərdə İlham Əliyev onu da bildirdi ki, son hadisələr baş verən kimi biz onlara xəbər göndərdik, başsağlığı verdik. Xarici işlər naziri mənim göstərişimlə həmkarı ilə danışdı: "Mən onların səfirliyinə gedib başsağlığı vermək üçün öz mövqeyimi bildirdim. Halbuki məndən başqa heç bir dövlət başçısı İranın heç bir səfirliyinə getməyib. Yəni bunu qiymətləndirməmək, bunu yerə vurmaq, özlərini alçaq, nankorlar kimi aparmaq heç kimə şərəf gətirmir. Bu şərəfsizlər, bizə qarşı bu terror aktını törədənlər peşman olacaqlar. Bizim gücümüzü sınamasınlar. Bizim gücümüzü sınamaq istəyənlərin başı "Dəmir yumruq" vasitəsilə yarıldı. Bugünkü hadisə də eyni nəticəni hasil edəcək. Ona görə bu məsələ ilə bağlı tədbirlər planı hazırlanmalıdır. Bütün göstərişlər verilmişdir. İranın Azərbaycandakı səfiri Xarici İşlər Nazirliyinə çağırıldı, etiraz notası veriləcək, digər diplomatik addımlar atılacaq".

Molla rejimini tarixin arxivinə gömməyin vaxtıdır

Azərbaycanın bölgəsinin hədəf seçilməsi fars-molla rejiminin terror rejim xislətindən irəli gəlir. Hansı ki, bu rejim yarandığı dövrdən insanlığa qarşı düşmən kəsilib. Azərbaycan ərazilərinin Ermənistan tərəfindən işğal edilməsində də molla rejiminin xüsusi rolu olub. Bunu Ermənistanın keçmiş prezidenti Ter-Petrosyan çıxışlarının birində qeyd etmişdir ki, İranın siyasi, hərbi dəstəyi olmasaydı, Ermənistan Azərbaycan torpaqlarını işğal edə biilməzdi. İşağdan sonra da molla rejimi Ermənistana və keçmiş separatçı rejimə öz dəstəyini əsirgəməmişdir. Elə ki, Azərbaycan torpaqlarını erməni işğalından azad etməyə başladı. Molla rejimi yenə də özünün düşmənçilik xislətini nümayiş etdirdi. Müxtəlif təxribatçı əməlləri milə Azərbaycanın qələbəsinə kölgə salmağa, regionun lider dövləti olmasına əngəllər yaratmağa cəhdlər göstərdi. Zəngəzur dəhlizi açılması üçün dünyanın aparıcı dövlətləri, eləcə də Azərbaycan və Ermənistan səylərini birləşdirdiyi məqamda rejimin gorbagor olmuş baş mollası "Zəngəzur dəhlizi bizim qırmızı xəttimizdir", - deyə bildirdi. Onun anormal fikrindən ruhlanan bir sıra dövlətlər tərəfindən terrorçu hərbi qruplaşma kimi tanınan SEPAH-ın komandirləri çıxışlarında Zəngəzurun açılmasına imkan verilməyəcəyini sayıqladılar. İndi isə onların sonu yaxınlaşmaqdadır. Daha doğrusu, artıq ABŞ-nin və İsrailin bombardmanları nəticəsində fars-molla rejiminin əksər hərbi, siyasi rəhbərliyi, o cümlədən baş molla öldürülüblər.

Azərbaycanlı generallar dron hücumuna etiraz əlaməti olaraq molla rejiminin ordusundan istefa verdilər

Fars-molla rejiminin Azərbaycana qarşı tutduğu şərəfsiz, nankor fəaliyyət Güney Azərbaycanda kəskin etirazla qarşılanıb. Artıq verilən məlumatlara görə, molla rejiminin ordusunda xidmət edən çoxsaylı zabit, o cümlədən generallar Naxçıvana edilən dron hücumuna etiraz əlaməti olaraq ordu sıralarından istefa veriblər. Hətta ordudan istefa verən generallar Təbrizdə əhalinin müstəqillik uğrunda genişlənməkdə olan aksiyalarına qoşulublar. Prosesin bundan sonra daha da genişlənəcəyi deyilir. Bu arada Təbriz Gənclər İttifaqı molla rejiminin Azərbaycana hücumu ilə bağlı bəyanat yayıb. Bəyanatda fars-molla rejimi sərt formada tənqid edilir. Xəbərdarlıq olunur ki, terror əməlinə görə üzr istənilməsə, sərt tədbirlər görüləcək: "Biz tez bir zamanda İran rəsmilərindən Azərbaycan ərazisinə müdaxilə ilə bağlı açıqlama gözləyirik. Qeyri müəyyən məqamlar var, amma İran rejimindən dərhal açıqlama və izah gözləyirik. Əks halda Təbrizdə etiraz aksiyalarına başlayacağıq".

Verilən məlumatlara görə, artıq Güney Azərbaycanda insanlar küçələrə çıxaraq azadlıq mübarizəsini davam etdirməyə başlayıblar. Bu dəfə mübarizənin qələbə ilə başa çatacağı şübhəsizdir. Çünki güneyli soydaşlarımız bu dəfə daha mütəşəkkil fəaliyyət müəyyənləşdiriblər. Bu baxımdan tam qətiyyətlə demək olar ki, Güney Azərbaycanda dövlət müstəqilliyinin qurulmasına sayılı günlər qalıb. Qısa müddət sonra Səttarxanın, Pişəvərinin yarımçıq qalan dövlətçilik ənənəsi bərpa olunacaq.

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. Pressaİnform MMC – 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!

ARAŞDIRMA

İnsanlar niyə özlərinə zərər verirlər?

Son illərdə psixologiya və ictimai sağlamlıq sahəsində ən çox müzakirə olunan mövzulardan biri insanların özlərinə qəsdən zərər verməsi - yəni self-harm (özünə zərər yetirmə davranışı)-dır. Bu davranış bəzən intihar məqsədi daşımır, lakin insanın öz bədəninə bilərəkdən fiziki zərər vurması ilə xarakterizə olunur. Psixoloqlar bunu çox vaxt emosional ağrını idarə etmək üçün qeyri-sağlam mexanizm kimi izah edirlər.

Araşdırmalar göstərir ki, bu davranış xüsusilə yeniyetmələr və gənclər arasında daha çox rast gəlinir. Müxtəlif ölkələrdə aparılan tədqiqatlara görə, gənclərin təxminən 13-45%-i həyatlarının hansısa mərhələsində özlərinə qəsdən zərər veriblər. Bu fenomenin arxasında yalnız bir səbəb yoxdur. Sosial, psixoloji, ailəvi və iqtisadi faktorlar bir-biri ilə əlaqəli şəkildə insanların belə davranışlara yönəlməsinə təsir edir. SİA mövzu ilə bağlı araşdırma edib.

Özünə zərərvermə nədir?

Psixiatriyada özünə zərər vermə insanın ölmək məqsədi olmadan bədəninə qəsdən zərər yetirməsi kimi izah olunur. Bu davranışa aşağıdakılar daxil ola bilər:
- bədəni kəsmək və ya cızmaq
- özünü vurmaq və ya yandırmaq
- dərini zədələmək və qanatma
- həddindən artıq dərman qəbul etmək

Araşdırmalara görə, özünə zərər verən insanların istifadə etdiyi üsullar arasında kəsmə, cızma və bədəni vurma ən geniş yayılmışdır.

Bu davranış adətən insanın daxili emosional gərginliyini azaltmaq və ya ifadə etmək cəhdi kimi ortaya çıxır.

İnsanları özlərinə zərər verməyə aparan əsas səbəblər

Emosional ağrını azaltmaq istəyi

Psixoloqların fikrincə, özünə zərər vermənin ən əsas səbəbi emosional gərginliyi azaltmaq istəyidir. Bir çox insan qəzəb, qorxu, depressiya və ya güclü stress yaşadıqda fiziki ağrının psixoloji ağrını müvəqqəti azaltmasına inanır.

Tədqiqatlar göstərir ki, bu davranışın əsas motivlərindən biri qəzəbi və narahatlığı azaltmaq və pis xatirələri unutmaq istəyidir.

Bu səbəbdən bəzi insanlar üçün özünə zərər vermə bir növ "emosional boşalma" kimi qəbul olunur.

Depressiya və psixoloji problemlər

Özünə zərər verən insanların böyük hissəsində depressiya, narahatlıq pozuntuları, travma və posttravmatik stress kimi psixi problemlər müşahidə olunur.

Bu vəziyyətlər insanın özünə dəyər hissini zəiflədir və bəzi hallarda insan özünü cəzalandırmaq və ya günah hissindən qurtulmaq üçün belə davranışlara əl atır.

Travma və zorakılıq təcrübəsi

Psixoloji və fiziki travmalar da bu davranışın mühüm səbəblərindən biridir.

Araşdırmalar göstərir ki, aşağıdakı təcrübələr özünə zərər vermə riskini artırır:
- uşaqlıqda zorakılıq və ya istismar
- məktəbdə bullinq
- ailə konfliktləri
- sosial təcrid

Bu cür travmalar insanın emosiyalarını sağlam şəkildə idarə etməsini çətinləşdirə bilər.

Sosial və iqtisadi faktorlar

Cəmiyyətin sosial strukturu da bu davranışın yayılmasına təsir edir.

Araşdırmalara görə aşağıdakı faktorlar risk yarada bilər:
- yoxsulluq və işsizlik
- sosial bərabərsizlik
- psixoloji xidmətlərin çatışmazlığı
- ailə və icma dəstəyinin zəif olması

Bu faktorlar insanlarda ümidsizlik və gələcəyə inamsızlıq yarada bilər ki, bu da özünə zərər vermə davranışını artırır.

Sosial media və informasiya təsiri

Son illərdə sosial media da mühüm faktor kimi qeyd edilir.

Bəzi araşdırmalar göstərir ki, internetdə və sosial platformalarda özünə zərər vermə ilə bağlı məzmunların yayılması gənclər arasında bu davranışın normallaşmasına səbəb ola bilər.

Hətta bəzi ekspertlər bildirirlər ki, sosial şəbəkələrdə belə məzmunların geniş yayılması gənclərin psixoloji vəziyyətinə mənfi təsir göstərə bilir.

Statistika və risk qrupları

Araşdırmalar göstərir ki:
- özünə zərər vermə ən çox yeniyetmə və gənclər arasında rast gəlinir
- qızlarda bu davranış daha çox qeydə alınır
- ilk epizodların orta yaşı təxminən 13 yaşdır

Bəzi ölkələrdə gənclər arasında özünə zərər vermə halları son illərdə artmışdır və bu, psixi sağlamlıq problemlərinin geniş yayılması ilə əlaqələndirilir.

Bu problemin qarşısını necə almaq olar?

Mütəxəssislər bu davranışın qarşısını almaq üçün bir neçə əsas istiqaməti vurğulayırlar.

Psixoloji dəstəyin artırılması

Psixoloq və psixoterapiya xidmətlərinin əlçatan olması insanların problemlərini sağlam şəkildə həll etməsinə kömək edir.

Ailə və sosial dəstək

Ailə mühiti və sosial əlaqələr insanın psixoloji dayanıqlığını artırır.

Maarifləndirmə

Məktəblərdə və cəmiyyətdə psixi sağlamlıq haqqında məlumatlandırma özünə zərər vermə riskini azalda bilər.

Erkən müdaxilə

Depressiya və travma kimi problemlər erkən mərhələdə aşkarlanarsa, bu davranışın qarşısını almaq mümkündür.

Nəticə...

İnsanların özlərinə zərər verməsi sadə və ya tək səbəblə izah olunan davranış deyil. Bu fenomen emosional ağrı, psixoloji problemlər, sosial təcrid, travma və iqtisadi çətinliklər kimi bir çox faktorun birləşməsi nəticəsində yaranır.

Araşdırmalar göstərir ki, özünə zərər vermə davranışı adətən emosional ağrını azaltmaq və daxili gərginliyi idarə etmək cəhdi kimi ortaya çıxır. Lakin bu davranış uzunmüddətli perspektivdə həm fiziki, həm də psixoloji baxımdan ciddi risklər yaradır.

Bu səbəbdən mütəxəssislər problemin həlli üçün psixoloji xidmətlərin genişləndirilməsi, sosial dəstək mexanizmlərinin gücləndirilməsi və psixi sağlamlıq haqqında maarifləndirmənin artırılmasını vacib hesab edirlər.

Günel Fərzəliyeva

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