Doğma, canım-varlığım qədər
sevdiyim Azərbaycanım
mənim qibləgahımdır

ŞƏRQ qapısı

Qəzet 1921-ci ildən çıxır

Təsisçi: Naxçıvan Muxtar Respublikası Ali Məclisi və Nazirlər Kabineti

Sayı: 102 (23.514)

1 iyul 2020-ci il, çərşənbə

Gündəlik ictimai-siyasi qəzet

www.serqqapisi.az

Qiymәti 20 qәpik

Rəsmi xronika

İyunun 30-da BMT-nin Ümumdünya Turizm Təşkilatının təşəbbüsü ilə Azərbaycan Respublikasının Prezidenti İlham Əliyevlə bu təşkilatın Baş katibi Zurab Pololikaşvili arasında videokonfrans keçirilib.

Zurab Pololikaşvilini salamlayan Prezident İlham Əliyev onu görməkdən şad olduğunu bildirib, əməkdaşlığa və Azərbaycanda turizm sektorunu dəstəklədiyinə görə təşəkkür edərək deyib: Yenidən görüşmək və ümumi işlər barədə danışmaq üçün yaxşı imkan yaranıb. Əlbəttə, turizm pandemiya şəraitində ən çox zərər çəkmiş sahələrdən biridir. Biz bunu Azərbaycanda da, bütün dünyada da müşahidə edirik. Buna görə təbiidir ki, sizin üzərinizə əlavə yük düşüb. Ona görə ki, əvvələn, pandemiya dövründə turist axını təbii olaraq çox azalıb, lakin postpandemiya dövründə də bu sahənin bərpa olunması, əlbəttə, müəyyən məhdudiyyətlərlə bağlı olacaq.

Dövlətimizin başçısı bildirib ki, pandemiya zəiflədikcə, o cümlədən sıx əməkdaşlıq etdiyimiz Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının tövsiyələrinə riayət etməklə biz də sərhədləri açacağıq. Bunun nə vaxt baş verəcəyini demək çətindir. Lakin bu, baş verən kimi, əlbəttə, turizm sektorunun bərpasına dair sizin tövsiyələriniz çox gərəkli olacaq.

Prezident İlham Əliyev təşəbbüsünə görə Zurab Pololikaşviliyə təşəkkür edib, sərhədlər açılanda onu yenidən Azərbaycanda görəcəyinə şad olacağını bildirib.

Naxçıvan Muxtar Respublikası Dövlət Baytarlıq Xidmətində səyyar müşavirə keçirilib

Qida təhlükəsizliyinin təmin olunmasında baytarlıq təbabətinin mühüm rolu vardır. Naxçıvan Muxtar Respublikası Ali Məclisi Sədrinin 2020-ci il 17 fevral tarixli Sərəncamı ilə təsdiq olunmuş “2020-2025-ci illərdə Naxçıvan Muxtar Respublikasında baytarlıq təbabətinin inkişafı üzrə Dövlət Proqramı” muxtar respublikada bu sahədə ardıcıl tədbirlərin görülməsinə, əhalinin keyfiyyətli ət və süd məhsullarına olan tələbatının ödənilməsinə hesablanmışdır. Hazırda muxtar respublikada baytarlıq təbabətinin inkişafı istiqamətində kompleks tədbirlər həyata keçirilir, Dövlət Baytarlıq Xidmətinin maddi-texniki bazası gücləndirilir.

İyunun 30-da Dövlət Baytarlıq Xidmətində baytarlıq təbabəti sahəsində görülən işlər və qarşıda duran vəzifələr barədə səyyar müşavirə keçirilmiş, yeni avtomobil və süni mayalanma dəstlərinin təqdimatı olmuşdur.

Naxçıvan Muxtar Respublikası Ali Məclisinin Sədri Vasif Talıbov tədbirdə iştirak etmişdir.

Naxçıvan Muxtar Respublikası Dövlət Baytarlıq Xidmətinin rəisi Vəli Novruzov çıxış edərək demişdir ki, ötən dövrdə Dövlət Baytarlıq Xidməti və onun müvafiq qurumları üçün yeni binalar inşa edilmiş, kəndlərdə baytarlıq məntəqələri və ət satışı mağazaları istifadəyə verilmişdir. Yeni yaradılan Süni Mayalanma Mərkəzi muxtar respublikada fəaliyyət göstərən mövcud baytarlıq məntəqələrini yüksək məhsuldar törədici toxumla təmin edir ki, bu da heyvandarlıqda iqtisadi səmərəliliyin yüksəlməsinə və cins tərkibinin yaxşılaşmasına müsbət təsir göstərir. Süni mayalanma məntəqələrinin tələbatını ödəmək məqsədilə maye azot istehsal edən müəssisənin işə düşməsi nəticəsində idxal tam aradan qaldırılmış, yunun qəbuluna başlanması isə heyvandarlığın inkişafına stimul vermişdir. Eyni zamanda Ali Məclis Sədrinin qayğısı ilə baytarlıq təbabəti ixtisası üzrə təhsil alan tələbələrin təhsil haqlarından azad edilməsi və Dövlət Baytarlıq Xidmətində işlə təmin olunması ixtisaslı kadr hazırlığına mühüm töhfə verir. Muxtar respublikada biotəhlükəsizliyin qorunması, xüsusi təhlükəli xəstəliklərin qarşısının alınması məqsədilə təsdiq olunmuş “Epizootik Tədbirlər Planı”na uyğun olaraq Dövlət Baytarlıq Xidməti bu ilin sonunadək tələb olunan miqdarda vaksin və bioloji preparatlarla təchiz olunmuşdur. Mütəmadi olaraq mal-qara və quşlar arasında müxtəlif xəstəliklərə qarşı profilaktika məqsədilə peyvəndləmə, dezinfeksiya işləri aparılmış, epizootiya əleyhinə ardıcıl tədbirlər həyata keçirilmişdir. Vəli Novruzov göstərilən hərtərəfli qayğıya görə kollektiv adından Ali Məclisin Sədrinə minnətdarlıq etmişdir.

Naxçıvan Muxtar Respublikası Ali Məclisinin Sədri Vasif Talıbov çıxış edərək demişdir: Tibb üzrə Nobel mükafatçısı, akademik İvan Pavlov deyirdi ki, “Həkimlər yalnız insanları, baytarlar isə bütün bəşəriyyəti müalicə edir”. Ölkəmizdə baytarlıq təbabətinin vacibliyi nəzərə alınaraq ardıcıl tədbirlər görülür, Dövlət Proqramı qəbul olunaraq icra edilir. Bu gün muxtar respublikada 123 mindən çox iribuynuzlu, 767 mindən çox xırdabuynuzlu, 1 milyon 300 minə yaxın quş və 99 mindən artıq arı ailəsi saxlanılır. Heyvanların, quşların və arı ailələrinin sağlamlığını qorumaq, bazara keyfiyyətli və sağlam məhsul çıxararaq ərzaq təhlükəsizliyinin təmin olunmasında iştirak etmək Dövlət Baytarlıq Xidməti əməkdaşlarının üzərinə düşən vəzifədir. Dövlət Baytarlıq Xidməti və onun rayon idarələri, laboratoriya və məntəqələri üçün yaradılan şərait muxtar respublikada epizootik vəziyyətin sabit saxlanılmasına imkan verir.

Ali Məclisin Sədri muxtar respublikanın baytarlıq təbabəti işçilərinə təşəkkür edərək demişdir: Baytarlıq təbabəti vacib sahədir. Ona görə də muxtar respublikada bu sahədə müasir iş şəraitinin yaradılması, yeni avadanlıqların alınması və kadr təminatı daim diqqət mərkəzində saxlanılır. Naxçıvan Dövlət Universitetində və Naxçıvan Dövlət Texniki Kollecində baytarlıq təbabəti sahəsində ixtisaslı kadrlar hazırlanır.

Qeyd olunmuşdur ki, baytarlıq xidmətinin təşkilində müasir iş metodlarından istifadə mühüm əhəmiyyət daşıyır. İnzibati ərazi dairəsi üzrə nümayəndəlikləri əhatə edən baytarlıq məntəqələrindən Dövlət Baytarlıq Xidmətinə qədər bütün mərhələlərdə yaradılan şərait səmərəli fəaliyyət göstərməyə imkan verir. Heyvanların cins tərkibinin yaxşılaşdırılması, xəstəliklərin qarşısının alınması və sağlam məhsul istehsalı qarşıda duran əsas vəzifələrdir. 2002-ci ildən ötən dövrdə muxtar respublikada 90 mindən artıq mal-qarada süni mayalanma aparılmış, 59 minə yaxın cins buzov alınmışdır. 2019-cu ildə və bu ilin ötən 6 ayında isə 18 minə yaxın süni mayalanma aparılmış və 12 minə yaxın cins buzov alınmışdır. Bütün bunlar muxtar respublikada mal-qaranın cins tərkibinin yaxşılaşdırılması sahəsində dönüşdür.

Ali Məclisin Sədri demişdir: Muxtar respublikada camışçılıq və xırdabuynuzlu heyvandarlıq sahəsində də cins tərkibinin yaxşılaşdırılmasına ehtiyac vardır. Əgər iribuynuzluların cins tərkibinin yaxşılaşdırılması sahəsində görülən işlər xırdabuynuzlu heyvanlarda və camışlarda da həyata keçirilsə, o zaman muxtar respublikada məhsuldarlıq xeyli artar. Muxtar respublikada cəmi 256 baş camışda süni mayalanma aparılmış və 115 baş cins balaq alınmışdır ki, bu da aşağı göstəricidir. Ona görə də gələcəkdə heyvandarlığın xırdabuynuzlu və camışçılıq sahəsində də süni mayalanma işinə diqqət artırılmalıdır. Bunun üçün lazımi şərait yaradılıb. Əgər 2002-ci ildə muxtar respublikada 1 süni mayalanma məntəqəsi fəaliyyət göstərirdisə,

Ardı 2-ci səhifədə

2020-ci ildə məntəqələrin sayı 23-ə çatdırılıb. O dövrdə bu sahəni bilən 1 həkim var idisə, bu gün onlarla baytar həkimi süni mayalanma işini həyata keçirir. Əvvəllər baytar həkimlər süni mayalanma işini öyrənmək üçün Göygöl rayonundakı Süni Mayalanma Mərkəzinə göndərilirdisə, artıq bu iş muxtar respublikanın Dövlət Baytarlıq Xidmətində həyata keçirilir. Eyni zamanda hər il süni mayalanma texnikləri yeni avadanlıqlar və motosikletlərlə təmin olunurlar. Ötən dövrdə 23 baytar həkimin hər birinə motosiklet və lazım olan avadanlıq dəsti verilmişdir. Bu gün də 5 yeni süni mayalanma dəsti təqdim olunur.

Ali Məclisin Sədri demişdir: Mal-qaranın cins tərkibinin yaxşılaşdırılmasında məqsəd ondan ibarətdir ki, say tərkibini artırmadan məhsuldarlıq çoxalsın. Eyni zamanda muxtar respublikada otlaqların o qədər də geniş olmadığını nəzərə alaraq cins tərkibinin artırılmasına diqqət yetirilməlidir. Süni Mayalanma Mərkəzinin yaradılması, avadanlıqlarla təminat onu deməyə əsas verir ki, süni mayalanma işinin həyata keçirilməsi, eləcə də baytarlıq təbabətinin inkişafı üçün lazım olan bütün şərait var. Baytarlıq təbabəti işçiləri bundan sonra da səmərəli fəaliyyət göstərməli, muxtar respublikada epizootik vəziyyət daim sabit saxlanılmalı, heyvandarlıqda cins tərkibinin yaxşılaşdırılması tədbirləri davam etdirilməli, Dövlət Proqramında nəzərdə tutulan vəzifələr vaxtında icra olunmalıdır.

Ali Məclisin Sədri bu işlərin həyata keçirilməsində kollektivə uğurlar arzulamış, 1 "Fiat" markalı avtomobilin, 5 yedəkli motosikletin açarlarını və 5 dəst süni mayalanma ləvazimatını təqdim etmiş, Dövlət Baytarlıq Xidmətinin fərqlənən bir qrup əməkdaşına hədiyyələr vermişdir.

Şərur Rayon Baytarlıq İdarəsinin rəisi Cəlal Kamalov minnətdarlıq edərək demişdir: "Bu gün Şərur rayonunda epizootik vəziyyət sabitdir. Bunun səbəbi Ali Məclis Sədrinin bu sahəyə birbaşa qayğısıdır. Dərman preparatları və digər tibbi avadanlıqlarla təminat, rayonda peyvəndləmə və dezinfeksiya tədbirlərinin vaxtında görülməsi nəticəsində mal-qarada heç bir infeksion xəstəlik müşahidə edilmir. Söz veririk ki, bundan sonra da səylə çalışacağıq".

Baytarlardan Rasim Rzayev, Qənbər Bağırov, Etibar Rəhimov, Cəlil Əhmədəliyev, Azad Novruzov, Rəhim Qarayev və Yusif Əlizadə də minnətdarlıq edərək bildirmişlər ki, əvvəllər belə şərait yox idi. Bu gün hər bir kənddə baytarlıq məntəqəsi yaradılmış, bütün lazımi avadanlıqlarla təmin olunmuşdur. Bu da imkan verir ki, xidmət əməkdaşları öz işlərini səmərəli görsünlər.

Sonra Ali Məclisin Sədri yeni avtomobil, motosiklet və süni mayalanma dəstlərinə baxmış, müvafiq tapşırıqlar vermişdir.

Naxçıvan Muxtar Respublikası
Ali Məclisinin mətbuat xidməti

Təhsildə inkişaf və innovasiyalar üzrə IV Qrant müsabiqəsinin qalibləri mükafatlandırılıb

Dövlət ümumi təhsil müəssisələri və ümumi təhsil müəssisələrində çalışan pedaqoji işçilər üçün nəzərdə tutulmuş və 9 prioritet istiqamətdə müəyyən edilmiş IV Qrant müsabiqənin keçirilməsində başlıca məqsəd təhsil müəssisələrinin və təhsilverənlərin fəaliyyətində inkişafı dəstəkləmək, onların innovativ fəaliyyətini stimullaşdırmaq və təhsilalanlar üçün daha əlverişli təhsil mühitinin yaradılmasına nail olmaqdan ibarətdir. Bu il ilk dəfə olaraq müsabiqədə muxtar respublika ümumtəhsil məktəblərinin müəllimləri də uğurla iştirak ediblər.

Bu münasibətlə keçirilən tədbirdə çıxış edən Naxçıvan Muxtar Respublikasının Təhsil naziri Rəhman Məmmədov təhsilin inkişafına göstərilən dövlət qayğısından danışaraq qeyd edib ki, muxtar respublikada aparılan uğurlu təhsil siyasətinin tərkib hissəsi kimi bilikli, yüksək intellektual səviyyəyə malik gənc müəllimlərin işlə təminatı da diqqətdə saxlanılıb, göstərilən dövlət qayğısı sayəsində peşəkar müəllim heyəti formalaşıb, bu peşəyə maraq artıb. Həyata keçirilən çoxsaylı tədbirlərdən danışan nazir bildirib ki, son illər ölkəmizin təhsil sistemində aparılan keyfiyyət dəyişikliklərinin əyani nümunəsi kimi inkişaf və innovasiya xarakterli layihələrin, müsabiqələrin təşkili müsbət ənənəyə çevrilib. Azərbaycan Respublikası Təhsil Nazirliyi tərəfindən 2017-ci ildən Təhsildə inkişaf və innovasiyalar üzrə qrant müsabiqələrindən bəhs edən Rəhman Məmmədov bu il artıq dördüncü dəfədir təşkil olunduğunu vurğulayıb. Bildirib ki, müsabiqə muxtar respublikada da ümumi təhsil müəssisələri və müəllimlərin bu sahədə xüsusi fəallığına səbəb olub. Həmin müsabiqədə ilk dəfə olaraq muxtar respublika ümumtəhsil məktəbləri də iştirak edib. Muxtar respublika ümumtəhsil məktəblərinin ilk dəfə müsabiqədə iştirak etməsinə baxmayaraq, ümumi təhsil müəssisələri kateqoriyası üzrə 2, fərdi kateqoriya üzrə isə 3 olmaqla, ümumilikdə, 5 layihə qalib olub. Muxtar respublika ümumi təhsil müəssisələri üzrə qəbul edilmiş layihələr yeni tədris ilindən həyata keçiriləcək. Layihələr 3-12 ay müddətində icra ediləcəkdir. Nazir layihələrin vaxtında icra edilməsinə, ayrılan vəsaitin təyinatı üzrə xərclənməsinə ciddi nəzarət olunacağını bildirib.

Sonra qaliblər layihələrinin qısa məzmunu, hansı tarixlərdə və necə həyata keçirəcəkləri barədə məlumat veriblər.

Qeyd edək ki, fərdi kateqoriya üzrə "Güvənək və güclənək" şagirdlər və valideynlər üçün psixoemosional davamlılıq üzrə maarifləndirmənin və psixoloji xidmət dəstəyinin təşkili" (Naxçıvan şəhər 12 nömrəli tam orta məktəbin müəllimi Gülxarə Tarverdiyeva), "Ümumtəhsil məktəblərinin ibtidai təhsil səviyyəsində alqoritmləşdirmə və proqramlaşdırma təfəkkürünün formalaşması" (Naxçıvan şəhər 13 nömrəli tam orta məktəbin müəllimi Nazim Rəhimov) və "TİMMS, PISA, PİRLS kimi beynəlxalq qiymətləndirmələrin təbliği və təcrübələrin bölüşdürülməsi" (Culfa rayon Göydərə kənd tam orta məktəbinin müəllimi Asudə Məmmədova) layihələri qalib olub. Ümumi təhsil kateqoriyası üzrə isə "STEAM Naxçıvanda" (Şərur Şəhər Fizika-Riyaziyyat Təmayüllü Lisey) və "Vətənimizə xidmət edək" – şagirdlərin Azərbaycançılıq məfkurəsi və vətənpərvərlik ruhunda tərbiyəsi kampaniyalarının keçirilməsi, hərbi hazırlıq dərslərinə innovativ yanaşma" (Naxçıvan Qarnizonu tam orta məktəbi) layihələri qalib gəlib.

Sonda qaliblər mükafatlandırılıb.

Naxçıvan Muxtar Respublikası
Təhsil Nazirliyinin mətbuat xidməti

Əlahiddə Ümumqoşun Orduda ixtisas hazırlığı kurslarını uğurla başa vurmuş gənc əsgərlər növbəti xidmət yerlərinə yola salınıblar.

Gənc əsgərlər növbəti xidmət yerlərinə yola salınıblar

Bu münasibətlə keçirilən tədbirdə Azərbaycan Respublikasının Dövlət Himni səsləndirildikdən sonra polkovnik Mehman Gülməmmədov çıxış edərək xidmətə çağırılmış gənclərin ən çətin döyüş tapşırıqlarını yerinə yetirəcək peşəkar əsgərlər kimi hazırlanması üçün planauyğun dərs və məşğələlərin keçirildiyini bildirib. Polkovnik gənc əsgərləri ixtisas hazırlığı kursunu uğurla başa vurduqları üçün təbrik edib.

Əsgər Cahandar Nəsirov məşğələlərdə qazandıqları bilik və bacarıqların onları yenilməz və möhkəm iradəli döyüşçülərə çevirdiyini deyərək bundan sonra da Vətənin müdafiəsində ayıq-sayıq dayanacaqlarına söz verib.

Çıxışların ardından Əlahiddə Ümumqoşun Ordu komandanı, general-polkovnik Kərəm Mustafayevin təbrikini şəxsi heyətə çatdıran general-mayor Teymur Eyyubov bildirib ki, təlimlər zamanı və döyüş növbətçiliyinin təşkilində şəxsi heyətin yüksək peşəkarlıq nümayiş etdirməsi kurslarda qazanılanların nəticəsidir. İnanırıq ki, ixtisas hazırlığı kurslarını uğurla başa vuran əsgərlərimiz də nümunəvi xidmətləri ilə komandirlərinə və valideynlərinə hər zaman başucalığı gətirəcəklər.

Tədbirdə əsgərlər müxtəlif ixtisaslar üzrə elementləri praktik yerinə yetiriblər.

Ən yaxşı tabor, bölük və taqım adına layiq görülən bölmələrə keçici bayraqlar təqdim edilib və nümunəvi xidmətləri ilə fərqlənən hərbi qulluqçular mükafatlandırılıblar.

"Əlahiddə Ümumqoşun Ordunun marşı" ifa edildikdən sonra bölmələrin təntənəli keçidi olub və gənc əsgərlər növbəti xidmət yerlərinə yola salınıblar.

Nəriman NƏCƏFOV

Test imtahanları başa çatıb

Naxçıvan Muxtar Respublikası Ali Məclisinin Sədri yanında Dövlət Qulluğu Məsələləri üzrə Komissiya tərəfindən Azərbaycan Milli Elmlər Akademiyasının Naxçıvan Bölməsində vakant olan vəzifələrin tutulması üçün 10 oktyabr 2019-cu il tarixdə elan edilmiş müsabiqənin test imtahanları 24-29 iyun tarixlərdə keçirilib. Müsabiqədə iştirak etmək üçün müraciətlər müsabiqə elan edildiyi gündən etibarən 30 gün ərzində komissiyanın internet portalı vasitəsilə elektron formada qəbul edilib.

Müsabiqəyə çıxarılmış 27 vakant vəzifənin tutulması üçün 14 nəfər sənəd təqdim edib. Test imtahanında iştirak etmiş 12 namizəddən 7-si müvafiq keçid balını toplayıb. Qanunvericiliyə uyğun olaraq keçid balını toplamış şəxslər müsahibə mərhələsində iştirak etmək hüququ qazanıblar.

Əvvəlcə namizədlərə slayd vasitəsilə imtahan və test proqramından istifadə qaydaları haqqında məlumat verilib. İmtahanda namizədlərə ixtisas üzrə 40, informasiya texnologiyaları üzrə 20, dünyagörüşü üzrə 20, ingilis dili üzrə isə 20 sual olmaqla, 100 sual təqdim edilib, sualları cavablandırmaq üçün 120 dəqiqə vaxt verilib. Obyektivliyin və şəffaflığın tam təmin edilməsi məqsədilə imtahanın videoçəkilişi aparılıb. İmtahan bitdikdən dərhal sonra namizədlərə nəticəyə dair arayış təqdim edilib. Nəticələr gündəlik olaraq Dövlət Qulluğu Məsələləri üzrə Komissiyanın rəsmi internet portalında *(www.dqmk.nmr.az)* yerləşdirilib.

İmtahan zamanı karantin rejiminin tələblərinə ciddi əməl olunub.

Naxçıvan Muxtar Respublikası Ali Məclisinin Sədri yanında
Dövlət Qulluğu Məsələləri üzrə Komissiyanın
mətbuat xidməti

Ailə təsərrüfatçısı beynəlxalq aqrovirtual sərgidə iştirak edib

Ötən günlərdə Türkiyə Respublikası Ticarət Nazirliyinin təşkilati dəstəyi ilə beynəlxalq "Aqrovirtual – Kənd təsərrüfatı və heyvandarlıq üzrə avadanlıqlar"ın virtual sərgisi təşkil olunub.

Virtual sərgidə Türkiyə Respublikasının orqanik qida, heyvandarlıq və kənd təsərrüfatı üzrə fəaliyyət göstərən 100-dən artıq şirkəti təmsil olunub. Azərbaycanın digər təsərrüfat sahibləri ilə yanaşı, muxtar respublikanın qabaqcıl ailə təsərrüfatçılarından olan Mehparə Hüseynova da həmin sərgidə iştirak edib.

Sərgi zamanı Mehparə Hüseynova "Selçuk" Universitetinin, "Prime" Agentliyinin və "MAİB" avadanlıq ixracatçıları assosiasiyasının innovativ kənd təsərrüfatı avadanlıqları, torpaq məhsuldarlığının artırılmasının intensivliyi və Türkiyə Respublikasına məhsul ixracı imkanları mövzularına həsr olunmuş keçirdiyi onlayn seminarlarda iştirak edib, iştirakçı şirkətlərlə təcrübə mübadiləsi aparıb.

Nazirlik xətti ilə muxtar respublika təsərrüfatçılarının bu cür beynəlxalq tədbirlərdə iştirakı beynəlxalq təcrübənin öyrənilməsi, yeni tərəfdaşların tapılması, ailə təsərrüfatları arasında təcrübə mübadiləsi aparılmasında əhəmiyyətli vasitədir.

Qeyd edək ki, "Aqrovirtual – Kənd təsərrüfatı və heyvandarlıq üzrə avadanlıqlar"ın virtual sərgisi Türkiyədə aqrar sektorla bağlı təşkil olunan ilk virtual sərgidir.

Naxçıvan Muxtar Respublikası
İqtisadiyyat Nazirliyinin
mətbuat xidməti

Özünüməşğulluq proqramı uğurla davam etdirilir

Naxçıvan Muxtar Respublikası Ali Məclisi Sədrinin 2016-cı il 11 yanvar tarixli Sərəncamı ilə təsdiq edilmiş "2016-2020-ci illərdə Naxçıvan Muxtar Respublikasında əhalinin məşğulluğunun artırılması üzrə Dövlət Proqramı"nın icrası istiqamətində Naxçıvan Muxtar Respublikası Əmək və Əhalinin Sosial Müdafiəsi Nazirliyi tərəfindən iyun ayında 23 sosial qayğıya ehtiyacı olan ailə müəyyənləşdirilib və özünüməşğulluq proqramına cəlb edilib. Onlardan 19 ailəyə 10 baş yanıbalalı iribuynuzlu, 2 ailəyə 10 baş yanıbalalı xırdabuynuzlu və 2 ailəyə miniyerşumlayan aqreqat verilib.

Bununla əlaqədar keçirilən tədbirdə çıxış edən Əmək və Əhalinin Sosial Müdafiəsi naziri Nicat Babayev muxtar respublikada aztəminatlı ailələrə göstərilən dövlət qayğısı, onların məşğulluğunun təmin olunması istiqamətində həyata keçirilən tədbirlər barədə danışıb. Qeyd olunub ki, özünüməşğulluğa cəlb olunmuş ailələrin təsərrüfatlarında qısa müddət ərzində artımlar olub, bu da həmin ailələrin sosial rifah halının yaxşılaşmasına müsbət təsir edib.

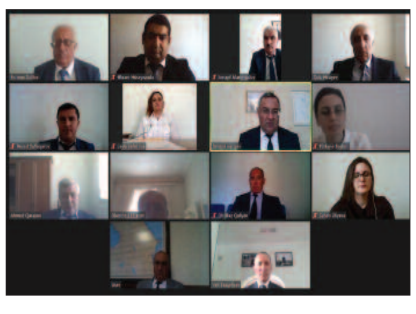
Vurğulanıb ki, özünüməşğulluq proqramının muxtar respublikada icrası xüsusi qayğıya ehtiyacı olan ailələrin fərdi təsərrüfatlara sahib olmalarına, onların öz zəhmətləri hesabına ailə gəlirlərini artırmalarına və sahibkarlığa çıxış imkanı qazanmalarına hərtərəfli zəmin yaradıb. Proqrama cəlb olunan vətəndaşlara verilən aktivlərdə və təsərrüfatlarda daim artım müşahidə olunur ki, bu da onların sosial rifah halının yaxşılaşmasına, məşğulluqlarının təmin olunmasına kömək göstərir.

Qeyd edək ki, verilmiş aktivlərdən səmərəli şəkildə istifadə olunmasının stimullaşdırılması məqsədilə təsərrüfatlarını nümunəvi şəkildə inkişaf etdirən Ordubad rayonunun, Biləv kənd sakini Gövdət Məhərrəmovaya sağım aqreqatı və Culfa rayonunun Əlincə kənd sakini İlham İbrahimova otdoğrayan aqreqat verilib. Nazirlik tərəfindən bu kimi tədbirlərin gələcəkdə də davam etdirilməsi nəzərdə tutulur.

Tədbirdə sosial qayğıya ehtiyacı olan ailələrin təmsilçilərinə verilən aktivlərlə bağlı sənədlər təqdim olunub.

Naxçıvan Muxtar Respublikası
Əmək və Əhalinin Sosial Müdafiəsi
Nazirliyinin mətbuat xidməti

Rəyasət Heyətinin növbəti onlayn iclası keçirilib



AMEA Naxçıvan Bölməsinin Rəyasət Heyətinin növbəti onlayn iclası keçirilib.

Əvvəlcə bölmənin sədri, akademik İsmayıl Hacıyev iştirakçıları gündəlikdəki məsələlərlə tanış edib. Sonra o, Naxçıvan Muxtar Respublikası ərazisində “İlandağ” geoparkının yaradılması haqqında məlumat verib. Bildirib ki, Naxçıvan bölməsi, Naxçıvan Muxtar Respublikası Ekologiya və Təbii Sərvətlər Nazirliyi, Daşınmaz Əmlak və Torpaq Məsələləri üzrə Dövlət Xidməti və Naxçıvan Dövlət Universitetinin mütəxəssislərindən ibarət “İlandağ” geoparkı ilə bağlı işçi qrupu yaradılıb. Cari ildə işçi qrupun gördüyü işlər və qarşıda duran vəzifələrlə bağlı müzakirələr aparılıb.

Daha sonra bölmə sədri “İstiqlal salnaməsi: Azərbaycan Respublikasının müstəqillik tarixi (1991-2020)” çoxcildliyinin nəşri ilə bağlı AMEA Rəyasət Heyətinin 2020-ci il 8 may tarixli qərarını xatırladıb. O, AMEA-nın prezidenti, akademik Ramiz Mehdiyevin baş redaktorluğu ilə hazırlanacaq nəşrin redaksiya heyəti, müəlliflər heyəti və plan-prospektini iştirakçıların diqqətinə çatdırıb.

İclasda, həmçinin İsmayıl Hacıyev ölkə Prezidenti cənab İlham Əliyevin çağırışına cavab olaraq və dövlət başçısının Tərtər rayonuna səfəri zamanı çıxışından irəli gələn məsələlərin icrası istiqamətində AMEA-nın birinci vitse-prezidenti, akademik İsa Həbibbəylinin rəhbərliyi ilə hazırlanacaq “İrəvan şəhəri – necə varsa” monoqrafiyası barədə məlumat verib. Qeyd edib ki, sözügedən tədqiqat əsərində bölmə əməkdaşları da yaxından iştirak edəcəklər.

Sonda bir sıra cari məsələlər müzakirə olunub.

AMEA Naxçıvan Bölməsinin Beynəlxalq əlaqələr və informasiya şöbəsi

“1930-cu ilin fevralında Ümumittifaq Kommunist (b)Partiyasının “Kənddə partiyanın sinfi xəttinin düzəldilməsi və qolçomaqların bir sinif kimi ləğv edilməsi şüarının həyata keçirilməsi” haqqında olan qərarının yerinə yetirilməsi ilə əlaqədar olaraq bütün Azərbaycanın kəndlərində qolçomaq adı ilə minlərlə adam ailələri ilə birlikdə vətənindən çox uzaqlara sürgün edilmişdir. “Antisovet ünsürlərin aradan qaldırılması” adı ilə hakim dairələr və xüsusən bunların kənd mahallarında olan rəsmi nümayəndələri zəhmətkeş kəndlilərin başına elə oyun açdılar ki, buna vəhşilikdən başqa heç bir ad vermək olmaz... 1930-cu ilin əvvəllərində Azərbaycanın, demək olar ki, bütün mahallarında hökumətin törətdiyi özbaşınalığın əleyhinə üsyanlar qalxdı. Üsyanlar Zaqatala-Şəki, Quba, Lənkəran, Qarabağ, Naxçıvan və başqa yerləri əhatə etdi. Rəsmi tariximizdə kəndlilərin bu üsyanlarına cürbəcür nalayiq adlar verdilər, amma həqiqətdə bunların əksəriyyəti kəndlilərin haqlı tələblərindən doğan narazılıq hərəkətləri idi...”

Ziya Bünyadov

“Qırmızı terror” kitabından

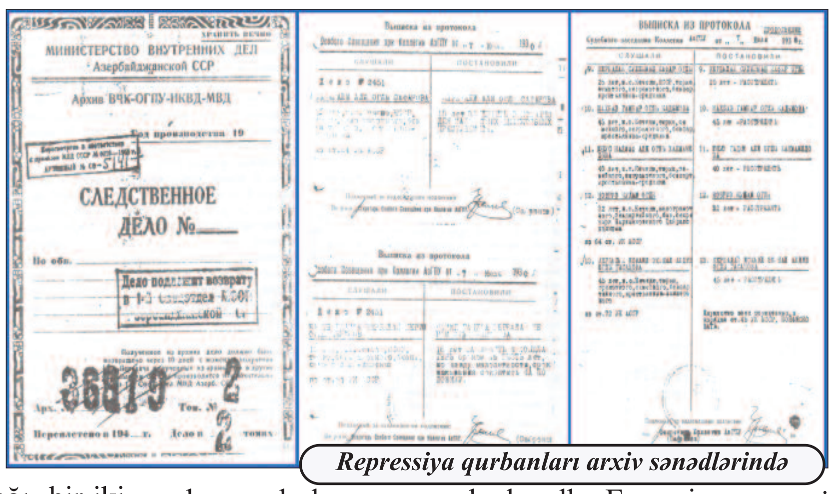
Jurnalist araşdırması

Qaçaq hərəkatı Xalq Cümhuriyyətinin süqutundan sonra yaşadığımız ən ağır tarixi dövr olub

Tarixə obyektiv qiymət vermək tarixçilərin vəzifəsi olsa da, tarixi həqiqətləri bilmək, dərk etmək, nəticə çıxarmaq hamının işidir. Bir az da konkretləşdirsək, hər kəs öz tarixini hökmən bilməlidir. Əks halda... Əslində, bu əks halın ağır nəticələrini çox görmüşük. Əlbəttə, başımıza gətirilən hadisələr yalnız bunları bilməməkdən irəli gəlməyib. Həqiqət bundan ibarətdir ki, xalqımıza qarşı aparılmış mənfur siyasət hər zaman milli maraqlarımıza zidd olan proseslərin yaranması nəticəsində baş verib. Lakin gəldiyimiz nəticə bundan ibarətdir ki, xalqımız heç zaman azadlıq, müstəqillik ideyalarından əl çəkməyib. Sovetlər Birliyinin tərkibinə məcburən daxil edildiyimiz ilk dövrlərdə də bu ideyalar milli ruhumuzu tərk etməyib. Necə ola bilərdi ki, min illər əvvəl Gəmiqaya kimi daş abidələrinə öz mədəniyyətini köçürən, dünyanın ən güclü fatehi ilə Əlincə mübarizəsini aparan, Atabəylər kimi dövlətçilik irsini böyük bir coğrafiyada yayan xalq öz azadlığını çox asan bir şəkildə başqa birinin idarəçiliyinə təslim edə? Elə Naxçıvan tarixinin (həm də Azərbaycan) ən ağır və keşməkeşli dövrünü özündə cəmləşdirən ötən əsrin 30-cu illəri də bolşeviklərə qarşı aparılan milli hərəkatın növbəti səhifəsi idi. Acı həqiqət isə bundan ibarətdir ki, çox da uzaq dövrdə baş verməyən həmin tarixi hadisələr sovet imperiyasının müstəqilliyimizin bərpasınadək bizə “qızıl məcməyi”də təqdim etdiyi “xoş günlər”in annotasiyası kimi təqdim edilib. Tarixi faktlara nəzər yetirsək, görərik ki, həmin 30-cu illər Naxçıvan tarixinin ən ağır dövrləri olub, minlərlə düşüncə insanı sovet cəza maşınının işgəncələrinə məruz qalıb, on minlərlə insan 15-20 dəqiqəlik “ilkin məhkəmə iclası”ndan sonra güllələnib, qoca, uşaq, qadın, kişi demədən sonu bəlli olmayan sürgünə göndərilib. Torpağı, bir-iki baş mal-qarası əlindən alınan sadə kəndli, təkcə əlində olub-qalanı ilə deyil, dostunu, qonum-qonşusunu, həmkəndlisini şərləməklə, üzünə durmaqla da sınağa çəkilərək məhv edilib. Elə qaçaq hərəkatı da bu səbəblərdən yaranıb. Daha doğrusu, mövcud vəziyyətlə barışmayan, haqsız təhdidlərlə üzləşən insanların bir çoxu məcbur qalaraq çıxış yolunu qaçaqçılıqda, bu cür irtica qüvvələrlə mübarizədə görüblər. Ancaq, təəssüflər olsun ki, qaçaqçılığa məcbur edilmiş bu insanlar sovet ideologiyasına uyğun olaraq “bandit qrupları”, “quldur dəstələri” adlandırılaraq arxiv sənədlərində də bu adla tanıdılıblar.

Tarixi mənbələrlə tanışlıq göstərir ki, ötən əsrin 30-cu illərində Naxçıvanda başlamış qaçaq hərəkatı mühüm hadisələri özündə əks etdirir. İki əsrdən çoxdur, xalqımıza qənim kəsilmiş erməni xisləti burada da ön planda olmuş, Naxçıvanın tarixi ərazilərinin “böyük Ermənistan”a daxil edilməsi məqsədi daşımışdır. Xüsusilə həmin dövrdə Xalq Daxili İşlər Komissarlığının əməkdaşı, qəddar cani Orbelyanın təşkilatçılığı və uydurma ittihamları ilə Milax, Ərəfsə, Qazançı, Teyvaz, Keçili və digər kəndlərin yüzlərlə sakini güllələnmiş, sürgün edilmiş, ən ağır işgəncələrə məruz qalmışdır. 1934-cü ildə Ordubad rayonunun Nüsnüs kəndində anadan olmuş, 1937-ci ildə valideynləri ilə Qazaxıstana sürgün edilmiş, sonralar isə vətənə qayıdaraq təhsil almış və uzun illər daxili işlər orqanlarında çalışmış Sadıq Sadıqov (Zeynal oğlu) tarixi faktlar əsasında qələmə aldığı “Tarixin qanlı yaddaşı (1930-1942-ci illərdə Naxçıvanda repressiya və soyqırımı)” adlı kitabında bildirir ki, Orbelyanın mənfur əməlləri ilə tanış olduqca bir daha yəqinlik hasil edirsən ki, əlinə bir fürsət düşən erməni nə qədər qəddarlaşır. Bu fürsətdən faciələr törətmək üçün necə məharətlə istifadə edir.

Son illərə qədər (80-ci illərin sonu nəzərdə tutulur. S.H.) bütün Azərbaycan ərazisində ermənilərin hansı mühüm postları tutduğunu və onların artıq nələr törətdiyini düşünərkən dəhşətə gəlirsən. Müəllif qeyd edir ki, təxribatçı Orbelyan Teyvaz və Ərəfsə kənd sakinlərini həbs etmək naminə öz toruna kənd ağsaqqallarını ilişdirir, öz təxəyyülü ilə həmin kəndlərdə müxtəlif təşkilatlar yaradır və bu təşkilatlara kəndin ən layiqli adamlarını cəlb edir. O, yaxşı bilir ki, ətraf kəndlərdən sakinlərin adını nə qədər çox çəksə, bir o qədəri də güllələnməyə cəlb ediləcək. Orbelyan həm də yaxşı başa düşürdü ki, hər bir iş üçün ən azı 10 nəfəri güllələyirlər. Bunu da bilirdi ki, 1918-20-ci illərdə daşnak yalquzaqlarından qəhrəmanlıqla qorunmuş bu kəndlər Ermənistanın sərhədi yaxınlığında yerləşir və ona görə də bu kəndlərin əhalisini məhv etmək lazımdır ki, sonradan bu torpaqlara asanlıqla sahib çıxa biləsən, Zəngəzura sahib çıxan kimi!



Repressiya qurbanları arxiv sənədlərində

O dövrdə Naxçıvandakı qaçaq hərəkatının mühüm mərkəzlərindən biri də Şahbuz rayonunun Keçili kəndi olmuşdur. Keçilidəki qaçaq hərəkatını bütün detalları ilə bir yazıya sığışdırmaq mümkün olmasa da, adıçəkilən kitabda (yeri gəlmişkən keçmişin qaranlıq səhifələrinə tarixi sənədlərlə işıq tutan bu kitab Naxçıvan Muxtar Respublikasının 75 illik yubileyi ərəfəsində Naxçıvan Muxtar Respublikası Ali Məclisi Sədrinin tövsiyəsi ilə çap olunub) bildirilir ki, Milax və digər dağ kəndləri sakinlərinin məhv edilməsini uğurla həyata keçirən Orbelyanın şantaj və soyqırımı sahəsində böyük təcrübəsi vardı. Belə ki, “xalq atası” Stalinin göstərişləri və 2 fevral 1930-cu ildə SSRİ Xalq Komissarları Sovetinin “Kolxozların təşkili və qolçomaqlarla mübarizə işi”nə dair qərarla insanları sürgün etmək və qırmaq üçün onun əlində “mühüm səbəblər” var idi. Çünki hər bir dağ kəndlisinin bir inəyi və üçdən çox qoyunu olduğundan onları mülkədar-qolçomaq siyahısına salmaqla onlara qarşı istənilən mənfur əməl törətmək olardı. Elə etdilər də.

Müəllif tarixi sənədlərə istinad edərək yazır ki, XDİK əməkdaşları başda Orbelyan olmaqla, Milax kəndində antisovet təbliğatı “aparan” xeyli sayda kənd sakinini istintaqa cəlb etmiş, onlarla günahsız insan uydurma ittihamlarla güllələnmiş, ailələri isə sürgün edilmişdir. Milax və digər kəndlərin yekun işi haqqında məlumatları Azərbaycan Baş Dövlət Siyasi İdarəsinə göndərən Orbelyan bu dəfə Keçili kəndi haqqında növbəti təxribatını hazırlayır. Qəddar Orbelyan öyrənir ki, 1918-20-ci illərdə keçililər daşnaklara qarşı mərdliklə döyüşmüş, ermənilər bu kənddə yalnız bir ev yandıra bilmiş, cəsur kənd sakinləri Qılınc Qaya yaxınlığında xeyli daşnak öldürərək onları bir daha kəndə yaxın düşməyə qoymamışlar. Bundan başqa, bir çox Keçili igidləri Zəngəzurun daşnaklardan təmizlənməsində də fəal iştirak etmişlər. Buna görə də Orbelyanın əsas planı, əslində, bu kəndin bütün sakinlərinə divan tutmaq idi.

Keçili qaçaqları. 1930-cu il

Sadıq Sadıqov yazır ki, əməliyyata başlamaq üçün Naxçıvan İnzibati Şöbəsinin rəisi Abbas Qasımov bir neçə milis işçisi ilə kəndə gedir və orada kəndliləri toplayaraq kolxoza daxil olmaq üçün təbliğat işi aparır. Lakin kəndlilər bundan imtina edirlər. Ona görə də Qasımovun göstərişi ilə 30 sakin həbs edilərək bir kənd damına qatılır ki, ertəsi gün Naxçıvana göndərilib həbsxanaya salınsın. Səhər onları çıxarıb şəhərə göndərmək istəyəndə hərəsi bir səmtə qaçır. Bunların içində Quşdan da olur və onlar birlikdə dağlara qalxırlar. Bu qaçhaqaçda Qasımov tərəfindən kənd sakinlərinə atəş açılmış və günahsız, silahsız kənd sakinləri Şirin Bayram oğlu, İsgəndər Bayram oğlu, Əhməd Zeynalabdin oğlu, Faron Əli oğlu, Malış Novruzəli oğlu öldürülür. Bir neçəsi isə yaralanır. Abbas Qasımovun özü isə yerləşdiyi evdən atəşi davam etdirir, ertəsi gün özünün çıxılmaz vəziyyətdə olduğunu görüb intihar edir...

Tarixçi-alim Fəxrəddin Cəfərov arxiv materialları əsasında qələmə aldığı “Naxçıvan polisinin inkişaf yolu (1920-2008-ci illər)” adlı kitabında yazır: “SSRİ Xalq Komissarları Sovetinin 2 fevral 1930-cu il tarixli “Mülkədarlıqla mübarizə işinin təşkili və bütün SSRİ ərazisində kolxozların təşkili” barəsində qərarının hər bir maddə və müddəasını xüsusi səy və canfəşanlıqla yerinə yetirməyə çalışan yerli partiya və sovet təşkilatları, həmçinin hüquqi orqanların səyi ilə 1930-1932-ci illərdə mülkədar təsərrüfatı xeyli sıxışdırılır. Artıq demək olar ki, 1930-1931-ci illərdə muxtar respublikanın əksər kəndlərində kolxozlar yaradılmışdır”. Müəllif qeyd edir ki, qolçomaq təsərrüfatının məhdudlaşdırılması yerlərdə qolçomaq üsyanlarının baş qaldırmasına səbəb oldu. Belə ki, Şahbuz rayonunun Keçili, Külüs, Biçənək, Türkeş, Sələsüz, Aşağı Qışlaq, Şərur rayonunun Dəmirçi, Yengicə, Mahmudkənd, Püsyan, indiki Culfa rayonunun Milax, Ərəfsə və digər kəndlərində üsyanlar baş verir. Bu üsyanlara, əsasən, “qolçomaqlar” rəhbərlik edirdi. Çünki onların torpaqları əllərindən alınmışdı. Məhz bu səbəbdən də dağlara çəkilərək başlarına öz yaxın adamlarını toplayaraq mübarizə aparırdılar. Bu qaçaq hərəkatının başında Kərbəlayı Süleyman, Kərbəlayı İsmayıl, Cəfərqulu xanın sərkarı Quşdan, ərəfsəli Səlim bəy, milaxlı Kərbəlayı Yəhya, keçilili Məşədi İsmayıl və başqaları dururdular. Ümumiyyətlə, bunların başlıca mübarizəsi yeni hakimiyyət və kolxoz quruluşuna qarşı olmuşdur.

Qeyd edək ki, bütün bu hadisələr arxiv sənədlərində dövrün ideologiyasına uyğun olaraq banditizmə qarşı mübarizə tədbirləri kimi öz əksini tapır. Və bu mübarizənin aparılmasında yerli hüquq-mühafizə orqanlarından xeyli əməkdaşın “banditlər” tərəfindən öldürüldüyü də bildirilir. O ki qaldı Keçili qaçaqlarına, buradakı üsyançı dəstədə 200-dək adam birləşmişdi. Bolşeviklərin xalqa zidd siyasətindən narazı olanların hamısı – varlılar, ortabablar, hətta yoxsullar, bəzi partiya və komsomol işçiləri belə, üsyana qoşulmuşdular. Sovet ordusunun Naxçıvandakı sərhəd dəstələri və milis üsyanı yatıra bilmir. Buraya ordunun xüsusi səhra qoşun hissələri çağırılır. Üsyançılar bir neçə həftə ordu və milis hissələri ilə qəhrəmancasına döyüşürlər. Qeyri-bərabər döyüşlərdə 100 nəfər üsyançı şəhid olur və 120 nəfər həbs edilir. Lakin hökumət qüvvələri üsyançı dəstələri tam məhv edə bilmir. 30-40 nəfər üsyançı dağlara çəkilsə də, 1932-ci ilin aprelində Sarı dağın ətəyində mühasirəyə alınaraq ələ keçirlər. Keçili hərəkatında adı bu günədək dillərdə əzbər olan Qaçaq Quşdan isə hökumət adamlarının hədə-qorxularına heç vaxt boyun əymir və kəndə növbəti gəlişi zamanı dövlət adamları bundan xəbər tutub sübh tezdən onun olduğu evi mühasirəyə alırlar. Cəsur döyüşçü son nəfəsinədək onlarla döyüşür və sonuncu gülləsini özünə saxlayır. Deyilənlərə görə, həmin vaxt Quşdanın 22, bəzi mənbələrə görə isə 28 yaşı var imiş.

Ümumilikdə, həmin dövrdə təkcə Keçilidən deyil, digər kəndlərdən də yüzlərlə insan sovet repressiya maşınının təsirinə məruz qalaraq öldürülür, əmlakları müsadirə olunur, özləri isə sovetin yaradılmış ilk həbs düşərgələrinə göndərilir. Onların bəraət alması isə yalnız 1989-cu ildən sonra mümkün olur və məhz ümummilli lider Heydər Əliyevin Azərbaycanda siyasi hakimiyyətə qayıdışından – 1996-cı il 15 mart tarixli “Siyasi repressiya qurbanlarına bəraət verilməsi haqqında Azərbaycan Respublikası Qanunu”nun qəbulundan sonra xalqımıza qarşı törədilmiş soyqırımı və repressiya hadisələri ilə bağlı məlumatların üzə çıxarılmasına imkan yaranır.

Bu gün Şahbuz rayonunun Keçili kəndində yaşayan sakinlərin əksəriyyətinin ata-babaları o ağır və məşəqqətli günlərin iştirakçısı olsa da, hadisə şahidlərinin çoxu dünyasını dəyişib. Lakin kənd sakinlərinin yaddaşından bu tarix silinməyib. Bu yaxınlarda kənddə olarkən 80 yaşlı Nurəli Əsgərov, 90 yaşlı Beytulla Əliyev ailələrinin yaşadıqları bu ağır günlərdən onlara məlum olanları bir daha dilə gətirdilər. Ümumi gəldiyimiz nəticə isə bu oldu ki, xalqımızın müstəqil yaşamaq uğrunda mübarizəsində erməni amili hər zaman əsas rol oynayıb. Əgər ulu öndər Heydər Əliyev 1969-cu ildə Azərbaycanda rəhbərliyə gəlməsə idi, məlum proseslər bu və ya digər şəkildə yenə davam edəcəkdi. Çünki həmin dövrə qədər ölkəmizdə ən yuxarı vəzifələrdə ermənilər işləyirdi. Yuxarıda adını çəkdiyimiz qaniçən Orbelyan isə 1941-ci ildə Dağlıq Qarabağ Muxtar Vilayətində Ali Məhkəmənin sədri təyin olunmuşdu və onun əli ilə həmin dövrlərdə onlarla azərbaycanlı ziyalı, o cümlədən həkim, hüquq işçisi və digər peşə sahibləri bu və ya digər yollarla cinayət məsuliyyətinə cəlb olunmuş, müxtəlif yollarla aradan götürülmüşdü. Yalnız dahi şəxsiyyət Heydər Əliyevin ali rəhbərliyə gəlişi ilə ermənilərin bu sahədə əl-qolu bağlanmışdı. Naxçıvanda qaçaqlarla bağlı hərəkatı isə ona görə xatırlatdıq ki, bu, Xalq Cümhuriyyətinin süqutundan sonra yaşadığımız ən ağır tarixi dövrlərdən olub. Və bu hadisələrin davamı kimi, təkcə 1937-ci il avqustun 5-dən 10-dək – 5 gün ərzində Naxçıvan Muxtar Respublikasında antisovet təbliğatı adı ilə 9 min 957 şəxs həbs edilib.

Ona görə də tariximizi öyrənmək hər birimizin vətəndaşlıq borcudur. Unutmamalıyıq ki, müstəqilliyimizi yenidən bərpa etmək və ən əsası onu qoruyub saxlamaq yüz minlərlə soydaşımızın qanı bahasına başa gəlib.

Səbuhi HƏSƏNOV

Hər kəsə yaxşı bəllidir ki, sağlam yaşamağın sirri, ilk növbədə, insanın düzgün qidalanmasındadır. Gün ərzində qəbul etdiyimiz qidalar orqanizmin gündəlik ehtiyac duyduğu vitamin və mineralları təmin etməlidir. Mövsümi dəyişiklik ilə əlaqədar baş verən yorğunluğun qarşısını almaq və immunitet sistemini gücləndirmək üçün çoxlu vitamin, mineral tərkibli qidalardan istifadə etmək lazımdır.

Həkim məsləhəti

İsti yay günlərində necə qidalanmalı

Bəs yay aylarında hansı qidaları qəbul etməliyik ki, sağlamlığımızla bağlı xoşagəlməz hallar yaranmasın? Bu fəsildə immuniteti necə gücləndirə bilərik? Bu və bu kimi suallarımızı cavablandırmaq üçün Naxçıvan Muxtar Respublika Xəstəxanasının Terapiya şöbəsinin müdiri İsmət İmanovaya müraciət etdik.

Həkimin sözlərinə görə, fəsillərlə paralel olaraq insan orqanizmində imunnobioloji sistemdə də dəyişiklik olur. Havanın temperaturu, atmosfer təzyiqi, günəş şüaları, bütün bunlar insana təsirsiz ötüşmür. Qış, yaz fəsillərində immuniteti gücləndirmək bir qədər çətin olur və fəsillər bir-birini əvəzlədikcə immunitetimizə də öz mənfi təsirini göstərir. Lakin C vitamini ilə zəngin olan bir çox qidalar var ki, məsələn, yerkökü, kələm və limonu bütün ilboyu əldə edə bilirik. Bu qidalardan çox istifadə etməklə orqanizmimizin A, C və B qrup kompleksi vitaminlərinə olan tələbatını ödəyə bilərik. Çox vaxt yaz fəslində dəridə, sifətdə, saçlarda quruluq əmələ gəlir. Bütün bunlar A vitamini çatışmazlığından yaranır.

Həkim onu da deyir ki, yay fəslində süfrəmiz vitamin, protein və dəmir tərkibli qidalarla zəngin olmalıdır. İmmunitet sistemini gücləndirmək üçün cəfəri, bibər, soğan, kərəviz və brokoli kimi tərəvəzlər, çiyələk və kivi kimi tərkibində C vitamini çox olan meyvə və giləmeyvələrə üstünlük vermək lazımdır. Mövsüm dəyişikliyi ilə əlaqədar yaranan depressiyanı azaltmaq üçün B vitamini ilə zəngin yaşıl yarpaqlı tərəvəzlər, ət və süd məhsulları istehlak edilməlidir. Dəniz məhsulları, taxıllar, yumurta, brokoli, kələm, göbələk və turp yaxşı vitamin qaynağıdır. Fındıq, badam, qoz kimi yağlı toxumlular da maqnezium, selenium və sink baxımından olduqca zəngindir. Yerkökü və balqabaq A vitamini və beta-kerotinlə zəngindir. Sarımsaq və soğan isə antimikrobial və antiviral tərkibi ilə xalq arasında bilindiyi kimi antibiotik təsirə malikdir. Hərəkətsizlik və qidalanma ilə bağlı olaraq əmələ gələn bağırsaq problemlərini minimuma endirmək üçün mütləq probiotik qidalara yer verilməlidir. Qatıq və digər ağartı məhsulları önəmli probiotik qaynağıdır. Həmin probiotiklər isə immunitet sisteminin gücləndirilməsində olduqca təsirlidir.

Həkim onu da diqqətimizə çatdırır ki, düzgün qidalanma sağlamlığın, gözəlliyin harmoniyasıdır. İnsan həyatı boyu cürbəcür qidalar, maddələr qəbul edir. Həmin qidalar orqanizmə daxil olduqdan sonra müxtəlif biokimyəvi, mexaniki təsirlər nəticəsində parçalanır. Parçalanma məhsullarından isə yeni birləşmələr əmələ gəlir və bu birləşmələrdən hüceyrələr qurulur, insanın danışığı, nitqi, hərəkəti, daxili orqanlarının fəaliyyəti tənzimlənir. Buna isə maddələr mübadiləsi deyilir. Düzgün qidalanmadıqda isə, təbii ki, maddələr mübadiləsi pozulur. Gün ərzində insan orqanizminin ehtiyac duyduğu maddələr çoxdur. Buna karbohidratlar, zülallar, yağ turşuları, su, minerallar, vitaminlər, mikroelementlər və sair aiddir. Zülallar gündəlik qida qəbulumuzun ən çox faizini təşkil etməlidir. Çünki insanın vücud olaraq yaranışı toxumadan, toxumaları isə hüceyrələrdən ibarətdir. Bu hüceyrələrin quruluşunu isə zülallar təşkil edir. Zülalların amin turşularını təşkil edən balanslaşmış qidanın əsas tərkibi isə yağlardır.

İsmət həkim onu da bildirir ki, yay fəslində daha çox bitki tərkibli yeməklərin bişirilməsi yağdan istifadənin miqdarını artırır. Hər kəs birmənalı fikirləşir ki, yağ orqanizmin düşmənidir. Düzdür, yağ toxumalarının çoxluğu orqanizmdə müxtəlif patalogiyaların yaranmasına səbəb ola bilər. Amma unutmayaq ki, orqanizmin yağa gündəlik tələbatı var, gün ərzində 50 qram qəbul etməliyik. Bunun üçün xörək bişirən zaman daha çox bitki yağlarından istifadə etmək lazımdır. Həttа süd, qatıq, kəsmik alarkən yağlılıq dərəcəsi az olanlara üstünlük vermək məsləhətdir.

Söhbətimizin sonunda həkimdən "Günə bir stəkan su ilə başlayın" deyiminə münasibətini də eşitmək istədik. O bildirdi ki, su insan orqanizmi üçün çox önəmlidir, orqanizmdə qoruyucu, həlledici rol oynayır. Əgər oynaqlarda su olmasa, quruma baş verər, ağrılar olar, hərəkət məhdudlaşar. Təmiz su içmək çox xeyirlidir. Xüsusilə yayda havaların isti keçdiyi günlərdə səhər yeməkdən hardasa yarım saat əvvəl içilməsi daha məqsədəuyğundur. Gün ərzində orqanizmin tələbatına uyğun olaraq, təxminən, litr yarım, iki litrə qədər su qəbul edilməlidir. Lakin biz suyu başqa maddələrlə də əvəz edirik – kompotlar, çaylar, şirələrlə. Digər tərəfdən suyu da düzgün qəbul etmək zəruridir. Fikir vermək lazımdır ki, hansı qidadan neçə saat sonra və ya əvvəl su içmək olar. Məsələn, zülal tərkibli qida qəbul ediriksə, mütləq üstündən saat yarım, karbohidratla zəngin meyvə, tərəvəz yeyiriksə, qırx dəqiqə, bir saat sonra su qəbul edə bilərik.

Həyat sevinc, xoşbəxtlik və çətinliklərlə birlikdə yaşanır. Lakin qarşıya çıxan heç bir problem sağlamlıq qədər əhəmiyyətli deyil. Unutmayaq ki, cansağlığı insan üçün ən vacib nemətdir.

✍ **Telli MƏMMƏDOVA**

Videoçarx müsabiqəsi başa çatıb

Naxçıvan Muxtar Respublikası Mədəniyyət Nazirliyinin təşkilatçılığı ilə keçirilən "Bir neçə dəqiqədə mədəniyyət" adlı videoçarx müsabiqəsinə yekun vurulub və qaliblər müəyyənləşdirilib.

İki yaş kateqoriyası (14-25 və 26-35) üzrə qeydiyyat 1-25 iyun tarixlərdə aparılıb, 26-27 iyun tarixlərdə videoçarxlara baxış olub və hər iki kateqoriya üzrə müsabiqənin qalibləri seçilib. Münsiflər heyəti tərəfindən seçim zamanı təqdim olunan videoçarxların mövzunu əhatə etməsi, çəkilişin keyfiyyəti, şəxsi yaradıcılıq, nitq mədəniyyəti və videoçarxın heç yerdə yayımlanmaması nəzərə alınıb. Nəticələrə əsasən 14-25 yaş kateqoriyası üzrə I yerə Həcər Əsgərova, II yerə Nəzrin Nuriyeva, III yerə Nail Nağıyev, 26-35 yaş kateqoriyası üzrə I yerə Tural Əliyev, II yerə Sərxan Abdullayev, III yerə Əbülfəz Məmmədov layiq görülüblər. Qaliblər pul mükafatı, həmçinin müvafiq diploma təltif olunublar.

Qeyd edək ki, Bakı şəhərindən qatılan və qalib olan iştirakçıların mükafatları onların ünvanlarına çatdırılacaqdır.

Naxçıvan Muxtar Respublikası Mədəniyyət Nazirliyinin mətbuat xidməti

Muxtar respublika birinciliyi yekunlaşıb

Naxçıvan Muxtar Respublikasının hüquq-mühafizə orqanlarının əməkdaşları arasında keçirilən atıcılığın stend növü üzrə muxtar respublika birinciliyinə yekun vurulub.

Naxçıvan Muxtar Respublikası Gənclər və İdman Nazirliyi ilə Atıcılıq Federasiyasının birgə təşkil etdiyi birincilik Naxçıvan Muxtar Respublikası Atıcılıq Mərkəzində keçirilib.

Birinciliyi keçirməkdə məqsəd muxtar respublikanın şəhər və rayonlarında bədən tərbiyəsi və idman kollektivlərində idmanın inkişafı, stend idman növünün hüquq-mühafizə orqanlarının əməkdaşları arasında təbliğ edilməsi, əməkdaşlar arasında dostluq əlaqələrinin gücləndirilməsi, ən yaxşı atıcıların müəyyən edilməsi və idmançıların vətənpərvər ruhda tərbiyə olunmasından ibarət olub.

Yarışın yekun nəticəsinə əsasən qalib adını Nurəddin Aslanov (Dövlət Gömrük Komitəsi) qazanıb. Digər iki pillədə isə Ramiq İsmayılov (Dövlət Təhlükəsizliyi Xidməti) və Elnur Zellabdinov (Miqrasiya Xidməti) qərarlaşıblar.

Sonda qaliblər təşkilatçılar tərəfindən diplom, kubok və hədiyyələrlə mükafatlandırılıblar.

✍ **C. MƏMMƏDOV**

Sağlam həyat tərzi

İdman və musiqi: sağlam bədənə sağlam ruhla nail olaq

Musiqi bəzən cəsarət, bəzən əsəbilik, bəzən rahatlıq, bəzən hərəkətlilik və bəzən də hüzn yarada bilir. Musiqinin hər mərhələdə uyğunlaşma təmin etdiyini söyləmək mümkündür. Bədənin qidası ilə ruhun qidasını birləşdirən amilin idman olması isə hər şeyi dəyişir. Aparılan araşdırmalar göstərir ki, musiqi tərzlərinin fərqliliyini hiss edən, onu zövqlə dinləyən idmançılar özlərini rahat şəkildə motivasiya etməyi bacarırlar.

Musiqi idmançıya nə verir?

Musiqi öz xarakterinə görə sakitləşdirici, düşündürücü, mübarizəyə çağıran və insanda müxtəlif əhval-ruhiyyələr yaradan vasitələrdən biridir. Bu təsir qüvvəsi xalqımızın qədim məhəbbət və qəhrəmanlıq dastanlarında da öz əksini tapıb.

Musiqinin insana verdiyi gözəl təəssürat və hisslər onun ruhuna təsir edir. Musiqi insanın ruhunun emosional oyanışına səbəb olur ki, onun sədaları altında keçirilən məşqdən, sanki idmançı yorulmur. Daha dəqiq desək, musiqinin cazibədar sədaları insanın ruhunu qidalandırır, psixoloji gərginliyi tənzimləyir və onu yüksək nailiyyətlərə ruhlandırır. Aparılan araşdırmalardan məlum olub ki, bütün məşqlərin hazırlıq hissəsinin xüsusi seçilmiş musiqi sədaları altında keçirilməsi məsləhətdir. Bu zaman maraqlı sual ortaya çıxır: Musiqi idmançıya nə verir?

İdmanda cəld və sürət tələb edən ritmik hərəkətlər olmalıdır. Bu ritm və cəldlik idmançının hərəkətini musiqinin sədaları altında tez bir vaxtda avtomatizmə gətirib çatdırır. Yarışda idmançı musiqi eşitməsə də, onun ruhuna həmoya bu sədalar altında mübarizəsi coşan çaya bənzəyir. Bu vaxt hərəkətlərdəki elastiklik və mübarizlik, sanki musiqi sədaları altında baş verir. Son illər Şərqi Avropa ölkələrinin əksəriyyətində güləşçilər, cüdoçular, taekvandoçular heç bir gərginlik duymadan arenalarda musiqi ilə məşq edirlər. Bununla, hiss edilmədən qazanılan müsbət emosiyalar idmançını daim yüksək ruhda və mübarizə hazırlığında saxlayır. Bu, eyni zamanda idmançıda dözümlülük və fiziki artıma güclü təsir göstərir.

İkinci dost

İdmançıların musiqi olaraq seçdikləri tərzlər, adətən, ritmik olur. Elə idman sahələri var ki, orada qüvvə və ağırlıq tələb edilir. Bu zaman isə nisbətən sakitlik olmalıdır. Çox maraqlıdır ki, Avropada dəbdə olan pop və soul musiqiləri, ümumiyyətlə, idman edilərkən dinlənilmir. Avropalılara görə, musiqi dinləmək, əslində, yaxın dostun insanı ruhlandırması kimi bir hadisədir. Elm adamları musiqi ritmlərinin bədən axışını sürətləndirdiyi və bu hərəkətliliklə psixoloji reaksiyalara müsbət istiqamətdə təsir edə biləcəyini açıqlayıblar. Köln İdman Akademiyasının (Almaniya) araşdırma qrupunun elmi düşüncələrinə əsasən həddindən artıq hərəkətli olmayan idmançıların ritmik musiqi sədaları altında məşqlərə sövq edilməsi müsbət nəticə verir.

İnsanların psixologiyası müxtəlif olduğu kimi, onların musiqi zövqləri də fərqlidir. Amma məsləhət görülür ki, məşqlərdə sizi motivasiyaedici və idmanlarınızı hərəkətləndirə biləcək bir musiqi seçəsiniz. Musiqi dinlərkən məşq etmək həm də bədəndə müəyyən bir kalori "xərcləməsi" deməkdir.

İdman və musiqi bir-birilə sıx bağlıdır. İdmana başlamaq üçün əsas şərtlərdən biri də motivasiyadır. Lakin idmanı daha həvəsli davam etdirmək və motivasiyadan düşməmək üçün musiqiyə qulaq asmaq məqsədəuyğundur. İdman edərkən musiqi dinləmək sağlamlıqla yanaşı, həm də insanda yüksək əhval-ruhiyyə yaradır.

Hazırkı dövrdə ev şəraitində məşq edərkən musiqi dinləmək daha uyğundur. Araşdırmalar göstərir ki, musiqi insanın diqqətini yayındırır və bu yayındırma onun əhvalını müsbət yöndə 15 faiz artırır. Digər maraqlı məqam isə idman edərkən musiqi dinləyənlərlə dinləməyənlər arasında aparılan araşdırmadır. Belə ki, musiqi dinləyən idmançıların digərlərinə nisbətən daha çox güclü məşq etdikləri məlum olub.

Ev şəraitində məşq edərkən müşayiət üçün daha çox ritmik musiqi seçmək lazımdır. Çünki idman edərkən dinlədiyiniz musiqinin ritmi beyinə təsir edir və nə vaxt hərəkət etmək lazım olduğu siqnalını göndərir. Bu cür ritmik hərəkət isə enerjinizi daha məhsuldar şəkildə istifadə etməyinizə dəstək olur və ev şəraitində sizləri sıxılmadan xilas edir.

Bizim musiqi və idman

Məşq zamanı seçilən musiqi bioritmik, sakit və axıcı olmalıdır. Odur ki, bəstəkarlar, adətən, idman yarışları, tədbirləri üçün musiqi yazarkən, onu təkcə yalnız bir yarış üçün yox, daim istifadə olunması üçün nəzərdə tuturlar. Azərbaycanın idman tarixində bəstəkarlarımızın müxtəlif festivallara həsr edilmiş gözəl kantataları, musiqiləri var. Musa Mirzəyevin "Gənc idmançılar mahnısı", maestro Niyazi və bəstəkar Rauf Hacıyevin birgə yazdıqları "Festival mahnısı" (marş), Rauf Hacıyevin "Gənclik marşı", Cahangir Cahangirovun "Yürüş mahnısı", "Düşərgə nəğməsi" və digərləri idmanla musiqinin qarşılıqlı əlaqəsindən, vəhdətindən, gəncliyimizin fədakarlığından bəhs edir.

1980-ci ildə Moskvada keçirilən olimpiada üçün Qara Qarayev və bəstəkarlıq məktəbinin istedadlı nümayəndəsi Azər Dadaşov idmançılara həsr edilmiş gözəl kantata yaradırlar ("Sçastye, da!" "Xoşbəxtlikdir"). Əsərin musiqisində idmana xas olan fəal marş ritmi hərəkətliliyin gümrah və şən əhval-ruhiyyəsi ilə bu gün də özünü müsbət yöndə göstərməkdədir. Göründüyü kimi, musiqi dinləyərək məşq etmək bir çox müsbət vərdişlərin də yaranmasına səbəb olur.

✍ **Ceyhun MƏMMƏDOV**

İtmişdir

Şərur rayonu, Yengicə kənd sakini Allahverdiyeva Zəhra Əli qızının adına olan JN-194 inventar nömrəli, 10207018 kodlu torpağa mülkiyyət hüququna dair dövlət aktı itdiyindən etibarsız sayılır.

ŞƏRQ qapısı

Baş redaktor: MEHRİBAN SULTANOVA

Ünvan: AZ-7000, Naxçıvan şəhəri, "Təbriz" küçəsi 1.
Telefonlar: Məsul katib: 545-62-47
Şöbələr: 545-81-44, 545-51-18
Müxbirlər: 545-75-21, Faks: 544-52-52
E-mail: serqqapisi@nakhchivan.az

Qeydiyyat №: 575

Əlyazmalara cavab verilmir və onlar geri qaytarılmır

Nömrəyə məsul: Ceyhun Məmmədov

Qəzet redaksiyanın kompüter mərkəzində yığılıb, səhifələnib və Əcəmi NPB-də ofset üsulu ilə çap olunmuşdur.

Tiraj: 1500. Sifariş № 479