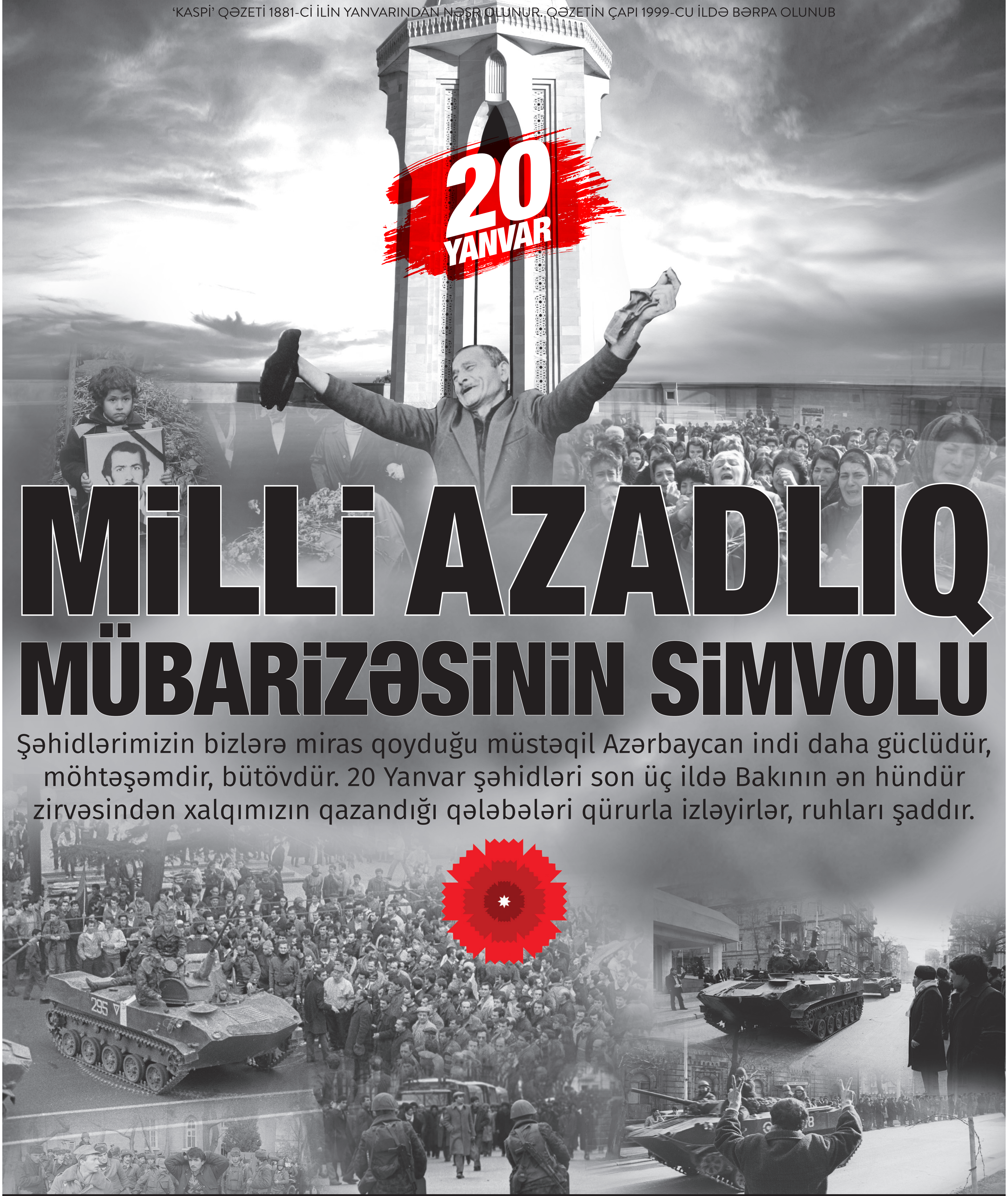
**MİLLİ İRADƏMİZİN SINACAĞINI DÜŞÜNƏNLƏR YANILDILAR**

Kaspi
ÜÇ ƏSRİN QƏZETİ
20 YANVAR ŞƏNBƏ 2024 | 02 (4153)
Qiymәti - 40 qәpik
www.kaspi.az
'KASPİ' QƏZETİ 1881-Cİ İLİN YANVARINDAN NƏŞR OLUNUR. QƏZETİN ÇAPI 1999-CU İLDƏ BƏRPA OLUNUB




# MİLLİ AZADLIQ MÜBARİZƏSİNİN SİMVOLU

Şəhidlərimizin bizlərə miras qoyduğu müstəqil Azərbaycan indi daha güclüdür, möhtəşəmdir, bütövdür. 20 Yanvar şəhidləri son üç ildə Bakının ən hündür zirvəsindən xalqımızın qazandığı qələbələri qürurla izləyirlər, ruhları şaddır.

**BU GÜN ARTIQ 20 YANVAR ŞƏHİDLƏRİNİN RUHLARI ŞADDIR**

Üç əsrin qəzeti Kaspi

# Prezident dini qurumlara maliyyə yardımı ayırıb

Prezident İlham Əliyev Azərbaycanda dini qurumlara maliyyə yardımı göstərilməsi haqqında Sərəncam imzalayıb. Bununla bağlı President.az məlumat yayıb.

Sərəncama əsasən, ölkəmizdə dini qurumlara maliyyə yardımı göstərmək üçün Azərbaycan Respublikasının 2024-cü il dövlət büdcəsində nəzərdə tutulmuş Azərbaycan Respublikası Prezidentinin ehtiyat fondundan Qafqaz Müsəlmanları İdarəsinə iki milyon manat, Rus Pravoslav Kilsəsinin Bakı və Azərbaycan Yeparxiyası dini qurumuna 350 min manat, Bakı şəhəri Dağ yəhudiləri dini icmasına 350 min manat, Avropa yəhudilərinin Bakı dini icmasına 350 min manat, Azərbaycan Respublikasında Katolik Kilsəsinin Apostol Prefekturası dini qurumuna 350 min manat və Azərbaycan Respublikasının Alban-Udi xristian dini icmasına 350 min manat, habelə digər qeyri-islam dini icmalarına maddi dəstək məqsədilə Azərbaycan Respublikası Dini Qurumlarla İş üzrə Dövlət Komitəsinin tabeliyində Mənəvi Dəyərlərin Təbliği Fonduna 350 min manat ayrılıb.

Sərəncam ölkədə mövcud dini konfessiyaların fəaliyyətini dəstəkləmək, habelə multikultural dəyərlərin daha da inkişaf etdirilməsi və yüksək tolerantlıq mühitinin qorunması məqsədilə imzalanıb.

# SOCAR - “MOL Group” əməkdaşlığı müzakirə olunub

Azərbaycan Dövlət Neft Şirkəti (SOCAR) Macarıstanın “MOL Group” şirkəti ilə “Azəri-Çıraq-Günəşli” (AÇG) və Bakı-Tbilisi-Ceyhan (BTC) kimi layihələr çərçivəsində əməkdaşlığı müzakirə edib. “Report” xəbər verir ki, bunu Azərbaycan Dövlət Neft Şirkətinin prezidenti Rövşən Nəcəf “X” sosial şəbəkəsindəki hesabında bildirib.

Davos İqtisadi Forumu çərçivəsində SOCAR prezidenti “MOL Group” şirkətinin strateji əməliyyatlar və korporativ inkişaf üzrə icraçı vitse-prezidenti, İdarə Heyətinin üzvü György Bacsa və şirkətin Kəşfiyyat və hasilat üzrə icraçı vitse-prezidenti Zsombor Marton ilə görüşüb.

“Müzakirələrimiz zamanı Azərbaycanın enerji sektorunun inkişafında mühüm rol oynayan “Azəri-Çıraq-Günəşli” və Bakı-Tbilisi-Ceyhan kimi layihələr üzrə uğurlu əməkdaşlıq vurğulanıb. Danışıqlar zamanı mövcud və potensial əməkdaşlıq istiqamətlərinin araşdırılması, eyni zamanda qarşılıqlı maraq doğuran müxtəlif mövzular barədə fikir mübadiləsi aparılıb”, - R.Nəcəf qeyd edib.

# Qoşulmama Hərəkatına sədrliyimiz başa çatdı

## Azərbaycanın Qoşulmama Hərəkatına sədrliyi rəsmən başa çatıb. Kampalada keçirilən zirvə görüşündə ölkəmiz sədrliyi Uqandaya təhvil verib.

Azərbaycan xarici işlər naziri Ceyhun Bayramov Uqandanın paytaxtı Kampala şəhərində keçirilən Qoşulmama Hərəkatının (QH) Dövlət və Hökumət Başçılarının 19-cu zirvə görüşündə iştirak və çıxış edib.

Xarici İşlər Nazirliyindən bildirilib ki, zirvə görüşündə QH-nin sədri qismində açılış nitqi ilə çıxış edən C.Bayramov Azərbaycanın dörd il bundan öncə Hərəkata sədrliyi təhvil aldıqdan sonra beynəlxalq münasibətlər sistemi üçün olduqca mürəkkəb bir dövrdə QH-yə uğurla sədrlik etdiyini, Hərəkatın mövcud çağırışlarla mübarizədə effektivliyinin artırılması üçün substantiv və institusional tədbirlər gördüyünü diqqətə çatdırıb.

Daha sonra Hərəkatın 19-cu Zirvə Görüşünün gündəliyi qəbul olunub.

Zirvə Görüşünün gündəliyinə əsasən, Azərbaycan Prezidenti İlham Əliyevin QH-nin sədri qismində uğurlu fəaliyyət və təşəbbüslərini əks etdirən videoçarx nümayiş olunub, daha sonra isə nazir Ceyhun Bayramovun Azərbaycanın Hərəkata sədrliyinin yekunlarına dair çıxışı dinlənilib.

### ÖLKƏMİZƏ GÖSTƏRİLƏN İNAM VƏ ETİMAD

2019-cu ildə Hərəkata rəhbərliyi təhvil alan Azərbaycanın sədrliyinin 2022-ci ildə üzv ölkələrin yekdil qərarı ilə əlavə bir il müddətinə uzadılmasının ölkəmizə göstərilən inam və etimadın təcəssümü olduğunu qeyd edən nazir Ceyhun Bayramov, Azərbaycanın sədrlik dövründə tarixi Bandunq prinsipləri əsasında öz fəaliyyətini qurduğunu bildirib. Hərəkat üzvləri tərəfindən müxtəlif beynəlxalq təşkilatlar, o cümlədən BMT Baş Assambleyası və İnsan Hüquqları Şurasında irəli sürülmüş qətnamələrin qəbul edildiyi diqqətə çatdırılıb.

### QOŞULMAMA HƏRƏKATININ İNSTİTUSİONAL İNKİŞAFI

Hərəkata sədrliyimizin COVID-19 pandemiyası dövrünə təsadüf etməsinə baxmayaraq, irəli sürülən təşəbbüslərin, xüsusilə QH sədri qismində Prezident İlham Əliyev tərəfindən irəli sürülmüş BMT Baş Assambleyasının COVID-19 pandemiyasına qarşı mübarizə üzrə xüsusi sessiyasının çağırılması, peyvəndlərə əlçatanlığın təmin edilməsinin təşviqinin Hərəkat çərçivəsində yeni əməkdaşlıq imkanları yaratdığı qeyd olunub.

Sədrliyimiz dövründə Hərəkatın Parlament Şəbəkəsi və Gənclər Təşkilatının yaradılmasının, Qadınlar Platformasının əsasının qoyulması ilə bağlı atılan addımların QH-nin institusional inkişafı baxımından mühüm əhəmiyyət kəsb etdiyi bildirilib.

Ölkəmizin bundan sonra da Hərəkatın inkişafı istiqamətində səylərini əsirgəməyəcəyi, xüsusilə QH-nin sədrlik üçlüyü çərçivəsində Hərəkatın fəaliyyətinə töhfə verməkdə davam edəcəyi diqqətə çatdırılıb.

#### COP29-LA BAĞLI AZƏRBAYCANA DƏSTƏK

Tədbirdə iştirak edən QH üzv dövlətləri Azərbaycanın Hərəkata dörd illik uğurlu sədrliyini təqdir edərək, xüsusilə də təsisatın institutlaşdırılması istiqamətində atdığı addımları və pandemiya dövründə COVID-19 ilə mübarizə sahəsində gördüyü işləri yüksək qiymətləndirib.

Zirvə Görüşündə qəbul edilən Yekun Sənəddə ölkəmizin maraqlarını əks etdirən müddəalar əks olunub, Azərbaycanın İqlim Dəyişiklikləri üzrə Çərçivə Konvensiyanın növbəti Tərəflər Görüşünə (COP29) ev sahibliyi etməsi QH üzv ölkələri tərəfindən yekdilliklə alqışlanıb.

Daha sonra isə QH-nin sədrliyi Azərbaycan tərəfindən Uqandaya təqdim edilib.

# MİLLİ AZADLIQ MÜBARİZƏSİNİN SİMVOLU

Şəhidlərimizin bizlərə miras qoyduğu müstəqil Azərbaycan indi daha güclüdür, möhtəşəmdir, bütövdür. 20 Yanvar şəhidləri son üç ildə Bakının ən hündür zirvəsindən xalqımızın qazandığı qələbələri qürurla izləyirlər, ruhları şaddır.

AZAD ƏLİYEV
azad.eliyev@kaspi.az

Azərbaycan xalqının milli azadlıq mübarizəsinin simvoluna çevrilmiş 20 Yanvar faciəsindən 34 il keçir. Bu illər ərzində Bakının ən hündür yerində bizlərə daima müstəqillik yolunun sönməz məşəlini göstərən Şəhidlər Xiyabanı yüz minlərlə insanın axınına şahidlik edir. Zahirən səssiz, sakit və hüznlü olan bu insan seli əslində, Azərbaycan xalqının daxilən güclü iradəsinin, əzminin göstəricisidir.

### MİLLİ İRADƏMİZİN SINACAĞINI DÜŞÜNƏNLƏR YANILDILAR

Keçmiş SSRİ rəhbərliyinin yarıtmaz siyasəti nəticəsində Qarabağda başlayan separatizmə qarşı öz haqlı tələblərini səsləndirən milyonlarla azərbaycanlının azadlıq və müstəqillik tələblərini boğmaq üçün “qırmızı imperiya” özünün ən qanlı silahını işə saldı. Paytaxt Bakıya yeridilən hərbi birləşmələr yüzlərlə əliyalın azərbaycanlını qətlə yetirdi. Bu addımlarla xalqımızın çıxdığı müstəqillik yolunda iradəsini qıracağını düşünənlər yanıldılar. 20 Yanvar faciəsi Azərbaycan vətəndaşlarını müqəddəs amal uğrunda daha sıx birləşdirdi.

### MOSKVADAN DÜNYAYA SƏSLƏNİŞ

Ümummilli lider Heydər Əliyevin 1990-cı il 20 Yanvar hadisələrindən dərhal sonra bu barədə keçmiş SSRİ paytaxtından, Moskvadan dünyaya səslənişi həqiqətlərin beynəlxalq aləmin diqqətinə çatdırılmasında müstəsna rol oynadı. Sonradan onun prezidentliyi dövründə 20 Yanvar faciəsi ilə bağlı qəbul edilən qərar və sərəncamlar bu olayların unudulmamasına, əksinə, qan yaddaşımıza birdəfəlik həkk olunmasına xidmət etdi.

## MÜSTƏQİL AZƏRBAYCANIN VƏTƏNDAŞLARIYIQ

20 Yanvar şəhidlərinin uyuduğu Şəhidlər Xiyabanı bu gün and yerimizdir. 34 il ərzində uşaq yaşlarından Şəhidlər Xiyabanını ziyarət edib, onların qəhrəmanlıq hekayələrini dinləyərək böyüyən gənc nəsil bu gün qalib Azərbaycan Ordusunda xidmət edir. 44 günlük Vətən müharibəsində 30 illik işğala son qoyan qəhrəmanlarımızın içindəki

Vətən sevgisinin təməlində 20 yanvarda Azərbaycan xalqının imperiyaya meydan oxuyan iradəsi dayanır.

Bugünkü qüdrətli və güclü Azərbaycanın özülünü də məhz 20 Yanvar hadisələri zamanı xalqımızın nümayiş etdirdiyi birlik, həmrəylik təşkil edir. Müstəqilliyimizin ilk illərində parçalanmış, ağır məğlubiyyətlər alaraq yorğun düşmüş, dövlətçiliyi məhv olmaq təhlükəsi ilə üzləşən xalq öz küllərindən yenidən doğuldu. İllər boyu itirdiklərini geri qazanmaq, məğlubiyyət sindromu ilə əyilmiş qürurunu dirçəltmək, 20 Yanvar faciəsi də daxil olmaqla, başına gələn müsibətlərin, faciələrin qisasını almaq üçün yenidən birləşməyi, bir olmağı bacardı. Əsası ulu öndər tərəfindən qoyulan bu yol Prezident İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə öz məntiqi sonluğuna çatdı.

Artıq güclü və müstəqil Azərbaycanın vətəndaşlarıyıq. Yüz illər boyunca üzləşdiyimiz faciələri bizlərə unutdurmağa çalışanların bütün səylərinə baxmayaraq atalarımızın bizlərə qoyduğu bu Vətənə layiqincə sahib çıxırıq. 1990-cı ilin yanvar gecəsi xalqımızı sovet tankları ilə üz-üzə qoyan Qarabağ azaddır. 30 ildən artıq bir dövrdə separatizm yuvasına çevrilərək Azərbaycan dövlətinin kürəyinə saplanmış zəhərli xəncər olan Xankəndidə bu gün Azərbaycanın üçrəngli, ay-ulduzlu bayrağı dalğalanır. 20 Yanvarda olduğu kimi, soyuq və qaranlıq fevral gecəsində erməni daşnakları tərəfindən əliyalın yüzlərlə qadın, uşaq və yaşlıların qətlə yetirilərək soyqırımına məruz qaldığı Xocalı artıq öz sakinlərinin geri dönüşünü səbirsizliklə gözləyir. Laçın bu gün bir başqa görünür. Yaxın zamanlarda Kəlbəcərə öz əzəməti ilə Azərbaycan xalqının tarixi qələbəsini xatırladan Murovda çəkilən, Azərbaycanın iqtisadi gücünü göstərən tunellə səfər edəcəyik.

### 20 YANVAR ŞƏHİDLƏRİNİN RUHLARI ŞADDIR

Bəli, 20 Yanvar hadisələri zamanı Azərbaycan xalqının yüzlərlə şəhidlərinin canı və qanı bahasına çıxdığı müstəqillik yolunda bu gün müzəffər Ali Baş Komandan, Prezident İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə inamla irəliləyirik. Şəhidlərimizin bizlərə miras qoyduğu müstəqil Azərbaycan indi daha güclüdür, möhtəşəmdir, bütövdür. 20 Yanvar şəhidləri son üç ildir ki, Bakının ən hündür nöqtəsindən xalqımızın qazandığı qələbələri qürurla izləyirlər, ruhları şaddır. Çünki onların qanları, canları bahasına çıxdıqları bu yolda yürüyənlər nəhayət, tarixi missiyalarını uğurla, şanlı qələbə ilə yekunlaşdırdılar. Müasir dünyada çox az sayda dövlətin imza ata bildiyi işğal faktına son qoydular, suverenliyimizi, ərazi bütövlüyümüzü bərpa etdilər. Artıq Azərbaycan ərazisində heç bir dövlətin, heç bir imperiyanın işğalçı hərbi qüvvələri mövcud deyil. Bu gün Azərbaycan sərhədini qəhrəman və qalib Azərbaycan əsgəri, peşəkar Silahlı Qüvvələrimiz qoruyur. Vaxtilə milli iradəmizi, müstəqillik arzularımızı boğmağa çalışanlar indi bizimlə hesablaşmaq, milli maraqlarımızı nəzərə almaq məcburiyyətindədir.

### VAR OLDUQCA UNUTMAYACAĞIQ!

Bəli, 1990-cı il yanvarda xalqımızın çıxdığı bu yolda qarşımıza qoyduğumuz bütün hədəflərə çatmışıq. 34 il ərzində minlərlə şəhid versək də, üstümüzə özümüzdən qat-qat güclü düşmənlərin məkrli hücumları olsa da, çıxdığımız yoldan dönmədik, bir addım da geri çəkilmədik. 34 il əvvəl Bakının Şəhidlər Xiyabanında yandırılan “Əbədi Məşəl” elə əbədi olaraq yanacaq. Bu müqəddəs məkanda uyuyanları isə var olduğumuz müddətcə unutmayacağıq.

# FRANSA SENATININ KOMİK QƏTNAMƏSİ

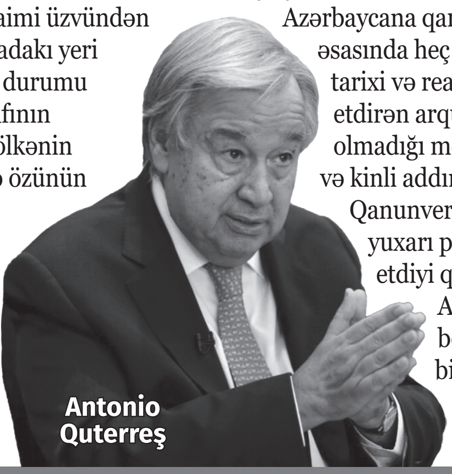
BMT TŞ-nin beş daimi üzvündən biri - Fransanın dünyadakı yeri və nüfuzunun hazırkı durumu Quterreşin tarixi etirafının əyani sübutudur. Bu ölkənin beynəlxalq hüquqa və özünün imza atdığı sənədlərə qarşı nümayiş etdirdiyi sayğısızlıq onun dünyadakı yerinin başlıca göstəricisidir.

RÜSTƏM QARAXANLI

BMT-nin baş katibi Antonio Quterreşin diqqətçəkən etirafı dünyanın geosiyasi müstəvisindəki gerçək mənzərəyə verilmiş obyektiv qiymət oldu: "Bəzi ölkələrin siyasi proseslərə təsiri BMT Təhlükəsizlik Şurasının daimi üzvlərinin malik olduqları hörmətdən daha çoxdur". BMT baş katibinin bu etirafı reallığı əks etdirir, ancaq nədən qaynaqlandığına dair izahı vermir: TŞ-nin daimi üzvlərinin hörmətdən düşmələrinin səbəbi onların özləri və tətbiq etdikləri ikili standartlardır.

## HÖRMƏTDƏN DÜŞMÜŞLƏRDƏN BİRİ

BMT TŞ-nin beş daimi üzvündən biri - Fransanın dünyadakı yeri və nüfuzunun hazırkı durumu Quterreşin tarixi etirafının əyani sübutudur. Bu ölkənin beynəlxalq hüquqa və özünün imza atdığı sənədlərə qarşı nümayiş etdirdiyi sayğısızlıq onun dünyadakı yerinin başlıca göstəricisidir. Nüvə silahına malik bir dövlətin Afrikanın inkişafdan qalmış xammal ölkələrindən sıxışdırılıb biabırcasına qovulması onun başında duran rəhbərliyin sahib olduğu qeyri-ciddi imic və reputasiyanın məntiqi sonluğudur. Belə görünür ki, Fransa hazırkı siyasi qüvvənin hakimiyyətdə olduğu dövrdə bu girdabdan qurtula, yenidən ciddilik imicini bərpa edə bilməyəcək. Təəssüf ki, bölgəmizdən coğrafi uzaqlığına, Qafqazda heç bir tarixi təsir ənənəsinə malik olmamasına baxmayaraq, Fransanın düşdüyü rəzil vəziyyət bu və ya digər şəkildə ölkəmizin gündəmində də yer alır.



Antonio Quterreş

## MƏĞLUBİYYƏTİN ÇƏTİN HƏZMİ

Başa çatan həftə Fransa Senatı Azərbaycana qarşı növbəti, əsasında heç bir hüquqi, tarixi və reallığı əks etdirən arqumentin olmadığı məntiqsiz və kinli addımını atıb. Qanunverici orqanın yuxarı palatası qəbul etdiyi qətnamədə Azərbaycanın beynəlxalq birlik, o cümlədən Fransanın özünün də tanıdığı suveren ərazisində həyata keçirdiyi antiterror tədbirlərini pisləyir, eyni zamanda, ərazi bütövlüyü prinsipini dəstəkləyir. Bizim deyil, Ermənistanın. Yaranmış maraqlı mənzərə, yəni Ermənistanın özünün Azərbaycanın ərazi bütövlüyünü tanıması reallığında Fransanın ermənilərə görə bizim torpaq bütünlüyümüzü şübhə altına alması, bu komik qətnamənin gerçək mahiyyətini açır. Yəni, Fransa Senatında təmsil olunan qanunvericilər bu qədərmi savadsız, məlumatsız və qeyri-ciddidirlər? Güman ki, yox. Bu, sadəcə olaraq həm 44 günlük müharibədə, həm də sonrakı üç il ərzində geosiyasi mübarizədə Ermənistanla birlikdə Fransanın da Azərbaycana acınacaqlı məğlubiyyətinin etirafı və həzm edilə bilinməməsinin sübutudur. Necə yəni? Beynəlxalq hüquq və prinsipləri tapda, tarixi inkar et, gerçəkliyi nəzərə alma, hətta coğrafiyaya belə zidd get və ağlına gələn qərarı qəbul et, nədir ki, erməniləri sevirsən və bizdən xoşun gəlmir? Bütün bunlardan sonra BMT-nin baş katibi necə şikayətlənməsin ki, TŞ-nin üzvü olan Fransa hörmətdən düşüb?

## ERMƏNİLƏRDƏN DAHA ÇOX ERMƏNİ OLAN FRANSIZLAR

Fransızların ermənilərdən daha çox erməni görünmək istəkləri əndazəni o qədər aşıb ki, həqiqətən də ermənilər kimi düşünməyə başlayıblar. Qətnaməyə gözucu nəzər yetirmək bu qənaətə gəlmək üçün kifayətdir. Fransalı qanunvericilər orta statistik erməni kimi düşünməyə, saxta statistikaya, tarixi şişirtməyə və fetişə aludə olmağa başlayıblar:

- Fransa sentyabrın 19-20-də Azərbaycanın "Artsax"da həyata keçirdiyi "aqressiya"nı pisləyir;
- Fransa Azərbaycanı ermənilərin qayıtmaq hüquqlarına, onların təhlükəsizliyi və rifahlarına təminat verməyə çağırır;
- "Dağlıq Qarabağ"ın "siyasi liderləri"nin həbsini pisləyir;

Fransa Senatının qətnaməsindən irəli gələn iddiaları cavabsız da buraxmaq olar, ancaq hər halda:

- "Artsax" haradır və hansısa xəritədə, beynəlxalq sənəddə əks olunubmu, onu Ermənistanın özü də daxil olmaqla, kimsə tanıyıbmı?
- Fransa ermənilərin hansı qayıtmaq hüququndan, bu hüquqa "verilməli" olan zəmanətdən danışır ki, Azərbaycan Prezidenti hələ könüllü köçdən əvvəl dəfələrlə bu təminatı səsləndirib?
- Separatçılıq, terror, bölücülük, soyqırımı, qətllərlə hərbi-kriminal xuntanın başına gəlmiş şəxslər siyasi leksikonda nə vaxtdan "siyasi liderlər" hesab olunmağa başlayıblar?
- Azərbaycan neft və qazına embarqo arzusunda olan fransalı senatorlar nədən Xəzər dənizində enerji daşıyıcılarının hasilatı ilə məşğul olan fransız neft-qaz nəhəngini vətənə geri çağırmırlar?

Nə isə. Komik Senat...

## FRANSA SENATINDAN SÜLHƏ NÖVBƏTİ TƏHDİD

Fransa Senatının son qətnaməsinin Ermənistanla Azərbaycan arasında imzalana biləcək yekun sülh sənədinə qarşı yönəldiyi aydındır. Fransa son üç ildə bunu ilk dəfə deyil edir. Şarl Mişelin moderatorluğu ilə Praqada keçən görüşdə Paşinyanın Azərbaycanın ərazi bütövlüyünü tanımasından sonra Makronun verdiyi qəfil əsassız bəyanatlarla mümkün sülhün qarşısını almasından çox zaman ötməyib. Paris sınıq-salxaq hərbi texnikasını Ermənistana göndərməklə açıq şəkildə nümayiş etdirir ki, bölgədə yekun sülhün bərqərar olmasında nəinki maraqlı deyil, üstəlik, hər vasitə ilə onun qarşısını almağa çalışacaq.

Fransanın erməni inadının əsasında Parisin özünü zorla bölgəyə pərçimləmək niyyəti durur. Bunun Parisdəkilərin ağıllarına gələn ən rahat və görünür, onlar üçün məqbul yolu Azərbaycana qarşı qərəzli mövqe tutmaqla, guya ermənilərin qəlbinə girməkdir. Ancaq, necə deyərlər, məhəbbət öz yerində, mədə isə boşdur. Fransanın Qafqaza girməsi üçün buradan kiminsə çıxması lazımdır. Söhbət Ermənistandan gedirsə, deməli, sıxışdırılan Rusiyadır. Senatın qəbul etdiyi mənasız və gülünc qətnamələri tərəzinin bir, Ermənistanın Rusiya ilə mövcud ticarət dövriyyəsini isə ikinci gözünə qoysaq, hansı ağır gələr? Cavab verməyə ehtiyac yoxdur - son üç ildə Parislə İrəvan arasındakı iqtisadi əlaqələrin Rusiyanın bölgədəki nüfuzuna təsir nisbətindən danışmaq gülünc olardı.

# NATO ÇİNƏ QARŞI mübarizəni genişləndirir

Qərbin üç güc mərkəzi - ABŞ, Avropa İttifaqı və Yaponiya Çini bütün istiqamətlərdə "saxlama" səylərini gücləndirməkdə israrlıdırlar. Yaponiya və ABŞ Çini tək iqtisadi sahədə deyil, həm də təhlükəsizlik sahəsində cilovlamaq üçün "Azad və açıq Hind-Sakit okean regionu" strategiyasını fəal şəkildə təbliğ edirlər.

AZƏR NURİYEV

NATO yeni "soyuq müharibə" kontekstində diqqətini Asiya-Sakit okean regionuna yönəldib. Bölgədə Çinin artan qüdrəti ABŞ başda olmaqla Qərb dünyasını hərəkətə keçməyə vadar edib. Daha çox Çinin qonşusu Yaponiya narahatdır. İki ölkənin qarşılıqlı olaraq yüksək ticari və iqtisadi asılılığı var. Amma buna baxmayaraq, ölkələr arasında təhlükəsizlik sahəsində qarşıdurma artmaqdadır. Görünən odur ki, kollektiv Qərbin üç güc mərkəzi - ABŞ, Avropa İttifaqı və Yaponiya Çini bütün istiqamətlərdə "saxlama" səylərini gücləndirməkdə israrlıdır. Yaponiya və ABŞ Çini tək iqtisadi sahədə deyil, həm də təhlükəsizlik sahəsində cilovlamaq üçün "Azad və açıq Hind-Sakit okean regionu" strategiyasını fəal şəkildə təbliğ edirlər.

### ÇİN ETİRAZ EDİR

Bu fonda NATO-nun Yaponiyada ofis açmaq istəyi Pekində ciddi narahatlıq yaradıb. Tokio hesab edir ki, Rusiyanın Ukraynaya hücumu dünyada sabitliyi zəiflədib. Buna görə də Şərqi Asiyada NATO ilə əməkdaşlıq aktuallaşıb. Çin də bununla bağlı açıqlama verərək NATO-nun Yaponiyada ofis açmaq niyyətinin və şərqə doğru irəliləməsinin regionda sabitliyi pozacağını bəyan edib. Çin hesab edir ki, Asiya "geosiyasi döyüşlərə səhnə olmamalıdır".

NATO-nun əlaqə ofisini Yaponiya ilə yanaşı Cənubi Koreya, Avstraliya və Yeni Zelandiya kimi təhlükəsizlik tərəfdaşları ilə danışıqları asanlaşdırmaq üçün açdığı bildirilir. Qərb mediası yazır ki, Yaponiyada NATO ofisinin açılması Çin və Rusiyanın bölgədə artan hərbi gücüylə əlaqəlidir. Pekin və Moskva həm quruda, həm də dənizlərdə birgə hərbi təlimlərin sayını artırıblar. NATO da bu fəallığa seyrçi qalmaq istəmir.

### QƏRBİN TƏHLÜKƏSİZLİK KONSEPSİYASI

Qərb ölkələrinin Çini mühasirəyə almaq istəyi Avro-Atlantik və Hind-Sakit Okean regionlarının təhlükəsizliyinin bölünməzliyi haqqında yeni konsepsiyada əksini tapıb. Konsepsiya Yaponiya hökumətinin mərhum rəhbəri Şinzo Abe tərəfindən bəyənilib, hazırkı baş nazir Fumio Kişida tərəfindən təsdiqlənib və NATO, Avropa İttifaqının liderləri tərəfindən həvəslə qəbul edilib. Əslində, bu ideyanın arxasında Çinin Tayvan problemini güc yolu ilə həllinə cəhd edə biləcəyi ilə bağlı Şinzo Abe tərəfindən ifadə edilən qorxu dayanır. Yaponların hesablamalarına görə, Pekinin Şərqi Çin dənizindəki mübahisəli Senkaku adalarını (Çin adı – Diaoyu) ələ keçirməsi və Cənubi Çin dənizi üzərində tam nəzarəti bərqərar etməsi ehtimalı güclüdür. Çin Yaponiyanın 2022-ci ilin dekabrında qəbul edilmiş Milli Təhlükəsizlik Strategiyasının mərkəzində yer alır. Qeyd edilir ki, Çinin xarici siyasəti, hərbi və digər fəaliyyəti Yaponiyanın "sülh və təhlükəsizliyi üçün görünməmiş və ən böyük strateji problem" yaradır. Sənəddə Pekinin Moskva ilə strateji əlaqələri gücləndirdiyinə diqqət çəkilir və qonşu dövlət mövcud beynəlxalq nizama meydan oxumaq cəhdində ittiham olunur.

## YAPONİYANIN İKİTƏRƏFLİ VƏ ÇOXTƏRƏFLİ GEDİŞLƏRİ

Təhlükəsizlik strategiyasına uyğun olaraq, Tokio Vaşinqtonla birlikdə "Çin təhlükəsi"nə qarşı çıxmaq üçün Asiya-Sakit okean regionunda həm ikitərəfli, həm də çoxtərəfli əsasda rəsmi və qeyri-rəsmi ittifaqlar şəbəkəsi yaratmağa çalışır. ABŞ, Yaponiya, Avstraliya və Hindistandan ibarət qitələrarası "dördlüy"ün yaradılması ideyasına xüsusi əhəmiyyət verilir. Tokio regionda anqlo-sakson "üçlüyünün" - AUKUS-un (Avstraliya, Böyük Britaniya və ABŞ) formalaşmasına da həvəslə yanaşır. İndi "AUKUS plus" formatında Yaponiya və Cənubi Koreyanın da ora cəlb edilməsi ideyası müzakirə olunur. Pekin yeni təşəbbüsü "Asiya NATO-su" kimi qiymətləndirir. Qeyd olunur ki, Vaşinqtonun təzyiqi altında Seul və Tokio ikitərəfli problemləri bir kənara qoymağa doğru irəliləyirlər.

### NATO ÜÇÜN ÇİN "TƏHLÜKƏ"DİR

NATO-nun 2022-ci ilin iyununda Madriddə keçirilən sammitində qəbul edilən Strateji Konsepsiya Çini birbaşa Alyansın rəqibi kimi göstərmir, lakin onu "təhlükə" kimi xarakterizə edir. Pekin "əsas texnologiya və sənaye sektorlarına, kritik infrastruktura və strateji materiallara, təchizat zəncirlərinə nəzarət etməyə çalışdığı" üçün Alyans üzvləri və onların Avropadakı tərəfdaşları üçün xüsusilə təhlükəli hesab olunur.

Maraqlıdır ki, Yaponiyanın özündə NATO ilə yaxınlaşma bəzi müşahidəçilər tərəfindən ehtiyatla qarşılanır. Onların fikrincə, qərar ölkədə ətraflı müzakirə olunmadan qəbul edilib və ölkə üçün təhlükə yaradır. Bu qərar Konstitusiyaya da ziddir.

İyulun 9-11-də Vaşinqtonda Alyansın yaranmasının 75-ci ildönümünə həsr olunmuş yubiley sammiti keçiriləcək. Gözlənilir ki, NATO-nun Hind-Sakit okean tərəfdaşları, o cümlədən Yaponiya, Cənubi Koreya, Avstraliya və Yeni Zelandiya üçüncü dəfə sammitə dəvət olunacaqlar. Həmçinin, güman etmək olar ki, ABŞ prezidenti Cozef Bayden Avropa və Hind-Sakit okean regionundakı müttəfiqlərini Çinə qarşı mübarizəyə daha dərindən cəlb etməyə çalışacaq.

Beləliklə, Yaponiya və NATO-nun Çin və Rusiyaya istiqamətlənən hərbi strategiyaları güclənməkdədir. Lakin Moskva və Pekinin bunu cavabsız qoymayacağı da güman edilir.

BURADA SİZİN REKLAMINIZ OLA BİLƏR

Tel: (+994 55) 457-02-03 / (+994 77) 447-47-17 E-mail: kaspiqazeti@kaspi.az

# Siyasi məhbus həbsxanasına ÇEVRİLƏN ERMƏNİSTAN

**Nikol Paşinyan hökuməti özünü Qafqazda Qərb dəyərlərinin keşikçisi, “demokratiya qalası” adlandırsa da, ölkədəki real mənzərə tam başqadır. Bu gün Ermənistan faktiki olaraq siyasi məhbusların həbsxanasına çevrilib.**

F. ABASOĞLU

Hesablamalara və hesabatlara görə, bu gün Ermənistanda saxta və uydurma ittihamlarla 50-dən çox şəxs siyasi məhbus kimi həbsxanalarda yatır. Baş nazir Nikol Paşinyan siyasi gücündən, çəkisindən qorxduğu, hakimiyyətinə qarşı təhlükə saydığı şəxsləri müxtəlif bəhanələrlə həbsə göndərir. Son dövrlərdə hətta sosial şəbəkələrdə hakim partiyanı tənqid edən şəxslərin də təqib edildiyi məlumdur. Erməni müxalifəti etiraf edir ki, “Mülki müqavilə” hökuməti dövründə ölkədə siyasi məhbus sayı rekord səviyyəyə çatıb. Aparılan sorğular da işin ciddiliyindən xəbər verir. Respondentlərin 49.2 faizi Ermənistanda kifayət qədər siyasi məhbusun olduğunu bildirib. Rəyi soruşulanların 20.1 faizi isə bu suala cavab verməkdə çətinlik çəkib.

### QƏRBİN İKİLİ STANDARTI

Maraqlıdır ki, insan hüquqlarını qorumaqdan dəm vuran bir sıra beynəlxalq təşkilatlar buna göz yumur, tənqidi fikir səsləndirməkdən vaz keçirlər. Bu isə, hər zaman olduğu kimi, Qərbin ikiüzlü siyasətindən xəbər verir. Azərbaycanda cinayət əməli sübuta yetirilmiş şəxsin həbsi zamanı bəyanatlar yayan bu strukturlar adəti üzrə insan hüquqlarından moizələr oxuyur, müxtəlif platformalara hesabatlar göndərirlər. Ermənistana gəldikdə isə, ağızlarına su almış balığa dönürlər. Dəfələrlə erməni müxalifəti müxtəlif strukturlara müraciət etsə də, cəmi bir dəfə - Avropa Xalq Partiyası “Respublikaçılar” partiyasının sədr müavini Armen Aşotyanın siyasi məhbus olduğu və azadlığının vacibliyi barədə bəyanat səsləndirib.

Ermənistanda həbsxana həyatı yaşayan və siyasi proseslərə dəmir barmaqlıqlar arxasından baxan bəzi siyasi məhbusların kim olduğunu nəzərdən keçirək.

### YUXARIDAN HANSI ƏMR GƏLSƏ, İCRA OLUNACAQ

Ermənistanın sabiq təhsil naziri, “Respublikaçılar” partiyasının sədr müavini Armen Aşotyan hazırkı hökuməti sərt tənqidləri ilə məşhurdur. Elə bu səbəbdən də uzun müddət təqiblərə məruz qalıb. Axırda səbir kasası dolan Paşinyan Armenin həbsi üçün düyməni basıb. Dəfələrlə apelyasiya şikayəti verilsə də, siyasətçi azadlığına qovuşa bilmir. Onun hansı müddətə həbsdə qalacağı işi aparan hakimə də məlum deyil. Yəni yuxarıdan hansı əmr gəlsə, icra olunacaq.

Vanadzor marzının keçmiş meri Mamikon Aslanyan da baş nazirin qəzəbinə tuş gələnlərdəndir. Keçirilən yerli seçkilərdə qalib gəlsə də, keçmiş mer səlahiyyətlərindən sui-istifadə və vəzifə saxtakarlığı bəhanəsi ilə həbs edilib.

## Siyasətə qayıtmaq qərarının cəzası

İrəvanın keçmiş meri Albert Bazeyan da siyasi fəaliyyətə qayıtmaq qərarının cəzasını çəkir. Onun bu qərarı hakimiyyətin xoşuna gəlməyib. Keçmiş səhra komandiri bir qrup şəxslə birlikdə hökumət üzvlərinə qarşı zorakılıq aksiyaları təşkil etməkdə ittiham olunur. Bu qrup dedikdə “Səlibçilər” ictimai təşkilatına istinad edilir ki, mediaya sızan məlumata görə, onun üzvlərindən biri Bazeyan əleyhinə ifadə verib. Axtarış zamanı keçmiş merin üzərində heç nə tapılmayıb, lakin həbs müddəti uzadılıb.

### HƏRBİ ÇEVRİLİŞ QORXUSU

2020-ci ilin yay aylarında Tavuş istiqamətində Azərbaycana qarşı təxribata birbaşa rəhbərlik etmiş general-mayor Yuri Xaçaturov, eyni zamanda Xocalı faciəsində iştirak edən cəlladlardan biridir. Xaçaturovun həbsinə əsas səbəb isə, Paşinyanın ordu vasitəsilə ölkədə çevriliş cəhdindən qorxması olub. Ermənistan Silahlı Qüvvələrinin 3-cü ordu korpusunun keçmiş komandanına qarşı külli miqdarda mənimsəmə və səhlənkarlıq nəticəsində ağır nəticələrə səbəb olan vəzifə səlahiyyətlərindən sui-istifadə maddələri ilə ittiham irəli sürülüb.

Atasından siyasi arena varəsəliyi alan və siyasətə atılan Levon Köçəryan da qısa müddətə siyasi məhbus olmağa “nail olub”. İrəvanda keçirilən mitinqdə polisə hücum etmək ittihamı ilə həbsə atılan Köçəryan siyasi fəaliyyətə qoşulduğu gündən hakim partiyanın hədəfinə çevrilmişdi. Əslində isə Paşinyanın əsas hədəfi Robert Köçəryan idi və onun siyasi baxışlarına, hakimiyyətə münasibətinə, açıqlamalarına görə, korrupsiya ittihamı ilə cinayət işi açılmışdı. Levon da atasının yolu ilə getmək qərarına gəldiyi üçün qəzəb oxlarına tuş gəlmişdi. Hazırda Ermənistan parlamentində təmsil olunur.

### SİYAHIDA BAŞQA KİMLƏR VAR?

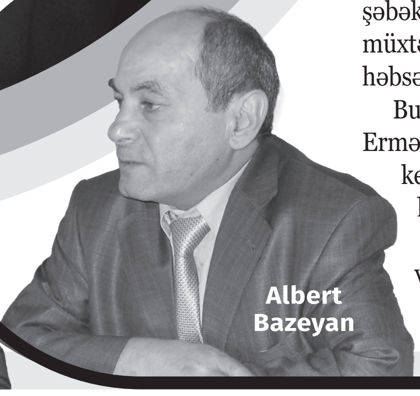
Yuxarıda sadalananlardan əlavə, Ermənistandakı siyasi məhbuslar siyahısına professor Arman Carçyanı, Avetik Çalabyanı, Narek Malyanı, Hrant Baqratyanı, Qarnik İsaqulyanı, Tatevik Virabyanı, Avetik İşxanyanı da əlavə etmək olar.

Göründüyü kimi, hakim partiya erməni müxalifətindən və siyasi fəallardan ciddi şəkildə qorxduğu üçün adi bir sosial şəbəkə paylaşımına görə, müxtəlif ittihamlarla onları həbsə atmaqdan çəkinmir.

Bu gedişlə 2024-cü il Ermənistanda daha sərt keçəcək. Paşinyan hökuməti varlığını qorumaq üçün repressiya və təzyiqləri kəskin artırmalı olacaq.

Armen Aşotyan

Mamikon Aslanyan



Albert Bazeyan

# ŞUŞANI ALACAĞIMIZA ƏMİN İDİM

Fotolar: Rüfət Mikayılov/ Global Media Group

Xalq yazıçısı Anar: “Bu, həqiqətən möcüzəvi qələbə idi. Mən həmişə qəti əmin idim ki, biz Qarabağı qaytaracağıq, Şuşanı alacağıq. Amma yaşım elə idi ki, “yəqin mən bunu görməyəcəm” deyirdim”.

TƏRANƏ MƏHƏRRƏMOVA
taranamaharramova@kaspi.az

“Anarı təqdim etməyə ehtiyac yoxdur. Azərbaycanda hər bir ailədə onu tanıyırlar. Onun “Keçən ilin son gecəsi” əsəri dərsliyə daxil edilib...” Azərbaycan Yazıçılar Birliyinin sədri, Xalq yazıçısı Anar Binəqədi rayonundakı 276 nömrəli tam orta məktəbdə auditoriyaya belə təqdim olundu. “Kaspi” qəzeti ilə Bakı Şəhəri üzrə Təhsil İdarəsinin birgə layihəsi olan “Məktəbdə”nin qonağı olan Xalq yazıçısı “Mənə xoşdur ki, yeni nəsil yaşlı nəsil yazıçıların əsərlərini oxuyur”, - deyə auditoriya ilə birbaşa ünsiyyətə keçdi.

## “ƏDƏBİYYATIMIZIN MÖHKƏM ƏLLƏRDƏ OLDUĞUNA ƏMİNƏM”

“Hazırda Azərbaycanda ədəbi mühit sizi qane edirmi? Hansı şair və yazıçıları perspektivli hesab edirsiniz?” - deyə səslənən ilk sualı yazıçı belə cavablandırdı: “Ədəbi mühit həmişə olduğu kimi var. Yazıçı və şairlər, o cümlədən gənclərimiz müxtəlif janrlarda əsərlər yazırlar. Yazıçılar Birliyinin təşəbbüsü ilə Qarabağ qələbəsinə həsr olunmuş “Qarabağ dastanı: 30 ilin həsrəti, 44 günün zəfəri” adlı kitab çap olundu. Nəşrə yazıçı və şairlərimizin poemaları, hekayələri, məqalə və şeirləri daxil edildi. Bu kitab mənim üçün çox dəyərlidir. Ədəbi mühitin təmsilçilərinə gəlincə, ad çəkmək istəmirəm. Amma mən gənc nəslə çox inanıram. Ədəbiyyatımızın möhkəm əllərdə olduğuna əminəm”.

## MƏSULİYYƏT “SENZURASI” OLSUN

“Belə bir fikir var ki, bu gün elektron resurslar, sosial şəbəkələr gəncləri mütaliədən uzaqlaşdırır. Həqiqətən narahat olmağa dəyərmi?” sualını cavablandıran Anar bu tendensiyaya görə narahat olduğunu bildirdi: “Sosial şəbəkələr bəşəriyyətin çox böyük texniki ixtirasıdır. Sosial platformalar təzə yaranan vaxtlarda Kanadanın tanınmış alimlərindən biri “dünya böyük bir kəndə dönəcək”, - deyə bildirdi. Yəni, kəndin bu başında baş verən hadisəni o biri başında hər kəs biləcək. Həqiqətən də texniki vasitələrin icad olunması və məişətimizə daxil olması dünyanı böyük bir kəndə döndərdi. Mən sosial şəbəkələrdən istifadə etmirəm. Mənə möcüzə kimi görünən platforma “Vikipediya”dır. Evimdə zəngin bir kitabxana toplamışam. Hərdən deyirəm ki, bilsəydim nə vaxtsa belə bir platforma yaranacaq, heç bu kitabxananı toplamazdım. Texniki inkişaf bəşəriyyət üçün mütərəqqi bir addımdır. Amma bəşəriyyətin və insanlığın mənəvi inkişafı texniki inkişafla üst-üstə düşmür. Ona görə də bu şəbəkələrdən sui-istifadə edərək hər cür böhtana-təhqirə yol verirlər. Və bunu edən adamlar məsuliyyət daşımırlar. Kimi istəyirlər təhqir edirlər. Mən senzuranın əleyhinəyəm. Sovet vaxtı başım senzuradan çox çəkib. Ona görə heç vaxt istəmirəm senzura olsun. Amma məsuliyyət “senzurası” kimi bir təşkilat olsun ki, belə halları tənzimləsin. Böyük bir ixtiranı müsbət şeylərə sərf etmək lazımdır, mərdimazarlığa, düşmənçiliyə, cəmiyyətə nifaq salmağa yox!”

## “ORTAQ” SÖZÜNÜN ƏLEYHİNƏYƏM”

“Ortaq Türk dili haqqında nə düşünürsünüz?” - deyə müəllimlərdən birinin sualını Xalq yazıçısı belə cavablandırdı: “Mən “ortaq” sözünün əleyhinəyəm. Çünki “ortaq” deyəndə belə çıxır ki, bütün türk xalqları bir dildə danışmalıdır. Yəni, azərbaycanlı Azərbaycan dilində yox, türk dilində danışmalıdır. Eləcə də özbək də, Türkiyə türkü də elə... Mən onun tərəfdarıyam ki, bir azərbaycanlı öz dilində danışsın, yazsın və ömrü boyu bu dilə sadiq qalsın. Eləcə də özbək, tatar, qazax, qırğız. Amma bir-birləri ilə Türkiyə türkcəsində danışa bilərlər. Deyə bilərlər ki, ünsiyyət dili kimi rus dili var. Mən rus dilinin əleyhinə deyiləm. Amma biz ilk növbədə öz dilimizi bilməliyik. Eyni zamanda, rus dilini də bilməliyik. Rusiya ilə bizim 200 illik əlaqələrimiz var. Bu dil vasitəsilə dünyanın çox mədəni sərvətlərinə çıxış əldə edə bilərik. Amma türk dünyasının böyük bir qismi rus dilini bilmir. Bu xalqlar bir-biriləri ilə daha çox Türkiyə türkcəsində danışa bilərlər”.

## “BÖYÜK ƏSƏRLƏR GƏLƏCƏYİN İŞİDİR”

“Böyük qələbəmizlə bağlı hansısa əsər yazmağı düşünürsünüzmü?” - deyə auditoriyadan səslənən suala yazıçı qələbəmizlə bağlı yazılar yazdığını bildirməklə cavab verdi: “Hadisələrə ilkin münasibət adətən ya şeir, ya da publisitik məqalələr vasitəsilə olur. Böyük əsərlər gələcəyin işidir. Gərək vaxt keçsin ki, biz bu qələbəni həzm edək. Bu, həqiqətən möcüzəvi qələbə idi. Mən həmişə qəti əmin idim ki, biz Qarabağı qaytaracağıq, Şuşanı alacağıq. Amma yaşım elə idi ki, “yəqin mən bunu görməyəcəm” deyirdim. Xoşbəxtəm ki, Ali Baş Komandan İlham Əliyevin rəhbərliyi ilə müzəffər ordumuzun 44 günlük müharibə ilə Qarabağı azad etməsinin, 200 illik problemi birdəfəlik həll etməsinin şahidi oldum”.

“Siz dünyanın dörd yanını gəzmisiniz. Olduğunuz ölkələrdən ən çox xoşunuza gələn hansıdır?” - deyə şagirdlərdən biri maraqlandı: “Doğrudan da dünyanın çox ölkəsində olmuşam”, - deyə yazıçı həvəslə cavab verdi: “Makronun siyasətinə nifrət etməyimə baxmayaraq, Fransanı çox sevirəm. Çünki makronlar gəlib gedirlər, amma Fransa dünyanın ən gözəl ölkələrindən biridir. Paris əbədi bir şəhərdir. Böyük ölkələrin, demək olar ki, hamısında olmuşam. Təkcə Yaponiyada olmamışdım. Fikirləşirdim ki, 85 yaşım var, indi də getməsəm nə vaxt gedəcəm? Keçən il qızımla Yaponiyaya da səfər etdik. Çox maraqlı ölkədir. Həmçinin Hindistan maraqlıdır, İtaliya səma altında muzeydir, ABŞ-də dəfələrlə olmuşam. Ömür vəfa etsə, “Gündoğar diyardan günbatan bulvaradək” adlı kitab yazacam”.

## 80 YAŞ QAPIDADIR: ÖZ AĞIRLIĞI, TƏCRÜBƏSİ, MÜDRİKLIYİ İLƏ...

# "ÖZÜMƏ BİR AZ DA ÖMÜR ARZULAYIRAM..."

SÖHBƏTLƏŞDİ
TƏRANƏ MƏHƏRRƏMOVA
taranamaharramova@kaspi.az

**Xalq artisti Hacı İsmayılov:** "Mən həmişə deyirəm: teatrda tamaşaçını aldatmaq yox, qrimlə, geyimlə inandırmaq olur, amma kinoda bu, mümkün deyil. Kinoda gərək səmimi və təbii olasan ki, tamaşaçılar inansınlar".

80 yaş qapıdadır: öz ağırlığı, təcrübəsi, müdrikliyi ilə... Xalq artisti Hacı İsmayılov bu yaşı hörmət və sevgi ilə haqlayıb. Geri boylananda, çətinliklər də olub, əziyyətlər də, amma daha çox yadda qalan böyük sənətin həyatına gətirdiyi, ona qazandırdığı AKTYOR adıdır.

Xalq artistinin "Kaspi"yə müsahibəsi də keçmişinə və gələcək arzularına güzgüdür.

**MƏNİ KİNODA KƏŞF EDƏN...**

● **Müsahibəyə gəlməzdən öncə yaradıcılıq bioqrafiyanıza nəzər saldım. Filmoqrafiyanızdakı rollar teatr səhnəsindəki obrazlardan say etibarı ilə daha çox göründü. Hansına daha çox minnətdarsınız - teatra, yoxsa kinoya?**

● Kinodakı rollarımla tanınmağım təbiidir. Teatra tamaşaçı çox gəlsə - 500 nəfər olar. Bir də var ki, kinoya çəkilirsən, filmi nümayiş etdirirlər və ona milyonlarla insan baxır. Sən də tanınırsan... Buna görə filmin təsiri və kinoda uğur qazanmaq yolu teatrdan bir qədər fərqlidir. Teatr gündəlik işdir. Mən həmişə deyirəm: teatrda tamaşaçını aldatmaq yox, qrimlə, geyimlə inandırmaq olur, amma kinoda bu, mümkün deyil. Kinoda gərək səmimi və təbii olasan ki, tamaşaçılar inansınlar. Kino ilə teatrın fərqi bundadır. Yaddaşlarda qalan da kinoda olan obrazlardır.

● **"Ad günü"ndən – Rasim Ocaqovla başlayan kino həyatınız indi hansı dayanacaqdadır?**

● Mən şükür edirəm ki, Rasim Ocaqov kimi görkəmli bir rejissorun beş filmində çəkilmişəm. "Ad günü", "Həm ziyarət, həm ticarət", "Bağlı qapı arxasında", "Ölsəm bağışla" və "Özgə ömür" filmləri kinoaktyor kimi fəaliyyətimdə mühüm yer tutur. Həmin illər Azərbaycan kinosunun intibah dövrü idi. O dövrdə elə filmlər yaranırdı ki, onlara çəkilməklə uğur qazanmaq olurdu. Məni kinoda bir aktyor kimi kəşf edən Rasim Ocaqov olub. Düzdür, ona qədər teatrda işləyirdim, rollar da oynayırdım. Amma geniş tamaşaçı məni tanımırdı. Həmişə düşünürdüm ki, rejissorlar məni kino çəkilişinə dəvət etmirlər, görünür, kinoluq deyiləm, elə teatrda işləsəm yaxşıdır. Sonra elə oldu ki, Rasim Ocaqov məni dəvət etdi və kino fəaliyyətim "Ad günü"ndən başladı. İlk rolum da Mustafa oldu.

**MƏNDƏ BİR YETİMLİK QALDI**

● **"Rasim Ocaqovdan sonra mən elə bil yetim qaldım..." Niyə belə demisiniz?**

● Nə qədər Rasim Ocaqov vardı, mən arxamda bir güc hiss edirdim. Elə bilirdim, kimsə mənim nə işlə məşğul olduğumu daim müşahidə edir. Bu, həqiqətən belə idi. Hətta mən teatrda işləyəndə artıq onun filmlərinə çəkilmişdim. O, hər şənbə günü teatra gəlirdi. Həsən Turabovla dost idi. Orada aktyorlarla söhbət edirdi. Məni görəndə də işlərimlə maraqlanırdı. Rasim Ocaqov dünyasını dəyişəndən sonra doğrudan da məndə bir yetimlik hissi baş qaldırdı. Valideynlərimi itirəndə mənə nə qədər təsir eləmişdisə, Rasim Ocaqov da dünyasını dəyişəndə elə oldu. Mən Rasim Ocaqovun sayəsində kinoaktyor oldum, filmlərə çəkildim. Tamaşaçılar tərəfindən mənə qarşı olan münasibət də əsasən həmin filmlərə görədir. Buna görə ona minnətdaram!

> *Aktyor hiss edəndə ki, yerişi, danışığı əl vermir, özü ərizəsini yazıb gedəcək. Amma sənət sevgisi o qədər güclüdür ki, insan son nəfəsə qədər səhnədə qalmaq istəyir.*

Amma teatrda da işlərim çoxdur. Hazırda teatrın repertuarında 10 tamaşa varsa, onun 7-də iştirak edirəm. Hamısı da yaddaqalan rollardır. Teatr mənim gündəlik fəaliyyətimdir. Kinoya isə dəvət olanda gedib çəkilirəm. Düzdür, daha elə filmlər yoxdur, kinoya da, teatra da tamam fərqli münasibət var. Arada bir-iki seriala da dəvət aldım, amma bunlar kino çəkilişinin ləzzətini vermir. Ona görə də deyirəm ki, hər kəs kino çəkə bilməz. Hər kəs də rejissor ola bilməz. Bu sənət aktyor peşəsindən yuxarıdadır.

**ARTIQ 54 İLDİR...**

● **50 ildən çoxdur ki, taleyinizi "Azdrama" ilə bağlamısınız. Siz teatra bu qədər sədaqətlisiniz, yoxsa bu, daha çox teatrın vəfasıdır?**

● Artıq 54 ildir... Fəaliyyətim 1967-ci ildə İrəvan Teatrından başlayır. O vaxt bu teatr açılırdı və bizim kursu İrəvan Teatrına göndərdilər. Biz o səhnədə Cəfər Cabbarlının "Sevil" tamaşasını oynadıq. Yarım il işləyəndən sonra Bakıya qayıtdım. 1968-ci ildə Sumqayıt Teatrı açıldı və mən bir il orada çalışdım. Aparıcı aktyor idim. Amma hiss edirdim ki, yerim ora deyil, Akademik Milli Dram Teatrına getməliyəm və 1970-ci ildə bu teatra gəldim. O dövrdə bir qrup cavan aktyor da teatra gəldi. Fuad Poladov, Əliabbas Qədirov, Yaşar Nuri, Səməndər Rzayev... Onlar tez bir zamanda özlərini göstərə bildilər. Mənsə addım-addım - kütləvi səhnələr, sonra epizodlar, daha sonra da rollar... İlk rolum "Xırs quldurbasan"da Kərəm oldu. Tamaşada bir sözüm vardı: "Qaçsa qaçareeee". Bu sözü deyəndə tamaşaçılar gülürdü. Sonra teatrın rejissorları tədricən mənə rollar verməyə başladılar. Teatrda kinodakı kimi birdən-birə uğur qazanmamışam, bu, mərhələ ilə olub.

● **O dövrdə "Azdrama"nın səhnəsinə yol tapmaq qədər rejissorlarla dil tapmaq da çətin olub. Bu açarı necə tapdınız?**

● Çox çətin idi. Əvvəla, o dövrdə teatrda korifey sənətkarlar çalışırdı. Onlarla müqayisədə biz çox cavan idik. Onların yolu ilə getməyə çalışır, onlardan öyrənirdik. Rejissorların gözü çox sərrast olur. Onlar aktyora baxıb hərəkət edirdilər. Rejissor Ələsgər Şərifov həmişə deyirdi: "Biz damara baxıb qan alırıq". Mən çox səbirli adamam. Özüm də "Dolça" bürcündən olduğum üçün iddialı deyiləm. Yavaş-yavaş rejissorların etimadını qazanırdım. Ən əsası teatrı, aktyor sənətini sevirdim. Mən dördüncü sinifdən teatr dərnəyinə getmişəm. O vaxtdan məndə aktyor sənətinə qarşı böyük məhəbbət yaranmışdı. Onda "mən aktyor olmalıyam", - deyə qarşıma məqsəd qoydum. O dövrdə çətinliklərimiz çox olub, amma dözmüşük. Çünki biz teatrla nəfəs alırdıq. Günümüz teatrda keçirdi.

**MƏN BU TARI SƏNƏ ALA BİLMƏRƏM...**

● **Aktyorlar haqqında belə bir epiqramma var: "Mən başqasının həyatını öz həyatım kimi oynayıram". Onda "insan öz həyatını tam yaşaya bilmir, yəni həyatda da bir sənətçiyə çevrilir...", -deyə heç düşündünüzmü?**

● Aktyor özgələrin həyatını öz həyatı kimi, öz həyatını özgələrin həyatı kimi yaşayan adamdır. Biz öz həyatımızla yox, daha çox səhnədə canlandırdığımız insanların həyatı ilə yaşamışıq. Qəribədir ki, onların da bizə təsiri olub. Məsələn, "Yaşıl eynəkli adam"da mən Qafar rolunu oynayırdım. O rolu oynayandan sonra mənə çox təsir etdi. Aktyorun özünün formalaşmasında da rolların böyük təsiri var.

● **Elə isə daha çox hansı rolunuza oxşayırsınız - Mustafa, Əli, Qulam, Mürşüd, Qafar...?**

● Mən niyə deyirəm ki, Rasim Ocaqov məni tapıb? O məndə özünün prototipini görürdü. Sonradan bildim ki, məndə hansı xüsusiyyətlər var. Aktyor müəyyən vaxtdan sonra formalaşır. Cavanlıqda səhnəyə çıxanda müəyyən həyəcan keçirirdik. Bəziləri əsirdilər, bəziləri gərgin olurdu. Müəyyən dövrdən sonra səhnəni öz evin kimi hiss edirsən. Səhnə ecazkar bir yerdir. Ümumiyyətlə, teatr özü bir möcüzədir. Hərdən fikirləşirəm: mən başqa sənətlə məşğul ola bilərdimmi? Bilərdim. Aktyor işi ilə maraqlanana qədər idmanın bir çox növləri ilə məşğul olmuşam, uğurlarım da olub. Yaxşı idmançı ola bilərdim. Başqa sənətə də meylim olub - yaxşı səsim vardı. O vaxt xora yazılmaq üçün Pionerlər Evinə getdim. Orda pianonun dillərinə toxundum, müəllimin xoşuna gəldi. Amma məni nədənsə tar dərnəyinə yazdı. Biz kasıb ailə idik. Atama dedim ki, müəllim deyib tarsız gəlmə, mənə tar almaq lazımdır. Karqanov küçəsində (indiki Rəsul Rza küçəsi) bir musiqi mağazası vardı. Atamla gedib qiymətlərlə maraqlandıq. Satıcı qiyməti deyəndən sonra atam: "Yox, bala, mən bu tarı sənə ala bilmərəm. Alsam, gərək bir ay yemək yeməyək", - dedi. Atam tarı almadı. Mən də daha tara getmədim. Heç oxumağa da getmədim. Uşaqlıqda dəcəl olmuşam - qaçan-oynayan. İçərişəhərdə, Xan Sarayının yanında anadan olmuşam. Orada filmlərin çəkilişini görmüşəm – "O olmasın, bu olsun", "Amfibiya adam", "Brilyant əl"... Hətta "Həm ziyarət, həm ticarət"in bir epizodu da İçərişəhərdə çəkilib. Mənim Davuda yapışıb "mənim mallarımı qaytar" dediyim səhnə. Çoxları elə bilir ki, o kadrlar İstanbulda çəkilib.

Fotolar: Rüfət Mikayılov /Global Media Group

## AKTYOR BALIQ KİMİDİR

● **Bəs tamaşaçılar haqqında nə deyərdiniz? Bu gün tamaşaçılar tərəfindən əvvəlki anşlaqı müşahidə edirsinizmi?**

● Sənət dostlarıma da demişəm: bilmirəm, pandemiyadan sonra baş verdi, ya səbəb nədir: zalda tamam başqa tamaşaçıları görürəm. Əksəriyyəti də gənclərdir. Elə bil ki, yeni tamaşaçı nəsli yaranıb. Tamaşa qurtarır, getmirlər. Baş əyirsən, əl edirsən, yenə getmirlər... Axırda pərdə bağlanır... Az qalır ki, teatrı sevgi ilə qucaqlarına alıb aparsınlar.

● **İndi teatrda siz yaşda və təcrübədə aktyorlar barmaqla sayılacaq qədər azdır. "Səhnədən vaxtında getmək və səhnədə son günə qədər çalışmaq" fikirləri daim çəkişir. Özünüz nə düşünürsünüz?**

● Əvvəl belə bir söhbət var idi ki, 65 yaşdan yuxarı aktyorları işdən çıxarsınlar. Bir-iki teatr eksperiment kimi buna getdi. Sonra elə bil peşman oldular. Əgər insan yeriyə bilirsə, nitqi, ağlı yerindədirsə, qoy aktyor kimi işləsin. Bu məsələnin aktyor sənətinə dəxli yoxdur. Aktyor hiss edəndə ki, yerişi, danışığı əl vermir, özü ərizəsini yazıb gedəcək. Amma sənət sevgisi o qədər güclüdür ki, insan son nəfəsə qədər səhnədə qalmaq istəyir. Aktyor balıq kimidir, dənizdən çıxdısa qurtardı... Aktyorun nəfəsi oradadır, o nəfəsi kəsdinsə onun ömrü bitir...

● **Yanvarın 22-də ad gününüzdür. 80 yaş bütöv bir epoxadır. Bilmirəm, keçmişlə müqayisə etmək nə qədər düzgündür, amma yenə də soruşuram: onda sənət daha maraqlı idi?**

● Onda sənət daha çox zövq verirdi. Gənclik həvəsi, sevgisi tamam başqa şeydir. Onda daha romantik idik. Həmişə sənətin fədaisi olmuşuq. Bizim yaşlı və yaxşı aktyorların çoxu dünyasını dəyişib. Tək Rafiq Əzimov qalıb. Hamıdan yaşlısı indi odur...

Keçən il Ramiz Novruzla Ramiz Məliki itirdik. Ramiz Məliklə bir kursda oxumuşuq, tələbəlik illərinin dostu olmuşuq. Rafael Dadaşov rəhmətə getdi. Yaşar Nuri getdi...

● **Onlar üçün darıxırsınız?**

● Sözsüz... Darıxmaqdan başqa məndə bir qorxu yaranıb. Yan-yörə gedib, elə bil tənhalaşırsan. Danışmağa adam tapmırsan. Mənim səhnə həyatım onlarla başlayıb. Onları itirəndə təbii ki, adam pis olur...

● **Özünüzə nə arzulayırsınız?**

● Bir az ömür...Çox yox, bir az... Bilirsiniz niyə? Hərdənbir aktyor kimi mənə ehtiyac yaranır. Film olsun, tamaşa olsun, reklam olsun... Görürəm ki, kimsə məni yad edir, dəvət edir. Hələ teatra da, kinoya da, ittifaqa da, tamaşaçılara da, xalqa da lazımam... Xalq tanıyır, sevir, bundan böyük qazanc yoxdur.

# YENİ BAKI, KÖHNƏ BİNALAR

**Sıralama üzrə bütün köhnə binalar zaman keçdikcə yerini yenitikililərə verəcək. Burada əsas məsələ onların istismara yararlılıq müddətidir. Ekspertlər 1980-ci illərdə inşa olunan 7-9 mərtəbəli binaların istismar müddətinin hələ başa çatmadığını söyləyirlər.**

ZƏRİF SALMANLI
zarifsalmanli@kaspi.az

Nazirlər Kabineti "Bakı şəhərinin 2040-cı ilədək inkişafına dair Baş planı"nı təsdiq edib. Baş planda əksini tapan əsas məsələlərdən biri də köhnə binaların sökülməsidir. Belə ki, 2040-cı ilə qədər Bakıdakı köhnəlmiş mənzil fondunun ümumi sahəsinin iki dəfədən çox azaldılması nəzərdə tutulub. Əslində Bakıda köhnə mənzil fondunun yenilənməsi prosesi bir müddətdir davam edir. Tikinti şirkətləri "xruşşovka" layihəli köhnə beşmərtəbələri söküb yerində çoxmərtəbəli evlər tikirlər. Amma Baş planda köhnəlmiş mənzil fondunun yarısının yenilənməsi hədəf kimi qoyulursa, deməli, növbəti illərdə beşmərtəbəli binalarla yanaşı, digər binaların da sökülməsi reallaşa bilər. Köhnə 7-9 mərtəbəli binalar da bu plan çərçivəsində sökülə bilərmi?

### BU PROSES PANEL DOQQUZMƏRTƏBƏLƏRƏ DƏ KEÇƏ BİLƏR

Azərbaycan Qiymətləndiricilər Cəmiyyətinin sədri Vüqar Oruc bildirdi ki, ümumi mənzil fondunda köhnə tikililərin payı azalmaq üzrədir: "Müəyyən bir dövr olacaq ki, ümumiyyətlə Bakıda köhnə binalar qalmayacaq. Çünki müasir dövrün tələbi geniş otaqlar və işıqlı mənzillərdir. Hazırda, əsasən "xruşşovka"lar sökülür. Gələcəkdə bu proses panel doqquzmərtəbələrə də keçə bilər. Panel doqquzmərtəbələrin istismar müddəti bitməyib. Bir müddətdən sonra onların da yenilənməsinə ehtiyac duyulacaq. Sıralama üzrə bütün köhnə binalar yerini yenitikililərə verməlidir. Burada əsas məsələ onların istismar müddətidir. Elə tikililər var ki, 1980-ci illərdə tikilib. Həmin binalar istismara yararlıdırlar. 2040-cı illərdə onların istismar müddəti bitəcək və bu binalar da sökülməli olacaqlar".

### HƏYƏT EVLƏRİ DƏ PLANDADIR

V.Orucun sözlərinə görə, hazırda birmərtəbəli həyət evləri stilində tikilmiş və söküntü ərazisinə yaxın yerlərdəki mənzillərin də sökülməsi gözlənilir: "Eyni zamanda, 1940-cı illərdən sonra tikilmiş ikimərtəbəli və üçmərtəbəli binalar, italyan, alman layihələri, "stalinka"lar ardıcıl olaraq sökülləcəklər. Onlardan nisbətən yenisi "Leninqrad" və "Minsk" layihələridir. Həmin binaların da istismar müddəti başa çatdıqdan sonra sökülmə ehtimalları artır. Həyət evləri də sökülləcək mənzillər sırasına daxildir. Elə həyət evləri var ki, hasara alınıb və həyətyanı sahə əlavə olunub. Amma bu sahələr qanunsuzdur. Onların da sökülləcəyi gözlənilir".

### MÜASİR TƏLƏBLƏRƏ UYĞUNLAŞDIRMAQ LAZIMDIR

Müsahibimizin fikrincə, nə qədər ki, köhnə binalar sökülməyib, istismar müddəti tam bitməyib, onların yenilənməyə ehtiyacı var: "Məsələn, müasir dövrün tələblərinə uyğun kanalizasiya və su xətləri çəkmək olar. Təmir, bərpa-quruculuq işləri aparılmalı, köhnə binalar da müasir şərtlərə cavab verməlidir. Beləliklə, onların ömürlərini artırmaq, müasir tələblərə uyğunlaşdırmaq mümkündür. Amma zaman keçdikcə onların da əvəzlənməsinə ehtiyac olacaq".

## BU BİNALARDA YAŞAMAQ TƏHLÜKƏLİDİR

Əmlak məsələləri üzrə ekspert Elnur Fərzəliyev qeyd etdi ki, istismar müddətini bitirmiş, xüsusən də qəzalı vəziyyətdə olan köhnə çoxmənzilli yaşayış binaları və fərdi həyət evlərindən ibarət yaşayış massivləri 2016-cı ildən başlayaraq mərhələli şəkildə sökülərək yenitikili binalarla əvəzlənir, yaxud həmin ərazilərdə park tipli komplekslər salınır: "Sökülən binaların böyük əksəriyyətinin yaşı 70-80 ili ötüb. Onların istismar müddəti maksimum 70 ilə qədərdir. Sökülən köhnə alman layihəli, "xruşşovka" və iki mərtəbədən ibarət olan yaşayış binalarında yaşamaq insan sağlamlığı üçün təhlükəlidir. Hazırda paytaxt ərazisində 11 minə yaxın istismar müddətini bitirmiş qəzalı bina var ki, onlar ən qısa müddətdə sökülməlidir".

Elnur Fərzəliyev

## ŞİRKƏTLƏR DAHA ÇOX AZMƏRTƏBƏLİ BİNALARI SÖKÜRLƏR

E.Fərzəliyev dedi ki, daha hündür binaların sökülməsi şirkətlərə sərf etmədiyi üçün bu, hələ ki mümkün deyil: "Köhnə çoxmənzilli binalara 9-10 mərtəbəyə qədər olanlar aiddir. 1980-ci illərdən sonra tikilmiş binalar 7-10 mərtəbəli binalardır. Həmin çoxmərtəbəli, köhnə tikili binaların istismar müddətinin bitməsinə hələ var. Düşünürəm ki, o binaların sökülməsi daha uzun müddət çəkəcək. Çünki, binaları sökənlər özəl şirkətlər olduğuna görə, onlar daha çox azmərtəbəli binalarda bu işlərə başlayırlar ki, orada yaşayan sakinləri tikdikləri binalarda evlə təmin edə və çəkdikləri xərcləri satdıqları mənzillərdən çıxara bilsinlər. Doqquzmərtəbəli binaların bu şərtlərlə sökülməsi tikinti şirkətlərinin iflas etməsinə gətirib çıxarar".

Vüqar Oruc

### FƏLAKƏTLƏR BAŞ VERMƏMƏSİ ÜÇÜN

Ekspertin sözlərinə görə, binaların tez zamanda sökülməsini həyata keçirmək lazımdır: "Söküntüdən əvvəl bütün köhnə yaşayış binalarında müayinələr aparılmalı, hansı binalar qəzalıdırsa, onların qısa müddətdə sökülməsinə start verilməlidir. Əgər qısa müddətdə sökülmələri mümkün deyilsə, həmin müddətə qədər tikinti-bərpa işləri aparmaq lazımdır ki, gələcəkdə hansısa fəlakət nəticəsində dağıntı, insan tələfatı baş verməsin. Binaların sökülüb yenitikili binalarla əvəzlənməsi bəzi ərazilərdə uyğunsuzluq yaradır. Yəni, sökülən hər 3-5 mərtəbəli binanın yerində 16 mərtəbəli bina tikmək binalararası məsafələrin, qaydaların pozulmasına gətirib çıxarır. Bu baxımdan, təsdiq olunmuş Baş Planda bütün bu binaların tikintisi üçün ayrılmış yerlər öz əksini tapmalıdır".

KONSERVLƏŞDİRİLMİŞ MƏHSULLARDAN İSTİFADƏ ZAMANI BUNLARI BİLMƏK VACİBDİR

# ZAMANI OLMAYANLARIN "QİDA DOSTU"

Konservləşdirilmiş məhsullar qida rasionumuzun ayrılmaz tərkib hissədir. Lakin bu məhsullardan istifadə zamanı zəhərlənmə və ölüm hallarına da rast gəlirik. Konservləşdirilmiş məhsullar xeyirli, ya ziyanlıdır? Daha çox nələrə diqqət etməliyik?

XANIM AYDIN

Müasir həyat tərzimiz qida rasionumuza da ciddi təsir göstərir. Zamana qənaət etmək üçün bir çoxlarımız qida qəbulu zamanı konservləşdirilmiş məhsullara üstünlük veririk. Meyvə, tərəvəz, həmçinin ət və balıq məhsullarını həm təbii, həm də konservləşdirilmiş formada yeyirik. Qida məhsullarının konservləşdirilməsinin kəşfi fransız aşpazı Fransua Apperin adı ilə bağlıdır. O, bu üsulu 1809-cu ildə ixtira edib və ixtirası qısa zamanda bütün dünyaya yayılıb.

### DOĞRUDANMI KONSERVLƏŞDİRİLMİŞ MƏHSULLAR ZİYANLIDIR?

Konservləşdirilmiş məhsullar haqda fikirlər heç də birmənalı deyil. Cəmiyyətin bir hissəsi onun xeyirli, digər kəsim isə, əksinə, ziyanlı olduğunu iddia edir və qətiyyətlə bu tip qidalardan imtinaya çağırırlar. Bəs reallıq necədir? Doğrudanmı konservləşdirilmiş məhsullar ziyanlıdır?

Dünya alimlərinin tədqiqatlarına görə, konservləşdirmə prosesi zülal, karbohidrat və yağlara heç bir mənfi təsir göstərmir və ərzağın qida maddələrinin xeyli hissəsi olduğu kimi qalır. Bundan başqa, bir çox minerallar, həmçinin A, D və E vitaminləri dağılmır. Amma konservləşdirmə prosesi çox vaxt yüksək temperatur altında həyata keçirildiyi üçün qidaların tərkibindəki ən zəruri sayılan C vitamini məhv olur. Bir çox məhsullar var ki, əksinə, konservləşdirmə zamanı tərkibindəki xeyirli maddələr artır. Məsələn, yüksək temperatur altında pomidordan daha çox antioksidant ayrılır. Aparılan araşdırmalara görə, təzə pomidorda 0,5 qram zülal, 3 qram karbohidrat, az miqdarda yağ olduğu halda, 100 qram konservləşdirilmiş pomidorda 1 qram zülal, 3,8 qram karbohidrat, az miqdarda yağ var.

### EMAL ZAMANI VİTAMİNLƏR MƏHV OLUR

Meyvə və tərəvəzlərlə yanaşı, konservləşdirilmiş qidalar arasında ən geniş yayılmışlardan biri də balıq məhsullarıdır. Məlumdur ki, balıq xarab olmaması üçün tutulan kimi ya dondurulmalı, ya da konservləşdirilməlidir. Konservləşdirmə balıqda bəzi xeyirli elementləri (məsələn, maqnezium, kalsium, kalium, fosfor və s.) və B qrupuna aid vitaminləri saxlayır. Onlar əsəb və ürək-damar sisteminə yaxşı təsir edir. Təbii ki, emal zamanı müəyyən qədər vitaminlər məhv olur. Yağlı balıq növlərində həmçinin omeqa-3 vitamini də qalır. Balıq konservlərinin bir neçə növü var: yağlı, öz şirəsində, tomat sousunda və s. Amma ən məsləhətlisi tomat sousunda olanlardır. Onların kalorisi də aşağıdır.

## ZƏRURİ QAYDALARI GÖZLƏMƏDİKDƏ...

Həkim-infeksionist İbrahim Rufullayev deyir ki, zəhərlənmələrə əsas səbəb evdə bağlanan konserv məhsullarıdır: "Ev şəraitində konservləşdirmə sanitar rejim tam gözlənilməklə baş verməlidir. Xanımlar evdə əsasən turşular, kompotlar bağlayır. Onlar bilməlidir ki, meyvə, tərəvəz öncə yaxşı yuyulmalı, emal olunmalıdır. Daha sonra bağlanacaq bankalar da qaynadılmalı, sterilizə edilməlidir. Qaydaları gözləmədikdə kütləvi zəhərlənmələr qaçılmazdır. Bəzən həkimlər belə, bunun qarşısını ala bilmirlər. Çünki zəhərlənmənin dərəcəsi yüksək olur. Oksigen olmayan şəraitdə botulizm xəstəliyi yaranır. Yəni qidada toksinlər əmələ gəlir və zəhərlənməyə səbəb olur. Konservləşdirilmiş məhsulların bağlandığı bankanı açanda diqqətli olmaq lazımdır. Əgər bankada qaz varsa, qapağı qalxmağa başlayacaq. Yaxud açan zaman qazlı səs çıxır. Və ya dadına baxanda xoşagəlməz dad hiss edirlərsə, onu istifadə etmək olmaz. Bu, həmin məhsulun zəhərli olduğunu göstərir. Məsləhət görərdim ki, insanlar daha çox sənaye üsulu ilə hazırlanan konservləşdirilmiş məhsullara üstünlük versinlər. Burada praktiki olaraq zəhərlənməyə əsas qalmır. Amma ev şəraitində hazırlanan məhsullar, əlbəttə ki, təhlükəlidir".

İbrahim Rufullayev

## ƏN ÇOX ZƏHƏRLƏNMƏLƏR BU TURŞULARDAN İSTİFADƏ ZAMANI BAŞ VERİR

Məlahət Qarayeva

Həkim-terapevt Məlahət Qarayeva deyir ki, konserv məhsulu alarkən üzərində saxlanma müddətinə baxmaq çox vacibdir: "Bir çox ət konservlərinin saxlanma müddəti üç ildən beş ilə qədərdir. Konservləşmiş məhsulları alarkən etiketdəki məlumatlar, markalanma, qabın səthində mümkün olan defektlər, pas ləkələri, məhsulun yığım ölçüsü və vəziyyətinə diqqət yetirilməlidir. Bəzən qabların daxili səthində sterilizə zamanı göy rəngli ləkələr əmələ gəlir. Bu təbəqədən qorxmaq lazım deyil. Çünki ziyansızdır. Sadəcə, konservlərin xarici görünüşünü dəyişir. Şüşə bankalarda belə hallar daha çox olur. Dəmir-sulfidin tünd rəngli təbəqəsi əmələ gəlir. Köhnə, iy gələn, vaxtı keçmiş ət və balıq konserv məhsullarından istifadə etmək qəti qadağandır və insan orqanizmində mənfi fəsadlara yol aça bilər. Belə məhsullardan zəhərlənmə zamanı ölüm faktları da qeydə alınır. Ən çox zəhərlənmələr bağlı qablardakı turşu məhsullarından istifadə zamanı baş verir. Turşuya qarışan botulotoksin zəhərlənməyə səbəb olur və bəzən ölümlə nəticələnir. Açıq turşularda belə hallar baş vermir və botulizm olmur. İnsanlar bilməlidir ki, turşu qoyulan balonlarda qapaq şişibsə, suyu bulanıqdırsa, belə məhsulları yemək olmaz. Bu tək ev şəraitində deyil, fabrik istehsalı olan məhsullara da aiddir. Bəzən plastik qablarda qoyulan turşular da zəhərlənməyə səbəb olur. Bu, turşunun tərkibində olan maddələrin qabın tərkibində olan zəhərli maddələrlə qarışması zamanı baş verir. Hər kəsə konserv məhsullarından istifadə edərkən dadında, iyində, görünüşündə hər hansı bir şübhə əmələ gələrsə, qəti olaraq yeməməyi tövsiyə edirəm".

QARABAĞ TURİZMİN İNKİŞAFINDA LOKOMOTİVƏ ÇEVRİLƏCƏK

# XANKƏNDİ VƏ LAÇINA TURLAR TƏŞKİL OLUNACAQ?

Qarabağ həm daxili, həm də gəlmə turizmə xüsusi töhfə verə biləcək bölgəmizdir. Yay, qış, tarixi, mədəni, sağlamlıq turizmi imkanları kifayət qədər genişdir. Yenidən qurulan və bərpa edilən Qarabağ, həm də Azərbaycanda turizmin inkişafında lokomotivə çevriləcək.

AYGÜN ƏZİZ
aygunaziz@kaspi.az

Ötən ilin sonlarında şəxsi avtomobillərlə işğaldan azad olunan ərazilərə səfərlərə icazə verilib. Ümumiyyətlə, bundan öncə də, ictimai nəqliyyatla “Qarabağ Zəfər Marşrutları” konsepsiyası ilə “Yolumuz Ağdama”, “Füzuli və Xocavəndə”, “Yolumuz Şuşaya” adlı səfərlər təşkil olunub və maraqla qarşılanıb. 2023-cü il dekabr ayının sonundan isə bu siyahıya Suqovuşan da əlavə edilib. Hazırda insanları maraqlandıran əsas məqam Xankəndi və Laçına turların təşkilidir. Maraqlıdır, “Yolumuz Laçına”, “Yolumuz Xankəndiyə” nə vaxt reallaşacaq? Elə bir tur təşkil edilə bilərmi ki, o tura Şuşa, Laçın, Xankəndi daxil edilsin?

### BU İL XANKƏNDİYƏ TUR OLACAQ?

Millət vəkili Vüqar Bayramov “Kaspi” qəzetinə açıqlamasında bildirib ki, bu ildən Xankəndi və Laçına səfərlər təşkil olunacaq: “Mərhələli şəkildə işğaldan azad olunmuş bütün yaşayış məntəqələrində məskunlaşma həyata keçiriləcək, səfərlər təşkil olunacaq. Laçında artıq məskunlaşma başlayıb. Xankəndidə isə 2024-cü ildə qayıdışa start verilməsi nəzərdə tutulub. Bu il xüsusilə də antiterror tədbirləri nəticəsində işğaldan azad olunan ərazilərə həm insanlarımızın qayıtmasını, həm də turların təşkil olunmasını müşahidə edəcəyik”.

### BU POTENSİALDAN TAM ŞƏKİLDƏ YARARLANA BİLMİRİK

Millət vəkili vurğulayıb ki, Qarabağın, eləcə də Şərqi Zəngəzurun böyük turizm potensialı var: “Məqsəd həmin potensialdan daha geniş istifadə etməkdir. Bu gün bu potensialdan tam şəkildə yararlana bilməməyimizin səbəbi müəyyən ərazilərdə minaların olması və bəzi yerlərin işğalçılar tərəfindən tamamilə dağıdılmasıdır. Minadan təmizlənmə prosesi davam etdikcə, daha çox məskunlaşmalar, turlar müşahidə edilir. Sözsüz ki, buna uyğun olaraq infrastrukturun formalaşdırılması və inkişaf etdirilməsi də vacibdir. Qiymətləndirmələr göstərir ki, Qarabağ həm daxili, həm də gəlmə turizmə xüsusi töhfə verə biləcək bölgəmizdir. Yay, qış, tarixi, mədəni, sağlamlıq turizmi imkanları kifayət qədər genişdir. Yenidən qurulan və bərpa edilən Qarabağ həm də Azərbaycanda turizmin inkişafında lokomotivə çevriləcək”.

Foto: Firudin Səlimov/Global Media Group

### QARABAĞA TƏŞKİL OLUNAN TURLARA BÖYÜK AXIN VAR

Turizm şirkəti rəhbəri Tərlan Quliyev deyir ki, ikinci Qarabağ müharibəsindən sonra işğaldan azad etdiyimiz torpaqlarda yeni turizm infrastrukturlarının yaradılması, Şuşa, Ağdam, Suqovuşan kimi istiqamətlərdə real turların həyata keçirilməsi insanların böyük marağına səbəb olub: “Pandemiya dönəmində daxili turizmin inkişafında böyük sıçrayış oldu. Xüsusilə, Azərbaycanın turizm bölgələrinə təşkil olunan marşrutlarla yanaşı, Qarabağ bölgəsinə olan səfərlərə tələbat çoxdur. Həm şəxsi avtomobillər, həm ictimai nəqliyyatla təşkil olunan turlara böyük axın var. Füzuli hava limanının tikilməsi, düşünürəm ki, növbəti hava limanının Xankəndidə fəaliyyət göstərməsi xarici turistlərin də gəlməsinə təkan verəcək. Lakin bunun üçün zaman lazımdır. Biz hazırda Qarabağa səfərlər zamanı müəyyən edilmiş marşrutlar üzrə hərəkət edirik. Bildiyimiz kimi, orada hələ kifayət qədər minadan təmizlənməyən ərazilər, təhlükələr, tələlər var. Ona görə də zamanla təhlükəsizlik tədbirləri ən yüksək həddə çatdıqca, istədiyimiz kimi səfərlər təşkil edə biləcəyik. Dövlət Turizm Agentliyinin də bununla bağlı planları var”.

### LAÇIN VƏ XANKƏNDİYƏ SƏFƏR ETMƏK İSTƏYƏNLƏR ÇOXDUR

Tur rəhbəri deyir ki, hazırda Laçın və Xankəndiyə səfər etmək istəyən insanlar çoxdur: “Orada bir çox turizm iaşə obyektlərinin qurulması, infrastrukturun yaradılması ilə bağlı suallar gəlir. Qarabağ bölgəsi dağlıq zonadır və qış turizmi üçün əlverişli imkanları var. Hazırda qış turizmi mövsümü olduğu üçün bu istiqamətlərə səfər etmək insanların marağındadır. Yeni istiqamətlərin açılması, orada da qış turizm kompleksinin yaradılmasına biz də ümid edirik, bu da zaman məsələsidir”.

## DÜNYA SƏVİYYƏSİNDƏ TURİZM DESTİNASİYASI

Foto: Sabir Məmmədov / Global Media Group

Turizm mütəxəssisi vurğulayır ki, Qarabağda dağ, xizək, hayking, sağlamlıq turizmini inkişaf etdirmək mümkündür: “Bilirsiniz ki, bu bölgə mineral sularla zəngindir. Qarabağ öz təbiətinə, tarixinə görə dünya səviyyəsində turizm destinasiyasına çevrilə bilər. Çünki Qarabağ problemi 30 ildir dünya ictimaiyyətinin gözünün önündə idi. Bu gün Azərbaycan dövlətinin yaratdığı infrastruktur, oranın gözəlləşməsi, insanlara yaxşı həyat şəraitinin yaradılması, digər tərəfdən də turizm destinasiyasına çevrilməsi ölkəmizin dünya turizm bazarında mövqeyini gücləndirəcək, oraya daha çox turistin axın etməsinə gətirib çıxaracaq. Bu, bir növ tarixi turizmi xatırladır. İnsanlar maraqlı keçmişi olan regionlara səyahət etməyi sevirlər. Biz o kütləni cəlb edə bilərik”.

Mövzu ilə bağlı Dövlət Turizm Agentliyinə göndərdiyimiz sorğuya “Hələ bu barədə məlumat yoxdur, məlumat olanda ictimaiyyətə açıqlanacaq”, - deyə cavab verildi.

# BALQABAĞI DA İSPANİYADAN GƏTİRƏCƏYİKSƏ...

Ölkəmizə xaricdən balqabaq gətirilir. Rəsmi qurumların açıqlamalarına görə, bunu edən xarici restoranlardır. Ekspertlər isə bildirirlər ki, yerli məhsulumuzdan istifadə daha yaxşı olardı.

ZƏRİF SALMANLI
zarifsalmanli@kaspi.az

Azərbaycan İspaniyadan balqabaq idxal etməyə başlayıb. Dövlət Statistika Komitəsinin yaydığı məlumata görə, balqabaq, yunan qabağı və balqabaqlar fəsiləsindən olan digər tərəvəzlərin idxal miqdarı 307,94 tondur. Balqabaq ölkəmizdə boranı adı ilə məşhurdur. Həmçinin "qabaq" və "kudu" kimi də tanınır. Maraqlıdır, bu məhsul ölkəmizdə əkilib-becərilirsə, o zaman nə üçün İspaniyadan gətiririk?

### ÖLKƏMİZDƏ KİFAYƏT QƏDƏR ƏKİLİR

Kənd Təsərrüfatı Nazirliyindən bildirildi ki, yerli məhsulun istehsalında heç bir problem yoxdur: "Ölkəmizdə yetəri qədər balqabaq əkilir. Yəni, gətirilən məhsul bazara çıxarılmır. Ola bilər ki, xarici restoranlar gətirir. Bu məhsulu gətirənlər daha çox sahibkarlardır".

Tərəvəzçilik Elmi-Tədqiqat İnstitutu Publik hüquqi şəxsin İdarə Heyətinin sədri Elmar Allahverdiyev də dedi ki, ölkəmizdə kifayət qədər balqabaq əkilir: "Cənub bölgəsində uzunsov növü, dağlıq ərazilərdə, məsələn, Gədəbəydə həyətyanı sahələrdə kudu deyilən yumru, iri balqabaqlar yetişdirilir. Elələri var ki, birinin ağırlığı 57 kiloqramdır. Şəxsən özüm çəkmişəm".

### GÖY QABAQ GƏTİRİLƏ BİLƏR

E.Allahverdiyev qeyd etdi ki, xarici sortlardan bizdə göy qabaq məşhurlaşıb: "Ola bilər ki, göy qabağı qeyri-mövsüm vaxtı gətirirlər. Biz onu yunan qabağı kimi tanıyırıq. Son illərdə ölkəmizdə bu məhsula tələbat artıb. Xüsusi restoranlarda ondan yeməklər hazırlanır. Ölkəmizdə son illərdə bu məhsulun da əkin sahələri genişlənib. İstənilən regionda əkilib-becərilməsi mümkündür. Hətta istixana şəraitində də yetişdirilir. Amma bizim əkinçilər daha çox ənənəvi balqabaqları əkməyə üstünlük verirlər".

### BORANINI ƏN ÇOX RESTORANLAR ALIR

Qida məsələləri üzrə ekspert Ağa Salamov bildirdi ki, bizdə balqabağa tələbat az olsa da, maraq var: "Azərbaycan milli mətbəxində öz sözünü demiş boranılı plov, Bakı "qəlyəsi", boranı şirniyyatı, boranı dolması balqabaqdan hazırlanır. Ölkəmizdə çox geniş istifadə olunmasa da, istifadə edilən yerlər mövcuddur. Boranını ən çox restoranlar alır. Əsasən, türk mətbəxi olan restoranlarda boranıya tələbat olur".

## HƏM TORPAĞI, HƏM İNSANLARI ZƏHƏRLƏYİR

Ekspertin fikrincə, hər bir halda restoranda hazırlanan təamların dadlı, ləzzətli olması üçün mütləq şəkildə ölkəmizdə yetişən balqabaqlardan istifadə olunmalıdır: "Yerli məhsulun tərəfdarı olmalıyıq. Çünki xaricdən ölkəmizə gələn toxumlar hibriddir. Ona da pestisidlər vurulur. Pestisidlər isə torpağı zəhərləyir. Yuyulan və yuyulmayan pestisidlər var. Hibrid toxumlar və pestisidlərdən sonra torpaqda ənənəvi toxumları əkə bilmirik. Artıq məcburuq ki, xaricdən toxum alıb gətirək. O toxumu ala bilməyəndə torpağımız məhv olacaq. Xaricdən gətirmək asan yoldur. Amma bu, həm torpağın, həm də insanların zəhərlənməsinə səbəb olur".

### XEYİRLİ OLAN ƏNƏNƏVİ BALQABAQLARIMIZDIR

A.Salamovun sözlərinə görə, insanları yerli məhsul almağa təşviq etməliyik: "Toxum yox, balqabaq gələcəksə, yenə də zəhərlidir. Çünki o da hibriddir. Ölkəyə gətirilən təbii balqabaq yoxdur. Xeyirli olan ənənəvi balqabaqlarımızdır. Xaricdən gətirilən məhsul gözəldir, daha cəlbedici görünür. İnsanlar da bazarda görəndə görünüşünə görə almaq istəyirlər. Amma insanları da maarifləndirmək lazımdır. İdxal olunan məhsulların zərərlərini bilməlidirlər".

## DAXİLİ BAZARDA YERLİ MƏHSUL OLMADIQDA QİYMƏT DƏ QALXIR

Müsahibimiz bildirdi ki, yerli məhsul olmadıqda qiymətlər də yüksəlir: "İdxal məhsulları cibimizi də yandırır. Xarici toxumla da yetişdirilsə, dərmana pul verilir. Beləliklə, qiymət qalxır. Ənənəvi sort olmadıqda qiymət artımı qaçılmazdır. Üzərimizə düşən ənənəvi sortların bərpasıdır. Kəndliləri yerli toxumlarla təmin etmək lazımdır. Yerli məhsul yetişdirməliyik ki, həm ucuzluq olsun, həm də özümüzü zəhərləməyək".

Elmar Allahverdiyev

### VƏTƏNDAŞLARIN MƏHSULU ƏLLƏRİNDƏ QALIB

İqtisadçı Pərviz Heydərovun fikrincə, yerli məhsul qala-qala xarici məhsulları bazara çıxarmaq istehsala vurulan ən böyük zərbədir: "Yerli istehsala gücümüz çatdığı halda, xaricdən eyni məhsulun idxal olunması ucbatından yerli istehsal inkişafdan qalır, ona maraq getdikcə azalır. Nəticədə daxili bazar idxal məhsulları ilə dolur. Nə qədər faktlar var ki, vətəndaşların həyətyanı sahədə və yaxud təsərrüfatda yetişdirdikləri balqabaqlar əllərində qalır. Mən demirəm ki, idxala qadağa qoyaq. Sadəcə, idxalın bu qədər genişlənməsini azaltmaq lazımdır. İspaniya Avropanın bizdən ən uzaq ölkələrindəndir. Bu sahədəki sahibkarlar niyə bu məhsulu oradan gətirməyə maraq göstərirlər? İlk növbədə bunu araşdırmaq lazımdır".

Ağa Salamov

# YANLIŞ SEÇİM AĞIR FACİƏYƏ YOL AÇA BİLƏR

**Bəzən sürücülər “dörd fəsil” təkərləri almağa üstünlük verirlər. Amma, nəzərə almaq lazımdır ki, bu təkərlər qarlı havada elastikliyini itirir. Qış təkərləri isə, xüsusi materialdan hazırlanır və qarlı havada keyfiyyətini itirmir.**

KÖNÜL CƏFƏRLİ

Son illərdə Azərbaycanda qış sərt keçmir. İl ərzində maksimum 5-10 gün qarlı-şaxtalı hava olar, ya olmaz. Bu il Bakı da daxil olmaqla, ölkəmizin hər bir yerində bir neçə günlük güclü qar və şaxtalı hava müşahidə edilir. Belə hava şəraitində müvafiq dövlət qurumlarının avtomobil sürücülərinə çoxsaylı müraciətlərini eşidirik: Sürət həddinin aşağı salınması, qarlı və boranlı havalarda yolların buzlu olması səbəbindən şəxsi avtomobillərdən minimum istifadə, ən başlıcası isə avtomobil şinlərinin mövsümə uyğun olaraq dəyişdirilməsi.

Lakin, yuxarıda qeyd etdiyimiz kimi, qışın əksər vaxt mülayim keçməsi sürücülər arasında qış təkərlərinə keçidi aktuallaşdırmır. Başqa sözlə desək, sürücülər 5-6 günə görə böyük məbləğdə xərcə düşmək istəmirlər. Amma nəticədə qarlı-buzlu günlərdə xeyli qəzalar baş verir. Bu zaman isə nəqliyyat vasitəsinə dəyən ziyan təkərlərin qiymətindən baha olur.

Bəs nə etmək lazımdır? Sürücüləri mövsümə uyğun təkərləri dəyişməyə sövq etmək üçün hansı addımlar atılmalıdır?

### “SƏN VURMASAN DA, SƏNİ VURACAQLAR”

Doqquz ildir sükan arxasında olan sürücü Samir İsayev deyir ki, Azərbaycanda qışın sərt keçib-keçməməsindən asılı olmayaraq, qış təkərlərinə üstünlük verir: “Bu, həm təhlükəsizlik, həm də rahatlıq üçün çox vacibdir. Bəzən gözləmədiyimiz anda havalar kəskin soyuya bilər. Belə zamanlarda heç bir narahatlıq keçirmədən avtomobili idarə edəcəyimi düşünürəm. Burada da bir problem var. Əksər sürücülər “dörd fəsil” şinlərdən istifadə edirlər. Bəziləri isə ümumiyyətlə, yay şinlərinə üstünlük verirlər. Bu da qarlı və şaxtalı hava şəraitində onların özləri ilə bərabər, mənim kimi qış təkərlərindən istifadə edənlərə də ciddi təhlükələr yaradır. Bu səbəbdən qarlı havalarda sürücülərin bir deyimi ortaya çıxıb: “Sən vurmasan da, səni vuracaqlar”. Ona görə də, digər sürücülərə qış fəslində mövsümə uyğun şinlərdən istifadəni tövsiyə edirəm. Belə olan halda həm özlərini, həm də digər nəqliyyat iştirakçılarını təhlükədən sığortalamış olacaqlar”.

## ŞAXTALI HAVADA QIŞ TƏKƏRLƏRİNİN ÜSTÜNLÜKLƏRİ

Bir çoxları düşünür ki, qış təkərləri şaxtalı havaya dözümlüdürlər, digərləri isə yox. Nəqliyyat eksperti Eldəniz Cəfərov isə bildirib ki, qış Azərbaycanda elə də xoş keçmir:

“Paytaxt Bakıda qış nisbətən mülayim olur deyə, ölkədə ümumilikdə, qış fəslinin sərt keçmədiyini söyləmək doğru deyil. Həmişə sürücülərə tövsiyə edirik ki, mövsümə uyğun qış təkərləri alsınlar. Düzdür, bəzən sürücülər “dörd fəsil” təkərləri almağa üstünlük verirlər. Amma nəzərə almaq lazımdır ki, bu təkərlər qarlı havada elastikliyini itirir. Qış təkərləri isə xüsusi materialdan hazırlanır və qarlı havada keyfiyyətini itirmir. Şaxtaya dözümlülük baxımından digərlərindən üstündür. Digər təkərlər şaxtalı havada keyfiyyətini itirdiyi üçün yollarda həm özünüzə, həm də digər hərəkət iştirakçılarına təhlükə yarada bilərsiniz”.

Eldəniz Cəfərov

## YANVAR AYINDA YAY TƏKƏRİ?

Təkər satışı ilə məşğul olan şəxslər isə qeyd edirlər ki, təkər bazarında illərlə çox yanlış maarifləndirmə aparılır. “Dörd fəsil” təkəri anlayışı insanlarda çaşqınlıq yaradıb. Əslində isə yay təkərləri +7 dərəcədən +45 dərəcəyədək, “dörd fəsil” təkərlər 0-25 dərəcə aralığında, qış təkərləri isə +7 dərəcədən aşağı temperaturlarda istifadə olunmalıdır. Bakıda yanvar ayında 10-12 dərəcə isti hava şəraitinin hökm sürdüyünü nəzərə alsaq, ən ideal təkərlər məhz yay təkərləridir.

### “QARDA VURULAN MAŞIN DÜZƏLMİR”

Sürücülərin bir çoxu isə düşünür ki, Azərbaycanda üç ildən bir yağacaq iki günlük qar üçün ən az büdcə ilə hesablasaq,

qış təkərlərinə (yalnız iki ədəd nəzərdə tutulur) 300 manat pul verməyinə dəyməz: “Məcbur deyil ki, qarlı havada şəxsi nəqliyyat vasitəsilə ilə yola çıxaq. Maksimum 20-30 manat taksi xərcimiz çıxacaq. Azərbaycanda cəmi 2-3 gün qar yağır. Sonra hava yenidən əvvəlki temperatura qayıdır. Qış təkərinə minimum 300 manat verməkdənsə, taksiyə 20-30 manat pul vermək daha sərfəlidir. Sürücülər arasında belə bir deyim də var: “Qarda vurulan maşın düzəlmir”. Odur ki, mən heç vaxt dəyişməmişəm”.

Elə sürücülər də var ki, “dörd fəsil” təkərlərdən istifadə etdiklərini və bunun onları qane etdiyini deyirlər.

Kaspi ÜÇ ƏSRİN QƏZETİ
Təsisçi
**Global Media Group**
Baş redaktor
**İlham Quliyev**
Redaksiya
Baş redaktorun müavini - **Azad Əliyev**
Müxbirlər – **Təranə Məhərrəmova, Aygün Əziz, Zərif Salmanlı**
Müəlliflər – **Azər Nuriyev, Xanım Aydın, Könül Cəfərli, Kubra Məhərrəmova, İlhamə Əbülfət, Aysel Aslan, Faiq Tahirov**
Korrektor – **Vüsal Əliyev**
Texniki şöbə
Kreativ direktor – **Murad Arbay**
Dizaynerlər
**Lalə Qasımova, İlham İsmayılov, Aydan Məmmədli**
Yayım və satış meneceri
**Vadim Manafov**
Ünvan
**Bakı, Səməd Vurğun 34, AF Mall**
**Telefon: (012) 525 03 31**
**kaspiqazeti@kaspi.az**
Qəzet “Azərbaycan” nəşriyyatında çap olunub.
Sifariş: 137
Tiraj: 2250
Müəlliflərin mövqeyi redaksiyanın mövqeyi ilə üst-üstə düşməyə bilər.

# BUZLU SUDA ÇİMMƏK FAYDALIDIRMI?

İnsanlar əsasən, durğun havada soyuq suda çimirlər. Amma Bakı "küləklər şəhəri" olduğu üçün bu prosedur təhlükəlidir. Küləkli havada buzlu sudan çıxan insan soyuğun təsirinə daha çox məruz qalır.

AYGÜN ƏZİZ
aygunaziz@kaspi.az

Uşaqlıqdan hamımızın əzbərlədiyi, xəstəliklərdən ən vacib qorunma metodu soyuqdan qaçmaq olub. Qar yağanda, qartopu oynayanda da üşüməmək üçün maksimum qalın geyinmişik. Çünki əksəriyyətimiz soyuqda sətəlcəm olmaqdan ehtiyat etmişik.

Amma son vaxtlar soyuq suda çimməyin, özünü qarla basdırmağın, qışda dənizdə üzməyin faydalı olduğunu deyənlərin sayı artır. Sosial şəbəkələrdə tez-tez məşhur simaların buz dolu çəlləyə girməyi, buzlu suda çimməyi, bəh-bəhlə qışda dənizdə üzməyini müşahidə edirik. TV aparıcısı İlqar Mikayıloğlu da qarda çimənlərdəndir. O, "Bakıda qar yağdısa, mütləq həmin qarda çimmək lazımdır", - deyir.

Bəs mütəxəssislər nə deyir? Əzbərlərimizi dəyişməliyikmi? Həqiqətən soyuq suda çimmək faydalıdırmı?

### CANIMIZA İSTİLİK VERƏN PİY TOXUMASI

Sağlamlıq haqqında elmi araşdırmalar aparan mütəxəssis, bloger Emil Allahverdiyev "Kaspi" qəzetinə açıqlamasında bu metodun sağlamlıq üçün faydalarından danışıb. O, özü də soyuq aylarda mütəmadi olaraq buz vannası qəbul edir, qarla çimir. Deyir ki, insanların izlədikdə belə, üşüməsinə səbəb olan bu məşğuliyyət immun sistemini gücləndirir: "Hər birimizin bədənində iki növ, ağ və qonur piy toxuması var. Ağ toxuma enerjini qoruyur, qonur isə istilik əmələ gətirərək bədənin temperaturunu tənzimləməyə kömək edir. Qonur piy toxumasının tərkibində olan mitoxondriaların bizim bədənimiz üçün çox faydası var. O, immun sistemimizi möhkəmləndirir, soyuğa qarşı daha dözümlü olmağımıza səbəb olur. Çünki qonur piy işə düşəndə, bədənimizi daxildən isitməyə başlayır. Məsələn, mən bu proseduru etdiyimə görə, daha az üşüyür, xəstələnir, xəstələndikdə belə rahatlıqla qalib gəlirəm".

Emil Allahverdiyev

### AZƏRBAYCANDA İNSANLAR YAŞLANDIQCA DAHA ÇOX ÜŞÜYÜR?

Bloger deyir ki, qonur piy toxuması insan yaşlandıqca azalır. Yaşlı insanlarda ağ piy toxumasının tərkibi qonur piy toxumasının miqdarını xeyli üstələyir. Qonur piy toxumasını qorumaq üçün özümüzü isti ilə yanaşı, soyuğa da alışdırmalıyıq: "Biz özümüzü ancaq istiyə öyrəşdirir, istiyə qaçırıq. Amma qonur piy toxumasının azalmasını istəmiriksə, bədənimizi ekstremal soyuğa da öyrəşdirməliyik. Fikir versəniz, xüsusilə də Azərbaycanda insanlar yaşlandıqca daha çox üşüyürlər. Məsələn, yaşlı qadınlar yayda isti geyimlər geyinir, bürünürlər. Çünki onların qonur piy toxumaları azalır və daimi üşüyürlər".

## BU, BÖYÜK SƏHVDİR VƏ CİDDİ FƏSADLARI OLUR

Həkim-pulmonoloq Əsəd Beydullayev deyir ki, insan orqanizmi istiyə də, soyuğa da tədricən uyğunlaşır. Amma insan bədənini tanımalı, bu proseduru bir anda etməməlidir: "Soyuq suda, buzda çimən, bu proseduru edən xüsusi qrup insanlar Rusiyada daha çoxdur. Amma onlar birdən-birə isti iqlimdən çıxıb soyuq suda çimmirlər. Onlar soyuq iqlimdə yaşadıqları üçün orqanizmləri öncədən soyuğa alışır. İsti iqlim qurşağında yaşayan insanın birdən-birə buzlu suya girməsi böyük səhvdir və bu, ciddi fəsadlara, hətta bədənin donmasına, ciddi ağciyər və digər xəstəliklərə gətirib çıxara bilər. Bunu tədricən etmək faydalıdır".

### SAĞLAM BƏDƏN VƏ HƏYAT TƏRZİNİN GÖSTƏRİCİSİ

Mütəxəssisin sözlərinə görə, insanlar əsasən, durğun havada, soyuq suda çimirlər. Amma Bakı "küləklər şəhəri" olduğu üçün bu prosedur təhlükəlidir: "Küləkli havada buzlu sudan çıxan insan soyuğun təsirinə daha çox məruz qalır. Müşahidə etdikdə görürük ki, məsələn, -10 dərəcə soyuqda Bakıda üşüyürük, amma Rusiyada -15 dərəcə bizə təsir etmir. Çünki Rusiya şəhərlərində şaxta olsa da, külək yoxdur. Bizdə iqlim həm rütubətli, həm də küləklidir. Ona görə də soyuq daha ciddi təsir edir. Təbii ki, buna da alışa bilən insanlar var. İnsanların soyuq suda çimməsini, bunu bacarmasını alqışlayıram. Bu, sağlam bədən və sağlam həyat tərzinin göstəricisidir. Amma bunu kiminsə acığına, kiməsə özünü göstərmək üçün deyil, sırf planlı şəkildə, məşqçi nəzarəti ilə etmək daha məsləhətlidir".

Əsəd Beydullayev

## HİPERTONİYA, ŞƏKƏRLİ DİABET VƏ DEPRESSİYA RİSKLƏRİ

Rusiyalı terapevt Anna Bakşeyeva isə deyir ki, qarlı yaxud buzlu suda çimmək prosedurunda əsas məqam bunu ildə bir dəfə deyil, mütəmadi etməkdir: "Bu zaman insan orqanizmi sərtləşir. Bu prosesin ürək-damar sistemi, immunitet və stress üçün faydaları çoxdur. Amma burada əsas məqam nizamlılıqdır. Yəni ildə bir dəfə buzla çimməyin insan sağlamlığına ciddi təsiri yoxdur, əksinə, zərəri çoxdur. Çünki soyuq suya girdikdə, orqanizminiz bədəni hərəkətə gətirən stress hormonları ifraz edir və siz sanki "dağları yerindən tərpətmək" iqtidarında olduğunuzu hiss edirsiniz. Amma sudan çıxdıqdan sonra immun sistemi zəifləyə, tənəffüs xəstəliklərinə səbəb ola bilər. Bundan əlavə, sərxoş halda buz çuxuruna dalmaq ciddi təhlükədir. Bu vəziyyətdə insan bədənini tam idarə edə bilmir, nəticədə boğulmaya səbəb olur. Ümumiyyətlə, soyuq suda çimmək hazırlıqsız orqanizm üçün ciddi problemlərə yol aça bilər. Müntəzəm olaraq bunu edən insanlar isə soyuqdəymədən daha az əziyyət çəkir, hipertoniya, şəkərli diabet və depressiya riskləri daha az olur".

### XƏSTƏLİKLƏRİN SƏBƏBİ SOYUQ HAVA DEYİL, QAPALI ŞƏRAİTDİR

Son vaxtlar yayılan xəstəliklərin soyuq hava ilə əlaqələndirilməsinə gəldikdə isə, pulmonoloq Əsəd Beydullayev təsdiqləyir ki, qış aylarında xəstəliyin yayılmasının səbəbi soyuq hava deyil, qapalı şəraitdir: "Soyuq aylarda infeksion, hava-damcı yolu ilə keçən xəstəliklər artır. Bunun əsas səbəblərindən biri soyuq deyil, soyuq hava səbəbindən insanların qapı, pəncərəni bağlayıb, bir yerə toplaşmasıdır. Düzgün qidalanan, normal geyinən, xəstə ilə təmasda olmayan insana soyuq ciddi təsir etmir".

ÜÇ ƏSRİN QƏZETİ
Kaspi
20 YANVAR ŞƏNBƏ 2024

# SUPER LİQADA QAYDALAR DƏYİŞİR

Bu mövsüm Super Liqanın hər bir klubuna beş türkdilli ölkə - Azərbaycan, Qazaxıstan, Qırğızıstan, Özbəkistan və Türkmənistandan olan bir oyunçunu yerli statusunda oynatmağa icazə verilirdi. Ancaq növbəti mövsümdən adıçəkilən ölkələrdən olan oyunçulara edilən bu güzəşt ləğv olunur.

## KLUBLAR ÖZ YETİRMƏLƏRİNİ İŞTİRAK ƏRİZƏSİNƏ DAXİL ETMƏLİDİR

Türk oyunçularla bağlı daha bir maraqlı məqam klubların öz yetirmələrini oynatması ilə bağlıdır. Növbəti üç mövsümdə iki, daha sonra isə üç klub yetirməsi iştirak ərizəsində yer almalıdır. Daha beş oyunçu isə digər Türkiyə klublarının akademiyalarında yetişmiş olmalıdır.

Start heyətdə legioner sayına məhdudiyyət qoyulmaması yerli oyunçuları daha rəqabətli mühitin gözlədiyini söyləməyə əsas verir. Belə ki, əgər buna qədər üç türkiyəli oyunçu məcburən meydana çıxırdısa, bundan sonra onlar əcnəbilərlə mübarizədə oynamağa layiq olduqlarını sübut etməlidirlər.

Eyni zamanda, klublar yerli oyunçu oynatmağa təşviq olunacaq. Legionerlərin qeydiyyatı üçün Türkiyə Futbol Federasiyasına ödənəcək məbləğlərdən fond formalaşdırılacaq və daha çox yerli oyunçuya imkan yaradan klublara ödənişlər ediləcək. Məbləğlər hələlik açıqlanmayıb.

Türkiyə Futbol Federasiyası (TFF) Super Liqada legioner futbolçularla bağlı qaydaları yenidən dəyişdirib. Son illər bir neçə dəfə yenilənən və hər dəfə klubların narazılıqları ilə qarşılanan qaydalar qarşıdakı beş ildə fərqli formatda tətbiq olunacaq. Beş illik dövrün özü də iki hissəyə bölünüb.

### ƏSAS HEYƏTDƏ LİMİT OLMAYACAQ

Hazırda Türkiyə Super Liqası klubları iştirak ərizəsinə 14 legioner futbolçunun adını daxil edə bilirlər. Onlardan səkkizinin elita matçlarında start heyətdə yer almasına icazə verilir. Növbəti üç mövsümdə ümumi legioner sayı 14-dən 12-yə salınacaq. Daha sonra isə əcnəbi oyunçu sayı 11-ə endiriləcək. Bununla yanaşı, start heyətə qoyulan limit aradan qaldırılıb. Komandalar çempionat matçlarına 11 legioner futbolçu ilə çıxa biləcəklər. Mütəxəssislər hesab edirlər ki, bu, baş məşqçilərin oyun günü heyəti formalaşdırmaqda əl-qolunu açacaq. Əgər əvvəllər legionerlərdən tam yararlanmaq mümkün olmurdusa, növbəti mövsümdən hazır əcnəbi oyunçunun sırf limit səbəbindən heyətdən kənar qalması problemi olmayacaq. Yeni qərarın ən müsbət tərəfi də məhz bu hesab edilir.

### YERLİ OYUNÇULARA MEYİLLİLİK ARTACAQ?

Yeni qaydalara əsasən, klubların sifariş ərizəsindəki maksimum say 30-dan 26-ya endirilib. Bu, transfer fəaliyyətinin daha səmərəli təşkil olunmasına hesablanıb. Əvvəllər klublar lazımlı-lazımsız çoxlu oyunçu gətirirdilər və bir çox hallarda mövsüm heç yarılanmamış onlardan bir neçəsi ilə yollar ayrılırdı.

Siyahıdakı 26 oyunçunun ilk üç mövsümdə 14-ü, sonrakı ikisində 15-i Türkiyə milli komandasında oynamağa yararlı olmalıdır. Start heyətdə 11 əcnəbi futbolçunun oynamasına icazə verilməsinə baxmayaraq, onların ümumi sayının azaldılması, üç mövsüm sonra 11-ə endirilməsi yerlilərin oyun şansını artırır. Əlbəttə, heç də hər oyun 11 legionerin hamısı tam hazır olmayacaq və onları yerlilər əvəz edəcəklər.

## AZƏRBAYCANLI OYUNÇULARA EDİLƏN GÜZƏŞT ARADAN QALDIRILIR

Bu mövsüm Super Liqanın hər bir klubuna beş türkdilli ölkə - Azərbaycan, Qazaxıstan, Qırğızıstan, Özbəkistan və Türkmənistandan olan bir oyunçunu yerli statusunda oynatmağa icazə verilirdi. Ancaq növbəti mövsümdən adıçəkilən ölkələrdən olan oyunçulara edilən bu güzəşt ləğv olunur. Yəni gələcəkdə artıq azərbaycanlı futbolçular Türkiyə Super Liqasında legioner statusunda oynamalı olacaqlar. Yalnız hazırda elita klublarında oynayan və müqaviləsi növbəti mövsümləri əhatə edən futbolçular mövcud sözləşmə əsasında yerli kimi oynaya biləcəklər.

### MƏNFİ CƏHƏTLƏR

Start heyətdə legioner oyunçulara limitin qoyulmaması hər nə qədər müsbət qarşılansa da, əcnəbi oyunçuların ümumi sayına tətbiq edilən məhdudiyyətlər klubların müəyyən narazılığına səbəb olub. Çünki faktiki olaraq komandaların meydana 11 əcnəbi ilə çıxmaq ehtimalı kifayət qədər aşağıdır. Üç mövsüm sonra isə bu, daha da azalacaq.

Daha bir mənfi məqam kifayət qədər radikal hesab olunan qaydaların artıq növbəti mövsümdən qüvvəyə minməsidir. Klublar legioner sayını 14-dən 12-yə endirməlidirlər. Hər bir legionerin davam edən müqaviləsinin olduğu nəzərə alındıqda elita təmsilçiləri qısa müddətdə onlardan bəzilərini göndərməyin yollarını axtarmaq məcburiyyətində qalacaqlar. Mütəxəssislər hesab edirlər ki, bu miqyasda qərar azı bir mövsüm öncədən elan olunmalıdır.

İstənilən halda, yeni qaydaların müsbət tərəfləri daha çoxdur. Klubların istəkləri nəzərə alınır, yerli və legionerlər üçün bərabər imkanlar yaradılır, klubların akademiyalarına diqqət etməsi təşviq olunur, rəqabət mühiti yaradılır.