MON YER ÜZÜNDƏ MÜƏLLİMDƏN YÜKSƏK AD TANIMIRAM
H.DİLİYEV
AZƏRBAYCAN MÜƏLLİMİ
Azərbaycan Respublikası Təhsil Nazirliyinin orqanı

TƏBRİK MƏKTUBU

Bu gün respublikamızda mətbuat bolluğunun hökm sürdüyü bir dövrdə özünün dəst-xətti ilə seçilən qəzetlərdən biri de "Azərbaycan müəllimi"dir. Sevə-sevə oxuduğum və hər bir sayını böyük səbrsizliklə gözlədiyim bu mətbu orqan sanki həyatımın bir parçasına çevrilmişdir. Müəllim kimi bu qəzeti həyatımdan ayrı bilmirəm. Çünki "Azərbaycan müəllimi" qəzeti hər bir müəllimin sirdaşı, köməkçisi və yol göstərənidir. Bu qəzet vasitəsilə mən respublikamızın qabaqcıl mektəbləri, müəllim və elm xadimləri, bir sözlə, Azərbaycan təhsili, Azərbaycan elmi, Azərbaycan mektəbi haqqında etraflı məlumat əldə edirəm.

Qəzetin hər bir sayını oxuduqdan sonra onun bütün aməkdaşlarına daxilən öz dərin minnətdarlığımı bildirir və sonra da qəzeti hamışekli kimi şəxsi kitabxanamda saliqə ilə saxlayıram. Arzum həmişəki kimi şəxsi kitabxanamda saliqə ilə saxlayıram. Arzum bundur ki, "Azərbaycan müəllimi" qəzetinin uğuzu daim parlasın, çünki "Azərbaycan müəllimi" qəzeti Azərbaycan təhsili, elmi və mektəbi deməkdir.

Qəzetin bütün yaradıcı kollektivinə və bu işdə onlara kömək edə bilən hər bir şəxsə dərin minnətdarlığımı bildirir və qəzetin bütün əməkdaşlarını bu dəyərli mətbu orqanın 70 illik yubileyi münasibətilə təbrik edirəm.

İldırım ŞÜKÜRZADƏ,
Lənkəran rayonu Havzava kəndi.

"EVLƏRİ VAR XANA-XANA"

Bədil əsər özlüyündə tarixi hadisədir. Bedil mədəniyyət əsəri tarixi dövrün hansı sa bir meqamında yaranır, tarixi faktları eks etdirir, tarixi şəxsiyyətin hadisə və məsələye münasibətlərinin bədii-istimai ifadəsidir. Əgər mövzu tarixdən alınırsa, ədəbi qəhrəman tarixi şəxsiyyət olursa, onda yaranan əsər daha böyük tarixi-ədəbi, ictimai-mədəni dəyər kəsb edir, həqiqi mənada tarixi-mədəni hadisəye çevrilir. Belə əsər hem də yaradıcının vətənpərvərlik-vətəndaşlıq hisslərinin fəlsəfi-bədii təcəssümüdür. Azərbaycan Müəllimlər İnstitutunun əməkdaşı, şair-publisist Yunis Yusifli'nin "Müəllim" nəşriyyatında çapdan buraxdırdığı "Evləri var xana-xana" kitabı (redaktoru dosent B.Babayev, rəycilər dosent F.Həsənov və dosent V.Qurbanovdur) sinifdanxaric oxu vəsaitidir. Şeirlər toplusuna filoloğlar elmləri namizədi, dosent Akif Nəzərli ön söz yazmışdır. Ön sözdə qeyd olunduğu kimi, her bir şeir müəyyən mənaya və tərbiyəvi əhəmiyyətə malikdir. Bu baxımdan topludakı her bir poetik parça bədii-estetik və tarixi-mədəni əhəmiyyətə, dəyərə malikdir.

"Qurucu Heydər" şeiri "Bu qan yerdə qalmaz" poemasındandır. 1969-cu ilin ortalarından Azərbaycanda hakimiyyətə gələn Ondarimiz Heydər Əliyevin ağlı, bacarığı, dühası ilə Vətəndə abadlığı sahəsində geniş işlər başladı. İlk dəfə ADU-nun publiseyinde MK-nın birincі katibi şəna dəfə nitq söylədi. Y.Yusifli H.Əliyevin kəmiyyi vəsayəsi ilə əməyi, əsərləri, fəaliyyəti kölgədə qalan neçə sənətkanın öz layiqli müka-fatını almasını vurğulayaraq qoşma formasi ilə əsərdə yazır:

Her yerdə, her şeye ilham verirdi,
Millik əlifi Heydər nəfəsi.
Dünyası başına alırdı yaman,
Azərbaycan adlı xalqın nəğməsi.

...Heydər müstəmləkə Azərbaycanda,
Canişin olmadı, oldu Qurucu...
Belə ödəyəydi kaş ki, her rəhber
Vətən qarşısında müqəddəs borcu.

Topludakı şeirlerden biri qüdrətli şair Mikayıl Müşfiqe hesr olunmuşdur. Füzulini ustad sanan Müşfiqin qısa, lakin yaradıcılıq vüsəti ve şeiriyyət fəziləti ilə dolu heyat yoluna nəzer salan müəllif repressiya qurbanlarının adlanını sadalayır, ömür sürüb qocalmayan, heyatdan kam almayan Müşfiqin qəlbinin boşalmadığını bildirərək, Odlar yurdunun Müşfiqə yas saxladığını, dilde dastan olduğunu qeleme almışdır.

Xalq şairi Səməd Vurğun, xalq şairi Fikrət Qoca, xalq artisti Tofiq Quliyev, meşhur diridor Niyazi, tanınmış filoloq alimpublisist Teymur Əhmədov, 100 yaşlı professor Letif Hüseynzadə və b. haqqında poetik əsərlər tarixi faktlar əsasında yazılmış şeirlerdir. Y.Yusifli şairdi olduğu üçün qəlbinin boşalmadığını bildirərək, Odlar yurdunun Müşfiqə yas saxladığını, dilde dastan olduğunu qeleme almışdır.

Xalq şairi Səməd Vurğun, xalq şairi Fikrət Qoca, xalq artisti Tofiq Quliyev, meşhur diridor Niyazi, tanınmış filoloq alimpublisist Teymur Əhmədov, 100 yaşlı professor Letif Hüseynzadə və b. haqqında poetik əsərlər tarixi faktlar əsasında yazılmış şeirlerdir. Y.Yusifli şairdi olduğu üçün qəlbinin boşalmadığını bildirərək, Odlar yurdunun Müşfiqə yas saxladığını, dilde dastan olduğunu qeleme almışdır.

Qürur bütün dünya, bəşər eşitsin ki, Rəşid kimi dahi sənətkarlar yüz ilde bir yetişer, fikrini poetik formada epiqraf vermiş müəllif Rəşid Behbudovun timsalında dünya dinleyen, dünya baş eyen müqenni gördüyünü fexrlə bildirir. Müəllif üçünü bir-iki mahnısına klip çəkdirib, dirinqi musiqi parçalarından lent buraxdıran müqənnilara tarixi haqqıdı deyir.

...Heç biriniz yerini
Verməzsiniz Rəşidin.

Yeni nəşrlər

Her misrası 7 hecalıq olan dördlükler şeklinde qeleme alınmış hadiseler böyük müqəننinin hayat yolunun sehifeleri kimi oxunur. Dünyaya gelişinden atası Mecid sevinir ve ona ad qoyur. Lirik tenor üstünde ilhamın kökleanen müqənni xalqın sevdiyi mahnılara sesi ile yeni heyat vereresk şöhretlenir. Aydın olur ki, Rəşid Behbudov 8 il Gürcüstanda sehnelerde görünmüş, sonradan İrevanda fealiyyet göstermişdir. Ermənilər Behbudovu Behbudyan, Rəşidi Refael eleyerek sonradan tarixe növbeti saxtakarlığı sınmaq üçün faktlar düzeldarken haqiqet qalib gelir: Üzeyir bey Rəşidə qulaq asaraq Əşgeri oynayacaq aktyora tapdığına sevinir. "Rafaelin" dostu Mecidin oğlu Rəşid olduğunu bilen böyük bestekar rejissor R.Tehmasibin zövqüne ehsenler yağdırır. Poema Rəşidin soykökü ve ana tərəfden Qazaxa bağlılığı faktlarını, MK-nın o vaxtkı I katibi Mircəfər Bağırovun qətiyyetli fikrini bugünkü oxuculara çatdırır. Əserde R.Behbudovun qastrolları, verdiyi konsertlerin təəssüratları haqqında tutumlu setirler, bedii faktlar çoxdur. Poemanın ilk hissesinde Rəşidin dayısının totolar verilmesi, xüsusen Hindistan seferi bəzede parçalar maraqla oxunur. Yağı düşmenin çərgəmizden qopardığı böyük müqəننinvətəndaş yaşayır:

...Onu çox da ki torpaq
Öz qoynunda gizledir.
Nəğmələri Rəşidin
Ancaq her an bizledir.
Mahnıları xalqımın
Ən qiymətli neməti.
Tükenməyen, bitməyen
Əbədilik servəti.

Y.Yusifliniin sinifdənxaric oxu vəsaiti kimi nəşr olunmuş şeirler toplusu yaxın mədəniyyət tariximizi öyrenmek baxımından şəqird ve tələbelerin, tehsil işçilerinin bedii mədəniyyetimize dair bilik ve melumatlarını derinleşdirecek bedii-ictimai deyerə malik menbe kimi deyerli ve əhemiyyetlidir.

Ş.MƏMMƏDOV

"AFİNA - 2004"

Doğma Azərbaycanımız müsteqillik elde etdikden sonra diger sahelerde olduğu kimi idmanda da öz sözünü demeye, güclü idmançılarda dünyanın en meşhur ve böyük idman turnirlerinde iştirak etmeye başladı. Müəllif dövlet kimi ilk iştirak etdiyimiz 1996-cı il Atlanta olimpiadasında qeləbəmizin özülü qoyuldu.

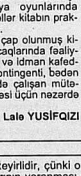
Ondan 4 il sonra uzaq Avstraliyanın Sidney şəhərinde keçirilen XXVII yay olimpiya oyunları ise idman salnamemizin qızıl sehifelerine çevrildi. Yığma komandamız yaşıl qitedən 2 qızıl ve 1 bürünc medalla vetene döndü.

Sidney olimpiadası idmanımızın getdikce inkişafda olduğunu sübut etdi. Ondan sonra diqqet növbeti olimpiyaya hazırlığa yönəldi.

Budur, artıq, Afina olimpiadası da arxada qalmışdır. İdmançılarımız bu idman oyunlarından ölkeye üzerinde "Afina", "XXVIII" sözləri yazılmış 1 gümüş ve 4 bürünc medal getirdiler.

Lakin her bir olimpiya tekce qazanılan medallar demek deyildir. O, ilk hazırlıq dövründen başlamış olimpiya oyunlarında iştirakın ve qazanılan uğurların, habele yol verilen nöqsanların tehlil edildiyi günlerdek 4 illik bir dövrü ehate eden, bu müddetde idmanımızın salnamesine çevrilen bir prosesdir. Bu prosesin en maraqlı ve yaddaqalan dövrü ise şübhesiz, olimpiya oyunlarının keçirildiyi heyecanlı günlerdir. Bu günlerin ayrı-ayrı anları xatirəmizde hemişə yaşayır. Lakin bütövlükde olimpiya oyunlarını tarixde yaşadan onun haqqında yazılan çoxlu kitablardır.

Bele kitablardan biri de bu günlerde Bakı Universitetinin nəşriyyatı tərəfinden çapdan buraxılmış "Afina – 2004" kitabıdır. Müəllifləri professor ABTİA-nın prorektoru Dilqam Quliyev ve İsmayıl İsmayılov olan kitabda Azərbaycan Respublikasının Prezidenti, MOK-un Prezidenti cənab İlham Əliyevin beden tərbiyəsi ve idmana gösterdiyi diqqet ve qayğısı, 2004-cü ilde Yunanıstanın Afina şəhərinde keçirilen XXVIII Yay Olimpiya oyunlarında müsteqil respublikamızı temsil eden 38 olimpiyaçının elde etdiyi neticeler, habele "Afina – 2004" olimpiya oyunlarına hazırlıq dövründen son gününe kimi çıxış eden olimpiyaçıların göstərdikləri idman neticeləri tədqiq edilmiş, faktlarla işıqlandırılmışdır.



Vesait "XXVIII Yay Olimpiya oyunlarına hazırlıq haqqında" Azərbaycan Respublikası Prezidentinin sərəncamı ile açılır. "Giriş"de olimpiya oyunlarının tarixinden, XXVIII Yay Olimpiya oyunlarına hazırlığın esas istiqametləri ve mərhələlərinden bahs olunur.

Kitabın esas – "Afina – 2004" bölmesinde ise XXVIII Yay Olimpiya oyunlarının teşkilindən, gedişinden, idmançılara yaradılan şəraitden söz açılır, ayrı-ayrı idmançılarımızın oyunlarda iştirakı etraflı şerh olunur.

Kitab müəllifləri böyük emek serf ederek 4 il erzinde görülmüş işləri, idmançılarımızın hazırlığının vəziyyətini, olimpiyadakı çıxışlarını objektiv işıqlandırmağa müvəffeq olmuşlar.

Kitabın sonunda indiyedek keçirilen olimpiya oyunları haqqında verilmiş iştirakçı ölkeləri, idman növünü, idmançıların ve Azərbaycan idmançılarının olimpiya oyunlarında neticələrini eks ettiren cedvəller kitabın praktik əhəmiyyətini qat-qat artırır.

Müəlliflərin öz vəsaiti ile çap olunmuş kitab ADBTİA-nın, ali təhsil ocaqlarında fəaliyyet gösteren beden tərbiyəsi ve idman kafedralarının müəllim ve tələbe kontingenti, beden tərbiyəsi ve idman sahəsinde çalışan mütəxəssislər ve geniş oxucu kütləsi üçün nəzərde tutulmuşdur.

Lələ YUSİFQIZI

DÜNYA XALQLARININ NAĞILARI

Yaradıcısı bioradioloq-hakim Yaşar İbadov sayılan alternativ psixologiya xalq yaradıcılığında qaynaqlanır. Geniş mənada xalq yaradıcılığı onun mənəviyyat və psixologiyasının, bədii təfəkkür dərinliyinin ifadəsidir. Hamın zəngin dəyərlərə söykənən alternativ psixologiya dünya xalqlarının oxşar xüsusiyyətlərini insanlığın bir mənbəden su içdiyi ile əlaqələndirir, hər bir xalqın, geniş mənada folkloru-nu, əslinde, xalqın informasion təbəlinin mənbəyi kimi qəbul edib, ictimai şüurun xüsusi forması sayır. Bu elmi fikrə dünya xalqlarının folklor nümunelərinin alternativ psixologiya baxımından tədqiqi da təsdiq edir. Dünya xalqları nağıllarına Azərbaycanın kiçikyaşlı vətəndaşlarının marağı bu ya da digər baxımdan təbii qarşılanmalıdır. Odur ki, "Göyərçin" jurnalı öz kitabxanası seriyasından dünya xalqları nağıllarını ayrıca kitabça halında çap etdirmişdir. "Min dovşan otaran çoban" adlanan kitabçaya slovak, yunan, Makedoniya, macar, polyak, bolqar, çex, rumın ve hind nağılları daxil edilmişdir. Tərcüməçi Rafiq Yusifoğlu el sənəti nümunələrinin dilimizdə bədii ve yığcam səslənməsinə çalışmışdır.

"Azərbaycan" nəşriyyatında ofset üsulu ile çap olunmuş kitabçada müvəqqəti rəssamlar – Orxan, İlqar, Mətanət, Aytən ve Vəfa çəkmişlər.

Nağılar məktəbəqədər yaşlı uşaqlara ve İbtidai sinif şəqirdlərinə ayrı-ayrı xalqların söz sənəti, folkloru ilə tanış olmağa imkan verəcəkdir.

Ş.ELNUR

MƏKTƏB İLLƏRİ

Bir şəqird kimi şəqirdsa məktəbimizin şərəfini hemişə her yerde uca tutam. Şəqirdin doğma məktəbine töhfəsi ne ola bilər? Yaxşı oxumaq, mənim kimi ve valideynlerinin etimadını doğrultmaq. Məktəb insan ömründe qəribə izler buraxır: bir de gözünü açırsan ki, son zeng çalınır, sen mezunsan, müstəqil heyata qədem qoyursan, hem sevinirsen, hem de təəssüflenirsen. İster-istemez ötən illerin axarına qapılırsan unudulmaz məktəb heyatının şirin xəyallarına dalırsan. Məktəbimiz bilik yanşmalarında fərqlənib. Man de 7-ci sinifden başlayaraq müxtelif olimpiadalarda iştirak etmişəm. İlk sanballı neticeni 2001-ci ilde göstərmişəm. Rayonumuzda Azərbaycan dili ve ədəbiyyat fənni üzre keçirilen bilik yanşmasında I dərəcəli diplomla təltif olunmuşam. Qazandığım uğurlar meni daha məsuliyyetlə oxumağa ve çalışmağa sövq edirdi. Bu məsuliyyetin derk edilməsinde mənə valideynlerimin birlikde qarşısında baş eydiyim müəllimlerim de yaxından kömək edirler. Hey vaxt heyatda hec ne ilə əvəz olunmayan müəllim zəhmetini, müəllim qayğısını unutmağa menəvi haqqımız yoxdur.

2003-cü ilde mənim şəqird heyatım yaddaqalan hadisələrle zəngin olmuşdur. 24 may gününde - o vaxtlar son zeng erəfesinde məktəbimizin direktoru Rahilə İlhəm mədəva olmağımıza daxil olub, meni dərs eləqası olduğuma göre təbrik etdi. Sonra ise mənə ve şəqird yoldaşlarıma uğurlar dileyib meni tərifnamə ile təltif etdi. Hemin ili men bilik yanşmasında da uğurla çıxış etmişdim. Rahilə xanım ele sinifdəce elan etdi ki, Nizami Rayon Təhsil Şöbəsinin müdiri M.Əliyev tədris ilinin yekununa göre meni "İlin en yaxşı şəqirdi" adına layiq görüldüyüm haqqında qərar çıxarıb. Hansı hisslər keçirdiyimi heç özüm de başa düşmürdüm. Ancaq gözlerim yaman dolmuşdu, bilmirdim eziz müəllimlerimdən nə demeli olduğumu. Gec de olsa, ele indi de deyirəm: – Əziz müəllimlərim, çox sağ olun!

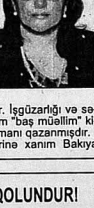
Ötən il haqqında daha etraflı danışmaq istəyirəm. Əvvəlce rayon üzre, sonra ise Bakı şəheri üzre bilik yanşmalarında inamla çıxış edərək şəher turunda birincilik qazandım. Ötən ilin may ayı en unudulmaz günlərimdən biridir. Bu günlərdə mənim müəllimlerimə, o cümlədən məktəbin direktoru Rahilə Əhmədovaya, Afət müəllimə ve başqalarına sonsuz təşəkkürümü bildiririəm.

Məktəbimizin, ümumilikde təhsilimizin uğurlarına çox sevinirəm. Bir de ona görə sevinirəm ki, müstəqil respublikamızın dünyanın siyasi müstəvisinde öz sözünü deyir ve addım-addım uğur qazanır. Bu uğurların əsasını ümummilli liderimiz Heydər Əliyev qoymuş ve bu gün ise cənab Prezidentimiz İlham Əliyev hemin fəndin inamla davam edirlər. Biz gəncləri ise respublikamızın inkişafında şəxsəndan iştirak etməyə çağırır.

Biz, mən ve menimtek milyonlarla azərbaycanlı gəncin arzusudur.

Aygün ALLAHVERDİYEVA,
Bakının Nizami rayonundakı 272 saylı məktəbin XI sinif şəqirdi

ŞƏRƏFLİ ADIN DAŞIYICISI



Ömrünün ellinci baharını yaşayan Qənirə Mərdan qızı Sultanova sözün esl menasında xoşbəxtdir. Bu xoşbəxtliyi qazanmaq onun üçün heç de asan başa gəlməmişdir. Qarşısına qoyduğu ülvi məqsədlərə nail olmaq üçün dalın mübarizə aparmış, varlı qüvvəsini sərf etmişdir. Halal əmekle, zəhmetle ucalmaq Qənirə xanımın en böyük amalıdır.

Ziyalı ailəsinde dünyaya göz açan Qənirə xanımın da nəsibi tehsilə bağlı olmır olub. Bakı Dövlet Universitetinin filologiya fakültəsini bitirdikden sonra bir müddet Gürcüstan Respublikasının Bolnisi şəherinde Azərbaycan məktəbinde müəllim işləmişdir. İşgüzarlığı ve səmimi davranışı ile hemişə seçilən Qənirə xanım "baş müəllim" kimi şərəfli adı da mehz müəllimlik fəaliyyeti zamanı qazanmışdır.

Tale kitabına yeni sehifeler yazılan Qənirə xanım Bakıya köçdükden sonra Yasamal Rayon Təhsil Şöbəsinde bir müddet metodist, metodiki mərkezin direktoru vezifelerinde çalışmış, Təhsil Nazirliyi nezdindeki Avropa İnsiyin direktoru olmuşdur. İşlediyi müddetde sevimli şəqirdlərini hemişə vətənpərver, milli -mənəvi dəyərlərimizə hörmət, tariximiza, ədəbiyyatımıza ve mədəniyyetimize bağlılıq ruhunda tərbiye etmiş, doğma Azərbaycan dilinin təmizliyinin, saflığının qorunmasına çalışmışdır.

Əməli saf, axlaq ve mərifet sahibi olan Qənirə xanımın yaradıcı fəaliyyeti Təhsil Nazirliyi tərəfinden layiqince qiymetlendirmiş, o, Bakı Şəher Baş Təhsil İdarəsinin reis müavini vezifəsine irali çəkilmişdir.

Bir neçə elmi-metodik məqalənin ve "Azərbaycan dili ve ədəbiyyatdan yazı işlərinin apanılması, yoxlanılması ve səhvlər üzərinde işin təşkili metodikası", "Leksikadan metodik tövsiyələr"in ve "Azərbaycan dili ve ədəbiyyatı təlimini bezi problemləri" kitablarının müəlliflərinden biridir. Hazırda Azərbaycan Təhsil Problemləri İnstitutunun direktorudur. Onun dili ilə yazılarında folklordan istifade sistemi" mövzusunda dissertasiya işi üzerinde çalışır.

Ömrünün en gözəl çağlarını yaşayan Qənirə xanımı 50 illik yubileyi münasibətile təbrik edir, ona cansağlığı, xoşbəxtlik, tükenməz yaradıcılıq ve teşkilatçılıq enerjisi arzulayırıq.

Bakı Şəher Baş Təhsil İdarəsinin kollektivi

SINMAMAZLIQ MÖHÜRÜNDÜR, QOLUNDUR!

Qocaman müəllim, el ağsaqqalı, dəyərli insan, gözəl azərbaycanlı Məhərrəm Əbdül oğluna İthaf edirəm.

Ər kimi yaşadın, ər kimi durdun,
Kimsəyə heyan oldun, ev qurdun,
Tanani nadana, nankora vurdun,
Namus, qeyrət ecdadındır, ulundur,
Sınmamazlıq möhüründür, qolundur.

Elin üçün hem nökərsən, hem ağa,
Benzerin var başı uca bir dağa,
Varlığına bağlanmısan torpağa,
Anan sağın, Vətən ise solundur,
Sınmamazlıq möhüründür, qolundur.

Dalın can deyirsən Azərbaycana,
Qucağından ayrılmırsan bir yana,
Sən ona öyləcəsən, o sənə ana,
Bu cəbhəmizlə əbədilik qalandır,
Sınmamazlıq möhüründür, qolundur.

Bəhmen İlyas tərif etmaz hedere,
Can qurban eyleyir ər oğlu ere,
Merd oğullar heç vaxt batmaz kedere.
Haqq-edalet cığınndır, yolundur,
Sınmamazlıq möhüründür, qolundur!

Bəhmen İLYAS

İTMİŞDİR

Abşeron rayon Qobu qəsəbə 2 saylı orta məktəbi 2004-cü ilde bitmiş Yahyayeva Sevda Eldar qızına verilen B-025055 nömreli attestat itmişdir.

Şahbuz rayon Ayınc kend orta məktəbi 1998-ci ilde bitmiş Həşimov Rafiq İsmayıl oğluna verilen A-235825 nömreli attestat itmişdir.

Füzuli rayon Gecəqızıl kend orta məktəbini 1991-ci ilde bitmiş Qurbanov Fazil Allahverdi oğluna verilen 022505 nömreli attestat itmişdir.

Gence şəher 2 saylı orta məktəbi 1991-ci ilde bitmiş Abdullayeva Elmira Albert qızına verilen A-109523 nömreli attestat itmişdir.

Ağsu rayon Muradlı kend orta məktəbini 1991-ci ilde bitmiş Başırov Rövşən Yusifeli oğluna verilen A-028087 nömreli attestat itmişdir.

Mingeçevir Politexnik İnstitutu tərefinden 2003-cü ilde Mustafayev Vüsal Oqtay oğluna verilen A-120574 nömreli diplom itmişdir.

ADNA tərefinden 2001-ci ilde Mərdanov Merdan Niyazaddin oğluna verilen R-701180 nömreli tələbə bileti itmişdir.

Azərbaycan Tibb İnstitutu tərefinden Xalafli Emma Məmməd qızına verilen P-124412 nömreli diplom itmişdir.

Azərbaycan Pedaqoji Rus Dili ve Ədəbiyyatı İnstitutu tərefinden 2000-ci ilde Hüseynov Ağaəli İbrahim oğluna verilen A-040191 nömreli diplom itmişdir.

Sabunçu rayon 107 saylı orta məktəbi 1994-cü ilde bitmiş Əmiraslanova Samirə Niyazi qızına verilen A-032602 nömreli attestat itmişdir.

Nizami rayon 201 saylı orta məktəbi 2004-cü ilde bitmiş Qafarova Gülnar Faiq qızına verilen 012535 nömreli attestat itmişdir.

Ağsu rayon Muradlı kend orta məktəbini 1995-ci ilde bitmiş Niftəliyev Qizbat Hacı oğluna verilen A-111165 nömreli attestat itmişdir.

Gence şəher 39 saylı orta məktəbi 2003-cü bitmiş Xəlilova Səadət Bəyəli qızına verilen A-722248 nömreli attestat itmişdir.

Binəqədi rayon 284 saylı orta məktəbi 2004-cü ilde bitmiş Əliyeva Gülnara Əhməd qızına verilen AN-629916 nömreli attestat itmişdir.

Binəqədi rayon 248 saylı məktəbin qiyabi XII sinfini 1995-ci ilde bitmiş Ağayeva Mətanət Əliabbas qızına verilen A-093347 nömreli attestat itmişdir.

ADNA tərefinden 2004-cü ilde Nazirova Rena Abil qızına verilen 604009 nömreli tələbə bileti itmişdir.

Əcəqərğı Tibb Texnikumu tərefinden 1968-ci ilde Ramazanova Valide Böyükağa qızına verilen diplom itmişdir.

Quba rayon İkinci Nügədi kend 1 saylı orta məktəbi 1996-cı ilde bitmiş Babayev Ramin Firidun oğluna verilen 809 nömreli attestat evəzi arayış itmişdir.

Azərbaycan Dövlet İqtisad İnstitutu tərefinden 1993-cü ilde Eyvazova Sevil Cüdrət qızına verilen UB-859855 nömreli diplom itmişdir.

Ağcabədi 11 saylı orta məktəbi 1992-ci ilde bitmiş Musayeva Ruhiyə Ələəqər qızına verilen A-157879 nömreli attestat itmişdir.

Sumqayıt şəher 27 saylı məktəbin IX sinfini 1993-cü ilde bitmiş Şahverdiyev İntizam Güloğlan oğluna verilen A-021305 nömreli şəhadətnamə itmişdir.

Sumqayıt şəher 19 nömrəli məktəbin IX sinfini 1996-cı ilde bitmiş Qədimov Vaqif Nəsrəddin oğluna verilen B-025686 nömreli şəhadətnamə itmişdir.

Nizami rayon 32 saylı orta məktəbi 1991-ci ilde bitmiş Əsgərova Fatimə Akif qızına verilen A-035004 nömreli attestat itmişdir.

Ağdam rayon 6 saylı küçük məktəbin IX sinfini 1995-ci ilde bitmiş Mikayılov İxtiyar Mirzə oğluna verilen 099809 nömreli şəhadətnamə itmişdir.

Şamaxı şəher 4 saylı məktəbin IX sinfini 1993-cü ilde bitmiş Şirinov Kemalə Yaver qızına verilen A-097780 nömreli şəhadətnamə itmişdir.

Gence şəher 14 saylı orta məktəbi 1995-ci ilde bitmiş Sahnıyarov Sahib Səməd oğluna verilen A-013435 nömreli attestat itmişdir.

Azərbaycan Texnologiya İnstitutu tərefinden 1993-cü ilde Abbasov Fəxrəddin Nəbi oğluna verilen AB-T-034055 nömreli diplom itmişdir.

Bakı Yeni Sənaye Texnikumu tərefinden 1980-ci ilde Qədimov Sabir Bəxtiyar oğluna verilen 3-801320 nömreli diplom itmişdir.

Naxçıvan şəher Xanmərdlər liseyi tərefinden 2004-cü ilde Rzayeva Aytən Əliyəsəd qızına verilen 748072 nömreli diplom itmişdir.

Sizin maraq dünyanız

YUMURTA QABIĞINDAN ŞƏFA MƏNBƏYİDİR

Yumurtanın qabığından en müxtelif meqsədler üçün istifade edirler. Ondan hem toyuq yemine , hem de torpağa ehəng elavə si kimi istifade edirler. Hatta yumurta qabığından istifade etmekle pallanın əğardılması üsulu da melumdur.

Müəlliceye dair qədim vəsitelerde qabıqlı toyuq yumurtasından ve ya tekce yumurtanın qabığından istifade edilmekle çoxlu şəfa resepteri tövsiye olunur. Müasir araşdırmalar yumurta qabığının qeyri-adi dərəcede faydalı olmasını tesdiq etmişdir. On ilden artıq bir müddetde apanılmış tədqiqatlar göstərmişdir ki, yumurta qabığı organizm tərefinden asanlıqla menimsenilen kalsiumun ideal menbeyidir. Ekoloji baxımdan temiz regionlarda yaşayan çöl quşlarının yumurtası xüsusila qiymetlidir, lakin adi toyuq yumurtasına da mahal qoymamaq olmaz.

Organizmde kalsium çatışmması insanın sağlamlığına çox menfi tesir göstərir. Kalsium mübadilesi pozulmuş qadınların uşaq doğması çətinleşir, onların cinsiyyet organlarının ezelləri zeifleyir. Uşaqlarda kalsium çatışmazlığı raxit ve displazini doğuran ən esas menbeyi ile neticelenir. Qan azlığı, soyuqdəymeye meyillik, allergiya, herpes ve bezi başqa xəstəliklər de eyni sebəbden yarana bilər.

Gips, tebaşir, kalsium-xlorid kimi adi preparatları organizm yaxşı hazım ede bilmir. Toyuq yumurtasının 90 faiz kalsium-karbonadan ibarət olan qabığı ise çox asanlıqla menimsenilir ve onun terkibinde organizm üçün zəruri olan 27 mikroelement var: mis, demir, manqan, molibden, fosfor, kükürd, sink, silisium ve s. Doğrudan da, yumurta qabığı tebəşirdən esl nemalidir.

Onun terkibi sümüklerin ve dişlerin terkibi ile eyni olub sümük iliyinin qan yaratma funksiyasini stimullaşdırır. Bu ise radiasiyaya meruz qalmış adamlar üçün çox faydalıdır.

Toyuq yumurtasının qabığı 1 yaşdan yuxarı uşaqlar üçün xüsusila xeyirlidir, çünki onların organizminde baş verən sümük toxumalarının yaranması prosesləri organizme fasiləsiz kalsium daxil olmasını tələb edir. Ehtiyatlı qadınlar hele hamilelik dövründen yumurta qabığı qəbul etməye başlayır ve uşaqları 1 yaşdan 6 yaşa qədər olan dövrde onların yemeklerine yumurta qabığı elave edirler.

Yaşlı adamlar ilde iki defe 15-10 gün müddetinde yumurta qabığı kursu qəbul etmelidirler.

Yumurtanın qabığını bele hazırlayırlar: yumurtanı sabunlu ilıq suda yuyub yaxşıca yaxalayırlar. Yumurtanın sindirb onun ağını ve sarısını süzüb qabığı ise bir daha yaxalayaraq beş dəqiqe müddetinde qaynayan suya salırlar. Soyutma yumurtanın qabığının aktivliyi bir qədər aşağı olsa da o, istifade üçün hazırdır. Doza insanın yaşından asılı olaraq 1,5 qramdan 3 qramdır. Yumurtanın qabığını əzib toz halına salmaq üçün el dəyirmanından (kirkirədən) istifade etmek məsləhətdir. Onu sehər yemeyi vaxtı kesmiye ve ya sıyığa qarışdırıb qəbul etmek lazımdır.

SOYUQDƏYMƏYƏ QARŞI MÜBARİZƏNİN 50 ÜSULU

Soyuqdəymenin ilk elamətlerini hiss eden kimi içerisine 5-6 damcı yod elave edilmiş yarım stəkan su içmek, sinonize ve kürəyinize xardal kompresi qoymaq, monuq ve ya bal qarışdırılmış 2 stəkan qızdırılmış çay içmek lazımdır. Sonra yatağa uzanıb üstünüzü yorğanla örtün, ayaqlarınıza qrelka qoyun, sakit ve rahat şərat yaradın. Yaxşıca yatıb doyandan sonra soyuqdəymə sizden el çəkecək. Bədinizin hərarətini aşağı salmağa tələsmeyin, hərarətin saxlanması onu göstərir ki, sizin organizmizə soyuqdəymeyə qarşı fəal mübarize aparır. Temperaturu yalnız bu hallarda aşağı salmaq lazımdır:

Əgər temperatur 38,5-39 derecəden yuxarıdırsa,

Əgər siz hatta çox yüksək olmayan temperatura qıc pıs keçirirsinizsə.

Əgər titrəmə-qızdırma fonunda sizin bədəninizə qıc ola bilərsə.

Hərarəti endirən dərmanlardan sui-istifade etmeyin, onları en çoxu 5 gün qəbul etmek ve her defe üstünden çoxlu su içmek lazımdır. Temperaturu aşağı salmaq üçün bol maye içmek yaşı neticə verir. Bədənin hərarətini yanbayan su ile qarışdırmış araq ve ya 3 faizli sirke ile ovuşdurmaqla aşağı salmaq olar.

Titrəlmə-qızdırma zamanı xirda gözlü sürtkecdan keçirilmiş iki kartofu bir xörək qaşığı alma sirkəsi qarışdırmaq, alınmış kütləni katan parçaya ve ya bir neçə qatdan ibarət tenzife yaxşı xəstenin alnına bağlamaq lazımdır. 2-3 saatdan sonra kompresi deyişin. Bu defe kompres kütləsini tezeləmek lazımdır.

Soyuqdəymenin ilk 1-2 gününde ac qalmaq pis olmaz. Bu dövrde çoxlu (günde 2-2,5 litr) maye qəbul edin. Soyuqdəyme zamanı yüngül qidalanmaq lazımdır. Çiy əğ turp, soğan, sarmısaq və... ananas şirəsi xüsusen faydalıdır.Əgər ayaqlarınız yaş olmuşdursa, eve gelen kimi onları areqla ovuşdurun ve quru yun corab geyin. Ayaqlarınızın altına istiot melhemi yapışdırmaq ve mümkün qədər çox saxlamaq məsləhətdir.

TƏNHALIQ KİŞİLƏRİN QAN DAMARLARINA ZƏRƏB VURUR

Ən yeni araşdırmalar göstərmişdir ki, tənhalıq kişilərin ürəklərinin sağlamlığı üçün zərərlidir. Amerikalı alimlər müəyyən etmişlər ki, insani ünsiyyət imkanından məhrum olmuş kişilərin organizminde qan damarlarının laxtalanması ilə neticelənə bilecək iteleyk-in adı protein səviyyəsi artır, bu ise özek tutmaları ve ya insultla neticelənə bilər.

Araşdırmada üç minden çox kişi iştirak etmişdir. Alimlər qıpçunun rehberi doktor Erik Luks bildirmişdir ki, yaxın dostlarını ve ya ailesinin olması, hec olmasa qonşularla ve ya onunla eyni kilsede ibadet eden dindarlarla ünsiyyetde olmaq kişilərin sağlamlığı üçün çox xeyirlidir.

Doktor Luks demişdir: "Bizim araşdırma göstərir ki, insanın qəlbi neye ise bağlı olmalıdır". Britaniyada her il 184 min adam infarkt ve insult neticesinde ölür. Araşdırma göstərmişdir ki, qadınların sehhəti üçün bu cür qorxu yoxdur.

Hazırladılar:
D.QURBANOVA,
E.ƏBDÜLOV

ALLAH RƏHMƏT ELƏSİN!

Valeh Mirzə yaxın dostu Əlibala Səlimova anası

CAHAN XANIMIN

vəfatı ile əlaqədar derin hüznlə başsağlığı verir.

Nizami Məmmədov Hüseyn Əlizadə, **Məmməd Əlizadəye** heyat yoldaşı

TÜKƏZBAN XANIMIN

vəfatı ile əlaqədar derin hüznlə başsağlığı verir.

Sabayel RTŞ-in müdiri Sara xanım Xanlarova rayonun bütün pedaqoji ictimaiyyeti adından respublikanın əməkdar müəllimi

VALİDƏ XANIMIN

vəfatı ile əlaqədar mərhumun yaxın qohumlarına derin hü