

Uşaqlar ailədə sevgi mühitində böyüməlidir. Uşaqlar bizim gələcəyimizdir. Gələcəyimizin inkişafı üçün böyük hər zaman uşaq inkişafı amilinə diqqət yetirməlidir. Uşaq inkişafı amilinə valideyinlər, müəllimlər, həkimlər, psixoloqlar həssas yanaşmalıdırlar.

Dövlətimiz uşaqların hüquqlarının qorunması

Uşaqlara dövlət qayğısı artır

siyasətinə hər zaman geniş yer verir. Azərbaycanda uşaq hüquqlarının qorunması məsələlərində inkişaf etmiş ölkələrin qabaqcıl təcrübəsindən yerli şəraitə, milli-mənəvi dəyərlərimizə uyğun olaraq istifadə olunur. Hər il dövlətimiz tərəfindən iyun ayının əvvəllərində uşaqların müdafiəsinin qorunması, daha da möhkəmləndirilməsi məqsədi ilə dövlət səviyyəsində tədbirlər keçirilir.

Azərbaycan Respublikasının Prezidenti cənab İlham Əliyev uşaqlara dövlət qayğısının gücləndirilməsi, uşaq problemlərinə vətəndaş cəmiyyəti qurumlarının diqqətinin artırılması məqsədi ilə 27 dekabr 2008-ci il tarixli sərəncam imzalanmışdır. Sərəncama görə Azərbaycanda 2009-cu il «Uşaq ili» elan olunmuşdur.

Əziz dostlar, gəlin hamılıqla dünyanı qoruyaq, uşaqları qoruyaraq, şəhər nəğmələrə bənzər uşaq gülüşlərini qoruyaq. Bu dünya, bu həyat uşaqlarla daha gözəldir. Lütfən gözəlliyi qoruyaq!

Günay KƏRİMOVA,
Qəbələ Uşaq və
Ailələrə Dəstək
Mərkəzinin metodisti.

ELAN

Qəbələ rayonu Vəndam qəsəbə sakini Abdüləzizova Gülmayə Abbas qızına verilmiş JN-1469A nömrəli kod 40600048 olan Şəhadətnamə itdiyi etibarsız sayılır.

«Təbiət guşəsində təhlükəsiz istirahət və düzgün davranış qaydaları»

May-sentyabr ayları bu zaman, bütün insanların istədiyi ancaq, daha çox vaxtı açıq havada, təmiz hava almaqla və növbəti qış fəslə üçün günəş enerjisini toplamaqdır. Təmiz təbiət havası insanlara şəfa gətirir. Bunu etmək üçün, kimse açıq havaya çıxar, kimse bir balıq ovuna, bəziləri yaxın meşələrə, çimərlik və bir kimse göbək və giləmeyvə yığmaq üçün gedər. Lakin insan özünün və ətrafındakıların təhlükəsizliyini təmin etməyi bacarmalıdır və təbiət guşəsində olarkən səmərəli davranış qaydalarına əməl olunmalıdır. Əks halda, davranış qaydalarına riayət olunmadıqda bu, qeyri-müəyyən neqativ hallara gətirib çıxarır.

Çalışın həmişə olduğunuz yerdən asılı olmayaraq özünüzün və yaxınlarınızın həyatını qoruyun! Belə ki, təbiətin qoynunda uşaqların və böyüklərin düzgün davranış qaydaları haqqında danışacağıq.

Təhlükəsizlik qaydaları və meşədə səmərəli istirahət.

Meşə sahələri Azərbaycanın ən qiymətli milli sərvəti hesab olunur. Meşələrdən bəhrələnməklə, onun nemətlərindən istifadə etməklə yanaşı, təbiətin bu füsunkar nemətini qorumaq, onu gələcək nəsillərə ərməğan etmək hər bir vətəndaşın borcudur.

1. Meşədə istirahət etmək üçün geyim və ayaqqabı bu mühitə uyğun olmalıdır. İdman forması geymək yaxşıdır, lakin şalvar və pencək daha yaxşıdır. Çünki bu geyimləri insanı həşəratlardan, tikanlı kollardan daha yaxşı qoruyur.

2. Göbək və giləmeyvə yığanda əmin olun ki, onlar heçqətən yeməlidir. Tanımadığınız göbəkləri, giləmeyvələri yığmayın, bunlar zəhərli ola bilər.

3. Ətraf mühitin mühafizəsini təmin edin. İstirahət etdiyiniz vaxt və ondan sonra ətrafı zibiləməyin. Təbiəti qorumaq və ona qayğı göstərmək hamının borcudur.

4. Meşəni tərk edərkən müəyyən məqsədlər üçün yandırdığınız ocağın sönməsinə tam əmin olun, əks halda bu yanğına səbəb olar.

Bilməmək, inam və səhlənkarlıq insanların suda ölmünə səbəb olur.
Su hövzələrində istirahət edərkən təhlükəsizlik qaydaları:

ları:

1. Əgər suda üzə bilmirsinizsə suyun çox dərin olan yerlərinə getməyin.

2. Çirkli sulara üzməyin. Belə yerlərdə bir çox xəstəliklər yaradan mikroblar ola bilər.

3. Çimərlikdə spirtli içkilər qəbul etməyin, bu, çox təhlükəlidir. İçkili insan suda daha tez boğulur.

4. Tanımadığınız yerlərdə çimməyin, bu təhlükəli ola bilər.

5. Göllərin və çayların yuyulmuş sahillərində durmaq qadağandır.

6. Çimərliklərdə uşaqları nəzarətsiz qoymayın.

Günəş şüalarının zərərli təsirlərindən qoruyan qidalar hansılardır?

Yay mövsümü isti, qızmar günəşli havaları ilə fərqlənir. Günəş yer üzünə həyat bəxş edir, amma onun zərərli təsiri də bəzən bizdən yan keçmir.

1. Günəş şüaları dərinin yanmasına səbəb olan ilkin faktorlardan birincisidir.

2. Günəşdən qoruma kremələrindən istifadə etməklə bu zərər nisbətən azaltmaq mümkündür. Gündəlik qəbul etdiyimiz qidaların köməyi ilə orqanizmi həm də daxildən möhkəmləndirərək bu mənfi təsirlərdən qorunmaq olar.

3. Təbiətin bəşər övladına bəxş etdiyi bitkilər, demək olar ki, bütün dərmlərə dərmandır. Yaşıl çay—bu bitkinin insan orqanizminə olan xeyri keçmiş

dövrərdə təsbit edilmişdir. Yaşıl çayın tərkibində orqanizmi zərərli maddələrdən təmizləyən və qoruyan elementlər vardır. Bu elementlər, xüsusilə polifenol adlı birləşmə Günəşin ultrabənövşəyi şüalarının orqanizmə verdiyi təsiri azaldır.

Həşərat dişləmələri zamanı ilk yardım

1. Ağcaqanad dişləməsi insana böyük zərər verə bilməz. Ancaq onlar kiçik yaşlı uşaqlar üçün, xüsusən də dişləmələrin sayı çox olduqda böyük zərər vura bilərlər.

2. Uşaqlarda xoşagəlməz hissiyyəti azaltmaq üçün dişləmə yerinə çay sodası məhlulunda (1 stəkan suya 1 çay qaşığı çay sodası olmaqla) isladılmış parça qoymaq lazımdır. Əgər dişləmə yer xeyli şişərsə və qaşınarsa, uşağa yaşına uyğun dozada antihistamin preparatlarından birini (klaritin, suprastin və s.) vermək və həmin yere brilyant yaşılı (zelyonka) sürtmək məsləhət görülür.

3. Meşədə, bağda gəzərkən dəriyə genələr yapışa bilər. Əksər hallarda genələri başda, boyunda, oynaqların altında aşkar edirlər. **Genə dişləməsi nəticəsində—sinir sistemi, oynaq və üreyi zədələyən və ifliclərə, bəzən isə hətta ölümə də səbəb ola bilən çox təhlükəli infeksiya xəstəlikləri (viruslu genə ensefaliti, genə borreliozu) inkişaf edə bilər.**

4. Meşəyə gezintiye gedər

kən, bədənin bütün açıq hissələrini qorumaq, şalvarın balaqlarını corabların içinə salmaq lazımdır. Köynəyin qollarının manjetləri biləkləri, yaxası isə boyunu sıx şəkildə əhatə etməlidir. Meşədə gəzərkən, həmçinin baş örtüyü, ən yaxşısı isə paltarın yaxasına tikilən başlıq geyinmək lazımdır.

5. Vaxtaşırı olaraq əyninizdəki paltara baxmaq (xüsusən də ot üzərində uzandıqdan sonra), üzərinizdə dəvət olunmayan «sərnişinlərin» olub-olmamasını yoxlamaq lazımdır. Kollar və hündür otlar olan yerlərdən uzaq olmağa çalışın, çünki genələr meşə belə yerlərdə gizlənməyi xoşlayırlar. Onlardan qorunmaq məqsədi ilə xüsusi spirallardan da istifadə etmək olar.

6. Arı və digər həşəratların sancması (arı, eşşəkərisi və s.)

Arı və digər həşəratların sancması bir sıra hallarda çox təhlükəli ola bilər. Həssas adamlarda bu zaman hətta allergik şok da baş verə bilər. Boyun, dil, yuxarı göz qapaqlarının sancılması daha təhlükəli hesab olunur. Çoxlu sayda sancmalar zamanı ağır zəhərlənmə də inkişaf edə bilər. Sancma yerində insan şiddətli ağrı hiss edir, daha sonra qızartı və şişkinlik əmələ gəlir, bəzən bədən hərərəti də yüksəlir.

FHN Şimal-qərb Regional Mərkəzinin İctimaiyyətə əlaqə və təbliğat sektoru.

Oxucuların nəzərinə! «Qəbələ» qəzetinə

2013 -cü ilin ikinci yarısı üçün abunə yazılışı davam edir.

Qəzet ayda dörd dəfə çıxır.

Yarımillik abunə qiyməti 15 manatdır.

Abunə «Kapitalbank»ın Qəbələ filialındakı hesabına köçürmə və redaksiyanın özündə kassaya nəqd ödəmə yolu ilə aparılır.

Hesab № 33080019444900218149. VÖEN 4400103601.

Ünvan: Qəbələ şəhəri, İ. Qutqaşın küçəsi, 56.

Telefonlar: (024)20 5-19-14, 5-15-56, mob. (050) 328-11-42.

Allah rəhmət eləsin!

10 sayılı Ərazi Vergilər İdarəsinin kollektivi iş yoldaşları **Xosrov Mürsəlova**, qardaşı **SEVDİYAR MÜRSƏLOVUN** vəfatı ilə əlaqədar dərin hüznə başsağlığı verir.

«Qəbələ» qəzetinin kollektivi sabiq iş yoldaşları **ADİLƏ XANIMIN** vəfatı ilə əlaqədar ailə üzvlərinə dərin hüznə başsağlığı verir.

Qəbələ Rayon İncəsənət Mərkəzinin kollektivi iş yoldaşları **Rəfiyyə Mahmudovaya**, əmisi **MUXTARIN** vəfatından kədərləndiyini bildirir və dərin hüznə başsağlığı verir.

Redaktor
O. Ə. Məmmədov.

TƏSİSÇİLƏR:
Qəbələ Rayon İcra Hakimiyyəti və redaksiyanın jurnalist kollektivi.

Məsul nəvbətçi
N. R. Atakişiyev.

ÜNVANIMIZ:
AZ 3600, Qəbələ şəhəri, İ. Qutqaşın küçəsi, 56.
Redaktor: (024)20 5-19-14.
Ümumi: (024)20 5-15-56.
e-mail: gabalanews@mail.ru

Azərbaycan Respublikası Mətbuat və İnformasiya Nazirliyində qeyddən keçmişdir.
«Kapitalbank»ın Qəbələ filialında hesab № Az36AIBB 33080019444900218149 VÖEN: 4400103601 Lisenziya AV № 022611

Qəzet «Qəbələ» qəzetinin kompüter mərkəzində yığılıb səhifələnməmiş və Bakı şəhərində «E-Q» MMC-nin mətbəəsində ofset üsulu ilə çap edilmişdir.
Tiraj 2300.