İdman xəbərləri

Yarışı 5-ci yerdə başa vurub

Bakıda cüdo üzrə dünya çempionatı start götürüb. Yarışın ilk günündə kişilər 60 kq çəki dərəcəsində mübarizə aparıb. "Qəbələ" İdman Klubunun və Azərbaycan milli komandasının cüdoçusu Kəramət Hüseynov da tatami üzərinə çıxıb.

1/32 finaldan yarışa qoşulan 20 yaşlı idmançımız yarışı 5-ci yerdə başa vurub.

«Qəbələ»nin «Şerif»lə oyunlarının vaxtı müəyyənləşdi

"Qəbələ"nin U-19 komandasının UEFA Gənclər Liqasında Moldova "Şerif"i ilə keçirəcəyi oyunların başlama vaxtı müəyyənləşib. Çempionlar yolunun I mərhələsinin ilk oyunu Qəbələ şəhər stadionunda baş tutacaq. Oktyabrın 3-də keçiriləcək qarşılaşma saat 18:00-da başlayacaq.

Cavab matçı Tiraspolda "Şerif"in kiçik arenasında keçiriləcək. Oktyabrın 24-də baş tutacaq görüşün start fiti Bakı vaxtı ilə saat 16:00-da veriləcək

Sadə peşə adamları

Hamı razı qalır

İnsan öz peşəsini sevirsə gözəl sənətkar olur, xalqına layaqətlə xidmət edir. Qəbələ şəhərində fəaliyyət göstərən "Ayan" foto- studiyasında çalışan Nasir Həmidov və Nəzakət İsgəndərova belə adamlardır.

Studiya 2012-ci ildən fəaliyyət göstərir.

Burada müxtəlif reklamlar, ümumtəhsil məktəblərinin buraxılış sinifləri üçün albomlar, ad günləri, toy mərasimləri üçün təbriklər və digər poliqrafik məmulatlar hazırlanır, sənədlərin surətləri çıxarılır və laminasiya edilir, eləcə də "təcili foto-şəkillər"in çəkilməsi yüksək səviyyədə həyata keçirilir.

Foto-studiyaya gələn müştərilər studiyanın işçiləri tərəfindən gülər üzlə qarşılanır və ləngidilmədən, razılıqla yola salınır.

Emin BARATOĞLU,
AYB-nin, AJB-nin üzvü,
"Qəbələ" nin müxbir postunun rəhbəri.

Şəfalı bitkilər

Vitaminlərlə zəngin bitki

Çaytikanı iydəkimilər fəsiləsinə məxsusdur. Hündürlüyü 4-6 metrə çatan bu bitkinin gövdəsinin diametri 30 santimetrə çatır. Qaramtıl-boz rəngli budaqlarının üzərində tikanları vardır.

Çaytikanı aprel-may aylarında çiçəkləyir. Çiçəkləri xırda, ətirli və sarı olur. Meyvələri avqust-sentyabr aylarında yetişir, fevral-mart aylarına kimi kolun üstündə qala bilir. Meyvəsi şirəli, narıncı və qırmızı rəngdə olub, əsasən, girdə, oval və uzunsov formadadır. Dadı şirin, turş, turşməzə, ananas ətirlidir. Meyvəsinin tərkibində 3,5 faiz şəkər, 3,2 faiz üzvi turşu, 6 faizə qədər zülal, 9 faiz yağ vardır. Toxumunda olan yağın miqdarı 12,5 faizə çatır.

Çaytikanı həmərsin kimi vitamin mənbəyidir. Yetişmiş meyvəsinin 16 faizini toxum təşkil edir. Çaytikanı yağı özünəməxsus dad və iyə malik, açıq-narıncı rənglidir, A vitamini ilə zəngindir. Tərkibində yüksək miqdarda E və F vitaminləri də vardır ki, bu da dəridə maddələr mübadiləsini tənzimləyir.

Çaytikanından müalicəvi məqsədlə qədim zamanlardan istifadə edilir. Belə ki, Şərq xalq təbabətində çaytikanının meyvələri və yarpaqları mədə xəstəliklərinin müalicəsində, yel və dəri xəstəliklərində istifadə olunub. Qədim Yunanıstanda isə yarpaqlarının və budaqlarının həlimi ilə insanları müalicə ediblər, baytarlıq təbabətində də istifadə olunub.

Tibbi ədəbiyyatlarda onun

meyvəsindən bir çox xəstəliklərin, o cümlədən göz, şəkərli diabet, qaraciyər, hipertoniya və qanazlığının müalicəsində geniş istifadə olunması barədə ətraflı məlumatlar verilir. Bitkinin yağı qəbul edilməklə həzm sisteminin selikli qişasının iltihabının, mədə və onikibarmaq bağırsağın xorasının müalicəsi aparılır. Mədə və onikibarmaq bağırsağın xorası gündə 3 dəfə, yeməkdən 30 dəqiqə əvvəl bir çay qaşığı qəbul etməklə müalicə oluna bilir. Yağı isti süd və ya çayla da qəbul etmək mümkündür. Cavan budaqlarının qabığı dəmləmə halında daxili şişlərə qarşı mübarizədə olduqca effektlidir. Dəmləmə iki xörək qaşığı qabığı 2-3 saat 0,5 litr qaynar suda saxlamaqla alınır ki, onu da gündə 3-5 dəfə isti halda yeməkdən əvvəl yarım stəkan içirlər. Dəmləməni bal ilə də içmək məqsədəuyğundur. Meyvələrində olan vitaminlər isə dəri xəstəliklərinin müalicəsində, avitaminozda son dərəcə faydalıdır. Çaytikanı meyvələrində olan vitaminlərin hər birinin mühüm müalicəvi əhəmiyyəti vardır.

Yoluxucu xəstəliklərə qarşı müqaviməti artıran A vitamini, xüsusən uşaqlar üçün çox faydalıdır. O, gözün görmə qabiliyyətinə müsbət təsir göstərir. B1 vitamini sinir sisteminin möhkəmlənməsinə və iş qabiliyyətinin artmasına kömək edir. B2 vitamini diabet, qaraciyər xəstəliklərinin müalicəsində, eləcə də qanazlığında və antibiotik dərmanlarla uzunmüddətli müalicədən baş verən müxtəlif xəstəliklərdə müsbət təsirə malikdir. A və P vitaminləri birlikdə hipertoniya xəstəliyinin müalicəsi üçün əlverişli vasitədir. C vitamini orqanizmin normal inkişafını tənzimləyir, maddələr mübadiləsini yaxşılaşdırır, qan təzyiqini normallaşdırır, iltihabı aradan qaldırır. Ona görə də C vitamini bir sıra xəstəliklərdə (qanazlığında, sinqada, anginada, səpkili yatalaqda) geniş tətbiq olunur.

Onu da qeyd edək ki, çaytikanının meyvəsindən müalicəvi əhəmiyyəti olan müxtəlif şirə, kompot, mürəbbə, cem, jele, püre, marmelad, vitaminli çay və sair hazırlanır.

Uğurlarımız davam edir

Azərbaycan Respublikasında idmanın inkişafı ildən-ilə geniş vüsət alır. İdman sahəsində gerçəkləşdirilən dövlət siyasəti, idmanın maddi-texniki bazasının möhkəmləndirilməsi, ölkə başçısı Prezident cənab İlham Əliyevin bu sahəyə göstərdiyi xüsusi diqqət və qayğı, tikilmiş nəhəng idman qurğuları və digər tədbirlər nəticəsində ölkəmiz mötəbər beynəlxalq idman yarışlarının keçirildiyi məkana çevrilib. Azərbaycan dövlətinin idmanın bütün növlərinin inkişafına göstərdiyi diqqət və qayğı nəticəsində idmançılarımız beynəlxalq yarışlarda uğurla çıxış edərək bayrağımızı yüksəklərə qaldırırlar.

Artıq III rübünü yekunlaşdırmağa hazırlaşdığımız 2018-ci il də Qəbələnin idman tarixində bir çox beynəlxalq və respublika səviyyəli yarışlarda qazanılmış uğurlar, əldə edilmiş medalların sayına görə də əlamətdar olmuşdur. Bu uğurların sırasına bu yaxınlarda Bakı şəhərində Azərbaycan Pankration, Qrappling və MMA Federasiyasının təşkilatçılığı ilə keçirilən Qarışıq Döyüş növləri üzrə I Açıq Beynəlxalq Turnirdə qazanılmış nailliyyətlər də əlavə edilmişdir. Belə ki, həmin yarışda rayonumuzu Fuad Musayev, Elgün Həmzəyev və Gündüz Məmmədli təmsil etmişlər.

Gərgin idman mübarizəsi şəraitində keçən döyüşlərdə Elgün Həmzəyev və Fuad Musayev rəqiblərinə qalib gələrək sertifkat və kubokla təltif olunaraq növbəti mərhələyə vəsiqə qazanmışlar.

İdmançılarımızı əldə etdikləri uğurlar münasibətilə təbrik edir və daha inamla mübarizə aparmağı, rayonun idman şərəfini daha yüksəklərə ucaltmağı arzulayırıq.

Elçin OSMANOV,
rayon gənclər və idman idarəsinin aparıcı məsləhətçisi.

Bunları bilmək maraqlıdır

- Hər bir insan yaşadığı müddət ərzində 22 kiloqram dəri itirir.
- Hər min uşaqdan biri tək dişlə doğulur.
- İnsan bədənindəki damarların uzunluğu təxminən 96 min kilometrdir
- Ən cavan valideyinlər 1910-cu ildə Çində olub. Onların 8 və 9 yaşları var idi.
- Dünyanın ən sürətli böyüyən bitkisi bambuk ağacıdır. Ağac gündə 90 santimetr uzanır.
- İnsanın saçı üç kilo ağırlıq qaldıra biləcək gücdədir.
- Yaponiyanın ən böyük dörd adası–Honşu, Hokkaydo, Kyuşu və Çikoku ölkə ərazisinin təxminən 97 faizini əhatə edir.
- Ən soyuq yer 89 dərəcə ilə Antarktidadır.
- Moldovanın adı Rumıniyadakı Moldova çayından gəlir.
- Hər barmaq insan həyatı boyu 25 milyon dəfə əyilir.

İTMİŞDİR

Daşınmaz Əmlakın Dövlət Reyestr Xidməti tərəfindən Vəndam qəsəbə sakini **Namazov Aydın Lətif oğluna** verilmiş 22.08.2013-cü il tarixli RX seriyalı, 0182911 nömrəli (qeydiyyat nömrəsi 1913004808) **çıxarış** itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Qəbələ Rayon Aqrar İslahat Komissiyasının 22 noyabr 1997-ci il tarixli 25 saylı qərarı ilə Mıxlıqovaq kənd sakini **Ağakişiyev Ramiz Səlim oğluna** verilmiş JN seriyalı 0015 nömrəli **torpağa mülkiyyət hüququna dair dövlət aktı** itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Qəbələ Rayon Aqrar İslahat Komissiyasının 22 nöyabr 1997-ci il tarixli 25 saylı qərarı ilə Solquca kənd sakini **Mikayılov Namik Şıxalı oğluna** verilmiş JN seriyalı 0009 nömrəli **torpağa mülkiyyət hüququna dair dövlət aktı** itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Şəki Şəhər 8 saylı Rayonlararası Qeydiyyat-imtahan Şöbəsi tərəfindən Məlikli kənd sakini **Şirinov Rəşad Şükür oğluna** məxsus VAZ 21015 markalı avtomobilə verilmiş 36 BK 767 dövlət **nömrə nişanı** itdiyi üçün onu tapan vətəndaşlardan həmin nömrə nişanını Qəbələ Rayon Polis Şöbəsinə verməsi xahiş edilir.

Qəbələ Rayon Aqrar İslahat Komissiyasının 22 noyabr 1997-ci il tarixli 25 saylı qərarı ilə Mıxlıqovaq kənd sakini **Şirinov Rəhim Abdulla oğluna** verilmiş JN seriyalı, 076A nömrəli (kod 40614018) **torpağın mülkiyyətə verilməsinə dair şəhadətnamə** itdiyi üçün etibarsız sayılır.

"SOKAR"-ın 6 saylı nəqliyyat departamentinə məxsus MTZ-82 markalı traktorun AZ 10X 455 dövlət **nömrə nişanı** itdiyi üçün onu tapan vətəndaşlardan həmin nömrə nişanını Qəbələ Rayon Polis Şöbəsinə verməsi xahiş edilir.

Qəbələ Rayon Aqrar İslahat Komissiyasının 28 fevral 2001-ci il tarixli 03 saylı qərarı ilə Qəbələ şəhər sakini **Sadıqov Əhməd Şahmar oğluna** verilmiş JN seriyalı 1561G nömrəli (kod 40601004) **torpağın mülkiyyətə verilməsinə dair şəhadətnamə** itdiyi üçün etibarsız sayılır.

Azərbaycan Respublikası Daxili İşlər Nazirliyinin BDYPİ Şəki RQİTBŞ tərəfindən 25 may 2016-cı il tarixində Böyük Pirəli kənd sakini **Cabbarlı Fərid Vidadi oğluna** verilmiş AE seriyalı 719162 nömrəli «BC» kateqoriyalı **sürücülük vəsiqəsi** itdiyi üçün etibarsız sayılır.

«QƏBƏLƏ» qəzetinin reklam xidməti
205-19-14, 205-15-56

ALLAH RƏHMƏT ELƏSİN!

Məmmədov Xalis və Qəbələ Rayon Tarix Diyarşünaslıq Muzeyinin kollektivi iş yoldaşları **Sevinc İbrahim qızına**

ATASININ

vəfatı ilə əlaqədar dərin hüznlə başsağlığı verir.

DSMF Qəbələ Rayon Şöbəsinin kollektivi sabiq iş yoldaşları

RƏSMİYYƏ OSMANOVANIN

vaxtsız vəfatı ilə əlaqədar kədərləndiyini bildirir, mərhumun övladlarına və əzizlərinə dərin hüznlə başsağlığı verir.

Redaktor Varis Yaqubov.

TƏSİSÇİLƏR: Qəbələ Rayon İcra Hakimiyyəti və redaksiyanın jurnalist kollektivi.
Redaksiya ilə müəllifin mövqeyi fərqli ola bilər
Məsul katib Qüdrət Səmədov.

ÜNVANIMIZ: AZ 3600, Qəbələ şəhəri, Heydər Əliyev prospekti, 226.
Redaktor: (024) 205-19-14.
Ümumi: (024) 205-15-56.
e-mail: news@qebele-ih.gov.az
Elanların və reklamların mətnlərinə görə redaksiya məsuliyyət daşımır.

Azərbaycan Respublikası Mətbuat və İnformasiya Nazirliyində qeyddən keçmişdir. Lisenziya AV № 022611
«Kapitalbank»ın Qəbələ filialında hesab № Az36AİİB 33080019444900218149
VÖEN: 4400103601

«Qəbələ» qəzetinin kompüter mərkəzində yığılıb səhifələnmiş və Bakı şəhərində «Azərmedia» MMC-nin mətbəəsində ofset üsulu ilə çap edilmişdir.
Dizayner Rais Rəşidov
Oxucu məktublarına cavab verilmir və əlyazmaları geri qaytarılmır.
Tiraj 1847