

## Qəbələ respublika mətbuatının səhifələrində Qonaq-qaralı Qəbələ

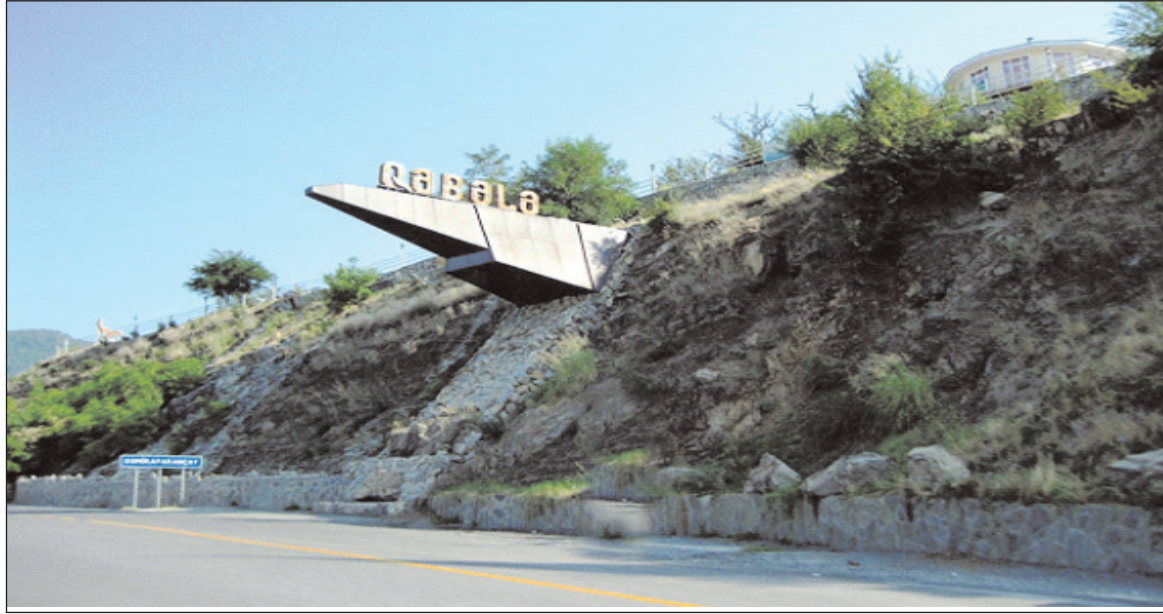
**Qəbələ təkə öz füsunkar təbiəti ilə deyil, ən müasir turizm mərkəzləri, sənaye obyektləri, kənd təsərrüfatı ilə ölkəmizin hüdudlarından çox-çox uzaqlarda yaxşı tanınır. Artıq Qəbələ ölkə başçısı İlham Əliyevin dediyi kimi Azərbaycanın ikinci turizm mərkəzidir.**

**«Azərbaycan» qəzetinin 27 yanvar 2019-cu il tarixli sayında «Qonaq-qaralı Qəbələ» başlıqlı yazı dərc olunub. «Qəbələ»nin oxucuları üçün maraqlı olacağını nəzərə alaraq həmin məqaləni qəzetimizin bu nömrəsində dərc edirik.**

Qəbələnin bütün sahələrdə əldə etdiyi uğurlara görə öyünmək haqqı var. Bununla belə, Qəbələ deyəndə hamımızın gözü önündə yüksək turizm infrastrukturunun formalaşdığı, təkə yerli deyil, eyni zamanda xarici turistlərin də həvəslə gəldikləri məkan canlanır.

Rayonda turizmin inkişaf dinamikasına nəzər salaq: əgər 2008-ci ildə Qəbələyə 14,6 min turist gəlmişdisə, 2013-cü ildə bu rəqəm 45 minə keçmişdir. 2016-cı ildə Qəbələ rayonuna gələn turistlərin sayı 99,7 min nəfər olmuşdur ki, onların da 32,6 min nəfəri xarici turistlərdir.

2018-ci ilin son olmayan məlumatına görə, Qəbələyə orta hesabla 300 min turist gəlib. Onların təxminən 115 min yerli, qalanı əcnəbi turistlər olub. Xaricilərin əksəriyyəti Rusiya, Türkiyə, Böyük Britaniya, İraq, Ukrayna, Latviya, İran, Birləşmiş Ərəb Əmirlikləri, Gürcüstan,



Səudiyyə Ərəbistanı, Qətər, İsrail, Pakistan və Misirdən gəlmişlər.

Qəbələdə turistləri cəlb edən məkanlar çoxdur. Çuxur Qəbələ kəndində yerləşən qə-

dim Qəbələ şəhərinin qalıqları, rayonun müxtəlif yerlərindəki daş kurqanlar (eramızdan əvvəl III-I minillik), Həzrə kəndindəki türbələr kompleksi (XIV-XV əsrlər) görənləri heyrətə gətirir. Nic

qəsəbəsindəki nekropol (antik dövr), tarix-diyarşünaslıq muzeyi, İsmayıl bəy Qutqaşının və Şəhidlərin xatirə muzeyləri də turistlərin ən çox ziyarət etdiyi yerlərdəndir. Qeyd etmək lazımdır ki, Nazirlər Kabinetinin qərarı ilə rayonun 100-ə qədər tarixi mədəni abidəsi dövlət mühafizəsinə götürülüb. Onlardan biri - qədim Qəbələ şəhərinin qalıqları dünya əhəmiyyətli arxeoloji abidələr siyahısına daxildir. 8 memarlıq, 53 arxeoloji abidə ol-

maq, möcüzəli Azərbaycan mətbəxinin nemətlərindən dadmaq və mənalı istirahət etmək Qəbələyə gələn yerli və xarici turistlərin sayını ildən-ildə artıran səbəblərdəndir.

Bu gün Qəbələdə irili-xırdalı 100-dən artıq turizm obyekti fəaliyyət göstərir. Gün ərzində həmin obyektlərdə ümumilikdə 3 minə yaxın qonağa milli, türk və Avropa yeməkləri, meşə gəzintisi, atla gəzinti, balıq ovu, göldə qayıqla gəzinti, rayonun görməli yerlərinə və tarixi abidələrinə səyahət xidmətləri göstərilir. Bundan əlavə, turistlər "Qəbələnd" istirahət və əyləncə mərkəzinin, hotellərin nəzdindəki fitnes sağlamlıq mərkəzlərinin, sauna, masaj salonu, türk hamamı və diskotekaların xidmətlərindən də istifadə edirlər.

Ağdaşın Ləki qəsəbəsindən Qəbələyə demir yolu xəttinin çəkilməsi isə bu məkanın cəlbediciliyini daha da artıracaq. Layihə yekunlaşdıqdan sonra Ağdaşın ərazisindən keçməklə Qəbələnin hava limanına qədər demir yolu ilə gəlmək mümkün olacaq.

Bir sözlə, nadir təbii iqlim şəraiti, mineral bulaqları, ləcivərd landşaftı ilə seçilən, tarixi İpək yolunun üstündə yerləşən, qədim Qafqaz Albaniyasının paytaxtı olan Qəbələ və qəbələlilər ilin bütün fəsilərində qonaqlarını qarşılamağa hazırdırlar.

**Əli SƏLİMOV,**  
**"Azərbaycan"**

## Böyük ədibin xatirəsi yad edilib

Bu günlərdə Qəbələ yazarlarının, ziyalılarının və ağsaqqallarının bir qrupu Azərbaycan rea-

rektoru Çimnaz Müzəffərova İsmayıl bəy Qutqaşının həyatından, hərbi və ictimai fəaliyyətin-



list nəsrinin banilərindən biri, hərbi general, coğrafiyaşünas, səyyah Hacı İsmayıl bəy Qutqaşının məzarını ziyarət ediblər.

Onlar əvvəlcə generalın ev muzeyində olublar. Muzeyin di-

dən söhbət açmış, onun "Rəşid bəy və Səadət xanım" və "Səfername" əsərləri barədə iştirakçılara məlumat vermişdir.

Təqaüddə olan əməkdar müəllim Fərman Əzizli və İsmayıl bəy Qutqaşının nəslindən olan Dursunəli Əzizov böyük ədib haqqında danışmışlar.

Tədbir zamanı İsmayıl bəy Qutqaşının nəslindən olan şair, publisist, rəssam Xanlar Qutqaşın (Mustafayev) Bakı şəhərindən telefon vasitəsilə ziyarətçilərə öz təşəkkürünü bildirmişdir.

Sonra İsmayıl bəy Qutqaşının və həyat yoldaşı Bikə xanımın məzarları ziyarət edilmişdir. Ziyarət mərasimində Fərman Əzizli həmyerlimiz Allahverdi İsmayılovun İsmayıl bəy Qutqaşınla həsr olunmuş "Dağ qartalı" romanından maraqlı məqamları tədbir iştirakçlarına çatdırmış, Cəlil Komradlı və Fəxrəddin Bababəyli yazıçıya ithaf etdikləri şeirləri oxumuşlar.

Sonda xatirə şəkilləri çəkdirilmişdir.

**Emin ƏDİLLİ,**  
**AYB-nin və AJB-nin üzvü, "Qəbələ"nin müxbir postunun rəhbəri.**

## Ekoloji təhlükəsizlik əsas prioritetlərdəndir

Ekoloji təhlükəsizliyin və insanların ətraf mühitdə yaşamasının təmin edilməsi ölkədə aparılan ekoloji siyasətin əsas prioritetlərindəndir.



Dövlət Statistika Komitəsinin bu ilin əvvəlinə olan məlumatına görə, flora və faunanın qorunub saxlanması və təkrar istehsalı üçün ölkədə ümumi sahəsi 120,7 min hektar olan 11 dövlət qoruğu, sahəsi 421,4 min hektar olan 10 milli park və sahəsi 350,8 min hektar olan 24 dövlət təbiət yasaqlığı mövcuddur.

Xüsusi mühafizə olunan təbiət əraziləri ölkə ərazisinin 10,3 faizini təşkil edir.

## Qəbələ ilə tanış olacaqlar

Azərbaycan Memarlıq və İnşaat Universitetində 2017-ci ilin fevralında yaradılan "Qış məktəbi"nin yenidən fəaliyyətə başlaması ilə əlaqədar fevralın 4-də Qırğızstanın Qırğız Rus-Slavyan Universitetinin, Slovakiyanın Koşitse Universitetinin, Rusiyanın Voronej Dövlət Texniki Universitetinin 40 nəfərdən ibarət tələbə və müəllim

heyəti ölkəmizə gəlib.

10 gün davam edəcək "Qış məktəbi"ndə əcnəbi tələbələr asudə vaxtının səmərəli təşkil olunması üçün Bakının tarixi yerlərinə və bölgələrə səfərləri planlaşdırılıb. Səfər çərçivəsində onların Qəbələyə gəlişi və rayonumuzun görməli yerləri ilə tanış edilməsi nəzərdə tutulub.

Sağlam yaşamağın açarı, ilk növbədə, sağlam qidalanmadan asılıdır. Qəbul edilən qidalar orqanizmin vitamin və minerallara olan gündəlik ehtiyacını ödəməlidir. Hər bir qidanın normadan artıq qəbul edilməsi xoşagəlməz halların yaranmasına səbəb olur. Odur ki, sağlam yaşamaq üçün qida rejiminə ciddi şəkildə əməl edilməsi vacibdir.

Gün ərzində ən azı 2-3 litr maye qəbul edilməsi bu sahədə ən ilkin göstərişlərdən biridir. Səhər yataqdan qalxarkən bir stəkan su içilməsi çox faydalıdır. Yemək əsnasında və yeməkdən dərhal sonra su içmək düzgün deyil.

## Sağlam yaşa

Yayda tərləmə halları çox olduğuna görə içilən suyun, qəbul edilən mayenin, mineral sular, meyvə və tərəvəzlərin tərkibində olan suyun miqdarına fikir vermək lazımdır. Süni dad verən limonad və nektar sular qəbul edilməsindən uzaq olmaq lazımdır. Hər gün idmanla məşğul olmaq, yeməkdən sonra 20 dəqiqə gəzintiye çıxmaq sağlamlıq üçün əhəmiyyətlidir. İdman orqanizmi tarazlayır, qan dövranını tənzimləyir, stressdən uzaqlaşdırır.

Sağlam yaşamaq üçün üzüm, qacmaq və velosiped sürmək çox faydalı və xeyirlidir. Ağır idman növləri ilə məşğul olanlar yüngül hərəkətlər edərək bədənini məşqə öyrətməlidir. Meşədə, təmiz havada gəzməyi, günəş vannası qəbul etməyi də unutmamaq lazımdır ki, hər şeyin qədərində olması daha yaxşıdır.

**Müslim MUSAYEV,**  
**həkim-terapevt.**