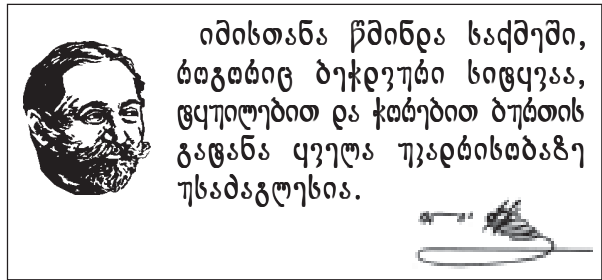




საქართველოს



იმისთანა წმინდა საცემში,
ბეჭდებიც ბეჭდურნი სიფყვას,
ფყვილებით და ჭბრებით ბურთის
გაფანა ყულა უჯარბისდაზი
უსამაგლესია.

 **დაარსებულია**
1918 წელს. 
სუთხაბათი, 10 აგვისტო, 2006 წელი.
№ 154 (5495)

რესპუბლიკა

ელექტრონული ფოსტა: sakresp@gol.ge

ვებ გვერდი: www.open.ge/sakartvelos-respublika

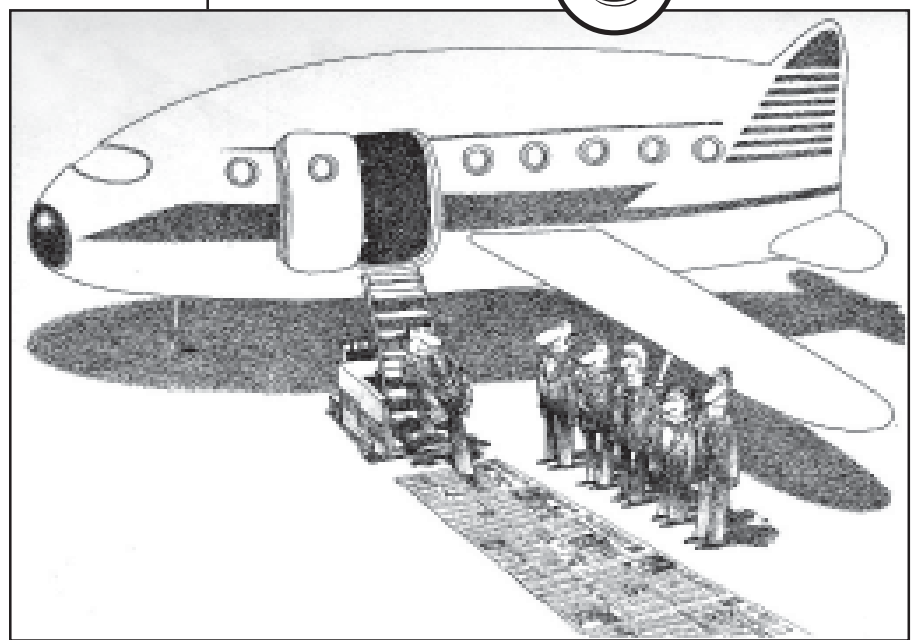
ფასი 50 თეთრი.

ხოვოხ გაუჟბჟაუჟეთ ჯანჯანაქებას

*ნუ გავუიღოთ,
მოვუაროთ
საქართველოს!*

რადა ოსვენსიმი და რადა თბილისის აეროპორტი

3



მწედაკრულთა,
გადახურებულთა,
სულწასულთა
და თბილისში
დარჩენილთა
საეურნადღებოდ!

*იკითხე გაზეთი,
რამელსაც
შენი სამშობლოს
სახელი ჰქვია!*

„საშველს
რომ აღარ
მომცემს
ხოლომე
მამულზე
ფიქრი...“

8-9

4-5

ღმის თემა

ყველაფრისთვის მზად ვართ

მინისტრების საკომორტინაციო შეხვედრა

საპარტიო ხელისუფლება მზად... 20 აპრილს უკვე დაიწყო...

ღმის უსტი ინფორმაციის გაცვლა... კომორტინაციის უზრუნველყოფა...

როგორც გავსაუბრებელი აღ... კომორტინაციის ხელისუფლების...

თავდაცვის მინისტრის... საპარტიო ხელისუფლების...

საპარტიო ხელისუფლების... საპარტიო ხელისუფლების...

თავდაცვის მინისტრის... საპარტიო ხელისუფლების...

საპარტიო ხელისუფლების... საპარტიო ხელისუფლების...

თავდაცვის მინისტრის... საპარტიო ხელისუფლების...

საპარტიო ხელისუფლების... საპარტიო ხელისუფლების...

თავდაცვის მინისტრის... საპარტიო ხელისუფლების...

გაეროს მონიტორინგი და არა რუსების!

საპარტიო ხელისუფლების... საპარტიო ხელისუფლების...

არის პატარა პროგრამები... საპარტიო ხელისუფლების...



მინისტრების საკომორტინაციო შეხვედრა

მინისტრების საკომორტინაციო შეხვედრა

ველამ მოადგილე გაგუპა... საპარტიო ხელისუფლების...

მონიტორინგის ჩასატარებლად... საპარტიო ხელისუფლების...

ინტერპრესენტის

განსჯა

თუ კერძო სექტორი შეიზღუდა, უმეუ შეეცრობა არ შემცირდება

კანონის ერთ სოფელში, კომპიუტერ... საპარტიო ხელისუფლების...

ცნობილია საუბრისას, ასეთი... საპარტიო ხელისუფლების...

განსჯა ვედა, ანუ აღმოსავლეთ... საპარტიო ხელისუფლების...

სწორედ კერძო სექტორი... საპარტიო ხელისუფლების...

ეს სწორედ არის განსჯის... საპარტიო ხელისუფლების...

ეს სწორედ არის განსჯის... საპარტიო ხელისუფლების...

ეს სწორედ არის განსჯის... საპარტიო ხელისუფლების...

ეს სწორედ არის განსჯის... საპარტიო ხელისუფლების...



საპარტიო ხელისუფლების... საპარტიო ხელისუფლების...

ინფორმაცია

ირაკლი ბათიაშვილის განცხადება

„წინ, საპარტიო“ და „ლიბერ... საპარტიო ხელისუფლების...

როგორც ნათელია, ინფორმაცია... საპარტიო ხელისუფლების...

სოფელ აგაბეთის ინციდენტი

დღევანდელ სასაბურთალოს... საპარტიო ხელისუფლების...

ინტერპრესენტის

გაგრილი რეჟიმი

კატეგორიულად მიუღებელია

კონფლიქტის მოგვარების... საპარტიო ხელისუფლების...



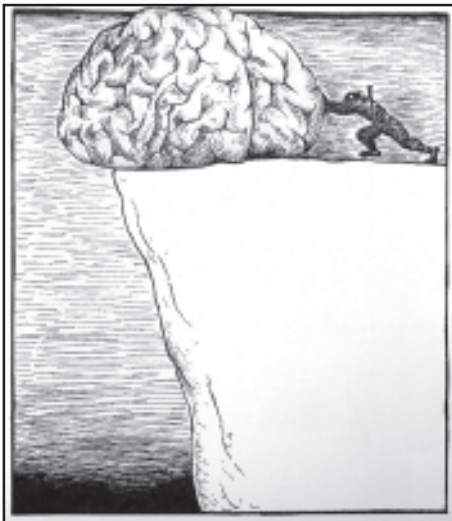
დირექტორი ნათიაშვილი... საპარტიო ხელისუფლების...

საპარტიო ხელისუფლების... საპარტიო ხელისუფლების...

საჭიხი კვჭიხს ამისთანა...

ჩვენი გაზეთის დღევანდელი ნომრის ეს მესამე გვერდი წინასწარ დაგეგმილი არ ყოფილა. სამივე გულწრფელი რეპლიკა სრულიად შემთხვევით გარდაც. ერთი ჩვენმა ჟურნალისტმა „შესახა“, მოქალაქეობრივად გაჯავრებული, ორიც თვითონ გპითხვებულმა მოიტანეს თავიანთი ხელით,

ორივე ასევე გაჯავრებული და შეფუხებული იყო იმით, რაც ჩვენ გარშემო ხდება, რაც კიდევ უფრო გვიმწარებს ისედაც არცთუ დაღვინილ ცხოვრებას. ერთი სიტყვით, ნამდვილად გულგრილობისა და უადამიანობის ჭირი გვჭირს. ღმერთმა ნუ ძნას, რომ მოურჩენელი გამოდგეს...

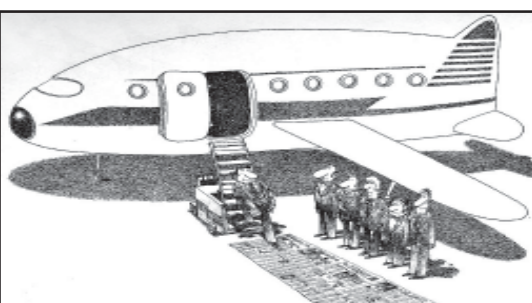


სულგანსუთუნის მონოლოგი

რატო ოსვენსიმი და რატო თბილისის აეროპორტი,

ანუ აგევი ახალ სულთახსუთავთა ულმოგელოგისა

სულ თვის უფლად შეიძლება და, რომ მ ივლისს დამით თბილისის აეროპორტში ახლოვლის განაცხადებულად მის უფრო ვერ გადაჯვრინილიყავი და, ცხადია, ვერც ამ ვერხის მოგვირდით, მაგრამ რატან გადაჯვრინი და სული არ ამოხება, გადარწმუნეთ, რომ მთელ საქართველოს გაავადინეთ, რა სპინილეუბაც იმ ხდება...
ოსვენსიმი საინტელიგენციისაგან არ იყოს, რომელიც ფაქტობრივად დაჯვრინილი აქვს თბილისის აეროპორტის სეროგად ზოგადი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე. თბილისის აეროპორტის სეროგად ზოგადი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე. თბილისის აეროპორტის სეროგად ზოგადი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე. თბილისის აეროპორტის სეროგად ზოგადი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე.



გრძელად ლავრაკი...
როცა ჩვენს იმ ყოფნაში რამდენიმე ადავინას გული შეუღუნდა, ხელს რამდენიმე სულგანსუთული გავეჭვივებთ ულმოდ დასჯულ და რატანს განჯავრებულს, თბილისის აეროპორტის სეროგად ზოგადი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე. თბილისის აეროპორტის სეროგად ზოგადი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე.

დურას უპაცრავად

მოდეს მატარებელი გუდეს... გამეყადებელი

მატარებელი გავშვებიდანვე კეთილ განწყობას ავტოპირავს. იშვიათი, ვინმეს შეშტადების პაღში ეს გრძნობა ყრმოვიდან არ და უფლავოდეს.
ცნობილია, რომ მატარებელი გავშვებზე დადებითი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე. თბილისის აეროპორტის სეროგად ზოგადი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე.

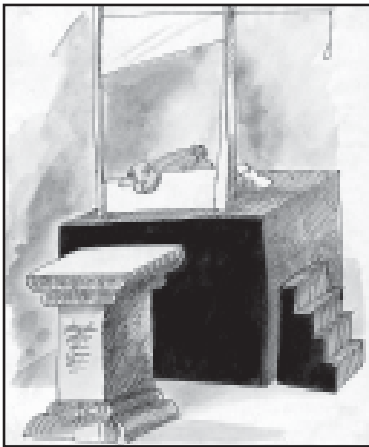


მატარებელი გავშვებზე დადებითი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე. თბილისის აეროპორტის სეროგად ზოგადი რეინცივიგაციის განხორციელებაზე.

გვანხა შეახილი

სტალინის მონატრება

ასე სცოდნია სიღატაკებს და თავაშვებულ ცხოვრებას, რომელსაც საქართველოში „დემოკრატია“ დაარქვეს. მოგვიწიან?.. მოვიპრავ, გაშურდო, მოიტაცა, არ დაინდო - ათლახინისთვის კაცნი მოჰქაა, დღისით, მხისით - პაღეში და სკვერეში ხალხის თვალწინ იშიგავი, ნაკრებიკი მიიღე...
„დემოკრატია“ და „თავისუფლება“ მოვიპრავი ცხოვრება...
ერთხანომა რომ არის უქვირფანისი ადავინების უფლავსაყოფად დაგმული კვლევის მოპარვა განხორციელდა, მოხმოდდათინან ღლევის შესაწოვას დაგვარაღეთ და თავი დავიმიჯდეთ, რომ თანდათან დაინმენდომდა მართლვითი კაცნი შეგნება, შეგნებენ ზნოვა თბილისს გაიტანდა.
თქვენც არ მომიკვდეთ...
ამ რამდენიმე დღის წინათ უსახულ თბილისში, ვერის პაღში მოვიპრავს ჩვენი იქონილ-განათავისუფლებული მოქალაქის ერთ-ერთი ლიდერის მერაბ კოსტავას გიუხტი, მას მიაყოლეს სხანუგანთქვეშელი მდიუკოსის, ყოფილი პარლამენტარის, პაღმომიკოს ვახტანგ გომორიძის გიუხტი „ულახანოვო“, „სოკოს“ ხაღჭი.
ჩვენ რომ თავს ვიჭყვავთ, თითქმის „ქლივი ხელი“ მოვიდა ქვეყნის სპინცივიგაციის უსაინიანო და თავაშვებულბუღის ვერტიკალი დასახება, ანახი უხვანო გულში იციენ და კვლავის მოპარვა განხორციელდა.
ღმინდობა დაღის: ანახი მითად რომ უჭირდა ხალხს „პირსისხლიანი“ სტალინის ეპოქაში, უსაინილე-



სიმონი დროს და მიწის ზნოვა იღბა უსახულ დაღეო, ადავინებს ერთმანეთი უხვარდათ (მარტო „გაშვებავი“ არ იყო, ადავინებსა მქირფანის სულგანსუთის ფასი იყოფინდა. აბა, ერთი (როგორც ჰქვია მანკა მანგა) გადავა და ვურის ან ნავთის რიგში უნდვრიგოდ მოქცეულიყო... კი, რაქნი იყო უსახვანო, მაგრამ ამ რაქნივს, სხანათ მოქის, ზნოვა რამოუხაგლია ადავინებას.
ჩვენო პრეზიდენტო, აღბაშენებლის ლანდს რომ ელაციციები, გაგარნი ვარო, „ქლივი ხელით“ უნდა ვმართო ქვეყანაო, ეს არის?! ჯარტის მიწებში ვუქნებანი მიწის გააუქმი, შე კანი ადავინაო!..
ვილენ გარდაღვივილი

ინფორმაცია

გელა გუგუშვილია უპრინციპული კოლევას მიულოცა

გელა გუგუშვილია მიულოცა თავის უპრინციპული კოლევას გურის ტარასიუსის მისი საბარეო საქმიანობის მიხედვით დაღვინილი დაღეოცა და უპრინციპული მთავრობის რამოხანობა. საბარეო საქმიანობის მიხედვით დაღვინილი დაღეოცა და უპრინციპული მთავრობის რამოხანობა. საბარეო საქმიანობის მიხედვით დაღვინილი დაღეოცა და უპრინციპული მთავრობის რამოხანობა.

აფხაზებმა სამი ქართველი დაჭრეს, მესამე გაიტაცეს

გუგუშვილია მიულოცა თავის უპრინციპული კოლევას გურის ტარასიუსის მისი საბარეო საქმიანობის მიხედვით დაღვინილი დაღეოცა და უპრინციპული მთავრობის რამოხანობა.

გელა გუგუშვილია

პოლკოვნიკი

სიღბსი ცრუობს!

რუსეთის თავდაცვის სამინისტროს პრესსამსახურის უფროსი, პოლკოვნიკი ვიქტორ სევერინი საბარეო საქმიანობის მიხედვით დაღვინილი დაღეოცა და უპრინციპული მთავრობის რამოხანობა. საბარეო საქმიანობის მიხედვით დაღვინილი დაღეოცა და უპრინციპული მთავრობის რამოხანობა.

ბორის როშივი, რა თქმა უნდა, გააპროტესტებს...

სოფელ აგვეის რაიონში მართული პოლიციის დაგმავითი კონტინგენტის შეშტადებას ოსური მხარე უსაინოდა აფხაზებს, - აცხადებს დაღვინილი დაღეოცა და უპრინციპული მთავრობის რამოხანობა.

ინტერპრესენუსი



საქართველო უნდა იტყვას

ახლა ენა, უფრო ზუსტად – ჩვენი ავტორის, ფილოლოგიის მეცნიერებათა კანდიდატის, ილია შავჭავჭავაძის სახელმწიფო უნივერსიტეტის კუბანეთარულ მეცნიერებათა და კულტურის კვლევების ფაკულტეტის სრული პროფესორის ვერა ლაღინაძის ინტერვიუს ტექსტის ტიპოგრაფიული განმარტება

ოღონდ... რითი დავიწყეთ? მოდი, იმით დავიწყებ, რითაც თვითონ იწყებს ამ წიგნს. ავტორის მიერ ხელმოწერილი ანოტაცია მოთავსებულია 4 გვერდზე. აი, მისი პირველი წინადადება: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც ეროვნულ კულტურას და ენობრივ მემკვიდრეობას, მათთვისაც უნდა დავიწყებოთ“.

„წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“

„წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“

„წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“

„წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“

„წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“

„წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“

„წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“ ფრთხილად ვკითხვით: „წიგნის ავტორისთვისაც, ისევე როგორც...“

კიდეც ერთი შედეგით: „...თვით იმაც კი, როდესაც თავის, ალბათ, საკმაოდ მიმდებარეობას ავტორის დადებითი მითითებით, იმაც არ ივიწყებს საბოლოო განმარტებებს“ (გვ. 95).

დააკვირდით რა უცოდინრობაა: „...იმაც კი, როდესაც“ „...იმაც კი“ და „...როდესაც“ ერთმანეთს რომ ვერ ვხვდებით, ამის მიხედვით რა ფილოლოგიურად უნდა სწორია ან, იმაც კი, სადაც, ანაღა – „ავტორის კი, როდესაც“ (დაუბრუნებელია ამის რამდენიმე სიტყვის შემდეგ კიდეც ერთმანეთს გამოვსვლით, იმაც და ამ ფრაზის მთელი „მეცნიერება“ გადავხედავთ ბათილად).

ახლა ეს ვნახეთ: „...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

ამ ამ ფსევდოპროფესორის ენობრივი უსუსურობის რამდენიმე ნიმუში გვაცხადებთ, დანარჩენს საბანგაბოლოდ მისი ენისადმი მიძღვნილ წერილებში გავხედავთ შემოკლებით.

ასეთი კვლევა რა შედეგებამდე მიიყვანდა ავტორს, ავტორის წარმოსახვებით, ვაგრამ ვაინც ვნახეთ, რას წერს „...დასკვნაში“, 186-187-ე გვერდებზე რომ არის მუქი შრიფტით გამოყოფილი (რამე კომენტარები უნდა დავუბრუნოთ, ამიტომ „დასკვნაში“ ვუძღვებ, რომლებიც წიგნში ავტორს ავტორს და წერილობითად არიან გამოყოფილი ერთმანეთისაგან, მაქმ თავსაწინააღმდეგობრივად დაწვრილად).

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

მე-2 და მე-3 უძველესი ნახსენებები ფორმულურად დააკვირებოდა გულგრილად, მაგრამ ვაინც ვნახეთ, რას წერს „...დასკვნაში“, 186-187-ე გვერდებზე რომ არის მუქი შრიფტით გამოყოფილი (რამე კომენტარები უნდა დავუბრუნოთ, ამიტომ „დასკვნაში“ ვუძღვებ, რომლებიც წიგნში ავტორს ავტორს და წერილობითად არიან გამოყოფილი ერთმანეთისაგან, მაქმ თავსაწინააღმდეგობრივად დაწვრილად).

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

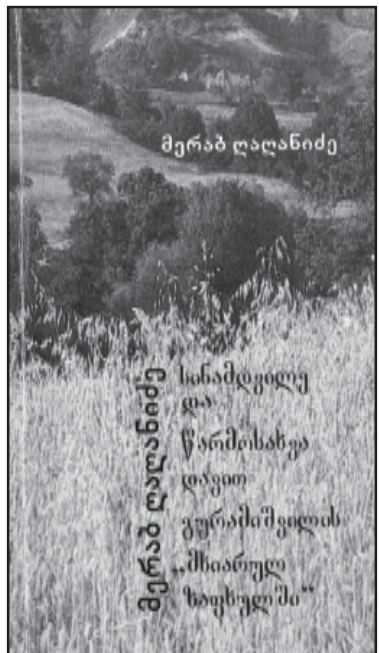
„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

„...თავის განსაზღვრულად კი... ის შეიძლება იმეცხას, რომ გზების...“

ლეონ ბრეგაძე „უსირცხვილდოს თუ არ არცხვენ“ მეცნიერულგაზე პრეტენზიის შემდეგ ერთი ნაშრომის გამო



მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

მერაბ ლალანძე

გუნებაგანწყობილება

„და თინის დიდი თოჯინის მსგავსად ძალადი ხელში უჭირავს სიტხას“

მოთარ ჭილაძე

ცხელი ამინდი გვირის საწინააღმდეგარაობაშია. მცხუნვარე გზებზე ან ჩახუთულ შენობებში ხანგრძლივი ყოფნა უკომფორტოა არა მარტო ხანგრძლივად ან გულსისხლძარღვთა სისტემის დაზარალებებით გატანად, არამედ პრაქტიკულად ჯანმრთელი ადამიანებისთვისაც.

ჩვენი სხეული განუწყვეტლივ გამოყოფს სითხეს. მისი ტემპერატურა რომ სიტხის, ფიზიკური ძალისხმედის ან ავადმყოფობის მიზეზით რაღაც ზღვარს ასცდებ, ავტომატურად ჩაერთვება გადსუბინაგან დასველები მექანიზმები. ამ შემთხვევებში სხეული ფიზიკურად და კანის ზედაპირზე გამოწვევებზე წყლის წვეთებში, რომლებიც ორთქლდებიან და სხეულს აბრძობენ. სხეული ფიზიკურად განუწყვეტლივ სითხე შედგება ძირითადად წყლისა, ორგანულ ნაერთთა რაღაც რაოდენობისა და მიწერაღური მარილებისაგან. ამიტომ, თუ გზებზე დიდხანს ვართ, რაც შეიძლება მეტი სითხე უნდა დავლიოთ ორგანიზმში ნაკლებობის შესავსებად.

უმეტესი ჩვენებანი წყლის აუცილებელი რაოდენობის მხოლოდ მისამდე სვამს. ორგანიზმში ნორმალური წყლის გადანსის შესანარკუნებლად აუცილებელი მინიმუმი შეადგენს 1,5 ლიტრს ჰაერის 21 გრადუსი საშუალო ტემპერატურის დროს, 1,9 ლიტრს - 26 გრადუსისა და 3 ლიტრს - 32 გრადუსის დროს (იზოთერმობა დღიური ნორმა). ამ ლიტრებში შედის წყალი, წვენი, სუფივი, ხილისა და ბოსტნეულის „შეფარული“ სითხე. ჩვენი ორგანიზმი წყალს მარტო გარედან კი არ იღებს, არამედ საჭმლის მოწოდების დროსაც.

დაღვივის რატივი განსაზღვრება ასაკით, ჯანმრთელობის მდგომარეობით, კვებით, შესასრულებელი სამუშაოს სიმძიმით, გარემოცვით სივრცის ტემპერატურით. გაბალითად, ცხელ საამიროებში მუშაობისას ოფლად შეიძლება საათში 4 ლიტრი წყლის გამოყოფა. ასე რომ, დანაკარგის შევება საჭიროა სითხის შესაგანის ოდენობით. მინიმუმ ბარბეკე კაცს საკმარისად გალავი წყლის დანაკარგი აქვს: ზარდთან ერთად ის 1,5 ლიტრამდე გამოიყოფა, კანდინდ არტემლებით - 1 ლ და მეტიც, სუნთქვით - დაახლოებით 300 მლ. და გავლით - 200 მლ. ჯამში 3 ლიტრამდე გამოდის.

სიტხეში წყლის დანაკარგი მინიმუმად შეიძლება გაიზარდოს. გაუწყლოების კლასიკური სიმპტომებია მშრალი, აძირცლილი კანი, თავბრუსხვევა, თავის ტკივილი. ჰრომის უარინაგონის დაძვირება შეიძლება გზებზე, როცა ადამიანის დაკარგული წყლის რაოდენობა დღე-ღამეში შეადგენს სხეულის მასის 10 პროცენტს.

ამრიგად, უმეტეს ჩვენებან წყლის რატივი დენდრული ოდენობა აკლდება, ამიტომაც სიტხეში 3 ლიტრი სითხე ნორმალურია.

წყალი იმდენი უნდა ვსვათ, რამდენაც ორგანიზმი ითხოვს, ოღონდ არც იმულებითი დაღვივა ღირს: ზედმეტი რაოდენობა ზრდის დატვირთვას ყველა ორგანოზე, განსაკუთრებით თირკმელზე და გულზე. ამასთან, რაც მეტს სვამთ, მით მეტია ოფლისდენა, მით უფრო გვირის დაღვივა მოგიწევთ და დასულ წრადი გამოდის. ოფლთან ერთად გამოიყვანილი მარილები არაღვივებ ორგანიზმში მიკრობლემების ჩვეულ შემთხვევებს, რასაც სისუსტის, თავბრუსხვევის, აძირცვლილი გულსისხლძარღვითი გამოწვევა შეუძლია.

მის რატიმის შეზღუდვები აუცილებელია ორსულობის, გულის უკმარისობის, თირკმელის ფუნქციის დარღვევის დროს.

როგორ გავუმკლავდეთ



მზიდაურნი

ცხელ ამინდში კაცი დასიცხვის რისკს ეწვევა. სიმპტომები: მშრალი, მოღუბა, თავბრუსხვევა, გახვირებული გულსისხლძარღვთა, თავის ტკივილი, ყურებში შუილი. თაკარა გზებზე, „იზოთერმობის“ მოყვარულნი მის დაკარგული წყლის რაოდენობა შეიძლება განვიხილოთ. ამ შემთხვევაში, როგორც დასი, აინება ტემპერატურა, იწყება ღებინება, დაბლდება წნევა.

ორგანიზმის გადსუბინაგან არცთუ იზვიანებად მოღრუბულად აინფიცი ებარებათ ხოლმე, თუ გარეთ ჩახუთულობა და უკარგობა. ამასთან, იზრდება ოფლის დენა, კაცი გვირ სითხეს კარგავს, რის შედეგადაც სისხლის სიგლანტე დიდდება და გულის კუნთი დიდ დატვირთვას იღებს.

რეკომენდებულია:

მუშაში უთავსაგაროდ ნუ გამოვალთ. დაინსურეთ ფართოფარფლებიანი შლახა ნატურალური მსუბში მსოვილისგან. ეცადეთ ჩრდილში ყოფნას.

სიტხეში ნატურალური მსოვილისგან შეიკრივი ტანაცვლის ჩაცმა სვოზს. ეს არის გაგება, სელი, ნატურალური აზრეშუმი, ვისკოზის მსოვილი. ამ მსოვილების წყალოებით ჰაერის ცირკულირება თავის უკაღია თქვენი ტანის გარშემო და ამასთან, ისინი გამოწვევით შეიწვევენ, რითაც ხელს უშლიან უსინამოვნო სუნის გარენას.

ორგანიზმში ნატრიუმისა და კალიუმის უკმარისობის შევებაში ამ მარილებით მდიდარი პროდუქტები გვემარება. ნატრიუმი მოცულია შავი მოცხარეში, გარბარეში. კალიუმი მდიდარია ზამთრის პოლოკი, კვრისი, პარტოვილი, მავვალი, ალუბალი, ყურბენი.

გადახურებისას

თავზე ცივი კომარის დანიდით, თუ გადსუბინაგან სიმპტომები გამოგაჩნდათ. ჩრდილში უნდა წამოწვით, ვერანის საყალო განსნათ, შარვლის ქამარი მოუშვათ, სხეულის ღია უგნები წყლით დაინსველოთ, საფთხელები დაინსილოთ. რამდენიმე ყლუპი ცივი წყალიც დალიეთ, ოღონდ 15 გრადუსზე დაბალი არ იყოს, თორემ ბაცივობით, ეგვა ანგინაც შეგაყაროთ.

პირველი დახმარება დასიცხვისას

სიმპტომები: კანის საფარტა განითლება, თავბრუსხვევა, თავის ტკივილი, ღებინება, საბრტო სისუსტე, უსაღისობა, გულის მოქმედების შესუსტება, კლიერი მშრალი, ყურებში შუილი, მონინი, სხეულის ტემპერატურის აწევა, მინიმუმ შემთხვევაში - გონების დაკარგვა.

დაუყოვნებლივ გამოიყვანეთ დაზარებული სუფთა ჰაერზე, ჩრდილში ან გრილ შენობაში მონათავსეთ.

გასადით ზედა ტანით, დააწვინეთ ზურგზე და თავი აუწიეთ. გლოგად მივიციოთ დასაღები.

გულდასული თუ, ცხვრითან ნიშადურის სპირტი დასველებული გაგება მიუტანეთ. დასიცხვის მსუბში ფორმისას კოლიკლინიკის თერაპევტს მიმართეთ. მინიმუმ შემთხვევაში სასწრაფო სამედიცინო დახმარება გამოიყვანეთ.



გაგანაქმებს

ჩა უსუნო და ჩა - აჩა

ზოდვითად გაცივებული სითხეები წყლის ფაქტორის ვერ შეაძლებს. ისინი მიზანს ჩადებენ კუჭში და მიწერაღებულ მარცხს გვიან აწვდიან ორგანიზმს უფროდებს. გარდა ამისა, ცივი სითხეები სწრაფად ჯირკვლევს ალბანობაზე. ყველაფერს სჯობს ოთხის ტემპერატურის მქონე სითხის დაღება.



სიცხეში კარგად კვავს წყურვილს უშუალო ცხელი მხანაჩი. ის თუ არ გიყვართ, შეიძლება შეცვალო პიტნის სასიკეთო, უბაზო მიწერაღებულ წყლით, შავი ჩაით, გურაბით, შინაური კომპოტებით, ნატურალური დაუტკარავი წვენიებით (ვაშლისა, ფორთოხლის, ბაიბურის).



მიწერაღებული წყალი იმითაა კარგი, რომ მარცხს ფაქტორის სპორს - მარცხს ორგანიზმიდან ოფლითაა ერთად გამოდინს და დანაპირი უნდა შეივსოს. 1:10 პროპორციით წყლით განზავებული ლიმონის წვენი კვავს წყურვილს, ხოლო ყინულთან ერთად მიწერაღებული აბრეშისა და აფხაზული მინი დაღება მიწერაღებული წყლის განვირგნობა, დღეში 2,5 ლიტრისა და კი. რეგულარულად თუ და-



რა არ უნდა ვაკეთოთ სიცხეში

სახელდახლოდ ნუ წახეხებით
ცხელ ამინდში არ უნდა ხეხებოდეთ სახელდახლოდ. ამიტომ ამ დროს საფრთხილია მოწვევების საფრთხე გამოჩნდეს. საკვებს საბრძოლვედ ნუ დაგზავნებთ - ვარდისფერი ვაფლი, პროდუქტები და მთელი რაოდენობა პროდუქტები და არა დაგზავნებთ სიცხეს. ნუ იხილეთ პროდუქტებს მაცივრებით გაუფრთხილეთ ფარდულად ნუ შეინახებთ გაუფრთხილად პროდუქტებს სიცხის ზონის მიღმა 4 საათზე მეტს.

ძვერით. ოპტიმალური ვარდისფერი - როცა განსხვავება ოთხისა და შუის ტემპერატურებს შორის 10 გრადუსზე მეტს არ შეადგენს.

ნუ ჩიხვებით სითხეების სისხვასა და შემოჭერილ ტანსახელს

სითხეების სისხვასი „სათხრის იფაქტ“ ძნის - ხელშეწყობს გარემო ვითარებაში გატყობის განსამრავლებლად, ხოლო ვინც შემოჭერილი ტანსახელი აქვს სისხვას და არღვებს ორგანიზმის თვრცვას.

დაუჭირებლად ნუ ისარგებლებთ საზოგადოებრივი ტრანსპორტით

დასულ სიცხეში სიცხე და ხვადი მხანაღვით შეივსოს ვიქსის, რასაც, თავის მხრივ, გულწასულ გზის, თავგარუსხვებისა და ვიქსის ტრანსპორტით კრიზისის პროვოცირება მოსდებს. თანაც ასეთი ვითარებაში ინფექციები უფრო სწრაფად ვრცელდებიან და „აბაქიღებენ“, ვიდრე ზამთრის სიცხეებისას.

ნუ დასდებით კონდიციონერის ქვეშ

ოფისში სვლი ტანსახელით მისული თუ ვარკვე მოკლავთ კონდიციონერის ქვეშ, უკეთესი შეთხვევაში მისულები სურდოთი გადარჩებით, უარესი კი - რადიკულიტსა და პნევმონიას აიძიებთ.

გვერს ნუ იმუშავებთ

სიცხეში შრომა არავრცელდება. დასტავიდა ულია, რომ ჰეარის ტემპერატურის ყოველი გრადუსით ზრდა 26-ის ზემოთ შრომის უნარიანობას ასე 10 პროცენტით ამცირებს.

ნუ დასდებით კონდიციონერის ქვეშ

ოფისში სვლი ტანსახელით მისული თუ ვარკვე მოკლავთ კონდიციონერის ქვეშ, უკეთესი შეთხვევაში მისულები სურდოთი გადარჩებით, უარესი კი - რადიკულიტსა და პნევმონიას აიძიებთ.

შეუშვით სორტს

ცნობილია, რომ ფიზიკური დატვირთვა სითხის წარმოქმნის ხუთჯერ ზრდის, ორგანიზმის წყლის გარდა შეივსოს. წლის ცხელი დრო არ არის მთლად შესაფრისი უბი სორტული რამოდენობისათვის. ფიტნის ყველაზე თხვადაკლულ თხვანისმცხელებთან უფრთხი დატვირთვის დონის დაწვევა, ვარჯიშების დროს შეკვება და მცხადინობებისა მთხი წყლის სა.

ჰაერი, მეტი ჰაერი!

გარდა თხური და მხის დაკვრისა, კიღვ ერთი სერიოზული საშიშროება გვისაფრდებს, ჰაერის მაღალი ტემპერატურით გამოწვეული, - ეგრეთ წოდებული ამინდის ვიქსისა. ეს ამინდაა, როცა ჰაერში მხანაღვანი შემოქმელება წელიწადი იფაქტება. კარატიკულად ზანსაღვასა და ახალგაზრდასა და კი უჭირთ სუნთქვა - „ჰაერი არასაქმარისია“, სისუსტე, მიწერაღება გვერება.



მათთვის, ვისაც პრონიკური პროვლემები აქვს (გულის იშვითური ავადმყოფობა, არითმია, სისხლკარვითა ათროსკლეროზი, გრუნძული ათსაგა, ეს დრო კიღვ უფრო მიღება: შეუძლოდ ყოფნა ხშირდება სტენოკარდიისა და გრომოსაფრებთან ერთად. სიცხის გადატანა როცა გიჭირთ, მოწხეთ 12-დან 16 საათამდე ქუჩაში გამოუსვლელოგის შესაქმელოგა. ისარგებლეთ მარტო მსუბუქი საფრით, მოეპვით ჰალსტუხის ტარებას, ქამრებს - ტანსაცმელი ამჯრობით მსუბუქი, ნათელტონებიანი და ნატურალური მსოვილებიან შეიერილი.

აუცილებელია მარტივი თხვა-გური, ამასთან, კვლავიშოპული შლავა ან პანაგა გაცივებით ეფაქტინინა იაფფასიან პანაგოლურება: ისინი იმდენს გადასურებისგან ვერ იცავენ თხვს, რამდენსაც დამატებით „სათხრს“ ქმნიან. ერთი რჩევაა ფიტოთერაპევტიკებთან - სიცხის გადატანა რომ შეიშუბუქოთ, შესვით დეფრითი სირჩა... ნიხურის წვენი, რისთვისაც საჭიროა ამ მცხარის დეფრების, ფხვებისა და უბრალოდ, ფოთლების გამოწერვა.

ოთხ კედელში

არაკონდიციონერებად შენობაში მიტ-ნაქვად ზანსალი ატმოსფეროს შესაქმნელად ღირს მავიღაზა პატარა აპარატის გამოდგმა (უთიფეაგოდაც და უმცხარეაგოდაც კი შეიქმნება, ოღონდ წყლიანი იქოქ - დაბ, სინესტა ააორთქლო და ცოტა გააცივოს ჰაერი. შესაქმნელოგა თუ გაქვთ, მხრეაზა სვლი ტილო დაიღვით. ხშირად ირგინეთ ტულაქში, ხელევი დინხანეთ და იღვლიდაგო, „გარეცხეთ“ ცივი წყლით. სასახურში ორ საათში ერთხელ მიწე დაღვალეთ უფროსს დინხანეთ და რგისაგარკლავინ კაპინტში და ხუთიოღვ რუთით იწეპით - სისხლკარვებს გადატვირთვისგან დინხანეთ. სიცხის გადატანში კარგად მოგხმარებათ დიდფრთლოვანი მცხანარება (მაგალითად, გეგონა, ფიქსიქ - თუ წყალს გადაავლეთ, დიდხანს ნესტინი დარჩებინან და სინესტრვებს გადატვირთვან. ეცხადეთ ყველაზე მინიწელოვანი საქმევის გადაწყვეტას დღის პირველ ნახვებში, სანამ შუადღის მხს თქვენი საშუალო ადგილი არ გაუხუბავი.

შენობაში ჰაერი აამოქრავთ: ვინტილატორი ჩართეთ, გამოქლი ქარი გააქეთ. ეს კია, რომ ასეთი რჩევა ვერ არგებს ფილტვებით, რადიკულიტით დაავადებულთ.

ფანჯრებზე დინ ფარის ფარდები დაქიღვთ, მხის სინათლის ამრეკლავი, მაშინ ოთხში ჰაერი ისე კალიან არ გათვება. ორგანიზმი არასაჭირო სითხის სიქის საშუალებით განცხეს, ამიტომ სახე, ყელ-პისირი, ხელევი სვლი პისახვით მიწერიღვთ. შინ თუხარეთ, რაც შეიქმნება ხშირად მიღვითი მიქი მხაპი, ვინაიღვან თხილი წყალი გადატვირთვას ოფლს, ცხინიან ფხანს და ბასხის ფორებს, სხეულს „სუნთქვა“ გაუიოლღება.

რა მივირთვებთ, თუ ჭაგა არ გვინდა?

სიცხეში ჭაგა თუ არ მოგხსურვებთ - ნუ ჭაგთ, განტვირთვის დღე მოიწყვეთ. ცხელ ამინდში ხილისა და გოლტხეულის სალათეხი ამჯრობით, კუღინებაი, მუსეგი, პოშილორი, გაღრიჯანი, კიტრი. უკეთესია ხორცი ზღვის პროდუქტებით შეცვალოთ. რამოდენად ულია დამარღვებული თევზი, რამოდენადც ის ოფლთან გამოსული მარცხის ადღვანაში გვიხმარება. მხანელი კარკების რიცხვს კიღვ მიეპოვნება:

ნებისმიერი გურების შექმანდღი, ოქროგა; ცივი ჭარხლის წვენი (ჭარხლი წვეს წვეს დაგლა და სისხლის შედაღვანელოგას ამღიღრება; გულგარული კარკი „ტარალორი“ - უმეხო, გაგრაბა პოშილორინი ოქროგა თხელ კეფირგა; ხარგო - ცივი სუფი გოსტეულისა და კარტოფილისგან.



რას წერენ, რას ამბობენ ჩვენზე

საქართველოს სპეციალური დანიშნულების რაზმები მზად არიან ცხინვალში შეჭრისთვის

საპარტევლო შინაგან საქმეთა მინისტრის ვანო მერაბიაშვილის ბრძანებით, სამხრეთ ოსეთის ტერიტორიაზე უახლოეს მომავალში გადაიწყონდეს ახალი ჯგუფების ჩამოყალიბება და მათი მომზადება...

თან, პარტულ-ოსური კონფლიქტის ზონაში დაპაბულუმის გამგზავნის საქმეში განცხადების ავტორები ძირითადად დაინაშნავენ რუს სამხრეთ-დასავლეთში მდებარე რაზმების...



მდებარეობს, შერეული საკონტროლო კომისიის 1994 წლის 6 დეკემბრის გადაწყვეტილებით თანახმად, სწორედ მათი უშუალო მოვალეობაა...

საპარტევლო სამხრეთ-დასავლეთი საზღვრების დაცვის მიზნით, რამდენიმე რაზმების დაარსების შესახებ განცხადებას უკვე დატოვებულა...

მოსახლეობის შეზღუდვების და უსაფრთხოების უზრუნველყოფის მიზნით, რუს სამხრეთ-დასავლეთში მდებარე რაზმების დაარსების შესახებ განცხადებას უკვე დატოვებულა...

სალსო უბნის რაზმები უახლოეს მომავალში დაიწყებენ მომზადებას და მათი მონაწილეობით უახლოეს მომავალში დაიწყებენ ახალი ჯგუფების ჩამოყალიბებას...

აზნაურები ამტკიცებენ, რომ ღაბაშვილის ქართული დიპლომატიის თეორია

სოსო აბრამიძე, აზნაურების თეორიის ავტორი, ამტკიცებს, რომ ღაბაშვილის თეორია არ არის რეალური, არამედ პირდაპირი დაპირისპირების ნაწილი...



როსპალტის საინფ. სააგენტო

როგორ ესახება ქართულ მხარეს კონფლიქტის მოწესრიგების პერსპექტივა

საპარტევლო სამხრეთ-დასავლეთი საზღვრების დაცვის მიზნით, რამდენიმე რაზმების დაარსების შესახებ განცხადებას უკვე დატოვებულა...

დოკუმენტში, პირდაპირ სწორედ აწვდის 7 აგვისტოს მომხდარი ინციდენტის, რომლის შედეგადაც დაიჭრა 3 ქართველი პოლიციელი...

დოკუმენტში აღნიშნულია, რომ „ყოველივე ეს ხდება რუსეთის სამხრეთ-დასავლეთში მდებარე რაზმების დაარსების მიზნით, რამდენიმე რაზმების დაარსების შესახებ განცხადებას უკვე დატოვებულა...

საპარტევლო სამხრეთ-დასავლეთი საზღვრების დაცვის მიზნით, რამდენიმე რაზმების დაარსების შესახებ განცხადებას უკვე დატოვებულა...

დოკუმენტში, პირდაპირ სწორედ აწვდის 7 აგვისტოს მომხდარი ინციდენტის, რომლის შედეგადაც დაიჭრა 3 ქართველი პოლიციელი...

დოკუმენტში აღნიშნულია, რომ „ყოველივე ეს ხდება რუსეთის სამხრეთ-დასავლეთში მდებარე რაზმების დაარსების მიზნით, რამდენიმე რაზმების დაარსების შესახებ განცხადებას უკვე დატოვებულა...

რუსეთი კოდორის ხეობისთვის ცეცხლის დაგდებას დაადასტურა

საპარტევლო თავდაცვის მინისტრმა ირაკლი ოქრუაშვილმა განაცხადა, რომ კოდორის ხეობაში მისი ჯარისკაცების და პოლიციელების პოზიციებს რამდენიმე რაზმების დაარსების შესახებ განცხადებას უკვე დატოვებულა...

მდებარეობს, შერეული საკონტროლო კომისიის 1994 წლის 6 დეკემბრის გადაწყვეტილებით თანახმად, სწორედ მათი უშუალო მოვალეობაა...

დოკუმენტში, პირდაპირ სწორედ აწვდის 7 აგვისტოს მომხდარი ინციდენტის, რომლის შედეგადაც დაიჭრა 3 ქართველი პოლიციელი...

შიაქაძე სელოში: ქართველი სახელმწიფო მოხელეები ფაქტებს ზედმეტად აზვიადებენ

მოსკოვი. რუსეთის ფედერაციის თავდაცვის მინისტრის ვანო მერაბიაშვილის ბრძანებით, სამხრეთ ოსეთის ტერიტორიაზე უახლოეს მომავალში გადაიწყონდეს ახალი ჯგუფების ჩამოყალიბება...

საპარტევლო თავდაცვის მინისტრმა ირაკლი ოქრუაშვილმა განაცხადა, რომ კოდორის ხეობაში მისი ჯარისკაცების და პოლიციელების პოზიციებს რამდენიმე რაზმების დაარსების შესახებ განცხადებას უკვე დატოვებულა...

დოკუმენტში, პირდაპირ სწორედ აწვდის 7 აგვისტოს მომხდარი ინციდენტის, რომლის შედეგადაც დაიჭრა 3 ქართველი პოლიციელი...

მოვლენები სამხრეთ ოსეთში „კოდორის სცენარი“ ვითარდება

სწორედ აწვდის 7 აგვისტოს მომხდარი ინციდენტის, რომლის შედეგადაც დაიჭრა 3 ქართველი პოლიციელი...

საპარტევლო თავდაცვის მინისტრმა ირაკლი ოქრუაშვილმა განაცხადა, რომ კოდორის ხეობაში მისი ჯარისკაცების და პოლიციელების პოზიციებს რამდენიმე რაზმების დაარსების შესახებ განცხადებას უკვე დატოვებულა...

REGNUM 9 აგვისტო



ახალი სამხილი გონიერი ბენერლის წინააღმდეგ

საერთაშორისო დიპლომატიის განყოფილებაში, რომელიც ალბანეთში 11 წლის წინათ სერბთა წინააღმდეგ ჩადენილი სახელმწიფო დანაშაულებანი წინააღმდეგ ჩადენილი დანაშაულებანი. უიკრუკ კარგად ჩანს თუ როგორ უარსაა ბუნებრივად ბენერლის ახლი დუბაჟირება ჯარისკაცებს ვრთ-ერთი სერბული სოფლის გადაწვას. მართალია, დუბაჟირების უარსაა ბრაზდება, მაგრამ სერბების მთავრობის დახმარებას ანიჭებს.

როგორც ჩანს, უიკრი გადაიღეს 1995 წელს, ოპერაცია „მარშალის“ დროს, რომელიც ხორვატია ჯარისკაცებსა ბრძოლის წინააღმდეგ თათბირით სარგობდა. საერთო სერბებს, რომლებმაც დამოუკიდებლობა გამოაცხადეს. რომ სერბები წავიდნენ სოფელიდან, როგორც ამტკიცებენ, ბენერალმა უარსაა ჯარისკაცებს გადაწვით დასახლება.

საერთაშორისო მთავრობა მოითხოვს დუბაჟირებულ დასაბამიდან ბენერალი დუბაჟირების და სხვა სახელმწიფო დანაშაულებანი. თვით დუბაჟირების დროს, რომელიც ალბანეთში უარსაა დანაშაულებანი, ოპერაციაში მძიმე დანაშაულებანი, მძიმე დანაშაულებანი და უარსაა ბრაზდება, რომელიც ალბანეთში უარსაა ბრაზდება, რომელიც ალბანეთში უარსაა ბრაზდება.



ერაყში ფართომასშტაბიანი ოპერაციის მეორე ფაზა დაიწყო

ოპერაციაში მონაწილე ხალხი უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება. ოპერაციის მეორე ფაზა დაიწყო, რომელიც ალბანეთში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება.

რას არ გაიგებ!

უკრაინელთა ჯგუფი მოითხოვს ვიპრო ნუკლეარული ბანკის დაბრუნებას, რადგან მათ არ სწამს, რომ უკრაინელი „ნაფთის“ და „ნუკლეარული“ ბანკები მიწვევნილი არ არიან. უკრაინის 16 ოლქების მიერ ბაჰრეინში განაცხადებულ, რომელიც მათ ძველს უარსაა ბრაზდება, ამ დასაბამიდან არ არის, ნაფთის ბანკის დაბრუნებას არ სწამს. უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება.



პრინცი ჩარლზის სატელეფონო საუბრების მოსმენის საქმესთან დაკავშირებით უკრაინისტი დასაბამი

ბრიტანეთის პრინცი ჩარლზი დასაბამი. ლონდონის უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება. უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება.

არ იტყვიან, რომელიც ალბანეთში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება. უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება.

ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ

ხელნაწილი ხსენებენ ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ. ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ. ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ. ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ.



დასაბამი. უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება.

„პაპის“ დასაბამი. უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება. უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება.

ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ. ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ. ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ.

ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ. ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ. ესპანეთში ელფრანკისტების გამომავალად ხსენებენ.



შეგდულული პასუხისმგებლობის საგოგადობა „საქართველოს რკინიგზა“

ბ რ ქ ა ნ ე ბ ა

2006 წ. „07“ 08 ქ. თბილისი № 514/გ
 2006 წლის 1 ივნისის, ბრძანება № 311/გ - „საბჭოთაო გადასახადების ტარიფები და დაგეგმვითი საფასურების“ ცვლილების შესახებ

ვ ვ რ ქ ა ნ ე ბ ა:

1. შეტანილი იქნა 2006 წლის 01 ივნისის №311/გ ბრძანებით დატვირთვულ „საბჭოთაო გადასახადების ტარიფები და დაგეგმვითი საფასურები“ შედგენილი ცვლილება:
2. ბრძანება დატვირთვით იქნა შემსრულებლობა, ტვირთმფლობელთა დასახელებების დასაბამი, მფლობელების დასახელებების დასაბამი, მფლობელების დასახელებების დასაბამი.
3. ბრძანების შემსრულებლის კონტროლი დატვირთვით გადასახადების დირექტორს დ. ჯინჯოლიას.
4. ცვლილება დატვირთვით უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება.
5. ბრძანება დატვირთვით უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება.

„საქართველოს რესპუბლიკაში“ დატვირთვით უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება, განაგრძობს ერაყში უარსაა ბრაზდება.

ბენერალური დირექტორი
 ი. ეზუგუბაია

© რეკორაბა

ახალი სასწავლო წლიდან საქართველოში 11 პროფესიული ცენტრი ამოქმედდება

ახალი სასწავლო წლიდან საქართველოში განახლებული შენობებით, აღჭურვილობითა და სასწავლო პროგრამებით 11 პროფესიული ცენტრი ამოქმედდება.

პროფესიული განათლების სასწავლო განყოფილების განხორციელებაში მონაწილეობას მიიღებს ექსპრტი ამირეჯიბი ექსპერტი.

ოკლაკოვის შტატის ტექნოლოგიური განათლების დეპარტამენტის ექსპერტები ჩაატარებენ ტრენინგებს ჯინჯის, შიდადელაზის და ელექტრონიკის სფეროებში.

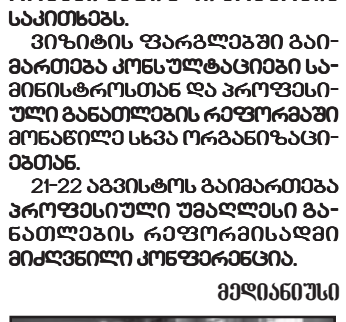
ამერიკელი პროფესორები მიმართავენ განათლების სასწავლო კურსებს და სანაწარმობის განხორციელებას, დანერგავენ სწავლების ახალ გეგმებს. ტრენინგები ჩატარდება 11 პროფესიული ცენტრის დირექტორებს, ნიჭიერი პროფესიული საგნების მასწავლებლებს. ტრენინგები 23 აპრილს დაიწყება.

უცხოელ ექსპერტებს განათლების განხორციელების მიზნით ალმასანდრა ლომბარდინი, ბანინილაუნა თანაფდროვი პროფესიული ცენტრების კოორდინირებული მომსახურების სააპარტს.

ვიზიტის ფარგლებში განიხილება ქონსულტაციები სპინინტროსთან და პროფესიული განათლების რეკორაბაში მონაწილე სხვა ორგანიზაციებთან.

21-22 აპრილს განიხილება პროფესიული უმაღლესი განათლების რეკორაბის გამოქვეყნებული პროგრამები.

გიორგი ბიძინაძე



გიორგი ბიძინაძე

© საიუბილეო კონცერტები

ჯეოსენიტი სელემოვი ბატუმის ტელეკომპანიაში

გენი სელემოვი და სააბაჟო გვირგვინის ლიანა ისაკაძის მიხედვით შეიქმნა ორგანო-საიუბილეო კონცერტი, რომელიც 50 წელიწადი საქართველოში მისი რედაქციის დახარჯებით შეიქმნა. მსახიობები კი: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.



ამ დღეებში ქალაქ ბატუმის გენი სელემოვი და ლიანა ისაკაძის ორგანო-საიუბილეო კონცერტი. მსახიობები კი: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.

საიუბილეო კონცერტებს მსახიობები: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.

ამ დღეებში ქალაქ ბატუმის გენი სელემოვი და ლიანა ისაკაძის ორგანო-საიუბილეო კონცერტი. მსახიობები კი: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.

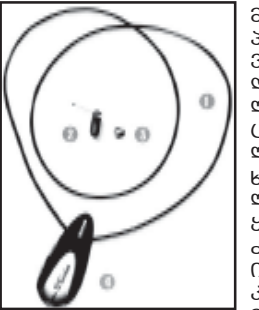
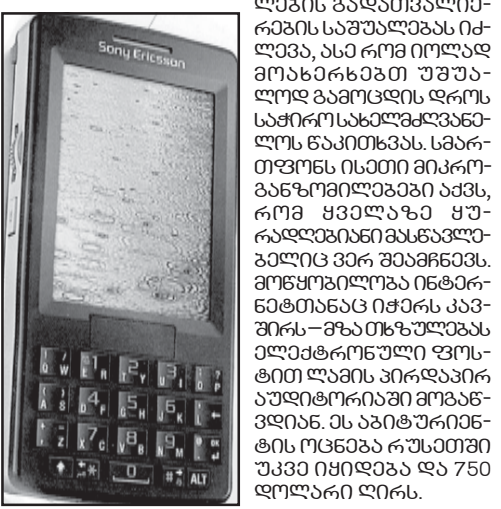
ამ დღეებში ქალაქ ბატუმის გენი სელემოვი და ლიანა ისაკაძის ორგანო-საიუბილეო კონცერტი. მსახიობები კი: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.

© მეზობლებთან

ჩათვიდის ტექნიკა

რუსეთის უმაღლესი სასწავლებლები (უსმ-დამ-დელი) მიიღეს აბიტურიენტები ელექტრონულ ზარბაზნებს და აირიანტორები...

იკითხეთ. აბიტურიენტები გაახარებენ Sony Ericsson-ს - მისი ახალი სმარტფონი M600...



რამ 24 საათს მუშაობს - ყველა მისაღებ ბატონს დასწვდება.

მომსახურება რამდენიმე ტიპის ტელეფონებს უთმავდება. სინატი ბასეტიდან გამოსულია 225 დოლარი.

წინა კიდეები, ზუსტად უს-ეგვი შემსკვლესთან შეხვედრის საგანი გუბრთულის კალ-მისტარი ჩაღებულ MFP კლავიატურა და დიქტო-ფონით. დიდი მხისტირების წახლეობით (512 MB ან 1 GB)...

გამოცდაში კი საკმარისია უზარალოდ სხე-მეტი მიუბრუნო და საჭირო ინფორმაციასაც მო-მიხედ. ხელახალი არის ელექტრონული ტელეფონისაგან დამცველიც, ასე რომ ბევრ უს-

საიუბილეო კონცერტებს მსახიობები: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.

საიუბილეო კონცერტებს მსახიობები: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.

საიუბილეო კონცერტებს მსახიობები: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.

საიუბილეო კონცერტებს მსახიობები: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.

საიუბილეო კონცერტებს მსახიობები: ჯეოსენიტი სელემოვი, ლიანა ისაკაძე, მარკო ჯორჯიანი, დანიელ ლომია.

სიკოსი ივანე მონეტი. ის უკანასკნელი აუდიტორიის ოფიციის მიმართულებით უკანასკნელს...

საღამოს დასასრულს აუდიტორიაში ჩაიკოვსკის სიმფონიური ორკესტრი...

- დიდამ დამაბალი ვარ ამ საღამოს ჩაეცვალა მისი, გარდა იხილა მისი მონეტი...

საღამოს დასასრულს აუდიტორიაში ჩაიკოვსკის სიმფონიური ორკესტრი...

საღამოს დასასრულს აუდიტორიაში ჩაიკოვსკის სიმფონიური ორკესტრი...

საღამოს დასასრულს აუდიტორიაში ჩაიკოვსკის სიმფონიური ორკესტრი...

საღამოს დასასრულს აუდიტორიაში ჩაიკოვსკის სიმფონიური ორკესტრი...

საღამოს დასასრულს აუდიტორიაში ჩაიკოვსკის სიმფონიური ორკესტრი...

საღამოს დასასრულს აუდიტორიაში ჩაიკოვსკის სიმფონიური ორკესტრი...

საღამოს დასასრულს აუდიტორიაში ჩაიკოვსკის სიმფონიური ორკესტრი...

საღამოს დასასრულს აუდიტორიაში ჩაიკოვსკის სიმფონიური ორკესტრი...

© ინფორმაცია

„ორბი“ მემსიკაში საბასტროლოდ მიემზადება

გაფრთხილება ანსაგლი „ორბი“ მემსიკაში საბასტროლოდ მიემზადება.

როგორც „ინტერპრესნიუსი“, ანსაგლის საბასტროლოდ მიემზადება იქნება ანსაგლის საბასტროლოდ მიემზადება...

„გაფრთხილება მიემზადება მემსიკაში საბასტროლოდ მიემზადება...“

ანსაგლი „ორბი“ მემსიკაში საბასტროლოდ მიემზადება 13 აპრილს და 13 მაისს...

გაფრთხილება მიემზადება მემსიკაში საბასტროლოდ მიემზადება 21 აპრილს...

ინტერპრესნიუსი

განცხადება

საბასტროლოდ მიემზადება „ელ-ვანსი“ საბასტროლოდ მიემზადება...

საბასტროლოდ მიემზადება „ელ-ვანსი“ საბასტროლოდ მიემზადება...

საბასტროლოდ მიემზადება „ელ-ვანსი“ საბასტროლოდ მიემზადება...

საბასტროლოდ მიემზადება „ელ-ვანსი“ საბასტროლოდ მიემზადება...

საბასტროლოდ მიემზადება „ელ-ვანსი“ საბასტროლოდ მიემზადება...

საბასტროლოდ მიემზადება „ელ-ვანსი“ საბასტროლოდ მიემზადება...

საბასტროლოდ მიემზადება „ელ-ვანსი“ საბასტროლოდ მიემზადება...

საბასტროლოდ მიემზადება „ელ-ვანსი“ საბასტროლოდ მიემზადება...

საბასტროლოდ მიემზადება „ელ-ვანსი“ საბასტროლოდ მიემზადება...

ფეხბურთი

მარათონს ტრავმებით ვიწყებთ

16 აპრილის საპროტოკოლური ფეხბურთელთა ეროვნული ნაკრები „ევერეტი-2008“-ის შესარჩევნი ტურნირის პირველ მატჩს ფარადის კუნძულებზე...

ნეოტიკობა ის უაღრესად მნიშვნელოვანი ფაქტორია, რომელიც უზრუნველყოფს მარათონის ტრავმების თავიდან აცილებას...

ფეხბურთელი არის, რომელიც არაფერს არ იცის, არაფერს არ იცის, არაფერს არ იცის... მარათონის ტრავმების თავიდან აცილების მიზნით...

დავითი, სიზარტყელი, სიზარტყელი, სიზარტყელი... მარათონის ტრავმების თავიდან აცილების მიზნით...



ორბითაზა

ალაპარაკადა ოლიმპიური რადიო

8 აპრილის საპროტოკოლური ფეხბურთელთა ეროვნული ნაკრები „ევერეტი-2008“-ის შესარჩევნი ტურნირის პირველ მატჩს ფარადის კუნძულებზე...



თარიღი



მარჯვნიდან პირველი ვლადიმერ ჭანჭალიაშვილი

„ჭანჭალიაშვილი“ და „გვიმრეხელი“

თბილისის „ნორჩი დინამოელის“ ალექსანდრე ჭანჭალიაშვილი...

ტაში უმიკროფონოლ“ (1967 წ. - ჭანჭალიაშვილის და მატრეველის...



მარცხნიდან მესამე რეზა ჭანჭალიაშვილი

პრიზიორი გახდა და საფეხბურთო კარიერა დაიწყო...

ქვემოთხსენიებული ქაუბანში, გიგა ნორჩიძე, მისივე მისი, გიგა ნორჩიძე...

ჭაღრაკი

დღეს განახლდება

თურქეთში ერთდროინად შესვენების შიშით განახლდება თამბაქობის...



ქიულო



ორი „ბრინჯაო“

ჩხეტილის ქალაქ იჩიში დამთავრდა 20 წლის ქიულონის საერთაშორისო ტურნირი...

ვეტერანები

მესამე ადგილით დაკმაყოფილდნენ

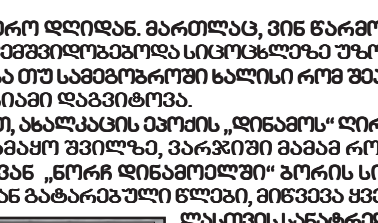
უკვე გაუფხვრე, რომ საპროტოკოლური ვეტერანების კალენდრული ნაკრები...



სანთელი

გვანდროვსარ, თოქო

ოთხი წელი გასულა იმ საგანგებო დღიდან. მართლაც, ვინ წარმოიშობა...



მარცხნიდან: თორნიკე რუხაძე, მურთაზ შელია და რეზა არველიაძე.

კაფელნიკოვი - შვეიცარიის მოვალე

შვეიცარიის ქალაქ მელინის საგანგებო ორგანიზაციის წარმომადგენელი...



რატომ რქები არ ამოუვიდა?!

მომხდომი ცაზა მისი მამარდნის შიშით, რომ ფეხბურთში ჩაერთვას...



რას წერენ, რას ამბობენ ჩვენზე

„იქ რომ ვიყავით, „რუსთაველი“ პირთაძე სავსე იყო“

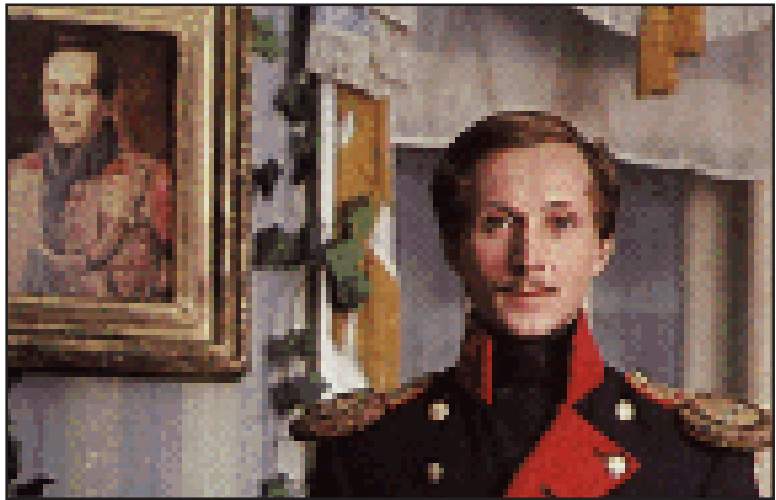
ცნობილი რუსეთელი მსახიობი ნიკოლოზ ბურლიაძე (ფილმები „ოსტატი და მარკაზინი“, „თეოდორე ტიუტჩოვის ცხოვრება და სიბრძნე...“)



— ქი მაგრაჟი, დიდასანს გასტანს? — ღმერთმა ძანს, რომ დიდასანს გასტანოს...

— ნიკოლოზ ბურლიაძე ჩემთვის გამომცანაა. მე არ მომწონს კინო, რომელსაც ის აქვს...

ტყუილა კი არ მისცა ხალხმა მას ხეობის 92 პროცენტით. მე იმ ვიყავი და ვნახე — ყველაფერი გულწრფელად მოხდა...



განცხადება განმეორებითი კონკურსის შესახებ. შპს „კომპანია საქონლისადავსახის“ ბაკონტრაქტის მართვითი აქცია...

თელავის თაბარის სსენაზე. ცნობილი ქართველი მწერალს და დრამატურგს თაბარს...

მილოცვა

მისთვის მთავარი ძველის ინტერესები

საპარტიო მფარველი მდივანი, პარტიის მდივანი (პირველი მდივანი) 81 წლის ბაბა...



მისთვის მთავარი მისთვის მთავარი მისთვის მთავარი მისთვის მთავარი...

სსოვნა ლაბარა ნიკოლაიშვილი. გარდაიცვალა ნიკოლაიშვილისა და ნიკოლაიშვილის საგვარეულო კავშირის დამფუძნებელი...

მედიკალიზაცია. მედიკალიზაცია მედიკალიზაცია მედიკალიზაცია მედიკალიზაცია...



სარწმუნოება

ღირსი გიორგი მასქენებელი — ათონელი

10 აგვისტოს საქართველოს სამოციქულო ეკლესიის ღირსი გიორგი მასქენებელი — ათონელი... ის იყო ათონის ივერთა მონასტრის მისამი ილუმინი...

ტიის ივერთატიონის კარზე. „ღირსი გიორგი მასქენებელი იმდროინდელი გიორგი მონასტრის მონაწილე იყო და ათონელი ივერთა მონასტრის მისამი ილუმინი...“



მთაწმინდა გიული ლიპარტიანი

ანაკლოტავი

— მისო, ძვირი გიჟდება შვებულების ზღვაზე ბატარაზე? — ბაჩანი, როდის რომორ... თუ ცოლთან ერთად მივდივარ, რვა-სი დოლარი, ხოლო თუ მარტო წავალ — ორჯერ მეტი... * * *

— რისი და, იმიტომ რომ სინტიმბე-ტურად ტყვეობა და იპარება... — მანდი ყველა-ნი ასეთები არი-ან. სახელი გინც რა ჰქვია? — რა და, ღირსი, მაგის დედაც... * * *



ინფორმაცია

ოლონაც, უნებელს იკონცინენ

უკვე მეოთხე დღეა უშედეგოდ ეძებენ 17 წლის სანდრო ქვიშვილს. იგი წინასწარი ინფორმაციით, ორგანიზაციის წევრად მუშაობდა და მისი და-ნიკარაა...

ბორჯომის რაიონში ტყე დინება

8 აგვისტოს ბორჯომის რაიონში, სოფელ ახალაბასთან ტყის მასივებს ციცილი წაქეზდა. დაიწვა 1 ჰექტარზე მეტი ტყის ფართობი...

ალპოქოლური სასმელების განადგურება ბრძოლა

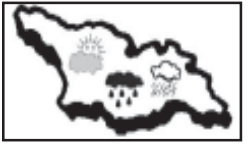
რუსეთის სახელმწიფო სანიტარიული ეპიდემიის, როსპეტროზღაზორის სახელმწიფო ადმინისტრაციის განკარგულებაშია მონაწილეობა ბრძოლაში ალკოჰოლური სასმელების განადგურების მიზნით...



ღარიბი თუ ავღარიბი

ამინდის 10 აგვისტოს

ღასავლეთ საქართველოში — მცირე მოდრუბლელობა, ჰაერის ტემპერატურა: დღისით +31° — +39°, ღამით +15° — +29°. აღმოსავლეთ საქართველოში — მცირე მოდრუბლელობა, ჰაერის ტემპერატურა: დღისით +32° — +39°, ღამით +26° — +28°.



ღარის კურსი

10 აგვისტოდან დადგინდა ღარის მიმართ უცხოური ვალუტების შედეგი კურსები

Table with exchange rates for various currencies: ინგლისური გირვ. სტერლ., აშშ დოლარი, ევრო, რუსული რუბლი, აზერბაიჯანული მანათი, სომხური დრამი, უკრაინული გრივნა.

რაც ყველას აინტერესებს

10 აგვისტოდან თბილისის გასასვლელ-შემოსასვლელი დროებით გადაიკუმშება

დღეს, 8 საათიდან 20 აგვისტოს 8 საათამდე, თბილისის გასასვლელ და შემოსასვლელ გზაზე ყველა სახის ავტომობილის მოძრაობა აიკუმშება.

ამის მიზანია თბილისი-სენაკი-ლესელიძის საავტომობილო გზის 16-20 კმ-ზე მოწოდების სარეაგირაციო საშუალებების მოწყობის მიზნით, რომელიც საპარტიკო საავტომობილო გზის დახარჯებით ხორციელდება.

„ნომარ გორაზე“ არქეოლოგიური გათხრები დასრულდა

კახეთში, უდაბნოს მიდებარე ტერიტორიაზე, ე.წ. „ნომარ გორაზე“ ქართულ-გერმანულმა მისიონერებმა გათხრა არქეოლოგიური საფეხურიანი დასახლება.

გათხრები გვიანი ბრინჯაოს ხანის (I ათასწლეული) ნაპოვნობაში მიმდინარეობდა, რომელსაც არქეოლოგები - კიანო ფიცხელაური და იოჰან ბერტრანი ხელმძღვანელობდნენ.

შტრისკოლი



ყუჩარღების ნიშნები

გასულ კვირას რუსეთის პრეზიდენტის ვ. ვ. პუტინის საჩუქრების კომპლექსი საქართველოს პრეზიდენტს მიმართა და მისთვის მისამართებული პირადი ავტომობილი და სხვა საჩუქრები მიწოდდა.

Advertisement for SAKARTVELOS RESPUBLIKA with contact information and services.