



გაზათი გამოძის
1930 წლის 5
ოქტომბერი

samtrediis@macne.ru

მაცნე

სამთრიალი

N28 (9244)

10 ოქტომბერი. 2017 წელი

ვაგი 50 თათრი

**ინფრასტრუქტურული პროექტების
მიმღებისარჩოების შესახებ**

2



**9 თვის ბიუჯეტი
გესრულდა**

3

“სახლი თანამდებობას” საჩუქრები
ობი ასწლეულ ქარბალის



ქართული დოკუმენტი და
ზოგიერთი გამსახურიასთან
შესმეგო საღლებელი

8

5



**გაცის აკადემიურობით დადასი
ნლაპის სახელმწიფო**

მხატვრის ღიმილი გასული საუკუნიდან



3

ლევან გაბეჩავა

რამდენ სითბოს, სიყვარულს, პასუ-
ხისმგებლობას, მოწიწებას იტევს ეს ერ-
თი სიტყვა.

ვის არ უყვარს, ვინ არ აფასებს
თავის მასწავლებელს.

ჰედაგროთა პროფესიული დღე აღინიშნა ამ დღევაში და ჩვენც ამ ფაქტის გამო გადაწყვეტილ, ორიოდე სიტყვით ის ჰედაგრობი გაგმახსენება, ათეული წლების განმავლობაში რეზუნებით რომ ემსახურნებ მომავალი თობების აღზრდას და ასევე წლების მანძილზე თანამშრომლობრინჯ “სამჩრედის მაკენესთ-

۱۶۷

არაერთხედ მინახავს ჩვენი უფრო-
სი კოლეგა ბატონი ოთარ ნაფერტივარიძე
ბაგრატივით როგორ წამოიჭრებოდა ფეხ-
ზე, როცა მასთან მისი პედაგოგი, ბაშის
საშუალო სკოლის ქოფილი დირექტორი
ლავრენტი თვალავაძე შემოვიდოდა.
დაუკინებელია ბატონი ანზორ გრიგოლი-
ას ურთიერთობა ცნობილ პედაგოგ თა-
მარ გოთოშიასთან.

ქართული სალიტერატურო ენის სიწმინდე, მრთლწერა, ახლოების მორალურ-ზნეცირივი აღმნიშვნელი განვითარდა ათ უკვე იმიერში გადასცელი პედაგოგების, ქლანატონების ნონა ნაცვლაშვილის, ვერა კუტალაძის, რაისა არეველაძის, მხრ ლორიას, გულანარა გიორგაძის, კლარა შანიძის, ეთერ თევზბაძის... ბატონების, აკაკი ჯამბურაიას, გალერიანე მეგრელიშვილის, ოთარ

გეფერიძის, ოთარ გაბაინის, ალექსანდრე ქუთათელაძის, გაგა ხვითაძე, გოგი ჩაჩუა... საგამოცხოვრის თემაშიც.

უნდა ითქვას, რომ ამ და სხვა პედ-
აგოგებს არავინ აძალებდათ ეთანამშრ-
ომლათ განეთიან. მედიის საშუალებით
ესაუბრათ ახალგაზრდების, მოზარდები-
სათვის, მაგრამ პროფესიული უფლებე-
ბი კარანახობდათ ყოველივეს და ის გარ-

ქმოება მართლწერისა და მეტყველების
კულტურის დარღვევით რომ იყო გამო-
ხატული.

დღეს კი, დღეს გაცილებით უარესი
ვითარებაა, ამ კუთხით, თუმცა, არსაიდ-
ან ხმა, არსით ძახილი.

մըցնած, ամ ցարյուղաձմաց լոյրու դա-
սագումը ծցելո, ձայնի վիճակո ցախած հիշենք
մօյր ու զինա վյարութա ցակեցին կալո ազ-
ամանցիօ, մատո շարտոյրտռեցի ցանցու-
ան, մատո նամինցա շպազ և պատուլյաժեցա-
րյալ ցանցուս լոյրուլցած հռմ թեմո-
րիս մատ և պայմանաց, և ակեռուրած.
նատյուշո օպանին!

მასწავლებელი...

ესტონია

27 წლის გოტიე კრეპ-
ტი, 2 კვირაა, რაც პრო-
ექტის “ისწავლე და ასწ-
ავლე საქართველოსთან
ერთად” ფარგლებში, პი-
რველ საჯარო სკოლაში
ფრანგულის პედაგოგი ირ-
მა ვაშკიძესთან ერთად,
გაყვეთილებს აზარებს. ამ
სკოლაში ფრანგული ის-
წავლება, როგორც არჩ-
ევითი და როგორც მეო-
რე უცხო ენა. პედაგოგ
ირმა ვაშკიძის მიერ გა-
ნხორციელებული არაე-
რთი საინტერესო პროე-
ქტის შესახებ გვიცნობე-
ბია ჩვენი ძალისა-

თვის. ამ პედაგოგის აქტიურობამ შეუწყო ხელი იძასაც, რომ ფრანგი პედაგოგი ერთწლიანი პროგრამით სწორედ პირველ სკოლას სტუმრობს. წლეულს პედაგოგმა მონაწილეობა მიიღო საფრანგეთის ქალაქ ნიცის **UNIVERSITES DU MONDE**-ის მიერ ორგანიზებულ კონკურსში, სადაც მსოფლიოს ფრანგული ენის პედაგოგები ცდიან ბედს. პედაგოგმა კონკურსში გაიმარჯვა და ორკვირიანი დაფინანსებული სტაურებით იმდოვებოდა ნიცაში, სადაც კვალიფიკაციის ასამაროვ-

ებლად დაესწოო ძალიან
საინტერესო ტრენინგებს
და სამეცნიერო კონფე-
რენციებს. — ადამიანი,
რომელიც სამტრედიაში
ფრანგულს აცოცხლებს—
ასე მიმართავს ქუთაის-
ის აკადიმიურ მუზეუმის სახ-
ელობის უნივერსიტეტის
ფრანგული ენის დეპარ-
ტამენტის ხელმძღვანელი
ირმა ვაშაკიძეს. პედაგო-
გი საუნივერსიტეტო
ნფერენციებში ყოველწლიურად
დებულობს მონა-
წილეობას და სამეცნიე-
რო მოხსენებებით წარს-
დგება ხოლმე აუდიტო-
რიის წინაშე.



ურ მეთოდებს ვუწიარებთ, გოტიეს პირ-ველივე დღეს ვუთხარი: “შენ ხარ ალ-ექსანდრე დიუმას ნაცვალევშე-მტექი, არ არის საქართველოში ოჯახი, სადაც არ დევს დიუმას წიგნები, არ არის ქართველი, ვისაც არ წაუკითხას “სამი მუშავერი” და “გრაფი მონტე-კრისტი”, ვინც არ იცნობს პაულოს, მოასახს ბალზაკს... ბოლოს და ბოლოს, იმყოფები იმ ადგილას, რომელიც აღწერილია ალ-ექსანდრე დიუმას “კავკასიაში”, სადაც 2 თავი ემღვენება მოტაურობას ფრთიდან მარნძლე და მარნიდან ქუთასაძლ.

ინტერესო ექსურსია ელით. იგეგმება ასევე საჩვენებელი გაკეთოლები, რომელთაც მასწავლებლის სახლის წარმომადგენლებიც დაუსწრებან. ორივე ამ პედაგოგს დაგეგმილი აქვს სკოლაში ფრანგული კლუბის შექმნა, სადაც ნებისმიერ მოსწავლეს, ვინც ფრანგულად წერა-კითხა იცის, ენაში ცოდნის გაღრმავების შენის ეძღვევა. პედაგოგები და მოსწავლები ასევე აპირებენ ფრანკოფონიის დღვების ფარგლებში ჩაერთონ საფრანგეთის საელჩოს სხვადასხვა აქტივობაში.

ტრადიციების შესახებ და აგზავნიან ეტ-აპოდივად, ამ ურთიერთობებში ლილი ინტერესით ჩაერთო ფრანგი პედაგოგი.

გორეთი კრებტი: “ გახლავაროთ ფრანგული ენის ჟედაგოგი, რომელიც ამ ენას უცხოელებს ასწავლის. დამთავრებული მაქვს მონპელიეს უნივერსიტეტი, საქართველოში და ოქენეს ქალაქში დიდი ხანი არ არის, რაც ვცხოვრობ, მაგრამ ხალხის დიდი სითბო ვიყრიძენა. ვნახე თბილისა, ქუთაისა, ბატუმინა და საკავ-არელი სამტრედა. ამ სოლომი ძალას

ისა, რომ ფრანგულის საათები ძალიან
მწირია სკოლაში, ყველანაირად ვცდილ-
ოთ, ამ ლამაზ ენას ვუერთობელოთ, მა-
სწავლებელი არის ძალიან აქტიური, წა-
რმატებული, მუდა პოვლობს სიახლე-
ებს, ინვაციურ აქტივობებს... წარმოუ-
დგენერაა, ირმა მასწავლებლის გარეშე
სკოლა. ფრანგი პედაგოგის მოხვდა ჩვ-
ენს სკოლაში ამ ენის პოპულარობას ა-
მაღლებს. მას შესანიშნავ მასპინძელი
ჰყავს – ჩვენი სკოლის დარაჯი, ბატონი
ოლეგ კალაძე. წარმატებებს ვუსურვებ
ჩვენს პლაკოლებსა და მოსწავლეებს".

ქართული მეცნიერებები

ასე პქვია ევროპის საბჭოს მიერ შერჩეულ საერთო თემას, რომლის მიზანია, ევროპული მექვიდრეობის დღეების ფარგლებში, ევროპულ ტურში მოსწავლე-ახალგაზრდობის ჩართვა.

სამტრედიას მუნიციპალიტეტის გამგებისა და გამგების განათლების, კულტურის, ძეგლთა დაცვის, სპორტისა და ახალგაზრდობის საქმეთა სამსახური, კულტურისა და ძეგლთა დაცვის სამინისტროს მხარდაჭერით ჩაერთო ამ აქტივობაში, რაც იმით გმოიხატა, რომ ამ დღეებში მუნიციპალიტეტის საჯარო სკოლების 18-მა მოსწავლემ მოინახულა და დაათვალიერა დიდი ქრისტიანის ნიკონილაძის სახლ-მუზეუმი, დღინდო პარეუ, დიდი ჯიხაიშის პროფესიული კოლეჯი, გაისერნეს ბორანით მდინარე რიონშე, ერთი სიტყვით, ერთი დღე მეტად შენარჩინად გაატარეს.

მსგავს ლონისძიებებს დიდი მნიშვნელობა აქვს ახალგზისრდების ცნო-
ბიერების ამაღლებასათვის. კარგა, რომ მოწავლეები ქმაყოფილები
დარჩნენ. — განუცხადა „სამტრედიის მაცნეს“ კამგობის განათლების,
კულტურის, ძეგლთა დაცვის, ტურისტმის, სპორტისა და ახალგზისრდების
სამსახურის უფროსმა სპეციალისტმა ნათა გოგოძემ.

ღონისძიებებში მონაწილეობა გამგებლის მოვალეობის შექმნა-ულებელმა დაკით ბაზტაპებ მიიღო.

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅՈՒՆ



— ისევ ჯაბა იოსელიანთან შეხვედრის თემას დავუბრუნდეთ...

— აფხაზების ომის პერიოდია, მოვდივართ შეუღალმებელ ტაბიშონან ნამორი-გვევბი მე, შეაგრ სიხარულიძე, მალხშ ბეჭედულანი, ედუკ გრიგორილა, ქველანი შეარაღებულნი, ჩერდება რანდორივრი, რა იყო ბიჭებო, ხო არ შეგეშინდათ, გვეტენება ისელიანი. არა, პირიცებშე შევიცვალეთ-ოქი. გამსახურდიას მომხრები თუ ვაწნებოდთ, ვერ წარმოედგა და, ადამიანებმა მოვაგარებ ერთმანეთში ურთიერთობები, არავის გვაწყობდა ომი, მაგრამ მოვიდნენ და აგვრიებ... რესი იყო თუ რესული გეგმის შემსრულებელი. რამდენიმე დღე ვიდექთ ცხენისწყლის ხილები, მალე მომზადდა ოპერაცია, გადმოვედით სამტრედაში 3 ლიით. სამოქალაქო ომი სამიზნებაა, მშვიდობიანი მოქალაქები დაიდუნენ...»

— გულწრმელად გჯეროდათ და-
მხობილა სელისეუფლების აღდგენის? არ იყო გადაჭარბებული თქვენი მო-
ლოდინი?

— იმხელა რესერთი იყდა ჩემის წინ-

აშე, ეჭვი ყოველთვის გვეპარებოდა, მაგრამ პუტინის მერე რუსეთმა, შეიძლება, ვერ მოიცალოს-თქმი, ვფერობდით. პატრიოტულები აღტკინება დადი იყო, თან გამსახურდია ჩამოვიდა საქართველოში და ქვეყნის გაერთიანების იმედი გაჩნდა. სამტრედაში 3-4 დღით აღდგა კანონი-ერი ზელისუფლება, ზუად გმისხურდია მახსოვე ყიფილი კომბასრიაბის შენობაში, სადაც ახლა ვზიგარ, ჩემს კაბინეტში ცოტა ხნით იყო შემოსული. შავი ღვინო მოიტან იურა ბახამ, მჭდიდ და ყველი, ერთად დავლიერი, თორთ ჭია შავი ღვინო. მას შემდეგ პრეზიდენტი არ მინახავს... 1993 წელს პრეველად რომ შემოვედით სამტრედაში, დამევალა გუბის წელის ხიდი გმირებრებინა (ტანკი მყავალა და ბეტებრები), შევარდნაძის მომხრეთა ნაწილი გადიოდა ამ მხრიდნ, საბედნიეროდ შეიმიცხულეს ბრძანება, თორემ მომიწვევდა მათი ხოვე-ვა-ულეტა. ტექნიკით გამამიტეს მარანში და გადავედით სენატში. ეს ის პერიოდია, ფოთოში უკვე გენერალი ბალტინია შემოსული, რუსული ავიაციაც მუშაობს. მოგიხსენით და სენატში აეროპორტში დავალიშოთ. შეტევა მოხდა სენატში დ

და არც ერთი არ დაბრუნდა. შეთენდა
თუ არა, თვითმტფრინაგვა დაიწყო დაბო-
მბევა, ქლაუქში მთელი ღამე სროლა იყო.
მხედვება ვიზუალურ იქაური და მეგრული
კილოთი ძეუბნება: “თქვენ კიდე აქა ხა-
რთ? წესელის შემოვიდნენ ესენი, ხობ-
ის ხილტე არიან”. ცივის ხილტე ტანკებ-
ით იდგნენ უკვე, ხობამდე იყენებ მსულე-
ლნი. ძღინარე ცივს მივალექით, შეიგ ჩა-
რჩა ჩვენი სამხილაინა კამაზი, მოსახლ-
ებიდან ქალებმა მოგვიტანეს ტრისი,
ხობის ხილტე ჩვენება იდგნენ. წარმოიდ-
გნეთ, ჩვენებს შეიძლება ვერ ვეცნეთ,
ტექნიკით გამოჩენა სახითათ იყო. უც-
ნობა 14 წლის ადგილობრივება ბიჭმა
ცხენით ირბინა, გვაჩველა გზა და ამ
ორ პოზიციას შორის 40 კაცი გაგვაძ-
რინა. ჩხოროწყუს მოშენი ავედით, ზუ-
გდიდით შემოვუარეთ და ისევ ხობში
მოვედით. ბეჭრი თანმებრძოლი მერე
დაგვიხოცეს. 1993 წლის ბოლო, უკვე
ომ წაგებულია, ბატლიონი დაიშალა,
შალვა ცინცაძე და ლევისერთა, 17 წლ-
ის ლევან ფალაგა სამეგრელოში დახვრ-
იტებ..

— ცნობილია, სიკვდილს ქალაქის
ცენტრშიც გადაურჩით..

ენ, დღევანდელი მაცხოვრის ტაძრის
მიმდებარებდ, მოსახვევში იღვა ტაზი, „კა-
მაში“ ახალა თავი ცეცხლმა, გაა ძანი-
ძეს თავი მოაწყოთა, მერაპმა იძარჯვა
და გამომაცილა ამ სიტუაციას, ვინც
კამბიში იყვნენ, ერთის გარდა გადახტა
ყველა და გადარჩა, მეც უფლოს ნებით
გადატრის. სამოქალაქო ომი სამნელებ-
აა, ქართველებმა ეს უნდა შეეგიონოთ.
მინიმუმ, 20 წლით დაგვხია ამ ომმა,
არც ტერიტორიები დაგვეკარგებოდა და
ეკონომიკურადაც ჟეკო კაწებოდით. ბა-
ტალიონები დაღუცულ ბიჭებს ლოცვაში
ყველას ვასხენიებ, აღდგომის მეორე დღ-
ეს მათ საფლავებშე გადივართ თანამე-
ბრძოლები, ამ ტრადიციას არ დაცრდ-
ვევთ, ვიღრე შეგვეძლება. აუცილებლ-
ად უნდა ვასხენონ ჩვენი დაღუცული თა-
ნამებრძოლები: ბატალიონის წევრი თუ-
ვდორე ჯანელიძე აფეთქდა ტანგში თბი-
ლისის მის დროს. 1993 წელს ნოემბ-
რ-დეკემბერში ტეხურის ხეობაში გარ-
დაცლილები იპოვეს მურმან შენგელ-
ია, მერაბ გრიგორიაძე და

გრიშმა ხუჭუა, მეტსახელად „ტიგანა“. ამავე წელს აგვისტოში სამტრედიაში დახვრიტებს ანზორ გოგოლაძე. სამოქალაქო ომის დროს მარტვილში, ხუწყის ხილშე დაიღუპა გიორგი გოგოვა. 1992 წლის შემთხვეობაზე აფხაზეთში დაიღუპა გრიშმა თოთაძე.

50 წელი სწორების გაფრენილა

მაშინ, როცა გასული საუკუნის 60-იანი წლების მიწურულს კომუნისტური იდეებით შეპყრობილი ყოფილი საბჭოთა კავშირის სახოგადოება ნათელ მომავალს და კომუნიზმში შესვლას სულმოუწმელად ელოდებოდა, სამტრედის რუსული საჭალო სკოლა მოსწავლეთა კონტინგენტით კვლეაზე მრავალრიცხვანი იყო რაიონში.

ექ ქართველების გარდა სწავლობდნენ სომხები, აზერბაიჯანელები, რუსები, უკრაინელები, ბელორუსები, ბალტიისპრეთის რესპუბლიკებიდან, შეუა აზიდან, ბოჭები, ბერძნები, ებრაელები და სხვა.

სასწავლო კურსის დამთავრების შემდეგ, სამწუხაროდ, 80-85 პროცენტი, მათ შორის ქართველებიც, სწავლას და მოღვაწეობას აგრძელებდნენ ყოფილი კავშირის სხვადასხვა ქალაქებში და ერთმანეთს იმვიათად ან საერთოდ ვერც ვხდავდი.

სკოლის დამთავრების შემდეგ (1968 წ.) ნახევარმა საუკუნემ განვლი, წელს სექტემბერში მოხდა ჩვენი შეხვედრა. იდეა გაუჩნდა ჩვენს თანამდებობაზე ემიგრანტ ლიუსია კრ-

ავტენის, რომელიც სკოლის დამთავრების შემდეგ არ ყოფილა საქართველოში.

ამჟამად ის ცხოვრობს და მოღვაწეობს ავსტრალიაში მეუღლესთან ერთად. პეტე შვილი და ორი შვილიშვილი. სწორედ მას გაუწინდა სურვილი, ენახა ქალაქი, სადაც გაზარდდა, უბანი, სადაც გაატარა ბავშვობა ("ნახალოვგა"). მისი თქმით, სულ თვალწინ ედგა სკოლაში მიმავალი გზა, საკლასო ოთახი, თანაკლასელები და პედაგოგები.

22 საათიანი ფრენის შემდეგ ის მეტეულ კონტრინტერიან - აესტრადიდან სამტრედიაში მოგვევლინა.

საორგანიზაციო საკითხების მოგვარება თავის თავზე აიღო ჩვენმა კლისელმა თენგო ჩხეიძემ დიდი შრომა გასწია, რათა დაედგინა თანაკლასელთა ადგილასაშოთელი. ყველა ღონე იხმარა, რომ ეს შეხვედრა შემდგარიყო! მაუხედვად იმისა, რომ იმ პერიოდში მისმა ოჯახმა დიდი ტრავმა გადაიტანა - მას მშა გარდაცვალა.

ჩვენი შეხვედრა შედგა. ემიცას ვერ ვმაღლავდით, ერთი აზრი გვიტირიალებდა - 50 წლის შემდეგ ვთცობდით ერთმანეთს თუ არა, ხომ

დათო აკადემიაზე



სტუმრად მახუთა კონცენტრილა



წლევანდელი ზაფხულის ერთ ჩვეულებრივ საღამოს ჩემს მობილურზე ზარი გაისმა, ნომერი მეუცხოვა, მივჭდი, უცხოეთიდან რეკავდნენ. უცხოეთში დღეს ბევრია ჩვენი თანამემაულე და ნაცნობი წასული. დაინტერესებულმა ვუპასუხებ და საკმაოდ ნაცნობი ქალის ხმა გავიგონე. რა სასიხარულო აღმოჩნდა, რომ მარებავდა ჩემი სკოლის თანაკლასელი და მეგობარი, აესტრალიაში მცხოვრები და მოღვაწე ლუსია კრაგენბო!

საუბარი გაგვიგრძელდა და შევთანხმდით, რომ ამ საუბრით არ შემოვთარგლებოდით და სამომავლო შეხვედრის გეგმებზეც შევთანხმდებოდით. კიდევ დამირება და უკვე გადაწყვეტილდა მითხვა, რომ დიდი ხანა არ ფოფილა მშობლიურ სამტრედიაში, ნისტალგიამ შეიძრო და ჩამოსვლა უნდოდა. ჩვენ, ფაქტობრივად, ერთმანეთს 1968 წლიდან დავმორდით როცა სკოლა დავამთავრეთ! 49 წელი! თითქმის ნახევარი საუკუნე!

გახშირდა ჩვენი სატელეფონო კომუნიკაციები შეხვედრასთან დაკავშირებით, დავითალე მისი ორგანიზება და ველოდებოდით მონატრებული სტუმრის ჩამოსვლას. მანამდე დავადგინეთ საკონტაქტო ტელეფონები სამტრედიაში, ქუთაისში, თბილისში, რუსეთში, მოლოდინმა, გრიცელებმა და ემოციებმა იმატა. ყველა ვნერვულობდით, თუ როგორ შეგხვდებოდით ერთმანეთს. ვიცხობოთ ერთმანეთს ამდენი წლების შემდეგ? დადგა ის ბედნიერი და მშვიდობამი დღე, როდესაც ჩვენი სტუმრი ჩამოფრინდა საქართველოში. მტავრობით დაღლილმა მანიც შემეტანა და საორგანიზაციო საქმეებით დაინტერესება გამოხატა. თბილისიდან სამტრედიაში რომ ჩამოვიდა, მეორე დილით შეგხვდით ერთმანეთს. ემოციები შეხვედრის გამო ჩეულა, ვანუკემეთ ერთმანეთი, რომ სულ არ ვართ შეცვლილები და მხოლოდ წლები მოგმატებია.

ბევრი ვისაუბრეთ ფინჯან ყავასა და ჩაისე. შევთანხმდით, რომ მეგობრებთან შეხვედრა დაგვენიშნა და ქართული ტრადიციებით აღგვენიშნა მშობლიურ ქალაქში. მალე ეს დღეც დაგვიდგა. 6 სექტემბერი იყო ემოციურად დაძაბული.

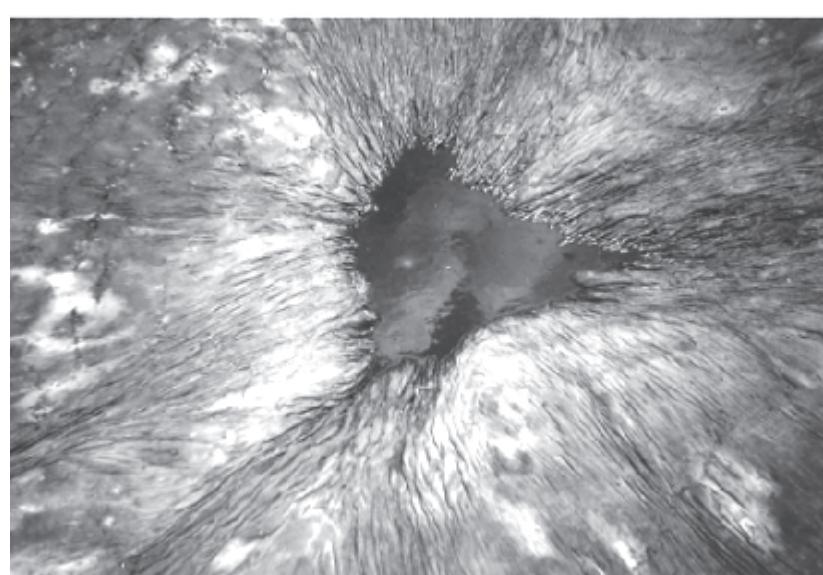
ის საღამოშ მშვენიერად ჩაიარა. გაეიხსენეთ სკოლის და სწავლის მომენტები, ველა ჩვენი გარდაცვლილი მასწავლებელი, ჩვენი ბავშვური ოზუნჯობაი და სხვა. მოელმა საღამოშ ისე ჩაიარა დამსა არ გვინდოდა. ამით კიდევ ერთხელ დაგამტკიცეთ ჩვენი ერთმანეთისადმი სიყვარული და პატივისცემაც.

თბილი სახე

“პიტლეიკის ტბა”

ინგლისურ ენაშე “Pitsh Lake” ნიშავს ბიტუმის ტბას და იგი წარმოადგინს ერთ-ერთ უიშვიათეს ტბას მსოფლიოში, რომელიც შედგება სუთთა ოხევადი ასფალტისგან. იგი მდებარეობს კუნძულ ტრინიდადის სამხრეთ-დასავლეთით მდებარე და-სახლებულ პუნქტზე და ბრიგასთან ახლოს. მისი საერთო ფართობი 40 ჰექტარია, ხოლო მაქსიმალური სიღრმე 80 მეტრი. სპეციალისტების მისაჩრდებით “პიტლეიკის ტბა” თხევადი ასფალტის მარაგი 6 მილიონ ტონად ფასდება. ფაქტობრივად, ტბის ფართი 10 000 ტონა ასფალტის მოპოვების გაგრძელების შემთხვევში, მისი მარაგი კიდევ 400 წელს არ გამოილევა. “პიტლეიკის ტბა” მსოფლიოში ყველაზე დიდ რეზერვუარს წარმოადგინს ბუნებრივი ასფალტისას. ტბა აღმოჩენილ იქნა 1595 წელს ცნობდი ინგლისული აგნტიურისტის, მწერლისა და ისტორიკოსის, უოლტერ რილის მიერ. ის იმთავითვე მიხვდა ტბას უნიკალურობას და იმ პერიოდისათვის ტბაში ამოღებულ ბიტუმს ხის გემების შესახეთად იყენებდნენ.

ადგილობრივი ლეგენდის მიხედვით, სადაც ტბა არის განთაქსებული, ცხოვრობდა ინდიელთა ერთეული ტომის – ჩიმას ხალხი. მათ, ბრძოლაში გამარჯვების შემდგომ, გამართეს დიდი ზეიმი და ლხინი, სადაც უამრავი ფრინველი – კოლიბრი იქნა საყვებად გამოფენებული. ეს მოხდა მაშინ, როდესაც ამავე ხალხის წარმოადგინთ, კიოლიბრი ერთგვარად წარმოადგინდა მათი წინაპრების გარდაცვლილია სულექს. მოუხედავად ამისა, ეგზალტირებულმა ჩიმას ხალხმა დავიწყო აღნაშეული ფაქტი და გამარჯვების მოპოვების



შემდეგ უამრავი კოლიბრი დახოცა. სწორედ ეს გახლდათ მიზეზი ღმერთების გაბრაზებისა და ჩიმას ხალხის საცხოვრებელ ტრინიტრიეზზე სასჯელის სახით, მოავლინა გასაოცარი ტბა, რომელმაც საბოლოოდ შე-



როგორ მოვიქცეთ დაბალი წნევის დროს

არ შეიძლება ითქვას, რომ დაბალი წნევა ერთმნიშვნელოვანად დაავადება, რომლის მურნალობაც სასწრაფოდაა საჭირო. მისი გამომწვევი მიზეზი შეიძლება, სხვადასხვა იფოს, თუმცა მიმისათვის, რომ თავი უკეთ იგრძნოთ, საჭიროა დაიცვათ რამდენიმე მარტივი წესი.

დილიოთ გადაიძების დროს საჭიროა არა სწრაფად გამოფხილება და სამსახურში გაქცევა, არამედ რამდენიმე წესით განსაკლობაში საწოლში ყოფნა და ამის შემდეგ დილიოთ შესასრულდებული პროცედურების ნება, თანმიმდევრობით შესრულება.

საჭიროა ვიტამინების მიღება. ფურალება მიაქციეთ თქვენს რაციონს და სწორად კვებას.

კარგად ისახებმეთ. არ არის საჭირო დიდი რაოდნობით საკებების მიღება, უბრალოდ, მსუბუქი კვება უმჯობესაა შეცვალოთ სრულფასოვანი და მრავალუფროვანი საჭმლოთ.

საჭიროა დიეტებზე უარის თქმა. რა თქმა უნა, არავინ უჩჩევს დაბალი წნევის მქონე ადამიანს “კარგად დანაყრებას”, მაგრამ დიეტები, რო-



შეძლება უკიდურეს მცირე რაოდნობით ან ერთგაროვანი საკებების მიღებას, მნიშვნელოვანად აუარესებს მდგომარეობას.

მაგნე ჩევევებზე უარის თქმა. თუ გეურო, რომ იშვიათად იგრძნოთ თავისებულება და სისუსტე, გზარდოთ შრომისუნარიანობა, მაშინ ერთმნიშვნელოვან უნდა გადაწყვიტოთ უარი თქვათ ალგოპოლური სასმელებისა და სიგარეტის მოხმარებაზე.

არ შეიძლება უკიდურეს ან ძილის ნაკლებობა. აუცილებელად მოინტესრიგეთ ძილის რეჟიმი.

შეათანხმეთ თქვენს ექიმთან ნატურალური პრეპარატების მიღება. ისინა არა მარტო გაზრდიან თქვენს მიუნიტებს, არამედ ცოტათი გაზრდას წევას.

გახსოვდეთ, რომ უკიდურესად მიმენელოვანია ზომიერი ფიზიკური აქტივობა – ისეირნეთ ჩასუნთქეთ სუფთა პაერი, იარეთ აუზებზე. თავს უკეთ გაგრძნობინებთ მასაჟის სეანსები. არ ღირს რეკორდების დამყრება, კუნთების დაყენებაზე როიენტრინება და სარბენ ბილიკზე ენერგიის გამოფიტვა.

დევგან გაბეჩავა გულისტკივილით იუწევება, რომ გარდაიცვალა ღვაწლმოსილი პედაგოგი, მრავალი თაობის აღმზრდები, იყოთ გოგებაშვილის მედლის კავალერი, ბატონი

ამორან მსხილამის

და თანაუგრძნობს განსვენებულის ოჯახს.

შეგტენის ქუმარები მცხოვრები უახლოესი მეტობლებით თანაუგრძნობენ ბორის მსხილამის ოჯახს

ამორან მსხილამის

გარდაცვალების გამო.

თანაკლასელებით თანაუგრძნობენ გურიფო მსხილამის გაბაზოს

გარდაცვალების გამო



