ყვარლის მუნიციპალიტეტის „მედია ცენტრის“ გაზეთი
2017 წელი, 15 თებერვალი, №3 (6440)

ყვარელი

გამოდის 1932 წლიდან
ფასი 40 თეთრი

კახეთში აღმოჩენილი გაზის მოცულობა თურქმენეთსაც კი არ გააჩნია

„კომპანია „ფრონტერას“ მიერ გავრცელებულ ინფორმაციაში გაზის იმხელა მოცულობებზე იყო საუბარი, რომელიც თურქმენეთსაც არ გააჩნია, – განაცხადა ვიცე-პრემიერმა, ენერგეტიკის მინისტრმა კახა კალაძემ კომპანია „ფრონტერას“ იმ ინფორმაციის კომენტირებისას, რომლის თანახმადაც კახეთში აღმოჩენილი ბუნებრივი აირის მარაგი 3,8 ტრილიონ კუბურ მეტრს აღწევს.

კალაძის განცხადებით, აღნიშნული ინფორმაციის დასამტკიცებლად საჭიროა მილიარდობით ინვესტიციის განხორციელება და დამტკიცების შემთხვევაში ამის შემდეგ იქნება გადაწყვეტილება მიღებული, თუ რამდენად სწორი იქნება კომერციულად, ფინანსურად, ბიზნესის თვალსაზრისით, ამ გაზის ამოღება.

მისივე თქმით, „ფრონტერა“ საქართველოში 20 წელია მოღვაწეობს და მათ მიერ წარმოდგენილ ლიცენზიაში, რომელიც ყოველწლიურად ახლდება, ამ სამუშაოების განხორციელებაზე არაფერია ნათქვამი.

ატლანტიკური საბჭოს ანგარიშის თანახმად, „სამხრეთ კახეთის გაზის კომპლექსში“ აღმოჩენილი ბუნებრივი აირის მარაგი 3,8 ტრილიონ კუბურ მეტრს აღწევს. ანგარიში კომპანია „ფრონტერას“ ინფორმაციას ეყრდნობა.

ანგარიშის ავტორის, არიელ კოენის აზრით, საქართველოს აქვს პოტენციალი, რუსულ ენერგორესურსებზე დამოკიდებულება მინიმუმდე დაიყვანოს. ანგარიშის მიხედვით, 2015 წლის 8 ოქტომბერს კომპანია Frontera Resources-მა აღმოსავლეთ საქართველოში გაზის უზარმაზარი მარაგის აღმოჩენის შესახებ წინასწარ დააანონსა.

ამერიკელი ანალიტიკოსის ინფორმაციით, დღეს საქართველო თურქეთსა და ევროპაში, დღეში, დაახლოებით 2 მილიონი ბარელი ნავთობის ტრანზიტს უზრუნველყოფს. არიელ კოენის შეფასებით, მომავალში ენერგორესურსების ექსპორტისგან მიღებულ უზარმაზარ მოგებას შეუძლია აქციოს ეს ქვეყანა მაღალი შემოსავლის მქონე სახელმწიფოდ და უზრუნველყოს ფინანსური ბაზა ქვეყნის ინდუსტრიული განვითარებისთვის და სოციალური დაცვის გაუმჯობესებული სისტემისთვის.

ნიკოლოზ ესიტაშვილი
www.knews.ge

******** მილოცვა ********

ქალბატონ ნათელა ფაჩოშვილს!

ქალბატონო ნათელა, დიდი პატივისცემით გილოცავთ დაბადებიდან 55 წლისთავს.

გისურვებთ ჯანმრთელობას, ბედნიერებას და ულევ სიხარულს თქვენს ლამაზ ოჯახთან ერთად. გფარავდეთ ღმერთი.

ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის თანამშრომლები

ბატონ ალექსანდრე კეწელაშვილს!

ძვირფასო მეგობარო, გულწრფელად გილოცავთ 57 წლის იუბილეს, დაესწარი მრავალს. გისურვებთ ჯანმრთელობას და კარგად ყოფნას, მზეგრძელობას, ულევ სიყვარულს, სიხარულს და ყოველივე საუკეთესოს შენს ლამაზ ოჯახთან ერთად. სულ წინ გევლოს ფიზიკური და მატერიალური სრულყოფისაკენ. ღმერთი იყოს შენი მფარველი.

ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის თანამშრომლები

ბატონ რამაზ გოგიტაშვილს!

დიდი სიხარულით და სიყვარულით გილოცავთ დაბადების დღეს. გისურვებთ ჯანმრთელობას, დიდხანს სიცოცხლეს, ბედნიერ სიბერეს, სიმხნევეს და შვილებში და შვილიშვილებში გახარებას.

ღმერთი გფარავდეს და კიდევ მრავალი წლის სიცოცხლე მოგანიჭოს.

მიხეილ და ვანო სამხარაულები, ზურაბ ტუშური, იოსებ და ბესიკ ავაზაშვილები, ზაურ ცუკილაშვილი, დავით ხარატიშვილი, თემურ პატატიშვილი, მერაბ სეფაშვილი, ვალერი ზურაშვილი, სულიკო ბაბლომაშვილი, თედო ჩახნაშვილი,ალექსანდრე გიგიგლოშვილი

ყვარლის მუნიციპალიტეტის მევენახეები ღვინის ეროვნული სააგენტოსა და კახეთის გუბერნიის ხელმძღვანელობას შეხვდნენ

9 თებერვალს ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის სხდომათა დარბაზში საქართველოს ღვინის ეროვნული სააგენტოს ხელმძღვანელი გიორგი სამანიშვილი, კახეთის გუბერნატორის პირველი მოადგილე ირაკლი შიოშვილი, მეღვინეობის დეპარტამენტის უფროსი მერაბ შენგელია, ამავე სააგენტოს კონსულტანტი ედვარდ ლეკიშვილი ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგებელი ილია მზექალაშვილი, ყვარლის მუნიციპალიტეტის საკრებულოს თავმჯდომარე ჯემალ შავერდაშვილი ყვარლელ მევენახეებს შეხვდნენ.

შეხვედრა გახსნა კახეთის გუბერნატორის პირველმა მოადგილემ ირაკლი შიოშვილმა, რომელმაც მოუწოდა მევენახეებს გულახდილად ელაპარაკათ არსებულ პრობლემებზე, რომლებიც ხელს უშლიან მევენახეობის განვითარებას.

ღვინის ეროვნული სააგენტოს ხელმძღვანელმა გიორგი სამანიშვილმა ვრცლად ილაპარაკა მევენახეობაში შექმნილ მდგომარეობაზე, მოუწოდა მევენახე ფერმერებს შექმნან კოოპერატივები, რადგანაც სახელმწიფოს მათი განვითარებისათვის სპეციალური პროგრამა აქვს შემუშავებული და მნიშვნელოვან დახმარებას ითვალისწინებს. ამასთან, მან ხაზი გაუსვა მინის კადასტრის განხორციელების აუცილებლობას, რათა აღირიცხოს ვენახების რეალური ფართობები ყურძნის ჯიშების მიხედვით რომ არ მოხდეს ღვინის სახელდების გაყალბება. ადგილობრივი

მან ასევე ილაპარაკა მთავრობის მიერ მევენახეთა სუბსიდირებაზე და მიანიშნა, რომ ამის თაობაზე დაწერილი გეგმა ჯერ-ჯერობით არ არის.

შეხვედრაზე მევენახეებმა სხვადასხვა პრობლემებზე მიანიშნეს, რომლებიც ხელს უშლიან მათ საქმიანობას. კერძოდ, დამამუშავებელი საწარმოები გვიან იწყებენ მიღებას.

მევენახეებმა ასევე მოითხოვეს მკაცრი კონტროლი დაწესდეს ქინძმარაულის ზონის ყურძნის დამზადებაზე, რათა ადგილი არ ქონდეს სხვა რაიონებიდან საფერავის ჯიშის ქინძმარაულის სახელით ჩაბარებას.

თვითმმართველობის და და საქართველოს სოფლის მეურნეობის საკონსულტაციო სამსახურები აქტიურად უნდა ჩაერთონ ამ მიმართულებით საქმიანობაში და გადაამოწმონ თქვენს მუნიციპალიტეტში არსებული მდგომარეობა.

ილაპარაკეს ყურძნის დაბალ სარეალიზაციო ფასზე, რის გამოც ვერ ისტუმრებენ ხარჯებს და მუდმივად ბანკების მძევლები არიან. ასევე აღინიშნა, რომ კლიმატის ცვალებადობის გამო ყურძენი ადრე შედის სიმწიფეში, კონდიციას აღწევს, მაგრამ გადაგვიბრუნეთ სიხალისე, რათა კიდევ უფრო განვავითაროთ ეს დარგი, ვაზსაც მოვუაროთ, ოჯახებიც ვაცხოვროთ და სახელმწიფოც გავაძლიეროთ – ასეთი იყო მევენახეთა ერთსულოვანი თხოვნა.

ალექსანდრე გიგილოშვილი

ი/მეწარმეებისა და იურიდიული პირების საყურადღებოდ

შ.პ.ს. აუდიტორული კომპანია „LDG“ გთავაზობთ თქვენი სამეწარმეო საქმიანობის საბუღალტრო მომსახურებასა და კონსულტაციებს, რაც გულისხმობს:

- **საბუღალტრო და აუდიტორულ მომსახურებას.**
- **მიმდინარე საფინანსო დოკუმენტაციის (სალარო, ბანკი) შემოწმებას, ფინანსურ ანგარიშებში შემდგომი გართულებების თავიდან აცილების მიზნით.**
- **კონტროლს საგადასახადო და სააღრიცხვო დოკუმენტაციის სისწორეზე.**
- **თქვენი დოკუმენტაციის ჩვენს საბუღალტრო კომპიუტერულ პროგრამაში დამუშავებას, გამოცდილი ბუღალტრების მიერ, საერთაშორისო საბუღალტრო სტანდარტების მიხედვით.**
- **შეზღუდული პასუხისმგებლობისა და სააქციო საზოგადოებისათვის ყოველთვიური და ყოველწლიური საგადასახადო დეკლარაციების შედგენას ახალი ესტონური მოდელის მიხედვით.**
- **აუცილებლობის შემთხვევაში საგადასახადოსთან ურთიერთობას, თქვენი საქმეების მოსაგვარებლად.**
- **ნებისმიერი ფორმით თქვენს კონსულტირებას სამეწარმეო საქმიანობასთან დაკავშირებულ საკითხებზე.**

ჩვენი მისამართია:
ქ. ყვარელი, კუდიგორის ქუჩა №2, (ყოფილი აღმასკომის შენობა)
საკონტაქტო ტელეფონები:
აუდიტორების სახელმწიფო რეესტრში რეგისტრირებული აუდიტორები:
1. ივანე (ლერი) ტურაშვილი 595 554 607
2. დავით ყულიჯანიშვილი 599 151935

ახალი „გვირილა“ მუშაობას შეუდგა

ნორჩი თაობის ჯანსაღი მომავლისათვის ზრუნვა ყველა ჩვენგანის უპირველესი ვალია.

ყვარლის სკოლამდელი აღზრდის დაწესებულებათა გაერთიანებაში შემავალი ბაგა-ბაღებიდან კიდევ ერთს გაუუმჯობესდა კომუნალური პირობები; ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობამ ბაგა-ბაღ „გვირილა“-სათვის ააშენა ახალი, ევროსტანდარტებზე მორგებული შენობა.

რაჭის ქუჩაზე ახალი სკვერის და სტადიონის მახლობლად აშენებული ნაგებობა უბნელებმა „ბოგირის მშვენებად „შერაცხეს. შენობის გარეგნული ვიზუალი, შიდა მოწყობა და კომფორტი (სველი წერტილები, ცენტრალური გათბობა, ფართო, ნათელი ოთახები) ყველა პირობას უქმნის ბაღის მესვეურებს, შეუფერხებლად მოემსახურონ წმინდათაწმინდა საქმეს — ბავშვთა აღზრდა — განვითარებას.

2017 წლის თებერვლის დასაწყისიდან სიახლით მოტივირებული ბაღი სიხარულით და შემართებით შეუდგა თავის საქმიანობას. ახალმა გარემომ ბაღს გაფართოების საშუალება მისცა; ერთჯგუფიანი „გვირილა“ სამჯგუფიანად გადაკეთდა. ამიერიდან ბაგა-ბაღს 75 ბავშვის მომსახურების ყველა პირობა და საშუალება ექნება.

ჩვენი გაერთიანების სახელით, გვსურს გადავუხადოთ დიდი მადლობა მუნიციპალიტეტის გამგებელს ილია მზექალაშვილს გვერდში დგომისა და გულისხმიერებისათვის , აგრეთვე იმ პირადი წვლილისათვის, რასაც ის იჩენს საბავშვო ბაღების მიმართ.

ათეული წლების განმავლობაში „გვირილას“ არ გააჩნდა საკუთარი ჭერი და 2017 წლამდე კერძო მესაკუთრის შენობაში შეუფერხებლად ანხორციელებდა თავის საქმიანობას, რაც ყვარლელი ქველმოქმედი ქალბატონის თამარ ნაზრიშვილის დიდი დამსახურებაა. მის სიკეთეს არასოდეს ივიწყებენ „გვირილას“ ყოფილი თუ ახლანდელი თანამშრომლები.

კეთილი ადამიანები ხომ ანთებულ ჩირაღდნებს გვანან, რომელთა შუქიც სხვებსაც უბიძგებს სიკეთის კეთებისაკენ.

ყვარლის სკოლამდელი აღზრდის დაწესებულებათა
გაერთიანების ადმინისტრაცია

გახსენება

ომარ სამიტაშვილი — სამასა

ერთი ტკივილით აღსავსე წელი მიიწურა მას შემდეგ, რაც უკანასკნელ გზაზე გავაცილეთ ჩვენი რაიონის ფეხბურთის აღიარებული ოსტატი და სახელოვანი ყვარლის „დურუჯის“ გამორჩეული ლიდერი ომარ სამიტაშვილი — თითოეული ჩვენთაგანისათვის ესოდენ პატივსაცემი და საყვარელი „სამასა“.

სიტყვა სახელოვანი შემთხვევით არ წამოგვცდენია. გასული საუკუნის 60-იანი წლების ყვარლის „დურუჯი“ საქართველოში მართლაც ერთ-ერთი გამორჩეული და სახელოვანი საფეხბურთო კოლექტივი იყო, რომელსაც ასევე სახელოვანი და შეუდარებელი ლიდერი და კაპიტანი — ომარ სამიტაშვილი მიუძღოდა წინ.

არიან ადამიანები, რომელთა დავიწყება შეუძლებელია, რადგან მათი ნამოღვაწარი თუ ნამოქმედარი ლამაზ ლეგენდად შემორჩება ხოლმე ცხოვრებას.

დაფიქრდები კაცი და წარსულის მოგონებებში ამოტივტივდება ფეხბურთის გულშემატკივრებით გადაჭედილი და აბობოქრებული ყვარლის სტადიონი, ხოლო მწვანე მინდორზე თვალწინ ნარმოგიდგება მაღალი, ხმელ-ხმელი აღნაგობის შეუპოვარი თავდამსხმელი, ათნომრიანი მაისურით, რომლის ყოველი შეხება ბურთთან და უზადო მანერები ნამდვილ საფეხბურთო სპექტაკლს წარმოადგენდა.

სამასას, როგორც პიროვნებას, რა თქმა უნდა, სხვა ღირსებებიც ჰქონდა. იგი ჭეშმარიტი ყვარლელი იყო, კარგი მამულიშვილი და მოქალაქე, შესაშური მეოჯახე — ოთხი შვილის, მრავალი შვილიშვილისა და შვილთაშვილების პატრონი — აი, რეალური სახე ომარ სამიტაშვილისა. მაგრამ ჩვენს ხსოვნაში იგი მაინც ფეხბურთელად დარჩა უპირველეს ყოვლისა, რადგან ფეხბურთელად იყო დაბადებული, ითამაშა დიდი ფეხბურთი და წარუშლელი კვალი დატოვა ჩვენი რაიონის ფეხბურთის ისტორიაში.

სამასას თამაშის სანახავად სპეციალურად დადიოდა ხალხი ყვარლის სტადიონზე!

სამასას იცნობდა და დიდ პატივს მიაგებდა იმდროინდელი საქართველოს მთელი საფეხბურთო საზოგადოება!

ბედნიერად ვთვლით თავს, წლების განმავლობაში მის გვერდით რომ გამოვდიოდით მწვანე მოედანზე და მასთან ერთად და მისი წინამძღოლობით ვეწეოდით იმ მძიმე ჭაპანს, რასაც ყვარლის „დურუჯის“ ღირსების დაცვა გვავალებდა. იგი გუნდის შეუცვლელი ლიდერი იყო და ამას ყველა აღიარებდა.

მიზანი, ოცნება, იდეა-ფიქრი ომარ სამიტაშვილისა ფეხბურთი და ჩვენთვის ესოდენ ახლობელი და საამაყო ყვარლის „დურუჯი“ იყო, რომელიც ყოველთვის ამართლებდა თავის სახელს და მართლაც მთის კალთებიდან მოხეთქილი დურუჯივით მშფოთვარე, დაუდგრომელი და განსაკუთრებული ხელწერის გუნდი იყო.

დღეს ყველაფერი, თავად სამასას ჩათვლით, უკვე წარსულის საკუთრებაა და მხოლოდ ხსოვნასა და მოგონებებშია ჩარჩენილი. ბედისწერამ ასე განსაჯა და ომარ სამიტაშვილიც შეუერთდა მარადისობას, სადაც უკვე განისვენებენ მისი ყოფილი მეგობრები და თანაგუნდელები — ჯონდო, ზანგო, სადულა, ჟაპრე, ყაჭოლე, ჭიკჭიკა, ოთარ ღუჭაშვილი, როინ ტაბუცაძე და სხვები.

ამ გაუსაძლის წუთისოფელში ადამიანს რა გამოუელევს საფიქრალს. სამასას, რა თქმა უნდა, ბევრ რამეზე სტკიოდა გული, მაგრამ არ შევცდებით თუ ვიტყვით, რომ მისი ყვალაზე დიდი ტკივილი ფეხბურთს და ყვარლის „დურუჯს“ უკავშირდებოდა. ბოლო წლებში ძალიან ბევრს ცდილობდა თავისი წვლილი შეეტანა გუნდის აღორძინების საქმეში, მაგრამ ყველა მისი მცდელობა ამაო გამოდგა. სამასა ისე წავიდა ამ ცხოვრებიდან, რომ „დურუჯის“ დარდი თან გაიყოლა.

იგი მარტო ოჯახს და თავის მრავალრიცხოვან შთამომავლობას კი არა, მთელ ყვარელს დააკლდა და აკი ალალი ცრემლით დაიტირა კიდეც მადლიერმა ხალხმა და დიდი მწუხარებით მიაცილა სამუდამო განსასვენებლამდე.

გაივლის წლები, ათწლეულები, მაგრამ ომარ სამიტაშვილის ხსოვნა არ ნაიშლება და იმედი უნდა ვიქონიოთ, რომ ახალ ელფერსაც შეიძენს, რაც რჩეულთა ხვედრია, რადგან მადლიერი საზოგადოება ყველას და ყველაფერს აუცილებლად მიუჩენს თავის ადგილს.

და კიდევ — იმისი იმედიც აუცილებლად უნდა გვქონდეს, რომ ცხოვრება თანდათანობით მოწესრიგდება და იმ დღესაც მოვესწრებით, როცა ახდება სამასას ოცნება და კვლავ ვიხილავთ აღორძინებულ ყვარლის „დურუჯს“ ოდინდელი ბრწყინვალებით. ხოლო ომარ სამიტაშვილის სახელი საუკუნოდ გაჰყვება ჩვენს ყვარელს, ვითარცა სახე ფეხბურთის ბედზე ჩაფიქრებული კაცური კაცისა!

თანაგუნდელები: ალიმან ლაფაჩიშვილი, კაკო სეფაშვილი, ომარ სეფაშვილი, გოგია მოლაშვლი, თამაზ ჩიტრეკაშვილი

რა სამუშაოები უნდა ჩავატაროთ თებერვალში — ბაღში და ბოსტანში

თებერვალი ზამთრის მესამე თვეა, თოვლით და სიცივით, თუმცა დღის ხანგრძლივობა მნიშვნელოვნად იზრდება, მზე უფრო თბილი და ნათელი ხდება, შესაბამისად ბუნება და ჩვენი ბაღიც გასაღვიძებლად ემზადება.

მეურნე ადამიანი, საგაზაფხულო სამუშაოების შემსუბუქებისთვის სწორედ ამ თვეში იწყებს აქტიურ ზრუნვას. თებერვლის თბილ დღეებში, ყურადღებით უნდა დავათვალიეროთ ხეხილის ხეები, უნდა მოვაშოროთ შემორჩენილი ფოთლები და ნაყოფი-ხშირად სწორედ მათში იზამთრებს ნაყოფის სიდამპლე, რამაც შეიძლება დაავადოს ნარგავები და შეამციროს მოსავლიანობა.

ასევე ყურადღებით დაათვალიერეთ ხეხილის ვარჯი, ქერქში ხშირად მავნებლები დებენ კვერცხებს, მათი მოშორება აუცილებელია რადგან, დათბობისთანავე მატლები გამოიჩეკება და ტოტებს, ყლორტებსა და კვირტებს დააზიანებს.

მნიშვნელოვანია მუხლუხო მატლების მოცილება, რომლებიც ხეებზე იზამთრებენ.

თუ ტემპერატურული რეჟიმი დღეღამის განმავლობაში მკვეთრად იცვლება, ხეები კირხსნარით შეათეთრეთ (10 ლიტრ წყალზე 2-3 კილოგრამი გადამწვარი კირი).

ამავე მიზეზით, ხეებზე ზოგჯერ ქერქი სკდება მაღლა იწევს (ვარჯს შორდება) და ქერქის ქვეშ დარჩენილი სიცარიელე მავნებელთა ბუდედ იქცევა. ამ შემთხვევაში ქერქი შეგიძლიათ წვრილი ლურსმნით მიაჭედოთ და იგი გაზაფხულზე ისევ შეეზრდება ხეს, ან მოაცილეთ და ბაღის მალამო წაუსვით, რომ ჭრილობა არ დარჩეს.

მოაცილეთ ხეებს ხავსი და მღიერები!

თებერვალში, თუკი თბილი ამინდები დადგა, აუცილებელია, დავიწყოთ ხეხილის და კენკროვანი კულტურების გასხვლაც, კენკროვან კულტურებს გადაბერებული, დაავადებული და სუსტი ტოტები უნდა მოვაცილოთ, რომ მსხმოიარობა უხვი იყოს.

მნიშვნელოვანია აგრეთვე უხვი ნალექის პირობებში, ნარგავებში არ დადგეს თოვლის ნადნობი ან წვიმის წყლები. ასეთ შემთხვევაში აუცილებელად ჩაატარეთ სადრენაჟო ღონისძიებები, რომ მცენარეთა ფესვთა სისტემა ჭარბმა ტენმა არ დააზიანოს.

ამავე პერიოდში შეადგინეთ თესვის და დარგვის პირადი სამეურნეო კალენდარი. უნდა განსაზღვროთ, რისი დათესვა-დარგვა გინდათ, სად უნდა მოიძიოთ, მოამზადეთ თესლი დასათესად, დაოფასოვეთ დათესვის დროის მიხედვით, დაიწყეთ ჩითილების გამოყვანა-დახურულ სივრცეში.

გამხმარი, დატეხილი ტოტები, ნასხლავი, ფოთლები და სხვა ორგანული ნარჩენები მოაგროვეთ და გამოიყენეთ: კომპოსტირებისთვის, ბრიკეტირებისთვის, კვლების ამაღლებისთვის და ა.შ.

გაზაფხულზე ბევრი საქმე გექნებათ, ამიტომ გარკვეული სამუშაოები სჯობს ეხლა მოილიოთ.

წარმატებებს და მოსავლიან წელიწადს გისურვებთ!

ყვარელი მონადირეები ვიხსენებთ ცნობილ, ან გარდაცვლილ მონადირეებს და პატივს მივაგებთ მათ ხსოვნას

ძველი დროიდან მოყოლებული ნადირობა ყოველთვის პოპულარული იყო და ბევრი მიმდევარიც ყავდა. ის, თავდაპირველად საკვების მოპოვების მიზნით ხორციელდებოდა, მრავალი წლის მერე კი სახე შეეცვალა და მიიღო არა მარტო საკვების მოპოვების სახე არამედ გართობის, განტვირთვის, მეგობრებთან ბუნებაში ერთად გასვლის და ასე შემდეგ.

ნადირობას, გარდა სამეურნეო დანიშნულებისა და გართობისა, სამხედრო წვრთნის, მოლაშქრეთა სამხედრო ვარჯიშის მნიშვნელობაც ენიჭებოდა. ივანე ჯავახიშვილის დასკვნით, ნადირობას „მარტო კერძო გართობის თვისება არ ჰქონდა, არამედ სამხედრო ვარჯიშის მაგიერი იყო“.

საქართველოში ნადირობის ტრადიცია უძველესი დროიდან იღებს სათავეს, რაზეც არქეოლოგიურ ძეგლებში ნაპოვნი ძვლოვანი მასალა მოწმობს. როგორც თრიალეთის პეტროგლიფებსა და ბრინჯაოს განათხარ ნივთებზე გამოსახული ნადირისა და ნადირობის სცენების მიხედვით ირკვევა, ნადირობას იმ დროინდელ საქართველოში კოლექტიური ხასიათი და სამეურნეო მნიშვნელობა გააჩნდა. სანადირო ფაუნისა და ნადირობის შესახებ მნიშვნელოვანი ცნობებია დაცული ქართულ წერილობით წყაროებში, განსაკუთრებით ვახუშტის თხზულებებში.

ფეოდალურ საქართველოში ნადირობა იყო ფიზიკური აღზრდის ერთ-ერთი ხალხური საშუალება და ლაშქრის წვრთნის, სამხედრო მზადყოფნისა და მასობრივი შემოწმების ფორმაც. იმდროინდელი გლეხობისათვის ლაშქარ-ნადირობა ფეოდალური ბეგარის ერთ-ერთი სავალდებულო სახეობა იყო. სამეფო კარზე არსებობდა სამონადირეო უწყება, რომელსაც მონადირეთუხუცესი, შემდეგ კი ბაზიერთუხუცესი ხელმძღვანელობდა. მას ემორჩილებოდა „ჯელგის კაცი“, „მრეკალი“, „მესახუნდრე“, ბაზიერი, მეჯინიბეები, ტყეთა და ველთა სამეფო სანადაროთა მცველები და სხვა. განსაკუთრებული ზეიმით სრულდებოდა სამეფო ნადირობა, რომელიც ქართული საახალწლო რიტუალის ერთ-ერთი მთავარი კომპონენტი იყო სამეფო კარზე.

ძველ საქართველოში სანადირო იარაღად, ძირითადად გამოიყენებოდა მშვილდ-ისარი, რომელიც ქართული ხალხური წესებით მზადდებოდა. გავრცელებული იყო ქორით, მწევრებით, მეძებრებით ნადირობა. მე–17 საუკუნის 70–იან წლებში, ფრანგი მოგზაური ჟან-შარდენი საქართველოს ეწვია. როგორც ჩანს მან შეისწავლა სამეგრელოში ნადირობის წესები: „ძირითადად ნადირობენ მტაცებელი ფრინველებით, რომელთაც იშინაურებენ და შემდეგ სანადიროდ იყენებენ. დარწმუნებით შეიძლება ითქვას, რომ მსოფლიოში არ არსებობ სხვა ქვეყანა, სადაც ასეთი რაოდენობით შეიძლება იყოს მტაცებელი ფრინველი“ – წერს იგი. მისივე ცნობით, დიდი რაოდენობით იჭერენ ამ ფრინველთა ახალგამოჩეკილ ბარტყებს და ხუთ-ექვს დღეში იშინაურებენ.

მტაცებელი ფრინველით ნადირობა გავრცელებული ყოფილა გურიაში. მიმინოებს აქ ფერისა და მჭირავნობის მიხედვით არჩევდნენ. ყველაზე ლამაზ მიმინოდ თეთრი შეფერილობის მიმინო ითვლებოდა, ყველაზე სხრატ და მტაცებლად კი – ჩხარტისფერი. ყურადღებას იქცევს დასახელებებიც – დედალ მიმინოს – ნარდი, ხოლო მამალს – გეზელა ეწოდებოდა. ნადირობისთვის ყველაზე დიდი უპირატესობა დედალ ფრინველს ენიჭებოდა.

ქართული წყაროების მიხედვით, ჩანს, რომ სანადიროდ განვრთნილი ფრინველი და ცხოველი ძვირად ფასობდა, იგი წარმოადგენდა საპატიო საჩუქრის ერთგვარ სახეობას.

ნადირობის ხალხური ტრადიციები საქართველოში, ეთნოგრაფიული მონაცემებით, ყველაზე უკეთ შემონახული იყო მთიანეთში. ჯგუფური ნადირობის ფორმებიდან აქ გავრცელებული ყოფილა მორეკვით ნადირობა (უმთავრესად ტყის ნადირზე), მოჭირვით ნადირობა (ნადირის სავალი ბილიკების გადაჭრა და სახუნდარში ჩასაფრება უპირატესად კლდის ნადირზე), ნადირის კვალში ჩადგომა (ბუჩქნარისა და ველის ნადირზე). არსებობდა ნადირის შესაკრები სპეციალური ადგილები, სადაც თავს მოუყრიდნენ სანადირო ცხოველის ჯგუფს.

აქტიურ ნადირობასთან ერთად ძველ საქართველოში ფართოდ იყო გავრცელებული მახე-ხაფანგებით და ბაზით ნადირობა. ნადირობის როლი თავისებურადაა ასახული ხალხურ რწმენა-წარმოდგენებში. ნადირთღვთაებებად ითვლებოდნენ ნადირთანგელოზი დალი, ნადირთ-მწყემსი ოჩოპინტრე და ა. შ. ზოგი ჩვეულება ბუნების დაცვას ემსახურებოდა მაგ., რაჭაში. მონადირეს ეკრძალებოდა ერთ გასვლაზე სამზე მეტი მსხვილი ნადირის მოკვლა. სანადირო ადგილებიც და სეზონიც განსაზღვრული იყო ტრადიციით. წესის დამრღვევ მონადირეს სოფელი სასტიკად სჯიდა, საჯაროდ კიცხავდა და აჯარიმებდა. როცა მონადირე 1000 ნადირს მოკლავდა, თოფს მიწაში ჩამარხავდა და ნადირობას თავს ანებებდა.

მონადირეობა საქართველოში გამოირჩეოდა მრავალფეროვნებით, ეყრდნობოდა ხანგრძლივ ტრადიციებს. ასეთივე მრავალფეროვნებით გამოირჩევა ძველი ქართული სანადირო ტერმინოლოგიაც.

დროის ცვალებასთან ერთად იცვლებოდა ნადირობის წესები და მეთოდებიც. ნადირობა საქართველოში დღესაც ისევე პოპულარულია, როგორც ძველად იყო.

არის ბევრი საკითხი რომელშიც დამწყები მონადირეები ვერ ერკვევიან.თუ გამოცდილ მონადირეებს დავუჯერებთ მონადირეობასაც თავისებური ნიჭი სჭირდება, მაგრამ რათქმაუნდა გამოცდილება ამ საკითხშიც მთავარია.

ყვარელში, ერთერთ გამორჩეულ და გამოცდილ მონადირედ ბეჟან ბეჟანიშვილს იცნობენ. საინტერესოდ ჩავთვალე, რომ მას, გაზეთის საშუალებით საკუთარი გამოცდილება ნადირობის მოყვარული ადამიანებისთვისაც გაეზიარებინა.

– ბატონო ბეჟან, როდიდან იწყება თქვენი დაინტერესება ნადირობით?

– როგორც სპორტი, ნადირობა ბავშვობიდანვე მაინტერესებდა.დღევანდელი ბავშვებისგან განსხვავებით მაშინ არ გვქონდა ამდენი სათამაშოები, მათ შორის თოფებიც. ძირითადი სამონადირეო იარაღი მაშინ „ლაგატკა“ იყო, რითაც ჩიტებზე ვნადირობდით. შემდეგ წლების მატებასთან ერთად ნადირობის ინტერესიც მომემატა, რაც სერიოზულ ნადირობაში გადაიზარდა.

– როგორ ფიქრობთ, რა აუცილებელი თვისებები უნდა ჰქონდეს კარგ მონადირეს?

– მე ვიტყოდი, რომ ნადირობა ეს არის თანდაყოლილი „სენი“ ნადირობის მოყვარული ადამიანის. ამას ბევრი სწავლა არ უნდა. თუ ამ საქმისთვის ხარ დაბადებული ყველაფერს ადვილად და თავისთავად ისწავლი.ვინც გართობისთვის დადის სანადიროდ ის არ არის ნამდვილი მონადირე. ნადირობა არ არის ისეთი ადვილი როგორც შორიდან სჩანს. ნამდვილი მონადირე ყველანაირ წვალებას ეჩვევა, იწვრთნება როგორც ფიზიკურად ასევე სულიერად და ყველანაირი დაბრკოლების გადასალახად უნდა იყოს მზად.მნიშვნელოვანია ასევე ის, რომ ნადირობისათვის აუცილებელი და საჭირო უნარ-ჩვევები გამოცდილი მონადირეებისგან შეისწავლო.

– ბატონო ბეჟან, არის კიდევ მრავალი დეტალი რაც კარგმა მონადირემ უნდა იცოდეს და გაითვალისწინოს. მაგალითად, სამონადირეო იარაღი როგორ უნდა შეირჩეს,ასევე მნიშვნელოვანია მონადირესთვის ძაღლების გაწვრთნა... რას გვეტყვით ამის შესახებ?

– რათქმაუნდა კარგ მონადირეს კარგი იარაღიც სჭირდება და ძაღლებიც კარგად გაწვრთნილი, თუმცა იარაღის შერჩევა იმის მიხედვით ხდება , თუ რაზე უნდა ინადირო. აუცილებელია, რომ მონადირემ მისი გამოყენების ყველა წესი იცოდეს. საბჭოთა პერიოდში იარაღი ძირითადად რუსული იყო და შედარებით იაფი ღირდა. ახლა, საკმაოდ ფართო არჩევანია, მაგრამ ძვირი სიამოვნებაა, ყველა მონადირეს არა აქვს მისი შეძენის საშუალება. რაც შეეხება ძაღლებს, მისი შერჩევა ჯიშების მიხედვით ხდება. წინასწარ არავინ იცის როგორი მონადირე ძაღლი გამოვა. კარგი იქნება თუ ცუდი ნადირობისას გამოჩნდება, რასაკვირველია, იმაზეც არის დამოკიდებული როგორ გაიწვრთნება.

– გამიგია, რომ ყვარელში ტრადიციად იყო ქცეული ყოველწლიურად მონადირეების შეკრება-ქეიფობდნენ, ილხენდნენ, საუბრობდნენ. თუ გრძელდება ისევ ეს ტრადიცია?

– ამ ტრადიციას ისევ ვაგრძელებთ. ყოველწლიურად, გაზაფხულზე ვიკრიბებით ყვარლელი მონადირეები. ვიხსენებთ ჩვენთან ცნობილ,ან გარდაცვლილ მონადირეებს და პატივს მივაგებთ მათ ხსოვნას. ვფიქრობ, რომ კარგი ტრადიცია და მომავალშიც გაგრძელდება.

– მონადირეების შესახებ ამბობენ ხოლმე , რომ უმეტეს მათგანს ახასიათებს ნადირობის ამბების გაზვიადება და ტყუილსაც ბევრს ლაპარაკობენ...

– რა გითხრათ. შეიძლება ზოგიერთ მათგანს ახასიათებს ტყუილის მოყოლა. შეიძლება უცხოს და ამ საქმეში გამოუცდელ ადამიანს მოატყუო, შენს გვერდზე მყოფს ხომ ვერ მოატყუებ? ჩვენ მონადირეებმა ერთმანეთის შესახებ ყველაფერი ვიცით.

საერთოდ კი, მონადირეების ცხოვრება კურიოზებით არის სავსე. ზოგჯერ ისეთი რაღაც გადაგხდება ძნელია დაიჯეროს ვინმემ, თუმცა ეს სინამდვილეა.ასეთი კურიოზები ძალიან ბევრი გადამხდენია. რაც მე მინადირია და რამდენი ნადირიც მინახავს, დაღესტნის მთებიდან, საჯიხვეებიდან დაწყებული ჩვენი მთებით და ტყეებით დამთავრებული დაუსრულებლად შემიძლია მოგიყვეთ.ნადირობის დროს ყველაფერი მოსალოდნელია, მაგრამ კარგი მონადირის, მისი გამოცდილების და კარგი იარაღის წინაშე ყველანაირი ნადირი უძლურია. ყოველთვის იმარჯვებს მამაცი მონადირე.

ია გიგიაშვილი

ყველაფერი მწყერის შესახებ

მწყერის კვერცხის სასარგებლო თვისებებს ადამიანი უძველესი დროიდან იცნობს. ამის დამადასტურებელი ცნობებით მდიდარია ეგვიპტური პაპირუსები და ძველისძველი ჩინური რეცეპტები. მწყრის ხორცი რომ გემრიელია, ყველამ იცის, მაგრამ ამ ფრინველის კვერცხზე მოთხოვნილება წინათ რატომღაც უფრო ნაკლები იყო. მრავალ ქვეყანაში ის ეგზოტიკურ პროდუქტად მიიჩნეოდა. დღეს კი მწყრის კვერცხი განსაკუთრებით პოპულარულია და რუსეთისა თუ სხვა ქვეყნების ნებისმიერ სუპერმარკეტში თავისუფლად იყიდება. უკანასკნელ პერიოდში, მისი მოხმარება საქართველოშიც საკმაოდ აქტიური გახდა. მაინც რატომაა მწყრის კვერცხი ასეთი პოპულარული?

მას საკმაოდ გემრიელი ხორციც აქვს. მისი ხორცი საუკეთესო საშუალებაა ქოლესისტიტის და კუჭის წყლულის სამკურნალოდ.მწყერი სხვა ფრინველებთან შედარებით ნაკლებად ავადდება, ამიტომ მის კვერცხს მედიცინაშიც კი იყენებენ სხვადასხვა ვაქცინის დასამზადებლად.

მწყრის კვერცხი შეიცავს ბევრ ამინომჟავას, მაკრო და მიკროელემენტს. მისი კვერცხი ორგანიზმიდან რადიოაქტიური ნივთიერებების გამოდევნას უწყობს ხელს.

მწყრის კვერცხი

ამბობენ, რომ იაპონელთა წყალობით მსოფლიომ ხელახლა შეიტყო მწყრის კვერცხის სასარგებლო თვისებების შესახებ. იაპონელებმა საფუძვლიანად შეისწავლეს ამ პროდუქტის თვისებები. მწყერი იაპონიაში ჩინეთიდან ჩაიყვანეს – ქვეყნიდან, სადაც სახალხო მკურნალები მის კვერცხებს უძველესი დროიდან იყენებენ სამკურნალოდ.

იაპონელთა ყურადღება სწორედ ამან მიიპყრო, მეცნიერული გამოკვლევები ჩაატარეს და დაასკვნეს, რომ მწყრის კვერცხი აუმჯობესებს ნერვული სისტემის ფუნქციას, ზრდის გონებრივ შესაძლებლობებს, გამოაქვს ორგანიზმიდან რადიონუკლიდები, რაც იაპონელებისთვის ყველა სხვა ქვეყნის მოსახლეობაზე მნიშვნელოვანია.

მწყრის კვერცხის შემადგენლობა

სამწუხაროდ, ჩვენი ბავშვები და მოზარდები არც ისე კარგად იცნობენ ამ პროდუქტს. არც მოზრდილები მიირთმევენ მას რეგულარულად, თუმცა ბევრმა იცის, რომ ეს პატარა დაწინწკლული კვერცხები გემრიელია. მართალია, ქიმიური შედგენილობით ქათმის კვერცხებისგან მაინცდამაინც არ განსხვავდება, მაგრამ გაცილებით მდიდარია ვიტამინებითა და მინერალებით, უფრო კალორიული და სასარგებლოა და, რაც მთავარია, სამკურნალოა.

100 გრამი მწყრის კვერცხი დაახლოებით 170 კკალ-ს შეიცავს. ცხიმი მასში უფრო მეტია, ვიდრე ცილა, ხოლო ამ ცხიმის ნაწილი უჯერი ცხიმოვანი მჟავაა. ქიმიური შემადგენლობის კუთხით აღსანიშნავია და ჯგუფის ვიტამინები, განსაკუთრებით – ქოლინი, ასევე – რკინა, კალიუმი, კალციუმი, მაგნიუმი, ნატრიუმი, გოგირდი, ფოსფორი, ქლორი, კობალტი, მანგანუმი, სპილენძი, მოლიბდენი და ქრომი. მწყრის კვერცხის ცილა მდიდარია შეუცვლელი ამინმჟავებით. ვიტამინი მასში 2,5 – ჯერ მეტია, ვიდრე ქათმის კვერცხში. გაცილებით მეტია აგრეთვე ფოსფორი, კალიუმი, რკინა, კობალტი და სპილენძი.

კვერცხის სასარგებლო და სამკურნალო თვისებები

მწყრის კვერცხი კარგია ძვლების გასამაგრებლად და განსამტკიცებლად, გულის, კუჭის, ღვიძლის, თირკმელების, პანკრეასისა და პროსტატის ფუნქციათა ნორმალიზებისათვის. პროფილაქტიკის მიზნით მწყრის კვერცხი 3-4 თვის განმავლობაში ყოველდღე უნდა მიირთვათ. ნუ შეგეშინდებათ, ის არავითარ შემთხვევაში არ გავნებთ. კვერცხის მიღება უმადაც შეიძლება – მწყერი ქათამი არ არის და სალმონელოზით არ ავადდება.

მთავარია, პროდუქტი ახალი იყოს. კარგი იქნება, თუ უმ კვერცხს ერთ ჭიქა წყალს დააყოლებთ. უმ მწყრის კვერცხს ხშირად ამატებენ კარტოფილის პიურეს, წვნიანს ან ფაფას, ოღონდ უკვე მომზადებულს, უშუალოდ ჭამის წინ, რადგან თერმული დამუშავებისას კვერცხში შემავალ სასარგებლო ნივთიერებათა დიდი ნაწილი იშლება.

იაპონელთა გამოცდილება რადიაქტიური დასხივების შედეგებთან ბრძოლაში რუსმა მედიკოსებმაც წარმატებით გამოიყენეს – ჩერნობილის ავარიის შემდეგ რადიაქტიური ზონიდან გამოყვანილ ბავშვებს ისინი რეგულარულად კვებავდნენ მწყრის კვერცხით. შედეგად ბავშვები გამოკეთდნენ, გაუქრათ თავბრუხვევა, ცხვირიდან სისხლდენა და დაქანცულობა, ტკივილი გულმკერდის არეში, გაუძლიერდათ მადა.

კვერცხის მიმართ უარყოფითი რეაქცია ბავშვებს არ გამოვლენიათ, იმათაც კი, ვისაც ალერგიული დაავადება ჰქონდა. სამკურნალოდ მწყრის კვერცხი სხვადასხვა ოდენობით არის რეკომენდებული:

- ერთიდან სამ წლამდე ასაკის ბავშვებისათვის – დღეში 1-2 ცალი,
- სამიდან 10 წლამდე ასაკის ბავშვებისთვის – 3 ცალი,
- 18 წლამდე ასაკის მოზარდებისათვის – 4 ცალი,
- 18-დან 50 წლამდე ასაკის მოზრდილთათვის – 5-6 ცალი;
- 50 წლიდან – 4-5 ცალი.

კვერცხისთვის დამახასიათებელ დადებით შედეგებს ორ კვირაში იგრძნობთ. ნივთიერებათა ცვლა აქტიურდება, ძლიერდება იმუნიტეტი და სქესობრივი პოტენცია. მწყრის კვერცხის რეგულარული მიღება განსაკუთრებით სასარგებლოა ხანდაზმულთათვის: ამცირებს სახსრების ტკივილს, აუმჯობესებს მხედველობასა და სმენას. საუკეთესოა ორსულებისა და მეძუძური დედებისთვისაც – ამცირებს ტოქსიკოზს, აბორტის ალბათობას, ხელს უწყობს ძალთა მოზღვავებას.

ხალხური რეცეპტები

ბრონქული ასთმისა და ალერგიული მდგომარეობის დროს კარგია მკურნალობა მწყრის კვერცხითა და თაფლით: კვერცხები უნდა ჩავტეხოთ ჭიქაში, დავამატოთ ცოტაოდენი თაფლი და მივირთვათ ჭამამდე 3 საათით ადრე. დილით, საუზმემდე – ერთი კვერცხი, საღამოს, ვახშამდე – ორი. ამ მეთოდით 40 დღე უნდა იმკურნალოთ, შემდეგ 2-3 კვირა შეისვენოთ და კურსი გაიმეოროთ. გაციების დროს ტემპერატურის დასაქვეითებლად უნდა მიიღოთ მწყრის კვერცხი არაყსა და შაქართან ერთად. საჭიროა 100 მლ არაყი, 5 კვერცხი, 1 სადილის კოვზი შაქარი. ეს ყველაფერი ერთმანეთში აურიეთ და საღამოს, ძილის წინ, მიირთვით. დილით ტემპერატურა აღარ გექნებათ და უკეთაც იგრძნობთ თავს.

მწყრის ხორცი

მწყრის ხორცი შეიცავს 21-22% ცილას, 2,5 – 4,0% ცხიმს. ქიმიური შემადგენლობით მწყრის ხორცი მიეკუთვნება დიეტურ პროდუქტს. მწყრის ხორცი შეიცავს ბევრ ვიტამინებს A, B1, B2 მიკროელემენტებს (რკინა, კალიუმი, კობალტი, სპილენძი) ვიდრე ქათმის, ღორის ან საქონლის ხორცი. მწყრის ხორცს აქვს შეუცვლელი ამინომჟავები (ლიზინი, ცისტინი, მეთიონინი, ტიროზინი) ტიროზინი, როგორც ცნობილია ხელს უწყობს პიგმენტების წარმოქმნას,ამიტომ კანს ჯანსაღ შეფერილობას აძლევს.ნახშირწყლების შემცველი ცილა ოვომუკოიდი, რომელსაც შეიცავს მწყრის ხორცი, ხელს უწყობს ალერგიული რეაქციების შემცირებას.

მწყრის ხორცი შეიცავს დიდი რაოდენობით ლიზოციმს, რომელიც აფერხებს არასასურველი მიკროფლორის (მიკრობების) გამრავლებას, ამიტომ მწყრის ხორცი ინახება ხანგრძლივი დროის განმვლობაში. განსაკუთრებით კარგად მოქმედებს ორგანიზმის აღმდგენ ფუნქციაზე, პოტენციაზე.

მწყერი ბინადრობს ველებზე, მინდვრებში, ახოებზე, მთათა კალთებზე, მდინარეთა ნაპირებზე, კულტურულ ლანდშაფტებში (ბაღი, ბოსტანი და სხვ.). არ ერიდება ადამიანის სამოსახლოს სიახლოვეს.

ცნობილია მწყრის რამდენიმე ქვესახე, რომელთაგან საქართველოს ფარგლებში მოიპოვება ჩვეულებრივი მწყერი.

მწყერი სანადირო-სარეწაო და სპორტული ნადირობის ობიექტია.

ცოტა რამ მწყერზე ნადირობაზე:

მწყერზე მასობრივად ნადირობენ. გაზაფხულისა და ზაფხულის პერიოდში იგი მასობრივად ბუდობს აღმოსავლეთ და სამხრეთ საქართველოში. ნადირობა ზაფხულის დასასრულს იწყება. შემოდგომის პირველ თვეში მწყერი ემზადება გადასაფრენად და იგი დიდი რაოდენობით თავს იყრის გადაფრენის დიდ გზებზე, შავი ზღვის პირას და პატარა განშტოებულ გზებზე, რომლებიც მოემართებიან ჩრდილოეთ კავკასიიდან მდინარე არაგვის, მტკვრისა და ალაზნის გასწვრივ. მიჰყვება რა ამ მდინარეების დინებას, ის აღმოსავლეთით მიდის სპარსეთის გავლით სამხრეთისაკენ, ხოლო შავი ზღვის ნაპირებზე მდებარე გადაფრენის გზებით ოსმალეთისაკენ და შემდეგ უფრო სამხრეთით.

ასეთი მიგრაციის შედეგია ის, რომ მწყერზე ნადირობა აღმოსავლეთ საქართველოში ადრე იწყება და შემოდგომის პირველ ნახევარში თითქმის მთავრდება, ხოლო დასავლეთ საქართველოში, უმთავრესად შავი ზღვის სანაპიროზე, მხოლოდ შემოდგომაზე იწყება. თუ აღმოსავლეთ საქართველოში ამ ფრინველზე ნადირობა თითქმის ყოველდღე შეიძლება, დასავლეთ საქართველოში მხოლოდ იმ დღეებში ნადირობენ როდესაც გადაფრენისას მწყერების დიდი კოლონიები ცუდი ამინდების გამო ზღვის სანაპიროზე რჩებიან და უცდიან გამოდარებას.

დაწესებულია მწყერზე ნადირობის ნორმა ერთი ნადირობის დროს. მასზე ნადირობენ თოფით და მონადირე ძაღლით. დასავლეთ საქართველოს ზოგ ადგილებში (უმეტესწილად გურიასა და აჭარაში) შემორჩენილია ნადირობა დამჭერი ფრინველებით.

მწყერი მიეკუთვნება ქათმისნაირთა რიგს. მისი სხეულის სიგრძე 16-20 სმ, მასა 80-145 გრამს აღწევს. აქვს მურა, მუქი და ღია ფერის ლაქებიანი ზურგი. მწყერი გავრცელებულია ევროპაში, დასავლეთ აზიასა და აფრიკაში. საქართველოში თითქმის ყველგან გვხვდება. ბინადრობს ველ-მინდვრებსა და ალპურ მდელოებზე.

იზამთრებს აფრიკასა და სამხრეთ-დასავლეთ აზიაში (საქართველოში მობინადრე მწყერების ნაწილი შირაქ-ალაზნის ველზე და აზერბაიჯანში რჩება).

ბუდობს მიწაზე. დედალი 9-15 კვერცხს დებს. ინკუბაცია გრძელდება 15-17 დღე-ღამე. მწყერი იკვებება მცენარეული საკვებით. იშვიათად – მწერებით. იაპონელებმა მწყერი ათასწლეულის წინ მოიშინაურეს, საიდანაც სხვა ქვეყნებშიც გავრცელდა. ქათმისნაირ ფრინველთა შორის ყველაზე პატარაა მწყერი, რომლის წონა 90-120 გრამს შორის მერყეობს.

მოამზადა ია გიგიაშვილმა

სკოლის წარმატებული მოსწავლეები

ილია ჭავჭავაძის სახელობის ყვარლის №1 საჯარო სკოლა ყოველთვის გამოირჩეოდა აქტიური, წარმატებული და ნიჭიერი მოსწავლეებით.

2016 წლის „Kings"-ის შემოდგომის სეზონი, როგორც თავად ოლიმპიადის ორგანიზატორები აღნიშნავენ, „ინგს-ის" არსებობის ისტორიაში ერთ-ერთი ყველაზე შედეგიანი და ნაყოფიერი გამოდგა.

ყვარლის №1 საჯარო სკოლის მოსწავლეებიც აღნიშნულ ოლომპიადაში საკმაოდ წარმატებული აღმოჩნდნენ. მათ ამჯერადაც ასახელეს მშობლიური სკოლა და აღმზრდელი პედაგოგები.

წარმატებას მიაღწია ჩვენი სკოლის IX ა კლასის ორმა მოსწავლემ: მერი ღონიაშვილმა და ნინო გუგოშვილმა ქართულ ენასა და ლიტერატურაში და V კლასის ხუთმა მოსწავლემ: ვაჟიკო ხუროშვილმა, ზურაბ მჭედლიშვილმა, მარიამ ღუჭაშვილმა, თამარ სურამლიშვილმა და ხატია ფილიშვილმა მათემატიკაში. ისინი ასევე „ვუნდერკინგსის" ფინალისტებიც გახდნენ. ჯილდოდ წიგნები, სერტიფიკატები და დიპლომები დაიმსახურეს.

ილია ჭავჭავაძის სახელობის ქალაქ ყვარლის №1 საჯარო სკოლა ულოცავს ნიჭიერ მოსწავლეებს და მათ ოჯახებს ღირსეულ წარმატებას.

ილია ჭავჭავაძის სახელობის ქალაქ ყვარლის №1 საჯარო სკოლის დირექცია

ლამაზი ტყუილი

(გაგრძელება. დასაწყისი იხ. „ყვარელი" №2, 2017)

მეორე დღეს, მასწავლებელმა სახლი დაალაგა, ჩაი აადუღა... „შაქარი გათავებულა" გაიფიქრა და საშაქრეს თავი აღარ დააბურა. „წავალ, ვიყიდი", თქვა. პალტო ჩაიცვა და „მარკეტისაკენ" მიმავალ გზას დაადგა...

გამყიდველს შაქარი ააწონინა, ფული გადაიხადა...

– მასწავლებელო! – გაიგონა გახარებული ხმა. გაიხედა და მისკენ სწრაფად მომავალი კარლო დაინახა. თვალები უბრწყინავდა. ქალმა ხელები გაშალა და ბიჭი გულში ჩაიკრა.

– რის საყიდლად ხარ, კარლო, ამ სიცივეში გამოსული?! – ჰკითხა მასწავლებელმა.

– დედა მყავს ცუდად. ჩაი მოისურვა და შაქარი აღარ გვქონია.

– მართლა?!

– დიახ!

– შენ წარმოიდგინე, მეც მაგისთვის ვარ მაღაზიაში.

– მასწავლებელო!

– გისმენ, კარლო!

– მე თქვენ დედასავით მიყვარხართ!

– რით დავიმსახურე, კარგო ბიჭო?! – ღიმილით ჰკითხა მასწავლებელმა.

– მე ვიცი, თქვენ პაპაჩემის მეგობარი რომ არ ხართ, მაგრამ მაშინ ძალიან გამახარეთ.

– ბრძენკაცივით საუბრობდა პატარა ბიჭი.

– საიდან იცი?! – შვებით ამოისუნთქა ქალმა.

– გუშინ, სახლში რომ მივედი, მამას ვუთხარი თქვენს შესახებ. მან კი მითხრა: „ეგ რომ ქალაქში ჩამოვიდა, პაპა ცოცხალი აღარ იყო და მას არც კი იცნობდაო".

– ხომ ასეა, მასწავლებელო?!

ქალმა ვერ გაუძლო კარლოს სუფთა, მომლოდინე თვალების ცქერას და თავი დახარა.

– კი, მაგრეა, კარლო! – აღიარა.

– მაშ, საიდან იცოდით, მე რომ პაპის სახელი მქვია?! – დაეჭვდა ბიჭი.

– ჩიტმა მომიტანა ამბავი! გაეხუმრა მასწავლებელი და დაუვარცხნელ თმებზე ხელი გადაუსვა.

ბიჭს კითხვა აღარ გასჩენია. მან იცოდა, რომ მასწავლებელს იგი ძალიან უყვარდა და ამითაც ბედნიერი იყო.

იზოლდა იოსებიანი

ქართული ანბანი უცხოელთა თვალით

კონსტანტინე გამსახურდია თავის პუბლიცისტურ წერილში („ისევ ქართული შრიფტის შესახებ") წერდა:

„1919 წელს ბერლინის უნივერსიტეტში მასწავლიდა მთელს მსოფლიოში სახელგანთქმული ფილოლოგი ბარონ ფონ ლიხტენბერგი, ჟურნალ მემნონის რედაქტორი"... შემდეგ მწერალი აღწერს მეცნიერის ქართული ანბანით დაინტერესებას და ამ ანბანის მისეულ შეფასებას:

„მე დაუფლებული ვარ მსოფლიოს ბარე ოცდაოთხ ენას და ასეთი ლამაზი ასოები, ასეთი პრაქტიკული, ზუსტად გამომხატველი ყოველი ბგერისა, მე სხვა ალფაბეტი არ მეგულება"...

ამავე თემაზე აქვს მწერალს მოგონება კიდევ ერთ წერილში – „ქართველობა და უცხოეთის გენია":

„ქართული ალფაბეტი, – მითხრა ერთმა უცხოელმა, ქართულის მცოდნე ორიენტალისტმა, – ჩემთვის ჯერაც ამოუხსნელი სფინქსია.

მარტო ესთეტიური თვალსაზრისით რომ ავიღოთ, ვერც გოტური, ვერც ლათინური და ვერც სანსკრიტული ენების ანბანი შეედრება თქვენს სადასა და ლამაზს, კოხტა ასოებს.

ქართველები, ალბათ, ვერც კი ამჩნევთ ამას. არც ერთი თქვენი ისტორიული მეზობლის, არც სხვა, თქვენგან მოშორებით მცხოვრებ ხალხთა ალფაბეტის გავლენა არ ატყვია მას. იგი სრულიად თავისებურია და საოცარი".

ქართულ ანბანზე თავიანთი შეხედულებები აქვთ გამოთქმული სხვა, არანაკლებ სახელგანთქმულ უცხოელ მეცნიერებსაც:

* * *

„ქართული ანბანი უკლებლივ აკმაყოფილებს ყველა იმ პირობას, რაც საერთოდ ანბანს მოეთხოვება. იგი არის ყველაზე სრულყოფილი ანბანი ანბანთა შორის. ყოველი ბგერა გამოიხატება ცალკეული ნიშნით, ყოველი ნიშანი მუდამ ერთი და იმავე ბგერის გამომხატველია".

პ. კ. უსლარი – რუსი ენათმეცნიერი (1816-1875)

* * *

„ქართული ენის ბგერათა სიუხვესა და მრავალფეროვნებას ქართული ანბანი სრულიად და ზუსტად გამოხატავს; ყოველ ცალკეულ ბგერას ცალკეული ასო-ნიშანი შეესაბამება, ყოველი ასო-ნიშანი ზუსტად და მკაფიოდ გამოითქმის; ამ თვალსაზრისით ვერც ერთი სხვა ანბანი ქართულ ანბანს ვერ შეედრება".

უილიამ ედუარდ დევიდ ალენი – ინგლისელი ორიენტალისტი (1901-1973)

* * *

ქართული ენით ყველაფერი გამოითქმება, რაც დედამიწაზე შეიძლება გამოითქვას რაგინდარა ენით. აზრი არ მოიპოვება არც ერთ ენაზე, რუსეთის ან დასავლეთის ევროპისა, რომ არა თუ ქართველმა სავსებით ვერ გამოთქვას, არამედ მხატვრულ ყალიბში ვერ ჩამოასხას. ქართული ენა,

განსაკუთრებით, ცოცხალი ქართული ენა, მაღალმხატვრულად გამოსახავს ყოველ აზრს და დაუმახინჯებლად და შეურყვნელად გადმოსცემს, ისე მდიდრულია ქართული ენა. შეიძლება ითქვას, შინაგანი თვისებებით იგი მსოფლიო ენაა.

ნიკო მარი

* * *

გამოხატვის საშუალებებით ქართული ენა მსოფლიოში ერთ-ერთი უმდიდრესია. ის არც სიტყვის მარაგით ჩამოუვარდება ყველაზე უფრო განვითარებულ ენებს.

პროფესორი რიხარდ მეკელაინი, ქართველოლოგი

რა უნდა იცოდნენ მეტალოპლასტმასის კარ-ფანჯრების მფლობელებმა ზამთარში

ვისაც სახლში ხის ფანჯრები აქვს, საგულდაგულოდ ცდილობს მის ხან წებოვანი ქაღალდით, ხანაც ე.წ. სკოტჩით დაწებებას, რომ მაქსიმალურად შეინარჩუნოს ოთახში სითბო. თუმცა, ეს პრობლემა არ არსებობს თუ სახლში მეტალოპლასტმასის კარ-ფანჯარა გაქვთ.

ხშირად, მისი დამონტაჟების დროს, ხელოსნებს ავიწყდებათ მომხმარებლის გაფრთხილება. კერძოდ კი, მეტალოპლასტმასის ბედნიერ მფლობელებმა აუცილებლად უნდა იცოდნენ ორი მნიშვნელოვანი ფაქტორის შესახებ:

1. კარ-ფანჯრის ყველა მოძრავი დეტალი აუცილებლად საჭიროებს რეგულარულ დაზეთვას. სასურველია, ეს პროცედურა წელინადში ერთხელ მაინც ჩაატაროთ და გამოიყენოთ ჩვეულებრივი მანქანის ზეთი.

2. აუცილებლად უნდა გადაიყვანოთ ფანჯრები სეზონურ რეჟიმზე. ზაფხულში უნდა დარეგულირდეს საზაფხულო რეჟიმი, ზამთარში კი – ზამთრის რეჟიმი.

როგორ დავარეგულიროთ მეტალოპლასტმასის ფანჯრები რეჟიმის მიხედვით?

რეგულირების საშუალებას თანამედროვე ტექნოლოგიის თითქმის ყველა ნიმუში იძლევა. იმისათვის, რომ შევამოწმოთ, აქვს თუ არა ჩვენს ფანჯრებს ან კარს რეგულირების საშუალება, კარგად უნდა დავათვალიეროთ საკეტის მიმდებარე ტერიტორია და დავრწმუნდეთ, რომ ამ ადგილებში განთავსებულია ე.წ. ექსცენტრიკები.

თუ თვალს მოკრავთ სახრახნისის ხვრელს, ფიგურულს ან ექვსკუთხას, ან თუ ექსცენტრიკი ოვალური ფორმისაა, ასეთი ფურნიტურა აუცლებლად ექვემდებარება რეჟიმის მიხედვით შეცვლას.იმისთვის, რომ შევცვალოთ რეჟიმი, საკმარისია ყველა ექსცენტრიკი შეატრიალოთ სპეციალური ინსტრუმენტის საშუალებით.

რაც უფრო დიდია ფანჯარა, მით მეტი ექსცენტრიკი აქვს. იმ შემთხვევაში თუ ექსცენტრიკი მუდმივად ზამთრის რეჟიმზეა დაყენებული, რეზინებზე ზენოლა ძლიერია და ის მალე ბლაგვდება. იმისთვის, რომ მარტივად შეამოწმოთ, რამდენად მჭიდროდ იხურება თქვენი ფანჯარა, საკმარისია საკეტში ჩააყოლოთ ქაღალდი, ჩაკეტვის შემდეგ თუ ქაღალდი ადვილად გამოცურდა, თქვენი ფანჯარა ზაფხულის რეჟიმზეა, ხოლო თუ ვერ გამოიღეთ, მაშინ ის ზამთრის რეჟიმზე ყოფილა დარეგულირებული.

intermedia.ge

გახდი ქველმოქმედი, დაეხმარე ხალხს

დალოცვილები იქნებით უფლისაგან გაჭირვებული ხალხის თანადგომისა და დახმარებისათვის

ასეთი ლოზუნგით მინდა შეგახსენოთ, რომ: ჩვენი დუღჭირი ცხოვრებიდან გამომდინარე, (ერთეულების გარდა), ჩვენი რაიონის (და არა მარტო ყვარლის) მოსახლეობის გარკვეული ფენა არის სიღარიბის ზღვარს ქვემოთ – სიღატაკეში, გაუსაძლის მდგომარეობაში. ვერ უძლებენ ეკონომიურ კრიზისს, სიცივეს, შიმშილს, ავადმყოფობით გამოწვეულ ტკივილს, უსახსრობის გამო მედიკამენტების ვერ შეძენას. ესენი არიან: მოხუცებულები, პენსიონერები, რომლებსაც მიმხედი არა ჰყავთ. შეზღუდული უნარის მქონენი, სოციალურად დაუცველები, ან სტატუს გაუქმებულები, მარტოხელები, ინვალიდები, უსახლკაროები და ხალხი, რომლებსაც არც ხელფასი აქვთ, არც პენსია და არც არანაირი შემოსავალ-დახმარება. ისინი მხოლოდ და მხოლოდ უფლის მფარველობის ქვეშ იმყოფებიან.

მე ვიცი და ვხედავ რა არის სიღარიბე – სიღატაკე. მდიდარი არც მე ვარ (ჩემი სიმდიდრე ჩემი შვილები და შვილიშვილებია), მეც მიჭირს, მაგრამ მათგან განსხვავებით ისე არა, როგორც მათ. ბევრი ოჯახი ვიცი, სადაც 6-7-8 ოჯახის წევრია. მათგან მხოლოდ ერთი იღებს პენსიას და ამ პენსიამ უნდა გადაიხადოს კომუნალური გადასახადი, თუ წამლებს შეიძენენ მთელი თვის განმავლობაში პურის ფული არ ექნებათ, ან თუ პურს იყიდიან, მაშინ წამლებს ვერ შეიძენენ. ასეთი ცხოვრება ერგოთ წილად.

მე ვიცი რა არის ავადმყოფობით გამოწვეული ტკივილი. ვიცი იმიტომ, რომ ჩემს თავზე გამოვცადე. ოთხი წლის განმავლობაში გაუსაძლისს გავუძელი. დაკუტებული ვიყავი, გადაადგილება მიჭირდა, ღამეებს ვათენებდი. ჩემი შვილები ყველაფერს აკეთებდნენ ჩემი გამოჯანმრთელებისათვის მაგრამ ყველაფერი უშედეგო იყო. ეს ისეთი ტკივილებია, რომელსაც არანაირი ტკივილგამაყუჩებელი არ შველის. გავიკეთე ორი ოპერაცია პროთეზირებით. დიდი მადლობა ჯანდაცვის სამინისტროს – საყოველთაო დაზღვევა რომ არ ყოფილიყო, ორს კი არა, ერთ ოპერაციასაც ვერ გავიკეთებდი, რადგან ძალიან ძვირადღირებულია ყველა სახის ოპერაცია და ჩვენთვის რა თქმა უნდა, მიუწვდომელი იქნებოდა. დღეს ხელჯოხით დავდივარ.

სწორედ იმ უძილო ღამისთევის დროს (ფიქრის მეტი რა მქონდა) ვეხვეწებოდი ღმერთს დროზე გამოვჯანმრთელებულიყავი, რომ დავხმარებოდი ხალხს, რომლებსაც მანუგეშებელიც კი არა ჰყავთ და თუ ჰყავთ, ეკონომიური კრიზისის გამო რწმენადაკარგულები და უიმედონი არიან.

სწორედ ასეთი ხალხის დასახმარებლად გადავწყვიტე გავაღო ჩემი სახლის კარები (და არა მარტო ჩვენი რაიონის მოსახლეობისათვის) – ჯერ-ჯერობით ძალიან ფართოდ არა, რადგან შებოჭილივით ვარ – არ ვიცი ვინ როგორ მიიღებთ ამ ქველმოქმედებას, თუ გულთან ახლოს მიიტანთ ამ ხალხის ჭირ-ვარამს, შეიცოდებთ და დაგვეხმარებით, მაშინ ჩემს სახლს დავარქმევ „პანსიონატს".

ასაკის, სქესისა და ეროვნების მიუხედავად, მზადყოფნას გამოვთქვამ, რომ „პანსიონატში" მივიღოთ ისინი, ვისაც დღეის მდგომარეობით ძალიან უჭირთ და ჩვენი დახმარება სჭირდებათ. არ მოვაკლებთ სითბოს, სისუფთავეს, საკვებს, ექიმს, წამლებს და ყველაფერს, რაც ცოცხალი ადამიანისათვის არის საჭირო.

ამ საქმის წამოწყებას მარტო ჩემი გადაწყვეტილება ვერ უშველიდა. მოიწონა და მოსამზადებელი საქმის დაწყებაში მეხმარება და იმედი მაქვს შემდეგშიც დაგვეხმარება ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგებელი ილია მზექალაშვილი და გამგეობის თითქმის ყველა თანამშრომელი, რისთვისაც დიდ მადლობას ვუხდი მათ.

ასევე წინასწარ დიდ მადლობას ვუხდი „ემბაუდის" მაღაზიის ხელმძღვანელს, ქალბატონ მაია ბუჯიაშვილს, რომელმაც ჯერ კიდევ რვა თვის წინ მომიწონა ასეთი საქველმოქმედო საქმის წამოწყება, სტიმული მომცა ამ საქმის განხორციელებაში და სურვილი გამოთქვა აუცილებლად ჩაებმებოდა ამ კეთილშობილურ საქმეში და ყველანაირად დაგვეხმარებოდა იმით, რაც აუცილებლად დაგვჭირდებოდა.

შეგახსენებთ, რომ: დღეს ეს ყველანაირად გაჭირვებული ხალხი ათეული წლების უკან ჩანდნენ როგორც წარმატებული ადამიანები და ბევრი სასიკეთო საქმეც აქვთ გაკეთებული რაიონისათვის.

გთხოვთ ნუ დაივიწყებთ მათ ამაგს! არავინ იცის წინასწარ ვის რა მოელის მომავალში, პატივი ვცეთ ჩვენს თანამემამულეებს, გამოიჩინეთ კეთილი ნება და მიიღეთ ისინი ისეთები, როგორებიც დღეს არიან. ერთმანეთის მხარდაჭერით გავაუმჯობესოთ მათი ყოფა-ცხოვრება, შევუმსუბუქოთ ტკივილი.

დღეის მდგომარეობით ექვსი ქალი მზად არის მივიღოთ. ვიცი, ამ განცხადების გამოქვეყნების შემდეგ რაოდენობა ძალიან სწრაფად გაიზრდება (გველოდებიან, გვირეკავენ) და თუ ხელმძღვანელები დაგვეხმარებიან, სამუშაო ადგილებიც შეიქმნება.

მოგმართავთ თხოვნით!

ჩვენი რაიონის წარმატებულო ხელმძღვანელებო, პროდუქციის შემქმნელებო, მწარმოებლებო, ბიზნესმენებო, მსხვილი მაღაზიის მეპატრონეებო, გამოიჩინეთ კეთილი ნება, გულისხმიერება, ჩაერთეთ ამ კეთილშობილურ საქველმოქმედო საქმეში, გახდით აქტიური წევრი და დაგვეხმარეთ ვისაც რისი შესაძლებლობა გაქვთ. ჩვენ ძალიან ბევრი რამ გვჭირდება.

დალოცვილები იქნებით უფლისგან გაჭირვებული ხალხის თანადგომისა და დახმარებისათვის.

ყოველი თქვენს მიერ გაწეული სიკეთე დაფასებული იქნება პრესისა და ტელევიზიის მეშვეობით.

იმედია უყურადღებოდ არ მოგვექცევით.

თამარ ქოჩორაშვილი.

ლიბერთი ბანკში გახსნილია ანგარიში №**GE 43 LBO** 112133041348000.

ჩემი ტელეფონის ნომრებია 557-23-13-57, ან 574-55-19-22.

მეცნიერები და ექიმები გვაფრთხილებენ, გვირჩევენ, გვთავაზობენ!

დათვის ქონი – თანამედროვე პანაცეა ონკოლოგიური დაავადებების წინააღმდეგ

შეიძლება თუ არა, ქონი სასარგებლო იყოს? რა თქმა უნდა, შეიძლება, განსაკუთრებით მაშინ, თუ საქმე დათვის ქონს ეხება.

დათვის ქონის სამკურნალო თვისების შესახებ ჯერ კიდევ ჩვენმა წინაპრებმა იცოდნენ.

მაინც რა სასარგებლო თვისებებს შეიცავს დათვის ქონი? პირველ რიგში, ეს არის პოლი და მონოდგაჯერებული ცხიმოვანი მჟავები (ომეგა – 3-6-9), A, E და B ჯგუფის ვიტამინები, ციტამინები, ცერებრამინები, საპონინები, ასევე, უამრავი რაოდენობის ადამიანის ორგანიზმისთვის საჭირო მაკრო და მიკროელემენტები.

დათვის ქონი მნიშვნელოვნად აძლიერებს დასუსტებულ იმუნიტეტს, ამაღლებს ორგანიზმის საერთო ბრძოლისუნარიანობას, აქრობს ანთებით პროცესებს და სრული გამოჯანმრთელების პროცესს აჩქარებს. გარდა ამისა, ცხოველური წარმოშობის ეს უნიკალური პროდუქტი გამოიყენება გაციების, ინფექციური და ანთებითი დაავადებების პროფილაქტიკისთვის, როგორც ბავშვებში, ასევე უფროსებში.

რომელი დაავადებების დროს გამოიყენება დათვის ქონი

ქონის გამოყენების სფერო იმდენად დიდია, რომ უფრო მარტივი იქნება გავარკვიოთ, როგორ მოქმედებს ის ჩვენი ორგანიზმის სხვადასხვა სისტემაზე.

მაშ ასე, დათვის ქონი ძალიან სასარგებლოა კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს.

სასუნთქი გზების მკურნალობისას, მაგალითად – ბრონქიტის, ტრაქეიტის, ლარინგიტის, ფარინგიტისა და პნევმონიის დროს. ამ დაავადებების დროს კარგია ქონის როგორც გარეგანი, ასევე შინაგანი გამოყენება. ეს ბუნებრივი პროდუქტი არაჩვეულებრივია ხველის დროს.

დათვის ქონი გამოიყენება რევმატოლოგიასა და ნევროლოგიაში. კარდიოლოგები კი დათვის ქონის დალევას გვირჩევენ. ის არეგულირებს არტერიულ წნევას, ამაღლებს ჰემოგლობინს და ათეროსკლეროზის პროფილაქტიკისთვისაც გამოიყენება.

დათვის ქონს მსუბუქი სედატიური ეფექტიც აქვს, აუმჯობესებს თავის ტვინის მუშაობას.

კოსმეტოლოგებიც სიამოვნებით იყენებენ დათვის ქონს ასაკოვანი კანისთვის. საქმე ისაა, რომ ის არაჩვეულებრივად კვებავს კანს და ლიფტინგის ეფექტიც გააჩნია.

თუ გსურთ, რომ ყინვაში კანი არ დაგისკდეთ და გაგიუხეშდეთ, გარეთ გასვლამდე, წინასწარ წაისვით სახეზე დათვის ქონი. განსაკუთრებით მოუხდება ეს საშუალება სამთო-სათხილამურო სპორტის მიმდევრებსა და მთამსვლელებს.

რაც შეეხება დერმატოლოგიურ დაავადებებს, ამ შემთხვევაში დათვის ცხიმი ხელს უწყობს ჭრილობების შეხორცებას და აღადგენს კანის სტრუქტურას ეგზემის, ფსორიაზისა და სხვა დერმატოლოგიური დაავადებების დროს.

დათვის ქონის ყველაზე მოულოდნელ გამოყენებას მიაგნეს ონკოლოგიის პროფილაქტიკაში, ასევე, რეპროდუქციულ მედიცინაში და მამაკაცისა და ქალის სასქესო სისტემის მუშაობის სისტემაში მოსაყვანად.

ერთი სიტყვით, ეს პროდუქტი, რომელსაც თანამედროვე პანაცეად მიიჩნევენ, გამოიყენება როგორც ბავშვების, ასევე ზრდასრულების მკურნალობისთვის, როგორც გარეგანი, ასევე შინაგანი გამოყენებით.

მაგალითად, ჩვეულებრივი გაციების დროს დათვის ქონი უნდა მიიღოთ დღეში სამჯერ, ჭამამდე ერთი საათით ადრე: დიდებმა – სუფრის კოვზით, ხოლო ბავშვებმა – ჩაის.

ბრონქიტის, პნევმონიისა და ტუბერკულოზის დროსაც კი დათვის ქონის მიღება რეკომენდებულია ასევე დღეში სამჯერ, ჭამამდე ერთი საათით ადრე შემდეგი დოზებით: ბავშვებისთვის – ჩაის კოვზი, მოზარდებისთვის – დესერტის კოვზი, ხოლო დიდებისთვის – სუფრის. მეტი ეფექტისთვის ცხიმი უნდა გაიხსნას თბილ რძეში და დაემატოს თაფლი. ამასთან, მკურნალობის კურსი უნდა შეადგენდეს ერთ თვეს, შემდეგ ერთკვირიანი შუალედის გამოტოვებით გაგრძელდეს მკურნალობა სრულ გამოჯანმრთელებამდე.

ამ სქემითვე მიმდინარეობს მკურნალობა კუჭ-ნაწლავის დაავადებების დროს. თუ რაიმე მიზეზის გამო პაციენტისთვის რძე აკრძალულია, ცხიმის წასმა შეიძლება პურის ნაჭერზე და „ბუტერბროდს“ უნდა მიაყოლოთ ჟოლოს ან ბალახეულის ჩაი.

სახსრების დაავადებების, ნაკბენების, დამწვრობის და სხვადასხვა იარის შემთხვევაში ცხიმს გარეგანი გამოყენება აქვს. ასეთ შემთხვევებში დაზიანებულ და მტკივან ადგილებში ქონი ისმევა თხელ ფენად. ხოლო სახსრებისთვის უმჯობესია, გაკეთდეს ქონის კომპრესები და შემდეგ თბილად შეხვევა.

უკუჩვენებები

ძალიან იშვიათად, მაგრამ მაინც, გვხვდება შემთხვევები, როცა დათვის ქონს ადამიანის ორგანიზმი ვერ იტანს. ამიტომაც მისი გამოყენება ძალიან მცირე დოზებით უნდა დაიწყოთ, როგორც შინაგანი გამოყენებისას, ასევე გარეგანის და მხოლოდ უკუჩვენების არქონის შემთხვევაში უნდა გააგრძელოთ რეკომენდებული დოზებით მისი გამოყენება.

გარდა ამისა, მკაცრი უკუჩვენება აქვს დათვის ქონის გამოყენებას ორსულობისა და ძუძუთი კვების დროს. ხოლო 3 წლამდე ბავშვებში აკრძალულია მისი მიღება შინაგანად, ხოლო გარეგანად დასაშვებია.

პანაცეა კაპსულებში

დღესდღეობით ფარმაცევტული წარმოება სიამოვნებით იყენებს ხალხურ სამკურნალო საშუალებებს და მათ კრემების, აბებისა და კაფსულების სახით უშვებს. ბიოლოგიურად აქტიური დანამატი „დათვის ქონი“ კაფსულებშიც გამოდის. გამოყენებამდე გაიარეთ ექიმის კონსულტაცია.

რატომ უნდა მიირთვათ რაც შეიძლება მეტი ხურმა

ამ ხილის ფანტასტიკური თვისებები გაგაოცებთ

ხურმა – პლანეტაზე ერთ-ერთი ყველაზე სასარგებლო ხილია. ექიმების რეკომენდაციით რაც შეიძლება მეტი უნდა მიირთვათ, ხოლო თუ ფინანსები ხელს გიწყობთ – ყოველდღე.

ამისთვის არსებობს მინიმუმ 5 მიზეზი:

პირველი მიზეზი: დაგეხმარებათ გახდომაში.

საქმე იმაშია, რომ ხურმა ერთდროულად ტკბილი და ნაკლებკალორიული პროდუქტია.

მეორე მიზეზი: ზოგიერთი საშიში დაავადების პროფილაქტიკა.

მათ შორის: ონკოლოგია, ფილტვების დაავადებები და კენჭების წარმოქმნის თავიდან აცილება. აუმჯობესებს მხედველობას და ორგანიზმში აფერხებს დაბერების პროცესებს.

მესამე მიზეზი: გეხმარებათ მონელებაში.

ხურმა სასარგებლოა კუჭის პრობლემების შემთხვევაშიც. ამყარებს კუჭის კედლებს და აღმოფხვრის წყლულს.

მეოთხე მიზეზი: აძლიერებს გულსა და სისხლძარღვებს.

საქმე იმაშია, რომ ხილი შეიცავს დიდი რაოდენობით კალიუმს. ამიტომ ჰიპერტონიის მცირე გამოვლენის შემთხვევაშიც თქვენს რაციონში ხურმა შეიტანეთ.

მეხუთე მიზეზი: ამშვიდებს ნერვებს.

ხურმა ძალიან სასარგებლოა ნერვული სისტემისთვის. გარდა ამისა, აძლიერებს იმუნიტეტს. საერთო ჯამში ეს იმას ნიშნავს, რომ უკეთ გამოიძინებთ, ნაკლებად იავადმყოფებთ და გარშემო მყოფებიც იშვიათად გაგაღიზიანებთ.

რატომ ეძახდნენ ეგვიპტელები ალოეს მარადისობის მცენარეს და რა დაავადებებს კურნავს ის

ალბათ ყველას გსმენიათ ალოეს საოცარი თვისებების შესახებ, ეს მცენარე ნამდვილ სასწაულებს ახდენს და უამრავი დაავადების მკურნალია. ის კარგია კბილებისა და პირის ღრუს ჯანმრთელობისათვის, ასევე საუკეთესოა კანის მოვლისა და თმისათვის. ალოე არაჩვეულებრივია ორსული ქალებისათვის რადგან დიდ ზეგავლენას ახდენს ნაყოფის სწორად ჩამოყალიბებაზე. მას ანტიბაქტერიული და ანტივირუსული მოქმედება ახასიათებს. შეიცავს რკინას, მაგნიუმს ვიტამინ 12 – სა და უამრავი სხვა სახის ვიტამინებს. კარგია ყოველდღიური გამოყენებისთვის და კურნავს უამრავ დაავადებას. მას ეგვიპტელები მარადისობის მცენარედ მიიჩნევდნენ ხოლო ამერიკელები სამოთხის მცენარედ.

როგორ გამოვიყენოთ ასპირინი სხვადასხვა პრობლემის აღმოსაფხვრელად

ასპირინი – ყველაზე პოპულარული ტკივილგამაყუჩებელია, მას ხალხი იყენებს მაშინ, როდესაც გრძნობს ძლიერ ტკივილს, როგორიცაა თავის ტკივილი, კბილის ტკივილი და ა.შ. თუმცა, ეს პრეპარატი შეიცავს ქიმიურ ნივთიერებებს, რომლებიც შეიძლება დაგვეხმაროს სხვა მრავალ პრობლემასთან საბრძოლველად. აი რამდენიმე უცნობი მეთოდი ასპირინის გამოყენებისა.

ქერტლის საწინააღმდეგოდ

თქვენ შეგიძლიათ ასპირინი გამოიყენოთ, ქერტლის შესამცირებლად, იმიტომ, რომ ის შეიცავს სალიცინის მჟავას, ქიმიურ ნაერთს, რომელსაც შეუძლია გააკეთოს ბევრი რამ. ექიმი ჯოშუა განმარტავს, რომ ასპირინის გამოყენება შამპუნთან ერთად ამცირებს კანის ანთებას და ქერტლის წარმოქმნის ალბათობაც საგრძნობლად მცირდება. უნდა აიღოთ 2-3 ტაბლეტი ასპირინი დაამატოთ მას შამპუნი და შეიზილოთ ეს ნარევი თავზე, გაიჩერეთ დაახლოებით 5 წუთი და შედეგი გასაოცარი იქნება.

კანის მკურნალობა

ასევე სალიცინის მჟავის წყალობით, ასპირინს შესწევს უნარი მოაშოროს მკვდარი უჯრედები და ცხიმი თქვენს კანს. ასპირინი ასევე იდეალურად ებრძვის აკნესა და ფსორიაზს, რადგან მას შეუძლია შეამციროს შეშუპება, კანის დაზიანება და სინითლე. ოთხ ჭიქა წყალს დაუმატეთ 5 დაფხვნილი ტაბლეტი და ერთი ჩაის კოვზი თაფლი. დატოვეთ ნარევი 10 წუთის განმავლობაში. შემდეგ კი წაისვით.

ოფლისგან გამოწვეული ლაქების მოშორება

როდესაც ადამიანებს ტანსაცმელზე რჩებათ ოფლისგან დატოვებული ლაქები, ამ შემთხვევაშიც შეუძლიათ ასპირინის საშუალებით გააქრონ ისინი. თქვენ უნდა გააკეთოთ ნარევი, და გამოიყენოთ ეს ნარევი იმ ადგილას სადაც ლაქა შემორჩა. დატოვეთ ნარევი რამდენიმე წუთის განმავლობაში, შემდეგ კი გარეცხეთ იგი ჩვეულებრივად, შედეგიც ეფექტური იქნება.

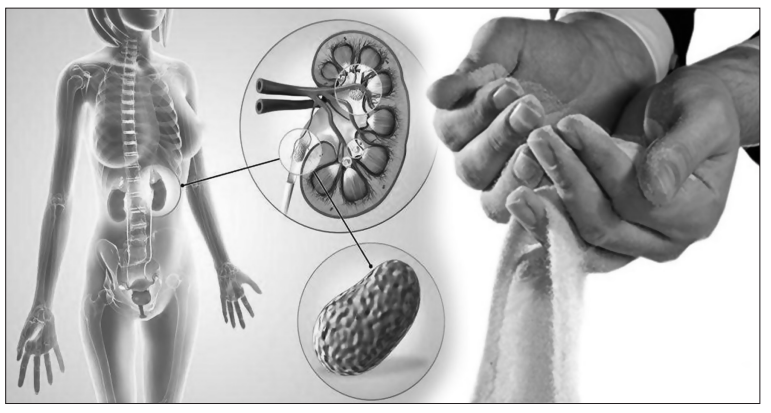
ავტომობილი

თუ თქვენ აღმოჩნდით ისეთ სიტუაციაში, როდესაც თქვენი ავტომობილი არ იქოქება და არ შეგიძლიათ დაელოდოთ დახმარებას, შეგიძლიათ გამოცადოთ ეს ხერხი: დაამსხვრიეთ ასპირინის ტაბლეტი და ჩაყარეთ პირდაპირ ბატარეაში. სალიცინის მჟავა შეიცავს ასპირინს, ამიტომ დიდია ალბათობა იმისა, რომ ამ ხერხმა გაამართლოს. გარდა ამისა, იგი ხელს უწყობს ავტომობილს მიიღოს საკმარისი სტიმული, რათა გადაიყვანოთ იგი უახლოეს ავტოსადგომზე.

მეგაღეობა

სალიცინის მჟავის წყალობით, ასპირინს შეუძლია დაბლოკოს ეთილენის და ობის წარმოქმნა. ეს არის ორი ძირითადი მიზეზი იმისა, რომ ასპირინი საუკეთესო მკურნალია თქვენი ყვავილებისა. თქვენ უბრალოდ უნდა შევურიოთ წყალს დამსხვრეული ასპირინი და დაასხათ ეს ნარევი ყვავილებს, ან თაიგულს, რათა დაეხმაროთ მას სიცოცხლის შენარჩუნებაში.

ეს სასმელი შლის ქვებს თირკმლებში, ასუფთავებს ღვიძლს, კლავს კიბოს უჯრედებს



სასმელი, რომლის რეცეპტსაც შემოგთავაზებთ აქტიურად ებრძვის ვირუსულ დაავადებებს, მათ შორის გაციებას, გრიპსა და ჰერპესს.

ეს სასმელი, რომლის ერთ-ერთი მთავარი კომპონენტი კოჭაა, დაგეხმარებათ შეინარჩუნოთ ჯანმრთელი გული და აიცილოთ ინსულტის განვითარების რისკი. გარდა ამისა, აძლიერებს იმუნიტეტს, ებრძვის ინფექციებს, აუმჯობესებს სისხლის მიმოქცევას.

ინგრედიენტები:

1 სადილის კოვზი თაფლი.
2 სადილის კოვზი ქოქოსის რძე.
L ჩაის კოვზი კურკუმა.
L ჩაის კოვზი დაფხვნილი კოჭა.
1 ფინჯანი წყალი.

მომზადების წესი:

წყალი ჩაასხით ჯამში და დადგით ნელ ცეცხლზე, როცა ადუღდება დაუმატეთ კურკუმა და კოჭა. ადუღეთ შვიდი წუთის განმავლობაში. შემდეგ დაუმატეთ ქოქოსის რძე. გადაწურეთ, გააგრილეთ და დაუმატეთ თაფლი.

გამოყენების წესი:

შეგიძლიათ დალიოთ ყოველდღე საუზმეზე. ეს სასმელი მთელი დღის ენერგიითაც მოგამარაგებთ. თუ ყოველდღე არ გინდათ მისი გამოყენება, შეეცადეთ ზამთარში მაინც მიიღოთ რეგულარულად. ამით თავიდან აიცილებთ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებულ სეზონურ პრობლემებს.

ეს ჩაი დაგიცავთ ინფექციებისგან.

მეცნიერებმა უნიკალური ანტიბიოტიკი შექმნეს

ყველამ იცის, რომ ანტიბიოტიკებით მრავალი დაავადების დამარცხებაა შესაძლებელი. ისიც ცნობილია, რომ ბაქტერიები მუდმივად მუტაციის საფუძველზე სულ უფრო მეტ მდგრადობას (რეზისტენტობას) იჩენენ მედიკამენტებისადმი. აღარაფერს ვამბობთ ცალკეული სახეობის ვირუსებზე, რომელთა წინაშეც ანტიბიოტიკები უძლურია. მეცნიერთა განცხადებით, ეს პრობლემა უახლოეს მომავალში გადაიჭრება, რადგან ამერიკის, გერმანიისა და დიდი ბრიტანეთის მკვლევარებმა შექმნეს უნიკალური ანტიბიოტიკი, რომლის მიმართაც ბაქტერიათა მსგავსად ვირუსებიც უძლურნი იქნებიან.

პრეპარატს ჰქვია თეიქსობაქტინი. ის ინფექციურ დაავადებებთან ბრძოლის მძლავრი იარაღია. ტესტირება ჯერჯერობით ლაბორატორიულ ვირთაგვებზე მიმდინარეობს, თუმცა, როგორც კი ახალი პრეპარატი თავის ეფექტურობას დაადასტურებს, მისი გამოცდა მოხალისეებზეც დაიწყება.

ეს აღმოჩენა ჩრდილო-აღმოსავლეთის უნივერსიტეტის ბაზაზე მოხდა და როგორც ამბობენ, მეცნიერთა სამყაროში ფურორი გამოიწვია. ამ დრომდე ხომ ანტიბიოტიკებთან დაკავშირებით მეტად არასახარბიელო სიტუაცია იყო – მეცნიერები პრაქტიკულად ვერ ასწრებდნენ ახალი პრეპარატის შექმნას, რადგან ყოველი ახალი მედიკამენტის მიმართ ბაქტერიები უმალ ავლენდნენ მდგრადობას (რეზისტენტობას). ეს ფაქტი მეცნიერებს წყალში უყრიდა მთელ შრომასა და გარჯას, რომ აღარაფერი ვთქვათ იმ ფინანსებზე, რომლებიც კვლევებს ხმარდებოდა.

თინათინ გოცაძე

ღვინის სასწაულმოქმედება – ანუ რატომ უნდა დავლიოთ დღეში 1 ჭიქა ღვინო

ცნობილი ამბავია, რომ დღეში თუნდაც მხოლოდ ერთი ჭიქა ღვინის მირთმევას შეუძლია მრავალი დაავადებისაგან განგკურნოთ.

როგორც თეთრი მშრალი, განსაკუთრებით კი წითელი მშრალი ღვინის ყოველდღიურად მცირე დოზებით მირთმევის დროს, თქვენ აუცილებლად დაკარგავთ ზედმეტ კილოგრამებს.

მეცნიერები ამტკიცებენ, რომ ერთი ჭიქა ღვინო დაგაკარგვინებთ იმდენ ზედმეტ კილოს, რამდენსაც სავარჯიშო დარბაზში ერთი საათით ვარჯიში. ეს ყველაფერი კი ღვინის შემადგენელი ელემენტების წყალობით, რომლებიც მეტაბოლიზმის დაჩქარებას ხელს უწყობენ. გარდა ამისა, ღვინო ამაღლებს ქალური ჰორმონის ესტროგენის დონეს, რომელიც ორგანიზმში ძვლების დაშლის საწინააღმდეგო ეფექტს იწვევს.

ყველაფერთან ერთად, ღვინო კბილების გასუფთავებისა და საღეჭი რეზინის ბრწყინვალე ალტერნატივაა. ეს ყველაფერი ფლავენ 3-ის წყალობით, რომელიც პირის ღრუში მავნე ბაქტერიებს კლავს.

ასევე, უნდა ვიცოდეთ, რომ ღვინო დაბლა სწევს ქოლესტერინის დონეს და ხელს უშლის სისხლის შედედებას სისხლძარღვებში.

ვირების პირველი ფერმა საქართველოში – „სახე-დარი“-ს რძე ბაზარზე ზაფხულში გამოჩნდება

პირველად საქართველოში, მოქანდაკის მიერ ერთად შეგროვებული 60 სახე-დარი და ბიზნესი, რომელიც ახლა იკიდებს ფეხს, – უჩვეულო ბიზნესი, არც მეტი არც ნაკლები, ვირების ფერმაა. ამ არატრადიციული მეურნეობის შესახებ ბუსინესს-ცონტრაცტ.გე მის დამფუძნებელს, თემურ ლომიძეს ესაუბრა. თემურ ლომიძე პროფესიონალი მოქანდაკე და მხატვარია. აქვს საკუთარი ქანდაკებების ჩამომსხმელი ცეხი. 2003 წლამდე ცხოვრობდა საზღვარგარეთ და როგორც თვითონ აღნიშნავს, საკუთარი პროფესია ფერმერობაში არ უშლის ხელს.

– საიდან გაჩნდა ამ ბიზნესის იდეა და როდის დაიწყეთ საქმიანობა?

– ჩემმა საუკეთესო მეგობარმა მომაწოდა ვირების ფერმის იდეა, გულახდილად რომ გითხრათ, თავიდან გამეცინა, შემდეგ სერიოზულად დავფიქრდი, იქნებ ღირდეს საქართველოშიც მსგავსი ფერმის გაკეთება, მოვიძიე ინფორმაცია... რამდენიმე წელი საზღვარგარეთ ვცხოვრობდი და მსგავსი ფერმები ნანახი მქონდა, თუმცა ამაზე აქამდე, როგორც უკვე გითხარით სერიოზულად არც მიფიქრია. ფერმა არენდით გვაქვს აღებული და პარალელურად თბილისთან ახლოს, სოფელ სააკაძიდან 2 კილომეტრის დაშორებით საკუთარ ფერმასაც ვაშენებთ.

– როდის დასრულდება ფერმის მშენებლობა და რამდენი სული სახედარი გყავთ ამჟამად?

– ფერმის საძირკველი უკვე ჩაყრილი გვაქვს, მაქსიმუმ ერთ თვეში მშენებლობასაც დავასრულებთ დაუკვე არსებულ ცხოველებს გადავიყვანთ. ჯერჯერობით 60 სული პირუტყვი გვყავს, აქედან 4 ულაყი და დანარჩენი მდედრი.

– რა ინვესტიციის ჩადება მოგიხდათ ამ ბიზნესის დასაწყებად?

– ყველაზე ძალიან გამიჭირდა ვირების მოძიება. სოფელ-სოფელ დავდიოდით და სათითაოდ ვარჩევდით. რადგან ვირი 25 წლამდე ცოცხლობს და თუ ახალგაზრდა არაა და თუ არ გამოგადგა ძალიან ძნელია. განსხვავებაა ჯიშებშიც... რაც შეეხება ფინანსურ მხარეს, დღემდე დახარჯულია 30 ათასი ლარი და კიდევ ერთი ამდენია საჭირო, რომ მთლიანად გავმართო ეს ფერმა, შევკრა ჯოგად და წველადობაც გაიზარდოს. დაფინანსების ნაწილი საერთაშორისო დონორი ორგანიზაციებიდან მოდის, აღნიშნული თანხა მიზნობრივად დაიხარჯება. გაზაფხულიდან ველოდებით ნამატსაც, 40 ჩოჩორი გვყავს მოსაგები.

– რა ღირს ვირის რძე საქართველოში და ევროპაში?

– საქართველოს პირობებში 1 ლიტრი ვირის რძის ფასი 60-დან 70 ლარამდე მერყეობს. ევროპაში კი ერთი ლიტრი 40 ევრო ღირს. ვირის რძის შეგროვება ძალიან რთულია, დღეში მაქსიმუმ 25 ლიტრს მივიღებთ ზაფხულიდან და ეს ძალიან ცოტაა, იმისთვის რომ ჩვენი პროდუქციის ექსპორტზე გატანაზე ვიფიქროთ, ხელშეკრულება დავდოთ იმ კომპანიებთან, რომლებიც ვირის რძეს იყენებენ საკუთარი პროდუქციის დასამზადებლად. ევროპაში გატანის დიდი სურვილი მაქვს, მაგრამ თუ არ შეიქმნა ფერმერული კოოპერატივები, მარტო საკუთარი ძალებით ძალიან გამიჭირდება. საჭიროა უფრო მეტი, არ ვიცი როგორ იქნება, მაგრამ რაც შემიძლია ჩემი ძალებით უფრო მეტს და მეტს მოვაგროვებ და ადრე თუ გვიან ჩემს პროდუქციას ექსპორტზე გავიტან, ეს შორეული გეგმებია, ახლა კი მთავარია ჩვენი მომხმარებლები დავაკმაყოფილოთ. პირველ რიგში კი საჭიროა მომხმარებლების ცნობიერების ამაღლება ამ კუთხით, თუ არ გაიაზარდა ცნობიერება, ვერ გაიგებენ პროდუქციის აუცილებლობას და შესაბამისად ბიზნესიც განწირულია წარუმატებლობისათვის.

– ვირის რძის განსაკუთრებულ თვისებებზეც რომ მოგვიყვეთ...

– ვირის რძეს აქვს განსაკუთრებული სამკურნალო და სასარგებლო თვისებები. მასში რძის ცხიმიანობა დაბალია და შეადგენს 0.6%-ს, მაშინ როცა ძროხის რძეს აქვს 6-7%. ვირის რძე ყველაზე ახლოს დგას დედის რძესთან და მოდუღების გარეშე შიძლება ბავშვისთვის მიცემა. ასევე ვირის რძისგან ამზადებენ წამლებს და კოსმეტიკას საზღვარგარეთ. მას უკურეაქცია არ აქვს, მდიდარია ვიტამინებით და მასში 300 სხვადასხვა სასარგებლო ნივთიერება შედის. ევროპაში ყველაზე ძვირადღირებული ბავშვის საკვები სწორედ ვირის რძეზეა დამზადებული.ზოგადად მისგან დამზადებული ნაწარმი საკმაოდ ძვირად ფასობს. ვირის რძე წარმატებით ებრძვის ბრონხიალური ასთმას, ხველას, ყივანახველას, ალერგიებს, დიაბეტს, კანის დაავადებებს, კიბოს, ტუბერკულიოზს, ნითელას და ციებ-ცხელებას.

ნეაპოლის უნივერსიტეტის მეცნიერებმა ვირის რძეში აღმოაჩინეს ცხიმის მჟავა ომეგა-3 და ომეგა-6, დატვირთულია იგი ლაქტოზით და შეიცავს მინიმალურ ცხიმებს. ვირის რძე ძალიან ადვილად იყინება.

– გაქვთ თუ არა უკვე მოფიქრებული სახელწოდება თქვენი პროდუქციისთვის?

– სახელი უკვე შერჩეული მაქვს. „სახე-დარი“ – ასე ერქმევა ჩემს მიერ წარმოებულ პროდუქციას. ეს ბიზნესი საკუთარი სახსრებით დავიწყე, ამიტომაც ჯერჯერობით საკუთარი შეფუთვა და ეტიკეტი არ გვაქვს, თუმცა ყველაფერი დროის ამბავია, არ ვჩქარობ, ჯერ ფერმა უნდა ჩამოვაყალიბო. თავიდან მხოლოდ რძის წარმოებას ვაპირებთ და შემდგომ უკვე ვირის რძის ყველსაც გამოვიტანთ ბაზარზე, რომელიც საკმაოდ ძვირი ღირს ევროპაში, – 1 კგ-1200 ევრო. ცნობისთვის 1 კგ ყველის დასამზადებლად 25 ლიტრი რძეა საჭირო.

– ამჟამად რამდენი ადამიანი გყავთ დასაქმებული თქვენს ფერმაში?

– ამჟამად 4 ადამიანი მყავს დასაქმებული და გაფართოებასთან ერთად თანამშრომლების დამატებაც იგეგმება.

– ქართულ ბაზარზე თუ გყავთ კონკურენტები და „სახე-დარის“ პროდუქციის რეალიზაციას უკვე თუ ახდენთ?

– არა სამწუხაროდ კონკურენტები არ გვყავს, რაც ასე აუცილებელია ამ ბიზნესის განვითარებისთვის. ჯერ ჩვენი ფერმაც ჩამოყალიბების პროცესშია და წარმადობაც არაა დიდი, თუმცა ნელ-ნელა ამაზეც ვიზრუნებთ.

– როდისთვის უნდა ელოდოს მომხმარებელი „სახე-დარის“ პროდუქციას?

– „სახე-დარის“ რძე ზაფხულში, ივლისის დასაწყისში გამოჩნდება. ვაპირებთ ვირების დამატებასაც და შესაბამისად ყველის წარმოებაზეც ეტაპობრივად ვიფიქრებთ. 150 სული პირუტყვი მაინც უნდა იყოს ფერმაში, რომ პროდუქცია გამოჩნდეს ბაზარზე. ასევე ვგეგმავ სხვადასხვა ქვეყნების მონახულებას და მათი გამოცდილების გაზიარებას.

სალომე ჭიპაშვილი

რა განსხვავებაა ყავის ამ ორ სახეობას შორის და როგორ განვასხვავოთ ხარისხიანი ყავა – გაითვალისწინეთ!

ყავას მსოფლიოში პოპულარობით ვერც ერთი სასმელი ვერ შეედრება. ამ არომატული და გარკვეულწილად სასარგებლო სასმელის წარმოება საკმაოდ შრომატევადი და ძვირადღირებულია.

ყავის ხეების კლასიფიცირება რთულია, რადგან დაახლოებით 80-მდე ნაირსახეობა არსებობს – ჯუჯა ბუჩქებიდან დაწყებული, 10 მეტრიანი გიგანტური ხეებით დამთავრებული, რომლებიც ოთხ ძირითად სახეობად არის დაყოფილი. თუმცა ამ ოთხი სახეობიდან ყავის, როგორც სასმელის, მწარმოებელთა და მოყვარულთათვის საინტერესოა მხოლოდ ორი – Coffea Arabica (არაბიკა) და Coffea Canephora (რობუსტა).

არაბიკა

არაბიკა მსოფლიოში ყველაზე მნიშვნელოვანი ყავის სახეობაა. იგი გამოირჩევა რთული არომატითა და გემოთი.

არაბიკის ხე 6-8 მეტრის სიმაღლის იზრდება (თუმცა 4 მეტრზე მაღლა არ ზრდიან, რათა მოსავლის აღება უფრო მოსახერხებელი იყოს). არაბიკის ხის მოვლა საკმაოდ რთულა, რადგან ეს მცენარე ძალიან მგრძნობიარეა დაავადებების, მავნებლებისა და სიცივის მიმართ. ნაყოფი სიგრძით 14 მილიმეტრია, იისფერი შეფერილობის. მარცვლები მოგრძო ფორმისაა, ცალ მხარეს ბრტყელი ზედაპირით.

ნელინადში არაბიკის ერთი ხე, ჩვეულებრივ არაუმეტეს 5 კგ ნაყოფს იძლევა, რომლიდანაც დაახლოებით 1 კგ. მზა მარცვალი მიიღება. არაბიკის მარცვალი შედარებით დიდი, გრძელი და თანაბარია, ვიდრე რობუსტასი. ამასთან, არაბიკაში კოფეინის შემცველობა გაცილებით ნაკლებია (1-1, 5%). არაბიკასგან დამზადებული ყავის გემო არის ტკბილი, ოდნავ მომჟავო.

არაბიკა მსოფლიოში წარმოებული ყავის 70%-ს შეადგენს.

რობუსტა

ეს არის მსოფლიოში მეორე ყველაზე პოპულარული ყავის სახეობა. იგი ხასიათდება მარცვალში კოფეინის საკმაოდ დიდი შემცველობით (3%).

რობუსტას მარცვლებისგან დამზადებული ყავა ნაკლები არომატით ხასიათდება და უფრო მაგარია, ვიდრე არაბიკა. გემოს მხრივ რობუსტა არაბიკაზე გაცილებით ნაკლებად ფასობს. ამის გამო, ყავის ეს სახეობა მსოფლიოში წარმოებული ყავის მხოლოდ 30%-ს შეადგენს.

არაბიკასთან შედარებით, რობუსტას ხე უფრო გამძლეა დაავადებების, მწერებისა და ტემპერატურის ცვლილების მიმართ. პლანტაციები გაცილებით ადვილი მოსავლელი და უხვმოსავლიანია.

როგორც წესი, რობუსტას უმთავრესად იყენებენ ნარევებში და ხსნადი ყავის წარმოებაში.

როგორც ზემოთ აღვნიშნეთ, ყავის ეს ორი სახეობა, თავის მხრივ უამრავ ჯიშებად იყოფა, რომლებიც ერთმანეთისგან განსხვავდებიან გემოთი, არომატითა და, რაღა თქმა უნდა ფასით.

სხვადასხვა ჯიშებს სახელწოდებები მინიჭებული აქვს:

– ქვეყნის მიხედვით, რომელშიც არის მოყვანილი;

– პორტის მიხედვით, რომლიდანაც მიწოდება ხდება;

– ყავის ხის ქვესახეობის მიხედვით (Bourbon, Typica და ა.შ);

– მამულის, მიწის ნაკვეთის, გორაკისა თუ ახლომდებარე ქალაქის მიხედვით.

არსებობს ასევე ბევრი სხვა კლასიფიკაცია მარცვლების მოყვანის ხარისხის მიხედვით.

როგორ ავარჩიოთ?

1. გარეგნულად:

– ზომა. თუ ყიდულობთ 100%-იან არაბიკას, ყველა მარცვალი ერთი ზომისა და ფორმის უნდა იყოს. თუ მათ შორის დაინახავთ შედარებით მცირე ზომის მარცვლებს, სავარაუდოდ, იაფფასიანი რობუსტაა დამატებული.

– ფორმა. მარცვლები ერთგვაროვანი უნდა იყოს, ხელის შეხებისას ბარხატისებური ზედაპირი უნდა ჰქონდეს. მარცვლებზე არ უნდა იყოს ლაქები და ბზარები, არავითარ შემთხვევაში არ უნდა იყოს დამტვრეული. შესაძლებელია სხვადასხვა ფერის მარცვლები შეგხვდეთ იმ შემთხვევაში, თუ ყიდულობთ ე.წ. მელანჟს – ანუ მოხალვის სხვადასხვა ხარისხის მქონე ნარევს.

– ხარისხიანი მარცვლების არომატი ყოველთვის ძლიერი უნდა იყოს, ოღონდ არავითარ შემთხვევაში – მწარე! თუ ყავას სდევს მომწარო-მომჟავო ან ობის სუნი, ეს ნიშნავს, რომ პროდუქტის შენახვის ვადა დიდი ხანია ამოიწურა.

2. შეფუთვა:

– უნდა იყოს ჰერმეტული – სასურველია, სამმაგი ფოლგა ჩამკეტით.

3. მოხალვის ხარისხი:

გამოისახება შეფუთვაზე ციფრების სახით – 1-დან (სუსტი მოხალვა) 5-მდე (ძლიერი მოხალვა).

მოცემულ შემთხვევაში არჩევანი დამოკიდებულია მხოლოდ მყიდველის გემოვნებაზე. თუმცა ყურადღება მიაქციეთ მოხალვის თარიღს და გახსოვდეთ, რომ მოხალული მარცვალი არომატს მხოლოდ ერთი თვის მანძილზე ინარჩუნებს და რაც მეტი დრო გადის, მით მეტად კარგავს ყავა საგემოვნო თვისებებს.

მოხალვის ხარისხები:

– სკანდინავიური (სუპერ მსუბუქი) მოხალვა ყავას სინაზესა და სირბილეს სძენს. მარცვლების ფერი ღია-ყავისფერი, თითქმის ჩალისფერია.

– ამერიკული (საშუალო) მოხალვა გემოს ოდნავ სიმწარეს სძენს, მარცვლები ყავისფერია. თუმცა, მოხალვის მოცემული ხარისხის დროს არ გამოიყოფა მარცვლის ზედაპირზე ეთერზეთები, ამიტომ გემო და არომატი მხოლოდ ნანილობრივ არის გახსნილი.

– ვენური მოხალვა – მარცვალი მუქდება და ლაპლაპებს ეთერზეთების გამოსვლის გამო. ყავის გემოში ჩნდება მოტკბო ნოტები.

არ მიირთვათ ეს! აკრძალული პროდუქტების სია

ერთ-ერთმა რუსულმა პორტალმა გამოაქვეყნა იმ მავნე პროდუქტების სია, რომელთა გამოყენებაც კატეგორიულად იკრძალება და რომლებიც ძალიან საშიშია ჯანმრთელობისთვის. მაშ ასე, მავნებელი პროდუქტების სია ასე გამოიყურება:

არ შეიძლება იმ პროდუქტების მიღება, რომლებშიც დამატებულია -621 (გლუტამატის ნატრიუმი). აიღეთ პროდუქტი და შეფუთვაზე წაიკითხეთ, თუ მითითებული აქვს გლუტამატის ნატრიუმი, ნუ შეიძენთ მას საერთოდ. ეს გახლავთ გემოს გამაძლიერებელი და მას ყველაზე მიუღებელ პროდუქტებშიც ამატებენ, რათა მასზე, ასე ვთქვათ, „შესვან“ მომხმარებელი. ასე რომ, ყურადღებით იყავით!

შაქრის შემცვლელები

მიუხედავად იმისა, რომ ბევრი შაქრის შემცვლელი არ შეიცავს კალორიებს და ის ძალიან ეკონომიურია (ერთი კოტეინერი 6-12 კგ შაქარს უდრის), მას ბრმად ნუ ენდობით. აღმოჩნდა, რომ ტკბილის გემოს შეგრძნებისას ჩვენი საჭმლის გადამამუშავებელი სისტემა ფიქრობს, რომ მიიღებს ნახშირწყლების ულუფასაც, თუმცა მას ვერ იღებს. ამ „ტყუილის“ შედეგად ნებისმიერი ნახშირწყლები, რომლებიც ორგანიზმში ხვდება 24 საათის განმავლობაში, შიმშილის ძლიერ გრძნობას იწვევს. ამიტომაც ნუ გამოიყენებთ შაქრის შემცვლელებს.

ტრანს-ცხიმები

არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება 72,5%-იანი კარაქის მიღება. ეს გახლავთ დაბალი ხარისხის ცხიმი, რომელიც გაჯერებულია წყალბადით.

ნაკლებმარილიანი ქაშაყი პლასტიკატის შეფუთვაში

ნაკლებმარილიანი ქაშაყი მხოლოდ ზეთში ინახება და არანაირად ძმარსა თუ ღვინოში. თუ ქაშაყი ზეთის გარეშეა, ესე იგი, მასში ურუოტროპინია დამატებული.

ნაკლებმარილიანი წითელი ხიზილალა

პრინციპი იგივეა. წითელი ხიზილალა დიდხანს არ ინახება, მხოლოდ გაყინული სახით ან ძალიან დამარილებული ძლებს ის დიდხანს. თუ ნაკლებმარილიანი ხიზილალა შეგხვდათ, იცოდეთ, რომ მასში დამატებულია ან ურუოტროპინი, ან ლიმონმჟავა.

გენმოდიფიცირებული პროდუქტები:

1. არაქისი. შეიცავს ძალიან საშიშ, მომწამლავ ნივთიერებას. არაქისს მწერებიც კი არ ჭამენ.
2. დაკონსერვებული მწვანე ბარდა.
3. დაკონსერვებული სიმინდი.
4. უცხოეთიდან შემოტანილი კარტოფილი.
5. კიბორჩხალის ჩხირები (მასში კიბორჩხალის ესენციაა შერეული სოიოსთან).
6. კაკაო.

სიმინდის ბურბუშელა და მიუსლები შაქრით

თუ გადაწყვიტეთ სიმინდის ბურბუშელას და მიუსლის ყიდვა, შეიძინეთ არატკბილი, რადგან შაქარი მათ წარმოებაში არ გამოიყენება. შაქარი 140 გრადუს ტემპერატურაზე იწვის. ამიტომაც მათი დამზადებისას გამოიყენება შაქრის შემცვლელები, ამ შემთხვევაში ციკლომატი.

ფაფები და ბურღული არომატიზატორებით, საღებავი და ქიმიური ნივთიერებებით, რომლებსაც სუნი და გემო ნამდვილი მსხლის, მარწყვის, ბანანისა და ა.შ. აქვს, სინამდვილეში ისინი ხელოვნურია და ნატურალურთან ახლოსაც არ არის.

შაქარყინული, კოწახურის კანფეტები

ამ კანფეტებში იმდენად ძლიერი ქიმიური ესენცია გამოიყენება, რომ თუ თქვენ ოდნავ დასველებულ კანფეტს სუფრაზე დადებთ და ცოტა ხანს ასე გააჩერებთ, ნახავთ, რომ ის გახვრეტს ქსოვილს. წარმოიდგინეთ, რა ემართება თქვენს ორგანიზმს, როცა მას ჭამთ.

მარმელადი

დღევანდელ მარმელადს არაფერი აქვს საერთო საბჭოთა კავშირის დროინდელ ტკბილეულთან. ეს ქიმიური წარმოების საოცრებაა და ძალიან საშიში.

ჯემები

შეიცავს უძლიერეს ანტიმჟავებს. სხვანაირად ვერ შეძლებდნენ შეენახათ, მაგალითად, ალუბალი ასე პირველქმნილად.

მოხარშული ძეხვეული

ისინი გენო-მოდიფიცირებული სოიისგან მზადდება. სოსისები, სარდელები, მოხარჭეთ. რაფინირებული, თეთრი, უმაღლესი ხარისხის ფქვილი, როგორც სხვა რაფინირებული პროდუქტები, შედის მავნებელ ნივთიერებათა ტოპ-ჩამონათვალში.

კურაგა, შავი ქლიავი, ქიშმიში

თუ დაინახეთ, რომ დახლზე კურაგა და ქიშმიში ლამაზად გამოიყურება, დაფიქრდით, როგორ შეინახეს ასე კარგად ისინი. ბუნებრივად დაჩირებული გარგარი ასეთი ლამაზი შესახედაობის არ არის.

ნაყინი

განსაკუთრებით, სპეციალურ ნაყინის კაფეებში, შეუძლებელია მომზადებული იყოს რძისგან. ხილის ნაყინებში ხომ ნატურალური საერთოდ არაფერია.

კექსები და რულეტები შეფუთვებში

ისინი არ ხმება, არ ფუჭდება და საერთოდაც, არაფერი ემართება. ერთი თვე ასე, პირვანდელი სახით იდება დახლზე.

შოკოლადები

შოკოლადების 90%-ს არაფერი აქვს საერთო ნამდვილ შოკოლადთან. შოკოლადის ბატონები – ეს გახლავთ დიდი რაოდენობით კალორიებს დამატებული ქიმიური ნივთიერებები, გენეტიკური მოდიფიცირებული პროდუქტები, საღებავი ნივთიერებები და სხვა არომატიზატორები. შაქრის დიდი შემცველობა, პლუს ქიმიური დანამატები, მაღალ კალორიულობას შული ძეხვი, პაშტეტი და სხვა პროდუქტები შეიცავს ე.წ. ფარულ ცხიმებს. მათ შემადგენლობაში შედის სალა, ღორის კანი, ბადექონის ცხიმი, რომლებიც სხვადასხვა ქიმიური საშუალებით გარდაქმნილია ხორცად, როგორც გარეგნულად, ასევე გემოთი.

ლორი

რა ნატურალურობაზეა აქ საერთოდ საუბარი. იღებენ თხელ ნაჭერ ხორცს და კილოგრამ ჟელეს. სპეციალურ მანქანაში ჟელე ხორცის ნაჭრებს შეერევა და ერთ უზარმაზარ“ხორცის“ ნაჭრად გადაიქცევა. როგორც ასეთი, ხორცი მასში მხოლოდ 5%-ია. დანარჩენი – ჟელე, რომელიც თავის მხრივ, შეიცავს კარატინინს, გემოსა და ფერის გამაძლიერებლებს.

რძის პროდუქტები დიდი შენახვის ვადით (2 თვეზე მეტი)

ყველა იმ პროდუქტის მოხმარება, რასაც 2 კვირაზე მეტი შენახვის ვადა აქვს, არ შეიძლება. ასეპტიკური შეფუთვა – ეს არის შეფუთვა ანტიბიოტიკებით.

მაიონეზი პლასტიკატის შეფუთვაში

ძმარი, რომელსაც მაიონეზი შეიცავს, პლასტიკატის შეფუთვიდან კანცეროგენებს ითვისებს. პლასტიკატის შეფუთვებში მხოლოდ ნეიტრალური პროდუქტების შენახვა შეიძლება.

ყურძენი, რომელიც არ ფუჭდება

თუ ყურძენი დიდი ხანი ქორფად გამოიყურება და არ ჭკნება, ე.ი. ის ქლოროფილითა და სხვა სერიოზული ანტიმჟავებით არის დამუშავებული.

წიწაკა (არასეზონურად)

აბსოლუტურად გენო-მოდიფიცირებული პროდუქტია. ის ზომიერად უნდა მიიღონ ადამიანებმა, რომელთაც აწუხებთ კუჭ-ნაწლავის ანთებითი დაავადებები, ჰიპერტონია, გულის იშემიური დაავადება, ჰემოროი, უძილობა, ფსიქიკური მოშლილობა, ეპილეფსია, თირკმლის სხვადასხვა დაავადება. წიწაკა შედის იმ პროდუქტების ათეულში, რომლებიც შეიცავს აზოტსა და პესტიციდებს. და თუნდაც ერთი ასეთი წიწაკის მიღებამ, შესაძლოა, ჯანმრთელობის სერიოზული პრობლემები შეგიქმნათ. ამიტომაც ეცადეთ, წიწაკა მხოლოდ სეზონზე შეიძინოთ, მხოლოდ და მხოლოდ ზაფხულში.

საფუვრიანი, თეთრი პური

საფუვრიანი პურის მიღებისას იცოდეთ, რომ თქვენ პურს კი არა, სოკოს ჭამთ. უპირატესობა ჭვავის პურს მიანიჭეთ. ამ

მდნარი ყველი

მყარი ყველის სახეობებისგან განსხვავებით, მდნარი ყველი მეტ ნატრიუმს შეიცავს, რაც მას არასასურველ პროდუქტად აქცევს იმ ადამიანებისთვის, რომელთაც აწუხებთ ჰიპერტონია და გულ-სისხლძარღვთა დაავადებები.

ხსნადი ყავა

მამაკაცებისთვის კატეგორიულად არ შეიძლება! ჰორმონალური ჯირკვლების სრულ დეფორმაციას იწვევს.

არომატიზებული ჩაი

სვით ნატურალური ჩაი, რომელსაც არანაირი დამატებითი გემო არ აქვს. ყველა არომატიზებულ ჩაის დამატებული აქვს ან ლიმონის, ან ფორთოხლის, ან სხვა ხილის მჟავა. იწვევს შეჩვევას მომენტალურად.

რაფინირებული ზეთი

რაფინირებული ზეთის მიღება არ შეიძლება, ის მოლეკულური სტრუქტურით თითქმის საერთოდ არ განსხვავდება პლასტიკატისგან. სწორედ ასეთ სტრუქტურას იღებს ზეთი რაფინირების დროს, ძლიერი გაცხელებისას. ის შლაკებით ავსებს ორგანიზმს და ძლიერ კანცეროგენად ითვლება. ამ მიზეზითვე არ შეიძლება ორჯერ ერთი და იგივე ცხიმში (გარდა ზეითუნის ზეთის) პროდუქტის შეწვა. რაფინირებული ზეთის გამოყენება არ შეიძლება უმად სალათებში.

კეტჩუპი, სხვადასხვა სოუსი და სანელეგლები

მასში დიდი რაოდენობით საღებავები, გემოს შემცვლელები და კონსერვანტებია, რაც არღვევს კუჭ-ნაწლავის მიკროფლორას და ორგანიზმში სასარგებლო მიკრობებს ანადგურებს.

კარტოფილის ჩიფსები

კარტოფილის ჩიფსები მზადდება არა მთელი კარტოფილისგან, არამედ მისი პიურესგან. არსებითად კი, ეს გახლავთ ნახშირწყლების, ცხიმების და ხელოვნური გემოს დანამატების ერთობლიობა.

ალკოჰოლი

მინიმალური რაოდენობითაც კი ხელს უშლის ორგანიზმის მიერ სასარგებლო ვიტამინების შეთვისებას. გარდა ამისა, ალკოჰოლი ძალიან კალორიულია. ღვიძლზე, თირკმელსა და სხვა ორგანოებზე მისი მოქმედების შესახებ ხომ ისედაც გეცოდინებათ. და ნუ დაეყრდნობით იმ მოსაზრებას, რომ თითქოს ალკოჰოლის მცირე რაოდენობა სასარგებლოა ჯანმრთელობისთვის. ძალიან იშვიათად და უმცირესი დოზებით – ეს გახლავთ ალკოჰოლის მოხმარების დაშვებული ზღვარი.

ტკბილი გაზიანი სასმელები

ტკბილი, გაზიანი სასმელები – ეს არის შაქრის, ქიმიისა და გაზების ერთობლიობა. ეს ყველაფერი კი ხელს უწყობს მავნე ნივთიერებების ორგანიზმში მოხვედრას. ამასთან, გაზიანი სასმელები დიდი რაოდენობით შაქარს შეიცავს, ეკვივალენტით – 5 ჩაის კოვზი ერთ ჭიქა წყალში. ამიტომაც ნუ გაგიკვირდებათ, როცა ის წყურვილს არ გიკლავთ.

ნიკოლოზ ბაწილაშვილის გახსენება

რა უსამართლოდ მოგვექცა ეს წუთისოფელი. 3 თებერვალს უკვე მეორე დაბადების დღეს ვხვდებით უშენოდ. ჩემთვის ყოველთვის მწარედ მოსაგონარი იქნება ეს დღე. არავინ იცის ჩემს გულში რა ზღვა დუღს, ჩემო მონატრებავ. როგორ აკლია შენს ოჯახს შენი ხელი. შენს ობოლს ძალიან ენატრები, მაგრამ არ ამხელს. მე დედა ვარ და ამას გრძნობს გული, როცა ლადიკოს ჩაფიქრებულს ვხედავ. შენს შემდეგ ჩვენ ვარსებობთ, არ ვცხოვრობთ. ძალიან გაგვიჭირდა უშენოდ, ვცდილობ არ დავეცე და ბოლომდე მივიყვანო შენი დაწყებული საქმეები, რომლებიც დაგრჩა გასაკეთებელი, რომ ჩვენს შვილს ჩავაბარო ყველაფერი. იმედი უნდა გაგიცრუო, ნიკო, ვისიც ყველაზე მეტად გქონდა იმედი, მათ გიღალატეს. ცდილობენ დაგვჩაგრონ და შენს ობოლს ნაართვან ის, რაც ჩვენ შევქმენით და გავაკეთეთ მისთვის. მაგრამ უფალი მოწყალეა, ობლებს ყოველთვის ეხმარება და მეც მაგის იმედად ვარ. ღმერთმა განსაჯოს ყველა და მიუტევოთ ცოდვა.

ნიკო, ჩვენ ყოველთვის ვუგებდით ერთმანეთს, მაგრამ დიდი გამოცდის წინაშეც აღმოვჩნდით. შენ შენი მოვალეობა მოიხადე ხალხის და უფლის წინაშე და ნახვედი. მე, მეკი დამტოვე დიდ განსაცდელში, ძალიან დიდი ტვირთი დამიტოვე, ნუთუ არ გეცოდებოდი ამ ტანჯვისთვის. მაპატიე, ჩემო მონატრებავ, მინა გრილიაო და ცხოვრებაც გრძელდება. მეც შეძლებისდაგვარად მივყვები ამ დინებას და რაც მომარგუნა ბედისწერამ, ვიტან უსიტყვოდ. ხალხი ბრბოა და მათ აზრს აღარ ვაქცევ ყურადღებას. შენ ხომ ვესმის ჩემი და მჯერა, რომ მიგებ, რადგან როცა პრობლემის წინაშე ვდგები, ყოველთვის მოდიხარ სიზმრად და მამხნევებ – „მიდი დოდო, მიდი, შენ ძლიერი ხარ და უნდა შესძლოვო ჩვენი შვილისთვის“. ძალა მომეცი გავუმკლავდე ყველას და ყველაფერს, რაც ჩვენს სანინააღმდეგოდ არის მოვლენილი. მე ვლოცულობ, რომ მსუბუქი იყოს ეს მიწა შენთვის და ნათელში იყო. შენ კი ილოცე ჩვენი შვილისთვის.

„დიდხანს გვიყვარდა ერთმანეთი,
ნაზი, ფარული,
მხნე და უსიტყვო იყო
ჩვენი ის დიდი სიყვარული.
დიდ გაჭირვებაშიც ვამხნევებდით
ერთმანეთს მუდამ,
ოჯახის ჭაპანს ვეწეოდით,
გულები დუმდა.
ამ სიყვარულით შემუსრულნი
დავშორდით ერთმანეთს ბოლოს,
ეხლა კი სიზმრად მევლინები
მხოლოდ და მხოლოდ.
კვლავ შევიყრებით, როს
სიკვდილი მომნახავს ზმანებით,
მაგრამ ვაი, თუ იმ ქვეყნად
ვეღარ ვიცნოთ ჩვენ ერთმანეთი.

დოდო ბაწილაშვილი

ეკა ბაღაღოშვილი-პატარქლიშვილის მონატრება

ჩემო დიდო ტკივილო, წუხილო და მონატრებავ. მოვიდა შენი დაბადების დღე – 11 თებერვალი. შენ 45 წლის გახდებოდი, მაგრამ შენ უკვე ოთხი თვეა რაც უფალმა მის სასუფეველში გიხმო და მისი მფარველობა აცისკროვნებს შენს ყოფიერებას. შენ დააკლდი შენს დედას, ძმას, შენს საყვარელ ოჯახს, ქმარ-შვილს, რძალს, პატარა ეკატერინეს. შენ მუდამ მოუშუშებელი ტკივილი იქნები ჩვენთვის. ამ ტკივილს უშენობა ჰქვია.

შვილო, გილოცავთ დაბადების დღეს. შენ დავიწყება არ გინერია.

შენზე მონატრებული დედა, ძმა და ოჯახი

განცხადებები

საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ყვარლის რაიონული ცენტრის თანამშრომლები თანაუგრძნობენ მაია ჩიხიაშვილს დედამთილის ლიანა მეტრეველის გარდაცვალების გამო.

საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ყვარლის რაიონული ცენტრის თანამშრომლები თანაგრძნობას უცხადებენ მერაბ სეფაშვილს სიმამრის გიორგი ბარნაბიშვილის გარდაცვალების გამო.

ბალღოჯიანის საჯარო სკოლის თანამშრომლები სამძიმარს უცხადებენ დირექტორს ნაირა მარტიაშვილს მამის შაქრო მარტიაშვილის გარდაცვალების გამო.

დასუფთავების მასშტაბური აქცია ყვარლის მუნიციპალიტეტში

მკაცრად უნდა მოვთხოვოთ პასუხი იმ პიროვნებებს, რომლებიც აბინძურებენ უფლისგან ნაბოძებ უმშვენიერეს და ულამაზეს ყვარლის ლანდშაფტს

ყვარელი თავისი ბუნებრივი ლანდშაფტით, ისტორიული ძეგლებითა და სალოცავებით განსაკუთრებულად მიმზიდველია უცხო ქვეყნიდან ჩამოსული ვიზიტორებისათვის. საქართველოს ხელისუფლება ამიტომაც არ აკლებს ყურადღებას ყვარლის მუნიციპალიტეტის ტერიტორიაზე ინფრასტრუქტურის განვითარებას. მთავრობის დადგენილებით გასულ წელს ყვარელში დაფინანსდა „შინმოუსვლელთა პარკისა“ და

ჭავჭავაძის ქუჩიდან ილიას გორამდე ცენტრალური მაგისტრალის რეაბილიტაციის სამუშაოები, რომელთა ძირითადი ნაწილი დღეისათვის დასრულებულია. ქალაქის ცენტრალური ქუჩა ისე გალამაზდა, რომ აუგს ვერავინ იტყვის. „შინმოუსვლელთა პარკი“ უდიდესი საჩუქარია მოსახლეობისათვის, რადგანაც ზაფხულის ცხელ დღეებში შესაძლებელი იქნება ადამიანებმა დაისვენონ ბავშვებთან ერთად, სადაც მათი გართობისათვის ატრაქციონები იმუშავებენ.

თითოეული ყვარლელის მოვალეობაა გავუფრთხილდეთ ჩვენი ქალაქის ღირსშესანიშნავ ადგილებს, რათა არ დაზიანდეს და არ დანაგვიანდეს გართობისა და დასვენების ობიექტებზე არსებული ინფრასტრუქტურა.

ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობა ძალისხმევას არ იშურებს მუნიციპალიტეტის ტერიტორიაზე სისუფთავის დაცვისათვის. ამის ნათელი დადასტურებაა საყოფაცხოვრებო ნარჩენების გასატანად ძვირადღირებული, მაგრამ უნივერსალური, მერსედესის ფორმის 3 ავტომანქანის შეძენა, რომელიც მნიშვნელოვნად გააუმჯობესებს ქალაქში არსებულ მდგომარეობას.

მიუხედავად იმისა, რომ ადგილობრივი ხელისუფლება დღენიადაგ იბრძვის მუნიციპალიტეტის ტერიტორიაზე სანიმუშო სისუფთავის დაცვისათვის, ზოგიერთი მოქალაქის მხრიდან წინასწარ განზრახვით თუ შეუგნებლად ხდება საყოფაცხოვრებო ნარჩენების გზებზე და ქუჩებში გადაყრა, რაც ტურისტებს შეუმჩნეველი არ რჩებათ და ჩვენი განვითარების დონეზე რა შთაბეჭდილება შეექმნებათ ადვილი წარმოსადგენია.

მუნიციპალიტეტის გამგეობა იძულებული ხდება საბიუჯეტო ორგანიზაციათა და კერძო კომპანიებში დასაქმებული ადამიანები გამოიყვანოს დასუფთავების აქციებზე და ასეთი ღონისძიებები წლის განმავლობაში ხშირად მიმდინარეობს.

ახალი წლის დღეებში შესამჩნევად იმატა გზებზე და ქუჩებში საყოფაცხოვრებო ნარჩენების რაოდენობამ და მუნიციპალიტეტის გამგეობა იძულებული გახდა მასიური დასუფთავების აქცია ჩაეტარებინა მუნიციპალიტეტის მთლიან ტერიტორიაზე. 25 იანვრის აქციაში მონაწილეობა მიიღეს ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის სამსახურების, აიპების, შეზღუდული პასუხისმგებლობის საწარმოთა, კერძო კომპანიათა, საჯარო სკოლებისა და სკოლამდელი აღზრდის დაწესებულებათა თანამშრომლებმა, ხოლო სოფლებში ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის წარმომადგენლებმა ადგილობრივი წარმოება-დაწესებულებებისა და განათლების სფეროს თანამშრომლებთან ერთად დაასუფთავეს ცენტრალური ტრასების ირგვლივ არსებული ტერიტორიები.

კონკრეტულად დასუფთავდა ცენტრალური ტრასა თელავი-ყვარლის საზღვრიდან (მდ. ალაზნის ხიდი) ლაგოდეხის საზღვრამდე, ქალაქ ყვარლის ცენტრალური ქუჩები: ჭავჭავაძის და მარჯანიშვილის, აღმაშენებლის, დემეტრე თავდადებულის, კუდიგორის, ქალაქის მოედნები და სკვერები, მდ. დურუჯის ზედა ნაწილი, ნეკრესის ტერიტორია, საჯარო სკოლებისა და სკოლამდელი აღზრდის დაწესებულებათა ტერიტორიები, სოფლებში მისასვლელი გზები.

ამ დღეს 35 კუბურ მეტრზე მეტი საყოფაცხოვრებო ნარჩენი იქნა მოქუჩებული და ყვარლის კეთილმოწყობის სამსახურს დაძაბული მუშაობა დასჭირდა ნაგავსაყრელზე მიტანისათვის.

აქციამ მართლაც არნახული შედეგი გამოიღო, ყვარლის მუნიციპალიტეტის ტერიტორია უფრო გალამაზდა და მიმზიდველი გახდა.

„დანაგვიანების მოყვარულებმა“, ანუ როგორც რუსები ეძახიან „ნერიახებმა“ დაინახეს, რომ ქუჩები დასუფთავდა, ცდუნებას ვეღარ გაუძლეს და აქციის გამართვის მეორე დღესვე დაიწყეს სხვადასხვა სახის ნარჩენებით ქუჩებისა და ტრასების დაბინძურება. მდ. დურუჯის საცალფეხო ხიდთან ნარჩენებით სავსე ტომრები იყო გადაყრილი, ხოლო ცენტრალურ ტრასებზე მიმოფანტული იყო პლასტმასის ბოთლები და ცელოფანის პარკები. ნუთუ არ შეიძლება ავტომობილიდან აღარ გადავყაროთ ნებიემიერი სახის საყოფაცხოვრებო ნარჩენი? ყვარლის ქუჩებში ყოველ 50 მეტრში ურნებია განლაგებული და თუ იგი გადავსებულია ხომ შეიძლება ტომრები იქვე მივაწყოთ და კეთილმოწყობის სამსახურის მუშაკებს საშუალება მივცეთ გაიტანონ ნაგავსაყრელზე.

ცნობილია, რომ ევროპის ქვეყნებში გარემოს დაბინძურებისგან დაცვისათვის თითოეული მოქალაქე იბრძვის და ვერსად ნახავთ დაუდევრად გადაყრილ პლასტმასის ბოთლებსა და თუ სხვადასხვა ნარჩენებს. თუ გვინდა, რომ ევროპელები გავხდეთ, უნდა მივბაძოთ მათ და მკაცრად უნდა მოვთხოვოთ პასუხი იმ პიროვნებებს, რომლებიც აბინძურებენ უფლისგან ნაბოძებ ულამაზეს და უმშვენიერეს ყვარლის ლანდშაფტს.

ალექსანდრე გიგილოშვილი

სამი შეხვედრა სუფთა მოგებით

პირველ თებერვალს ქ. თბილისში, ძიუდოს აკადემიის დარბაზში ჩატარდა საქართველოს ეროვნული ჩემპიონატი ძიუდოში. ჩვენი რაიონიდან ამ ჩემპიონატში მონაწილეობას იღებდა 20 წლის ახალსოფლელი გიორგი გულიაშვილი (90 კგ. წონითი კატეგორია), რომელმაც დაიკავა მეორე ადგილი. გიორგი გულიაშვილს პირველი ორთაბრძოლის ჩატარება მოუხდა ირაკლი გოგიბერიძესთან, რომელიც პირველ ნომრად იყო დასახელებული ამ წონით კატეგორიაში. მეორე შეხვედრა გამართა ვალერი ობგაიძესთან, ხოლო მესამე შეხვედრა 2015 წლის მსოფლიო ჩემპიონ ვასილ ბალაბანიშვილთან. ეს სამი შეხვედრა უნდა ითქვას, რომ გიორგი გულიაშვილმა სუფთა მოგებით დაამთავრა, მაგრამ დასანანია ის, რომ ფინალში დამარცხდა გორელ ბექა მიქუტიშვილთან. (მწვრთნელი გია გაგნიძე).

დალი ტატულიშვილი

„ქართულ ჭიდაობას“ ეროვნული ძეგლის სტატუსი მიენიჭა

საქართველოს კულტურისა და ძეგლთა დაცვის სამინისტროს ინიციატივითა და საქართველოს მთავრობის გადაწყვეტილებით, 24 იანვარს, „ქართულ ჭიდაობას“ განესაზღვრა ეროვნული მნიშვნელობის კატეგორიის სტატუსი.

ჭიდაობა სპორტის უძველესი სახეობაა, რომელიც ფართოდ იყო გავრცელებული საქართველოში. მისი, როგორც სპორტის ეროვნული სახეობის სიძველეზე მეტყველებს „ალავერდის“ კედელზე შესრულებული ჭიდაობის სცენაც. სცენაზე აღბეჭდილი პერსონაჟთა სახეები, სამოსი და მოძრაობის პლასტიკა, ერთმნიშვნელოვნად მიანიშნებს ქართულ ტრადიციულ საჭიდაო ხელოვნებაზე. მსგავსი შეჯიბრება საქართველოში თან სდევდა რელიგიურ დღესასწაულებს.

ამგვარად, ქართული ჭიდაობა ჩვენი ერის იდენტობის განმსაზღვრელი და თვითმყოფადობის გამოხატულებაა.

სწორედ ამიტომ, „ქართულ ჭიდაობას“ არამატერიალური კულტურული მემკვიდრეობის ძეგლის სტატუსი, კულტურული მემკვიდრეობის დაცვის ეროვნულმა სააგენტომ 2014 წელს მიანიჭა.

culture.gov.ge

ამჯერად ბრინჯაოს მედლები

მიმდინარე წლის 4 თებერვალს, პირველად ჩვენი რაიონის ისტორიაში, ყვარლის სპორტდარბაზში ჩატარდა საქართველოს ეროვნული ჩემპიონატი თავისუფალ ჭიდაობაში ახალგაზრდებს შორის. ჩემპიონატში მონაწილეობას იღებდნენ ევროპის, მსოფლიო ჩემპიონები და პრიზიორები. დარბაზი ხალხს ვერ იტევდა. ჩემპიონატი გახსნეს ყვარლის ქორეოგრაფიულმა და ფოლკლორულმა ანსამბლებმა. ეროვნული დროშა ასწია ევროპის ვერცხლისა და ბრინჯაოს მედლის პრიზიორმა, ყვარელელმა რობერტ დინგაშვილმა. არ შეიძლება არ აღინიშნოს, რომ ნახევარფინალში რობერტ დინგაშვილისა და აჭარელ თურმანიძესთან (55 კგ. წონითი კატეგორია) შეჯიბრებისას რობერტი ოქროს მედლის რეალური კანდიდატი იყო, მაგრამ მსაჯების არაობიექტურობის გამო, ის ბრინჯაოს მედალს დასჯერდა. ამ ჩემპიონატში ბრინჯაოს მედალი მოიპოვა ასევე შილდის პირველი საჯარო სკოლის მოსწავლემ ნიკოლოზ ბუშელაშვილმა (60 კგ.წ.კატეგორია) და გახდა საქართველოს ნაკრების გუნდის წევრი თავისზე ორი წლით დიდ ასაკში მყოფ სპორტსმენთა შორის. ნიკოლოზისთვის, ვფიქრობთ, რომ ეს დიდი მიღწევა და წარმატებაა. (მწვრთნელები მალხაზ როზომაშვილი, ვანო ჭანტურიძე, გივი მეტრეველი). ჩემპიონატის გახსნას ესწრებოდნენ ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის წარმომადგენლები, ასევე ჭიდაობის ეროვნული ფედერაციის პრეზიდენტი გეგა გეგეშიძე, ოლიმპიური ჩემპიონი დავით გობეჯიშვილი, ჭიდაობის ფედერაციის გენერალური მდივანი მალხაზ ჯორბენაძე, მსოფლიო ჩემპიონი თემურ ყაზარაშვილი და სპორტულ ასპარეზობებში გამარჯვებული მრავალი სახელოვანი სპორტსმენი.

დასასრულს საქართველოს მრავალ საერთაშორისო ტურნირში გამარჯვებულმა შოთა ბილანიშვილმა თავისი საკუთარი სახსრებიდან ჩემპიონატის გამარჯვებული სპორტსმენები ფულადი ჯილდოებით დაასაჩუქრა და მოწვეულ სტუმრებსაც უმასპინძლა.

დალი ტატულიშვილი

გაზეთი ხელმძღვანელობს თავისუფალი პრესის პრინციპით. დამფუძნებელია ყვარლის მუნიციპალიტეტის საკრებულო, ხოლო გამომცემელი შპს „მედია ცენტრი“. გაზეთში გამოქვეყნებული წერილების ავტორთა თვალსაზრისი შესაძლოა არ ემთხვეოდეს რედაქციისას. ავტორები თავად აგებენ პასუხს მასალაში მოტანილი ფაქტების, არგუმენტებისა თუ ციტატების სიზუსტეზე. შემოსული წერილები ავტორებს არ უბრუნდებათ.

დირექტორი
ალექსანდრე გიგილოშვილი
მოადგილე
ნუგზარ ღონიაშვილი

პასუხისმგებელი მდივანი
ია გიგიაშვილი
კორესპონდენტი
დალი ტატულიშვილი

რედაქციის მისამართი:
ქ. ყვარელი, კუდიგორის №2
საკონტაქტო ტელეფონი:
22-01-86