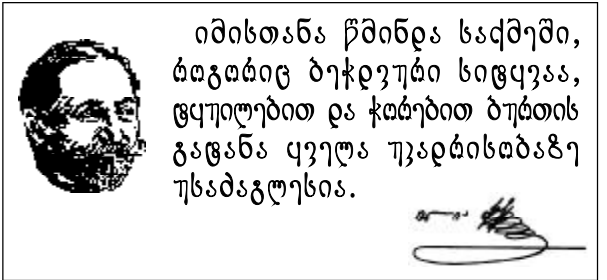




საქართველოს



იმისთანა წმინდა საცემში,
ბეჭდის ბეჭდით სიფყვას,
ცყულებით და ჭებობით ბუბის
გაცანა ყულა უკადრისდამა
უსამაგლესია.

 **დაარსებულია**
1918 წელს. 
ხუთშაბათი, **18** სექტემბერი, 2014 წელი.
№190 (7571)

რესპუბლიკა

ელექტრონული ფოსტა: sakresp@mail.ru და sakresp@wanex.ge

ვებ გვერდი: www.open.ge

ფასი 50 თეთრი.

**„ნებისმიერი რევოლუციური
სცენარი სწობადობას
ხელისუფლების
გარშემო შეკრებს“**

4



**ჩაუვარდებით
ნაცებს
კოვზი 3
ნაცარში?**

„მხნავის“ დახურულ სემინარზე გადაწყვიტეს,
რომ პრეზიდენტთან ურთიერთობა „დალაგდეს“

**სპორტის
კოლეჯი
აღადგინეს!**

10

**ელიშაბრ
მარანიძეს –
ოქროს
სასტიკენი**



**მილიონი
სახელმძღვანელო
მეკულაგურად
გაღაიქცევა?! 5**

**ბიჭობაგ ამოუვლელად
გამველებიჭებულები... 6**

**აუსაზოთიდან სამეგრელოში
გადმომსვლელი
მოსწავლეების 2
რაოდენობამ იკლო**



**ქართულ ზნეობას
საფრთხე
ემუქრება! 9**

რასაც ჩვენს გაზეთში წაიკითხავ, სვამან ვერ ნახავ!..

დაზარალება

ელშერ მაჩაიძეს - ოქროს სასტვენო

სამი ათწლიანი წლები დაიდა, ხალიჩაზე ვხედავთ სასტვენო ნელში. იშვიათად, რომ მის გადამწყვეტილებას ვინმე შეინახავდნენ...



ჭიდაობის საერთაშორისო ფედერაციის ინსტრუქტორზე, ოლიმპიური კატეგორიის არბიტრ ედიშერ მაჩაიძეზე მოგახსენებთ. „კლასიკური“ ჭიდაობაში...

ლი თავისუფალ ჭიდაობაში, სსრკ მწვრთნელი საქართველოში, უმაღლესი დაოსტატების სკოლი...

მეცნიერებათა დოქტორია. ამჟამად ჭიდაობის ფედერაციის ვიცე-პრეზიდენტი, საქართველოს დამსახურებული მწვრთნელი სპორტის უნივერსიტეტის პროფესორი გახლავთ.

ზემოთ ჩამოთვლილი იერარქიული საფეხურების გავლის მიუხედავად, ედიშერ მაჩაიძე წუთითაც არ შეღვევია ხალიჩას - 1984 წლიდან დღემდე სხვადასხვა დონის შეჯიბრებებში თავისუფალი და ბერძნულ-რომაული სტილით მოჭიდავეთა ორთაბრძოლებს მსაჯობს.

გასულ უქმეებზე უზბეკეთის დედაქალაქ ტაშკენტში მოჭიდავეთა მსოფლიოს ჩემპიონატი დასრულდა. შეჯიბრების საზეიმო დასურვამდე ჭიდაობის საერთაშორისო ფედერაციამ ედიშერ მაჩაიძეს მის მიერ განვლილი გზისა და მსაჯობაში საუკეთესო მანქნელებისთვის საპატიო ჯილდო - ოქროს სასტენი გადასცა.

ბატონო ედიშერ, კიდევ ერთ აღიარებას გილოცავთ!

ვაჟა დანელია

პირა

სპორტის კოლეჯი ალაღბინეს!

გივი პარტოზია, დავით ციმაკურიძე, გოგი სსირტლაძე, ვახტანგ ბლაგიძე, მუხრან ვახტანგაძე, რაფაელ ჩიმიშვიანი, ბორის ნიკიტინი, სარტის სარსოიანი, ბორის სიჭინავა, ნოდარ ლეფავა, გოჩა გაგაშვილი, ვარლამ ლიპარტიელიანი - აი, არასრული სია იმ სახელოვანი სპორტსმენებისა, რომლებიც 1933 წელს თბილისში დაფუძნებულ ფიზკულტურის ტექნიკუმში აღიზარდნენ.



ადაპტური ფიზიკური აღზრდის, სპორტისა და მაშველის (სამთო და საწყლოსნო). წლებულს 26 სექტემბერსა და 5 ოქტომბერს გამოცდები ჩატარდება ფიზიკურ მომზადებასა და ზოგადუნარებში.

ლემსო ცინცაძე

ჩივილითა ლიბა

სტარტის ასეთი უნდა!

ჩივილითა ლიბის ახალი სერონის სტარტი ისტორიული ფაქტით აღინიშნა: მაღრიდის „რეალის“ ფრანგმა თავდამსხმელმა ქარიმ ბენზემამ „ბაზელთან“ შეხვედრის მეორე ტაიმში ყველაზე პრესტიჟულ ვერტიკულ ნიშნულში გამოსვლის ნახევარი საუკუნის განმავლობაში „სამეფო კლუბის“ მეთავე გოლი გაიტანა - 5:1.



მოგახსენებთ, კასტილიის სიამაყე საპატიო ჯილდოს 10-გზის მფლობელია, რაც „ძველი სამყაროს“ განადგობს შორის საუკეთესო მიღწევას. და აი, ესპანელთა მორიგი რეკორდი.

სასარგებლოდ მსაჯის მიერ დამატებულ წუთებზე ბალკანელთა კარში დანიშნულმა პენალტმა გადამწყვიტა (ჯერარდო) - 2:1.

ბიორგი შოთაძე

ეგზოტიკური სპორტის სახეობა

როცა „საჭიდაო ხალიჩის“ მიღმა წაფშებულ სარკობია ჩარჭობილი...

ჭიდაობა დედაამინაზე ერთ-ერთ უძველესი სპორტული ორთაბრძოლაა, შესაბამისად, უკლებლეს ყველა ხალხს, ცალკეულ ეთნოსსაც კი, ამ უაღრესად ვაჟკაცური და სანახაობრივად არაჩვეულებრივად მიმზიდველი ჭიდაობის საკუთარი, სხვებისგან განსხვავებული ნესები აქვს.

ჭიდაობის ნაირსახეობათა აუარებაში იაპონელთა სუმო მანინც ყველაგან გამორჩეულია. სუმოს შესახებ პირველი სარწმუნო ცნობები მე-7 საუკუნის შუა ხანებს განეკუთვნება. 642 წლის მეორე თვეს, იაპონიის იმპერატორის კარზე კორეის იმპერატორის ნარეზანდის პატივ-საცემად სუმოს ტურნირი გაიმართა. მას შემდგომ ამ ტიპის ტურნირებს ყოველწლიურად მართავდნენ და მათ სასუმოდგომო საშუაობა დასრულების, ჭირნახლის დაბინავების დღესასწაულს უძღვნიდნენ.

ერთ-ერთი ვერსიით, მე-16 საუკუნემდე „დოპოს“ (ანუ სუმოს სასაპარეო რიგის) ერთგვარი ანალოგი გარკვეულ ამალეებზე ეწყობოდა ხოლმე, მის მიღმა კი ბასრ სარებს არჭობდნენ. ამდენად, „დოპოს“ გარეთ გადაგდებული მოჭიდავე ამ სარებს წამოგებოდა ხოლმე, რაც, სულ მცირე, უმძიმეს ტრავმებს აყენებდა, ხშირად კი სიკვდილით მთავრდებოდა.

თუ არა გაშლილი ხელით, აკრძალულია ისევე, როგორც დაუშვებელია თვალეში და გენიტალიებში დარტყმები. ასევე აკრძალულია თმაში, ყურებში, თითებსა და გენიტალიებში დამ...

ვარაუდ „მაჯასის“ ნაწილში (ასე სუმოში საზარდულის დამცველ ერთგვარად დახვეწულ ქამარს უწოდებენ - რედ.) ხელის ნავლები. გარდა ამისა, არ შეიძლება მსუთავი ილეთების ჩატარება. მეტი შეზღუდვები სუმოში არ არის.



საკუთრებით კი ქამრის შებოჭვა, აგრეთვე სხვადასხვა გდებები, სარმები და კვანტები. პროფესიულ სუმოში სპორტსმენთა წონითი კატეგორიები არ არსებობს, ამდენად ორთაბრძოლის შედეგის ერთ-ერთი განმსაზღვრელი ფაქტორია მოჭიდავის მასა. დამწყებთა გარდა თითქმის ყველა სპორტსმენი 100 კილოგრამს და მეტს იწონის.

სექტორების წონა კი (უმაღლესი დივიზიონების მოჭიდავეების) აუცილებლად 120 კილოგრამს უნდა ჭარბობდეს. საშუალო სუმოისტის სხეულის მასაში ქონის წილი, ფაქტობრივად, ისეთივეა, როგორც მისი ასაკის საშუალო ობივაციისა. ჭარბი წონის დროს კუნთოვანი მასაც ასევე ძალიან დიდია. სუმოისტების ორთაბრძოლაში

ერთმანეთს არ შეიძლება შეხვედნენ ერთი ჰვის (სკოლის) მოჭიდავეები, აგრეთვე ლიქილი ძმები, თუნდაც ისინი სხვადასხვა ჰვისის წარმომადგენლები იყვნენ, თუმცა კი ეს უკანასკნელი პირობა ოფიციალურად დათქმული არ არის. აღნიშნული გარემოება „ჩანყობილი“ ორთაბრძოლების თავიდან ასაცილებლად შემოღებულია.

მთლიანობაში იოკოდჰინის (უმაღლესი კატეგორიის მოჭიდავის) წლიური შემოსავალი, რომელშიც სხვა შემოსავალიც (ვთქვათ, რეკლამით მიღებული) შედის, დაახლოებით მსოფლიო დონის ფეხბურთელის წლიური შემოსავლის ტოლია.

იაპონია სუმოს აღიარებული ცენტრია და ერთადერთი ქვეყანაა, სადაც პროფესიონალთა შეჯიბრებები ტარდება. სხვა ქვეყნებში, სადაც სუმო პოპულარულია, მხოლოდ სამოყვარულო სუმო არსებობს.

სუმოს მოჭიდავეებს განსაკუთრებული თმის ვარცხნილობა აქვთ, რომელსაც „ტაკიაბა“ ეწოდება. ტაკიაბას ვარცხნილობის ოსტატებს ყოველთვის დიდ პატივს მიაგებდნენ. სილაბაზის გარდა, თმის ამ ვარცხნილობას ის თვისება აქვს, რომ ის კევაში მიღებულ დარტყმებს არბილებს, რომელიც მოჭიდავემ შესაძლოა მიიღოს, ვთქვათ, დაცემისას.

ნებისმიერი დონის მოჭიდავეს ავტომატურად აქვს, დამრღვევს კი მკაცრი სასჯელი ელის. კერძოდ, 2007 წელს ამ აკრძალვის დარღვევაში მზილებული კიოკუტენში ერთი ტურნირით დისკვალიფიცირებული იყო, რასაც ავტომატურად რანგით მნიშვნელოვნად დაქვეითება მოჰყვა.

ნიმე ალექსანდრი

© ჩვენი კარავალინი

შეისვალეთ აოზა!

დიდხანს ჯდომა არსებითად აუარესებს გულ-სისხლძარღვით სისტემის მდგომარეობას, ამტკიცებენ ტენიანის უნივერსიტეტის კარდიოლოგები. მაგრამ ორსაათიანი ჯდომის მაგნიტობა შეიძლება განვიტრიალოთ ოცნუთიანი ვარჯიშებით.

კარდიოლოგები ამბობენ, რომ ნებისმიერ აქტიურობას ჯდომის დროს მოაქვს სარგებელი და გვერდით ტელევიზორის ან კომპიუტერის წინ შევასრულოთ რაიმე მოძრაობა: ავნიოთ ხელები, გადავჯდეთ ადგილიდან ადგილზე ან თუნდაც უბრალოდ შევიცვალოთ პოზა.

გამოკითხვა

თუ აძლევთ ბავშვებს სახარჯო ფულს?

51 პროცენტი - ვაძლევთ, ბავშვებმა უნდა ისწავლონ თავიანთი ხარჯების დაგეგმვა.

35 პროცენტი - ვაძლევთ, თუმცა ვაკონტროლებთ, როგორ ხარჯავენ ისინი მათ.

13 პროცენტი - არ ვაძლევთ, ჩვენ ზედმეტი ფული არა გვაქვს.

2 პროცენტი - არა, რა ვიცით, შეიძლება რაღაც მაგნე რამ იყიდონ.

სულ გამოკითხვაში 669 კაცმა მიიღო მონაწილეობა.

ტკბილი წაგალი

ცხელი შოკოლადი გვეზმარება, გავიუმჯობესოთ მესიერება ხანდაზმულ ასაკში, ამბობენ ამერიკელი მეცნიერები.

მათ სთხოვეს 73 წლის 60 ხანდაზმულ ადამიანს, რომლებსაც არ ანუხებდა მოხუცებულობის გონებაუსტობა, დალიონ ერთი ფინჯარი ცხელი შოკოლადი დღეში ერთი თვის განმავლობაში. მესიერებისა და აზროვნების ტესტირება მოხალისეებს ჩაუტარეს გამოკვლევაში და მის შემდეგ ულტრაბერის დახმარებით მეცნიერებმა ასევე გამოუმეს ნეიროვაკულარული კავშირი (სისხლდენის პასუხი ტვინის აქტიურობაზე).

აღმოჩნდა, რომ იმათი სისხლდენა, ვისაც იგი შესუსტებული ჰქონდა, გაუმჯობესდა 8,3 პროცენტით. და ყველა გამოსაცდელმა გაიუმჯობესა ტესტში ხანმოკლე მესიერება.

ღვიძლს შეიძლება

ზიანი მიაყენოს...

არასწორმა კვებამ

ზომიერი ჭამა, რაციონში ცხიმის, ტკბილეულის, შემწვარის, ცხარე საჭმელის სიუხვე მნიშვნელოვნად ზრდის დატვირთვის ორგანიზმზე და ართულებს მისი უჯრედების დროულ აღდგენას.

ალკოჰოლის ბოროტად გამოყენება

ორგანიზმში იგი იქცევა ტოქსიკურ აცეტალდეჰიდად, რომლის ნეიტრალიზებაც ღვიძლმა უნდა მოახდინოს. თუ ეს ხშირად ხდება ან ალკოჰოლის ოდენობა დიდია, მისი უჯრედები ზიანდება.

მონვევა

ნიკოტინის კვამლის ჩასუნთქვა ორგანიზმში ზრდის განსაკუთრებულ ნივთიერებებს - ანთებით ციტოკინებს, - რომლებიც აზიანებენ ღვიძლის უჯრედებს.

ცხოვრების ნაკლებადმოძრავი წესი

მის ფონზე ღვიძლში შეიძლება დაგროვდეს ზედმეტი ცხიმი, უარესდება მისი სისხლით მომარაგება, უჯრედები კი ნელა აღდგება.

ვირუსული ინფექციები, კერძოდ, ჰეპატიტი

სენი რომ არ შეგვეყაროს, ყურადღებით მოეკიდეთ სქესობრივი პარტნიორის შერჩევას, ჩააბარეთ სისხლი შემოწმებულ ლაბორატორიებში, მანიკიური გაიკეთეთ მხოლოდ სერტიფიცირებულ სალონებში.

წამლის მიღება

განსაკუთრებით თუ იგი ბევრია, მაგრამ ზოგიერთი პრეპარატი თავისთავად მავნეა ღვიძლისთვის, ასე რომ ისინი უნდა მივიღოთ ჰეპატოპროტექტორებთან კომპლექსში.

კვირის ციფრები

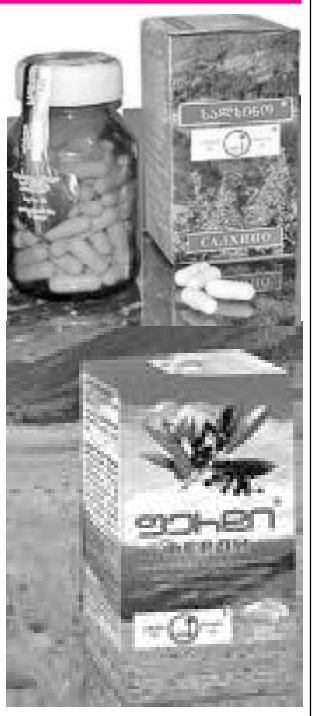
ქალების 22 პროცენტი და მამაკაცების 16 პროცენტი კვირაში ერთხელ განიცდიან შიშის გრძნობას, ამბობენ ამერიკელი მეცნიერები.

საქართველო ბიოლოგიური მედიცინის საშობლო

ინარგავლეთ საუკუნეების მანძილზე გამოცდილი გუნებრივი წამლებით

„ფერდის“ და „სალხინოს“ კომპლექსური გამოყენება

კლინიკური კვლევების საფუძველზე რეკომენდებულია „ფერდის“ და „სალხინოს“ ერთობლივი გამოყენება ქრონიკული გვერდითი მოვლენების აღმოსაფხვრელად. გააჩნიათ ძლიერი ანტიოქსიდანტური და იმუნომოდულატორული თვისებები. გამოიყენება ტუბერკულოზის რეზისტენტული ფორმების დროს, ასევე ენდომეტრიოზის, ჰეპატიტის, ნეფრიტის და კუჭ-ნაწლავის დაავადებების მკურნალობაში.



პირველი 6-7 დღე ინიშნება „ფერდის“ და „სალხინოს“ კავსულა 3-ჯერ დღეში ერთდროულად, თითოეული კავსულის მიღებისას აუცილებელია 200 მლ-მდე წლის მიყოლება. მომდევნო პერიოდში - 2 კავსულა „ფერდი“ და 1 კავსულა „სალხინო“ 3-ჯერ დღეში ერთდროულად, დამატებით 2 კავსულა „ფერდი“ ძილის წინ, მიღების დროს ყველა შემთხვევაში აუცილებელია წყლის მიყოლება. პაციენტი შეეძება გრძნობს 10-15 დღის შემდეგ, მკურნალობა გრძელდება 5-7 თვე ან საბოლოო გამოჯანმრთელებამდე.

„ფერდი“ და „სალხინო“ იკითხეთ აფთიაქებში.

- გამოყენების წინ გაეცანით ინსტრუქციას.
• გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს.

ტელ.: 214 41 58; მობ.: 577 49 94 84 www.salkhino.ge

პაციენტთა საყურადღებოდ!

ეს არ არის რეკლამა ეს მხოლოდ ინფორმაციაა...

პროფესორი არჩილ ხომასურიძე თავის გუნდთან ერთად ღირსეულად აგრძელებს იოსებ ჟორდანიას დაწესებულ საქმეს ახალ „რეპროდუქტოლოგიის ინსტიტუტში“, თბილისი, თევდორე მღვდლის 13 (აკადემიკოს ფრიდონ თოდუას კლინიკის გვერდით). ტელ.: (995 32)224 00 99, 224 00 98.

რეკლამა ბ. ახვლედიანის ქ. №19.

299-62-77; 568 82-09-84..

© კადრი



© ცინცხალი ანეკდოტები

- მიხომ, ფულის გადადების საშუალება გაქვს?
- გადადების საშუალება მაქვს, ფული - არა.
- ისბა, იცი რა ვროგნებისაა მამო ძე დუნი?
- მართლად? დაუჯერებელია!
- ღბშბ, მოდი, ყველაფერი სუფთა ფურცლიდან დავიწყოთ.
- არ გამოვია, შენ მთელი რვეული მოთხვარე.
- რბბ, მომისმინეთ, თუ შეიძლება, ძალიან მნიშვნელოვან საკითხზე ვარ მოსული, - ეუბნება რაბინოვიჩი რაბინს.

- რა მოხდა? - ეკითხება რაბინი.
- რბბ, ცოლი მონამელას მიპირებს.
- ეს წარმოუდგენელია. საიდან დაასკვნენ?
- წარმოუდგენელი კი არა, ნაღვია. თვითონ დავინახე, როგორ ჩაყარა რალაც ჩემს სადილში და კერძს გემო შეუცვალა.
- მოდი, მე დაველაპარაკებ შენს ცოლს და გავიგებ, რაშია საქმე. ხვალ მოდი და ჩემს აზრს გეტყვი.
- მეორე დღეს მიაკითხა რაბინოვიჩმა. ხედავს, რაბინს წვერი უცანცარებს, ხელები უცანცანებს, თვალები გადმოკარკლული აქვს.
- ახლახან მოვრჩი შენს ცოლთან ლაპარაკს. სამი საათი ველაპარაკე ტელეფონით. მთელი სამი საათი გაინტერესებს ჩემი აზრი?
- რა თქმა უნდა, რბბ!
- წადი და დალიე საწამლაგი.

საქართველოს რესპუბლიკის მთავარი რედაქტორი ალექსი ასლანიშვილი 299-62-77; 599 56-81-86. პასუხისმგებელი რედაქტორები: გურამ გომიაშვილი 599 53-76-16; რუსლან რუსია 599 17-21-21; სპარტაკ ძოგუშია 599 36-00-35. პასუხისმგებელი მდივანი მამუკა ვაშაბიძე 514 33-33-24.