შირაქი

SHIRAKI

გამოდის 1937 წლიდან

დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის გაზეთი

№8 (10.163)

22-29 მარტი, 2025 წელი

ფასი: 60 თეთრი

ყოველკვირეული გამოცემა

ოზაანში ახალი სკოლა გაიხსნა

20 მარტს კახეთის რეგიონში სამი ახლადაშენებული სკოლა გაიხსნა. მათ შორის გაიხსნა სოფელ ოზაანის საჯარო სკოლის ახლადაგებული შენობაც, რომელსაც ადგილობრივები 36 წლის განმავლობაში ელოდნენ. სკოლა 120 მოსწავლეზეა გათვლილი და სამშენებლო პროექტის ჯამური ღირებულება 3 000 000 ლარამდეა; ოზაანის სკოლა დღემდე ავარიულ, საუკუნოვან შენობებში იყო განთავსებული და ოთახების არარსებობის გამო სასწავლო პროცესი ორ ცვლაში მიმდინარეობდა.

დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის სოფელ ოზაანის, ახმეტის მუნიციპალიტეტის სოფელ ზემო ალვანის მე-2 და სიღნაღის მუნიციპალიტეტის სოფელ საქობოს საჯარო სკოლებში სასწავლო სივრცეების პარალელურად ფუნქციონირებს საბუნებისმეტყველო და კომპიუტერული ლაბორატორიები, ბიბლიოთეკა, სპორტული და სააქტო დარბაზები, ექიმის კაბინეტი და რესურსოთახი.

სასწავლო დაწესებულებების გახსნის ცერემონიას საქართველოს განათლების, მეცნიერებისა და ახალგაზრდობის მინისტრი **ალექსანდრე წულაძე**, გარემოს დაცვისა და სოფლის მეურნეობის მინისტრ **დავით სონღულაშვილთან**, კახეთის მხარეში სახელმწიფო რწმუნებულ **გიორგი ალადაშვილთან**, დედოფლისწყაროს მერთან, **ნიკოლოზ ჯანიაშილთან** და საკრებულოს თავმჯდომარე **ნუგზარ პაპიაშვილთან** ერთად დაესწრო.

სტუმრებმა სკოლების ინფრასტრუქტურა დაათვალიერეს, მიმდინარე სასწავლო პროცესს გაეცნენ და მოსწავლეებსა და მასწავლებლებს თანამედროვე სტანდარტების შესაბამის გარემოში სწავლის გაგრძელება მიულოცეს.

სკოლები ადაპტირებულია შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირებისთვის: დამონტაჟებულია ლიფტი, ადაპტირებული სანიტარული კვანძები და პანდუსი. ინფრასტრუქტურული პროექტების ფარგლებში ასევე მოეწყო გარე მოედნებიც.

საჯარო სკოლების მშენებლობა/რეაბილიტაცია საქართველოს განათლების, მეცნიერებისა და ახალგაზრდობის სამინისტროს სსიპ საგანმანათლებლო და სამეცნიერო ინფრასტრუქტურის განვითარების სააგენტომ განახორციელა.

ნიკოლოზ ჯანიაშვილი: „ოზაანში სკოლის აშენების პირობა 1989 წლიდან არსებობს, თუმცა ვერცერთმა ხელისუფლებამ ვერ შეძლო ამ სოფელს სათანადო სკოლა ჰქონოდა. ჩვენ სულ მალე შევძელით მისი მშენებლობის დასრულება. მინდა გითხრათ, რომ დედოფლისწყაროში სულ 15 სკოლაა,

/დასასრული გვ 3/

პატარა ფეხბურთელების დიდი მომავალი

დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერიასა და „საფეხბურთო კლუბი დინამო თბილისის საფეხბურთო სკოლას“ შორის გაფორმებული ურთიერთთანამშრომლობის მემორანდუმის საფუძველზე 17—18 მარტს დედოფლისწყაროს ახალ საფეხბურთო სტადიონზე საფეხბურთო წვრთნები დაიწყო.

ვარჯიშს დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერი ნიკოლოზ ჯანიაშვილი მოადგილესთან, მალხაზ მერაბიშვილთან ერთად დაესწრო. მერის განცხადებით, დედოფლისწყაროელ ბავშვებს აქვთ უნიკალური შანსი, მაღალ დონეზე გაიარონ საფეხბურთო მომზადება და მიაღწიონ დიდ წარმატებებს. ამისათვის კი დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერია ყველაფერს გააკეთებს.

6-12 წლის ბავშვები საფეხბურთო მომზადებას საფეხბურთო კლუბ „დინამო თბილისის“ მეთოდოლოგიით გადიან. დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერიასა და „საფეხბურთო კლუბი დინამო თბილისის საფეხბურთო სკოლას“ შორის ურთიერთთანამშრომლობის მემორანდუმი მიმდინარე წლის იანვარში გაფორმდა.

მიუხედავად იმისა, რომ სწავლა ფასიანია, მსურველთა რაოდენობა მაინც რეკორდულად დიდია. როგორც „შირაქმა“ გაარკვია, ყოველთვიური გადასახადი 50 ლარია, თუმცა ნახევარს დედოფლისწყაროს მერია დააფინანსებს, 25 ლარს კი მშობელი გადაიხდის.

დედოფლისწყაროს სპორტის ცენტრში ამბობენ, რომ 157 მოზარდის განაცხადია რეგისტრირებული. მოთხოვნა უფრო დიდი იყო, თუმცა მოშორებული სოფლებიდან მსურველები ვერ მიიღეს.

ნიკოლოზ ჯანიაშვილი: „ყველაზე პატარა ასაკის ბავშვთა ვარჯიშს დავესწარი და გულწრფელად მინდა გითხრათ, ამ ასაკის ამდენი ბავშვი, ამდენ მშობელთან ერთად მრავალი წელია აღარ მინახავს. მითუმეტეს კოვიდპანდემია გავიარეთ და ჩაკეტილობის შემდეგ ეს ჟრიამული ნამდვილად სასიამოვნო და დიდი სიხარული იყო ჩემთვის. დიდი დაინტერესება წამოვიდა და ჩვენმა ერთმა ნაბიჯმა სრულიად გამოაცოცხლა დედოფლისწყარო. სულ სხვა მუხტი იგრძნობა მოზარდებში“.

გია ისიანი: *(„დინამოს“ პროექტების ხელმძღვანელი):* „საოცარი ინფრასტრუქტურა დაგვხვდა დედოფლისწყაროში, ცენტრალურ პარკში მოწყობილი ახალი სტადიონი განათების სისტემით, მართლაც საოცარი ბაზა იქნება ამ ბავშვებისთვის. მშვენიერი მდებარეობაა და არსებობს ადგილობრივი ხელისუფლების მხარდაჭერა. გასული წლის უდიდესი წარმატებებისა და ეროვნული ნაკრების ვარსკვლავების: კვარაცხელიას, მიქაუტაძის, მამარდაშვილის და სხვების წყალობით, საქართველოში ფეხბურთი იმდენად პოპულარული გახდა, მოლოდინი ნამდვილად გვქონდა, რომ დედოფლისწყაროშიც დიდი ინტერესი გაჩნდებოდა. თუმცა, ამხელა მომართვიანობა მართლაც გასაოცარია. საწყის ეტაპზე ყოველთვის ცოტაა და რაოდენობა ეტაპობრივად იზრდება ხოლმე, მაგრამ დედოფლისწყაროში თავიდანვე ბევრი განაცხადი შემოვიდა. ბედნიერი ვარ, რომ დედოფლისწყარო ასე აქტიურობს. 90-იან წლებში პირადად მე დედოფლისწყაროში ვცხოვრობდი და ჯუმბერ უზუნაშვილის თხოვნით რაიონის საფეხბურთო გუნდ შირაქში ვთამაშობდი, ამიტომ ამ ქალაქში ფეხბურთის განვითარებასთან დაკავშირებით სხვა ემოცია მაქვს. ვინაიდან მოედანი მხოლოდ ქალაქშია, მხოლოდ დედოფლისწყაროს მაცხოვრებლები ავიყვანეთ და ჯერ სოფლების მოსახლეობას ვერ მივიღებთ. თუმცა, მერს სურვილი აქვს ქედების ზონაშიც გვქონდეს. სიღნაღის ორ სოფელში უკვე დავიწყეთ, ამიტომ იმედი მაქვს დედოფლისწყაროს სოფლებშიც მალე მოგვეცემა შესაძლებლობა. მსურველთა მიღება მომავალშიც გაგრძელდება, ნებისმიერ დროს შეუძლიათ 6-12 წლის მოზარდებს განაცხადი შემოიტანონ. ამჯერად ყველა მსურველი მივიღეთ, არ შეგვირჩევია, ვის აქვს სათანადო უნარები და ვის არა... თუმცა, ჩვენი მოთხოვნები გვაქვს და შედეგები ნელ-ნელა გამოიკვეთება. ვვარაუდობ, რომ 100-110 ბავშვი დარჩება და გააგრძელებს ვარჯიშს. ვაპირებთ ჯგუფებად დაყოფას, არ გვინდა თითო ჯგუფში 18-ზე მეტი სპორტსმენი იყოს, მაგრამ რაკი სხვადასხვა ასაკია, ვნახოთ როგორ დალაგდება. დაახლოებით სამ წელიწადში უკვე უნდა გვქონდეს შედეგი, ყველაზე აქტიურ და გამოკვეთილ მოზარდებს ჩვენ წავიყვანთ, საცხოვრებლით ვუზრუნველვყოფთ და დინამოს ბაზაზე გავზრდით. 5 წლიანი თანამშრომლობის მემორანდუმი გვაქვს დედოფლისწყაროს მერიასთან და ორივე მხარე დაკვირვების რეჟიმში ვართ, ვნახოთ როგორ ავაწყობთ და რა შედეგებზე გავალთ. 2013 წელს დაბადებულ ვაჟებს აქვთ შანსი. ნაკრების წევრების კანდიდატებში თუ მოხვდებიან, ესეც კარგი შედეგი იქნება, 1-2 მოთამაშე მაინც უნდა გავზარდოთ ასეთი.

/დასასრული გვ 3/

დედოფლისწყაროს სპორტული დარბაზის რეაბილიტაცია მიმდინარეობს

დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერი ნიკოლოზ ჯანიაშვილი მოადგილესთან, გელა სამუკაშვილთან ერთად ქ. დედოფლისწყაროში არსებული სპორტული დარბაზის სარეაბილიტაციო სამუშაოებს ადგილზე გაეცნო.

ინფრასტრუქტურულ პროექტს რეგიონებში განსახორციელებელი პროექტების ფონდის დაფინანსებით დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერია ახორციელებს და მისი ღირებულება 77 518 ლარია.

სამუშაო შეხვედრა გაიმართა

დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერი ნიკოლოზ ჯანიაშვილი მოადგილესთან, გელა სამუკაშვილთან და მერიის ინფრასტრუქტურის სამსახურის თანამშრომლებთან ერთად კონტრაქტორი კომპანიების წარმომადგენლებს შეხვდა და ინფრასტრუქტურული პროექტების მიმდინარეობის შესახებ დეტალური ინფორმაცია მოისმინა.

„მუნიციპალიტეტში მიმდინარე ინფრასტრუქტურული სამუშაოების მონიტორინგი მერიის შესაბამისი სამსახურების მიერ აქტიურ რეჟიმში ხორციელდება. ჩვენთვის მნიშვნელოვანია, რომ თითოეული პროექტი დროულად და ხარისხიანად განხორციელდეს“- აღნიშნა შეხვედრაზე ნიკოლოზ ჯანიაშვილმა.

შეხვედრები საბავშვო ბაღებში

დედოფლისწყაროს სკოლამდელი სააღმზრდელო ცენტრის ინკლუზიური განათლების სპეციალისტის ირინა ფიროსმანაშვილის მიერ მუნიციპალიტეტის ბაგა-ბაღებში შედგა მშობლებთან შეხვედრა თემაზე: „ტრანზიცია ბაღიდან სკოლაში“.

ტრანზიცია ნიშნავს გადასვლას ერთი პოზიციიდან მეორეზე. განიხილება, როგორც პროცესი, რომელიც მოიცავს ბავშვის, მათ შორის სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე ბავშვის, შესვლას, ან გადასვლას სხვადასხვა სოციალური და საგანმანათლებლო მომსახურებიდან, ბაგა-ბაღიდან ზოგადი განათლების სისტემაში. სკოლამდელი განათლების დაწესებულება უზრუნველყოფს ბაღიდან სკოლაში ტრანზიციის ხელშემწყობ ღონისძიებებს. მშობლებთან შედგა საინფორმაციო და საკონსულტაციო შეხვედრები. მიეწოდათ ინფორმაცია, რომ გამოცხადდა პირველკლასელთა რეგისტრაცია 2025-2026 სასწავლო წლისათვის. რეგისტრაცია ხორციელდება ოთხ ეტაპად:

შეხვედრები კითხვა-პასუხის რეჟიმში წარიმართა და დაინტერესებულ მშობლებს ყველა ინფორმაცია მიეწოდა.

საქველმოქმედო აქცია სათნოების სახლში

10 მარტს დედოფლისწყაროს №1 საჯარო სკოლაში მოქმედი კლუბი „კამბისენეს“ ორგანიზებით საქველმოქმედო აქცია ჩატარდა. სკოლის მოსწავლეების მიერ მოგროვებული ტანსაცმელი დედოფლისწყაროს სათნოების სახლს გადაეცა.

„ეს ინიციატივა პირდაპირ უკავშირდება გაეროს მდგრადი განვითარების პირველ მიზანს - სიღარიბის აღმოფხვრას. ჩვენი კლუბის წევრების და მოხალისეების აქტიური ჩართულობით, შევძელით დახმარება გაგვეწია მათთვის, ვისაც ეს ყველაზე მეტად სჭირდება.

განსაკუთრებული მადლობა გვინდა გადავუხადოთ ყველას, ვინც მონაწილეობა მიიღო ამ კეთილ საქმეში. მჯერა, რომ მსგავსი ინიციატივები სამომავლოდაც გაგრძელდება და ერთად შევძლებთ უფრო მეტი სიკეთის გაკეთებას ჩვენი საზოგადოებისთვის!“ - აღნიშნავს კლუბის ხელმძღვანელი მაია ლაპიაშვილი.

მესაზღვრის დღე მიულოცეს

კახეთის მხარეში სახელმწიფო რწმუნებული, გიორგი ალადაშვილი, დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერი, ნიკოლოზ ჯანიაშვილი და საკრებულოს თავმჯდომარის მოადგილე გოჩა სამუკაშვილი დედოფლისწყაროში, საქართველოს სასაზღვრო პოლიციის სახმელეთო საზღვრის დაცვის დეპარტამენტის IV სამმართველოს ესტუმრნენ და მესაზღვრეებს პროფესიული დღე მიულოცეს.

გარემოს დაცვისა და სოფლის მეურნეობის სამინისტროს წარმომადგენელმა, კარლო ამირგულაშვილმა მინისტრის სახელით მადლობის სიგელები გადასცა ლაგოდეხის და დედოფლისწყაროს სამმართველოების მესაზღვრეებსა და დაცული ტერიტორიების ადმინისტრაციების ხელმძღვანელებს.

ხელისუფლების წარმომადგენლებმა მადლობა გადაუხადეს მესაზღვრეებსა და რეინჯერებს, რომლებიც ერთობლივად, კოორდინირებული მუშაობით მნიშვნელოვან როლს ასრულებენ ბრაკონიერობის წინააღმდეგ ბრძოლაში.

„როგორ ვხედავთ რიცხვებს გრაფიკულად?“

სსიპ დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის სოფელ სამთაწყაროს საჯარო სკოლის მათემატიკის მასწავლებელმა, ნინო მატიაშვილმა, VII კლასში (კლასის დამრიგებელი–თამილა ნადირაშვილი) განახორციელა სასკოლო პროექტი „მონაცემთა საიდუმლოებები: როგორ ვხედავთ რიცხვებს გრაფიკულად“.

პროექტის მიზანი იყო მოსწავლეთა მონაცემთა შეგროვებისა და დამუშავების უნარების განვითარება, მათთვის წრიული დიაგრამის შექმნის პრინციპების სწავლება და მონაცემთა ვიზუალიზაციის მნიშვნელობის გაცნობა.

მოსწავლეები გაეცნენ მონაცემთა შეგროვებისა და ანალიზის ძირითად პრინციპებს. შეისწავლეს, როგორ მოამზადონ და წარმოადგინონ მონაცემები წრიული დიაგრამის სახით. მოახდინეს საქართველოს რეგიონების ფართობისა და მოსახლეობის მონაცემთა დამუშავება და ვიზუალიზაცია. განივითარეს კრიტიკული აზროვნება და გუნდური მუშაობის უნარ-ჩვევები.

მოსწავლეებმა დამოუკიდებლად მოიპოვეს, გაანალიზეს და ვიზუალურად წარმოადგინეს მონაცემები. მათ განუვითარდათ ლოგიკური და ანალიტიკური აზროვნება, ინფორმაციის დამუშავებისა და სწორად გადმოცემის უნარი, გაძლიერდა მათემატიკური უნარ-ჩვევები და მონაცემთა ვიზუალიზაციის პრაქტიკული გამოყენების გამოცდილება, მოსწავლეებმა გამოიმუშავეს გუნდური მუშაობის, პრეზენტაციისა და საჯარო გამოსვლის უნარები.

პროექტის დასკვნით ეტაპზე მოსწავლეებმა თავიანთი ნამუშევრები პრეზენტაციის სახით წარადგინეს. ღონისძიებას ესწრებოდა სკოლის დირექტორი, ეკატერინე ჩიტაური, რომელმაც განსაკუთრებული მადლობა გადაუხადა მოსწავლეებსა და მათემატიკის მასწავლებელს ნაყოფიერი მუშაობისთვის.

დირექტორმა აღნიშნა, რომ ეს პროექტი მნიშვნელოვნად შეუწყობს ხელს მოსწავლეთა პრაქტიკული უნარების გაღრმავებას და მათ წაახალისებს მომავალი კვლევებისა და ანალიტიკური პროექტების განხორციელებაში.

რეაბილიტაცია ეპარქიის სკოლაში

ქალაქ დედოფლისწყაროში წმ. მეფე ვახტანგ გორგასლის სახელობის სკოლის რეაბილიტაციაა იწყება. პროექტით გათვალისწინებულია ერთ-ერთი შენობის ფასადის აღდგენა, საძირკვლის გამაგრება და ღობის მოწყობა. სამუშაოები მიმდინარე წლის აგვისტომდე უნდა დასრულდეს. ტენდერში „ტექნოსერვისი 1“ და შპს „ჯეოგიდი+“ მონაწილეობდნენ. სამუშაოებისთვის 384 520 ლარია გათვალისწინებული. ყველაზე დაბალი თანხა „ჯეოგიდი+“მა დააფიქსირა, რის შედეგადაც 7 თებერვალს ტენდერში გაიმარჯვა და პროექტის შესრულების ვალდებულება 328 500 ლარად აიღო. მეორე ადგილზე გასული კომპანია კი სამუშაოების შესრულებას 349 381 ლარად გვთავაზობს.

14 თებერვალს დედოფლისწყაროს მერიის სატენდერო კომისიამ კომპანია „ჯეოგიდი+“-სს დისკვალიფიკაცია მიანიჭა. მიზეზად კი ისაა მოყვანილი, რომ კომპანიის დოკუმენტაცია სატენდერო პირობების მოთხოვნებს არ შეესაბამება, რადგან სამუშაო გამოცდილებაში წარმოდგენილია მხოლოდ კერძო დამკვეთების ხელშეკრულებები და არა მათი გამოცდილების.

როგორც „შირაქმა“ გაარკვია, 18 თებერვალს „ჯეოგიდი+“მა დედოფლისწყაროს მერიის სატენდერო კომისიის გადაწყვეტილება გაასაჩივრა სახელმწიფო შესყიდვების სააგენტოში მოქმედ სახელმწიფო შესყიდვებთან დაკავშირებული დავების განხილვის საბჭოში. ამ საბჭოს 5 მარტის გადაწყვეტილებით, მათი მოთხოვნა არ დაკმაყოფილდა. საბჭომ დედოფლისწყაროს მერიის არგუმენტი გაიზიარა და აღნიშნა, რომ კომპანიას თავად უნდა ჰქონდეს ამგვარი სამუშაოს შესრულების გამოცდილება და კონტრაქტორი კომპანიის გამოცდილება არ უნდა მოიშველიოს.

სატენდერო კომისიის 7 მარტის გადაწყვეტილებით ტენდერში მონაწილე მეორე პრეტენდენტს, დედოფლისწყაროში მოქმედ კომპანია „ტექნოსერვისი 1“-ს დაევალა დროულად წარედგინა შესაბამისი დოკუმენტაცია და დაზუსტებული ფასები. დოკუმენტაციის სრულყოფილად წარდგენის შემთხვევაში სატენდერო კომისია გამარჯვებულად სწორედ ამ კომპანიას გამოაცხადებს და „ტექნოსერვისი 1“-ს დაგეგმილი სამუშაოების დაწყების შესაძლებლობა მიეცემა. **შირაქი**

პატარა ფეხბურთელების დიდი მომავალი

/პირველი გვერდიდან/

რაც შეეხება მწვრთნელებს, სამი ადგილობრივი მწვრთნელი გვყავს შერჩეული, მათ დინამოს აკადემიის კურსები გაიარეს. რამდენიმე ეტაპად გადამზადდნენ და ჩვენი მითითებებით, პატრონაჟითა და მეთოდოლოგიით იმუშავებენ. პარალელურ რეჟიმში გაგრძელდება მწვრთნელების გადამზადება, მაქსიმალურად ვეხმარებით, რომ ფეხბურთის ფედერაციის მწვრთნელის ლიცენზია მოიპოვონ. ამჯერად ეს ლიცენზია არ აქვთ და მისი მიღება აუცილებელია. თუმცა, მწვრთნელების ლიცენზირება ხანგრძლივი პროცესია, მარტივი არ გახლავთ. უამრავი ტრენინგი და ბოლოს გამოცდის გავლაა საჭირო. მწვრთნელებს აქვთ დაინტერესება, რაც შეიძლება მეტი ბავშვი მოიზიდონ, თითო მოსწავლეზე 20 ლარს მწვრთნელი მიიღებს ხელფასის სახით. ყველა პირობა გვაქვს, რომ წარმატებული თანამშრომლობა შედგეს და მნიშვნელოვანი შედეგები ვაჩვენოთ.“

შალვა შაიშმელაშვილი ***(მწვრთნელი):*** „პირადად მე მყავს 38 ბავშვი, რომლებიც 2017-18 წელს დაბადებულები არიან. ვასოს 70-მდე და ა.შ. პირველ დღეს უფროსი ასაკის ბავშვების ვარჯიში გვქონდა, ხოლო მეორე დღეს კიდევ ორი პატარა ჯგუფის, 2025-26 და 2017-18 წლებში დაბადებულების. დიდ ასაკს ამეცადინებს ვასო მაძღარაშვილი და ვეხმარებით მე და მარლენ ნატროშვილი, ხოლო პატარა ასაკის ბავშვების შემთხვევაში მოედანი ორად იყოფა და ვასო დაგვეხმარება ორივე მწვრთნელს. ბევრი ბავშვია, თუმცა სამი მწვრთნელი ჯერ ვუმკლავდებით ამას, ვნახოთ შემდეგ რა იქნება. მე ასევე დამევალა, რომ მეკარეების ტრენერი ვიყო და პარალელურ რეჟიმში ნებისმიერი ასაკის მეკარეები მე ვავარჯიშო.

მწვრთნელებმა ბავშვები სურვილის და ასაკის მიხედვით გავინაწილეთ, თუმცა ეს იმას არ ნიშნავს, რომ მხოლოდ ამ ასაკის ბავშვებს ვამეცადინებთ. მორიგეობით, ერთი მთავარი მწვრთნელი იქნება, დანარჩენი ორი ასისტენტი, შემდეგ ვარჯიშზე კი პირიქით და ა.შ. ჯერჯერობით მხოლოდ ბიჭების მიღებაზეა საუბარი, თუმცა, როდესაც სკოლებში ბავშვების შესარჩევად დავდიოდით, რამდენიმე გოგონაც იყო, რომელსაც ფეხბურთის ინტერესი ჰქონდა. გული დასწყდათ, რომ გოგონების მიღება არ არის. რაც შეეხება მოლოდინს, სიმართლე გითხრათ მოლოდინი ნამდვილად მქონდა, რომ დიდი ინტერესი იქნებოდა. თუმცა, შედეგმა მოლოდინს გადააჭარბა და ამხელა რაოდენობას არ ველოდი. პროცესი არ გაჩერებულა და ყოველდღიურად ემატება 4-5 მსურველი. ვარჯიშები კვირაში სამჯერ იქნება, უფროსი ასაკის ვაჟები ორშაბათს-ოთხშაბათსა და პარასკევს ივარჯიშებენ და შაბათს თამაში ექნებათ, ხოლო პატარა ასაკის ჯგუფებს სამშაბათსა და ხუთშაბათს ვარჯიში ექნებათ, შაბათს კი თამაში. „დინამოს“ მეთოდოლოგია ამას ითვალისწინებს, რომ პატარებს ორი ვარჯიში ჰქონდეთ, დიდებს სამი“.

„შირაქი“ მოსწავლეთა მშობლებსაც გაესაუბრა, ისინი აღნიშნავენ, რომ დედოფლისწყაროში ფეხბურთი უფასოდაც ისწავლება და ამის შესაძლებლობა მანამდეც იყო, თუმცა მეტი პერსპექტივისა და უფრო ეფექტური პროგრამით მომზადების გამო მზად არიან შვილები ფასიან წრეებზეც ატარონ. სწორედ ამ იმედით შეიყვანეს, რომ „დინამოს აკადემია“ მეტი ასპარეზის მომცემი აღმოჩნდება მოზარდებისთვის.

✍ *ილია მარტყოფლიშვილი*

გაზეთ „შირაქის“ თანამშრომლებს პროფესიული დღე მიულოცეს

21 მარტს დედოფლისწყაროს მერი ნიკოლოზ ჯანიაშვილი და საკრებულოს თავმჯდომარის მოადგილე გოჩა სამუკაშვილი გაზეთ „შირაქის“ რედაქციის თანამშრომლებს შეხვდნენ. მუნიციპალიტეტის ხელმძღვანელებმა რედაქციის თანამშრომლებს ქართული ჟურნალისტიკის დღე მიულოცეს, სიმბოლური საჩუქრები გადასცეს და პროფესიასა და პირად ცხოვრებაში წარმატებები უსურვეს. შეხვედრა დიალოგის რეჟიმში წარიმართა. ჟურნალისტებმა და თვითმმართველობის ხელმძღვანელებმა მუნიციპალიტეტში მიმდინარე და განსახორციელებელ პროექტებზე ისაუბრეს

აღინიშნა, რომ გაზეთი „შირაქი“ დედოფლისწყაროს მემატიანეა და 1937 წელს დაარსებულმა რედაქციამ ისტორიას შემოუნახა ამ რაიონის ყოველდღიურობის ყველა საინტერესო დეტალი.

„ძალიან მომწონს, როცა გაზეთში წინა საუკუნის უძველესი ამბები წერია და ყოველთვის დიდი ინტერესით ვეცნობი, რადგან მართლა მნიშვნელოვანია დღევანდელობაში ძველი ყოფის ამსახველი ამბების გახსენება. რედაქციაში დღესაც მუშაობენ ადამიანები, რომლებიც თითქმის ნახევარი საუკუნეა ჩვენს გაზეთს ემსახურებიან. ასევე კიდევ ერთხელ დაფასებას იმსახურებენ ყოფილი და გარდაცვლილი თანამშრომლები, ისინი, ვინც გაზეთ „შირაქში“ თავისი კვალი დატოვეს. ბევრი ცნობილი კომპანია დღეს იმით ამაყობს და ფართო სარეკლამო კამპანიას ეწევა, რომ 20, ან 30 წელია, ხალხის სამსახურშია. არადა, ჩვენ გვაქვს გაზეთი, რომელიც წელს 88 წლის გახდა და წყვეტა არასოდეს ჰქონია. ეს პატარა დრო არ არის, ასი წლის იუბილეც შორს არაა. დღეს უკვე თითზე ჩამოსათვლელია ამხელა ისტორიის მქონე ქართული რაიონული გაზეთები და მიხარია, რომ მხოლოდ რამდენიმე გაზეთია ასაკით „შირაქზე“ უფრო დიდი. მნიშვნელოვანია, რომ დედოფლისწყარომ შეინარჩუნა და დღემდე ამაყად მოვიდა გაზეთი „შირაქი“. მინდა გისურვოთ, რომ კვლავაც დიდხანს ყოფილიყავით ხალხის სამსახურში,“ – აღნიშნა ნიკოლოზ ჯანიაშვილმა.

ქართული ჟურნალისტიკის დღის აღნიშვნა პირველი ქართული მედია საშუალების გამოცემას უკავშირდება. გაზეთი 1819 წლის 21 მარტს გამოიცა და „საქართველოს გაზეთი“ ეწოდებოდა. ბეჭდურმა მედიამ 1821 წლის ბოლომდე იარსება.

ოზაანში ახალი სკოლა გაიხსნა

/პირველი გვერდიდან/

საიდანაც 9 სულ მთლიანად ახალია, ძირეულად განახლებული, ან ახლად აშენებული, კიდევ ორის მშენებლობა ახლა მიმდინარეობს და მესამე, არბოშიკის სკოლაც მალე დაიწყება. მართალია დავით სონღულაშვილი მინისტრად გადაიყვანეს, თუმცა, როგორც თავისი სამაჟორიტარო ოლქი, ცდილობს კარგ ამბებში ჩვენს გვერდით იყოს, ამიტომაც გვესტუმრა და გაგვახარა.“

ანა ლათიბაშვილი ***(ოზაანის სკოლის დირექტორი):*** „ორი წლის წინ ასი წელი შეუსრულდა იმ შენობას, რომელშიც აქამდე ვმუშაობდით. ეზოში ორი შენობა დგას, ცალკე იყო დაწყებითი კლასებისთვის გათვლილი შენობა და ცალკეა უფროსი ასაკის კლასების შენობა, თუმცა, მიუხედავად იმისა, რომ მცირე კონტინგენტიან სკოლად ვითვლებით, მაინც არასაკმარისი იყო ოთახების რაოდენობა. ბოლო წლებში დაემატა რესურსოთახი, კომპიუტერული ოთახი, სხვადასხვა საჭიროებები გაჩნდა, თუმცა ფართი არ გვყოფნიდა. მრავალი წელია ორ ცვლაში გვიწევს მუშაობა, რაც დიდ სირთულეებთანაა დაკავშირებული. განსაკუთრებით პრობლემებს ვაწყდებით ზამთრის სეზონზე. ხშირად დაღამებულზე მთავრდებოდა სასწავლო პროცესი და გვიან სახლში დაბრუნება მოსწავლეებს უჭირდათ. თუმცა სხვა გზა არ იყო, ოთახების არარსებობის გამო იძულებულნი ვიყავით სასწავლო პროცესი ასე დაგვეყო. მცირე კონტინგენტი გვყავს, თუმცა ამჟამად ჩვენთან ყველა კლასი მოქმედებს და 90 მოსწავლე სწავლობს, საბედნიეროდ კლას-კომპლექტები, ანუ რამდენიმე კლასის გაერთიანება არ დაგვჭირვებია. იმედი გვაქვს, ახალი სკოლა სტიმულს მისცემს სოფლის მოსახლეობას და შემცირდება მიგრაცია, პირიქით დაბრუნდებიან და გაძლიერდება ჩვენი სოფელი. უკვე ერთი თვეა შევედით ახლად აშენებულ შენობაში. ყველაფერი გამართულად მუშაობს და კარგი ხარისხითაა გაკეთებული. არანაირი ხარვეზი არ გამოვლენილა. ადგილმდებარეობაც გონივრულადაა შერჩეული, კმაყოფილი ვართ ნამდვილად. რაც შეეხება გახსნის ცერემონიას, სასიამოვნო დღე იყო. ხელისუფლების წარმომადგენლები გვსტუმრობდნენ და პირადად მოგვილოცეს ეს დღე. 4 ათეული წელია იგეგმებოდა სოფელში სკოლის მშენებლობა, საძირკველიც არსებობდა, მაგრამ ბოლომდე ვერ მივიდა. ახლა კი 2 წელიწადში თანამედროვე სტანდარტების უახლესი სასკოლო ინფრასტრუქტურა ჩაგვბარდა. გვაქვს ექიმის კაბინეტიც, თუმცა ჯერ კადრი არ შეგვირჩევია, ვაკანსია გვაქვს გამოცხადებული. მოსახლეობაშიც დიდი მოლოდინი და კმაყოფილება იყო, რადგან ორცვლიანი სწავლება ძალიან დამღლელი იყო ყველასთვის. დიდი მადლობა ხელისუფლებას ამ საჩუქრისათვის.“

✍ *ილია მარტყოფლიშვილი*

«ვაქციოთ სიკეთე ცხოვრების მთავარ მოტივაციად»

„ჩვენს გვერდით არსებობენ ადამიანები, რომლებიც ზედმეტი ფიქრის გარეშე,უყოყმანოდ აკეთებენ სიკეთეს, არც ჯილდოს ელიან და არც იმას, ვინმემ გმირად გამოაცხადოს. მხოლოდ ერთი რამ გვჭირდება,დახმარების,ზრუნვის,გვერდში დგომის სურვილით გამოწვეული სიხარულის ემოცია“- ასე აუწყეს საზოგადოებას **ნონა ტოკლიკიშვილმა** და **ანჟელიკა ხაჩატურიანმა** საქველმოქმედო ჯგუფის „ჩვენ ერთმანეთს ვჭირდებით“ დაარსება.

ჯგუფი ახლახანს შეიქმნა. თუმცა, რამდენიმე აქციის განხორციელება უკვე მოახერხეს. ჯგუფის დაარსების დღე მოსწავლისა და მასწავლებლისთვის ისტორიული გამოდგა. მათ ერთად შექმნეს საქველმოქმედო ჯგუფი, რომელსაც ანგარიშის ნომერიც აქვს და ელოდებიან მათ შემოერთებას, ვისაც მათთან ერთად თუნდაც მცირე რესურსით სიკეთის კეთება უნდა. გაზეთი „შირაქი“ დაინტერესდა მათი საქმიანობით და ჯგუფის ერთ-ერთ დამფუძნებელს, ნონა ტოკლიკიშვილს რამდენიმე კითხვით მიმართა:

-როგორ დაიბადა საქველმოქმედო ჯგუფის დაარსების იდეა?

საქველმოქმედო ჯგუფი „ჩვენ ერთმანეთს ვჭირდებით“ უცებ, პატარა ამბის მოყოლვით დაარსდა. ჩემს პატარა მეგობარს, ანჟელიკა ხაჩატურიანს ვუყვებოდი, ერთ-ერთ ბავშვზე, რომელსაც უკვე დიდი ხანია ვეხმარები. ჩემს ემოციებს ვუზიარებდი. მეორე დღეს მოვიდა ანჟელიკა და 100 ლარი მომიტანა, დედამ გამომატანა, რაც საჭიროა იყიდეთო. 2025 წლის თებერვალში ანგარიშიც გავხსენით საქართველოს ბანკში, დავუკავშირდით მრავალშვილიან ოჯახს და სურსათითა და ტანსაცმლით დავეხმარეთ.

-რამდენ ადამიანს აერთიანებს თქვენი ჯგუფი?

სსიპ დედოფლისწყაროს N2 საჯარო სკოლაში ვმუშაობ. ჩემს გარშემო უამრავი სიკეთის მკეთებელი ადამიანია. „არაოფიციალურად“ ისინიც ამ ჯგუფის წევრები არიან. სასწაულია ის ემოციები, როცა მოსწავლეებთან „ვწუწუნებ“, რომ ერთ-ერთ მოსწავლეს სჭირდება სასწავლო ნივთები ან სხვა სახით დახმარება, მეორე დღეს კი ყველა მოდის საჩუქრით, სახელსა და გვარს არც კი კითხულობენ, მთავარია დავეხმაროთო. ამ ყველაფერზე სიხარულისგან მეტირება. დიახ, ჩვენს გვერდით არსებობენ ადამიანები, რომლებიც ზედმეტი ფიქრის გარეშე, უყოყმანოდ აკეთებენ სიკეთეს, არც ჯილდოს ელიან და არც იმას, ვინმემ გმირად გამოაცხადოს. მხოლოდ ერთი რამ გვჭირდება-დახმარების, ზრუნვის, გვერდში დგომის სურვილით გამოწვეული სიხარულის ემოცია.

-მართალია, ჯგუფი სულ ახლახანს დაარსდა, მაგრამ როგორც ვიცი, საქველმოქმედო აქცია უკვე განხორციელებული გაქვთ...

მიუხედავად იმისა, რომ ჯგუფი სულ ახლახანს დაარსდა, ჩარიცხული თანხით უკვე შევძელით ერთი ოჯახის დახმარება. სოციალური გვერდიც გავაკეთეთ და ანგარიშის ნომერიც გვაქვს. შემდეგი აქციების დასაგეგმად, რესურსების მობილიზებას ველოდებით.

-კონკრეტულად ვინ არიან თქვენი ბენეფიციარები?

ჩვენი ბენეფიციარები ამჟამად მრავალშვილიანი ოჯახებია. მომავალი გვიჩვენებს, საჭიროებისამებრ, ვის დასჭირდება ჩვენი თანადგომა.

-რა არის თქვენი სამომავლო გეგმები და მიზნები?

საზოგადოებამ იცის, რომ აღდგომის ბრწყინვალე დღესასწაული გვიახლოვდება. ჩვენი სურვილი და სამომავლო გეგმები/მიზნებიც აღდგომის დღესასწაულისთვის კიდევ უფრო მეტი ოჯახის დახმარებაა. თვითონ ეს დღესასწაული ყველა ქრისტინისთვის იმის მიმანიშნებელია, რომ ადამიანში კაცთმოყვარეობა და სიკეთე უნდა სჭარბობდეს. ალბათ, ყველა ვალდებულნი ვართ, რომ უანგაროდ გავცეთ სიკეთე, სითბო და სიყვარული. ამაზე დიდი მადლი, სხვა რა შეიძლება იყოს?!

-რას ეტყოდით საზოგადოებას?

ჩვენი მიმართვა საზოგადოების მიმართ, ჩვენი ჯგუფის სახელწოდებაშია, რადგან ჩვენ ერთმანეთს ვჭირდებით. ამიტომ, ვისაც როგორ შეუძლია დახმარების გაწევა, შემოგვიერთდეს. სიკეთე მართლა გადამდებია, ვაქციოთ სიკეთე ცხოვრების მთავარ მოტივაციად.

ესაუბრა
✍ **ჟუჟუნა ყანჩაშვილი**

„გააუმჯობესე ჩვენი მხარდამჭერი სისტემები“

21 მარტი დაუნის სინდრომის მსოფლიო დღეა. 21 მარტი დაუნის სინდრომის მსოფლიო დღედ გაერთიანებული ერების ორგანიზაციის ეგიდით 2011 წლის 10 ნოემბერს დაწესდა. ის მსოფლიოს უმრავლეს ქვეყანაში, მათ შორის საქართველოში 2012 წლიდან აღინიშნება. საერთაშორისო ორგანიზაცია DSI (Down Syndrome International), ***რომლის წევრიცაა კავშირი „ჩვენი ბავშვები“, ყოველწლიურად განსაზღვრავს მსოფლიო სლოგანებს, ამ სლოგანის გარშემო გაეროს შტაბბინაში ატარებს კონფერენციას და აკეთებს მსოფლიო ვიდეორგოლს. 2025 წლის სლოგანია - „გააუმჯობესე ჩვენი მხარდამჭერი სისტემები“. უთვალავი წინდის*** („Lot`s of Socks“) ***ტრადიცია კი, რომლის მიზანიც მასობრივი სოლიდარობის ორიგინალურად გამოხატვაა, უკვე რამდენიმე წელს ითვლის.***

დაუნის სინდრომის მსოფლიო დღის დაწესება გამოწვეულია მთელს მსოფლიოში დაუნის სინდრომის მქონე პირთა მიმართ არსებული სტიგმებითა და სტერეოტიპებით. საზოგადოების მხრიდან სტიგმები და გაუცხოება კი განსაკუთრებით მწვავედ იგრძნობა საქართველოში.

დედოფლისწყაროს N2 საჯარო სკოლაში, ამავე სკოლის სპეციალური მასწავლებლის ირინა ფიროსმანაშვილისა და მეექვსე კლასის დამრიგებლის ნონა ტოკლიკიშვილის ინიციატივით, დაუნის საერთაშორისო დღისადმი მიძღვნილი ღონისძიება ჩატარდა. ირინა ფიროსმანაშვილმა ისაუბრა თუ რა არის დაუნის სინდრომი, ვინ აღმოაჩინა ის პირველად, რატომ დაერქვა მას ეს სახელი და რა მნიშვნელობა აქვს ამ დღის აღნიშვნას. მან ასევე ფერადი წინდის დანიშნულებაზეც გაამახვილა ყურადღება, რაც ბავშვებისთვის საინტერესო აღმოჩნდა: „ჩვენი დღევანდელი ღონისძიებისა და შეხვედრის მიზანი თქვენთვის ინფორმაციის მოწოდებაა, იმისთვის, რომ გავზარდოთ თქვენი ცნობიერება, მხარდაჭერა გავუწიოთ დაუნის სინდრომის მქონე პირების ჩართულობასა და მონაწილეობას აქტიურ ცხოვრებაში. და რატომ ჭრელი წინდები? ნებისმიერ ადამიანს აქვს შესაძლებლობა გამოხატოს სოლიდარობა და მხარდაჭერა, გადაიღოს ფოტო ჭრელი წინდებით, რამდენადაც წინდა, სიმბოლურად, ქრომოსომის ფორმას გვაგონებს “- აღნიშნა მან.

ღონისძიების მიმდინარეობისას, პრეზენტაცია წარმოადგინა ამავე კლასის მოსწავლემ ნინი ფიროსმანაშვილმა, რომელმაც თავის თანატოლებს და დამსწრე საზოგადოებას დაუნის სინდრომზე ესაუბრა და პატარა ვიდეო რგოლიც აჩვენა, სადაც ნათლად იყო აღწერილი, თუ ვინ არიან, როგორ ცხოვრობენ და ურთიერთობენ დაუნის სინდრომის მქონე ადამიანები საზოგადოებასთან, რა საჭიროებებს განიცდიან ისინი ყოველდღიურად და რატომ სჭირდებათ მათ განსაკუთრებული მხარდაჭერა. მან ვიდეორგოლით ასევე ახსნა, თუ რატომ შეირჩა 21 მარტი აღნიშვნის დღედ. „რატომ 21 მარტი? რამდენადაც, დაუნის სინდრომი ეწოდა მდგომარეობას (დაუნი არის მეცნიერი, რომელმაც პირველმა აღწერა ეს სინდრომი), რომლის დროსაც ნაცვლად 46 ქრომოსომისა, გვხვდება დამატებით ერთი ქრომოსომა 21-ე წყვილში (რასაც 21-ეწყვილის ტრისომია ეწოდება), შესაბამისად რიცხვი 21-ე ქრომოსომის გამო, ხოლო მარტი როგორც წელიწადის მე-3 თვე ტრისომიული მოვლენის სიმბოლოდაა შერჩეული“.

ირინა ფიროსმანაშვილმა ბავშვებს სახალისო აქტივობებიც შესთავაზა, რომელიც საინფორმაციო პლაკატებისა და იმ სიმბოლოების გაფერადებას მოიცავდა, რომლებიც დაუნის სინდრომის საერთაშორისო დღესთანაა დაკავშირებული. ღონისძიებას, მოსწავლეები და სასკოლო საზოგადოების წარმომადგენლები ესწრებოდნენ.

გაზეთი „შირაქი“ მადლობას უხდის ირინა ფიროსმანაშვილსა და ნონა ტოკლიკიშვილს შემეცნებითი ღონისძიების ჩატარებისთვის. წარმატებებს უსურვებს მათ პროფესიულ და პირად საქმიანობაში. გვინდა აღვნიშნოთ, რომ ასეთი ღონისძიებების მნიშვნელობა განუზომელია არამარტო სასკოლო საზოგადოების, არამედ მთლიანად სოციუმის ცნობიერების ამაღლების საქმეში.

✍ **ჟუჟუნა ყანჩაშვილი**
✍ **ხათუნა გენაშვილი**

დედოფლისწყაროს ღვინო რომში

იტალიაში ტრადიციულ ღვინის გამოფენაზე დედოფლისწყაროში მოქმედი ორი ღვინის მწარმოებელი მოხვდა. საკუთარი პროდუქცია იტალიის დედაქალაქ რომში „ბოსტოღანას“ და „ნინო მერის“ მარნებმა გაიტანეს. გაზეთი „შირაქი“ მათი შთაბეჭდილებებითა და შედეგით დაინტერესდა და ორივე კომპანიის დამფუძნებელს გაესაუბრა:

Rome Wine Expo იტალიაში ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი ღვინის გამოფენაა, რომელიც ეძღვნება იტალიური ღვინის კულტურას, განსაკუთრებით ლაციოს რეგიონის. ამ გამოფენაზე მონაწილეობა ყოველწლიურად უფრო პრესტიჟული ხდება სხვადასხვა ქვეყნების მეღვინეობებისთვის, რამდენადაც დიდია ინტერესი სხვადასხვა ტიპის მომხმარებლის მხრიდან, მათ შორის რესტორნების, ღვინის ბარებისა და ენოთეკების მფლობელების, ღვინის იმპორტიორების, ბლოგერებისა და ჟურნალისტების.

სიმონ ბოსტოღანაშვილი ***(„ბოსტოღანას“ დამფუძნებელი):*** „სხვა ქართულ ღვინოებთან ერთად, ბოსტოღანას უღალატო ქიზიყური ღვინოც იყო რომში, ტიბაანის მიკროზონიდან უცხოელი მომხმარებლების სულისა და გულის საამებლად. გამოფენაზე წარმოდგენილი იყო ბოსტოღანას ქისი, საფერავი და რქაწითელი. სამივე ღვინომ მოწონება დაიმსახურა და უღალატოდ წარმოაჩინა ტიბაანის მიკროზონის ხასიათი. წლევანდელ გამოფენაზე 15 ჯილდოდან 10 ქართულმა ღვინომ მიიღო, რაც კიდევ ერთხელ უსვამს ხაზს ქართული ღვინის მაღალ ხარისხსა და მის კონკურენტუნარიანობას. ამასთან, ბოსტოღანას საფერავი საუკეთესო ხუთეულში მოხვდა, რაც ამ ღვინის განსაკუთრებულ თვისებებსა და საერთაშორისო ბაზრისთვის მის შესაბამისობას ადასტურებს. ქართული ღვინოების გამოჩენა ასეთ ღონისძიებაზე განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია, რადგან ეს ხელს უწყობს ქვეყნის მეღვინეობის ცნობადობის ზრდას და ახალი ბაზრების ათვისებას. Rome Wine Expo-ზე მიღწეული წარმატება აჩვენებს, რომ ქართულ ღვინოს აქვს ყველა შესაძლებლობა, დაიმკვიდროს თავი საერთაშორისო ბაზარზე. გამოფენაზე მიღებული გამოხმაურებები და ჯილდოები მნიშვნელოვანი ნაბიჯია ქართული მეღვინეობისთვის, რაც ახალ პერსპექტივებს ხსნის საერთაშორისო თანამშრომლობისა და ექსპორტის მიმართულებით“.

ნინო მერის მაძღარაშვილი: „რომის გამოფენაზე ჩვენი ღვინო წარადგინეს სომელიეებმა ჯაბა ძიმისტარაშვილმა და მონიკა სანდოძემ. 2022 წლის მოსავალი, ხიხვი, ქისი, საფერავი და რქაწითელი სრულად გაყიდულია და წარვადგინეთ მხოლოდ ის ღვინო, რაც მარაგში გვაქვს. ვემზადებით 2023 წლის და 2024 წლის მოსავალის ჩამოსასხმელად, რომელსაც აპრილში დავიწყებთ. შესაბამისად შემდეგ გამოფენებში უფრო მრავალფეროვანი ასორტიმენტით ვიქნებით წარმოდგენილი.

ჩვენ ვართ საოჯახო მარანი, 2018 წლიდან ვაწარმოებთ 7000 დან 10 000 ბოთლამდე ქვევრის ღვინოს წელიწადში. 2019 წლიდან ღვინის ეროვნული საგენტოს, ასოციაცია ქართული ღვინის და ქალ მეღვინეთა ასოციაციის დახმარებით ინტენსიურად ვიღებთ მონაწილეობას როგორც ადგილობრივ, ისე საერთაშორისო გამოფენებში, დეგუსტაციებსა და კონკურსებში. ქვეყნების ჩამონათვალშია ამერიკა, იტალია, დანია, რუმინეთი, გერმანია, დიდი ბრიტანეთი, კორეა, ჩინეთი...

საქართველო ღვინის სამშობლოა და ჩვენნაირ მარნებს დიდი წვლილი მიუძღვის ქართული ღვინის საერთაშორისო ბაზარზე თავის დამკვიდრებაში. გამოფენებში მონაწილება გვეხმარება პოტენციურ მომხმარებელს ავუმაღლოთ ცოდნა, არა მხოლოდ რომელიმე კონკრეტული მარნის შესახებ, არამედ მივცეთ სრული ინფორმაცია ქართული ტრადიციული მეღვინეობის, ღვინის დაყენების მეთოდისა და 8000 წლოვან ისტორიაზე. ეს არის მარკეტინგის ერთ-ერთი გზა და ბაზრის დივერსიფიცირების შესაძლებლობა.

რომის ღვინის ფესტივალიც სწორედ ასეთი ინსტრუმენტია ჩემთვის, რითიც შეგვიძლია ხმა მივაწვდინოთ ევროპაში ღვინის მოყვარულ და დამფასებელ საზოგადოებას, გავზარდოთ მათში ქართული ქვევრის ღვინის ინტერესი და დავამახსოვროთ უნიკალური გემო რომელიც მათთვის უცხოა. რა თქმა უნდა, საამაყოა, როცა კონკურსებიდან მედლები მოგვაქვს, ეს ჩვენი მარნების ღვინის ხარისხზე მიუთითებს. თუმცა, მე პირადად ის უფრო მეამაყება, რომ ვართ თაობა, რომელიც ძალისხმევას და ფინანსებს არ იშურებს, რათა ქართულ ღვინოს მსოფლიო ბაზარზე გზა გაუკვალოს და მცირე მარნებისთვის მომდევნო წლებში გაყიდვების სტაბილურობა უზრუნველყოს. სამწუხაროდ ახლა ეს ძალიან ჭირს. მადლიერი ვარ იმ ადამიანების ვინც ორგანიზებას უწევს ასეთ ღონისძიებებს და „ნინო მერის“ მარანის საინტერესო, მაღალხარისხიან ღვინოს აძლევს საშუალებას წარმოდგენილი იყოს ფართო ფოკუსში“.

✍ ***ილია მარტყოფლიშვილი***

ქაშვეთის ტაძრის მშენებლობა ზემო ქედში

სოფელ ზემო ქედში უკვე რამდენიმე წელია კიდევ ერთი ტაძარი შენდება. ინიციატივა მიდელაშვილების ადგილობრივ ოჯახს ეკუთვნის. არჩილ მიდელაშვილი ოთხშვილიანი ოჯახის ერთადერთი ვაჟი იყო, ეკლესიის მშენებლობა მისი დიდი სურვილით დაიწყო. სამუშაოებიც მათი ფინანსებითა და ძალისხმევით მიმდინარეობს. მშენებლობის განმავლობაში ოჯახის ორივე მამაკაცი გარდაიცვალა, ამ მადლიანი საქმის დასრულების სიმძიმე კი ქალბატონების მხრებზე გადავიდა. ყველაფრის მიუხედავად ისინი გაჩერებას არ აპირებენ და ცდილობენ ზემო ქედში ქაშვეთის წმინდა გიორგის სახელობის ტაძარი მალე ამოქმედდეს.

ირა ფირცხალაიშვილი: „ჩემი შვილის არჩილ მიდელაშვილის იდეა და დიდი სურვილი იყო, ზემო ქედში ეკლესია აეშენებინა. ვერ ვიტყვი, რომ მორწმუნე იყო, არც ეკლესიაში უვლია. ძალიან ნაკითხი და განათლებული ბიჭი იყო, უყვარდა სიკეთის უანგაროდ კეთება და გაჭირვებულების დახმარება. ერთ დილას გაიღვიძა და თქვა, დამესიზმრა დეკანოზი, რომელმაც მითხრა, მიდელაშვილები რატომ არ მიხედავთ სალოცავებსო. ოკუპირებულ ახალგორის რაიონში მათი სოფელია მიდელაანი, სადაც იყო საგვარეულო სალოცავი, (ქაშვეთის წმინდა გიორგის სახელობის, სწორედ ამ სალოცავის დეკანოზზეა საუბარი) მაგრამ 2008 წლიდან ოკუპაციის შემდეგ აბალახებული და მიუხედავი დარჩა. რადგან იმის მოვლას ვერ შეძლებდა, გადაწყვიტა სოფელ ზემო ქედში გაეკეთებინა სალოცავი. იქიდან ჩამოტანილი ქვებით ნიში გააკეთა და ბიძაშვილთან ერთად ჯვარი აღმართა. უნდოდა ამ ადგილის კურთხევა. ამის შესახებ სოფლისა და ეპარქიის მღვდლებს ესაუბრა. მათ უთხრეს, რომ მცირე სალოცავების კურთხევა არ შეიძლება, ამის შემდეგ გადაწყვიტა იმავე სახელობის ტაძარი აეშენებინა. ყოველ დღე იქ მიდიოდა და ჩანაფიქრის განხორციელებაზე ზრუნავდა, მთლიანად ამით იყო მოცული. ჩვენც ვუთხარით, ზოგადად ყველა ურჩევდა, თავი დაენებებინა ამ საქმისთვის, რადგან ძალიან რთული იყო და თუკი დაიწყებდა, აუცილებლად უნდა მიეყვანა ბოლომდე. ამას ძალიან დიდი ძალისხმევა , ნებისყოფა და ფინანსები სჭირდება. თანაც, არც ისე შეძლებული ოჯახი ვართ, ამიტომ ჩვენთვის ამხელა პასუხისმგებლობის აღება დიდი ტვირთი იქნებოდა. მიუხედავად ყველაფრისა, ჯიუტად ამბობდა, „თუნდაც წელიწადში ერთი წყება ბლოკი დავალაგო, მაინც დავიწყებ და სიბერემდე როგორ ვერ დავამთავრებო“. ზოგადად, ჩვენს ოჯახს რთული ცხოვრება გვქონდა, ყველაფერი ისე არ წავიდა, როგორც გვინდოდა და აჩიკო ამ ეკლესიის მშენებლობაზე დიდ იმედს ამყარებდა. სულ ამბობდა: „აი ნახავთ, ტაძარი რომ აშენდება, ყველაფერი შეიცვლებაო“. მანამდე ეკლესიაში არასოდეს უვლია. ერთხელ, მდინარე მტკვრის სანაპიროზე რაღაც შეემთხვა და მაშინ მისულა ეკლესიაში. მას შემდეგ სულ ამბობდა, „დიდხანს ვესაუბრე და მოძღვარმა ჩემი ხედვები შეცვალა, სხვანაირად შემახედა ცხოვრებასო“. მერე ამ სიზმრის შემდეგ მოხდა დიდი გარდატეხა. მისი საფიქრალი მხოლოდ ეკლესიის აშენება გახდა. თავად შეარჩია ადგილი, 2018 წელს ჯვარიც თავად დადგა ბიძაშვილთან ერთად. ტაძრის საძირკვლის კურთხევისას მოძღვრებმა გვითხრეს, არასწორად დგას ჯვარიო, მაგრამ ჩემს შვილს გათვლილი ჰქონდა, ჯვარი პირდაპირ ჰერეთში, კახის ქურმუხის ტაძარს უყურებს, მოწმენდილ ამინდში ჩვენც დავინახავთ და ისინიცო... მეუფე დიმიტრის გაუკვირდა კიდეც, ეს როგორ გათვალაო. თუმცა, ჩემს შვილს მშენებლობის დაწყება არ დასცალდა, მხოლოდ ჯვრის აღმართვა და საძირკვლისთვის ქვის მოტანა მოასწრო, რის შემდეგაც სრულიად მოულოდნელად, 2019 წლის 7 სექტემბერს 37 წლის ასაკში გარდაიცვალა. ძალიან მიჭირს ამ ყველაფრის გახსენება, სრულიად ჯანმრთელი იყო. სიცოცხლის ბოლო დღეს თბილისიდან ჩამოვიდა, ღამით დაიძინა და დილა ვეღარ გაათენა. გარდაცვალება ანევრიზმამ გამოიწვია. მას შემდეგ ოჯახში ვთქვით, რომ რადაც არ უნდა დაგვჯდომოდა, მისი სურვილი შეგვესრულებინა და ამ ადგილზე მშენებლობა დაგვეწყო. ჩაერთო ეპარქიაც, მეუფეს ეს ისტორია დაწვრილებით მოვუყევით, ყველა დეტალი ავუხსენით, თუ როგორ გაჩნდა იდეა. ამიტომ მოგვცა კურთხევა, აგვეშენებინა ეკლესია. 2021 წლის 9 მარტს მეუფე დიმიტრი კაპანაძემ და ეპარქიის სასულიერო პირებმა ზემო ქედში საძირკველი აკურთხეს. ეპარქია დაგვეთანხმა, რომ ქაშვეთის წმინდა გიორგის სახელობის ეკლესია ყოფილიყო და მეუფემ სწორედ ამ სახელით აკურთხა. გვითხრეს, რომ ამ სახელით მხოლოდ თბილისში მოქმედებს და ეს მეორე ტაძარი იქნება. მას შემდეგ დავიწყეთ მშენებლობა. პროცესს ჩემი მეუღლე, ავთანდილ მიდელაშვილი ხელმძღვანელობდა და ჩემი ძმა ბორის ფირცხალაიშვილი იყო მშენებელი. ძირითადად ჩვენი ოჯახის ფინანსებით ვაშენებთ, მთელი ოჯახი ჩართული ვართ, ფიზიკურადაც ვშრომობთ, მშენებლობის პარალელურად ვზრუნავთ ამ ტერიტორიის გამწვანებაზე, დავრგეთ სხვადასხვა ჯიშის უამრავი ნერგი, რაშიც მონაწილეობა სოფლის პატარებმაც მიიღეს. იყო თანადგომა და მცირე შემოწირულობები. სოფლის მოსახლეობაც ფიზიკურად ყოველთვის იყო ჩართული და სამშენებლო სამუშაოებზე უსასყიდლოდ გვეხმარებოდნენ. თუმცა, მსხვილი სპონსორები არ გვყავს. საერთოდ, უნდა ითქვას, რომ სანამ ეკლესიას ჩემი ძმა აშენებდა, არც ხელოსნებში და არც მუშებში ფული არ დაგვიხარჯავს. ყველამ უანგაროდ იშრომა. დიდი დარდისა და ტკივილის გამო, ბოლო ხანს მეუღლეს ჯანმრთელობა გაუუარესდა, რის გამოც ეკლესიის მშენებლობა დროებით შეჩერებული იყო, თუმცა გასული წლის შემოდგომაზე ძალები მოვიკრიბეთ და ტაძრის მშენებლობა გავაგრძელეთ...

სიკვდილამდე ჩემი მეუღლე ეკლესიასთან მივიდა, უკვე გუმბათი ჩასასხმელად მზადდებოდა და ხარაჩოები რომ დაინახა, ცრემლი წამოუვიდა. ამბობდა, სიხარულისგან გული გამისკდება, ახლა კი მჯერა, რომ ტაძარი დასრულდებაო. სამი დღის შემდეგ, გასული წლის დეკემბერში გარდაიცვალა კიდეც, ტაძრის გუმბათი დასაფლავების წინა დღეს ჩაისხა. ასე რომ, ვერც მან შეძლო ამ საქმის ბოლომდე მიყვანა. ამის შემდეგ მთელი პასუხისმგებლობა მე ავიღე, ზემო ქედის მეორე საჯარო სკოლაში ქართული ენა-ლიტერატურის მასწავლებელი ვარ, მიჭირს მარტოობა, მაგრამ დანებებას არც მე ვაპირებ და სანამ ძალა მექნება, ჩემი შვილის ჩანაფიქრის ბოლომდე მიყვანას ვეცდები. იმედია, უფალი შემაძლებინებს. აბსოლუტურად საკუთარი ხარჯებით ვაგრძელებთ მშენებლობას. მეუღლის სიკვდილამდე ცოტა ხნით ადრე ავიღე სახელფასო სესხი და სწორედ ასე ჩავასხით გუმბათი. რადაც არ უნდა დამიჯდეს, ამ საშვილიშვილო საქმეს ბოლომდე მივიყვან, უფლის ნებით... კარგი იქნება, თუ საზოგადოება, სურვილისამებრ, აქტიურად ჩაერთვება ამ დიდ საქმეში. შეგეწიოთ უფალი!“

დეკანოზი ზაქარია ყველაშვილი *(ქედების ზონის მოძღვარი):* „ქედების ზონაში სასულიერო ცხოვრება 2000 წლიდან იწყება, მანამდე მამა ნიკოლოზ ლომსაძე პერიოდულად ჩამოდიოდა და კლუბის შენობაში პარაკლისებს იხდიდა. თავდაპირველად დეკანოზი დავით ბუტტულაშვილი მოავლინეს, 2000-2010 წლებში მოღვაწეობდა, შემდეგ ის სიღნაღში გადავიდა და 2010-12 წლებში მამა ლუკა ჯალიაშვილი მსახურობდა. როცა მამა ლუკა სოფელ გამარჯვებაში გადავიდა, 2012 წლიდან ამ სოფლებში მე განმაწესეს. სოფლის დაარსების შემდეგ ახლანდელი კულტურის სახლის შენობის ადგილას ყოფილა წმ. ნიკოლოზის სახელობის ტაძარი, მაგრამ მოძღვარი ვინ იყო, სახელიც ვერ დავადგინე. ამბობენ, ბაზილიკური, მცირე სამლოცველო იდგა, მთიდან ჩამოსული მოძღვარი იყოო. ამჟამად სოფელში ღვთისმშობლის სახელობის ტაძარი მოქმედებს, რომლისთვისაც ყოფილი ამბულატორიის შენობა გადაკეთდა, ხელახლა ჩაისხა საკურთხეველი. ნიკოლოზ ბენიაიძის ძალისხმევით მოვაწყეთ და ვმსახურობ. მშენებლობა არც იქ დასრულებულა, თუმცა, მოქმედია. ერთ შაბათ დღეს ზემო ქედში მაქვს წირვა, მეორე შაბათს ქვემო ქედში, არხილოსკალოში კი ყოველ შაბათ-კვირა.

რაც შეეხება ზემო ქედის ქაშვეთის სახელობის ტაძრის მშენებლობას, მახსოვს წლების წინ ეს ბიჭი ჩემთან მოვიდა, აღსარება ჩამაბარა და ჩანაფიქრი გამანდო. ვურჩიე, რომ ეკლესიის მშენებლობაზე ეფიქრა. ეპარქიის რეზიდენციაშიც წავიდა, მეუფე დიმიტრის შეხვდა. მასალები მოამარაგა, პროექტი არქიტექტორმა სერგო ქართველიშვილმა მოამზადა. ყველაფერი შეთანხმდა, მიწის ნაკვეთის დოკუმენტაციაც გაფორმდა და მშენებლობა დაიგეგმა, მაგრამ სამწუხაროდ, მალევე ეს ახალგაზრდა გარდაიცვალა და გეგმა სისრულეში ვერ მოიყვანა. ამის მიუხედავად, ოჯახმა ითავა ეს საქმე და მაინც გააგრძელეს. მხოლოდ მიდელაშვილების ოჯახია ჩართული ყველაფერში, სამშენებლო მასალების შეძენაშიც, ფიზიკურ სამუშაოებშიც და მშენებლობის პროცესშიც. როგორც ვიცი, ადგილობრივებიც ეხმარებიან. უდიდესი საქმეა და დასაფასებელია, როცა ეკლესიის მშენებლობის ინიციატივა რიგით, არცთუ შეძლებულ ოჯახს ეკუთვნის. რაც რამ გააჩნდათ, ყველაფერი ამ ტაძარში ჩადეს, ამიტომ უზარმაზარი შესაწირავია ეს... დედა მანამდეც დადიოდა ეკლესიაში, მაგრამ ოჯახი მორწმუნე არ ყოფილა. როცა ადამიანი განსაცდელთან ახლოს მიდის, უფალი დიდ რწმენას აძლევს. ეს ბიჭიც ძალიან გაძლიერდა რწმენაში და დიდი სურვილი გაუჩნდა, ეკლესია აეგო. მისთვის გამოცხადება იყო საფუძველი იმისა, რომ ეს დიდი საქმე ეთავა. ამ ოჯახს ეს ერთი ვაჟი ჰყავდა და ისიც ნაადრევად გარდაიცვალა, ამიტომ ოჯახის დანარჩენი წევრების ძალისხმევით პროცესი დღესაც გრძელდება. ბევრი რამ გაყიდეს, რომ ჩანაფიქრი სისრულეში მოეყვანათ. რამდენიმე თვის წინ ოჯახის უფროსი ავთანდილ მიდელაშვილიც გარდაიცვალა, თუმცა ოჯახი მაინც ცდილობს ეს კეთილი საქმე დააგვირგვინოს. როცა ამ ადგილზე მშენებლობა დასრულდება, ზემო ქედში ორი მოქმედი ტაძარი გვექნება და ორივე ეკლესიაში ვიმსახურებ.

მღვდლად 2011 წელს დედოფლისწყაროს საკათედრო ტაძარში მაკურთხეს, მაშინ მეუფე მელქისედეკმა რამდენიმე პირის კურთხევა შეასრულა. უფლის ნება იყო, რომ ჩემს მშობლიურ სოფელში მოვხვდი. თავდაპირველად ცოტა ხანს სამთაწყაროში ვიმსახურე, შემდეგ კი ქედების ზონაში გადმოვედი. სადაც უფალს ვჭირდებით, იქ უნდა ვიმსახუროთ და ყველგან წავალ, სადაც მეუფე გაგვიშვებს, მაგრამ მშობლიური სოფლის სამსახურში ყოფნა სულ სხვა განცდაა. როცა ქედებში ჩამოვედი, ორი მოძღვარი უკვე იყო და რა თქმა უნდა, საფუძველი დამხვდა და ხალხი რწმენაში იყო, მაგრამ დღეს მრევლი გამრავლდა, ეკლესია გაძლიერდა. არხილოსკალოს ტაძრის მშენებლობაც შევძელით, ზემო ქედშიც ორი ტაძრის მშენებლობა მიმდინარეობს და ერთობით, თანადგომითა და უფლის შეწევნით კიდევ ბევრს შევძლებთ“.

✍ *ილია მარტყოფლიშვილი*

გაიღეთ შემოწირულობა
GE84LB0711105277310340
მიმღები: ირა ფირცხალაიშვილი

გიყვარდეთ, დააფასეთ და იმეგობრეთ მზის შვილებთან!

21 მარტი დაუნის სინდრომის საერთაშორისო დღეა, რომლის მთავარ მიზანს დაუნის სინდრომის მქონე ადამიანთა მხარდასაჭერად საზოგადოების ცნობიერების ამაღლება წარმოადგენს. გაერთიანებული ერების ორგანიზაციის მონაცემებით, ყოველწლიურად მსოფლიოში 3000-5000-მდე ბავშვი იბადება ამ გენეტიკური ცვლილებით.

ტრადიციულად, ამ დღის აღნიშვნას დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტიც შეუერთდა. დედოფლისწყაროს კულტურის სახლში, კულტურის, სპორტისა და ახალგაზრდობის ცენტრისა და

დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერიისა და საკრებულოს ორგანიზებით ამ დღისადმი მიძღვნილი ღონისძიება გაიმართა.

ღონისძიება დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის N2 საჯარო სკოლის სპეციალურმა მასწავლებელმა, ირინა ფიროსმანაშვილმა გახსნა, რომელმაც დამსწრე საზოგადოებას ინფორმაცია მიაწოდა დაუნის სინდრომის შესახებ. ხაზი გაუსვა იმას, თუ რა მნიშვნელობა აქვს სწორი ინფორმაციის ფლობას, სოციუმის ცნობიერების ამაღლებას, დაუნის სინდრომის მქონე ადამიანების მხარდაჭერას. მან მცირე ვიდეო რგოლიც წარმოადგინა დაუნის სინდრომის მქონე ლანას შესახებ, რომლის წინსვლისა და განვითარების გზა კიდევ ერთხელ გააცნო საზოგადოებას. ირინა ფიროსმანაშვილმა აღნიშნა დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მხარდაჭერა ინკლუზიური გარემოს შექმნისა და ყველა იმ სერვისის მიღების საქმეში, რაც ამ სინდრომის მქონე ადამიანებს სჭირდებათ.

ღონისძიებაში აქტიური მონაწილეობა მიიღეს დედოფლისწყაროს კულტურის, სპორტისა და ახალგაზრდობის ცენტრთან არსებული სტუდიების „ცეროდენას“, „ვარსკვლავებისა“ და „ედელვაისის“ აღსაზრდელებმა, ასევე ვოკალურ-ინსტრუმენტალურმა ანსამბლმა „აბულამ“.

ღონისძიებას დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის მერი ნიკოლოზ ჯანიაშვილი მოადგილესთან გოჩა სამუკაშვილთან ერთად ესწრებოდა.

ნიკოლოზ ჯანიაშვილი: „მადლობა მინდა გადავუხადო ორგანიზატორებს და ყველა მონაწილეს ასეთი ლამაზი დღის ჩუქებისთვის. ძალიან ლამაზი ღონისძიება გამოგვივიდა. დიდი მადლობა, ირინა ფირომასანაშვილს, რომ მისი დახმარებით დედოფლისწყაროს მუნიციპალიტეტის საზოგადოება წლიდან - წლამდე ლანასთან და ნინოსთან ერთად ვიზრდებით. ნელ-ნელა ვხედავთ იმას, თუ რამდენი სიკეთე, სითბო გააჩნიათ მათ და აღარ

გვეშინია რაღაცების, აღარ ვფიქრობთ, რომ დაუნის სინდრომი არის განაჩენი, დაავადება და თუ ადამიანს ეს სინდრომი აქვს, მას ახლოს აღარ უნდა გავეკაროთ. პირიქით, დავინახეთ, რომ ისინი ძალიან თბილები, მოსიყვარულეები არიან. ძალიან მომწონს ამ დღის სლოგანი - „მეგობრები არ ითვლიან ქრომოსომებს“. მართლაც, ცხოვრებაში ხომ ყველას გვყავს მეგობრები, რომლებიც არ არიან უნაკლოები, მაგრამ ამის გამო ერთმანეთს არ ვემდურებით. პირიქით, ერთად ვართ და ერთმანეთს ვაძლიერებთ. სწორედ ეს ურთიერთთანადგომა გვაძლიერებს და გვასწავლის ბევრ რამეს. ვისურვებდი, შემდეგ წელს ამინდის ხელშეწყობითა და კულტურის, სპორტისა და ახალგაზრდობის ცენტრის ორგანიზებით დიდ, ძალიან ლამაზ და უფრო მასშტაბურ ღონისძიებას მოვაწყობთ დედოფლისწყაროს მშვენიერ, ცენტრალურ პარკში, სადაც ყველა, დიდი თუ პატარა, აქტიურად ვიქნებით ჩართულნი. ძალიან დიდი მადლობა ყველას. წარმატებებს გისურვებთ“.

ღონისძიება მცირე საჩუქრების გადაცემითა და სამახსოვრო ფოტოების გადაღებით დასრულდა.

შეგახსნებთ, დაუნის სინდრომი დაავადება არ არის, ის მდგომარეობაა. აღიარებული ფაქტია, რომ 47 ქრომოსომის მატარებლები ძალიან კეთილები არიან. მათთვის უბრალო გაღიმებაც კი, ბედნიერების მომტანია. ყველაზე მეტად ახარებთ ადამიანებთან ურთიერთობა. ერთ-ერთ იმ გულწრფელ და ლაღ ადამიანთა რიცხვს განეკუთვნებიან, ვისაც უხარიათ, როცა თქვენ გიხარიათ! სულ მარტივად, ერთი გაღიმებითა და ტკბილი სიტყვით შეგიძლიათ მათი ნდობის მოპოვება. ერთ დღესაც, კიდევ უფრო უკეთეს მსოფლიოში გავიღვიძებთ თუ 47 ქრომოსომიან გოგო-ბიჭებს უფრო მეტს გავუღიმებთ, მეტს ვიშრომებთ მათი სწრაფი ნაბიჯებით განვითარებისათვის და მეტად ვეცდებით შევუქმნათ გარემო, სადაც თავს განსხვავებულებად კი არა, განსაკუთრებულებად იგრძნობენ! დღეს უკვე არსებობენ ამ სინდრომის მატარებელი ცნობილი ხელოვანები, მსახიობები, მხატვრები თუ მოდელები, რომელთაც ოჯახის, მეგობრებისა და გარშემომყოფთა სიკეთის და სიყვარულის წყალობით მსოფლიო აალაპარაკეს.

გიყვარდეთ, დააფასეთ და იმეგობრეთ მზის შვილებთან!

ჟუჟუნა ყანჩაშვილი
ხათუნა ბენაშვილი

„საქართველოში ყოველი მეხუთე ბავშვი აბსოლუტურ სიღარიბეშია“

საქართველოში ყოველი მეხუთე ბავშვი აბსოლუტურ სიღარიბეშია - ამის შესახებ „ბიზნესპრესნიუსთან“ გაეროს ბავშვთა ფონდის სოციალური პროგრამის ხელმძღვანელმა ქეთი მელიქიძემ განაცხადა. მისი თქმით, ბოლო 5 წლის განმავლობაში ფიქსირდება აბსოლუტურ სიღარიბეში მყოფი ბავშვების რაოდენობის შემცირება, თუმცა, ეს შედეგი საკმარისი არ არის.

მელიქიძის თქმით, ბოლო მონაცემებით, საქართველოში აბსოლუტურ სიღარიბეში მყოფი ბავშვების რაოდენობა 20%-ს შეადგენს, მთლიანი მოსახლეობის კი 16%-ს. როგორც რესპონდენტი აღნიშნავს, მონაცემები აჩვენებს, რომ „საქართველოში ბავშვები საზოგადოების ყველაზე ღარიბი ფენაა“.

„გასული 5 წლის მონაცემების მიხედვით, ბავშვთა სიღარიბე წლიდან წლამდე მცირდება. ბოლო მონაცემით, რომელიც არის 2023 წლის (2024 წლის არ გვაქვს ჯერ), ბავშვთა სიღარიბემ 20% შეადგინა, ეს კი მაშინ, როცა მოსახლეობის სიღარიბე იყო 16%. მიუხედავად იმისა, რომ კლების ფენომენი არსებობს, სიღარიბეში გაზრდილი ყოველი მე-5 ბავშვი სახარბიელო მაჩვენებელი სულაც არ არის“, - განმარტავს მელიქიძე.

აბსოლუტური სიღარიბე ითვლის მინიმალური ფინანსური ზღვრის ქვემოთ მყოფი ბავშვების რაოდენობას. ამ მიდგომით საქართველოში ყოველი მე-5 ბავშვი აბსოლუტურ სიღარიბეშია, თუმცა განსხვავებულ მდგომარეობას აჩვენებს იმ ბავშვების რაოდენობა, რომლებიც საარსებო შემწეობას იღებენ. მაგალითად, სოციალური მომსახურების სააგენტოს მონაცემებით, 2025 წლის იანვარში საარსებო შემწეობას იღებდა 249 852 ბავშვი. საქსტატის ბოლო მონაცემებით, 16 წელს ქვემოთ 764 759 ბავშვია. ანალიზი აჩვენებს, რომ ქვეყანაში ყოველი მე-3 ბავშვი გაჭირვებულია.

მიუხედავად იმისა, რომ მცირდება აბსოლუტური სიღარიბე, ბოლო 5 წლის განმავლობაში ზრდის ტენდენციით ხასიათდება საარსებო შემწეობის მიმღებ ბავშვთა რაოდენობა. ქეთი მელიქიძე მონაცემებს შორის სხვაობას ხსნის იმით, რომ ბოლო პერიოდში გაიზარდა სოციალური ქულების ზედა ზღვარი, რომლის მიხედვითაც, ბავშვებს სოციალური დახმარება ენიშნებათ. მაგალითად, წინა წლებში ქულათა მაქსიმალური ზღვარი 75 ათასი იყო, მოგვიანებით ზღვარი 100 ათასამდე გაიზარდა, ახლა კი 120 ათასს შეადგენს.

„Unicef-ი წლების განმავლობაში ტექნიკურ დახმარებას უწევს საქართველოს მთავრობას და ცდილობს შესთავაზოს სხვადასხვა დახმარების პროგრამის დიზაინი, რაც ბავშვს სოციალური დაცვის სისტემის ყურადღების ცენტრში მოაქცევს. ამის ერთ-ერთი შედეგი არის ის, რომ სიღარიბის მიზნობრივი დახმარების ფარგლებში, 2015 წლიდან გაჩნდა დანამატი თითო ბავშვზე თვიური ფინანსური დახმარება, ამჟამად მოცულობა 200-ლარს შეადგენს.

ჩვენ გავაკეთე ანალიზი - დახმარების მიმღები ბავშვების მშობლებს ვეკითხებოდით, რაში იყენებდნენ ამ ფულს და რამდენად მნიშვნელოვანი არის ეს მათთვის. მიუხედავად იმისა, რომ ეს არ არის დიდი თანხა, სტაბილურად შესული ფინანსები ოჯახში ყველა მშობლის მიერ აღქმული იყო დადებითად, ზოგისთვის ეს იყო პრევენცია, რომ საზღვარგარეთ არ წასულიყო სამუშაოდ, ზოგისთვის კი შეღავათი ქირის გადასახადზე“, - აღნიშნავს მელიქიძე.

„საქართველოში ბავშვების 38% განვითარებისთვის საჭირო მატერიალურ და სოციალურ დანაკლისს განიცდის“

გარდა აბსოლუტური სიღარიბისა, ბავშვთა სიღარიბე ითვლება მრავალგანზომილებიანი მიდგომითაც. ეს მეთოდი ადგენს იმ ძირითად საჭიროებებს, რაც აუცილებელია ბავშვის განვითარებისთვის, შემდეგ კი კონკრეტული კრიტერიუმების მიხედვით ადგენს ბავშვთა სიღარიბის დონეს ქვეყანაში. მელიქიძე აღნიშნავს, რომ მსგავსი კვლევა საქართველოში უნიცეფ-მა საქსტატთან ერთად ჩაატარა 2023 წელს. პროცესში დადგინდა 16 კრიტერიუმი, რომლის მიხედვითაც ხდებოდა მონაცემების ანალიზი, მათ შორის იყო მაგალითად, შემდეგი კომპონენტები: აქვს თუ არა ბავშვს წვდომა ასაკის შესაფერის წიგნზე, აქვს თუ არა საშუალება და დრო ბავშვებთან გართობის, აქვს თუ არა საკმარისი ცილოვანი, ნახშირწყლებითა და ვიტამინებით სავსე საკვები, აქვს თუ არა ასაკის შესაფერისი სათამაშო და ა.შ.

მელიქიძის თქმით, სიღარიბის მრავალგანზომილებიანმა კვლევამ აჩვენა, რომ საქართველოში ბავშვების 38% განვითარებისთვის საჭირო მატერიალურ და სოციალურ დანაკლისს განიცდის. ეს მაჩვენებელი გაცილებით ახლოს არის იმ ბავშვთა რაოდენობასთან, რომლებიც საარსებო შემწეობას იღებენ (დაახლოებით 33%), ვიდრე აბსოლუტურ სიღარიბეში მყოფ ბავშვთა რიცხვთან (20%).

„ანალიზმა აჩვენა, რომ რომ საქართველოში ბავშვების 38% არიან მატერიალური და სოციალური დანაკლისის მქონე. შემდეგ ამ ჯგუფშივე არსებული უთანასწორობის შესახებაც ჩავატარეთ ანალიზი. მონაცემებმა აჩვენა, რომ სოფლად უფრო მაღალია ბავშვთა სიღარიბე, ვიდრე ქალაქად. ასევე, აღმოჩნდა რომ, შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვებისთვის ეს პროცენტი 70%-ს აღწევს, წარმოიდგინეთ როგორი კრიტიკული მდგომარეობაა, რომ შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე ბავშვების 70%-ს არ აქვს მინიმალური მატერიალური და სოციალური უზრუნველყოფა“, - დასძინა ქეთი მელიქიძემ.

გაეროს ბავშვთა ფონდის სოციალური პროგრამის ხელმძღვანელმა ყურადღება გაამახვილა იმ პრობლემებზე, რასაც ბავშვობაში სიღარიბე გამოვლილი ადამიანი ზრდასრულობაში აწყდება.

„სიღარიბეს, რომელსაც ბავშვობაში აწყდება ადამიანი, აქვს გრძელვადიანი ზემოქმედება. ძალიან ხშირად მიყვება ბავშვს ახალგაზრდობასა და ზრდასრულობაში და საკმაოდ დიდ დაღს ასმევს მას. ამის მიზეზია ის, რომ როდესაც ადრეულ ასაკში ბავშვი სიღარიბეშია (რომელიც ბავშვის განვითარებისთვის კრიტიკულად მნიშვნელოვანია) არ ხდება ყველა იმ რესურსის მობილიზება ბავშვის გარშემო, რომელიც მისი განვითარებისთვის არის მნიშვნელოვანი. ამ დროს ბავშვს მაგალითად შესაძლოა, არ ჰქონდეს სრულფასოვანი კვება, ემოციური და ფიზიკური განვითარებისთვის ხელშემწყობი გარემო, ხელმისაწვდომობა ხარისხიან განათლებაზე და ზოგადად ასეთი ბავშვის ფსიქო-ემოციური, ინტელექტუალური და ფიზიკური განვითარებისთვის ძალიან ბევრი რისკი იქმნება. როდესაც ასეთი საწყისი ეტაპით ბავშვი შეაბიჯებს ახალგაზრდობაში, მსოფლიო გამოცდილება აჩვენებს, რომ ძალიან დიდია რისკი, ეს ახალგაზრდა იყოს არა დოვლათის შემქმნელი და აქტიური მონაწილე ქვეყნის და საზოგადოების ეკონომიკურ ცხოვრებაში, არამედ პირიქით ეკიდება სოციალური დაცვის სისტემას და დამატებით წნეხს ქმნის“, - აღნიშნავს ქეთი მელიქიძე.

„გაცილებით უფრო ძნელია ოჯახი ამოიყვანო სიღარიბიდან, ვიდრე არ დაუშვა ოჯახის ჩავარდნა სიღარიბეში“

რაც შეეხება გამოსავალს, მისი თქმით, აქცენტი უნდა გაკეთდეს იმაზე, რომ ადამიანი არ მივიდეს სიღარიბემდე, რადგან სიღარიბიდან ოჯახის ამოყვანა გაცილებით რთული და ხანგრძლივი პროცესია. ამ კუთხით კი ყველაზე მნიშვნელოვანი ფაქტორია მოქალაქეების აქტიური ჩართვა ეკონომიკაში.

„მარტო სოციალური დაცვის სისტემა ვერ აიღებს თავის თავზე ოჯახების კეთილდღეობის წნეხს, ეს, პირველ რიგში, ეკონომიკაში ოჯახების მონაწილეობით მიიღწევა. გაცილებით უფრო ძნელია ოჯახი ამოიყვანო სიღარიბიდან, ვიდრე არ დაუშვა ოჯახის ჩავარდნა სიღარიბეში. „იუნისეფი“ მთელ მსოფლიოში აკეთებს ადვოკატირებას, რომ დახმარება ნელ-ნელა გახდეს უნივერსალური და სიღარიბეს არ მიებას ბავშვის დახმარება. ქვეყნის ეკონომიკის მიხედვით, ზოგი ამას ახერხებს ზოგი ვერ ახერხებს“, - განაცხადა ქეთი მელიქიძემ.

ბავშვთა სიღარიბის პრობლემას ემატება ისიც, რომ ქვეყანაში ბავშვთა შობადობა ყოველწლიურად მცირდება. საქსტატის ბოლო, 2023 წლის მონაცემებით, საქართველოში 40 214 ბავშვი დაიბადა, რაც ხუთწლიან ჭრილში 16.7%-ით შემცირებაზე მიუთითებს.

8 მკაფიო ნიშანი იმისა, რომ ადამიანს დაბალი IQ და ინტელექტი აქვს

ადამიანის ინტელექტი მხოლოდ ფაქტობრივ, აკადემიურ ცოდნას არ ემყარება. ინტელექტი ბევრ სხვადასხვა უნარსა და შესაძლებლობას აერთიანებს, მათ შორის, ლოგიკური აზროვნება, ინფორმაციის ანალიზი, დაგეგმვა და სინთეზია.

ადამიანები, რომლებსაც დაბალი IQ აქვთ, სწავლას, ლოგიკურ დავალებებსა და არასტანდარტულ სიტუაციებს ნაკლებად უმკლავდებიან.

ადამიანის IQ ბევრი სხვადასხვა პარამეტრით იზომება, თუმცა არსებობს აშკარა ნიშნები, რომლებიც ინტელექტის ნაკლებობაზე მიუთითებს:

ცნობისმოყვარეობის ნაკლებობა

დაბალი ინტელექტის მქონე ადამიანები იშვიათად იჩენენ ინტერესს ახალი ცოდნის მიმართ და არ ცდილობენ, უფრო ღრმად ჩასწვდნენ იმას, რაც უკვე იციან. ისინი კმაყოფილდებიან ზედაპირული ინფორმაციით და ზედმეტ კითხვებს არ სვამენ. გარდა ამისა, მათ აქვთ შეზღუდული ლექსიკა, არ სცილდებიან ჩვეულ მსოფლმხედველობას და არ ითვალისწინებენ სხვა ადამიანების აზრს. შესაბამისად, არც ახალი იდეები აქვთ და არც რაიმე სახის ცვლილებებზე ფიქრობენ.

ადაპტაციის სირთულეები

დაბალი IQ-ის მქონე ადამიანს ახალ პირობებთან შეგუება უჭირს. მისთვის რთულია დაგეგმვა, სწრაფად ნავიგაცია უცნობ გარემოში და არასტანდარტული სიტუაციებიდან გამოსავლის პოვნა. მაშინაც კი, თუ, მაგალითად, საკუთარი გეგმებისა და სურვილების შესახებ საკმაოდ მკაფიოდ წერს და აყალიბებს, რეალურ ცხოვრებაში მათი გადმოტანა განსაკუთრებით უჭირს ან საერთოდ არ შეუძლია.

გადაჭარბებული თვითთვფასება

ხშირად დაბალი ინტელექტის მქონე ადამიანები საკუთარ თავს გადაჭარბებულად აფასებენ და თავს იმაზე ჭკვიანად თვლიან, ვიდრე სინამდვილეში არიან. ეს ფენომენი ცნობილია, როგორც დანინგ-კრუგერის ეფექტი: რაც უფრო ნაკლები იცის ადამიანმა საგნის შესახებ, მით უფრო დარწმუნებულია თავის ცოდნაში. ისინი უბრალოდ ვერ აცნობიერებენ თავიანთ არაკომპეტენტურობას. ინტელექტუალური ადამიანებისგან განსხვავებით, რომლებსაც თავიანთი ცოდნის საზღვრები ესმით, დაბალი ინტელექტის მქონე ადამიანები დარწმუნებულნი არიან, რომ უკვე ყველაფერი იციან.

შავ-თეთრი აზროვნება

დაბალი IQ-ის მქონე ადამიანები კატეგორიულად აზროვნებენ. ისინი სამყაროს ყოფენ „კარგად“ და „ცუდად“, იმის გათვალისწინების გარეშე, რომ ცხოვრება ბევრი დაუგეგმავი გამოწვევითაა სავსე. ამ ტიპის აზროვნებას დიქოტომიური ეწოდება. ისინი ან მხოლოდ კარგს ხედავენ, ან მხოლოდ ცუდს. ასევე, სირთულეებს თავს განსაკუთრებით არიდებენ და ურჩევნიათ, მხოლოდ იმაზე კონცენტრირდნენ, რაც მათთვის ნაცნობია.

გადაჭარბებული სიფიუგე

დაბალი IQ-ის მქონე ადამიანებს მოქნილი აზროვნება არ აქვთ. ისინი საკუთარ მოსაზრებებს ჯიუტად აყალიბებენ მაშინაც კი, როდესაც მყარი არგუმენტები არ აქვთ. არ უყვართ დებატები. როდესაც მათ ცოდნასა და ინტელექტს ვინმე ეჭვქვეშ აყენებს, განსაკუთრებით აგრესიულები ხდებიან. სიმართლის ძიებას მიჩვეულნი არ არიან. მათთვის არსებული შეხედულებების დაცვა უფრო მარტივია, ვიდრე ახლის გაგება და მიღება.

აბსტრაქტული აზროვნების სირთულე

დაბალი ინტელექტის მქონე ადამიანებს სიტუაციების წარმოდგენა უჭირთ. ისინი, როგორც წესი, საკითხს მხოლოდ ზედაპირულად უყურებენ და მის სიღრმეში რა იმალება, არც იციან და არც სურთ, გაიგონ.

ემპათიის დაბალი დონე

კვლევებმა აჩვენა, რომ მაღალი ინტელექტის მქონე ადამიანებს თანაგრძნობის, სხვების ემოციების გაგების შესანიშნავი უნარი აქვთ. რაც უფრო მაღალია ინტელექტის დონე, მით უფრო არიან ადამიანები მიდრეკილნი იმისკენ, რომ სხვებს გაუგონ. დაბალი ინტელექტის მქონე ადამიანები კი ხშირად სხვების პრობლემების მიმართ გულგრილნი არიან და მათ ემოციებსაც ზედაპირულად უყურებენ.

ეგოცენტრულობა

დაბალი ინტელექტის მქონე ადამიანებს საკუთარ თავზე, როგორც წესი, იმდენად დიდი წარმოდგენა აქვთ, რომ ვერც ხვდებიან, სხვებმა საპირისპიროდ რატომ შეიძლება იფიქრონ. რაც უფრო დაბალია განათლების დონე, მით უფრო ვიწროა მსოფლმხედველობა და ეგოცენტრიზმისკენ მიდრეკილებაც უფრო ძლიერია. საკუთარ თავზე, როგორც წესი, იმდენად დიდი წარმოდგენა აქვთ, რომ ვერც ხვდებიან, სხვებმა საპირისპიროდ რატომ შეიძლება იფიქრონ. რაც უფრო დაბალია განათლების დონე, მით უფრო ვიწროა მსოფლმხედველობა და ეგოცენტრიზმისკენ მიდრეკილებაც უფრო ძლიერია.

მოამზადა

✍ ჟუჟუნა ყანჩაშვილმა

დეპრესიის თავისებურებები

ხშირად ხდება ხოლმე, რომ ადამიანის ცხოვრება ერთგვარად ხალისს კარგავს და მთელ სამყაროზე გულაცრუებულს შინიდან გასვლაც კი არ უნდა. დეპრესია დღეს, შეიძლება ითქვას, აქტუალურ დაავადებადაც კი იქცა. თუმცა ეს იმას არ ნიშნავს, რომ ყველაფერი, რაც აქტუალური და მოდურია, აუცილებლად საკუთარ თავზე უნდა გამოსცადო. დეპრესია უგუნებოდ ყოფნა არ არის! თუმცა მოწყენილობასთან და სევდასთან კავშირი ნამდვილად აქვს. ამ ვერაგი სენის მსხვერპლთა გენდერული დისკრიმინაციის სტატისტიკა ასე გამოიყურება:

– დეპრესია ქალთა 20-26%-ს აღენიშნება, ხოლო მამაკაცებში ეს რიცხვი შედარებით დაბალია და 8-12%-ს შეადგენს. ამრიგად, ქალები 2-ჯერ მეტად იჩაგრებიან დეპრესიით.

– სპეციალისტთა აზრით, ამგვარი სხვაობის მიზეზი ქალის სუსტი იმუნიტეტი სულაც არ არის. საქმე ის გახლავთ, რომ ექიმს უგუნებობის ჩივილით უფრო ხშირად სწორედ ქალები მიმართავენ, მამაკაცები კი საკუთარი ძლიერების დემონსტრირებას უგუნებობის უსიტყვოდ, ვაჟკაცური ატანით ახდენენ. შესაბამისად, განსხვავებულია სიმპტომებიც. მამაკაცები დეპრესიის დროს საკუთარ თავში იკეტებიან და თავიანთ დეპრესიულ აზრებს თავს არავის ახევენენ.

ამიტომ, ერთ დღეს შეიძლება დეპრესიის ყველაზე მძიმე შედეგის – თვითმკვლელობის (ანუ სუიციდის) მსხვერპლნიც კი გახდნენ. – მათგან განსხვავებით, ქალები თავს უფრო ეფექტურად შველიან, ხშირად მიმართავენ ფსიქოთერაპევტს, ანდა, უბრალოდ, ფინჯან ყავასთან მეგობრებს უზიარებენ სატკივარს. რაც მთავარია, ქალები საკუთარ თავში ნაკლებად იკეტებიან და თვითმკვლელობაზეც უფრო იშვიათად ფიქრობენ.

– თანამედროვე მსოფლიოში დეპრესიის პრობლემა საკმაოზე უფრო მეტად მძაფრია.

– სტატისტიკის მიხედვით, ყოველ წუთს მსოფლიოში დეპრესიისგან ყოველი მეოცე ადამიანი იტანჯება.

– ეს ყველაფერი გასაგებია და დაგვეთანხმებით, დადებითიც არაფერია, თუმცა ბრიტანელმა ფსიქოთერაპევტმა, პოლ კიდველმა, გადაწყვიტა, პრობლემისადმი სულ სხვა თვალით და სხვა მხრიდან შეეხედა.

– ის მიიჩნევს: მართალია, დეპრესია სასიამოვნო მოვლენა ნამდვილად არ არის, მაგრამ ადამიანისთვის, როგორც ბიოლოგიური არსებისთვის, დადებითი შედეგებიც მოჰყვება.

–ზუსტად რას გულისხმობს ბრიტანელი ფსიქოთერაპევტი? მისი აზრით:

1) – ხშირ დეპრესიას ადამიანში ერთგვარი იმუნიტეტის გამომუშავება შეუძლია, რაც, საბოლოო ჯამში, ადამიანის შინაგან სამყაროს უფრო მტკიცეს ხდის და პრობლემების „გადახარშვაც“ კიდევ უფრო ადვილი ხდება.

2) – გარდა ამისა, დეპრესიას ადამიანის შემოქმედებითი აზროვნების განვითარებაც შეუძლია. ამის მაგალითად პოლ კიდველს უამრავი ცნობილი ადამიანის ცხოვრება მოჰყავს – დაწყებული მიქელანჯელოთი და უინსტონ ჩერჩილით დამთავრებული.

3) – ადამიანები, რომლებსაც ქრონიკული დეპრესია აქვთ გადატანილი, მნიშვნელოვან გამოცდილებას იძენენ, რაც ზოგჯერ მათ საუკეთესო თვისებებს წინა პლანზე სწევს – ასკვნის პოლ კიდველი, თუმცა თამამად შეგიძლიათ, მისი მოსაზრება არ მიიღოთ, თქვენი ნებაა.

✍ბესიკ გიგოლაშვილი,
ფსიქოლოგი.

მაღალი თვითშეფასების მნიშვნელობა დღევანდელ სამყაროში და მისი ამაღლების გზები

მაღალი თვითშეფასება ერთ-ერთი ყველაზე მნიშვნელოვანი პიროვნული მახასიათებელია, რომელიც გავლენას ახდენს როგორც ჩვენს პირად ცხოვრებაზე, ასევე კარიერულ წარმატებაზე. თანამედროვე მსოფლიოში, სადაც ყოველდღიურად გვიწევს კონკურენციაში შესვლა, ახალი გამოწვევების დაძლევა და საზოგადოებისგან მიღებული ზეწოლის გაძლება, საკუთარი თავის რწმენა აუცილებელია. მაღალი თვითშეფასება გვეხმარება შევინარჩუნოთ ფსიქოლოგიური სტაბილურობა, მოვიპოვოთ წარმატება და ვიგრძნოთ თავი ბედნიერად.

პიროვნული განვითარება

მაღალი თვითშეფასების მქონე ადამიანები უფრო თავდაჯერებულები არიან და არ ეშინიათ საკუთარი აზრის გამოხატვა. ისინი მზად არიან შეცდომებისგან ისწავლონ და საკუთარ თავზე იმუშაონ, რაც მათ პიროვნულ განვითარებას უწყობს ხელს.

სტრესისა და სირთულეების მართვა

დაბალი თვითშეფასების მქონე პირებს ხშირად უჭირთ კრიტიკის მიღება და შეცდომებთან გამკლავება. ამის საპირისპიროდ, მაღალი თვითშეფასების მქონე ადამიანები უკეთესად უმკლავდებიან ცხოვრების გამოწვევებს და არ ნებდებიან.

ჯანმრთელობა და კეთილდღეობა

ფსიქოლოგიური ჯანმრთელობა პირდაპირ კავშირშია თვითშეფასებასთან. კვლევები აჩვენებს, რომ დაბალი თვითშეფასება შეიძლება დაკავშირებული იყოს დეპრესიასთან, შფოთვასთან და სხვა ფსიქიკურ პრობლემებთან. საკუთარი თავის მიღება და დაფასება კი ხელს უწყობს ფსიქიკურ სტაბილურობას.

სოციალური ურთიერთობები

მაღალი თვითშეფასების მქონე ადამიანები უფრო ადვილად ამყარებენ ურთიერთობებს, რადგან მათ სჯერათ საკუთარი ღირებულების. ისინი ნაკლებად არიან დამოკიდებულნი სხვის აზრზე და არ ცდილობენ მუდმივად სხვისი მოწონების მოპოვებას.

როგორ ავიმაღლოთ თვითშეფასება?

პოზიტიური თვითდიალოგი

ჩვენი შინაგანი საუბარი დიდ გავლენას ახდენს თვითშეფასებაზე. უნდა ვისწავლოთ საკუთარი თავის მიმართ პოზიტიურად საუბარი და უარყოფითი ფიქრების ჩანაცვლება პოზიტიურით.

შედარებების შეწყვეტა

დღეს სოციალური ქსელები გვაიძულებენ, თავი სხვებს შევადაროთ, რაც ხშირად იწვევს თვითშეფასების შემცირებას. მნიშვნელოვანია გავაცნობიეროთ, რომ ყველა ადამიანი უნიკალურია და საკუთარი გზით ვითარდება.

მიზნების დასახვა და მიღწევა

კონკრეტული მიზნების დასახვა და მათი მიღწევა გვაძლევს თავდაჯერებულობას. პატარა წარმატებებიც კი გვიმტკიცებს, რომ ჩვენ შეგვიძლია მეტი.

საკუთარი წარმატებების დაფასება

ხშირად ვავიწყებთ საკუთარ მიღწევებს და მხოლოდ შეცდომებზე ვამახვილებთ ყურადღებას. ყოველდღიურად უნდა აღვნიშნოთ ჩვენი ძლიერი მხარეები და მიღწევები.

ჯანსაღი ურთიერთობების ჩამოყალიბება

უნდა ავარიდოთ თავი ტოქსიკურ ადამიანებს, რომლებიც გვაკრიტიკებენ და გვამცირებენ. პირიქით, უნდა ვიყოთ იმ ადამიანების გარემოცვაში, რომლებიც გვაძლიერებენ.

სხეულის და გონების მოვლა

ფიზიკური აქტივობა, ჯანსაღი კვება და საკმარისი ძილი დადებითად აისახება თვითშეფასებაზე. როდესაც თავს ენერგიულად ვგრძნობთ, უფრო თავდაჯერებულებიც ვართ.

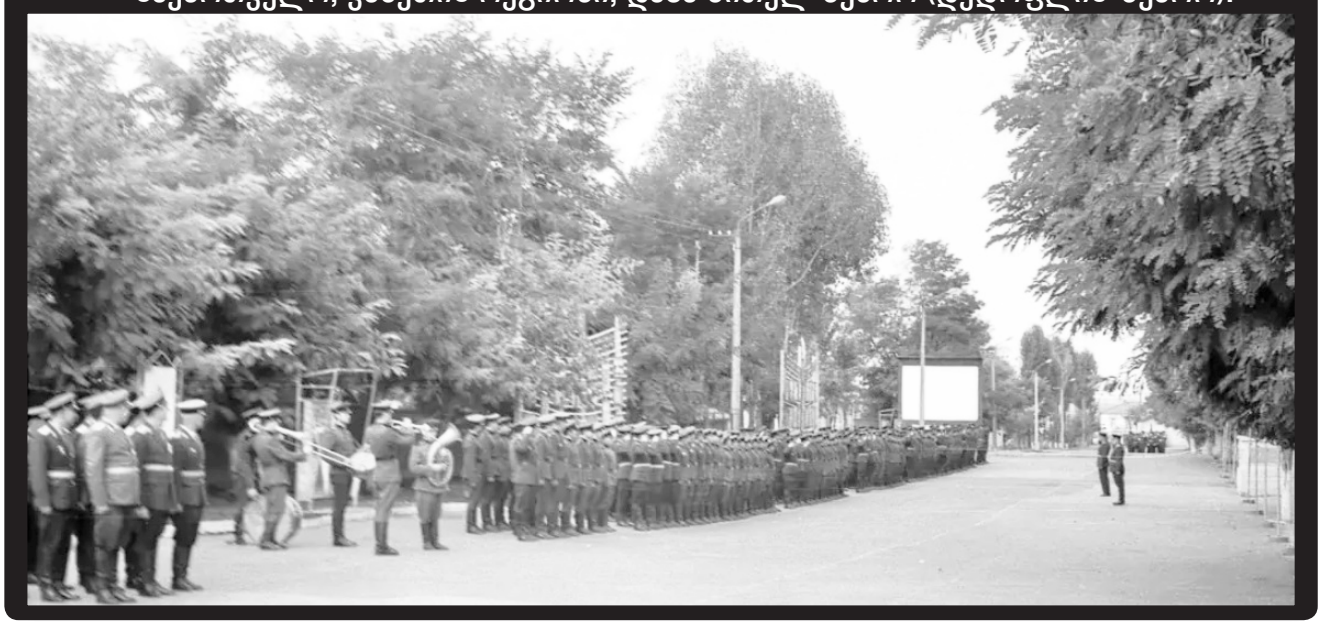
დასკვნა

დღევანდელ რეალობაში მაღალი თვითშეფასება წარმატებისა და ბედნიერების ერთ-ერთი მთავარი გასაღებია. ის გვეხმარება უკეთ გავუმკლავდეთ სირთულეებს, ავაშენოთ ჯანსაღი ურთიერთობები და მივაღწიოთ ჩვენს მიზნებს. მიუხედავად იმისა, რომ ზოგჯერ რთულია თავდაჯერებულობის შენარჩუნება, ყოველდღიური პატარა ნაბიჯებით ჩვენ შეგვიძლია გავაძლიეროთ საკუთარი თავისადმი სიყვარული და პატივისცემა.

✍ელზა ხარაშვილი

ერთი კადრი წარსულიდან

1967 წელი, წითელწყაროს საზენიტო სარაკეტო განყოფილება, 25 წლის იუბილე. ქვეყნის საჰაერო თავდაცვა. ფოტოს ავტორი: კულაკოვი ო.ნ. საქართველო, კახეთის რეგიონი, დაბა წითელ-წყარო (დედოფლის-წყარო).



პირველადი სამედიცინო დახმარება სკოლებში

სოფელ ხორნაბუჯის საჯარო სკოლის მოსწავლეებსა და პედაგოგებს პირველადი გადაუდებელი სამედიცინო დახმარების წესები გააცნეს. შეხვედრა შედგა პროექტის „კლიმატის ცვლილებები“ ფარგლებში და მიზნად ისახავდა კრიტიკულ სიტუაციებში საჭირო პირველადი და ფსიქო-სოციალური დახმარების უნარ-ჩვევების შესწავლას. ტრენინგი „წითელი ჯვრის“ ტრენერმა ლუკა კილასონიამ ჩაატარა.

„ქალები, რომლებმაც განსაკუთრებული სამყარო შექმნეს“

ერთი დიდი საოცრება, რაც ევროპელ მოგზაურებს ძველ საქართველოში ხვდებოდათ, ქართველი ქალი ყოფილა - მისი სილამაზე, გონიერება, განათლება, აქტიური როლი საზოგადოებრივ ცხოვრებასა და ოჯახში მათ განცვიფრებას იწვევს. უცხოელთა დახასიათებითა და აღწერილობით, ეს არის სავსებით ემანსიპირებული (განთავისუფლებული ვინმეზე დამოკიდებულებისაგან, უფლებრივად გათანასწორებული) ქალი. ქალთა ემანსიპაციის ასეთი დონე დღევანდელ დასავლეთშიც კი ყველგან როდი შეინიშნება.

14 მარტს, მოსწავლე-ახალგაზრდობის სახლში, ნინო ალადაშვილის (სპეციალისტი ახალგაზრდობის საკითხებში) ინიციატივითა და ორგანიზებით გაიმართა ღონისძიება, რომელიც სწორედ ქართველ ქალებს და ქალთა დღესასწაულებს მიეძღვნა.

„საქართველოს ისტორია მდიდარია გამორჩეული ქალებით. ბევრი მათგანი ჩვენი შთაგონების, თავმოწონების, სიამაყის წყაროა. თუმცა, ჩვენ დღეს მათზე არ შევაჩერებთ ყურადღებას. დღეს იმ ქალბატონებზე მოგითხრობთ, რომელთაც, ვფიქრობთ, ქართული საზოგადოება ჯერ კიდევ სათანადოდ არ იცნობს. არადა, მათი ღვაწლი და დამსახურება, არა მხოლოდ საქართველოს, არამედ, კაცობრიობის წინაშე მეტად მნიშვნელოვანია“- ასე მიესალმა დამსწრე საზოგადოებას ღონისძიების ორგანიზატორი ნინო ალადაშვილი.

ახალგაზრდული კლუბის წევრებმა, ხორნაბუჯის საჯარო სკოლის მოსწავლეებმა: მარიამ ჩუხრუკიძემ, ხატია გოგიჩაიშვილმა, ლალა ჩოფიკაშვილმა და ლიკა ჯინაშვილმა, წარმოადგინეს პრეზენტაციები იმ ქალბატონების შესახებ, რომელთაც ქართული საზოგადოება და, განსაკუთრებით ახალგაზრდობა, ჯერ კიდევ სათანადოდ არ იცნობს (პრეზენტატორების სიაში გახლდათ ბარბარე ბაბაიანციც, რომელიც ჯანმრთელობის პრობლემის გამო ვერ დაესწარო ღონისძიებას).

ეს ქალბატონები არიან:

***ოლღა გურამიშვილი;**
***ანა (ანეტა) ანდრონიკაშვილი;**
***მარო მაყაშვილი;**
***თამარ წულუკიძე;**
***ვარო ვარდიაშვილი;**

ახალგაზრდებს სიღრმისეულად ჰქონდათ შესწავლილი თითოეული ქალბატონის ბიოგრაფია, განვლილი გზა, მათი ღვაწლი და დამსახურება, არა მხოლოდ საქართველოს, არამედ მთლიანად კაცობრიობის წინაშე.

ღონისძიებას დედოფლისწყაროს კულტურის, სპორტისა და ახალგაზრდობის ცენტრის ხელმძღვანელი **დოდო ხუნაშვილი** ესწრებოდა: „თქვენი პრეზენტაციებით აღფრთოვანებული ვარ. ძალიან დიდი მადლობა მინდა გადავუხადო ნინო ალადაშვილს, მუდმივად საინტერესო თემების არჩევისთვის. გავიხსენეთ ჩვენი წარსული, ჩვენი ძლიერი ქალბატონები, მათი ისტორიები. რამდენად ამაღელვებელია, როდესაც გამოდის ქალი და თავის მეუღლეს ეფარება, მე მომკალით ის სამშობლოს სჭირდებაო. ისინი იზრდებოდნენ იმ შეგნებით, რომ სამშობლო არის უპირველესი. ეს როგორი მისაბაძი საქციელია, წარმოიდგინეთ, რა დონეზე იყო პატრიოტიზმი აყვანილი. მთავარია ადამიანი თქვენთვის იყოს მისაბაძი, არ აქვს მნიშვნელობა იმას, თუ რომელ ეპოქაში მოღვაწეობდა ის. ჩვენ ძალიან ბევრ რამეს ვსწავლობთ მათგან. შეიძლება იგივე გმირობა ვერ ჩაიდინოს თანამედროვე ქალმა, მაგრამ არანაკლები მისაბაძი მაგალითები აჩვენოს მომავალ თაობას. თქვენ ძალიან დიდი ფუფუნება გაქვთ, თუნდაც სწავლის კუთხით, რომ არაფრით ხართ შეზღუდულები. ჩვენ ისეთი პერიოდი გვაქვს გამოვლილი და ისეთ პერიოდში ვიცხოვრეთ, რომ უამრავ რამეზე არ მიგვიწვდებოდა ხელი. მინდა, წარმატებული მომავალი გისურვოთ, გაზაფხულის მოსვლა, განვლილი ქალთა დღეები მოგილოცოთ. მადლობა თქვენს დედიკოებს, ასეთი ლამაზი ბავშვების აღზრდისთვის, ასეთი სული რომ მოგცათ. ყველას არ აქვს სურვილი, ასეთი თემები დაამუშავოს. სწორედ ამიტომ, ეს თქვენთვის უკვე დიდი წარმატებაა. იყავით გაზაფხულივით ლამაზები, მშვენიერები. მუდამ მესმოდეს თქვენი წარმატების შესახებ“– აღნიშნა მან.

დასასრულს, დამსწრე საზოგადოებამ და ღონისძიების მონაწილეებმა იმსჯელეს გამორჩეულ ქალებზე, რომლებიც განსაკუთრებულ გავლენას ახდენენ მათი მსოფლმხედველობის ჩამოყალიბებაზე. გოგონებმა, ღონისძიებაზე მიწვეული ქალბატონები, იების თაიგულებით დაასაჩუქრეს.

კიდევ ერთი ულამაზესი ღონისძიება ჩაბარდა ისტორიას. გაზეთი „შირაქი“ მადლობას უხდის ახალგაზრდულ ცენტრს და ღონისძიების ორგანიზატორს ნინო ალადაშვილს საინტერესო და ინფორმაციული ღონისძიებისთვის. ასეთი შეხვედრები კიდევ უფრო მეტ შესაძლებლობას აძლევს მომავალ თაობას აიმაღლონ ცნობიერება და წარსულის მაგალითზე შექმნან ისეთი მომავალი, სადაც სამშობლო უპირველესი, ხოლო პატრიოტიზმი ამოსავალი წერტილი იქნება მათივე თანატოლებისთვის.

✍ **ჟუჟუნა ყანჩაშვილი**

რაიონული გაზეთები, რომლებიც ისევ გამოიცემა

გაზეთი „აჭარა“ — (1921 წ), ყოველკვირეული, 10 გვერდი.

გაზეთი „კოლხეთი“ — სენაკი (1923 წ) გამოდის თვეში ერთხელ.

გაზეთი „სამტრედიის მაცნე“ — (1930 წ) გამოდის თვეში ორჯერ.

„გაზეთი ალიონი“ ოზურგეთი — (1931 წ) ყოველკვირეული.

გაზეთი „განთიადი“ — კასპი (1931 წ) რვაგვერდიანი და ფერადი, გამოდის თვეში ერთხელ.

გაზეთი „ბორჯომი“ — (1931 წ) ყოველკვირეული.

გაზეთი „ამბროლაურის მოამბე“ — (1933 წ) გამოდის თვეში ერთხელ, 4 გვერდი.

გაზეთი „თერჯოლა“ — (1933 წ) გამოიცემა თვეში ორჯერ, 8 გვერდი.

გაზეთი „ბოლნისი“ — (1935 წ) გამოდის თვეში ერთხელ, 8 გვერდი.

* * *

1937 წლიდან გამოდის წითელწყაროს გაზეთი „ახალი შირაქი“, რომელმაც რამდენჯერმე შეიცვალა სახელწოდება.

„ახალი ცხოვრებისკენ“ (1938-1940); „ახალი შირაქი“ (1940-1962); 1962 წლიდან სიღნაღი და წითელწყაროს რაიონები შეერთდა, ამდენად გაზეთებიც გაერთიანდა, ხოლო 1965 წლიდან კვლავ გამოეყო და „შირაქიც“ ინტენსიურ რეჟიმში უწყვეტად გამოდის. 1990 წლიდან ნუმერაციას აგრძელებს გაზეთი სახელწოდებით „შირაქი.“ 2021 წელს გამოიცა მე-10 000 ნომერი.

„ახალი ცხოვრებისაკენ“ საქ. კ.პ.(ბ) წითელწყაროს რაიკომის და რაიალმასკომის ექვსდღიური გაზეთია. პასუხისმგებელი რედაქტორი: ი. ახობაძე. იბეჭდება საქნავთის სტამბაში. **„ახალი შირაქი“** ეწოდა 1940 წლიდან. 1940-1949 წლებში წითელწყაროს რაიკომის და მშრომელთა დეპუტატების რაიონულ საბჭოს ორგანოა. პასუხისმგებელი რედაქტორი: ირაკლი მოლოდინი. კვლავ საქნავთის სტამბაში იბეჭდებოდა. 1965-დან 1990 წლამდე გაზეთს რედაქტორობდა გოდერძი ტოკლიკიშვილი. არქივი დაცულია პარლამენტის ეროვნულ ბიბლიოთეკაში. 1942 წლიდან სრული არქივი შენახულია ასევე რედაქციაში.

ახლადდაარსებული გაზეთები

2007 წლიდან გამოდის **„დუშეთის მაცნე“**, რვაგვერდიანი და ფერადი, არარეგულარული პერიოდულობით გამოდის და ვრცელდება უფასოდ. **„ასპინძის სიახლენი“**, 4 გვერდიანი. თვეში ერთხელ გამოიცემა და მერიის ადმინისტრაციული სამსახური გამოსცემს. ყოველკვირეულად გამოდის საგარეჯოში **„გარეჯის მაცნე“** თვეში ორჯერ გამოდის, რვაგვერდიანი და ფერადი. **„ახალგორი“** თვეში ერთხელ გამოიცემა, 12 გვერდიანი, ფერადი. ვინაიდან 2008 წლის რუსეთ-საქართველოს ომის გამო მუნიციპალიტეტი ოკუპირებულია, გაზეთი წეროვანის დევნილთა დასახლებაში მოქმედებს. **„ხაშურის მოამბე“** 6 გვერდიანი ყოველკვირეული გაზეთია, რომელსაც ხაშურის მუნიციპალიტეტის აიპი გამოსცემს.

უ ლ ო ც ა ვ ე ნ !

გაგა პატაშურს!

ნინო თამაზაშვილს!

გილოცავთ გაბედნიერებას! აკვანთა სიმრავლეს და მარადიულ სიყვარულს გისურვებთ!

დედოფლისწყაროს კულტურის, სპორტისა და ახალგაზრდობის ცენტრის თანამშრომლები

ი ყ ი დ ე ბ ა

დედოფლისწყაროში კერძო აგურის სახლი 170 კვ.მ, ბელეტაჟზე. მეტალოკრამიტის გადახურვით, მეტალოპლასტმასის ფანჯრებით. სამზარეულო, აბაზანა-ტუალეტი შიგნით და კაფელ-მეტლახით გაკეთებული, ჭერზე „გიფსოკარდონებით“, გათბობით, ცივი და ცხელი წყლით. ყველაფერი ახალი გარემონტებული. ეზო 800 კვ.მ ხეხილით, რკინის კარით. ფასი შეთანხმებით

ტელ: 595 32 47 61

განათავსეთ გაზეთ „შირაქის“ ფურცლებზე თქვენი

განცხადებები, მილოცვები, სამძიმარი, ნეკროლოგი, მადლიერება

ტექსტი უსურათოდ — 5 ლარი, სურათით — 10 ლარი

ა მ ი ნ დ ი — დ ე დ ო ფ ლ ი ს წ ყ ა რ ო

ორშაბათი 24.03		სამშაბათი 25.03		ოთხშაბათი 26.03		ხუთშაბათი 27.03		პარასკევი 28.03		შაბათი 29.03		კვირა 30.03	
დღე	ღამე	დღე	ღამე	დღე	ღამე	დღე	ღამე	დღე	ღამე	დღე	ღამე	დღე	ღამე
9°	0°	10°	0°	12°	1°	16°	4°	19°	5°	19°	6°	19°	7°

გამომცემელი შპს „შირაქი“
დირექტორი **ინგა შიოლაშვილი**
რედაქტორი **ილია მარტყოფლიშვილი**
მოყვანილ ფაქტებსა და ციფრებზე პასუხს აგებს ავტორი.

სარედაქციო კოლეგია: ჟუჟუნა ყანჩაშვილი, ელზა ხარაშვილი (ჟურნალისტები); ხათუნა ბენაშვილი (კორექტორი); ნათელა ბოსტაშვილი (ბუღალტერი); ნიაზი ჯანაშვილი (ოფის-მენეჯერი); მზია ქენქაძე (საქმის მწარმოებელი).

გაზეთი აიწყო და დაკაბადონდა „შირაქის“ კომპიუტერულ ბაზაზე.
ყოველკვირეული გამოცემა იბეჭდება გამომცემლობა „ლაბ კოლორი“-ს სტამბაში.

რედაქციის მისამართია: ქალაქი დედოფლისწყარო, ფიროსმანის №18,
☎ 0 356 22 22-85;
598 72-18-72 (დირექტორი)
593 275-275 (რედაქტორი)

რეგისტრირებულია დედოფლისწყაროს რაიონის სასამართლოს მიერ, №6014-468.

გაზეთის გამოწერა წელიწადში – 20 ლარი