

*Faşist Almaniyasının keçmiş SSRİ üzərinə hücumundan 74 il ötür*

## Onların döyüş yolu gənclərimizə örnəkdir

(Əvvəli 5-ci səhifədə).

Ümumiyyətlə, döyüşlərdə 100-dən çox azərbaycanlı ən yüksək hərbi ada—Sovet İttifaqı Qəhrəmanı adına layiq görülmüşdü, 170 min nəfər isə müxtəlif orden və medallarla təltif olunmuşdu. Azərbaycan oğulları Həzi Aslanov iki dəfə, Qafur Məmmədov, Ziya Bünyadov, Gəray Əsədov, Məlik Məhərrəmov, Mahmud Ədilov, Akim Abasov, Mehdi Hüseynzadə, Tərhan Əliyərbəyov, Hacıbaba Zey-

nalov, Adil Quliyev və digərləri faşistlərə qarşı döyüşlərdə Sovet İttifaqı Qəhrəmanı adına layiq görüldülər və onlar xalqımızın hərbi tarixinə yeni şərəfli sətirler yazdılar.

Respublika iqtisadiyyatının yüngül və yeyinti sənaye sahələri hərbişədirildi. Az vaxt ərzində Bakı şəhəri döyüşən ordunun cəbhəxanasına çevrildi. Böyük çətinliklərə baxmayaraq neftçilərimiz döyüşən ordunu yanacaq təminatı edirdilər. Sovet ordusunun təyyarə və tankları demək

olar ki, Bakı nefti ilə işləyirdi. Azərbaycanın digər sərvətləri də cəbhə üçün sərf olunurdu. Qadınlar döyüşçülər üçün yundan corab, əlcək, köynək toxuyur, bəzək əşyalarını müdafiə fonduna verirdilər. Kolxozçular ordunu ərzaqla təchiz edirdilər. Taxıl, ət, çüd, yağ son damlasınadək cəbhənin ehtiyaclarına yönəlmişdi.

İkinci dünya müharibəsində Qəbələnin 6 min nəfərdən çox igid və cəsur oğlu da şücaət göstərmişdir. Onlardan əksəriyyəti döyüşlərdə həlak olmuş, geri qayıdanların çoxu müxtəlif bədən xəsarəti almışdır. Hazırda rayonumuzda Böyük Vətən müharibəsinin iştirakçılarının sayı 25 nəfərdir. İndi onların keçdiyi şərəfli döyüş və həyat yolu gənclərimizə örnək olmuşdur.

Aslan CƏLİLOV.

## Həkim məsləhəti

### Güncürmədən özünü qoruyun

İsti yay günləri başlanıb. Havalər bəzən normadan isti keçir. Yaddan çıxarmaq olmaz ki, bu fəsil insanların sağlamlıq üçün təhlükə törədə bilər. Həmin təhlükələrdən biri güncürmə halları ilə bağlıdır. Güncürmə hadisəsi havanın hərəkətinin insanın bədən temperaturundan yüksək olduğu hallarda, 15 dəqiqədən artıq birbaşa günəş şüalarının altında qaldıqda baş verir. Əsasən yaşlıların, uşaqların, bir sıra xroniki xəstəliklərdən əziyyət çəkən, düzgün qidalanmayan, artıq çəkili, immunitet sistemi zəif olanların, açıq havada ticarət, tikinti və s. işlərlə məşğul olan insanların, hamilə qadınların güncürməyə məruz qalma ehtimalı daha çoxdur.

İnsan orqanizminin müəyyən özünümüdafiə funksiyaları var ki, bunlar uşaqlarda tam formalaşmadığı, yaşlılarda isə artıq zəiflədiyi üçün onlar daha tez güncürməyə məruz qalırlar. Güncürmə ilə əlaqədar səhhətdə baş verən narahatlıqlarla bağlı hər bir kəs ilk növbədə həkimlərə müraciət etməlidir. Güncürmənin üç forması var—yüngül, orta və ağır. Yüngül formada xəstənin vəziyyəti kafi olur. Onda baş ağrıları, gicəllənmələr, ürəkbulanma, təngnəfəslik, bəbəyin genişlənməsi müşahidə edilir. Yüngül güncürmədə xəstəyə ilkin yardım göstərildikdən, sərin yerə aparılaraq su verildikdən sonra o, özünə gəlir.

Orta dərəcəli güncürmə zamanı baş ağrıları daha kəskin şəkildə olur. Başgicəllənmə, huşun müvəqqəti itməsi, qusma, təzyiqin yüksəlməsi, temperaturun 39-40 dərəcəyə çatması, hətta qulaq batması halları da baş verir. Ağır formalı güncürmə zamanı isə əksinə, təzyiq aşağı

düşür, bədən hərəkəti 40 dərəcədən yuxarı qalxır. Tənəffüs sisteminin, mərkəzi sinir sisteminin fəaliyyəti pozulur və nəticədə xəstə ya komaya düşür, ya da dünyasını dəyişir.

Orta və ağır dərəcəli güncürmə zamanı ilk növbədə mütləq təcili tibbi yardıma müraciət etmək lazımdır. Həkim briqadası gələndə xəstəyə isə zərərçəkənə ilkin yardım göstərilməlidir. Bunun üçün həmin şəxsi sərin, gölgəli yerə aparmaq, arxası üstə uzatmaq, boyun, alın, döş, qoltuqaltı nahiyəsinə əl və ayaq hissələrinə soyuq kompres qoymaq, sərin su vermək lazımdır.

Güncürmədən qorunmağın yolları var. Belə ki, havanın hərəkətinin yüksək olduğu günlərdə insanlar səhər saat 11.00-dən axşam saat 17-dək açıq havada gəzməməli, fiziki işlə məşğul olmamalıdır. Bol maye (gün ərzində 4 litirdən artıq qəbul etməli), evdən çıxarkən mütləq açıq rəngli baş örtüyü örtməli, gözə əynək taxmalı, yüngül, əsasən pambıq və kətan parçadan tikilmiş geyimlərə üstünlük verməlidirlər. Həm baş örtüyü, həm də geyimlərin əsasən ağ rəngli olması zəruridir. Çünki açıq rəngli paltarlar Güneş şüalarını əks etdirir, tünd rəngli geyimlər isə şüaları udaraq bədən hərəkətinin artmasına səbəb olur. Bədəndə sıx oturan paltarlardan, sintetik parçadan tikilmiş geyimlərdən uzaq olmaq lazımdır. Yay fəslində ayaqqabı seçiminə fikir vermək zəruridir. Ayağı sıxmayan, tərlətməyən, mövsümə uyğun ayaqqabılar geyilməlidir. İsti yay günlərində düzgün qidalanmanın sağlamlığa təsiri önəmlidir. Belə ki, həmin dövrdə yüngül qidalar qəbul edilməli, göyərti və

meyvə-tərəvəz, quş ətindən hazırlanmış yeməklərə, müxtəlif növ salatlara üstünlük verilməlidir. Vitamin mənbəyi sayılan çiyələk, qarpız, gilə, ərik, şaftalı kimi meyvələr çox yiyilməlidir. Orqanizmdə ağırlıq yaranan ət məhsullarından, yağdan mümkün qədər uzaq olmaq lazımdır. Qazlı içkilərlə müqayisədə təzə sıxılmış meyvə şirələrinə üstünlük vermək süd, ayran, bitki və meyvə çayları içmək məqsədə uyğundur. Açıq satılan qidalardan və sulardan uzaq durmaq məsləhətdir.

Ümumiyyətlə, güncürmədən özünü qoruyun!

**Kamran ABDULLAYEV,**  
rayon müalicə-diaqnostika mərkəzinin həkimi.

## Tarix-diyarşünaslıq muzeyində

### Beynəlxalq musiqi günü

21 iyun—Beynəlxalq Musiqi Günü münasibətilə Qəbələ Rayon Tarix-Diyarşünaslıq muzeyində geniş tədbir keçirilmişdir. Muzeyin fondunda Azərbaycan müğənniləri ilə yanaşı dünya xalqlarının musiqiləri də vallaş şəkildə qorunub saxlanılır. Türk dünyasının möhtəşəm ulduzlarının, Rusiyanın opera müğənnisi, dünya şöhrətli sənətçi Şalyapin Fyodor İvanoviçin səs yazıları da muzeyin fondunda qorunub saxlanılır.

Tədbir zamanı muzeydə Şalyapinin səs yazıları səsləndirilmiş, onun həyat və yaradıcılığı haqqında iştirakçılara geniş mövzuda məlumat verilmişdir. Qeyd edilməlidir ki, dünya şöhrətli müğənni 1910-cu illərdə Azərbaycanda Mayilov qardaşlarının teatrında (indiki Opera və Balet teatrında) möhtəşəm konsert proqramı ilə çıxış etmişdir.

Muzeyə ekskursiyaya gələn rusiyalı tamaşaçılara hər zaman onun səs yazıları səsləndirilir.

### Ekskursiyalar davam edir

Qəbələ rayonunun füsunkar təbiəti hər zaman bura gələn xarici vətəndaşları valeh edir. Şaqraq şlalələri, zümrüd bulaqları, yaşıl meşələri və çəmənliyi bir sözlə bütün ana təbiət indi daha da gözəldir.

Rayona gələn bütün turistlər ilk növbədə tarix-diyarşünaslıq muzeyinə də baş çəkirlər. Onlar 2500 illik yaşı olan, qədim Albaniyanın paytaxtı olmuş tarixi Qəbələ haqqında geniş məlumatı yalnız bu muzeydən əldə edirlər.

### Dəyirmi masa

«Bakı-2015» ilk Avropa Oyunlarının möhtəşəm açılış mərasimi bütün Azərbaycan xalqını həm də bir həmrəyliyə, gələcəyə səslədi. Möhtəşəm açılış mərasimi bütün xarici vətəndaşları da heyrləndirdi. Bu tarixi hadisə ilə əlaqədar olaraq Qəbələ Rayon Tarix-Diyarşünaslıq muzeyində dəyirmi masa təşkil olunmuşdur.

Əlamətdar gün haqqında muzeyin kiçik elmi işçisi İlhamə Seyidova geniş mövzuda çıxış etmişdir. Tədbirdə həmçinin düşmənlərin bu əlamətdar bayrama sevinməmələri, qara qəlblərinin bu cür möhtəşəm hadisəyə müsbət münasibət bəsləməmələri haqqında da söhbət açıldı.

Muzeyin direktoru, Azərbaycan Respublikasının əməkdar mədəniyyət işçisi X. Məmmədov çıxış zamanı bildirdi ki, bu əlamətdar hadisə ilə əlaqədar olaraq muzeyə çoxlu sayda turistlərin gəlişi nəzərdə tutulmuşdur. Artıq turistlərə yüksək səviyyədə xidmət üçün muzey əməkdaşları tam hazırdır.

«Qəbələ».

## Şair qəbli insan, fəal müəllim

Mən onu çoxdan tanıyıram. Lap məktəb illərindən. İnstitutu bitirib təzə gəlmişdi məktəbimizə. Gənc müəllim tədris etdiyi ədəbiyyat və Azərbaycan dili fənləri şagirdlər tərəfindən sevilən fənlər olduğuna baxmayaraq, bu fənləri onlara daha da sevdirməyə müvəffəq oldu. O, zəngin pedaqoji biliyi, tələbkarlığı və ünsiyyət qurmaq bacarığı ilə tez bir zamanda müəllim və şagird kollektivinin hörmətini qazandı...

1976-cı ildə N.Tusi adına Azərbaycan Dövlət Pedaqoji İnstitutunun filologiya fakultesini bitirib Vəndam kənd orta məktəbində pedaqoji fəaliyyətə başlayan Hüseynağa Qasımov bir neçə il ərzində «baş müəllim» adına layiq görüldü. İşlədiyi müddətdə

rayon və respublika mətbuatı ilə sıx əlaqəsi olan H. Qasımovun publisistika, metodiki və pedaqoji tərbiyə mövzularında məqalələri «Qəbələ», «Azərbaycan müəllimi», «Azərbaycan gəncləri», «Yeni Azərbaycan», «Gündəlik xəbərlər», «Kitablar aləmində» və s. qəzet və jurnallarında dərc edilmişdir.

Bu gün 6 kitab müəllifi olan Hüseynağa müəllim Vəndam məktəblərində keçirilən «20 ildən sonra» tədbirlərinin təşkilatçılarından biridir.

Tədris etdiyi fənni şagirdlərinə sevdirmə bilməyinin bəhrəsidir ki, onlardan hazırda 12-si dil-ədəbiyyat müəllimidir. Həm direktor, həm də müəllim işlədiyi vaxtlarda onun əməyi qiymətləndirilmiş, fəxri fərman, tərifnamə-

lər və pul mükafatları ilə təltif olunmuşdur.

N. Gəncəvinin, B. Vahabzadənin, M. Arazın, M. İsmayılın, R. Rövşenin şeirlərindən mənəvi qida alan, onların əsərləri stolüstü kitabı olan bu şair qəbli insanın doğum günü 8 may gününə—vətənimizin dilbər guşəsi Şuşanın işğal olunduğu günə təsadüf edir. 1992-ci ildə aldığı bu xəbər onu sarsıtmış və indiyə qədər doğum gününü qeyd etməmişdir. Vətən sevgisi ilə döyünən qəlbini bir də Şuşanın, eləcə də düşmən tapdağı altında qalan vətən torpaqlarının azad edilməsi ilə rahatlıq tapacağını deyən müəllim Vəndam 2 sayılı tam orta məktəbində fəaliyyətini davam etdirir.

Bu çətin və şərəfli işinizdə sizə uğurlar olsun, Hüseynağa müəllim!

**Valeh ƏZİZOV,**  
Vəndam qəsəbəsi.