ყვარლის მუნიციპალიტეტის „მედია ცენტრის“ გაზეთი
2017 წელი, 15 სექტემბერი, №15 (6452)

ყვარელი

გამოდის 1932 წლიდან

ფასი 40 თეთრი

გილოცავთ ახალი სასწავლო წლის დაწყებას და წარმატებებს გისურვებთ დასახული ამოცანების განხორციელებაში!

გულთბილი შეხვედრა, რომელიც ყვარლელებს არასოდეს დაავიწყდებათ

პარიზის მსოფლიო ჩემპიონატზე თავისუფალი სტილით ქართველმა მოჭიდავეებმა ორი ოქროს და ერთი ბრინჯაოს მედალი მიიღეს. ოქრო – გენო პეტრიაშვილი (125 კგ.) ზურაბ იაკობიშვილი და ბრინჯაო – ვლადიმერ ხინჩაგაშვილი.

27 აგვისტოს, მარიამობის წინა დღეს ილია ჭავჭავაძის სახელმწიფო მუზეუმის სხდომათა დარბაზში უთვალავი ადამიანი მოვიდა თავისუფალ ჭიდაობაში მსოფლიო ჩემპიონთან შესახვედრად, რათა გამოეხატათ სიყვარული და პატივისცემა მისადმი.

შეხვედრა ვიდეოკოლაჟით დაიწყო, რომელშიც ზურაბ იაკობიშვილის ფინალური შეხვედრები იყო ასახული. თითოეული შეხვედრის დასრულებისას დარბაზში მქუხარე ტაში და ოვაციები არ წყდებოდა.

გასაგებია ყვარლის მოსახლეობის სიხარულის მიზეზი – ყვარელში აღზრდილი სპორტსმენებიდან ხომ ასეთი წარმატებული ტიტულისთვის ჯერ არავის მიუღწევია.

ბატონი ზურაბის გამოუცდელობის, თუ ბედის ირონიის გამო XXXI ოლიმპიადაზე ხომ მისი ოლიმპიური ჩემპიონობა ვერ ვიზეიმეთ. ამჟამად კი მან 7-8 ივლისს პოლონეთის საერთაშოისო ტურნირზე მსოფლიოს სხვადასხვა ქვეყნის №1 მოჭიდავეებს ყველას აჯობა, ტურნირის ჩემპიონი გახდა, ხოლო პარიზში ჩატარებულ მსოფლიო ჩემპიონატზე მრისხანე მეტოქეებს შანსი არ დაუტოვათ და უმაღლეს კვარხლბეკზე ავიდა, სადაც პირველი საქართველოს ჰიმნი აჟღერდა.

შეხვედრა გახსნა ზურაბის მასწავლებელმა, პოეტმა იზოლდა იოსებიანმა, მსოფლიო ჩემპიონი და მისი აღმზრდელი მწვრთნელი გივი მეტრეველი სცენაზე მიიპატიჟა.

შემდეგ დაიწყო სიტყვით გამოსვლები, მსოფლიო ჩემპიონს გამარჯვება მიულოცა და მოახლოებულ ოლიმპიადაზე წარმატებით გამოსვლა უსურვა კახეთის მხარის გუბერნატორმა ირაკლი ქადაგიშვილმა.

მსოფლიო ჩემპიონს გამარჯვება მიულოცეს საქართველოს პარლემენტის დეპუტატმა გელა სამხარაულმა, ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგებელმა ილია მზექალაშვილმა, გამგეობის კულტურის, სპორტისა და ძეგლთა დაცვის სამსახურის უფროსმა ირაკლი მათიკაშვილმა, სასპორტო სკოლის დირექტორმა ლევან მირიანაშვილმა, თამაზ კონჭოშვილმა, ეთი ჯაფიაშვილმა.

ბოლოს სიტყვაში გამოვიდა მსოფლიო ჩემპიონის დედა ლალი ძნელაშვილი, რომელმაც იქ დამსწრე საზოგადოებას მადლობა მოუხადა მისი ვაჟის მიერ წლობით განეული უდიდესი შრომის და მიღწეული წარმატების დაფასებისთვის.

ემოციური გამოსვლა ჰქონდა ზურაბ იაკობიშვილს, რომელმაც უდიდესი მადლობა გამოუცხადა ყველას, ვინც მის აღზრდასა და დავაჟკაცებაში მონაწილეობა მიიღო და მათ, ვინც ასეთი თბილი და დაუვიწყარი საღამო მოუწყო, ყვარელსა და სრულიად საქართველოს მხარდაჭერისათვის.

შემდეგ გაიმართა მინიკონცერტი, სადაც შემსრულებლებმა ჩემპიონს სიმღერები და ლექსები მიუძღვნეს. სცენაზე ერთმანეთს ენაცვლებოდნენ ფოლკლორული ანსამბლი „ხეურო“, ტრიო „თოლია“, ხოლო ახალგაზრდა სპორტსმენმა დავით ჭუნაშვილმა წაიკითხა ილო ბეროშვილის ლექსი „მამული“.

კულტურის სახლის სამხატვრო ხელმძღვანელმა, პოეტმა იზოლდა იოსებიანმა, ყვარლის საზოგადოების სახელით მსოფლიო ჩემპიონს ზურაბ იაკობიშვილს მიუძღვნა ლექსი.

მსოფლიო ჩემპიონს – ზურაბ იაკობიშვილს, ყვარლის საზოგადოების სახელით – ექსპრომტად, იზოლდა იოსებიანისაგან.

მაღალ კვარხლბეკზე შემდგარს, ოდესმე,
გაგახსენდება თუ რამ,
შენი ყვარელი თვალწინ დაგიდგეს,
შენ, ყვარლის შვილო, ზურაბ!
ყვარელს უყვარხარ და იმათ შორის,
საამაყო გვაქვს თუ რამ,
შენით ვამაყობთ, სიხარულისთვის,
დიდი მადლობა, ზურაბ!
ვიცით, გულით რომ სითბო დაგაქვს და,
სიყვარულით გაქვს, თუ რამ...
გულს ჩაგვიღვარე და გაგვახარე,
შენ, ჩემპიონო ზურაბ!
რამდენ სიხარულს მიიღებ კიდევ,
და გაგახარებს თუ რამ,
გჯეროდეს, სწორედ იმდენ სიხარულს,
ჩვენც მოგვანიჭებ, ზურაბ!
თუ შენი გული ტკივილს ატარებს,
სევდა გიგრძვნია თუ რამ,
წარსულს ჩაბარდეს, არც გაიხსენო,
ჩვენო ვაჟკაცო ზურაბ!

შეხვედრის მონაწილეებმა ერთსულოვნად უსურვეს ზურაბ იაკობიშვილს მომავალი 32-ე ოლიმპიადის ჩემპიონობა.

უფალი იყოს თქვენი მფარველი ბატონო ზურაბ!

ალექსანდრე გიგიგლოშვილი

საქართველოს მთავრობის ძალისხმევით მდინარე დურუჯის დამანგრეველი ძალა ველარ დაემუქრება ილიას მშობლიურ ქალაქს

ბობოქარი მდინარე დურუჯი მესამე საუკუნეა წალეკვით ემუქრება ყვარელს, გასული ორი საუკუნის მანძილზე მეცნიერთა და ადგილობრივ დამკვირვებელთა მიერ 1832 წლიდან დღემდე სელური ნაკადების მრავალჯერადი გამოვარდნებია დაფიქსირებული, რომლებმაც აურაცხელი ზიანი მიაყენეს ყვარელს.

ჯერ კიდევ მე-19 საუკუნეში ერის სასიქადულო შვილმა და უდიდესმა საზოგადო მოღვაწემ ილია ჭავჭავაძემ მშობლიური ყვარლის გადასარჩენად, რომელსაც მდინარე დურუჯის ღვარცოფისგან მრავალგზის მიადგა ზიანი, განახორციელა დამცავი კედლების (დამბების) მშენებლობა და ეს ნაგებობა მრავალჯერ წინ აღუდგა მდინარის აბობოქრებულ ღვარცოფს, წინაღობამ თითქმის ერთი საუკუნე გაუძლო, მაგრამ მდინარემ იმდენი ინერტული მასალა ჩამოიტანა, რომ დამბები მთლიანად დაიფარა.

1949 წლის 3 ივლისს, ღამით მოვარდნილმა სტიქიამ, რომ აღარაფერი ვთქვათ წალეკილ ბაღ-ვენახებზე, დანგრეულ გზებსა და კომუნიკაციებზე, 56 ადამიანის სიცოცხლე შეიწირა.

აღნიშნული წყალდიდობის შემდეგ იმდროინდელმა მთავრობამ, სამამულო ომის დამთავრებიდან ოთხი წლის შემდეგ, არნახულ მოკლე დროში – ორ წელიწადში, კახეთის შვიდივე რაიონის თანადგომით, შვიდი მეტრის სიმაღლის დამცავი კედლის აგება შეძლო. ყვარელმა შვებით ამოისუნთქა. იმ დროიდან მოყოლებული 1990 წლამდე დამცავი კედლის დაზიანებული ადგილების შესაკეთებლად და მდინარის კალაპოტიდან გატანილი მიწის ზვინულის შესაქმნელად ყოველწლიურად სოლიდური თანხები გამოიყოფოდა.

უკანასკნელი 60 წლის მანძილზე დამცავმა კედელმა და მის უკან ხელოვნურად შექმნილმა მთამ, სელური ნაკადების მრავალ დარტყმას გაუძლო, მაგრამ 1990 წლიდან ცნობილი მოვლენების გამო, კალაპოტის წმენდითი სამუშაოები შეწყდა. შედეგად მდინარის მიერ ყოველწლიურად 250-300 ათას კუბურ მეტრამდე ჩამოტანილმა ნატანმა კალაპოტის დონე იმდენად აამაღლა, რომ, თუ რადიკალური ზომები არ გატარდებოდა, კატასტროფა გარდაუვალი იქნებოდა.

ამის შემდგომ სამჯერ შეიცვალა ხელისუფლება და ეკონომიური სიდუხჭირის გამო მნიშვნელოვანი რაოდენობის ფინანსები არ გამოყოფილა მდ. დურუჯის პრობლემის გადასაწყვეტად, მხოლოდ ხეობის ცალკეული უბნებიდან ხდებოდა დაგროვილი მასის გატანა და დაზიანებული დამცავი კედლების აღდგენა.

გაგრძელება მე-2 გვ. -ზე

მადლობა ბატონო ზურაბ, საქართველოს რომ უზომო სიხარული მიანიჭე

კახეთი ხომ საქართველოს გულია, ულამაზესი ისტორიული მხარე, რომელმაც აღზარდა უნიჭიერესი ადამიანები, ხოლო ყვარელი დიდი ილია ჭავჭავაძის სამშობლოა, სადაც სახელოვანი ადამიანები კიდევ იბადებიან.

პატ. რედაქტორო, მე ამ პატარა წერილის შინაარსს ვუძღვნი ყვარლიდან წარმატებულ ვაჟკაცს, რომელმაც ასახელა საქართველო და ჩემპიონის ტიტულით დაბრუნდა სამშობლოში. ეს ხომ ზურაბ იაკობიშვილია.

მე მიხარია – რა თქმა უნდა, მთელ საქართველოსაც. პატარა ქვეყნის შვილმა იაკობიშვილის სახით აჩვენა მთელ მსოფლიოს თუ რა ჯიშისანი ვართ ქართველები.

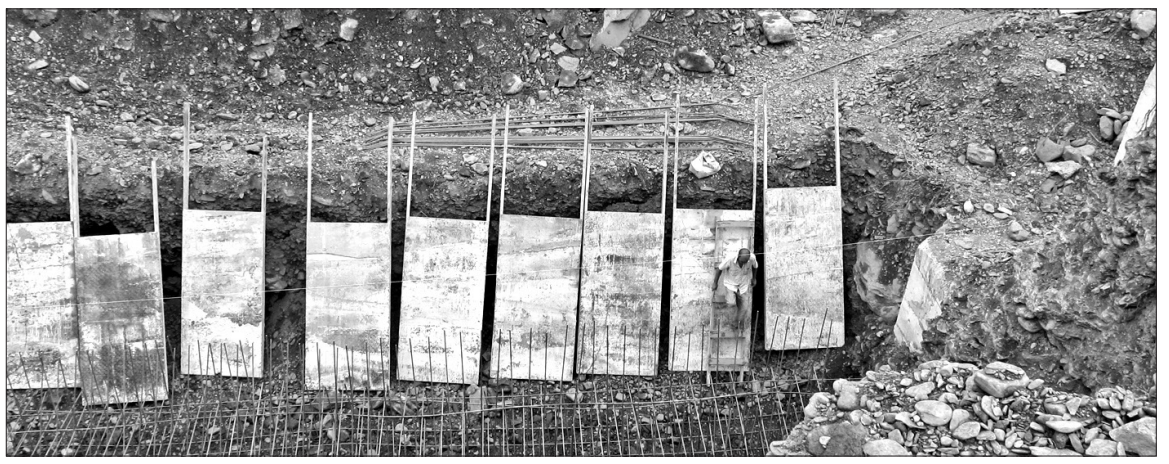
მე და ჩემი კარგი მეგობარი თინა ფუნჯავაძე, რომელიც ყვარლიდანაა (კუჭატანი) ვუყურებდით გადმოცემას ტელევიზიიდან და სიხარულისგან ვიცრემლებოდით.

არ შეეშინდა, მედგრად იბრძოდა,
მეტოქე დასცა, გვერდით გაწია,
გამარჯვებულმა კახელმა ბიჭმა
ქართული დროშა ზევით ასწია!.

მადლობა ზურაბ იაკობიშვილს და კიდევ დიდი მადლობა მის მშობლებს, აღმზრდელ მასწავლებლებს, ასევე თქვენ – თუ ამ პატარა წერილს თქვენს გაზეთში დაბეჭდავთ.

ვწერ 93 წლის ქალბატონი, იურისტი – ყოფილი მოსამართლე, ამჟამად დევნილი აფხაზეთიდან, ქ. სოხუმიდან.

მზია ვაჩეიშვილი
ქ. თბილისი,
დოდაშვილის ქ. 22. ისანი



საქართველოს მთავრობის ძალისხმევით მდინარე დურუჯის დამანგრეველი ძალა ვეღარ დაემუქრება ილიას მშობლიურ ქალაქს

დასაწყისი 1-ელ გვ.-ზე

საქართველოს დღევანდელმა მთავრობამ ქ. ყვარლის გადარჩენისათვის და მდინარის მიერ წარმოქმნილი პრობლემების გადასაწყვეტად სოლიდური კაპიტალდაბანდება გამოყო და მდინარე დურუჯის ხეობაში გრანდიოზულ მასშტაბებში მიმდინარეობს ახალი დამცავი კედლის მშენებლობა. იმისათვის, რომ ქალაქის მოსახლეობა გარკვეული იყოს აქ მიმდინარე პროცესებში, შევხვდით შპს „სერპანტინის“ დირექტორს, ბატონ ზურაბ ფეიქრიშვილს და ყვარელში სამშენებლო სამუშაოების მიმდინარეობაზე ვესაუბრეთ.

– ხეობაში არსებული მეტად რთული სიტუაციის გამო როგორ გაუმკლავდით სირთულეებს, რისი მეოხებით შეძელით სამუშაოების გეგმა–გრაფიკი დაურღვევლად შეგესრულებინათ?

– სამუშაო პროცესები რთული საწარმოებელია გეთანხმებით, მაგრამ, ჩვენს კომპანიას ამაზე რთული ობიექტები აქვს დამთავრებული, თუნდაც „ნეკრესის“ მონასტერთან მისასვლელი გზის რეაბილიტაციაც საკმარისია ვახსენოთ, დაგროვილი გამოცდილება და სათანადო ინჟინერ-ტექნიკური პერსონალი, ასევე კომპანიის მატერიალურ-ტექნიკური ბაზა განაპირობებს ნებისმიერ სირთულის სამუშაოს შესრულებას. სამუშაოები მიმდინარეობს გრაფიკის შესაბამისად და ობიექტი ვადაში დამთავრდება.

– დამცავი კედლის მდგრადობას რა უზრუნველყოფს?

– დამცავ კედელს რაც შეეხება, კონსტრუქცია გათვლილია საპროექტო ორგანიზაციის მიერ, არის მაღალი მარკის რკინა-ბეტონის კედელი თავისი საძირკველით, რომელიც დარწმუნებული ვარ, საკმაოდ დიდხანს იმუშავებს და თავის ფუნქციას შეასრულებს.

– ახალი ნაგებობის მეოხებით ქალაქს კატასტროფა აღარ ემუქრება, მაგრამ მდინარის კალაპოტიდან ინერტული მასალა გატანას მოითხოვს, თქვენ თუ გაგაჩნიათ ინფორმაცია ამის თაობაზე?

– ახალი ნაგებობა რა თქმა უნდა, მაქსიმალურად შეამცირებს კატასტროფის რისკებს, მაგრამ ნუ დაგვავიწყდება ეს „დურუჯია“, არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება ყველა იმ ღონისძიებების უგულვებელყოფა, რომელიც დღესაც მიმდინარეობს და თუ რამე გვაკლია, ისიც უნდა გავაკეთოთ, ვგულისხმობ მუდმივ მონიტორინგს მდინარის კალაპოტში, სასიგნალო სისტემებს სათავეში, რისკის ზონებიდან მოსახლეობის სწრაფი ევაკუაციის გეგმებს და ა.შ. სტიქიის წინაშე მაქსიმალური მობილიზებაა საჭირო, თორემ ჩვენი აზრით დაცვის 100 %-ანი რეცეპტი არ არსებობს, ამის მაგალითია თუნდაც ამ ბოლო დროს აშშ-ში განვითარებული კატასტროფული მოვლენები. რაც შეეხება იმ უზარმაზარ სელურ ჩამონატანს, რომელიც დაგროვილია მდინარის კალაპოტში, აუცილებლად გასატანია. ქალაქის დაცვის ყველაზე გამართლებული გზა არის ჩამონატანისგან გაწმენდა კალაპოტის, ასეთ დროსაა ზუსტად ეს კედლები ეფექტური, თორემ თუ სელი დაიძრა, რა თქმა უნდა ვერანაირი კედელი ვერ დაიჭერს მდინარეს. სწორედ ამიტომ, საქართველოს მთავრობამ გამონახა სახსრები და იგეგმება მასშტაბური წმენდა მდინარის კალაპოტის. უკვე მიმდინარე წელს, სავარაუდოდ 2 მილიონზე მეტი კუბური მეტრი სელური ჩამონატანისაგან გასუფთავდება კალაპოტი, სავარაუდოდ სამი მეტრის სიღრმით დაიწევს მდინარე დაბლა, საპროექტო სიგრძე რვა კილომეტრია და ვრცელდება მდინარე დურუჯის ხიდიდანსათავემდე, სამანქანო გზა სადამდეც მიდის. აღნიშნული ტენდერი უკვე გამოცხადებულია და სახელმწიფო შესყიდვების ღირებულება 19 597 899 ლარია. ვნახოთ ვინ გაიმარჯვებს ტენდერში.

– ყვარლის მოსახლეობას უგზოობაც აწუხებს, ცნობილია, რომ მიმდინარე წელს რამოდენიმე ქუჩა მოასფალტდება და ამ სამუშაოებს თქვენი ფირმა შეასრულებს, რა მდგომარეობაა დღეისათვის?

– ყვარლის მუნიციპალიტეტის მიერ გამოცხადებულ ტენდერებში, ჩვენ რამოდენიმეჯერ გავიმარჯვეთ და შესაბამისად სამუშაოებიც შესრულდა, დარჩენილია კიდევ ორი პატარა ქუჩა, რომელზეც მიმდინარეობს ინტენსიური სამუშაოები, ზოგადად ქალაქის პირობებში სამუშაოების წარმოება ძალიან რთულია, ცოტა პროექტებთანაც გვაქვს ხოლმე პრეტენზიები, ასევე ხელს გვიშლის ძველი მიწისქვეშა კომუნიკაციები, რომლებიც ყოველგვარი სტანდარტის გარეშეა განთავსებული, მაგრამ, ყოველივე ამის მიუხედავად, ჩემი მოთხოვნაა საქმე უნდა შესრულდეს მაღალი ხარისხით და მაქსიმალურად მოსახლეობის ინტერესების დაცვით. თქვენ გახსოვთ ყვარელში ილია ჭავჭავაძის ქუჩის რეაბილიტაციის დროს არსებული პრობლემები, მითქმა-მოთქმა, ეჭვები, რაზედაც უბრალოდ მეცინებოდა, მაგრამ გულის სიღრმეში მაინც საწყენია, ნებისმიერ ყვარლელს შევეჯიბრები ჩემი ქალაქის სიყვარულში. ცნობისათვის ილია ჭავჭავაძის ქუჩა პროექტის შესაბამისად ნოემბრის თვეში უნდა დამთავრებულიყო, კომენტარი თქვენთვის მომინდვია...

– იქნებ გვითხრათ ბატონო ზურაბ ფირმის საიდუმლო – როგორ ახერხებთ, რომ თქვენს მიერ დაგებული გზები ყოველთვის გამოირჩევა ხარისხით და დღევანდელ მოთხოვნებს აკმაყოფილებს?

– ფირმის საიდუმლოა – განსაკუთრებული ალბათ არაფერი, ჩვენ თავიდანვე დავისახეთ მიზნად, რომ ჩვენს მიერ შესრულებული საქმე ყოფილიყო გამორჩეული ხარისხით, კომპანია რაც ყველაზე მნიშვნელოვნად მიმაჩნია, დღითიდღე იზრდება, მუდმივად ხდება ტექნიკის განახლება, დღეის მდგომარეობით კომპანიას ასზე მეტი საკუთარი მანქანა-მექანიზმები და სპეც-ტექნიკა ჰყავს, არასოდეს არ შევდივართ ტენდერში დემპინგური ფასებით, სადაც წინასწარ წაგება გარანტირებულია, ასე ვმუშაობთ და როგორც ჩანს, თავდაუზოგავმა შრომამ გამოიღო შედეგი და დღეის მდგომარეობით კომპანია „სერპანტინი“ ერთ-ერთი წამატებული ორგანიზაციაა გზების მშენებლობის სფეროში

ბატონო ზურაბ, გულწრფელად გისურვებთ წარმატებას თქვენს საქმიანობაში, ვინაიდან თქვენი ფირმა მოსახლეობისთვის მეტად მტკივნეულ პრობლემებს აგვარებს და მათ ყოფა-ცხოვრებას აუმჯობესებს.

ესაუბრა
ალექსანდრე გიგილოშვილი

ღვინის გაფილტვრა, გადაღება და შენახვის პირობები – ის, რაც ყველა მეღვინემ უნდა იცოდეს

ღვინის გემოს განაპირობებს მთელი რიგი თვისებების კომბინაცია: მჟავიანობა, ალკოჰოლის და შაქრის შემცველობა, ტანინებისა და სხვა ელემენტების თანაფარდობა, რომელიც უნიკალურია ყოველი კონკრეტული ღვინისთვის და მის განსაკუთრებულ გემოს განაპირობებს. გვიანი მოსავლის ღვინოები ძალიან ტკბილია და ჩვეულებრივ მიირთმევენ, როგორც სადესერტო ღვინოებს.

ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი განმსაზღვრელია ღვინის გაფილტვრა. გაფილტვრა ღვინის მექანიკური განმენდის მეთოდია, რომელიც მიმართულია სითხეში კედლების გასწვრივ და აკავებს თავის მხრივ ნარჩენებს. გაფილტვრა ხელს უწყობს არასასურველი ფერმენტების დაკავებას, ღვინოს აჯანმრთელებს და ხოცავს მიკრობების ჩანასახებს.

საერთოდ, ღვინის ლექს ახასიათებს გახრწნა, რაც თავისთავად ცუდად მოქმედებს ღვინის ხარისხზე. მადუღარ არეს, თუკი საქმე გვაქვს კახური ღვინის დაყენებასთან (ჭაჭაზე დუღილი), ესაჭიროება დარევა. ჭაჭას ურევენ დღეში მინიმუმ სამჯერ-ხუთჯერ. ეს ოპერაცია ემსახურება მადუღარი არის ზედაპირზე ამოტივტივებული ჭაჭის ჩარევას და ამით გამოირიცხება ამოტივტივებული ჭაჭის დაჟანგვა, დაძმარების პროცესის დაწყება და ღვინის ხარისხის გაუარესება. თუკი დუღილის პროცესში აერაცია და გარკვეული რაოდენობის სითბო დადებითად მოქმედებდა მადუღარ არეზე, დუღილდამთავრებულ ღვინოს ესაჭიროება ჰერმეტულობა და შენახვის დაბალი ტემპერატურა (ქარხნულ პირობებში ღვინოს ინახავენ არა უმეტეს 14-15 გრადუსისა).

ღვინის გადაღების პროცესში ჭურჭლის კედლებსა და ფსკერზე შევამჩნევთ კრისტალებს, რომელთაც ღვინის ქვა ეწოდება. ეს კრისტალები ღვინოში არსებული მჟავების მარილებია. ღვინის ქვა სიცივის ზემოქმედებით გამოიყოფა და ეს პროცესი დადებითად მოქმედებს ღვინის ხარისხზე, კერძოდ, მისი გამოლექვის დროს ღვინოს სცილდება ზედმეტი მჟავიანობა, ფერი უფრო წმინდა, ხოლო მისი გემო უფრო ჰარმონიული ხდება. ჭურჭლის შიდა ზედაპირზე გამოლექილი ღვინის ქვა სითბოების დადგომისას ნაწილობრივ კვლავ გაიხსნება ღვინოში და აამღვრევს მას, ასე რომ, ღვინის ქვა დაცლილ ჭურჭელს დაუყოვნებლივ უნდა მოშორდეს.

ნატურალური ღვინის მწარმოებლები და ე.წ. „ბიო ღვინის“ შემქმნელები არ აღიარებენ ღვინის ფილტრაციის მეთოდს და მიაჩნიათ, რომ ღვინის ხელოვნური ფილტრაცია სასმელის ხარისხზე უარყოფითად მოქმედებს. ისე კი, მსოფლიო ბაზარზე არსებული ღვინის 95%-ზე მეტი გაფილტრულია.

რომელი ღვინო არ უნდა დავალევინოთ ბავშვს და როგორ გამოიყენება ღვინო პედიატრიაში

რამდენად სასარგებლოა ღვინო ბავშვის ორგანიზმისთვის, რომელი დაავადებების დროს და როგორ შეიძლება მისი გამოყენება? ეს არის კითხვები, რომელიც მშობლებს აწუხებს. ცნობილი ამბავია, რომ ყურძნის ღვინო მდიდარია ვიტამინებითა და მიკროელემენტებით. იგი სასარგებლოა ნივთიერებათა და მარილოვანი ცვლის გასაუმჯობესებლად. მასში შემავალი ნივთიერებები ხელს უწყობს ნახშირწყლოვან, აზოტისა და მინერალურ ცვლას, ზრდის ორგანიზმის ტონუსს, აქვს შარდმდენი, ანტისტრესული, ბაქტერიციდული და ანტიალერგიული მოქმედება. აქედან გამომდინარე, ღვინო, თუ ზომიერად გამოვიყენებთ, სასარგებლოა როგორც მოზრდილთათვის, ისე ბავშვებისთვის. საგანგებოდ გამოსაყოფია ყურძნის ღვინის თვისება – გაზარდოს ორგანიზმის წინააღმდეგობა ინფექციური დაავადებების მიმართ.

ღვინის მარგებლობის კვლევის მიმართულებით ყველაზე ავტორიტეტული გამოკვლევა დანიაში ჩატარდა. მისი შედეგების თანახმად, იმ ქალებს შორის, რომლებიც სადილზე 150 მლ მშრალ წითელ ღვინოს სვამენ, სიკვდილიანობა უფრო ნაკლებია, ვიდრე მათ შორის, ვინც ღვინოს საერთოდ არ ეკარება. მამაკაცებისთვის კი ოპტიმალური ოდენობა 300 მლ-ია. გარდა ამისა, ღვინის ზომიერი მიღება 30%-ით ამცირებს გულ-სისხლძარღვთა სისტემის დაავადებების ალბათობას – წითელი ღვინო შეიცავს ნივთიერებებს, რომლებიც სისხლძარღვებს ცუდი ქოლესტერინისგან წმენდს. თუმცა შორს ვართ იმ აზრისგან, რომ მომავალში გულ-სისხლძარღვთა ან ჰიპერტონიული დაავადებების თავიდან აცილების მიზნით, ბავშვებს ყოველდღიურად ვასვათ წითელი ღვინო, თუნდაც 1 სადილის კოვზი.

მშრალ ღვინოს მაქსიმალური სარგებლობა მოაქვს, თუ მას ჭამამდე დავლევთ. კიდევ ერთი: სამკურნალოდ არ უნდა გამოვიყენოთ ჰიბრიდული ვაზის ყურძნისგან დაყენებული ღვინოები. მაგალითად, იზაბელა და ნოა (თეთრი იზაბელა). ამ ჯიშის ყურძნისგან დაწურული ღვინის დუღილისას ორგანიზმში გამოიყოფა არა მარტო ეთანოლი, არამედ მეთანოლიც, რომელიც საწამლავია.

პედიატრიულ პრაქტიკაში ღვინო უპირატესად გარეგანი დანიშნულებით გამოიყენება. წყალში განზავებული ღვინის ძმარი და არაყი უებარია მაღალი ტემპერატურის დროს. ასეთ ხსნარში დასველებული საფენები და წინდები სისხლძარღვების გაფართოების გზით ხელს უწყობს ორგანიზმიდან სითბოს გაცემას და ამ გზით ტემპერატურის ნორმალიზებას.

... ცოდნის შეძენისკენ მიმავალი გზა ია-ვარდით არ არის მოფენილი, მას ნარი ეკალიც გამოერევა და მასთან ბრძოლის უნარი უნდა გაგაჩნდეთ

ახალი, სასკოლო ცხოვრების დაწყების დრო ყოველთვის დიდი სიხარულის და განცდის მომტანია ხოლმე როგორც მოსწავლეებისთვის და მასწავლებლებისთვის, მათთვისაც, ვინც პირველად შეაღებს სკოლის კარს. რაიონის ზოგიერთ სკოლაში სარემონტო სამუშაოები დამთავრებულია და ჩვენს აღმზრდელ–მასწავლებლებს და მოსწავლეებს ყველა პირობა ექნებათ ახლებურად დაიწყონ ახალი სასწავლო წელი.

ამ დღესთან დაკავშირებით საუბარი ვთხოვეთ ყვარლის პირველი საჯარო სკოლის ღვაწლმოსილ მათემატიკის მასწავლებელს, ქალბატონ ნუნუ ჩახნაშვილს და ყვარლის მეორე საჯარო სკოლის ისტორიისა და სამოქალაქო განათლების მასწავლებელს, ქალბატონ თინა ზურაბიშვილს.

– ქალბატონო ნუნუ, პირველ რიგში გილოცავთ ახალი სასწავლო წლის დაწყებას, გისურვებთ ჯანმრთელობას და წარმატებებს საზოგადოებრივ საქმიანობაში. მერამდენედ გიწევთ ახალ სასწავლო წელს სკოლის კარის შეღება და რა განცდა გეუფლებათ ამ დროს.

– მინდა ვისარგებლო შემთხვევით და ახალი სასწავლო წლის დაწყება მივულოცო ყველა პედაგოგს და ვუსურვო წარმატებები იმ რთულსა და საპატიო საქმეში, რომელსაც მომავალი თაობის სწავლა-აღზრდა ჰქვია.

ივანე ჯავახიშვილის სახელობის სახელმწიფო უნივერსიტეტის მექანიკა-მათემატიკის ფაკულტეტი დავამთავრე 1960 წელს და იმავე წელსვე ყვარლის ილია ჭავჭავაძის სახელობის №1 საჯარო სკოლაში დავიწყე მუშაობა მათემატიკის მასწავლებლად. ნელს 57-ედ უნდა შევხსნა მშობლიური სკოლის კარები; კვლავ ისევე ვღელავ, როგორც მაშინ, როცა სრულიად ახალგაზრდამ დავიწყე პედაგოგიური მოღვაწეობა. ყოველ სასწავლო წელს თავისი განცდები მოაქვს. ერთი კი მუდმივად რჩება – შრომა, ძიება, რათა მივაღწიოთ წარმატებებს მოსწავლე-ახალგაზრდების სწავლა-აღზრდის საქმეში.

– მრავალმა თაობამ გაიარა თქვენს ხელში, ხართ თქვენს პროფესიაში საკმაოდ კარგად ჩახედული მასწავლებელი (ამაზე თვით თქვენი აღზრდილები ლაპარაკობენ), რამ განაპირობა თქვენი მათემატიკისადმი სიყვარული.

– სკოლის პერიოდში ყველა საგანს ერთნაირად ვსწავლობდი. ისე მივედი უნივერსიტეტში საბუთების შესატანად, რომ გადაწყვეტილი არ მქონდა რომელ ფაკულტეტზე ვისწავლიდი. უცებ გამახსენდა სკოლის დირექტორის მიხეილ მამალაძის სიტყვები: ნუნუსგან დიდი მათემატიკოსი დადგებაო. ამ შთაგონებით გავხდი მათემატიკის ფაკულტეტის სტუდენტი.

იმ დღიდან ეს საგანი ჩემი ცხოვრების ნაწილი გახდა. ბევრ ახალგაზრდას შევაყვარე მათემატიკა, რითაც სულიერ კმაყოფილებას განვიცდი.

– ქებით არ გეტყვით, მაგრამ ყველასთან, თქვენს კოლეგებთან თუ მოსწავლეებთან ურთიერთობაში ხართ საკმაოდ კომუნიკაბელური, ეს ალბათ თქვენი ბუნებრივი ხასიათიდან გამომდინარეა, რამეთუ სკოლა ფართო მასშტაბის დაწესებულებაა და სხვადასხვანაირი ხასიათის ადამიანებთან გიწევთ მუშაობა. როგორ ახერხებთ ამას?

– მოგეხსენებათ, სკოლაში მუშაობა საკმაოდ რთულია მართლაც. აქ არიან სხვადასხვა ხასიათის, განწყობილებისა და მისწრაფებების პედაგოგები და მოსწავლეები. მე, როგორც მასწავლებელსა და ყოფილ სკოლის დირექტორს, მათთან ურთიერთობას მიადვილებდა ის ფაქტი, რომ ადამიანები მიყვარს, ყველაზე ზარმაც მოსწავლეშიც კი დადებითს უფრო ვხედავ, ვიდრე – უარყოფითს.

– სკოლა, სასწავლებელი, ორპირი ხმალია. ვნების მოტანაც შეუძლიან და დიდის სიკეთისაც, ეგ იმაზეა დამოკიდებული, თუ როგორ არის მოწყობილი და აგებული პროგრამა სწავლებისა – ამბობდა დიდი ილია. თქვენ, როგორც უფროსი მასწავლებელი, განათლების სისტემაში განხორციელებულ ახალ კანონებზე რას გვეტყოდით? რომელ კანონს ჩათვლით თქვენთვის მისაღებად და რა აზრის ხართ მასწავლებლებისთვის განკუთვნილ სახელფასო დანამატებზე და როგორ ფიქრობთ, დღეისათვის არის კი კარგად აწყობილი ჩვენი სასწავლო პროგრამა?

– დრო გარბის, მის ცვალებადობასთან ერთად იცვლება შეხედულებები, მოთხოვნები, რაც გარკვეულწილად სკოლაშიც აისახება. დღეისათვის განათლების სისტემის მიზანია ევროპულ სტანდარტებთან მიახლოება, რაც დიდ სიფრთხილესაც მოითხოვს, რათა არ დაზარალდეს ჩვენი ეროვნული ტრადიციები.

რაც შეეხება სახელფასო დანამატებს, რა თქმა უნდა, სასურველიცაა და აუცილებელიც, მაგრამ მასწავლებლის შეფასება მარტო სასერტიფიკატო გამოცდებით არასწორად მიმაჩნია.

პედაგოგის სრულყოფილი შეფასება მოხდება მაშინ, თუ გათვალისწინებული იქნება მისი ურთიერთობა მოსწავლეებთან. ვფიქრობ, რა სიახლეებიც არ უნდა დაინერგოს სწავლებაში, მაინც შეუცვლელი რჩება მასწავლებლის სიტყვა, ცარცი და დაფა და მიზნობრივად გამოყენებული მეთოდები და ხერხები.

– ბევრმა თქვენს გარშემო მყოფმა ადამიანმა, განსაკუთრებით და თქვენთვის ყველაზე საყვარელმა და ყველაზე ძვირფასმა ოჯახის წევრმა დაგწყვიტათ გული. რომ არა ეს, ნუნუ მასწავლებელი უფრო მხიარული და ბედნიერი იქნებოდა. როგორ გაიხსენებდით ასევე თქვენს ნიჭიერ, ახალგაზრდა კოლეგებს, რომლებიც ნაადრევად წავიდნენ ამ ქვეყნიდან?

– ადამიანის ცხოვრებაში ყველაზე მთავარი ორი თარიღია: დაბადება და გარდაცვალება. პიროვნების შეფასება ხდება მათ შორის არსებული გავლილი გზით. კარგად უთქვამს პოეტს – „ზოგის ცხოვრება მთელი წიგნია, ზოგის კი მხოლოდ სათაურია“. ჩემს ირგვლივ იყვნენ ადამიანები: ელენე ზაუტაშვილი, ლალი სეფაშვილი, ლიანა გიგიაშვილი, ზოია კალაძე, ნელი ბეჟანიშვილი, თამარ კანანაძე, თინა გოზალიშვილი და სხვები, რომელთა წასვლამ ამ ქვეყნიდან დიდი ბზარი გამიჩინა გულში. ჩვენ არა მარტო ვმეგობრობდით, არამედ ერთმანეთისგან ვსწავლობდით კიდეც.

რაც შეეხება ჩემს პირად ტრაგედიას, მან სულ გამანადგურა, მაგრამ შვეგუე ტკივილთან ერთად ცხოვრებას. ამ ტკივილებს სკოლის კარების მიღმა ვტოვებ და ისე შევდივარ გაკვეთილზე ჩემს მოსწავლეებთან.

– როგორი მომზადებული ხვდება ყვარლის პირველი საჯარო სკოლა ახალ სასწავლო წელს. რა სიახლე ექნებათ ბავშვებს სწავლა-განათლების მიღების თვალსაზრისით.

– სკოლა მომზადებული ხვდება ახალ სასწავლო წელს. როგორც ყოველთვის, განათლების სამინისტრო უფასოდ ჩუქნის მოსწავლეებს სახელმძღვანელო წიგნებს. პირველი კლასის მოსწავლეებს გადაეცემათ უახლესი პორტატული კომპიუტერები. სკოლაში ფუნქციონირებს კომპიუტერული ლაბორატორია. კომპიუტერი და ინტერნეტი ხელმისაწვდომია ნებისმიერ დროს ნებისმიერი ბავშვისთვის და მასწავლებლისათვის. ყველა სასწავლო წელს და რა თქმა უნდა ამ წელსაც, სკოლა საკუთარი ხარჯებით არემონტებს საკლასო ოთახებს პირველ კლასებში შემსვლელი ბავშვებისათვის. სკოლა ჩართულია თავისუფალი გაკვეთილების პროექტში. საგაკვეთილო პროცესის დასრულების შემდეგ მოსწავლეებს შეუძლიათ სურვილისამებრ დაეუფლონ მაგიდის ჩოგბურთს, ოქრომკედით ქსოვას, ქიმიური სახალისო ცდების ჩატარებას, ანდა გავლენიანი საყვარელი მწერლების ნაწარმოებებს და სხვა.

– ბევრი თქვენი აღზრდილი წარმატებულ საქმიანობას ეწევა საზოგადოებაში, ხომ არ ივიწყებენ ხოლმე ნუნუ მასწავლებელს, რომელმაც საფუძველი ჩაუყარა მათი სწავლა-აღზრდის საქმეს. ხომ არ წარმოაჩენდით მათ სახეებს ჩვენი გაზეთის ფურცლებზე?

– მე პედაგოგთა იმ თაობას ვეკუთვნი, რომლებმაც დაიმსახურეს მოსწავლეების პატივისცემა და სიყვარული. ამისათვის მადლობელი ვარ უფლის, რადგან მასწავლებლებისათვის ეს არის ყველაზე დიდი ჯილდო. ჩვენი ბავშვებთან ურთიერთობები სკოლის დამთავრების შემდეგაც გრძელდება.

მეამაყება, რომ ბევრი მათგანი წარმატებულ საქმიანობას ეწევა საზოგადოებაში და სწამთ, რომ ცხოვრება ბრძოლაა და ბრძოლა კიდევ – სიცოცხლე.

– რას ეტყოდით ახალი სასწავლო წლისთვის თქვენს აღსაზრდელებს, პატარებს, ვინც წელს პირველად შეაღებს სკოლის კარს?

– ახალი სასწავლო წლის დასაწყისში პირველ რიგში მივმართავ ჩემს კოლეგებს, მინდა ყოველთვის ახსოვდეთ ილიას სიტყვები: „სკოლაში სწავლა–აღზრდა ხელიხელჩაკიდებულნი უნდა ვიდოდნენ“. დიახ, ყველა ვერ გამოვა მეცნიერი, მაგრამ კაიკაცობის შემწეობა კი ყველას უნდა გააჩნდეს.

რაც შეეხება პატარებს, რომლებიც პირველად შემოაღებენ სკოლის კარებს, მათ უნდა იცოდნენ, რომ ცოდნის შეძენისაკენ მიმავალი გზა ია-ვარდით არ არის მოფენილი, მას ნარი ეკალიც გამოერევა და მასთან ბრძოლის უნარი უნდა გააჩნდეთ.

მაშ ასე, პედაგოგებსა და მოსწავლე-ახალგაზრდობას კიდევ ერთხელ ვუსურვებ წარმატებებს საზოგადოებრივსა და პირად ცხოვრებაში.

დიდი სურვილი მაქვს, რომ ჩემთვის ახალი სასწავლო წელი ისეთივე წარმატებული იყოს, როგორც განვლილი სასწავლო წლები...

– ქალბატონო თინიკო, – სკოლა ერთია, ოჯახი მეორე, თქვენ კი სულ ბავშვებში ტრიალებთ. გინდათ ალბათ უფრო ღრმად ჩასწვდნენ როგორც თეორიულ ისე პრაქტიკულ მასალებს. ეს ასეა?

– რა თქმა უნდა ასეა. სკოლაში მუშაობის საკმაოდ დიდი გამოცდილება მაქვს. იცვლება სწავლების მეთოდები, მიდგომები, პრიორიტეტები. თანამედროვე სწავლების სტანდარტები მოითხოვს განსხვავებულ მიდგომებს. ეროვნული გეგმის ფუნდამენტური პრინციპია შედეგზე ორიენტირება, ამის მისაღწევად კი მხოლოდ თეორიული სწავლება საკმარისი არ არის. თეორია და პრაქტიკა მჭიდრო ურთიერთკავშირშია, ეს კი მოსწავლეებს ხელს შეუწყობს ტრანსფერის უნარის გამოყენებაში. ვცდილობ ფეხი ავუწყო სიახლეებს და გაკვეთილზე გავაკეთო ის, რაც ბავშვებს ხელს შეუწყობს ცოდნის შეძენა-გაღრმავებაში.

სკოლა ჩემთვის მართლაც მეორე ოჯახია და დროის დიდ მონაკვეთს სკოლაში ბავშვებთან ვატარებ, სხვანაირად ახალი ეროვნული სასწავლო მიზნების განხორციელება ვერ მოხდება, შენი მუშაობა შედეგზე ორიენტირებული ვერ იქნება.

– ხმამაღალი სიტყვა არ გეგონოთ და თქვენც მართლაც ხართ მეორე საჯარო სკოლის აქტიური და შემართებული მასწავლებელი. „მიეცით ნიჭსა გზა ფართოო“ და ამის მაგალითად ხშირად დავსწრებივარ თქვენს სკოლაში თქვენს მიერ ჩატარებულ სასკოლო გეგმით გათვალისწინებულ ღონისძიებებს, რომელიც ბავშვებისთვის ერთ-ერთი წამახალისებელი და სულიერი საზრდოც იყო განათლების თვალსაზრისით. გასულ წელს თუ იყო ხშირი შემთხვევები ასეთი ღონისძიებების ჩატარებისა.

– მადლობა ჩემი მუშაობის ასეთი შეფასებისთვის. მართლაც ქებით არ ვიტყვი, მაგრამ აქტიური და შემართებული მე ვფიქრობ, რომ ვარ. თუ პედაგოგი სასწავლო პროცესის დროს არ იქნები ასეთი, მაშინ შენი ადგილი სკოლაში არ არის. ბავშვებთან მუშაობის სპეციფიკა დიდ ძალისხმევას მოითხოვს. სრულყოფილი ცოდნის მისაღებად მხოლოდ სასწავლო პროცესი საკმარისი არ არის, ერთ-ერთ სავალდებულო აქტივობად მე მიმაჩნია ღონისძიებებში მათი მონაწილეობა, რა თქმა უნდა, ეს ბავშვებისთვის წამახალისებელიც არის და სულიერი საზრდოც. აქტიურ მონაწილეობას ვიღებთ როგორც სასწავლო გეგმით გათვალისწინებულ სავალდებულო (პროექტებში, ოლიმპიადებში და ა.შ.) ღონისძიებებში, ასევე ჩვენი საკუთარი ინიციატივით ჩატარებულ ღონისძიებებში, რომელიც ძირითადად ეროვნულ-შემეცნებითი ხასიათისაა. ასეთი ღონისძიებების ჩატარების საშუალება ყოველთვის არის.

– როგორი ხასიათითაა წარმოდგენილი გეგმით გათვალისწინებული სასკოლო ღონისძიებები და წლის განმავლობაში რამდენი ასეთი ღონისძიების ჩატარება გიწევთ?

– გასულ სასწავლო წელს მონაწილეობა მივიღეთ სხვადასხვა ღონისძიებებში. თანამედროვე განათლების სისტემა მიზნად ისახავს შექმნას ხელსაყრელი პირობები ეროვნული და ზოგადსაკაცობრიო ღირებულებების მატარებელი, თავისუფალი პიროვნების ჩამოყალიბებისათვის. ამ მხრივ დიდი მნიშვნელობა აქვს სკოლაში სამოქალაქო განათლების სწავლებას. ამ საგნის სწავლების ამაღლების მიზნით ჩამოვაყალიბე „სამოქალაქო განათლების კლუბი“, ადამიანის უფლებების მსოფლიო დღესთან დაკავშირებით ჩავატარე მეათე კლასში გაკვეთილი-ღონისძიება, რომელიც თანამედროვე სტანდარტების გათვალისწინებით ჩატარდა, სამოქალაქო კლუბის წევრები აქტიურად თანამშრომლობდნენ თქვენს გაზეთთან.

განსაკუთრებით მინდა გამოვყო პროექტი, რომელიც განათლების სამინისტროს მიერ იყო წარმოდგენილი, ჩვენი პროექტის სახელწოდება იყო „კეთილმოწყობილი სააქტო დარბაზი ბაშვებს“. (მინდა გითხრათ, რომ დარბაზი იყო კეთილმოუწყობელი, რაც ხელს გვიშლიდა სხვადასხვა ღონისძიებების ჩატარებაში). მოვიძიეთ სპონსორები: კახეთის რეგიონის „სოკარის“ გენერალურმა დირექტორმა, ბატონმა მიხეილ სამხარაულმა სკოლას შეუძინა 2500 ლარის ღირებულების 100 სკამი, ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგებელმა, ბატონმა ილია მზეკალაშვილმა გაგვილამაზა სააქტო დარბაზი, რისთვისაც დიდი მადლობელი ვართ მათი. მოგეხსენებათ, თანამედროვე სკოლის მთავარი დანიშნულებაა ასწავლოს მოზარდს, როგორ შეინარჩუნოს ეროვნული თვითმყოფადობა. ამ მიმართებით ჩემს სადამრიგებლო კლასთან ერთად ილია ჭავჭავაძის სახელმწიფო მუზეუმში ჩავატარეთ 26 მაისისადმი მიძღვნილი ღონისძიება, რომელიც თანამედროვე სტანდარტების დონეზე ჩატარდა.

მე მგონი, ერთი სასწავლო წლისთვის ეს ცოტა არ არის, თუმცა მეტის გაკეთებაც შეიძლებოდა. ასეთივე აქტიური და შემართებული ვიქნები მიმდინარე სასწავლო წელსაც.

– რას გვეტყოდით სასკოლო ექსკურსიებზე. თუ არიან თქვენი მოსწავლეები ამით კმაყოფილნი.

– მასწავლებლის პროფესიული სტანდარტის ერთ-ერთი შემადგენელი ნაწილი ექსკურსიებია, მას აქვს როგორც სასწავლო მიზანი, ასევე ხელს უწყობს ბავშვებს შორის კომუნიკაციას, ურთიერთობების გაღრმავებას, ეცნობიან მშობლიურ გარემოს და ა.შ. ექსკურსია ექსკურსიისთვის არ უნდა იყოს, ის უნდა იყოს მიზანმიმართული და შედეგის მომტანი. ექსკურსიისთვის მასწავლებელი ისევე უნდა ემზადებოდეს, როგორც გაკვეთილის ჩატარებისთვის. ყოველ სასწავლო წელს ვაწყობ ლაშქრობა-ექსკურსიებს. გასულ წელს ვიყავით ყაზბეგში, შემდგომ ბავშვებმა ერთმანეთს შთაბეჭდილებები გაუზიარეს. ასევე ვგეგმავთ ახალ სასწავლო წელსაც.

– უკვე დაიწყო ახალი სასწავლო წელი. დღეისათვის სარემონტო სამუშაოების თვალსაზრისით რა მდგომარეობაშია სკოლა. თუ დარჩა რაიმე პრობლემა მოსაგვარებელი.

– ახალ სასწავლო წელს ყვარლის №2 საჯარო სკოლა, როგორც ყოველთვის მომზადებული ხვდება, ბავშვებს ელოდებათ სუფთა საკლასო ოთახები, კეთილმოწყობილი სააქტო და სპორტული დარბაზები, ბავშვებს ყველა პირობა აქვთ შექმნილი ეფექტური სწავლებისა და სასწავლო პროცესის სწორად წარმართვისათვის.

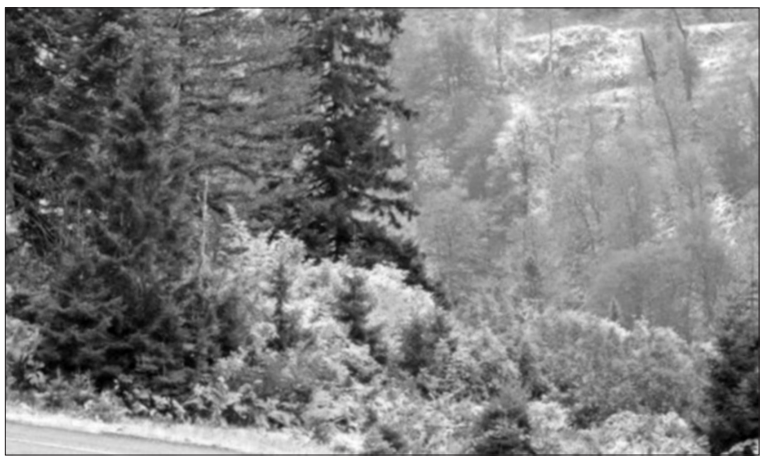
– თქვენი სურვილები, რომლებსაც მომავალში განახორციელებთ.

– მინდა გითხრათ, რომ სკოლის კარის შეღება მიწევს 35-ჯერ, მაგრამ ვერ გეტყვით, რომ არ ვღელავ, თითოეული ახალი სასწავლო წელი ჩემთვის ისეთივე საპასუხისმგებლოა, როგორც პირველი. დიდი სურვილი მაქვს, რომ ჩემთვის ახალი სასწავლო წელი ისეთივე წარმატებული იყოს, როგორც განვლილი სასწავლო წლები და ამისთვის ენერგიას და მონდომებას არ დავიშურებ. ჩვენი სკოლის მოსწავლეებს ვუსურვებ უფრო მეტად იყვნენ მოტივირებულები სასწავლო პროცესებისთვის, უფრო ახლო ურთიერთობა ჰქონდეთ სასწავლო სახელმძღვანელოებთან, იყვნენ აქტიურები, უფრო მეტი წარმატებით გაიარონ ახალი სასწავლო წელი, ხედავთ? მაინც ბოლოს პედაგოგისკენ მივდივართ, რადგან ამ ყველაფრისთვის მთავარი ფიგურა მასწავლებელია და ზემოთ ჩამონათვალი რომ მოსწავლეებისთვის ოპტიმალური გახდეს, ჩვენი ორიენტირი ყოველთვის უნდა იყვნენ ბავშვები.

გმადლობთ.

საუბრები ჩაიწერა
დალი ტატულიშვილმა

რატომ უნდა გვიყვარდეს შემოდგომა



შემოდგომა წელიწადის ყველაზე რომანტიული დროა...გრილი და თბილი ფერებით.მთელი სხეული გრძნობს შემოდგომის საოცარ სურნელს..და ფიქრობ – სიყვარულია თვით შემოდგომა, რომელსაც საოცარი ფერები მოაქვს!!!

თითქოს ახალი ცხოვრების, ახალი ისტორიებისა და გეგმების ერთგვარი დასაწყისია.

ზოგიერთი ადამიანი სექტემბრის დადგომას, ახალი სიცოცხლის დასაწყისს უწოდებს. ამ სეზონზე ადამიანების უმეტესობა ცხოვრების გადაგეგმვას იწყებს და სამომავლო გეგმების სიას ანახლებს.

და მაინც, რატომ უნდა გვიყვარდეს შემოდგომა.

წითელ-ყვითელი ფოთლები, რომლითაც ქუჩები ნელ-ნელა ივსება. ეს საოცარია! მკვეთრად გამოხატული მზის სხივები და სასიამოვნო ფერები წლის ამ სეზონზე განსაუთრებით ლამაზია.

წვიმა – შემოდგომის წვიმა ყველაზე მეტი დადებითი ენერგიით აგავსებთ.

სურნელი – ალბათ ხვდებით რასაც ვგულისხმობ... ფოთლების, წვიმისა და ბუნების სურნელი შემოდგომით ყველაზე უკეთ იგრძნობა, რაც ქუჩაში სეირნობასა და ბუნების ამ საჩუქრით ტკობას ყველაზე სასიამოვნოს ხდის.

ცხელი ჩაი, ყავა და კაკაო – ცხელი სასმელები წლის ამ სეზონის ჰიტია. წარმოიდგინეთ ზემოთ ჩამოსთვლილი ყველა მომენტი... აივანზე ცხელი შოკოლადით ხელში... თქვენ შეიყვარებთ მსოფლიოს.

ამინდი – შემოდგომა როგორც წესი, არც ძალიან ცხელი და არც ძალიან ცივი ამინდებით გამორჩევა. ეს არის საუკეთესო სეზონი იმისთვის, რომ თავი მაქსიმალურად კომფორტულად ვიგრძნოთ.

სამოსი – შემოდგომის სამოსი, ერთ-ერთ ყველაზე მოდურ და სასურველ ტრენდად არის ქცეული. ასე, რომ დროა გარდერობი განაახლოთ და თქვენი საყვარელი პიჯაკი მოირგოთ.

საძინებელი – იმ დღეებში, როდესაც გარეთ წვიმს, თქვენ უბრალოდ გაგიჩნდებათ სურვილი გაეხვეთ თქვენს თბილ საწოლში და საბნის ქვემოდან უსმინოთ წვიმის წვეთების სასიამოვნო ხმაურს. ეს მსოფლიოში ერთ-ერთ საუკეთესო შეგრძნებად ითვლება.

რომანი – შემოდგომის ფერთა გამა, ადამიანებში გრძნობებს აღვივებს, რაც ხშირად ახალი ურთიერთობებისა და სასიამოვნო თავგადასავლის მიზეზი ხდება. წლის ამ სეზონზე აქტიურია ქორწილები და რომანტიკული ვახშმები.

ტელევიზია – წლის ამ სეზონზე შეუძლებელია ერთხელ მაინც არ მოკალათდეთ ეკრანის წინ და ახალ სატელევიზიო გადაცემებს თვალი არ ადევნოთ. ეს ყველაფერი შემოდგომით სახლში ყოფნისა და დასვენების სურვილს ამძაფრებს.

და კიდევ, შობა-მიუხედავად იმისა, რომ შობამდე ჯერ კიდევ დიდი დროა დარჩენილი, მსოფლიოს მრავალ ქვეყანაში ამ დღესასწაულისთვის მზადებას შემოდგომით იწყებენ. ყველაფერ რომ თავი დავანებოთ შემოდგომა ჩვენი გეგმების დასალაგებლად საუკეთესო პერიოდია, შესაბამისად თუ გვსურს, რომ საოცარი შობა და ახალი წელი გვქონდეს ეს პერიოდი გეგმების ჩამოსაწერად აქტიურად უნდა გამოვიყენოთ.

ია გიგიაშვილი

საშემოდგომო ხორბლის მოყვანა

ხორბალი მთელ მსოფლიოში მეტად მნიშვნელოვანი კულტურაა. ადამიანისთვის საჭირო სასურსათო პროდუქტთა შორის პურს გამორჩეული და განსაკუთრებული ადგილი უკავია, რის გამოც ხორბლის მარცვალზე მოთხონილება ყველაზე მაღალია.

საქართველო აღიარებულია ხორბლის წარმოშობის პირველად კერად. ქართველ ხალხს ამ კულტურის მოვლა-მოყვანის უძველესი ტრადიცია გააჩნია. სამწუხაროდ, უკანასკნელ წლებში ხორბლის ნათესი ფართობი მკვეთრად შემცირდა და 50-60 ათას ჰა-ზე ითესება.

საშემოდგომო ხორბალი ხასიათდება მაღალი მოსავლიანობით. მისი პოტენციალის გამოვლენა დამოკიდებულია ჯიშის გენეტიკურ ფაქტორებზე, გარემო პირობების გავლენაზე, სათესლე მასალის ხარისხზე, დაავადებებისა და მავნებლებისადმი გამძლეობაზე და აგროტექნიკური ღონისძიებების დროულ და ხარისხიან ჩატარებაზე.

ხორბლის კულტურა ნოყიერ ნიადაგს მოითხოვს. მაღალ მოსავალს იძლევა მხოლოდ საკვები ელემენტებით მდიდარ აგროფონზე. თანამედროვე ტექნოლოგიის გამოყენებით ხორბლის მოსავლიანობა, წვრილი ფერმერული მეურნეობისთვისაც კი შესაძლებელია გაიზარდოს 4,5 – 5,5 ტ/ჰა-ზე.

საქართველოში, ხორბლის კულტურა ძირითადად წარმოდგენილია მის აღმოსავლეთ ნაწილში. ითესება შემოდგომაზე, სექტემბერ-ოქტომბერში, ასევე ადრე გაზაფხულზე.

ნიადაგის დამუშავება

თესვამდე ნიადაგი უნდა დამუშავდეს არანაკლებ 15-20 დღით ადრე. საშემოდგომო ხორბლისათვის ნასიმიდნარი უმჯობესია ჯერ მძიმედისკოებიანი იარაღით დამუშავდეს და შემდეგ 22-25 სმ-ზე მოხდეს წინმხვნელიანი გუთნით ჩახვნა. ასევე ტარდება სასილოსე ნასიმინდარის დამუშავება.

ხნულის დასაარევლიანების შემთხვევაში საჭიროა კულტივაცია-დაფარცხვის ჩატარება. სარეველებისაგან და ფესურიანი სარეველებისგან სუფთა ან უმნიშვნელო რაოდენობის შემცველი მინდორი უნდა დამუშავდეს 14-16 სმ. სიღრმეზე საოში გუთნით, ზედმიბმული ფარცხით.

ანალოგიურად უნდა დამუშავდეს ნამზესუმზირალი მინდვრები გარე კახეთში, სიღნაღისა და საგარეჯოს რაიონების უკანა მხარეში. ნამზესუმზირალი და ნასიმინდარი მინდვრები თესვის წინ უნდა დამუშავდეს მხოლოდ დისკოებიანი ფარცხით, ზედმიბმული ზიგზაგით. რეკომენდებულია ხორბლის ზედიზედ ორ წელიწადს თესვა.

საშემოდგომოდ დათესილი ხორბლის აღების შემდეგ ნაწვერალი ნახევრად ანეულის წესით უნდა დამუშავდეს. ნაწვერალი იხვნება წინასწარი აჩეჩვის გარეშე, თავთავიანი კულტურის აღებისთანავე, 22-25 სმ სიღრმეზე. სარეველების გამოჩენისთანავე ტარდება დაფარცხვითი კულტივაცია.

ასეთივე წესით უნდა დამუშავდეს სამარცვლე პარკოსანი კულტურები – ლობიო, სოიო და მწვანე საკვებად ან თივად ნათესი ერთწლოვანი მარცვლოვანი და პარკოსანი კულტურებით დაკავებული მინდორი.

აღმოსავლეთ საქართველოს სარწყავ მიწებზე მრავალწლოვანი ბალახების კორდის მოხნა რეკომედებულია 20 აგვისტოდან 10 სექტემბრამდე წინმხვნელიანი გუთნით 25-27 სმ სიღრმეზე.

ურწყავ ადგილებში კორდი უნდა მოიხნას ბალახნარის პირველი გამოჩენისთანავე. კორდის თესვისწინა დამუშავება, ნასიმინდარის მსგავსად, უნდა ჩატარდეს მხოლოდ მძიმე დისკოებიანი ფარცხით. საგაზაფხულო ხორბლის დასათესად მზრალი უნდა დაიფარცხოს ხნულის გარდიგარდმო.

ქარისმიერი ეროზიის ზონებში (დედოფლისწყარო, სიღნაღის უკანა მხარე, გარდაბნის, მარნეულის, ბოლნისის, თეთრიწყაროს, მცხეთის, საგარეჯოს რაიონები) სარწყავ მიწებზე მრავალწლიანი ბალახების კორდი უნდა დამუშავდეს ბელტის გადაუბრუნებლად ბრტყელმჭრელი კულტივატორით 8-10 სმ სიღრმეზე, ზედაპირზე ნაწვერალის შენარჩუნებით, აგვისტოს მესამე დეკადიდან სექტემბრის მეორე დეკადამდე.

6-8 დღის შემდეგ დამუშავება ტარდება ბრტყელმჭრელი ღრმად გამაფხვიერებელით 25-27 სმ სიღრმეზე. თესვის წინ ნიადაგი მუშავდება ფარცხით.

ურწყავ მიწებზე კორდი პირველი გათიბვისთანავე უნდა დამუშავდეს ბრტყელმჭრელი კულტივატორით 8-10 სმ სიღრმეზე, 6-8 დღის შემდეგ გაფხვიერება ხდება 25-27 სმ სიღრმეზე ღრმადმჭრელი ღრმადგამაფხვიერებლით. თესვის წინ ტარდება ფარცხვა.

ნასიმინდარ და ნამზესუმზირალ მინდორში ჯერ უნდა ჩატარდეს სიმინდისა და მზესუმზირის ღეროების დაქუცმაცება დისკოებიანი ფარცხით, ხოლო შემდეგ დამუშავდეს ბრტყელი მჭრელი ღრმადგამაფხვიერებლებით 22-25 სმ სიღრმეზე. თესვის წინ ტარდება ფარცხვა.

თავთავიანების ნაწვერალი უნდა დამუშავდეს ბრტყელმჭრელი ღრმად გამაფხვიერებელით 22-25 სმ სიღრმეზე, ხოლო თესვამდე – ბრტყელმჭრელი კუტლივატორით 8-10 სმ-ზე. თესვის წინ ტარდება ფარცხვა.

წყლისმიერი ეროზიის ზონებში ხვნა, ხნულის დამუშავება, თესვა და ნათესის მოვლის სამუშაოები ტარდება ფერდობის გარდიგარდმო მიმართულებით.

30-40 დახრილობის ფერდობებზე ნიადაგის დაცვისათვის რეკომენდებულია განივი კონტურული დამუშავება. 50 დახრილობის ფერდობზე უფრო ეეფექტურია ღრმად ხვნასთან ერთად ბაზოების გაკეთება გუთნის ბოლო ტანზე დაყენებული დაგრძელებული თათით, რომელიც ხნულის ზედაპირზე ყოველ 150 სმ-ის შემდეგ წარმოქმნის შემაღლებულ ბაზოს.

წინამორბედი კულტურები

ხორბლის დასათესად ნიადაგის მომზადებისათვის განსაკუთრებული მნიშვნელობა აქვს წინამორბედ კულტურას.

აღმოსავლეთ საქართველოს სარწყავ მიწებზე ხორბლის შემოდგომით დასათესად სასურველი წინამორბედებია: მოკლე ვეგეტაციის სამარცვლე სიმინდი, სასილოსე სიმინდი, ბოსტნეული და ბაღჩეული კულტურები, მრავალწლიანი ბალახების კორდი, სანაწვერალო კულტურები, სამარცვლე პარკოსანი კულტურები – სოიო, ლობიო, მუხუდო.

ურწყავ პირობებში სასურველი წინამორბედებია: სამარცვლე პარკოსანი კულტურები, სასილოსე სიმინდი, სიმინდი მწვანე საკვებად, ფართე მწკრივად (70X210 სმ) ნათესი სამარცვლე სიმინდი, ერთწლოვანი პარკოსნებისა და მარცვლოვნების (შვრიანარევი ბარდა ან ცერცველა) ნარევი მწვანე საკვებად, მრავალწლიანი პარკოსნების კორდი.

ასევე დასაშვებია ხორბლის ერთი და იმავე ჯიშის ორ წელიწადს ზედიზედ დათესვა. რეკომენდებულია შავი ანეული და მოთესილი ანეული.

თესლის მომზადება და თესვა

მაღალხარისხიანი თესლით თესვა მაღალი მოსავლის მიღების ერთ-ერთი უმნიშვნელოვანესი პირობაა. დასათესად გამოყენებული უნდა იქნეს სათესლე ნაკვეთებიდან მიღებული, გასავრცელებლად დაშვებული ჯიშის ხორბლის მარცვალი, რომელიც აკმაყოფილებს დაწესებულ მოთხოვნებს თესლის სისუფთავისა და გაღივების უნარის მიმართ.

აუცილებელია სათესლე მასალის თესვისწინა დამუშავება სოკოვანი დაავადებებისა (გუდაფშუტა, ჟანგა, ნაცარა) და ფესვის სიდამპლის საწინააღმდეგოდ.

საშემოდგომო ხორბლის თესლის რაოდენობა ჰექტარზე არ უნდა იყოს 180-200 კგ.-ზე ნაკლები. მკაცრი ზამთრის პირობებში, ასევე დასარევლიანებულ მინდვრებზე სათესი ნორმა იზრდება ჰექტარზე 250 კგ-მდე.

თესვის შემდეგ ნათესი საგორავით უნდა მოიტკეპნოს. მოტკეპნის ღონისძიება განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია მშრალ, გვალვიან პირობებში და ქარისმიერი ეროზიის ზონებში.

საშემოდგომო ნათესებისათვის აუცილებელია საშემოდგომო რწყვა (სადაც არსებობს ამის პირობები).

ნათესის მოვლა

სარეველებთან ბრძოლა მოსავლიანობის მეტად მნიშვნელოვანი და ეფექტიანი ღონისძიებაა. სარეველების წინააღმდეგ ჰერბიციდს ასხურებენ ხორბლის ბარტყობის ფაზაში, მაშინ, როცა ჰაერის ტემპერატურა მიაღწევს 16-18°ჩ-ს.

ჰერბიციდთან ერთად ეფექტიანია მიკროელემენტების შემცველი სასუქების (ორგანიკა 5 ლ/ ჰა; ნუტრივანტი ან კრისტალონი 2-3 ლ/ჰა) შესხურება. ეს სასუქები ზრდის ჰერბიციდების მოქმედების ეფექტს, მცენარეს უხსნის ჰერბიციდით გამოწვეულ სტრესს და ახდენს მცენარის ფოთლოვან გამოკვებას მიკროელემენტებით.

შემოდგომაზე ნათესში ბარტყობის გასაძლიერებლად და ზამთარგამძლეობის გასაზრდელად ნუტრივანტის ან ამინოკატის შეტანა ხდება. გაზაფხულზე ნათესის სწრაფი გამოჯანსაღებისა და ზრდა-განვითარების დაჩქარების მიზნით, მიმართავენ ჯეჯილის საგაზაფხულო გამოკვებას უმთავრესად აზოტოვანი სასუქებით.

სასუქის შეტანასთან ერთად, გაზაფხულზე ხორბლის ჯეჯილი შეიძლება მსუბუქი კბილებიანი ფარცხით დაიფარცხოს. თანამედროვე ტექნოლოგიით მაღალი მოსავლის მისაღებად ეფექტიანი ღონისძიებაა ფოთლიდან კვება.

პირობების გათვალისწინებით, გამოკვება შესაძლოა ჩატარდეს 3-5-ჯერ ნუტრივანტით, ამინოკატით და კრისტალონით. მოსავლის დაცვის მიზნით დაავადების და მავნებლის პირველი სიმპტომების გამოჩენისთანავე საჭიროა შესაბამისი პესტიციდების გამოყენება.

მოსავლის აღება

მოსავლის აღება მეტად საპასუხისმგებლოა და მისი გაჭიანურება ყოვლად დაუშვებელია, რადგან აღების დაგვიანება იწვევს არა მარტო მოსავლის შემცირებას, არამედ მარცვლის ხარისხის გაუარესებასაც.

გამოლეწილი მარცვალი გადაიტანება კალოზე — ღია ფარდულის ქვეშ, სადაც ხდება მარცვლის საბოლოო გაშრობა ისე, რომ მარცვლის ტენიანობა 13-14%-ს არ აღემატებოდეს. შემდეგ მარცვალი სათანადო აგრეგატით გაიწმინდება და დახარისხდება.

საშემოდგომო ხორბლის სამეურნეო მნიშვნელობა

საშემოდგომო ხორბლი გამოირჩევა მაღალი მოსავლიანობით, მისი მარცვალი გამოიყენება არა მარტო პურის გამოსაცხობად, არამედ პურ-ბურღულეულის, მაკარონის და საკონდიტრო ნაწარმის მოსამზადებლად. ხორბლისაგან ღებულობენ სახამებელს, სპირტს, დექსტრინს, წებოს, ქატოს და სხვა. ხორბლის ქატო გამოიყენება, პირუტყვის საკვებად, ხოლო ნამჯა უხემ საკვებად და საფენად.

ხორბლის მარცვალი მნიშვნელოვანი რაოდენობით შეიცავს სახამებელს, ცილას, ცხიმს, შაქარს, უჯრედანას და ნაცრის ელემენტებს. მცირე რაოდენობით ფოსფატიდებს, ვიტამინებს, ფერმენტებს და სხვ. მარცვლისა და პურფუნთუშეულის ხარისხისა და კვებითი ღირებულების შეფასებისათვის მეტად დიდი მნიშვნელობა აქვს ცილებისა და ამინომჟავების და წებოგვარას შემცველობას. რაც მეტია მათი რაოდენობა მით მეტია ხორბლისა და მისგან დამზადებული პროდუქციის ხარისხი.

ყველაზე მეტი მნიშვნელობა აქვს შეუცვლელი ამინომჟავების ოპტიმალური რაოდენობით შემცველობას, რომლებიც მხოლოდ მცენარეში წარმოიქმნებიან და ადამიანისა და ცხოველთა ორგანიზმში არ სინთეზირდებიან ესენია: ვალინი, ლეიცინი, იზოლეიცინი, ტრეონინი, მეთიონინი, ჰისტიდინი, ლიზინი, ტრიპტოფანი, ფენილანილინი, რომელთა სიმცირე იწვევს ნივთიერებათა ცვლის დარღვევას და მძიმე დაავადებებს.

საშემოდგომო ხორბლის მოთხოვნილება გარემო და კვების პირობების მიმართ

საშემოდგომო ხორბალი ძირითადად თბილზამთრიან რაიონებში მოჰყავთ. მისი თესლის გაღივება იწყება 1-20 გრადუს ტემპერატურაზე, მაგრამ აღმოცენებისა და ნორმალური ზრდა-განვითარებისათვის საჭიროა 12-15 გრადუსი .

ხორბლის ბარტყობა ნორმალურად მიმდინარეობს 8-10გრადუსზე პირობებში, ხოლო 3-4 გრადუსზე წყვეტს ვეგეტაციას. მასზე უარყოფითად მოქმედებს დღეღამური ტემპერატურის მკვეთრი რყევა, დღისით პლიუს 5-10 და ღამით – 10 გრადუსამდე.

უთოვლო ზამთარში დამღუპველია – 16-18 გრადუსი, ხოლო 20 სმ თოვლის ქვეშ – 30 გრადუსი. ნორმალურ პირობებში მოთავსებული ხორბლის თესლის გაღივებისათვის საჭიროა ოთხი ფაქტორი: სითბოს, სინათლის, ჰაერაციის და ტენის ერთობლივი მოქმედება, რომელთა გავლენით ენდოსპერმში არსებული საკვები ნივთიერებები იშლება, გადადის ხსნად მდგომარეობაში და ხმარდება აღმონაცენის განვითარებას.

ხორბალი გაღივება – აღმოცენებისათვის საჭიროებს თესლის წონის 50% წყალს, კიდევ უფრო იზრდება ტენზე მოთხოვნილება ბარტყობის , აღერების, მარცვლის ჩასახვისა და დამსხვილების პერიოდში. ტენის სიმცირე აფერხებს ამ პროცესებს, რადგან შემცირებულია საკვები ელემენტების შესვლა მცენარეში. ეს კულტურა ცუდად იტანს გვალვას.

გაგრძელება მე-5 გვ. -ზე

საშემოდგომო ხორბლის მოყვანა

დასაწყისი მე-4 გვ.-ზე

საშემოდგომო ხორბალი გრძელი დღის მცენარეა. ის ინვითარებს ფუნჯა ფესვთა სისტემას, რომლებიც მიწისზედა ღეროს ნასკვიდან გამოდიან და ნიადაგში ყველა მიმართულებით ვრცელდებიან. ფესვების მთავარი მასა (70-75%) სახნავ ფენაშია განლაგებული, ნაწილი ფესვებისა კი ღრმად ჩადის ნიადაგში, თითქმის 0,5-1 მეტრამდე.

ფესვები ზრდა-განვითარებას აგრძელებენ მარცვლის რძისებრ სიმწიფემდე

დაზამთრებამდე საშემოდგომო ხორბალი კარგად უნდა დაფესვიანდეს და განივითაროს როგორც პირველადი ისე მეორადი ფესვები და 10-15 სმ სიმაღლის მწვანე მასა, რისთვისაც ის თხოულობს ტენისა და საკვები ელემენტების მნიშვნელოვან რაოდენობას. მათი სიმცირის შემთხვევაში, მცენარე ძალზე სუსტად ვითარდება და ვერ აღწევს ნორმალურ პარამეტრებს. სიჭარბის დროს, განსაკუთრებით აზოტის, მძლავრად იზრდება, ინვითარებს ნაზ ღეროსა და ფოთლებს, რის გამოც ზამთარში ყინვისაგან ზიანდება. აქედან გამომდინარე კვების პირობების რეგულირებას დიდი მნიშვნელობა აქვს ხორბლის განვითარების საწყის ეტაპზეც.

მიუხედავად იმისა, რომ ხორბალს გააჩნია ფუნჯა ფესვთა სისტემა, მარცვლეულთა შორის ყველაზე მაღალ მოთხოვნილებას აყენებს ნიადაგის სინოყივრის მიმართ, რაც განპირობებულია მის მიერ საკვები ელემენტების შეთვისების დაბალი უნარით.

აზოტისადმი მოთხოვნილების კრიტიკული პერიოდია ბარტყობის ფაზა, რომელიც იწყება შემოდგომაზე და ძირითადად გაზაფხულზე მიმდინარეობს. აზოტის დეფიციტი განსაკუთრებით შესამჩნევია გაზაფხულზე, რადგან ამ პერიოდში შეფერხებულია მიკროორგანიზმთა ცხოველმყოფელობა და ორგანული შენაერთების მინერალიზაცია სუსტად მიმდინარეობს, რის გამოც ნიადაგში შეინიშნება აზოტის მოძრავი შენაერთების დეფიციტი.

ხორბალი დიდ მოთხოვნილებას აყენებს ნიადაგის სინოყივრის მიმართ, ის მაღალ მოსავალს იძლევა, მხოლოდ საკვები ელემენტებით მდიდარ შავიწებზე, აგრეთვე ალუვიურ და ყომრალ ნიადაგებზე. მისი ნორმალური განვითარებისათვის საჭიროა ნიადაგს ჰქონდეს ნეიტრალური ან სუსტმჟავე არეს რეაქცია, ე. ი. მისთვის ოპტიმალურია 6-7 პ.

ცუდად ხარობს მჟავე ნიადაგებზე. ამ კულტურის მოსაყვანად არ გამოდგება ჭაობიანი, ტორფიანი, დამლაშებული, მძიმე თიხნარი და ძლიერ გაეწერებული ნიადაგები.

ორგანული სასუქების და ძირითადი საკვები ელემენტების ნორმები ხორბლის კულტურისათვის

მინერალური და ორგანული სასუქების ოპტიმალური ნორმების შეტანას ძალზე დიდი მნიშვნელობა აქვს საშემოდგომო ხორბლის მაღალი და ხარისხიანი მოსავლის მისაღებად.

ხორბლის სხვადასხვა ჯიშები არაერთნაირად რეაგირებენ მინერალური კვების გაუმჯობესებაზე, რაც განპირობებულია მათი მაღალი პოტენციური შესაძლებლობებით და ჩაწოლის მიმართ გამძლეობით, ამასთან მაღალმოსავლიანი ჯიშები მოითხოვენ სასუქების უფრო მაღალ ნორმებს.

საშემოდგომო ხორბლისათვის ორგანული სასუქების ოპტიმალურ ნორმა შეადგენს 20-30 ტ ჰა-ზე, ტენიან და სარწყავ პირობებში ის უფრო მაღალ ეფექტს იძლევა, ამიტომ მის ნორმას ადიდებენ 30-40 ტონამდე. უფრო მაღალი ნორმების შეტანა გაუმართლებელია როგორც ეკონომიკური, ისე აგრონომიული თვალსაზრისით, ვინაიდან სხვაობა მოსავლის მატებაში მცირეა, მათ გადაზიდვაზე და შეტანაზე გაწეული ხარჯები იმდენად დიდდება, რომ ვერ ნაზღაურდება მიღებული მოსავლის ნამატით. ამასთან ერთად მცირდება ჯეჯილის გამოზამთრების უნარიც. მშრალ და გვალვიან რაიონებში ნაკელის ნორმა უნდა შემცირდეს 15-20 ტ/ჰა-მდე.

ხორბლის კულტურის ქვეშ სასუქების ნორმების დაზუსტებისას მხედველობაში უნდა იქნეს მიღებული შემდეგი:

სარწყავი წყლით მაღალი უზრუნველყოფის რაიონებში, ასევე მაღალი აგროტექნიკის პირობებში სასუქების ნორმები შეიძლება გადიდებული იქნეს.

ნაკელით განოყიერების შემთხვევაში, აზოტიანი სასუქის ნორმა შეიძლება განახევრდეს, ფოსფორისა და კალიუმის უცვლელი დარჩეს.

ჩაწოლისადმი მიდრეკილების მქონე ჯიშების მოყვანისას, აზოტიანი სასუქების დაბალი ნორმები უნდას იქნეს გამოყენებული. ჩაწოლისადმი გამძლე ჯიშების ქვეშ უფრო მაღალი ნორმები.

დამლაშებულ ნიადაგებზე მარტო მინერალური სასუქების შეტანა არ არის მიზანშეწონილი. ასეთ ნიადაგებზე უმჯობესია მარტო ნაკელის სრული ნორმით შეტანა ან ნაკელისა (20 ტ ჰა) და აზოტის ნახევარი ნორმების შეტანა. ფოსფორიანი სასუქი გამოყენებული უნდა იქნეს ორმაგი ნორმით, ხოლო კალიუმიანი სასუქის შეტანა საჭირო არ არის.

თესვის დროს კომპლექსურ სასუქებთან ერთად აზოტის შეტანისას მისი ნორმა საშუალოდ 30 % უნდა შემცირდეს.

ხორბლის კულტურის ქვეშ შესატანი ორგანული და მინერალური სასუქების ფორმები, შეტანის ხერხები, წესები, ვადები და ტექნიკა

საქართველოში ხორბალი ორგანული და მინერალური სასუქების გამოყენების გარეშე მინიმალურ 8-12 ც მარცვალს იძლევა. ამასთან ერთად ძალზე დაბალი და არასტანდარტულია მიღებული მოსავლის ხარისხი და ხშირ შემთხვევაში მისგან დამზადებული ფქვილი გამოუსადეგია პურის გამოსაცხობად, რადგან ცუდად იზილება, წყალდება, თავს ვერ იჭერს, არ ფუვდება და გულს ვერ იცხობს ნორმალურად.

ზემოთთქმულიდან გამომდინარე, განოყიერების გარეშე შეუძლებელია ხორბლის ნორმალური და ხარისხიანი მოსავლის მიღება.

საქართველოში საშემოდგომო ხორბალს თესენ როგორც სუფთა ანეულზე, ისე მრავალწლიანი ბალახებით მოთესილ ანეულზე და არასაანეულო წინამორბედი კულტურების შემდეგ, როგორიც არის სასილოსე სიმინდი, ქერი და სხვა საშემოდგომო კულტურები, რაც უნდა გავითვალისწინოთ განოყიერების სისტემის შედგენისას.

საშემოდგომო ხორბალის გასანოყიერებლად სასუქები შეიტანება თესვამდე, თესვის დროს მწკრივში და აღმოცენების შემდეგ. განოყიერების პირველ ხერხს ძირითადი ეწოდება, მეორეს მწკრიული ანუ თესვის დროს განოყიერება, ხოლო მესამეს დამატებითი გამოკვება.

ძირითადი განოყიერება

ძირითადი განოყიერების ამოცანას შეადგენს ხორბლის უზრუნველყოფა საჭირო საკვები ელემენტებით მთელი სავეგეტაციო პერიოდის განმავლობაში. ამ პერიოდში შეტანილ სასუქებს ხორბალი იყენებს გვიან ფაზებში, როდესაც მათი ფესვები აღწევენ სასუქების ჩაკეთების სიღრმემდე. სასუქების გამოყენება ძირითადი განოყიერებაში წარმოებს მზრალად ხვნის წინ და ხვნის დროს ხდება მათი ჩაკეთება ნიადაგში.

სასუქების თესვისწინა კულტივაციის, აოშვის ან დაფარცხვის წინ, ზედა ფენებში შეტანა ამცირებს მათ ეფექტს, რადგან ვერ ხერხდება მათი მთელ სახნავი ფენის სიღრმეში გადანაწილება, რის გამოც ხორბლის ფესვთა სისტემის უფრო ღრმად განვითარების შემდეგ იჩაგრება რომელიმე საკვები ელემენტის სიმცირის გამო. რაც თავის მხრივ მცენარის ზრდა-განვითრებაზეც აისახება.

ხორბლის ძირითად განოყიერებაში გამოიყენება ორგანული სასუქები, ფოსფორის ნორმის 80-90 % და კალიუმის მთელი ნორმა. ორგანული სასუქებიდან საუკეთესოდ ითვლება ნაკელი და ტორფკომპოსტები, რომელთა ნორმაც 20-40 ტ შეადგენს ჰა-ზე. ისინი 2,5-8,5 ც ზრდიან მარცვლის მოსავალს და უფრო მაღალ ანაზღაურებას იძლევიან საშემოდგომო ხორბლის ქვეშ ვიდრე საგაზაფხულო კულტურების ქვეშ.

კიდევ უფრო უკეთეს შედეგს იძლევა 7-10 ტონა ბიოჰუმუსის გამოყენება, მაგრამ მისი მარაგი იმდენად მცირეა, რომ ბოსტნეული კულტურებისათვის საჭირო რაოდენობის დამზადებაც ძლივს ხერხდება.

უშუალოდ ხორბლის კულტურის ქვეშ ორგანული სასუქების გამოყენებას აწარმოებენ მხოლოდ დაბალი ნაყოფიერების მქონე ნიადაგებზე, სადაც ისინი ყველაზე მაღალ ეფექტს იძლევიან. სხვა შემთხვევაში მათ შეტანას ერიდებიან განსაკუთრებით სარწყავებზე, რადგან იწვევენ მცენარის აჩოყებულ ზრდას, ნაზი მწვანე ორგანოების წარმოქმნას და ყანის ჩაწოლას.

ამ შემთხვევაში ნაკელის შეტანა უმჯობესია წინამორბედი, მაგალითად სათოხი კულტურების ქვეშ. მისი შემდგომქმედება გრძელდება 3-4 წელი. ხშირად მეურნეობაში არსებული ნაკელის დეფიციტი მისი სრული ნორმის შეტანის საშუალებას არ იძლევა. ამ შემთხვევაში მოსავალი რომ არ შემცირდეს საჭიროა ნაკელის ნორმის განახევრება და მის ნაცვლად მინერალური სასუქების გამოყენება.

ნაკელი ასეთ პირობებშიც თითქმის ყოველწლიურად ადიდებს მინერალური სასუქების ეფექტს. კარგად გაკულტურებულ ნიადაგზე შესაძლებელია 5-10 და მეტი წლის განმავლობაში ნაკელი მთლიანად შეიცვალოს მინერალური სასუქით ისე, რომ მოსავლის დონე და მარცვლის ხარისხი არ შეიცვალოს. შედარებით დაბალი ნაყოფიერების მქონე ნიადაგებზე კი მარტო მინერალური სასუქების შეტანისას თანდათან მცირდება მათი ეფექტურობა, რაც კიდევ უფრო შესამჩნევია ხორბლის მონოკულტურაში მოყვანისას.

ყველა ტიპის ნიადაგზე საუკეთესო შედეგი მიიღება მინერალური და ორგანული სასუქების ერთობლივი გამოყენებისას, რადგან ისინი ავსებენ ერთმანეთის უარყოფით მხარეებს და ზრდიან ერთმანეთის ეფექტურობას.

დაუშვებელია ნაკელის მაღალი ნორმების შეტანით გატაცებაც, რადგან მკვეთრად დიდდება ნიადაგში აზოტის შემცველობა, რაც აპირობებს მძლავრი განვითარების მქონე მეტად ნაზი მწვანე მასის მიღებას, რითაც მცირდება მცენარის ზამთარ და ჩაწოლისადმი გამძლეობა.

გვალვიან პირობებში ნაკელის მაღალი ნორმები ხორბლის განვითარების საწყის ეტაპზე იწვევს ძლიერ ზრდას, რაც ადიდებს ტენის ხარჯს. რითაც მკვეთრად აუარესებს შემდგომში ამ კულტურის ზრდა-განვითარებას, ზოგჯერ კი შესაძლებელია ნათესის დაღუპვა გამოიწვიოს.

საქართველოს სარწყავი მიწათმოქმედების ზონაში სადაც შეუძლებელია ხორბლის კულტურის ქვეშ ნაკელის შეტანა, იმისათვის, რომ არ დაეცეს ნიადაგის ნაყოფიერება, არ გაუარესდეს მისი თვისებები და არ შემცირდეს სასუქების ეფექტურობა, კარგ შედეგს იძლევა ნაწვერალზე სიდერატების ცულისპირას, ბარდას, ცერცველას თესვა.

გამოკვლევებით დადგენილია, რომ 146 ც ცულისპირას მწვანე მასის ჩახვნით 30% იზრდება საშემოდგომო ხორბლის მოსავალი. ამ კულტურის ქვეშ ნაკელისა და კომპოსტების ნორმები იცვლება სიდერატების მწვანე მასის მოსავლის დონის შესაბამისად. სიდერატების სუსტად განვითარებისას, როცა მათი მოსავალი 8 ტონაზე ნაკლებია ჰექტარზე, მაშინ ორგანული სასუქები შეიტანება სრული ნორმით. საშუალო განვითარებისას (8-12 ტ/ჰა მწვანე მასა) 0,5 ნორმით, ხოლო თუ 15ტ/ჰა მეტია – ორგანული სასუქების შეტანა საჭირო არ არის.

საჭიროების შემთხვევაში ანალოგიურად შეიძლება შემცირდეს მინერალური სასუქების ნორმებიც. სიდერატების თესვას განსაკუთრებული მნიშვნელობა ენიჭება ფერდობებზე, როგორც ეროზიისა და სარეველების საწინააღმდეგო ღონისძიებას. ისინი ამდიდრებენ ნიადაგს ორგანული ნივთიერებებით, აზოტით და ნიადაგის ღრმა ფენებიდან ფესვთა სისტემის მიერ ზედა ფენებში გადმონაცვლებული საკვები ელემენტებით, რითაც თანდათან ზრდიან მის ნაყოფიერებას.

განსაკუთრებული ყურადღება უნდა მიექცეს ძირითადი ხვნის წინ ფოსფორიანი სასუქების – სუპერფოსფატისა და ორმაგი სუპერფოსფატის შეტანას და ჩაკეთებას. გაზაფხულზე თესვისწინა კულტივაციის დროს ამ სასუქების გამოყენებისას ბევრად ნაკლებ ეფექტი მიიღება, ვინაიდან ვერ ხერხდება მათი სახნავი ფენის 10-20 სმ სიღრმეში ჩაკეთება, სადაც ძირითადად ვრცელდება ხორბლის ფესვთა სისტემა, ამიტომ მიღებული ეფექტი ძალზე მცირეა.

კარგად დამუშავებულ ანეულზე ფოსფორიანი სასუქებით მიღებული შედეგი თითქმის უახლოვდება ნაკელის ეფექტს. ეს სასუქები განსაკუთრებით მაღალ ეფექტს იძლევიან კახეთის მოძრავი ფოსფორით ღარიბ შავმიწა ნიადაგებზე, სადაც 10 – 15 ც ადიდებენ მარცვლის მოსავალს, რაც აიხსნება ფოსფორის დადებითი გავლენით ბარტყობის ფაზაზე, 1000 მარცვლის წონაზე, თავთავში მარცვლების საერთო რაოდენობაზე, თავთავების რიცხვზე და სიგრძეზე. ფოსფორიანი სასუქები მაღალ ეფექტს იძლევიან მოძრავი ფოსფორით ღარიბ ყავისფერ ნიადაგებზეც.

ხორბლის ქვეშ ძირითად განოყიერებაში კალიუმიანი სასუქების-კალიუმის ქლორიდისა და 40% კალიუმის მარილის სრული ნორმა მაშინ გამოიყენება, თუ თესვის დროს გათვალისწინებული არ არის რთული სასუქების ნიტროფოსკას ან ნიტროამოოსკას შეტანა. მათი გამოყენება აუცილებელია იმ შემთხვევაშიც თუ მარცლოვნები ითესებიან ისეთი წინამორბედების შემდეგ როგორიც არიან, საკვები და შაქრის ჭარხალი, სიმინდი და მზესუმზირა, რომელთაც დიდი რაოდენობით კალიუმი გამოაქვთ ნიადაგიდან.

კალიუმიანი სასუქებიდან მიღებული შედეგი დამოკიდებულია ნიადაგში მისი გაცვლითი ფორმის შემცველობაზე. მიუხედავად იმისა, რომ კალიუმით ღარიბი ნიადაგები ძალზე იშვიათად გვხვდება და კალიუმიანი სასუქები ხორბლის მოსავლის შესამჩნევ გადიდებას ვერ იწვევენ, მაინც საჭიროა ამ კულტურის ქვეშ კალიუმიანი სასუქის ოპტიმალური ნორმის შეტანა, რათა თავიდან ავიცილოთ ნიადაგის თანდათან გაღარიბება. წინამორბედი კულტურის ქვეშ ნაკელის შეტანისას ხორბლის მოთხოვნილება კალიუმზე კლებულობს.

ძირითად განოყიერებაში შემოდგომით თესვისწინა კულტივაციის დროს შეიტანება აზოტიანი სასუქის ნორმის 1/3 30-40 კგ . მისი გამოყენება აუცილებლია იმის გამო, რომ ამ პერიოდში მიკროორგანიზმთა ცხოველმყოფელობა ძალზე შეზღუდულია და აზოტის მოძრავი შენაერთების ძალზე მცირე რაოდენობა მოიპოვება ნიადაგში, რის გამოც აღმოცენებისა და ბარტყობის ფაზაში ხორბლის ზრდა-განვითარება ძალზე შეფერხებულად მიმდინარეობს და ვერ აღწევს ნორმალურ სიმაღლეს.

თესვისწინა კულტივაციის დროს შესატანი აზოტის ნორმის დადგენა, აგრეთვე თესვის ვადისა და აზოტიანი სასუქის შეტანის ვადის ზუსტად განსაზღვრას საჭიროა დიდი სიფრთხილით მოვეკიდოთ. ვინაიდან ნაადრევი თესვისას და აზოტის მაღალი დოზის შეტანისას, ხორბალი შემოდგომითვე ინვითარებს მძლავრ და მეტად ნაზ მიწისზედა ორგანოებს, ამთავრებს ბარტყობის ფაზას და იწყებს ღეროს ზრდის წერტილის გადასვლას თავთავის ჩანასახის ფორმირებაზე, რაზეც იხარჯება დიდი რაოდენობით საკვები ნივთიერებები, განსაკუთრებით ნახშირწყლები, რის გამოც საგრძნობლად მცირდება უჯრედის ქსოვილის ოსმოსური წნევა და შესაბამისად მცენარის ზამთარგამძლეობა, რაც იწვევს დიდი რაოდენობით მცენარეების დაღუპვას ზამთარში.

აღნიშნულის თავიდან ასაცილებლად საჭიროა ხორბლის თესვის ვადასთან ერთად, აზოტიანი სასუქის შეტანის ვადის და დოზის ისეთნაირად რეგულირება, რომ ჯეჯილის სიმაღლემ 10-15 სმ არ გადაჭარბოს და მცენარეთა მხოლოდ 10-15 % შევიდეს ბარტყობის ფაზაში.

ხორბლის კულტურის გასანოყიერებლად აზოტიანი სასუქებიდან გამოიყენება ამონიუმის გვარჯილა, შარდოვანა და ამონიუმის სულფატი, რომლებიც განსაკუთრებით მაღალ ეფექტს იძლევიან აზოტით ღარიბ ნიადაგებზე. აგრეთვე იმ შემთხვევაში როცა წინამორბედი კულტურების აღებიდან თესვამდე, მცირე პერიოდი რჩება და ნიადაგში ვერ გროვდება საკმარისი რაოდენობით მინერალური აზოტი. თუმცა მათი მაღალი ეფექტურობა შეინიშნება მაღალი ნაყოფიერების მქონე შავმიწა ნიადაგებზეც.

თესვისწინა კულტივაციის დროს ხორბლის გასანოყიერებლად შეიძლება შეტანილი იქნეს აგრეთვე კოპლექსური სასუქების ამოფოსის. დიამოფოსის, ნიტროფოსის, ნიტროამოფოსის, ნიტროფოსკას და დიამონიუმფოსკას ნაწილი, ნიადაგში საკვები ელემენტების შემცველობისა და მცენარეთა მოთხოვნილების დონის გათვალისწინებით.

თუ ნიადაგში ფოსფორის შემცველობა დაბალია, ხოლო კალიუმის – მაღალი და კალიუმიანი სასუქების შეტანა საჭირო არ არის, უმჯობესია გამოყენებულ იქნეს ამოფოსი, რომელიც შეიცავს 11 % აზოტს და 50 % ფოსფორს; ასევე დიამოფოსი 19 % აზოტს და 49 % ფოსფორს. თუ აზოტის და ფოსფორის ერთნაირი ნორმით გამოყენება არის საჭირო, მაშინ შეიტანება ნიტროფოსი – (22 % აზოტი და 22 % ფოსფორი) ან ნიტროამოფოსი (23 %აზოტი და 23 % ფოსფორი).

თუ სამივე საკვები ელემენტის ერთნაირი რაოდენობით შეტანაა გათვალისწინებული, მაშინ გამოიყენება ნიტროამოფოსკა (11-16 % აზოტი, 11-16 % ფოსფორი, 11-16 % კალიუმი და დიამონიტროფოსკა 17 % აზოტი, 17 % ფოსფორი და 17 % კალიუმი. თუ წინა წლებში ხორბლის მოყვანისას შემჩნეული იქნა რომელიმე მიკროელემენტის სიმცირე ან დეფიციტი, შემდგომ წლებში აუცილებელია ნიადაგში მიკროსასუქების გამოყენება. ბორი შეიტანება 2კგ სუფთა ნივთიერების სახით, ანუ 12 კგ ბორისმჟავა, თუთია 3,0-6,0 კგ ანუ13-26 კგ თუთიის სულფატი, მანგანუმი 6,0 კგ ანუ 50 კგ მანგანუმის შლამი, სპილენძი 2-3 კგ რაოდენობით ანუ 8-11 კგ სპილენძის სულფატი ან 400-600 კგ პირიტის ნამწვი.

თესვის დროს განოყიერება

თესვის დროს განოყიერების მიზანია ხორბლის აღმონაცენის უზრუნველყოფა შესათვისებელი საკვები ელემენტებით აღმოცენებიდან ფესვთა სისტემის განვითარებამდე. ამ პერიოდში ფესვთა სისტემა ძალზე სუსტია და აღმონაცენი ხშირად იჩაგრება ამა თუ იმ საკვები ელემენტის სიმცირით, განსაკუთრებით ფოსფორის დეფიციტის გამო. ამოტომ საჭიროა ფოსფორით კვების გაუმჯობესება, რისთვისაც თესვის დროს სუპერფოსფატი შეიტანება 10-15 კგ 205 ანგარიშით ჰა-ზე. უფრო მაღალი დოზის შეტანისას სასუქის ანაზღაურება მოსავლის ერთეულზე მნიშვნელოვნად მცირდება. კომბინირებული სათესით თესვისას სასუქი 1-2 სმ უფრო ღრმად უნდა იქნეს ჩაკეთებული ნიადაგში ვიდრე თესლი.

მარცვლისებრი სუპერფოსფატის შეტანა შეიძლება ჩვეულებრივი სათესითაც, მაგრამ მანამდე ის აუცილებლად უნდა გაიცრას მტვერის მოსაცილებლად. დაუშვებელია მისი იაროვიზებულ თესლთან ერთად შეტანა, რადგან ეს ღონისძიება ამცირებს გაღივების უნარს.

სუპერფოსფატისა და თესლის შერევა უნდა მოხდეს უშუალოდ თესვის წინ, ამასთან დასათესი თესლისა და სასუქის გრანულის ზომა დაახლოებით ერთნაიერი უნდა იყოს. თესვის დროს სუპერფოსფატის შეტანით 1,5-3,5 ც-ით იზრდება ხორბლის მოსავალი. თუ ხორბალი მოყავთ აზოტის, ფოსფორის და კალიუმის დაბალი შემცველობის ან ერთნაირი მოთხოვნილების მქონე ნიადაგებზე, მაშინ კარგ შედეგს იძლევა კომპლექსური სასუქების ნიტროფოსკას ან ნიტროამოფოსკას გამოყენება, ხოლო როცა აზოტზე და ფოსფორზე მოთხოვნილება ერთნაირია, მაშინ ნიტროფოსი ან ნიტროამოფოსი.

კომპლექსური სასუქების შესატანი ნორმები შეიძლება შეადგენდეს 10 10 10 ან 15 1515. მათი უფრო მაღალი ნორმების გამოყენებისას ეცემა ანაზღაურება ყოველ კგ სასუქზე, ამასთან ერთად იზრდება ნიადაგის ხსნარის კონცენტრაცია, რაც ამცირებს თესლის აღმოცენების უნარს თესვის დროს აზოტიანი სასუქები კარგ შედეგს იძლევიან მხოლოდ იმ შემთხვევაში თუ თესლბრუნვაში არ მონაწილეობენ პარკოსანი მცენარეები და ნიადაგი გაღარიბებულია აზოტით. კალიუმიანი სასუქების თესვის დროს შეტანა პრაქტიკულად არ მოქმედებს ხორბლის მოსავლის გადიდებაზე.

გაგრძელება მე-6 გვ. -ზე

განცხადება

2017 წლის 20 ოქტომბერს, 14 საათზე, ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის ადმინისტრაციულ შენობაში (მისამართი: ქ. ყვარელი, კუდიგორის ქუჩა №1) გაიმართება მდ. ავანისხევზე მშენებარე ავანიჰესის პროექტში შეტანილი ცვლილებების (ჰესის სააგრეგატო შენობის ადგილმდებარეობის ცვლილება) გარემოზე ზემოქმედების შეფასების ანგარიშის საჯარო განხილვა.

საქმიანობაში შეტანილი ცვლილება ითვალისწინებს ავანიჰესის სააგრეგატო შენობის გადატანას ძველი ადგილიდან ხეობის შედარებით ზედა ნიშნულზე (ამ ეტაპზე სააგრეგატო შენობის მშენებლობა არ დაწყებულა და ძველი სამშენებლო უბანი ხელუხლებელია).

საზოგადოების წარმომადგენლებს დაგეგმილ საქმიანობასთან დაკავშირებული დოკუმენტაციის გაცნობის საშუალება ექნებათ შემდეგ მისამართებზე:

ყვარლის მუნიციპალიტეტის გამგეობის შენობაში – ქ. ყვარელი, კუდიგორის ქუჩა №1;

შპს „გამა კონსალტინგი“-ს ოფისში – ქ. თბილისი, გურამიშვილის გამზირი №17ა. ტელ: 2 60 15 27.

გთხოვთ, წერილობითი შენიშვნები და კომენტარები მიაწოდოთ ქვემოთ მითითებულ პირებს:

გიორგი ბჟალავა. ტელ: 595287560; E-mail: goga@gamma.ge;

საზოგადოებას საკუთარი მოსაზრებების წარმოდგენა შეუძლია განცხადების გამოქვეყნებიდან 45 დღის ვადაში.

შპს „ენერგო ინვესტი“-ს ადმინისტრაცია

გზად მიმავალ თაიგულიან ბავშვებს მადლიერებისა და ქების სიტყვებით მიგვაცილებდა მოსახლეობა

„ჩემო დიდო მთებო, ღმერთის
სამყოფელნო!
თქვენ დაიფარეთ დედა საქართველო!“
დავით ელიზბარაშვილი

იმ დღეს არდადეგებისათვის უჩვეულო ფუსფუსი გვქონდა პოლკოვნიკ დავით ელიზბარაშვილის სახელობის შილდის პირველი საჯარო სკოლის ეზოში (დირექტორი ზაირა არევაძე). ბავშვები 2008 წლის საქართველოს ერთიანობისათვის ბრძოლაში 11 აგვისტოს გმირულად დაღუპულ პოლკოვნიკ დავით ელიზბარაშვილის საფლავზე გასასვლელად ვემზადებოდით, რათა სათანადო პატივი მიგვეგო თანასოფლელი გმირისათვის, რომლის სახელსაც ატარებს ჩვენი სკოლა.

გზადმიმავალ თაიგულიან ბავშვებს მადლიერებისა და ქების სიტყვებით მიგვაცილებდა მოსახლეობა.

და აი, დათოს საფლავიც... საიდანაც შვილს მონატრებული დედის გოდება ისმოდა... ჩვენც, თვალზე ცრემლმორეულებმა, დავანთეთ სანთლები და მარიამ კევლიშვილმა კიდევ ერთხელ გაახსენა იქ დამსწრეთ გმირის ბიოგრაფია. დედამ, ანა ახალკაცმა, ახლობელმა ნინო აღნიაშვილმა და მისმა ქართული ენისა და ლიტერატურის მასწავლებელმა ლუიზა დავითაშვილმა, გაიხსენეს დათოს ცხოვრების საინტერესო ეპიზოდები. ჩვენ კი გმირის ლექსები წავიკითხეთ და სამომავლო პროექტიც იქვე დაგვგეგმეთ. და ბოლოს, ფიცივით გაისმა ჩვენს მიერ ნათქვამი დათოს ლექსის ეს სტრიქონები:

„არ მეშინია, სიკვდილის და ბოროტი სულის,
მხოლოდ ღმერთის და საქართველოს გულში
მაქვს რიდი!“

დიახ, აქ, გმირის საფლავზე, ესტაფეტასავით მივიღეთ მომავალმა თაობამ სამშობლოსათვის თავდადების მარადიული გრძნობა.

ღმერთს ვთხოვთ, ნათელში ამყოფოს სამშობლოსათვის თავდადებული ყველა გმირის სული!

ამინ!

ელენე ცისკარიშვილი,
პოლკოვნიკ დავით ელიზბარაშვილის სახელობის შილდის პირველი საჯარო სკოლის VIII კლასის მოსწავლე

საშემოდგომო ხორბლის მოყვანა

დასაწყისი მე-4 გვ.-ზე

დამატებითი განოყიერება ანუ გამოკვება

გამოკვების მიზანია ხორბლის უზრუნველყოფა საკვები ელემენტებით მათდამი მაქსიმალური მოთხოვნილების პერიოდში, თუმცა ამ მეთოდით ხორბლის კვების პირობების გაუმჯობესება შეიძლება ზრდა-განვითარების ყველა ფაზაში. საშემოდგომო ხორბლის ადრე გაზაფხულზე აზოტიანი სასუქით გამოკვება მისი მოსავლიანობის გადიდების ერთერთი მძლავრი საშუალებაა. 30 კგ აზოტით გამოკვება საშუალოდ 3,0 ც ზრდის ხორბლის მოსავლის ნამატს.

ფოსფორკალიუმიანი სასუქები ან არ იძლევიან ეფექტს, ან მათგან მიღებული შედეგი ვერ ფარავს სასუქების გამოყენებაზე გაწეულ დანახარჯებს. გამოკვებაში შეტანილი სუპერფოსფატის 1კგ 205 ანაზღაურება 3-4 ჯერ დაბალია თესვის დროს გამოყენებასთან შედარებით.

გაზაფხულზე საშემოდგომო კულტურების აზოტით გამოკვების მაღალი ეფექტურობა განპირობებულია იმით, რომ შემოდგომა ზამთრის პერიოდში წვიმისა და თოვლის დნობით წარმოშობილი წყლით, აზოტის თითქმის მთელი რაოდენობა ჩაირეცხება ფესვთა სისტემის განვითარების ზონიდან, ხოლო მისი დაგროვების პროცესი დაბალი ტემპერატურის გავლენით მიკროორგანიზმთა ცხოველმყოფელობის ძლიერი შეფერხების გამო ძალზე სუსტად მიმდინარეობს.

ამიტომ გაზაფხულზე თოვლის საფარის გადნობისთანავე ვეგეტაციის დასაწყისშივე, როცა ნიადაგი შეშრება და ძლიერ აღარ იტკეპნება აუცილებელია ჯეჯილის პირველი გამოკვების ჩატარება. მისი განხორციელება შეიძლება ჩვეულებრივ სასუქის მომბნევი აპარატით, თანმიყოლებული დაფარცხვით. ნიადაგში ჩაკეთების გარეშე სასუქის დატოვებისას მკვეთრად იზრდება აზოტის აქროლებითი დანაკარგები.

პირველ გამოკვებაში შეიტანება აზოტის სრული ნორმის 1/3 ანუ 30-40 კგ . ჯეჯილის აზოტით გამოკვება წარმოებს ძალზე შემჭიდროებულ ვადებში. გამოკვების დაგვიანებით ჩატარებით საგრძნობლად მცირდება სასუქიდან მიღებული ეფექტი, ვინაიდან ტემპერატურის მომატებასთან ერთად ძლიერდება მიკროორგანიზმების მიერ ნიადაგის აზოტის მობილიზაცია.

დაუშვებელია გამოკვების ჩატარება თოვლის საფარზე, რადგან ჯერ ერთი მისგან მიიღება დაბალი ეფექტი, ამასთან ერთად დიდია აზოტის არაპროდუქტიული დანაკარგი, როგორც აქროლებით ისე ჩარეცხვით.

საშემოდგომო კულტურების აზოტით დროულად გამოკვება აძლიერებს მის ზრდა-განვითარებას და ხელსაყრელ პირობებს ქმნის წყლის, ნიადაგისა და სასუქებით შეტანილი საკვები ელემენტების უკეთ გამოყენებისათვის. დაგვიანებული გამოკვება ნაკლებეფექტურია და ტექნიკურადაც ძნელად განსახორციელებელია რადგან დაბარტყებული მაღალი ჯეჯილით მთლიანად არის დაფარული ნიადაგის ზედაპირი, მისი დაფარცხვა და ამ გზით სასუქის ნიადაგში ჩაკეთება არ შეიძლება, რადგან დიდი რაოდენობით მცენარეები ამოიგლიჯება და ზიანდება.

საშემოდგომო ხორბლის აზოტით გამოკვების შედეგად მიღებული მოსავლის ნამატი უფრო მაღალია ნაყოფიერ, ნაკელითა და მინერალური სასუქებით განოყიერებულ ნიადაგებზე, ვიდრე დაბალი ნაყოფიერების მქონე ნიადაგებზე.

საშემოდგომო მარცვლეული კულტურების გამოკვებისათვის აზოტიანი სასუქებიდან გამოიყენება ამონიუმის გვარჯილა და შარდოვანა. ამონიუმის გვარჯილის ამონიუმი შთაინთქმება ნიადაგის მიერ და თანდათან გამოიყენება მცენარის მიერ, ნიტრატული აზოტის წრაფად გადაადგილდება სარწყავი და წვიმის წყლით და სცილდება ფესვთა სისტემის ცხოველმყოფელობის არეს.

შარდოვანას გამოყენების დროს მისი ამონიფიკაციისათვის და მცენარის მიერ მისი აზოტის გამოყენებისათვის საჭიროა გარკვეული დრო. ამასთან ერთად, ადგილი აქვს ამიაკის 10% რაოდენობით აქროლებით დანაკარგს.

დამატებითი გამოკვებისათვის ძირითადად იყენებენ მინერალურ სასუქებს. კარგ შედეგს იძლევა ზოგიერთი სწრაფმომქმედი ორგანული სასუქების ფრინველის ნაკელის 5-10 ც/ჰა, წუწუხის 12-15 ტ/ჰა და გადამწვარი ნაკელის 5-10 ტ/ჰა გამოყენება.

საშემოდგომო ხორბლის მარცვლის ხარისხობრივ მაჩვენებლებზე დადებითად მოქმედებს აზოტით ფესვგარეშე გამოკვება აღერების, მასობრივი ყვავილობის ან რძისებრი სიმწიფის ფაზაში. სწორედ ამ პერიოდში აწარმოებენ აზოტიანი სასუქით მეორე გამოკვებას ავიაციის გამოყენებით 20-30% შარდოვანას ხსნარით, რომლის საექტარო ხარჯი შეადგენს 200-250 ლ/ ჰა-ზე.

მართალია ამ შემთხვევაში მოსავალი არ იზრდება, მაგრამ მარცვალში ცილების შემცველობა 0,5-2,0 % მატულობს. დასაშვებია შარდოვანას 40 % ხსნარით გამოკვებაც, რომელიც არ იწვევს ფოთლების დაწვას, მაშინ როცა ამონიუმის გვარჯილის 2-5 % ხსნარების გამოყენებისას შეინიშნება ფოთლების დაწვა, შარდოვანა მცენარის აზოტით უზრუნველყოფასთან ერთდ წარმოადგენს ბიოლოგიურად აქტიურ ნივთიერებას. ის აძლიერებს ფოტოსინთეზის პროცესს, აჩქარებს ცილების დაშლას და ხელს უწყობს ფოთლებიდან თავთავში აზოტოვანი ნივთიერებების გადანაცვლებას.

თხევადი აზოტიანი სასუქებით გამოკვება უფრო მაღალ ეფექტს იძლევა ვიდრე მყარი სასუქებით. ის უმჯობესია ჩატარდეს ღრუბლიან ამინდში, დილით ადრე ან საღამოს საათებში. თუ გამოკვების შემდეგ მოვა წვიმა მისგან მიღებული ეფექტი მკვეთრად მცირდება. დამატებითი გამოკვებისათვის ძირითადად იყენებენ მინერალურ სასუქებს.

მოამზადა
ია გიგიაშვილმა

თუ მარტო ყოფნა გიყვართ, თქვენ განსაკუთრებული ადამიანი ხართ – 7 თვისება, რომლებიც სხვებისგან გამოგარჩევთ

არიან ადამიანები, რომლებიც გაცილებით კარგად გრძნობენ თავს მარტო, ვიდრე ბევრი ადამიანის გარემოცვაში.გეტყვით, რომ თქვენ განსაკუთრებულები ხართ და გახასიათებთ ისეთი თვისებები, რომლებიც სხვებს არ აქვთ:

1. ხართ კარგი მსმენელები - მარტო ყოფნა გაძლევთ ფიქრის შესაძლებლობას და დროს. ყალიბდებიან კარგ მსმენელებად და სხვების მოსმენით სიამოვნებასაც კი იღებთ. ამით სიამოვნებასაც კი იღებენ.

2. ხართ დამოუკიდებლები - როდესაც დროს მარტო ატარებთ, ეყრდნობით მთლიანად საკუთარ თავს, დამოკიდებული ხართ მხოლოდ საკუთარ თავზე. ენდობით თქვენს გადაწყვეტილებებს და ეს უფრო ძლიერ პიროვნებად გაყალიბებთ.

3. ხართ ყურადღებიანები და დეტალებზე ორიენტირებულები - მარტივად ამჩნევთ განსხვავებულს, დეტალებს. აკვირდებით გარშემო ყველაფერს და თქვენს თვალს არაფერი გამოეპარება.

4. ხართ კარგი მკვლევარები - მარტო ყოფნა გაძლევთ საშუალებას შეისწავლოთ და შეიცნოთ ბევრი რამ. კარგი მკვლევარისთვის მარტო ყოფნა აუცილებელიც კია.

5. იცით საკუთარი გრძნობების შესახებ, კარგად იცნობთ საკუთარ თავს - როდესაც დიდ დროს მარტო ატარებ, შენ შესანიშნავად იცი საკუთარი ემოციებისა და გრძნობების შესახებ. რა თქმა უნდა იცი უარყოფითი, ნეგატიური ფიქრების შესახებაც და მარტო ყოფნა გაძლევს საშუალებას, რომ განდევნო ისინი.

6. არ ხართ მოსაწყენები - ხართ საინტერესო თანამოსაუბრები და არ ხართ ყალბები. არ საუბრობთ თემებზე, რომლებიც თქვენთვის არაფრის მომცემია. არ გიყვართ ჭორაობა.

7. გსიამოვნებთ მხოლოდ ერთ, ან ორ ნამდვილ მეგობართან ერთად ყოფნა - საათების გატარებას ადამიანების დიდ ჯგუფთან ერთად, ამჯობინებთ მხოლოდ ერთი, ან ორი ადამიანის გარემოცვაში იყოთ, რა თქმა უნდა, ნამდვილ მეგობრებზე ვსაუბრობთ.

25 ფაქტი ქალის სხეულის შესახებ, რომელიც თავად ქალებმაც არ იცია

ეს სამეცნიერო ფაქტები ნათელს ჰფენს ქალის ხასიათის თავისებურებებს...

1. ქალის თმის დიამეტრი ორჯერ ნაკლებია, ვიდრე მამაკაცის.
2. ქალის გული მამაკაცისაზე სწრაფად ძგერს.
3. ქალი წამწამებს მამაკაცზე ორჯერ სწრაფად ახამხამებს.
4. ქალის მამაკაცზე მიჯაჭვულობა ორჯერ მეტია, ვიდრე მამაკაცისა ქალზე. ეს გამოწვეულია ოქსიტოცინის მაღალი დონით.
5. ქალი მამაკაცზე ნელა წვავს კალორიებს – დაახლოებით, 50 კალორიას დღეში.
6. ქალებს გაცილებით ძლიერი იმუნიტეტი აქვთ.
7. ქალის ტვინში ნერვიული დაბოლოებების დამაკავშირებელი ქსოვილი უფრო სქელია, ვიდრე მამაკაცისაში, ამიტომ ქალები პრობლემებს უკეთ უმკლავდებიან.
8. ქალს ენაზე გემოს გაცილებით მეტი რეცეპტორი აქვს, ვიდრე მამაკაცს.
9. ესტროგენის გამო, რომელიც ანთებით პროცესებს ბლოკავს, ქალს ტკივილის მეტი რეცეპტორი აქვს და ტკივილის ატანა მამაკაცზე უკეთ შეუძლია.
10. ქალს უკეთ შეუძლია ფერების გარჩევა, რადგან ეს პირდაპირ კავშირშია ხ ქრომოსომასთან.
11. ქალის კანი 10-ჯერ უფრო მგრძნობიარეა, ვიდრე მამაკაცის.
12. ქალის მკერდი არ შეიცავს კუნთოვან ქსოვილებს.
13. ქალის კუნთებსა და მყესებში მეტი ელასტინია, ვიდრე კოლაგენი, ამიტომ ქალი გაცილებით მოქნილია.
14. ქალი მამაკაცზე უკეთ არჩევს მაღალი სიხშირის ხმებს.
15. ქალის ტვინის ელექტრული აქტივობა ძილში მხოლოდ 10%-ით მცირდება, ამიტომ ქალს გაცილებით ფხიზელი ძილი აქვს.
16. ქალის მეტყველებაზე პასუხისმგებელი ტვინის ორი ცენტრია, ამიტომ ქალს შეუძლია, დღეში 8000 სიტყვა წარმოთქვას. მამაკაცებში ეს მაჩვენებელი ორჯერ ნაკლებია.
17. სუნის შეგრძნება ქალს გაცილებით უკეთ აქვს განვითარებული, ვიდრე მამაკაცს.
18. ქალების 80%-ს მკერდის ერთი მხარე (როგორც წესი, მარცხენა) მეორეზე დიდი აქვს.
19. ქალს კარგად აქვს განვითარებული „პერიფერიული მხედველობა“, მამაკაცს კი – უფრო „გვირაბული“.
20. ქალის მკერდი რეაგირებს ტემპერატურის ცვალებადობაზე. სიცხეში ის გაცილებით რბილი ხდება, ძუძუს კერტები კი ზომაში იმატებს.
21. ქალს ორგაზმის მისაღწევად 10-დან 20 წუთამდე სჭირდება, მამაკაცს კი ამისთვის 4 წუთიც ჰყოფნის.
22. ქალის ყელი გაცილებით მოძრავია, ამიტომ, როცა მას ეძახით, თავს აბრუნებს. მამაკაცი კი, ჩვეულებრივ, მთელი ტანით ბრუნდება.
23. ორი X ქრომოსომის წყალობით ქალს ქრონიკული დაავადებები ნაკლებად აწუხებს.
24. ქალი წელინადში, საშუალოდ, 30-64-ჯერ ტირის. მამაკაცი – მხოლოდ 6-17-ჯერ.
25. ჰორმონების – პროგესტერონის, კორტიზოლისა და ესტრადიოლის მომატებული დონე (განსაკუთრებით ოვულაციის დროს) ქალებში შფოთის გრძნობას აძლიერებს. ამიტომ საფრთხის მოახლოებას ქალის ინტუიცია მამაკაცისაზე უკეთ გრძნობს.

მეცნიერები და ექიმები გვაფრთხილებენ, გვირჩევენ, გვთავაზობენ!

რა დაავადებები იწვევს უძილობას, როგორ დავძლიოთ ის და რატომ უნდა ვეროდოთ საძილე პრეპარატებს

ალბათ, ხშირად გსმენიათ ფრაზა: „თავი მისკდება, მთელი ღამე თვალი არ მომიხუჭავს“. უძილობასთან ბრძოლის უამრავი საშუალება არსებობს: თბილი აბაზანა ძილის წინ, თვალდახუჭული თვლა, – თუმცა ეს მეთოდები ყველას როდი შველის. როგორ დავძლიოთ ჩვენი დროის ეს მტკივნეული პრობლემა? ამ კითხვაზე ნევროლოგი ლია ივანიძე გვიპასუხებს:

– თუ ადამიანი რამდენიმე დღის განმავლობაში დაწოლიდან 15-20 წუთის შემდეგ ვერ იძინებს, მიიჩნევა, რომ ძილის დარღვევა აქვს. უძილობა ხალხს ძველადაც ანუხებდა, მაგრამ თანამედროვე საზოგადოებისთვის ის უდიდეს პრობლემად იქცა.

უძილობას მრავალი ფაქტორი იწვევს, უპირველეს ყოვლისა ნერვული სტრესი, ცხოვრების დაძაბული რიტმი, მედიის საშუალებით მიღებული, უმეტესად ნეგატიური, ინფორმაციის დიდი ნაკადი...

მედიცინაში უძილობას ასე განმარტავენ: ეს არის ღამის ძილის ხანგრძლივობის შემცირება, დაძინების გაძნელება, ზერელე, წყვეტილი ძილი და ნაადრევი გაღვიძება (ზოგჯერ – დილით გაღვიძების გაძნელება). ამას ხშირად დაერთვის მოუსვენრობა, მომეტებული აგზნებადობა და სხვა.

უძილობისას მცირდება ღრმა ძილის პერიოდი, ირღვევა ურთიერთობა ძილის სიზმრებიან და უსიზმრო ფაზებს შორის.

უძილობას სხვადასხვა დაავადებაც იწვევს, უმთავრესად – ნევროზი, ფსიქოზი, ტვინის ორგანული დაავადება (ნეიროინფექცია, თავის ტვინის ღეროს ანთებითი, სისხლძარღვოვანი, ტრავმული დაზიანება), გულ-სისხლძარღვთა ზოგიერთი დაავადება, აგრეთვე – ისეთი სომატური დაავადებები, რომელთა ესა თუ ის გამოვლინება (ქოშინი, ხველა, ტკივილი, კუჭის აშლილობა და სხვა) ხელს უშლის თავის ტვინის ძილის მარეგულირებელი მექანიზმის ძილში დროულ ჩართვას.

ჯანმრთელ ადამიანს ძილი შეიძლება დაურღვიოს ფიზიკურმა ან ფსიქოლოგიურმა გადაღლამ, ძლიერმა განცდებმა.

თუ უძილობა რომელიმე დაავადებით არის განპირობებული, პირველ რიგში, ამ დაავადებასთან ბრძოლაა საჭირო, თუმცა ნერვული სისტემის დამამშვიდებელ საშუალებას მედიკოსები ასეთ შემთხვევაშიც უნიშნავენ.

– როგორ დავაღწიოთ თავი უძილობას?

– როდესაც ადამიანი წვება და საათობით ვერ იძინებს, უფრო მეტად ღიზიანდება, ამიტომ ჩემი რჩევა ასეთია: თუ არ გეძინებათ, დასაძინებლად ნუ დაწვებით.

– მაგრამ თუ უკვე გვიანია?

– აქამდე საქმე არ უნდა მივიყვანოთ. თუ ეს ათასში ერთხელ ხდება, საშიში არ არის, მაგრამ თუ უძილობა ჩვევად გვექცა და ვიცით, რომ დაწოლა არ გვიშველის, წინასწარ უნდა ვიღონოთ რამე.

– სედატიური (საძილე) საშუალებების მიღებას გულისხმობთ?..

– სედატიური საშუალება ექიმმა უნდა დანიშნოს ანამნეზისა და სიმპტომების საფუძველზე. ამასთანავე, აუცილებლად უნდა დაიცვათ სათანადო დოზა. ბევრი სედატიური საშუალება თავდაპირველად დაწყებითი დოზით ინიშნება, შემდეგ დოზა იზრდება, კურსის განსაზღვრულ ეტაპზე კი ისევ იკლებს.

ამ მეთოდს იმიტომ მიმართავენ, რომ საძილე პრეპარატებმა შეჩვევა იცის – მათ გარეშე ვეღარ დაიძინებთ. დოზების რეგულირებაში ექიმი დაგეხმარებათ. სამწუხაროდ, უმეტესობა ნაცნობმეგობრების რჩევით იღებს ასეთ პრეპარატებს, რაც სახიფათოა.

– შედარებით მსუბუქი დამამშვიდებელი საშუალებების, მაგალითად, ვალოსედის, ვალერიანის წვეთების მიღება უექიმოდაც ხომ შეიძლება?

– ასეთი საშუალებები ყველა ოჯახშია და ანოტაციაში მითითებული დოზით მათი მიღება უვნებელია, მაგრამ თუ ადამიანს ძილი სერიოზულად აქვს დარღვეული, ეს წამლები ვერ უშველის. მოდი, დროებით თავი დავანებოთ მედიკამენტებს.

ექიმი გვირჩევს

გაიხსენეთ, ქართველი გლეხკაცი თუ შეუწუხებია ოდესმე უძილობას? ჯაფით დაღლილი, ბალიშზე თავის დადებისთანავე ღრმა ძილს ეძლეოდა. აქედან გამომდინარე, უძილობის უებარი წამალია შრომა, მაგრამ არა გონებრივი, არამედ ფიზიკური.

– თუ საფიქრალი არ გვაძინებს?

– ყოველ დღეს თავისი პრობლემები ახლავს და, როგორც წესი, მთელი დღის საზრუნავი ძილის წინ გონებაში ვიდეოჩანაწერივით გაირბენს ხოლმე, მაგრამ ეცადეთ, ამ დროს უფრო სასიამოვნო რამეზე იფიქროთ, გაიხსენოთ სასიამოვნო მოვლენები და მშვიდად დაგეძინებათ.

ძილის წინ დაღლამდე იარეთ სუფთა ჰაერზე. დაწოლის წინ ნუ მიირთმევთ მძიმე საკვებს, ნუ დალევთ კოფეინის შემცველ სასმელს – ყავას, მაგარ ჩაის, ნუ უყურებთ „საშინელებათა“ ფილმებს და, საერთოდ, 12 საათის შემდეგ ტელევიზორთან და კომპიუტერთან ნუ იჯდებით. თუ არ დაგეძინებათ, უმჯობესია, წიგნი წაიკითხოთ. გარდა ამისა, ეცადეთ, დილით ადრე გაიღვიძოთ და მაშინვე წამოდგეთ.

უძილობას ხშირად სიცხეც იწვევს. ამ შემთხვევაში უნდა შევარჩიოთ ისეთი ადგილი, სადაც სუსტი ნიავი მაინც უბერავს, კონდიციონერისა და გამაგრილებლის ახლოს დაძინებას კი არ გირჩევთ – შესაძლოა გაცივდეთ და თქვენს პრობლემებს სასუნთქი გზების დაავადებაც დაერთოს.

ლიკა კერატიშვილი

შავი ქლიავის ჩირის 7 საოცარი უნარი

საახალწლო სუფრა შავი ქლიავის ჩირის გარეშე ვერ წარმომიდგენია. ამ სტატიაში გაგაცნობთ ჩირის 7 საოცარ უნარს, რომელიც ბაზარში/მაღაზიაში წასვლას და მის შეძენას მოგანდომებთ.

1. გემრიელი სასუსნაო, რომელიც გახდომაში გეხმარებათ

შავი ქლიავის ჩირი არა მარტო გემრიელი სასუსნაო, არამედ ორგანიზმის მკვებავი და გამაჯანსაღებელია საშუალებაა. დავიწყოთ იქიდან რომ მისი 87% წყალია, სწორედ ამიტომ შავი ქლიავის მიღება თქვენს ფიგურას საფრთხეს არ უქმნის. აღსანიშნავია, რომ მას თანამედროვე დიეტებში ხშირად იყენებენ, ვინაიდან საჭმლის მონელებას ხელს უწყობს, საკვები ადვილად გაიწოვება და სხეულის სხვადახვა ნაწილში ცხიმის სახით არ გროვდება.

2. ანემიის პრევენცია

შავი ქლიავი სავსეა ვიტამინებით: B1, B2, PP, C, A, ასევე ისეთი მინერალებით როგორიცაა: ნატრიუმი, კალიუმი, ფოსფორი და რკინა. სწორედ ამიტომ ექიმები ანემიის დროს პაციენტს სწორედ შავი ქლიავის ჩირს უნიშნავენ. თუ გსურთ რომ ანემიისგან თავი დაიცვათ, რეგულარულად მიირთვით შავი ქლიავის ჩირი.

3. სასარგებლო შაქარი, რომელიც ენერგიად გარდაიქმნება

შავ ქლიავში შაქრის რამდენიმე სახეობაა: ფრუქტოზა, გლუკოზა და საქაროზა. შეიცავს ვაშლისა და ლიმონის მჟავებსაც. გასაკვირი არ არის, რომ ის ენერგეტიკული საშუალებაა და ძალებით გავსებთ.

4. შეაჩერეთ ტკივილი და თავი დაიცავით ბუასილისგან

თუ პერიოდულად მუცლის ტკივილი გაწუხებთ ყოველ დღე 5-6 ცალი შავი ქლიავის ჩირი მიირთვით. ეს ჩვევა ბუასილისგანაც დაგიცავთ, ვინაიდან დეფეკაციის პროცესს ამარტივებს და სწორი ნაწლავი არ გაგიღიზიანდებათ.

5. ანტიბაქტერიული საშუალება

ექიმები გვარწმუნებენ, რომ შავი ქლიავი არაფრით ჩამოუვარდება ანტიბაქტერიულ მედიკამენტებს. ზამთარი ვირუსების გააქტიურების სეზონია, თუ გსურთ რომ სუსხიანი დღეები ჯანმრთელად გაატაროთ, აუცილებლად მიირთვით ჩირი.

6. გულს დაზიანებისგან იცავს

მართალია, გულის მანკს ვერ განკურნავს, მაგრამ ჯანმრთელ გულს ფუნქციონირებაში ნამდვილად დაეხმარება. ამას გარდა შავი ქლიავის ჩირი კვებავს ღვიძლსა და თირკმელებს. ა ვიტამინის დახმარებით, გიუმჯობესდებათ მხედველობაც.

7. აშორებს „მაზოლებს“

თუ „მაზოლები“ გაწუხებთ, ერთი მუჭა ჩირი ჩახარშეთ ნახევარ ლიტრა რძეში. დაასველეთ ბამბა და წაისვით მაზოლებზე. შემდეგ ზემოდან დაილაგეთ მოხარშული ჩირი და დაელოდეთ მის გაშრობას. იმისთვის რომ შედეგი დაინახოთ, პროცედურა რამდენჯერმე უნდა გაიმეოროთ.

ანემია, დიაბეტი, შიდსი და სხვა დაავადებები, რომლებზეც პირის ღრუ მიგანიშნებთ – აი, როგორ შეამოწმოთ

გაეცანით დაავადებათა ჩამონათვალს და მათ სიმპტომებს:

სიფილისი: ადრეულ სტადიაზე სოფილისი პირის ღრუში ანთებით პროცესებს იწვევს. გვიან სტადიაზე კი პირის ღრუში ჩნდება წყლული, გამონაყარი და ჭრილობები.

ლეიკემია: უმრავლეს შემთხვევაში ამ დროს ღრძილები სივდება, საიდანაც შესაძლოა სპონტანურად დაიწყოს სისხლდენა.

ბულემია: ასეთ დროს ხშირია ღებინება, რის შედეგადად ზიანდება ლორწოვანი გარსი.

ანემია: ანემიის შედეგად ენა ხდება გლუვი და კარგავს ჩვეულ სიწითლეს.

ადამიანის პაპილომავირუსი: საშვილოსნოს ვირუსის სიმპტომები პირის ღრუშიც ვლინდება – წარმოიქმნება პაპილომები, რასაც მიხედვა სჭირდება, რათა სიმსივნეში არ გადაიზარდოს.

აუტოიმუნური დაავადებები: ეს შესაძლოა პირში გახსნილი ჭრილობებითა და საერთო დისკომფორტით გამოვლინდეს.

დიაბეტი: როცა დიაბეტიანი ადამიანის ორგანიზმში არ გამომუშავდება საკმარისი რაოდენობის გლუკოზა, პირის ღრუდან გამოიყოფა ტკბილი ხილის მსგავსი სურნელი.

პერიფერიული ციროზი: პირის ღრუს ლორწოვანი გარსი შესაძლოა ყვითელი ან მწვანე შეფერილობის გახდეს.

შიდსი: შიდსით დაავადებულებს დაქვეითებული იმუნიტეტის გამო, ახასიათებთ: ღრძილების ანთება, კანდიდოზი, ვერტიკალური ზოლები ენაზე, პირის ღრუს ანთება ლორწოვან გარსზე, ენაზე, ღრძილებსა და ტუჩებზე.

ანა გარელი

ნივრის 80%, რომელიც მაღაზიებში იყიდება ჩინურია – არც იფიქროთ მისი შეძენა

მსოფლიო ბაზრებში ნივრის 80% ჩინეთიდაა. ამ მცენარის თავი შეღებილია ქლორით, რაც მას ბუნებრიობას სძენს, მის შემადგენლობაში შედის მეთილის ბრომიდი, ტყვია და სულფატი.

მსგავსი ნივრის გამოყენებით, თავს საფრთხეში იგდებთ, რადგან სიმსივნის წარმოქმნის პროვოცირებას იწვევს, აზიანებს სასუნთქ გზებსა და ცენტრალურ ნერვულ სისტემას.

საბედნიეროდ არსებობს ხერხი, რომლის მეშვეობითაც ჩინური ნიორის ამოცნობა შესაძლებელია.

მაშ ასე, როგორ ამოიცნოთ ნატურალურია, თუ არა ნიორი:

1. აწონეთ ნიორი

ნატურალური ნიორი ჩინეთიდან ჩამოტანილ ნიორზე მძიმეა.

2. გასინჯეთ ნივრის გემო

სახლის ნიორს ბევრად ახლის და ნატურალური გემო აქვს, ვიდრე ჩინურს.

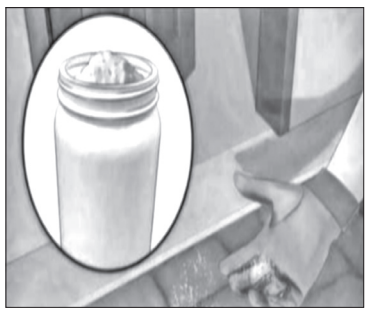
3. შეაფასეთ ნიორი გარეგნულად

ჩინური ნიორი ზედმეტად სუფთაა, მას მოჭრილი აქვს ფესვები.

საუკეთესო რჩევაა – შეიძინოთ ნიორი ადგილობრივ ფერმერებთან ან თავად მოიყვანეთ.

აი, რატომ უნდა დაყაროთ მარილი კარებთან! მიზეზი გაგაოცებთ! ეს უნდა იცოდეთ!

თქვენ შეიძლება უცნაურად მოგეჩვენოთ, მარილი უძველესი დროიდან გამოიყენება, როგორც დეზინფექციისა და გამწმენდი საშუალება. მისი საშუალებით, სხვადასხვა ნივთების გაწმენდასა და დეზინტოქსიკაციას შეძლებთ. გარდა ამისა, იგი საკამოდ იაფია. ბევრ მაღაზიაში იყიდება საწმენდი საშუალებები, მაგრამ ისინი ქიმიკატებს შეიცავენ, რაც ჯანმრთელობისთვის მავნებელია.



უფრო დეტალურად რისთვის შეგიძლიათ გამოიყენოთ მარილი:

1. მწერებისაგან დაცვა – თუ გსურთ, რომ ფანჯრებს, კარებებსა და გარდერობს მწერები აღარ მიეკარონ, ამ ადგილებში მარილი დაყარეთ. იგი ასევე შეამცირებს სინესტეს თქვენს სახლში;

2. ვერცხლის, თითბერის (ლატუნის) და სპილენძის ნივთების გასაწმენდად – ეს მეტალები ბუნებრივ შეფერილობას კარგავენ, თუ მათ პერიოდულად არ წმენდთ. შეურიეთ ერთმენეთს ვაშლის ძმარი და მარილი, ეს საშუალება ნებისმიერ ლაქასა და ჭუჭყს ამოიყვანს მეტალიდან;

3. კანალიზაციის გაწმენდა – ცოტაოდენი მარილი გახსენით ადუღებულ წყალში, ჩაასხით აბაზანისა და სამზარეულოს ნიჟარებში. მარილი გაიტანს დაგროვილ ცხიმსა და ჭუჭყს, რაც მილების გაჭედვას თავიდან აგაცილებთ;

4. გაწმინდეთ ავტომობილისა და სახლის მინები – 2 სუფრის კოვზი მარილი გახსენით 3, 5 ლიტრ თბილ წყალში. იგი ეფექტურად მოაშორებს ლაქებს თქვენს მინებს და დიდი ხნის განმავლობაში შეუნარჩუნებს სისუფთავეს;

5.კანის გაახალგაზრდავება – შეურიეთ მარილი ლავანდის ან ზეითუნის ზეთს. წაისვით ეს ნარევი სხეულზე. რამდენიმე წუთი გაიჩერეთ და ჩამოიბანეთ. მარილი თქვენს კანს ახალგაზრდა და ჯანმრთელ იერს შესძენს;

6. აუმჯობესებს რეცხვის ხარისხს – სარეცხ მანქანაში რეცხვის დროს ცოტაოდენი მარილი დაამატეთ, იგი უნარჩუნებს სამოსს პირვანდელ სახეს და ადეზინფიცირებს მას. ეს განსაკუთრებით სასარგებლოა, თუ სარეცხს მზეზე აშრობთ;

7. ფარდებისა და ხალიჩების ფერების აღსადგენად – თუ გსურთ რომ თქვენს ფარდებსა და ხალიჩებს ბუნებრივი ფერი დაუბრუნოთ, მარილიან წყალში ჩაალბეთ ნაჭერი, შემდეგ კი მისი საშუალებით გაწმინდეთ ისინი. ბევრად უფრო ეფექტურია მარილიან წყალში ოდნავ დაალბოთ ჩოთქი და ხალიჩები ისე გაწმინდოთ. ამ საშუალებით მას დაგროვილ ჭუჭყსაც მოაშორებთ და პირვანდელ ფერსაც დაუბრუნებთ.

პრემია „ივერია“ ყვარელში

2 აგვისტოს წმ. ილია მართლის ხსენების დღეს ყვარელმა ძვირფას სტუმრებს უმასპინძლა. ეს გახლდათ „წმინდა ილია მართლის (ჭავჭავაძის) გაზეთ ივერიის სახელობის პროზა-პოეზიის პრემია – „ივერიის“ მორიგი ტური საქართველოს უგვირგვინო მეფის ნააკვნარში. პრემია „ივერია“ – ყველაზე ტოლერანტული ლიტერატურული პროექტი ხორციელდება 2013 წლის 28 ნოემბრიდან საქართველოს კათოლიკოს პატრიარქის უწმინდესისა და უნეტარესის ილია მეორის ლოცვა კურთხევით. მისი მიზანია – ქართული პროზა-პოეზიის, ხატწერის, ხატვისა და ფოტოხელოვნების პოპულარიზაცია, რომელშიც მონაწილეობენ განსაკუთრებული შესაძლებლობების ადამიანები (შშმ პირები), მსჯავრდებულები, სასულიერო მოღვაწენი – პოეტები, მწერლები, ხატმწერები, მხატვრები, ფოტოხელოვანები.

ღონისძიების დაწყებამდე ჭავჭავაძიაანთ ციხე-კოშკთან გაიმართა ილია მართლისადმი მიძღვნილი პარაკლისი, შემდეგ კი ილიას სახელმწიფო მუზეუმის სააქტო დარბაზში შეიკრიბა ინტელიგენცია. სცენაზე ერთმანეთს ენაცვლებოდნენ პოეტები, მწერლები, პოეზიის მოყვარულები...

პროექტის დამფუძნებლმა ნუგზარ ჭიაბერაშვილმა ყვარლელ პოეტებს გადასცა პრემია „ივერია“-ს სიგელები და წმ. ილია მართლის ხატები, ხოლო ილია ჭავჭავაძის სახელმწიფო მუზეუმის დირექტორს თამარ ზურიაშვილს წმ. ილია მართლის სახელმწიფო მუზეუმში უანგარო მოღვაწეობისათვის – სიგელი და 2017 წლის პრემიის ლაურეატის ორდენი.

სტუმრებს შორის იმყოფებოდნენ პოეტები თინათინ მღვდლიაშვილი და დავით არახამია. თინათინ მღვდლიაშვილის ლექსებზე არაერთი ცნობილი ეროვნული სიმღერაა შექმნილი.

ღონისძიებაში აქტიურად იყვნენ ჩართულნი ყვარლის გამგეობისა და საკრებულოს წარმომადგენლობა.

შეხვედრის დასასრულს, ყვარლელი პოეტებისა და სასულიერო პირების თანხლებით სტუმრებმა მოინახულეს ყვარლის ღირსშესანიშნავი ადგილები.

ლია გიგიტაშვილი

ლატვიელ მომღერალთა გუნდმა ყვარლის შემოქმედებით კოლექტივებთან ერთად შთამბეჭდავი კონცერტი ჩაატარა

ყვარელს 12 სექტემბერს ესტუმრა ლატვიის შერეული გუნდი „ლაუდატე ჩარისმატა“, რომელიც დაარსდა 2010 წელს და გუნდი სხვადასხვა პროფესიის ადამიანებს აერთიანებს. ისინი სიმღერით გამოხატავენ თავის დამოკიდებულებას ხელოვნებისადმი. ამ გუნდის მთავარი ამოცანაა – ლატვიელი კომპოზიტორების შემოქმედების პოპულარიზაცია. ხოლო ჩამოსვლის მთავარი მიზანია – დამეგობრება ყვარელში არსებულ შემოქმედებით ჯგუფებთან. გუნდის დირიჟორია იანის მისინში – პროფესიით პედაგოგი, ლექტორი რიგის პედაგოგიკის და განათლების მართვის აკადემიაში,ცეკვისა და სიმღერის კათედრაზე. ორგანიზატორები – თორნიკე მოლაშვილი, მანანა ავაზაშვილი და მაია ხვთისაურიშვილი,ლატვიის მხიდან ლანა ადუკა, რომელიც ყვარელში სოციალურად დაუცველ ბავშვებს ეხმარება, ანუ მან ამ ზაფხულს 12 ბავშვი დაასვენა საკუთარი სახსრებით საზაფხულო ბანაკში.

კონცერტი გაიმართა ილიას მუზეუმში, მონაწილეობას იღებდნენ გუნდი „ლაუდატე ჩარისმატა“, ანსამბლი„ხეურო„ და ტრიო „თოლია“,კონცერტი წარიმართა ორ ენაზე ,ქართულად და რუსულად , წამყვანი მანანა ავაზაშვილი . კონცერტის შემდეგ მუზეუმის ეზოში გაიმართა „პიკნიკი“, სადაც მიწვეულები იყვნენ რაიონის ხელმძღვანელები, კულტურის მუშაკები და შემოქმედებითი ჯგუფები.

მარიამ ავაზაშვილი

გაყალბებული ღვინის ამოცნობის 6 ხერხი, რომელთა გამოყენებაც ყველას შეუძლია

ღვინის გაყალბება ქართული მეღვინეობის ერთ-ერთ უმთავრეს პრობლემას წარმოადგენს, გაყალბებული ღვინის ამოცნობა კი ღვინის მოყვარულებისვის უმნიშვნელოვანესია. გთავაზობთ საერთაშორისო ქიმიური საზოგადოების წევრის, რამაზ გახოკიძის მიერ მოკვლეულ ნაყალბევი ღვინის ამოცნობის რამდენიმე ხერხს, რომელთა გამოყენებაც ნებისმიერ ადამიანს შეუძლია.

1. ღრმა თასი გაავსეთ წყლით, მოათავსეთ ღვინო მცირე ზომის სინჯარაში ან რომელიმე ვიწროყელიან ჭურჭელში. სინჯარას დააფარეთ თითი და ჩადეთ წყალში. შემდეგ მოაცილეთ თითი. სუფთა ღვინო არ უნდა შეერიოს წყალს განსხვავებული სიმკვრივის გამო. სასმელი თუ შეღებავს წყალს, მაშინ იგი ფალსიფიცირებულია.

2. ღვინოს დაამატეთ გლიცერინი (ხუთი/ერთთან თანაფარდობით) და დაელოდეთ ჭიქის ძირზე ნალექის წარმოქმნას. ღვინო თუ ხარისხიანია, ცვლილება არ ხდება, თუ გაყალბებულია, მაშინ გლიცერინი იძენს ყვითელ, წითელ ან იისფერ ელფერს.

3. ბოთლი მკვეთრი მოძრაობით გადაატრიალეთ ყელით ქვევით და პირუკუ. გავხედოთ სინათლეზე. ბევრი ნალექის წარმოქმნა ღვინის ცუდ ხარისხზე მიუთითებს. მაღალი ხარისხის ღვინო, ჩვეულებრივ, შეიცავს მცირე რაოდენობით ღვინის ქვის ნალექს, რომელიც შენჯღრევის შემდეგ სწრაფად ილექება ფსკერზე.

4. ბოთლი შეანჯღრიეთ როგორც ზემოთ არის ნაჩვენები და ღვინო ჩამოასხით ბოკალებში. ყურადღება მიაქციეთ ქაფს. ხარისხიან ღვინოში იგი ცენტრში გროვდება და სწრაფად ქრება. სასმელი თუ ყალბია, მაშინ ქაფი დიდხანს ილექება კედლებზე.

5. ჯამში ჩაყარეთ მცირე რაოდენობით სოდა და დაასხით ჩაის კოვზი წითელი ღვინო. ხარისხიანი ღვინის ფერი შეიცვლება, გამუქდება, რუხი ან მოცისფრო გახდება.

6. ღვინოში ხელოვნური საღებავის აღმოსაჩენად ცარცზე დააწვეთეთ რამდენიმე წვეთი ღვინო და დაყოვნეთ. გაშრობის შემდეგ ლაქა თუ გაუფერულდა, ღვინო ხელოვნურ საღებავებს არ შეიცავს, ხოლო ლაქამ თუ ფერი არ შეიცვალა, მაშინ საღებავებს შეიცავს.

11 კატასტროფა, რომელიც მსოფლიოს 2050 წლისთვის ემუქრება

2050 წლამდე სულ სამი ათწლეულია დარჩენილი. სამყაროს სერიოზული ცვლილებები ელის. მეცნიერებამ და ტექნოლოგიებმა ახლავე უნდა დაიწყონ გამოსავლის ძიება, რომ მომავალში თავიდან ავიცილოთ კატასტროფები.

გამოცემა „ბიზნესინსაიდერი“ იმ კატასტროფებზე წერს, რომელიც 2050 წლისთვის დედამიწის მოსახლეობას ელის.

ქალაქებში მცხოვრების რიცხვი გასამმაგდება

1950 წელს ურბანულ მხარეებში მხოლოდ 750 მილიონი ადამიანი ცხოვრობდა. დღეს ეს რიცხვი 4 მილიარდს უტოლდება. 2050 წლისთვის კი ეს მაჩვენებელი 6.3 მილიარდამდე გაიზრდება.

ჯიშები გადაშენდება

ამჟამად თევზის ბაზრის 87 პროცენტი ექსპლუატირებულია. 2050 წლისთვის თუ ამ ტემპებით გაგრძელდა თევზჭერა, შესაძლოა თევზის საკვები ჯიშები საერთოდ გადაშენდეს.

წვიმის ტყეები ტოტალური განადგურების წინაშე დადგება

ანტიბიოტიკებისადმი გამძლე ბაქტერიები წელიწადში 10 მილიონ ადამიანს იმსხვერპლებს. ამჟამად ინფექციები, რომლებიც აცრებზე აღარ რეაგირებენ, წელიწადში 700 000 ადამიანს კლავს. 2050 წლისთვის

სიკვდილიანობა წელიწადში 10 მილიონს მიაღწევს.

ჰაერის დაბინძურება კრიტიკულ ზღვარს მიაღწევს

OECD-ის ბოლო ანგარიშის თანახმად, ჰაერის დაბინძურებით გამოწვეული დაავადებების შედეგად გარდაცვლილთა რაოდენობა გაიზრდება და ყოველწლიურად 6 მილიონ ადამიანს მიაღწევს. 2050 წლისთვის კი ეს მაჩვენებელი უფრო გაიზრდება.

მსოფლიოს მოსახლეობის ნახევარზე მეტს შესაძლოა წყალთან ადეკვატური წვდომა არ ჰქონდეს

დღესდღეობით მსოფლიოში 1,1 მილიარდ ადამიანს შეზღუდული წვდომა აქვს წყალთან. დედამიწის მოსახლეობის 36% კი — 2,5 მილიარდ ადამიანი იმ ადგილებში ცხოვრობს, სადაც წყლის დეფიციტი აქვთ. წყლის საერთაშორისო ინსტიტუტის კვლევის თანახმად, 2050 წლისთვის 5 მილიარდ ადამიანს წყლის მოპოვება რთულად შეეძლება.

საჭმელად ვარგისი თევზის გადაშენებით მილიონობით ადამიანი შეიძლება საჭმლის გარეშე დარჩეს

პლანეტის დათბობა საკვების წარმოებას 2%-ით შეამცირებს, რაც ნიშნავს, რომ 4 440 000 ტონა საკვები დაიკარგება. ხორბლის, სიმინდისა და ფეტვის გლობალური მოსავალი 2050 წლისთვის 10%-ით შემცირდება. შემცირებული მოსავლის ფონზე გაიზრდება მოთხოვნა, რაც საბოლოოდ ბრინჯისა და სიმინდის ფასების ორჯერ გაზრდას გამოიწვევს. ჯანდაცვის მსოფლიო ორგანიზაციის მონაცემებით, არასრულფასოვანი კვება ბავშვებში გაიზრდება, რაც უარყოფითად აისახება 3,9 მილიონ ბავშვზე მსოფლიოს მასშტაბით.

დემენციით დაავადებულთა რიცხვი გასამმაგდება

2050 წლისთვის გასამმაგდება დემენციით (დაავადება, რომელიც ხასიათდება მეხსიერების და გონებრივი შესაძლებლობების ნაწილობრივი დაკარგვით) დაავადებულთა რიცხვი გასამმაგდება და 36 მილიონიდან 115 მილიონ ადამიანამდე გაიზრდება.

დამანგრეველი ქარიშხლები გახშირდება

ოკეანეისა და ატმოსფეროს ეროვნული ადმინისტრაციის მონაცემებით, 2100 წლისთვის ქარიშხლები 300%-ით უფრო დამანგრეველი იქნება.

ადიდებული წყლის დონემ შესაძლოა მთავარი ქალაქების ახლო ტერიტორიები წალეკოს.

კიბერშეტევები რეკორდულად გაიზრდება

გახშირებული კიბერთავდასხმები დიდ ზარალს მოუტანს სამყაროს. ექსპერტთა მტკიცებით, 2025 წლისთვის კიბერშეტევები რეკორდულ მაჩვენებელს მიაღწევს.

ნავთობი ძალიან გაძვირდება

ენერგორესურსების გაზრდილი მოხმარების ფონზე, შჩ-ის პროგნოზით, 2050 წლისთვის ნავთობზე მოთხოვნა 110 პროცენტით — დღეში 190 მილიონ ბარელამდე გაიზრდება. ასევე გაორმაგდება ენერგიის მოთხოვნა

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