



AZƏRBAYCAN

AZƏRBAYCAN RESPUBLİKASI MİLLİ MƏCLİSİNİN ORQANI

№ 182 (8775) BAZAR, 29 avqust 2021-ci il

Qəzetiñ əsası 1918-ci ildə qoyulmuşdur

www.azerbaijan-news.az

İlham Əliyevin yeni əməkdaşlıq formatı təqdir edilir



İkinci Qarabağ müharibəsindən sonra Conubi Qafqazdakı vəziyyət döyişib və regionun gələcək inkişaf üçün nadir imkanlar yaradıb. Bu imkanlar xüsususunca yeni kommunikasiyaların açılmasına, növliyət döhlizlərinin yaradılmasını şərtləndirir. Region ölkələrinin birgə əməkdaşlığı sayasında həyata keçiriləcək müstərek layihələr olubtə ki, ilk növbədə bölgənin sürəti inkişaf üçün real zəmin yarada bilər.

Yeni reallıqları dəyərləndirən Prezident İlham Əliyev də məhz bu prinsipləri nəzərə alaraq regionda yeni "3+3" əməkdaşlıq formatının yaradılması təklifi ni irəli sürüb. Bu, Azərbaycan, Türkiyə, Rusiya və İran, Gürcüstan, Ermenistan əməkdaşlığını nəzərdə tutan platformadır.

Artıq xeyli müdddətdir ki, Azərbaycan Prezidentinin təklifi geniş müzakirə mövzusuna çevrilir. İqtisadçılar, siyasetçilər də birmənalı olaraq qeyd edirlər ki, bu format ilk növbədə bölgənin gələcəkde təhlükəsizliyini gücləndirə bilər.

**Ermənistan Azərbaycanla
hesablaşarsa...**

Bellidir ki, Azərbaycan məğlub Ermənistan istisna olumlaqqa qonşu ölkələrə her zaman əməkdaşlıqla məraqlı olub və indiyə qədər müxtəlif layi-

hələr həyata keçirib. Ölkəmizin Türkiyə, Rusiya, İran və Gürcüstanla birlikdə reallaşdırıldığı müxtəlif beynəlxalq layihələr ilk növbədə Azərbaycanın iqtisadi qüdrətinin göstəricisidir. Məhz bu layihələr iqtisadiyyatımızın sürəti inkişafında mühüm rol oynayıb.

Prezident İlham Əliyev mühəbədən sonrakı bütün çıxışlarında bəyan edir ki, regionun inkişafına nəmənincə icra edilecek hər bir layihə özündən sonra digər layihənin realaşmasına real zəmin yarada bilər. Ona görə de ilk növbədə Ermenistan Azərbaycanın ərazi bütövlüyünü tanımlı və sülh müqaviləsinə imza atmalıdır. Bələdən təqdirde "3+3" formatı reallaşa bilər. Bu formatın realaşması ilk növbədə Ermenistanın düşdüyü açınacaqlı durumdan qurtuluşu ola bilər.

Prezident İlham Əliyev də vurğulayıb ki, Ermənistan Azərbaycanla hesablaşarsa, yeni formatın yaran-

ması ilə bağlı danışçılar aparmaq olar. Bu gün artıq nikbiniyi sebəb olun digər amil odur ki, qonşu dövlətlər de Azərbaycanla eyni mövqeni bölüşür. Regionun gələcək inkişafı, integrasiya layihələrinin icrası ilə bağlı fikir ayrılığı yoxdur. İlham Əliyev deyir ki, eger təkcə Zəngəzur dehlizine fikir versək, bunun Rusiya, Azərbaycan, Türkiyə, İran, Ermenistan və Gürcüstanın maraqlarına cavab verdiyiNEYDIN ŞAHİD GÖRÜŞMƏ

verdiyi aydın şekilde görə bilerik. Yeni bu dehlizin yaradılması, işe düşməsi ilə Avrasiyanın yeni bir nəqliyyat damarı açılacaq bilər.

Ardı 2-ci səh.

Dövlət onların, onlar dövlətin dayağıdır

Prezident İlham ƏLİYEV: "Bütün Azərbaycan xalqı şəhidlərimizlə, hərbçilərimizlə fəxr edir"

Biri 1890, digəri isə 1152 mənzilindən ibarət olan dağda iki kompleksdə şəhəd aileləri, məharibə öflərləri və Vətən Məhrəbi qəhrəmanları yaşayacaqlar.

Bir neçə gün evvel Abşeron rayonundakı həmin komplekslərdə 300 mənzil sahiblərinə təqdim olundu. Eyni vaxtda məhrəbi ailelərinin 50 avtomobilinə aclarları verildi.

Təqdimolunma mərasimindən sonra İlham Əliyevin və birinci xanım Mehriban Əliyevanın iştirak etməsi şəhid ailelərin üzvlərinin və qazilərin sevincinə sebəb oldu.

Bu, eyni zamanda dövlət baş-

şəhərinin və Mehriban xanım Əliyevanın həmin kateqoriyadan olan insanlarla növbəti səmimi görüşü idti.

Şəhid aileləri və məharibə öflərlərinin sosial təminatı, post-məhrəbi öflərindən təsdiq edilən sosial destək, məşğulluq, mənzil, fərdi ev və avtomobil, həmçinin müasir vətəndaşlıq vətənləri ilə təminatı istiqamətinə deyilən işlər davamlı x-

rəkət daşıyır. Bu istiqamətdə Heydər Əliyev Fondu Əmək Fəaliyyətinin mühüm sosial tərəfdən tərəfdən bireidir. Bu tərəfdən cərçivəsində inddək bir çox sosialyönümlü layihələr həyata keçirilib. Belə ki, 1997-2021-ci illərdə şəhid ailelərinin üzvlərinə 10 min 500 mənzil və fərdi ev təqdim olunub. Prezident İlham Əli-

yevin bu ilin yanvar ayında imzaladığı serəncamlı bəsəhəde yeni programlar təsdiq edilib. 2021-2025-ci illərdə şəhid ailelərinə 11 min mənzil və fərdi evin verilməsi nəzərdə tutulub.

Son 7 ayda 52 min nəfər şəhid ailəsi üzvü və məharibə veterani işlər təmin olunub, 7 min 200 nəfər özünümsəgliliq proqramına, 56 min nəfər

ise içtimai işlərə cəlb edilib. Bu ilin evvəlindən indiyədək 26 min 200 nəfər reabilitasiya vətəndaşları təmin olunub, 2600 nəfər ise reabilitasiya xidmətləri göstərilir. Bu qəbilden olan vətəndaşların orta aylıq eməkhaqqı 2018-2020-ci illərdə 30 faiz, orta aylıq pensiya isə 60 faiz artıb.

Ardı 5-ci səh.

Azərbaycan beynəlxalq birliyin gündəliyində duran qlobal məsələlərə diqqət yetirir

Azərbaycan Prezidenti BMT-nin ölkəmizdəki rezident eləqələndiricisini qəbul edərkən bu vacib məsələni bir daha xatırlatdı

Coxqutluq dönyanın idarə edilməsi həm də mövcud beynəlxalq birləş və təşkilatların tutduğu mövqədən asılıdır. Təbii ki, bir səra məhəlli, regional və beynəlxalq problemlər var ki, onların həlliində həmin nüfuzlu təşkilatlar mühüm rol oynamalıdır. Belə beynəlxalq missiya daşıyan qurumlardan biri də Birleşmiş Millətlər Təşkilatıdır ki, Azərbaycan onunla 29 ildir öməkdədir.

BMT dönyanın inkişaf etmiş ölkələri ilə six əmedəslərə üstünlük verir və müyyən mənada sözü də keçirəlidir. Azərbaycan iştirak etdiyi təşkilatlarında Ermenistanın təcavüzkar siyaseti nəticəsində erazilerinin 20 faiziñ işğaldan sonra (422 sayılı ilk qətnamə Kəlbəcərin işğalı ilə bağlı qəbul edilib) qəbul etdiyi 4 qətnamə ilə tanındı. Açıqlı, Ermenistanın təcavüzkar siyaseti ilə bağlı qəbul edilən həmin qətnamələrin icrasına nail olmadığı üçün Azərbaycan xalqı bu qurumun fəaliyyətindən ciddi narahi qaldı.

Ardı 2-ci səh.



XVI Tokio Yay Paralimpiya Oyunları



Paracüdoçularımız daha 3 qızıl medal qazandılar

Tokioda Yay Paralimpiya Oyunları davam edir. Dünən paracüdo yığmamızın üç təmsilcisi tatami üzərinə çıxıb. "Neftçi İdman Klubu"nun yetirməsi olan hər üç idmançı yarıçı 1/4 finaldan başlayıb və çıxışını qolşəb ilə başa vurub. Sevda Vəliyeva (57 kg), Xanım Hüseynova (63 kg) və Hüseyin Rəhimli (81 kg) bütün rəqiblərinə qalib gollerək Paralimpiya çempionat titulu yiyələnilərlər. Bununla da millimizin aktivindəki medalların sayı 8-ə çatıb. Onlardan 6-sı qızıl, 2-si bürünc mükafatdır.

Ardı 8-ci səh.

Neftçala aydınlığa qovuşur

Rayona
su çəkilişi
davam
edir



Təbətin işini heç kəs tamam-kamal bilmir. Təxminən 15-20 il əvvəl Kür çayının aşb-dəşəraq mərasimə siğmadığı, sahilboyu şəhər və kəndləri, evləri, bağ-bağatları, əkin sahələrini sel sularının necə çöngina aldı, többi folakotu qarşı dövlət soviyyəsində toxiroosalınmaz tödbirlər görüldüyü bu gün də adamların yaxşı yadındadır.

Ardı 5-ci səh.



Seyxüllislam Allahşükür PASAZADƏ:

“Azərbaycan-Gürcüstan dostluğu daimi olacaq”



Avgustun 27-de Qafqaz Müselmanları İdarosinin (QMİ) sedri Seyxüllislam Allahşükür Pasazadə Gürcüstan Dini Məsələlər Agentliyinin sadri Zaza Vaşakmadzənin rəhbərlik etdiyi nümayəndə heyati ilə görüşüb.

AZERTAC xəber verir ki, görüşdə QMİ sedri Azərbaycan ile Gürcüstan arasında əlaqələrin tarixində danışın. Gürcüstən təxələsi qəbul edildi. Qarabağ Zəferimiz həmin ənənəvi şəhər bayramımız olan "Vaqif poeziya günləri"nin bərpasına rəvac verərək sənətəvərlərin, ümumilikdə Azərbaycan xalqının sevinçinə səbhə olub.

Bu il yanvar ayının 5-də Prezident İlham Əliyev Anar Kərimov mədəniyyət naziri təyin olunması ilə əlaqədardı. Videoformatda qəbul edərək deməsi ki, Şuşada Vaqif poeziya günləri bərpa edilməlidir: "Vaqif poeziya günləri ənənəvi olaraq keçirilir. Yadimdır, mən da atamla birlikdə Vaqif poeziya günlərində olmuşam..."

Dövlətimizin başçısı Qarabağın baş təaci Şuşaya ilk mədəniyyət günləri bərpa edərək, işğaldan azad edilən torpaqlarda, bütövlükde müstəqil Azərbaycanda tətentəli həyata qayıdırış rəvac verdi..."

Qarabağda baş tutan bu mədəniyyət bayramlarının ilk carşıçı isə "Xarıbülbül" Müziqi Festivalı oldu. Mayın 12-de Azərbaycanın mədəniyyət paytaxtı Şuşa 29 ilden sonra yene doğmalarını, qonaqlarını qarşılıdı. Uzun fasilədən sonra ilk dəfə keçirilen "Xarıbülbül" Müziqi Festivalı Vətən uğrunda canlarını feda edən şəhidlərimizin ezziz xatirəsinə həsr olundu...

Daha bir tətentəli senet şəlesi isə "Vaqif poeziya günləri"nin yenidən Şuşada keçirilməsi olacaq. Molla Penah Vaqifin bərpa olunan əzəmətli mənzəleyinin qarşısında ecazkar müğəmətinə sədaları, qəlbəri söz çeşməsi kimi çağlayan şairlərimizin şeirləri ihamlanaraq dağlıqlarda-daşlarında eks-səda verərək, dala-dala Tanrı dərgahına ucalacaq...

**Yasəmen MUSAYEVA,
"Azərbaycan"**

Qarabağ xanının veziri olan Molla Penah Vaqifin möhtəşəm məqberəsi açıldı. Bu teşəbbüs Ulu Önder dağlımış, berbad halda olan məzəri ziyan etmişdi. Sonradan Heydər Əliyev nitqlerin birində bəzər məzərin Vaqifə laylıq olmadığını vurğulamışdı. Və 1980-1981-ci illerde Ulu Önder Heydər Əliyevin göstərişi ilə Vaqifin məzəri üstündə möhtəşəm abidə, türbə ucaldırılmışdı.



Dünya olduğu kim?

Ən soyuq və ləzzətli desert



Dünyanın ən qədim desertlərindən sayılan dondurmanın yaşınnı 5000 il-dən çox olduğu təxmini edir. Hələ e.ə. 3000-cı ilde Çinin zəngin evlərinə süfrələrə bula və qarğı qarşırılmış meyva sırələri verilirdi. Receptlər və əsullar güzil saxlanıldır və yalnız eradan avval "Şi - kinq" kitabında - qədim məmələrin ehkamlar topusunda reseptin sıri çıxmışdır.

Dondurma hazırlanması reseptin ne zaman, harada və kim tərəfindən fikirləşib təpilməsi bəlli deyil. Məlum olan tekke budur ki, hecə Makedoniyalı İsgəndərin dövründə meyvelər və giləmeyvələrlə qarda dondurmuşular. Qar getirmədən ötrü dağlara sürətli qəməq üçün xüsusi təlim keçmiş qulları göndərmişdir. Onlar elə sürəti qəməydiyalar ki, qar menzil başına çatdırılana qədər erimesidir.

Məhsul yığımı zamanı soyudulmuş şirələrin istifadəsinə təsvir eden daha bir qədim mənbə İsrail kralı Solomonun məktublarında. Məhsul antik dövr həkimii Hippokrat dondurmanı sağlamlığı möhkəmənəməz üçün tövsiyə edirdi.

Roma imperatoru Neronun (b.e.a. I) sarayında soyudulmuş ve şirinləşdirilmiş şirələrdən geniş istifadə edildi. Onların hazırlanması üçün qar uzaq Alp buzlaqlarından getirildi, qarın üzün müddət saxlanmasının üçün isə geniş tutumlu qar zirzəmləri tikildi.

Dondurma Avropana XIII-XIV. əsrdə yaşaması İtalya soyahı və yazıçısı Marco Polonun sayəsində gelib. O, Cində olarken dondurmani o qədər sevib ki, öz vətəni İtalyanaya qaydırılandığı kulinariyalara onun hazırlanmasına bəzi reseptlərini verdi. XVI əsrdə dondurma Fransanı, da-ha sonra Almanıyanı feth edib.

İlk çubuqlu dondurma

İlk çubuqlu dondurmanın ixtriəsi ABS-da kiçik bir dondurma dükəni işləndən Kristian Nilson olub. O, 1919-cı ilde şokoladla dondurmanı birləşdirərək növ dondurmanın hazırlanması texnologiyasını işlayıb hazırlayıb.

1923-cü ilde isə ona çubuqlu dondurma istehsalı ideyasına görə patent verilib. Beləliklə, dünya "eskimo" dondurmaları ilə tanış olub. "Eskimo"nın amerikalı tərəfindən ixtri edilməsinə baxmayaraq, bu növ dondurmanın istehsalı fransızlar arasında təsdiq edilmişdir. Öyanlar özəsən xəsəs dondurmacıları üstəyləyiblər.

Fransız mənbələrinə əsasən, "eskimo" adı tamamilə te-sadüfən yaranıb. Paris kinoteatrlarından birində eskimosların həyatı barədə film nümayiş etdirilib. O dövrde kinoteatr repertuarı kifayət qədər hallarda deyiləndirilən görə eskimoslar bəzədə filmlər bəzədə deyə dəfə baxan və on iki porsaya şokoladlı dondurma yeyən təməsəcişlərdən biri bu dondurma "eskimo" adlandırılıb. Bundan sonra həmin dondurma "eskimo" adlandırılmağa başlanılıb.

Baliqli, pomidorlu, sarımsaqlı, istiotlu...

Adətən dondurma soyuq, şirin desert kimi qəbul edilir. Dünyada ən çox sevilən dondurmalardan şokoladlı, vanilli və meyveli dondurmalardır. Ancaq mənbələrinə dondurma üçün yad olan dadlarda desert teknik mənbələrinə dərzu, eyni zamanda göbəlekli, yerkükü, baliqli və s. dondurmalardan teknik edilir.

Oz mənbələrinə en çox dondurma növünü Venesuelada yerləşən "Coromoto" dondurma fabrikı təqdim edir. Bu kafedə mənbələrlər 700-dən çox dondurma növü təqdim edilir. Kafeni 1980-cı ilde Portuqaliyadən olan Manuel da Silva Oliveira açıb. Bu gün de kafenin sahibi öz mənbələrinə yuxarıda orijinal resept təqdim edir. Buna əsasən təqdim etdiyi 2015-ci ilde istifadəyə verilen mağazanın sahisi 851 kvadratmetredir.



Ən çox dondurma yeyənlər

Dünyada ən çox dondurma istehsal edən ölkə Yeni Zelandyadır. Burada adambasma düşən illik istehlakın həcmi 28,4 kq-dir. Yeni Zelandyadən sonra on çox dondurma yeyənlər amerikalılardır. ABS-da adambasma düşən dondurma istehlakının həcmi 20,8 kq-dir. Avstraliyada bir nöf il orzında 18, Finnləndiyada 14 kq dondurma yeyir.



Cinde il orzində 5,9 milyard kq dondurma satısa da, burada əhalisi çox olduğunu üçün xalq hesab edilir. Dondurma seven amerikalıların 90 fizi yiyi ayın üçüncü bazar gününü "Dondurma günü" kimi bayram edir. İlk defə ABS Prezidenti Ronald Reagan dondurmanın ləzzətinin dadılmasını üçün bayram kimi qeyd edilmişdir. O, hemçinin iyulin üçüncü bazar gününü bayram kimi qeyd edilmişdir. Buna əsasən 24 ton ağırlığında olub.

Dünyanın dondurma istehsalı bazarında Cin en çox paya malik olan ölkədir. Cinde il orzində təxminən 4 milyard kq-dan çox dondurma istehsal edilir. ABS dondurma istehsalının görə Çinənənən ikinci yeri tutur. Burada il orzində 3 milyard kq-a yaxın dondurma istehsal edilir.

2022-ci ilde qədər dünyada dondurma bazarının deyərinin 89 milyard ABS dollarına catacağı proqnozlaşdırılır. Şirin qədərlərə olan tələbatın artması və sektor-daki inkişafə sebəb olən əsas amillərdən biridir. Dondurma istehsalçıları satıldıları məhsülərin faydalılığından istifadə edir. Onlar istehlakçıları öz məhsülərinə cəlb etmek üçün daim yeni cəsidlər təqdim etməye çalışırlar. Çin, Braziliya və Hindistan kimi inkişaf etməkdə olan bazarlarda dondurma istehsalı təqdim etdirir.

"Black Diamond" ("Qara almaz") adı ilə mənbələrlə təqdim edilən dondurma Madagaskar vanilindən, Iran zəfəranından, İtalyan trüfəlindən və 23 katraqlı yemeli qızılı pulcuqlardan hazırlanır. Desert "Versace" qabı və qasığı ilə servis edilərək süfrəyə verilir. Üzərinə qızılı pulcuqlar səpalənmış dondurmanın bir topunun qiyməti 817 dollar olub.

Dünyanın ən bahalı dondurmaları



Dünyanın ən bahalı deserti ABS-in Nyu-York şəhərindəki "Serendipity" restoranının menyusuna daxil edilib. 2007-ci ilin 7 noyabrında ən bahalı desert kimi restoranın menyusuna eləvə edilib.

Edilən "Frrozen Haute Chocolate" dondurma desertinin qiyməti 25.000 dollar olub. Dondurma dünyasının en bahalı 14 kakaoşuna olmaqla, ümumiyyətə 28 növ müxtəlif kakaolardan və qızıldan istifadə edilmişdir. Desert qida üçün yaraları olan 23 katraqlı qızılı bezədir. O, yemeli qızılı şəhətənləşməni bir qədəhdə servis edilib. Dondurmanın üzündəne 1 katrək brillant olan bələzər olub. Dondurma qızılı qasıqla yeyilib, qasıq özü de ağ və şokolad rəngli brillantlarla bezədir.

Dünyanın ən bahalı dondurmasının dəha sonra 2015-ci ilde Dubaydakı "Scoopie Cafe"de mənbələrlə təqdim edildiyi açıqlanıb.

"Black Diamond" ("Qara almaz") adı ilə mənbələrlə təqdim edilən dondurma Madagaskar vanilindən, Iran zəfəranından, İtalyan trüfəlindən və 23 katraqlı yemeli qızılı pulcuqlardan hazırlanır. Desert "Versace" qabı və qasığı ilə servis edilərək süfrəyə verilir. Üzərinə qızılı pulcuqlar səpalənmış dondurmanın bir topunun qiyməti 817 dollar olub.

na malik olmaq səxsi bərbərə və ya dərziye malik olmaq qədər vacib idir.

Dondurmanın Ingilterəye gedib çıxmışının əsl sebəbkəri isə Fransa krallığına Yekaterina Mediçinin nəvəsi Henrietta Mariya olub. 1625-ci ilde Henrietta Mariya İngilterə kralı I Karlo era getdiyi zaman özünün səxsi aşazı və qənnadi ustası Herald Tissayni da hemiñ ölkəyə apardı. Tissayn dondurmanın hazırlanmasının bir çox sirləri bildirdi. Maralqıldı ki, Tissayn öz "sirlərin" açağına yalnız 1649-cu ilde I Karlo edamından sonra cüret edib. Beləliklə, dondurmanın hazırlanma sərflərini Ingilterədə mənimseməyib. 1700-cu ilde ingilər Amerikaya dondurmanın hazırlanması reseptlərini aparmaq burada da onun yayılması səbəb olublar.

1649-cu ilde fransız kulinari Jerar Tirsen vənili dondurmanı yaradandan sonra bazuñda desertin resepti daimi yeniləməyə başlanıb və portagaj şərisindən eləvə edildi. Şərabla qonaqdondurma reseptini İngilterədən qəzəbi qonaqdondurma reseptini aparmaq burada da onun yayılması səbəb olublar.

XVII əsrdən ortalarında dondurma Fransa kralının sarayında işleyen məşhur İtalyan kulinari Talenti dondurmanı və sərflərini hazırlamışdır. XVI əsrdən ortalarında dondurma Fransa kralının səxsi aşazı və qənnadi ustası Herald Tissayni dondurmanın hazırlanmasının bir çox sirləri bildirdi. Maralqıldı ki, Tissayn öz "sirlərin" açağına yalnız 1649-cu ilde I Karlo edamından sonra cüret edib. Beləliklə, dondurmanın hazırlanma sərflərini Ingilterədə mənimseməyib. 1700-cu ilde ingilər Amerikaya dondurmanın hazırlanması reseptlərini aparmaq burada da onun yayılması səbəb olublar.

Dondurma C, E, D, B6, B12 və K vitamini baxımından çox zengin qidalıdır. Tərkibində K vitamini sayesində qan ləxtalamanasının qarşısını alır və qanaxını şüreldəndirir. Antiksiyolda xüsusiyyətləri ilə organ və sinirlerin immunitet sisteminin fealiyyətini artırır. Yağ, zülal və karbohidratlarla zəngin olan dondurma böyük daşlarının emələ gəlməsinin qarşısını alır.

66 gram dondurmanın enerji miqdarı 137 kilokaloridir. Dondurmanın tərkibində 2,11 q protein, 7,26 q yağı, 15,58 q karbohidrat, 0,5 q pəhriz lifi, 14,01 q şeker var. Bu miqdarda dondurma istehsal edən insanın D vitaminı ehtiyacının 33, A vitaminının 11, B12-nin 10, fosforun 8 və kalsiumun 8 faizi ödənir.

Çıqrıq etməli
olduğumuz məqamlar

Türkəyi qidalanma və pəhriz mütləkəsini Yessi Süssi Çeliyin fikrincə, dondurmanın yeyən zamanın diqqət etməli olduğunu söyləyir. 100 qr süddəki kalsium və fosforun miqdardırı konsentrasiyasındaki six-həndə asıl olaraq dondurma fayda verir. Bəzə ki, 100 qr qazdan dondurma 135 mq kalsium olduğunu halda bir miqdardı süddə 115 mq-dir. Eyni zamanda 100 qr qazdan dondurma fosfor 115 mq, süddə 92 mq-dir.

Dondurma C, E, D, B6, B12 və K vitamini baxımından çox zengin qidalıdır. Tərkibində K vitamini sayesində qan ləxtalamanasının qarşısını alır və qanaxını şüreldəndirir. Antiksiyolda xüsusiyyətləri ilə organ və sinirlerin immunitet sisteminin fealiyyətini artırır. Yağ, zülal və karbohidratlarla zəngin olan dondurma böyük daşlarının emələ gəlməsinin qarşısını alır.

66 gram dondurmanın enerji miqdarı 137 kilokaloridir. Dondurmanın tərkibində 2,11 q protein, 7,26 q yağı, 15,58 q karbohidrat, 0,5 q pəhriz lifi, 14,01 q şeker var. Bu miqdarda dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın tərkibində 2,11 q protein, 7,26 q yağı, 15,58 q karbohidrat, 0,5 q pəhriz lifi, 14,01 q şeker var. Bu miqdarda dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Bəzəki qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək.

Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma fayda veriləcək. Dondurmanın hazırlığından sonra qazdan dondurma



XVI Tokio Yay Paralimpiya Oyunları

“Azərbaycan idmanı Tokioda öz gücünü göstərdi”

“Azərbaycan idmanı Tokio Paralimpiya Oyunlarında öz gücünü göstərdi. Nəhayət, Tokioda Azərbaycanın Dövlət Həmi səsləndi, bayrağımız ən yüksək zirvədə dəlgəndi. Bu münasibətən bütün Azərbaycan xalqını təbrik edirəm”.

Bu sözləri AZERTAC-a müsahibəsində Azərbaycan Milli Paralimpiya Komitəsinin (AMPK) prezidenti İlqar Rehimov Tokio Paralimpiya Oyunlarının üçüncü günündə idmançılarımızın parlaq qələbələrini şərh edərən bildirib. Tokioda Paralimpiya Oyunlarının üçüncü günündən paralimpiyacılara əzəmətli uğurlu olduğunu bildirən AMPK prezidenti deyib: “Təbriklərə görə teşəkkür edirəm. Dünən Paralimpiya Oyunlarının üçüncü günü idi. Bütün komandamızın çıxışına başlamasının ise ikinci günü idi. Bildiğiniz kimi, biz elə birinci gün bürünc medal qazandıq. Dünən isə daha

möhtəşəm qələbələr əldə etdi. Dünənki nticələrimiz, hesab edirəm ki, çox tarixi nticələrimiz. Idmançılarımız çox böyük bir qururla, iradə ilə, məbərətli hissə ilə zəfərə doğru getdilər və nticəcədə bizi üç qızıl və bir bürünc medal qazana bildik. Bu münasibətən men bütün Azərbaycan xalqını təbrik edirəm. Azərbaycan idmanı öz gücünü bütün dünyaya göstərdi. Nəhayət, Tokioda Azərbaycanın Dövlət Həmi səsləndi, bayrağımız ən yüksək zirvədə dəlgəndi”.

Bu möhtəşəm qələbələrin əldə edilməsindən gətərilən qayıqa və diqqətə görə Azərbaycan Prezidenti İlham



Olıyeva, bütün Azərbaycan xalqına teşəkkürünü bildirən İlqar Rehimov deyib: “Bu qələbələrin əldə edilməsinə görə men Azərbaycan xalqına teşəkkürüm bildirmək istiyərəm. Bütün hərəkətlər, sevinçlər, hamimizdən yeri, qurur yeri olan cənab Prezidentimizə teşəkkür edirik. Əgər onun bizim üzürlərimizde bu eziyyəti, bu köymə olmasa idi, təbii ki, biz bəzəkələrlə əldə edə bilməzdik. Bütün komandamız adından cənab Prezidenti təbrik edirik, te-

şəkkür edirik, bağımıza basıb öpürük. Çok sahə olun, cənab Prezident!”

Tokioda Paralimpiya Oyunlarının davam etdiyi xatırlanınca AMPK prezidenti bildirir ki, idmançılarımız yarışların nobetli günlərində uğur qazanmaq üçün əllerindən galen edəcəklər: “Paralimpiya Oyunları davam edir və bizim medal ümidişimiz var. Millətimiz, vəfəndəşlərimiz, həməvətənlərimiz bidden qəlebələr gözləsindən, bizi destəkləsindən. Biz de öz növbəmizdə onları sevindirməyə çalışacaqıq”.

Katıldığımızda, “Tokio-2020” Paralimpiya Oyunlarında ülkemizi idmanın 6 növündə 47 kateqoriya üzrə rekord sayıda - 36 idmançı temsil edir.

XVI Yay Paralimpiya Oyunları sentyabrın 5-də təntənəli bağlanmış mərasimi ilə sona çatacaq.

“Azərbaycan Hava Yolları” QSC-nin Mətbuat xidmətinin verdiyi məlumatə görə, cari il 1 sentyabr tarixindən Azərbaycan-dan Rusiyaya yerinə yetirilən bütün reyslərdə yeni giriş qaydaları tətbiq olunur.

Azərbaycandan Rusiyaya səyahət edən şəxslər üçün yeni giriş qaydaları qüvvəyə minir



- smartfonları olmayan uşaqlar və ya yaşlı əhalı qrupu kateqoriyasından olan sərnişinlər QR-kodun təsdiqini onlara birgə səyahət edən digər sərnişinlər smartfonun dəyişdirilməsi tətbiqidən istifadə etmə bilərlər.

Rusiyaya səyahət edərən PCR testi yalnız əvvəlcədən razılıqlaşdırılmış tibb müssisilərindən keçirilə bilər.

Laboratoriyaların siyahısı ilə hem mobil tətbiqidə, hem de keçid vasitəsilə aviasirkətinin rəsmi internet sehifəsində tanış olub.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Rusiya Federasiyasının vətəndaşları üçün;

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Android smartfonları üçün:

- <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.nocovid19-su&hl=az&gl=US>

- Huawei smartfonları üçün:

- <https://appgallery.huawei.com/#/app/C10434239>

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Rusiya Federasiyasının vətəndaşları üçün;

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir:

- Azərbaycan arazisindən tranzit keçən sərnişinlər üçün (Rusiya Federasiyasına yerinə yetirilən bütün marşrut üzrə aviabiletler və (ve ya) minik talonları mövcud olduğuda) və ilkin yola düşmə dölkəsindən testən keçmiş olduqla.

Tətbiqin istifadəsi aşağıda qeyd edilən sərnişinlər üçün məcburi deyildir: