

ԱՌՈՂՋԱԳՐԱՅԻՆ ԹՅՈՒՆ

ԵԼՔԸ՝ ՀԻՎԱՆՊԱՆՈՅՆԵՐԸ ՄՈՒՆԻՑԻՊԱԼԱՅԻՆ ԿԱՌԱՎԱՐՄԱՆ ՀԱՆՁՆՈՒՄՆ Ե



Ապահովագրական ընկերությունների և հիվանդանոցների համագործակցությունը իրեն չի արդարացնում, և կառավարությունը ստիպված է դիմել արմատական միջոցների: Ապահովագրական ընկերությունների տնօրինության ներքո հիվանդանոցների հանձնումը առաջինների համար ստեղծել է լուրջ հիմնախնդիրներ: Արդյունքում, դրանց մեծ մասը չի կատարում ստանձնած պարտավորությունները, ինչն իր հերթին կարող է հանգեցնել ծեղր բերած պայմանավորվածությունների կասեցման:

Առողջապահության մարմիններում ընդգծում են, որ այդ առումով հիմնախնդիրներն առկա են, և ծրագրում են վերանայել ապահովագրական նախագծերը: Հիմնախնդրի կարգավորման ուղիներից մեկը հիվանդանոցների հանձնումն է մուսուլմանների համար, թեպետ սույն ելքը դեռևս մշակման փուլում է:

Իսկ մինչ այդ, ապահովագրական ընկերությունների ենթակայության ներքո հիվանդանոցներում աշխատող բժիշկների դժգոհությունը հասել է կրիտիկական կետի, երկրի գրեթե բոլոր շրջաններում վավերացվում են բողոքի ելույթներ: Բժիշկները բողոքում են ոչ միայն աշխատավարձից, այլև աշխատանքային պայմաններից: Նրանց հավաստմամբ, ապահովագրական ընկերությունների տնօրինության տակ անցնելուց հետո, հիվանդանոցներում բժշկական սպասարկումների զգեցրը կտրուկ ավելացել են, իսկ աշխատավարձն ընդհակառակը նվազել է, և այն ուշացումով է տրվում:

Կառավարության հավաստմամբ, բժիշկների առաջ ծառայած հիմնախնդիրները հնարավոր է կարգավորել միայն ուղղորդում նոր բարեփոխումների անցկացմամբ և աշխատանքային օրենսգրքի փոփոխմամբ: Գործադիր բժիշկներին խոստանում է ձեռնարկել նրանց իրավունքների պաշտպանության համապատասխան միջոցներ:

Ինչպես տեղեկացրել է ապահովագրության պետական ծառայության պետ Լաշա Նիկոլաձեն, նախարարությունում ակտիվ աշխատանքներ են տարվում հիմնախնդրի կարգավորման և բժիշկների իրավունքների պաշտպանության միջոցների ներդրման ուղղությամբ: «Դա լուրջ հիմնախնդիր է, որը իրականում անհանգստացնում է բոլորիս, և ներկայումս աշխատանքներ են տարվում հարցի կարգավորման ուղղու-

թյամբ: Որպես ելք՝ քննարկվում է գործընթացներում մուսուլմանների և հիվանդանոցների հնարավորությունը: Նման հնարավորության մասին խոսվեց նաև նախարարությունում, թեպետ դա նշվեց բարձրաևե շրջանների հիվանդանոցների ենթատեսքում: Եվ դա բնական է, քանի որ բարձրաևե շրջաններում քիչ բնակչության պատճառով կոմերցիոն շահերը նվազում են երկրորդական պլան եւ, այդ առումով, իրենց չեն արդարացնում:

Վերոնշյալ հարցով որոշումը դեռևս չի ընդունվել, թեպետ քննարկվում է մուսուլմանների հիվանդանոցների հանձնումն հարցը»,- հայտարարեց Նիկոլաձեն:

Ապահովագրական քաղաքականության փոփոխման անհրաժեշտության մասին է խոսում նաև բժիշկների արհմիության ղեկավար Ջոնի Ջանաչիան: Նրա խոսքերով, Վրաստանի տարածքում չկա ոչ մի հիվանդանոց, որի հանդեպ ապահովագրական ընկերությունները պարտքեր չունենան: «Ապահովագրական ընկերությունները իրենք լավ պայմաններում են գործում: Նրանց աշխատակիցներն ստանում են բարձր աշխատավարձ և նյութական հիմնախնդիրներ չունեն: Փոխարենը տուժում են այն հիվանդանոցները, որոնք կախված են վերոնշյալ ապահովագրական ընկերություններից: Արդյունքում տուժում են ե՛ւ բժիշկները, ե՛ւ բժիշկների օգնությանը դիմած մարդիկ: Ավելին, առանձին ապահովագրական ընկերություններ նույնիսկ դադարեցրել են մի շարք հիվանդանոցների ֆինանսավորումը:

Մեր նպատակն է հիվանդանոցները վերադարձնել մուսուլմանների ենթակայության ներքո, վերացվի միջնորդական օղակը, և ամբիջական կապ ստեղծվի պետության ու բժշկական հաստատության միջև: Ապահովագրական ընկերությունները չպետք է կառավարեն հիվանդանոցները: Բժ-

կական սպասարկման մակարդակի բարձրացման, բժիշկների աշխատավարձի ավելացման միակ երաշխիքը տվյալ պարագայում պոլիկլինիկաներում և հիվանդանոցներում արմատական բարեփոխումների անցկացումն է»,- հայտարարեց Ջանաչիան:

Նրա խոսքերով, առողջապահության համակարգում պետք է անցկացվեն արմատական փոփոխություններ, որպեսզի մարդկանց մատուցվեն որակյալ սպասարկումներ: «Երբ բժշկին հիվանդին ընդունելու համար տրվում է մի քանի քեթրի՝ ի՞նչ բարձր որակի սպասարկման մասին կարելի է խոսել: Սահմանված չափորոշիչներով, յուրաքանչյուր բժիշկ ընդունելու է 2000-2400 հիվանդի, այնպես որ, ծանրաբեռնվածությունը բավականին բարձր է: Մինչ այդ, մարդիկ բժիշկներին դիմելու հնարավորություն են ծագում հնացած սարքավորումների և կաբինետների պատճառով»,- ընդգծեց Ջոնի Ջանաչիան:

Ինչպես մեզ հետ գրույցում նշեց շրջանային հիվանդանոցներից մեկի բժիշկը, որը չցանկացավ ներկայանալ, հայտարարեց, որ բուժանձնակազմը գտնվում է անորոշության մեջ, քանի որ վստահ չեն իրենց վաղվա օրվա հարցում: «Հայտնվել են կախարհական շրջանում և ոչ մի կերպ չենք կարողանում դուրս գալ: Պետությունը ապահովագրական գումարները փոխանցում է ապահովագրական ընկերություններին, իսկ վերջիններս զբաղված են միայն բժշկական սպասարկումների սակագների վերահաշվարկումներով և կոնկրետ ոչինչ չեն ձեռնարկում, ինչպես բուժանձնակազմի աշխատանքի վարձատրության, այնպես էլ՝ աշխատանքային պայմանների բարելավման ուղղությամբ: Ամիսներով աշխատավարձ չենք ստանում, ուղղակի վախճում ենք խոսել այդ մասին, քանի որ նման խոսակցությունները կարող են հանգեցնել աշխատանքի ազատման, իսկ նման պայմաններում դա էական նշանակություն ունի յուրաքանչյուրիս համար»,- հայտարարեց նա:

ՅՈՒՐԻ ԽՈՐԵՆՅԱՆ

«ՇՏԱՊ ՕԳՆՈՒԹՅՈՒՆԸ» ԱՆՅՆՈՒՄ Ե ՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ԵՆԹԱԿԱՅՈՒԹՅԱՆ ՆԵՐՔՈ

Վրաստանի ողջ տարածքում «Շտապ օգնության» ավտոմեքենաների նորացման համար պետական բյուջեից առանձնացվել է 11 միլիոն լարի:

«Շուրջ մեկ ամիս է, ինչ մեք ա վար տել ենք «Շտապ օգնության» զարգացման օրագրի շուրջ աշխատանքը, ըստ որի, «Շտապ օգնության» ծառայությունը լրիվությամբ անցնում է պետության ենթակայության ներքո: Բազմակողմ ուսումնասիրությունների արդյունքում, մենք հանգեցինք եզրակացության, որ ի տարբերություն ստացիոնար ենթակառուցվածքի, դա անհրաժեշտ է, քանի որ համակարգը միասնական կորդինացման կարիք ունի: Վրաստանի ողջ մասշտաբով «Շտապ օգնության» մեքենաների նորացման համար միջոցները բյուջեից արդեն հատկացվել են: Ավարտին են մոտենում մասնավոր ապահովագրական ընկերությունների, այդ թվում՝ նաև «Ալդաֆի» հետ բանակցությունները և, կարծում են, որ մինչև տարվա վերջ այս հարցը կկարգավորվի»,- հայտարարեց Վրաստանի առողջապահության նախարար Դավիթ Սերգեյենկոն:



Նա ընդգծել է, որ իշխանությունները պետք է լուծեն ավելի կարելու հարցեր, և որ ատանմաբուժական նախագիծն առաջնահերթ չէ ներկայիս կառավարության համար: Առողջապահության նախարարության այս որոշումը հարվածի տակ է դրել այն քաղաքացիներին, որոնք հաջողվել է ծրագրի շրջանակներում հանձնել իրենց առանձնապես ծանր դեպքերում, սակայն չեն հասցրել տեղադրել անվճար պրոթեզներ: Տվյալ ան-

ԿԱՍԵՅՎՈՒՄ Ե «ԺՊՏԱՅՈՂ ՎՐԱՍՏԱՆ» ԾՐԱԳԻՐԸ

Վրաստանի առողջապահության նախարարությունը որոշել է հրաժարվել նախագահ Միխեիլ Սասակաշվիլու «ժպտացող Վրաստան» ծրագրից, որի շրջանակներում, տեղական բնակչության անվճար հատկացվել են ատամների պրոթեզներ: Այս մասին հայտնել է տվյալ գերատեսչության ղեկավար Դավիթ Սերգեյենկոն:



Նա ընդգծել է, որ իշխանությունները պետք է լուծեն ավելի կարելու հարցեր, և որ ատանմաբուժական նախագիծն առաջնահերթ չէ ներկայիս կառավարության համար: Առողջապահության նախարարության այս որոշումը հարվածի տակ է դրել այն քաղաքացիներին, որոնք հաջողվել է ծրագրի շրջանակներում հանձնել իրենց առանձնապես ծանր դեպքերում, սակայն չեն հասցրել տեղադրել անվճար պրոթեզներ: Տվյալ ան-

ԳՐԱՎԱՆ-ՄՇԱԿՈՒԹՅԱՆ ԿԱՊԵՐ

ԱՄԵՐԻԿԱՅԱՑ ԳՐԱՎԱՆԱԳԵՏ ՅՈՒՎՍԵՓ ՆԱԼԲԱՆԴՅԱՆԸ ԹԲԻԼԻՍԻՈՒՄ

«Կամուրջ» գրական-մշակութային, հասարակական կազմակերպության նախագահ, բանաստեղծուհի Անահիտ Բոստանջյանի հրավերով, մի քանի օր Թբիլիսիում էր գտնվում Լուս Անջելեսից հայտնի գրականագետ, մատենագետ, թարգմանիչ (անգլերենից և արաբերենից հայերեն և՛ հակառակը), հրատարակախոս, ազգային-մշակութային-հասարակական եռանդուն գործիչ, 55-ամյա Յուվսեփ Նալբանդյանը:

«Հայարտանը» կայացած երեկոն բացեց կենտրոնի համակարգող Լեւոն Չիլիպյանը՝ ներկայացնելով օրվա խորհուրդը: Միջոցառումը վարեց Անահիտ Բոստանջյանը: Նա ներկայացրեց Նալբանդյանի կենսագրությունը ու գործունեությունը՝ կարեւորելով նրա դերը հայ, մասնավորապես՝ կալիֆոռնիական գրականության, գրահրատարակչության բնագավառում և ընդգծեց 2005թ. Նալբանդյանի հիմնադրած «Հովսեփ և Կարոլին Նալբանդյաններ» մատենաշարի նշանակալի դերը վերջին 10 տարիների ընթացքում շուրջ 15, թե՛ Ամերիկայում, թե՛ Հայաստանում տպագրված մեծածավալ ու արժեքավոր գրքերի հրատարակման մեջ հատկապես շեշտելով 2012թ. Հ.Նալբանդյանի կողմից կազմված, խմբագրված և հրատարակված «Հայոց լեզու» և, երեկոյի ժամանակ ներկայացված, Մեսրոպ Մաշտոցի ծննդյան 1650-ամյա-

կին նվիրված, «Մեսրոպ Մաշտոց Մեծաքանչը» (2013թ.) 688 էջանոց բարձրաճաշակ ժողովածուները, որտեղ ընդկրկված են Մաշտոցին և հայոց լեզվին նվիրված բազմաթիվ բանաստեղծություններ, ասույթներ, թեւավոր խոսքեր՝ գերազանցապես 20-րդ դարի հայ գրողներից: «Նալբանդյանը ծնունդով Միլիպի Հայլեպ քաղաքից է: Բարձրագույն բանասիրական կրթությունը ստացել է Երեւանի պետական համալսարանում: Որպես մանկավարժ շուրջ 30 տարի աշխատել է Հայլեպի, Ալեքսանդրիայի և Լոս-Անջելեսի հայկական դպրոցներում: Այնուհետև իրեն նվիրել է գրքին ու գրահրատարակչական գործին այս գործը համարելով իր կյանքի բաղկացուցիչ մասը, իր ելույթում նա գործելակերպի հիմքը»,- իր խոս-

քում ասաց տիկին Բոստանջյանը՝ հավելելով, որ այս ամենի հավատչյալն վերոնշյալ մատենաշարով իր կազմած և իր հովանավորությամբ հրատարակված սովորածավալ, արժեքավոր հոգեզավակներն են:

Հանդիպման ժամանակ Հովսեփ Նալբանդյանը սպառիչ պատասխանեց հարցերին՝ հնարավորինը ներկայացնելով լուսանջելեսահայ գա-



ղութի նկարագիրը: Նա շնորհակալություն հայտնեց Վիրահայոց թեմին՝ ի դեմս Վազգեն Եպիսկոպոս Միրզախանյանի, ինչպես նաև տիկին Բոստանջյանին և «Հայարտանը» համադրական համար՝ կենտրոնին նվիրե-

լով «Մեսրոպ Մաշտոց Մեծաքանչը» ժողովածուն:

Թբիլիսի այցելած մեր ամերիկացի հայրենակցի հետ «Հայարտանը» հանդիպելու համար հավաքվել էին հասարակության տարբեր խավերի ներկայացուցիչներ: Այստեղ էին Վրաստանի նախագահի խորհրդակցական, «Վրաստան» թերթի խմբագիր Վան Բայրոբյանը, Վիրահայոց թեմի հոգևոր դասի ներկայացուցիչները՝ Տեր Մանուկ քահանա Ջեյրաբեկյանը, Գեորգ սարկավազ Անտոնյանը, բանաստեղծ-թարգմանիչ Գիվի Շահնազարը, անվանի գործարար Սամվել Աղեկյանը, գրողներ, նկարիչներ, երաժիշտներ, մանկավարժներ... Հաջորդ օրը Հովսեփ Նալբանդյանը եղավ մայրաքաղաքի թիվ 104 հանրային հայկական դպրոցում: Այստեղ էս Անահիտ Բոստանջյանի բացման խոսքից, դպրոցի տնօրեն Իրինա Ժամկոչյանի, ուսման վարձարի Սիրուդեղյանի և բարձր դասարանների աշակերտներ Լիկա Մարգարյանի, Լիզա Թորոսյանի, Էրիկ Սիմոնյանի ելույթներից հետ-

ո, բավականին հետաքրքիր և ուսանելի ինչեց Հովսեփ Նալբանդյանի խոսքը, ինչպես նաև նրա պատասխանները դաշիվից հնչած հարցերին:

Հովսեփ Նալբանդյանը հանդիպեց նաև «Վրաստան» թերթի խմբագրակազմի և խմբագիր Վան Բայրոբյանի հետ: Հանդիպման ընթացքում շոշափվեցին գերազանցապես հայ-վրաց փոխադարձ կապերին և թերթի գաղափարական ուղղվածությանը, տպաքանակին, տարածմանը վերաբերող հարցեր:

Թբիլիսի իր այցի շրջանակներում ամերիկահայ գրողը այցելեց նաև Խոջիվանքի պանթեոն, Սուրբ Գեորգ, Սուրբ Նորաշեն և Սուրբ Երրորդություն եկեղեցիներ, Թբիլիսիի պետական հայկական դրամատիկական թատրոն, «Ազատ Մանուկյան» լուսանկարչատուն:

Ավելացնենք, որ այս օրերին, Երեւանում, ՀԳՄ-ում կայացած «Մեսրոպ Մաշտոց Մեծաքանչը» գրքի շնորհանդեսի ժամանակ Սփյուռքի նախարար Հրանուշ Հակոբյանը նրան պարգևատրեց ՀՀ Սփյուռքի նախարարության «Մայրենի դեսպան» մեդալով:

ԱՆՆԴԻՏ ԱՐՈՒՅԱՆՅԱՆ

ԾՁ ԾՕ - ձ 2 ի 2 ռ Է 2 Ս 2 ՍԷ 2 1/2 Ս Է ձ ԾՃ ձ ԾՕ, ՍՕ Ծ

ԾՐ ի 2 ժ ժ ժ ԾՂ 2 Ս

ՈՐՏԵՂ ՈՒ ԻՆՉՊԵՍ ՊԵՏՔ Է ՆՍՏԻ ԵՐԵՒԱՆ ԱԿՏՈՍԵՔԵՆԱՅՈՒՄ

Վերջերս պարեկային ոստիկանությունը փորձանք ավտոմեքենայում երեխային սխալ տեղ նստացնելու համար: Անկեղծ ասած, չկարողացա հասկանալ ինչո՞ւ: Սովորականի նման նստացրել էի, ի՞նչն էր սխալը՝ չհասկացա:



S.U.

ԹՔԻԽԻ

Միանգամից նշենք, որ արգելվում է մինչև 12 տարեկան երեխաներին փոխադրել թեթև մարդատար ավտոմոբիլի՝

ա. առջևի նստատեղին, եթե այն կահավորված չէ երեխաներին պահող հարմարանքով,

բ. հետևի նստատեղին՝ դրանց վրա տեղադրվող այլ հարմարանքների (բարձիկ եւ այլն) օգնությամբ՝

կառուցվածքով նախատեսված եւ կահավորված անվտանգության գոտիներով չամրակապված վիճակում:

Ստացվում է արգելվում է երեխաներին նստել եւ առջևի հատվածում, եւ հետևի, եթե առկա չեն վերոնշյալով նախատեսված հարմարությունները, ինչպես նաեւ նախատեսված պայմանները:

ԾՐ ի 2 ժ ժ ժ ԾՂ 2 Ս

ԻՆՉՊԵՍ ՎԱՐԿԵԼ ՏԵՍԱԽՑԻԿ ԳՆԵԼԻՍ



Ցանկանում եմ տեսախցիկ գնել, սակայն չգիտեմ, թե որ չափորոշիչներով կողմնորոշվել: Ծանոթներս մի բան են ասում, խանութներում նույնպես փոխանցիկ փաթեթավոր խորհուրդներ են տալիս: Ինչպե՞ս վարվել:

Թ.ՄԱՐԿՈՍՅԱՆ

Ախալքալաքի

Տեսախցիկ ընտրելիս՝ ամենատարածված հարցը հետեւյալն է. «Ինչո՞ւ են տարբերվում թվային տեսախցիկները մյուսներից»: Այդ պատճառով թվարկենք թվային տեսախցիկի կարելու առավելությունները:

Առաջին եւ ամենակարեւոր առավելությունն այն է, որ թվային տեսախցիկները պատկերի այնպիսի հիանալի որակ են տալիս, որից ավելին դուք չեք էլ կարող երգել: Հարցորդը. հնարավոր է բազմակի պատճենահանում, եւ յուրաքանչյուր հաջորդ պատճենահանումը նախորդից ոչնչով վատ չի ստացվում: Բացի

այդ, պակաս կարելու չէ նաեւ այն հանգամանքը, որ նկարահանման պահից մինչեւ ֆիլմը դիտելու պահը շատ քիչ ժամանակ է անցնում, իսկ եթե ցանկանաք որեւէ առանձին կադրի լուսանկարը ստանալ, ապա, համակարգչի եւ գունավոր տպիչի առկայության դեպքում, դա կտեւի ընդամենը մի քանի րոպե: Այդ ձեւով ստացված լուսանկարների որակը բավականին բարձր է: Այս ամենին գումարած ամենամատչելի թվային մոդելների գները հաճախ հավասար են մյուս տեսախցիկների գներին, այն դեպքում, երբ պատկերի եւ ձայնի որակը շատ ավելի բարձր է:

ՎԱՆՈՆՆԵՐ ՆԻՀԱՐԵԼ ՅԱՆԿԱՅՈՂՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

- * Մշտապես զբաղվել առավելագույն մարմնամարզությամբ:
- * Շաբաթվա մեջ մեկ անգամ հրաժարվել հացից, ջուր և կարտոֆիլ, հրաժարվել դեղնուցից, ուտել սովորական չափաբաժնի միայն կեսը, բանջարեղենն ու մրգերն ուտել միայն հուն վիճակում, հրաժարվել տապակած ուտելիքներից եւ սոուսներից:
- * Օգտագործել ավելի փոքր ակսեսորներ:
- * Խուսափել նստակյաց կենսակերպից:
- * Ավելի շատ ուղեծրվել քայլել:
- * Նրանք, ովքեր գիրմալու հակում ունեն, պետք է հիշեն. տնային աշխատանքները կանգնած անելով՝ դուք դրանց վրա երեք անգամ ավելի շատ էներգիա եք ծախսում, քան մույն աշխատանքը նստակյաց կատարելով:

ԳԻՏԵՔ, ԱՐԳՅՈՔ...

ԱՅՍ ՉՍԵՈՒ ԱՆԵՆԱՅՈՒՐՏՆ Է ԼԻՆԵԼՈՒ ՎԵՐՋԻՆ 100 ՏԱՐՎԱ ԸՆԹԱՑՔՈՒՄ

Սպասվելիք ծնեղը Եվրոպային բերելու է անհավանական ցրտեր, եւ չի բացառվում, որ այս տարվա ծնեղը խիելու է մեկդարյա ռեկորդ:

Կանխատեսումները հիմնված են կլիմայական ցուցանիշի վրա: Այս ծնեղ Եվրոպա կներթափանցեն արկտիկական օդային հոսանքներ, որոնց արդյունքը կդառնան «անոմալ» ցրտերը: Ընդ որում, այս ժամանակահատվածում կնվազի արեւի ակտիվությունը: Ռուսաստանին չեն վերաբերելու այս սաստիկ ցրտերը: Ամենայն հավանականությամբ, այնտեղ եղանակը 70 տոկոսով կհամապատասխանի Նորմային: Բացառությամբ՝ Մերձավոր Արեւելքի, որտեղ ջերմաստիճանը կարող է նվազել միջին կլիմայական ցուցանիշից: Ընդ որում, ծնեղն այս տարի կգա ճիշտ ժամանակին, այսինքն՝ նոյեմբերի սկզբին, իսկ ձյուն կարելի է սպասել նոյեմբերի երկրորդ կեսին: Անասելի ցրտերն անցյալ տարի Եվրոպայում իլեցին հարյուրավոր մարդկանց կյանքեր: Իտալիայում ծնակույտերը պատճառ դարձան բազմաթիվ խցանումների, չեղյալ հայտարարվեցին ավիաչվերթեր եւ ֆուտբոլային հանդիպումներ: Իսկ Մեծ Բրիտանիայում փետրվար ամսին ուժեղ ձնաքթի պատճառով ողջ երկրով մեկ պարաօդացի էր երթեւեկությունը:

ՀԻՆԳ ՎԱՐՏՆԻՔ՝ ԲԱՐԵՏԵՍ ՎԱԶՄՎԱԾՔ ՌԻՆԵՆԱԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

Յրտերի հետ մարդու օրգանիզմը սկսում է նախապատրաստվել «սոված» շրջանի համար, այն է՝ պաշար հավաքել: Ինչը բնական երեւոյթ է, սակայն, արդյունքում կարող եք ունենալ մի քանի ավելի կիլոգրամներ: Ներկայացնում ենք 5 միջոց գեղեցիկ կազմվածքի համար:

1. Մարզումներ
Սլացիկ կազմվածքը մշտական մարզումներ է պահանջում: Ֆիտնես, յոգա, պար, լող, ահա մի քանի միջոց, որոնք կապահովեն ձեր երազած կազմվածքը: Այս հարցում կարելուը ավարկությունը հարթահարելն ու ֆիզիկական ծանրաբեռնվածությանն անցնելն է:

2. Առողջ սնունդ
Համացանցում հազարավոր դիետաների բաղադրատոմսեր կան: Սակայն մեծ մասը ոչ միայն անօգուտ են, այլեւ՝ վնասակար են առողջության համար: Մի հետաձգեք ավելորդ կիլոգրամներից ազատվելու պահը, սակայն, միեւնույն ժամանակ, մի սահմանափակեք ամեն բան, բալանավորեք ձեր սննդակարգը, հրաժարվեք վնասակար սննդից:

3. Ճիշտ ածխաջրեր
Նիհարելու եւ գեղեցիկ կազմվածքի մասին բոլոր հողվածները միաձայն են պահանջում:

ը միաձայն հաստատում են, որ ածխաջրերը վնասակար են: Սակայն, դրանք կարելու են օրգանիզմի համար, հատկապես՝ ցուրտ



4. Լավ տրամադրություն
Բոլոր հիվանդությունների պատճառը նյարդերն են, գիրմալուը նույնպես բացառություն չէ: Լավատեսությունն ու կյանքին թեթև մոտեցումը պակաս կարելուը չեն գեղեցիկ կազմվածքի հարցում: Եթե լավ տրամադրության համար պատճառներ չկան, ապա շոկոլադով օգնեք ինքներդ ձեզ: Կարելուը է, որ այն լինի սեւ: Յուրաքանչյուր օր 30 գրամ շոկոլադը չի փչացնի ձեր կազմվածքը, բայց կունենաք լավ տրամադրություն:

5. Ճիշտ ընտրված հագուստ
Նորածնությանը կուրորեն հետեւելու պատճառով հաճախ մոռանում ենք, որ այս կամ այն հագուստի ձեւը կանգունը չի համապատասխանում մեր կազմվածքին: Ընտրություն կատարեք «նորածնի» եւ «գեղեցիկի» միջեւ, սակայն նախապատվությունը տվեք երկրորդին:

ՄԱՆՔԻՆԵՐ

ՕՐԳԱՆԻԶՄԻ ՊԱՇՏՊԱՆԱԿԱՆ ԿԱՌՈՒՅՎԱԾՔԸ

Մարդու օրգանիզմին մշտապես սպառնում են զանազան հիվանդությունների հարուցիչ մանրէներ, որոնց հանդեպ մարդը մշակել է բավականին հուսալի պաշտպանություն՝ իմունային համակարգը: Հարուցիչների դեմ օրգանիզմն ունի պայքարի երեք միջոց:

Եւ անցնել այս արգելքը, ապա նրանց Իմունային համակարգը երկրորդ միջոցը: Մանրէների վրա հարձակում են գործում ֆագոցիտները, որոնք լեյկոցիտների ձեւերից են, եւ պաշտպանական սպիտակուց-համարմինները:

Եվ եթե սա էլ արդյունք չի տալիս, պայքարի մեջ է մտնում վերջին արգելքը՝ ամենահզոր պաշտպանական ուժը՝ իմունային համակարգը: Իմունային համակարգը գործում է ծայրահեղ զգուշորեն եւ աշխուշորեն: Նախ ի հայտ է բերում մարդու օրգանիզմում այն ամենը, ինչ օտար ծագում ունի, ապա անխնայնապես ոչնչացնում է դրանք: Բացի ոչնչացնելուց, իմունային համակարգը նաեւ սկսում է մտապահել

դրանց: Որեւէ մանրէի դեպքում, իմունային պատասխան հարվածը տեւում է մի քանի օր, եւ հիվանդությունն այդ ընթացքում կարող է զարգանալ: Սակայն մույն մանրէի կրկնվող ներխուժման ժամանակ, պատասխան հարվածն ավելի արագ է ու արդյունավետ, եւ մարդը դառնում է հիվանդության նկատմամբ անխոցելի:

ԹԵՎԱՎՈՐ ԱՏՔԵՐ

- Միաբանությունը բարի գործերի մայրն է, իսկ անմիաբանությունը՝ չար գործերի ծնողը:
- ԵՂԻՇԵ (5-րդ դար)**
Հայ պատմագիր
Մեր տենչածը մենք չենք գտնում՝ տանջում է մեզ նախանձն անբավ:
- ԱԼ.ՆԱԿԵՎԱԿԱԶԵ (1786-1846)**
Վրաց բանաստեղծ
Թագավորներին վայել չէ հաղթանակը գողանալ:
- ԱԼ.ՍԱԿԵՂՈՆԱՅԻ**
(մ.թ.ա. 356-323)
Հին աշխարհի գորավար
Ամեն մարդ էլ սխալվում է, բայց միայն հիմարն է պնդում իր սխալը:
- ՑԻՑԵՐՈՆ (մ.թ.ա. 106-43)**
Հռոմեացի հռետոր
Մարդիկ երբեք չեն լինում ո՛չ չափազանց լավ, ո՛չ չափազանց վատ:
- Ֆ.ԼԱՄՈՇՅՈՒԿՈ (1613-1680)**
Ֆրանսիացի գրող
Նա, ով լողում է առանց ուղղությունը փոխելու, ամենայն հավանականությամբ կվերադառնա նորից այնտեղ, որտեղից սկսել էր:
- Ճապոնական սասցվածք**
Փողը խելացի ծախսելու համար քիչ է խելքի եւ փողի առկայությունը, անհրաժեշտ է կնոջ բացակայությունը...
- Ա.ՂԱՍՏԱՆՆ**
«Վրաստանի» ընթերցող



2 ՍՕՂ, ձ 1 ՍՕ Ծ

* - Բոլոր հաշվարկները ներկայացրի, բոլոր հարկերը վճարեցի, սակայն ընել չեմ կարողանում. քաղցը թույլ չի տալիս...
* - Օրիորդ, իսկ ի՞նչ ես անում դու այսօր երեկոյան: Դու միայն որեւէ վտակ բան մի մտածիր... Իսկ եթե մտածես, ապա... այդ միտքը քեզ դո՞ւր է գալիս:
* Նուրդիստական լոզոգրամը աղջիկն ասում է ընկերուհուն.

- Այն տղամարդն այնպես է ինձ վրա չռել աչքերը, այնպես... որ կարծես շոր է հագցնում աչքերով:
* Քաղաքում շարունակվում է բժիշկների կատաղությունը: Արդեն կան առաջին արդյունքները. մահացությունը նվազել է 20 տոկոսով:
* - Ես այնքան եմ վատակում, որ հանգիստ կարող եմ պահել մույնիսկ քեզ նման երեք կին:
- Ահա եւ հիանալի է: Ուրեմն այսօրվանից մեզ հետ կապրեն իմ մայրն ու տատիկը:
* - Ասացեք, խնդրեմ, մինչեւ քանի՞սն է աշխատում զինկոմիսարիատը:
- Մինչեւ 27-ը:
* - Բարեկամս, ինչո՞ւ ես այդքան նյարդային եմ:
- Դե՛, բաժանվում եմ... Զգիտե՛մ ինչպես այդ մասին հորս ասեմ...

- Ինչո՞ւ:
- Ախր ես նրան դեռ չեմ էլ ասել, որ ամուսնացել եմ...
* Արձակուրդները խորհրդարանում ավարտվեցին: Հանգստացած պատգամավորները վերադարձան անգործության:
* - Աղջկա հետ պետք է վարվել այնպես, ինչպես վարվում ես տոնածառի հետ:
- Կտրես ու բերես տո՛ւն:

ՀԱՅԱՍՏԱՆ - ԱՐՑԱԽ. Փաստեր, իրադարձություններ

«ՎՐԱՍԱՆԻ», ԱՐՄԵՆՊՐԵՍԻ, ՊԱՆԱՐՄԵՆԻԱՆԻ ԵՎ ԿԱՎԱԶՊՐԵՍԻ ՆՅՈՒԹԵՐՈՎ

ԱՆՉԿԱՆՎԵՅ «ԱՐԱՐԱՏ-73» ԼԵԳԵՆԴԱՐ ԹԻՄԻ ՄԵԾԱՐՄԱՆ ԵՐԵԿՈՆ

Յոկտեմբերի 10-ին անցկացվեց 1973 թվականին մեկ խաղաշրջանի ընթացքում ԽՍՀՄ չեմպիոնի եւ ԽՍՀՄ գավաթակիրի տիտղոսները նվաճած հայկական ֆուտբոլի լեգենդար թիմի՝ «Արարատ-73»-ի փառավոր հաղթանակի 40-ամյակին նվիրված մեծարժան երեկոն:



Երեկոյին Հայաստանի նախագահ Սերժ Սարգսյանը իր եւ ամբողջ հայ ժողովրդի անունից շնորհակալություն հայտնեց «Արարատ-73»-ի վետերաններին, մաղթեց առողջություն ու ցանկացած, որ նրանք միշտ լինեն մեր հավաքականի, մեր ֆուտբոլիստների կողքին:

հրեյլանի առթիվ շնորհավորել են նաեւ Հայաստանի սպորտի եւ երիտասարդության հարցերի նախարար Յուրի Վարդանյանը, ՀՀ նախագահ Ռուբեն Հայրապետյանը եւ Հայաստանի ֆուտբոլի ազգային հավաքականը՝ գլխավոր մարզիչ Վարդան Մինասյանի հետ միասին:

րած փայլուն նվաճումների համար, Երեւանի «Արարատ» ֆուտբոլային ակումբի վետերանները՝ Ալյոշա Աբրահամյանը, Սերգեյ Բոնդարենկոն, Գովհարմեն Զանազանյանը, Լեւոն Իշտոյանը, Արկադի Գրիգորյանը, Նիկոլայ Դազարյանը, Սուրիկ Մարտիրոսյանը, Նորիկ Մեդրոսյանը, Նա-

զար Պետրոսյանը, Սերգեյ Պողոսյանը, Արմենակ Սարգսյանը եւ Նիկիտա Սիմոնյանը, պարգևատրվել են «Հայրենիքի մատուցած ծառայությունների համար» 1-ին աստիճանի մեդալով:

Նախագահի հրամանագրով, հայկական ֆուտբոլի զարգացման գործում ներդրած նշանակալի ավանդի եւ ձեռք բե-

ԿԱՅՄԱՆԵԼ Է ԱԶԱԳԱՅԻՆ ԱՆՎՏԱՆՔՈՒԹՅԱՆ ՆԻՍՏԸ

Հայաստանի զինված ուժերի զարգացման պլանի համաձայն անցկացվող «Արծաթ-2013» ռազմավարական հրամանատարաշտաբային մարզումների շրջանակում, Հայաստանի նախագահ, Հայաստանի ազգային անվտանգության խորհրդի նախագահ Սերժ Սարգսյանը հոկտեմբերի 7-ին հրավիրել է Հայաստանի ազգային անվտանգության խորհրդի նիստ:



Նիստի ընթացքում քննարկվել է Հայաստանի շուրջ ստեղծված պայմանական

ռազմաքաղաքական իրավիճակը եւ պետության բարձրագույն պաշտոնատար անձանց աշխատանքը ռազմաքաղաքական որոշումների կայացման ժամանակ: Ըստ այդմ, խորհրդի անդամներն առաջարկու-

թյուններ են ներկայացրել Հայաստանի նախագահին սպառնալիքների չեզոքացման ու պետության պաշտպանության նախապատրաստման ուղղված քայլերի վերաբերյալ:

ՔՆՆԱՐԿՎԵԼ ԵՆ ԵՐԿԿՈՂՄ ԴԵՏԱՔՐՔՐՈՒԹՅՈՒՆ ՆԵՐԿԱՅԱՑՆՈՂ ԶԱՐՑԵՐ

Ժնևում, Միջխորհրդարանական միության վեհաժողովի շրջանակներում, Հայաստանի ԱԺ նախագահ Գևորգ Աբրահամյանը հոկտեմբերի 6-ին հանդիպել է Գերմանիայի Բունդեսթագի նախագահ Նորբերթ Լամմերթի հետ:

Հանդիպման ընթացքում կողմերն անդրադարձել են Հայաստան-Գերմանիա հարաբերություններին, կարևորել միջխորհրդարանական կապերի հետագա խորացումը, քննարկել տարածաշրջանային վերջին զարգացումներին վերաբերող եւ երկ-

կողմ հետաքրքրություն ներկայացնող մի շարք հարցեր: Հանդիպման վերջում Բունդեսթագի նախագահը Գևորգ Աբրահամյանին պաշտոնական այցով հրավիրվել է Գերմանիա:

Ժնևում, Միջխորհրդարա-

նական միության նստաշրջանի շրջանակներում, կայացել է Հայաստանի եւ Իրանի խորհրդարանների նախագահներ Գովհար Աբրահամյանի եւ Ալի Լարիջանի հանդիպումը:

Հանդիպման ընթացքում գրուցակիցները քննարկել են երկկողմ հարաբերություններին եւ փոխշահավետ համագործակցության առնչվող հարցեր, ինչպես նաեւ տարածաշրջանային եւ միջազգային վերջին գործըն-



Քացմերը: Լարիջանի խոսքով, երկրների միջեւ տնտեսական եւ խորհրդարանական հարաբերությունները մշտապես կընդլայնվեն: Նա նշել է նաեւ, որ Հայաստանը բարեկամական եւ եղբայրական երկիր է:

ԵՎՐԱՄԻՈՒԹՅԱՆ ԿԱՆԱԶ ԼՈՒՅՈՒՆ՝ ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ԲԱՐՁՐԱՅԻՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

Յոկտեմբերի 9-ին Եվրոպական խորհրդարանը կանաչ լույս է վառել Հայաստանի համար. հավանության է արժանացրել Հայաստանի եւ Եվրամիության միջեւ վիզաների դուրացման ու ռեադմիսիայի համաձայնագիրը: Ըստ Եվրախորհրդարանի պաշտոնական կայքի, համաձայնագիրը ուժի մեջ կմտնի երկու ամիս անց այն օրից, երբ ԵՄ անդամ բոլոր երկրները կվավերացնեն այն:

Վիզաների դուրացման եւ ռեադմիսիայի համաձայնագրերը սահմանում են ավելի ցածր վիզաների համար գանձվող վճարներ բոլոր քաղաքացիների համար. (60-ից կնվազի 35 եվրոյի), վճարների վերա-

ցում որոշ քաղաքացիների համար (օրինակ՝ ընտանիքի անդամներ եւ կենսաթոշակառուներ), դիմումների ուսումնասիրման առավելագույնը 10 օրացույցային օրվա ժամկետ, օժանդակ փաստաթղթերի

պարզեցված պահանջներ, որոշ կատեգորիաների համար բազմակի մուտքի վիզաների ավելի շատ տրամադրում (օրինակ՝ գործարարներ), դիվանագիտական անձնագրերի առանց վիզաների պահանջի վերացում եւ ավելի լավ շարժունակություն անվտանգ ու լավ կառավարվող միջավայրում:

Երկու համաձայնագրերի շուրջ բանակցությունները Հայաստանի եւ Եվրամիության միջեւ մեկնարկել էին 2011-ին:

ՀԱՅԱՍՏԱՆԸ ԱԿՆԿԱԼՈՒՄ Է ԵՄ-Ի ՇԱՐՈՒՆԱԿԱԿԱՆ ԱԶԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ

Հայաստանը ցանկանում է հնարավոր բոլոր ուղղություններով առաջ տանել համագործակցությունը Եվրոպական միության հետ՝ հիմնվելով այն համատեղ ձեռքբերումների եւ առաջընթացի վրա, որոնք վերջին տարիներին գրանցվել են Հայաստան-Եվրամիություն հարաբերություններում:

Այս մասին Բրյուսելում հայտարարեց Հայաստանի արտաքին գործերի նախարար Էդվարդ Նալբանդյանը, Եվրոպական միության Արտաքին քաղաքականության հարցերով բարձր ներկայացուցիչ Քեթրին Էշթոնի հետ հանդիպման ժա-

մանակ: Էդվարդ Նալբանդյանը ընդգծեց, որ ԵՄ հետ իր հարաբերությունները կառուցելիս, նաեւ Արեւելյան գործընկերության նախաձեռնության շրջանակներում, Հայաստանը ձգտում է ունենալ սերտ, խորը եւ ընդլայն-

ված համագործակցություն՝ նկատի ունենալով, միաժամանակ, Հայաստանի շահերից բխող մասնակցությունն այլ ինտեգրացիոն գործընթացներին:

«Հայաստանը, ԵՄ աջակցությամբ, անցել է բարեփոխումների կարևոր ճանապարհ: Մենք հաստատական ենք շարունակելու բարեփոխումների գործընթացը եւ դրանում ակնկալում ենք ԵՄ շարունակական աջակցությունը»,- շեշտեց Նալբանդյանը:

Քեթրին Էշթոնը նշել է, որ Եվրոպական միությունը ցանկանում է շարունակել համակողմանի փոխգործակցության զարգացումը Հայաստանի հետ բոլոր ուղղություններով, որոնք համատեղելի կլինեն Մաքսային միության անդամակցելու Հայաստանի որոշման հետ:

Հանդիպման անդրադարձ է արվել Արեւելյան գործընկերության Վիճյուսի գագաթաժողովի նախապատրաստական աշխատանքներին:

20 ՄԻԼԻՈՆ ԳՈՒՐ՝ ՓՈՔՐ ԵՎ ՄԻՋԻՆ ԲԻԶՆԵՍԻ ՖԻՆԱՆՍԱՎՈՐՄԱՆ ՀԱՄԱՐ

Հայաստանի կառավարությունը որոշում ընդունեց, ըստ որի, Ասիական զարգացման բանկը 20 մլն դոլար է տրամադրել Հայաստանում փոքր եւ միջին բիզնեսի վարկավորելու համար: Վարկը տրամադրվել է 20 տարով:

Հայաստանի կառավարությունը 2 մլն դոլար կհատկացնի այն ընկերություններին օժանդակելու համար, որոնք բաժնեմասի առնվազն 50%-ը տնօրինում են կառայք: Ըստ ՀՀ կառավարության հոկտեմ-

բերի 10-ի օրակարգում ներառված նախագծի, գումարը հատկացվելու է «Հայաստանի փոքր եւ միջին ձեռնարկատիրության զարգացման ազգային կենտրոն»-ին:

Վերջինս, Ասիական զարգացման բանկի հետ կնքված պայմանագրով, պարտավոր է ֆինանսական աջակցություն ցուցաբերել 300 փոքր եւ միջին ընկերությունների, որոնք կառավարում են կին գործարարները:

Ֆինանսական աջակցությունն իրականացվում է վարկային երաշխիքների տրամադրման միջոցով:

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՎԱՐՉԱՊԵՏԸ ՄՈՍԿՎԱՅՈՒՄ

Հոկտեմբերի 10-ին Հայաստանի վարչապետ Տիգրան Սարգսյանի գլխավորած պարզապարկային աշխատանքային այցով մեկնեց Մոսկվա: Այս շրջանակներում, Հայաստանի կառավարության ղեկավարը հանդիպում կունենա Ռուսաստանի կառավարության ղեկավարի առաջին տեղակալ Իգոր Շուվալովի եւ Եվրասիական տնտեսական հանձնաժողովի կոլեգիայի նախագահ Վիկտոր Նիկոլենկոյի հետ: Մուկովյան հանդիպումների օրակարգում են Մաքսային միությանը Հայաստանի անդամակցության հետ կապված հարցեր, նաեւ՝ ռուսական զազի գինը, որը, ինչպես նախօրեին հայտնել են որոշ աղբյուրներ, Ռուսաստանը մտադիր է 30 տոկոսով նվազեցնել: Ավելի վաղ, տեղի էր ունեցել Ռուսաստանի եւ Հայաստանի վարչապետերի հեռախոսազրույցը, որի ժամանակ Դմիտրի Մեդվեդեւն ու Տիգրան Սարգսյանը քննարկել էին Մաքսային միության անդամ երկրների հետ Հայաստանի համագործակցության ընդլայնման հարցերը, ինչպես նաեւ երկկողմ համագործակցությունը առեւտրադրեսական եւ էներգետիկայի ոլորտներում:

ՎԱՐՎԱՐՈՒԹՅԱՆ ԱՐՏԱՅԵՐԹ ԵՐՍՏ

Հոկտեմբերի 6-ին տեղի է ունեցել Հայաստանի կառավարության արտաքին քաղաքականությանը եւ Հայաստանի վարչապետ Տիգրան Սարգսյանը: «Արձագանք-2013» հրամանատարաշտաբային գործառնությունների շրջանակներում, Հայաստանի կառավարության անդամներն առաջարկություններ են ներկայացրել վարչապետին հնարավոր սպառնալիքների չեզոքացման ու հանրապետության պաշտպանության նախապատրաստման ուղղված քայլերի վերաբերյալ: Վարչապետը ներկայացրել է կառավարության որոշման նախագծեր, որոնք բխում են Հայաստանի նախագահի հրամանագրերից ու կարգադրություններից:

ԲԱՎՈ ՍԱՆՎՅԱԾԵ՝ ՏՐԱՆՍԻՍՏՈՒՄ

Արցախի Հանրապետության նախագահ Բակո Սահակյանը հոկտեմբերի 10-ին աշխատանքային այցով մեկնել է Ֆրանսիա: Նույն օրը ԼՂՀ նախագահը Լիոն քաղաքում հանդիպել է տեղի հայկական միությունները համակարգող խորհրդի մի խումբ անդամների հետ: Հանդիպման ընթացքում քննարկվել են Արցախ-Սփյուռք փոխգործակցության ամրապնդման առնչվող հարցեր:

ՀԱՄԱՆԵՐՄԱԲ ԱՅՍ Է ԱՐՁԱԿՎԵԼ 462 ԴԱՎԱՊԱՐԿՈՒՄ

Հայաստանի արդարադատության նախարարության քրեակադրողական հիմնարկներից, 2013 թվականի հոկտեմբերի 10-ի րվյալներով, համաձայնեցված կիրառմամբ, ազատ է արձակվել 462 դատապարտյալ: Համաձայնեցված իրականացել է Հայաստանի Ազգային ժողովի հոկտեմբերի 3-ի «Հայաստանի անկախության հռչակման 22-րդ տարեդարձի կապակցությամբ համաձայնեցված հայտարարելու մասին» որոշման համաձայն:

ԲԱՅՎԵԼ Է ՇԵՐԻԿ ՄԱՅՍԻ ԳԻՄԱՐԱՆՔՈՒԹՅԱՆ

Հենրիկ Մալյանի (ծնվել է Վրաստանի Թելավի քաղաքում, մահացել է 1988թ. Երևանում, 63 տարեկան հասակում) անվան կինոդերասանի թատրոնի գլխավոր մուտքի պարին զեպտեված բրոնզաձուլ դիմաքանդակի բացման պարիով վերապահվել է Երևանի քաղաքապետ Տարոն Մարգարյանի եւ Հենրիկ Մալյանի դստերը՝ Նարինե Մալյանին:



Քանդակի բացման արարողությանը մասնակցել են նաեւ Հենրիկ Մալյանի ընտանիքի անդամները, արվեստագետներ, թատրոնի դերասաններ ու արվեստասերներ: Դիմաքանդակի հեղինակը քանդակագործ Տարիել Հակոբյանն է: Հեղինակի խոսքով, նա փորձել է դիմաքանդակում ներկայացնել հայ նշանավոր կինոդերասանի անչափ պարզ, անմիջական ու ջերմ ներաշխարհը:

ՄՇԱԿՈՒՅՑ

ՀԱՆԴԻՊՈՒՄ ԳԻՎԻ ՀԱՆՆԱԶԱՐԻ ՇԵՏ

«Հանդիպումը թարգմանչի հետ՝ Գրողների տանը» մշակութային նոր ծրագրի մեկնարկը Վրաստանի գրողների միությունը սկսեց թբիլիսիցի ճանաչված բանաստեղծ-թարգմանիչ Գիվի Շահնազարի հետ հանդիպումով, որը կայացավ սեպտեմբերի 8-ին, մայրաքաղաքի գրական դաշտի ներկայացուցիչների մասնակցությամբ:

Գիվի Շահնազարի ընդգրկում, ո՛չ ավել, ո՛չ պակաս, միջնադարից մինչև մեր օրերը ամփոփող հայ քնարերգության մեծագույն փայլուն թարգմանության շնորհիվ է, որ այսօր վրաց ընթերցողը ծանոթանում ու հարգողական վերաբերմամբ է հայ գրականությանը: Հենց այդ անուրանալի և երկուստեք շնորհակալ վաստակի արժեւորումն է, որ պետք է դիտել Վրաստանի գրողների տանը կայացած երեկոյն:

Անթաքայն է ուրախացնող զարմանքով ներկայացրել լսեցին իրենց ավագ գրչակցի Զեմ, հուզիչ, գարնանալիորեն վարակիչ ու համուռոտով խոսքը: Իր ստեղծագործական տրամաբան, գտնված բառի ու պատկերի վերածված զգացմունքներ:

Քի մասին դրվագները ներդաշնակորեն ամբողջացան իր հեղինակի կողմից, իր թարգմանությունների ընթերցումով: Եվ Շահնազարյանական ընթերցումը մեկ այլ հարազատությամբ ու նաեւ վրաց ընթերցողին հարազատ շնչով հնչեցրեց Նարեկացի, Քուչակ, Սայաթ-Նուվա, Իսահակյան, Չարենց, Տերյան, Պարույր Սեւակ... Մեծ արվեստագետին շնորհակալության անկեղծ խոսքեր ու նրան ձոնված իրենց ստեղծագործությունները հղեցին բանաստեղծուհի Միմոզա Ցանավան, բանաստեղծ Միխայիլ Անանովը, Վրաստանի հայերի միության նախագահ Հենրիխ Մուրադյանը և ուրիշներ:

ՋՈՒԼԻԵՏԱ ԲԱՂԱՅԱՆ

ՏԱՐԵԼԻՑ



ՖՈՒՏԲՈՒՆ ԱՐՔԱՆ ԿԱՅՅԵԼԻ ԹԲԻԼԻՍԻ

Լեգենդար բրազիլացի ֆուտբոլիստ, «Ֆուտբոլի արքա» Պելեն հոկտեմբերի վերջին, եռօրյա այցով, կժամանի Թբիլիսի:

72-ամյա մախկին ֆուտբոլիստը կայցելի Վրաստանի մայրաքաղաք, որտեղ հյուրի կարգավիճակով ներկա կգտնվի երիտասարդական թիմերի մրցաշարին: Այն նվիրված է լինելու համաշխարհային ֆուտբոլի 150-ամյակին և վրացական ֆուտբոլի 115-ամյակներին:

Այցի ժամանակ Պելեն հանդիպումներ կունենա Վրաստանի կառավարության անդամների, ֆուտբոլի ֆեդերացիայի ներկայացուցիչների և ֆուտբոլային հանրության հետ:

Չի բացառվում որ, բրազիլացին հանդիպի նաեւ իր անվանակից Պելե Գուրուլիի հետ, ով ծնվել է 1970 թվականի հունիսի 14-ին Քութայիսիում, երբ այդ ժամանակ Մեքսիկայում անցկացվում էր Աշխարհի առաջնությունը, որում Պելեն ճանաչվեց մրցաշարի լավագույն ֆուտբոլիստ:

ԲԱՐԵԳՈՐԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ԱՍՏՎԱԾԱՅԻՆ ԳՈՐԾ

ՍԱԹԽԱՆ ՀՊԱՐՏԱՆՈՒՄ Է ԻՐ ԶԱՎԱԿՆԵՐՈՎ

Օգոստոսյան պայծառ առավոտվա անորոշ միանգամից խանգարվեց, երբ գյուղ մտան ինքնաթիռ մեքենաները՝ ծանրաբեռ ու աղմուկ: Գյուղացիները զարմացած հայացքներով ուղեկցեցին մեքենաների շարասյունը: Կառույցը Կոբայրյան «Ղնդունեց» մեքենաները, որոնց բեռը՝ ավազը, լցվեց փողոցը: Վարորդները «գրանցվեցին», և շարասյունը ուղղություն վերցրեց դեպի ավազահանք: Այստեղ նրանց սպասող Սամվել Անանիյանը սկսեց շտապեցնել ավազ բարձրներին:

Շտապում ու շտապեցնում են Կառույցն ու Սամվելը: Բարեգործների եռյակին՝ Արթուր Իսոյանին, Անդրանիկ Մկրտչյանին և Արթուր Կոբայրյանին խոսք են տվել գործին արագ թափ հաղորդել, կարճ ժամանակում հարթեցնել, խճապատել ու կարգի բերել գյուղամիջյան ճանապարհները, որոնց երկարությունը 10 կիլոմետրից ավելի է:

Նախաձեռնողները սաթխացի երեք երիտասարդներն էին, ովքեր ապրում ու աշխատում են Ռուսաստանի Դաշնությունում, բայց հազար թելերով կապված են հայրենի գյուղի հետ, հեռվից ու մոտիկից մասնակից են լինում գյուղում կատարվող իրադարձություններին: Եվ նրանց մասնակցությունը միշտ գոհունակությամբ է ընդունվում համագյուղացիների կողմից:

Արթուր Կոբայրյանը ապրում է աշխատում է Խաբարովսկ քաղաքում: Նրա ղեկավարած շինարարական ֆիրմայում 300-ից ավելի շինարարներ են աշխատում: Եվ, որ պակաս կարելու չէ, նրանց մեծ մասը ջավախահայեր են: Ֆիրման իրականացնում է շինանյութերի արտադրություն, քաղաքացիական ու արդյունաբերական օբյեկտների, երկաթգծի շինարարություն:

Մոսկվայում է ապրում և աշխատում Արթուր Իսոյանը, ղեկավարում է հացամթերքների արտադրության միավորումներից մեկը, աշխատանքով ու կայուն վաստակով ապահովում մի քանի տասնյակ հայրենակիցների, օգնում նրանց շատ հարցերում:

Անդրանիկ Մկրտչյանի երկրորդ հայրենակցին:

ՕԼԻՄՊԻԱԿԱՆ ԽԱՂԵՐ

ՎՐԱՍՏԱՆԻ ՄԱՍՆԱԿՅՈՒԹՅԱՆ ԿՈՂՄ ԵՎ ԴԵՏ ՀԱՆՎԱՄԱՆՔՆԵՐԸ

Դեռևս անցյալ շաբաթ Սոչիում կայանալիք Օլիմպիական խաղերի վերաբերյալ Վրաստանի կառավարությունը հանդես եկավ հատուկ հայտարարությամբ, ըստ որի, «Վրաստանի Ազգային օլիմպիական կոմիտեն Վրաստանի կառավարության աջակցությամբ բարի կամք է դրսևորել և, ելնելով ռուս-վրացական հարաբերությունների կարգավորման կարելությունից, որոշում է ընդունել մասնակցել 2014 թվականին Սոչիում կայանալիք Օլիմպիական խաղերին: Դժբախտաբար, ռուսական կողմը դեռ արժանիորեն չի գնահատել Վրաստանի կողմից բարի կամքի դրսևորումը»:

Թեպետ, հայտարարությանը հաջորդած իրադարձությունները կրկին հարցականի տակ դրեցին խաղերին Վրաստանի մասնակցության ծրագրերը: Բանն այն է, որ Վրաստանում բողոքի ակից է առաջացրել այն որոշումը, համաձայն որի, Ռուսաստանում օլիմպիական կրակը տանողներից մեկը դարձել է 2008 թվականի օգոստոսյան պատերազմի մասնակից, ռազմական օդաչու Իվան Նեչաևը: Խաղերին Վրաստանի մասնակցության դեմ շարժումը նախաձեռնողները, որոնք իրականացնում են ստորագրահավաքը: Նրանք երկրի վարչապետին, Ազգային օլիմպիական կոմիտեի նախագահին և սպորտի ու երիտասարդության հարցերի նախարարին ուղղված դիմումով կոչ են անում հրաժարվել խաղերին մասնակցությունից:



ԱՐԽԱՋԻԱՆ ԵՎ ՀԱՐԱՎԱՅԻՆ ՕՍԵԹԻԱՆ ՕԼԻՄՊԻԱԿԱՅԻՆ ԱՆԿԱՆ ԿԱՐԳԱՎԻՃԱԿՈՎ ԳԵՆ ՄԱՍՆԱԿՅԻ

Միջազգային օլիմպիական կոմիտեն (ՄՕԿ) Վրաստանի ազգային օլիմպիական կոմիտեին ուղարկած նամակում հավաստիացրել է, որ Սոչիի Օլիմպիական խաղերի անկախ պետությունների կարգավիճակով Աբխազիայի և Հարավային Օսեթիայի մասնակցությունն անհնարին է:

ՄՕԿ-ի պատասխանում նշված է, որ Օլիմպիական խաղերի համաձայն, ՄՕԿ-ը չի ճանաչում ո՛չ Աբխազիան, ո՛չ էլ Հարավային Օսեթիան, այլ ճանաչում է բացառապես Վրաստանի ազգային օլիմպիական կոմիտեն, որի իրավասությունը տարածվում է Վրաստանի ամբողջ տարածքի վրա, ինչպես դա ճանաչված է ՄԱԿ-ի և միջազգային հանրակցության կողմից:

Ավելի վաղ, վրացական կողմը դիմել էր ՄՕԿ և Սոչիի Օլիմպիական խաղերի անկախ պետության խմբին՝ պահանջելով թույլ չտալ Օլիմպիական խաղերին Աբխազիայի և Հարավային Օսեթիայի մասնակցությունն անկախ կարգավիճակով:

4x4 grid with numbers 1-48 placed in various cells, representing a crossword puzzle.

ՆԱԽՈՐԴ ՀԱՄԱՐԻ ԽԱՉԲԱՌԻ ՊԱՏԱՍԽԱՆՆԵՐԸ
ՀՈՐԻՉՈՆԱԿԱՆ. 6.Քաղաք թուրքմենստանում: 9.Ոսկի, ... բրոնզ: 10.Քաղաք Ֆրանսիայում: 11.Թ.Սանիկիժե, Ե.Խաղուրի, Դ.Սերգեյենկո: 12.Շատ ուժեղ: 14.Կուտակած որոշակի դրամ: 16.Պիոներ, ... կոմունիստ: 18.Անձրեազուրկ եղանակ: 20.Սպարապետ ... Սամիկոնյան: 21.Ծնունդով Ջավախքից, «Կիրահայերի միասնություն» կազմակերպության նախագահ ... Կարդապետյան: 25.Լարային նվագարան: 26.Ժամացույցի մաս: 28.Ուրի, թշնամի: 29.Երաժշտական գործիք: 30.«Միմինո» ֆիլմում հայտնի վրացի հերոս: 31.Միջնորդ դառնալ: 33.Երիտասարդ հայ երգիչ: 34.Երազանք, անուրջ: 36.Հացի տեսակ: 40.Զերոս «Վերվարածները» սերիալում: 41.Պատրաստ, հոծարակամ: 43.Ոչ լրիվ, թերի: 44.Կիսաթանկարժեք քար: 45.Ոչ հայրենասեր, դավաճանող: 46.Քաղաք Հայաստանի հարավում: 47.Հայ գրականագետ ... Չոպանյան: 48.Անհետացած պետություն:
ՈՐՈՂԱՅՈՒՆ. 1.Միշտ, անընդհատ: 2.Հավի ստամոքսը: 3.Աշակերտի լսարանը: 4.Երգ-երաժշտությամբ զբաղվող: 5.Գյուլների ծանրամարտիկ ... Ավրայան: 7.Երկնիչ թիվ: 8.Նոր վառվող: 13.Փաստաթուղթ վավերացնող: 14.Ապագա, եկող ժամանակ: 15.Երաշխիք տվող: 17.Թանգարան Ռուսաստանում: 19.Տառերի աման: 20.Եկեղեցու, վանքի սպասավոր: 22.Գաղտնի-այի գլխավոր քաղաքը: 23.Կինոցուցադրում: 24.Մեքենայի տեսակ: 25.Թելատու բույս: 27.Հեռախոսային բառ: 31.Դերձակի գործիք: 32.Վիրահայ գրող Ծ.Թորոմյանի պատմվածքներից «...ս գլխիդ»: 33.«...» լրատվական ծրագիր («Շամթ»): 35.Գաղտնի խաչազուլուխ ..., սաս: 37.Քաղաք Արարատի մարզում: 38.Մրցույթի վայր: 39...յան վազը: 41.Ֆ.Դոստոևսկի «Ոճիր և ...»: 42.Ե՛վ քաղաք, Ե՛ւ ԱՄՆ պրեզիդենտ, Ե՛ւ դերասանուհի:
Կազմեց ԱՆՆԱ ՍԱՐԻԲԵԿՅԱՆԸ

ՆԱԽՈՐԴ ՀԱՄԱՐԻ ԽԱՉԲԱՌԻ ՊԱՏԱՍԽԱՆՆԵՐԸ
ՀՈՐԻՉՈՆԱԿԱՆ. 7.Մեծատառ: 9.Ուլունք: 10.Իրի: 11.Հոփկինս: 13.Նպաստ: 16.Վեա: 17.Աին: 19.Պլունք: 22.Քլինք: 24.Հեռու: 25.Պահո: 27.Բուֆալո: 29.Անբաս: 32.Բանգլոկ: 33.Քառակ: 35.Աբակ: 37.Խոկ: 39.Արին: 40.Չոյս: 43.Կեղ: 44.Շոյ: 47.Վաչ: 49.Ակակի: 50.Ավիա: 53.Անոտ: 54.Սեռ: 55.Ալամ: 57.Կուտ: 58.Ուտրեխտ:
ՈՐՈՂԱՅՈՒՆ. 1.Չեղով: 2.Դաբլա: 3.Ֆախն: 4.Քուլին: 5.Քուրա: 6.Աքոտ: 8.Ռոսիա: 12.Փերի: 14.Պելե: 15.Մուն: 18.Գթալ: 19.Պռուց: 20.Ուտարբիկ: 21.Բրաս: 23.Նպատակ: 26.Հոբի: 28.Ուրախ: 29.Անձ: 30.Ակար: 31.Ականջ: 34.Ռոկոկո: 36.Կար: 38.Օյա: 41.Թվիստ: 42.Աչառու: 45.Չառ: 46.Ցատկ: 48.Տիար: 51.Ալե: 52.Անո: 56.Ախ:

Խմբագիր՝ ՎԱՆ ԲԱՅԲՈՒԹՅԱՆ

Մեր հասցեն՝ Թբիլիսի 0105 Գ.Աթոնելի փ. 5 Հեռ. 2990-739, 2990-774 www.vrastan.ge skype: VRASTAN-1920 E-mail: vrastan@caucasus.net

Գրանցման վկայական № 4 4 - 1439 «ԿՈԼՈՐ» իրատարակչություն

«BPACTAN» Тбилиси, Грузия <VRASTAN> Georgia, Tbilisi Индекс 66445