ԿՐԹԱԿԱՆ

ՄԻԽԵԻԼ ՉԽԵՆԿԵԼԻ. «ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏՈՒԿ ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ՝ ՊԵՏԱԿԱՆ ԼԵԶՎԻ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆԸ»

Կառավարությանը վստահություն հայտնելու հարցի շուրջ խորհրդարանում ընթացող կոմիտետային լսումներին ԿԳ նախարար Միխեիլ Չխենկելին խոսել է բոլոր մակարդակներում կրթության համընդհանուր մատչելիության անհրաժեշտության մասին:

Նախարարի կարծիքով, այսօր կրթության համակարգի զարգացման գլխավոր խնդիրը կրթության որակի բարձրացումն է, դրանց միջազգային չափանիշներին համապատասխանեցումը եւ կրթության յուրաքանչյուր մակարդակի ինկլյուզիվության ապահովումը:

Քաղաքի եւ գյուղի դպրոցների միջեւ միջնակարգ կրթության տեսանկյունից առկա խնդիրները լուծելու համար, նախարարի խոսքով, առանձնահատուկ շեշտ կդրվի գյուղի դպրոցները կրթական կենտրոններ դարձնելու վրա, որը կմիավորի մանկապարտեզները, դպրոցը, մասնագիտական կրթական ծրագրերը, գրադարանը, սպորտային եւ ստեղծագործական ակումբները: Ազգային փոքրամասնություններով բնակեցված շրջաններում, առանձնահատուկ ուշադրություն կդարձվի պետական լեզվի ուսուցմանը: Սակայն, դեռահասների հետ միասին, կրթական ակտիվություններին մասնակցելու հնարավորություն կունենա նաեւ չափահաս բնակչությունը:

2018 ԹՎԱԿԱՆԻՆ ԿԲԱՐՁՐԱՑՎԻ ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ԱՇԽԱՏԱՎԱՐՁԸ

2018 թվականից ուսուցիչների աշխատավարձերը զգալիորեն կբարձրանան, այս մասին խորհրդարանական լսումների ժամանակ ասել է կրթության եւ գիտության նախարար Միխեիլ Չխենկելին:

Ուսուցիչների աշխատավարձերի վերջին բարձրացումը եղել էր 2017 թվականի հունվարին:

- Բացի այդ, նվազագույնի են հասցվել բյուրոկրատական ընթացակարգերը, որպեսզի ուսուցիչները ժամանակ հատկացնեն մասնագիտական կրթությանը,- ասել է Չխենկելին՝ օրենսդրին ներկայացնելով իր ծրագրային առաջարկները:

ԿՈՆՖԵՐԱՆՍ՝ ՆՎԻՐՎԱԾ ՈՉ ՎՐԱՑԱԿԱՆ ԿՐԹՕՋԱԽՆԵՐԻ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԻՆ

Կրթության ոլորտի արդի հարցերի շուրջ, դեկտեմբերի 18-19-ը, Վրաստանի խորհրդարանի կրթության, գիտության եւ մշակույթի հանձնաժողովի նախաձեռնությամբ եւ փորձառություն անցնող ուսանողների աջակցությամբ, կայացավ երկօրյա կոնֆերանս՝ նվիրված ներառական կրթության մատչելիությանն ու կրթության տարբեր աստիճաններում որակի ապահովմանը, ազգային փոքրամասնությունների ներկայացուցիչների համար կրթության հասանելիությանը, համակարգում երիտասարդության ընդգրկվածության մեծացմանը, ապացույցների, հետազոտությունների արդյունքներին, որոնք կարեւոր հիմք կարող են հանդիսանալ կրթական համակարգի բարեփոխման ընթացքում:

Միջոցառումը բացեց խորհրդարանի Կրթության, գիտության եւ մշակույթի հանձնաժողովի նախագահ Մարիամ Ջաշին:

Քննարկմանը մասնակցում էին խորհրդարանի անդամներ, պետական կառույցների, ոչ կառավարական, հետազոտական եւ միջազգային կազմակերպությունների ներկայացուցիչներ:

Կոնֆերանսի գլխավոր թեման ոչ վրացալեզու դպրոցների ուսուցիչների մասնագիտական զարգացման մարտահրավերների ու ձեռքբերումների, ազգային փոքրամասնությունների կրթության հասանելիության աջակցության հարցն էր:

Կոնֆերանսի աշխատանքներին մասնակցեցին եւ ելույթներ ունեցան Վրաստանի կրթության նախարարի տեղակալ Լիա Գիգաուրին, Ախալքալաքի մունիցիպալիտետի ռեսուրս-կենտրոնի ղեկավար Թերեզա Չիվչյանը, Ծալկայի եւ Մառնեուլիի մունիցիպալիտետների ռեսուրս-կենտրոնների ղեկավարներ Արսեն Ջմուխաձեն եւ Կենան Օմարովը, ՄԱԿ-ում Վրաստանի երիտասարդության ներկայացուցիչ Գիորգի Թումասյանը եւ ուրիշներ:

ԿԱՐԻՆԵ ՄԱՆՈՒԿՅԱՆ
Վրաստանի ԿԳ նախարարության փորձագետ

ՁՄԵՌԱՅԻՆ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ԱՐՁԱԿՈՒՐԴՆԵՐԸ ԿՍԿՍՎԵՆ ԴԵԿՏԵՄԲԵՐԻ 30-ԻՑ

Վրաստանի պետական դպրոցներում ձմեռային արձակուրդները կսկսվեն դեկտեմբերի 30-ից եւ կշարունակվեն երկու շաբաթ՝ մինչեւ հունվարի 15-ը: Ինչ վերաբերում է մասնավոր դպրոցներին եւ բուհերին, ապա, դրանք իրենք են սահմանելու ձմեռային արձակուրդի ժամկետները:

Նշենք, որ Վրաստանում գործում է 2085 պետական դպրոց, իսկ հանրային եւ մասնավոր դպրոցների աշակերտների թիվը կազմում է 575 հազար:

ՈՂՋՈՒՆԵԼԻ ԱՎԱՆԴՈՒՅԹ՝ ՇԱՀՈՒՄՅԱՆԻ ՀԱՆՐԱՅԻՆ ԴՊՐՈՑՈՒՄ

Ձմռան առաջին օրն էր... Շահումյանի թիվ 1 հանրային դպրոցում տոնական տրամադրություն էր: Մայրենիի վաստակաշատ ուսուցչուհի Սուսաննա Չիրքինյանի եւ երիտասարդ ուսուցիչների ջանքերով, կազմակերպվել էր տոնական միջոցառում՝ նվիրված շահումյանցիների սիրված տոներից մեկին՝ «Քաղցր պառավես», որը տոնվում է ձմռան առաջին շաբաթվա ուրբաթ օրը:

Ըստ ժողովրդական ավանդույթի, այդ օրը բոլոր ընտանիքներում եփվում է «Քաշկա» ճաշատեսակը: Մարդիկ փոխհյուրընկալվում են, վայելում «Քաշկան» եւ միմյանց քաղցրավենիք հյուրասիրում, բարեմաղթում՝ «Քաղցր պառավես», այսինքն՝ երջանիկ ծերանաս: Ի դեպ, տոնը ամանորյա քաղցրավենիքի տոն է դառնում նաեւ, որովհետեւ հուրասիրում էին տատիկները՝ հրամցնելով իրենց պատրաստած ու խնայած չուրչխելը եւ չիր ու չամիչը...

Այդ օրը եւս «քաղցր» ու «անուշ» էր ձեւավորված սրահը, եւ աշակերտները մեծ հաջողությամբ ու զավեշտով էին ներկայացնում ավանդապաշտ շահումյանցի ընտանիքի տոնական օրը՝ համեմված հարազատ բարբառով եւ երգիծանքով: Առանձին աշակերտներ սիրով ներկայացրին լավաշ թխելու, գաթայի եւ այլ ավանդական արարողություններ, իսկ շահումյանցի փոքրիկ աղջնակի «Նազանին» հիացրեց բոլորին: Մեծ էր տպավորությունը եւ իր մեջ խորհուրդ կրող՝ սիրենք մեր ավանը, պահենք, պահպանենք մեր ավանդույթները եւ փոխանցենք սերունդներին:

ՋՈՒԼԻԵՏԱ ՍԱՂԱԹԵԼՅԱՆ
Կրթօջախի փոխտնօրեն
Մառնեուլիի մունիցիպալիտետ
Շահումյան ավան

ԱՄԱՆՈՐԻՆ ԸՆԴԱՌԱՋ

ՄԻՆՉԵՎ 2018 Թ. ՄՆԱՑԵԼ Է 9 ՕՐ. ԵՍ ԴԵՂԻՆ ՇՈՒՆՆ ԵՄ

Գալիք՝ 2018թ. առաջնորդող մոլորակը Յուպիտերն է, որին բնորոշ են ապագայի հանդեպ հավատը, լավատեսությունը, բարեհաջող փոփոխությունների հույսերը: Նոր՝ Դեղին Շան տարին մեզանից պահանջում է նման տրամադրվածությամբ դիմավորել իրեն: Եվ դա հարկավոր է սկսել դեկտեմբեր ամսից, քանի որ տարին եզրափակող ամիսն իր մեջ մեծ խորհուրդ է բովանդակում: Որպեսզի դեկտեմբեր ամսի մոգական հնարավորություններն առավելագույնս օգտագործվեն, ուշադիր գտնվենք ամսվա առանձնահատուկ էներգետիկ ուժով հագեցած օրերին:

Դեկտեմբերի 23 - Ձեր ժամանակը փորձեք տրամադրել հոգեւոր որոնումներին: Մոռացեք եւ վանեք ձեզանից չար մտքերը, զբաղվեք ինչպես մարմնի արտաքին, այնպես էլ՝ ներքին մաքրությամբ, կարդացեք հոգեւոր գրականություն: Ներողամիտ գտնվեք շրջապատողների՝ կամա-ակամա վիրավորանքների նկատմամբ:

Դեկտեմբերի 24 - Աղոթքը մեծ ուժ է ձեռք բերում. այցելեք եկեղեցի: Ցանկացած բառ իր մեջ մեծ խորհուրդ է պարունակում, ուստի խուսափեք սին խոստումներից:

Դեկտեմբերի 25 - Մաքրման ու կերպարանափոխման օր է, ձեզ նոր մտքեր են այցելում: Ազատվեք նաեւ հին իրերից: Օրգանիզմի մաքրման համար խմեք բուժիչ խոտաբույսերով թեյ: Ամենաբարի սպասումներով, հույսերով ու լավատեսությամբ տրամադրված զարդարեք տոնածառը. ցանկալի է այդ անել խմբովի: Չմոռանաք տոնածառից կախել ձեր նպատակներին համապատասխանող խաղալիքներ. եթե տուն եք ուզում՝ տնակ, եկամուտ՝ մանրադրամ, ամուսնանալ՝ մատանի, ավտոմեքենա՝ խաղալիք մեքենա...

Դեկտեմբերի 26 - Մարդկանց հետ ձեր փոխհարաբերությունների փորձնական շրջան է, ուստի, ցանկացած շփման մեջ կարեւոր է զուսպ լինել:

Դեկտեմբերի 28 - Ինչ սկսել եք, ավարտին հասցրեք: Եղեք ազնիվ, հոգով ամուր, անսասան: Խորհուրդ է տրվում ուտելիքում լինել չափավոր:

Դեկտեմբերի 29 - Օգնեք կարիքավորներին, ողորմություն բաժանեք: Միտքը մաքրեք ու սրբագործեք աղոթքով:

Դեկտեմբերի 31 - Օրվա էներգիան մղում է ստեղծագործության, այնպես որ, առաջիկա տոնը խոստանում է լինել կենսուրախ եւ լուսավոր: Առջեւում լիալուսին է, իսկ դա նշանակում է հույզերի առատություն: Լուսինը հրավիրում է Նոր տարին նշել ընտանիքի հետ, ծիծաղել, կատակել, նոր ծանոթություններ հաստատել եւ զվարճանալ:

Ուրախ տոն բոլորիս եւ երջանիկ Նոր տարի:

ՋՈՒԼԻԵՏԱ ԲԱԴԱԼՅԱՆ

...ԵՎ ԼՈՒՅՍԵՐՈՎ ՇՈՂՇՈՂԱՑ ԵՐԿՐԻ ԳԼԽԱՎՈՐ ՏՈՆԱԾԱՌԸ

ԹԲԻԼԻՍԻՈՒՄ ԲԱՑՎԵԼ ԵՆ ԱՄԱՆՈՐՅԱ ՏՈՆԱՎԱՃԱՌԱԿԵՏԵՐ

(Սկիզբը՝ 1-ին էջում)

Ավելացնենք, որ Թբիլիսիի տարբեր շրջաններում սկսել են գործել ամանորյա տոնավաճառակետեր: Դրանք տեղադրվել են մայրաքաղաքի Գլդանի-Նաձալադեւիի, Դիդուբեի, Վակե-Սաբուրթալոյի եւ Իսանի-Սամգորիի շրջանների 16 վայրերում: Դրանք գործելու են մինչեւ հունվարի 14-ը:

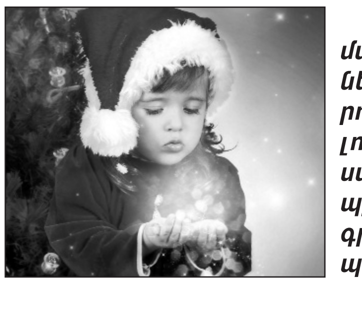
Ավելի վաղ, քաղաքագլուխ Կախա Կալաձեն խոստացել էր, որ Ամանորի կապակցությամբ տոնական միջոցառումները, իհարկե, ժողովրդական են լինելու եւ մեծ մասամբ անցկացվելու են մայրաքաղաքի ծայրամասերում՝ Գլդանիի եւ Սամգորիի շրջաններում, ինչպես նաեւ Թբիլիսիի պատմական մասում: Ժամանցային միջոցառումները Թբիլիսիում անցկացվելու են դեկտեմբերի 24-ից մինչեւ հունվարի 7-ը:

Դեկտեմբերի 31-ին մետրոն ուղեւորներին կսպասարկի ողջ գիշերվա ընթացքում: Բացի այդ, կհատկացվեն հատուկ ավտոբուսներ, որոնք ուղեւորներին կհասցնեն մինչեւ ամանորյա համերգների անցկացման վայրեր:

ՀԱՐՑ - ՊԱՏԱՍԽԱՆ ✵ ԱՅԼԱԶԱՆ ✵ ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ

ՎԱՐՎԵԼԱԿԵՐՊ

ԵՐԵԽԱՆԵՐԻՆ ՉԻ ԿԱՐԵԼԻ ԱՍԵԼ` ՀՐԱՇՔՆԵՐ ՉԵՆ ԼԻՆՈՒՄ, ՆՐԱՆՔ ԹԵՐԱՀԱՎԱՏ ԿԴԱՌՆԱՆ



Մոտենում է Նոր տարին` թե' մանուկների եւ թե' մեծահասակների համար նոր սպասումներով հագեցած ժամանակը: Բոլորը, հատկապես մանուկները, սպասում են հրաշքի` Ձմեռ պապից, Սանտա Կլաուսից...Նամակ` գրում, նվերների սպասում: Ինչպե՞ս վարվել...

Մ. ՍԵՐՈԲՅԱՆ

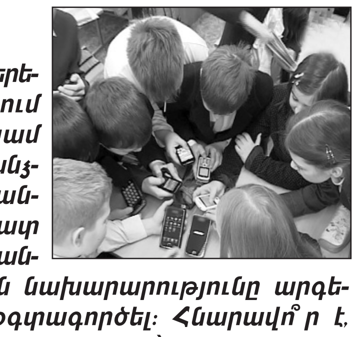
Ախալքալաքի

Ասում են` Ամանորին երազանքները կատարվում են: Մեր մոլորակի փոքրիկ բնակիչներն արդեն սկսել են գրել իրենց նամակները երազանքների գլխավոր իրականացնող Ձմեռ պապին: Սակայն, երեխա ունեցող յուրաքանչյուր ծնողի մոտ սկսում է հարց առաջանալ. արդյոք, լա՞վ է թողնել երեխային հավատալ Ձմեռ պապին, թե՞ անհրաժեշտ է միանգամից ասել նրան, որ դա ընդամենը հորինված պատմություն է: Ըստ հոգեբանների, հեքիաթի սպասումը, երազանքի իրականացման զգացումը ապրում է գրեթե բոլոր երեխաների մեջ. «Շատ ծնողներ խրախուսում են, որ իրենց երեխաները հավատան Ձմեռ պապին, կամ այլ լեգենդներ, որտեղ բարի հրաշագործները նվերներ են բերում երեխաներին: Բայց կան եւ ծնողներ, ովքեր համառորեն դիմադրում են այդպիսի ավանդույթներին: Նման ծնողները գտնում են, որ իրենց երեխաները, մեծանում են մանկամիտ, եւ, վաղ թե ուշ իմանալով իրականությունը, խորապես հիասթափվում ու սկսում են կասկածով վերաբերվել կյանքի երեւույթներին: Երեխայի խաղում միշտ առկա են հորինված պատկերներ, եւ նրանց դուր է գալիս երեւակայել: Ամանորյա հրաշքին եւ Ձմեռ պապին հավատալը իր հետքն է թողնում երեխայի անձի ձեւավորման վրա: Հատկապես կարեւոր են ամանորյա դրական սիմվոլները` Ձմեռ պապը, Ձյունանուշը, տոնածառը, ամանորյա նվերները:

Հոգեբանները նշում են, որ անկախ նրանից, թե ինչպիսի տարի է եղել, կամ ինչ ֆինանսական վիճակում եք գտնվում, երեխաների հետ համատեղ պետք է պատրաստվել Ամանորին, նրանց տոն պարգեւել, քանի որ հրաշքին հավատալը օգնում է կյանքի տարբեր իրավիճակներում. «Կախարդական, դրական երեւույթների հանդեպ հավատը օգնում է երեխաներին ավելի հեշտ հաղթահարել սթրեսները, զարգացնում է երեւակայությունը, ստեղծագործական մտածողությունը: Նման երեխաներն ավելի շփվող են, բարյացակամ: Հրաշքի հանդեպ հավատը օգնում է նաեւ ձեռք բերել ինքնավստահություն: Երեխան մեծանալով` կարողանում է հասնել իր նպատակներին, ընդունել կարեւոր որոշումներ»:

ՀՐԱՏԱՊ

ԿԱՐԳԵԼՎԻ՞, ԱՐԴՅՈՔ, ԲՋՋԱՅԻՆ ՀԵՌԱԽՈՍԸ ԴՊՐՈՑՆԵՐՈՒՄ



Հաճախ, դասերի ժամանակ երեխաների ուշադրությունը շեղվում է որեւէ հեռախոսազանգից կամ հաղորդագրության ձայնից: Առանձնապես, երբ այդ հեռախոսազանգը կամ հաղորդագրությունը շատ բարձր է հնչում: Լսել եմ, որ Ֆրանսիայի դպրոցներում կրթության նախարարությունը արգելում է բջջային հեռախոսներ օգտագործել: Հնարավո՞ր է, որ այդ արգելքը տարածվի նաեւ մեզ մոտ` Վրաստանում:

Ա.ՄԿՐՏՉՅԱՆ

Թբիլիսի

Իրականում, Ձեր բարձրացրած հարցը ոչ միայն հրատապ է, այլեւ կարելի է ասել, ներառում է նաեւ որոշակի բարոյահոգեբանական բաղադրիչ: Իհարկե այն, որ երեխաները դասերին, ուսուցչին լսելու փոխարեն, զբաղվում են իրենց բջջայիններով, մեղմ ասած, սխալ է: Բայց մյուս կողմից, բջջայինի արգելումը, առանձին «վայ իրավապաշտպանների» կողմից կարող է ընկալվել որպես մանուկների իրավունքների ոտնահարում:

Սակայն, բարեբախտաբար, այդպես չեն մտածում ժողովրդավարական Եվրոպայում: Մասնավորապես, հաջորդ ուսումնական տարվանից Ֆրանսիայի դպրոցներում դպրոցականներին կարգելվի իրենց հետ բերել բջջային հեռախոսներ: Այդ մասին տեղեկացրել է The Times-ը:

Բջջային հեռախոսները կարգելվեն տարրական եւ միջնակարգ դպրոցներում: Արգելքը չի առնչվում լիցեյներին:

Ֆրանսիայի կրթության նախարարության հավաստմամբ, արգելքը կնպաստի դպրոցականներին մարզահրապարակ վերադարձնելուն:

Գերադասելի կլիներ նաեւ սույն նորամուծությունը ներդնել նաեւ Վրաստանի դպրոցներում, քանի որ դա կնպաստեր ոչ միայն երեխաներին մարզահրապարակ վերադարձնելուն, այլեւ դասաժամերին երեխաների ուշադրության շեղումների վերացմանը:

ՀԱՐԱԲԵՐՈՒԹՅՈՒՆ

ԱՄԱՆՈՐԻ ՃԱՇԿԵՐՈՒՅԹ. ՕԳՏԱԿԱՐ` ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱՐ

Մոտենում է Ամանորը` հրաշքների եւ փոփոխությունների ժամանակը: Սակայն, որպեսզի մեր կյանքում փոփոխություն լինի, պետք է սկսել կատարել այն, ինչ նախկինում չենք արել, օրինակ` փոփոխել տոնական ճաշկերույթի բնույթը, պատրաստել ոչ միայն բազմազան, այլեւ օրգանիզմի համար օգտակար ճաշատեսակներ:

Պարտադիր չէ Ամանորի տոներին օրգանիզմը ենթարկել սթրեսի եւ փորձել առողջության ամրությունը:

Ահա 3 պարզ կանոններ, որոնք կօգնեն պահպանել լավ ինքնազգացողություն.

* ալկոհոլի չափավոր օգտագործում,
* ավելի քիչ յուղոտ սնունդ,
* քաղցրեղենի սահմանափակում:

Ալկոհոլի անվտանգ չափաքանակը` երեկոյի ընթացքում 300 գրամ շամպայն կամ չոր գինի, կամ 100 գրամ ավելի թունդ խմիչք: Մի մոռացեք, որ ալկոհոլը չի կարելի խառնել գազավորված ըմպելիքների հետ, քանի որ դրանք ուժեղացնում են ալկոհոլի ազդեցությունը: Եթե խմում եք գինի, ապա հիշեք, որ չարժե կարմիր եւ սպիտակ գինու հետ օգտագործել այլ ալկոհոլային խմիչքներ: Եվ ընդհանրապես, խմիչքներ ընտրելիս` սկսեք թույլ ալկոհոլայինից դեպի թունդը եւ ոչ թե հակառակը: Օրինակ` կոնյակ խմել շամպայնից հետո:

Գինի ընտրելիս` նախապատվությունը տվեք չոր, ոչ քաղցր գիններին, որոնք ստամոքսի համար օգտակար են: Ալկոհոլ օգտագործելուց առաջ, հարկավոր է մի փոքր սնունդ ընդունել որպես ստամոքսի պաշտպանիչ շերտ: Ալկոհոլային տոքսինները չեզոքացնում է հատկապես կարտոֆիլը: Եթե սեղանին կա օղի ու գինի, մի մոռացեք կարտոֆիլի մասին:

Ոչ ալկոհոլային ըմպելիքներից խորհուրդ է տրվում օգտագործել առանց գազի հանքային կամ սեղանի ջուր եւ կիսաքաղցր հյութեր: Գազավորված եւ քաղցր ըմպելիքները մեծացնում են ալկոհոլի ներծծումը արյան մեջ:

Ավելի քիչ յուղոտ սնունդ.- Ավանդական մայրաքաղաքային կամ այլ խառը, մայոնեզով հարուստ աղցանները փոխարինեք թեթեւ բանջարեղենային աղցաններով` համեմված ձիթայուղով կամ կիտրոնի հյութով` ավելացնելով ընկույզ: Մայոնեզի փոխարեն, ցանկալի է թթվասեր օգտագործել:

Ընտրել ոչ ճարպոտ միս, ցանկալի է պատրաստել ջեռոցում կամ գրիլի վրա, քան տապակել: Անպայման մսեղենի հետ մատուցեք բանջարեղենային խավարտ: Մի մոռացեք ձկան մասին, որն ավելի դյուրամարս է եւ օգտակար: Որքան ճարպը քիչ լինի, այնքան քիչ կծանրաբեռնվեն մեր ենթաստամոքսային գեղձն ու լեղապարկը:

Քաղցրեղեն.- Տոնական սեղանը դժվար է պատկերացնել առանց քաղցրեղենի եւ թխվածքների: Աշխատեք չծանրաբեռնել թխվածքները տարատեսակ յուղոտ կրեմներով: Նախընտրելի են չոր, ընկույզով թխվածքները, մրգային ժելեները:

ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ

1.Մեծ նշանակություն ունի ձեռք բերվող սննդամթերքի որակը: Մասնագետները խորհուրդ են տալիս օգտվել այն խանութից, ում վստահում եք, որտեղ սննդամթերքը թարմ է եւ որակով:

2.Դեկտեմբերի 31-ին չարժե գերհոգնել, նույնիսկ ցերեկը կարելի է 1-2 ժամ քնել: Տարեմուտի երեկոյից առաջ անպայման ցերեկը սնվեք, օգտագործեք թեթեւ ապուրներ, թարմ բանջարեղենից եւ մրգերից պատրաստված աղցաններ, քամված թարմ հյութեր:

3.Ճաշկերույթը սկսեք թեթեւ աղցաններից` հատկապես բանջարեղենային: Ծանր բազմապիսի բաղադրիչներով եւ մայոնեզով համեմված աղցանները, տապակած մսեղենի հետ, կարող են ստամոքսին եւ աղիներին տհաճ անակնկալներ մատուցել:

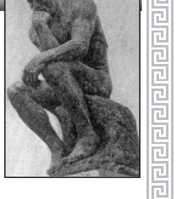
4.Սահմանափակեք կծու, աղի ապուխտների օգտագործումը, որոնք կարող են այրոց առաջացնել:

5.Մրգերը չի կարելի ուտել ճաշի ընթացքում կամ դրանից անմիջապես հետո: Դա վտանգավոր է մարսողության համար, կարող է առաջացնել փորի փքվածություն ու գազեր:

6.Մի մոռացեք երեխաների մասին: Նրանց ճաշացանկը նույնպես պետք է սահմանափակել: Ընկուզեղենի, շոկոլադի, նարինջի եւ մանդարինի անվերահսկելի օգտագործումը կարող է առաջացնել ալերգիաներ: Երեխաների համար, կրեմով տորթերի փոխարեն, պատրաստեք մրգային ժելեներ, հատապտուղներով թխվածքներ:

7.Շատ կարեւոր է չմոռանալ, որ տոնը միայն ուտելիքը եւ ճոխ սեղանները չեն: Տոնը, նախեւառաջ, մարդիկ են` մտերիմ եւ հարազատ, ովքեր հավաքվում են, որ միմյանց հետ կիսեն իրենց սերն ու հարգանքը, լավ տրամադրությունը: Տոնը եղեւնու հոտն է, ծիծաղի ձայնը, նվերներն ու անակնկալները, բարեմաղթանքները: Այսպիսի պայմաններում, դրական հույզերը միայն առողջություն եւ հաջողություն կբերեն ձեզ:

ԹԵՎԱՎՈՐ ՄՏՔԵՐ



Երկաթե զենքերի դեմ հեշտ է վահան գտնել, բայց ոչ նաեւ ոգու զենքերի դեմ, որ քոնը պիտի լինի, հայ զորական:

ԳԱՐԵԳԻՆ ՆԺԴԵՀ
(1886-1955)
Հայ ռազմական գործիչ

Ճի՞շտ է, արդյոք, որ մարդն ապրի եւ ոչինչ չանի աշխարհի համար:

ՆԻԿՈԼՈԶ ԲԱՐԱԹԱՇՎԻԼԻ
(1817-1845)
Վրաց բանաստեղծ

Կարեւորն այն չէ, որ շատ իմանաս, այլ այն է, որ այդ ամենից իմանաս այն, ինչը որ անհրաժեշտ է իմանալ, ինչը ամենակարեւորն է:

ԼԵՎ ՏՈԼՍՏՈՅ
(1828-1910)
Ռուս գրող

Կյանքը պահանջում է շարժում:

Ֆ.ՎՈԼՏԵՐ
(1694-1778)
Ֆրանսիացի փիլիսոփա

Լավ սկիզբը գործի կեսն է:

ՀԻՊՈԿՐԱՏ
(մ.թ.ա.460-մ.թ.ա.377)
Անտիկ հույն փիլիսոփա

Հենց գործունեությունն է առաքինությանը տալիս իսկական արժեք ու արժանապատվություն:

ՑԻՑԵՐՈՆ
(մ.թ.ա.106-43)
Հին հռոմեացի քաղաքական գործիչ, փիլիսոփա

Իսկական բարեկամությունը պետք է անկեղծ եւ ազատ լինի կեղծավորությունից ու հաճոյանալուց:

Լ.ՄՈՒՐԱԴՅԱՆ
«Վրաստանի» ընթերցող

ԱՆԵԿԴՈՏՆԵՐ

☺ - Հայրի'կ, ոչխարներն ամուսնանու՞մ են:

- Եթե ուզում ես իմանալ, հենց միայն նրանք են ամուսնանում...

☺ Մեկը էշին գրկած գնում է: Հարցնում են.

- Էդ ինչո՞ւ չես նստում, ինքը տանի քեզ:

Պատասխանում է.

- Ինքը չգիտի, թե ես ուր եմ գնում:

☺ - Երեխանե'ր, կազմեք նախադասություն «բարեբախտաբար» բառով:

- Խուլիգանները հարձակվեցին անցորդի վրա եւ սպանեցին նրան: Բարեբախտաբար, անցորդն իր հետ փող չէր վերցրել,- պատասխանում է նրանցից մեկը:

«ՎՐԱՍՏԱՆԻ», ԱՐՄԵՆՊՐԵՍԻ, ՊԱՆԱՐՄԵՆԻԱՆԻ ԵՎ ԿԱՎԿԱԶՊՐԵՍԻ ՆՅՈՒԹԵՐՈՎ

«ՆԱՏՕ-Ի ՇԱԲԱԹԸ» ՀԱՅԱՍՏԱՆՈՒՄ

Դեկտեմբերի 18-ին Հայաստանի նախագահ Սերժ Սարգսյանն ընդունեց ՆԱՏՕ-ի Գլխավոր քարտուղարի տեղակալ Ռոուզ Գոթեմյուլլերին, ով Հայաստան է ժամանել մասնակցելու «ՆԱՏՕ-ի շաբաթ» միջոցառումներին:

Հանդիպմանը Սերժ Սարգսյանը կարեւորեց Հայաստանում ավանդաբար անցկացվող «ՆԱՏՕ-ի շաբաթ» միջոցառումների շարքը լայն հասարակությանը Հայաստան-ՆԱՏՕ հարաբերությունների մասին պարբերաբար իրազեկելու տեսանկյունից, գոհունակությամբ արձանագրեց, որ Հյուսիսատլանտյան դաշինքի հետ Հայաստանի համագործակցությունը զարգանում է բնականոն, եւ շնորհակալություն հայտնեց ՆԱՏՕ-ի կողմից Հայաստանին ցուցաբերվող աջակցության համար:

Հայաստան-ՆԱՏՕ հարաբերություններից բացի, հանդիպմանն անդրադարձ է եղել Հայաստանի արտաքին եւ անվտանգ քաղաքականությանը, տարածաշրջանային զարգացումներին եւ, այդ համատեքստում, ԼՂ հիմնախնդրի կարգավորման բանակցային գործընթացին:

ՆԱՏՕ-ի Գլխավոր քարտուղարի տեղակալը գոհունակությամբ խոսեց Հայաստանի հետ Անհատական գործընկերության գործողությունների ծրագրի (ԱԳԳԾ) իրականացման մասին՝ նշելով, որ հաջողությամբ իրականացվել է չորս ծրագիր, եւ արդեն հաստատվել է Հայաստան-ՆԱՏՕ 2017-2019 թթ. հինգերորդ ծրագիրը:

ՀԱՆԴԻՊՈՒՄ՝ ԽՈՐՀՐԴԱՐԱՆԱԿԱՆ ՀԱՄԱԳՈՐԾԱԿՑՈՒԹՅՈՒՆ ԵՐԿԿՈՂՄ ՀԱՆՁՆԱԺՈՂՈՎԻ ՊԱՏՎԻՐԱԿՈՒԹՅԱՆ ՀԵՏ

Դեկտեմբերի 20-ին Հայաստանի նախագահ Սերժ Սարգսյանը հանդիպում ունեցավ Հայաստան-Եվրամիություն խորհրդարանական համագործակցության հանձնաժողովի համանախագահ Սաջադ Քարիմի գլխավորած պատվիրակության հետ: Պատվիրակությունը Երեւանում է գտնվում հանձնաժողովի հերթական՝ 17-րդ նիստին մասնակցելու նպատակով:

Հանդիպմանը Սերժ Սարգսյանը նշեց, որ տեղեկացված է հանձնաժողովի երեւանյան նիստի բովանդակալից օրակարգի մասին, եւ հույս հայտնեց, որ նիստի արդյունքում ընդունված որոշումները կնպաստեն տարբեր բնագավառներում Հայաստանի եւ Եվրոպական միության միջեւ համագործակցության խորացմանը:

Հանձնաժողովի համանախագահ Սաջադ Քարիմն իր գլխավորած պատվիրակության անունից շնորհակալություն հայտնեց Հայաստանի նախագահին ընդունելության, միջխորհրդարանական ձեւաչափով համագործակցությանը տված գնահատականի եւ իրենց հետ հանդիպումների ժամանակ անկեղծ ու բաց երկխոսության համար:

Զրուցակիցներն անդրադարձան Հայաստան-Եվրամիության միջեւ Համապարփակ եւ ընդլայնված գործընկերության համաձայնագրի եւ ընդունված հայտարարության դրույթներին, ինչպես նաեւ համաձայնագրի ստորագրումից հետո Հայաստանում իրականացվելիք աշխատանքներին օրենսդրական դաշտում եւ մի շարք ուղղություններով բարեփոխումների մասով:

ԵՄ-ՀԱՅԱՍՏԱՆ ՀԱՆՁՆԱԺՈՂՈՎԸ ՎԵՐԱՀԱՍՏԱՏՈՒՄ Է ԼՂ ԽՆԴՐԻ ՀԱՐՑՈՒՄ ԵՎՐԱՄԻՈՒԹՅԱՆ ՀՍՏԱԿ ԴԻՐՔՈՐՈՇՈՒՄԸ

Երեւանում դեկտեմբերի 19-20-ը տեղի է ունեցել ԵՄ-Հայաստան խորհրդարանական համագործակցության հանձնաժողովի 17-րդ նիստը:

Նիստի ավարտին ընդունվել են եզրափակիչ հայտարարություն եւ առաջարկություններ, որոնք հիմնվում են Գործընկերության եւ համագործակցության համաձայնագրի 83-րդ հոդվածի վրա:

Ընդունված փաստաթուղթն արտացոլում է Համապարփակ եւ ընդլայնված գործընկերության համաձայնագրի ստորագրման համատեքստում Հայաստան-Եվրամիություն հարաբերությունների ընթացքն ինչպես երկկողմ, այնպես էլ՝ բազմակողմ հարթություններում, համագործակցության ոլորտներն ու հետագա անելիքները: Փաստաթուղթը մեկ անգամ եւս վերահաստատում է ԼՂ հակամարտության հարցում ԵՄ հստակ դիրքորոշումը՝ ուղղված ԵԱՀԿ Մինսկի խմբի միջնորդական ջանքերի աջակցությանը:

ԱՄԵՆԱՄԵԾ ԱՐԵՎԱՅԻՆ ԿԱՅԱՆԸ՝ ԵՆՈՔԱՎԱՆ ԳՅՈՒՂՈՒՄ

Տավուշի մարզի Ենոքավան գյուղում բացվել է մարզի ամենամեծ արեւային կայանը: Բացման պաշտոնական արարողությանը մասնակցել է Հայաստանի էներգետիկայի նախարարի տեղակալ Հայկ Հարությունյանը:

Ինչպես տեղեկացրին SPRING PR ընկերությունից, արեւային էլեկտրական կայանն ունի 150 կվտ դրվածքային հզորություն, որի տարեկան արտադրված էլեկտրաէներգիան կազմում է 208.000 կվտ ժամ: Գործարկման արդյունքում, Արեւային էլեկտրական կայանը կխնայի ամսական միջինում 745 հազար ՀՀ դրամ եւ 7,2 տոննայով կնվազեցնի մթնոլորտ արտանետվող ջերմոցային գազերը: Տավուշի մարզում արեւի ինտենսիվությունը կազմում է ավելի քան 1500 կվտ/ժամ տարեկան 1մ² մակերեսի վրա, որը 1,5 անգամ ավելին է, քան Եվրոպայում արեւի ինտենսիվությունը միջինում:

Տավուշի մարզի ամենամեծ արեւային էլեկտրական կայանը տեղակայվել է «Ապագա Ռեզորթ» ակտիվ հանգստի գոտու տարածքում, կայանի ֆինանսավորումը կատարվել է «ԱԳԲԱ Լիզինգ» վարկային կազմակերպության կողմից KfW վերականգնվող էներգիայի ֆոնդի միջոցով:

ՔՆՆԱՐԿՎՈՒՄ Է ԱՋԱԿՈՂՄ ՄԵՔԵՆԱՆԵՐԻ ՆԵՐՄՈՒԾՄԱՆ ԱՐԳԵԼՄԱՆ ՆԱԽԱԳԻԾԸ

Հայաստանի տրանսպորտի, կապի եւ տեղեկատվական տեխնոլոգիաների նախարարությունն իրավական ակտերի, նախագծերի միասնական e-draft.am կայքում հանրային լայն քննարկման է ներկայացրել Հայաստանում աջակողմյան ղեկային տեղաբաշխմամբ տրանսպորտային միջոցների շահագործման կանոնակարգման մասին նախագիծը:

Նախագծով առաջարկվում է 2018 թ. ապրիլի 1-ից ժամանակավորապես արգելել աջակողմյան ղեկով տրանսպորտային միջոցների ներմուծումը Հայաստան:

Նախագծի հիմնավորման մեջ նշված է, որ, Հայաստանում աջակողմյան ղեկային տեղաբաշխմամբ տրանսպորտային միջոցների շահագործումը երթեւեկության համար վտանգ է ներկայացնում, քանի որ աջակողմյան երթեւեկության դեպքում տրանսպորտային միջոցի վարորդն ունի սահմանափակ տեսանելիություն:

«Մասնավորապես, կանգառի կամ կայանման վայրից տրանսպորտային միջոցի շարժումն սկսելու, երթեւեկության գոտի վերադասավորվելու, երթեւեկության ուղղությունը փոփոխելու, վազանց կատարելու եւ այլ դեպքերում: Հաշվի առնելով վերը նշվածը՝ նախագծերով առաջարկվում է ժամանակավորապես արգելել աջակողմյան ղեկային տեղաբաշխմամբ տրանսպորտային միջոցների ներմուծումը, իսկ հետագայում նաեւ շահագործումը Հայաստանի Հանրապետությունում»,- ասված է նախագծում:

Նախագծով առաջարկվում է նաեւ թույլատրել մինչեւ 2018 թվականի ապրիլի 1-ը ներկրված տրանսպորտային միջոցների շահագործումը, սակայն սահմանափակել տրանսպորտային միջոցների վերահաշվառումը: Միաժամանակ նշվում է, որ նախագծով առաջարկվում է թույլատրել մինչեւ 2018թ. ապրիլի 1-ը ներկրված տրանսպորտային միջոցների շահագործումը: Սրանից բխում է, որ մինչեւ 2018թ. ապրիլի 1-ը Հայաստան ներկրված տրանսպորտային միջոցների նկատմամբ նշված սահմանափակումները չեն գործում: Այսինքն, աջաղեկ տրանսպորտային միջոցների այսօրվա սեփականատերերին չի արգելվի հետագայում եւս շահագործել իրենց մեքենաները:

ԱՄԱՆՈՐԻ ԳԻՇԵՐԸ ԲՈԼՈՐ ԵԿԵՂԵՑԻՆԵՐՈՒՄ ԿԿԱՏԱՐՎԻ ՆՌՆՈՐՀՆԵՔ

Գարեգին Երկրորդ Ամենայն Հայոց կաթողիկոսի տնօրինությամբ, Ամանորի գիշերը Մայր Աթոռ Սուրբ Էջմիածնում Գոհաբանական մաղթանքին կհաջորդի նռան օրհնությունը: Նռնօրհնեք կկատարվի Հայաստանյայց Առաքելական բոլոր եկեղեցիներում: Ամանորի խորհրդանշական ավանդույթ դարձած արարողությունն իրականացվում է 2014 թվականից:

Հայկական ավանդության մեջ նուռը՝ որպես ազգային խորհրդանիշ, կրում է կյանքի, ծաղկունքի եւ առատության իմաստը: Քրիստոնեական խորհրդաբանության մեջ նուռը խորհրդապատկերն է Հիսուս Քրիստոսի հեղած արյան՝ խորհրդանշելով նաեւ Տիրոջ հրաշափառ Հարությունն ու Աստծու շնորհների բազմազանությունը:

Հայոց եկեղեցու վարդապետների եւ հայրերի մեկնություններում նուռը ներկայացվում է նաեւ այն իմաստով, որ նռան հատիկների պես եկեղեցու անդամները շատ ու բազմատեսակ են, սակայն պատված են նռան նման պինդ կեղեւով՝ միավորված մեկ եկեղեցու մեջ:

ԱՃԵԼ Է ՏՆՏԵՍԱԿԱՆ ԱԿՏԻՎՈՒԹՅՈՒՆԸ

Հայաստանի տնտեսական ակտիվության ցուցանիշը 2017 թվականի հունվար-նոյեմբերին 7,3 տոկոսով գերազանցել է նախորդ տարվա նույն ժամանակահատվածի ցուցանիշը: Ինչպես տեղեկացրել է Հայաստանի ազգային վիճակագրական ծառայությունը, անկում է գրանցվել միայն գյուղատնտեսության համախառն արտադրանքի ծավալներում:

Այս տարվա 11 ամիսներին աճ է արձանագրվել անգամ շինարարության ոլորտում. նախորդ տարվա նույն ժամանակահատվածի նկատմամբ, ցուցանիշն աճել է 0,3 տոկոսով:

Միջին ամսական անվանական աշխատավարձն աճել է 2,6 տոկոսով: Պետական հատվածում միջին ամսական անվանական աշխատավարձը կազմել է 159 հազար 270 դրամ՝ նախորդ տարվա համեմատ մնալով նույնը, իսկ մասնավոր հատվածում կազմել է 225 հազար 966 դրամ՝ 2016-ի հունվար-նոյեմբերի համեմատ աճելով 3,6 տոկոսով:

ՍԱՅԱԹ-ՆՈՎԱՅԻ ԹԱՆԳԱՐԱՆԸ ԿԲԱՑՎԻ ՀԱՋՈՐԴ ՏԱՐԻ

Սայաթ-Նովայի թանգարանը ծրագրված է բացել 2018-ին, լրագրողների հետ հանդիպմանը այս մասին ասաց Հայաստանի մշակույթի նախարար Արմեն Ամիրյանը:

- 2018-ին ծրագրված է Սայաթ-Նովայի թանգարան բացել Հաղպատում: Մենք արդեն բանավոր պայմանավորվածություն ունենք Սերգեյ Առաքելյանի հետ, ով ունի իրեր եւ կտրամադրի Սայաթ-Նովային վերաբերող նյութեր,- ասաց Արմեն Ամիրյանը:

Հ.Պարոնյանի անվան երաժշտական կոմեդիայի պետական թատրոնի գեղարվեստական ղեկավար Երվանդ Ղազանչյանը տեղեկացրեց, որ Սերգեյ Առաքելյանն ունի Սայաթ-Նովային վերաբերվող 2500 փաստ, ինչպես նաեւ Սայաթ-Նովայի մասին Շիրվանզադեի, Թումանյանի ձեռագրերից:

ՏԱՐԱԴՐԱՄԻ ՓՈԽԱՆԱԿՄԱՆ ԿՈՒՐՍԸ

(22 դեկտեմբերի)

Հայաստանի Ազգային բանկի կողմից սահմանվել է տարադրամի փոխանակման հետեւյալ կուրսը.

ՏԱՐԱԴՐԱՄ	ԱՌՔ	ՎԱՃԱՌՔ
ԱՄՆ ԴՈԼԱՐ	479,00	482,50
ԵՎՐՈ	565,00	572,50
ՌՈՒԲԼԻ	8,11	8,27

Դեկտեմբերի 15-ի համեմատ, ԱՄՆ դոլարի կուրսը նվազել է 5,00 դրամով:

CyanMagentaYellowBlack

ՎԻՐԱՀԱՅՈՑ ԹԵՄԻ ՀՈՎԱՆԱՎՈՐՈՒԹՅԱՄԲ ՀԱՄԵՐԳ՝ ՆՎԻՐՎԱԾ ԻԼԻԱՅԻ ԳԱՀԱԿԱԼՈՒԹՅԱՆԸ

2017 թվականի դեկտեմբերի 25-ին, Թբիլիսիի Վանո Սարաջիշվիլու անվան պետական կոնսերվատորիայի Փոքր դահլիճում կկայանա դասական երաժշտության համերգ՝ նվիրված Համայն Վրաստանի Կաթողիկոս-Պատրիարք Իլիա Երկրորդի գահակալության 40-ամյակին եւ հայ-վրացական հազարամյակների բարեկամությանը: Համերգն անց է կացվում Վիրահայոց թեմի հովանավորությամբ:

Համերգին մասնակցում են երգահան Հովհաննես Համբարձումյանը, դաշնակահար Մամիկոն Նահապետյանը եւ կլառնետահար Դմիտրի Բոքոլիշվիլին:

Սկիզբը՝ ժամը 18:00-ին: Մուտքն ազատ է: Հասցեն՝ Թբիլիսի, Գրիբոյեդովի փողոց, թիվ 8:

ԱՎԱՆԴՈՒՅԹ

«ՂԱՓԱՄԱՅԻ ՏՈՆ»՝ ԹԲԻԼԻՍԻԻ ՍՈՒՐԲ ԳԵՎՈՐԳ ԱՌԱՋՆՈՐԴԱՆԻՍՏ ԵԿԵՂԵՑՈՒ ԲԱԿՈՒՄ

Թբիլիսիի Սուրբ Գեւորգ եկեղեցու բակում տեղի ունեցավ «Ղափամայի տոն», որի կազմակերպիչը Վրաստանի Հայ կանանց «Շուշանիկ» միությունն էր, Վիրահայոց թեմի առաջնորդարանի հովանավորությամբ եւ «Հայարտուն» կենտրոնի աջակցությամբ:

Սեղաններին տեղ էին գտել «Շուշանիկ» կազմակերպության եւ Սուրբ Գեւորգ եկեղեցասեր տիկնանց միության անդամների, թբիլիսահայ կանանց կողմից պատրաստված դդմիկներով ղափաման, շոգեխաշած ու խորոված դդումները, տարբեր ուտեստներ, տաք թեյն ու սուրճը՝ դդմի մուրաբաներով ու ջեմով, հալվայով ու մեղրով:

Ներկաներին ողջունեցին «Շուշանիկ» միության նախագահ Սուսաննա Խաչատրյանը, Վիրահայոց թեմի առաջնորդ Տեր Վազգեն եպիսկոպոս Միրզախանյանը, Հայաստանի դեսպանության մամլո քարտուղար Հարություն Հայրապետյանը, ովքեր բարձր գնահատեցին նմանօրինակ միջոցառումների անցկացումը:

ՍՊՈՐՏ

ԼԱՇԱ ՏԱԼԱԽԱՁԵՆ՝ ՎՐԱՍՏԱՆԻ ՏԱՐՎԱ ԼԱՎԱԳՈՒՅՆ ՄԱՐԶԻԿ

Վրաստանի Ազգային օլիմպիական կոմիտեն, երկրորդ անգամ անընդմեջ, Վրաստանի՝ տարվա լավագույն մարզիկ է ճանաչել ծանրամարտիկ Լաշա Տալախաձեին:

Նշենք, որ Ռիո դե Ժանեյրոյի Օլիմպիական խաղերի չեմպիոն Լաշա Տալախաձեն, 2017 թվականին իր մարզական ձեռքբերումների ավելացրեց եւս երեք տիտղոս՝ երեքն էլ համաշխարհային ռեկորդներով: Ապրիլին նա արժանացավ Եվրոպայի չեմպիոնի կոչման՝ սահմանելով համաշխարհային ռեկորդ: Ապա նոյեմբերին, կրկին ռեկորդային ցուցանիշով նվաճեց Վրաստանի չեմպիոնի կոչումը, իսկ դեկտեմբերին, կրկին համաշխարհային ռեկորդներով 100 եւ ավելի կգ քաշային կարգում երկրորդ անգամ նվաճեց աշխարհի կոչումը:

ՀԵՆՐԻԽ ՄԽԻԹԱՐՅԱՆԸ ՃԱՆԱՉՎԵՑ ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ԼԱՎԱԳՈՒՅՆ ՖՈՒՏԲՈԼԻՍՏ

Հայաստանի ֆուտբոլի ֆեդերացիան ամփոփել է «Տարվա լավագույն ֆուտբոլիստ» անվանակարգում 2017թ. քվեարկության արդյունքները:

Հավաքելով 190 միավոր՝ Հայաստանի 2017 թ. լավագույն ֆուտբոլիստ է ճանաչվել Հայաստանի ազգային հավաքականի ավագ, «Մանչեսթեր Յունայթեդի» կիսապաշտպան Հենրիխ Մխիթարյանը, ով այդ պատվին արժանացավ 8-րդ անգամ իր կարիերայի ընթացքում եւ 7-րդ անգամ՝ անընդմեջ:

2017 թվականի ընթացքում, Մխիթարյանը նվաճել է Եվրոպա լիգայի, Անգլիայի լիգայի գավաթները՝ ընդգրկվելով Եվրոպա Լիգայի խորհրդանշական հավաքականի կազմում:

ՀՐԱԺԵՇՏԻ ԽՈՍՔ

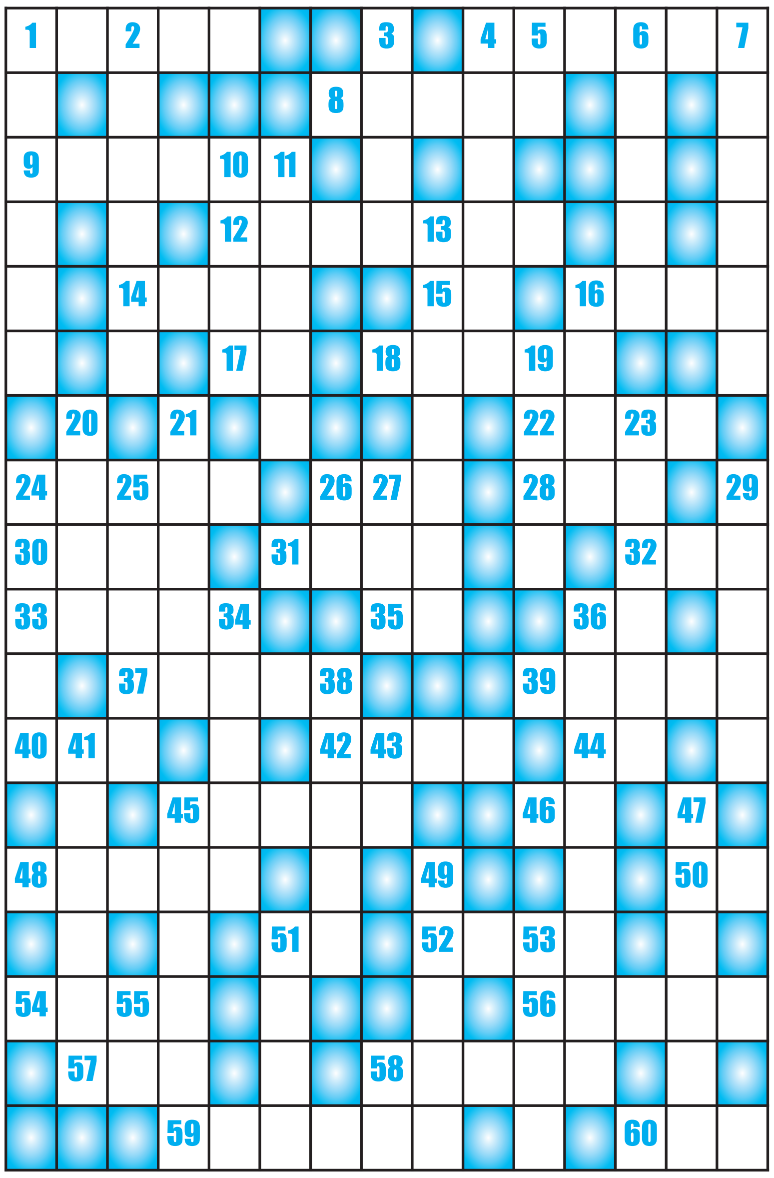
«Վրաստան» թերթի խմբագրությունում տխուր լուր ստացվեց. Երեւանում, կյանքի 99-րդ տարում, վախճանվել է խմբագրության բազմամյա աշխատակցուհի Եվգենյա (Ժենյա) Գադուկյանը:

1954 թվականից 2006 թվականը,՝ մինչեւ Թբիլիսիից բնակության համար Երեւան տեղափոխվելը, մեր Ժենյան թերթի խմբագրի քարտուղարուհին էր: Անձնուրացաբար եւ ջանադիր իրականացնելով ծառայական պարտականությունները, միաժամանակ իր ջերմ, մարդամոտ, կարեկից բնավորությամբ բոլոր աշխատակիցների եւ խմբագրության այցելուների համար յուրովի վերածվել էր մի անձնավորության, ում մոտ ողջ անկեղծությամբ կարելի էր «սիրտը բացել», խոսել կյանքի ամենացավոտ եւ ամենաուրախալի իրադարձությունների մասին, կիսել ուրախությունն ու ցավը: Ու կար համոզվածություն, որ «ընկեր» Ժենյան կհասկանա, կկարեկցի, խորհուրդ կտա...

Թերթի խմբագրությունում իր 52-ամյա գործունեության ընթացքում, տիկին Ժենյան աշխատել է պարբերականի միմյանց հաջորդած, միմյանցից թե՛ բնավորությամբ, թե՛ աշխատանքի ոճով տարբերվող երեք խմբագիրների հետ եւ կարողացել է իր աշխատանքով, գործին իր նվիրումով բավարարել բոլորի պահանջները, լինել այն անձնավորությունը, ում հարկ չկար թելադրել, թե ինչ եւ ինչպես է անելու:

Այսօր, նրա մահվան քառասուներորդ օրը, ցավով ու բարությամբ ենք հիշում մեր տիկին Ժենյային:

«Վրաստան» թերթի խմբագրություն



Խ Ա Չ Բ Ա Ռ

ՀՈՐԻԶՈՆԱԿԱՆ. 1.Օպերային թատրոն Իտալիայում՝ Լա ...: 4.Ձվարթ, կայտառ, ժպտադեմ: 8.Լեռ Արեւմտյան Հայաստանում: 9.Նուշի համով: 12.Փողոցում կառուցված պատնեշ, հենապատ, պաշտպանական միջոց: 14.Գյուղական վառելիք: 15.Մակերեսի չափման միավոր: 16.1996թ. Օլիմպիական խաղերի մասնակից, բռնցքամարտիկ ... Մունչյան: 17.Ցուցական դերանուն:18.Տ.Չուխաջյանի օպերաներից՝ «... Երկրորդ»: 22.Հովհ. Թումանյանի պոեմներից: 24.Մերձբալթյան ազգ: 26.Հայերենի խոսքի մաս: 28.Թուրքահայ լուսանկարիչ, ում անվանում են «Ստամբուլի աչք» (անունը): 30.Հայերենի վերջածանց: 31.Նար-Դոսի հերոսուհի: 32.Տղամարդու երգչաձայն: 33.Կ.Պոլսի Ազգային ժողովի ատենապետ Մինաս ...: 35.Կոպ..., ժպ..., մատ...: 36.Ֆրանսիացի նկարչուհի Սերաֆինա ...: 37.Աֆրիկայի հարավային ծայրակետը՝ ... հրվանդան: 39.Պետություն Եվրոպայում: 40.Առարկայի մեկ երկրորդ մասը: 42.Ե'վ Լորենը, ե'ւ Մխեյանը: 44.«Որովհետեւ»-ը գրաբարում: 45.Եվրոպացու եւ նեգրի հիբրիդը: 46.Մաշտոցյան այբուբենի չորրորդ զինվորը: 48.Կերպար Շիրվանզադեի «Նամուսում»: 50.Ստորադասական շաղկապ: 52.Տեխնիկայի խանութ Թբիլիսիում: 54.Հերոսուհի Նար-Դոսի «Սպանված աղավնին» վիպակում: 56.Հայաստանի անվանումներից: 57.Մաշտոցյան այբուբենի տառ: 58.Աֆղանստանի բնակիչը: 59.Խ.Դաշտենցի վեպերից: 60.Համադասական շաղկապ:

ՈՒՂՂԱՀԱՅԱՑ. 1.Ե'վ Բոլլոք, ե'ւ Ռուլովս: 2.Քառագագաթ լեռ Հայաստանում: 3.Ծառի տեսակ: 4.Ե.Չարենցի Խմբապետ հերոսը: 5.Օժանդակ բայ: 6.Նուրբ գործվածքից քող: 7.Հայ պատմաբան, բանաստեղծ ... Ալիշան: 10.Հայոց Բագրատունի թագավոր: 11.Ռադիոհաղորդավար ... Հալաջյան: 13.Պատմական եկեղեցի Մուշում՝ Սուրբ ...: 16.Նկարչի արարածը: 19.Տարվա եղանակ: 20.Թաղամաս Թբիլիսիում: 21.Հայ գեղանկարիչ եւ որմնանկարիչ: 23.Ուսուցչապետ, դպիր: 24.Թբիլիսահայ գրող Ծ.Թորգոմյանի պատմվածքներից՝ «...ս գլխիդ»: 25.Ուկրաինացի բանաստեղծ ... Շեւչենկո: 26.Ներկա է, գոյություն ունի: 27.Հայաստանի մայրաքաղաքներից: 29.Կինոմրցանակի տեսակ: 34.Միջատ, բզեզ: 36.Հանրահռչակ ճեմարան Մոսկվայում: 38.Մետրոյի կայարան Թբիլիսիում: 41.Ավազակ, թալանչի: 43.Հայերենի վերջածանց: 45.«Մանիր, մանիր, իմ ճախարակ, մանիր սպիտակ ...ներ» («Ճախարակ»):47.Արեւմտահայ գրող, «Նորավեպի իշխան», իրավաբան, թուրքական մեջլիսի երեսփոխան, Մեծ եղեռնի զոհ: 49.Քաղաք Իսրայելում: 51.Տղա զավակ, ուստր: 53.Նար-Դոսի նովելաշարքի հերոս: 55.Երկրորդ նոտան: 58.100 քառակուսի մետր:

Կազմեց ԱՆՆԱ ՍԱՐԻԲԵԿՅԱՆԸ

ՆԱԽՈՐԴ ՀԱՄԱՐԻ ԽԱՉԲԱՌԻ ՊԱՏԱՍԽԱՆՆԵՐԸ

ՀՈՐԻԶՈՆԱԿԱՆ. 1.Գրավ: 3.Տամբով: 7.Դոնգ: 9.Ամֆորա: 10.Տարանտուլ: 12.Լելո: 13.Գեգա: 14.Տատամի: 17.Լեկցիա: 19.Թխկի: 21.Բրազոս: 22.Սոխակ: 24.Օկտաէդր: 26.Գանդի: 29.Տատասկ: 31.Կիվի: 32.Բաստեր: 33.Կանտոն: 35.Արամ: 36.Լադո: 37.Տանտալոս: 39.Քրիստի: 40.Աթոս: 41.Մայկոպ: 42.Սունկ:

ՈՒՂՂԱՀԱՅԱՑ. 1.Գողգոթա: 2.Վիտալի: 3.Տարեկան: 4.Բուտ: 5.Վալտեր: 6.Գոգա: 7.Դալի: 8.Գրոտեսկ: 11.Նվիրակ: 15.Տկզար: 16.Մեսսա: 18.Կախեթի: 20.Կոռնետ: 21.Բլանկ: 23.Լիտվա: 24.Օկտետ: 25.Դեկարտ: 26.Գորիլլա: 27.Անտիլոպ: 28.Բիսմարկ: 30.Սանտիմ: 31.Կրասուս: 33.Կոքս: 34.Նվիկ: 38.Նեյ:

Խմբագիր՝ ՎԱՆ ԲԱՅԲՈՒՐԹՅԱՆ

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

Գրանցման վկայական
№ 4 4 - 1439
«ԿՈԼՈՐ» հրատարակչություն

“ВРАСТАН”
Тбилиси, Грузия
<VRASTAN>
Georgia, Tbilisi
Индекс 66445