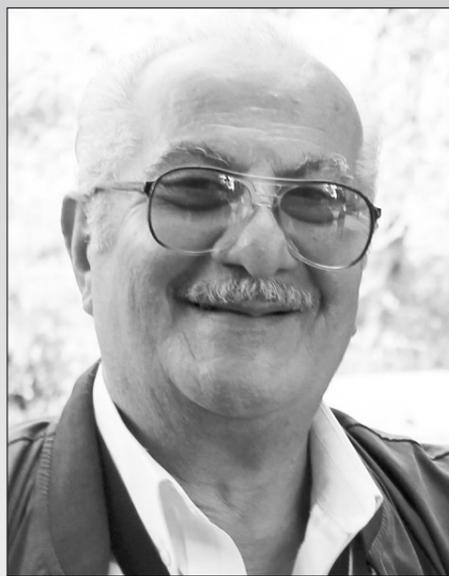


ԹԲԻԼԻՍԻՆ ՅՐԱԺԵՇՏ ՏՎԵՑ ՅԱՆՐԱԾԱՆԱԶ ԵՐԱԺԻՇՏ ԼՅՈՎԱ ՕԳԱՆԵԶՈՎԸ

ԳՈՒՐԳԵՆ ՇԵՅՐԱՆՈՎԻ ՀԻՇՆԱՏԱԿԻՆ



81 տարեկան հասակում իր մահկանացուն կնքեց Թբիլիսիի Շոթա Ռուսթավելու անվան ակադեմիական դրամատիկական թատրոնի դիրիժոր, Վրաստանի արվեստի վաստակավոր գործիչ Լյովա Օգանեզովը: 1964 թվականից, 54 տարիների ընթացքում, նա ղեկավարել է երկրի առաջին թատրոնի նվագախումբը: Այդ պաշտոնում Լյովային երաշխավորել էր, այսօր արդեն համաշխարհային ճանաչում վայելող երգահան, Վրաստանի արվեստի վաստակավոր գործիչ, ԽՍՀՄ ժողովրդական արտիստ Գիա Կանչելին («Միմինո», «Անձնագիր», «Քին-ձա-ձա», ինչպես նաև «Կովկասյան կավճե շրջան», «Խանունա», «Ռիչարդ 3-րդ», «Յամլետ», «Լիր արքա», «Մակբեթ» և այլ կինոնկարների ու նեկայացումների երաժշտությունների հեղինակ): Նրանք միմյանց ճանաչում և բարեկամություն էին անում սկսած 20-րդ դարի 60-ական թվականների սկզբներից և մեծ հեղինակություն վայելող «Ռեորո» էստրադային համույթում գործունեության տարիներից, որտեղ Լյովան թիվ մեկ սաքսաֆոնիստն էր, իսկ Գիա Կանչելին այդ համույթի մենակատարների համար գրել է ավելի քան հարյուր ստեղծագործություն, որոնք այսօր էլ հայտնի են ե՛լ Վրաստանում, ե՛լ Հայաստանում, ե՛լ Ռուսաստանում:

Ելնելով այս երկու մեծերի երկար ու ջերմ բարեկամությունից, «Վրաստան» թերթում Լյովայի մասին հիշատակի խոսք գրելու համար, որոշեցինք դիմել Գիա Կանչելինին: Ձանգահարեցինք Բելգիա, Անտվերպեն քաղաք, որտեղ արդեն 25-րդ տարին է՝ բնակվում է մեծ երգահանը, որը, իմիջիայոց, տարին մի քանի անգամ լինում է Թբիլիսիում: Արդեն գիտեր, որ Լյովան մահացել է, զանգահարել և իր վշտակցությունն էր հայտնել տիկնոջը՝ Սվետլանային և դուստրերին՝ Ինգային ու Իրինային:

Մեկ ժամ անց, ստացանք հետեյալ նամակը. «Թանկագին Վան, ուղարկում եմ իմ տեքստը: Միաժամանակ ուզում եմ հաղորդել, որ հուշեր գրելու խնդրանքով դիմել եմ նաև հնչյունային ռեժիսոր Միխայիլ Կիլոսանիձեին, ով առավել քան կես դար համագործակցել է մեր հարազատ Լյովայի հետ: Կուղարկեմ նյութն ավելի ուշ: Լավագույն բարեմաղթանքներով՝ Գիա Կանչելի: Անտվերպեն, 27 հունվարի»: Գիայի սրտաբուխ խոսքը Լյովայի մասին ներկայացնում ենք մեր ընթերցողներին:

ՎԱՆ ԲԱՅԲՈՒՐՅԱՆ

Ինձ հաճախ են տալիս միևնույն հարցը. «Եթե դուք այդքան երջանիկ մարդ եք, ինչո՞ւ եք գրում տխուր երաժշտություն»: Ի պատասխան հարցնում եմ. «Ի՞նչ է, կցանկանայիք լինել դժբախտ և գրել ուրախ երաժշտություն»:

Տխուր երաժշտությունը ժամանակի դիմաձուլությունն է, որը շարունակվում է մինչ օրս: Իսկ ինձ երջանիկ են համարում երկու պատճառով՝ առողջության և ինձ շրջապատող մարդկանց բարեկեցությանը ու առաջին դասարանցիների և շնորհալի երաժիշտների հետ հաղորդակցությանը: Դրանցից մեկն էր Լյովա Իրակլի Օգանեզովը, երաժիշտ, ում մասին ինչպես ասում են, շնորհը Աստուծոյ էր տրվել: Մեր բարեկամությունը սկսվեց երիտասարդության տարիներին: Հիացած էի ջազով, իսկ Լյովան նվագում էր «Ռեորո» համույթում սաքսաֆոն:

Անցավ ժամանակ և սկսեցի համագործակցել Ռոբերտ Ստուրուայի հետ: Իմ սերնդի քաջածանոթ Դորիան Քիտիան, լինելով Ռուսթավելու թատրոնի տնօրեն, ինձ առաջարկեց զբաղեցնել երաժշտական ղեկավարի պաշտոնը: Օժտված բացառիկ նրբազգացությամբ, Դ.Քիտիան, որի բեմադրության վրա աշխատում էր Ռոբերտ Ստուրուան, շատ ավելի գրավիչ կլիներ, եթե ներկայացման երաժշտությունը հնչեր ոչ թե ձայնագրությամբ, այլ կենդանի կատարմամբ: Ապահովելով ֆինանսավորումը, նա ինձ առաջարկեց ստեղծել նվագախումբ և գտնել դիրիժոր:

Կարծում եմ, որ ես ընդունեցի ճիշտ որոշում՝ հրավիրելով ոչ թե պրոֆեսիոնալ դիրիժորի, այլ հիանալի երաժիշտ Լեւ Օգանեզովին: Եվ չսխալվեցի...

Որպես օրենք, ներկայացման երաժշտական ձեւավորումն առանձնանում է բարձր որակով: «Խանունայում» նվագախմբային երաժշտությունից բացի, շատ էին երգերը: Եվ Լյովան, պարզվեց՝ հիանալի և զգայուն երաժիշտ էր:

Հաջորդ ներկայացումը՝ Բերտիոլի Բրեխտի «Կովկասյան կավճե շրջանը» շրջայեց ողջ աշխարհը և այդ հաղթարշավում Լ. Օգանեզովի նշանակությունը նշանակալի դեր կատարեց:

Ես ավելի քան 50 ֆիլմերի համար երաժշտություն են գրել և չի եղել ոչ մի ձայնագրություն, որին Լյովան՝ որպես երաժիշտ կամ դիրիժոր չի մասնակցել: Իմիջիայլոց, սաքսաֆոնից բացի, Լյովան հիանալիորեն կլարնետ էր նվագում, ֆլեյտա, դուդուկ և հարվածային գործիքներ, ինչն ակնհայտորեն բացառիկ ունիվերսալիզմի առկայությունն էր նշանակում:

Ես երախտապարտ եմ նրան այն ամենի համար, ինչ նա արել է ոչ միայն իմ, այլև երաժշտական ասպարեզում մեծագույն ավանդի համար:

Ցանկանում եմ մասնավորապես մի միջադեպ պատմել, որը Լյովայի մոտ նուրբ հումորի զգացումի առակայություն վկայությունն է: Երբ աշխարհով մեկ սկսվեց «Կովկասյան կավճե շրջանի» հաղթարշավը, ինձ կանչեց թատրոնի տնօրեն-

նի պաշտոնում Դորիան Քիտիային փոխարինած Օթար Քինբլաձեն:

Հիշողությամբ մեջբերում եմ նրա խոսքերը. «Ինձ անհարմար է եմ անգամ ամոթ է խոսել այն մասին, ինչը պնդում եմ ինձ հետ խոսելիս մշակույթի նախարարության ներկայացուցիչները: Ինչպես պարզվեց, նրանք պահանջում են, որպեսզի Լյովա Օգանեզովը իր համար ընտրեր կեղծանուն, որը հնչելու էր որպես վրացական ազգանուն (Թբիլելի, Իսնելի և այլն): Ինձ, որպես մարդու, որը չի հաշտվում ազգայնականության ցանկացած դրսևերման հետ, շատ դժվար է նման առաջարկությամբ դիմել բարեկամին: Երբ տնօրենը երրորդ անգամ ինձ հիշեցրեց այդ մասին, ես ստիպված էի խոսել Լյովայի հետ, նշելով, որ դա անհրաժեշտ է միայն զովագրի համար:

Վիրավորված Լյովան արտաքինից ցույց չտալով, խոստացավ մտածել այդ մասին: Մեկ շաբաթ անց, մենք հանդիպեցինք թատրոնում, և Լյովան ժպիտը դնեքին մեց, որ կեղծանունը գտել է: Իմ հարցին, թե ի՞նչ կեղծանուն է, նա հպարտությամբ պատասխանեց. «Ռուսթավելի»: Նրա սրամիտ և հումորով լի պատասխանի համար, ուրախությունից նրան համբուրեցի: Այդ հարցը դրանից հետո օրակարգից հանվեց:

Ահա այսպես. իր յուրօրինակ հումորի շնորհիվ, նա կյանքում և բազմաթիվ գովազդներում մնաց Լյովա Իրակլի Օգանեզով:

ԳԻԱ ԿԱՆՉԵԼԻ



Յուրաքանչյուր մարդու կյանքի ուղին ու ժամկետը նախօրոք սահմանված է եւ յուրաքանչյուրն այն պարուն է յուրովի: Ունենք այրվում եւ չթողնելով ոչինչ իրենցից հետո, մյուսները մարդկանց հիշողության մեջ են մնում իրենց գործերով:

2018 թվականի հունվարի 28-ի գիշերը մեզանից հեռացավ Գուրգեն Չեյրանովը՝ սիրտը չդիմացավ: Փետրվարի 7-ին կլրանար նրա 61 տարին:

Նրա մահվան բոլոր ծանր հարված էր, նույնիսկ ցավալի է մտածել, որ նրան էլ չենք տեսնի...

Ծնվել է Թբիլիսիում, սովորել՝ թիվ 66 միջնակարգ դպրոցում, ապա՝ Վրաստանի պոլիտեխնիկական ինստիտուտում, ծառայությունը բանակում՝ Սեմիպալատիցսկի գաղտնագրված զորամասում: Ծառայությունը եւ բուհում ուսումնական կյանքը հետո՝ աշխատանքի է անցել լայն ճանաչման արժանացած հատուկ կոնստրուկտորական բյուրոյում, որը Թբիլիսիում հայտնի էր որպես Սիմոնյանի ԿԿԲ՝ հասնելով բաժնի պետի պաշտոնին:

Ապա՝ Խորհրդային Միության փլուզումը, ինչպես մյուս գիտաշխատողներին, նրան էլ՝ գործազուրկ դարձրեց, թեպետ չհուսախաբվեց, ուրիշների նման չլքեց Վրաստանը... 2000-ականների սկզբներին, ընկերների հետ միասին, կանգնեց Վրաստանում համահայկական մարզական շարժման ակունքների մոտ, 2003 թվականի օգոստոսին՝ կազմակերպելով առաջին անգամ ավելի քան հարյուր թբիլիսցի մարզիկների ուղեւորությունը Երեւան՝ Համահայկական երրորդ խաղերին: 2004 թվականին նա դարձավ Համահայկական խաղերի մասնակիցների միջազգային ասոցիացիայի նախագահ:

Նույն՝ 2004 թվականին նրա կողմից գլխավորած կազմակերպությունը դարձավ «Մեկ ազգ, մեկ մշակույթ» միջազգային երիտասարդական փառատոնին հայ տաղանաւոր երիտասարդների մասնակցության նախաձեռնողը: Դրանից հետո, այդ երկու ձեւաչափերով Վրաստանի մարզական և ստեղծագործական պատվիրակությունները մշտապես մասնակցել են իրականացված միջոցառումներին, իսկ 2011 թվականից հանդիսանում էր Համահայկական խաղերի համաշխարհային կոմիտեի անդամ:

Գուրգեն Չեյրանովը մեծ ակտիվություն ցուցաբերեց Հայաստանի սփյուռքի նախարարության հովանավորությամբ անցկացվող «Արի տուն» շարժման ձեւավորման գործում: Նա ճանաչված դեմք էր մեր շրջապատում: Նրան հաճախ էին այցելում մարզական և ստեղծագործական երիտասարդների խմբերը, և յուրաքանչյուրի համար նա գտնում էր ժամանակ և անհրաժեշտ բառեր:

Մեզանից հեռացավ հիանալի անձնավորություն, հուսալի ընկեր և բարեկամ: Դժվար է հաշտվել այդ կորստի հետ: Մնաս բարով երկու հայրենիքների՝ Վրաստանի և Հայաստանի մեծ հայրենասեր:

ՄԻ ԽՈՒՄԸ ԸՆԿԵՐՆԵՐ

Գուրգեն Չեյրանովի վաղաժամ մահվան կապակցությամբ Չեյրանովների ընտանիքին ցավակցություն են հայտնել Հայաստանի սփյուռքի նախարարությունը և Համահայկական խաղերի համաշխարհային կոմիտեն:

Հայաստանի սփյուռքի նախարարության ցավակցական նամակում, մասնավորապես, ասված է. «Գուրգեն Չեյրանովը առաջիններից էր, ով սփյուռքի նախարարության ստեղծման օրվանից լծվել էր նախարարության բոլոր ծրագրերին՝ թբիլիսահայ համայնքի ակտիվ մասնակցությունը ապահովելու գործին, մասնակցում էր համայնքի բոլոր կրթական, մշակութային և սպորտային միջոցառումների կազմակերպմանը: Նվիրյալ հայրենասերի, բարեկիրք մարդու և մեր լավ ընկերոջ բարի հիշատակն ու անունը միշտ վառ կմնա բոլորիս հիշողության մեջ»:

Համահայկական խաղերի ԿԿ նախագահ Իշխան Չաքարյանի ցավակցական նամակում նշված է. «Գուրգեն Չեյրանովի մահը մեծ կորուստ է մեզ համար: Մեծ է նրա ներդրումը Համահայկական խաղերի տարածման գործում: Խորապես ցավակցում եմ Գուրգեն Չեյրանովի ընտանիքին, հարազատներին ու գործընկերներին»:

«Վրաստան» թերթի խմբագրությունը իր անհուն վշտակցությունն է հայտնում Համահայկական խաղերի համաշխարհային կոմիտեի անդամ, թերթի լավ բարեկամ **Գուրգեն Չեյրանովի** վաղաժամ մահվան կապակցությամբ և ցավակցում հանգուցյալի հարազատներին ու մերձավորներին:

Լյովա Օգանեզով: Որքան ծանր ու ցավալի է նրա մասին անցյալ ժամանակով խոսելը: Մինչ օրս իմ ականջներում հնչում է նրա սաքսաֆոնի հիանալի, բացառիկ այլ տեմբրը: Բացառիկ երաժիշտ, որը հիանալիորեն տիրապետում էր շատ գործիքների՝ սաքսաֆոն, ֆլեյտա, կլարնետ, ակորդեոն, շրթհարմոն և այլն: Նա էլ հանդիսանում էր Շոթա Ռուսթավելու անվան թատրոնի նվագախմբի ղեկավարը: Ինձ բախտ էր վիճակվել Լյովայի հետ համագործակցել բազում ձայնագրությունների ժամանակ: Բացառիկ պահանջկոտ իր նկատմամբ, նա միշտ կարողանում էր հասնել կատարման առավելագույն որակի:

Ինձ համար միշտ մեծ բավականություն էր Լյովայի հետ առնչվելը: Տիրապետելով նուրբ զգացումին, նա միշտ պատրաստ էր կատակել, ծիծաղել: Համեղ ունեստների սիրահար էր և ինքն էլ լավ էր պատրաստում: Երբեք չէմ մոռանա նրա ֆիրմային խաշի համը:

Շատ ցավալի է, երբ կյանքից հեռանում է նման տաղանադավոր լավ մարդիկ:

ՄԻԽԵԻԼ ԿԻԼԱՍՈՆԻԱ
Թբիլիսիի Շոթա Ռուսթավելու անվան ակադեմիական թատրոնի հնչյունային ռեժիսոր

ՀԱՐՑ - ՊԱՏԱՍԽԱՆ ԱՅԼԱԶԱՆ ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ

ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹՅՈՒՆ

ՀՈԳԵՄԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

ԻՆՉՊԵՍ ԵՐԶԱՆԻՎ ԳԱՐՁՆԵԼ ԳԵՌԱՆԱՍԻՆ

Այսօր, փեխնիական առաջընթացի կենցաղային և էլեկտրոնային փեխնիկայի բուն գարգայան դարաշրջանում, որոշակիորեն փոխվել են, առաջին հայացքից, այնպիսի կայուն հասկացությունները, ինչպիսիք են երջանկությունը, բավարարվածությունը և այլն:



Հեղափոխությունը և ներկայիս իրավիճակում հնարավոր է սահմանել, թե՞ ինչպես կարելի է երջանկացնել մարդուն, ասենք, դեռահասին:

Ա.Արզումանյան

Ախալքալաքի

Որքան էլ տարօրինակ թվա, նման ուսումնասիրություններ արվում են: Մասնավորապես, Սան Դիեգոյի (Կալիֆոռնիայի նահանգ) համալսարանի գիտնականները պարզել են, որ այն դեռահասները, որոնք մոնիթորինգի առջև օրական մեկ ժամից պակաս են անցկացնում, ավելի մեծ բավականություն են ստանում կյանքից, քան նրանց այն հասակակիցները, որոնք կախված են համակարգից: Գետազոտությունը հրապարակված է Emotion ԱՄՆ-ի հոգեբանների ասոցիացիայի հանդեսում. դրա մասին համառոտ հայտնել է The Independent-ը:

Մասնագետներն ուսումնասիրել են մինչև 18 տարեկան 1 մլն ամերիկացիների հոգեբանական առողջության վերաբերյալ տեղեկատվության տվյալները:

Ընդգծվում է, որ այդ փաստը խիստ նվազեցնում է կյանքից բավարարվածության մակարդակը:

Գետազոտողների խմբի ղեկավար Ջին Թվինգերի տատասարդներին խորհուրդ է տալիս ավելի քիչ ժամանակ անցկացնել էլեկտրոնային դեւայաների առջև՝ այն կրճատելով օրական մինչև երկու ժամ: Նա խորհուրդ է տալիս նաև ավելի շատ ապրել իրական կյանքով և նոր ընկերներ գտնել ցանցից դուրս:

ԳԻՏԵՔ, ԱՐԳՅՈՔ...

ՀԱՄԱՆԿՐԱՅԻՆ ՀԱՐՍՏՈՒԹՅԱՆ 80 ՏՈՎՈՒՆԸ ԲՆԱԿՉՈՒԹՅԱՆ ՄԵՎ ՏՈՎՈՍԻ ԶԵՌՔՈՒՄ



2017 թվականին, աշխարհում հայտնված բոլոր հարստությունների շուրջ 82 տոկոսը գտնվում էր մոլորակի բնակչության մեկ տոկոսի ձեռքում:

Դա հետևում է Oxfam-ի հետազոտությունից:

Միլիարդավոր ժամանակ աշխարհի 3,7 մլրդ չքավոր մարդկանց ֆինանսական դրությունն անցած տարի ոչու՛ղ-ինչ չի բարելավվել:

Համադրելով Credit Suisse շվեյցարական բանկի տվյալները՝ Oxfam-ը եկել է այն եզրակացության, որ հարստությունն ավելի ու ավելի է կենտրոնանում մարդկանց մեկ շրջանի ձեռքին: Այսօր աշխարհի 42 ամենահարուստ մարդկանց կարողությունը հավասար է մարդկության չքավոր կեսի (3,7 մլրդ մարդ) ընդհանուր կարողությանը: 2009 թվականին այդպիսիք 380 հոգի էին: 2006-ից մինչև 2015 թվականն ընկած ժամանակաշրջանում միլիարդատերերի կարողությունն աճել է մոտավորապես 13 տոկոսով, այսինքն՝ այն աճել է 6 անգամ ավելի արագ, քան աշխատողների միջին աշխատավարձերը:

Դա հետևում է Oxfam-ի հետազոտությունից:

Oxfam-ն առանձին կանգ է առել այն բանի վրա, որ զգալի է մնում տարբերությունը միլիարդավոր չքավոր կատարող տղամարդկանց ու կանանց աշխատանքի վճարման միջև: Այդ ոլորտում բարեփոխումների ներկայիս տեմպերի պահպանման դեպքում, այդ տարբերությունը վերացնելու համար, կպահանջվի 217 տարի:

Հունվարի 19-ի տվյալներով՝ Bloomberg-ի վարկանիշում Amazon-ի ղեկավար Ջեֆ Բեզոսի կարողությունը գնահատվում է 109 մլրդ դոլար, նրան հետևում են Քիլ Գեյթսը (Microsoft) և Ֆինանսիստ Ուորեն Բաֆեթը՝ համապատասխանաբար 94 մլրդ դոլար և 91,7 մլրդ դոլար կարողությամբ:

ԻՆՉՊԵՍ ԵՐՇՏ ՄՆՎԵԼ ՁՄՈՒԱՆԸ

Ինչպես պետք է ճիշտ սնվել ծնունդ և բարձրացնել օրգանիզմի իմունիտետը:

Գաղտնիք չէ, որ ճիշտ սննդակարգն օգնում է հարմարվել սեզոնին: Սառը եղանակին ցանկալի է, որպեսզի սնունդը լինի տաք և յուղոտ:

Զմռանը հարկավոր է օգտագործել բուսական սնունդ, ձավարեղենից պատրաստված շիլաներ, բանջարեղեն, միրգ, հատապտուղ, օրինակ՝ դդում, նուռ, չիչխան: Այս մթերքներն իրենց մեջ պահպանում են արեւի ջերմությունը, և դրանց օգտագործումն օգնում է ծնունդը լրացնել արեւի պակասը:

Զմռանը հարկավոր է օգտագործել շատ համեմունքներ:

Կարելի է օգտագործել չոր կանաչեղեն, դրանով փոխարինել աղն ու պղպեղը: Ցանկալի է օգտագործել կոճապղպեղ և քրքուն, որոնք ունեն հիանալի տաքացնող հատկություններ:

քացնող հատկություն, դրանք նաև արդյունավետ հակաօքսիդանտներ են:

Զմեռային կերակուրը պետք է նաև պարզեւի բարձր տրամադրություն:



Զմռանը վատ տրամադրությունը հաճախ ստիպում է մեզ ուտել շատ քաղցրավենիք, ինչը սխալ է: Քաղցրը մեր օրգանիզմի վրա ազդում է թմրամիջոցի նման: Երբ դրա ազդեցությունը անցնում է, վատ տրամադրությունը սրվում է: Ավելի շատ ժամանակ անցկացնել հաճելի և լավ մարդկանց հետ, իսկ ազատ երեկոներն ու տոները՝ ընտանիքի շրջապատում:

Զմռանը հարկավոր է օգտագործել ավելի շատ կաթնամթերք, մասնավորապես, մածուց, որը բարելավում է աղիների միկրոֆլորան: Այն նաև օգնում է բարձրացնել իմունիտետն ու պաշտպանում է շնչառական հիվանդություններից:

Զմռանն իմունիտետն օգնում է բարձրացնել նաև թթուն: Սակայն հարկավոր է հիշել, որ թթուն կարող է վնասակար լինել ճնշման հետ խնդիր ունեցողների համար: Զմռանն օգտակար է օգտագործել դրմի աղացած սերմեր, քանի որ դրանք ցինկի հիանալի աղբյուր են, որը, իր հերթին, բարձրացնում է իմունիտետը:

ԴԻԵՏԱՅԻ ԱՐԳՅՈՒՆՔԸ ՈՂՆՉԱՑՆՈՂ 6 ԳՈՐԾՈՆ

Շատ մարդիկ տարիներով դիետայի են հետևում, սակայն, նրանց քաշը կամ չի փոխվում, կամ որոշակի ժամանակ նվազելով, կարճ ժամանակ անց նորից վերականգնվում է: Մասնագետները պնդում են, որ վերջնական արդյունքի վրա հիմնականում ազդում են հետևյալ 6 գործոնները:

Գործոն առաջին: Թույլ մի՛ տվեք կերակուր ձեզ չափից դուրս գրավի: Հոգեբաններն ասում են ամեն մարդ պետք է գիտակցի, որ բոլոր խնդիրներն ուղեղի մեջ են: Կերակուրը չի կարող ձեզ ստիպել իրեն ուտել՝ չնայած որոշ մարդիկ հավաստում են, որ այս կամ այն կերակուրն իրենց գրավում է:

Գործոն երկրորդ: Չկա լավ կամ վատ կերակուր: Կերակուրը լինում է կծու, աղի, քաղցր, քիչ կամ շատ ճարպ պարունակող և այլն: Այդ իսկ պատճառով, երբ կազմում եք ձեր չափաբաժինը, փորձեք հաշվի առնել բոլոր տարրերը: Պատահում է, որ առանց ինչ-որ կարելու բաղադրամասի առկայության, օրգանիզմը սկսում է հավաքել այն ճարպը, որը ստանում է սննդից:

Գործոն երրորդ: Դիետան չի կարող անվերջ տևել: Եթե դուք այսօր ձեզ «ժանրացած» եք զգում, ապա՝ դիետա պահեք: Երբ ձեր քաշը ձեզ բավարարում է, դուք անմիջապես մոռանում եք հատուկ սննդակարգի պահպանման մասին: Այս մոտեցումը սխալ է: Սնունդը միշտ պետք է հավասարակշռված լինի՝ օրգանիզմին թույլ տալով կարգավորել փոխանակության գործընթացները:

Գործոն չորրորդ: Առանց մարզունների՝ դուք չեք կարող քաշ զցել: Ֆիզիկական մարզումների ժամանակ չտրամադրելով՝ հնարավոր է միտքով միայն մի դեպքում: Դուք պետք է խիստ սահմանափակեք ձեր սնունդը և հաշվեք կալորիաները: Իհարկե, հենց դիետան վերջանա, քաշը նորից կվերադառնա: Մասնագետները նշում

են, որ պետք չէ օրերով «քնել» մարգասարհում: Օրական երկու ժամանոց ինտենսիվ քայլեր լիովին բավարար է:

Գործոն հինգերորդ: Ոչ բոլոր ճարպերն են վնասակար: Որոշ ճարպեր, որոնք առկա են սննդի մեջ, օգտակար են: Օրինակ, յուղեղով հարուստ ընկույզը: Այդ իսկ պատճառով պետք չէ հրաժարվել ձկնից, չէ՞ որ ձկան ճարպը նույնպես շատ օգտակար է:

Գործոն վեցերորդ: Շատ կալորիաներ մի՛ խմեք: Եթե դուք կարծում եք, որ հյուսերը եւ տոնիկներն անվնաս են, ապա, չարաչար սխալվում եք: Հյուսերի մեջ կա այնքան կալորիա, ինչքան տարբեր ոչ ալկոհոլային խմիչքներում, իսկ տոնիկների մեջ կա շաքար: Այդ իսկ պատճառով մասնագետները խորհուրդ են տալիս մրգային քիչ փոխարեն, ուտել մրգեր, լավացնել ջրաաղային փոխանակությունը եւ կանխարգելել ջրազրկումը սովորական՝ ոչ գազային ջրով:

ԹԵՎԱՎՈՐ ՄՏԵՐ

Մարդու համար անունն ավելի թանկ է, քան կյանքը, և դրա համար էլ մարդ պիտի աշխատի նախ իր անվան, ապա՝ կյանքի համար: **ԳԱՐԻԻԵԼ ՍՈՒՆՊՈՒԿՅԱՆ (1825-1912)** Հայ դրամատուրգ ճիշտ է, արդյոք, որ մարդն ապրի և ոչինչ չանի աշխարհի համար: **ՆԻԿՈԼՁ ԲԱՐԱՍՍՆՉՎԻԼԻ (1817-1845)** Վրաց բանաստեղծ Աշխարհում երկու ուժեր կան. դուրսը և գրականությունը:

ՄԻՍԱՅԻԼ ԲՈՒԼԱՎԿՈՎ (1891-1940) Ռուս նշանավոր գրող Մենք գալիս ենք այս աշխարհի միայնակ և միայնակ էլ լքում ենք այն: **ԶԻԳՄՈՒՆԴ ՖՐՈՅԴ (1856-1939)** Ավստրիացի հոգեբան Երբ արժիվները լռում են, թուփակները խոսում են: **ՈՒՆՍՈՐՆ ԶԵՐԴԻԼ (1874-1965)** Անգլիացի քաղաքական

գործիչ Տուն կամ փող չունենալը դեռ աղքատություն չէ: **ՇԱՌՆՍՍ ԲՐՈՆՏԵ (1816-1855)** Անգլիացի վիպասան, բանաստեղծ ժամանակ մի կորցրեք այն մարդկանց վրա, ովքեր ձեզ համար ժամանակ չունեն: **Գ.ԲԱԼԱՅԱՆ «Վրաստանի» ընթերցող**



© Մեկը փախչում է հետապնդումից: Չբոսայգու միջով վազելիս նկատում է, որ շատ մերկ արձաններ կան: Ժամանակ չկորցնելով՝ հանվում է և հարմար դիրք ընդունելով՝ քարանձավ: Մեկ էլ հանկարծ լսում է. - Գուլպաներդ հանիր, թե չէ բոլորս կբռնվենք:

ԱՆԵԿԴՈՏՆԵՐ Ավտոտեսուչը մի BMW է կանգնեցնում: Իջնում է մի հաստավիզ, թիկնեղ երիտասարդ: - Ձեր փաստաթղթերը,- ասում է ոստիկանը:- Նորմալ է... Խնդրում եմ բացել բեռնոցը: Երիտասարդը բացում է բեռնոցը: Այնտեղ մի ավտոմատ է դրված լինում: - Սա ի՞նչ է... - Հե՛, հաշվիչ ա... - Ա՛յ ընկեր, դա ի՞նչ հաշվիչ, հաշվիչը սա է,- ասում է ոստիկանը եւ գրպանից հանում մի իսկական հաշվիչ: - Հա՛, ցավդ տանեն, տանում են:

էտի նախնական հաշիվներ անելու համար ա, ինը՝ վերջնական... © Գժանցում մեկը առաստաղն է ներկում, մի գիծ գալիս ասում. - Ընգեր, էդ վրձինը պինդ էս բռնել: - Հա: - Դե, ես աստիճանը տանում են:

ՀԱՅԱՍՏԱՆ - ԱՐՅԱԽ. Փաստեր, իրադարձություններ

«ՎՐԱՍՏԱՆԻ», ԱՐՄԵՆՊՐԵՍԻ, ՊԱՆԱՐՄԵՆԻԱՆԻ ԵՎ ԿԱՎԿԱԶՊՐԵՍԻ ՆՅՈՒԹԵՐՈՎ

ԶԻՆՎԱԾ ՈՒԺԵՐԻ ԱՐԴԻՎԿԱՆԱՅՄԱՆ ՀԱՐՅՈՒ ԱԶԳԱՅԻՆ ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ԽՈՐՀՐԴԻ ՆԻՍՏՈՒՄ

Հունվարի 31-ին, Հայաստանի նախագահ, Ազգային անվտանգության խորհրդի նախագահ Սերժ Սարգսյանը հրավիրեց Ազգային անվտանգության խորհրդի նիստ, որի օրակարգի շրջանակներում քննարկվեցին Հայաստանի զինված ուժերի 2018-2024թթ. արդիակա...



Առաջին հարցի մասին խորհրդի անդամներին զեկուցեց պաշտպանության նախարար Վիգեն Սարգսյանը:

Նշենք, որ ՀՀ ՁՈԱ արդիականացման ծրագրի նախագծի մշակման մասին հանձնարարականը նախագահը տվել էր 2017 թվականի հոկտեմբերի 24-ին: 2018-ի տարեկարգին, Հայաստանի նախագահի ներկայությամբ, ծրագրի նախագիծը մանրամասն քննարկվել է նաև պաշտպանության նախարարությունում:

Անվտանգության խորհուրդը քննարկման արդյունքում հավանություն է տվել ներկայացված մոտեցումներին և հանձնարարել կառավարությանը՝ սահմանված կարգով ընթացք տալ դրանց ու ներկայացնել նախագահի հաստատմանը:

Օրակարգի երկրորդ հարցի՝ սահմանադրական բարեփոխումների իրավական ապահովման գործընթացի մասին զեկուցեց արդարադատության նախարար Դավիթ Հարությունյանը:

Նախարարի ներկայացմամբ՝ հիշյալ գործընթացով նախատեսված սահմանադրական յոթ օրենքներից հինգն ամբողջովին ընդունված են, մեկն Ազգային ժողովում ընդունվել է առաջին ընթերցմամբ, իսկ մեկը կքննարկվի Աժ առաջիկա քառօրյա նիստում՝ փետրվարին: Դավիթ Հարությունյանը զեկուցել է, որ նույն գործընթացի շրջանակներում օրենքների 27 փաթեթներ են արդեն ընդունված են:

Նիստում հավանություն տրվեց սահմանադրական բարեփոխումների իրավական ապահովման գործընթացից ձեռք բերված արդյունքներին և հանձնարարվել է կառավարությանը՝ սահմանված կարգով շարունակել դրանց իրականացումն ու ապահովել տրամաբանական ավարտին հասցնելու գործընթացը:

ՕՐԱԿԱՐԳՈՒՄ ԵՐԿՈՒ ՇԵՏԱԴՐՄԱՄԲ ԱՐՏԱՔԻՆ ՔԱՂԱՔԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՏԵՍԱԿԱՆՆ ԷՐ

Հունվարի 30-ին, Հայաստանի նախագահ Սերժ Սարգսյանը երկրի արտաքին գործերի նախարարությունում հանդիպում ունեցավ ԱԳՆ ղեկավար կազմի հետ:

ԱԳՆ ղեկավար կազմի հետ Հայաստանի նախագահը քննարկեց Հայաստանի արտաքին քաղաքականության տեսլականը երկու հիմնական շեշտադրմամբ՝ որո՞նք են ՀՀ արտաքին քաղաքականության միջնաժամկետ խնդիրները և ի՞նչ պետք է անել արտաքին քաղաքական գերատեսչության գործունեությունն առավել արդյունավետ դարձնելու, կատարելագործելու համար:

Նա անդրադարձավ նաև Հայաստանի արտաքին քաղաքականության օրակարգում կարևորագույն տեղադրված լինելու հարցին: Սերժ Սարգսյանն արտգործնախարարության ղեկավար կազմի ուշադրությունը հրավիրեց նաև ընթացիկ տարում տեղի ունեցող կարևոր իրադարձությունների, մասնավորապես՝ Ֆրանկոֆոնիայի գագաթաժողովի, Հայաստանի Հանրապետության և Մայիսյան հերոսամարտերի 100-ամյակին նվիրված միջոցառումների, Երեւանի հիմնադրման 2800-ամյակի միջոցառումների և ԸՆԴՊ-ին ցեղասպանության հանցագործության երրորդ գլոբալ ֆորումի վրա:

Հանդիպման ժամանակ նախագահ Սարգսյանը պատասխանել է նաև ԱԳՆ ղեկավար կազմին հետաքրքրող հարցերին:

Հանդիպման ընթացքում քննարկվեցին ՀՀ-ԵՄ համագործակցության շրջանակներում ԵՄ կողմից Հայաստանին տրամադրվող տեխնիկական և բյուջետային աջակցության ծրագրերին, այդ շրջանակներում 2018թ. ընթացքում նախատեսվող գործընթացներին, դրանց իրականացման քայլերին և համապատասխան իրազեկման միջոցառումներին, ինչպես նաև երկկողմ առավել արդյունավետ համագործակցության շարունակականության ապահովմանն առնչվող հարցեր:

ՀԱՅԱՍՏԱՆ-ԵՎՐՍՄԻՈՒԹՅՈՒՆ. ՀԱՏԱԿԵՅՎԵՑԻՆ ՏԵԽՆԻԿԱԿԱՆ ԵՎ ԲՅՈՒԶԵՏԱՅԻՆ ԱՋԱԿՈՒԹՅԱՆ ԾՐԱԳՐԵՐԸ

Հունվարի 29-ին, Հայաստանի տնտեսական զարգացման և ներդրումների նախարարությունում տեղի ունեցավ գերատեսչության ղեկավարների հանդիպումը Եվրոպական հանցնաժողովի Հարեւանության և ընդլայնման հարցերով գլխավոր տնօրինության Հայաստանի, Ադրբեջանի, Բելառուսի և Արևելյան գործընկերության հարցերով բաժնի ղեկավար Վասիլիս Մարազոսի հետ:

Հանդիպմանը մասնակցեցին Եվրոպական հանցնաժողովի, Հայաստանում Եվրոպական Միության պատվիրակության, ինչպես նաև Հայաստանի տնտեսական զարգացման և ներդրումների նախարարության համապատասխան ներկայացուցիչները:

Հանդիպման ընթացքում քննարկվեցին ՀՀ-ԵՄ համագործակցության շրջանակներում ԵՄ կողմից Հայաստանին տրամադրվող տեխնիկական և բյուջետային աջակցության ծրագրերին, այդ շրջանակներում 2018թ. ընթացքում նախատեսվող գործընթացներին, դրանց իրականացման քայլերին և համապատասխան իրազեկման միջոցառումներին, ինչպես նաև երկկողմ առավել արդյունավետ համագործակցության շարունակականության ապահովմանն առնչվող հարցեր:

ՏՆՏԵՍԱԿԱՆ ԱՎՏՐՊՈՒԹՅԱՆ ԱՋԷ ԿԱԶՄԵՆ Է 7,7 ՏՈՎՈՍ

Հայաստանի տնտեսական ակտիվության ցուցանիշը 2017 թվականի հունվար-դեկտեմբերին 7.7 տոկոսով գերազանցել է նախորդ տարվա նույն ժամանակահատվածի ցուցանիշը: Ինչպես տեղեկացրել է Հայաստանի ազգային վիճակագրական ծառայությունը, անկում է գրանցվել միայն գյուղատնտեսության համախառն արտադրանքի ծավալներում:

Նախորդ տարվա 12-ամիսների ցուցանիշներով աճ է արձանագրվել նաև շինարարության ոլորտում. նախորդ տարվա նույն ժամանակահատվածի համեմատ, ցուցանիշն աճել է 2.2 տոկոսով: Էլեկտրաէներգիայի արտադրության ոլորտում 2017 թվականի հունվար-դեկտեմբերի ցուցանիշը՝ 6.1 տոկոսով ավելացել է նախորդ տարվա նույն ժամանակահատվածի համեմատ: 2016թ. հունվար-դեկտեմբերի համեմատ 2017 թվականին ծառայությունների ծավալն (առանց առեւտրի) աճել է 14.4 տոկոսով՝ կազմելով 1 տրիլիոն 1 453 մլրդ 515.5 մլն դրամ: Գյուղատնտեսության համախառն արտադրանքի ծավալը նվազել է 3 տոկոսով՝ կազմելով 906 մլրդ 760.1 մլն դրամ: Սպառողական գների ինդեքսը 2017-ի 12 ամիսներին ավելացել է 1 տոկոսով, իսկ արդյունաբերական արտադրանքի գների ինդեքսը՝ 3.9 տոկոսով:

ԳՐԱՆՅՎԵՆ ԵՆ 2018-Ի ԱՌԱՋԻՆ ՕԼԻՄՊԻԱԿԱՆ ՀԱՅՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

Ղազախստանի Ալմաթի քաղաքում, 2018 թվականի հունվարի 10-16-ը, տեղի է ունեցել ժառանգորդական միջազգային 14-րդ օլիմպիադան, որին մասնակցել է նաև Հայաստանի դպրոցականների թիմը: Հայաստանի թիմը ներկայացրել է 18 դպրոցական՝ Ա.Շահինյանի անվան ֆիզմաթ հատուկ դպրոցի և Քվանտ վարժարանից:

Հայաստանի երկու թիմերը նվաճել են 7 մեդալ՝ 2 ոսկի և 5 բրոնզ: Նշենք, որ այս տարի օլիմպիադային մասնակցել է 15 պետության 68 թիմ:

ԲՐՅՈՒՄԵԼՈՒՄ ԱՆՅԿԱՅՎԵՑ ԿԻՉԱՆԵՐԻ ԴՅՈՒՐԱՅՄԱՆ ՀԱՄԱՉՆԱԳՐԻ ՀԱՄԱՏԵՂ ԿՈՄԻՏԵԻ ՆԻՍԵԸ

Բրյուսելում հունվարի 24-ին կայացել է ՀՀ-ԵՄ վիզաների դիվերսիվացման համաձայնագրի իրականացման հարցերով համատեղ կոմիտեի 4-րդ նիստը:

Հանդիպման ընթացքում կողմերը դրական գնահատեցին համաձայնագրի իրականացման ընթացքը: Հայաստանի պատվիրակությունը ներկայացրեց վիզաների և մարդկանց տեղաշարժի ոլորտում Հայաստանում տեղ գտած վերջին փոփոխությունները, բարձրաձայնվեցին նաև Հայաստանի քաղաքացիների որոշ մտահոգությունները՝ կապված ԵՄ անդամ երկրներ մուտքի արտոնագրի ստանալու հետ:

Երկուստեք կարևորվեց անկանոն միգրացիայի դեմ պայքարի, քաղաքացիների իրազեկման և բարձրացմանն ուղղված քայլերի անհրաժեշտությունը: Քննարկվեցին նաև ԵՄ ընթացակարգերի, վիզաների վիճակագրության հետ կապված հարցեր:

Նույն օրը Բրյուսելում տեղի ունեցավ նաև ՀՀ-ԵՄ ռեզիդենտների համաձայնագրի իրականացման հարցերով համատեղ կոմիտեի նիստը: Տեղեկանք. «Վիզաների դիվերսիվացման և ռեզիդենտների հարցերով համատեղ կոմիտեի ստեղծումը նախատեսված է համաձայնագրերով՝ դրույթների դիտարկման իրականացման, համաձայնագրերում փոփոխություններ կամ լրացումներ կատարելու և համաձայնագրերի կիրարկման հետ կապված այլ հարցերի քննարկման նպատակով: Կոմիտեի նախորդ նիստերը տեղի են ունեցել 2016թ. հունիսին՝ Երեւանում»:

ԸՆԴՈՒՆՎԵՑ ԿԱՌԱՎԱՐՈՒԹՅԱՆ ԿԱՌՈՒՅՎԱԾՔԻ ՄԱՍԻՆ ՕՐԻՆԱՆԱԽԱԳԻԾԸ

Հայաստանի կառավարությունը հավանություն տվեց «Կառավարության կառուցվածքի և գործունեության մասին» Հայաստանի օրենքի նախագծին:

ՀՀ արդարադատության նախարար Դավիթ Հարությունյանը նշեց, որ Սահմանադրությունը նորովի կարգավորում ունի, որով անհրաժեշտ է հստակեցնել նախարարությունների ցանկը և կառավարության գործունեության կարգը:

«Ներկայում այդ հարցը կարգավորվում է երկու ակտով՝ կառավարության գործունեությունը կանոնակարգվում է նախագահի հրամանագրով, իսկ նախարարության գործունեության կարգը՝ «Ներկայում այդ հարցը կարգավորվում է երկու ակտով՝ կառավարության գործունեությունը կանոնակարգվում է նախագահի հրամանագրով, իսկ նախարարության գործունեության կարգը՝

թյունների ցանկը սահմանվում է օրենքով: Ո՞րն է հիմնական կարգավորումը, որ մենք առաջարկում ենք: Կառավարությունը կազմավորված է վարչապետից, առաջին փոխվարչապետից, երկու փոխվարչապետից և նախարարներից: Ընդ որում, կառավարությունը համարվելու է կազմավորված, եթե նշանակվել են կառավարության անդամների թիվը 2/3-ը»,- ասաց Հարությունյանը՝ ավելացնելով, որ Սահմանադրությունը նախատեսել է մի շարք դրույթներ, թե ինչ ժամկետում պետք է առաջարկվեն կառավարության անդամների թեկնածուները, որն է վերջնաժամկետը, որպեսզի կառավարությունը ձևավորվի:

նախարարության անդամների թիվը 2/3-ը»,- ասաց Հարությունյանը՝ ավելացնելով, որ Սահմանադրությունը նախատեսել է մի շարք դրույթներ, թե ինչ ժամկետում պետք է առաջարկվեն կառավարության անդամների թեկնածուները, որն է վերջնաժամկետը, որպեսզի կառավարությունը ձևավորվի:

ԴՅՈՒՐԱՅՎԵՆ Է ՕՏԱՐԵՐԿՐՅԱ ԲԺԻՇԿՆԵՐԻ ՄԱՍՆԱԳԻՆՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ԹՈՒՅՆՏՎՈՒԹՅԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՅԸ

Հայաստանի առողջապահության նախարարության նախաձեռնությամբ՝ վերջերս ընդունվեց կառավարության որոշում, որով էականորեն հեշտացվեց ԵՄ և ԵԱՏՄ անդամ երկրներից, ինչպես նաև ԱՄՆ-ից և Կանադայից ժամանող բժիշկներին թույլտվության տրամադրման գործընթացը:

Այժմ այդ բժիշկներից պահանջվում է ներկայացնել միայն անձը հաստատող փաստաթուղթ և պատշաճ գործունեության հավաստագիր՝ certificate of good standing, որով հավաստվում է, որ տվյալ բժիշկն իր երկրում մասնագիտական գործունեության հետ կապված խնդիրներ չունի: Հաշվի է առնվել, որ այդ երկրներում խստորեն վերահսկվում է բժշկական գործունեության իրականացումը, և բժշկական կրթության որակը գտնվում է բարձր մակարդակի վրա:

Ըստ տվյալների, այս քայլը դրական ազդեցություն կունենա, մասնավորապես, որ այդ երկրներից Հայաստան են գալիս ճանաչում ունեցող հայազգի մասնագետներ՝ նպաստելով առողջապահական մեր համակարգում բժշկական օգնության և սպասարկման որակի բարձրացմանը:

Ըստ տվյալների, այս քայլը դրական ազդեցություն կունենա, մասնավորապես, որ այդ երկրներից Հայաստան են գալիս ճանաչում ունեցող հայազգի մասնագետներ՝ նպաստելով առողջապահական մեր համակարգում բժշկական օգնության և սպասարկման որակի բարձրացմանը:

ՓԵՏՐՎԱՐ

3.02.2018. Տոն Սուրբ Սահակ Պարթևի Հայրապետի.



Սուրբ Սահակի Հայրապետը Ներսես Մեծ կաթողիկոսի որդին էր, Սբ. Գրիգոր Լուսավորչի տոհմի վերջին ներկայացուցիչը, որ 387 թվականից սկսած՝ 52 տարի եղել է հայոց հայրապետական աթոռի գահակալը: Սահակ Պարթևը մեծ նպաստ է բերել հայ ազգային մշակույթի զարգացմանը, եղել հայոց գրերի ստեղծման ջատագովը, Մեսրոպ Մաշտոց վարդապետի հետ դարձել հայ դպրության ու եկեղեցական մատենագրության հիմնադիր: Տառերի գյուտից հետո՝ Սբ. Սահակն ու Սբ. Մեսրոպը սկսում են Աստվածաշնչի թարգմանությունը եւ այնպես կատարյալ կերպով են կատարում այն, որ Աստվածաշնչի հայերեն թարգմանությունը դարեր հետո կոչվում է Աստվածաշնչի թարգմանությունների թագուհի:

5.02.2018. Սուրբ Մարկոս եպիսկոպոսի, Պիոն քահանայի, Կյուրոզ եւ Բենիամին սարկավազների եւ սուրբ վկաներ Աբղյմսեհի, Որմզդանայի եւ Սայենի հիշատակության օր.

6.02.2018. Սրբոց Ղեւոնդյանց քահանաների հիշատակության օր. Ավանդության համաձայն՝ այդ օրը բոլոր քահանաների տոնն է: Ղեւոնդյանց սրբերի հիշատակը Հայ Առաքելական եկեղեցին նշում է Բուն Բարեկենդանին նախորդող երեքշաբթի օրը:

8.02.2018. Սուրբ Վարդանանց զորավարների եւ 1036 վկաների հիշատակության օր.

451 թվականի մայիսին, Ավարայրի ճակատամարտում, հայրենիքի, հայ եկեղեցու եւ քրիստոնեական հավատի պահպանման համար նահատակված Վարդանանց զորավարներն ու 1036 մարտիրոսները Հայաստանյայց Առաքելական եկեղեցու մեծագույն սրբերից են: Իրենց նահատակությամբ նրանք հաստատեցին հայ ժողովրդի ապրելու կամքը եւ լինելիության իրավունքը:

ՍԱՀՄԱՆԱՓՈՎՈՒՄՆԵՐ՝ ՃԱՆԱՊԱՐՅՆԵՐԻՆ

Ինչպես տեղեկացրել է Վրաստանի ներքին գործերի նախարարության արտակարգ իրավիճակների գործակալությունը, առատ ծնատեղումների պատճառով Վրաստանից Թուրքիա տանող ավտոճանապարհին սահմանվել են սահմանափակումներ:

Մասնավորապես, միջազգային նշանակության խաշուրի-Ախալցխի-Վալե ավտոմայրուղու 30-96 կմ ճանապարհահատվածում կցասայլակով, ինչպես նաեւ՝ 30 եւ ավելի ուղեւորատար ավտոմեքենաների երթուղիներին արգելվել է: Ավտոտրանսպորտի մյուս միջոցների համար ճանապարհը բաց է:

Հայաստանի տրանսպորտի, կապի եւ տեղեկատվական տեխնոլոգիաների նախարարության տեղեկատվությամբ, Վանաձոր-Ալավերդի-Վրաստանի սահման միջպետական ավտոճանապարհին իրականացվող երկու թունելների շինարարության ընթացքում, երթուղիների անվտանգությունն ապահովելու նպատակով, 2018թ. հունվարի 29-ից մինչեւ մարտի 1-ը՝ ժամը 8:00-ից մինչեւ 19:00-ը, ճանապարհի 30-32 կմ հատվածում տրանսպորտային միջոցների երթուղիները կդադարեցվի:

«ՎՐՈՆՆԵՐԸ ՎՐԱՍՏԱՆՈՒՄ» ՃՈՒՅԱՀԱՆՂԵՍ ԹԲԻԼԻՍԻՈՒՄ

ՑՈՒՑԱՀԱՆՂԵՍԻ ԲԱՑՄԱՆԸ ՆԵՐԿԱ ԷՐ ՆԱԵՎ ՎԻՐԱՀԱՅՈՑ ԹԵՄԻ ԱՌԱՋՆՈՐԴԸ

2018 թվականի հունվարի 30-ին, Վրաստանի Ազգային թանգարանում բացվեց «Վրոնները Վրաստանում» խորագրով ցուցահանդես, որը համատեղ նախաձեռնել էին Վրաստանի Կրոնի հարցերով պետական գործակալությունը եւ Ազգային թանգարանը:



Ցուցահանդեսին ցուցադրված էին Վրաց Ուղղափառ եկեղեցու եւ երկրում գործող տարբեր կրոնական համայնքների հանդերձանքը, գրականությունը եւ ծիսական արարողությունների պարագաները: Ցուցահանդեսն ունի ինչպես ճանաչողական, այնպես էլ տեղեկատվություն մատուցելու նպատակ:

աշխարհիկ պաշտոնյաներ: Միջոցառմանը ներկա էր նաեւ Վիրահայոց թեմի առաջնորդ Տեր Վազգեն եպիսկոպոս Միրզախանյանը:

Ցուցահանդեսի բացմանը ներկա էին Վրաստանի կառավարության անդամներ, խորհրդարանի պատգամավորներ, դիվանագիտական կորպուսի եւ կրթական գերատեսչությունների ներկայացուցիչներ, Վրաստանում գործող տարբեր կրոնական դավանանքների առաջնորդներ, հոգևոր եւ

Ցուցահանդեսը բացեց Կրոնի հարցերով պետական գործակալության նախագահ Զաքա Վաշաղմաձեն: Վրաստանի Մշակույթի նախարար Միխեիլ Գիրոզաձեն, Ազգային թանգարանի տնօրեն Դավիթ Լորքբիվանիձեն եւ ներկա կրոնական կազմակերպությունների ներկայացուցիչները, այդ թվում՝

Վիրահայոց թեմի առաջնորդ բարձր գնահատեցին հանդուրժողականության ոգով հագեցած ցուցահանդեսի բովանդակությունը, ցուցանմունքների ճիշտ ընտրությունը եւ երկրի կրոնական հազվագյուտ բազմազանության ցուցադրումը: Ընդգծվեց «Վրոնները Վրաստանում» ցուցահանդեսի կարեւորությունը եւ, որ այն կնպաստի Վրաստանում կրոնական հանդուրժողականության եւ փոխադարձ հարգանքի միջավայրի խորացմանը:

ԷԼՂԱՐ ՇԵՆԳԵԼԱԻՍ-85. ՀՐԲԵԼՅԱՆԱԿԱՆ ԸՆԴՈՒՆԵԼՈՒԹՅՈՒՆ՝ ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆՈՒՄ



Աշխարհահռչակ ռեժիսոր Էլզար Շենգելաիսի դարձավ 85 տարեկան: Ռեժիսորի հորեղբայրի կապակցությամբ՝ Վրաստանի մշակույթի եւ սպորտի նախարարությունը, ազգային կինոկենտրոնը եւ Վրաստանի կինոակադեմիան անցկացրին տոնակա ընդունելություն:

Միջոցառմանը, վրաց ճանաչված կինեմատոգրաֆիստների հետ միասին, ներկա էր Վրաստանի մշակույթի եւ սպորտի նախարար Միխեիլ Գիրոզաձեն: Ընդունելության երաժշտական ձեւավորումը իրականացրին «Շնորհալիների տասնյակի» աշակերտները:

Էլզար Շենգելաիսի շարունակում է իր ստեղծագործական գործունեությունը: 2017 թվականին նա նկարահանեց եւս մեկ լիամետրաժ գեղարվեստական կինոնկար՝ «Բազկաթռոց», որի պրեմիերան անցավ Մոսկվայի միջազգային կինոփառատոնին:

ՌԵՎԱԶ ԹՈՓՈՒՐԻԱ

Table with 7 columns and 8 rows containing numbers 1 through 49, representing a calendar or schedule.

Large advertisement for 'VRASTAN' featuring the title 'Խ Ա Չ Բ Ա Ռ' and lists of names under 'ՀՈՐԻՉՈՆԱԿԱՆ' and 'ՈՒՂԱՄԱՅՆՍ' sections.