

ԱԶԴԱՐԱՐ

ՏԵՂԵԿԱՏՈՒ ԱՌԱՋՆՈՐԴԱՐԱՆԻ ՀԱՅՈՑ ԸՈՒԷՅԹԻ ԵՒ ՇՐՋԱԿԱՅԻՑ ՀԱՅՈՑ ԹԵՄԻՆ

P.O.Box: 8157, Salmiyeh 22052- Kuwait. Tel: 965-25614392, Fax: 965-25638312, e-mail: prelacy@armenianprelacykw.org

ՆՈՐ ՇՐՋԱՆ, Ը. Տարի, Թիւ 317, Ուրբաթ, 22 ՅՈՒՆՈՒԱՐ, 2016

ՀԱՅԿԱԿԱՆ

Մենք Չենք Կրնար Պատասխանատուութիւն Չկրել

«Ազատութիւն» ձայնասփիւռի կայանի թղթակից Սարգիս Յարութիւնեանի հետ ունեցած հարցազրոյցին ընթացքին ՀՅԴ Բիւրոյի ներկայացուցիչ Հրանդ Մարգարեան ըսած է, որ համաձայնական կառավարութեան մաս կազմելու առնչութեամբ շուրջ երկու օր առաջ բանակցութիւններ ունեցած են Հանրապետութեան նախագահ եւ իշխող կուսակցութեան ղեկավար Սերժ Սարգսեանի հետ:

«Մենք մինչեւ վերջին հանրաքուէն, երբ մեզի կ'ըսէին, մենք կ'երդուէինք, որ ոչ մէկ խօսակցութիւն կայ մեր եւ իշխանութեան միջեւ համաձայնական կառավարութեան հարցով: Մենք ասիկա միշտ ըսած ենք: Մինչեւ այս պահը, որ ես ձեզի հետ կը խօսիմ, նման որեւէ բան մեր մէջ տեղի չէ ունեցած եւ չ'ունենար: Այսօր կ'ըսեմ, որ այսօր տեղի կ'ունենայ, եւ ես պահելու խնդիր չունիմ: Հարցը այն է, որ, այո՛, մենք պատասխանատուութեամբ գացած ենք նոր սահմանադրութեան ընդունման: Դաշնակցութիւնը իր վրայ մեծ բեռ վերցուցած է, Դաշնակցութիւնը մեծ պատասխանատուութիւն վերցուցած է՝ համոզումով, հաւատքով երթալու սահմանադրական փոփոխութիւններուն: Եւ այսօր մենք չենք կրնար պատասխանատուութիւն չկրել այդ առումով, այդ սահմանադրութիւնը իրագործելու առումով, այդ սահմանադրութիւնը կեանքի վերածելու իմաստով: Այդ պատճառով մենք համաձայն ենք համագործակցութեան», ըսած է Հրանդ Մարգարեան:



Անոր համաձայն, առայժմ դժուար է ըսել, թէ համաձայնական կառավարութիւնը իշխանութեան հետ ինչ ձեւ պիտի ստանայ, որովհետեւ տակաւին կը գտնուին բանակցութիւններու նախնական հանգրուանին մէջ: Առաջարկ ներկայացուած է, «եւ մեզի համար ասիկա սկզբունքօրէն ընդունուած է, որ պէտք է ունենանք համագործակցութիւն՝ սահմանադրութիւնը կեանքի վերածելու իմաստով: Բայց ուրիշ որեւէ խօսակցութիւն առայժմ տեղի չէ ունեցած»:

ՀՅԴ Բիւրոյի ներկայացուցիչը յստակ պատասխան չէ տուած այն հարցումին, թէ իշխող համաձայնական կառավարութեան մաս պիտի կազմեն 2017-ի խորհրդարանական ընտրութիւններէն առաջ, թէ՛ ետք: «Ես տակաւին չեմ կրնար ըսել, որովհետեւ իրականութեան մէջ իրական համաձայնական կառավարութիւնը կրնայ ըլլալ, որ կազմուի խորհրդարանական ընտրութիւններէն ետք: Որովհետեւ կուսակցութիւնները խորհրդարանին մէջ մեծամասնութիւն ունենալու համար պէտք է իրարու կարիք ունենան: Ասիկա է իրական համաձայնական կառավարութիւնը»:

Անցեալ տարիներուն ընթացքին Դաշնակցութիւնը շարունակաբար կը պնդէր, որ իշխող համաձայնական կառավարութիւն կը մտնէ միայն իրենց առաջադրած եօթը կէտերուն

կատարում են ետք: Հրանդ Մարգարեան գրոյցին ընթացքին յստակացուց՝ արդէօք այդ պահանջները կատարուած են, չմանրամասնեց նաեւ, թէ նոր կառավարութեան մէջ ՀՅԴ-ին ի՞նչ պաշտօններ պիտի տրուին:

«Ես կը կարծեմ, որ ժողովուրդը յուսահատած է քաղաքական ուժերէն, բայց ժողովուրդը նաեւ ճամբայ ցոյց կու տայ: Ժողովուրդը այն ճամբան ցոյց կու տայ, որուն մասին կը խօսինք մենք արդէն քանի մը տարիէ ի վեր. որ, այո՛, մենք ուրիշ ելք չունինք, բացի այն, որ ընտրութիւններու միջոցով պէտք է իշխանափոխութիւն տեղի ունենայ: Եւ ատիկա կարելի է, եւ կարելի է»:

Երբ թղթակիցը իր գրուցակիցին յիշեցուց, որ 1991-էն ի վեր ընտրութիւններու միջոցով երբեք իշխանութիւն չէ փոխուած, իսկ ընդդիմադիրներն ալ միշտ պնդած են, որ ընտրութիւնները կեղծուած են, Մարգարեան արձագանգեց. «Հիմա ես չեմ կրնար ըսել, որ 1991-էն մինչեւ այսօր ընտրութիւնները նոյն չափով, նոյն տարողութեամբ, նոյն խորութեամբ, նոյն մեծութեամբ կը կեղծուին: Ես հաւատացած եմ, որ օրէ-օր ժողովուրդին մասնակցութիւնը, աշխուժութեան չափը կը մեծնայ: Կ'ընդունիմ, որ կը կեղծուին, բայց ես կը տեսնեմ նաեւ զարգացման հոլովոյթ»:

Մահմանադրական հանրաքուէն ետք ընդդիմադիր ուժերը յայտարարեցին, որ անոր արդիւնքները կեղծուած են, Դաշնակցութիւնը չբացառեց, որ կեղծիքներ եղած են՝ պնդելով, սակայն, որ հանրաքուէն կայացած է:

«Բոլոր ընտրութիւններուն ընթացքին կեղծիք եղած է՝ անշուշտ այդպէս է: Բայց կեղծել բառը շատ բացարձակ հասկացողութիւն է եւ վտանգաւոր հասկացողութիւն է: Իսկապէս, երբ մենք այս ընտրութիւններուն կ'ըսենք, որ, այո՛, մենք կ'ընդունինք, որ կեղծիք եղած է, բայց կեղծիքը ի՞նչ չափով եղած է... Մենք ի վիճակի չենք այդ գնահատականը տալու, ասիկա փաստ է: Դիւրին է ըսել՝ կեղծուած է... 90 առ հարիւր վ, 95 առ հարիւր վ, թէ՞ 51 առ հարիւրով, թէ՞ 48 առ հարիւրով... Ոչ ոք չափելու միաւոր ունի: Ասիկա ոչ թէ այս ընտրութիւններուն պարագային էր: Նախորդ ընտրութիւններուն պարագային էր, երբ Դաշնակցութիւնը կ'ըսէր, որ կեղծուած եղած է, յայտարարութիւն տուած է, բայց արդիւնքները ընդունած է, որովհետեւ այլ ելք չէ եղած»:

Ռուսիայէն Գնուող Ձէնքերը Շրջանին Մէջ Զսպուածութիւն Ստեղծելու Կարելիութիւն Կու Տան

«Արմէնփրես» կը հաղորդէ, թէ Հայաստանի պաշտպանութեան նախարար Սէյրան Օհանեան 20 Յունուարին պաշտպանութեան նախարարութեան համալիրին մէջ տեղի ունեցած «Հայ-ռուսական զինուորական արհեստագիտական համագործակցութեան միջկառավարական յանձնախումբ»-ի 10-րդ նիստին արտասանած իր խօսքին մէջ յայտարարած է, որ վերջին տարիներուն միացեալ հսկայական աշխատանք կատարուած է: «Ոչ ոքի համար գաղտնիք է, որ մենք կը գտնուինք միասնական տնտեսական եւ անվտանգութեան միութիւններու մէջ: Յատկապէս անվտանգութեան համակարգը միասին կը կառուցենք եւ միասին կ'աւելցնենք մեր զինուած ուժերու եւ մեր երկիրներու պաշտպանական ներուժը», ըսած է ան:

Նախարար Օհանեան նշած է, որ այս տարիներուն Ռուսիոյ կողմէ մեծ աշխատանք կատարուած է, եւ օգնութիւն ցուցաբերուած է Հայաստանին զինուորական համակարգի մատակարարման առումով: «Այժմ գոյութիւն ունի յստակ համաձայնագիրներ եւ իրաւական խարխիս, որոնց միջոցով մենք կրնանք զարգացնել մեր յարաբերութիւնները: Ամենէն կարելորդ այն է, որ մենք կարելիութիւն կը ստեղծենք մեր ձեռնարկատէրերուն,

ընկերություններուն, հասարակութեան եւ տարբեր կազմակերպություններու համար, որպէսզի անոնք կարենան անմիջական կապ հաստատել, համագործակցութիւն ստեղծել, միացեալ ձեռնարկություններ ստեղծել», ըսած է նախարարը: Ան դիտել տուած է, որ ամէնէն կարելորդ անվտանգութեան ապահովումն է «յատկապէս Հայաստանի համար, որ կտրուած է ընդհանուր սահմաններէ, նոյնիսկ՝ Հաւաքական անվտանգութեան պայմանագիրի կազմակերպութենէն եւ Ռուսիոյ ներքին գիներով ժամանակակից զէնք գնելու կարելիութենէն: Ատիկա Հարաւային Կովկասին մէջ զսպման համակարգ ստեղծելու կարելիութիւն կու տայ»:

«Հայերը Եւ Յոյները Պէտք Է Միաւորեն Չանքերը՝ Թրքական Ժխտողականութեան Դէմ Պայքարին Մէջ» Կ'ըսէ Էդուարդ Շարմազանով

Աշխատանքային այցելութեամբ Յունաստան գտնուող Հայաստանի Ազգային Ժողովի փոխնախագահ, Հայաստան-Յունաստան պատգամաւորական բարեկամութեան խումբի ղեկավար Էդուարդ Շարմազանով 20 Յունուարին հանդիպում ունեցած է Յունաստանի խորհրդարանի նախագահ Նիքոլաոս Վուրթսիսի հետ:



Է. Շարմազանով կարելոր նկատած է հայ-յունական բազմադարեան ջերմ եւ բարեկամական յարաբերութիւնները՝ յոյս յայտնելով, որ միջխորհրդարանական երկկողմանի յարաբերութիւնները ասկէ ետք եւս պիտի շարունակեն զարգանալ:

«Նախորդ դարասկզբին հայերը եւ յոյները, իբրեւ քրիստոնէաներ, ցեղասպանութեան ենթարկուեցան օսմանեան Թուրքիոյ մէջ: Մենք բարձր կը գնահատենք Յունաստանի խորհրդարանին կողմէ Հայոց ցեղասպանութիւնը ճանչնալու փաստը, իսկ հետագային՝ ցեղապաշտութեան եւ այլատեսացութեան դէմ օրինագիծի ընդունումը, որուն միջոցով քրեականացուեցաւ նաեւ Հայոց ցեղասպանութեան ժխտումը: Պէտք է նշել, որ տակաւին օսմանեան Թուրքիոյ մէջ Հայկական հարցը հայերուն հետ առաջին անգամ արծարծած են Օսմանեան խորհրդարանի յոյն անդամները: Հայերը եւ յոյները պէտք է միաւորեն իրենց ջանքերը թրքական ժխտողականութեան դէմ պայքարին մէջ», յայտնած է Էդուարդ Շարմազանով:

Նիքոլաոս Վուրթսիս գոհունակութիւն յայտնած է այն մասին, որ անցեալ տարուան 24 մարտին Հայաստանի խորհրդարանը միաձայնութեամբ ընդունած է Օսմանեան Թուրքիոյ մէջ յոյներու եւ ասորիներու ցեղասպանութիւնը դատապարտող յայտարարութիւնը:

Անդրադառնալով Լեռնային Ղարաբաղի տագնապին լուծման՝ Ազգային Ժողովի փոխնախագահը ընդգծած է, որ Հայաստան այս հարցին լուծումը կը տեսնէ բացառապէս խաղաղ միջոցներով՝ ԵԱՀԿ-ի Մինսքի խմբակի ձեւաչափով: Ան անընդունելի նկատած է բանակցային ձեւաչափի փոփոխութեան փորձերը:

Յունաստանի խորհրդարանի նախագահը իր կարգին հաստատած է, որ Յունաստան ամբողջովին կը սատարէ ԵԱՀԿ-ի Մինսքի խմբակի համանախագահներուն ջանքերուն:

Երկուստեք կարելուք նկատած են փոխադարձ այցելությունները եւ գործնական սերտ կապերու ամրապնդումը:

Հայաստանի Արտաքին Գործոց Նախարարությունը Ժամանակաւորապէս Դադրեցուցած Է Դեսպանատուներու Կայքերուն Գործունէութիւնը



20 Յունուարին Հայաստանի արտաքին գործոց նախարարութիւնը յայտարարած է, թէ Հայաստանի Հանրապետութեան դեսպանութիւններու պաշտօնական կայքերը խանգարելու վերաբերեալ տեղեկատուութիւնը իրականութեան չի համապատասխաներ:

Նախարարութեան աղբիւրը նշած է, որ դեսպանութիւններու պաշտօնական կայքերուն դէմ կատարուած է կայքահէններու ծաւալուն յարձակում, որուն զարգացումը կանխելու նպատակով եւ մեկնելով անվտանգութեան նկատառումներէ, արտաքին գործոց նախարարութեան մասնագէտները ժամանակաւորապէս

դադրեցուցած են դեսպանութիւններու կայքերու գործունէութիւնը:

Որոշ կայքերու բնականոն գործունէութիւնը արդէն վերսկսած է:

Հայաստանի Հանրապետութեան Առողջապահութեան Նախարարին Համաձայն՝ Իրավիճակը Կը Բարելաւուի



Հայաստանի մէջ կրիփով եւ սուր շնչառական վարակներով տառապողներուն իրավիճակը կը բարելաւուի: Այդ մասին լրագրողներուն ըսած է առողջապահութեան նախարար Արմէն Մուրատեան:

Ըստ անոր, ապաքինածներուն 99 առ հարիւրը առանց առողջական որեւէ առկախ հարցի վերադարձած է իր տունը:

Միաժամանակ, Մուրատեան տեղեկացուցած է, որ «Էյժ. Ուան Էն. Ուան» վարակէն մահացողներուն թիւը հասած է 18-ի:

Անդրադառնալով սուր շնչառական հիւանդութիւններու ներկայ վիճակին՝ Արմէն Մուրատեան նշած է, որ ներկայ դրութեամբ թոքաբորբով հիւանդ է 7 հոգի: 124 յիւներէն 94-ը կը գտնուին բժիշկներու հսկողութեան տակ:

Ընդհանուր առմամբ՝ սուր շնչառական վարակներով 1230 պարագաներէն 982-ը կը գտնուին բժիշկներու հսկողութեան տակ:

Հիւանդ երեխաներու թիւը 170-ով նուազած է: Մեծամասնութիւնը բուժումը կը ստանայ համաբուժարաններուն մէջ: Նուազած են նաեւ շտապօգնութեան կանչերը:

ՄԻՋԱԶԳԱՅԻՆ

Ցիւրիխի Մէջ Լաւրով-Քերրի Հանդիպումին. Ժընեւի Մէջ Սուրիոյ Շուրջ Ժողովը Այս Ամիս Գումարելու Համաձայնութիւն



Ռուսիոյ արտաքին գործոց նախարար Մերկել Լաւրով եւ Միացեալ Նահանգներու արտաքին գործոց նախարար Ճոն Քերրիի Չորեքշաբթի օր Ցիւրիխի մէջ Սուրիոյ հարցին շուրջ ունեցան հանդիպում մը, որմէ ետք Լաւրով յայտնեց, թէ Մոսկուայի եւ Ուաշինկթընի միջեւ համաձայնութիւն գոյութիւն ունի ժընեւի մէջ Սուրիոյ շուրջ ժողովը գումարելու այս ամիս:

Ան նշեց, որ Ահրար Շամ եւ Ժէշ Իսլամ խմբաւորումները կը շարունակեն Մոսկուայի համար ահաբեկչական խմբաւորումներ մնալ:

Լաւրով ըսաւ, որ հանդիպումի ընթացքին կեղդոնացած են ահաբեկչութեան դէմ պայքարին մէջ համակարգում կատարելու հարցին վրայ, եւ «ամերիկեան կողմը այդ ուղղութեամբ քանի մը առաջարկներ ներկայացուց եւ ճիշդ ուղղութեամբ կ'ընթանայ»:

Օպամա Եւ Էրտողան Կը Խոստանան Պայքարիլ ՏԱՀԵՇ-ի Եւ ՔԱԿ-ի Դէմ

Թուրքիոյ նախագահ Ռեճեփ Թայիփ Էրտողան Միացեալ Նահանգներու նախագահ Պարաք Օպամայի հետ հեռաձայնային հաղորդակցութեան մը ընթացքին շեշտեց ահաբեկչութեան դէմ պայքարի ծիրին մէջ իրենց գործակցութեան կարեւորութիւնը:



Թուրքիոյ նախագահական պալատէն աղբիւրներ «Ռոյթըրզ»-ին յայտնեցին, որ երկու երկիրներու նախագահները խոստացած են շարունակել ահաբեկչութեան, մասնաւորաբար ՏԱՀԵՇ-ի եւ ՔԱԿ-ի դէմ պայքարի ծիրին մէջ գործակցութիւնը:

Աղբիւրները նաեւ նշեցին, որ Օպամա Էրտողանին հեռաձայնած է Պոլսոյ մէջ ՏԱՀԵՇ-ի յարձակումին, ինչպէս նաեւ Տիգրանակերտի մէջ ՔԱԿ-ի յարձակումին զոհերուն համար ցաւակցութիւն յայտնելու:

Սպիտակ տունը իր կարգին յայտնեց, որ Օպամա նաեւ դատապարտած է ՔԱԿ-ի կողմէ վերջերս շղթայազերծուած յարձակումներու շարքը եւ կացութեան հանդարտեցման կարիքը շեշտած:

Ըստ «Ճումհուրիյէթ»-ի. Թուրքիա Կը Համաձայնի Միսին Ճանչնալու, Եթէ Եգիպտոս Իսլամ Եղբայրներուն Դէմ Մահապատիժի Վճիռը Ձնջէ

Թրքական «Թուսէյզ Չաման» օրաթերթը կը հաղորդէ, որ թրքական «Ճումհուրիյէթ» օրաթերթը երեքշաբթի օր հաղորդած է, որ Մեուսական Արաբիոյ միջնորդութեամբ գոյացած համաձայնութեան մը ծիրին մէջ Թուրքիոյ իշխանութիւնները շուտով Ապտել Ֆաթթահ Միսին պիտի ճանչնան իբրեւ Եգիպտոսի նախագահ, եթէ Իսլամ եղբայրներուն դէմ արձակուած մահապատիժի վճիռը ջնջուի:



Ըստ «Ճումհուրիյէթ»-ի, Անգարա եւ Գահիրէ բնագիրի մը վրայ կ'աշխատին, եւ քննարկումներուն ու բանակցութիւններուն քաջածանօթ աղբիւրներ կը յայտնեն, որ համաձայնութիւն մը մօտալուտ է:

Օրաթերթը կը հաղորդէ, որ միջնորդութեան ջանքերուն մասնակից դարձած են նաեւ Իսրայէլն ու Արաբական Միացեալ Էմիրութիւնները:

«Թուսէյզ Չաման» կը հաղորդէ, որ Թուրքիոյ եւ Արաբական Միացեալ Էմիրութիւններուն միջեւ յարաբերութիւնները եւս սկսած են ջերմանալ: Վերջինս կը պատրաստուի Անգարայի մէջ նոր դեսպան մը նշանակելու, պաշտօն մը, որ 2013-էն ի վեր թափուր կը մնայ՝ իբրեւ բողոք Թուրքիոյ բռն ընդդիմութեանը Եգիպտոսի մէջ տեղի ունեցած յեղաշրջումին, որ կը վայելէր Արաբական Միացեալ Էմիրութիւններու զօրակցութիւնը:

Իսրայէլի Արդարադատութեան Նախարարը Կոչ Կ'ուղղէ՝ Հաստատելու Քրտական Անկախ Պետութիւն Մը

«Թուսէյզ Չաման» կը հաղորդէ, որ Իսրայէլի արդարադատութեան նախարար Այելէթ Շաքետ կոչ ուղղած է՝ հաստատելու անկախ Քիւրտիստան մը, քայլ մը, որ ըստ անոր, պիտի տկարացնէ շրջանին մէջ Իսրայէլի մրցակիցները:



Ըստ «Թայմզ աֆ Իսրայէլ» օրաթերթին, Շաքետ երեքշաբթի օր Թէլ Աւիւի մէջ խորհրդատու մը ընթացքին իր արտասանած խօսքին մէջ յայտնած է. «Մենք պետք է հրապարակաւ կոչ ուղղենք՝ հաստատելու քրտական պետութիւն մը, որ Իրանը կ'անջատէ Թուրքիայէն եւ Իսրայէլի նկատմամբ պիտի ունենայ բարեկամական վերաբերմունք»:

WWW.ARMENIANPRELACYKW.COM

ԱՆՆՄԱՆՄԱՐ

Քաղաքական Հետևողականություն

Հայաստանի Հանրապետության նախագահի և Հայ յեղափոխական դաշնակցության միջև ընթացող բանակցությունները նախնական փուլի մեջ են: Օրակարգը համագործակցիլն է և պարզը այն է, որ համագործակցելու սկզբունքային համաձայնություն գոյացած է, որուն հիմնական նպատակը Դաշնակցության պարագային նոր սահմանադրությունը կեանքի կոչելն է: Համագործակցության ձեռնարկները չեն ճշդուած տակալին: Համագործակցելու եղանակներէն մէկը կրնայ ըլլալ ի վերջոյ համաձայնական կառավարութիւն կազմելը, որուն թուականին շուրջ եւս գէթ այս պահու դրութեամբ որոշում չէ կայացած: Թէեւ այստեղ հիմնաւորեալ մօտեցումը կը նշէ, որ համաձայնական կառավարութիւնները կը յաջորդեն խորհրդարանական ընտրութիւններուն և կը ճշդուին անոնց ապահոված արդիւնքներուն հիմամբ, այսուհանդերձ եթէ այս առումով հիմնական նպատակը սահմանադրութիւնը կեանքի կոչելու գործընթացին դերակատար ըլլալն է, ապա գործադիր իշխանութեան մաս կազմելը չի պայմանաւորուիր խորհրդարանական ընտրութիւններուն արդիւնքներով պայմանաւորուած համաձայնական կառավարութեան կազմութեամբ: Նոր սահմանադրութեան բերելիք յաւելեալ ժողովրդավարացումն է ու մանաւանդ բացարձակ համամասնականութեամբ արդար ընտրութիւններ կազմակերպելը մեկնակետի վերածելու համար անհրաժեշտ է գործադիր իշխանութեան մէջ ըլլալով այդ մշակոյթի ձեւաւորման և կայացման համար աշխատիլը: Այս բոլորը քննարկելի խնդիրներ են տակալին և հաւանաբար մաս կը կազմեն բանակցութիւններու հետագայ փուլերուն:

Առարկայական մօտեցումը կը յուշէ, որ ինչպէս իշխանութեան մաս կազմելը, այնպէս նաեւ ընդդիմութիւն մնալը ինքնանպատակ չէ, երբ գերադասուած է պետականութեան և ժողովուրդին զարգացման համար ազդեցիկ դառնալը և առաջադրանքներն ու ծրագիրները իրականացնելը: Քաղաքականութեան մէջ ի վերջոյ կայ հետևողական մնալու տրամաբանութիւն, որ տուեալ ուժի վարքագիծը կրնայ յատկանշել և դրականօրէն ազդել անոր քաղաքական հաւաստիութեան վրայ:

Եւ խորքին մէջ գործադիր իշխանութենէն հեռու մնալու քարացած որոշումով կրնար մեկնաբանուիլ սահմանադրական փոփոխութիւններէն ետք Դաշնակցութեան մերժումը համագործակցութեան առաջարկներու: Այս պարագան ընդգծած կ'ըլլար ընդդիմութիւն մնալու ինքնանպատակայնութիւնը:

Հետևողականութիւնը նկատելու համար պէտք է վերադառնալ Դաշնակցութեան առաջադրած եօթը կէտերուն՝ տեսնելու համար անոնց իրականացման միտումները այսօր:

Ամփոփելով եօթը կէտերը.-

- 1.- Անցում կատարել խորհրդարանի ընտրութեան 100 տոկոս համամասնական սկզբունքին:
- 2.- Անցում կատարել կառավարման խորհրդարանական ժամանակակից համակարգին:
- 3.- Օրէնքով երաշխաւորուած գործուն լծակներ տրամադրել ընդդիմութեան՝ ձեւաւորելով իշխանութիւն-ընդդիմութիւն միասնական պետական կառավարման համակարգ:
- 4.- Յստակ արտայայտուած կամք դրսեւորել և գործուն մեքանիզմներով տարանջատել պիզնեսն ու քաղաքականութիւնը, դատական իշխանութեան լիարժէք անկախութիւնը:

5.- Ընկերային-տնտեսական քաղաքականության հիմքին մեջ դնել կենսաապահովման նուազագոյն պիտուճէն, միջսերնդային եւ ներսերնդային համերաշխութիւնը:

6.- Երկրին մեջ արդարութեան ու վստահութեան մթնոլորտ ստեղծելու նպատակով ապահովել արդար պիզնես միջավայր:

7.- Արտաքին քաղաքականութեան մեջ որդեգրել ազգային-պետական այնպիսի ուղեգիծ, որուն գերխնդիրն է հայկական պետականութեան անկախութեան, անվտանգութեան եւ ինքնուրոյնութեան ապահովումը: Թուրքիոյ հետ յարաբերութիւններու կարգաւորումը պետք է բխի ազգային անվտանգութեան ռազմավարութենէն՝ չվտանգելով հայ ժողովուրդի նպատակներու իրականացման, պատմական արդարութեան վերականգնման հեռանկարը: Ետ կանչել Հայաստանի ստորագրութիւնը հայ-թրքական արձանագրութիւններէն: Ամրագրել, որ Լեռնային Ղարաբաղի Հանրապետութեան հիմնախնդիրի լուծման հիմքը Արցախի բնակչութեան համաժողովրդական հանրաքուէներով արդէն իսկ արտայայտուած կամքն է: Բանակցութիւններուն մեջ ապահովել Լեռնային Ղարաբաղի Հանրապետութեան մասնակցութիւնը, կարգավիճակի եւ անվտանգութեան առաջնայնութիւնը: Հարկ եղած պարագային Լեռնային Ղարաբաղի Հանրապետութեան հետ կնքել ռազմաքաղաքական դաշինք:

Ուրեմն. նոր սահմանադրութեամբ իրականացուած են թէ՛ բացառապէս համամասնական ընտրակարգը, թէ՛ խորհրդարանական համակարգը, թէ՛ ընդդիմութեան յաւելեալ գործառնայթեր եւ լիազօրութիւններ ամրագրելու իրաւադրոյթը: 4, 5 եւ 6 կետերը, որոնք կը վերաբերին տնտեսական ոլորտին եւ ընկերային արդարութեան կամ գործարարութեան եւ քաղաքականութեան տարանջատման առաջադրանքներուն նոր համակարգի ճիշդ աշխատելուն առընթեր իրականանալի միջնաժամկետ ծրագիրներ են, որոնց ուղղութեամբ աշխուժ մասնակցութեամբ եւ այս պարագային գործադիր իշխանութեան ներառումով կ'իրականանան:

Եօթներորդ կետը, որ առանց ամփոփելու մեջբերուած է այստեղ, կը յուշէ պետութեան կողմէ որդեգրուած Հայոց ցեղասպանութեան հարիւրամեակին առիթով Համահայկական հռչակագիրը, Երեւան-Անգարա արձանագրութիւններու դուրս բերումը խորհրդարանի օրակարգէն: Այստեղ կը մնայ ստորագրութիւնները չեղարկելու խնդիրը:

Արցախի հարցով ակներեւ է, որ բանակցային սլաքները միշտ համադրուած են Երեւանի եւ Ստեփանակերտի կողմէ եւ մնայուն յիշեցում կը կատարուի Երեւանի կողմէ, որ Արցախի կարգավիճակի ճշդումը Արցախի ժողովուրդի որոշումով պայմանաւորուած է: Ինչ կը վերաբերի ռազմաքաղաքական դաշինքին, եօթներորդ կետը կ'ընդգծէ «ի պահանջեալ հարկին»-ը:

Առաջադրանքներու եւ համագործակցութեան առաջարկներուն ընդառաջելու միջեւ քաղաքական հետեւողականութիւնը պարզ, տրամաբանական ու ընկալելի կը դարձնէ համագործակցելու ընդառաջ շարժող Դաշնակցութեան որոշումը:

Ի վերջոյ առաջադրանքները կեանքի կոչելու մեկնակէտային պահը թեւակոխուած է սահմանադրութեան որդեգրումով: Համագործակցութեան շարժառիթը նոր համակարգը կեանքի կոչելուն մեջ կը կայանայ:

ՊԱՏԱՆԻՆ ԱՆԿԻՆԸ

Ստեփան Զորեան



Ստեփան Զորեանը ծնած է 18 Յունուար 1867-ին Նախիջևանի Գողթն գավառի Յղնա գիւղին մէջ: Նախնական կրթութիւնը ստացած է Յղնայի ծխական դպրոցին մէջ: 1882 թուականին Ստեփանը տեղափոխուած է Թիֆլիս ու ընդունուած է նախ Բեզլարեան մասնաւոր դպրոց, ապա պետական ռեալական վարժարանը:



1886 թուականին Ռոստոմը Երոպա անցած է և ուսումը շարունակած է Լեհաստանի մէջ գտնուող Վարշավայի գիւղատնտեսական համալսարանին մէջ: 1887 թուականին Ռոստոմ ընդունուած է Պետրովսկի գիւղատնտեսական ակադեմիա:

Ռոստոմը 1890 թ. Հ.Յ.Դ. հիմնադրման ժողովին չի մասնակցիր, 23 տարեկան երիտասարդը Մոսկուայի ուսանողական ցուցեր կազմակերպելու համար դարձեալ արտորուած էր իր ծննդավայրը՝ Գողթն: Բայց այնքան մեծ էր իր աւանդը և գաղափարական ներդրումը Հ.Յ.Դ. կազմաւորման գործին մէջ, որ բոլորը միաձայն Ռոստոմի անունը ընտրեցին Հ.Յ.Դ. հիմնադիր երրորդութեան մէջ: 1890 թ. Թիֆլիսի մէջ հիմնադիր համագումարը ռուսական կազմակերպութեան օրինակով հիմնադրած էր Հայ յեղափոխականներու դաշնակցութիւնը: Եւ միայն երկու տարի անց Ռոստոմը սրբագրեց այն՝ դարձնելով Հայ յեղափոխական դաշնակցութիւն:

Առաջինն էր Հ.Յ.Դ. ծրագրին՝ «Ընդհանուր տեսութեան» կազմողը: Ռոստոմին կը պատկանի նաև Հ.Յ.Դ. զինանշանի ստեղծումը: Կուսակցութեան ստեղծումէն ետք Ռոստոմն ուսուցչի պաշտոնով յաստատուեցաւ Թավրիզ և եղաւ երրորդ կազմակերպիչը Հ.Յ.Դ. կուսակցութեան:

Ռոստոմը թոքախտով հիւանդ էր, երկար տարիներ հիւծած էր անոր մարմինը: Ան կ'երազէր վերջապէս հանգրուանել ու գործել նորանկախ Հայաստանի մէջ: Սակայն վրան հասաւ պատուհասը՝ մոլեգնող բժաւոր տիֆը, որ անոր գամեց անկողինին և իլեց կեանքը: 1919 թ. Յունուարի 18-ի գիշերը՝ իր ծննդեան 52-րդ տարեդարձի օրը մահացաւ:

Անոր կեանքի հաւատամքն էր. «Յեղափոխութիւնը նախ գործ է, յետոյ՝ գաղափար, - ա՛յս է ճշմարտութիւնը: Աւելի ճիշդ՝ յեղափոխուիւնը գործ է գաղափարի համար»:

ՃՅԴ Հ.Դ.Պ.Մ. Քարոզչական
Յանձնախումբ

ԼՈՒՐԵՐ ԳԱՂՈՒԹՆԵՐԷՆ

**Բերիոյ Հայոց Թեմի Ազգ. Վարչութիւնը
Կը Գնահատէ Հայերէնաւանդ Ուսուցիչները**



Յունուար 2-ին, Ս. Աստուածածին եկեղեցւոյ ներքնասրահին մէջ Բերիոյ հայոց թեմի առաջնորդ Շահան արք. Սարգիսեան եւ Ազգային վարչութեան ներկայացուցիչները հանդիպում ունեցան Ազգային Զուարեան-Սահակեան, Ազգային Հայկազեան-Կիւլպէնկեան վարժարաններու եւ Ազգային Քարէն Եփփէ Ճեմարանի հայերէնաւանդ ուսուցիչներուն, տնօրէնութեանց, ինչպէս նաեւ Համազգայինի Սուրիոյ Շրջանային վարչութեան Հայագիտական հիմնարկի դասախօսներուն հետ, եւ անոնք գործադրեցին Ազգային

երեսփոխանական ժողովի 161-րդ նիստին որոշումը եւ գնահատանք փոխանցեցին հայերէնաւանդ ուսուցիչներուն, վարժարաններու տնօրէններուն եւ հայագիտականի դասախօսներուն:

Սրբազան հայրը շեշտեց, թէ, հակառակ Սուրիոյ ու մանաւանդ Հալէպի աղէտահար վիճակին, հայերէնաւանդ ուսուցիչը ազգային բարձր գիտակցութեամբ շարունակեց իր առաքելութիւնը՝ ի խնդիր հայեցի սերունդներու պատրաստման ու մասնաւորաբար արեւմտահայերէնի պահպանման: Ան բարձրօրէն գնահատեց անոնց տարած նուիրական աշխատանքը, որ դժուարին կացութիւններու մէջ իսկ մնացին պատնէշի վրայ՝ հաւատարիմ իրենց նուիրական առաքելութեան:

Ազգային Քարէն Եփփէ Ճեմարանի տնօրէն Յակոբ Քիլեճեան եւ Հայագիտական հիմնարկի դասախօս Լալա Միսկարեան-Մինասեան յանուն հայերէնաւանդ ուսուցիչներուն՝ շնորհակալութիւն յայտնեցին Ազգային վարչութեան եւ սրբազան հօր՝ հայերէնաւանդ ուսուցիչին դերը լուսարձակի տակ պահելու եւ զայն գնահատելու ոգեւորիչ այս մօտեցումին եւ ուշադրութեան համար:

**Քանատայի Ներգաղթի Նախարարի
Այցելութիւնը Թորոնթոյի Հայ Կեդրոն**

Յունուար 5-ին, Քանատայի ներգաղթի նախարար Ճոն Մքալըմ այցելեց Թորոնթոյի հայ կեդրոն եւ հանդիպում ունեցաւ կեդրոնի պատասխանատուներուն եւ Քանատայի Հայ դատի յանձնախումբի ներկայացուցիչներուն հետ: Նախարարը բարձրօրէն գնահատեց Թորոնթոյի Հայ կեդրոնին բերած ներդրումը Քանատա ներգաղթող սուրիահայ քաղաքացիներու օժանդակութեան գծով: Այս ծիրէն ներս նախարար Մքալըմ խոստացաւ նաեւ ներգաղթի նախարարութեան անմիջական զօրակցութիւնը Թորոնթոյի Հայ կեդրոնի ներգաղթողներու օժանդակութեան աշխատանքներուն:



Զապել Եսայեանի «Միլիտարի Պարտեզները» Գիրքը՝ Թատրոնի Վերածուած Ներկայացուցում

Վերջերս, կազմակերպութեամբ Պողոզիչի համալսարանի Կնոջական հարցերու հետազոտութեան ակումբի անդամներուն, համալսարանի հակաօդային բաժնի համալիրի «Կարանդի» մշակոյթի կեդրոնին մէջ տեղի ունեցաւ Զապել Եսայեանի «Միլիտարի պարտեզները» գործին թրքերէնով ներկայացումը՝ որպէս թատերախաղ:



Եսայեան իր այս վէպով կը ներկայացնէ 1880-ական թուականի իր մանկութեան շրջանի քաղաքական ու ընկերային մթնոլորտը՝ շեշտը դնելով հայ կնոջ վրայ եղած ընկերային ճնշումներուն, նախ որպէս կնոջ, ապա՝ որպէս հայու:

Պողոզիչի համալսարանի ուսանողներէն Մարալ Չանգայա յայտնեց, որ գիրքին հերոսը՝ Մանդուխտ, շատ տպաւորած էր զինք: Ան անդրադարձաւ օսմանեան շրջանէն մինչեւ օրս Թուրքիոյ մէջ կիներու կապակցութեամբ առկայ մթնոլորտին՝ հաստատելով, որ ընդհանրապէս չէ փոխուած կիներուն նկատմամբ վերաբերմունքը, միայն զօրակցութեան շարժում մըն է, որ ստեղծուած է ներկայիս:

Դերասանուհի Էլիֆ Գարաման յայտնեց, որ նախապէս բեմադրած էին նոյն նիւթերը արծարծող թատերախաղեր՝ աւելցնելով, որ Զապել Եսայեանի կողմէ կնոջական հարցերու մէջ նկարագրուած պայմանները այսօր ալ կը շարունակուին Թուրքիոյ մէջ:

Երկու Միաբաններ Կը Միանան Արեւմտեան Թեմի Հոգեւոր Ծառայութեան»

Արեւմտեան թեմի առաջնորդ Մուշեղ արք. Մարտիրոսեան, Կրօնական ժողովն ու Ազգային վարչութիւնը կը յայտարարեն, թէ Արամ Ա. կաթողիկոս, ընդառաջելով առաջնորդին ու ժողովականութեան խնդրանքին՝ Մեծի Տանն Կիլիկիոյ կաթողիկոսութեան միաբանութեան երիտասարդ անդամներէն Տաճատ վրդ. Աշրգեանը ու Պարոյր վրդ. Շերնեզեանը առաքած է ծառայելու մեր թեմէն ներս:



Երկու միաբան հայրերը Լոս Անճելըս ժամանեցին հինգշաբթի, Յունուար 14-ի յետմիջօրէին: Անոնք կարճ ժամանակ մը պիտի ծառայեն Ազգային առաջնորդարանի յարկին տակ, ապա պիտի լծուին իրենց նոր առաքելութեանց: Հայր Տաճատ կոչուած է Ֆրեզնոյի Ս. Երրորդութիւն մայր եկեղեցւոյ հոգեւոր հովիւի պաշտօնին, իսկ հայր Պարոյր՝ Սան Ֆրանսիսքոյի Ս. Գրիգոր Լուսաւորիչ եկեղեցւոյ հոգեւոր հովիւի պաշտօնին:

Հայոց Ցեղասպանության Յիշատակման Պուրակ

Դեկտեմբեր 19-ին, Մեծն Թորոնթոյի շրջանի Մարքըմ քաղաքին մեջ տեղի ունեցավ Հայոց ցեղասպանության յիշատակման պուրակի հողօրհնեքը: Հայոց ցեղասպանության հարիւրամեակի Քանատայի մարմինի Օնթարիոյի կազմի ջանքերուն շնորհիւ, Մարքըմի քաղաքապետութիւնը տրամադրած էր հողաշերտ՝ յառաջացնելու համար յատուկ ձեւաորումով պուրակ մը, որպէսզի անոր ընդմէջէն փոխանցուի վերապրումի եւ վերընձիւղման խորհուրդը: Համայնքի եւ քաղաքապետարանի ներկայացուցիչներու ներկայութեան, քաղաքապետ Ֆրանք Սքարփիթի պուրակը կոչեց «Յոյսի պուրակ»:



Ծառատնկումի աշխատանքները պիտի սկսին այս տարուան մայիսին:

Հիմնուեցաւ Ազգային Քարէն Եփփէ Ճեմարանի Երջանաւարտից Միութիւնը

Վերջերս Աւստրալիոյ Սիտնի քաղաքին մէջ հիմնուեցաւ Ազգային Քարէն Եփփէ Ճեմարանի Աւստրալիոյ շրջանի Երջանաւարտից միութիւնը:

Սիտնիի Ուիլուպիի Հայ մշակութային կեդրոնին մէջ տեղի ունեցաւ անդրանիկ ժողովը, որուն բացումը կատարեց Հայկէպէն Աւստրալիա գաղթած Պօղոս Պալիոզեան: Ան բարի գալուստ մաղթելէ ետք ներկաներուն, շեշտեց Ազգային Քարէն Եփփէ Ճեմարանին ունեցած կարեւոր դերը իր սաներու կեանքին մէջ:



Պ. Պալիոզեան հաստատեց նաեւ Երջանաւարտից միութեան կարեւոր դերը Ճեմարանի սատարման աշխատանքին մէջ եւ անդրադարձաւ անոր հիմնադրութեան կարեւորութեան Աւստրալիոյ մէջ եւս: Իր խօսքի աւարտին ան շնորհակալութիւն յայտնեց շրջանի ՀՅԴ «Դրօ» կոմիտէին՝ զօրակցութեան ու քաջալերանքի համար:

Այնուհետեւ խօսք առաւ Ճեմարանի շրջանաւարտ եւ աւելի քան 27 տարիներ Աւստրալիա հաստատուած, Գոլստըն Ճեմարանի անցեալի երկարամեայ հայոց լեզուի ուսուցիչ եւ Սիտնիի մէջ միութենական կեանքին մէջ զանազան պատասխանատու պաշտօններ վարած Ասատուր Շուկայեան: Ելոյթ ունեցան նաեւ ՀՅԴ Աւստրալիոյ «Դրօ» կոմիտէի ներկայացուցիչ Գեորգ Վարդանեան, Աւստրալիոյ Համազգային Երջանային վարչութեան ատենապետ Վիգէն Գալլօղլեան եւ ՀՕՍ-ի Աւստրալիոյ Երջանային վարչութեան ատենապետ Մարալ Փիլիպոսեան՝ որոնք գնահատեցին սոյն նախաձեռնութիւնը շեշտելով իրենց կազմակերպութիւններուն ամբողջական զօրակցութիւնը Երջանաւարտից միութեան հիմնադրութեան աշխատանքներուն:

Այնուհետև ընթացք առաւ ժողովը, որուն աւարտին տեղի ունեցաւ վարչութեան ընտրութիւն: Բաց քուէարկութեամբ ընտրուեցան հետեւեալ ճեմարանականները՝ որպէս Ազգային Քարէն Եփփէ ճեմարանի Աւստրալիոյ շրջանի Շրջանաւարտից միութեան առաջին վարչութիւն՝ Ասատուր Շուկայեան, Պօղոս Պալիոզեան, Ալին Պալիոզեան-Համամճեան, Թալին Կարապետեան, Նորա Սեւակեան, Վիզին Թիւթիւնճեան եւ Մինաս Պարսումեան:

Պաքուի Չարդերու 26-րդ Տարելիցին Նուիրուած Նախաձեռնութիւն Պաթումի Մէջ

Յունուար 17-ին Պաթումի Սուրբ Փրկիչ եկեղեցոյ մէջ տեղի ունեցաւ Յունուար 1990-ին Պաքուի մէջ կատարուած հայկական Չարդերու 26-րդ տարելիցին նուիրուած նախաձեռնութիւն, զոր վարեց աճարահայութեան հոգեւոր հովիւ Արարատ քինյ. Գումբալեանը:



Պաթումի մէջ Հայաստանի գլխաւոր հիւպատոս Արամ Գրիգորեան իր խօսքին մէջ շեշտեց, որ Պաքուի, Կիրովապատի (Գանձակ, Ա.), Շամխորի, Մարաղայի դէպքերը 20-րդ դարուն տեղի ունեցած եղեռնագործութիւնները, ինչպէս նաեւ 1988-ի սումկայիթեան Չարդերը մոռացութեան մատնելու եւ մեղաւորներու անպատժելիութեան անմիջական հետեւանքն էին:

Աւարտին ներկաները ծաղիկներ զետեղեցին Հայոց ցեղասպանութեան 100-րդ տարելիցի յիշատակին կանգնեցուած խաչքարին առջեւ:

Թիֆլիսի Մէջ Նշուեցաւ Բաֆֆիի Ծննդեան 180-Ամեակը

19-20 դեկտեմբերին Թիֆլիսի մէջ տեղի ունեցաւ հայ մտածող, վիպասան, ազգային-ազատագրական շարժման գաղափարախօս Բաֆֆիի (Յակոբ Մելիք Յակոբեան) ծննդեան 180-ամեակին նուիրուած ձեռնարկներու շարք մը:

Առաջին հերթին ցուցադրուեցաւ «Խաչագողի յիշատակարանը» տեսերիզը, որ նկարահանուած է համանուն պատմագեղարուեստական վեպի մոթիվներով:

Ազգային-ազատագրական շարժման գաղափարախօսի ծննդեան 180-ամեակի սոնակատարութեան երկրորդ օրը սկսաւ վիրահայոց թեմի Թիֆլիսի Սուրբ Էջմիածին եկեղեցոյ մէջ հոգեհանգստեան պաշտօնով, որուն ընթացքին Խորէն վրդ. Օհաննէսեան անդրադարձաւ հայ ժողովուրդի համար Բաֆֆիի ստեղծագործութեան անգնահատելի դերակատարութեան, նաեւ՝ անոր կեանքին:

Արարողութեան աւարտին ներկաները քայլերթ կազմակերպեցին դէպի Խոջափանք, ուր թաղուած է Բաֆֆին: Հոն տեղի ունեցաւ ծաղիկներու զետեղում: Վրաստանի Հայ համայնքի ուսանողական միութեան անդամ Քրիստինէ Ապրամեան իր խօսքին մէջ ըսաւ, որ գլխաւոր խորհուրդը, որ Բաֆֆին մեզի տուած է, միասնութեան կոչն է:

www.aztarar.com

ԱՅԼԱԶԱՆ

Ձմրան Ինչպե՛ս Ամբողջացնել Տէ. Կենսասնիւթի Պակասը

Ձմրան եղանակին մեր մարմինը կը տառապի արեւի պակասէն եւ, բնականաբար Տէ. կենսասնիւթէն, որ տարուան միւս եղանակներուն կը ստանայ արեւէն:

Տէ. կենսասնիւթի շնորհիւ՝ կիրը, ֆոսֆորը, Ա. կենսասնիւթը, մակնիզիոմը եւ այլ օգտակար նիւթեր սնունդի ճամբով կը ներծծուին մեր մարմնին կողմէ, բարակ աղիքին միջոցով: Այս պատճառով ալ Տէ. կենսասնիւթին պակասը նաեւ կը խանգարէ օգտակար միքրօտարրերու ներթափանցումը մեր մարմնին մէջ:

Տէ. կենսասնիւթը նաեւ կը կարգաւորէ նիւթափոխանակման գործընթացները, կը խթանէ որոշ հորմոններու համատեղումը, որ շատ կարեւոր է ոսկորներու աճի, սրտի աշխատանքի եւ այլնի համար:

Վերջապէս յիշենք, որ Տէ. կենսասնիւթի պակասը կրնայ նօթէոփորոզ յառաջացնել, իսկ անոր առկայութիւնը կը կարգաւորէ ջղային համակարգի աշխատանքը:

Ձմրան Եղանակին Ինչպե՛ս Ամբողջացնել Այս Կենսասնիւթին Պակասը

Յստակ է, որ Տէ. կենսասնիւթի աղբիւրը արեւն է, եւ անոր պակասի պարագային, պէտք է մտածել այլընտրանքներու մասին: Տէ. կենսասնիւթի յառաջացման կը նպաստեն նաեւ օդային եւ ջրային լոգանքները եւ մարձումը: Շատ կարեւոր է նաեւ ձմրան օգտագործել այս կենսասնիւթը պարունակող սննդամթերք:

Կաթնեղէն

Մէկ բաժակ կաթը կ'ամբողջացնէ Տէ. կենսասնիւթի պահանջը: Կարելի է օգտագործել նաեւ պանրեղէն, կարագ, թթու սեր...

Հաւկիթ

Առաւօտեան ձուածեղը կ'ապահովէ Տէ. կենսասնիւթի օրական պահանջի 10 առ հարիւրը, պայմանաւ որ հաւկիթը ըլլայ թարմ:

Մունկ

Տէ. կենսասնիւթը սունկին մէջ կ'արտադրուի արեւի ճառագայթներուն շնորհիւ: Առատ սունկ օգտագործեցէք կերակուրներուն, աղցաններուն եւ ապուրներուն մէջ:



Ձուկ Եւ Օռվային Պտուղներ

Իդոտ ձուկերը Տէ. կենսասնիւթի հիանալի աղբիւր են: Յատկապէս սաղմոնը չափազանց հարուստ է այս կենսասնիւթով: Այսպէս, 100 կր. սաղմոնը կ'ապահովէ Տէ. կենսասնիւթի օրական պահանջը:

Հաւու Թոք

100 կրամ հաւու թոքը իր կարգին բաւական ընդունելի քանակութեամբ Տէ. կենսասնիւթ կը պարունակէ:

Հետեւաբար կարելի է զայն օգտագործել շաբաթական դրութեամբ:



Ճիշդ Եւ Միալ Կարծիքներ Մազերու Լոզանքին Մասին

Մազերը շամփուէնով լուարը ակոսները խոզանակելու կամ ձեռքերը օճատելուն չափ սովորական արարք մըն է, բայց արդեօք ճիշդ ձեւով կը կատարե՞նք զայն: Իմանալու համար պատասխանենք ստորեւ տրուած 7 հարցումներուն:

1

Մազերը շամփուէնով լուարու ժամանակ գուլիւր մարձելը կը զօրացնէ գլխուն մորթը:



Միալ. շամփուէնը մազերուն վրայ տարածելէ եւ փրփրեցնելէ ետք պէտք չէ գուլիւր մարձել, մազերուն արմատները չտկարացնելու համար: Մինչդէռ շամփուէնէն առաջ գուլիւր մարձելը շատ օգտակար է, քանի որ կ'աշխուժացնէ արեան շրջագայութիւնը:

2

Երեխաներու շամփուէնները շատ մեղմ են եւ յարմար՝ նոյնիսկ չափահասներուն:

Միալ. «Երեխայի համար» բացատրութիւնը չի նշանակել, որ շամփուէնը մեղմ է եւ անվնաս. կրնայ պարզապէս նշանակել, որ աչքերը չեն այրեր: Այս շամփուէնները կը պարունակեն յաւելեալ իւղեր, որոնք օգտակար են երեխաներուն մազերուն, բայց ոչ անպայմանօրէն մեծերուն:

3

Մազերը յաճախակի լուարը զանոնք ա՛լ աւելի իւղոտ կը դարձնէ:

Միալ. մեր օրերուն կան շատ կատարելագործուած շամփուէններ՝ յաճախակի գործածութեան համար: Հարցը շամփուէնին որակն է եւ ոչ թէ՛ յաճախականութիւնը:

4

Լաւագոյն շամփուէնները անպայմանօրէն շատ փրփրողները չեն:

Ճիշդ. որքան շամփուէնը մեղմ ըլլայ այնքան նուազ կը փրփրի: Փրփուրը ընդհանրապէս կը չորցնէ մազերուն ծայրամասերը եւ կը կոտորտէ զանոնք:

5

Թեփը արգիլող շամփուէնները շատ ազդու են մեր օրերուն:

Ճիշդ. պայմանաւ որ ընտրենք մեր թեփի տեսակին համապատասխանողը: Թեփը արգիլող շամփուէններու չափազանցուած գործածութիւնը կրնայ գրգռել մորթը եւ հակառակ ազդեցութիւնը գործել:

6

Որպէսզի մաքուր մազեր ունենանք պայման է, որ զանոնք երկու անգամ լուանք:

Միալ. եթէ մեր մազերը շաքաթական մեկէ աւելի անգամներ կը լուանք: Մէկ անգամը լիովին բաւարար է, երկրորդը՝ աւելորդ: Կարելո՞ր է սակայն, որ առատօրէն ցօղունք զանոնք:

7

Մազերը վերջին անգամ մը պաղ ջուրով ցօղուելը զանոնք աւելի փայլուն կը դարձնէ:

Ճիշդ. ինչպես վերը նշեցինք մազերը պետք է առատորեն ցողուել, իսկ վերջինը պաղ ջուրով ցողուելու պարագային ճիշդ է, որ անոնց յաւելեալ փայլք կ'ապահովենք:






Միրոյ Օր



Հովանաւորութեամբ՝
Քուէթի եւ Շրջակայից Թեմի Առաջնորդ
Գերայ. Տ. Մասիս Ծ. վրդ. Զօպույեանի
Կազմակերպութեամբ՝
ՀՕՍ.-ի եւ Հ.Ս.Ը.Ս.-ի վարչութիւններու
Մասնակցութեամբ սիրուած երգիչ՝
ՃՈՐՃԻԿ ՉԻՐԻՇԵԱՆԻ
Նուագակցութեամբ Յովիկ Ատուրեանի



Տեղի կ'ունենայ Ուրբաթ, 12 Փետրուար 2016 –ին,
երեկոյեան ժամը 8:00 –ին **MOVENPICK (Free Zone)**
պանդոկի **Noura** սրահին մէջ:

Տոմսերը ապահովելու համար դիմել
Ընկ. Մակի Թադոյեան-----66172300
Եղբ. Կարօ Արապարեան-----66051098
Ընկ. Նազիկ Սիւմպիլեան-----99338334
Եղբ. Ծատուր Սիւմպիլեան-----66608649