

ԿԿՈՒ
ՄԱՆԿԱՊԱՏԱՆԵԿԱՆ ԹԵՐԹԻԿ



ԹԻՒ 20

ՄԱՅԻՍ Դ. 2019

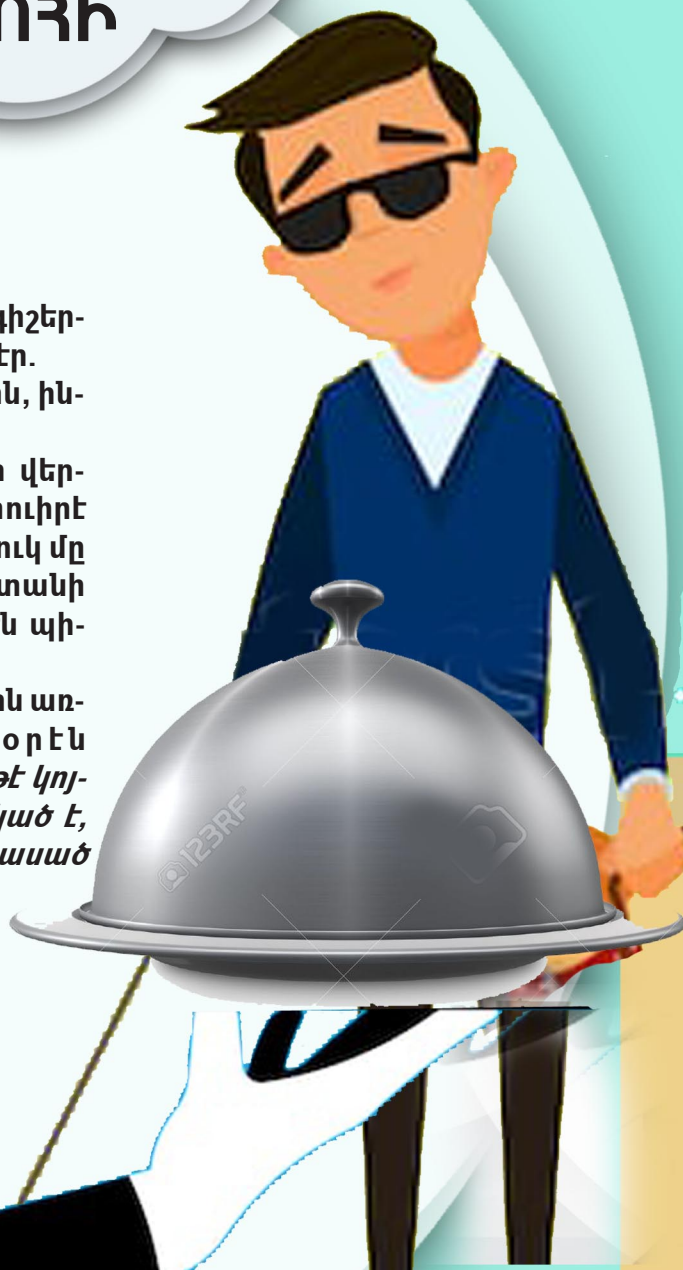
**ԱՌԱՎ
ԴԺԳՈՅԸ ՄԻՇՏ
ԿԸ ԴԺԳՈՅԻ**

Վանքի միաբաններեն կոյր մը, գիշեր-ցերեկ կը դժգոհեր ու կը գանգատեր.

- Կ'ուտեն, կը խմեն, կը հագուին, ինծի բաժին չեն հաներ:

Վանահայրը, կոյր միաբանը ի վերջոյ գոհ պահելու համար, կը պատուիրէ խոհարարին, որ փուռին մէջ գառնուկ մը խորովէ, փորը բրինձով լեցնէ ու տանի անոր առջեւ դնէ, տեսնեն թէ նորեն պիտի դժգոհի՞:

Ամբողջ գառնուկը կը դնեն կոյրին առջեւ: Ան ձեռքերովը դանդաղօրէն կը ստուգէ ու դժգոհ ձայնով կ'ըսէ. «Եթէ կոյրին լման գառնուկ մը բաժին ինկած է, հապա առողջին քանի՞ գառնուկ հասած պէտք է ըլլայ...»:



**ԱՄՐԱՆ ՀԻԻԹԵՂ
ՊՏՈՒՂՆԵՐՈՒՆ
ՕԳՏԱԿԱՐՈՒԹԻՒՆԸ**

Գաղտնիք չէ, որ պտուղները շատ օգտակար են բոլորիս, մանաւանդ մանուկներուն եւ պատանիներուն, որովհետեւ անոնք մեզի կը պարգեւեն անհրաժեշտ սնունդը՝ պայքարելու համար զանազան հիւանդութիւններու դէմ, ինչպէս՝ շաքարախտ, սրտի հիւանդութիւններ եւ քաղցկեղ (cancer): Հետեւաբար, պտուղները կ'օգնեն, որ ապրինք աւելի առողջ ու աշխոյժ կեանք մը:

Թունք պտուղներու օգտակարութիւնները

- 1.- Պտուղները կը պարունակեն զանազան կենսանիւթեր (vitamins), որոնք կ'օգնեն որ պայքարինք հիւանդութիւններու դէմ եւ ըլլանք առողջ:
- 2.- Պտուղները կը պարունակեն բնաթելեր (fibres), որոնք օգտակար են մարսողութեան եւ առաջը կ'առնեն պնդութեան:
- 3.- Պտուղները կը պարունակեն մեծ քանակութեամբ ջուր, որ անհրաժեշտ է մեր առողջութեան:
- 4.- Պտուղները քիչ քանակութեամբ ջերմութ (calorie) կը պարունակեն, եթէ մենք աւելի շատ պտուղ ուտենք քան անուշեղէն, կրնանք խուսափիլ գիրութենէ կամ սննդութենէ (obesity):
- 5.- Պտուղները կը պարունակեն antioxidants կոչուած նիւթեր, որոնք գլխաւորաբար կ'օգնեն, որ մարդիկ պայքարին քաղցկեղի դէմ, կամ՝ խուսափին անկէ:

Սիրելիներ՝, գիտենք, որ պտուղը ձեզմէ շատերուն նախասիրած ուտելիքը չէ, բայց նկատի ունենալով պտուղներու վերոյիշեալ օգուտները, պէտք է փորձենք օրական քանի մը պտուղ ուտել, նախընտրաբար տարբեր տեսակի, որպէսզի ունենաք բարեձէ մարմին եւ ըլլաք առողջ ու կենսուրախ:



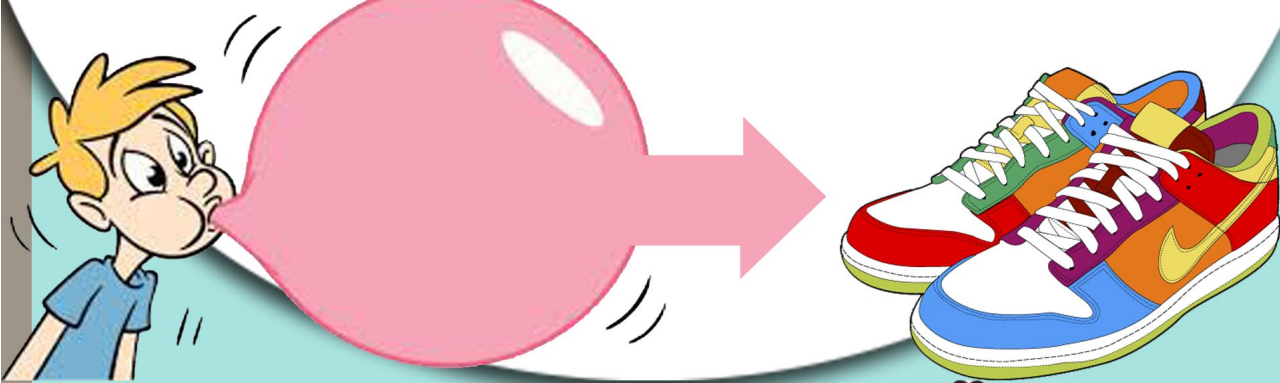
ԹԻՒԸ ՊԱՏՐԱՍՏԵՑ՝ ՈՒԻՍ ԿԱՐԵԱՆ-ՏԻՔՄԻԲԵԱՆ
ՆԿԱՐԱԶԱՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՈՒՍՏԱՆԵՐԸ

ԼՈՒՐԵՐ ԱՇԽԱՐՀԵՆ

ԾԱՄՈՆ՝ ՄԵՐ ՈՏՔԻՆ ՏԱԿ

Հոլանտայի Ամսթերտամ քաղաքի փողոցներեն ամեն տարի կը հաւաքուի 1.5 միլիոն քիլո ծամոն: Այս քանակը ահաւոր է, հետեւաբար այս ծամոններեն ձերբազատելու համար քաղաքը որոշած է վերամշակել զանոնք եւ անոնցմով շինել մարզական կօշիկներու ներբաններ:

Ծամոնները փողոցներեն հաւաքուելէ ետք, կը վերածուին ձգախեծի պզտիկ հատիկներու: Մէկ վերամշակուած ներբան շինելը կը կարօտի մէկ քիլո ծամոնի: Այս ծամոններով շինուած մարզական կօշիկները՝ կամշուները արդէն շուկայ իջած են եւ կը ծախուին 190 եւրոյի:



ՍԻԵՐՐԱ ԼԵՈՆԻ ՄԷՋ ԱՄԵՆ ԱՄԻՍ ՄԱՔՐՈՒԹԵԱՆ ՕՐ ՄԸ

Սիերրա Լեոնի մէջ՝ արեւմտեան Ափրիկէ, երկրին նախագահը որոշած է դարձեալ հաստատել մաքրութեան օրը «Քլինիկ տէյը»:
 Իւրաքանչիւր ամսուան առաջին շաբաթ օրը, առտուան 7:00-12:00 քաղաքացիները ժամանակը պիտի տրամադրեն իրենց թաղամասի մաքրութեան:
 Այս մեծ մաքրութեան առաջին օրը տեղի ունեցաւ 5 Մայիսին:
 Մայրաքաղաք Ֆրիթաունի մէջ հարիւրաւոր անձեր հաւաքեցին թոններով աղբ:



ԽԱՂԷՐ

ՊԱՅՈՒԱԾ ԱԾԱԿԱՆԸ

Գտնելու համար պահուած ածակաւոր, նախ փորձեցէ՛ք ամբողջացնել Հարաւային Ամերիկայի Նշուած երկիրներուն մայրաքաղաքներուն պակտող տառերը, ապա այդ տառերը միացնելով: Կազմեցէ՛ք պահուած բառը:

ղվեմհղմեւ
 յստմ զոուսպու

Գոլոմպիա
 Բերու
 Զիլի
 Նիքարակուա
 Պրագիլ
 Վենեզուելա
 Ուրուկուէյ
 Արժանթին

ՊՈԿՈՎ
 ԼԻՄ
 ՍԱԹԻԱԿՕ
 ՄԱՆԱՈՒԱ
 ՊՐԶԻԼ
 ԳԱՐԱՎՍ
 ՄՈՆԹԵԿՏԵՕ
 ՊՈԷՆՍ ԱՅՐԵՍ

ԸՆՏԱՆԻՔԻ ԱՆԴԱՄՆԵՐՈՒ ՄԷՋ ՊԱՅՈՒԱԾ ԲԱՌԸ

Մ	Ս	Ե	Ծ	Ս	Ա	Յ	Ր
Օ	Ր	Յ	Ա	Հ	Ծ	Ե	Ս
Ր	Հ	Ս	Ա	Յ	Ր	Հ	Ր
Ե	Ր	Ր	Յ	Ո	Ք	Օ	Յ
Ղ	Յ	Ե	Ա	Թ	Կ	Ր	Ա
Ք	Ո	Ղ	Ր	Ո	Ի	Ա	Ք
Ա	Ք	Ք	Ծ	Ռ	Ս	Ք	Ղ
Յ	Ա	Ա	Ո	Ն	Ր	Ո	Ե
Ր	Ր	Յ	Ռ	Ի	Ա	Յ	Ր
Ա	Օ	Ր	Չ	Կ	Չ	Ր	Օ
Ա	Ս	Հ	Ա	Յ	Ր	Տ	Հ

Ուղղանկիւն ցանցին մէջ պահուրտած բառերը ջնջեցէ՛ք, ապա մնացեալ տառերով կազմեցէ՛ք պահուած բառը: Բառերը ջնջել հորիզոնական շարքերու եւ ուղղահայեաց սիւնակներու վրայ:

Մայր - հայր - քոյր - եղբայր - մեծ մայր - մեծ հայր - հօրեղբայր - մօրեղբայր - մօրաքոյր - հօրաքոյր - թոռնիկ - զարմիկ - ծոռ

ՀՍԿԱՆ, ՈՐ ՍՏԵՊՂԻՆ ԿԸ ՀԱՇՈՒԷ



Երբ աղջիկները եկան եւ տեսան հրաշքը, շատ զարմացան, բայց Էլիզաբեթին միտքը ուրիշ տեղ էր: Ան գիտեր, որ կախարհի մը գործն էր այդ բոլորը: Ան մօտեցաւ եւ ուշադիր նայեցաւ արծաթափայլ աւազանին մէջ, որ ձուկերով լեցուն էր: Այդ պահուն ան լսեց մեղմ ձայն մը, որ կը շնչար՝ մօտեցի՛ր: Յետոյ ջուրի ճողփին լսուեցաւ: Էլիզաբեթին ընկերուհիները վախով նայեցան աւազանին:

Էլիզաբեթը չկար, ան ջուրը ինկած էր: Անոնք վազեցին, որ օգնեն Էլիզաբեթին, բայց արդէն ուշ էր, Էլիզաբեթը անհետացած էր: Անոնք ուշադիր նայեցան աւազանին արծաթափայլ խորքերը, բայց Էլիզաբեթը չկար ու չկար: Աղջիկները տուն վազեցին եւ ամէն ինչ պատմեցին երիտասարդ իշխանին:

Իշխանը առանց ժամանակ կորսնցնելու եկաւ աւազանին մօտ: Հիմա հսկային ստեղծած ամբողջ հրաշքը անհետացած էր, չկար մարմարը, չկային ոսկի ձուկերը, ծաղիկները չկային: Մնացած էր միայն աւազանին սեւ քարը եւ ջուրը: Էլիզաբեթը չգտնելով՝ իշխանը տխուր վերադարձաւ իր պալատը: Ա՛լ անոր աչքին ոչինչ կ'երեւեր եւ ոչինչ կ'ուրախացներ զայն:

Այդ միջոցին Էլիզաբեթը յայտնուեցաւ հսկային պարտեզին մէջ: Հսկան աղաչեց Էլիզաբեթին, որ մնայ իրեն հետ եւ դառնայ իր թագուհին, բայց Էլիզաբեթը ըսաւ, թէ ինք կը սիրէ իշխանը եւ երբեք չի դաւաճաներ անոր: Հսկան յոյս ունէր, որ Էլիզաբեթ կը մոռնայ իշխանը, սակայն ժամանակին հետ ան աւելի ու աւելի կը կարօտնար իր փեսացուին եւ կարօտէն կը մաշէր ու կը գունատեր:

(Շարունակութիւն 2)

Բառեր եւ բացատրութիւններ
ճողփին- այն աղմուկը, զոր ջուրը կը հանէ, երբ առարկայ մը իյնայ անոր մէջ:

ՋՈՒՐԻ ՍԱԿԱՒՈՒԹԵԱՆ ԴԵՍ ՊԱՅՔԱՐԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

Ջուրը մեր մոլորակին ամենեն յարգի գանձերեն մեկն է: Անոր ներկայությունը երբեմն մեզի շատ բնական կը թուի, սակայն կարգ մը երկիրներու մէջ անոր ներկայութիւնը հազուադէպ է: Կիներ, մանուկներ, դոյլերը գլուխսուն վրայ, քիլոմէթրեր կը կտրեն կիզիչ արեւուն տակ՝ հեռուներէն բերելու ոչ շատ մաքուր քանի մը լիթր ջուր:

Այս ձեւով, երեք տարիներէ ի վեր, Հարաւային Աֆրիկէ շատ գէշ երաշտէ կը տառապի: Ջուրի պահեստները գրեթէ պարպուած են: Այս պատճառով է, որ Ապրիլ ամսուն երկրին հարաւ-արեւմուտքը գտնուող Քափ քաղաքը «գերօ օրը» ապրելու վտանգին մէջ գտնուեցաւ: Այդ «գերօ օրը» կը նշէ այն օրը, երբ խմելու ոչ մէկ կաթիլ ջուր կ'իջնէ ծորակէն: Բարեբախտաբար ջուրի մեծ խնայողութիւնը եւ անձրեւին վերադարձը փրկեցին կացութիւնը:

Այս երեւոյթը դիմագրաւելու համար նաւերու փրկութեան մասնագետ հարաւաֆրիկեցի Նիք Սլոն յղացաւ արտասովոր գաղափար մը: 2000 քմ. հեռու գտնուող Անթարքթիքի Օսթրալ ծովու ջուրերուն մէջ ծփացող սառոյցի կոյտերը որսալ, հոսանքներէն օգտուելով եւ գանոնք իրենց ճամբայէն շեղելով՝ մօտեցնել Հարաւային Աֆրիկէի ափերուն: Եւ որպէսզի անոնք շատ շուտ չհալին աւելի տաք ջուրերուն հետ իրենց հանդիպումին ատեն, անոնք պիտի փաթթուին յատուկ կերպասներու մէջ եւ ամբարուին այն վայրին մէջ, ուր ովկիանոսը բաւարարաչափ պաղ է:

Ապա ամեն օր յատուկ մեքենաներ քիչ-քիչ գայն պիտի հալեցնեն ջուր ստանալու համար: Ըստ հաշիւներուն, կարելի պիտի ըլլայ օրական 150 միլիոն լիթր ջուր ստանալ, այսինքն՝ Քափ քաղաքին ջուրի սպառումին մէկ քառորդը: Այս գաղափարը քիչ մը խենթ կը թուի, սակայն այս մասին եղած փնտռութիւնները շատ լուրջ են: Նորվեկիացի, ֆրանսացի եւ գոլիցերիացի ճարտարագետներ կ'աշխատին այս ծրագիրին վրայ երկար ժամանակէ ի վեր, եւ այն կրնայ իրականանալ յաջորդ գարնան: Սակայն այս ծրագիրը շատ մեծ ծախսի կը կարօտի: Ըստ Հարաւային Աֆրիկէի պատասխանատուներուն, ծովու ջուրէն աղը հանելը կամ ենթահողերուն մէջ գտնուող ջուրը գործածելը նուազ ծախսի կը կարօտի եւ նուազ վտանգաւոր է:

