





























## ՊՈՒԽՈՉ

### Ի՞նչ դիրքով եք բնուի

Քնի առեղծվածը միտ հեռավոր է գիտնականներից, եւ ինչ ուսումնասիրությամբ շահեր են գրավել: Քնի ուղիքները հեռագրող աներկազի հոգեբույժ Աննյուել Դեննելը բացահայտել է ինչ վիճակում մարմնի դիրքի եւ բնավորության միջեւ եղած կապը:

վորաբար մարդանոց են, սրացավ եւ սիրայի: Նրան լուսավոր միտ ունեն եւ բարեկամաբար են ճանաչողական օրհասակի նկատմամբ: Ընդունում են աշխարհն այնպիսին, ինչպիսին կա: Սա ժայռանավորված է սեփա-

չեն ցանկանում հրաժեշտ անել իրենց մանկությանը: Նրան ուժեղ բնավորությամբ մարդու կողմից հովանավորվելու դաժան է զգում, նրան համար հաճելի է, երբ որեւէ մեկը հոգ է ածում իրենց մասին: Լինելով անվճարական եւ ոչ ինքնավստահ, նրան խուսափում են դասասխա-



կած թեթևակի ծայրելով ծնկները, հավասարապես, համակերպող մարդիկ են: Նրան հազվադեպ են կոնֆլիկտի մեջ մտնում օրհասակողների հետ, հակված են խելամուծ փոփոխությունների եւ առանց դժվարության հարմարվում են կենցաղային փոփոխություններին: Միաժամանակ նրան բավականաչափ համարձակություն, եռանդ եւ հաստատվածություն են դրսևորում իրենց նպատակներին հասնելու համար: Չեն ձգտում այլի ընկնել հաստատվածության մեջ եւ չեն սիրում լինել լիցիտի դերում: Երբ խնդրում են մնալ սպիտակ, հասկառու, երբ դա այն մարդու սպիտակ է, որին նրան սիրում եւ հարգում են: Նրան, ովքեր մտնում են մեջի վրա, ձեռքերը դնելով գլխի վերեւում, սո-



կան կյանքը չբարդացնելու ցանկությամբ նաեւ: Քնած ժամանակ այսպիսի դիրքը բնորոշ է նրանց, ովքեր մանուկ ժամանակ ծնողների սիրելին են եղել:

մասվորությունից եւ հավասար չափով են ենթակա թե դրական, թե բացասական ազդեցության: Նրան զգալուն եւ ինքնուրույն խառնվածի սեր մարդիկ են, որոնք իրենց արարներում ավելի շատ ռոմեական ճանաչողությամբ են առաջնորդվում, քան ողջամտությամբ: Նրան, ովքեր մտնում են փոքի վրա, ձեռքերը սարածելով մահճակալի ողջ լայնում եւ ծայրելով մի ոտք, սովորաբար ինքնավստահ են, ճշադրահ, հետևողական իրենց դասողություններում, սիրում են կարգ ու կանոն, չեն սիրում անակնկալներ, հազվեմկան են, օրհասակայց եւ կանխատեսող: Սովորաբար նրանք երեւակայությունից թույլ են եւ ավելի բծախնդիր: Սիրում են դասարարել իրենց կարծիքը, համայնել, դեկավարել:

### Բամբաստելը... մարդկային հատկանիշ է

Չոգեբանները գտնում են, որ մարդն իր ժամանակի մեծ մասը կորցնում է դասարկ գրույցների վրա: Երբ մեկ վարկած կա, թե մեր հեռավոր նախնիները զվարթ էին, իրար հետ միավորվելու ցանկությունից դուրս գալուց հետո խոսելու: Չոգեբույ, սրաբաց խոսակցությունների ժամանակ մարդկանց օրհասակում տեղի են ունենում կենսափոփոխական ուղիղներ: Միավորման, իրար գլխի հավաքվելու ժամանակ առաջ է գալիս նոր գրույցների զսնելու, բամբաստելու ցանկություն:

Ուսումնասիրությունները ցույց են տվել, որ կանայք նախընտրում են խոսել ուրիշների մասին, իսկ տղամարդիկ ինքնագովազդում են զբաղվում: Այդ դասարկ խոսակցությունների, գրույցների ընթացքում մարդիկ ձեռք են բերում նոր բարեկամներ: Ամենամեծ փոխըմբռնումն ու վստահությունն առաջանում է, երբ ձեռքը դնում են ընկերոջ ուսին:

Բամբաստելու, սրաբաց խոսակցություններից հետո մտազգում են հոգսերն ու դառնությունները, բարձրանում է ճանաչողությունը եւ բացվում արտօժակը:



րում նոր բարեկամներ: Ամենամեծ փոխըմբռնումն ու վստահությունն առաջանում է, երբ ձեռքը դնում են ընկերոջ ուսին:

Բամբաստելու, սրաբաց խոսակցություններից հետո մտազգում են հոգսերն ու դառնությունները, բարձրանում է ճանաչողությունը եւ բացվում արտօժակը:

### «Բրիթնի Սփիր» վիրուսը ինտերնետում

Անցած ամիսվա վերջից ինտերնետում սկսել է տարածվել նոր վիրուս, որը կրում է հանրահայտ երգչուհի Բրիթնի Սփիրի անունը: Վիրուսը հայտնվում է «Britney Pics: RE» վեբնալիսիտի վրա, որը մեջ կրում է «A Britneypic VBS» կամ «A Britney/VBS» ֆայլերը «CHM» վերջավորությամբ: Ինտերնետից օգտվողներից դաժանացվում է միանգամից սարքերի, որ այն ոչ թե նկարների հավաքածու է, այլ վստահավոր վիրուս, որը գործում է նախորդների Ձեռնիքեր Լոռեզի եւ Աննա Կոտեհիկովայի անուններով վիրուսների տես: Տարածվելով էլեկտրոնային փոստի միջոցով, այն ծանրաբեռնվածություն է առաջացնում համակարգի մեջ եւ ընդունակ է ջնջելու վիրուսի բոլոր ֆայլերը: Հակավիրուսային ընկերություններն արդեն ձգտել են իրենց կանխատեսումները, որոնց կարելի է ծանոթանալ նրանց աշխարհից օգտվելիս: Նոր վիրուսն արդեն հասցել է Եվրոպայում վճարել բազմաթիվ համակարգիչներ:

Մասնագետների կարծիքով, այն կարող է տարածվել միայն գրավիչ անվանականությամբ: Այլապես տարածման հավանականությունը ցածր է:

### ԹՉՈՎԻ ՏԻԿՆԻԿ ԿՈՂՈՒՄՔԻՆԻ ԲԱՆԱԿՈՒՄ



«Գինակոչիկն» առաջին անգամ հայտնվել է հասարակության մեջ գինվորական երթի ժամանակ: Երեմեյանց «գինվոր» ձեռնով ողջունել է հղել անցողիներին եւ գրկախառնվել երեխաների հետ: Ժողովուրդը սիրով ընդունեց զինվորներին, որոնք լաղաբացիներին բաժանում են այն հեռախոսահամարը, որով կարելի է շուտօրյա տեղեկություն հաղորդել արդարանքների մասին: Չինվորները մարդկանց դիմում են, ասելով. «Հի՛ե՛ք, որ բանակը սիրում է ձեզ եւ ցանկանում է ձեզ մասնակից դարձնել կողոպտիչների դեմ մղվող պայքարին»:

Պետության դեմ աղտամբողներին զսնելու եւ ձեռքառնելու համար Կոլումբիայի բանակն օգտագործում է նոր գաղտնի զենք՝ ժողովուրդի վրա սիկնիկ: BBC-ն հաղորդում է, որ փողարկված սիկնիկը գինվորներին օգնում է տեղեկություններ ստանալ աղտամբողների գործողությունների եւ նրանց ղեկավար կազմակերպության FARC-ի մասին: Նոր

Պետության դեմ աղտամբողներին զսնելու եւ ձեռքառնելու համար Կոլումբիայի բանակն օգտագործում է նոր գաղտնի զենք՝ ժողովուրդի վրա սիկնիկ: BBC-ն հաղորդում է, որ փողարկված սիկնիկը գինվորներին օգնում է տեղեկություններ ստանալ աղտամբողների գործողությունների եւ նրանց ղեկավար կազմակերպության FARC-ի մասին: Նոր

Սեր ազգաբնակչության մոտ 20 տոկոսը առաջում է զարմանալիս այնքապի կամ ղոլիմոզով (լաշինեբն ղոլիմո բառից, որը նշանակում է ծաղկափոխ): Հիվանդությունը սկսվում է մարտի վերջին, արդիվ սկզբին եւ շարունակվում բույսերի ծաղկման ողջ օրհասում: Պոլիմոզը մարդու օրհասիկի գերզգայնությունն է արտաբերող ծնողների, հիմնականում ծաղկափոխում հանդեպ, որն ուղեկցվում է աչքերի փոփոխությամբ, կարմրությամբ, արցունքահոսությամբ, հարբուխի նշաններով՝ փոքրոցով, քիչ առատ արտադրությամբ, երբեմն՝ շնչառության ծանրացումով, մազերի ցանցով, այսուհետ:

Հիվանդությունը կարող է նաեւ ժառանգական լինել (երբ ծնողներից թեկուզ մեկը առաջում է ղոլիմոզով, բարձր է հավանականությունը, որ նրանց երեխաներն էլ հիվանդանան): Պոլիմոզի ախտահանումն է հայտնի 7-8 տարեկանում եւ աստիճանաբար նվազում 60-65 տարեկանում: Պոլիմոզի հիմնական դասճանաչողից է փոփոխությունը, որ նրանց երեխաներն էլ հիվանդանում են կենցաղի, ինչպես նաեւ օդի աղտոտվածությունը, անորակ սննդամթերքի եւ բազմազան դեղորայքի անտեղի օգտագործումը:

Հիվանդության սխալ ախտորոշումից խուսափելու համար հարկավոր է ուսուցողություն դարձնել հետևյալ առանձնահատկություններին.

- հիվանդությունը սեզոնային է
- սրվում է վաղ զարմանք եւ դադարում աճանքն ու ծնունդը,
- հիվանդության նշանները սրվում են չոր, քամոս եղանակին եւ նվազում անձրեւի ժամանակ,
- առավոտյան արցունքահոսությունը, փոքր, քիչ արտադրությունն ավելի արտահայտված են, քան երեկոյան,
- զանազան հիվանդությունները կարող են զգում, քան դրանք:
- Ինչպես կարելի է բուժել ղոլիմոզը: Ցավոք, առ այսօր դեռ չկա այնպիսի մեթոդ, որով հնարավոր լինի ղոլիմոզը բուժել ղոլիմոզը, բայց կան բազմաթիվ միջոցներ, որոնք կարող են զգալիորեն թեթևացնել հիվանդի վիճակը: Հեռուստատեսությամբ եւ լրատվամիջոցներով լայնորեն զովագրվում են զանազան հակաաղտոտող դեղամիջոցներ: Սակայն խորհուրդ չի տվում առանց բժշկի նշանակման օգտագործել այս կամ այն դեղամիջոցը, քանի որ դրանք կարող են ունենալ հակառակ ազդեցություններ: Իսկ ընդհանրապես, երբ առաջում եւ ղոլիմոզով, աղա խուսափել արելի ճանաչողությունից, կրե՛ք արեւային ակնոց, տուն վերադառնալուց հետո լվացե՛ք աչքերը հոսող սառը ջրով, հիվանդության սրվելու օրհասում մի օգտագործե՛ք դիմաքաղցրահամ միջոցներ:

Բժ. ՆԱՐԵԿ ԿԱՐԱՊԵՏՅԱՆ  
բերադեպ  
Ս. Կարամի կլինիկա

### ԱՄՈՒՍՈՒԹՅԱՆ ՈՐ ՏԱՐԵԳՈՒՄԻՆ ԻՆՉ ԱՎԻՐԵԼ

Տարբեր ժողովուրդների մեջ տարբեր անվանում ունեն ամուսնության տարեկան զարմանքը: Տարբեր են լինում նաեւ այդ տարեկանների առիթով ընդունված նվերները ժամացույցից մինչեւ աղամանոցի զարմանքը: Ստորեւ ամուսնության 1-ին տարեկանից մինչեւ 60-րդ եվրոպական ժողովուրդների մեջ ընդունված անվանումները իրենց համադասարան նվերներով: Պե՛տ է նկատել, որ այս ցուցակում 15-րդից հետո միայն կլոր տարեկաններն են նվեր:

Տարեկան	Տարեկանի անվանումը	Նվերը
1-ին	Թուրք	Ժամացույց
2-րդ	Բանթալ	Նիսանկան խեցեղեն
3-րդ	Կաչի	Քյուրեղաղալի, աղակերտ սնային սարքեր
4-րդ	Կսավ (մեթաֆ)	Արծաթեղեն
5-րդ	Փայ	Փայտե առարկաներ
6-րդ	Երկաթ	Գրասեղանի իրեր
7-րդ	Բուրդ (ղոլիմո)	Կսավեղեն, ժամայակ
8-րդ	Բրոնզ	Կսավեղեն
9-րդ	Խեցեղեն (չինական խեցեղեն)	Կսավեղեն
10-րդ	Թիթեղ (այլումի)	Աղաման
11-րդ	Պողոթա	Նորածնության զարդեր
12-րդ	Մեթաֆ	Մարգարիտ, գունավոր փայտե
13-րդ	Ժամայակ	Խյուսվածեղեն, մուսակ
14-րդ	Փղոսկր	Նսկայ զարդեր
15-րդ	Բյուրեղաղալի	Ժամացույց
20-րդ	Չինական խեցեղեն	Պլաշինե զարդեր
25-րդ	Արծաթ	Արծաթյա զարդեր, մեդալիոն
30-րդ	Մարգարիտ	Աղամանոցի զարդեր
35-րդ	Մարգարիտ	Ժովափար
40-րդ	Ռուբին	Ուրիշ փայտե զարդեր
45-րդ	Սաղիքի	Սաղիքի փայտե զարդեր
50-րդ	Ոսկի	Ոսկեղեն
55-րդ	Չմուխտ	Գնումիստ զարդեր
60-րդ	Աղաման	Աղամանոցի զարդեր

### ՈՂՏԱԿԱՆ ԽՈՐՀՈՒՐԴՆԵՐ

- Թխվածքներ թխելիս հարկ է իմանալ
- Ջեռոցի դռնակը տիեզ լվակելուց կարող է թխվածքը չբարձրանալ:
  - Եթե կարկանդակը ջեռոցում անհավասարաչափ է բարձրացել, քիթեղի դիրքը փոխել, եթե դա էլ չօգնի, բարձրացած մասում մակարան խրել:
  - Եթե խմորեղենը կոչի քիթեղին, վերցրել մալուր, ամուր թել եւ զգուշությամբ անցկացրել խմորեղենի սակով:
  - Եթե եփած խմորեղենը դուրս չի գալիս կաղաղալից եւ կոչում է մեթաղին, հարկավոր է կաղաղալը մի քանի րոպե իջեցնել սալ ջրի մեջ:
  - Երբ խմորը ցառ տիեզ է հունցած, կոչում է ձեռներին, լավ է գրանակվում սառը ջրով լցված ցավ:
  - Տորթի խմորը այլումիսե կարսայի մեջ հարելիս խմորի գույնը մգանում է:
  - Կեփի խմորը դառնում է թեթեւ ու փուփ, երբ խառնում եւ փայտե լայն գոլալով:
  - Թխվածքի այրվելը կանխելու համար ջեռոցի հասակին հարկավոր է մի փչալ աղ ցանել:
  - Այն ամանը, որի մեջ խմորը տիեզ դասարան, նախապես յուղեք, որոպեզի խմորը չկոչի տատերին:
  - Թխվածքը տե՛ք է աստիճանաբար ստեղծել: Ջերմաստիճանի կտրուկ փոփոխության դեպքում այն կարող է նստել կամ էլ մեջքանում փոս առաջանալ:
  - Ջեռոցն աշխատել չբացել քիթելու ընթացքում, որ խմորը չնստի:
  - Թխվածքի դասարան լինելը ստուգում են լուցկու հասկը խրելով խմորի մեջ: Եթե հասկը չոր է դուրս գալիս, աղա այն դասարան է, իսկ եթե կոչել է հասկին անգամ չնչին փակվածությամբ խմոր, ուրեմն դեռ դասարան չէ:



# ԻՆՏԵՆՍԻՎ ԺՆՈՒՄՆԱԾՐԱԳՐԵՐ

## 5 մայր, երեքշաբթի

**ԸՄԻ**  
 9.00 Հայրուր  
 9.20 Գ/Ֆ «Սեծը»  
 11.00 Գ/Ֆ «Սիրո կախարհում»  
 11.45 Կեսգիշերային ճեղքը-թաց  
 12.40 Բարի ախորժակ  
 13.00 Հայրուր  
 13.20 Նվագում է Ձիվան Գասարյանը  
 17.00 Հայրուր  
 17.20 Մ/ս-ի «Պոկահոնսաս»  
 17.45 Առաջին օգնության դարձրեց Ենջառուրյան խանգարումներ

18.00 Գ/Ֆ «Սիրո կախարհում»  
 19.00 Երեկոյան Երեան  
 19.20 «Բարի լոսո»  
 20.05 Հնդկաստան. Հանդիպումներ սահման անց  
 20.35 Տուն-տունիկ  
 21.00 Հայրուր  
 22.00 Ուշ երեկոյան  
 22.30 «02»  
 23.00 Ուրբիկոն+  
 00.00 Հայրուր  
 00.20 Կեսգիշերային ճեղքը-թաց  
 1.20 Հայրուր (տեսերեմ)  
 1.25 Հայրուր (անցերեմ)  
 1.30 Գ/Ֆ «Կերպի լարը»

**ՍԻ**  
 07.35, 18.30, 02.00 «Ա+Ֆուտբոլ»  
 07.45, 09.45, 11.45, 13.45, 15.45, 17.45, 19.45, 21.45, 23.45, 01.45 «Այբ-Ֆե»  
 08.00, 12.00, 13.30, 16.55 «Այբ-Ֆե-Տեղեկատվություն»  
 08.05, 18.05 Մ/ս-ի «Սեյլը-մուն»  
 08.25 Երգում է Մարիա Կալայը  
 08.45, 18.45, 20.45, 22.45, 00.45 «Այբ-Ֆե+»  
 08.55, 10.00, 16.00 Ս-ի «Անտոնովիչ»  
 10.45, 16.45 «Նոյան ատյան»  
 11.00, 20.00 Ս-ի «Իմ բոլոր գավաթները»  
 12.05, 18.50 Ս-ի «Ամորոտա-լարեր-2»  
 12.30 Երգում է Էնի Լենոսը  
 12.45, 20.55 Ս-ի «Դա փնջիի հեռանկարները»  
 13.35 Երգում է Ռիկի Մարսինը  
 13.55 Մանկական երաժշտական ֆիլմ «Գեոմետրիա» (2-րդ սերիա)  
 15.00 «Ջեքոթ Թալ» խմբի համերգ  
 15.20 Մուլտֆիլմ «Ամենա, ամենա...»  
 17.00 Երգում է Գրիոր Եսեֆյանը  
 17.10 «Ավեշտա»  
 18.00, 19.55, 20.50 «Այբ-Ֆե-րիզներ»  
 19.15 «Խայտերակ»  
 22.15 «Հ. Գ.»  
 22.55 Երաժշտական դադար  
 23.00 «Գլխավոր թեմա»  
 23.10, 02.10 «Ա+ մամուլ»  
 23.20 Ամենօրյա Բանդերալը «Երկուսը չափազանց է» կատակերգություն

**ՊՐՈՍԵԿՄԵՆՏ**  
 08.00 «Բարի լույս, Հայաստան»  
 (08.30, 09.30 լարեր)  
 10.00, 18.00 Ս-ի «Ֆլամանդական գաղտնիներ»  
 10.50 PADIUM ART  
 11.10 Բաց դռների օրը  
 11.30 Այստեղ, այնտեղ, այլուր  
 12.00 Կահազի բաղամաս, տուն 2  
 12.30 Գ/Ֆ «Մեկ հնարավորություն երկուսին»  
 16.00 Լարեր  
 16.20 Բնութագրող դասախոս  
 16.45 Մուլտֆիլմ  
 17.10 «Բյուրեքյուր դասընթացներ»  
 17.25 Կուկուկոկի  
 19.00 «Ավանդուղ-տուն»  
 20.00 Լարեր  
 20.45 Հեռուստակատարող  
 21.05 Դասական ալիք  
 21.35 Բայլ  
 22.05 «Բանուզոր»  
 22.30 Հին ռեկլեմների ակումբ  
 22.15 «1-02»  
 23.30 Լարեր  
 ԱՊՐԻ Ի նորություններ (Միր)  
 24.00 Գ/Ֆ «Անապատի ստի-ակ առեղ»

**ՄՄՄ**  
 08.30, 15.00, 18.00, 20.30, 01.30 ժամը  
 09.00, 21.00 CNN  
 09.15 Կենդանիների աշխարհում (վավերագրական)  
 10.00, 15.30 Մուլտֆիլմ  
 11.00 Մեր լեզուն, մեր խոսքը  
 11.25, 19.45 Ինչպե՞ս ես, բարեկամ  
 11.40 Ավստրալիա-2000  
 12.00, 18.35 Ս-ի «Ընթացական կադրեր»  
 13.00, 21.30 Բից

### ԵՐԵՎԱՆ

7.00 «ԵՄԸ Մուսկվա» «Տրամադրություն»  
 9.30 «Սոսիալ»  
 11.00 «Այս երեկո, այս ժամին»  
 12.00 Գ/Ֆ «Ալեքսան»  
 12.30 «ԵՄԸ Մուսկվա» «Տարեթիվ»  
 13.20 «ԵՄԸ Մուսկվա» Ս-ի «Պեճեթրոնիզացիան»  
 14.30 «Պեճեթրոնիզացիան» զաղջնիներ  
 15.00, 01.00 «ԵՄԸ Մուսկվա» «Իրադրություններ»  
 15.15 «ԵՄԸ Մուսկվա» Ս-ի «Տեսուչ Կեսեր»  
 16.20 «Մորթի առանց սահմանի»  
 17.00, 22.30 Գեղֆիլմ  
 18.30 Ալեքսան Ժամ  
 19.30 «Քուր»  
 20.00 «ԵՄԸ Մուսկվա» Ս-ի «Առանց սիրո իրավունքի»  
 21.00 «Հարցերի աղափար»  
 21.30 «Մորթի»  
 22.00 «Իմ երեան»  
 Ավարտի գիշերային կինոսահ

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

08.00, 10.00, 12.00, 15.00, 18.00, 20.00, 22.00, 01.10, 03.00 «Հորիզոն»  
 08.10, 15.15 Մ/ս-ի «Ձիմ Ձիմը Պանդակենդից»  
 08.35, 15.35 Մանկ. ս-ի «Ֆանտաստիկ առաջնություն»  
 09.10, 16.00 Մ/ս-ի «Արաբադուստ Սիսիլ»  
 09.30, 16.20 Մանկ. ս-ի «Տիկ հերոսը»  
 09.50, 21.50 «Նոստալգիա»  
 10.10, 16.40 Մ/ս-ի «Անկարգ ցնիկը»  
 10.30, 18.15 Ս-ի «Լողափ»  
 11.15, 19.10 Ս-ի «Մասանայի ծուղը»  
 12.10 «Օռ-ից ծո Հայաստան»  
 12.30 «Ստորին աշխարհը Gillett-ի այբերով»  
 12.55, 20.15 «Օլայի իյուր»  
 13.05 Ս-ի «Հեռագրացները»  
 13.55 «Տեղեկատվություն»  
 14.05, 20.30 Ս-ի «Կորա»  
 17.05, 22.40 «Պատահական վկա»  
 17.35 Ս-ի «Դարձան եւ Գրեգը»  
 21.30 «Օռ-ից ծո Հայաստան»  
 23.10 Գեղֆիլմ (DVD)  
 01.20 Ֆուտբոլային սուրհանդակ  
 01.45 Գ/Ֆ «Կոկեյթլ»

**ՄՄՄ**  
 11.00 Համերգային ծրագիր  
 12.00 Մուլտաշխարհ  
 16.00 Համերգային ծրագիր  
 17.05 Գ/Ֆ «Ուրի» (Ու մաս)  
 19.00 Երիտասարդական ծրագիր «16»  
 20.10 «Ուսուցողականություն»  
 20.30 «Մեր կինոն»  
 22.50 Գ/Ֆ «Փախուստ Նյու Յորկից»  
 00.30 Գ/Ֆ «Վալմոն»

**ԱԵՏԻՄ**  
 09.05, 20.30, 22.30 Բարի լուր  
 09.30 18.45 Մուլտֆիլմ  
 09.50 Արցախյան դրոշմներ

10.15, 20.45 Ո՛վ է Բեգ կանչում  
 11.25 Ս-ի «Չորս անկիսը եւ շունը» (2-րդ սերիա)  
 12.40 Դարձիր հերոս  
 13.00 Մուլտաշխարհ  
 13.45 Փառասոնի դափնեկիրներ  
 14.45 Բարի ճանապարհ  
 16.05 Մ/ս «Լիկոն» է չի լինում մի փոքրուկ  
 16.30 Պարզապես երգ  
 16.55 ՕՊ ալիք  
 17.25 Գ/Ֆ «Բաց գիր» (2-րդ սերիա)  
 18.55 Միասին  
 19.30 Ելե՛ք ուրախանա՛մ  
 20.15 Երաժշտական ծրագիր  
 21.00 Սա այն օրն է  
 22.45 Գեղֆիլմ  
 23.30 Մարզը եւ ծովը

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

3.55 Թրիլեր «Պսիխո»  
 5.35 Միասին «Թագավորը ողջ է»  
**ՆԱԵՐԵՆԵՐ**  
 Պրոֆիլակտիկա  
 15.00 Մ/ս «Երեկ Պրոսոկվա-չինոյից»  
 16.00 Արեւիկ-Բենդի  
 16.30 Գ/Ֆ «Կապույտ բոլորուց»  
 18.05 Մ/ս «Կոկորդիլոս Գեման»  
 19.00 Լուսաստիկ  
 19.30 Գ/Ֆ «Օձային խորությունների հրաճեցը» (1-ին մաս)  
 20.30 Մուլտֆիլմ  
 20.45 Մեր հայրենիքի հեծաբները  
 21.00 Գ/Ֆ «Կովկասի գերուհին»  
 22.30 Համաժամանակային երաժշտության զանազան (Բարբրա Սթրեյզանդ)

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

17.00, 22.35 Ս-ի «Մահաբեր ուժ-2»  
 18.00 Մեծ վագր  
 19.25 Օհոյի համայնադասեր  
 20.00 Ս-ի «Սիրո երկիր»  
 21.00 «Թույլ օղակ»  
 22.00 ժամանակ  
 23.40 «Կրեմլ-9», «Վասիլի Սալին Թոնի»  
 00.30 Գիշերային «ժամանակ»  
 01.00 «Խաղաղ տուն»  
 01.30 «Գիշերային հերթափոխ»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր «Սյուզանի մեղք ձեռնարկը»

**ՄԵԴԻԱ**  
 7.55 Արկածային «Անախորժություններ կառիկների հեռ»  
 9.30 «6-րդ խաղակիցը»  
 11.15 Արկածային «Թոմ Սոյերի արկածները»  
 12.45 Մարտաֆիլմ «Օդային ուռուցը»  
 14.30 Կոմեդիա «Մայլ»  
 16.10 Կոմեդիա «Թեթե փոքր»  
 17.40 Սելոդրամ «Ֆրենկի եւ Ջոնի»  
 19.35 Գ/Ֆ «Եռանկյունի»  
 21.00 Դրամա «Տիտուս-2»  
 22.30 Մարտաֆիլմ «Գործը կերպերը»  
 00.35 Դրամա «Ամեն սիրուհին»  
 2.30 Թրիլեր



## ԱՍՏՂԱ գորշակ 5 մարտ

### ԽՈՅ

Օրը հաջող կլինի ֆինանսական առումով: Դուր կարող եմ լուծել 1-2 խնդիր եւ բերես մտածել նաեւ վաղեմի երազանքներից մեկի իրականացման մասին: Սակայն աստղերը նախազգուշացնում են, որ կարող են լինել չնախատեսված ծախսեր եւ գործողություններ:

### ՅՈՒՆ

Այսօր ջանացիք չզայրանալ եւ սիրալից եղբայրներ հույզեցիք, քանի որ մեծամիտները ձեզ հանդիպում են առավելագույն նվիրվածությամբ: Հետեւե՛ք սեփական առողջությանը: այսօր լողաձկան այցելելը կամ սովորական լողանքը ընդունելը կթարմացնեն եւ կաշտուճացնեն ձեզ:

### ԵՐԿՐԱՐՅԱԿՆԵՐ

Փորձությունների օր է: Այսօր ձեզ կարող են վստահել ընտանեկան փոփոխ սիտուացիաները: Հարկավոր է լինել համբերատար, լսել սեփական սրտի ձայնը եւ ոչ թե հենվել երկաթյա ցամաքանության ու սրբաբանական վրա: Չեն բացառվում մարմնական գայթակղություններ:

### ԽԵՅՂԵՏԻՆ

Ամնողաս օր է ձեռնարկումների համար, քանի որ հետեւումները կարող են շահ լինել: Աստղերը խորհուրդ չեն տալիս չափազանց մեծ ջանադրություն հանդես բերել եւ ռիսկի դիմել: Կարելի է գործերը հետաձգել ժամանակակից կեսին: Այսօր ձեզ հանդիպում են օգնություն եւ աջակցություն:

### ԱՌՅՈՒԹ

Եղբի գզոն, ուժաղիք եւ չկողորհարված որոշումներ մի ընդունե՛ք: Այսօր ժամանակ կախված կլինի ձեր գաղափարներից եւ վեհամեծություններից: Խորհուրդ չի տալու փոխել գրադուրմի բնույթը կամ աշխատանքը, քանի որ սխալ ժամանակահատվածն անողորմ է դա համար:

### ԿՈՒՅՍ

Բացառված չէ, որ այսօր ստիպված լինե՛ք զբաղվել ճնային մանր խնդիրների լուծմամբ կամ ֆինանսական հարցերի կարգավորմամբ: Հնարավոր են անհաջողություններ: Թերեւս կորցնե՛ք ձեր դրամազույգի մի մասը կամ չստանա՛ր այն գումարը, որ ակնկալում էիք:

### ԿՇԵՈՐ

Օրվա կարգախոսն է՝ աշխատասիրություն եւ բարեխղճություն: Դրան հետեւելու դեպքում ձեզ կուղեկցի հաջողությունը: Հավանական է, որ բարեկամներ ձեզ ֆինանսական վիճակը, նվեր ստանալ կամ հաջող գնում կատարե՛ք: Խորհուրդ չի տալու դրամից զուրկ ստանալ:

### ԿԱՐԻՉ

Հավասարակշռության եւ ներդաշնակության օր է: Խորհուրդ է տրվում կարգուկանոն հաստատել սեփական զգացումների ոլորտում, վերականգնել հարաբերությունները մեծամիտ միջավայրի մարդկանց հետ, եթե անցյալում գոյացել է: Չանցե՛ք հանդես բերել ինքնաստիճանի եւ ներքին կյանքի, որոնք չեն լինում ձեր կյանքում:

### ԱՂԵՂՆԱԿՈՐ

Օրն անողորմ է ամեն կարգի սխալների համար: Նյութափոխանակումը չէ այսօր նշանակել գործնական հանդիպումներ կամ հյուրեր հրավիրել: Չեն բացառվում բարդ հարաբերություններ ավագ ազգականների հետ: Աստղերը խորհուրդ են տալիս փոփոխություն կատարել ձեր անմիջական միջավայրում:

### ԱՅԾԵՂՋՅՈՒՐ

Օրը բարեմիտ է գործունեության ժամանակահատվածի եւ սեփական վիճակի գնահատման համար: Բոլոր մտադրություններն իրականացնելու համար խորհուրդ է տրվում ճիշտ բաշխել սեփական ժամանակը: Եթե չկորցնե՛ք վճարակալությունը եւ հանդես բերե՛ք գործնականություն, ապա կհասնե՛ք փայլուն արդյունքների:

### ՋՐՀՈՍ

Հնարավոր է, որ այսօր հանդիպե՛ք ինչ-որ ընկերների կամ հեռավոր ազգականների: Երբ նրանք դասն են իրենց հոգեբանի մասին, ջանացե՛ք դրանց ծանուցությունը չվերցնել ձեր ուսերի վրա: Աստղերը բարեխաճ են ձեր հանդեպ: Կարող եմ ձեռնարկել նոր գործեր, ոչինչ չի խանգարի դրանց իրականացմանը:

### ՉԿՆԵՐ





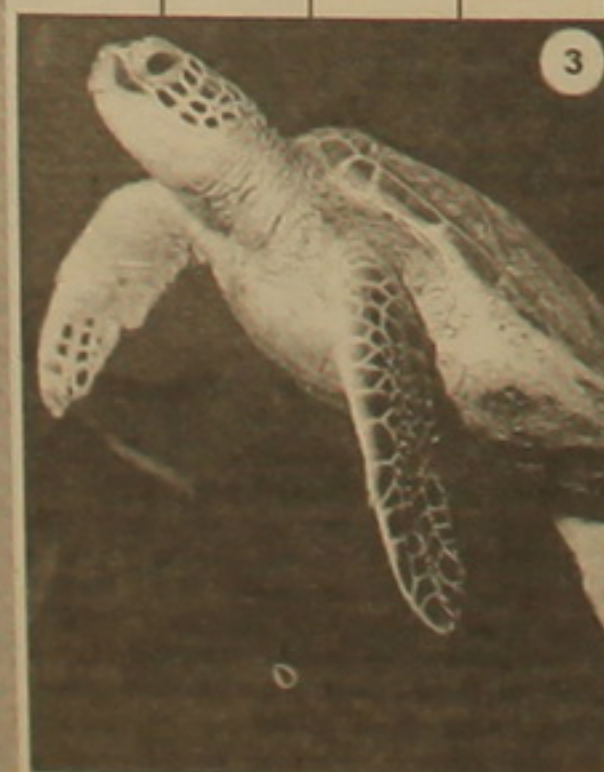
Պարտություն կամ ձկները թերեւս ուզե՛ն սեփական մեղքը բարդել ուրիշների վրա եւ ինքնախնայվածան նպատակով հակամարտության մեջ ներառել մեծամիտներից որեւէ մեկին: Հիմարություններ չանելու համար մի անտեսե՛ք ընկերների խորհուրդները եւ օգնությունը:

### ԽՈՒՆՆԱՆԻՉ

## Կարտոֆիլով յուղաբլիթ

Անհրաժեշտ մթերք  
500 գ կարտոֆիլ, 1,5 բաժակ ալյուր, 25 գ մակար (դրոճ),  
2 ճաշի գդալ կտրագ, 1 ձու, աղը ըստ ճաշակի:

Պատրաստման եղանակը  
Մաքրած հում կարտոֆիլը ֆերիչով արագ տեսանալուց խուսափելու համար մանրացնել, ավելացնել 1,5 բաժակ գոլ ջրում բացած մակարը, ալյուր եւ աղ, ավելացնել ձու: Խառնել, դնել սառ սեղ, որոնքով բարձրանա: Յուղաբլիթը քիսել յուղ լցրած, ուժեղ սախացած թավայի մեջ: Սասուցել սառ փիճակում քրպասեղով կամ կարագով:

	3	Երգում «փախցրին, տարան»	Անատանների կերակուր			
	Փողաքշականը Սրբուկ	2	10 տուփ սիգարետ			
	Ստախոս, բայց ոչ սուտասան	Մարկոս Ալիմյանի «կոչումը»	Ներկա չլինելու «գործակից»	Հոգու կսկիծ		
1	Չինական «ցանկապատ»	Վերջին կամ ահեղ ...	Լուսանկարչական «գիրք»	Թոռան զավակը	Ար, ... հեկտար	Քրիստոնեական «հացարուկ»
Նպարավաճառը Թիֆլիսում	Բառակազմական մասնիկ		Ապրանքի շատն ու շիշը	Մարգ, տնկարան		
Ազգային հերոսական վեպ	Փողն ապրանքով փոխանակելը		Անվարձ աշխատանք			
		Կահեից «հուշտ լինողը»				
Մատնիչին հոմանիշ առաքյալ	Այծի «բալիկը»	Նոր տարին էլ է ...				
Մեր շուկայի «բլիկ-ծկնիկը»	«Լավարանություն»	Գերեզմանում ուղղվող արատ				
Գիտական աստիճան, գիտական ...	Սոսի		Ավտոմեքենա ճապոնացի			
Աղոթքի «կնիքը»	Արտասահմանյան հրավեր		Հայկական արական անձնանուն	Այլուրի տոպրակ	«Ախպերակայ, հալալ ...»	
		Հոր եւ մոր «հայելին»				
Հեղուկաչափ	Դեմի Մուր, ... Բալոկ		Տառյա-նա Բուլանովա, ... Ապինա			
		Քարտեզների հավաքածու				
	3	Մուլեկուկ «կտոր»	Գործվածքներն ուտող միջատ	Տոհմային համայնք		
	Փոքրիկ նավակ	Տանիքը ծածկելու նյութ				
	«Երեք վարդ», Լարիսա	Ոտքի «գլորվող» կոճ				







