ሓዳስ ኤርትራ

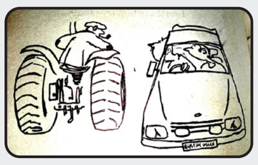
መበል 33 ዓመት ቁ.13 | ዓርቢ 15 መስከረም 2023 | ገጻት 8 ዋጋ 2.00 ናቕፋ

ገጽ 2 . . .ጸገማት ኣብ ግዜ ጥንሲ

ገጽ 3 ስውር ኵናት፡ ካብ ሰፋኣ ክሳብ ከበሳ-ጭዋ

ገጽ 4 ካብ ጥቕምታት ለሚን

ገጽ 5 ፍልጠትን ተግባርን



ገጽ 7 ስፖርታዊ ውድድር ሓይልታት ምክልኻል. . .

ኣዛዚ ፖሊስ ዞባ ደቡብ፡ ኣብ ሰለስተ ን/ዞባታት ምስ ህዝቢ ርክባት ኣካዩዱ

ኣዛዚ ፖሊስ ዞባ ደቡብ ኮሎኔል ዘሚካኤል ተኽልዩ፡ ካብ 30 ነሓሰ ክሳብ 8 መስከረም፡ ኣብ ንኡሳን ዞባታት ዓዲ-ኳላ፡ ደባርዋን ሰገነይትን - ኣብ ምሕያል ዝምድናታት ህዝብን ፖሊስን ዘተኮረ ርክባት ኣካዪዱ።

ፖሊስ ብዝይደገፍ ህዝቢ ዕዉት ስራሕ ክፍጽም ከምዘይክእል ዝገለጸ ኮሎኔል ዘሚካኤል፡ ፖሊስ ንህዝቢ ብቕንዕና ምስ ዘገልግል፣ ህዝቢ ድማ ምስ ፖሊስ ብትግሃት ምስ ዝተሓባበር፡ ጸጥታዊ ውሕስነት ብቐሊሉ ከምዝረጋገጽ ኣገንዚቡ።

ኣብ ቀዳማይ መንፈቕ 2023 ብዐንኡስ ዞባኡ ናይ ዝተመዝገበ ገበናትን በደላትን ጸብጻብ ድሕሪ ምቕራብ ድማ፡ ጠፊኡ ዝተረኽበ ንብረት ናብ መደበር ፖሊስ ምርካብ ከም ባህሊ እናሰረጸ ከምዝመጸ፣ ሕጋዊ ማስርሕ ተኸቲሉ ንዋናታቱ ንዝረከቡን ከምዝተዋህበ፡ ኮሎኔል ዘሚካኤል ኣብሪሁ።

ተሳተፍቲ ናብ መንእሰያት ዝቐንዐ ፍሉይ ገፀኞሳት ከውድብ፣ ጠፊኡ ዝተረኽበ ንብረት ናብ ፖሊስ ምርካብ ብዝለዓለ ክተጥበ፣ መደባት ፖሊስን ህዝብን ኣብ

ማዕከናት ዜና ክሕይል - ዝበሉ ለበዋታት ኣቕሪቦም።

ኣቐዲሙ፡ ኣብ ንኡሳን ዞባታት መንደፈራን ደቀምሓረን ተመሳሳሊ ርክባት ተኻይዱ ነይሩ።

ኣብ መንኹሰይቶ፡ ብምትሕብባር ህዝብን ሓይልታት ምክልኻልን ጽርግያ ይጽገን ኣሎ

ኣብ ንኡስ ዞባ ሰንዓፈ፡ ነርቲ ሸደሽተ ዓድታት መንኹሰይቶ ምስ ሓይልታት ምክልኻል ብምትሕብባር፡ ካብ ምምሕዳር ከባቢ ሩባ ናጸ ናብ ዓዶም ዝኣቱ፡ ንተሸከርከርቲ ከጸግም ዝጸንሐ ናይ ሓመድ ጽርግያ ይጽግኑ ኣለዉ።

እዚ ፍርቂ ሚልዮን ናቕፋ ካብ ህዝቢ ብምውጻእ ዝሰላሰል ዘሎ መደብ፡ ምምድማድ፡ ምጽፋሕን ምስራሕ ካናሌታትን ከምዝጠቓልል ዝሓበረ ኣቦመንበር ኮሚቲ ልምዓት መማህር ተኽለማርያም ኣብርሃ፡ ብማሽነሪ ዝተደገፈ ከምዝኾነ ኣረዲኡ።

እቲ ጽርግያ ኣብ ሓጺር ግዜ ተወዲኡ ኣገልግሎት መጓዓዝያ ሓራት ክጀምረሉም - ብዕቱብ ተሳትፎ ይሃጥፉ ከምዝለዉ፡ መማህር ተኽለማርያም ብዝተወሳኺ ገሊጹ።

ኣመሓዳሪ ምምሕዳር ከባቢ መንኹሰይቶ ኣቶ ካሕሳይ ሓይሎም ብወገኑ፡ ኣቐዲሞም ብዓቕሚ ነርቲ ጥራይ ዝተዓደ ዝነበረ ስራሕ ኣድማዒ ውጽኢት ከምዘይተረኽቦ ብምጥቃስ፡ ምስ ሓይልታት ምክልኻል ብምትሕብባር - ብደገፍ ማሽነሪ ይስራሕ ስለዘሎ ግን፡ ዝሓሸ ውጽኢት የርኢ ከምዘሎ ሓቢሩ።

ካብ ከተማ ሰንዓፈ ንሸነኽ ደቡባዊ ምብራቕ ኣስታት 23 ኪሎ-ሜተር ርሒቓ እትርከብ ምምሕዳር ከባቢ መንኹሰይቶ፡ 1,800 ነበርቲ ኣለውዋ።

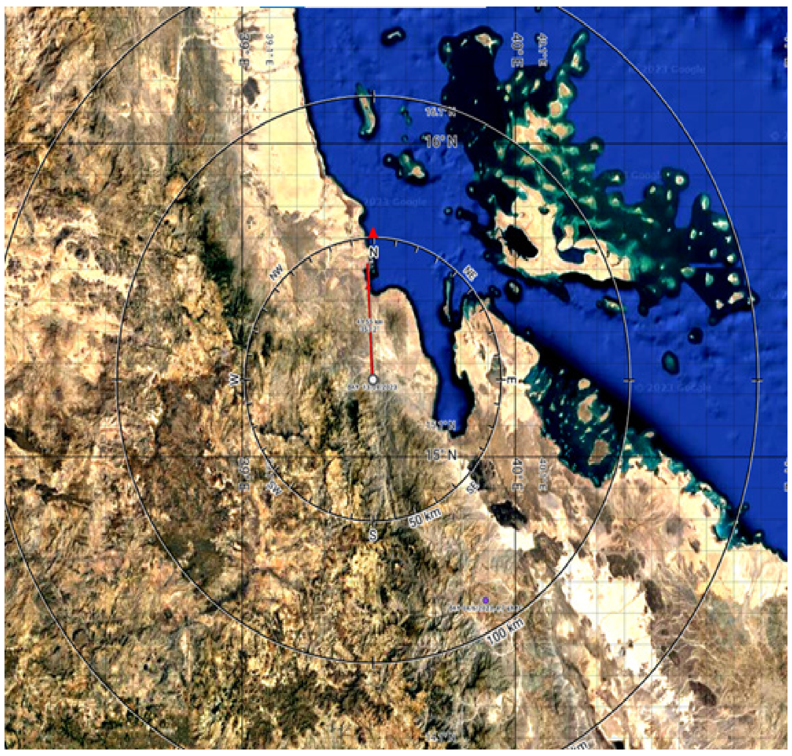
ኣብ ኤርትራ፡ 5.0 ሬክተር ዝዓቐኑ ምንቅጥቃጥ ምድሪ ተኸሲቱ

ኣብ ኤርትራ፡ ብ13 መስከረም ሰዓት 8፡51 ናይ ምሸት፡ 5.0 ሬክተር ዝዓቐኑ ምንቅጥቃጥ ምድሪ ተኸሲቱ።

እቲ ካብ ከተማ ባጽዕ 41 ኪሎ-ሜተር ንሸነኽ ደቡብ ርሒቑ ኣብ ዝርከብ ከባቢ - ኣብ 15 ኪሎ-ሜተር ዕምቈት ዘጋጠመ ምንቅጥቃጥ ምድሪ፡ ኣብ ከተማታት ኣስመራ፡ ባጽዕ፡ መንደፈራ፡ ዓዲ-ቐይሕን ሰንዓፈን ከባቢኣንን ከምእተሰምዐ ሚኒስትሪ ጸዓትን መዓድንን ሓቢሩ።

ዛጊት፡ ኣብ ልዕሊ ሰብን ንብረትን ብዙሓ ዘኸተሎ ጉድኣት ዝጸሓሐ ጸብጻብ ከምዘየለ እውን ኣፍሊጡ።

ብ11ን 27ን ናይ ዝሓለፈ ወርሒ ነሓሰ እውን፡ ኣብ ኤርትራ ክሳብ 5.6 ሬክተር ዓቐን ዝጸሓሐ ተኸታተልቲ ምንቅጥቃጣት ምድሪ ኣብ ተመሳሳሊ ስትራቴጂካዊ ዞባ-ቅርጻዊ ስርዓት-ምድሪ ዝተደኮኑ ቦታታት ኣጋጢሞም ምንባሮም ይዝከር።



ደቡብ - ኣብ ሃገራዊ መልቀቒ ፈተና ብሉጽ ነጥቢ ዘመዝገቡ 345 ተመሃሮ ተሸሊሞም

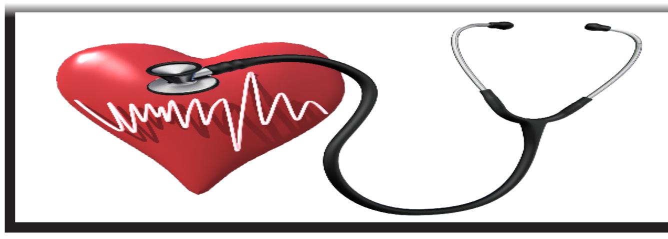
ብምትሕብባር ጨናፍር ሃማመተኤን ትምህርትን ዞባ ደቡብ፡ ኣብ ሃገራዊ መልቀቒ ፈተና ካልኣይ ደረጃ ዓመት-ትምህርቲ 2022/23 ካብ 3 ነጥቢ ንላዕሊ ዘምጽኡ 345 ተመሃሮ፡ ሽልማት 'ደንደን' ተዓዲሎም።

ብ13 መስከረም ኣብ ከተማ መንደፈራ ኣብ ዝተኻየደ ስነ-ስርዓት፡ ምሕያል መንእሰያትን ተመሃሮን ሓደ ካብ ዕላማታት ማሕበር ምዃኑ ዝገለጸ ሓላፊ ሃማመተኤ ዞባ ደቡብ መንእሰይ ግርማይ ጉበኡ፡ ምስ ሚኒስትሪ ትምህርቲ ብምትሕብባር ኣብ ሃገራዊ መልቀቒ ፈተናታት 8ይን 12ን ክፍሊ ልዑል ነጥቢ ንዘምጽኡ፡ ቡጡዓሙ፡ ሽልማት ዲንደማዮን ደንደንን ከምዝዕደል ገሊጹ።

ኣብ ሃገራዊ መልቀቒ ፈተና 12 ክፍሊ ካብ ዝተሳተፉ ኣባላት መበል 35 ዙርያ ሃገራዊ ኣገልግሎት፡ ብደረጃ ዞባ ደቡብ 72 ምሉእ 4 ነጥቢ ዘምጽኡ ዝርከቦም 631 ናይ ዲግሪ ነጥቢ ከምጽኡ እንከለዉ፡ እቶም 345 ካብኦም - ማለት 64 ሚእታዊት ልዕሊ 3 ነጥቢ ዘምጽኡ እዮም።

ኣብ ጨንፈር ሚኒስትሪ ትምህርቲ ሓላፊ ኣሃዱ ምክትታል ካልኣይ ደረጃ ኣብያተ-ትምህርቲ መማህር ገብረሚካኤል ዑቕባገብርኤል፡ ብቐዕ መንእሰይ ንምፍራይ ሃማመተኤ ምስ ናይ ስራሕ መሻርኽቱ ብምትሕብባር ዝካየዶ ጻዕሪ ብምምጓስ፡ ተሸለምቲ ናይ ኮሌጅ ህይወት ብዝለዓለ ብቕዓት ንኽሰግርዎ ብተገዳስነት ክመሃሩ ኣዘኻኺሩ።

ወኪል ኣመሓዳሪ ዞባ ደቡብ ኣቶ ተኪኤ ተወልደ እውን፡ እቶም ተመሃሮ - ረኺቦምዎ ብዘለዉ ዓወት ከይተዘናግዑ ብቕዓቶም ኣብ ንምግባል ክጽዕሩ መኺሮም።



ጥዕና

ሱሌማን ኣሕመድ

ልሙዳት ጸገማት ኣብ ግዜ ጥንሲ

ኣብ ግዜ ጥንሲ፡ ኣካላትኪ ኣብ ሓያል ስራሕ ክጽመድ ይኽእል እዩ። ሓደ-ሓደ ግዜ ብሰንኪ ጥንሲ ኣብ ኣካላትኪ ብዝርአ ለውጢ፡ ቀጨውጨው ዘይምቹእነትን ዘኣመስሉ ስምዒታት ክስመዓኪ እውን ንቡር እዩ። እቲ ዘጋጥመኪ ዘይንቡር ተርእዮ ከኣ ድቃስ ዝኸልእ ክኸውን ተኽእሎ ኣሎ።

ብሓፈሻኡ፡ ኣብ ግዜ ጥንሲ ክረኣዩ ዝኽእሉ ጥዕናዊ ጸገማት፡ ሓያሎ ክኾኑ ይኽእሉ እዮም። እቶም ጸገማት ዘለዎም ምስ ዝኾኑ ግን፡ ብቕልጡፍ ናብ ሕክምና ብምኻድ ግቡእ ክንክን ብምግባር ጥዕናና ክንሕሉ ይግባእ። ገለ ካብቶም ዝርአዩ ጸገማት ንምዝርዛር፦

ዕንቅፋት - መንፋሕቲ ከብዲ

ብሰንኪ ጥንሲ ኣብ ኣካላትና ዝርአ ምልውዋጥ ናይ ሆርሞን (hormonal changes)፡ ተደጋጋሚ መንፋሕቲ (ዕንቅፋት) ክስዐ ኪጋጥም ንቡር ተርእዮ ምኻኑ እዩም ሓኪይም ዝገልጹ። ነቲ ዘጋጥም መንፋሕቲ ንምፍዋስ፦

* እታ ነፍሰጾር ልዑል ናይ ጽሕጊ ትሕዝቶ ዘለዎም ዓይነት መግብታት ክትወስድ ከም ዘለዋ ትምክር። ጽሕጊ ካብ ኣሕምልቲ፡ ጥረታት፡ ኣሕምልትን ፍረታትን ንረክብ።

* እታ ነፍሰጾር፡ ምስ ኩነታታ ዝሰማማዕ ፍኹስ ዝበለ ምውስዋስ ኣካላት መዓልታዊ ክተካይድ ይግባእ።

* እታ ነፍሰጾር መዓልታዊ እኹል ማይ ትወስድ ምህላዋ ክተስተብህል የድሊ።

* እታ ነፍሰጾር ድርቀትን መንፋሕትን ክለዓዕሉ ዝኽእሉ - ከም መተካእታ 'ኣይረን' ዝኾኑ መድሃኒት ክትወስድ የብላን። እዚ ባዕላ እትወስዶ ስጉምቲ ዘይኮነ፡ ምስ ሓኪም ተረዳዲኣ ክትገብሮ ከም ዘለዋ ክትግንዘብ ይግባእ።

ምሽምቃቕ ጭዋዳ

ኣብ ነፍሰጾር፡ ሃንደበት ምሽምቃቕ ጭዋዳ (cramp) ኪጋጥም ይኽእል እዩ። እዚ ብዙሕ ግዜ ኣብ ፈርሲ ዳንጋ (calf) ወይ ኣብ ታሕተዋይ ክፋል መሓውር ኣብ ዘሎ ጭዋዳታት እዩ ዝርአ። እዚ ብዙሕ ግዜ ኣብ እዋን ለይቲ ዘጋጥም ኮይኑ፡ ከቢድ ቃንዛ ይፈጥር።

መዓልታዊ፡ ኣብ መላግቦታት መሓውርን ብርኪን ዘዘኮረ ፈኲስ ምውስዋስ ኣካላት ዘካይዳ ነፍሰጾራት፡ ዑደት ደመን ከምዝመሓየሽ ስለ ዝዙበር፡ በዚ ጸገም'ዚ ብቐሊሉ ከም ዘይጥቃዓ እዮም ሓኪይም ዝመኽሩ። ቃንዛ ጭዋዳ ንምቕላል እዞም ዝስዕቡ ዓይነት ምውስዋስ ኣካላት ኣገደስቲ እዮም፦

= እታ ነፍሰጾር ኣብ ውሑስ ቦታ ኮፍ ብምባል ወይ ብምግንሓው፡ 30 ግዜ መሓውራ ዕጽፍን ዝርግሕን ክተብሎ

ይግባእ። ኣብ ርእሱ እቲ መሓውር ናብ ላዕልን ታሕትን ከተንቀሳቕሶ ተመሪጺ እዩ።

= እግርኺ፡ ናብ ሓደ ሸነኽ 8 ግዜ ናብቲ ካልእ ሰነኽ ድማ 8 ግዜ ምዃር ጸቡቕ እዩ። እዚ ክልቲኡ ኣኢጋርኪ ኣበራሪኺ ክትገብርዮ ዘለኪ ምውስዋስ እዩ።

ስምዒታት ምጥፋእ ወና

ደቂ-ኣንስትዮ ነፍሰጾር ኣብ ዝኾናሉ እዋን፡ ወናአን ናይ ምስኣት ስምዒት የርእያ እየን። እዚ ንሰንኪ ኣብ ኣካላተን ዝርአ ዘሎ ምቅይያር ናይ ሆርሞን ዝሰዓበ ኩነት እዩ። ወናኻ ምስኣት ዘጋጥም፡ ኣእምሮና እኹል ደምን ኦክሲጅንን ምስ ዘይረክብ እዩ።

ኮፍ ኢልና ጸኒሕና ሃንደበት ክንትንስእ እንከለና፡ ሃለዋትና ክጠፍኣና ይስተብሃል እዩ። ብሕቖና ደቂስና ጸኒሕና ብቐጽበት ምስ እንትንስእ'ውን፡ ዕውልውል ይብለና እዩ። ኣብዚ ሃንደበት ተንሲእና ኣብ እንንቀሳቐሰሉ እዋን፡ ሓንጎልና እኹል ኦክስጅንን ደምን ክረክብ ኣለዎ። በዚ እዩ ድማ - ክንወድቕ ናይ ምድንዳን ስምዒት እንርኢ።

ስዒቡም ሃለዋትና ካብ ምጥፋእ ንምክልኻል ዘኽእሉ/ዝሕግዙ ምኽርታት ተዘርዚርም ኣለዉ፦

ደቂስካ ወይ ኮፍ ኢልካ ኣብ ዘጸናሕካሉ እዋን፡ ቀስ ኢልካ ክትትስእ ይግባእ። እዚ ብፍላይ ነፍሰጾራት ደቂ-ኣንስትዮ ከስተብህላሉ ኣለወን።

ደው ኢልና እንከለና ሃለዋት ናይ ምጥፋእ ስምዒት ምስ ዚጋጥመና፡ ብቐልጡፍ ኮፍ ክንብል ይግባእ።

እታ ነፍሰጾር ናብ ሓደ ጐድኒ ደቂሳ እንከላ ሃለዋት ናይ ምጥፋእ ስምዒት ምስ ዝመጽኣ፡ ናብቲ ካልእ ሸነኽ ክትቅይር ይግባእ።

ነፍሰጾራት ደቂ-ኣንስትዮ፡ ብሕቖአን ክድቅሳ ጸቡቕ ከም ዘይኮነ ከስተብህላ ይግባእ። ብኹመይ ክድቅሳ ኣለወን - ምስ ሰብ ሞያ ጥዕና ክመያየጣ ዝበለጸ እዩ።

ጸቕጥን መቕትን

ኣብ ግዜ ጥንሲ፡ ኣካላት ክመውቕን ክብ ጸቕጢ ክፈጥርን ንቡር ተርእዮ እዩ። እዚ ምስ ጥንሲ ብዝርአ ምቅያየር ሆርሞናት፡ ዑደት ደም ክሕይል ስለ ዝዙበር እዩ። ኣብ ግዜ ጥንሲ ዝርአ ተደጋጋሚ ርሃጽ፡ ምልክት ናይ'ዚ እዩ።

ኣብ ከምዚ ኩነታት፦

ፍኹስ ዝበለ ምስ ክሊማዊ መቕት ተሳኒዩ ዝኸይድ፡ ካብ ጡጥ ዝተሰርሐ ገፊሕ ክዳን (ፒጃማ) ምውዳይ የድሊ።

እቲ እትውዕልሉን እትድቅስሉን ክፍሊ እኹል ንፋስ ከም ዝኣትዎ ምግባር።

ሰብነትኪ ብተደጋጋሚ ምሕጻብ እውን ፍኹስ ከምዝበለኪ ዝዙበር ኣገባብ ምዃኑ ኣይትዘንግዒ።

ሽንቲ ዘይምቁጽጻር

ኣብ ግዜ ጥንሲ፡ ሽንቲ ዘይምቁጽጻር (incontinence) ልሙድ ተርእዮ እዩ። እታ ነፍሰጾር ኣብ እትህንጥሰሉ፡ እትስዕለሉን እትስሕቐሉን ከምኡ'ውን ሃንደበት ካብ ኮፍ መበሊኣ ኣብ እትትንስኣሉን እትንቀሳቐሰሉን እዋን፡ ሽንቲ ክሞልቃ ተኽእሎ ኣሎ።

እዚ ኣብ ከበቢ ፍሕኛ ሽንቲ ዝርከብ ብ'ፐልቪክ ፍሎር' (pelvic floor) ዝፍለጥ ጭዋዳ፡ መንገድታት ሕርሲ ንምኽፋት ካብ ንጥፈታቱ ብውሑድ ዓቕን ስለ ዝነድል ከም ዘጋጥም እዩ ዝሕበር። እዚ ግዱ ንግዚኡ ዝርአ ጸገም ኮይኑ፡ ድሕሪ ሕርሲ ብኡ-ንብኡ ናብ ንቡር እዩ ዝምለስ።

ንጭዋዳታት 'ፐልቪክ ፍሎር' ንምሕያል ዝሕግዝ ዝቕጽል ምውስዋስ ኣካላት ኣሎ። ምስ ክኢላታት ብምምይያጥ ክትፍጽሞ ይከኣል እዩ።

ብዙሕ ምሻን

ኣብ ግዜ ጥንሲ ብዙሕ ግዜ ክትሸይን ምድላይ፡ ገና ካብ ፈለማ ኣዋርሕ ኣትሒዙ እዩ ዝጅምር። እዚ ዓይነት ስምዒት፡ ሓደ-ሓደ ግዜ ክሳብ ግዜ ሕርሲ ይቕጽል እዩ። ኣብ ዳሕረዎት ኣዋርሕ ናይ ጥንሲ፡ እቲ ዕቤል ብርእሱ ንፍሕኛ ሽንቲ ስለ ዝጸቕጦ፡ ቀጻሊ ክትሸይን ናይ ምድላይ ስምዒት ከም ዝፍጠር እዩ ዝግለጽ።

እዚ ዓይነት ስምዒት፡ ብፍላይ ኣብ ግዜ ለይቲ እናመጽኣ ድቃስ ይኸልኣኪ። ምስ ዝሀሉ፡ ቅድሚ ምድቃስኪ ካብ እትወስድዮ ፈሳሲ ክትቁጠቢ ከም ዘለኪ ክኢላታት ይመኽሩ። እንተኾነ ኣብሰኺ ምእንቲ ክጠልል ኣልኮላዊ ማስቲ፡ ቡንን ክፈንን ዘለዎ ዓይነት ማስተ ክትወስዲ ከም ዘይብልኪ እዩ።

ኣብ እትሸንሉ እዋን ቃንዛን መድመይትን ምስ ዘጋጥመኪ፡ ረኽሲ ሽንቲ ክህልወኪ ስለ ዝኽእል ተቐላጢፍኪ ናብ ሕክምና ምኻድ የድሊ። ነቲ ቃንዛ ንምህዳእ፡ ኣብ ግዜ ቀትሪ ብዙሕ ማይ ክትሰትዩ ተመሪጹ። ምኻኑ'ውን ኣይትዘንግዒ።

ምቅይያር ቀርበት ሰብነትን ጸጉሪ ርእስን

ኣብ ግዜ ጥንሲ ዝርአ - ምቅይያር ሆርሞን ኣፍ-ጡብን ከብቢኡን ክጸልም ንቡር ተርእዮ እዩ። ካልእ ክፍሊ ቀርበትና ክጸልም'ውን ይኽእል እዩ። ኣብ ጸጉሪ ርእሲ ናይታ ነፍሰጾር እውን ለውጥታት ይርአ እዩ። እዚ ለውጢ'ዚ ግን ብዙሕ ግዜ ድሕሪ ሕርሲ ቀልጢፉ እዩ ዝጠፍእ።

ሃርሃርታ ሰራውር ደም

ሃርሃርታ ሰራውር ደም፡ ኣብ ሻምብቆታት ብዘጋጥም ምጭምዳቕ ዝፍጠር ምግትታር ሻምብቆ እዩ። እዚ ብዙሕ ግዜ ኣብ መሓውር እዩ ዝርአ። ሃርሃርታ ሰራውር ደም ምቹእነት ዘይብሉ'ኳ እንተኾነ፡ ብዙሕ ጉዳኢ ኣይሃልዎን።

ሃርሃርታ ደም ምስ ዝህልወና፦

ንዊሕ ሰዓታት ደው ካብ ምባል ንቑጠብ።

ኣኢጋርና ኣመሳቒልና ኮፍ ክንብል ኣይግባእን።

ክብደት ሰብነትና ክንቆጻጸር የድሊ።

ኣብ እንድቅሰሉ እዋን፡ ኣኢጋርና ካብ ኣፍልብና ኣብሪኽና ክንድቅስ ይምረጽ።

ዑደት ደም ንምሕያል ዝሕግዙ መግብታት

ዑደት ደም ንምሕያል ብሕክምና ክወሃብ ዝኽእል ፍወሳኳ እንተሃለወ፡ ሓደ-ሓደ ዓይነታት መግቢ እውን ዑደት ደምና ሓያል ክኸውን ይሕግዙ እዮም። ገለ ካብኦም ንምጥቃስ፦

* ቀይሕ ሽጉርቲ፦ ኣንጻር ምረት ዝከላኸል ቃና ዘለዎ ዓይነት ሓምሊ እዩ። እዚ ድማ፡ ንጥዕና ልቢ ኣዝዩ ኣገዳሲ ይገብሮ። ሽጉርቲ ንሻምብቆታት ደም 'ኣርተር'ን 'ቨይን'ን ክስፍሕ ዝሕግዝ ወህደት ስለ ዘለዎ፡ ዑደት ደም ብዝዮሎእ ከም ዝውሕዝ ይገብር።

ኣብ 23 ሰባት ንሰ30 መዓልታት ዝተኻየደ መጽናዕቲ ከም ዘረጋገጾ፡ 4.3 ግራም ሽጉርቲ መዓልታዊ ከም ዝወስዱ ዝተገበሩ ሰባት - ዑደት ደሞም ዝሓየለ ኮይኑ ተረኺቡ።

* ቃርፋ፦ ሓያሎ ጠቐምታት ዘለዎ ዓይነት ቀመም ኮይኑ፡ ሓደ ካብኡ ምሕያል ዑደት ደም እዩ።

ተመራመርቲ ኣብ ንምንጻር ኣብ ልዕሊ 20 ሰባት መጽናዕቲ ኣካይዶም ነይሮም። መዓልታዊ ዝተወሰነ ዓቐን ቃርፋ ከም ዝወስዱ ዝተገበሩ ሰባት፡ ዝተመሓየሸ ዑደት ደም ክህልዎም ከም ዝሓገዞም ድማ እቲ መጽናዕቲ የጽንዕ።

ቃርፋ፡ ሻምብቆታት ደምና ብቐሊሉ ከም ዝምጠጡን ከም ዝዘርጉን ናይ ምግባር ዓቕሚ ስለ ዘለዎ፡ ልዑል ጸቕጢ ደምን ሕማም ሽኮርን ዘለዎም ሰባት ክወስድዎ ጸቡቕ ምዃኑ እቲ መጽናዕቲ ኣመልኪቱ።

* ጻዕዳ ሽጉርቲ፦ ናይ 'ሳልፈር' ወህደት ከም ዘለዎ ዝፍለጥ ጻዕዳ ሽጉርቲ፡ ዑደት ደም ኣብ ምቕልጣፍ ልዑል ጥቕሚ ከም ዘለዎ ክኢላታት የመልክቱ። ብተወሳኺ ጻዕዳ ሽጉርቲ 'ኣሊሲን' (allicin) ዝተባህለ ኬሚካላዊ ትሕዝቶ ስለ ዘለዎ፡ ንቲሹታት ዋሕዚ ደም ብምሕያል ሻምብቆታት ደምና ስሩዕን ጥዕና ዘለዎ ዑደት ደም ክካይዱን የኽእሎም።

ኣብዚ ቀረባ ሳምንታት፡ ኣብ ኣመራጻ ናይ ኣርተሪ ጸገም ኣብ ዘለዎም 42 ሰባት መጽናዕቲ ተኻዪዱ ነይሩ። ንኣቶም ኣብ መዓልቲ ክልተ ሳዕ 1,200 ሚሊ ግራም ካብ ጻዕዳ ሽጉርቲ ዝወጽአ ናይ 'ኣሊሲን' ሕሩጭ ከም ዝወስዱ ድሕሪ ምግባር፡ እቶም 50 ሚእታዊት ዝጸንሖም ዑደት ደም ኣብ ውሽጢ ሳምንታት ክመሓየሽ ከም ዝተኻእለ ኣረጋጊጾም።

* ቅብኣት ዘለዎም ዓይነት ዓሳ፦ ከም ሳልሞን፡ ቱናን 'ማከረል'ን ዘኣመስሉ ቅብኣት ዘለዎም ዓሳታት፡ ልዑል ትሕዝቶ 'ኦሜጋ - 3' ዝተባህለ ስብሓዊ ኣሲድ ኣለዎም። እዚ ስብሓዊ ኣሲድ ንሻምብቆታት ደምና ንምጽራይ ዝሕግዝ 'ኒትሪክ ኦክሳይድ' ዝተባህለ ኬሚካል ዝሓቕፈ እዩ። በዚ ድማ ዑደት ደምና ከም ዝሓይሎ ክኢላታት የመልክቱ። ስብሓዊ ኣሲድ 'ኦሜጋ - 3' ኣብ ሻምብቆታት ደምና መርጋእቲ ደም ከየጋጥም እውን ይከላኸል እዩ።

10 ሰባት ንኣርባዕተ ሳምንታት 4.2 ግራም መዓልታዊ ዘይቲ ዓሳ ከም ዝወስዱ ብምግባር መጽናዕቲ ተኻዪዱ ነይሩ። ንኣቶም ዝተመሓየሸ ዋሕዚ ዑደት ደም ከርእዩ ከም ዝኸኣሉ፡ ነቲ መጽናዕቲ ዘካየዱ ክኢላታት ይገልጹ።

* ቀይሕ ሰር፦ ኣትሌታት ዘለዎም ብቕዓት ንምሕያል ጸማቝ ቀይሕ ሰር ክወስዱ ብዙሕ ግዜ ይረኣዩ እዮም። እዚ ድማ፡ ቀይሕ ሰር ብመኣዛዊ ትሕዝቶኡ ልዑል ስለዝኾነ እዩ። ቀይሕ ሰር ናይ 'ኒትሪክ ኣሲድ' ወህደት ስለ ዘለዎ፡ ዑደት ደምና ኣብ ምሕያል ጠቓሚ እዩ። 'ኒትሪክ ኣሲድ' ሻምብቆታት ደምና ኣዝዩ ናብ ቲሹታት ጭዋዳታትና ብቐሊሉ ደም ክባጻሕ ይሕግዝ።

12 ኣንበጣ ኣብ መዓልቲ 140 ሚሊ ሊትር ጸማቝ ቀይሕ ሰር ከም ዝሰትዩ ብምግበር መጽናዕቲ ተኻዪዱ ነይሩ። ድሕሪ ገለ መዓልታት እቶም ሰባት ዝሓየለ ዑደት ደም ኣብ ርእሲ ምርኣዮም፡ ኣብ ሻምብቆታት ደም ካብ ዝርአ ምቕጻል ዝሓሹ ኮይኖም ተረኺቦም።

* ህሩድ፦ ኣብ ምሕያል ዑደት ደም፡ ሓደ ካብ ሓያሎ ኣገደስቲ ጉዳያት ህሩድ እዩ።

ባህላዊ ፍወሳ ቻይና፡ ካብ ጥንቲ ኣትሒዙ ህሩድ ንመኽፈቲ ሻምብቆታት ደምን ንመሐየሲ ዑደት ደምን ይጥቀሙሉ ነይሮም እዮም።

ኣብ ህሩድ ዝርከብ 'ኩርኩሚን' (curcumin) ዝተባህለ ኬሚካላዊ ወህደት፡ 'ኒትሪክ ኣሲድ' ንምምንጫው ይሕግዝ እዩ።

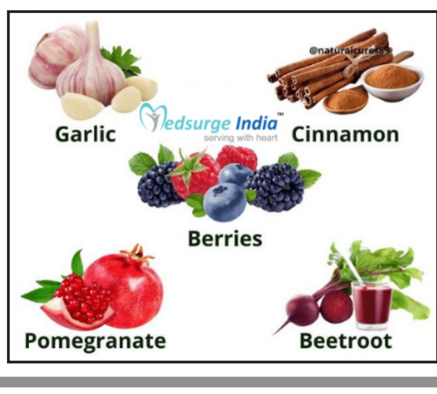
ኣብ ኣመራጻ ኣብ 39 ሰባት መጽናዕቲ ተኻዪዱ ነይሩ። እቶም ሰባት ን12 ሳምንታት 2,000 ሚሊ-ግራም ካብ ህሩድ ዝተሰርሐ 'ኩርኩሚን' ከም ዝወስዱ ምስ ተገብረ፡ ብፍላይ ናብ ሻምብቆታት መሓውሮም ዝወርድ ዝበረ ዋሕዚ ደም - ብ37 ሚእታዊት ክዓቢ ተዓዚቦም።

* ቆጽላት ኣሕምልቲ፦ ከም ስፒናቺን ሓምሊ ቆስጣን ዘኣምስሉ ቆጽላት ኣሕምልቲ፡ ዑደት ደም ንምሕያል ኣዝዮም ሓገዝቲ እዮም። ቆጽላት ኣሕምልቲ ንጥዕና ሻምብቆታት ደም ዘሐይሉ ልዑል ናይ 'ኒትሪክ ኣሲድ' ትሕዝቶ ኣለዎም።

* ናይ ቫይታሚን 'ሲ' ፍሩታታት፦ ከም ለሚንን ኣራንሽን ዝኣመስሉ ቫይታሚን 'ሲ' ትሕዝቶ ዘለዎም ፍሩታታት፡ ኣብ ሻምብቆታት ደም ንዘሀሉ ስብሒ ናይ ምሕቃቕ ጥቕሚ ስለ ዘለዎም፡ ንዑደት ደም ኣዝዮም ኣገደስቲ እዮም።

* ዝንጅብል፦ እዚ ቀመም'ዚ ኣብ ባህላውያን ፍወሳ ህንድን ቻይናን ካብ ነዊሕ ዓመታት ኣትሒዙ ከም ፈውሲ ጸቕጢ ደም ኮይኑ እዩ ዘገልግል ዘሎ።

ኣብ 4,500 ሰባት ዝተኻየደ መጽናዕቲ፡ እቶም ኣብ መዓልቲ ካብ 2 ክሳብ 4 ግራም ዝንጅብል ዘሀልኹ፡ ብጸቕጢ ደም ክጥቅዑ ዘለዎም ተኽእሎ ዝተሓተ ኮይኑ ተረኺቡ።



ብዘይካ ሰኑይ መዓልታዊ እትሕተም ጋዜጣ

ዋና ኣሰናዳኢ
ኣስፍሃ ተኽለማርያም

ምክትል ኣሰናዳኢ
ብርሃን ምሕረትኣብ

ቊ.ስ 116266 / 201820(2220)

ቦርድ ምስንዳእ
ዮሴፍ ሃይለማርያም
ምሉእብርሃን ሃብተገብርኤል
ተስፋኣለም የማነ
ተስፋልደት መብራህቱ

ቊ.ስ 201820 (2214)
ፋክስ. 127749 - ቊ.ሳ.ጶ. 247

ለይ-ኣውት
ትንሱእ ፍስሃየ
ሳምራዊት ሃብተ
ቤተልሄም ታደሰ
ፍርቱና ኤፍሬም
ቅሳነት ተወልደ

ምዝርጋሕ ጋዜጣ
ቊ.ስ.200454-07121322
ምልክታ
ቊ.ስ. 125013 - ቊ.ሳ.ጶ. 1284

ማህደር ጀጋኑ

ሽሞንዲ ዑቕባሚካኤል

ስዉር ኩናት፡ ካብ ሰፍኣ ክሳብ ከበሳ-ጫዋ

ኣብ ሰፍኣ (ዝባን ሰበ፡ ማጀልዑ ደምበ ጉዕፍ) ዝንቀሳቐሱ ዝነበሩ ወደብቲ ስለያ፡ ወፋያትን ሓፋሽ ውድባትን ህዝባዊ ግንባር ሓርነት ኤርትራ፡ ንጸላኢ ኣብ ወሽጡ እናኣተዉ የሸንዕዎ፡ ተርሚኦ ይፍጽሙን መደባቱ የበርዕሉን ነበሩ። እዚ ዕማማት'ዚ ብጥበብ ክፍጸም ምእንቲ ኸኣ ኣቓዲሙ ጸፋፍ ናይ ርክብ ማስመር ክምስረት የድልይ። ኣብ መንጎ ሓራ መሬትን ኣብ ወሽጢ ከተማታትን ብምዕስካር ጸላኢ ዝተኸበ ዓድታትን ንዝነበሩ ተጋደልቲ ዘራኽቡ ሓፋሽ ውድባትን ወፋያትን ምምራጽ ከኣ ግድን ይኸውን።

እዞም ከምዚኦም ዝኣመሰሉ ምሩጻት ሰብ ተልእኾ ናይ ጉዳእ ርእሶም ብልሓት ተጠቒሞም ንደፋዓትን ድኑቦታትን ጸላኢ ብለይትን ቀትርን ሰናጢቖም ዝተዋህቦም ተልእኾታት ሰውራ የተግብሩ። ኣገዳሲ ኣብ ዝኾነሉ እዋናት፡ ክሳብ ስርሒታት ክፍጽሙ ይኽእሉ። ሓደ ካብቶም ከምዚ ዓይነት ከቢድ ዕማም ክፍጽም ሓላፍነት ዝተሰከመ እምበኣር፡ ዘወልዲ ወልደሶምኤል ሓንጣል (ሽሬፎ) ዝተባህለ ኮይኑ፡ ኣብዚ ግዜ'ዚ ድማ 'ዛውያይ' እናተባህለ ይጽዋዕ።

ዘወልዲ፡ ኣብ 1966 ኣብ ዓዲ ጸንዓይ ዞባ ደቡብ - ንኡስ ዞባ ድባርዋ ምምሕዳር ከበቢ ዓዲ ሽረፈቶ ተወሊዱ። ዓዲ ጸንዓይ፡ ካብ ኣስመራ 19 ኪ.ሜ. ንደቡብ ትርከብ ዓባይ ዓዲ እያ። ምዕራብ ካብ ጎቦ መንጉዱ፡ ካብ ዓዲ ሃሎ ከኣ ንሽንክ ምብራቕ፡ ብሰሜናን ምብራቓን ብጎቦታት ተማእኪላ ትርከብ። ካብ ምብራቕን ምዕራብን መጺኦም - ናብ ደቡብ ገጾም ዝወርዱ ማይ ክዖታትን ሰናጭሮን ኣለዉዋ። ካብ ሰሜን ንደቡብ ተቐሪቲዋ ዝሓልፍ፡ ኣብ ገለ ክፋሉ ደምበ፡ ኣብ ገለ ክፋሉ ድማ ብማይ-ጋሳ ዝፍለጥ ብሕርሻ ኣራንሺ ዝለምዐ ጋብላዊ ቅርጺ መሬት ዝተኾለለት፣ ብወገን ሰሜን ኣብ እግሪ'ቲ ብዒዲ ሩባ ዝፍለጥ ጎቦ ዘላ ንኣሸተይ ዲጋ'ውን ንጸባቐ'ታ ዓዲ ደምቀት ትወሰኸላ።

ዘወልዲ፡ ካብ ወዲ 10 ዓመት ጀሚሩ ኣብዛ ዓዲ ብጡሰት ዝጸለየን ናይ ትምህርቲ ዕድል ዘይረኸበን ዜጋ እዩ። ቀይሕ ሕብሪ ቀርበት ዘለዎ፡ ሓጺርን ቅርጠው ሰውነትን ይውንን። ስጡም ግዱማዊ ኣካሉ፡ ርኢኻ ኣብ ምንቅስቓስ ክብይን ክዘልልን ከም ዘይጽገም ትግምቶ። ኣብዚ ሎሚ እዋን፡ ናብራ ዓድን ከተማን ወትሀደርናን ኣጣሚሩ ይኸይድ ኣሎ። ፍሉይ ዛንታ ከም ዘለዎ ብዕላል ምስ ሰማዕኩ፡ መጀመርታ ኣብ ኣስመራ ብኣካል ረኺበ ኣረጋገጽኩ። እቲ ኣብ ኣፈናዊ ርክቡ ዝሰማዕኩዎ ታሪኽ ድማ፡ ናብ ቦታ ፍጻመ ንኽበጽሕ ደረኸኒ። ዛንታ ዘወልዲ ዜሐብን ዛንታ ጅግንነት ኤርትራውያን ብምዃኑ ድማ፡ ሓፋሽ ንኽከፈሎ ኣብዚ ዓምዲ'ዚ ከቕርቦ ወሰንኩ።

ዘወልዲ፡ ኣብ 1986 ንኺጋደል ናብ ሜዳ ወጺኡ ነበረ። ብዙሕ ከይጸንሐ ግን ንዓዲ ተመልሰ። ንብልሕን ደፍረትን ዘወልዲ ዝተዓዘበ ተጋዳላይ ብርሃ ኣድመቐም (ወዲ ቐሺ) ግን፡ ብዙሕ ነገር ክገብርን ከበርክትን ከም ዝኽእል ኣስተብሃለ። ማዕረ-ማዕረ ሲቪላዊ ንጥፈታቱ ውድባዊ ተልእኾ ክፍጽም ይኽእል'ዩ ዝብል ግምት ምስ ወሰደ፡ ካብ 1987 ጀሚሩ ከም ናይ ምብጻሕ መልእኽትታት ዝኣመሰሉ ፍኹስ ዝበሉ ስራሕቲ ከም ዝፍተን ተገበረ። ወደብቲ ኣባላት ስለያን ጸጥታን (72) ዝለኣኽዎ መልእኽቲ ኣብ መዓልቡ ብጺሑዶ ኣይብጽሐን መቆጻጸሪ ሜላ ነይርዎም እዩ።

ዘወልዲ ኑቶም ዘወሃብዎ ዝነበሩ መልእኽታት ካብን ናብን ብጽሬት ከበጽሕ ብዝገበሮ ምስ ኣርኣየ ኸኣ፡ ዚያዳ ተሰፋ ተነብረሉ። ተጋዳላይ ተስፋልደት ዘርያስ (ሌተና ኮሎኔል) ምስ ብጾቱ ንብቕዓትን ርጡብነትን ዘወልዲ ብዝያዳ ገምጊሙ። ዝነበሮ ቁረጽነት፡ ትብዓቱን ናይ ምብልሓት ክእለቱን ምስ ረኣዩ፡ ኣብ ስራሕ ዝሕግዞ መጓኢታዊ ሓበሬታ ከም ዝረክብ ብምግባር፡ ኣብ 1988 ኣደልዲሉ ምስ ስለያን ጸጥታን 72 ከም ዝውደብ ገይሮም፡ ኣብ ምድብ ስርሒታት ኣእተውዎ።

ዘወልዲ እውን፡ ብሓለፍቱ ንዝተዋህቦ ዕማም ተዓጢቑ ሓዘ። ኣብ ዝሓጸረ ግዜ ከኣ ኣብ ዝተሓለኸ ምስጢራት ክይተረፈ ክሳተፍ ጀመረ። ብድሕሪኡ ኣብ ሓደ ቦታ ብቐዋሚ ቀሲኑ ክነብር ዝኽእል ኣይነበረን። ለይትን መዓልትን ኣብ በረኻን ዓድን ኣብ ምንቅስቓስ ተጸምደ። ህይወቱ ንምምራሕ፡ ኣብ መበል 22 ዓመቱ እኳ ብ1988 ተመርዕዩ ክሕጽን ጀሚሩ እንተነበረ፡ ቀሲኑ ዕረፍቲ ክስተማቕር ግን ኣይከኣለን።

በብእዋኑ ውድባዊ መልእኽትታት ይመጽኦ ስለ ዝነበረ፡ ዕማማቱ ንምስላጥ መርዓቱ ጠጠንጢኑ ክወጽእ ጀመረ። መርዓቱ ካብ ሕጻኖታ ጀሚራ ተበሳጪወትን ኣማሪረትን። ከካቶቱ ንመርዓቱን ወላዲቱን ኣተሓሳሰበ። ኩሉ ምዒደን መኸረን ምዕጋዕ ምስ ኣበየ፡ ከሰምዖ ይኽእሉ እየም ንዝበሎዎም መቕርብ ሓበሩ። ይኹን'ምበር፡ ክልወጥ ኣይከኣለን። ምስ መርዓቱ ዝነበረ ፍልልይ እናረሓቐ ስለ ዝኸደ ኸኣ፡ ብፍትሕ ተደምደመ።

ዘወልዲ፡ ብኸም'ዚ ኣቐዲሙ ዝተገልጸ ምኽንያት፡ ውልቃዊ ጉዳያቱ ሰዊኡ ናይ ስለያን ጸረ-ስለያን ውድባዊ ዕማማቱ ኣብ ምስልሳል ብንጥፈት ተንቀሳቐሰ። ጸልማት ተጎልቢቡ ክሳብ ኣብ ብዓል ዓዲ-ጓዕዳድ ብምቕራብ ደሰልዩ፡ ወረቓቕቲ ይዘርግሕ። ዝጋደሉ መንእሰያት ምስ ተጋደልቲ የራኽብ። ብፍላይ ኣብ 1989 ኣብ ስርዓት ደርግ ዕልዋ ክግበር እንከሎ ሓበሬታ ንምዝርጋሕ ኣጻዊቑ ተንቀሳቐሰ። ብዘይካ ስለያዊ ንጥፈታት፡ ኣጸዋር ናብ ማስመር ጸላኢ ምእታውን ብሻልኣት ንዘእተዉ ተቐቢሉ ኣብ ስዉር ቦታ ምእርናብን ካብ ልሙድ ንጥፈቱ ኩሉ። ኣብ ዓድታት፡ ምስ ናይ ደርግ ኣመሓደርቲ ዝነበሩ እናተራኸበ ብስራሕ ንዘእትዉ ተጋደልቲ እኽሉ'ዩ ንጥዑል ተጋዳላይ ተስፋልደት ዘርያስ ዘለግለ ፍቓድ ናይ መንቀሳቐሲ ወረቐት የውጽእ ነበረ።

ድሕሪ ምሕራር ባጽዕ ማዋርፎ ንፈርቲ፡ ኣስመራ ብኸበድ ብረት ይድብደብ ምንባሩ ዝዝከር ኮይኑ፡ ኑቶም ናይ ቅድሚት መደፍዓጀታት፡ (ክኢላታት ናይ ተኸሲ ሓበርቲ) ካብ ሓራ መሬት ብውሕሰት መሪሑ ዓዲ ገምበሎ ዘእተዎም ዘወልዲ እዩ፡ ከም ወጽኢቱ ድማ፡ እቶም ክኢላታት ኑቲ መዳፍዕ ብዘዮጾሽ እናመርሖ ንፈርቲ ጸላኢ ከም ድላዮም ክዓልቡን ክትንኮሱን ከም ዘይክእል ገበርዎ።

ካብ ዛንታ ኣደብየብዚ ማዋርፎ ንፈርቲ ኣስመራ ከይረሓቐና፡ መጀር ብርሃ ኣድመቐም (ወዲ ቐሺ) ዝዘከሮ ዛንታ ኣሎ፤ እቶም ናይ ተኸሲ ክኢላታት ኣብ ገዛ ምሕረት ኣብርሃ ዝተባህለት ውድብቲ በዓልቲ ዓዲ ጸንዓይ ከም ዘዕርፉ ተገይሩ ነበረ። እታ ገዛ ኣብ ወሰን መንገዲ ስለ ዝነበረት፡ ጸላኢ ይኹን ወዲ ዓዲ ተግዘዝቱዝዋ እዩ ዝሓልፍ። ድራር ከተዳልወሉም እልዩ ምስ በለት፡ እቶም ተጋደልቲ ሽጋራ ወሊዖም ከትክኹ ጀመሩ። ሽቲቱዋ እንተመጽኣት ተዛጽዮም ክስሕቡ ጸንሕዋ። "ተጋጊኹም! ከምኡ ክትገብሩ ኣይነበረኩምን፣ ኣብ ዓድና ሽጋራ ዝሰሕብ የለን፣ ጸላኢ ኣሎ ፈታዊ ኣሎ" ብምባል ኣትረራ ኣጠንቀቐቶም። ኑቲ ሽታ ንኸተጥፍእ ከኣ ኣቢቡ ዝበረት ኩቦ ኣብ ሓዊ ኣእትያ፡ እቲ ከበቢ ብጨና ትኪ ከም ዝዕበለኽ ገበረት።

ናብ ቀንዲ ዛዕባ ንመለስ፣ ዘወልዲ እምበኣር፡ ንዝተፈላለዩ ተልእኾ ውድብ ከሳልጥን ክዕጾምን፡ ኣብ ርእሲ'ቲ ካብ ብገእሸተኡ ብትኾረት ዝፈልጦ ቅርጺ መሬት ዓዱ ብዝወሳኸ፥ ንመላእ መሬት ጸልማን ከበሳ ጫዋን፡ ኩርባኡ፥ ሩባኡ፥ ጎልጉሉ፥ ሓመዱ፥ እምኑ፥ ገረቡ፡ ከኻታት ኣየሩ ከም ከብዲ ኢዱ ኣጸንዑ። ሽሕኳ ኣብ ጉዕዞ ቓልሱ ዝተፈላለዩ ብደሆታት የጋንፍዎ እንተነበሩ፥ ግን ብትብዓት ክገጥሞም ተረጂኡ። እዛ ሰዒባ እንርእያ ፍጻመ ኸኣ፡ ሓንቲ ካብተን ንዘወልዲ ወልደሶምኤል ዘገጠማኦ፣ ክሳብ ኣብ ኢድ ጸላኢ ዘውድቖ ከቢድ ፈተነ ነበረት።

ኣብ'ቲ ብ16 ሕዳር ናይ 1990 - ጸላኢ ናብ ዓዲ ጸንዓይ ዝወረረሉ ኣጋጣሚ እዩ ዝነበረ። ኣብቲ ግዜ'ቲ ጸላኢ ክልተ ዕላማ ሒዙ እዩ ዝወረረ። ቀዳማይ ዕላማ ዝዋጥቁ ሰባት ንምርካብ፣ ካልኣይ ከኣ ተደላይቲ ሰባት (ምስ ሰውራ ምትእስሳር) ንዝነበሮም ዜጋታት ምሓዝ።

ብድሮ ናይ'ዚ ዝተጠቕሰ ዕለት፡ ንስራሕ ዝወፈሩ ተጋደልቲ ብርሃ ኣድመቐም (ወዲ ቐሺ)፡ ኣፕሪቲር ረደዮ ፒ.ኣር.ሲ. ዝነበረ ተጋዳላይ (ምስጢራዊ ስሙ ቴድሮስ) ኣማሲያኖም ንዓዲ ጸንዓይ ኣተዉ። ኣብ እንዳ ኣቶ ገብረእግዚኣብሄር

ዑቕባአንድርያስ ገዛ ብምእታው ድማ፡ ቦታ መሕደሪ ሓዙ። ኣብዚ ግዜ'ዚ ኣውራጃ ሓማሴን ዘጠቓልል - ብምልሻ ሰርናይ ዝፍለጥ ሰፊሕ ግዱ ኸየበር ምኻኑ ናይ ሬድዮ ሓበሬታ ንፃል ወዲ ቐሺ በጺሑዎም ነይሩ እዩ። መጓርሕቶም ወፋይ ዘወልዲ (ሽሬፎ) ግን፡ ብስራሕ ተንቀሳቒሱ ካብኦም ተፈልዩ ስለ ዝነበረ እቲ ሓበሬታ ኣይበጽሖን።

ሕማቕ ኣጋጣሚ ኮይኑ ኣይተራኸቡን እምበኣር፡ ዘወልዲ ካብ ማጀልዑ ንልዕሊ ሽውዓተ ሰዓታት ተጓዒዙ ኣብቲ ዕለት'ቲ ለይቲ ዓዲ ጸንዓይ ኣትዩ ኣብ'ቶም ሓፋሽ ውዱባት ዝነበሩ - እንዳ ሓወቦኡ እንዳ ሃብተማርያም ጊላይ ኣዕሪፉ ነበረ። ሰዩቲ ሓወቦኡ፥ ወፍዩቲ ኣቦ ቀሺ ሃብተስላሰ፥ ራብዓይ ርእሳ ኣብ ገዛ ብምጽናሕ፥ ዝኾነ ኣቀባብላ ገይራ መደቀሲኡ ኣትሓዘቶ።

ቅርጺ ዓዲጸንዓይ ካብ ሰሜን ንደቡብ ኣብ ኣስታት ሓደ ኪሎሜተር ዝኸውን ዝርጋሐ ዝተደኮነት ሽልሕ ዝበለት ዓዲ እያ። ዘወልዲ ዝሓደረላ ገዛ እምበኣር፡ ንሸንኽ ደቡብ ጫፍ ገምገም ነበረት። ንግሆ ዕለት 16 ሕዳር፡ በርህ ኣይበርህ ዓዲ

ወፋይ ዘወልዲ ወልደሶምኤል ሓንጣል

ብጸላኢ ተኸሪዳና ከም ዝነበረት ዘወልዲ ኣይፈለጠን። ንስራሕ ይኹን ንመኻ ተወዚ ዘዘለ ገዛይ ይዕትትን ይተሓዝን ነበረ። ብኸሉ መኣዝን ናይ'ታ ዓዲ "ደው በል!" ዝብል ደሃይ ጥራይ ኩሉ። ግን ጸላኢ ህላወ ናይ'ዞም ተጋደልቲ ይፈልጥ ኣይነበረን።

በዓልቲ ገዛ ወ/ሮ ኣበባ ቀሺ ሃብተስላሰ - ሰይቲ ሓወቦ ዘወልዲ፡ ካብ ገዛ ዕንጨይቲ ከተምጽእ ንደገ ተቐልቂላ እሞ፡ ዕጡቓት ሰራዊት ንገዛኦም ክመጽኡ ተዓዘበት። "ጠፋእና መጺኦም መጺኦም" ብምባል እውን ጨደረት። ዘወልዲ፡ ብሰንባደ ተንሲኡ "መን'ዮም?" ክብል ተወከሰ፡ "ጸላእቲ ኣትዮምና፡ እነሀለዉ ኣብዚ ቀሪቦም" በለቶ።

ዘወልዲ ንኽሕስቦ ግዜ ኣይነበሮን፣ እታ ገዛ ወሰን ጫፍ ስለ ዝነበረት ኑቶም ቀዳሞት ኣቓብጹ ብእኣ ክሰትፍ ሓሰበ። እቲ ዕድል ግን ኣመና ጸቢብ ኩሉ። ምስኡ ሓንቲ ተዓጸፊት ካላሽንን ሓንቲ ሸጉጥን ምስጢራዊ ወረቓቕትን ማሕተምን ዝበርም መንቀሳቐሲታትን ነበርዎ። ኣብኣ ኩይኑ ተኸሲ እንተደኣ ከፊቱን ምስ ከሉ ጭብጥታቱ እንተደ ተታሒዙን ከኣ ኑታ ስድራ ከቢድ ሓደጋ ከስዕብ እዩ። ካብ መደቀሲኡ ከይተንስአ ብኸፉ የማን ጺጋም ኣቋመተ፡ ኣብ ጥቓኡ ዕሙቕ ዝበለት መብልዒ ኣድጊ ከምዝላ ኣስተብሃለ። ሰብ እናተዋጠረ እቲ ኣድጊ ግን - ኣይግዱዱ ሓሰሩ ኮጆም ኮጆም ኣናኣበለ ክበልዕ ተዓዘቦ።

ንኸሉ ምስኡ ዝነበረ ንዋትን ወረቓቕቱን ኣብቲ ገራ መሳል መብልዒ ኣድጊ ኣምቢሩ፥ ብቲ ሓሰር ከደኖ። ሰላማዊ ንኽመስል ከኣ ኑታ ኣብ ጥቓኡ ዝነበረት ረደዮ ወረ - ማሰመር ኢትዮጵያ ክፈቱ ተሸፊታ ጥንቅልዒት ደቀሰ። መሬት ዘወለደት ክትወልድ ድማ ሃዲኡ ተጸበየ።

ዕጡቓት ሰጢሮም ንወሽጢ ገዛ ኣተዉ። ኑቲ ደቂሱ ዝጸንሖም ዘወልዲ ኸኣ እግሩ ብምትንካፍ ኣተንስእዎ። ዘወልዲ ኣብ ከቢድ ድቃስ ዝጸንሐ ክመስል ተመጣጢሉ። ብኾቦ ዓይኑ ኑቲ ኣድጊ ተዓዘቦ፡ ኑቲ ሓሰር እናጋልሀ ደብልዕ ነበረ። ስክፍታኡ እቶም ዝተሓተቡኡ ምስጢራውያን ነገራት ከይቕልዑ እዩ። እቶም ዕጡቓት ግን፡ ኣብቲ ገዛ ከይደይተደናኹ "ንዓናይ ተበገስ!" በልዎ። ምስጢራቱ ንሽይክኸሉ ጸቡቕ ዕድል ኮይኑሉ፥ ሸላኡ ተጎምጊሙ ብድድ ብምባል መሪሕዎም ማሰስ በሉ።

በዓልቲ ገዛ ንኽተምስል መጀመርታ ንጸላእ ኣልዒላ ኣሰርም ሰዓበት። ቀሩብ ምስ ረሓቐላ ግን፡ ተመሊሳ ኑተን ኣቕሑ ተጋደልቲ ኣብ ውሻጠ ኣብ ጸልማት ሓቢኣተን። ዘወልዲ ካብ ጫፍ ደቡብ ናብ ጫፍ ሰሜን ናይታ ዓዲ (ናብ ሽንኽ መንገዲ ኣስመራ) ተወሲዱ። ኣብ ሓደ ቦታ ምስ በጽሐ'ውን ካልኦት ሸሞንተ ቅድሚኡ ዝተገፈፉ ጸንሕዎ። ንሱ ምስ ተወሰኸ ትሽዓተ ኩኑ፡ ካብ'ቶም ዝተታሕዙ ኣባላት ሓፋሽ ውዱባት ነርዎም። ሓደ ካብኦም ተኸለሚካኤል ወልደየሱስ ዝተባህለ - ቡቲ ሓደ ንህ.ግ.ሓኤ ቡቲ ኻልእ ከኣ ንደርግ ከም ኣማሓዳሪ ወይ ሊቀመንበር ኮይኑ ዘገልግል ዝነበረ እዩ።

ይቕጽል

ጉይትኦም ኣሰፋው
ቤ/ትምህርቲ ኢሳቕ ተወልደመድህን

ሎሚ ኣብ ERI-TV

ሰዓት	መደብ
12:00	ሃገራዊ መዝሙር
12:02	ድራማ
12:30	ዜና (ትግርኛ)
12:50	ዜና ስፖርት
12:55	ማህደር
13:30	ዜና (ዓረብ)
13:45	ሄሎ ደባይዋ (ቀጥታ)
15:30	ቀስተ ድሕነት
16:00	ሞዛይክ 1ይ ክፋል
17:00	ዜና (ትግርኛ)
17:15	ደርፌ
17:30	ዜና (ዓረብ)
17:45	ሞዛይክ 2ይ ክፋል
19:30	እትመት
20:00	ዜና (ትግረ)
20:15	ገልብ ድሓን
21:00	ዜና ትግርኛ
21:25	በርህ በዓል ርስቲ
22:00	ዜና (ዓረብ)
22:10	ደርፌ
22:30	ዜና (እንግሊዝ)
22:40	እንዳ ዝማም

ሕብራዊት ብርዒ

ሃብተሚካኤል ዕቑባስላሴ

ክሱብ ሕጂ ብዘተዅበረ መጸናዕቲ፣ ኩሉ ዝግበር ምርምራትን ፈተነታትን ብፍላይ ከኣ ኣብ ዓውዲ ሕክምና፣ ማጠቓለሉ ካብኡ'ዉም ኣብ ጥዕና ዘለዉን ብቐለሉ ክንረኽቦም እንኽእልን ምስ ቅዲ ኣመጋግባና መዓልታዊ እንጥቀመሎምን ዓይነታት ፍረታትን ኣሕምልትን ብምብጋስ ጥራይ ጥዕና ክሕዉስ ከም እንኽእል፣ ክኢላታት ይሕብሩ።

ኣድላይነት ለሚን ኣብ መዓልታዊ ህይወትና ዕዙዝ እዩ። ገለ ካብኡ'ዉም ብለሚን ክፍወሱ ዝኽእሉ ሕማማት፦

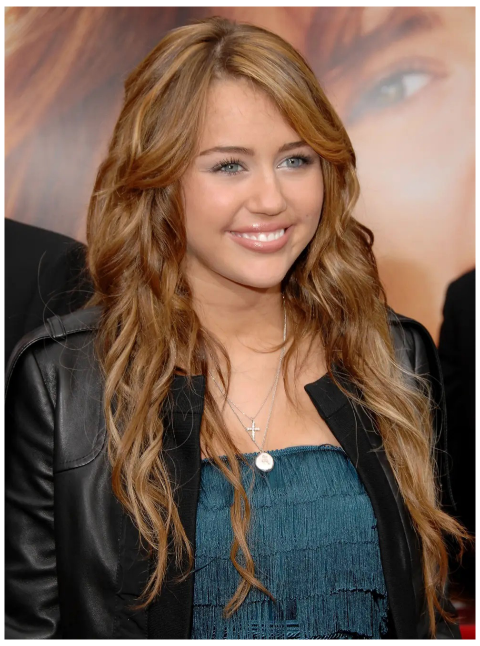
ካብ ጥቕምታት ለሚን

- ቃንዛ ጎሮሮ፦ እዚ ዓይነት ሕማም ብደርናን ካልእ ነገራትን ይኸሰት። ኣብ ገለ ካብ ጥቕምታት ለሚን ጎሮሮኻ ንዘኸሰት ቃንዛ የቃልል። ፍርቂ ቁራጽ ለሚን ምስ ፍርቂ ኩባያ ማይ ብምሕዋስ ኣብ ጎሮሮኻ ጎራዕራዕ ብምግባል ክፍወስ ይኽእል።

- ሕማም ኣዝሞ፦ ሓደ ማንካ ጣውላ ጸማቝ ለሚን ኣብ ነፍሲ ወከፍ ድሕሪ መግቢ ምውሳድካ ክትወስድ ምኽኣል፣ ኣብ ሓጺር ግዜ ለውጢ ክርእየካ ይኽእል።
- ሕማም ጸላም ከብዲ፦ ንግሆ ተንስእካ ክልተ ፍረ ለሚን ኣብ 3 ኩባያ ማይ ብምጥጣቕ ድሕሪ ቁርሲ ምስታይ ንሕማም ጸላም ከብዲ ዘለዎም ሰባት ዝተመሓየሸ ጥዕና ከም ዝህሉ ይገብር።
- ሓደ ማንካ ሻሂ ጸማቝ ለሚን ምስ ፍርቂ ኩባይ ማይ ብምሕዋስ ክትሰቲ እንተ ኽኢልካ፣ ግዝያዊ ዘጋጥም ምቅጻል ልቢ (ስትሮክ) ከዕግስ ይኽእል።
- ሕማም ቅርጥማት፦ ሓንቲ ምልእቲ ለሚን ወይ ከኣ ፍርቂ ለሚን ምስ ማይ ብምቕጣን ሰለስተ ግዜ ንመዓልቲ ወይ ሓደ ሰዓት ቅድሚ መግብን ቅድሚ ናብ ዓራት ምድቃስካን ብምውሳድ ንሕማም ቅርጥማት ከወግድ ይኽእል።
- ኣብ ግዜ ቁሪ ዝጋጥም ምድማይ፦ ጸማቝ ለሚን ምስ ማይ ብምሕዋስ ክትሰቲ ምኽኣል ንግዝያዊ ዘጋጥም ምድማይ ደው ክብል ይኽእል። ኣብ ግዜ ወርሓዊ ጽግያት ዝጋጥም ብዙሒ ምፍሳስ ደም ንምዕጋስ ካብ ሰለስተ ክሳብ ኣርባዕተ ለሚን ምስ ዝሑል ማይ ብምሕዋስ ወይ ሓንቲ ለሚን ኣብ ሓደ ዝሑል ኩባያ ማይ ብምጽማቕ ዝጋጥም ብዙሒ ምፍሳስ ደም ከዕግስ ይኽእል።

ማይሊ ሰይረስ

ማይሊ ረይ ሰይረስ፣ ናሽቫይል ኣብ ዝበሃል ክፍሊ ኣመሪካ ብ23 ሕዳር 1992 ተወሊዳ። ኣቦኣ ደምጻዊ ነበረ። ማይሊ ኣብ ፈለማ ዕድመ ቈልዕነታ ወዕዩቲን ሕውስቲን እያ ነይራ። ኣቦኣ ማይሊ ረይ ኣብ ገዛ ኩይኑ ንዘዘውትሮ ዝነበረ መዚቃዊ ንጥፈታት ቀው ኢላ እናተዓዘበት'ያ ዓቢያ። ኣብ ንኡስ ዕድመኣ ባህጊ ስነጥበብ ከም ዝሓድራ ዝገበረ ከኣ ወላዲኣ እዩ።



ኣብ 2001 ረይ ሰይረስ ጓል ሸሞንተ ዓመት ምስ ኮነት ምስ ስድራቤታ ናብ ቶሮንቶ ካናዳ ግዒዛ። ኣብቲ እዋን ኣቦኣ በሊ ረይ፣ 'ዶክ' ኣብ ዘርእስታ ናይ ተለቪዥን ተኸታታሊት ፊልም ዓዩ። ማይሊ እታ ኣቦኣ ዝጻወታ ፊልም ጦብላሕታ ከም ዝገደፈትላ ትዛረብ'ያ። ብቐንዱ ግን ኣቦኣ ንታ ኣብ መፋርቕ 2001 ብሚራማክስ ፕሮዳክሽንስ ዝተዳለወት ፊልም 'ማማ ሚያ' ክርኢያ ምስ ተወሰደት፣ ወለዳ ደስቲኒ ሆፕ ሰይረስ ክብሉ'ዮም ሰምዮማ። ጓሎም ናብ ዓቢ ደረጃ ክትበጽሓሎም ሕልሚ ስለዘለዎም ከኣ እዩም ደስቲኒ ሆፕ 'ትሰፋው ጽሕፍቶ' ክብሉ ዘጠመቕዋ። ማይሊ ሰይረስ 'ስማይሊ' ዝብል መጸውዒ ቅጽል (ሳጓ) እውን ነበራ። ኣብ እዋን ህጻንነታ ፍሽኽታ ዘይፍለያ ህጻን ብምንባራ ድማ'ዩ ከምኡ ዝኣመሰለ ሳጓ ዝተዋህባ። ህጻን ኣብ ዝነበረትሉ እዋን ሰባት ኩሓቑፍዋ ዝበህጉ ስለ ዝነበረት ኣብ ንኡስ ዕድመኣ ብቐጻሊ ሓንቀቓ ዝዓበየት ማይሊ ሰይረስ፣ ምእንቲ ምስኡ ናብ ሲነማ ሐዚዎ ድሕሪ ምኻዱ'ዩ ክሱብ ክንደይ ናይ ምውሳእ ድላይ ከም ዝነበራ ዝተጋህደላ።

ማይሊ ንታ ፊልም ብዝርኣየት ተማሲጣት። ናይ ምውሳእ ድሌት ኣብ ውሽጣ ክጎማዕሕ'ውን ተፈለጠ። ሽዑ ነቲ ኣብቲ ሲነማ ኣብ ጥቓኣ ኮፍ ኢሉ ዝዕዘብ ዝነበረ ኣቦኣ ብቐልጽሙ ስሒባ ኣደኒኑቶ'ሞ፦ "ባባ ኣነ ከምዚ ዝርእዮ ዘለኹ ክገብር'የ ዝደሊ፣ ብልቢ'የ - ተዋሳኢት ክኸውን ዝደሊ!" ክትብል ሕሹኽ በለቶ።

ብድሕሪዚ'ዩ እምበኣር ወላዲኣ በሊ ረይ ድላይ ጓሉ ከማልእ ንማይሊ ሰይረስ ናብ ቤት-ትምህርቲ ድራማን መዚቃን ዘለኣኻ። ማይሊ ሰይረስ ትምህርቲ ድራማ ምስ ተማሃረት ብቐጥታ'ያ ናብ ስራሕ ወፊራ። ኣብ ፈለማ ብዙሕ ዝና ኣብ ዘይረኸበ ፊልምታት ተዋሲኣ። ኣብ 2003 ግን ኣብታ ብዙም ባርቶን ዝተደርሰት 'ቢግ ፊሽ' ዘርእስታ ፊልም ተዋሲኣ።

ማይሊ ሰይረስ ኣብዛ ፊልም ብዘርኣየቶ ናይ ኣውሳስኣ ብቕዓት ናእዳ ኣትረፈት። ብድሕሪዚ ግና ጓል ዓሰርተ-ሓደ ዓመት ኣብ ዝነበረትሉ እዋን፣ ኣብ'ታ ብዲስኒ ቻነል ትፈሪ ዝነበረት 'ሃና ሞንታና' እትብል ተኸታታሊት ናይ ቴለቪዥን ፊልም ክትዓዪ ተረቑሒት። ኣብታ ፊልም ክትዋሳእ ናይቲ ትዋስኦ ጠባይ ዝርርባት ተዋሂብዋ'ውን ከተጽንዖ ጀመረት። እዚ ግን ኣብ ቶሮንቶ ኩይና'ያ ትፍጽሞ ዝነበረት።

ማይሊ ሰይረስ ብሓፈሻኡ ኣብ ዓሰርተ ሽዱሽተ ዓበይቲ ፊልምታት ተዋሲኣ። ገለ ካብቲ ዝተዋሰኣቶ ፊልምታት ድምጻዊት ብምኻን ዝተዋሰኣቶ'ዩ ነይሩ። ፊልምታት 'ቢግ ፊሽ' ኣብ 2003 ፡ ፡ 'ሃና ሞንታና'- 2008) ፡ 'ቦልት'- 2008) ፡ 'ሃናሞንታና ዘ ሙቪ'- 2009፡ 'ዘ ላስት ሶንግ'-2010 ፡ ሰይክስ ኤንድ ዘ ሲቲ- 2010፡ 'ጃስቲን በየበር ነይቨር ሰይ ነይቨር'- 2011 ፡ 'ኤል ኦ ኤል'-2012 ፡ 'ሶ 'ኣንደርካቨርን' - 2012 ፡ 'ፋሚሊ ቦንድን'- 2013 ፡ 'ዘ ናይት በፎር' 2015፡ 'ስታንድ ባይ ዩ'- 2021፡ ኢንድለስ ሳመር ቫኬሽን' - 2023 ካልኦትን ገለ ካብተን ማይሊ ዝጸወተትለን ዓበይቲ ፊልምታት እየን።

ኣዕዋፍን በረራን

ዓሌታት ኣዕዋፍ ኣዝዩም ብዙሓት እዮም። ከም ቁጽሪ ብዙሒ ዓሌቶም ከኣ ኣገባብ ኣበርራኦም ዝተፈላለየን ብዙሕን እዩ። ከም ዓሌት ኣልባትሮስ ዝተባህላ ኣዕዋፍ ነቲ ነፋሕ መንፈብለብን ሓንሳብ ብምንቅስቓስ ንነዊሕ ሰዓታት ዳምማይ ከየንቀሳቐሳ ክበራ ከለዋ፣ "ሀሚንግ በርድ" ዝተባህላ ዓሌት ናይ ኣዕዋፍ ድማ ብኣንጻሩ ንመንፈብለብን ንሓንቲ ካልኢት እውን ትኹን ከየዕረፋ ዝበራ እየን። ገለ ቀጥታዊ መስመር ሒዘን ክበራ ከለዋ፣ ገለ ድማ ኣብ ሰማይ ክብጽን ሰጠቕን እናበላ ይበርራ። ይኹን እምበር እቲ መሰረታውን ተፈጥሮኣውን ናይ ምብራር ተኽእሎኦን ተመሳሳሊ እዩ። ኣዕዋፍ ክበራ ምስ ዝደልያ ኣብ መሬት ከለዋ ብመንገዲ መንፈብለበን ኣብልን ኣየር ንታሕቲ ይደፍኣ እሞ፣ ብመሰረት ናይ ኒውቶን ሳልሳይ ሕጊ ምንቅስቓስ (Newton's third law of motion)፣ እቲ ኣየር ንላዕሊ ስለ ዝደፍኣን ናብ ሰማይ ገጸን ይፍርራ። ነዚ ሓይሊ'ዚ ኣብ ምምንቓው ዝሕግዘን ኣብ ከብዲ ኣፍልበን ኣዝዩ ተረር ጭዋዳታት ይውንና።

ስሕበት ምድሪ እቲ ቐንዲ ንዘራት ካብ ሰማይ ንታሕቲ ዝስሕቦም ተፈጥሮኣዊ ሓይሊ እዩ። ኣዕዋፍ ኣብ ሰማይ ንኽበራ ነዚ ሓይሊ ኣብ ምብዳህ ዝሕግዘን ተፈጥሮኣዊ ነገራት ምስ ንዕዘብ ንኽበደተን ኣዝዩ ዘፍኩሶ እዩ። ገለ ካብኡ ንምዕዛብ፦

- ውሽጢ ከፉት ዝኾነ ኣዕጽምቲ ይውንና፦ እዚ ኣዕዋፍ ፈኩስ ዝኾነ ኣካላት ከም ዝህልወን ኣብ ርእሲ ምግባሩ፣ ምንቅስቓሳት መንፈብለበን ቀልጢፉ ከም ዝኸውን ይገብር።
- ኣዕዋፍ ናይ ሽንቲ ፍሕኛ የብለንን፦ ሽንቲ ኣብ ዝመጽኣን ግዜ ስለ ዝሸና፣ ነቲ ዘየድሊ ክብደት ካብ ኣካላተን ቀልጢፈን የወግዳኦ።
- ኣዝዩ ፈኩስ መግቢ፦ ከም ኣዝርእቲ ኢታ'ኽልቲ ይበልዓ። ቅልጡፍ ዝኾነ ስርዓት ምሕቃቕ መግቢ ከኣ ይውንና።
- ሰናቡእ ኣዕዋፍ ዘይከም ናይ ደቂ-ሰብ ብዙሕ ኣየር ኣይሕዙን እዮም።

መሰረታዊ ኣገባብ በረራ ኣዕዋፍ ሓደ ይኹን ደኣ እምበር፣ ኣብ ቅዲ ኣበርራኦን ይፈላለያ እየን። ካብ መሬት ኣብ ዝትንስኣሉ ግዜ (take off) ገለኣን ናብ ናይ ንፋስ ኣንፈት ብምቕናዕ ካብ መሬት ክትንስኣ ከለዋ፣ ከም ፓፊን ዝተባህላ ዓሌት ድማ ኣብ በረኽቲ ቦታታት ብምድያብ ናብ ሰማይ ክበራ ይጀምራ። ኣዕዋፍ ኣብ ህዋ ኣብ ዝጸንሓሉ ግዜ ከም ቅርጺ ናይ መንፈብለበን ዝተፈላለየ ሜላታት ብምጥቃም ንዝደለይኦ እዋን ኣብ ህዋ ይጸንሓ። ኣብ ቅርጺ ኣካላተን ዘሎ ፍልልያት ምኽንያት ናይቲ ዝኽተልኦ ዝተፈላለየ ኣንፈት ጉዕዞ ወይ በረራ እዩ። ናብ መሬት ኣብ ዝምለሳሉ እዋን እውን እንተኾነ ዝተፈላለየ ኣገባብ'የን ዝጥቀማ። ከም ቺካዲስን ሮቢንን ዝተባህላ ዓሌታት ኣዕዋፍ፣ መሬት ክሳብ ዝበጽሓ ዝበረን ፍጥነት ዘይንክያ ክኸዳ እንክለዋ፣ ካልኦት ዓይነት ዓሌታት ከኣ ቅድሚ ናብ መሬት ምብጻሐን ዝበረን ፍጥነት ኣመና ዘጉድላ ኣለዋ። ምዝርጋሕ መሓውረን ፍጥነተን ኣብ ምጉዳል ዓቢ ተራ ኣለዎ።

ጥቕስታት ሕብራዊት ብርዒ

- "እንሓንሳእ ንፍቕሪ ኢልካ ሚዛንካ ምጥፋእ ኣካል ሚዛናዊ ህይወት ምህላው'ዩ።" **- ኤልሳቤጥ ጊልበርት**
- "ሓቂይም እንተ ዘይተሰማምዒያም መን ይወስን?" **- ኣሌክሳንደር ፖፕ**
- "ስርሐይ ህይወተይ'ዩ - ህይወተይ ከኣ ስርሐይ።" **- ሚካኤል ካላሽንኮቭ**
- "እቲ ሓቀኛ ጥበብ ናይ ምብህሃል፣ ቅኑዕ ምዝራብ ጥራይ ኣይኮነን። እንታይ ደኣ ኑዩም ክበሃሉ ዘይግበኦም ምውሓጥ'ዩ።" **- ዘይተፈልጠ**
- "ትሕትና ኣብ ህይወት፣ ምስጢር ስዮማት ሰባት እዩ።" - ኣንድሪው ሙረይ
- "ኩሎም ዋዛታት ንወጹዓት ሰባት ተሰፋ ይህቡ።" **- ዘይተፈልጠ**
- "ኩሉ ሰብ ናይ ዋዛ ስምዒት ኣለዎ። ብዋዛ ዘይትስሕቕ እንተ ኾንካ፣ ርእይቶታት ዘስሕቐካ ትኸውን።" **- ክሪስ ጃሚ**
- "ሓደ ሰብ ክፍቅረካ እንክሎ፣ ብዛዕባኻ ዝዛረቡ ኣገባብ ዝተፈላለየ እዩ። ውሕስነትን ምቾትን ከኣ ይሰምዓካ።" **- ጀስ ሲ ሰኮት**
- "መትከላዊ ክፋል እምነት ትዕግስቲ እዩ።" **- ጆርጅ ማክዶናልድ**

ብዛዕባ ብሽክለታ

ኣብ ዓለም ካብ ዘለው ኣደነቕቲ ምህዞታት ሓንቲ ብሽክለታ እያ። ብሽክለታ "እኩል'ዩ ምህዞዋ።" ክበሃል ከም ዘይከኣል ኣብ ኢንካርታ ዝሰፈረ ጽሑፍ ይገልጽ። ገለ ሰብ ብኢጣልያዊ ኣርቲስት ለዮናርዶ ዳቪንቺ ዝሰኣሎ ስእሊ ምርኩስ ብምግባር፣ ንሱ ከም ዝመሃዛ ይገልጹ'ዮም። ዳቪንቺ ኣብ መወዳእታ 1400ታት መጀመርታ 1500ታት ብህይወት ዝነበረ እዩ።

ብ1839 ስኮትላንዳዊ ሓጻዊ ኪርካፓትሪክ ማክሚላን ንታ ክልተ ናይ ጣውላ መንኮርኮር ዝነበራ ፔዳል ወሰኸላ። እዛ ምህዞኡ ከኣ ናይ መጀመርታ ሓቀኛ ብሽክለታ ምኻና ይንገር። ዝተፈላለዩ መካዝን ዝሓሸት ብሽክለታ ንምስራሕ ጸዓሩ፣ ብ1870ታት ቀዳማይ መንኮርኮራ ኣዝዩ ዓቢ፣ ዳሕረዋይ ከኣ ንእሽተይ ነበረ። ጸገሙ ክልቲኡ ኣእጋራ ማዕረ ምስ ኩኑ ክትዝውራ ዝቐለለት ኩይና። ብድሕሪዚ ብሽክለታ ተጠላቢታ እናዕበየ ምስ ከደ፣ ብቕልጡፍ ክትምዕበል ክኢላ። ከም ወጽእቲ፣ ሓንቲ ካብ ተፈተውቲ መሳርሒት ዓይነታት ስፖርቲ ክትከውን በቕዐት።

ቅድድም ብሽክለታ ከም ስፖርት ብወግዒ ብ31 ግንቦት 1868 ኣብ ጥቓ ፓሪስ ብ1,200 ሜትሮ ውድድር ተጀሚሩ። ናይ ፈለማ ተዓዋቲ ናይቲ ውድድር ከኣ ወዲ 18 ዓመት እንግሊዛዊ ጀምስ ሙር ምንባሩ ይፍለጥ።

ወዘተረፈ

መም/ዮናስ ሃብተ

ከም ብ'ዋዛ

ኣብ ዓሊ-ግደር እዩ፣ ክልተ ኣብ ዙረት ዝቖጸ'ሞ ከምስሉ እንክለዉ ግን መገዲ ዓደም ዝጠፍኦም ጓልን ወድን ንሓደ ናብ ግራቱ ዝኸይድ ዝነበረ ሓረስታይ ደው ኣበልዎ፡፡

-መገዲ ሰከይት በዚ ድዩ?

=ኣይ... ኣይፈለጥኩምን እዝም ደቀይ፡፡

-መገዲ ወቐርቲ'ኸ?

=መገዲ ወቐርቲ'ውን ኣይፈለጥኩምን፡፡

=ሕራይ ደሓን መገዲ ዓዲ-ሓውሻ ጥራይ ሓብረና?

ከም'ዚ እናበሉ፡ ኣብ ዓሊ-ግደር ኮይንካ ክሕበር ዘይክእል ቦታታት ምሕታት ዘብዝሕሉ ሓረስታይ - ሕቶኦም ገሪምዎ፡ "ኣቱም ደቀይ! ኣብ'ዚ ኮይንኩም እዚ ትደልይዎ ዘለኹም ቦታታት ትሓቱ፡ሲ፡ ሕጂ'ኳ ኣብ ዓሊ-ግደር እምበር፡ ኣስመራ ኣብ ዝርከብ ብሎቶ ደቀምሓረ ኣይተገኘን ዘለና፡፡" ክብል መለሰሎም፡፡

ንሳቶም፡ ከም'ዚ ናይ ምግራም ዓይነት ንሓድሕዶም ተጠማሚቶም እናሰሓቑ፡

"ግዜና ደኣ ክቐትለልና እምበር፡ ምንም ኣይፈልጥን እዩ ምሽ ኢልካ. . ."

"እኣ'ውን ምናልባት ኢሉ'ምበር ምንም ከም ዘይፈልጥሲ ኣቐዲሙ ፈሊጠዮ ነይረ እዩ፡፡" ተበሃሂሎ፡፡

ቀጺሎም - "እሞ ደሓን ትፈልጥ መሲልና እምበር፡ ንስኻስ ዋላ ዝኾነ ኣይትፈልጥን ማለት'ዩ!" ኢሎምዎ ተበገሱ፡፡ ወዮ ድማስ ንሳቶም ደኣ'ዮም ኣብይ ቦታ ከም ዘለዉን ናበይ ይኸዱ ከም ዘለዉን ዘይፈለጡ እምበር፡ ንሱስ ብዘዕባኡ ከም ዝመጽአ ዝፈልጥ፡ ናብ ሕርሻኡ ከይዱ እንታይ ክገብር ከም ዘኸኣ ኣዐርዩ ዘጸረ ብዓል ዕላማ እዩ ዝነበረ፡፡

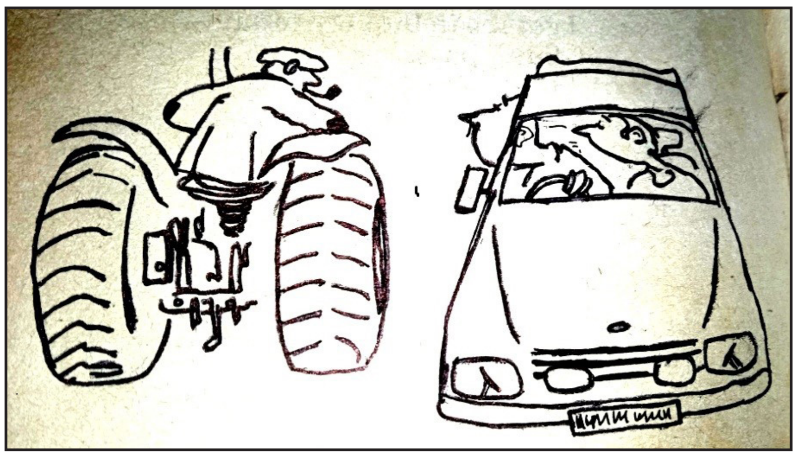
= = =

ፍልጠትን ተግባርን

ድሕሪ ገለ ኣሉታዊ ፍጻሜ፡ "ሓሰን እዝን እትን ከም ዘይፈልጥ እፈልጥ ነይረ እየ፣ ሰላሙን ድማ ከም'ዚ ምኽንያቱ ጠብዩ ኣቐዲመ ኣረዲኦካ ነይረ፡፡" ዝዓይነቱ ዘረባ ዝዛረቡ ሰባት ምሽ ኣለዉ ሓቀይ? እንተ'ኾነ ግን፡ ንናይ ሓሰን ዘይምፍላጥን ናይ ሰላሙን ጠብዩ ምርዳእን - ናብ ረቡሓኦም ወይ ናብ ረቡሓኻ እንተ ኣውዓልካዮ ደኣ'ምበር፡ ከምኡ ምባል ጥራይ ጠቓሚ ኣይኮነን፡፡

ሓደ-ሓደ ሰባት ዘይሕጋዊ ወይ ዘይሞራላዊ ተግባር ይፍጽሙ እሞ፡ "እዚ ትገብሮ ዘለኻሲ. . ." ዝብል እንተረኺቦም፡ "ዓለም ኣበይ ኣበይ በጺሓስ፡ ንስኻ ድማ እዚ ገሪመካ. . .?" እናበሉ፡ ተገምጢሎም ክደህሉኻ ይፍትኑ፡፡

ዓለም ኣበይ ኣላ ምፍላጥ ንበይኑ ኣኻሊ ኣይኮነን፡፡ ዓለም ኣበይ ኣላ ፈሊጥካ፡ እንታይ ክትገብር ከም ዝኾነካ ምርዳእ እዩ፡፡ ዓለም ኣበይ ከም ዘላ ፈሊጥካ እንታይ ክትገብር ከም ዝኾነካ ምርዳእ እውን ንበይኑ ኣኻሊ ኣይኮነን፡፡ ኑቲ ናይ ዓለም ህልውሃላው ብዘጋጥሞ ተረዲኡኻ፡ እንታይ



ምምዕርራያት ክትገብር የድሊ ኣድቂቕካ ምትንታን፡፡ ንሱ ጥራይ'ውን ኣኻሊ ኣይኮነን፡፡ ብመሰረት እቲ ዝበጸሕካዮ ትንታነ ኣርባሒ ምምዕርራያት ክትገብረሉ ትኽእል ግብራዊ ስራሕ ምስራሕ እዩ እቲ ዘድሊ፡፡

"ኣብ ጸሓይ ክንዲ'ዚ ዝኸውን ኤለክትሪካዊ ጸዓት ክተመንጩ ትኽእል ኢኻ፡፡" ዝብል ፍልጠት ካልእ እዩ፣ ኑቲ ፍልጠት ናብ ግብሪ ቀይርካ ካብ ጸሓይ ኤለክትሪካዊ ጸዓት ምምንጫው ድማ ካልእ፡፡ ካብ'ዚ ውሑዝ እዚ ክንዲ'ዚ ኪሎ-ዋት ሃይድሮ ኤለክትሪክ ክተመንጩ ትኽእሉ ከምዝሎ ምፍላጥ ካልእ እዩ፣ ኑቲ ትኽእሎ ናብ ባይታ ኣውሪድካ ብተግባር ክውን ምግባር ድማ ካልእ፡፡

"ገረሲ ካብ ከም'ዚ፡ ከምዝን ከምትን ክገብር ነይርዎ" ኢልካ ኣለኻ እሞ ንበል፡፡ ገሬ ክገብሮ ዝኾነሉ ዝበረ ነገር ምፍላጥ ሕማቕ ኣይኮነን፡፡ እቲ ንስኻ ክትገብሮ ዝኾነካ እንተ ፈሊጥካዮን ትገብሮ እንተለኻን ግን ኣብ'ዚ እዚ ዘረባ!!

"ኣደይ ሉታይ ዝረማን ከምኡ ክብለኣ ኣይክበረን፡፡ ምኽንያቱስ ንሰን ከምኡ እንተ ኢለናኦ ንሳ ጸቡቕ ከም ዘይትምልሰለን እፈልጥ ነይረ እየ፡፡" ምባል እንታይ ይዓብስ፡ ናብ ኣደይ ሉታይ ቀሪብካ "ኣደይ ሉታይ፡ ሓቖኽን እንዲኽን ግን ብኸም'ዚ ዘይኮነስ ብኸምዝን ከምትን እንተ ተዛረብክናኣ ይሓይሽ፡" እንተ በልካ እዩ ጸቡቑ፡፡

ሓደ ሰበ "ሪሲኻዶ ልክዕ እቲ ዝበልኩኻ ኮይኑ!" ይብለካ ዝተፈጸመ ምስ ተፈጸመ፡፡

"እንታይ?" ትሓትት ንስኻ ከኣ፡፡

"እዋእ! ምሽ ጎደፋይ ንጊላይ ዛጊት ኣይፈለጦን ዘሎ፣ እንተ ፈሊጥዎ ግን ንጊላይ ገለ ዓይነት ሽግር ክትወርዶ እያ ኢለካ ነይረ፡፡"

"እወ. . ."

"ከምኡ ይገብር ከምዘሎ እንተ ፈሊጥዎ ከም'ታ ኣመሉ - ማለት ከም'ታ ጎደፋይ ሓደ ሰብ እንተደኣ ኣሕሪቕዎ ዝገብሮ፡ ንገዛ ምድሪ ኣብ ኣፍ-ደገ ገዛኡ ተጸብዩ ፈጋዕ ከም ዘብሎ ንውግረካ እየ?"

"እወ ነጊርካ፡፡"

"ትማሊ ምሸት'የ ዝበልኩ፡ ጎደፋይ እናኣሰቆርቈረ 'ጊላይ ደኣ ከም'ዚ ይመስሲ ዘይብረ' ክብል ምስ ሰሚዕኩዎ እንታይ ገይረ መሲልካ? ናብ ገዛኡ ከም ዝኸዶ ፈሊጠ፡ ኑታ ጉዳይ ክኪታተላ - ብለይቲ ኣብ ኣፍ-ደገ እንዳ ጊላይ በጺሐ፣ ኣነ ኣብኣ ክበጽሕን ጎደፋይ ክመጽእን፡ ብለይቲ ናበይ ደልዩ እዩ እንድዲ ጊላይ ካብ ካሽሎኡ ክወጽእን ከም ሓደ! ሽዑ ጎደፋይ ጊላይ ካብ ካሽሎኡ ክወጽእ ምስ ረአየ፡ ብድሕሪኡ መጺኡ እየ ዝበልካ - ደንጎላ ገይሩ ፈጋዕ! ኣየብሎ'ን፡ ጊላይ'ኳ ኣብ'ቲ ከይዱ ጥቕልል ኢዩብሉን፡፡"

-እዋእ... !

=እንታይ እዋእ ደኣ! ፈጋዕ ክብሎ ምኽንያቱ ከም ዝፈልጥ ነጊረካ ነይረ እንድየ፡፡

በቓ ፈጋዕ ኣበልዎ እቲ ናብ ሓለቡኡ እቲ ድማ ናብ ቤት-ማእሰርቲ፡፡

ኣብ'ዚ ሕጂ ንስኻ ኑቲ ተሃራማይ ጥራይ ዘይኮነ ዋላ ኑቲ ሃራማይ ኢኻ በዓልካዮ ዘለኻ፡ እቲ ጉዳይ ከም ዘጋጥም እናፈለጥካ ኑቲ ሃራሚ ኣረዲእካ ደዩ ኑቲ ተሃራሚ ኣጉሪሕካ ኑቲ ምትህድራም ደው ናይ ምባሉ ግብራዊ ስጉምቲ ብዘይ ምውሳድካ፡፡

"እዚ ወደይሲ ካን ከምዚአ ኮይኑ ተረፉ? ኣሕ! ትምህርቲ ድኹም ምኽንያቱ እኳ እፈልጥ ነይረ እየ" ምስ እትብል፡

=ወድኻ ከምዚአ ኮይኑ ከም ዝተርፍ ትፈልጥ እንተ ነይርካ'ሞ፡ እናፈለጥካ ትም ብምባልካ እቲ ጸገም ንኸፍጠር ተራኻ ተጻዊት ነይርካ ማለት እዩ፡፡

ብዘይ ስራሕ ፈቐዶኡ ምምላይ ተዘውትር ነይርካ፣ ብሰንኪ'ዚ ኣብ ሓዳርካ ጸገም ተፈጢሩ፡፡ "ምምላይ ምስ በዝሐ ኣብ ሓዳረይ ጸገም ከም እትመጽእ እኳ እፈልጥ ነይረ እየ፡፡" ምባል ዋላ ሓንቲ ኣይገብረልካን፡፡ ብዘይጠቕም ዝዘይምምላይ ዕብዳንን ዝኣን ምቕናስ እዩ ዝበረኻ፡፡

ኣነ ስራሕ ፈቲሐ ክለል ክበል እንተ ወዓለ ስድራ-ቤተይ ናብ ሽግር ከም ዝቃልዑ እፈልጥ እየ፡፡ ናብ ሽግር ከም ዝቃልዑ ፈሊጠ ኑቲ ሽግር ክኣሊ ናብ ስራሕ እንተ ዘይተዋፈረ ግን እቲ ምፍላጠይ ንበይኑ ንስድራይ ባኒ ወይ ጸብሒ ኣይኮኖምን እዩ፡፡

ታሪኽ ህይወት፡ ብፍልጠት ዘይኮነ ብስራሕ እዩ ዝምዝገብ፡ ከም'ቲ ዝፈለጥናዮ ዘይኮነ ድማ፡ ከም'ቲ ዝሰራሕናዮ ኢና እንዝከር፡፡

"ካብ ጸቡቕ ነገር እናፈለጥካ ጸቡቕ ዘይምግባር፡ ኑቲ ጸቡቕ ነገር ዘይምፍላጥ ይሓይሽ፡፡" ዝበሃል ኣዘራርባ እውን ኣሎ፡፡ ስለዚ'ስ . . . ፡፡

ትምህርቲ ምቕጻዕዶ ወይስ . . .?

ቀደም ብዘኾነ ይኹን ምኽንያት፡ ካብ ቤት-ትምህርቲ እንተደኣ ተሰጒጎካ እሞ፡ ኣብ ሰዓታት ትምህርቲ ምስ ዲቪዞኻን ጥራውዝቲ'ኻን ኣብ ጉደናታት እንተ ተራኢኻ ንዓበ ሕፍረት ኢኻ እትቃላዕ፡ ኩሉ ሰብ ናይ መቕጻዕቲ ኣዒንቱ የውድቐልካ፣ ብናይ 'ዕግም ዕግም' ኩርማጅ ይገርፈካ፣ "ርኢኹሞዶ?" ወይ "ርኢኹማዶ?" ብዝብል ሕሜታ ይልብልበካ፡፡

ንስኻ ሽዑ ኣደኻ ሰብ ከቢዱካ፣ ቀላሕታኡ ወጊኡካ 'ደምበርበር' እናበልካ ካብ'ቲ ብዙሓት ሰባት ዝንቀሳቐስዎ ጉደና ብምውጻእ ናብ'ቲ ጸምው ዝበለ ጉደናታት ክትሰወር ትግደድ፡፡

እቲ ቀደም ከም'ዚ ናይ ሎሚ ዘይኮነ ዳርጋ ኣጸቢ'ቕካ ምስ ዓበኻ ኢኻ ንትምህርቲ ትጅምሮ፡፡ ናተይ እንተ ርኢኹም ንኣብነት፡ ወዲ ሸሞንተ ዓመት ምስ ኮንኩ እየ ቀዳማይ ክፍሊ ኢለ ኣብ ቤት-ትምህርቲ ኣዱሊስ ትምህርቲ ጀሚረ፡፡ መኣከረም ኣብ ምውዳኡ ስለዝጀመርኩ፡ ዳርጋ ሓደ ምዕራፍ ሓሊፉኒ ጸኒሑ'ምኒ፡፡ እንተ ኮነ እያ መምህር ሉተኺዳን ዝበሃላ መምህርና፡ ኣብ'ታ ቀዳመይቲ መዓልተይ፡ "ናይ ሰምዒት ህዋሳት ዝበሃሉ መንመን እዮም?" ዝብል ሕቶ ሓቲተና፡፡ ግዜ መምህራቲ ስለዝነበረ ብቛንቋ ኣምሓርኛ እዩ ነይሩ'ቲ ሕቶ፡፡ ብዘይካይ ኩሎም ተመሃሮ ኣእዳዎም ሓፍ ኣቢሎም ንኽምልሱ፡፡ መምህር ግን ንዕኦም ገዲፈን ንዓይ ሓቲተናኒ፡፡ ምኽንያቱስ ከም'ቶም ክመጽኡ ዝቐጸ ተማሃሮ እየ መሲለየን፡፡

"እንታይ ዝበርኩ ቁልዓ እየ፡ እግረይ ከይኣተኹ - 'ሰምዒትዶ ህዋስዶ ዝበላ?'" እናበልኩ ላዕሊ-ታሕቲ ናብ በጣፎን ገጸይ ጠሚተ፡፡ ሃዊሕ ትም ምስ በልኩ መሊሰን ብትግርኛ፡ "እዋእ! ዓይኒ፡ እዝኒ፡ ኣፍንጫ፡ መልሓስ፡ ቆርበት የብልካን!?" ኢለናኒ፡፡ ንሰንሲ ያኢ፡ ናብ'ቲ መልሲ ዝመርሕ ኣንፈት ክህባ እዩ ሓሲበን፡፡ ኣነ ግን "እወ!" ኢለየን፡፡

ምስ'ቲ ጋሻ ምንባረይ ኩሎም ተመሃሮ ይኪታተሉኒ ነበሩ'ሞ፡ "ዓይኒ፡ እዝኒ፡ ኣፍንጫ፡ መልሓስ፡ ቆርበት የብልካን?" ንዝበላ ሕቶ፡ "እወ..." ዝብል መልሲ ብምሃበይ ስሒቖምኒ፡፡ በዚአ ተዳዒለ ናብ ቤት-ትምህርቲ ምኻድ ማለት፡ ናብ ቦታ ወርደት ምኻድ ኮይኑ ተሰሚዑኒ፡፡

ቀዳማይ ክፍሊ ክሰይ፡ ከመይ ኢሉ እዩ 'ትምህርቲ ምቕጻዕ' ዝብል ሓሳብ መጺኡለይ እንድዒ - ንጽባሒቱ ናብ ትምህርቲ ኢለ ወፊረ ናብ ቤት-ትምህርቲ ከይኣተኹ፡ ኣብ ጥቓ'ታ ኣብ ፊት ቤት-ትምህርቲ ኣዱሊስ ዘላ እንዳ ኑዩዲ ክጻወት ወዒለ፡ ተማሃሮ ምስ ተፈደሱ ከም'ዛ ክመሃር ዝወዓልኩ ኮይነ - ናብ ገዛይ ተመሊሰ፡ ትምህርቲ ምቕጻዕ ጥዑም-ጥዑም ጥዒሙኒ፡ ንጽባሒቱ ንድሕሪ ጽባሒቱ ኣኪታቲለ ምቕጻዕ ቀጺለ፡፡

ብኩራት ምስ ኣብዛሕኩ፡ መምህር ሉተኺዳን ኑየም ተማሃሮ፡ "ዝ ሓንቲ መዓልቲ ተማሂሩ፡ ሰለስተ ሰሙን በኹሩ ዘሎ ቁልዓ መን ኣሎ ገዛኡ ዝፈልጥ?" ኢለን ሓቲተናለይ፡፡ ኣነ ኣብ'ቲ ክፍሊ ከም ዝነበርኩ ዘይረኣኹዎ 'ኑቢያት' እትብሃል ጓል ገዛውተይ፡ ገዛይ ከም እትፈልጦ ነጊራተን፡፡ ብመንገዳ ገይረን ናብ ወለደይ መልእኽቲ ሰዲደን፡፡ ምስ መጽኣት ኢጋጣሚ ኣብ ኣፍ-ደገ ካሽሎና ጸኒሐያ፡ "ደዋ ሕተቲ" ተባሂላ ንወለደይ ክትሓትት ከም ዝመጽኣት ነጊራትኒ፡፡ ኣነ፡ ግብረይ ስለዝፈለጥኩ ከይትነግረለይ ኢለ ብእግረይ ቅልዕልዕ ኣቢለ ሰጒጎያ፡፡ እናበኸየት ተመሊሳ፡፡

ካልእ መዓልቲ ከኣ ሳህለሚካኤል ዝበሃል ወድና ንዋና ጉዳና፡ ብዕንበሪ ግን ሓወይን ኣያይን - ኢጋጣሚ በቲ ተሓቢኡ ዝውዕለሉ ቦታ እናሓለፈ እንክሎ፡ ባሊቃታት ሰሪዐ በይነይ ኣብ ማርሻቤዲ እናተጻወትኩ እንክለኹ ረኺቡኒ፡፡

-እንታይ ትገብር ኣለኻ ደኣ?

=ትም. . .

-ግዜ ትምህርቲ እዩ ምሽ ኣይትመሃርን ዲኻ. . .?

=ኣሰቅጥ. . .

-ሃየ ንዓናይ...!

ብኸሳደይ ኣንጠልጢሉ ናብ ቤት-ትምህርቲ ወሲዱኒ፡፡ ብኩራተይ በዚሑ ስለ ዝነበረ፡ መምህር ሉተኺዳን ብምኽንያት ብዙሕ ብኩራት ኣብ'ታ ዓመተ-ትምህርቲ እቲኣ ትምህርቲ ክቕጽል ከም ዘይክእል ነጊረናኦ፡፡ እናተቛየቑ ንገዛይ መሊሱኒ፡፡ ንዓሙቱ ንወለደይ ነጊሩ፡፡

ኩልና ከም እንፈልጦ፡ ህጻን ትምህርቲ እንተ ጸሊኡ፡ "ትምህርቲ ኣይኪይደን እየ" ኢሉ እናበኸየ እዩ ብጋህዲ ዝነግር፡፡ ቁልዓ እሞ ድማ ቀዳማይ ክፍሊ፡ "እኸይድ ኣለኹ" እናበለ ትምህርቲ ቀጺዑ ደገ-ደገኡ ዝውዕል ግን እንዳዒ ደኣ'ምበር ብደረጃ ኣፍሪቃ'ውን ኣብዩ ጥራይ እዩ ተረኺቡ ዝኸውን፡፡

ሓቂ ትሕዩሽ ኣብ'ቲ ግዜ እቲ ምስ ዝነበረ ጸገም መጥበቢ ወለድና፡ እንታይ ኑሰዬም እምበር፡ ብዙሕ ትምህርትና ብዙሕ ተገዳሶት ኣይነበሮምን፡፡ ስለዝኾነ ትምህርቲ ገደፍኩዎ - ሰለስተ ዓመት ምሉእ 'ተመሃር!' ዝበለኒ ኣይረኸብኩን፡፡ ድሕሪኡ ግን ወለደይ ብዚሮዳ ድማ ብድፍኢት መምህር ሃይለን መምህር ጸሃይሸን ዝበሃላ - ብስም ጉረባብተይ ብመንፈስ ግን ሃይለ ካሕሳይ ሓወይ መምህር ጸሃይሸ ሓገዝ ድማ ወላዲተይ፡ ቀጥታ ካልኣይ ክፍሊ ኢለ ትምህርቲ ጀሚረ፡፡

ምስ'ቲ ኣቋረጸዮ ዝነበርኩ፡ ንደቂ ክፍለይ ዳርጋ ብሰለስተ ዓመታት ስለ ዝጎብኖም፡ መመሃራን ሞኒተር ገይሮምኒ፡፡ ኣጀማምራይ ከም ተራ ተመሃራይ ዘይኮነስ ብደረጃ ስልጣን ሞኒተርነት ምኽንያቱ እዩ እመስለኒ - ተተኣቢዐ ሰጥ ኢለ ቀጺለ፡፡

እዚ ኣብ ላዕሊ ዘዕለልኩኹም - 'ትምህርቲ ምቕጻዕ' ነውሪ ኣብ ዝነበረሉ፡ መንገዲ ተመሃራይ ንምስትኽኻል ኩሉ ሰብ ሓላፍነቱ ይስከም ኣብ ዝነበረሉን ቀደም እዋን እዩ፡፡

ሎሚ ግን፡ ሕማቕ እናረአየ ዓጊቡ ዝብል ሰብ ብምውሓዱ፡ እቲ ትምህርቲ ምቕጻዕ እውን ከም ንቡር ተርእዮ ይወሰድ ኣሎ፡፡ ተመሃሮ ሎሚ ትምህርቲ እንተቐጺዖም፡ ይትረፍዶ እናተሓብኡ ካብ ዓይኒ ጠሚቲ ክሃድሙ፡ ካብ'ቲ ከቢ ቤት-ትምህርቶም እኳ ከይርሓቑ ንምትእኽኻብ ይምችእ እዩ ኣብ ዝበልዎ ኩርናዓት ብጠጅለ ተኣኪቦም - መዚቃ ወሊዖም፡ 'ሀ' እናበሉ ስለ ዝርብሹ፡ ንስኻ ኢኻ መገዲ ኣርባዕ ተዓጽዩ፡ 'ህሆኣም' ረቢሾካ ካብኦም እትሃድም፡፡

ክትከርያሎም እንተፈቲንካ ከኣ፡ ንሳቶም እኳ ደሓን ይእተዉ፡ "እንታይ ገደሰካ?" ኣብ ዝበል ደፋር ዘረባ ኣየባጽሑን እንደየም - ምናልባት እቶም ሕማቕ እናረኣዩ ትም ኢሎም ዝሓልፉ ዓበይቲ ሰባት ግን ንባዕሎም ሕማቕ እናረኣዩ "ብእንታይ ገደሰኒ!?" ትም ኢሎም ምኻዶም ከይኣክል፡ ናይ ሎሚ እንታይ ገደሰኒ እሞ ድማ ብተመሃሮ፡ ጸገሕ ንገዛ ኣብ ናይ ሓባር ሽግር ከም ዘሎ ዘገንዮም፡ ንዓኻ እውን "እንታይ ኣእቲዩካ? ኣብ ዘጸእትወካ ክትኣቱ ክትብል ኣብ ዘይ ሽግርካ ክትኣቱ?" እናበሉ ተሰፉ ይኸልኡኻ፡፡

ብዘኾነ ተማሃሮ ኮይናም፡ ሎሚ ጥራዝን ቦርሳን ተሰኪምካ ናብ ቤት-ትምህርቲ ምኻድ እንተ ጸሊኦም፡ ጸባሕ እቲ ጸልኣት ምስ'ቶም ጥራውዝቲ ናብ ከቢድ ናይ መኣብሮ ሰበም ከም ዝቕየር ዘረድእዎም ሰባት የድልይዎም ኣለዉ፡፡

እዞም ትምህርቲ ጥራይ ዝቐጽዑ ዘለዉ እናመሰሎም፡ ንኣቦምን ንሕብረተሰብምን ዝቐጽዑ ዘለዉ ተመሃሮ፡ ሎሚ ኣብ ክፍሊ ኣትዮም ክመሃሩ ንእሹቶ ዓቕሊ እንተ ሰኢኖም፡ እዚ ናይ ሎሚ ምስኣን ንእሹቶ ዓቕሊ፡ ጽባሕ ንገዛ ናብ ምስኣን መሰረታዊ ናይ ህይወት ጠለባት ተቐይሩ፡ ንዓኖን ንዑኣቶምን ዘለኻኽም ዓቢ ናይ ናብራ ጸቕጢ ከም ዘስዕብ ዘረድእ ጽዑቕ ጉስጓስ የድልዮም ኣሎ፡፡

እዞም እንኳላይ ንሕና ንቕጻዕ ከም ዘለና ዘንገዕና ብጠዘረኽብናዮም፡ "ደሓን ትምህርቲ ዝቐጽዑ እዮም" እናበልና ብሸለልትኑት እንሓልፎም ዘለና ሰባት ድማ፡ ንሕና'ውን ጽባሕ ንገዛ ገልያታት ናይ ሃብታሞት፡ ኣገዳዕቲ ናይ'ቶም ንርእሶም ከም'ቲ ዝደለ ከይረብሉ ብኣገልግሎቶም ዘርብሉና ዘለዉ ውሑዳት ምሁራት፡ መፍቶ ሰብን ተፈጥሮን ዝወለዶም ጸገማት፡ መጋበርያ ተበለጽቲ መኣርሒ ንርእስና ጥራይ ይጥዕመና በሃልቲ . . ከም እንኸውን ኣይተሰቁረናን ኣሎ ማለት እዩ፡፡

ንቕሓት ተመሃሮና ኣብ ምብራኽ ዝድርኽ ልቢ ይሃበና! ጸቡቕ ምጅማር ትምህርቲ ይግበር! ሰላም ቖ፡፡

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ - ሓበን ገብረኣምላኽ - ሳምራዊት መለስ

ምልክታ ጨረታ

ምምሕዳር ዞባ ዓንሰባ ኮምፕዩተር፡ ፕሪንተር፡ ፎቶኮፕየርን ፋክስን ጽገናን ሰርቪስን ክገብር ስለዝደለየ፡ ተጫረትቲ ይዕድም፡፡

1. ተጫረትቲ ናይ 2019-2020 ዝተሓደሰ ናይ ንግዲ ፍቓድ ወይ ግብሪ ከምዝኸፈሉ መረጋገጺ ሰነድ ኮፒ የቕርቡ፡፡
2. ተጫረትቲ ዘይምለስ 50 ናቕፋ ብምኽፋል ካብ ኣሃዱ ዕድጊ ሰነድ ጨረታ ክወስዱ ይኽእሉ፡፡
3. ተጫረትቲ 5,000.00 (ሓሙሽተ ሽሕ) ናቕፋ መኽበሪ ጨረታ ብጥረ-ገንዘብ ወይ cpo የትሕዙ፡፡
4. ጨረታ ኣብ ጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ካብ ዝወጸሉ ዕለት ኣትሒዙ ን10 ናይ ስራሕ መዓልታት ክፉት ኮይኑ፡ ንጽባሒቱ ልክዕ ሰዓት 9፡00 ቅ.ቀ ኣብ ናይ ስራሕ ሰዓታት ተጫረትቲ ወይ ሕጋውያን ወከልቶም ኣብ ዝተረኽብሉ ሰዓት ይኽፈት፡፡
5. ንዝያዳ ሓበሬታ ብቑ.ተሌፎን 400111 ወይ 401650 ምውካስ ይከኣል፡፡
6. ምምሕዳር ዞባ ዓንሰባ ዝሓሸ ኣማራጺ እንተረኺቡ፡ ጨረታ ብምልኡ ወይ ብኸፊል ናይ ምስራዝ መሰሉ ዝተሓለወ እዩ፡፡

ምምሕዳር ዞባ ዓንሰባ

ኣነ ናይ በዓል ቤተይ ኣፍ/ ብርሃነ ኢሳቅ ኣርኣያ ብዓልቲ መሰል ምኳነይ ተረጋጊጹለይ ኣሎ፡፡ በዚ መሰረት፡ ኣብ ዞባ ማእከል ምምምሕዳር/ን/ዞባ ጎዳይፍ፡ ጎደና 714፡ ዚፕ 1A714፡ ፓርሰል K ቀንዲ ክፍልታት 6 ሓገዝቲ ክፍልታት 1 ዝሓዘ፡ ቁጽሪ ምስክር ወረቐት 103929፡ መወከሲ ቁጽሪ 103939/103940፡ ብስም በዓል ቤተይ ኣፍ/ ብርሃነ ኢሳቅ ኣርኣያ ዝተመዝገበ ዘይንቀሳቐስ ንብረት ገዛ ወርሲ ስም ምትሕልላፍ ክንገብር ስለ ዝደለና፡ ዝቃወም እንተሎ፡ ኣብ ጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ካብ ዝወጸሉ ኣብ ውሽጢ ሓደ ወርሒ ካብ ቤ/ፍ መኣገዲ ትእዛዝ ሒዙ ናብ ቤት ጽሕፈት ፓብሊክ ኖታዮ ይቕረብ፡፡ ተቓውሞ እንተዘይቀረቡ ሰነዳትና ኣቕሪብና ጉዳይና ክንፍጽም ምኳንና ንሕብር፡፡

ወ/ሮ ምሕረት ሃይለ ትኳቦ

ማሕበርተኛታት ትካል ሰብርጎማ ማዕድናዊ ማይን ልስሉስ መስተን ናይ ብርኪ ማሕበር፡ ብዕለት 06 ነሓሰ 2023 ኣብ ዝገበርዎ ኣኼባ፡

1.ኣቶ ሚካኤል ገብረእግዚኣብሄር
2.ኣቶ ሚሓመድ ሰዒድ በሽር
3.ወ/ሮ ራሄል ክፍሉ፡ ኣባላት ቦርድ ኮይኖም ተመሪጾም፡

ከምኡ'ውን ብዕለት 15 ነሓሰ 2023 ኣብ ዝተገብረ ናይ ቦርድ ኣባላት ኣኼባ፡ ኣቶ ሚሓመድ ሰዒድ በሽር ኣቦ ወንበር ቦርድ፡ ወ/ሮ ራሄል ክፍለ ዋና ጸሓፊት፡ ኣቶ ሚካኤል ገብረእግዚኣብሄር ኣካያዲ ስራሕ ትካል ክኾኑ ተመሪጾም ኣለው፡፡

ትካል ሰብርጎማ ማዕድናዊ ማይ

ኣነ ኣቶ ግርማይ የውሃንስ ሓጎስ ዝተባህልኩ፡ ናይዚ ኣብ ምም/ዞባ ማእከል ኣስመራ ምምሕዳር ን/ዞባ ኣኽርያ ዞባ 8 ምም/05 ጎደና 675 ቁጽሪ ገዛ 25/27 ዝርከብ ብኮምሸን ኣባይቲ ዋንነት ደብተር ቁጽሪ 116135 መወከሲ ቁጽሪ 137141/138998 ዓ/ም ዝተመዝገበ ቀንዲ (ኦርጂናል) ዋንነት ደብተር (ልብሬቶ) ብዘይተፈልጠ ምኽንያት ስለዝጠፍኣኒ፣ ረኺቡዎ ወይ ብዕዳ ሒዙዎ ኣሎኹ ዝብል እንተሎ ብቑጽሪ ቴሌፎን 07239757 ክሕብረኒ፡ እንተዘይቀሪቡ መተካእታኡ ክወሃበኒ ክሓትት ምኳነይ እሕብር፡፡

ኣቶ ግርማይ የውሃንስ
ብወኪል ወ/ሮ ኣለምጸሃይ ከበደ

ምልክታ ጨረታ

ሚኒ/ምክልኻል ኣብ ዝተፈላለየ ዞባታት ንዝርከቡ ወተሃደራዊ ሆስፒታላትን ኣሕዳሪ ቤት ትምህርትታትን ንዓመት 2024 (ካብ ወርሒ 01/2024 ክሳብ ወርሒ.12/2024) ዘድሊ ዝተፈላለየ ዓይነት መግቢ ኣሕምልቲ፡ ስጋ፡ በርበረን እንቋቑሖን ክዕድግ ስለዝደለየ፣ ሕጋውያን ተጫረትቲ ይዕድም፡

1. ጨረታ ንኹሎም ሕጋውያን ኣቕረብቲ ክፉት እዩ፡፡
2. ተጫረትቲ ቅዳሕ ናይ 2019 ዓም ዝተሓደሰ ፍቓድ ዋኒንን ናይ 2022 ግብሪ መንግስቲ ከም ዝኸፈሉ (ክለራንስ)ን የቕርቡ፡፡
3. ተጫረትቲ ዝርዝር ሓበሬታ ናይ ጨረታ ሰነድ ዘይምለስ 50.00 ናቕፋ ከፊሎም ካብ ቤ/ጽ PX ካምፖፖሎ ጎደና ድብድብ ዚፕ 178 ቁ.ገዛ 07 ክወስዱ ይኽእሉ፡፡ ቁ.ተሌፎን 187616/209033
4. ምሉእ ሰነድ ጨረታ ብዕሹግ ደብዳበ ብምቕራብ፡ ዕለት 11/10/2023 ሰዓት 10፡00 ቅ.ቀ ወይ ቅድሚኡ ይዕጾ፡፡ ዕለት 11/10/2023 ሰዓት 10፡00 ቅ.ቀ ተጫረትቲ ወይ ወከልቶም ኣብ ዘለውዎ ኣብ ቤ/ጽ PX ካምፖፖሎ ጎደና ድብድብ ዚፕ 178 ቁ.ገዛ 07 ብግልጺ ይኽፈት፡፡
5. መኽበሪ ጨረታ cpo 50,000.00 ናቕፋ፡፡
6. ጨረታ፡ መምርሒ ዕድግን ምም/ንብረት መንግስትን ብዝእዝዞ መሰረት ይካየድ፡፡
7. ሚኒ/ምክልኻል ዝሓሸ ኣማራጺ እንረተኸበ፡ ንብምሉእ ወይ ከፊል ጨረታ ንምስራዝ መሰሉ ዝተሓለወ እዩ፡፡

ሚኒ/ምክልኻል
ጨ/ዕድግን ምቁ/ንብረትን
ቴሌ 209033/187616

ምስጋና

ብዕረፍቲ ኣዚና ነፍቅርም ክቡር ኣቦና ቀሺ ምሕጹን ቀሺ ካሕሳይ ዝተሰመዓና ሓዘን እናገለጽና፣ ክሳብ ዓዲ ጽላለ ዘቓበርኩምና፡ ካብ ውሽጥን ወጻእን ብቴሌፎንን ብኣካልን ዘጸናናዕኩምና የቐንየልና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ምስጋናና ነቕርብ፡፡

በዓልቲ ቤቶም ወ/ሮ ለምለም ተስፋጽዮንን ስድራቤቶምን
ስድራቤት ነ/ፍ ሰመረ ወልደጊዮርጊስ

ምስጋና

ብምኽንያት ዕረፍቲ እኑፍቅራ ኩቡርቲ ኣዴና ወ/ሮ ንግስቲ ተስፋጽዮን በዓታይ ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፣ ኣብ ግዜ ሕማማ ተመላሊስኩም ዝበጻሕኩምና፡ ኣብ ግዜ ዕረፍታ ድማ ኣብ መካነ መቓብር እንዳ ማርያም 4-ኣስመራ ዘቓበርኩምናን ኣብ ገዛና ብምምልላስን ካብ ውሽጥን ወጻእን ብቴሌፎንን ዘጸናናዕኩምናን ሕሰም ኣይትርከቡ የቐንየልና እናበልና ሓዘንና ከምዝገጸና ንሕብር፡፡

ብምሉኦም ደቃ ምስ ምሉኣት ስድራ ቤት

ምስጋና

ብዕረፍቲ ኩብርቲ ኣዴና ወ/ሮ ወይኒ ተወልደብርሃን ኣርኣያ ዝተሰመዓና መሪርን ከቢድን ሓዘን እናገለጽና፣ ኣብ ስነ-ስርዓት ቀብራ ክሳብ ጉራዕ ብምኻድ ኣብ መቓብር ሓመድ ኣዳም ዘልበስኩምን ዘቓበርኩምናን፡ ኣብ ገዛና ብምምልላስን ካብ ውሽጥን ካብ ወጻእን ብቴሌፎንን ዘጸናናዕኩምናን ቤተሰብን ፈተውትን የቐንየልና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ሓዘንና ንገልጽ፡፡

ደቃ ምስ ምሉኣት ስድራቤት

ምስጋና

ብዕረፍቲ ኩብርቲ ኣዴና ወ/ሮ ኣለፈሽ በርህ ቦኽሩ ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፣ ኣብ ዞባ ደቡብ ደቀምሓረ ሃዳሙ ብምኻድ ዘቓበርኩምና፡ ኣብ ገዛና ብኣካል ብምምልላስን ብቴሌፎንን ዘጸናናዕኩምና ፈተውቲ ቤተ ሰብ ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ምስጋናና ነቕርብ፡፡

ስድራቤት ነ/ሄር ኣርኣያ ገረሱስ
ምስ ወዶም ዶክተር ሃይለ ኣርኣያ

ምስጋና

ብዕረፍቲ ክቡር በዓል ቤተይ መድሃኔ ተኪኤ እምባየ ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፣ ኣብ ዓዲ ሰልያ ዘቓበርኩምናን ዘተሓዘንኩምናን፡ ካብ ውሽጢ ሃገርን ወጻእን ብፍላይ ማሕበረ ኮም ኑትብርግ ጀርመን ብኣካልን ብቴሌፎንን ዘጸናናዕኩምና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ሓዘንና ከምዝገጸና እናገለጽና ምስጋናና ነቕርብ፡፡

በዓልቲ ቤቱ ካድራ ኣርኣያ ምስ ምሉኣት ስድራ ቤት

ኣመልካቲ ዓብደልቃድር ዓሊ መ/ሓመድ ዝተባህልኩ፡ ኣብ ኣስመራ ምምሕዳር ኣባሻውል ዝርከብ ስፍሓት መሬት 165.ት/ሜ ቀንዲ ክፍሊ 4 ምስ 1 ተሓጋጋዚ Asp 00019588 Asd 00018037 ዝኾነ ገዛ ኣብ ኮምሽን ኣባይቲ ብቑጽሪ ምስክር ወረቐት 111526 መወከሲ ቁጽሪ 124785 ብሽመይ ዝተመዝገበ ተራ ገዛ ናብ ስም ዓዳጊት ለምለም እምባየ ከመሓላልፎ ስለዝደለኹ፡ ዝቃወም እንተሎ፡ ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ መኣገዲ ሒዙ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልቲ ኣብ ቤት/ጽ ኖታዮ ዞባ ማእከል ይቕረብ፡፡ ተቓውሞ እንተዘይቀረበ ግን ኦርጂናል ሰነዳተይ ኣቕሪበ ጉዳየይ ክፍጽም ምኳነይ እሕብር፡፡

ዓብደልቃድር ዓሊ

ስፖርት

ሙሴ ገ/እግዚኣብሄር

ስፖርታዊ ውድድር ሓይልታት ምክልኻል . . .

ዕሊታዊ ዝካየድ ዘሎ ቅኒ ስፖርት ሓይልታት ምክልኻል ኤርትራ፡ ብረበሓን ሓመሰንን እውን ቀጺሉ ምንባሩ ካብ ከረን ዝበጽሓና ዜና ኣረጋገጸ።

ትማሊ ኣብ ሰዓታት ቅድሚ ቀትሪ ግጥም ኩዕሶ መርበብ እዩ ተኻይዱ። ኣብ'ታ ብዮጥም ጋንታታት ደቂ ኣንስትዮ በኣፈርን ሽዑላን ዝጀመረት መዓልቲ ሽዑላ 2-ብ0 ተዓዊታ። ሱሓቢ ምትህልላኽ ዝተራእየላ ግጥም ሰንጥቕን ሳዋን ከኣ ሰንጥቕ 2-ብ1 ተዓዊታትሉ። ኣብ'ዛ ጸወታ፡ ካብ ሰንጥቕ ሃናይ ሓፈዝዝን ሳሊና ኣለምን ካብ ሳዋ ከኣ መዋእል ዓንደብርሃን ብሉጻት ተጻወትቲ ተባሂለን።

ቀጺለን ናይ ደቂ ተባዕትዮ ጋንታታት በኣፈርን ሽዑላን ተጋጢመን። በኣፈር ከኣ 3-ብ1 ተዓዊታ። ብዘይካዚ፡ ሳዋ ንሰንጥቕ 3-ብ0 ኣሰኒፋታ። መድሃኔ ኣብርሃን ፈሊሞን ሙልጌታን ካብ ጋንታ ሳዋ ከኣ ብሉጻት ተጻወትቲ ተሰምዮም።

ብቕድሚ ትማሊ ኣብ ሰዓታት ድሕሪ ቀትሪ ክልተ ጸወታታት ኩዕሶ እግሪ ተሰላሰሉ ነይሩ። ፈለማ ሳዋን ክንፈን እየን ተጻዊተን። ሳዋ፡ ኣብ ሻውዐይቲ ደቒቕ ካብ ኢሲያስ የማነ ክንፈ ከኣ ኣብ መበል 44 ደቒቕ ካብ ቴድሮስ መልኣከ ብዘመዝገብአን ሸቶታት ንዕረፍቲ 1-ብ1 ወጺአን።

ኣብ ካልኣይ እብረ፡ ሳዋ፡ ኣብ መበል 50 ደቒቕ መሪሕነት እተትሕዝ ሸቶ ብመገዲ ሲም መድሕን ኣመዝጊባ - 2-ብ1 ተዓዊታ። ብሉጽ ተጻዋታይ ከኣ ኣባላ ኢሲያስ የማነ ተረቒሑ።

ካልኣይቲ ጸወታ ኣብ መንጎ ሓሬናን ብድህን ዝተኻየደት ነይራ። ኣብ ቀዳማይ እብረ ሸቶ ዘይተመዝገበ እዛ ጸወታ፡ ድሕሪ ዕረፍቲ ግን፡ ሓሬና፡ ኣብ መበል 54 ደቒቕ ካብ ሮሜል ዓብዱ ሸቶ ረኺባ፡ 1-ብ0 ድማ ተዓዊታ። ኣመዝጋቢ ናይ'ዛ ሸቶ ሮሜል ከኣ ብሉጽ ተጻዋታይ ናይ'ዛ ግጥም ተጸዊዑ።

ውድድር ማውንቴን ባይክ ክካየድ እዩ

ዓመታዊ ዝካየድ ቅድድም ብሽክሊታ ማውንቴን ባይክ፡ ካብ 16 ክሳብ 17 መስከረም ኣብ ዞባ ዓንሰባ ከተማ ከረን ብሽክለቲኡ ጾታ ክካየድ እዩ።

ኣብ'ዚ ውድድር፡ ኣብ 45 ጋንታታት ዝተጠርነፉ 77 ደቂ ኣንስትዮ ዝርከብኦም 240 ተቐዳደምቲ ክሳተፉ ምዃኖም ተፈሊጡ ኣሎ። ብዘይካ ደብባዊ ቀይሕ ባሕሪ ከኣ ካልኦት ዞባታት ክሳተፋ እየን።

በዚ መሰረት፡ ቀዳም 16 መስከረም ደቂ ተባዕትዮ፡ ኣብ መስመር ከረን - ከብቢ ዓደርደ - ከረን በጺሖም ምምላሱ፡ ከምኡ'ውን ደቂ ኣንስትዮ ከረን - ከብቢ ሓጋዝ - ከረን በጺሖም ምምላስ ውድድር ክካይዱ መደብ ተታሒዙሎም ኣሎ። እዚ ውድድር፡ ሰንበት፡ ሓደ ዙርያ 2.7 ኪሎሜተር ብዝሸፍን ናይ ከተማ ውድድር ማለት (ቸርኪቶ) ክዛዘም እዩ።

ዝሓለፈ ዓመት ኣብ ዞባ ጋሽ-ባርካ ከተማ ባረንቱ ዝተኣንገደ እዚ ውድድር፡ ዞባ ማእከል ብኽልቲኡ ጾታ ተዓዊታ ምንባራ ካብ'ቲ ፈደረሽን ዝተረኽበ ጸብጻብ የረድእ።

ግሮሶ፡ ሓዲሽ ኣሰልጣኒ ሊዮን ኮይኑ

ኢጣልያዊ ናይ ቅድም ተጻዋታይ ክለብት ኢንተር ሚላንን ጁቬንቱስን ፋብዮ ግሮሶ፡ ንኦሎምፒክ ልዮን ክዕልማ ተሰማሚዑ።

ፈረንሳዊት ክለብ ሊዮን፡ ዝሓለፈ ሰሙን ንዓለማኢ ዝነበረ ላውረንት ብላንክ ካብ ዝብረረቶ ይፍለጥ። ካብ ሽዑ ጀሚራ ንዝተፈላለዩ ኣሰልጠንቲ ከም - ግርሃም ፖተር፡ ኣሊቨር ግላስኑርን ኣሰልጣኒ ረድ ስታር ሓቡብ በዮን ኣብ ራዳራ ኣእቲያቶም ምጽናዓ ይሕበር። ክሳዕኡ ከኣ ንግሮሶ ወዲ ሃገሩ ዝኾነ ጁናሮ ጋቱሶ መዚኡት ክቕበል ተሰማሚዑ ምንባሩን ሃንደበት ኣቦመንበር እዛ ጋንታ ሓሳብ ከምዝቐየረን ይሕበር።

እንሆ ትማሊ ግን፡ ንግሮሶ መዚኡት ከተቕብሎ ተሰማሚዓ ኣላ - ብመሰረት ናይ ፈረንሳ ጸብጻባት። ዕወት ዋንጫ ዓለም 2006 ዝኾነ ግሮሱ፡ ነዚ ሓዲሽ ናይ ምስልጣን ጉዕዞኡ ንምፍላም፡ ሎሚ ምስ መሳርሕቱ ፈረንሳ ክኣቱ ምዃኑ ይንገር። እዚ ወዲ 45 ዓመት ዓለሚ፡ ኣቐዲሙ ንዝተፈላለያ ናይ ካልኣይ ዲቪዥን ክለብት ኢጣልያ ዓሊሙ እኳ እንተነበረ፡ ኣድማዒ ብዘይምንባሩ ግን፡ ኣብ መብዛሕትኡ ተባሪሩ እዩ። ሕጂ ኸኣ ንሓንቲ ካብ ዝዓበያ ክለብት ፈረንሳ ክዕልም ተበጊሱ ኣብ ዘለወሉ እዋን፡ ክኸብዶ ከምዝኽእል ንድሕሪ ባይታኡ ዝተዓዘቡ ተንተንቲ ኣሚቶም። ግሮሱ፡ ካብ 2007 ክሳብ 2009 ማልያ እዛ ሕጂ ዝዕልማ ክለብ ለቢሱ ነይሩ እዩ።

ድራክስለር፡ ኣሰር ቬራቲ ሰዒቡ

ተጻዋታይ ፒኤስጂ ጁሊያን ድራክስለር፡ ኣሰር ወዲ ጋንታኡ ማርኮ ቬራቲ ብምስዓብ ናብ ቀጠር ክምርሕ ተሰማሚዑ።

ወዲ 29 ዓመት ድላክስለር፡ ሓደ ካብቶም ኣብ'ዛ ክረምቲ ካብ ከተማ ፓሪስ ክወጹ ከምዝኽእሉ ዝገለጹ ዝነበሩ ተጻወትቲ እዩ። በዚ ኸኣ እዚ ክሳብ ሰነ 2024 ዘጸንሖ ናይ ሓደ ዓመት ውዕል ጥራይ ተሪፍዎ ዘሎ እናነፋፈለ ዘጥቅዕ ጀርመናዊ፡ ናብ ኣል ኣህሊ ዝተባህለት ቀጠራዊት ጋንታ ክጽምበር ተሰማሚዑ ኣሎ - ድሮ'ውን ሕክምናዊ መርመራ ኣካይዱ ይርከብ።

ኣቐዲሙ ብሰንኪ ሰድራቤታዊ ጉዳይ ካብ'ዛ ጋንታ ንዝመጽእ ሕቶ ነጺግዎ ምንባሩ ዝገለጸ ድላክስለር፡ ምስ'ዛ ቀጠራዊት ክለብ ክሳብ ሰነ 2025 ዘጸንሖ ናይ ክልተ ዓመታት ውዕል እዩ ክፍርም። ፒኤስጂ ከኣ ካብ'ዚ ምስግጋር ልዕሊ 20 ሚልዮን ዩሮ ክትቕበል ምዃና ይሕበር። ከም ናይ ክንፌ ኣጥቃዓይ ኮይኑ ክጻወት እውን ዝኽእል ድላክስለር፡ ኣብ 2017 እዩ ካብ ቮልፍስበርግ ናብ ፒኤስጂ ተጸምቢሩ። ዝሓለፈ ዓመት ግን፡ ብልቓሕ ማልያ በንፊካ ለቢሱ ኣብ ሊግ ፖርቱጋል እዩ ተጻዊቱ።

ወላዲት ማጓዌር፡ ንወዳ ትሕለቕሉ

ወላዲት ሃሪ ማጓዌር፡ ኣብ ዝተፈላለዩ ወገናት ናብ ወዳ ዝወርድ ዘሎ ዓቕሉ ዝሓለፈ ነቐፌታ፡ “ዘይቅቡል” ክትብል ንወዳ ተኸላኺላትሉ።

ጉዳይ ነቐፌታ ካብ ዝሓለፈ ዓመታት ኣቐዲሩ ዘሎ ማጓዌር፡ ሰለስ ምኽት እውን እተንቀፎ ጌጋ ብምፍጻሙ እዩ መዛረቢ ኮይኑ ዘሎ። ኣብ'ታ ምሸት ኣንጻር ስኮትላንድ ናይ ምሕዛት ጸወታ ዝበሮን ንዕረፍቲ 2-ብ0 መሪሓ ዝወጸትን ሃገራዊት ጋንታ እንግሊዝ ኣብ ካልኣይ እብረ ንማጓዌር ቀዲራ ኣእትያቶ። ይኸንንምበር፡ ማጓዌር ድሕሪ ወሰናት ደቓይቕ ኩዕሶ ምስ ሰከይዎ ኩርኽበ ኣይተጸገመን - እዚ ግና ናብ ጉእ ልዒቱ እዩ።

በዚ ኸኣ፡ እልቢ ዘይብሉ ነቐፌታ ካብ ዝተፈላለዩ ደገፍቲን ተንተንቲን ይወሓዞ ኣሎ። ብኣንጻር'ዚ፡ ዛጊት ኣብ ልዕሊኡ እምነት ዘየጉደለ ዘሎ ዓለሚኡ ጋሬዝ ሳውዝጌት፡ ነዚ ጉዳይ ብቐልጠፍ እዩ ነጺግዎ። ትማሊ ከኣ ወላዲቱ ነዚ ጉዳይ ነቐፌታ ኮይኑ ዘሎ ተኸላኺላ፡ ኣሰር ናይ'ዚ ኣሰልጣኒ ብምስዓብ ኣብ ጐድኒ ወዳ ደው ኢላ።

እዛ ዞያ ዝተባሀለት ኢደ፡ “ከም ወላዲት ክርእዮ እንከለኹ፡ ወደይ ካብ ገለ ደገፍቲ፡ ተንተንቲን ማዕከናት ዜናን ዝመጽኦ ዘሎ ኣሉታዊ ነቐፌታን ጸርፈን ዘሕፍርን ዘይቅቡልን እዩ። ኣብ'ታ ምሸት ከም ወትሩ ኣብ'ቲ ስታድዩም እየ ነይረ። መንቀሊ ዘይብሉ ከም'ዚ ዓይነት ግብረ-መልሲ ኪጋጥም ኣይቅቡልን እዩ። ኣብ ኩዕሶ እግሪ ምውዳቕን ምትንሳእን ኣወንታውን ኣሉታዊን ኩነት ከምዝሎ ደርደኣኒ እዩ፡ እንተኾነ ንሃሪ ዝመጽኦ ዘሎ ግብረ-መልሲ ክሳዕ ኣብ ኩዕሶ እግሪ ዜጋጥም እዩ፡” ኢላ። ብዘይካዚ፡ ዞያ ወዳ ጸዋርን ብኣእምሮ ሓያልን ምዃኑ ብምግላጽ፡ ካልኦት ክጻወርዎ ዘይክእሉ ጉዳይ ንኡ ክቆጻጸሮ ከምዝኽእል ገሊጻ፡ ከም'ዚ ዓይነት ግህሰት ኣብ ካልኦት ኪጋጥም ከምዘይትምነ እውን ኣብ ጽሑፋ ኣረጋጊጻ።

ማጓዌር ኣብ'ዛ ጸወታ ብደገፍቲ ስኮትላንድ ክይተረፈ እዩ ኣብ ዕላማ ኣትዩ። እቶም ደገፍቲ፡ ኣብ ኣፍሲ ወሰፍ ኩዕሶ ዝሕዘላ ግዜ ስሙ ብምጽዋዕ ክሽድዎ እዮም ተሰሚዖም። ድሕሪ'ዛ ጸወታ ከኣ ሳውዝጌት፡ ነዚ ኣብ ልዕሊ እዚ ተጻዋታዩ ዝወርድ ዘሎ ነቐፌታ “ቀልዲ” እዩ ብምባል ከም'ቲ ወትሩ ዝጉበሮ ተኸላኺሉሉ እዩ።

ማጓዌር ዝኸበረ ተኸላኻሊ ዓለም ተጻዊቱ ናብ ማን ዩናይትድ ካብ ዝጸንበር ንደሓር፡ ካብ ዝተወደሰሉ ዝተነቕፈሉ ግዜያት ከምዝበዝሕ ይግለጽ። ብቐዓት'ውን ኣጉዲሉ ዘሎ እዚ ተኸላኻሊ፡ ኣብ ማን ዩናይትድ ዝበሮ መዘኑት ሓለቓ ጋንታ ክምንጠልን ወትሩ መጀመርታ ተቐዋሪቲ ከምዘይኮነ ተቐሲቡ ይርከብ። ኣብዞን ዝሓለፋ ጸወታታት እውን፡ ጉዳይ እቶም ኪጋገ ሃንቀው ኢሎም ዝጽበይዎ ወገናት ካብ ምዃን ኣዕሪፉ ኣይፈለጠን። ሰለስ ምሸት ከኣ ተቐያሪ ብምዃታው ንሃገሩ እንግሊዝ ብሰም ተጻወትታ ሳልሰይቲ ሸቶ ከተመዝግብ ሓጊዙዋ - ናብ ጉእ ልዒቱ ሸቶ ብምምዝጋብ፡ እንግሊዝ ድሕሪ'ዛ ናይ ሃሪ ማጓዌር ሸቶ (ናብ ጉእ ልዒቱ) ሃሪ ኬይን ሳልሰይቲ ሸቶ ስለዘመዝገበላ - 3-ብ1 ካብ ምስዓር ኣይበኸረትን። ክልተ ‘ሃሪታት’ ሸቶ ከመዝግቡ ዝተዓዘቡ ወገናት ከኣ “ሎሚ ምሸት ክልተ ‘ሃሪታት’ ሸቶ ኣመዝጊቦም፡ እቲ ሓደ ሃሪ (ንማጓዌር እዩ) ናብ ልዕቱ እቲ ሓደ ሃሪ (ኬይን) ከኣ ናብ ኣንጻር ልዳት” ክብሉ ተዋዚዮም።

ቦኑቺ፡ ንጁቬንቱስን ዓለሚኣን ነቒፉ

ናይ ቅድም ተጻዋታይ ጁቬንቱስ ሊያናርዶ ቦኑቺ፡ ካብ'ዛ ጋንታ ንዝወጸሉ ኣገባብ ብምግላጽ፡ ንዓለሚኡን ምምሕዳር እታ ጋንታን ብኣተሓሕዛኦም ነቒፍዎም።

“ቤታ ክለብን ኣሰልጣኒን ዝወጸ ሓቂ ዘይትካ ነገራት ኣንጸበን ሰሚዐን ኣለኹ። እቲ ኣብ ወርሒ ጥምቀቲ ከምኡ'ውን ለካቲት ዝበርና ዝምድና ክንደምደሞ ከምዝደለዩ'ሞ ነገርናዮ ዝበልዎ፡ ሓሶት እዩ። ኣብ ወርሒ መጋቢት እቲ ኣሰልጣኒ፡ ጥሮታ ብምውጻእ ናብ ምስልጣን ክኣቱ ከምዝዮኽሉ እምነቱ ነጊሩኒ ነይሩ። ኣነ ግን፡ ንሓሳቡ ብምቅዋም ክሳብ ዩሮ 2024 ክጸንሕ ከምዝደሊ ነጊረዮ። ህላወይ ንዕብየት እዛ ክለብ ዓንቃጺ ምዃኑ'ውን ነጊሮምኒ። ድሕሪ 500 ግጥማት ካ ጋንታ ምውካለይ ብኸምዚ ኣሕፊሮምኒ።” ኢሉ - ቦኑቺ።

እዚ ኢጣልያዊ ንካልኣይ ግዜኡ ብዘይደላዩ ካብ'ዛ ጋንታ ክወጽእ ከምዝተደፍአ እዩ ዝዝረብ። ብዘይካዚ፡ ምስ ደቂ ጋንታኡ ልምምድ ከይገብር ኣለግሪ ከምዝኸልከሎ የረድእ። ኣብ ልዕሊ እዛ ጋንታ'ውን ሕጋዊ ስጉምቲ ክወስድ ምዃኑ ገሊጹ ኣሎ። እንተ ንሓድነት ናይ'ቶም ንዕኡ ከምዝደገፉ ዝገለጹዎም ተጻወትቲ ግና ኣድኒቑ።

ወዲ 36 ዓመት ምኩር ተኸላኻሊ ቦኑቺ፡ ካብ'ዛ ን12 ዓመታት ዝተጻወተላ ዓብይ ኢጣልያዊት ክለብ ወጺኡ፡ ናብ ጀርመናዊት ክለብ ዩኒዮን በርሊን ተጸምቢሩ ኣሎ።

ሓጸርቲ ዜናታት

* ኣከፋፋሊ ኖቲንግሃም ጆንጆ ሸልቪ፡ ክሳብ ምዝዛም እዛ ወቕቲ-ስፖርት ምስ ቱርካዊት ክለብ ካይዙር ሪዘስፖር ንምጽዋት ከምዝተሰማምዐ ተቓሊሑ።

* ዓለሚ ማን ሲቲ ፔፕ ጓርድዮላ፡ ድሕሪት ዝካየዶ ናይ ሕቖ መጥባሕቲ፡ ዳግማይ ናብ ምስልጣን ተመሊሱ። ሲቲ፡ እዚ እስጳኛዊ ኣሰልጣኒኣ ኣብ ዘይነበረሉ ብተሓጋጋዚኡ ተመሪሓ ክልተ ግጥማት እያ ኣካይዳ።

* ፊፋ፡ ትማሊ ንሽልማት ብሉጽ ተጻዋታይ 2023 ዝተሓጸዩ ዝርዝር ተጻወትቲ ኣውጺኡ። በዚ መሰረት፡ ኣልቫረስ፡ ደ ብሩይነ፡ ሃላንድ፡ ሮድሪን ሰልቫን ካብ ማን ሲቲ፡ ምባፐ - ፒኤስጂ፡ መሲ - ኢንተር ማያሚ፡ ኦሲመንን ክቫረስኬሊያን - ናፖሊ፡ ብሮዞቪች - ኣል-ነስር፡ ጓንዶጋን - ባርሳ፡ ራይስ - ኣርሰናል ተመሪጾም ኣለው። ክልተ ግዜ ዝተዓወተላ ሮናልዶ ግን፡ ኣይተኻተተን። ክልተ ግዜ ዝተዓወተላ መሲ ከኣ ሎሚ እንተኣልዒልዋ ኣብ ቀዳሚት ክስራዕ እዩ - ብሰለስተ ግዜ።

ብዘይካዚ፡ ጓርድዮላ - ሲቲ፡ ኢንዛጊ - ኢንተር፡ ፖስተኮሉ - ቶተንሃም፡ ስፓለቲ - ኢጣልያ፡ ዣቪ - ባርሳ ሕጹያት ኣሰልጠንቲ፡ ቦኑ - ኣል ሂላል፡ ኮርቱዋ - ሪያል ማድሪድ፡ ኦናና - ማን ዩናይትድ፡ ተር ስተገን - ባርሳ ከኣ ንሽልማት ብሉጽ ሓላዊ ልዳት ተሓጺዮም ኣለው።

ዜና ወጻኢ

ሚርያም ኣብራሃም

ሊብያ - ቁጽሪ ግዳያት ዕልቕልቕ ብኣርባዕተ ዕጽፊ ክይውስኽ ተሰጊኡ

ኣብ ከተማ ደርና - ሊብያ ብሓደጋ ዕልቕልቕ ናይ ዝሞቱ ሰባት ቁጽሪ 20 ሽሕ ክበጽሕ ይኽእል'ዩ ዝብል ስግኣት ከምዘሎ፡ ኣመሓዳሪ እታ ከተማ ገሊጹ።

ብሰንኪ'ቲ ዘጋጠመ ከቢድ ባህርያዊ ሓደጋ፡ ልዕሊ 10 ሽሕ ሰባት ደጸዎም ጠፊኦ ከምዘሎ ዝሓበራ ማሕበራት ዜና ዓለም፡ ብሂወት ናይ ምርካብ ተኽእሎኦም ምህሙን ምኻኑ እየን ኣመልኪተን።

ድሕሪ'ቲ ባህርያዊ ሓደጋ፡ ካብ ቱኒዚያ፡ ሕቡራት ኢማራት ዓረብ፡ ግብጺ፡ ቱርኪን ቀጠርን ዝተላእኩ ኣባላት ሲቪላዊ ድሕነት፡ ንግዳያት ኣብ ምርዳእ ተዋፊሮም ከምዝርከቡ ጸብጻባት ይሕብሩ።

ብሰንኪ'ቲ ብርቱዕ ህቦብላዊ ዝናብ፡ ብኣሸሓት ዝቑጸሩ ግዳያት ብውሕጅ ተገፊዖም ናብ ባሕሪ ከምዝኣተዉ ዝሓበሩ ሳዕለምት ሰብመዚ ሊብያ፡ ብዙሕ ሬሳታት ካብቲ ገማግም ባሕሪ ብምሽራታት ተሳሒቡ ይወጽእ ከምዘሎ ኣረዲኦም።

ኵናቶም ቦታ ተቘጻጺሮም ዝርከቡ ተቓናቐንቲ ሓይሊታት ሊብያ ድማ፡ ኑቲ ዓቢ ዕንወት ዘስዐበ ሓደጋ ዕልቕልቕ ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ንምውዓል፡

ተወሃሂደም ይሰርሑ ከምዘለዉ ውድባት ሕቡራት ሃገራት ሓቢሩ።

እዞም ኣብ ምብራቓውን ምዕራባውን ክፋል ሊብያ ዝርከቡ ክልተ ተጻረርቲ መንግስታት፡ ኣብዚ እዋን'ዚ ብሓባር ኰይኖም ኣህጉራዊ ደገፍ ይሓቱ ከምዘለዉ ድማ፡ ሳዕለምት ሰብመዚ ውድባት ሕቡራት ሃገራት ገሊጾም።

ኣብ ሊብያ፡ ብሰንኪ'ቲ ተኸሲቱ ዘቐጸ ባህርያዊ ሓደጋ ብውሕዱ 5,300 ሰባት ክሞቱ እንከለዉ፡ ካልኦት ብኣሽሓት ዝቑጸሩ ድማ ቆሲሎም ኣለዉ - ብመሰረት ጸብጻባት ዜና።

ኣብ ህንዲ ሓድሽ ተላባዒ ቫይረስ ተኸሲቱ

ኣብ ምዕራባዊ ክፋል ህንዲ ኣብ እትርከብ ክፍለሃገር ኬራላ፡ 'ኒፓ' ዝተሰምየ ሓድሽ ቫይረስ ከምእተኸስተ ካብታ ሃገር ዝተፈነወ ዜና ሓቢሩ።

ብሰንኪ'ቲ ተኸሲቱ ዘሎ ሕማም ክልተ ሰባት ክሞት እንከለዉ፡ ካልኦት ልዕሊ 130 ድማ ተለኺፎም ኣብ ሆስፒታል ተዓቒቦም ከምዝርከቡ፡ ሰብመዚ ጥዕና ህንዲ ገሊጾም።

በዚ ኸኣ፡ መንግስቲ ህንዲ ኣብታ ክፍለ-ሃገር ዝርከብ ኣብያተ-ትምህርቲን ኣብያተ-ጽሕፈትን መንግስቲ ንግዚኡ ተዓጽየን ክጸንሓ ክእውጅ እንከሎ፡ ን10 መዓልታት ዝቕጽል - ዝኾነ ማሕበራዊ ምትእኽኻብ ከይግበር ድማ ጸዊዑ ኣሎ።

እዚ ድሕሪ 2018 ንራብዓይ ግዜኡ ኣብ

ህንዲ ተኸሲቱ ዘሎ - ንሓንጎል ዘጥቅዕ ሓደገኛ ሕማም፡ ኣብ ውሽጢ'ዚ ዝሓለፈ ሓሙሽተ ዓመታት ብውሕዱ 21 ሰባት ከምዝቐተለ ጸብጻባት ይሕብሩ።

እዚ ኣብ 1999 ንመጀመርያ እዋን ኣብ ማሌዥያ፡ ከምኡ ድማ ኣብ ሲንጋፖር ኣብ ሓሰማን ሰብን ዝተራእየ ተላባዒ ሕማም፡ ብደረጃ ዓለም በብእዋኑ ልዕሊ 100 ሰባት ከምዝቐተለ እቶም ጸብጻባት ወሲኾም ይጠቕሱ።

እቲ ቫይረስ ካብ ሓሰማ ናብ ሰብ ዝመሓላለፍ ኰይኑ፡ ድሕሪ 1999፡ ኣብ ከም ህንዲን ባንግላደሽን ዝኣመሰሉ ሃገራት ኤስያ ብተደጋጋሚ ክረአ ከምዝጸንሐ'ዩ ዝነገረሉ።

እቲ ቫይረስ ብተወሳኺ፡ ብዝተበከለ መግቢ'ውን ብቲ ሕማም ምስ ዝተለኽፈ ሰብ ቀጥታዊ ርክብ ብምግባር'ውን ክመሓላለፍ ከምዝኽእል ክኢላታት ይሕብሩ።

መልክዕቲ እቲ ሕማም ኣብ ሰለስተ ደረጃታት ከምዝሰርዕ ዝሓበረ ውድብ ጥዕና ዓለም ብወገኑ፡ ዝኾነ በቲ ሕማም ብኸቢድ ዝተለኽፈ ሰብ፡ ኣብ ውሽጢ 24 ክሳብ 48 ሰዓት ኣብ ኮማ ክኣቱ ከምዝኽእል ኣመልኪቱ።

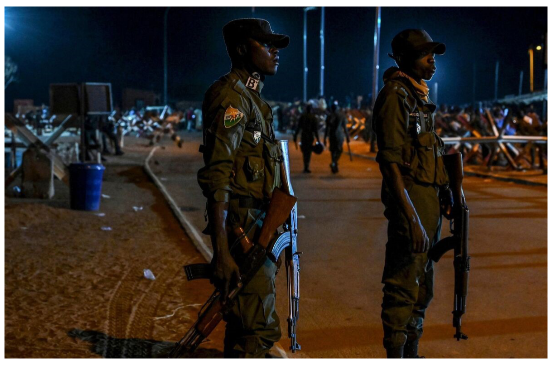
ቫይረስ ኒፓ ዛጊት ዝኾነ ክታብት ከምዘይተረኽቦ ዝሓበሩ ክኢላታት ጥዕና፡ ሓሰማ ዝቕመጡሉ ቦታታት ብጽሬት ምሓዝ፡ እቲ ቀንዲን ኣገዳስን ኣገባብ መቆጻጸሪ እቲ ሕማም ምዃኑ ኣረዲኦም።

ኒጀር፡ ምስ በኒን ዘጸንሓ ወተሃደራዊ ውዕል ሰሪዛ

መንግስቲ ኒጀር፡ ምስ ጐረቤት ሃገሩ ዝኾነት በኒን ንዘጸንሖ ወተሃደራዊ ውዕል ከምዝሰረዞ ብወግዒ ኣፍሊጡ።

እቲ መንግስቲ እዚ ስጉምቲ'ዚ ዝወሰደ ዘሎ፡ መንግስቲ በኒን ደገፍቲ ሃገሩ ንወተሃደራት ፈረንሳ ብምኽፋት፡ ኣብ መሬት ክዕስክሩ ድሕሪ ምፍቃዱ'ዩ።

ፈረንሳ ኣብ ልዕሊ መራሕቲ ኒጀር ወተሃደራዊ ስጉምቲ ንምውሳድ፡ ናብ በኒን ሴነጋልን ኣይቮሪኮስትን ወተሃደራትን



ብርኽት ዝበለ ወተሃደራዊ ንዋትን ትልእኽ ከምዘላ'ዩ መንግስቲ ኒጀር ክኸስስ ጸኒሑ።

መንግስቲ ኒጀር፡ ኣብ ዝሓለፈ ቀረባ መዓልታት'ውን ምስ ፈረንሳ ንዘጸንሖ ወተሃደራውን ጸጥታውን ውዕላት ብምስራዙ፡ ኣብ ሃገሩ ዝርከብ ኣምባሳደርን ሰራዊትን ፈረንሳ ብህጹጽ ክወጽእ ኣዘዙ ምንባሩ ይዝከር።

እቲ ትእዛዝ፡ ኣብ ልዕሊ'ታ ኤውሮጳዊት ሃገር ከቢድ ሻቕሎት ከምዝፈጠረ ድማ፡ ተዓዘብቲ የመልክቱ።

በኒን፡ ኣብ ክንዲ ኣብ ጉዳይ ኒጀር ደው ኢላ ትቃለስ፡ ካብ ጉዳም ንዝመጹ ወረርቲ ሓይሊታት ባይታ ኣብ ምጥጣሕ ከምእትርከብ'ዩ መንግስቲ ኒጀር ክወቅስ ጸኒሑ።

ፈረንሳ ካብ ማሊ፡ ኒጀርን ካልኦት ሃገራት ኣፍሪቃን ብዘኸጠማ ተቓውሞታት፡ ኣብቲ ዞባ ኣዋፊራቶም ካብ ዝጸንሐት ኣሽሓት ወተሃደራት ንብዙሓት ክትስሕብ ከምእተገደደት ኣይርሳዕን።

ቬትናም - ብሓደጋ ባርዕ 60 ሰባት ሞይቶም

ዝሓለፈ ረቡዕ ኣብ ከተማ ሃኖይ - ርእሰ ከተማ ቬትናም፡ ኣብ ሓደ መንበሪ ህንጻ ብዘጋጠመ ሓደጋ ባርዕ ኣስታት 60 ሰባት ከምዝሞቱ ተገሊጹ።

በቲ ኣብ ብዓል ሓሙሽተ ደርቢ ህንጻ ዝተኸሰተ ሓደጋ፡ ህሱያት ዝርከብዎም ካልኦት ልዕሊ 40 ሰባት'ውን ቆሲሎም ብምህላዎም፡ ቁጽሪ ምውታት ክይወሰኽ ተሰጊኡ ምህላዉ ይሕብር ኣሎ።

እቲ ሓደጋ ባርዕ እንትላይ ኣብ ንብረት ከቢድ ዕንወት ከምዘውረደ፡ ጠንቁ እንታይ ምዃኑ ዛጊት ብንጹር ከምዘይተፈልጠን ዝሓብሩ ጸብጻባት፡ ሰራሕተኛታት መጥፋእቲ ሓዊ ብዘበርክትዎ ሓያል ጻዕሪ ኣብ ሓጺር ግዜ ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ከምዝወዓለ ኣፍሊጦም።

ኣብ 2022 እውን፡ ኣብታ ከተማ ብዘተኸስተ ተመሳሳሊ ሓደጋ ህይወት 33 ሰባት ከምዝጠፍአ፡ እቶም ጸብጻባት ወሲኾም ይሕብሩ።

ፈረንሳ፡ 'ኣይፎን-12' ኣብ ዕዳጋታታ ከይሸየጥ ኣጊዳ

መንግስቲ ፈረንሳ፡ ብኣመሪካዊ ኩባንያ መፍረ ኤለትሮኒካዊ ኣቑሑ 'ኣፕል' ዝማዕበለት ሓዳሽን ዘመናዊትን ተንቀሳቓሲት ተሌፎን 'ኣይፎን-12'፡ ናብ ሃገሩ ከይትኣቱ ኣዊጁ።

ኩባንያ ኣፕል ዘማዕበላ 'ኣይፎን-15' ዝተሰምየት ሓዳስ ቴሌፎን ናብ ዕዳጋ ንምቕራብ ናይ ምልላይ ምርኢት ኣብ ዓለማዊ ዕዳጋ ኣብ ዘቕረበሉ ዘሎ እዋን፡ መንግስቲ ፈረንሳ ከምዚ ዓይነት ስጉምቲ ምውሳዱ፡ እቲ ኩባንያ ከቢድ ክሳራ ክጋጥሞ ከምዝኽእል'ዩ ዝሕብር ዘሎ።

መንግስቲ ፈረንሳ፡ 'ኣይፎን-12'፡ ዝለዓለ ኤለትሮማግኔታዊ ጨረርታ ከምዘለዋ ብምግላጽ'ዩ ናብ ሃገሩ ከይትኣቱን ኣብ ዕዳጋታት ሃገሩ ከይትሸየጥን ከልኪሉ ዘሎ።

ብመሰረት ዓለምለኻዊ መለክዒ፡ ናይ ዝኾነት ተንቀሳቓሲት ተሌፎን ዓቐን ጸርጊ ካብ 4ዋት /ኪ.ግ ዘይሓልፍ እኳ እንተኾነ፡ ናይዛ ኣቐዲማ ናብ ዕዳጋ ወሪዳ ዝጸንሐት ኣይፎን ግን፡ ክሳብ 5.74 ዋት/ኪ.ግ ዝበጽሕ ዓቐን ጸርጊ ከምዘለዋ'ዩ ዝተፈላለዩ ክኢላታት ዝሕብሩ ዘለዉ።

ኣብ ዝተፈላለያ ሃገራት፡ ብሰንኪ ካብ ተንቀሳቐስቲ ተሌፎናት ዝምንጩ ጸርጊ ንዝስዕብ ጥዕናዊ ጸገማት ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ንምእታው፡ ኣብ ዝተፈላለያ ተንቀሳቐስቲ ተሌፎናት ዝርከብ መጠን ኤለትሮማግኔታዊ ጨረርታ ቁጽጽር ከምዝግበረሉ'የም ጸብጻባት ዘመልክቱ።

ኣይፎን-12፡ ንመጀመርታ እዋን ኣብ 2020 ናብ ዕዳጋ ከምእተዘርገሐት ይግለጽ።

መንግስቲ ፈረንሳ፡ ኣብ 2020 እውን፡ "ዕዳጋ ንምብሓት ክትብል ሕጊ ጥሒሳ" ብዝብል ክሲ፡ ንኩባንያ ኣፕል 1.2 ቢልዮን ዶላር መቕጻዕቲ በዪኑሉ ከምዝነበረ ይዝከር።

ተረኛ ፋርማሲ	ዕለት	ጎደና	ቁ.ስልኪ
ቤት መሸጣ መድሃኒት ዓዲ-ኣቤቶ	15/09/2023	መጨረሽታ ፌርማታ ኣውቶቡስ ዓዲ ኣቤቶ	07114040

ፋርማሲ ቁ.1 መዓልታውን ለይታውን ኣገልግሎት ትህብ ቁ.ቴሌፎን 127565