ሓዳስ ኤርትራ

መበል 34 ዓመት ቁ.119 | ዓርቢ 17 ጥሪ 2025 | ገጻት 8 ዋጋ 2.00 ናቕፋ

ገጽ 2
ሽውሃት ኣልቦነት

ገጽ 3
ወዲ ማጀር፡ ነጸብራቕ ጅግንነት ተጋዳላይ

ገጽ 4
ገበናት ሰርዓታት ኢትዮጵያ ኣብ ኤርትራ...

ገጽ 5
ሕማም ዝከላኸሉ መግብታት

ገጽ 7
ኢሳቕ፡ መግትኢ ተሳኢንዎ

ሚኒስተር ኣረፋይነ በርሀ፡ ገስጋስ ህንጸት ዲጋ ድርፎ ተዓዚቡ

ሚኒስተር ሕርሻ ኣቶ ኣረፋይነ በርሀ ብ15 ጥሪ ኣብ ዝበሮ ዑደት፡ ገስጋስ መስርሕ ህንጸት ኣብ ዞባ ማእከል - ንኡስ ዞባ ኣፍርያ ትሰራሕ ዘሎ ዲጋ ድርፎ፡ ከምኡ'ውን ኣብ'ቲ ከባቢ ዝተሳተፈ ዘሎ መደባት ሕርሻዊ ልምዓት ተዓዚቡ።

ሚኒስተር ኣረፋይነ ምስ ኣካላት ምምሕዳር ዞባን ንኡስ ዞባን ወከልቲ ህዝቢን ኣብ ዝበሮ ዝርርብ ምስ ምህንጽ'ታ ዲጋ፡ ሓረስቶት መደባት ጥመር ሕርሻ ብምለእኣት ከተኣታትወን ብዘለዎል ክሰርሑሉን ተማሕጸኑ።

ንመስርሕ ህንጸት ዲጋ ድርፎ ዝከታተል ዘሎ ኢንጂኒር ቢንያም ሃይለ ኣብ ዝሰጦ ሓበሬታ፡ ብምትሕብባር ሚኒስተሪ ሕርሻ፡ ክፍሊ ህንጻዊ ልምዓት ዞባ ማእከልን ክፍሊሰራዊት 60ን ኣብ ቀዳማይ ርብዒ 2024 ዝተጀመረ መስርሕ ህንጸት ናይ'ዛ 200 ሽሕ ሜትሮ ኪዩቢክ ማይ ክተዋህልል እትኽእል ዲጋ 85 ሚእታዊት ከምኣተጻፈፈ ብምግምጋል፡ ኣብ'ዚ እዋንዚ መጠን ትሕተባይታዊ ማይ 90 ሽሕ ሜትሮ ኪዩቢ ከምዝሓዝሞት ኣረዳእ።

ስእሊ - ዮውሃንስ ሙበራሀቲ

ድሮ ኣብ'ቲ ከባቢ ዝርከብ ልዕሊ 38 ዓሊታት ከምዝመልኦ ዝጠቐሰ ኢንጂኒር ቢንያም፡ ሓረስቶት ብዘዘሪ ማይ ከልምዑ ጀሚሮም ምህላዎም፣ እዚ ድማ ኣብ ዘሕይዶዎ ንጥሪታትን ኣብ መሳብርኦምን ኣበርክቶ ከምዝነበሮ ገሊጹ።

ኣብ'ዚ ክፍሊሰራዊት 60 ሌተናል ኮለኔል የሱፍ ሃይለ ብወከፍ፡ እታ ዲጋ ቦጺሓቶ ዘሎ ደረጃ ንፍናን ናይ'ቶም ኣብ'ቲ ስራሕ ተዋሪሮም ዘሎዉ ኣባላት ሰራዊት ዝምህዳር ምኳኑ ብምጥቃሱ ብዘቐልጠፈን ብዘጽፈፈን ንኽነብዘሎ ኣበርቲዕም ከምዝሰርሑ ኣረጋገጸ።

ኣልማዕቲ ጀራዲን ድማ እቲ ከባቢ ርኡይ ሕጽረት ማይ ስለዘጋጠሖ እቶቶም ብኡሉታ ደጽሎ ምንባሩ ብምዝኮር፡ እታ ዲጋ ኣብ ምትፍፃት እቶቶም ልዑል ኣስተዋጽኦ ከምእትገብር ሓቢሮም።

ኣብ ንኡስ ዞባ ኣፍርያ ዝተርከፍ ምምሕዳር ከባቢ ድርፎ፡ ልዕሊ 650 ሰድሪቢታት ዝሰበርኦ ኩዴት፡ ካብ ኣስመራ ንሽሽክ ሶሚን 17 ኪሎሜትር ርሒቕ ይርከብ።

ደቡብ - ተራን ኣበርክቶን ውዳበታት ህግደፍ ክሕይል ጻውዒት ቀሪቡ

መደባት መንግስትን ግንባርን ብዘዎኹ ዕሳሙ ንኽወቅሑ ተራን ኣበርክቶን ውዳበታት ህግደፍ ክድገፍሉ ኣመሓዳሪ ዞባ ደቡብ ጸዊዑ።

ኣብ 2024 ብህግደፍ ንዘተዓመ ንጥሪታት ንምምምጋም ብ14 ጥሪ ኣብ ዝተኻየደ ኣኼባ ኣብ ዝሰመየ ቃል፡ ኣቶ ሃብተኣብ ተስፋጽዮን፡ መሪሕ ተራ ውዳበታት ህግደፍ ኣብ ምዕዋት ዝተተሰመሙ መደባት ልምዓትን መስተን መሳረታዊ ስለዘኾኑ፡ ብዙሓደለ ክድፋዕሉ ከምዝግባእ ገለጹ።

ጹሓፊት ህግደፍ ዞባ ደቡብ ወ/ሮ ኣመተ ንገሰ ኣብ ዘቕረቡዮ ጽሑፍ፡ ኣብ 2024 ብዝተዋህዳ ዝሓሸ ማሕበራዊ ፖለቲካዊ ውዳበታት ንምቁም ከምኡ'ውን ንቕሓት ህዝቢ፡ ዘርፂ መደባት ከምኡ'ውን ንቕሓት ህዝቢ፡ ዘርፂ ክፍሊ ከምኡ'ውን ንቕሓት ህዝቢ ብምዝዝ፡ ሰድራ ስወኣት፡ ጸገማትን ካልኣት ወሳኒትን ንምኽንዛብ ዝተኻየደ ወፈራታት ዝምህሮን ምንባሩ ሓቢሩ።

ፖለቲካዊ ንቕሓት ብምዕባይን ስጠም ውዳበታት ብምሕያልን ተሳትፎን ኣፍራይነትን ዜጋታት ንምዕባይ ኣብ ከብን ንኡሳን ዞባታት ብዕቡብ ከምኣተሳርሓሉ ዝጠቐሱት ወ/ሮ ኣመተ፡ ዝ. ብምዕቃብ ንምምዕባሉ ብወላደት ክሰራሕ ኣዘዋኽኑ።

ኣብ'ቲ ኢጋጥሞ ንውድቀወን ኣንዳሕኑት ቅርኒ ዘሎ ንቕሓት ሕብረተሰብ ብምብራኹ፡ ኣብ 2024 ዕወት ንጥሪታት ምድሓን ቅርኒ ከምኣተገዳደሩ ዋና ዳይረክተር ክፍሊ ባህልን ስፖርትን ኣቶ ኣብርሃም የወሃኒ፡ ብ15 ጥሪ ኣብ ከተማ መንደፈራ ኣብ ዘቐደዶ ርክብ ገለጹ።

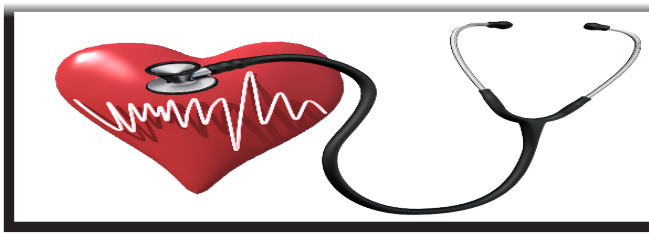
ኣብ'ቲ ዝተጠቐሰ ዓመት፡ ብምትሕብባር ክፍሊ ባህልን ስፖርትን ዞባ ደቡብን ክኢላታት ኮሚሽን ባህልን ስፖርትን ዳህነዊ መጻናዕትታት ስኒቅርነን ከዕታን ከምኣተገዳደ ዝሓበረ ኣቶ ኣብርሃም፡ ካብ ህዝቢ ብዘተረኽበ ሓበሬታ ኣብ እግራመኸል ዕወት ከዕታ፡ ኣብ ዓዲ ክንዝሩብ ናብ ከወሓ ኣብ ዝተቐየረ ገረብ ከኣ ዳህነዊ መጻናዕቲ ከምኣተገብረ ኣብርሀ።

ብዘይ'ዝ፡ ስኒፕንታዊ ዳህነን መጻናዕትን ኣብ ሃም ደብረ ኣብነ ለባናስን ሓሓዮ ከምኡ'ውን ኣፈናዊ መጻናዕቲ ቅርስታት ኣብ ፎርቶ ኳዳርናን ከስከሰኑ ገለ ካብቶም ዝተሳሳሉ መደባት ከምዝኾኑ ኣሒዙ።

ንጥሪታት ስፖርት ኮመልከቲ ድማ ክሰቦት ቅድድም ብቕክሊታን ኣትሊቲክስን ኣብ ምምልማል ሓደስቲ ስፖርታውያን ተጸማጊደን ከምዝለዋ ብምብራኣ፡ ሕጽረታተን ንምምላእ ተራ ኮመሓደርቲ ንኡሳን ዞባታትን ሓለፍቲ ኣህዳጉታት ስፖርትን ባህልን ነቦንዘ ተማሕጺኑ።

ተሳተፍቲ ብወገኖም፡ ዞባዊ ቤተ-መፃሕፍት ዝቐመሉ መገዲ ክፍደ፡ ኣብ ንኡሳን ዞባታት ኣብ ንጥሪታት ባህሊ'ውን ልዑል ኣተኮሮ ክዋበር፡ መስርሕ ምንጻፍ ሜዳ ስፖርት መንደፈራ ክቀላጠፍ፡ ሕጽረት ብቐክሊታ ተቐዳደምቲ ክፍታሕ፡ ከምኡ'ውን ንመማህሮ ስፖርት ዝኸውን ኢታዊታት ብዋበት ክፍጠሩ ተሳቢዖም።

ኮመሓዳሪ ዞባ ደቡብ ኣቶ ሃብተኣብ ተስፋጽዮን ኣብ ገለጦ መዘምረ ቃል፡ ዘሎ ሕጽረታትን ንምፍታሕ ምምሕዳር ዞባ ብዕቡብ ከምዝሰርሖ ገለጹ።



ጥዕና

ሱሌማን ኣሕመድ

ሽውሃት ኣልቦነት

ሽወሃት ኣልቦነት፣ ብሕቡምናዊ ኣዮልጻ ‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ (anorexia nervosa) ተዋሂሉ ደጋዋሲ፣ ብዋምዝበል ኣመጋግብ ዝፈጠረ፣ ትሕቲ ሚዛን ክብደት ሰብኡት ነም ዝህልወካ ዝዘብር ዓይነት ጥዕናዊ ጸገም እዩ፣ እዚ ክብደት ኻንሲትወሰኽ ፍርሒ ዝፈጥር ስኡኣምሮኣዊ ጸገም’ውን ተዋሂሉ ብኽኣሊታት ስኡኣምሮ ይግለጽ እዩ፣

ነዋዚ ዓይነት ጸገም ዘለዎም ሰባት፣ መብዘኑኡ እዋን ‘ክብደየም ከይወሰኽኑ ቅርጺ ኣሎዎም ከይበሎኖ’ ካብ ዝብል ኣተሓሳሰብ ኣብ ኣሎዎም ቀጻሊ ምክትታል ክብሩ እዮም ዝረኣዩ፣ እቲ ዝዘብርዎ ምዛጽጋር ልዕሊ ዓቐን ብዋኖኑ ድማ ናብ ዝኸፍኣ ስኡኣምሮኣዊ ጸገም ወይ ‘ፎብያ’ ይኣትወ፡፡

‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ዘለዎም ሰባት ክብደት ሰብኡዎም ከይወሰኽኑ መገዲ ከይበልዑ ንዋኢ ቅርጺ ኣሎዎም ከይሰኣሎ ካብ ዝብል ኣተሓሳሰብ ኣብ ኣሎዎም ቀጻሊ ምክትታል ክብሩ እዮም ዝረኣዩ፣ እቲ ዝዘብርዎ ምዛጽጋር ልዕሊ ዓቐን ብዋኖኑ ድማ ናብ ዝኸፍኣ ስኡኣምሮኣዊ ጸገም ወይ ‘ፎብያ’ ይኣትወ፡፡

‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ዘለዎም ሰባት ክብደት ሰብኡዎም ከይወሰኽኑ መገዲ ከይበልዑ ንዋኢ ቅርጺ ኣሎዎ ‘ከይሰኣሎ’ ዝብሎ ሓሳብ ክፈጥሩ ኣብ ዝኽእሉ ኩነታት ክብሩ እዮም ዝረኣዩ፣ ‘ክብደየ ከይወሰኽኑ’ ዝብሎ ሓሳብ ኣብ ኣእምሮ ክፈጥሩ ዝኽእሉ ኩነታት ‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ዝብሎ ስኡኣምሮኣዊ ጸገም’ውን ክፈጥሩ ይኽእሉ እዮም፡፡

ነዋዚ ዓይነት ጸገም ዘለዎም ሰባት፣ መብዘኑኡ እዋን ‘ክብደየም ከይወሰኽኑ’ ካብ ዝብሎ ሓሳብ ኣተሓሳሰብ ኣብ ኣሎዎም ቀጻሊ ምክትታል ክብሩ እዮም ዝረኣዩ፣ እቲ ዝዘብርዎ ምዛጽጋር ልዕሊ ዓቐን ብዋኖኑ ድማ ናብ ዝኸፍኣ ስኡኣምሮኣዊ ጸገም ወይ ‘ፎብያ’ ይኣትወ፡፡

ኣሎወን ሰምኒታወን ኣሊም ኣብ ክልተ ይመቕልዑ፣

ኣሎዊ ምልክታት

- ልዕሊ ንብር ምጕዳል ክብደት ሰብኡ፣ ወይ ንብር ኣሎዊ ብቕዓት ዘይምህላው፣
- ዘይሰሪዕ ሀርመት ልቢ፣
- ድኻምን ምስልክይ፣
- ሰኣት ድቃሱ
- ምድንዝዝ ኣሎነን ናብ ዕወሳት ምኢታውን፣
- ምፍጋሰን ምቁርሪጽን ጸጉሪ ርእሲ፣
- ኣብ ደቂ ኣእሎነዮ ዘንጥም ዘይንብር ምቁሪጽ ወርሓዊ ጸግዮት፣
- ቃዝ ከሰዉ
- ምንቃጽን ምብሮጊወን ቀርነት ሰብኡ፣
- ዛሕሊ ዘይምጽዋር፣
- ትሕቲ ንብር ዓቐን ጸቕጢ ይምፃ
- ደርቕት፣
- ምምላቕን ምስብርን ኣሎን፣

ጠቢሮን ባህርያወን ምልክታት ‘ኣንሮሲያ ነርቮሳ’

- ብዋጋም መገዲ ብዋቕናስን ትወስዶ ዓቐን ካሎሪ ከተገድል ምደላዩ፣
- ልዕሊ ዓቐን ኣሎዊ ምንቅስቓስ ምኻየድ፣
- ብዙደጋጋሚ ናይ መገዲ ሰዓታት ከይተመዝከ ምዘሎ፣
- ምስ ህዘቢ መገዲ ካብ ምቕራብ ምሕራም፣
- ብደጋጋሚ ኣብ ማስኒድት ብዋምልክት ቅርጺ ኣሎት ምቁጽጽር ወዘተ፡፡

መሳስ ናብ ሓኪም ኣቕርብ?

‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ዘለዎም ሰባት ናብ ሓኪም ክቕርቡ ኣይደልዩን እዮም፡፡ ስለዚ፣ ናብ ሕክምና ከይቀረቡ ናብ ዝዘኦሰ ጥዕናዊ ጸገም ከም ዝኣትዉ እዮም ሓኪይም ዘመልክቱ፡፡ ነዋዚ ዓይነት ጸገም ዘለዎም ሰባት፣ ኣየም መቕርቦም ኣሎልየም እዮም ናብ ሕክምና ከምርሕዎም ዝኾኑ፡፡

ዝኾነ ሰብ ኣዝም ኣብ ሳዕሊ ዝዘከቕሱ ምልክታት ምስ ዝህልዎ ወይ ‘ናይ ኣመጋግብ ጸገም ኣጥርየ ኣለኹ’ ኢሉ ምስ ዝኣምን ናብ ሕክምና ክኸይድ ከም ዘለዎ እዮም ሓኪይም ዝመኑሩ፡፡ ዘለኻ ‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ካብ መቕርብኻ ትሓቦኡ እንተለኻ ድማ ካልእ ሰብ ትኣምኖ ከዘዘራርብ ዝከእል እዩ

ጠንቂ ‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’

እቲ ንጹር ጠንቂ ‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ዝፍለጥ ኣይተሃሉ፡፡ ነም ካልኦት ጥዕናዊ ጸገምታት፣ ‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ስኡህየወታዊ፣ ኣእሎወን ነበብየወን ጠንቅታት ክህልዎ ከም ዝኽእል ግና ሓኪይም ይሰምምዑ፡፡

ስኡህየወታዊ (Biological)፡- ብኸመይ ዝበለ ጀነራዊ ህዋስ ከም ዝሃየብ ዘጽር ነገርኻ እንተዘጸኑ ‘ኣኖሪሲያ’ ዘለዎም ሰባት ግና ናይ ጀነራዊ (genetic) ምቅይያራት የርእዩ እዮም፡፡ ገለ ካብ ዘርእይዎ ጀነራዊ ለወጥታት ፍጹምት፣ ወይ ተኣፈፍቲ፣ ወይ ቅኑዓት ናይ ምኻን ጠበያት የኣቡነም፡፡

ኣእሎዊ (Psychological)፡- ‘ኣኖሪሲያ’ ዘለዎም ሰባት ዝዘምዝም ጥሜት ሽለል ብምባል ሽወሃየም ነጥጽዉ እዮም ዝረኣዩ፡፡ በዚ ዋላ ኣዘዩ ቁጠን ኣእሎዊ ትርኢት ይዝልዎም ዝወሰድዎ ዘለዉ ኣንብብ ‘ትኽክል እዩ’ ብምባል ንሰብኣም ነም ቅንዕቲ ይቕጽሩዉ፡፡

ኣብብየዊ (Environmental)፡- ኣብዚ ግዜ’ዚ ቁጠን ምኻን ብፍላይ ኣብዘን ዝምህበለ ምስራባውያን ሃገራት ነም ፋሽን እዩ ዝቐጽር፡፡ ዓወትን ሃብትን’ወን ምስ ምቕጣን ምግትኣነር ነም ዘለዎ ገይርም’ወን ይገልጽዎ እዮም፡፡ ብፍላይ ኣብ ደቃእሰነዮ ኻኽትቀጥን ብማዘና ዝፍጠር ጸልዋ ልዑል ምኻኑ መጽናዕትታት የመልክቱ፡፡

ንኣኖሪሲያ ነርቮሳ ተኣፈፍቲ መን እዮም?

‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ኣብ ደቃእሰነዮ ኣዝዩ ልሙድ እናኾነ ይመጽእ ነም ዘሎ መጽናዕትታት የመልክቱ፡፡ ‘ኣኖሪሲያ’ ኣብ ትሕቲ ዕድመ ህጻናት’ወን ብብዝሒ ይርኢ እዩ፣ ካብ ልዕሊ 40 ዓመት ዕድመ እዚ ጥዕናዊ ጸገም’ዚ ልሙድኻ እንዘዘዉ ኣብ ዝኾነ ክሊ ዕድመ ዝርከብ ሰብ ‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ነዮ’ሞ ይገልጽ እዩ፡፡

ሓልኻታት ‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’

‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ብዙሕ ሓልኻታት እዩ ዘለዎ፡፡ ሃንደበታዊ ሞት ነኸስል ይኽእል፡፡ እዚ ብሰኽ ዘሮንብር ሀርመት ልቢ ክስዕብ ይኽእል፡፡ እቲ ሃንደበታዊ ሞት ብዘይምዕሩይት ‘ኤሌክትሮላይትስ’ ነፍጠሮ’ወን ይኽእል እዩ፡፡ ሰደቕ፣ ፖታሲዩምን ካልሲዩምን ዝኣመሳሱ ማዕድናት ኣብ ኣኣስትና ዝህሉ ፈሳኒ ንምምህርራይ እዮም ዝጠቐሙ፡፡ እዚኣም ብዋቐናም ኣብ ኣኣስትና ምስ ዘዩሕልዉ፡ ሞት ነኸስል ዝኽእል ዘይምዕሩይት ‘ኤሌክትሮላይትስ’ ይፍጠር፡፡

ካልኦት ሓልኻታት ‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’

- ዋሕዲ ደም፣
- ጸምዲ ናይ ልቢ፣
- ምስብሮር ኣዕጽምቲ፣
- ምደነም ጭዋዳ
- ኣብ ደቃእሰነዮ፣ ምቁሪጽ ወርሓዊ ጸግዮት፣
- ኣብ ደቂ ተባእነዮ፣ ምጕዳል ሆርሞን ‘ቴስቶስተሮን’፣
- ጸገም ኩሊት፣

‘ኣኖሪሲያ ነርቮሳ’ ዘለዎ ሰብ ኣብ ሜዳ ምስ ዝኣቱ ኩሉም ኣካላት (organ) ሰብኡ - እንተላይ ኣእምሮ፣ ልቡን ኩሊትን - ነፃንዉ ይጅምሩ፡፡ ነቲ ‘ኣኖሪሲያ’ ብኣግኡ ምስ ዘይትቀጽሮ፣ እዚ ዓይነት ፀገወት ኣካላትዚ ክስተኣ ዝኽእል ኣዩዝዘ፡፡

ምንጪ፡- mayoclinic

ገለ ነጥብታት ኣብ ምሕላው ጥዕና ኣስናን

ኣስናንና ቅድሚ ምሕጻቡና ናብ ዓሪት ዘይምድያብ

ክኢሊታት ሰዒ ነም ዝመኽርዎ ኣብ መልእቲ እንተውሓደ ክልተ ሳዕ ኣስናንና ክንሕጽብ ይግባእ፡፡ መብዝሕናና ዝ. ምኽሪ’ዚ ዕሽሽ ብምባል ኣብ ክንሕን ኣስናን ተጉዳእቱ ክሕሕጽር ንርኢ ኢና፡፡ ቅድሚ ናብ ዓሪት ምድያብና ኣስናንና ብዘዎኦ ምስ እንምወዳ፡ ኣብ ምስእ መልእቲ ኣብ ኣስናንና ዝተኣከቡ ታህዋስያን (germs) ንምርባሕ ዝሕግዝ ተረፍ መገዲ ንምኣላይ የኽእሉ፡፡

ብዋበእ ኣስናንና ክንምወጽ ምኽኣል

ኣስናንና ንምምዋጽ ንኽተሎ ኣጋብ ወይ መንገዲ ኣብ ጽሪታን ክንሕን ኣስናን ኣጋዳሲ እዩ፡፡ ድኻም ኣጋብ ኣማእወዳ ኣስናን ልኡዕ ኣስናን ነም ዘይምምዋጽ እዩ ዝቐጸረ፡፡ ኣስናንና ክንምወጽ እንከለና እኹል ግዜ ክንሕቦ ይግባእ፡፡ ኩሉ ክፍሊ ኣስናንና ብበዎኣ ክንሓጽቦ የድሊ፡፡ ኣስናንና ብዋበእ ምስ ዘይንምወጽ ንምብሰኻኻየን ምምሕምሕን ኣስናን ነም ዘቃልዓና ነስኣተብሀል ይግባእ፡፡

መልሓስና ምጽራይ ዘይምርካህ

ንኣስናንና ዝዘሰዩ ታህዋስያን ኣብ መልሓስና ተዓቕብም ነጽንሑ ይኽእሉ እዮም፡፡ እዚም ታህዋስያን እዚኣም ሕማቕ ጨና ኣፍ ካብ ምፍጣር ሓለፍም ካልእ ጥዕናዊ ጸገምት ናይ ኣፍ ከስዕብልና ይኽእሉ እዮም፡፡ ኣስናንና ኣብ እጽርያሉ እዋን መልሓስና ብዋበእ ክጉሓጽብ ነም ዘለና ይግባር፡፡

እንጥቀመሉ መስጸብ ሰዒ (ክልጌት) ዝተመርጸ ምኻን

መስጸብ ሰዒ ኣብ እትመርጸሉ እዋን ዘለዎ ብቕዓትን ትሕዝዘን ከተስተብህሉ ኣጋዳሲ እዩ፡፡ ዝኾነ ዓይነት ይኹን ናይ ‘ፍሎራይድ’ (fluoride) ትሕዝዘ ዘለዎ ክኸውን ይምረጽ፡፡ ‘ፍሎራይድ’ ካብ ምምሕምሽ ኣስናን ዝከለኸል ኮሚኒቲ ወህይት እዩ፡፡

ብልጽ ‘ብራሽ’ ወይ መወጽ ምጥቃም

እንጥቀመሉ ዓይነት ‘ብራሽ’ ኣብ ዓይነቱ ብልጽ ክኸውን ይግባእ፡፡ ምኽንያቱ እቲ ‘ብራሽ’ ወይ መወጽ ኣብ ኣስናንና ተቕርቕሩ ንዘተርፍ መገዲ ንምውጻእ ጥራይ ዘይኮነ ኣስናንና ንምጽራይ ብቕዕ ክኸውን ይግባእ፡፡ እቲ ብራሽ ተረርን ዓጽቕን ምስ ዝኸውን ንዝጸልታት ኣስናን ክስድኦ ነም ዝኽእል ኣይዝዘንግሉ፡፡

ም ጉ ጽ ጓ ጽ ን ምስጸብን ኣፍ

ም ጉ ጽ ጓ ጽ ወይ ምስጸብ ኣፍ መልእታዊ ክንብር ካብ ዝገበሩና ኣጋብ ክኽእን ኣስናን እዩ፡፡ ብተደጋጋሚ ኣፍና ብፍላይ ድማ ድሕሪ ዝኾነ ዓይነት መገዲ ምወሳድና ምስ እንገጽገጽን እንሓጽብዎ፡-

* ኣብ ኣፍና ክህሉ ዝኽእል ኣሲድ ክስድል ይሕግዘና፡፡ ኣብ ኣፍና ዝህሉ ኣሲድ ታህዋስያን ብቕሲሉ ንኽራብሉ ይሕግዘ፡፡ ኣፍና ሕማቕ ጨና ክህልዎ ድማ ይጉብር፡፡
* ኣብ ኣፍና ዝተርፍ መገዲ ብኣግኡ ሰለ ዝጽረጉ ኣስናንና ብብራሽ ኣብ እንምወጽሉ እዋን ብቕሲሉ ነጽሪ ይሕግዘና፡፡
* ካብ ምብልዓነክ ኣስናን ድማ የድሕኑ፡፡

ኣስናናም ምምዋጽ ዘይክሉ ህጻናትን ሽምግሊታትን ምገጽጋጽን ምስጸብን ኣፍ እቲ ካልእ ኣማራጺ ክኽእን ኣስናን ምኻኑ ክኢሊታት ይገልጹ፡፡

ኣብዚ፡ ኣፍና ብኸመይ ኣጋብ ክንሓጽብን ንመስጸብ እንታይ ዓይነት ኮሚኒል ክንጥቀምን ነም ዘለና ምስ ሓኪይም ምምኽኻር ነም ዘድሊ ኣይዝዘንግሉ፡፡

ብቕጽሊ ማይ ምስታይ

ማይ ምስታይ ንሓፈሻዊ ጥዕናና ኣጋዳሲ ምኻኑ ብክኢሊታት ብተደጋጋሚ እዩ ዝግለጽ፡፡ ብብዝሒ ማይ ምስታይ ንጥዕና ሰናን ኣፍናን ኣጋዳሲ ምኻኑ’ወን ክንዝከሮ የብልናዮ፡፡ ድሕሪ ምምጋብና ማይ ምስታይ፡ ካብቲ መገዲ ኣብ ኣፍና ክተርፍ ዝኽእል ኣሲድን ካልእ ትርፍራፍን ክፈርገልና ይኽእል እዩ፡፡

ብዘይካ ሰኑይ መዓልታዊ እትሕተም ጋዜጣ

ዋና ኣሰናዳኢ

ብርሃነ ምሕረትኣብ

ምክትል ኣሰናዳኢ

ዓብደልቃድር ኣሕመድ

ቀ.ስ 116266 / 201820 (256)

ቦርድ ምስንዳእ

ዮሴፍ ሃይለማርያም

ምሉእብርሃን ሃብተገብርኤል

ተስፋኣለም የማነ

ቀ.ስ 201820 (250)

ፋክስ. 127749 - ቀ.ሳ.ጸ. 247

ለይ-ኣውት

ፍርቱና ኤፍሬም

ትንሱእ ፍስሃየ

ሳምራዊት ሃብተ

ምዝርጋሕ ጋዜጣ

ቀ.ስ.163471-07588045

ምልክታ

ቀ.ስ 125013 - ቀ.ሳ.ጸ. 1284

ማህደር ጀጋኑ

ሽሞንዲ ዑቕባሚካኤል

2ይ ክፋል

ወዲ-ማጆር፡ ነጻብራቕ ጅግንነት ተጋዳላይ

ወዲማጆር ኣብ ቤትማሕበርቲ ተሓኤ ዝጽንሓሉ ግዜ መምህራኑ ሃደሮምርያም ብልዕዋ ስልጣን ድሕሪ ምሜካጡ ጽሑፍ እግሪ ንምፃፍል ኣየታት ንምሓዝ ሓደሽ ዝምድናታት ዝምህርቶሉ ዝበረ ዓመታት እዩ፡ ሽው ጸላኢ ነቲ ናብ ዓወት ዝዘምገመ ሰውራ ኤርትራ ተቖጻጺሩ ናብ ብዮል ሰሜይቲ ዝነበሩ፡ ብወገን ተሓኤ'ውን ንእምሓጀር ኣብ ወርሒ ጥሪ ንዝነሄይ ኣብ ወርሒ ማዝዮት ተቖጻጺሩ ናብ ከተማታት ደቡባዊ ምዕራብ ኤርትራን ኣቕርደትን መሪሑ፡ ኣብ ሓደ ወግዒ ግጥሞት ሕሰፍ ዝኸት ተወፋይት ከርኢ ጀመሩ፡ እታ ብርጌድ ናብ ከተ ብምወጽኡ ኣብ ወግዒት ዓመጻ ንምግባደያ፡ ... ብርክት ዝበል ግጥሞት ኣካይዳ፡፡

ሰራዊት ህዝቢ ግንባር ማእረማዊ ናይ ከተ ወተሃደራዊ ግጥሞት ኣብ ሰሜ'ውን ሓያል መጥቃዕቲ ፈጢሩ፡ ካብ ጋሕሊላይ ደግድግታ ናብ ክልተ መኣዝን ዝቐንዐ ወፍሪ ኣቐዲዱ፡ እቲ ሓደ ናብ ደንበ፡ ጊንዳ ዝሓሰት ሰይድቲን ማይሓብርን ዝቐንዐ፡ እቲ ካልኣይ ደግ ናብ ወደባዊት ከተማ ባጽዕ ኣንፈታት ዝሓዘ ወፍሪ፡ እቲ ናብ ምብራቕ ኣስመራ ኣንፈት ዝሓዘ መጥቃዕቲ ኣብ ወሽጊ ሰስት መዳልያት ጀምሪ ጸሪሮ ክሳብ ሰይድቲ ክጽሕ ከሎ፡ ኣብ ወርሓት ሕዳርን ታሕሳስን ናይ 1977 ደግ ዝጠበሕ ነፋሳት ወደባዊት ከተማ ባጽዕ ተታሕዘ፡፡

በዚ ምኽንያት፡ ኣስት ሓይልታት ብርጌድ 23 ኣውን ከም ካልኣት ኣሃዳታት ኣብቲ ዓወደወግዒ ንምስታፍ ከበሃን ቆላን ይጉዕዝቕላ ነይረን እዮም፡ ወዲማጆር ከኣ መሳርያ መረሑ ኣብ ዝተፈለለዩ ግጥሞት ተሳተፈ፡ ኣብ ሰሜር ኣብ ሱሓርቲ፡ ኣብ በዛዘን ካልእን ኣብ ጸዐቕ መጥቃዕትን ምስልኻልን ተፈተሑ፡ ቡቲ ኣብ ባይታ ዘርእዮ ዝበረ ተወፋይት፡ ብቐዳትን ናይ ምውጋእ ወትን ከኣ ምስየም ብሕጽት ተዋጋእቲ ንኽስራዕ እናልሐ መጽኡ፡ ኣብ ሱሓጠት መጥቃዕቲ ሰሜር ክልተ ግዜ መውጋእቲ ኣጋጠሞ፡ ኣብ ሓደ ወግዒ ግን ከኣ ኣብ በዮት ቦታ እዩ ዝተወገሩ፡ ብማሳረት ኣብቲ ዓወደወግዒት ዘርእዮ ዝበረ ምንቅስቓስን ዘመዛዘን ዝበረ ኣስተዋጽኦኡ ወግዒ ንወዲማጆር ከም ሰፕፐት መሳኒ፡፡

ሰራዊት ኤርትራ ብዘይካ ዓሰቡ ዓዲቓይሕ ባረንቱ ኣስመራን ከፊል ወደባዊት ከተማ ባጽዕን ንዘሰፍሐ መሬት ኤርትራ ተቖጻጺሩ፡ ኣብዚ መድረኽዚ እቲ ውድብ ዓቕሚ ሰቡ ደለበ፣ ኣብ ዓወደ ወግዒ ብዘሰለዎም ወተሃደራዊ ንዋት፡ ብፍይትን ብክሽን ንጹሕኢ ተወዳደርኑ፡ እቲ ወተሃደራዊ ጸወታ ኣብ ኣፋፊት ርእሲ ከተማ ሃገር (ኣብ ኣስመራ) ከኣ፡ ስርዓት ደርግ ኸኣ ኣብ ምድሪ ኤርትራ ናብ ወሰናት ከይማታት እናተጨበጠ ኣብ ከበባ ኣተወ፡ እንተኾኑ ወላኻ ንጹሕኢ ብዓዋትን ክቶጽሮ ኣብ ዝጽንሐ መሬትን ዝፍ ክሳራ እንተ ኣጋጠመ ኣብ ናይ ወጽኢ ዲፕሎማሲያዊ ዝምድናታቱ ግን ዘተሰፉ ባይታ ክሕንብ ጀመሩ፡

ብርግጽ፡ ከናት ኤርትራ ብኸምቲ ኣብ ሓምሲ 1976 ብራዛ ፕሮጀክት ዝፈተኖ ወተሃደራዊ ወፍሪ ክድምደም ከም ዘይኽእል ሓደ መረዳእታ ወሲዱ እዩ፡ ብዘይተሳለመ ሓደጋታይን ድሕር ብረትን ተጠቒምካ እቲ ከናት ገኒጋ ከርኢ ከም ዘይኽእል ስለ ዝተረድኡ ከይተወሳወለ ንዓኡ ምስ ምዕራባዊ ዓለም ንዘንሓ ዝምድና ከም ትብጥኽ ገይሩ ዝያዳ ከርብሓሂዩ ኣሉ ምስ ዝመረጹ ደምብ ማሕበርነት ዝምድና ማሳረቱ፡፡ ማሕበርነታዊ ደምብ'ውን ኣብ ደናጕሽት ማዕጹ ደው ኣሉ ነጽበ ዝንሐ ማሳሩ፡ ምኽንያቱ እቲ ውሳኔ ነፍጋምን ካብ ሕብረት ሶቬትን ሰዓብታን ሀጹጽ ወተሃደራዊን ቀነጠለወን ደኹ ናብ ስርዓት ደርግ ክወሕዝን ቅጽበታዊ እዩ ነይሩ፡፡

ሕብረት ሶቬት ክሳብ ምምጻእ ደርግ ንኣማል እያ ክትድግፍ ጸኒሓ፡ ሰውራ ኤርትራ ከተማታት ተቖጻጺሩ ጉልበቱ ኣብ ዘርኪሱ ግዜ ግን ብኢጋጥሚ እቲ ዝምድናታት ተቃለጠ፡፡ ደርግ ምስ ማሕበርነት ዲፕሎማሲያዊ ዝምድና ማሳሪቱ ሰዓቡ ቀጥታ ዝፍ ወተሃደራዊ ደኹ ክቖብል በቕዐ፡፡ ወደባት ኤርትራ ኣልቢ ዘይብለን ታሕጋትት ኣቕሑ ነሪ'ቲ መዳናዕን ብዘዐዓ መራኽብ ኣብ ምኢንጋድ ተጀምዳ፡ ኣህጉራዊ መሳርያ ነሪ'ቲ ኣዳሲ ኣባኑ ሶቬታውያኑ ከኣ ደ ደሞናውያንን ምብራቕጀርመናውያንን ብሓፈሻ ብኣልጠንትን ኣማሪከንን ማሕበርነታዊ ደምብ ኣለሎቕቑ፡፡ ከም ወጻኢ'ቲ ደግ ሓዋሲሽን ንሞራል ህዝቢ ባይታ ኣዝዩ ጥቡ ኤርትራ ከም ሃገር ካብ ካርታ ዓለም ምሕኻ ዝብል ሓድሽ ኣጀንዳ ሐዙ ኾቶ፡፡

ኣብ 13 ሰሉ 1978 ብዋጋሁ ስርናይ ዝጀመረ ቀዳማይ መራር ኣብ 13 ሓምሲ ናብ ወደብ ባጽዕ ኣሰፊሑ፡ ብምብራቕን ደቡብን ኤርትራ ኣስታት 130 ሽሕ ዘመናዊ ዕጥቂ ዝጠቐመ ስለም ሰራዊት ኣሰለፈ፡፡ ብደቡብ ንዝወሪረ መራር ጸላኢ ክብድህ ዝተሰለፈ ሓይልታት ህዝቢ ግንባር ከኸሊ'ኸሉ ካብ ሽወዳ ሓይልታት ኣይሓልፍን ነበሩ፡ እዚ ኣሃዳታትዚ ገለኡ ካብ ባጽዕ ተሳሒቡ ናብ ደቡብ ዝተደረበ እዩ፡ ኣብቲ ግዜ'ቲ ወላኻ ጸላኢ ዝተዳለወ ዓቕሚ ሰብ ኣሰለፉ ክሳብ ኣፍዮ ካኡ ዘመናዊ ኣጻዋር ዝጠቐመ እንተኾነ ግን ህዝቢ ሰራዊት ብዝወሰዶ ጸረመጥቃዕቲ ንጸላኢ ጸራሪት ክሳብ ዕዲጋ ረብሖን ዕዲጋ ሓመሳን ትግራይ ብምደፋእ ቡታተሩ፡፡

ከኒታት ወተሃደራዊ ምዕቡል ኣብ ደቡብ ኣብ ነፃዚ ኸሎ፡ ኣብ ከበ. ኣስመራ ዝበረ ሰራዊት ኤርትራ'ውን መጥቃዕቲ ኣቢሉተዉ፡ ንኡቡት ኣብ 06 ሓምሲ 1978 ኣብ ሶሜን ኣስመራ ሓደል መጥቃዕቲ ስተምቲ ወሲዱ ነይሩ እዩ፡ ሓይልታት ህዝቢ ግንባር ኣብ ልዕሊ ኣብ ንምግባደርያ ዓሪዱ ዝበረ ጸላኢ ብዘሬኒዎ መጥቃዕቲ ንዝዝ ተቖጽጺሩ ናብ ዓዲ'ንዓሰ ተጸዊዑ፡ ጸላኢ ኸኣ እቲ ንኣስመራ ኣወሓሰኻ ንተጋደልቲ ካብ ከበ. ዓበይቲ ከተማታት ምጽራግ ዘጠሮ ወራር ብተጋደልቲ ከይቅደምን ከይምንጠልን ብቐንዳ ኣስመራ ኣብ ኢድ ተጋደልቲ ከይተወደቑን ረዕዲ ኣተዉ፡ መጥቃዕቲ ሶሜን ንጸላኢ ከበድ ነበረ፡፡ ተጋዳላይ ጻዊት ወዲማጆር ደግ ኣብዚ ወግዒ'ዚ ንራብዓይ ግዜኡ ቁሰሉ ናብ ሕክምና ፍልፍል ወረዱ፡፡

ወዲማጆር ምስቲ ኸኣሉ ዘጋእዮ ዝበረ ጅግግኑ፡ ግን ሓንቲ ጸገም ነበሮ፡፡ ንኣ ደግ ብሃነኽ ዝበሮ ዋዕን ሕሰፍ ናይ ምውጋእ ወሲን ኣብ ግዜ ወግዒ ንመሳርያ ጠንጠኑዋ ንቐድሚት ብምሕሰፍ ኣደነበኡ ምስ ጸላኢ ኣብ ናይ ግጥም ህልኽ ደጽመድ'ሞ ትኸላወን ጋድማወን ርኢቡ ቡቲኡ ኣብቲ ዓወደወግዒ ደፀንድር፡ ብዘዓ'ዝ ጥይት ከም እቲቕ'ትልን ዝልኣሎም ህደወትካ ከም እብልዕን ረሰቡ ከም ዕቡድ ኣብ ማዳ ወግዒ ይድብል፡፡ ካብ ግዜ ናብ ግዜ ኸኣ በም ጠበዳ'ዝኣየም እናተፈልጠን ሰሙ እናዝዘን ነበቢ ጀመረ፡፡

ወራር ጸላኢ ኣብ ዶባት ደቡብ ጥራይ ዝተደረተ ኣይበረሽ፡ ወላኻ ኣብቲ ግንባር'ቲ ጸበቕቅ ገይሩ እንተ ተዓሊክ ድሕሪ ወግዒ ደቡብ ሓደ ወርሒ ሸዲሑ ብቖልእ መኣዝን ዝፍ ወራር ኣባኑ፡ እዚ መጥቃዕቲ'ዚ ብምብራቕ (ብወደብ ባጽዕ) ዝቖመ ኩዴት ብሓገዝ ወተሃደራዊ መራኽቡ ሄርቲ ነበድቲ መዳናዕን ብዩመናውያን ዝምራሓ (ዝዘወራ) ታሕጋት ሪሻን ዝተሰዋዐ ስለ ዝበረ ኣመና ነበድ ኩኑ፡ እተን ኣቕዲመን ኣብ ባጽዕ ዓሪደን ዝበራ ናይ 23ን ናይ 70ን ክልተ ብርጌዳት ህዝቢ ግንባር ናብ ደቡብን ናብ ግንባር ሶሜንን ተጓዕዝቑነን ስለ ዝጽንሑ ዓቕሚ ቦጥሊታት ሰራዊት ህዝቢ ግንባር ኣብ ባጽዕ ምስቲ 505 ግብረሃይል ዝተዓወለ ሓሳስት ሰራዊት ጸላኢ ብዓቕሚ ሰብን ዕጥቕን ሪጸሙ ኮዳ ኣዲኑ'ሎ፡ በዚ ምኽንያት ደፋዓት ተጋደልቲ ባጽዕ ተሰደዱ እቲ ግንባር ናብ ደሴ ሱሓቡ፡፡

ጸላኢ፡ መቖጽልታ ናይቲ ብደቡብን ብምብራቕን ዝኸፈቶ ቀዳማይ መራር ካብ ሜኒል ሃገር ኢትዮጵያ ናብ ኤርትራ ዝተሳኣነ ሰራዊት ዝዓረት ኣጻዋርን ሰንቅን ቀጻሊ ኣብ መሳርጎ ሄርቲ ኣስመራ ደራሽ ነበሩ፡ ኣብ ዓዶም ዘሎት ከበ. ዝተተኽሉ ከበድቲ ብረት ህዝቢ ግንባርኸ ነቲ መሳርጎ ሄርቲ ይዛርሞን የተዓናቕፎን እንተ ነበሩ ግን ጸላኢ ካልእ ኣማራጺ ስለ ዘይነበሮ መጠን ዘይነበሮ ወተሃደራዊ ንዋትን ሰራዊትን ኣእተዉ፡ እዚ ሓይሊ'ዚ ኣብ ከበ. ኣስመራ ንዝበረ ደፋዓት ተጋደልቲ ነፍርስ ንዝበረ ኮይኑ ኣድላዩ ዘበለ ምቅርራብ ምስ ወድኡ ተሓኤ ብዘፈረዱሉ ሽሽክ ምዕራብ ኣስመራ ናብ መቐርነን ዓዲንኣምንን መጥቃዕቲ ፈጸሙ፡ ምፍራስ ዓሪዱ ዝበረ ጸላኢ ብዘሬኒዎ መጥቃዕቲ ንዝዝ ተቖጽጺሩ ናብ ዓዲ'ንዓሰ ተጸዊዑ፡ ጸላኢ ኸኣ እቲ ንኣስመራ ኣወሓሰኻ ንተጋደልቲ ካብ ከበ. ዓበይቲ ከተማታት ባርነን ዝዝ ወፍሪ ብምወሃዝድ ካልኣይ ወራር ንምክያድ ዝዘዓጸፈ ዓቕሚ ብምህሳፍ ምብራቕን ናብ ከተማታት ባርነን ዝዝ ወፍሪ ብምወሃዝድ ካልኣይ ወራር ንምክያድ ዝዘዓጸፈ ዓቕሚ ብምህሳፍ ናይ ዝተፈላለየ ብርጌዳት ህዝቢ ግንባር ተሰለፉ፡ ከበድ ማሳዊኦ ከኣ ከሎ ንጹሕ ዓዲ ንጹሕ ዓዲ ብዝ ዝ ዝ

ሕብራዊ ሕብርዒ

ሃብተሚካኤል ዕቑባስላሴ

ሕማም ዝከላኸሉ መግብታት

ነፍሲ ወከፍ ዓይነት መግቢ ካብ ካልእ ክፈልዮ ዝኽእል ትሕዝቶታት አለዉ። ገለ ዓይነት መግቢ ድማ ናይ ሰብነትና መላለኽሲ ሕማም ኣብ ምብርታዕ ዝጠቕሙ ፍልይ ዝበሉ ትሕዝቶታት ዘለዎም አለዉ። ገለ ካብኣተዎም ከኣ ብቐረብ ክንረክቦም ንኽእል ኢና።

• **ስፒናቺ**– ዓይነት ሓምሊ ኩይኑ ናይ ኣዕሳትና 'ዳኤንኤ' ክጥድኡ እኽሊ ገጽግን ትሕዝቶ አለዉ። እዚ ፎሊት ዝበሃል ትሕዝቶ ሓደስቲ ዋህዮታት ኣብ ምህራሕ ይሕግዝ። ብዘዓዝ ንሕምምት ልብ ዝጠቕሙ 'ኣንቲ ኦክሲዳንት' ዝበሃል ትሕዝቶ አለዉ።

• **ሽዑርቲ ጸዓዳ** መድሃኒታዊ ጥቕምታት አለዉ። ኤች ፓይሎሪ ንዝተባህለ መዓናጠን ከህዉን ዘቕኑል ባክተርያ ኣብ ምጥቃዕ ሓይሊ አለዉ። ኣብ ሽዑርቲ ጸዓዳ ብፀዕቂ ዝርከብን ጨናዊ ዝዝብርን ሃይድሮጅን ፐልፋይድ ዝተባህለ ቀመም አለዉ። ኣሎሳትና ዝዚ መርከም ቀመም ብዘድልዮ መጠን ባህሉ ይሰርሕ እዩ። እዚ ቀመም እዚ ንኽምብቡታት ይም ኣዘንዩ ዋሕዚ ይም ብዋበት ከማዝመሓላልፉ ዝጎብርም እዩ። እዚ ኣብ ሽዑርቲ ጸዓዳ ብብዝሒ ዝርከብ ቀመም ናብ ኣሎሳትና ከም ተወሃኪ ኩይኑ ክኣቱ እኽሊ ኣሎ ኣብ ኣሎሳትና ክፈሪ ገዳጊ ብዘይዳ ከም ዝወጽእን ካብ ዝተፈላለዩ ሕምምት ናይ ምክልኻል ኣቕሚ ክብ ከም ዝብልን ይጎብሮ።

• ስርናዩ ኣቕወማ ሓንቲ ፍረ ስርናይ ምስ እንርኢ፡ እቲ ግዳሚዊ ገፊል ኩሉቕቕ ዘይክኽል ጽሕብ መሳል መሻፈኒ ክህልዎ እኽሊ ብትሕቲኡ ግና ልዑል ክፈሪ ገጽጊሕ ብዘይዳ ከም ዝወጽእን ካብ ዝተፈላለዩ ሕምምት ናይ ምክልኻል ኣቕሚ ክብ ከም ዝብልን ይጎብሮ።

• ስርናዩ ኣቕወማ ሓንቲ ፍረ ስርናይ ምስ እንርኢ፡ እቲ ግዳሚዊ ገፊል ኩሉቕቕ ዘይክኽል ጽሕብ መሳል መሻፈኒ ክህልዎ እኽሊ ብትሕቲኡ ግና ልዑል ዓቕሚ ክብ ከም ዝብልን ይጎብሮ።

• **ካውሎ**– ካውሎ ጥዕና ኣብ ምዕቃብ ዝጠቕሙ ማእሊያ ዘይብሉ ትሕዝቶታት አለዉ። ካውሎ ብጥሪኡ ክትብልዕ እንተኾይኑ ብረሳሕ ማይ ዝዓበየ ከይኑ ጥንቃቐ የድሊ። ሓምሊ ካውሎ ከም ጸረ-ረኽሰን ነድርን የገልግል። ትሕዝቶ ላክቲክ ኣሲድ (lactic acid) ስለ ዘለዎ ታሕተዋይ ኣካል ናይ ረቦድ መንገጣ ካብ ረኽሲ ይከላኸለሉ። ቃዝ ርኢሲ የህድእ - ካብ መጥቃዕቲ ናይ ካንሰር ይከላኸልን ንኽልኦት ናይ ቁጋቦት ሕምምት ይፍወሶ።

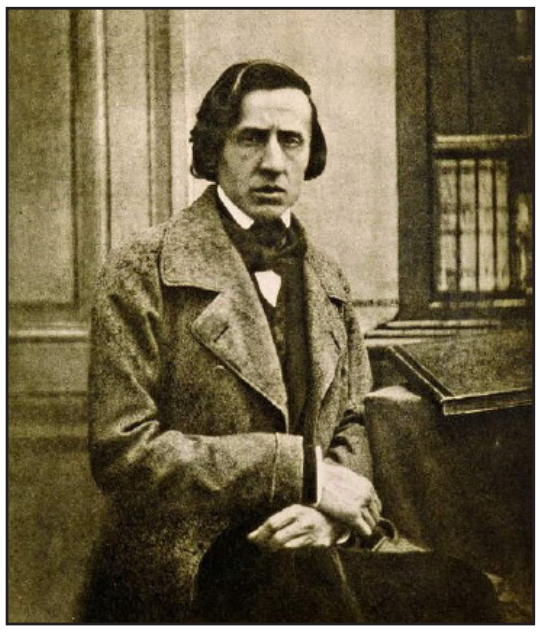
• **ብርሞቕ**– ኣንቲ ኦክሲዳንት ዝተባህሉ ንበዝሓ ሕምምት ዝከላኸሉ ትሕዝቶታት አለዉ። ካልኦት ንረኽሲ ዝከላኸሉን ኣሎሳት ኣብ ምኽልኻል ሕማም ዘበራትዑን ትሕዝቶታት'ውን ይወሃቡ። ብርሞቕ ረሳሕ ሰብኣን ካልእ ርኡሳት ኣሎሳትን ዝሞግሑ 'ኣንቲ ኦክሲዳንት' ብብዝሒ ስለ ዝርከቡ ኣሎሳት ኣብ ምጽራይ ጥቕሚ ከም ዘለዎ ክኢሊታት የረድኡ። ብዘዓዝ ድርቅት ከቃልል ይኽእሉ።

• **ምዃር ድንሽ**– እዚ ዓይነት ድንሽ እርጋን ዘደናጉ ገለ ዓይነታት መንሽሮ ዝከላኸል ትሕዝቶ ኣብ ርኢሲ ምሓዙ ንዋሳና ልቢ ዝጠቅም ትሕዝቶታት ከኣ አለዉ። ኣብ መዓናጠን ከህዉን ክረኣዩ ዝኽእሉ ሕምምት ዝከላኸል ጸዓቕ ትሕዝቶ ጸሕጊ አለዉ። ምዃር ድንሽ ብርኃት ዝበለ ትሕዝቶ ፖታሽዩም ይርከቦ። ፖታሽዩም ሕምምት ልብን ጸቕጢ ደምን ዝከላኸል ኣብ ርኢሲ ምኳኑ ትሕዝቶ ፈሳሲ ኣሎሳትና ሚዙ ክሕሉ ይሕግዝ። ፖታሽዩም ቃዝ ጭዋዳታት ከይፍጠር'ውን ይከላኸል።

ዓቕሚ ኣእምሮ

ኣብ ዝበዝሕ መጽናዕትታት ዓቕሚ ናይ ኣእምሮና ምስእ ብምስእ ከም ዘይጥቀመሉ'ዩ ዝዝረጽ። በዚ መጽርር ዓቕሚ ማዘር ኣእምሮና (memory) ደረጃ ኣልቦ ምኳኑ ኢና ክገርዶ እንኽእሎ። ሉቒዮስ ስቕፒዮ (Lucius Scipio) ኣሎዎት ናይ ብምልኡ ህዝቢ ርማ ክዘር ይኽእል ነይሩ። ሳይርስ ዝብሃል ዝበረ መሪሓ ስራዊት ኣሎዎት ናይ ብምሉኣም ዓሻሽሩ ብዘይ ጸገም ክጠቅስ ይኽእል ነይሩ። ካልእ ሰብ ዝበዝሕ ሚጽናዕቲ ፈለስፋ'ውን ሓንኣብ ክልተ ሽሕ ቃላት ድሕሪ ምህዳሮ ክዘርን ክድግሞን ይኽእል ነይሩ ዝበረ ይፍለጥ። ኣእምሮና ኣብ ናይ ምዝርር ስራሕ ምስ እንጠምዶ ናይ ምዝርር ክእለትና ዝያዳ ክብ ክብል ይኽእል። ኣእምሮና ልክዕ ከም ናይ ጭዋዳታትና ባህሪዩ ዘለዎ። ከም'ቲ ጭዋዳታትና ብኽንብር ምወሰዋኑት ዝዋዝር ዝኽሪ ኣእምሮና'ውን ከም'ኡ'ዩ። ኣብዚ ክዋገዝ ዝኾኽ ግን ድኽም ወይ ዘይረብኽ ኣእምሮ ዝብሃል ከም ዘለ'ዩ። እቲ ፍልልይ ኣብ መዝ ምጥቃምን ዘይምጥቃምን'ዩ ዝምኪንሉ። ገለ ሰብ ቀጽሪ ተለፍን ክዘር ዝኽእል ሰዎን ምህሊ'ጹን ግን ዘሎዎ ክኸውን ይኽእል'ዩ። ገለ ደግ ብኣንጻሩ ጹኑዕ ምህልኻን ቀብ ኣብሉ ቀጽሪ ተለፍን ምዘር ግን ሕርብኡ ይብሎ። ብኻልእ ሽኽ ገለ ሰብ ቅልጠፍ ናይ ምቕላብ ክእለት ዘለዎ ንዘዊ እዋን ክሕዝ ግን ዘይክእል ኣሉ። ብኣንጻሩ ድማ ንዘዊ እዋን ክዕቅቡ እናኽእሉ ምቕላብ ዘሎዎ'ውን ኣሎ። ኣእምሮ ዝበዝሕ ግዜ ዝርሕ ስራሕ ዝያዳ ክዘር ይኽእል። ንኡሳት ኣሎሳይቲ ብዘደጋም ኣብ ሓደ እዋን ንበዝሓ ሰብ ክዝዘ ይኽእላ'ዮ። ንዘዘ እዋን ግን ንዝተዛዘሙም ክዘርንም ኣይኽእሉን። ምናልባት ኣድኃይት ስለ ዘይብሉ ክኸውን ይኽእል'ዩ። ግን ብሃሳኽ ዝዘርሕኡ ስራሕ ቀልጠፍ'ካ ናይ ምቕላብ ብልጫ ኮይኑ ይኽእሉ። ዝኸኣ ሰብ ኒቲ ክዘር ዝደሊ ምስ ቅድሚ ሕጂ ዝፈልጦም ነገራት ብምትእስሳር ብዘይ ጸገም ክዘርም ይኽእል። እዚ ዝኸኡሉ ቀንዲ ምኽንያት ከኣሉ ብህዋኻትና እንቕብሎ ሓበሬታ ደቃቕ ስለ ዝኾኑ ዝኽእልና ወይ ምስ ምድግጋም ኣብቲ ንቕሕ ክፈል ክህሉ ዝኽእሉ ጥራይ ኢና ብዘደጋ ክንዝርሮ እንኽእል። እቲ ብዘተፈላለዩ ምኽንያታት ኣብቲ ንቕሕ ክፈል ኣእምሮና ክህሉ ዘይኽእሉ ድማ ብቐላሉ ክንዝርሮ ኣይንኽእልን።

ፍረደሪክ ሾፐን



መዚቓኛ ፍረደሪክ ሾፐን ብ1801 ኣብ ፓላንድ ተወልዲ። ሾፐን ገና ብዘጭ ኣብ ከተማ ዋርሶ ትምህርቲ ተኸታተለ። ናይ መዚቃ ሰሚትን ተወህጦን ከም ዘለዎ ከኣ ብኢጋኡ ተፈልጠ። ወዲ 9 ዓመት ኩይኑ ፒኖኖ ክጽወት ዝረኣየዎ ሰባት'ውን ከም ሓደ ሽሑር ዘለዎ ሰብ እናሓሰቡ ተገሪሞም ደስመዉዎ ነበሩ። ወዲ 15 ዓመት ምስ ነካ ድማ ብኖታ ዝጽወት መዚቃ ደረሰ። በዚ ድርሰቱ'ዚ ዝተፈላለየ ስልቲ ህርመት ዘለዎም ብርክት ዝበሉ ድርሰታት መዚቃ ኣፍረሰ። ኣብ 19 ዓመቱ ኣብ መላእ ኣወርጃ ዑደት ብምካየድ መሳጠ. ህርመት ፒኖኖ ዘለዎም ድረሰታት ተጻወተ። ህዝቢ ኣወርጃ ከኣ ኣዝዩ ፈተዎ። ሾፐን'ውን ብዙሕ ገንዘብ ኣዋህለሎ። ይኸኣ'ንምር ምስ'ዚ ዝድናቕ ክእሉ ምስእ ጥዕና ኣይነበሮን። ብዘድንቕ ክእሉ'ን ዝኽኡን ዝተመሳሰጣ ሃብታማት ወደዝራዝር ከተማ ፓሪስ ናብ ሾፐን እናመጻ መዚቃ ክመሃራ ተራእዩ። እተን ካብ ሾፐን ጣዕስ መዚቃ ክመሃራ ዝወሰዝ ዝበራ ጎረዙ ካብ ግዜ ናብ ግዜ ቁጽሪን እናዋደደ ከይ። እንተኾነ ሾፐን ሕምሙ እናገይዶ ብምኻዱ ንኹለን ተቕቢሉ ከኣንገደን ዓቕሚ ሓጺሩ። ፍረደሪክ ሾፐን ዝደረሶ ናይ ፒኖኖ መዚቃ ክሳብ ሎሚ ዝኽኡ ዘይወደቕ ተፈታዊ መዚቃ'ዩ። ንሓንቲ ጆርጅ ሳንድ ብዝብል ናይ ወዲ መጻወዲ ስም ትፍለጥ ዝበረት ንፍዕቲ ፈረንሳዊት ደራሲት፡ ዝጹፈፈላ ደብዳባታት ፍቕሪ መትኒ ዝኮንኑ ኣዘዮም መሳጥቲ ዛንታታት ብምንርም ካብ ኣወርጃ ሓሊፉ ኣብ መላእ ዓለም ስሙ ንኸይጠፍ ኣኽኢሉሞ'ዮም። ፍረደሪክ ሾፐን ሕማም ነድሪ ሳንጠእ ስለ ዘኣኸመ፡ ኣብ ኣርባዕ ዓመት ዕድመኡ ኣብ ከተማ ፓሪስ ዓረፈ። ድርሰታቱ ግኑ ዝልኡለም ህያው ሓወልቲ ከይኑም ተፈታወትዩም ከይጎደለ ይቐጽሉ ኣለዉ።

ሎሚ ኣብ ERI-TV

ሰዓት	መደብ
12:00	ሃገራዊ መዝሙር
12:02	ድራማ
12:30	ዜና(ትግርኛ)
12:50	ዜናስፖርት
12:55	ማህደር
13:30	ዜና(ዓረብ)
13:45	ሃሎደባይ ዋቀጥታ
15:30	ዶክመንት
16:00	ሞዚዕክ 1ይ ክፋል
17:00	ዜና(ትግርኛ)
17:18	ጻህነና
17:30	ዜና(ዓረብ)
17:45	ሞዚዕክ 2ይ ክፋል
19:25	እትመትሲትሉም
20:00	ዜና (ትግሪ)
20:15	ገሊብ ድሓን
21:00	ዜናትግርኛ
21:25	ፊልም ዘሩብበል
22:00	ዜና (ዓረብ)
22:10	ዘዋሪት ካሜራ
22:30	ዜና (እንግሊዝ)
22:40	እንዳዘማም

ፈጠራዊ ሕልሚ

ካብ ጥንቲ ጀሚሩ ደቂሰብ ንሕልሚ ከም ሓደ ተኣምራታውን ሓደልን ከነት ኣእምሮ ገዲሮም ደርድእዎ ነበሩ። ብቐልእ መጽርር "ሕልሚ ዝሐቦሮቕ ደስታና ሰቓይና ተነፋና እዩ" ብምባል ገለ ሰባት ብመዳ ሕልሚ ዓለም ዕሚቕት ወሳኒ ነገናትሽ ንኽእል ኢና ኢሉም ይምገሉ። ካብዚም ብዙሓት ዓይነታት ሕልሚ ሓደ ፈጠራዊ ሕልሚ እዩ። ፈጠራዊ ሕልሚ ኣብ ዓለም ክትፈጥሮ ፍሉይ ሃገር እዩ።

ፈጠራዊ ሕልሚ፡ ፈጠራዊ ዓቕሚ መዚቓኛታት፡ ሰፍልጠተኛታት፡ ቀዳኢ ወዘተ ብመዳ ሕልሚ ኣብሉ ወሳም ብምንቕቓሕ ብስጽ ፈጠራዊ ስራሕ ክሰርሑ ኣኽኢልምሞ'ዩ። ብሕልሚ እተደርሰት 'ከብሲ ካን'

እትብሃል ህብሪ ግሞሚ ብኦሙኤል ታደሉር ዝተባህለ እንግሊዛዊ ገጥሚ'ያ ተደራሪ። ሳሙኤል ኣብ ዓሚቕ ድቃስ ድሕሪ ምጽንሑ ሃገደቦት ብምትንኣእ ገለ ሃገር ጸሕፉ ናብ መኖቕሳኡ ተመልሰ። ድሕሪ ኾይሑ ኣብ ዝተበራብረሉ እዋን ግን ካብቲ ሕልሚ ዝኸኣ ክዘር እኳ እንተ ዘይኮነ እቲ ኣብ ሕልሙ ካብ 200-300 መላመራት ግሞሚ ተፈጠ.ጥዎ ዝደቀሰ ግን እዚ ኣብ ሳዕሊ እተጠቕሰት ብልጽቲ ግሞሚ ክትከወን ክኢሉ። ብሕልሚ ዝተደረኸ ልብ ወለድ እንግሊዛዊ ደራሲ ቻርለስ ዲከንሽ'ውን ዝበዘሑ ጠበቦቲ ንትልምታ'ቲ ንወጽኢ.ትናይ ዝተፈላለዩ እዋናት ሕልምታ'ቲ ምኳናዎ'ዩ ዝንገር። ብተመሳሳሊ ሰ'ትላንዳዊ ደራሲ ሮበርት ስተቨንሽን ሓደ እዋን ሓንቲ ፍልይቲ ሕልሚ ድሕሪ ምሕሳሙ መሳረት ናይታ ብ 1886 ዝደረሰ ልብወለዳዊት መጽሓፉ'ኡ። ብፍላይ ደግ እቲ ኣብ መጽሓፉ 'ህይደ' ዝበሎ ጠበቢ ከም'ዝዘዎ ካብ ሕልሚ ናብ ልብወለዳዊ ጠበይ ከም ዝቐየሮ'ዩ ዝፍለጥ። ብሕልሚ እተሳእለ ቅብኣ ቀዳኢ'ውን ንሕልሚ ከም ምንጪ. ዝተፈላለዩ ፈጠራዊ ስራሓቶም ተጠቒሞምሉ'ዮም። ንኡሳት እቲ ፍሉጥ ፈረንሳዊ ቀዳኢ ጃወሉስ ንጥን ኣብታ 'ዝ ስፐሪት ዎቸ' እትብል ቅብኣ ዘለ ጓል ፈለማ ኣብ ሕልሙ ድሕሪ ምርእዩዩ ክቕብኣ ዝኸኣሉ። ብሕልሚ እተፈጠሐ ሰ'ፍልጠታዊ ግድል ኣብ ገለ እዋናት ናይ ሰ'ፍልጠት ተመሪመርቲ'ውን ከይተረፉ ንሕልሚ መፍትሒ ዝተፈላለዩ ግድላት ተጠቒምሉ'ዮም። ንኡሳት ቶማስ ኤደተን ገለ ወሓዳት ካብቶም ብሕጽት ምህዞታቱ ቀም ምስ ኣብለ ከፈልፍሉም ከም ዝኸኣለ ብዙሕ እዋን ተኣሚኑ'ዩ። ብተመሳሳሊ. ፍረደሪክ ኣገስቶ ከኩለ ዝተባህለ ጀርመናዊ ተመራማሪ ሰ'ቀመሃ'ኡ ልክዕ ሞለኪዉላዊ ኣቃወማ ናይ ቦንዚን ንምርኻብ ብዙሕ'ዩ ትሳበ። ኣብ መጨረሻ'ኡ ግን ከበርፍ ቀም ኣብ ዘበለሉ እዋንዩ ኒታ ልክዕ ሞለኪዉላዊት ኣቃወማ ቦንዚን ብሕልሚ ክረኽብ ዝኸኣሉ።

ገበናት ሰርዓታት ኢትዮጵያ ኣብ ኤርትራ

ብምኽንያት ዝኽሪ 50 ዓመት - ህልቂት ኣስመራ

ታሪኽ ግፍዒታት ንዚኣቲ ምዝር ዘድልየሉ ምኽንያት፡ ኣብ ሕሉፍ ንምንባር ወይ ቁምን ጽልኢን ንምቕጻር ዘደሓጎ ካብኡ ትምህርቲ ብምቕሳም ኣሉታዊ ታሪኽ ከይድገም ንቅሓት ንምፍጣር እዩ፡፡ ብኢጋጣሚ ዝኽሪ 50 ዓመት ህልቂት ኣስመራን ከባቢኣን ጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ፡ ህልዊን መጻኢን ወለዶታት ኤርትራ ጥራይ ዘይኮነ ኢትዮጵያውያን እውን ክፈልጥዎ ዝግባእ ብሰርዓታት ኢትዮጵያ ኣብ ልዕሊ ህዝቢ ኤርትራ ዝተፈጸመ ግፍዒን ዝኸፍን ብዙሓት ዝበላ ንኣንዝብታ ተቖርቢቡ፡ እዚ ጽሑፍ'ዚ፡ ብኢዝተምቲ ሕድሪ እተሰናድኦ መጽሓፍ "ግፍዒ፡ ዛንታታት ተሞክሮ ገድሊ ቅጺ.8" ኣብ መእተዊ ኣስፊሮ ዘለ ኮይኑ ንኣሽቱ ስወጠታት ተገይሮሉ ከምዝኾነ ንሕብር፡፡

ዝኽሪ ኣረመኔዊ ተግባር ዝፈጸረ ህዝቢ ዓድታቱ ገዲፉ እዮሙ ናብ ዝመርሐ ነፈጹ፡ ተቖማጦ ናይተን ግፍዒ ዝወረደን ዓድታት ክሳደሙ እንከለዉ፡ ህዝቢ ካልኦት ዓድታት'ውን ቡቲ ዘሸንበድ ወረ ተናዋጹን ርኢዱ ካብ ዓድታቱ ሃደሙ፡፡

ግዜ'ቲ ተማሪሮ ካብ ኣስመራ ይኸን ካብ ዊሸርሲቲ ኣይኡከብ ናብ ሰወራ ክጽንዑ ጀሚሮም ነበሩ፡፡

ሰብኣልጣን ኢትዮጵያ፡ "ህዝቢ ብረት ኣዕጥቑና ይብል ኣሎ" ኢሉም እኳ እንተተሳገሩ፡ ነፃሊ ዘጠሳገሩሉ ብዙሕ ኣይደናጐሉን፡፡ ብሰንኪ ግቡይ ስጠምቲታት መረሽኑት ተሓኢ. ኣብ ገለ ከባቢታት ተፈጠሩ ዝበረ ግጭት ብምምዝዝ ንወሰን ከባቢታት መጋዝ (ከባ. ባረንቴ ቆሓይን ወዘተ.) ብወሓድ ቀጽሪ እንተዘይኮይኑ ብብዝሒ ብረት ከዕጥቑ ኣይመረጹን፡፡ ምስ ግርጋስ ሰወራን ጽልዋኡን እቲ ናብ ህዝቢ ዝዘርጋሕ ብረት ተመሳሲሉ ከይወገሎም ስለዘሎዋኡ፡፡ ዘዚ ደሞ ሰወራ ኤርትራ ንምጥፋኑ ዝያዳ እምት ዘገበሩሉ ሓይሊ እንተነይሩ እቲ ተጋደልቲ ንምደምሳስ ኣብ ቀጻሊ ሃደን ዝበረ ሓይሊ ኮማንደስ ነበሩ፡፡

ጃምላዊ ግፍዒታት ኢትዮጵያ

ኣብ ዝሓለፈ ክፋላት ናይዚ ጽሑፍ ነምእተገልጹ ግፍዒታት ንዚኣቲ ስርዓታት ኢትዮጵያ ካብቲ ፈለማ እግርም መሬት ኤርትራ ዝረገጽሉ 40ታት ዝጀመረ ኮይኑ፡ ምስ ምሕያል ብረታዊ ቃልሲ ቀሲ ብቐስ እናኸረረ ዝመጸ እዩ፡፡ ሰራዊት ኢትዮጵያ ደይ መደይ ኣሉ ናብ ሰላማዊ ህዝቢ ዝቐንዐ ሰፊሕ ናይ ሪፅዒን ሽበራን ተግባራትን ጃምላዊ ህልቂትን ክፍጽም ዝተራእየሉ ግዜ ኮኑ ካብ 1967 ንድሓር እዩ፡፡ ዘዚ መሰረት ካብቲ ግዜ'ቲ ዝጀመረ ጃምላዊ ግፍዒታት ሰርዓት ኢትዮጵያ ኣብ ኣርባዕተ መድረኻት ተኸፊሎ ቀረቡ ኣሎ፡፡

ቀዳማይ መድረኽ፡ 1967 – 1969

ዓመተ 1965-66፡ ኮማንደስ ኣሃዱታት ተሓኢ. ንምህዳን ብዙሕ ናይ ጓህነስ ወፍርታት ዘቐደሉ እዋን ነበሩ፡፡ እንተኾኑ ነዞም ኣብ ዝመጹልዎ ዘይሓደሩ፡ ኣብ ዝሓደርዎ ዘይወፅሉ፡ ኣሃር ጫጥነም ከይተረፈ፡ እናጥፍኡ ዝጐዳኹሉ ተጋደልቲ ከዕወተሉም ኣይፈቕሑለን፡፡ ስለዚ ደሞ እንተርፎ ድኻም ሰራዊት ኣብ ልዕሊ ሓይልታት ሰወራ ዝተገናሽፎ ነጥቂ ዝኾነ ዓወት ኣይነበረን፡፡

እዚ መድረኽ'ዚ፡ ሳዕለዋይ ባይቶ ተሓኢ. እቲ ኣብ ሜዳ ብቕልጡፍ ዝወሰነ ዝነበረ ቀጽሪ ተጋደልቲ ከፋፈሉ፡ በብዝውልዲ ከባቢኣም ዝኾሎዋሉ ዞባታትን ዶቦትን ብምውሳኑ ፋሕ ነምዝብሉ ዝበረሉ ብ"ዝመነ ክፍልታት" ዝፍለዋ እዋን ነበሩ፡፡ ምጭም ክፍልታት ብልጫን ኣሉታን ነይሩዎ እዩ፡፡ ሰራዊት ፋሕ ኣሉ፡ ተጋደልቲ ኣብ ከሉ ከባቢታት ኤ ር ት ራ ክ ር ኣ ዩ ም ጅ ማ ሮ ም፡ ጽልዋ ሰወራ ኣብ ዓድታት ከበሳ ይኸን ከተማታት ብዘሰፍሐ ክዘርጋሕ ኣኽኢሉ እዩ፡፡ በዚ ደማ ብዙሓት መንእሰያት ካብቲ ሰወራ ክንቀሳቐሱ ዝጀመረ ሓደሽ ከባቢታት ክከፍቱ ጀመሩ፡፡ ቡቲ ካልእ ሽነኽ ግኑ ተጋዳላይ ኣብ ክፍልታት ምምቕቓሎ፡ ትሕተ-ሃገራዊ ሰዋሚታት፡ ቀብሲዊን ወኪዊን ምትፍናን ባይታ ክሕንብ ዕድል ከፈተ፡ ኣብ መንነተን ክፍልታት ዘይምርድኣ ብምፍጣር፡ ናይ ምትሕብባር መንፈስ ዘኖኸመ ኣቋውማ ነበረ፡፡

እዚ ነምዝ፡ ኢሉ እንክሎ ስርዓት ኢትዮጵያ፡ እቲ እናግዘየ ዝኸይድ ዝነበረ ምንቅስቓስን ስርሒታትን ሰወራን ጽልዋኡ ኣብ ዓድታት ከበሳን ከተማታትን ከቢድ ሰባኦት ስለዘፈጠረሉ፡ ዝ. ጽልዋዚ. ዝ ከይሰፍሐ ንምጥፋኑ፡ ኣብ 1967፡ ሰወራ ኤርትራ ንምደምሳስ ዝሓሰቡ "ውቃው፡ መንዋር፡ ነበልባል ወዘተ." ዝብል ኣሰምት ዝተዋህቦ ናብ ብዙሕ መኣዝናት ዝቐንዐ ወጥን መጥቃዕቲ ሓንጸጹ፡፡ ክኸብቲ ግዜ'ቲ ኣብ ኤርትራ ሓደ ብርጌድ ናይ 2ይ ክፍለጥር እዩ ነይሩ፡፡ ዝ. ወፍሪ'ዚ. ንምትግባር ከኡ እዩም ኣብ ትግራይን ጎንደርን ዝሰፍሩ ክልተ ብርጌዳት ናይ ካልኣይ ክፍለጥር ናብ ኤርትራ ኣእተምሙ፡፡

እዚ ወፍሪ'ዚ. ዕሳኡ "ምጽራይ ሽፋቱ" ምንባሩ እኳ ብሰብኣልጣን ኢትዮጵያ ይግለጽ እንተነበረ፡ ዘዚ ወፍሪ'ዚ. ኣብ ባይታ ዝተተገበረ ግን ካልእ እዩ ነይሩ፡፡ ምኽንያቱ ክሳብ ሽው ብዘተሓደደ እልቢ. ዘይሰበሮ ወፍሪታትን ሃደጋን ንተጋደልቲ ምዃኑ ኣይተኣፍለጉ፡፡ እኳ ድኣ ቀጽርም ካብ ትጽቢት ሰርዓት ኢትዮጵያ ወጺኡ፡ እናበዝሑ ዝኾሎዋሉ ከባቢታት እናሰፍሐ እዩ ዝኸይድ ዝነበረ፡፡ ዘዚ ደሞ ተጋደልቲ ንምጽናት፡ ተጋደልቲ የዕቁብ እዮን ዝተዋህለ ዓድታት እናቃጸሉ፡ ተቐማጦኡን ብኣዝዩ ዘኽሕ ኣገባብ እናቕተሉ፡ ጥሪተን እናህለቕሉ ዘሎ ንብረት እናረሰሉ ዝተረፈ ህዝቢ ከምዝሰደድ ወይ ኣብ ጥቓኡ ናብ ዝርጋብ ከተማታትን ኣብ ትሕቲ ቀጽጽር ሰራዊት ኢትዮጵያ ዝነበራ ዓባይቲ ዓድታትን ከምዝኣቱ ብምግባር፡ ንተጋደልቲ ባይታ ምኽሳእ ነበረ፡፡ ኣመሓዳሪ ኤርትራ ኣሪት ካኑ ናብ ኣዘ. 2ይ ክፍለጥር ሜጀር ጀነራል ተኾመ እርጉ ዝዚሓፎ ሓደ ደብዳብ ከምዝ. ይብል፡-

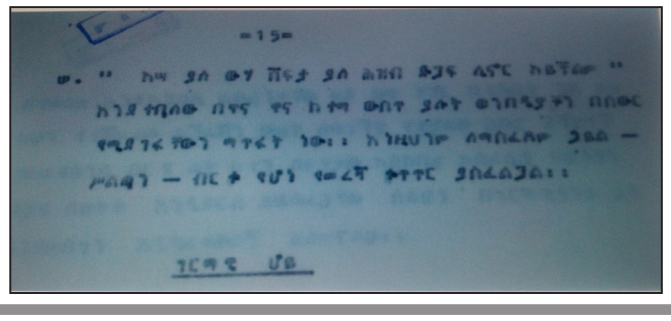
"ሽፍታ ዝብሃል ፡ ሽፋቱ ብረት ሓዙ ዝዋጋእ ጥራይ ዘይኮነ ሽፍታ ቀልቢ ብምዝብ ብምሕራዩ ወረ ብምቕባል በየም ሽፋቱ ተኸይሞም ግብሪ ዘኸፍሉ ብሽፍታ ተኸይሞምን ዳዮትን ኣመሓደርቲን እናኾኑ ናይ ሽፋቱ ፕሮፓጋንዳ ዝገብሑ እውን ወኪኽክ ስለዘኾኑ እዚኣም ከሉም ከም ሽፍታ ተቐጺሮም ሰገሮቲ ዝወሰደሉም ምኽንያም ኣፍልጥዩ፡፡"

እቲ በዚ መንፈስን ዕሳማን'ዚ ዝተገበረ ናይ 1967 ወፍሪ (ኦፕረሽን ውቃው፡ መንዋር፡ ነበልባል ወዘተ.) ብዓይኑ ቅድሚኡ ካብ ዝተኾዩዱ ወፍርታት ዝተፈልዩ ከቢድ ጃምላዊ ህልቂት ሰላማዊ ህዝቢን ስደትን ምምዝንባልን ዘኸዐበ ነበረ፡፡ በዚ፡ ፈለማ ኣብ ኣወራጃታት ባርጎን ጋሽን ቀጺሉ ከኣ ኣብ ሳሕሌ ሰላሚ፡ ሰንሒትን ደቡባዊ ኣከለጋዝይን ዝተኾዩደ ወፍሪ ኣማኢት ዓድታት ብሓዊ ክቃጸል እንከለዉ፡ ተቐማጦኡን ብዘይኣፈላለይ መንእሰይ ሸምጊሉ ቁልዓ ሰበይቲ ብጥቃቲ ብጠየይት ተቐቲሎም ብሃገጃ ተዘልዘሉም ብቸራ ተሓርዱ፡፡ ነቲ ህዝቢ ቁጠባዊ ዓቕሙ ንምምዃን ከኡ እተን ቀንዲ ምኽል መሳብርኡ ዝኾና ጥሪትን መጽዋሕን ብመደብ ከምዝዘልቃ ተገብሩ፡፡ ኣብ ኣባይቲ ዝተረኽበ ገዝዘቤ ኣቑሑ ወርቂን ሰልማትን ካልእ ንብረትን ብመጓዳን እናተጻዕነ ተዘምተ፡፡

እቲ ሽው ኣብ ልዕሊ ሰላማውያን ዜጋታት ዝተፈጸመ ኣረመኔዊ ተግባር፡ ኣብ ኣእምሮ ሰባት ዘይሕከኽ ሪፅዲን በሰላን ብዘፈጥር ጭቃ ዝመልኡ ባርባራዊ ኣጥፍኦ ዝፍጽም ነይሩ፡፡ ኣብዚ ናይ ጃምላዊ ህልቂት እዋኑ ኣብ ብዓል ዓዲ ኣብርሃም ዓድ-ኣኑድ፡ መስሓ፡ ሚታቴቡ ዓይሎት፡ ገምየት፡ ዝዘሮ ወዘተ. ዝተፈጸመ ወዲሰብ ኩሳሰን ክኮብሮን ይኽእል'ዩ ኢልካ ከእመን ዘይክእል ዘኸሕኽሕ ቅትሰትን ግፍዒ ተግባራትን ዝገልጽ ኣብ መጽሓፍ "ግፍዒ' ልዕሊ. 40 ዝተመርጸ ዛንታታት ሰፊሩ ኣሎ፡፡

ካብቲ ሽው ዝተፈጸመ ጃምላዊ ህልቂት ሕይት ኣቢታት ምጥቃስ ነቲ ዝበረ ኩነታት ከገጽብርቕ ይኽእል፡፡ ናይዚ ኣረመኔዊ ስጠምቲ'ዚ. ቀዳመይቲ ግዳይ ዝኾኑት ዓዲ፡ ኣብ ኣወራጃ ባርካ እትርከብ ዓዲ-ኣብርሃም እዩ፡፡ ኣብ ሰነቲት 1967፡ ወተሃደራት ኢትዮጵያ፡ ነታ ዓዲ ብምኽሳቡ ህዝቢ እናበኃሱ ካብ ኣባይቲ እናወጽኡ፡ ኣብ ገዛውቲ ዝጸንሑም ንብረት ኣብ መካይን ብምጽዋን እንተላይ ስልማት ኣንስቲ ወርቂን ካልእን ካብ ነበሰን እናቕጠጡ ድሕሪ ምዝዋት፡ ኣማኢት ገዛውቲ ኣቃጺሎም ነታ ዓዲ ከምዘይብረት ገይሮም ክድምስሱዋ እንከለዉ፡ ነዚ ዘይክኢሉ ቁልዓ ሰበይቲን ኣረጋውያንን ዝርከቡዎም 200 ሰባት ቀቲሎም፡፡ ካብዚኣዩም እዩም 72 ነፍሲ እንከለ ብቸራ ዝሓረድዎም እየ፡፡ ኣብ መስቦሶ ሰንሒት፡ ኣብ ሓደ ቦታ ኣኪሎም 63 ሰባት ብብሪናት ክርሽሩ እንከለዉ፡ ኣብቲ ዓዲ ዝዘንሖም ከሉ ዓይነት ንብረትን ኣዋርቕን ክዳውንቲን ዘሚየዎ ነታ ዓዲ ብዘርያኣ ሓዊ ረኪዑም ኣማኢት መንበሪ ገዛውቲ ኣቃጺሎም ነቲ ዓዲ ደምሲሶሞ፡፡ ኣብ ካልኦት ሓደስ ዓድታት ዝተፈጸመ ግፍዒ እውን ብተመሳሳሊ ኣገባብ ነበረ፡፡

ዝኽሪ ኣረመኔዊ ተግባር ዝፈጸመ ሰራዊት ኢትዮጵያ ብዘሎ ብምሕሳብ ብመሰረት ዓዲ ዝተቐመጡ ሰባት ብዝኸፍኡ ዝኾኑ ሰባት ዝዝከሩ ሓደ ሓደ ሰባት ስሞ ዝጠቐሰ ኣሎ፡፡



ይቕጸል . .

ፍትሕ

ናጽነት ደስበለ - ሳምራዊት ሞለስ

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ዕዳጋ እኽሊ

ት/ዕድመ ዘይድ ኑረዲን መሓመድ ምባል ተሪፉ፡ ተቅዋ ኑረዲን መሓመድ ተዛዚሉ ይተኣረመሎይ ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ኣቶ የሴፍ ተኽሊይ ንብረሃወት፡ ኣና ተኽሊይ ገ/ሂወትን ኣዴና ኣሰፋሽ መሓሪ ክፍለን ስለዘዐረፉ፡ ኣነ ምስ 3 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምኳንና ደረጋጽልና ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ሰለመን ማህደረ ፍስሐ ኣቦይ ማህደረ ፍስሃ ንብረርሚሽ ስለዘዐረፈ፡ ኣነ ጥራይ ወረሲ ምኳነይ ደረጋጽለይ ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ወ/ሮ እመና ሓሰን መሓመድ፡ ኣዴና ታብዙ ተስፋይ ንብርጋድቕ ስለዘዐረፈት፡ ኣነ ምስ 5 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምኳንና ደረጋጽልና ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ከሳኒ ኣቶ መድሃኔ ኣማኒ ተወልዲ፡ ተኸሳሲት ወ/ሮ ሰገን እምሃጽየን ተወልዲ፡ ናይ ሓጻር ክሲ ተማነሪቱልኪ ስለ ዘሎ፡ ኣድራሻኺ ስለ ዘይተፈልጠ ብጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ተጸዊዕኪ ን5/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 7ይ መጋኺያ ቅረቢ፡ እንተዘይቀሪብኪ፡ ጉዳይኪ ኣብ ዘለኻሉ ክርአ ምኳኑ ነፍልጥ፡፡

ወ/ሮ ትብዕጽ ኣበርሃ ሓሰኑ ኣሞይ ይሕደጋ ኣበርሃ ሓድጉ ስለዘዐረፈት፡ ኣነ ጥራይ ወረሲ ምኳነይ ደረጋጽለይ ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ወ/ሮ ኢተዝሽ ኣሰፋው መንዮ፡ ሓፍተይ ጋል ኣደይ ወ/ሮ ሙሉ እሹቴ ሞነዛ፡ ደሃይ ስለ ዘይብሉ ጥናእቲ ተዛዚሉ ደረጋጽለይ ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን6/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 7ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ወ/ሮ ኣልጎ ሓደለኣብ ባይሩ፡ ኣደይ ስምስም ፍነሃጽየን ተሰፉ ስለዘዐረፈት፡ ኣነ ምስ 4 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምኳንና ደረጋጽልና ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

የማነ ሰለመን ማዘምባ፡ ወደይ ፍትሓዊ የማነ ሰለመን ስለዘዘነሀወኑ፡ ኣነ ምስ ኣዳኑ ወ/ሮ ጸዕዳ ጸዖ ኣሹበር ወረስቲ ምኳንና ደረጋጽልና ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን6/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 7ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ኣሚናዳብ ኪዳነ ሃይለሚኻኤል ምባል ተሪፉ፡ ኣሚናዳብ ኪዳነ ተኸስተ ተዛዚሉ ይተኣረመሎይ ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ኣሞኑኤል ኪዳነ ሃይለሚኻኤል ምባል ተሪፉ፡ ኣሞኑኤል ኪዳነ ተኸስተ ተዛዚሉ ይተኣረመሎይ ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

እሰይ ኪዳነ ሃይለሚኻኤል ምባል ተሪፉ፡ እሰይ ኪዳነ ተኸስተተዛዚሉ ይተኣረመሎይ ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ብመንገዲ ወሎዳ ኣብላ ሰይድ ዑቕባይ ስለመን ምባል ተሪፉ፡ ደሊና ዑቕባይ ስለመን ተዛዚሉ ይተኣረመሎይ ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ወ/ት ዛይድ ስለመን ባይረ፡ ኣደይ ኣብባ ጹጋይ ዘሙ ስለዘዐረፈት፡ ኣነ ጥራይ ወረሲ ምኳነይ ደረጋጽለይ ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ኣቶ ሄኖክ ወልደጸየን ተኪኤ፡ ኣቦይ ቀሺ ወልደጸየን ተኪኤ ተስፋማርያም ስለዘዐረፈ፡ ኣነ ምስ 2 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምኳንና ደረጋጽልና ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ኣብ መንነ ከሳኒ ኣቶ ብርሃነ ፍትዊን ተኸሳሲ ኣቶ ኣሰይድ መሓመድ ዑስማን ዓሊን ዘሎ ናይ ስም ምትሕልላፍ ጉዳይ፡ ተኸሳሲ ኣድራሻኻ ስለ ዘይተፈልጠ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወከል ን13/02/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋኺያ ቅረቡ፡ እንተዘይቀሪቡ ጉዳይካ ኣብ ዘለኻሉ ክርአ ምኳኑ ነፍልጥ፡፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ዓዲ ጓዕዳድ

ወ/ሮ ሶርያ ተስፉገያርገስ ዘርኡ፡ ብዓል ቤተይ ንብሩ ዓንደ በራኺ ስለዘዘነሀወኑ፡ ንጹይ ናይ መጽምዲ ማሳለይ ይተሓለወለዩ፡ 7 ደቁ ከኣ ወረስቲ ምኳናም ደረጋጽሉም ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረቡ፡

ት/ዕድመ የሳን ንብረ ዓንደ ምባል ተሪፉ፡ የሳን ንብሩ ዓንደ ተዛዚሉ ይተኣረመሎይ ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረቡ፡

ወ/ሮ ሓብን ንብረእግዚኣብሄር፡ ብዓል ቤተይ ሃይለ ዑቕባጽየን ዘርኢሃይማኖት ስለዘዐረፈ፡ ንጹይ ናይ መጽምዲ ማሳለይ ይተሓለወለዩ፡ 3 ደቅና ከኣ ወረስቲ ምኳናም ደረጋጽሉም ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን11/2/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረቡ፡

የሴፍ ግደ በዮ ምባል ተሪፉ፡ የሴፍ ግደይ በዮ ተዛዚሉ ይተኣረመሎይ ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን17/2/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረቡ፡

ኣቶ ብርሃነ ተኽሊይ ተኽለገርግሽ፡ ሓፍተይ እፍረት ተኽሊይ ተኽለገርግሽ ስለዘዐረፈት፡ ወላድ'ወን ስለ ዘይብሉ፡ ኣነ ምስ 1 ሓፍተይ ኣብ ዝኽሪ'ቕስ ይኹን ዘይኽሪ'ቕስ ንብረት ወረስቲ ምኳንና ደረጋጽልና ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን17/2/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረቡ፡

ወ/ት ምሕረት ንብረኪዳኑ ስም ኣደይ ስምስም ተሰፉጋብር ምባል ተሪፉ፡ ስምስም ተሰፉገርግስ ተዛዚሉ ይተኣረመሎይ ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረቡ፡

ወ/ሮ ሓገሽ ኪዳነ ወርቁ ወከል ኣቶ እዮብይ ይግዛው ጫሩምዃ ጋለይ ስለዘዐረፈት፡ ወላድ'ወን ስለ ዘይገደፈት፡ ኣነ ጥራይ ወረሲታ ምኳነይ ደረጋጽለይ ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረቡ፡

ወ/ሮ ኣረጋሽ ዘወልዲ ሃይለሚኻኤል፡ ብዓል ቤተይ ተ/ጋ ኣማኒኤል ባህታ ዘሙ ስለዘዘነሀወኑ፡ ንጹይ ናይ መጽምዲ ማሳለይ ይተሓለወለዩ፡ 4 ደቁ ከኣ ወረስቲ ምኳናም ደረጋጽሉም ስለ ዝበሉት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/2/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረቡ፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ መንደፈራ

እዮብ ገርፁ መብራሃቱ ምባል ተሪፉ፡ እዮብ ንብረት መብራሃቱ ተዛዚሉ ይተኣረመሎይ ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን12/3/25 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

ኮ/ሎ ንገነሰ ንብረቃል ኣልሳ፡ ብዓልቲ ቤተይ ዘውዲ ሃይለ ወልደሚኻኤል ስለዘዐረፈት፡ ኣነ ምስ 3 ደቀይ ወረስቲ ምኳንና ደረጋጽልና ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን12/3/25 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋኺያ ይቕረቡ፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ድባርዋ

ከሳኒት ብዓልቲ ቤትካ ወ/ሮ መርሃዊት በዮ፡ ተኸሳሲ ኣቶ ፈንቅል ሃይለ ሓድገ፡ ናይ ሓጻር ክሲ ቀረብኪካ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወከል ን14/02/25 ኣብ ቤ/ፍ 1ይ መጋኺያ ቅረቡ፡ እንተዘይቀሪቡ ጉዳይካ ኣብ ዘለኻሉ ክርአ ምኳኑ ነፍልጥ፡፡

ኣብ ዞባ ማእከል ን/ዞባ ማእከል ከተማ ጎደና በዝዝ ቁጥሪ 24 ቁምነገር ወረቐት 119130 መወከሲ ቁጽሪ 166004 ፕሎት 38 ፓርሳል ኣቪላ ገዛ ቀንዲ ክፍልታት 5 ተሓጋጋዚ ክፍልታት 6 ሰፍሓት 1254.19 ት/ሜ ቁ. መዘገብ ንብረት 26983=39198 ብስም ነሂር ንብረሃወት መብራሃቱ ዝተመዝገበ፡ ናብ ሰም ወረስቲ ከሰሊጋሮ ስለ ዝኾኑ፡ ዝቃወም እንተሃልዩ፡ ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ መአንዲ ወይውን ይግባይ ተዛዚልሉ እንተሃይሩ ውሳነ ሐዘ ኣብ ቤት ጽሕፈት ሃገራዊ ካዳስተርን ቤት ጽሕፈት ፓብሊክ ኖታሪን ይቕረቡ፡ እንተዘይቀረቡ፡ ብዘለና ኣርጅናል ሰነዳት ጉዳይና ነገውድእ ምኳንና ንሕብር፡፡

ወ/ሮ ኣቶኒሎሚርያም ንብረሃወት መብራሃቱ +6

ብስም ሰለማዊት ተኸስተ ተወልዲ ዝተመዝገበ ብቁፍ.ዋኒን ASL00035342 ዝኾኑ ኣብ ዞባ ማእከል ን/ዞባ ገዛ ጥንዳ ጎደና 198-7 ቁጥሪ 45 ዝርከብ ናይ ቤት ማስተ ትካለ፡ ንወ/ሮ ጹጋ ገርጃ ኣርኣያ ኣድራሻ ዞባ ማእከል ን/ዞባ ጸጸራት ጎደና 127-1 ቁጥሪ 11 ካብ ዕለት 01/01/2024 ክሳብ ዕለት 30/06/2025 ኣገርያዮ ስለዘለኾ፡ ዝቃወም ምስ ዝህሉ፡ እዚ ምልክታ እዚ ካብ ዝወጽሉ ዕለት ኣብ ወኽቢ ሰሳሳ መዓልቲ ስልጣን ዝሃሉዎ ቤት ፍርዲ ተቓወሞኡ የቕርቡ፡ እንተዘይቀሪቡ፡ ዝቃወም ኣካል ነምዝዐለ ተቐጺሩ እቲ ናይ ክራይ ወሰል ሕጋዊ ምዝዝባ ነምዝፍጽመሉ ነፍልጥ፡፡

ሰለማዊት ተኸስተ ተወልዲ

ዓዳጊት ነፍ/ሄር ኣለም ሃብተ ዑቕቡ ካብ ሽዋጥቲ ቅድስቲ ማርያም ቤ/ክርስትያን ኣስመራ/ብወርሳ ካብ ወ/ሮ ደመቀሽ ንብረማርያም፡ ዘይንቆቑስ ንብረት ገዛ ኣብ ከተማ ኣስመራ ዞባ07፡ ምም/04፡ ጎደና ደጃ. ተስፋማርያም፡ ቁ.ዝ 73 ዝርከቡ ብመወከሲ ቁጽሪ ንብረት 100917፡ ብምስክር ወረቐት 108875 ተመዝቢሉ ዋንኡ ዝተረጋገጹ ብዕለት 08/12/2001 ዝፈደዩ፡ እቲ ኣርጂናል ግዚሮ ምስክር ዋንኡ ኣብይቲ ከተማ (ልብሪቶ) ስለዝጠፍኦ፡ ዝርከበ ወይ ብዕዳ ሐዘ ዝብል እንተሎ፡ ኣብ ወኽቢ 30 መዓልታት ብጽሪ ስልኪ 07829737 ክሕብሩ፡ እንተዘይኮይኑ ካብ ዝምልከቶ ኣካል መተኣኪታ ክሓትት ምኳነይ እሕብር፡፡

ብዓል ቤት (ወከል) ኣቶ ተወልዲ ሃይለ ወልደሚኻኤል

ኣመልካቲ፡ ኣነ ሰሊማን ኣድረስ መሓመድ ቀኣቲ፡ ዝተወሃለኩ፡ ናይ ወረስቲ ኣቶ ኣድረስ መሓመድ ቀኣቲ ብቁ/ምስክር ወረቐት 303290 ብመወከሲ ቁጽሪ 309001 ዝተመዝገበ ስለዝጠፍኣኒ፡ ዝ ሰይድ ዝርከበ ኣካል /ትሕጃ ሐዘ ኣለኹ ዝብል እንተሎዩ፡ ኣብ ወኽቢ ሓደ ወርሒ ክሳ ግዜ ናብ ቤት ጽ/ኮሚሽን ኣብይቲ ዞ/ማእከል ይቕረቡ፡ እንተዘይቀረቡ ግን መተኣኪትኡ ክሓትት ምኳነይ ኣፍልጥ፡፡

ሰሊማን ኣድረስ መሓመድ ቀኣቲ

ማሕበር ኤርትሮ ጀርመን

ERITREISCH - DEUTSCHE VEREIN

ERITRO - GERMAN ASSOCIATION

ጨረታ

ማሕበር ኤርትሮ-ጀርመን ኣብ ህንጻ ማሕበር፡ ጎደና ጉረቶ ምምሕዳር ንኡስ ዞባ ገጀረት ንዝርከብ ካብ ስራሕ ወጻኢ ንዘሎ ሊፍት (Lift)፡ ዘድሊ ምትዕርራይን፡ ቀጻሊ ምክትታልን ክግበረሉ ደልዩ ኣሎ፡፡ ሓፈሻዊ ስሩዕ ቴክኒካዊ ኣገልግሎት ጽገና ንዝህብ ትካል ብጨረታ ኣዋዳዲሩ ውዕል ክህብ ስለ ዝደለየ፡ ኩሉኹም ጉዱሳት ኣብ ናይ ስራሕ ሰዓታት ብምምጻእ ቅጥዒ ጨረታ ክትወስዱ ብኣኽብሮት ንሕብር፡፡ ጨረታ ኣብ ጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ካብ ዝወጻሉ ዕለት ኣትሒዙ ን7 ናይ ስራሕ መዓልታት ክፉት ኮይኑ፡ ሕጋውያን ተጫረትቲ ወይ ወከልቲ ኣብ ዝሃለወሉ ንጽብሒቱ ልክዕ ሰዓት 4 ድ.ቀ ይኽፈት፡፡ ማሕበር ዝሓሸ ኣማራጺ እንተረኺቡ ብጨረታ ከምዘይግደድ ኣቐዲምና ንሕብር፡፡

መተሓሳሰቢ፡ ቀዳምነት ኩሉ ግዜ ንኣባላት ማሕበር ከም ዝወሃብ ክፍለጥ ኣለዎ፡፡

ኣድራሻና፡ ማሕበር ኤርትሮ ጀርመን፡ ጎደና ጉረቶ 14፡ ምምሕዳር ንኡስ ዞባ-ገጀረት ቁ. ስልኪ 12 21 93፡፡

ስፖርት

ሙሴ ገ/እግዚኣብሄር

ኢሳቕ፡ መግትኢ ተሳኢንዎ

“ኢሳቕ፡ ምሉእ ኣጥቃዓይን ዝኾነ ተጻዋታይ ደው ከብሎ ዘይክእልን” ሽረር

ኤርትራዊ ሽወደናዊ ኣጥቃዓይ ኒውኻስል ኣለክሳንደር ኢሳቕ ረብሓ ምሸት ጕሾመናይ ተኸታታሊ ናይ ፕሪመር ሊግ ጸወታ ሹቶ ብምቑጽሩ ምኑየም ቅድሚኡ ተመሳሳሊ ታሪኽ ዝሕርሕ ተጻወትቲ ተሰረዐ።

ድሕሪ ቁመናኣ ዘመሓደሮት ኒውኻስል ብቐድሚ ትማሊ ንዎልቭስ ዓዲግ እየ 3ብ0 ተዓዊታ። ኣብ ፕሪመር ሊግ ሓመሻይ ተኸታታሊ ዓወታ ክኸውን እንከሎ ኣብ ኩሉ ውድድር ኩኑ ሻወዓይ ተኸታታሊ ዓወታ እዩ።

ኣብዚ ወቕቲ ኣብ ጥርጊ ብቐዳት ዝርከብ ኢሳቕ ብወኑ ኣብቲ ምሸት ክልተ ሹቶታት ብምቑጽሩ ድምቀቱ ወሲኹ። በዚ ኩኑ ናይ ፊስማ ተጻዋታይ ኒውኻስል ኣብ ሸሞንተ ተኸታተልቲ ግጥሚ ፕሪመር ሊግ ሹቶ ዘቑጽረ ዝብል ክብሪ ረኺቡ። እዚ ወዲ 25 ዓመት መንእሰይ ኣቕዲሙ ኣብ ሽወዓተ ተኸታተልቲ ግጥሚ ሹቶ ምስ ዘመዘገበ - ኣለን ሽረር ካብ መሳኪሮም ክሳብ ሕዳር 1996 ነምኡ'ውን ጆይ ዊለቅ ካብ ሚያዚያ ክሳብ ግንቦት 2021 እዩ ተመዝሪርዩ ጸኒሑ።

ብሓፈሻ ኢሳቕ፡ በዝን ኣብ ሸሞንተ ተኸታተልቲ ግጥሚ ዘመዘገበን ሹቶታት፡ ኣብ ታሪኽ ፕሪመር ሊግ - ምስ ናይ ቅድም ተጻዋታይ ማን ዩናይትድ ናይ ሕጂ ዓሶሚ ሌስተር ሩድ ቫን ኒስተርሎይ፡ ኣጥቃዓይ ሊቨርፑል ዝበረ ዳኒኤል ስቱሪጅን ነምኡ'ውን ኣጥቃዓይ ሌስተር ሲቲ ጃሚ ቫርዲን ተመዝሪርዮ ኣሎ።

ወዲ 28 ዓመት ተጻዋታይ ሌስተር ሲቲ ቫርዲ፡ ኣብ 2015 እውን ኣብ 11 ግጥሚ ሹቶ ብምቑጽሩ፡ እቲ ንክመውሓ ተኸታታሊ ግጥሚ ሹቶ ዘመዘገበ ኮይኑ ይቕጸል ኣሎ። ቫን ኒስተርሎይ እውን ኣብ 2003 - ኣብ 10 ተኸታተልቲ ግጥሚ ሹቶ ብምቑጽሩ፡ ድሕሪኡ ደስራዕ። በዚ ኩኑ ብዘርእዩ ዘሎ ልዑል ሹቶ ናይ ምቑጽር ዓቕሚን ብሉጽ ጸወታን ቀልቢ ብዙሓት ክሳዩት ስሒቡ ዘሎ ኢሳቕ፡ ዝም ኣብ ቅድሚኡ ዘሎዉ ክልተ ተጻወትቲ እናቋመተ ዝ፡ ክብሪ ወሰነ ናይ ብዝተ ክዝበሮ ትጽበት ይግበረሉ።

ናይ ዝሓለፈ ወርሒ ታሕሳስ ብሉጽ ተጻዋታይ ፕሪመር ሊግ ዝተሰምየ ኢሳቕ፡ ኣብዚ እዋን 15 ሹቶታት ናይ ሊግ ኣመዝጊቡ፡ ንዘለዎ ኣመዝጋቢ ሹቶ ይወዳደር ኣሎ። ብቐይም ተኸተል 18ን 16ን ሹቶታት ኣመዝጊቡም ዘሎዉ ሳኒሕን ሃላንድን ጥሪይ ቅድሚኡ ይስርዑ። በዚ ሒዝዎ ዘሎ ቁመና እንተቐጸሉ'ውን ኣብ ምዝዛም እዝ ወቕቲ ወርቃዊት ጫፍ ፕሪመር ሊግ ዘይዓትረሉ ኣብኡት የለን።

ኣብዚ እዋን ልዕሊ ዝኸፈለ ተጻዋታይ ልዑል ኣድናቖት ዝወሃቦ ዘሎ ኣሊክሳንደር፡ ነቦጽ ሹቶ ምምዝጋቡ ንደቂ ጋንታኡ ናይ ሹቶ ዕድል ብምፍጣር፡ ካብ ኣብ 22 ዝተፈላለዩ ግጥሚት ኣርባዕተ ናይ ሹቶ ዕድል ሃንዲሱ ኣሎ። እዚ ካብ'ቶም ነም ብዮል ሃላንድ ዝኣመሳሰሉ ሹቶ ናይ ምምዝጋብ ጥሪይ ልዑል ዓቕሚ ዘለዎም ኣጥቃዕቲ ዝፈልዮ ብቐዳት እዩ።

ኢሳቕ፡ ካብቲ ተጠምቲ ተጻዋታይ ገይሩዎ ዘሎ ምኽንያት፡ ዝውንኖ ምልክት ከሰሳን ዝፈጥሮ ናይ ሹቶ ዕድላትን ክገጽ ናይ ማኔል ኣጥቃዓይ ኣብ ዝተፈላለዩ ቦታ ሳልሳይ ርብዒ ሜዳ ክስለፍ ዝኽእልን ንኣሳልጣኡ ኣማሪጹታት ዝፈጥርን ንመጋጥምቲ ጸቕጢ ዝዝብር ጸሪሪም ተጻዋታይ ሓደ ንሓደ ተጻዋታይ ኩሉልፍ ዘይሓሸር፡ ኣብ ሳዱን ቁሳዕ መቕጸሪ ንዘርኽቦ ዕድል ዘይምሕር፡ 1.93 ሜትሮ ቀኑመት ስለ ዝወንን ኩኑ ብዓሰሊ ንዝመጻ ከዓሳሱ ብርኃሉ ንዚዊ ኮመዘዝብ ዝኽእል ብምኃኑ እዩ። ልዕሊ ኸኑ "ናይዚ እዋን ዘመናዊ ኣጥቃዓይ" ዘዚውዖ ደማ ብሉጽ ባህሪኡ እዩ።

ድሕሪ'ዚ ጸወታ ሓደ ካብ ክብሪ'ወሰናቱ ብኢሳቕ ዝተሰበረ ኣለን ሽረር ክውድሶ እዩ ተሰምዒዉ። "ምሉእ ኣጥቃዓይ። ኣብ ብሉጽ ቁመና ዝርከብ ዝኸፈ ደው ከብሎ ዘይክእል።" ክብል ከኡ ብዘይቀልዓለም ገለጽዎ።

እዚ ናይ ቅድም ብሉጽ ኣጥቃዓይ፡ "ኢሳቕ እቲ ዝድለ ርኢ ተኣማንነት ረኺብዎ ኣሎ ክኢሉት ነምዝሎዎ'ሞ ኣየጠራጥሮን ኣብ እዋን ምክልኻል ኣሎ ብሓፈሻ ኩሉ ጸወታኡ ብሉጽ እዩ ንኡኡ ንምሓዝ ነበድ እዩ።" ክብል'ውን ሒዝዎ ዘሎ ቁመና ንኮኸሎ'ኽልቲ ዝብድህ ምኳኑ የረድእ።

"ንኽትገብኡ ልዕሊ ኣብ ጣክ ዘሎ ገዝዘበ እዩ ዘድልዮ" ዝበለ ናይ ቅድም ተጻዋታይ ተተንሳኢ ኣሮን ሰኖን ብወኑ፡ "ኣብ ዓለም ምሉእ ዘለዋ ክሳዩት ንኡኡ እዮን ዝጥምታ ዘለዋ፡ ገሸሓ ክዝብር ዝኽእል ተጻዋታይ እዩ።" ክብል ገለጽዎ።

ኣብ ሪያል ሶሲዳድ ወዲ ጋንታኡ ዝበረ ሓሳዊ ልዳት ኣሊክስ ረሚሮ ከኡ "ኢሳቕ፡ ዓቢ ዓቕሚ ዘለዎ ኣዝዩ ጉሪሓ (ንተጻወትቲ ዘታልል ንምባል እዩ) ኣጥቃዓይ እዩ፡ ኣብ ኩሉ ደረጃኡ ብሉጽ እዩ፡ ቅልጣፈኡ፡ ከነሶ ናይ ምኸሪቢ ብን ናብ ናጻ ቦታ በሳቃ ናይ ምሕሰፍን ዓቕሙ ልዑል እዩ፡ ዓቕሙ ደረት ኣልቦ እዩ፡ ሃንጡይኑ ብፍላይ ቀራቦ ምስ እትፈልጦ ኢኻ ትርድኦ፡" ኣሊ።

ኢሳቕ፡ ካብ ኣብዚ ወቕቲ ኣብ 23 ዝተፈላለዩ ግጥሚት 17 ሹቶታት ኣመዝጊቡ ኣሎ። ኣብ ክራምት ናብዚን ዝዘድናኦ ዘለዋ ክሳዩት ክኸይድ ነምዝኽእል'ውን ይግለጽ፣ ብፍላይ ስሙ ምስ ኣርሰናል ብቐረባ ተኣሳስሩ ይስዕሉ ኣሎ። እንተ'ታ ብምልኳት እቲ ን10 ኣዋርሕ ካብ ንዋሪታት ከነሶ እግሪ ተኣልዩ ዝበረ ኣዛፋሊኣ ሳንደሮ ቶናሲ'ውን ንቅልጥታ ዘላ ኒውኻስል፡ 150 ሚልዮን ፓውንድ ስለ ፈትሉ ኣሎ።

ኣርሰናል ኣንጻር ዓበይቲ ክሳዓት

ረብዕ ምሸት ንቶተንሃም ኣብ ሜዳኡ ዓዲማ 2ብ1 ዝወዳረታ ኣርሰናል፡ ወላኒ ኣብ ዝሓለፈ ክልተ ዓመተብዋርት ኣብ ድርጊሾት ዋንጫ ምልዓል ቦዲሓ ክነሳ ብዋን ሰቲ፡ እንተተመዝገበት፡ ኣንጻር እቲን ሓመሽቶ ዓበይቲ ክሳዓት ፕሪመር ሊግ (ንክልተ እውን ሻድሻይቲ ዓበይ ክሳብ ኢየ) ዝጐደፈ ጋንታታት ግና፡ ጸገቕቕ ታሪኽ እዩ ዘሎዉ።

ሽዳሽቶት ዓበይቲ ክሳዓት ፕሪመር ሊግ ዝበላ - ማን ሲቲ፡ ማን ዩናይትድ፡ ሊቨርፑል፡ ቸልሲ፡ ተተንሃምን ኣርሰናልን እዮም።

ኣርሰናል፡ ኣንጻር እዚን ክሳዓት ኣብ ዘቐደደቶ ናይ መወዳኢታ 16 ተኸታተልቲ ግጥሚት ካብ ኣይተሳዕረትን ኣሎ፡ እዚ ጋንታ፡ ብ26 ሚያዚያ 2023 ቦታ ኣብ ዝሓለፉ ክልተ ወቕቲታት ተሓሪፉ ዘቐዝመቶ ማን ሲቲ 4ብ1 ምስ ተሳዕረት፡ ካብት በዝን ክሳዓት ኣይተደፍረትን ዘሎ፡ እዚ ማለት፡ ክሳብ ትማሊ (ን630 መዳልያት) ትረትዓ ክሳብ ኣይተረኽበትን።

ቦቲ ናይ ረብዕ ምሸት ዓወት ነቦባ ናብ 43 ክብ ኣብላ ዘለ ኣርሰናል፡ ካብ መራሕቲ ዘለ ሊቨርፑል ብኣርባዕተ ነቦባ ጥሪይ ድሕሪ ካልኣይ ደረጃ ሕዛ ኣላ፡ ሊቨርፑል ግና፡ ሓንቲ ጉደሎ ጸወታ ኣሊታ።

ኣርሰናል፡ ኣንጻር እዝን ዓበይቲ ክሳዓት ዘለዋ ጸገቕቕ ገዛዝ እንተቐጸሉዎን ኣብዚን ቀልጢ ዝመጸለ ግና፡ ነቦባ ተጥፍኣለን ዘለ ጸወታታት ዝደዓ እንተረበሓኑ እዚ ወቕቲ መባልዕታ ክኸውን ይኽእል ኣዩ፡ ጸሓኢ ፕሪመር ሊግ ካብ ዘደሰቅል ልዕሊ 20 ዓመታት ኣቐጺሩ ነምኡ'ውን ኣብ ዝሓለፉ ሓመሽቶት ግጥሚት ፕሪመር ሊግ ኣንፊት ዓወት ጠፊኡዋ ዘሎ ቸልሲ፡ ቀልቲ ዘይምኳሃን ክርነፅ የብሉን፡ እታ ካብ ኣርሰናል ብሽሞንተ ነጥቢ ድሕሪ ዘለ ማን ሲቲ፡ እውን ዝ፡ ተሰዚቑ ዘሎ ቀመና ናብ ንብር እንተመሲሱ፡ ተወዳዳሪት ክትኸውን ነምትኽእል ኣብ ግምት ክኣትው ኣለዋ፡ ምኽንያቱ ካብ ፍርቂ ዓመተብዋርት ዝዘሓፈጸለ ፍልልይ ኣጸገቢ ናይ ምዕዋት ልምዲ ዘለዋ ብምኳኑ።

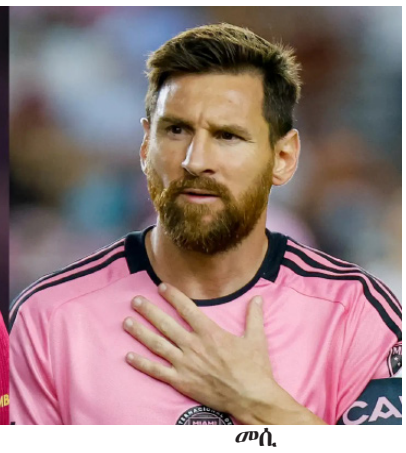
በዚ ኩይት ቦቲ ኣብ ዝሓለፈ ክልተ ዓመታት ኣብ መነ ኣርሰናልን ማን ሲቲን ጥሪይ ተሓጺሩ ዝበረ ፕሪመር ሊግ ሎሚ ዓመት እቲ ዝበለጸ ተወዳዳሪት ደረኣዮ ኣሎ። ካብ ግምት ወጺኡ ተወዳዳሪት ኖቲንግሃምን ነምኡ'ውን ምብርገር ኒውኻስል ደማ ተወሃኪ ቀመም ኮይኑዎ ኣሎ።

“ያማል፡ ዝበለጸ ተጻዋታይ ዓለም” ጋቪ

ኣዛፋሊ ባርሳሎና - ጋቪ፡ ወዲ ጋንታኡ ላሚን ያማል ድሮ እቲ ዝበለጸ ተጻዋታይ ዓለም ነምዝኸፈነን ምስ መሳ ግና ነምዝይወዳደር ገለጹ።

ሓደ ካብቶም ናይዚ እዋን ዝበለጹ ተጻወትቲ ምኳኑ ዝኣመሉ ያማል፡ ኣብ ሃገራዊት ጋንታ እስፓኝ፡ ዋንጫ ኤውሮፓ 2024 ነቦትር እንከሎ፡ ኣብ ክሳዓት ባርሳሎና ከኡ ኣብዚ መካዝ ብቐዳት ዝተሰመዐ ኮይኑ ኣሎ።

ያማል



መሳ

ዩርኢ ምህላወ ይፍለጥ፡ ወርቃዊ መንእሰይ ዝርከቦም ዝተፈላለዩ ውልቃዊ ሽልማት ክዕትሮ'ውን ክኢሉ እዩ።

ኣብ ባርሳን እስፓኝን መጻወትቲ ያማል ዝኾነ ጋቪ፡ “ግዴ ድሕሪ መሳ እቲ ዝበለጸ ተጻዋታይ ያማል እዩ፡ ኣብዚ ተወህቦ ዝተሓደሎ ናይዚ እዋን ዝበለጸ ተጻዋታይ እዩ፡ እንተኾነ ምስ መሳ ውድድር ሽሽት እዩ፣ ምኽንያቱ ኩሉ ግዜ ሓደ መሳ ዋሪይ እዩ ዘሎ፡ መሳ ፍሉይ እዩ፣ ልክዕ ነምቲ ሓደ ዓፖሽ ኣኒስቶን በኸልትን ማለት እዩ፡ ንሕና ኮኑ ናትና መገዲ ክንጸርግ ኣለና፡፡” ኣሊ፡፡

ባርሳ ኣብቲ ፍርዮት ኣኮዳማኢ ሳማሲያ ዝኾነ - መሳ፡ ዓፖሽ፡ ኣኒስቶ፡ በኸልትን ካልኦትን ዝሰዓሉ እዋን እቲ ዝበለጸ ግዜ ምሕሳፉ ይዝከር፡ ኣብዚ እዋን ኮኑ ዝከበሉ ፍርያታ ዝኾነ - ያማል፡ ፕድሪ ጋቪን ካልኦትን መኣሊዮትን ተጻወትቲ ሐዚ ናብቲ ወርቃዊ ግዚኣ ክትምለስ ነምኡ'ትኽእል ይግለጽ፡፡ ዘለዋ ፋይናንሲዋዊ ማሕንቖ መሳናኽል እንተዘይካይትዋ፡፡

ሰበ-ስልጣን ሰውዲ ዓረብ ንሳላሕ ይሓባብሉ

ሰበ-ስልጣን ሰውዲ ዓረብ ነቲ ኣብ ሊቨርፑል ኣብ ናይ መወዳኢታ ዓመት ውሳል ዘሎ መሓመድ ሳሊሕ ዝመጽእ ክረምቲ ናብ ሰውዲ ዓረብ ንምስግጋር፡ ኣብ ወሽጠ ክልተ ዓመተብዋርት ዋሪይ 65 ሚልዮን ፓውንድ ክኸፍሎ ተዳልዮም ምህላዎም ተሓቢሩ፡፡

ብሓጊ ኣሳስሕን ዝተገብአ ጸላዊ ብዮል ሰልጣኑ ሳሊሕ ሚልያ ኣልሂላል ስበሱ (ኤዲት ብምግባር እዩ) እንከሎ ዘርኢ ሰኣሊ ኣብ ማሕበራዊ መራኸቢ ብምልጣፍ፡ ነቲ ኣብ ዘይተጸረ መጻኢ ዘሎ ተጻዋታይ ንምስዓዕ ደሊርሉ ምህላዎም ኣኢንፊቱ ኣሊ፡፡

ዜና ውጽኢ

ሽዊት ተኽለ

ብሪጣንያን ዩክሬንን ሓድሽ ውዕል ይፈራረማ

ብሪጣንያን ዩክሬንን ጸጥታዊ ርክበ ንምዕምቓ ን100 ዓመታት ዝጽንሕ ሓድሽ ሽርክነት ክፈራረማ ምኻኑ ቤትጽሕፈት ቀዳማይ ሚኒስተር ብሪጣንያ ኣብ ዘወጽኦ መግለጺ ኣፍሊጡ።

እቲ ቤትጽሕፈት ዝ. ዝሓቦ፡ ቀዳማይ ሚኒስተር ብሪጣንያ ከዳር ስታርመር ዝሓለፈ ሰሙን ናብ ዩክሬን ኣብ ዝኣተወሉ እዩ።

እቲ ዝያዳ ኣብ ምክልኻል ዘተኮረ ሽርክነት፡ ኣንጋር ንጥሪታት መግዝኒ፡ ሩሲያ ኣብ ባሕሪ ባልቲክ ጸለም ባሕርን ባሕሪ ኣዞቭን ዝቐንጀ ኮይኑ፡ ነፈሮኦን ኣብ ፕሮጀክትታት ቴክኖሎጂ ሚሳይ ሰብኣልቦ ነሪርቲ ክተሓባበሩ ዝሕግዝ እዩ።

እቲ ጸዋት፡ ሳይንሽን ንግድን ዘጠቓልል ሰፊሕ ኣብ ዝዘረሉ እዋን ናብ ዩክሬን ምብጽሑ ዝዘከር ኮይኑ፡ ቀዳማይ ሚኒስተር ካብ ዝኸውን ንደሓር ደማ ኣብ ለንደን ምስ ፕረዚደንት ዘለንስኪ ክልተ ግዜ ዝርርብ ኣካይዱ ነይሩ።

ሓንቲ ካብ ግቢቲ ወተሃደራውያን ደቓቲ ዩክሬን ዝኾነት ብሪጣንያ፡ ኣብቲ ቀድሚ ሰለስተ ዓመት ዝፈለመ ከናት ዩክሬን 16 በልዮን ዶላር ወተሃደራውን ሲቪላውን ንመምህንድታ ሃገር ሓገዝ ክህብ ቃል ምኢታዋ ዝዘከር እዩ፡

ብዘይካዚ፡ ልሳ. 50 ሽሕ ወተሃደራት ዩክሬን ኣብ ብሪጣንያ ወተሃደራዊ ስልጠና ምወሳዶም ዝዘከር እዩ፡

ስምምዕ ምሳጽ ፕረዚደንት ኣመሪካ ዶናልድ ትራምፕ ቃሉማሕላ ክፍጽም ሓደት መሬታት ተሪፍዎ ኣብ ዘለወሉ እዩ ዝዘየድ ዘሎ፡፡

ስታርመር፡ እዚ ኣብ ዩክሬን ዝጎበኖ ዘሎ ናይ ስራሕ ምብጻሕ ኣብ ዝሓለፈ ወርሒ ሓምሊ ስልጣን ካብ ዝሕዝ ንደሓር ዙየዶ ኣቐዲሙ ብመንጊ ዘይተሓብረ ናይ ሬሎማ ምብጻሕ እዩ፡፡

ስታርመር ኣብ 2023 መራሒ ተቓዋሚ ሰራሕ ኣብ ዝዘረሉ እዋን ናይ ዩክሬን ምብጽሑ ዝዘከር ኮይኑ፡ ቀዳማይ ሚኒስተር ካብ ዝኸውን ንደሓር ደማ ኣብ ለንደን ምስ ፕረዚደንት ዘለንስኪ ክልተ ግዜ ዝርርብ ኣካይዱ ነይሩ፡፡

እስራኤልን ሓማስን፡ ተኾሲሲ ደው ከብሉ ተሰማሚያም

እስራኤልን ሓማስን ኣቲ ኣብ ወሽመጥ ቃዛ ን15 ኣዋርሕ ዝቐጸለ ከናት ደው ከብሉ ጅሆታት ክፈትሑ ተሰማሚያም ከምዝሰመሩ፡ ነም መንጎናታት ክሳጥሩ ዝጽንሓ ቀጠርን ኣመሪካን ገለጹ፡፡

ቀዳማይ ሚኒስተር ቀጠር ሸኽ መሓመድ ቢን ዓብዱራሕማን ኣታኒ፡ እቲ ስምምዕ ብቀጥታ እስራኤል ምስ ጸደቕ፡ ካብ ሰንበት 19 ጥሪ ጀሚሩ ተግባራዊ ከምዝኸውን ኣፍሊጡ ኣሎ፡፡

ኣቦተን ቀዳሞት ሽዓፈሽተ ሰመናት ናይ'ዚ ስምምዑ 33 ካብ'ቶም ክሳብ ሕጂ ብሓማስ ጅሆ ተታሒዝም ዘሎዉ እስራኤላውያን ኣብ ቤትማእሰርቲ እስራኤል ብዘርከቡ ፍልስጤማውያን እሱራት ምልውዋጥ ክግበር ምኻኑ ምእጋታት ይሕበሩ፡፡

ሓይልታት እስራኤል ካብ ህዘቢ ዝሓቦሩ ነብጊታት ቃዛ ክስሕቡን ፍልስጤማውያን ተመዝቢልቲ ናብ ኣብይቶም ክምለሱ ክጅምሩን ክፍቀደሎም እዩ፡፡

ኣብ ካልኣይ ምዕራፍ እቲ ስምምዕ ደማ እቶም ዝተረፉ ጅሆታት ክፍትሑ፡ ስራዊት እስራኤል ደማ ምስእ ብምስእ ክወጽእን ዘሎቚ ህድኣት ሰላም ክመጽእን ትጽቢት ይግበር፡፡

ሳልሳይን ናይ መወዳኢታን መድረኽ ደማ ዓመታት ክወስድ ዝኽእል ንዳግመሃንጽት ቃዛ ዝምልከት ኮይኑ፡ ሪሳታት ዝተረፉ ጅሆታት ምምላእ'ውን ዘጠቓልል እዩ፡፡

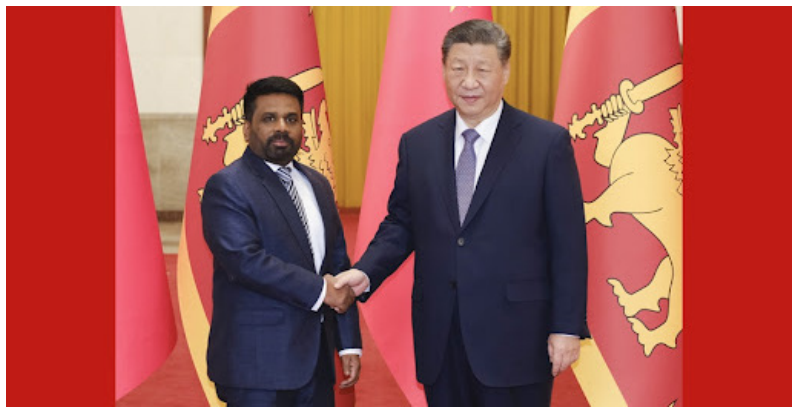
ብዙሓት ፍልስጤማውያንን ስድራ ቤታት ጅሆ እስራኤላውያንን ቡቲ ስምምዕ ኣብ ጎደናታት ወጺኦም ሓጎሶም ይገልጹ'ኳ እንተለው፡ ኣብ ባይታ ግን ለውጢ ከምዘይተራእየ እዩ ዝዝገለጽ፡፡

እዚ ከምዚ'ሉ እኳሉ፡ ቤትጽሕፈት ቀዳማይ ሚኒስተር እስራኤል ጠንሚን ናታንያሁ ናይ መወዳኢታ ዝርዝራት እቲ ውዕል ገና ምኻኑ ብምግለጽ፡ እቲ ብቡቡን ሚኒስተራት እስራኤል ደምጺ ክወሃቡ ተወጠኑ ዘሎ ስምምዕ ነጽንሕ ምኻኑ ኣፍሊጡ፡፡

እቲ ቤትጽሕፈት ዝ. ዝገለጹ ሓማስ ነቲ ስምምዕ ዝዮሕሰ ንጥሪታት የጎይድ ምህላዉ ድሕሪ ምውቃስ እዩ፡፡

ብዘይካዚ፡ ድሕሪቲ ስምምዕ ምቁሪጽ ተኾሲሲ ምገውሑ፡ ሓይልታት እስራኤል ኣብ ቃዛ ብዘዘዐድዎ ደቡዓብ ነፈርቲ፡ ብወሕጉ 73 ፍልስጤማውያን ከምዝተቐትሉ ዝተፈላለየ ሚዛናት ዘና ሓቢሮ፡፡

መራሒቲ ህ/ሪ ቻይናን ስሪላንካን ዘትዮም



ፕረዚደንት ህዝቢት ሪፓብሊክ ቻይና ሺ ዝ፡ ፒንግ ዝሓለፈ ረቡዕ ኣብ በይጂንግ ምስ ፕረዚደንት ስሪላንካ ኣኑራ ኩማራ ዲሳናያክ ተራኺቦ ከምዘዘየ ተገሊጹ፡፡

ቻይናን ስሪላንካን ናይ ሃዊሕ እዋን ምሕዝት ከምዝኸወን ዘመልከተ ፕረዚደንት ሺ፡ ቅድሚ 68 ዓመታት ኣብ መንን ክልተአን ሃገራት ዲፕሎማሲዊ ዝምድና ካብ ዝምስረት ኣትሒዙ፡ ርክብ ክልተአን ሃገራት ኣቡት ክልተኣዊ ረቡዓ ምኻኑ ኣብርሁ፡፡

ፕረዚደንት ሺ ወሲኹ፡ ኣብ ተብዒ ቅናትን መንገድን ከምኡ'ውን ኣብ ዝተፈላለዩ ዓውድታት ዝተገብረ ግብራዊ ምትሕብባር ፍሪ ከምዝሰርጐ ገንዚኦ ህዝቢታት ደማ ዝዕቤባዮ ረቡዓ ከምዝመጸአን ገለጹ፡፡

ቻይናን ስሪላንካን ልዑል ደረጃ ስትራተጂያዊ መምርሒታት ክትክተላን ብዛዕባ ኮይነን ናይ ሓባር መጻኢ ዘለዎ ማሕበረሰብ ቻይናን ስሪላንካን ንምህናጽ ክሰርሓን ከምዝለወኑ እቲ ፕረዚደንት ወሲኹ ኣጸዲቑ፡፡

ፕረዚደንት ዲሳናያክ ብወኑ፡ ቻይና ወትሩ እምኑ፡ መሳርኽቲ ስሪላንካ ምኻና ብምግምጽ ስሪላንካ ንክልተኣዊ ዝምድናታት ዓቢ ኣንዳይኑ ከምኣትሀበ ገለጹ፡፡

ሓባራዊ ረቡዓታት ንምሕላው ደማ ስሪላንካ ኣብ ብዙሕ ነገራት ምስ ቻይና ዘለዋ ምውህደን ሓድሕዳዊ ደጋፍን ንምሕያል ክትቀጽል ድልዉቲ ምኻና ፕረዚደንት ዲሳናያክ ኣመልኪቶ፡፡

ደቡብ ኣፍሪቃ - ካብ መዐደኒ ቦታ 246 ሰባት ድሒኖም

ኣብ ደቡብ ኣፍሪቃ ኣብ ሓደ ዘይሕጋዊ ዕደና ወርቂ ዝዘየደሉ ነባቢ ኣብ ዝተፈጥረ ናይ ሰለስተ መዳልያት ናይ ህይወት ኣድሕን ስርሒት፡ 246 ሰባት ብህይወት ክወጹ እኳሉዉ ኣሎታት 78 ሬሳታት ደማ ከምኣተረኽቡ ፖሊስ'ታ ሃገር ኣፍሊጠ፡፡

እቲ ካብ ኣገልግሎት ወጻኢ ዝሰረ ናይ ዕደና ቦታ፡ ካብ ነሓሰ 2024 ጀሚሩ ዳግማይ ዘይሕጋውያን ዓድንቲ ክጥቀምሉ ከምዝጀንሑ ዝገልጹ ጸብጻቦት ፖሊስ ካብ ሽዑ ጀሚሩ መብዝሕትኦም ካብ ጎረባብቲ ሃገራት ዝመጹኡ ብውሕዱ 1576 ዘይሕጋውያን ዓድንቲ ኣብ ቀይዲ ከምዝኣተዉ የረድኡ፡፡

ኣብ ደቡብ ኣፍሪቃ ብሃገሪ ምንቅልቅል ፍርያት ወርቂ ኣብ ዝሓለፈ ዓሰርተታት ዓመታት ተዓጸዮም ዝሰሩ ብዙሓት ናይ ዕደና ቦታታት ብዘይሕጋውያን ናይ ወጻኢ ዓድንቲ ወርቂ ንምድላይ ዳግማይ ኣብ ስራሕ ይውዕሉ ከምዝለዉ ይግለጽ፡፡

ተረኛ ፋርማሲ	ዕለት	ጎደና	ቁ.ስልኪ
ቤት መሸጣ መድሃኒት ኣፍሪቃ	17/01/2025	ጎደና ማ.ት.ኣ.-176 ቁ.25፡ ነባቢ ሲኦማ ዳንኮ	126003

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

ሓድሽ ፕረዚደንት ሞዛምቢክ ቃለ-ማሕላ ፈጺሙ

ሓድሽ ፕረዚደንት ሞዛምቢክ ዳንኤል ቻፖ፡ ድሕሪቲ ኣካታዒ ምንቡሩ ኣብ ዝተገልጸ ፕረዚደንታዊ ምርጫ ምዕዋቱ ደረጃኡ ዘይሓለወ ምንቡሩ ዝተገልጸ ቃለ ማሕላ ከምዝፈጸመ ተገሊጹ፡፡

እቲ ፕረዚደንት ነቲ ደረጃኡ ዘይሓለወ ቃለማሕላ ዝፈጸሙ ተቓወምቲ ሓይልታት ኣንጻሩ ገቐንዐ ናዕቢ ድሕሪ ምኻያዶም እዩ፡፡

ወዲ 47 ዓመት ቻፖ ኣብ ቀዳማይ ፕረዚደንታዊ መደረኡ፡ ሓድሽት ሃገሩ ንምሕዮልን ድሕሪ ምርጫ ብዘተፈፀደ ናዕቢ ዝወረደ ክሳራታት ንምሕዋይን ክሰርሕ ምኻኑ ቃልኣተዉ፡፡

ምርጫ ሞዛምቢክ ኣብ ዝሓለፈ ወርሒ ጥቅምቲ ካብ ዝተዐደድ ጀሚሩ፡ ኣንጻርቲ ምርጫ ተቓወምኦም ዘሕምዑ ዝለዉ ምስ ሓይልታት ጸጥታ ብዘተፈጥረ ግጭት ልሳ. 300 ሰባት ከምዝሞቱ ይፍለጥ፡፡

ዝሓለፈ ረቡዕ ነቲ ሰኣርዓት ቃለማሕላ ተቓወምኦም ኣብ ዘሕምዑሉ ዝለዉ እዋን ድማ ሸሞንተ ሰባት ብፖሊስ ከምዝተቐትሉ በበሰ ሓቢሩ፡፡

መብዝሕትኦም ግዳያት፡ ደቓቲ ናይ'ቲ ኣንጻር ፕረዚደንት ቻፖ ሃገራዊ ኣድማ ዝተዐደድ ዝጸወዕ - ኣቦ'ቲ ፕረዚደንታዊ ውድድር ዝተሳዕረ ሬናሞ ምንድላን እዮም ነይሮም፡፡

ፕረዚደንት ቻፖ ኣቦ'ቲ ምርጫ 65 ሚኢታዊት ድምጺ ብምርኻቡ ነቲ ን49 ዓመታት ዝጽንሐ ምሕደራ ሰልፊ ፍረሲሞ ኣናዊሕዎ ዘሎ፡፡