



ቃለ-መጠይቅ

ዳህላክ ነጋሲ

ሰአሊ - ሄኖክ ተክለገርግሽ

“ዘይትርእን ዘይትሰምዕን፡ ሓወልቲ ክኸውን ኣይደልን’የ” - ፍዮሪ ብርሃነ

ገበር ገጥራታቱ ከደድ ገደኤክ ኣሉ፡ ብተፈጥሮ ሕግ ወይ ሓፂጋ ምሉእ ብምስል ወይ ብኸፊል ምስ ገደኤ ወይ ወን ኣሉ እናገለገለ ግበር ገጥራታቱ ካብ ምፍጻም ምስ ዝሸነፉ፡ ሰባኤና ኣጋጠሙ ክበል ይኣኣል፡ ሰባኤና ደናት ምፍጻም ክኣሉን ዝውገ፡ ሓፍንት ገደኤናም ዘይሰሙ፡ ተጻባይቲ ሰባኤና ሰድራብን ሕብረተሰብ ኮሞ ዝኾነ፡ ዝገልጽ ግዙይ ኣተሓሳስ ኣብ ሕብረተሰብ ሓላፊ ደላዊ እዩ፡ ብመጽሓፍ ምስ ደርብ ሰባኤና እናገለገለ፡ ገጥራውን ማሕበራውን ብደህታት ሰባኤና ዘደናቅ ታሪኽ ዝህዱ ብተሓት እዩ፡

ፍዮሪ ብርሃነ ደርብ ሰባኤና ማሕበረ - ዓይነት ሰባኤና ናይ ምሕንጻዊ ዘመን እዩ፡ ፍዮሪ ገና ገል ሽምት ዓመት እግሉ ብሸነ፡ ሕግም ገፍኦ ኣዳንታ ግበር ስርሕን ምፍጻም ደው ኣሉ፡ ደሓውን ብሪ ገደኤና ጽምቲ ትቐብን ክልእ ጥራይ ማሕበራትን ተቐባዪ፡ ሳብን ናይዚ ደሞ ናይ ምሕንጻዊ ዘመን ኣብ ገል ስድመኣ ሰባኤና ዘጋጠማ ፍዮሪ ናይ ምሕንጻዊ ምሉእ-ሽምቲ ስለ ዘድረግ ገደኤና ደምታት ገደኤና ኣገባብ ኣዘርብ ብምኽታል ምስ ሰባኤ ክትረዳዱ ትክክል፡ ብወራኡ ምስ ደቃ ክትረዳዱ እግሉ ናብ ቅርብ ኣለም ብዘጠን ደምቲ ነቲ ቃላት ሓደ ድሕሪ ሓደ መጠጥሞ ይወጽዎ፡ ገና ደማ ኣሕዞ ኣብ መጠጥሞ ብምሃር ነቲ ገደኤና ብዘሕብ ስርሕ እንተ ሰግዶ ኮሞ ዘለዎ ትደግሞሉ፡ እንተ ዘይካድ፡ ኮሞ እንደዩ ንክከረቡ ትሓትቶም፡ በዚ ኣገባብ ምስዚ ክኣ ብተገባ ሰባኤ ገላ ዘዚ ቃላት መጠጥሞ ክኣልና ኣለና፡

ፍዮሪ ብርሃነ ዋላኳ ገና ኣብ ገላ ስድመኣ ተደራረቢ ሰባኤና እንተ ኣጋጥሞ ብኣኡ ከይተገባደትን ኣብ ከይዘለን ገደኤና ገምባል ብተሓ ማሕበራት ሰባኤና እዩ፡ ኣብዚ እየን ምስ ኣርባተ ደቃ ዝኸመ መጠጥሞ ኣብ

ምሃራት ትርብ ኣሉ፡ ገደኤና ብዓረ መድረኽን ክልእን ኣመልኪትና ምስ እዚ ኣርባተዊት ዘለን ከር ዘደናፍቶ ቃላት መሕትት ይሰባዩ

* ፈለግ ምስ ኣብዚ ከተሓድሮ?

ፍዮሪ ብርሃነ ኣህል፡ ኣብ ዘገ ጸብርካ ከቢ ተኸምቢ - ጃርት ኣብ ዝህል ቦታ ተወለደ ዓብዩ፡ ገል ሽምት ዓመት ምስ ኩንኩ፡ ብሸነ፡ ብርባሪ ሪኒ ብዓይነት ኣፍጥሪን ደም ምስ ሪኒኒ ኮሞውን ክልእ ሕግም ተኸብሉ ምሉእ ኣሉተይ ብምስብኡ ኣረጋጊሮን ኣሕዳሪን ተጨባጭ፡ ብሪቲ ቅጽቢዊ ክስት ደሞ ዐረት ዓይኒ ኣጋጠሙ፡ ብድሕሪኒ ብተገባ ክልእት ሰባኤና እዚኡን እንተኸለኸነ ነይሩ፡ ወለደ ኣብ ከቢና ናብ ዝርብ ማይዳላት ምስ ወሰዱ፡ ብዘድርብ ኣረጋጊሮን ኣሕዳሪን ምስክርነት ደሞ፡ ጨረ ብርሃነ እውን ክርኒ ደሞ፡

ኣብ ሕብረተሰብ ዝመተር ግዙይ ልምድታት፡ ኣለታዊ ሳብን ክኸብል ደረኣ እዩ፡ እውን ማይ ናይቲ ግዙይ ልምድታት እዩ፡ እዚኡ ገለ ሰባኤ ናብ ሰድራይ ብምሃር “እውላድኩም ናብ ሪኒኒ ዘይትወስዱ፡ ምሉእ-ሽምቲ ክትሓዱ” ብምላ ሓርጋም፡ በቲ ሓሳብ ዝተሰማሙ ወለደ ክኣ ናብ ሓደ “ፈለግ” ዝበል ሰብ ብምሃር፡ ኣብ ሪኒኒ ኣብ 12 ቦታታት ብግፍ ናይ መሳይ ብምክታል ቀይኹ ሕብሪ ሰባኤና ድሕሪ ወሰን እየን ክተደ ምዃይ እድራይ ሓርጋም፡ እንተኸኣ ኣብቲ ቦታ ገመርኪ መመላኳት ምስ እናሕከ፡ እቲ ቁሳ ኣብ ሪኒኒ ብላ ክደፍ ደኣምር ዝኾነ እውታዊ ምህላ እርጅኡን፡ እኔ ደኣ እቲ ሪኒኒ ዝበርኩ ጨረ ብርሃነ ምሉእ-ሽምቲ ጠፊኡ፡ ከካታይ ካብ ዝኸፈኣ ናብ ዝኾነ ምስ ተሰጋሪ ወላዲቲ ንክኸብሮ ናብ ኣሰመራ ሓክኲ መዳኑ፡

እቲ ሓከም ምስ ሪኒኒ ምሕር ሰባኤና “ዘ ቁልዓ ብተደ ተከብኩም ብርሃነ ዓይና ኣጥራኽኩም ኢኹም፡ ሰባኤ ናብ ቤት ትምህርቲ ዓይነት ሓርጋ ባታ ሓገኩም ከዱ” በዩ፡ ብድሕሪኒ ብዘደታ ናብቲ ቤት ትምህርቲ ምስ ከድኩ ኣብኡ ብተሓት ዓይነት ሓርጋ ብምህርን መምህራንን ጽኒኡ፡ ኣብ ወሽጢ ሓርጋ ግዜ ክኣ ኣገባብ ኣሕተፋን ኣናብን ዓይነት ሓርጋ “ብደል” ቀልጠፊ ክኣል፡ ኣብቲ ግዜ “ምስ ዓብኩ ከምኡ መምህራይ ክኸውን” ዝበል ባቢ ሓደሩ፡ ገፍብቲ ተመሪብ ስለ ዝበረከ፡ ምስ መዳ ብደሞ ብምሃር ምስ ብሉዳት ተመዳ እረሳ ነይሩ፡ እንተኸኣ ኣብ 2000 ዓም ካብ ራብዳ ክፍሊ ናብ ሓሙንይ ኣብ ዝሰጋገርኩሉ ሳባይ ወርሮ ወያ ስለ ዝመልሰ ንኸሉም መምህርቲ ሰድራ ቤቱም መዳኡም ወሰደም፡ ወለደ ኣብ ጸብርካ ስለ ዝሰራ ሽው ክመጽኡ ኣይከኣሉን፡ ንብሕተይ ኣብቲ ቤት ትምህርቲ ተረፍኩ እየን ክጥፍኹ ክተርቅ ከሰማእልን ክኸብ እውላ ነይሩ፡ ሽው-ጽው ክኣ ኣብ እዚይ ገለ ሓደሽ ለውጥታት ክህሞ ደሞ፡ ምሉእ ገው ገው ዝበል ደምቲ ብተደጋጋሚ እህሞ እርከ፡ ከካታይ ገምፍኦቶ ናብ ሕህሞ ምስ ከድኩ ስከብ ዓይኒ ዝኸነቁ ናይ ምሕንጻዊ ዘመን ዘጋጠሙ ተሓዲሩ፡

* ነቲ ናይ ምሕንጻዊ ዘመን እየን ደማ ኣብ ገላ ስድመኡ ከመይ ንከምቶ?

ናይ ምሕንጻዊ ዘመን ኣጋጠሙ እናገለገለ ሓሙንይ ክፍሊ ብተገባ መምህራይን ብደታይን ዘመዱ፡ ኣብ ክፍሊ ብመምህር ዝመደብ መዳኡ ክህሞ ስለ ዘይኣል፡ ብርግኡ ከቢና እየን ሓላፊ፡ ተኣኡ ከይቀርኩ መዳተይ ብምህንጻዊ ብደፍ መምህርቲ፡ ሳባይቲ ተርታ ብምህንጻዊ ነቲ ምስ ትምህርቲ ዘህንፍ፡ በቲ ወጽኢት መምህራይን መዳተይን ኣዘዩም ተሓትሱ፡ ዝተፈለዩ ህጻኖቲ ኣምጽኦሉ፡ ሞዳኒ ሳባይ ክፍሊ ካብ ቤት ትምህርቲ ኣብርሃ ባታ ወጽኦ ስለ ዝኾነ ብሸነ ድሕሩ ዝዩን ሰባኤና ኣብ ዝቐጽል ደጃ ክሰጋገር ኣይከኣሉን፡ ምሕር ፍቕሪ ትምህርቲ እኹል ምፍጻም ብቐዓን እናገለገሉ ብምቅዳይ ገላ ተህም፡

እዚይ ምስ ጸመግኩ ብቐልጠፍ ነዩም ኣብ ህጽንቲይ ዝደኣኹም ፈደላት ግዜ ንክኸብር እንድ፡ ድሕሪ ብተኣምሞድ ብተገባ ሓወይ ነዩም ፈደላት ዘርገም፡ በዚ ክኣ ዝኾነ ሰብ ነዩም ፈደላት ኣብ

ኣደይ እንተ ጽኒኡ ብዘለኡ ነቲ ዝተጻከረ ብምህንጻዊ ክረዳዱ እየን፡ ኣብቲ ግዜ ብዝበርከዎ ጸሓፊ እንሆ ለሚ ምስ ዝኾነ ሰብ ኣብ ኣደይ ብምህንጻዊ ክረዳዱ ክኣል ኣለኹ፡ ብዘሃዘ፡ ኣብ ቤት ትምህርቲ ኣብርሃ ባታ እንከላኹ ናይ ምሕንጻዊ ዘመን ሓርጋ ሓርጋ ሰባኤና ዓይነት እዘን ዘጋጠማ ዘናዊ ሰባኤና ዝበል ዝተሓመላ ዝበል ፍልይቲ ገጽቶ ብደል ብምህንጻዊ ክኣ ምስኩም ዓይነት ሓርጋ ብተይ እረዳዱ፡

* ብድሕሪኒ ካብ ወለድኹ ትምህርቲን ተፈላጊ ምሃር ከመይ ቀለልኩ?

ብሸነ ካብ ትምህርቲን ብተይን ምፍጻይ ኣብ ከቢና ሓዘን እናገለገሉ ወላዲቲ ናብ ዓድና ክትወስዱ መዳኑ፡ “ዘይትርእን ዘይትሰምዕን ሓወልቲ ክኸውን ኣይደልን’የ፡ ኣብ ዓይ እንተ ኸደደ ሰባኤና ስለ ዝወሰደ ኣብ ኣሰመራ ገጽቶ ገላ ተኸደላይ” ብምላ ኣዳንቲ ክኣብ ዝተሰገ ኣምረ ሰባኤና፡ ኣብቲ ግዜ ናብ ቤተይ እንተ ተመላሰ ሽጋይ መላሰ ኮሞ ዝደድ ስለ ዝተገደበኩ ናብኡ ሪኒኒ ኣይምህንጻዊ ካብ ዝበል ሓሳብ ክልተ ግዜ ዝተርከበ ከፍኣ ወሰኑ፡ ሞዳኒ ኣይከኣሉን፡ ኣደይ ገልግሎን ከላ ከካታይን ብምህንጻዊ ምስ ቤተሰብ ኣብ ኣሰመራ ገዳፋኒ ከደኑ፡

ምስ ወላዲቲ እንተ ኸደደ ህወተይ ኣብ ሪኒኒ ዘለዎ ተወሰኽ ከይዲዲ ዋላ እንተ ሲጽኡ እቲ ዝኸፈኦ ግን እታ ቤተሰብ ክትጽኦ፡ ትክክል ብዘምሃራ ኮሞ፡ ምስ ክልኡት ሰባኤና ኣብ ኣደይ ብምህንጻዊ ዝደድኦ ምሃኦ ፍጽም ክከረዳዱ ኣይከኣሉን፡ ብሸነኒ ሰባኤና ገላተይ ቤተይ፡ እታ ቤተሰብ መዳኒ ደኸን ክልእ ሃር ኣብ ኣደይ ተከረደኩም ጸሓፊ እንታይ ምዃኑ እደልኩ፡ እቲ ዝኸፈኦ ክኣ ዝኾነ ጉዳይ ካብ ገላ ክትወጽእ እግሉ ብደገ ዓጽጻኒ ትኸደድ ነይሩ፡ ኣብ ዓይኒ ሕግቕ ከዩንኪ ሪኒኒ እንተ ተረፍኩ፡ ጸምዶ ደማ ዝደደ ኩይ፡ ግጥሚ ናይ ምህንጻዊ ክኣልት ስለ ዝበረከ፡ ብጥሞራ ንኸሉ ጭንቀድ ጸሓፊን ንብን ወሽጢን ከወጽኦ እናንገን ነይሩ፡ በዚ ዝተሓሰ ገምታይ ወላዲቲ ንብከተይ ገላ ዘይትረዳላይ ብምላ ከጸርጸር እዘከሩ፡

ኣብ ኮሞኡ ከካታይ ኣብ ቤት ትምህርቲ ኣብርሃ ባታ ምሃይ ዝመደብ ዘለን ነታ ገጽቶ ብደል ዝመደብ ሰባኤና ንኸሉ ከካታይ ብዘደገ ድሕሪ ምምሕንጻዊ ምስ ኣደይን ክልኡት ቤተሰብ ብምዝርራብ

ኣገዝ እንተ ሪኸቡ ካብ ዝበል ሓሳብ ኣብ ተኸደራ ቃላት መጠጥሞ ኮሞ ዘደድ ገላ፡ በዚ መላኒ፡ ንኸሉ ሽጋይቲይ ዝተመልከተ ሓደ ወጽኢትና ዘጋ ገምታዊ ደፍ ኮሞ ዝተወለደ ቃል ኣተወ፡ ሽው



ፍዮሪ ብርሃነ

ጽው ሓገዝ ዋላ እንተ ዘደረኸኩ ተኣይ ካብ ክበል ግን ተፈለገ፡ እንተኸኣ ኣብቲ ግዜ ወላዲቲ ንኣሰመራ መዳኒ ብምሃራ ደገማ ምሃኦ ንክኸደድ ዋላ እንተ ለመኳ ኣቐጸኩ፡ በዚ ክኣ እንደዩ ምስ ክልእ ቤተሰብ ኣብ ጸዕዳኒኩን ገዳፋኒ ከደኑ፡

* ኣብ ክልእ ሰድራብት ምስ ተሰጋገሪ ህወተ ካብቲ ዝደደ ዝኸፈ ደ ነይሩ ምስ...?

ኣብኡ ክድሕሩ ዝኸፈ መሳዩ ስለ ዝበረከ ካብቲ ዝደደ ዝኸፈ ነይሩ፡ እንተኸኣ ኣብቲ ሪኒኒ ዝኸፈኦ እየን ቀውዒ ብምሃራ፡ እየን ወላዲ ናብ ወራይ ማሕበራዊ ክወፍሩ እንከለዉ፡ እየን ደቐም ደማ ናብ ትምህርቲ ደኸኡ፡ ሰባኤ ገሆ ኣብ ልዩነቲ ቤት ምስ ሓደገኒ ክኣብ ካብ ዝወሰለሉ ዝመዳኡ ኣብ ሓደ ጸዕጺ ኮፍ ኣለ ክደገም እውላ ነይሩ፡ ኣብቲ ጸምዶ ደምቲ ኣልቦ ዓሰመደን መመላሰ ባሳይ ምስ ክበይን ሰድራ ቤተይን ደቐደ፡ ብጥሃዚ እናገለገሉ እንከላኹ፡ እየን ወንሩ ደዳይ ሓከኩም ካብ ጎድኒ ዘደፍሎ ብተይ ዓይነት ሰድራን ናብ ጸዕዳ ክርከብን መዳኡ፡ እቲ ክትወሰይ ቃል ዝተወለደ ወጽኢት ደዳይ ኮሞ ዘሎ እውን ኣብኡ፡ በዚ ምክንያት፡ ድሕሪ ወሰን መዳኡት እቲ ወጽኢት ናብቲ ዝበረከ ገላ ምስ ኣስተርጓሚ ብምሃር ከላ ዘደልደሉ ሓገዝ ኮሞ ዝተወለደ ኣረጋገጸ፡ ሪኒኒ ናብ ሕህሞ ብምሃር ክወከታት ጥራይ ገምፍኦቶ መርመራታት ገደላሉ፡ እቲ ወጽኢት መርመራ ናብ ወጽኢ ሃር ብምሃር፡ ኣብ ወጽኢ ከይደ ዝኸነሞሉ ባይታ ከጥብኦ ምዃኑ ሃር፡ እቲ ሰብ ጥግይ ክኣብ ዝሞላ፡ ገዳከን ክዳውንን ሃር፡ በቲ ዘይተደገፍ ከካት ኣዘዩ ተሓትሱ፡ ንብተይ ደሞ “መታን ናጽነት ክኣውጅን ዝተርከበ ዝመርኩሉ ባይታ ከጥብኦን ኣብ ኣሰመራ ዝኸፈ ገላ ደላይ” ብምላ ተማሕርኩም፡

ደቐደ...

ብዘይካ ሰነይ መዓልታዊ እትሕተም ጋዜጣ

ዋና ኣሰናዳኢ
ብርሃነ ምሕረት ኣብ

ምክትል ኣሰናዳኢ
ዓብደልቃድር ኣሕመድ

ቁ.ሰ 116266 / 201820 (256)

ቦርድ ምሰንዳኢ
ዮሴፍ ሃይለማርያም
ምሉእ-ብርሃነ ሃብተገብርኤል
ተስፋ-ኣለም ዩማን

ቁ.ሰ 201820 (250)
ፋክስ. 127749 - ቁ.ሳ.ጸ. 247

ለይ-ኣውት
ፍርቲና ኤፍሬም ትንሱኣ ፍሰዩ
ሓበን ገብረኣምላኽ ሰሎሚ ኣፈወርቂ

ሳምራዊት ሃብተ

ምዝርጋሕ ጋዜጣ
ቁ.ሰ.163471-07588045

ምልክታ
ቁ.ሰ 125013 - ቁ.ሳ.ጸ 1284



ፍዮሪ ኢደ-ጥበባዊ ስርሓታ እናኣለላሮት



ዝናን ልማት ግድን እዩ ድቃስ ዘይልዩ። እቲ ንድቃስ ክክልፍ ግዜ ዝሆነ መታዕቓዚና ምህር ንክክብ ዝልገስ ግዜ ኣይታዕቓዩ።

መጽናዕታት ከምዚ ድቃስ ምስ ጥፅዋዊ ክክታትና ሓዱም ምንጻሕር ኣለዎ። ሓደ ሰብ ንዝህልዎ ሰባት ከይደቀስ ምስ ዝገኝ፡ ሕሙምቲ ናይ ምጽዋር ናቕሙ ዝተገኘሙ እዩ ዝኸውን። ብዘተራላዩ ሕሙምቲ ብቐለሉ ይጥቃዩ።

ድቃስ ንወገኑ ዝተራላዩ ሓሳብናውን ኣገደ ኣገዳሲ እዩ። ህጽንት ልዕሊ ዓቢይ ሰባት ብኩሕ ናይ ድቃስ ሰባት ዘይልዩም ባዕሊ እዩ።

ድቃስ ልዕሊ ማንም ካልእ ሓሳብና ዝሆነ ንኣገልገል ከም ዘበደሶ ክኣሊታት ይገልጻ። ኣብ ኣንድዓሰሉ እዮን ኣገልገልና ኣገዳሲ መቓንን ዝበሉ ሓሳባት ደሰርን ይኸበዩ። ምስ ተበራብርና ተጻቓይነት ክጸርክ ድልዎን ንኸውን።

ድቃስ ምስኡን ሳቡኡ ካብ ዓይንኻ ዘይምኽንና ተለፉ ኣብ ሓዲሊ ሰባት፡ ስምታዊ ክክት፡ ኣፍራይነትን ካልእ መዳይ ጥፁና ብኩሕ ሳቡኡ ይኸበዩ። ሓደ ንሰርዓት ድቃስ ብዘይልዩ ሕሙምቲ ዝተኸበረ ሰብ ኣብ መጽሓፉ ሰርዓት፡ ሰርዓት ምንጻሕርና ሓሳባት፡ ኣተሓሳስቦ ካልእ ክፍል ሰባትን ዓቢ ስርዓት ክፈጥሩ ይኽእሉ።

ሓሳብና መዓሊ ንድቃስ መዓሊ ንወራር ዝቐጽር ሰባት ኣለዎ። እዚ ሰባትዚ 'ክሮኒድያን ሪዝም' (circadian rhythm) ይባሉ። እዚ ሰባትዚ ካብ ጽሑፍ ብዘረኽቦ ብርሃን እዩ ዝሆነ። ምስ ዝጽልምን ንክንድቃስ መልእኽቲ የመሓለፈልና። ብርሃን ጽሑፍ ክርክብ እንከሉ ድማ ካብ ድቃስ ክገባዘር ከም ዘለና ይሕብረና። ለሳይ እኹል ድቃስ ረኽብና ክገባዘር እንተኻንና ምስ መሃዶ ቀልጢፍና ክንድቃስ ከም ዘለና እዩ ሰባት ሓሳብና ዘመልከት።

ብኸመይ ብርሃን ጽሑፍ ንድቃስ ይጸልም?

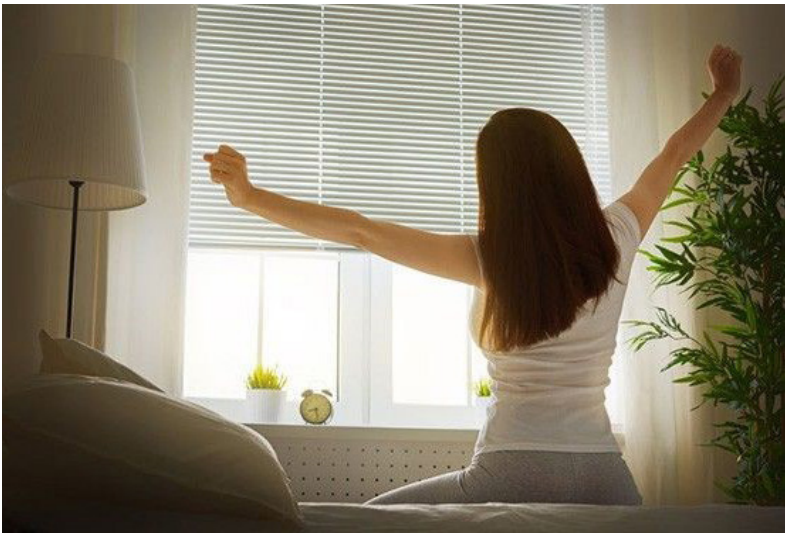
ብርሃን ጽሑፍ ኣብ ሰባት ሓሳብና (circadian rhythm) ኣብ ምፍራይ ማለዩን (melatonin) ሀርጥን ከምኡውን ኣብ ዑደት ድቃስ (sleep cycles) ልዑል ጽልዎ እዩ ዘለዎ።

ኣብ ሰባት ሓሳብና

ሰባት ሓሳብና፡ ሓሳብና ንዘኸውንና ዝተራላዩ ሕሙምቲ ዘመሓደር ውሕሮ ሰባት እዩ። መዓሊ ንድቃስን መዓሊ ንወራርን ዝቐጽርውን ሰባት ሓሳብና እዩ። ሰባት ሓሳብና ብኣገልገልና እዩ ዝተቀሳቐሰ ብዘከሰ ክርክብ እንተኻንዩ ድማ እኹል ብርሃን ጽሑፍ ክርክብ ግድን እዩ።

ጨረ-ጽሑፍ ብይገኡ ኣብ ናብ ረሽና (ክፍሊ ዓይኒ) ምስ ባዕሊ ብዘሆሉታት ተሓገዙ ናብ ኣገልገልና መልእኽቲ ይሰርድ። ባዕሊ ሰባትና ሰባት ናይቲ መዓልቲ ብቐለሉ ከሊ ይኸበዩ። ኣገልገልና ድማ ነቲ ዝተቐበሎ ሓሳባት ናብ ዝተራላዩ ሓሳብ ናይ ሰባትና ሓሳባት ብምስጻር ምስ ወቕቲ ናይቲ ሰባት ተሃዳም ስርዓት/ ንዋራታቶም ክኮዱ ይጽዝቡ።

ወዲ ሰባት ተፈጥሮ ንዘድሎ



ብርሃን ጽሑፍ ጥራይ ዝተቐልፀ ነዱ እንተኸኸውን ጽሑፍ ክትግርብ ምደቁኡ ጽሑፍ ክትገርብ ድማ ምዘረጋገዝ ነዱ። ኣብዚ ምስታል ዘበኑ ብርሃን ብዘተራላዩ መልኩ ክፍጠር ስለ ዝተኻለ፡ ኣብ እዋን ለይቲውን ድቃስ ከይመዝነ ዝኾነ ንዋራታት ምክያድ ተኽእሎ ኣለዩ።

ሰባት ሓሳብና ብመጽር ዝረኽቦ ብርሃን ጽሑፍ እዩ ዝከብድ። ኣብ ግዜ ወጋኡታ ቀልጢፉ ብርሃን ጽሑፍ ምስ እንርክብ ቀልጢፍና ካብ ድቃስ ክገባዘር ንኽእል።

ኣብ ምፍራይ ማለዩን

'ማለዩን' ብተፈጥሮ ሓሳብና ዘርኦ ሀርጥን እዩ - ብብርሃን ጽሑፍ ይጽሑ። ኣብ ግዜ ጸልማት፡ ፒኒያል (pineal gland) ዝተባህለ ጸኪ ናይ ኣገልገልና ብዘከሰ 'ማለዩን' ክፍሪ ይተገብዩ። ኣብ ግዜ ብርሃን ጽሑፍ ዓፍ እቲ ፍርዖት ይገድል።

ምስ ምዕይ መጠን 'ማለዩን'፡ ምትኽስ ነርኡ። እዚ ሓደ ካብቲ እቲ ሀርጥን ድቃስ ንክመዝና ዝዘር ኣገደብ እዩ። ብዘወገኑ፡ ምዑ ዑደት ፍርዖት 'ማለዩን' ኣብ መዓልቲ ንሰባት ሓሳብና ስለ ዘመራርኦ - እንታኸሰ፡ እንድዓሰሉን ካብ ድቃስ እንወራብሉን ሰባት ጻርጋ ወሰን ከም ዝኸውን ይዛግር።

ኣብ ዑደት ድቃስ

ከሉ ድቃስ ሓደ ዓይነት ጠባይ ክህልዎ ኣይከኣልን እዩ። ኣብ ንዘር ግዜ ድቃስ ሓደ ሰብ ካብ ኣርሳት ክከበ ሽዓቕት ዝኸይድ ዑደት ድቃስ ክህልዎ ይኽእል - ክሳብ ወፍ ካብ 70 ክከበ 120 ደቓይቕ ዝገኝሉ ማለት እዩ። እኳም ዑደት ናይ ድቃስ እዚኡም ብዘተራላዩ ደረጃታት ናይ ድቃስ ዝተሰርኩ ክኾኑ ይኽእሉ እዮም - ካብ ዓይንኻ ምረቃኻ ምድቃስ ክከሰቲ ናብ ሕልሚ ዝወሰዱኻ ሃለዋትን ተዋጊኡ ምረቓ ድቃስ።

ኣብ ግዜ ለይቲ ንብርሃን (ናይ ተፈጥሮ ብርሃን ማለት እዩ) ምኣላኡ ጸሓቕ ድቃስ ጥራይ ዘይካኑ ዑደት ድቃስን የመዛብሎ እዩ። ንብርሃን ምኣላኡ ብተደጋጋሚ ከም እትረብሩ ስለ ዝከበረኻ ዑደት ድቃስ የመዛብሎ እዩ። ልዋምን ምረቓታት ድቃስ ክትርክብ ኣይትኽእል።

ብሃገኪ ሃይሕ ናይ ጽሑፍ ንሳብ ዝፍጠር ናይ ድቃስ ምምዘል (jetlag) ሓደ ኣብዓት ናይ ተፈጥሮ ብርሃን ብዘይምርካብ ዝፍጠር ጸሓቕ ድቃስ እዩ።

እኹል ድቃስ ከይረኽብና ክገደብ ክገባዘርን ኣጠፍና ክጸርክን ኣይከኣልን

ኢና። ሓደ ሰብ ናይ ህይወትና ብድቃስ ኢና ክከልፍ፡ ከይደቀና ድማ ብህይወት ክገብር ኣይከኣልን።

ኣብ እንድዓሰሉን እዮን ሓሳብና ዝኣር ርኣሉ ይጽዓኑ ነቲ ኣብ ሰባትና ዝርከብ መርዕም ንራት ድማ የጽርዮ። ካብ ድቃስ ምስ ተበራብርና ሓሳብና ብብርሃን ንክቐዱ ይኽእሉ።

ዋላ ንኣጻፊ እዋን ድቃስ ምስኡን ንዋሃና ኣገደ ሃደ እዩ። ምስ ዘይንድቃስ ሓሳብና ካብቲ ንዘር ንታሕቲ ደሰርኩ፡ መጽናዕታት ከም ዘመልከት ንልሊ 10 መጽሓታት ከይደቀሱ ዝገኙሉ ሰባት ከበድ ናይ ምርጽን ምንጻብን ጸሓቕ፡ ከምኡውን ናይ ባዕሪ ለውጢ ከምብሉ እዮም ዝረገዱ። ገላ ካብሙወን ብክቐዱም ሃተናተና ናይ ምዓልን ምስኡምን ጸሓቕ የርገዱ።

ብዋጥ ካብ ድቃስ ምርካብ ዘዎ ረብሓ

ጽሑፍ ከይበረቐ ካብ ድቃስ ምርካብና ሓዱ ጥፅዋዊ ጥቕምታት እዩ ዘለዎ። ገላ ንምዃታይ

ጸበቕ ድቃስ ንክትርክብ ይሕግዝ

መጽናዕታት ከም ዘመልከት ቀልጢፍም ጽሑፍ ከይበረቐ ካብ ድቃስም ዝኸቐሉ ሰባት ምስ መሃዶ ቀልጢፍም ናብ ዓራት ስለ ዝኸፉ ሃይሕ ሰባት ክድቃሱ ዕድል ይረኽቡ። ጸበቕ ድቃስ ዝረኽብ ሰብ ድማ ብኩሕ ጥፅዋዊ ጥቕምታት እዩ ዘለዎ - ዝተመላቐሰ ክትኣኣምሮ (mood) ይህልዎ። ኣደህኡ ሓደል ይኸውን ብምኽሳን ግዜ ሰባትን ክክቃዕ ዘለዎ ተኽእሎ ድማ ዝተተኮ እዩ። ባዕሪ፡ ጸበቕ ድቃስ ዘይረኽብ ሰብ ሕሙም ናይ ምጽዋር ናቕሙ ዝተገኘሙ እዩ። ካብቲ እኹል ድቃስ ዝረኽብ ሰብ ብሕሙም ናይ ምክቃዕ ተኽእሎ ክሃድ ማለት እዩ። ብኡ መጽር፡



ብጽቕጢ ይዎ፡ ሕሙምቲ ልብን ሽርን ክክቃዕ ዘለዎ ተኽእሎ ዝሃለ እዩ።

እኹል ጸዓት ክትርክብ ይሕግዝ

ድቃስ ጻርጋ መግዚ እዩ ክህል ሰሚዕና ኣለና - ሓቲ እዩ። እኹል ድቃስ ምርካብ ምስ እኹል መዓዘዊ ጸዓት ምርካብ ከም ዝመገረ መጽናዕታት የመልክቲ። እኹል ድቃስ ድማ ቀልጢፍና ናብ ዓራት ብምድያብ ቀልጢፍና ከይወገኡ ካብ ድቃስና ምርካብ ማለት ምዃን እዮም ክኣሊታት ዘመልክቲ።

ጥፁና ዘለዎ ቀርቡ ይህልወኩ

ጸበቕ ድቃስ ዘይርክብ ሰብ ምልክታት ኣቐዳሚ ኣብ ቀርቡ ሰባት ከም ዝርከ እዮም ክኣሊታት ይገልጻ። እኹል ድቃስ ዘይርክብ ሰባት ደረቕቲ ዝገጠረን ፍትሕውን ቀርቡ ሰባት ይህልዎ። ኣዓንቲ ንውሕጢ ይኣቲ። ከበድ ዓይኑ ይኸይን።

ባዕሪ፡ ጸበቕ ድቃስ ጥፁና ዘለዎ ቀርቡ ክህልወኩ ይሕግዝ። ኣብ ግዜ ድቃስ ጥሁታት ቀርቡ ሓም ክፋሪዮም ዝድምፍ፡ ኣብ ግዜ ድቃስ ዝፍጠር ተወሳኺ ዋሕዚ ይዎ ድማ ነቐም ጥሁታት ብዘክብኡ ክፋሪ ስለ ዝከብዎም ልመጽን ጽዳዶን ቀርቡ ክህልወና ይሕግዝ።

ንቐርቢ እኹል ግዜ ትርክብ

ቀልጢፍና ካብ ድቃስ ምርካብ ብዘክብኡ ቀረኻ ናብ ስራክ ክትከይድ እኹል ግዜ ከም እትርክብ ከሉና ንከምግሉ ኢና። ብዘበኡ ቀረኻ ንራክ ዝወረረ ሰባት ዝሃደኦን ፍሳህን ኣኣምሮ እዩ ዝውንን። ዝሆነ ሓዲሊ (energy) ስለ ዘለዎ ድማ ኣፍራዩ ይኸውን።

ኣደህኡ ምላእ ክኸውን ይሕግዝ

ደቂና ጸሕፍ ብቐጽቡ ክገባዘር ከበድ እዩ። እዚ ዝኾሉ ምኽንያት ኣኣምሮ ቀስ ብቐስ ስለ ዝከብኡ እዩ። ካብ ድቃስ ብቐጽቡ ክገባዘር ምስ እንፍትን ርኣና ክትከፍም ክከልታወን ኣደህዮ ክህልወና ክጸገዎምን ንርኢ ኢና። እቲ ምኽንያት፡ ኣኣምሮና ብዘክብኡ ከይተበራብረ ካብ ድቃስ ስለ ዝከብኡ እዩ። እኹል ሰባት ደቂና ጽሑፍ ከይበረቐ ምስ እንወራብሩ ዓፍ ኣኣምሮና ክከቐኩ እኹል ግዜ ይርክብ። ብዘበኡ ዝኸቐኩ ኣኣምሮ ድማ ፍሳህ መዓልቲ ከም ዝወሰል ሓቲ እዩ።

ዝሆነ ሃጢ ከተመዘገብ ይኽእል ኣብ ዩኒቨርሲቲ ተክሳስ (ኣመጋ) ዝተኻየደ መጽናዕቲ ከም ዘጸርፍ ቀልጢፍም ካብ ድቃስ ዝረብዩ

ተመሳሪ፡ ካብኦም ዝድንገቱ ዝበለ ሃጢ ኣመዘገቦም።

ሓሳብ ምንጻብ ንምክያድ ግዜ ትርክብ

ካብ ድቃስ ብኣግሑ ምስ እትበራብር ሓሳብ ምንጻብ ንምክያድ እኹል ግዜ ክትርክብ ትኽእል ኢኻ። ሓሳብ ምንጻብ ንምክያድ ኣብ ሰባትና ዝተኸከ ዘይተቓለሉ ሰባት (ኮሌጅልውን ክኸውን ይኽእል እዩ) ንምክያድ ስለ ዝከብዎ ሰባት ክበይት ሰባት ክህልወኩ ይሕግዝ። ምኽንያቱ ልዕሊ ንዘር ክበይት ሰባትን ጠንቂ ዝተራላዩ ሕፃር ሕሙምቲ ምዃን ኣይከኣልን።

ብኸመይ ቀልጢፍና ካብ ድቃስ ክትበራብር ትኽእል?

=> ኣብ ሰባት ድቃስ ቀልጢፍና ለውጢ ክትምጽእ ኣይከኣልን። ካብቲ ንዘር ካብ ድቃስ ትበራብሩ ሰባት ነይይ 15 ወይ 30 ደቓይቕ ለውጥታት እናገበርኻ ክትበራብር ራት።

=> ቀልጢፍና ምንጻብ ክትበራብር ቀልጢፍና ክትድቃስ ራት። ቀልጢፍና እንዘይደቀኻ ቀልጢፍና ክትበራብር ጸም እዩ። እንተከበራኻውን እኹል ሰባት ድቃስ ስለ ዘይረኽቡኩ ንጠፍ ኳን ክትወሰል ዘኾነ ተኽእሎ ጸቢብ እዩ። ኣስተህሉዉ! ሓደ ባዕሪ ኣብ መዓልቲ እንተወሰደ 7 ሰባት እኹል ድቃስ ክትርክብ ኣለዎ።

=> መሃደሪ ደወል ሰባት ተጠቐም። እታ ደወል ኣብ ጥቓኻ ክትከብራ ተመራዲ ኣይከኣልን። ምርካብ ሰልቕኻ ከተጥፍኡ ስለ እትኽእል ካብ ጥቓኻ ክትርክብ ይምርኣ።

ምዕራፍ- mayoclinic

ሎሚኦብ ERI-TV

ሰዓት	መደብ
12:00	ሃገራዊ መዝሙር
12:02	ዘዋሪት ካሚራ
12:30	ዜና (ትግርኛ)
12:50	ዜና ስፖርት
12:55	ማህደር
13:30	ዜና (ዓረብ)
13:45	ሄሎ ደባይ ቀጥታ
15:30	OPEN MIC
15:55	ዶክመንት
16:15	ሞዛይክ 1ይ ክፋል
17:00	ዜና (ትግርኛ)
17:18	ቀላሕታ
17:30	ዜና (ዓረብ)
17:45	ሞዛይክ 2ይ ክፋል
19:25	እትመትሲት-ኮም
20:00	ዜና (ትግር)
20:15	ገለብ ድሓን
21:00	ዜና (ትግርኛ)
21:25	ፊልም ዘራባቤል
22:00	ዜና (ዓረብ)
22:10	ዳህሳስ
22:30	ዜና (እንግሊዝ)
22:40	እንዳ ዝማም

ጽናት



ሃማ መተኪ

“ምህዛ መንእሰያት ንዝበረኽ ልምዓት!”

ሃገራዊ ሞርኢት ሞህዘን ሰንዓን

21-22 መጋቢት 2025

ሃማመተኪ፡ “ምህዛ መንእሰያት ንዝበረኽ ልምዓት!” ኣብ ትሕቲ ዝበል ቲማ፡ ነብ 21-22 መጋቢት ብደረጃ ሃገር ዘካይዶ ውድድርን ምርኢትን ምህዘን ሰንዓን መንእሰያት ሎሚ ዓርቢ 21 መጋቢት ሰዓት 9:30 ቅቓትሪ ኣብ ማእከል ምህዘን ሞህዘን መንእሰያት (ጃንደር ክልብ ነበር) ብወግዒ ክኸፈት፡፡ ግዱሳት ኣብ ቦታ ምርኢት ብኣካል ቀሪም ክወዘብዎን ንመሃዝትን ሰናዕትን መንእሰያት ዘተባብዕ መማዕበሊ ሓሳባት ክልግስሎምን ሃማመተኪ ብኸብሪ ይዕድም፡፡ እቲ ምርኢት ክሳብ ጽባሕ ቀዳም 22 መጋቢት ሰዓት 6:00 ድቓትሪ ንኹሉ ተዓዛቢ ክፋት ኮይኑ ክጸንሕ፡፡ ሺሻ ንመሃዝትን ሰናዕትን መንእሰያት ኤርትራ!

ማእከል ሞህዘን ሞህዘን መንእሰያት

ሃገራዊ ሞርኢት ሞህዘን ሰንዓን
21-22 መጋቢት 2025

ምህዛ መንእሰያት ንዝበረኽ ልምዓት!

ምዕዛዝ ባህሊ ምህዘን ፈጠራን መንእሰያት

ሃገራዊ ማእከላዊ መንእሰያትን ተመሃሮን ኤርትራ፡ “ምህዛ መንእሰያት ንዝበረኽ ልምዓት!” ኣብ ትሕቲ ዝበል ቲማ፡ ነብ 21-22 መጋቢት 2025 ብደረጃ ሃገር ኣብ ምህዘን ሰንዓን ዝኸፈነ ውድድርን ምርኢትን የኣንግድ ኣሎ፡፡ በዚ ኣጋጣሚ ዘለዎ ብዘሰጠ ምህዘን ፈጠራን ገለ ሓሳባት ወስ ምባል ኣገዳሲ ይኸውን፡፡

እቲ ውሳይ ሊቅ ስነ-ፍልጠት ኣልበርት ኣይነስታይን “ክልተ ክፋል ኣእምሮ እዩ ዘለና፡ እቲ ሓደ እመን ኣገልጋሊ (the loyal servant)፡ እቲ ሓደ ደማ ገምራዊ ኣእምሮ (intuitive mind)፡” ይብል ነበረ፡፡ ኣሰሪቡ ደማ፡ “ሕማቕ ልምዲ ኾይኑ፡ ቦቲ እመን ኣገልጋሊ ሞሪይ እናተመራሕና፡ ነቲ ገምራዊ ኣእምሮና ግዲ ዘይንገብረሉ ምዃና እዩ” ይብል፡፡ ኣይነስታይን እመን ኣገልጋሊ ዝበሎ ነቲ ህይወትና ክንመርሕን ዕለታዊ ዝውቲር ዕዮና ክንፍጽምን ዘገልግልና ንቐሕ ኣእምሮ (conscious mind) ክኸውን ከሎ፡ ገምራዊ ኣእምሮ ዝበሎ ኹኡ እቲ ግድሳት ክንፈትሖ ክንገለግል፡፡ ሞላሮቲ ከምዕብል ዘዩላ ሃገር ክንፈጥር ዘክእለና ድጉል ክፋል ኣእምሮና (subconscious mind) እዩ፡፡

ኣይነስታይን ገምራዊ ኣእምሮና ግዲ ኣይንገብረሉን ኢና ክብል ከሎ ሓቁ እዩ፡፡ ኣብ ኩሉ ሕብረተሰባት ቁልዩ ክፃቢ ኹሎ ብፍጻላ ሓሳብን ተግባርን ክምራሕ ኣይፍቀደሉን፡፡ “ከምዚ ግበር፡ ከምዚ ኣይትግበር” ተባሂሉ እናተገንታኹ ዝባሉ፡ መግናሕቲ ምስ በዝሐ ኹኡ ቦቲ ቅቡል ወይ ልሙድ ተግባራት ዝፍጽም ኣገልጋሊ ኣእምሮኡ ሞሪይ ክምራሕ ይግደድ፡፡ ትምህርቲ ምስ ጀመረ ኹኡ ተወሳኺ ሕግታትን ቀመራትን (formula) ይገነር፡፡ በዚ ደማ ኣእምሮኡ ነቲ ዝተማህሮ ሞሪይ ኣብ ምድጋምን ምስምዳድን ይጽዕድ፡፡ ኣብ ትሓት ሰራሕ ምስ ተጽንብረ እውን ብተመሳሰሊ ብመምርሕን ሕጋጋትን ዝጸንሐ ኣገዳሳትን ቅጥራታትን ናይቲ ዝበርሓል ትሓል ክቐየድ ግዱድ እዩ፡፡

ሚሽል ሞንታጋ “ሰባት ዝፈልጥዎ ወይ ዝተማህሮ ክኸፍሩ ይኸኣሉ እዮም፡፡ ሊቅነት ግን ነብ ገዢ ነብሰና እዩ፡፡” ይብል፡፡ እንተ ኹኡ ዘዚ ውሽጣዊ ዓቕምናን ክህሎትናን ከይንጥቀም ዝክእል ሓጺራትን ዕንቅፋታትን ኣገዢ ምህዘን ብዘተሓት እዮም፡፡ ከም ውጽኢት ናይዚ ሓጺራትዚ፡

ዝበዘሐ ሰብ ባዕሉ ሓሳቡ ዘላልዎ ዕምም ዳርጋ የብሉን፡፡ ሓድሽ ሃገር ክኣሰብን ክፈጥርን ተባሓቲኦ ኣእምሮኡ ክጥቀምን ኣይተባብዕን እዩ፡፡ እንተኣሳብ እውን ዝቐበሎን ብንዋትን ሞሪልን ዝድግፎን ዝድርገን ኣይረክብን፡፡ በዚ ምክንያት ክንደይ ወርቂ ሓሳባት ሰኣን ዘኣንግደም ብኸንገቲ ጠፊኦም እዮም፡፡

እዚ ኩነትዚ፡ ምስ ምዕባላ ትምህርትን ምርምርን ምስ ምስፋሕ ንግዳዊ ርክብን ምድንፋዕ ኣፍራይነትን ሎሚ ዳርጋ ኩሉም ህዝቦታት ዓለምና ሰጊርም እዮም ክበሃል ይክኣል፡፡ እቲ ዝበረ ብዘሕ ሓጺራት ሃይሽደሽ ምስ በለ ደማ፡ ሰባት ናይ ምምሃዝን ምፍጣርን ዓቕሞም ክጥቀሙ ሰፊሕ ባይታ ስለዝተፈጥረ ዓለምና ርእያቶ ዘይትፈልጥ፡ መስተንክር ክበሃል ዝክኣል ምዕባላ ከተኣንግድ ጀሚሪ፡፡ ነብ ዘበታዊ መሳርሒታትን መሳሰሎምን ጀሚርኩ፡፡ ኣብ ሕርሻውን ኢንጻራትሪውን ፍርያት፡ ኣብ መንግሥትን መራሽቢታትን ካልእን ኣብ ሓጺር ግዜ ቴክኖሎጂ እናተፈቐቐ፡ ዕለታዊ ሓድሽ ምህዘን እናተፈለገ፡ ብኡ መጠን ኣፍራይነት ብዝገርም ፍጥነት ዓሪጎ፡ ሰኣን ፍልጠትን ቴክኖሎጂን ዝሃልኽ ዝከበረ ጸዓትን ጉልበትን ሰባት ኣገዢ ክከዩ፡ መዋከሮ ሰባት ምቕኢን ቀለልን ክኸውን ክኣሉ ኣሎ፡፡

ፈላጥን ተባሓትን ክኸውን ዘይምን ሰብ የለን፡፡ ከምኡ ዓይነት ዕቕር ዓቕሚ ኣብ ዝኾነ ሰብ ከምዘሎ ደማ ሊቃውንቲ ይገልጹ፡፡ ኣብ መንእሰያት ብሕልፊ ኣብዮም ክኣብ 38 ዕድመ ዝርከቡ፡ ሓድሽ ሃገር ናይ ምፍጣርን ምብልሓትን ክህሉት ኣገዢ ዝለዓለ ምዃን ደማ ይገልጹ፡፡ በዚ ምክንያት፡ መንእሰያት መሃዚን ተባሓትን ኣእምሮኦም ክጥቀሙ ምትብባዕን ባይታ ምፍጣርን ኣገዢ ኣገዳሲ እዩ፡፡

ሕብረተሰብ ንፈጠራዊ ዘድንቑ ዘተባብዕ፡ ሓሳቦምን ዝገባለኦምን ብጥብሪ ከርእዩ ሞጡሕ ባይታ ዝፈጥር ምስ ዝኸውን ምህዘን ሰንዓን ኣቓልቦ ሰባት ብምስሓብ ብቐልጠፍ ናብ ባህሊ እዩ ዝቐየር፡፡ ኩሉ ሰብ ብዝርእዩ ሓድሽ ምህዘን እናተመሰጠ ንባዕሉ ፍሉይ ሃገር ክኣሰብን ተባሓቲኦ ክኸውንን ይብህግን ይጽዕርን፡፡ ከምዚኦም ዓይነት ሰባት ዝበዘሐው ሕብረተሰብ ደማ ባህሊ ፈጠራ ዘለዎ ሕብረተሰብ ተባሂሉ ይግለጽ፡፡ ሎሚ ከባንዶታት ዓለምና፡

‘ፈጠራ ንኩሉ ሰብ ዝተሞህበ ትዕድልቲ’የ ብዝበል እምነት ኣብ መወግወዒታት “ሓሳባት እንተላኩም ክንገዝእ ንክኣል ኢና” እናበለ ከተባብዓን ፍሉይ ሓሳባት ሓጺም ንዝመጽዎን ከኣንግዳን እዩን ዝርኢዮ፡ ንዕለታዊ ህይወትና ዘገልግል መሳርሒታት ንተዓዛቡ፡ ነብ መዓልቲ ንመዓልቲ እናተቐየርን እናተመሳየንን ሓደሰቲ መሳርሒታት እናተፈጥሩን እዮም ዝኸኣሉ፡፡ እዚ ቅልጠፍ ምምሕደሻትን ለውጢን ውጽኢት ናይቶም ባህሊ ፈጠራ ዘለዎም ሕብረተሰባት እዩ፡፡

ባህሊ ፈጠራ (ምህዘን ሰንዓን) ንሕብረተሰብን ትሓትን ነብ ዝህቦ ጥቕምታት እዚ ዝሰብ ሓደጅ ርብሓታት ምጥቃስ ይክኣል፡፡

- 1) ቁጠባዊ ዕብዩት ይድርገን የሓንብቡን፡፡ ጸርን ሃልክን ደቂ ሰብ ከምዝገድል ይገብር፡፡ እቶታውነት የበርክት፡፡ መዋከሮ የመሓይሽ፡፡ ብእኩብ ደረጃ ማእከራዊ ለውጢን ምስግጋርን የቀላጥፍ፡፡
- 2) ኣተሓሳስቦ ሰባት የሰፍኡን የማዕብልን፡፡ ማልታት ኣሰራርሓ ዝተፈቐቐ፡ ብምዕብል ቴክኖሎጂ ዝተደገፈ ቀለልን ስለሞን ከምዝኸውን ይገብር፡፡
- 3) ሓሰብቲ ሰባት የሰኣን ብዘሕን በባይነቲ ሓሳባትን ብቐዳሊ ከምዝፍልፍል ይገብር፡፡ ኣብ ትሓት ኮነ ኣብ ዝኾነ ቦታ ሰራሕ ሰባት ክኮቲ ዝውቲር ኣገዳሳዊ ወጻኢ መመሓየሺ ሓሳባት ከመንጥቡ ይድርገኩ፡፡ መላእ ሕብረተሰብ መሃዚ ኣእምሮኡ ከምዝጥቀሙ ይገብር፡፡
- 4) ሰባት ብፍላይ መንእሰያት ኣድህቦኦም ናብ ምምሃዝን ምስምዳን ብምስሓብ ኣእምሮኦምን ግዜኦምን ኣብ ኣርባሒ መዳይ ናይ ህይወት ከምዝቐንዕ ይገብር፡፡ ነብ ዘይጠቐም ባህርያት ክርሕቁን ኣፍራይቲ ክኾንን ይድርገኩ፡፡
- 5) ሓድሽ መዳይት ናይ ምህዘን ሰንዓን እናተዓሰሰ፡ ትጽቢት ዘይተገበረሉ ሓሳባትን ቴክኖሎጂን ክፍጠር ሰፊሕ ዕድል ይኸፍት፡፡
- 6) ሕብረተሰብ ኩሉ ዘድልዮ ሃገራት ባዕሉ ናይ ምፍራይ ዓቕሚን ክህሉትን ከምዝህልዎ ይገብር፡፡
- 7) ሕብረተሰብ ብዓለም ደረጃ ዝተበጽሐ ፍልጠትን ማልታትን ኣሰራርሓን ቴክኖሎጂን ቀልጠፋ መሊኹ ብፍይ



ገዢ ርእሱ ሓሳባት ዝያዳ ከምዝማዕብሎ ይገብር፡፡

8) ሕብረተሰብ ክጽዑ ዘበታዊ ጠለባቲ ትዕዛቡቲ ብዓለም ደረጃ ብምስፋሕ ንክኣል፡ ሕብረተሰባት ዘገልግል ፍርያት እናፍረዩ፡ ኣብ ዕዳጋ ዓለም ተወዳዳሪን ርከብ ተሻራኺን ክኸውን ይሕግዩ፡፡

ምህዘን ሰንዓን ናብ ባህሊ ሕብረተሰብ ምቕዶኡ ዘለዎ ርብሓ እምበኣር ኣገዢ ርሒብ እዩ፡፡ ክንዲ ዝኾነ መንእሰያት ናይ ፈጠራውነት ባህሊ ክህልዎም ምትብባዕን ምቕኢ ባይታ ምፍጣርን ሓላፍነት መላእ ሕብረተሰብ ክኸውን ይግባዕ፡፡ መንግስታውን ብሕታውን ትሓት፡ ኣብዮተ ትምህርቲ፡ ምምሕዳራት፡ ህዝባውያን ማእከራት፡ ሰድራቤታትን ካልኣትን ከምዚ ዓይነት ባይታ ብምጥባሕ ንመንእሰያት እንተ ኣተባብዖም ደማ ወዲ ሰብ ክገብርን ክፈጥርን ዘይክኣል ሃገር የለን፡፡ ኩሉቲ ረቂቕን ዘይክኣልን ዝመሰለና፡ መንእሰያትና ኣብ ሓጺር እዩን ክመልከምን ልዕሊ ብምክድ ዝያዳ ከመሓይሽምን ከምዝክኣሉ ዘጠራጥር ሃገር ኣይኣሳን፡፡ እቲ ዘድሊ ምትብባዕን ምድራኽን ሞሪይ እዩ፡፡

ሃገራዊ ማእከላዊ መንእሰያትን ተመሃሮን ኤርትራ ነብዚ ኣመለኻኽታዚ ተበጊሉ

ኣብ መንእሰያት ዘሎ ዕቕር ናይ ምምሃዝን ምስምዳን ዓቕሚ ምፍራሽን ምስግጋርን ሓደ ነብ ዕላማታቲ ገደፋ ብምሓዜ ኣብ ትሕቲ ማእከላዊ ዝኣለ ሃገራዊ ኣማኅሪ ቦርድ ክኣላታት ብምቕዶ፡ ዘድሊ ቅጥዕታትን መምርሒታትን ብምውዳድ፡ ብደረጃ ሃገር ዝሎ ዕቕር ዓቕሚ ፈጠራውነት ከበራብር ብወጥ ይጽዕር ኣሎ፡፡ ብደረጃ ቦርድ ተምህራንም ብቐዳት ዝተባህሉ ፍርያት ምህዘን ሰንዓን ንምምስርሖም ደማ ብጥቕሙ ፋይናንሳውን ቴክኒካውን ሓገዝ ይግበር እዩ፡፡ ዘዚ መደብዚ ዝያዳ ኣተባብዕን ውጽኢታውን ንምግባር፡ ፍሉይ ስርሓት ምስ ዝቐርብ ብደረጃ ሃገር ሽልማት (Academic Award) ከምዝወግቦ ብምግባር ደማ፡ ንመንእሰያትን መሃዚን ሰንዓትን ብጥቕሙ የተባብዕ ኣሎ፡፡

ብኣጋጣሚ ናይ ሎሚ ዓመት ምርኢትን ውድድርን ሰንዓን ምህዘን እምበኣር መላእ ሕብረተሰብ ሰድራቤታት፡ ኣብዮተ ትምህርቲ፡ መንግስታውን ብሕታውን ትሓት፡ ህዝባውያን ማእከራትን ካልኣትን በብኸነኹም፡ ምህዘን ሰንዓን ዘተባብዕ ሓሳባትን ሓሳባትን ንምስላን ዝሕግዝ ባይታ ክፈጥሩ ሃማመተኪ ይጽውዕ፡፡

የደረጃ ቤት-ፍርድ ደብዳቤ

የጽሑፍ ደብዳቤ - ሓበን ገብረአምላክ - ሳምራዊት መለስ

1ይ ቤት ፍርድ ዞን ማእከል አብ መገን ብፍ/በ/ዕዳ አቶ ክፍለ ሞን ኒጋሊን ብፍ/በ/ዕዳ መም/ብርሃ የውሃን ተሰጥቶ አብ ቤት ፍርድ ዞን ማእከል ጉዳይ ከም ከም ዘመን ዘፍላጊ ኮይኑ ብፍ/በ/ዕዳ መም/ብርሃ የውሃን ተሰጥቶ ንሐሰት 4/4/2025 ናብ 2ይ መጋቢያ ቁ35 ብ ኣኣ ወይ ብሕጋዊ ወኪል ክትቀርቡ ንኣዝቱ፡ እንዘይቀርቡኩም ጉዳይኩም አብ ዘለኹምሉ ክርእ ምዃኑ ንሕብር፡

ብፍ/በ/መሳል አቶ ተሰፋዝቢ ተወልዶ ተሰፋጺኑ ብፍ/በ/ዕዳ ለተደምገል ወልደገርግኤ ናይ ፈጽሚ ጉዳይ 1ይ ደረጃ ቤት ፍርድ ህንጻ ዞን ማእከል 2ይ መጋቢያ ቁ49 ተሰፋፋሊኪ ስለ ዘሉ፡ ንሐሰት 8/4/25 ብኣኣ ወይ ብሕጋዊ ወኪል አብ መጋቢያ ቅርብ፡ እንዘይቀርቡኩ ጉዳይኪ አብ ዘለኹሉ ክርእ ምዃኑ ክልጥ፡

የውሃን አብርሃ ዘገርግኤ ተፍትና ምብራቕ አብርሃ ዘገርግኤ ስለዘቀረቡ፡ ኣነ ምስ 4 ኣስቀደተይ ወረሰ፡ ምዃን ደረጃዬና ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን7/4/25 አብ ቤፍ ይቅረብ፡

ወ/ሮ ሄራን ኣማኡል ክፍለሰሰ አባይ ኣማኡል ክፍለሰሰ ሞን ስለዘቀረቡ፡ ኣነ ጥራይ ወረሰ፡ ምዃይ ደረጃዬና ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን15/4/25 አብ ቤት ፍርድ ይቅረብ፡

ብፍ/በ/መሳል ወ/ሪ ነፍ ግራ/ብርሃ የውሃን 1. ኢዮብ ብርሃ 2.አዜብ ብርሃ 3. ፊሸን ብርሃ 4. ሰይይት ብርሃ 5. ምሕረት ብርሃ፡ ብፍ/በ/ዕዳ ኤልሳ የውሃን , 1.ገሳ ተክላዊግ 2.አክበረት ተክላዊግ 3.አሳዬር ተክላዊግ 4.መሰፍን ተክላዊግ 2.ኣማረሽ የውሃን 3.አሰፋሽ የውሃን ንፈጽሚ ዝምልከት ምልክታ ቀርብኩም ስለዘሉ፡ ንሐሰት 6/5/2025 አብ 5ይ መጋቢያ ቁ39 ብኣኣ ወይ ብሕጋዊ ወኪል ቅርብ፡ እንዘይቀርቡኩም ጉዳይኩም አብ ዘለኹምሉ መርሕ ፍርድ ክቅጽል ምዃኑ ንሕብር፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርድ ዕዳጋ እኽለ

መዳከ ተክለ ወልደገደርገላ ስም ኣይይ አዜብ ወልደሰላሴ ዘርኣይ ምል ተሪፉ፡ አዜብ ወልደታኅቶስ ዘርኣይ ተሃሊሉ ይተኣረመላይ ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን7/4/25 አብ ቤፍ 5ይ መጋቢያ ይቅረብ፡

አቶ ኣሰመሮም ፍሰተጻን ወልደገርግኤ ወለደና ፍሰተጻን ወልደገርግኤን ለምሳሌ ጻዊት ተክለን ስለዘቀረቡ፡ ኣነ ምስ 7 ኣስቀደተይ ወረሰ፡ ምዃን ደረጃዬና ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን10/4/25 አብ ቤፍ 8ይ መጋቢያ ይቅረብ፡

1ይ ቤት-ፍርድ ዓዲ ንዕዳድ

ብፍ/በ/ዕዳ አቶ ኣሊዮስ ተሰፋይ ሃብቲ ብፍ/በ/መሳል ወ/ሮ ጸገ ቀሺ ክፍላይ ብርሃ ናይ ፈጽሚ ክሲ ተመሳሳሪክ ስለዘሉ፡ ንሐሰት28/4/2025 ብኣኣ ወይ

ብሕጋዊ ወኪል ክትቀርቡ ይኣዝቱ፡ እንዘይቀርቡኩም አብ ዘለኹምሉ ነቲ ጉዳይ ክርእፉን ውሳኔ ክህብ ምዃኑን ይሕብር፡

ሸሪዓ ዞን ማእከል ኣስመራ

ኸዲጃ ጃብር መኣመድኅር ኣብ ወይይ ማስሙድ ሳልኦ ሂሳ ስለዘዘነወኑ፡ 1. መዋቲ ኣቡኡ ሳልኦ ሂሳ ዐመር 2. ወይይ ሰለም ማስሙድ ሳልኦ ወረሰ፡ ምዃናም ደረጃዬናም ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን13/3/25 አብ ቤፍ ይቅረብ፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርድ ሰረጃቓ እምባ ደርሆ

ዓንድብርን ወልዳይ ዘርኡ ኣባይ ወልዳይ ዘርኡ ዓሰ፡ ስለዘቀረቡ፡ ኣነ ምስ 5 ኣስቀደተይ ወረሰ፡ ምዃን ደረጃዬና ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን2/4/25 አብ ቤት ፍርድ ይቅረብ፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርድ ዞን ዓንሰባ ከረን

አቶ ተክላይ ሪካ ተምድ፡ ተጽዋኒ አቶ ፍጹም ቀረታ መምህሮ፡ ብሐሰት 10/2/2013 ቁ ሰሌዳ ER-1-34115 ዝበረሰ ሕጂ ዘሎ ኮኣ ER-1-B-7751 ዝኾነ ውሳኔ መሻጣ ፈጸምና፡ ስለ ቀርብ ስም ምትሕልፍ ይፈጽመላይ ስለ ዝበሉ ን 7/4/25 ብኣኣ ወይ ሕጋዊ ወኪልክ ቅርብ፡ እንዘይቀርቡኩ ጉዳይክ አብ ዘለኹሉ ክወሰን ምዃኑ ክልጥ፡

አቶ ሃብቲአብ ሰይም ብጻይ፡ ቤተይ ግደይ ኣብርሃም ወልደኣንስ ስለዘቀረቡ፡ ኣነ ጥራይ ወረሰ፡ ምዃይ ደረጃዬና ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን9/4/25 አብ ቤፍ ይቅረብ፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርድ ደቀምሓረ

አቶ ክፍለዘቢ ዘርኡ ጋይም ምል ተሪፉ፡ ፈለግን ዘርኡ ጋይም ተሃሊሉ

ንሕና ኣመልክቲ ካብ ወለደና ክፍ/ደሳለኝ ሰይን ክፍ/ተበርህ ሃይለን ዝተከበሩ አብ 1ይ ቤት ፍርድ ዞን ማእከል ብሐሰት 12/04/2011 ብቁ/መዝገብ 0782/2011 ወረሰ፡ ምዃን ዘረጋገጽ ኮይንና፡ ነቲ አብ ዞን ማእከል ከተማ ኣሰመራ፡ ዞን 07 ምም/01ቀ/4 ቁ/ዝ 21 አብ ኮምፕዩተር ኣባይቲ ብቁ/ምክር ወረቐት 117922 መወሰሲ ቀጽሪ 105167/158 ብምሆና ብህም ወረሰ፡ ዝተመዘገበ ሊብራቶ ስለዘጠፍኣና፡ ሓዘዮ ኣላሽ ዝበል እንተሎ፡ ናብ ቁምባይል 07239796 አብ ወሽጢ 30 መዓልቲ ደዊሉ ይሃብረና፡ እንዘይቀርቡኩ ቅዳሕ ከወጸኡ ምዃን ክልጥ፡

ወ/ሪ ክፍ/ደሳለኝ ሰይ
ክፍ/ተበርህ ሃይለ
ብወኪል ወር ኣለም ደሳለኝ ሰይ

ብህም ወላዲቲይ ጠይባ መኣመድ ኣስመድ ዝተመዘገበ አብ ኣሰመራ ንዞን ጎዳይና ጎደና 743-1 ፕሉት 58 ፓርሲል 4Z ሰፍሓት መሬት 281.7 ት/ሜ አብ ቤ/ጽሕፈት ካዳስተር ብመላላይ ቁንብረት 1/009392 ስለት 2/17/2016 ተመዝገቡ ዋንት ናይ ዝተረጋገጸ ንብረት ዝ መረጋገጸ ሰይ ሊብራቶ ቀንዲ ሰይ ኣሪጅናል ስለዘጠፍኣኑ፡ ዝረኸበ ወይ ብህዳ ሓዘዮ ዝበል እንተሎ፡ እዚ ምልክታ ካብ ዝወጸ ስለት ጀሚሩ አብ ወሽጢ 30 መዓልታት ብቁ/ተሉ-07155032፡ 07202113 ይኣብረኑ፡ እንዘይቀርቡኩ ግን መተኣታ ክወግዉ ኩነት ምዃይ ኣሕብር፡

ሐሴን መኣመድ ሂሳ

ይተኣረመላይ ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን22/4/2025 አብ 1ይ መጋቢያ ቁ32 ይቅረብ፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርድ ዓረዛ

ወ/ሮ መዳከ ኪካል ልጃም፡ ብጻል ቤተይ ኣብርሃም ተሰፍን ክፍል ስለዘቀረቡ፡ ጎዳይ ናይ መጻምዲ መሳላይ ይተኣረመላይ፡ ኣነ ጥራይ ወረሰ፡ ምዃይ ደረጃዬና ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን3/4/25 አብ ቤፍ ይቅረብ፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርድ ዓዲ ቐይሕ

ኣስመድዲ ሳልኦ ኣሞንል ምል ተሪፉ፡ መኣመድዲ መኣመድዲ ተሃሊሉ ይተኣረመላይ ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን8/4/2025 አብ 1ይ መጋቢያ ቁ32 ይቅረብ፡

ክሰሊ አቶ መሐኦ ጸጋይ ዝረመድህኑ ተክሰሊ አቶ ዝሪ/ወት ጸጋይ ዝረመድህኑ ክርክር ክሲ ቀርብኩክ ስለዘሉ፡ ን3/4/25 ብኣኣ ወይ ብሕጋዊ ወኪል ቅርብ፡

ክሰሊት ወ/ሮ ሃሰት ጀመሪ ተመልሶ ተክሰሊ ወ/ሮ ኣፍምያ ቀሺ ኣርኣዮ ኪካይ ስም ናይ ምትሕልፍ ክሲ ቀርብኩክ ስለዘሉ፡ ን8/4/25 ብኣኣ ወይ ብሕጋዊ ወኪል አብ ቤፍ ቅርብ፡

አቶ ዓብላል ፍትዊ መሪዱ ወይይ ቤንህር ዓብላል ፍትዊ ምል ተሪፉ፡ ቤንደም ዓብላል ፍትዊ ተሃሊሉ ይተኣረመላይ ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ናብ ን8/4/2025 ይቅረብ፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርድ ባጽዕ

ወ/ሮ ሓዳስ ሰይም ሰይ ስም ትሕቲ ዕድሙ ደቀይ ኣሸን ተወልደማርያም ከምኡ'ውን ኣዘር ተወልደማርያም ምል ተሪፉ፡ ኣሸን ወልደማርያም ከምኡ'ውን ኣዘር ወልደማርያም ተሃሊሉ ይተኣረመላይ ስለ ዝበሉ፡ ዝቃወም እንተሎ ን14/4/25 አብ ቤፍ ይቅረብ፡

ብህም ኣሸዳሽ ተክሰት ዐቕሞሽኡል ዝተመዘገበ ብቁ/ፍ/ዋረን ASL00018832 ዝኾነ አብ ዞን ማእከል ንዞን ማ/ ከተማ ጎደና ፊልክት ቁ.ዝ 20 ዝርከብ ናይ እንዳ ቀምቃማይን መስጸቢ ክሰሸን ትኣላይ ወ/ሮ መብርሂት ኣለም ሓሸኦ ኣድራሻኡ ዞን ማእከል ንዞን ማይተመናይ ጎደና ደምባ ቤት ቁ.ዝ - ካብ ስለት 01/07/2024 ክሰብ ስለት 31/12/2026 ኣብርሃ ስለ ዘለኹ፡ ዝቃወም ምስ ዝህሉ፡ እዚ ምልክታ እዚ ካብ ዝወጸሉ ስለት አብ ወሽጢ ሰላን መዓልቲ ስልጣን ዝለዎ ቤት ፍርድ ትቃወሞኡ የቅርብ፡ እንዘይቀርቡኩ ዝቃወም ኣኣል ከምዘለ ተቐጺሩ ኣቲ ናይ ክራይ ውሳኔ ሕጋዊ ምዝገባ ከምዘፍጽመሉ ክፍልጥ፡

ኣሸዳሽ ተክሰት ዐቕሞሽኡል
ሕጋዊ ወኪል ራዕል ተክሰት ዐቕሞሽኡል

ኣመልክቲ ተሰፋኣለም ተሰፋዝቢ ሃብተሚካል ዝተወልደ፡ አብ ኣሰመራ ንኣሰ ዞን ኣርሃቡት ኣሰመራ ጎደና 135-33 ASP 00053403 ASD 00048475 ሰፍሓት መሬት 67 ት/ሜ ብጠኪ ክፍሊ ቀንዲ 3 ተኣጋግዝቲ 2 ብጽመይ ዝተመዘገበ ጽውሃክ ክፍለ ባህታ ስለዘጸየኩሉ'ም ናብ ስም ከመተላልፎ ስለ ዝደለኹ፡ ዝቃወም እንተሎ፡ ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርድ መኣገዲ ወይ ናይ መወጃታ ደምይ ዝተወለሉ ውሳኔ ሓዘት አብ ቤት ጽሕፈት ናታሪ አብ ወሽጢ 30 መዓልቲ ይቅረብ፡

ተሰፋኣለም ተሰፋዝቢ

ኣነ ሐሴን መኣመድ ሂሳ፡ ወረሰ ናይ ወላዲቲይ ክፍ/ጠይባ መኣመድ ኣስመድ ምዃይ ቤፍ/ሸሪን ብዘተረጋገጸ መሳሪት፡ አብ ኣሰመራ ንዞን ማእከል ከተማ ጎደና ናቕሩ ዚፕ 1A176 ቀ. ዝ 133 ሰፍሓት መሬት 33.35 ት/ሜ አብ ኮምፒዩተር ኣባይቲ ብቁ/ጽሪ መወሰሲ ወረቐት 112051 መወሰሲ ቐጽሪ 121194 ዝተመዘገበ ዘይክሳብክን ንብረት ዝ ብወርሲ ናብ ስመይ ከመተላልፍ ስለ ዝደለኹ፡ ዝቃወም እንተሎ፡ ምልክታ አብ ጋዜጣ ሓዳስ ኣርትራ ካብ ዝወጽኣሉ ስለት ጀሚሩ አብ ወሽጢ ሓዲ ወርሒ ሕጊ ብጠጽዝ መሳሪት ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርድ ናይ መኣገዲ ናብ ቤ/ጽፓብክ ናታሪን ቤ/ጽ ሃሪዊ ካዳስተርን የቅርብ፡ ተቃወሞ እንዘይቀርቡ ግን ናብ ስመይ ከመተላልፎ ምዃይ ኣረጋገጽ፡

ሐሴን መኣመድ ሂሳ

ኣነ ኣመልክቲት ራካብ ሸር ዓብይልቃድር አብ ከተማ ከረን 02 ዚፕ ኮድ 6K-1371፡ ፕሉት 7 ዝርከብ መዳይ ገዱ ብህም ኣቶ ሸር ዓብይልቃድር ዝተመዘገበ ጎዳይ ብህዮብ ዝተወገወዎ ኮይኑ፡ እዚ መዳይ ዝ ናብ ስመይ ከመተላልፎ ስለ ዝደለኹ፡ ዝቃወም እንተሎ፡ አብ ወሽጢ ሓዲ ወርሒ ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርድ መኣገዲ ትጽዝዝ ወይ ናይ መወጃታ ውሳኔ ሓዘት ናብ ቤት ጽሕፈት ካዳስተር ዞን ዓንሰባ ክቅርብ ይኽእል፡ ተቃወሞ እንዘይ ቀርብ ግን ሴዓትና ኣቅራቢ ጉዳይና ክፍጽም ምዃን ንሕብር፡

ኣመልክቲት ራካብ ሸር

ወ/ሮ ፍረወዲ ተሰፋሚካል ባርሞሽኡል ዝተፈቐደለን ናይ ኮምፕዩተር መሳልጢ ማእከል ንግዳዊ ትሓሽን “ዛን ኮምፕዩተር መሳልጢ ማእከል” (ZION COMPUTER TRAINING CENTER) ተሃሊሉ ክሰመሰን ስለዘተኮታ፡ እዚ ናይ ጎዳይ ስም ቅድሚ ምምዘጋብና ዝቃወም ኣኣል እንተሎ፡ አብ ወሽጢ ሓዲ ወርሒ ካብ ሕጋዊ ቤት ፍርድ መኣገዲ የቅርብ፡ እንዘይቀርቡኩ ዝቃወም ኣኣል ከምዘለ ተቐጺሩ እዚ ናይ ጎዳይ ስም ከምዝምዘገቦ ክልጥ፡

ክፍሊ ወሽጣዊ ጎዳይ

ኣነ ዓገሊ እድረህር መኣመድ እድረህር ዝተወልደ፡ ምስ ሺዮጢ ኣቶ ዝል ሃብተ ዐቕሞዘቢ አብ መገናኛ ዝበርከሙ ሕጋዊ ውሳኔ መሻጣ ነቲ አብ ዞን ዓንሰባ ን/ ዞን ከረን ክበቢ 03 ዞን 02፡ ዚፕ ኮድ 6k-1381፡ ፕሉት/ብሓክ 118 ፓርሲል POP 118 ብመላላይ ቀ. ንብረት 6BRKRN001055 ዝተመዘገበ ገዱ ሰፍሓቲ 370 ት/ሜ ዝኾነ ዘይክሳብክን ንብረት (ዝ) ዝገድገዎ ብሸደጊ ናብ ስመይ ከመተላልፎ ስለ ዝደለኹ፡ ዝቃወም እንተሎ ምልክታ አብ ጋዜጣ ሓዳስ ኣርትራ ካብ ዝወጽኣሉ ስለት ጀሚሩ አብ ወሽጢ ሓዲ ወርሒ ሕጊ ብጠጽዝ መሳሪት ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርድ ናይ መኣገዲ ትጽዝዝ ወይ ናይ መወጃታ ውሳኔ (ደምይ ተሃሊሉ እንተኹይት) ሓዘት ናብ ቤት ጽሕፈት ፓብክ ናታሪን ቤት ጽሕፈት ካዳስተርን ዞን ዓንሰባ ከረን ይቅረብ፡ ተቃወሞ እንዘይ ቀርብ ግኑ ኣሪጅናል ሴዓተይ ኣቅሪብ ጉዳይ ክፍጽም ምዃይ ይሕብር፡

ኣመልክቲ እድረህር መኣመድ



ናጽነት ደስባለ - ሓባን ገብረአምላክ - ሳምራዊት መለስ



Bisha Mining Share Company
P.O. Box 4276
Asmara
Eritrea

Tel: (+291) 1124941
Fax: (+291) 1124941
www.bishamining.com

VACANCY ANNOUNCEMENT

Bisha Mining Share Company is inviting applicants for the following position for Bisha site project.

1. Position: Maintenance Planner

Department: Process Plant
Number required: Two (02)

Primary Purpose

- Contribute to the Operations by ensuring that all maintenance activities are planned and completed in a cost-effective manner with minimal disruption to ore processing and mining activities.

Essential functions

- Lead and contribute to the execution of Planning and Reliability of all operations (Process Plant, HME, Engineering Services) and ensuring all maintenance activities are aligned with project plans.
- Register all new equipment on the CMMS, Navision and categorise.
- Compile spares list for the equipment from the OEM's Installation, Operational and Maintenance Manuals
- Compile Applications for new stock inventory (ANSI) for all equipment installed.
- Compile Preventative Planned Maintenance Schedules for all equipment based on the OEM's recommendations.
- Compile Standard Job lists with hazard identification included.
- Develop Predictive maintenance schedules through condition monitoring practices and techniques for critical equipment.

Task description expanded to core performance areas

- Purchasing and Supply Chain
- Contractors: Involvement in justification for Contract requirements
- Work Management Processes
- Administration
- Health, Safety and Environment
- Employee Development

Unique requirements/other information

- Must have a proven track record and references.
- Candidate must be physically and medically fit.

Qualifications:	Knowledge and Experience
- Diploma/Degree in Mechanical or Electrical Engineering. - Minimum Education: Tech/Vocational Cert. Education followed by additional Mechanical/Electrical Trade Training with significant experience in the Mechanical/Electrical engineering discipline. (Certificate in Management)/Business Management will be an added advantage.	- Hands-on experience as a Fitter or Electrician 10+ years proven experience in the mining sector (Maintenance planning and scheduling capacity) 4 years' experience in mechanical or electrical maintenance as a fitter or electrician or supervisor's role. - Expatriate role as a maintenance planner
Technical Skills	Behavioral Skills
Computer Literacy (MS Office – Intermediate, In-house software), Time Management, Mechanical/Electrical skill, Project Management, Risk Assessment, Logical Thinker, Mechanical / Electrical skill, Project Management, Logical Thinker,Mechanical / Electrical skill	Communication (English, Local language advantage), Innovative, Efficiency, Cultural Diversity sensitivity, Coach/Mentor, Accountability, Team player, Handling of pressurised environment

2. Position: Construction Engineer

Department: Process Plant
Number required: One (01)

Primary Purpose

- Supervise mainly the Lime Plant Construction project at the same in a 'hands on' role with several both skilled and semi skilled national artisans to construct new buildings (Steel Structures, Electrical, Civil Works, Pipelines and Excavations) whilst using equipment and personal available on the Mine.
- Perform regular Safety Inspections, following a scheduled work plan, reporting back on work progres and ensure costs are within the budget.
- In addition, position is responsible to identify and order relevant parts and materials required for construction, following site procurement procedures.
- The position will include overall civil, structural, electrical and mechanical construction responsibilities ensuring all works carried out are done in a safe manner, in compliance to site HSEC regulations.

Task description expanded to core performance areas

- Planning
- Implementation
- Reporting
- Supervise/ Manage team

Unique requirements / other information

- Construction Management, Problem solving, Construction Strategy and Methodology from Experience, Manage Time, People, Materials, Coordination and Execution
- The candidate must be Physically and Medically fit.

Qualifications:	Knowledge and Experience
- Degree or Diploma in Civil engineering/ Building Construction or equivalent engineering discipline or - Has 10 years of managing construction experience. - Has the construction experience in Civils, Structural, Piping, Mechanical and oversee Electrical Installations - Proven ability to manage multiple projects simultaneously within budget and timeline constraints.	Minimum of (10) years' experience in Construction management in Mining industry in a similar capacity
Technical Skills	Behavioral Skills
Computer Literacy (MS Office – Intermediate), Mechanical and Maintenance experience, Attention to detail, Analytical skill, Problem solving skill, Supervisory Experience, MS Project Skills, Strong understanding of construction methods and materials	Excellent Communication (English), Assertiveness, Interpersonal Relations, Integrity, Prioritizing skills & multi-skilling, Ability to work towards strict deadlines, High level of Accuracy, Self-motivation, Dedication to safety, Time Management, Leadership

General Information and other requirements:

- Place of Work: Bisha.
- Salary: As per Company salary scale.
- Type of Contract: Indefinite

Additional requirement for Nationals:

- Having fulfilled his/her National Service obligation and provide evidence of release paper from the Ministry of Defense.
- Present clearance paper from current/last employer.
- Testimonial documents to be attached (CV, work experience credentials, a copy of your National Identity Card etc.).
- Only shortlisted applicants will be considered as potential candidates for an interview.
- Application documents will not be returned to sender.
- All applications should be sent through the post office.
- Deadline for application: 10 days from the day of publication in the Newspaper.

Address: Please mail your applications to:-
Bisha Mining Share Company,
P. O. Box 4276 Asmara, Eritrea

Note to Eritrean applicants:

Please send a copy of your application to:

- Aliens Employment permits Affairs,
P. O. Box 7940
Asmara, Eritrea.
- Mineral Resources Management
P. O. Box 272
Asmara, Eritrea

ምክንያት ባዚ፡ ንዝበሉ ብተፈገኙ፡ ብደረጃ
ሃገር ብፍላይ ኮኣ ብምግባር ትምህርትን
ሃማ/መ/ተ/ኤን ልዑል ኢኛልን ተዋጊቦም
ዝሂሩሉ፡ ዘኣ መደብ እዩ፡ ብደረጃ ሃገር
ኮኣ ዚህ መደብዚ ብኮሉብን ብተገኙታሊን
ሓዙ ዝጥፈሉ ዘኣ ሃማ/መ/ተ/ኤ ዞሃ
ዓጸበ ጥራይ ምዃ፡ ነምጎስ ዝገበሉን
ብግልጽነትውን ነነዮስ ዘለዎን ሰውነት
ሰራሕ እዩ፡ ምክንያቱ ብዚ ንዝበሉ
ትምህርቲ የለን - ብዚ ትምህርቲ ኮኣ
ፕቆሓት፡ ዕብዮት፡ ሀገዱ ገሊጎ ይምክን
ልምነትን የለዩ፡ ዘንዘብ ይወጥብ!



ንቁሕ ደበና



ሂሳብ መብታ

ደረጃው ይፈላል ይኸውን እምበር፡ ዳርጋ ኩሉ ምስ ምሉእ ጥዕናኡ ዝተወልደ ቁልዩ፡ በሊሕ እኒምሮ ሓዘ እዩ ዝውለድ። ገለ ቁልዑ ኣብ ምብህሃልን ምልኪ ቋንቋን ዝያዳ ብልሒ ክህልዎም እንክሎ፡ ገለ ከኣ ኣብ ምዝክር ሓያላት ይኾኑ። እቲ ርኡይ ፍልልይ ግን ኣብ መንጎ ቁልዑ ዘይነሳ ኣብ መንጎ ቁልዩን እኹል ሰብን እዩ ዝርከብ። እኹል ሰብ ኣብ ቁልዩ ዝለዓለ ብልሒ ከማዕብል ዋላ ይኽእል፡ ብመንጽር ዕድመ ክዕቀን እንክሎ፡ እቲ ቁልዩ ኣብ ዕድመኡ ዝያዳ ዝበለሐ ክኸውን ይኽእል እዩ። ስለዚ፡ ዕድመ በይኑ ንምዕባል ብልሒ ኣእምሮ ክጸሉ ኣይክእልን እዩ። ብዘይካ'ቲ ብባህሪ ዝኮሮ ናይ ምዕባል መሰርሕ፡ ካልእ ጽልዋውን ወሳኒ ተራ ክጸወት ይኽእል እዩ። ጽልዋ ኣካባቢ፡ ትምህርቲ፡ ኣተዓባብያ፡ ኣካላውን ስነ-ኣእምሮኣውን ጥዕና፡ ወዘተ ንምዕባል ብልሒ ኣእምሮ እንተ ዘይሓገዙ፡ በሊሕ ዝከበረ ቁልዩ ምስ ዕድመ ምውሳኽ ብቐዓቲ እናጉደለ ክኸይድ ይኽእል።

ሓደ መዓልቲ፡ ሓደ ዝፈልጦ ሰብ ምስ ሓንቲ ኣዝያ በላሕ፡ ጓል ሓሙሽተ ዓመት፡ ቁልዩ ኣላለዩ። እታ ቁልዩ ብመጽር ዕድመኣ ኣብ ቋንቋ፡ ዝኽረትን ሕሳብን ኣብ መዛኑል ልዕል ዝበለ ብቐዓት ነበራ። ኣብቲ ግዜ'ቲ ብጃንቋ እንግሊዝኛ ዝተጻሕፈት ንእሽቶ ናይ ቁልዑ መጽሓፍ ብምትርጓም፡ ምስ ስድራኣ ተረዳዳኣ ከተሕትማ ትሸባሸብ ነበረት። ምስታ ጓል ሓምሳ ዓመት ኮይና እትሰምዓን ቁልዩ ንገለ ሰዓታት ኣዕለሊ። ብዘይካ በልሒ ሓንጉላ፡ ምስ ስድራቤታ ዝከበራ ዝምድናውን ዝምሰገን ነበራ። ናይ ኣደኣ ተገዳስት፡ ብፍሉይ፡ ኣብ ምዕባል ሓንጉል

ጽልዋ ኣተዓባብያ ኣብ ምዕባኡ ብልሒ ሓንጉል

በኪሕ ኣእምሮ ዘከዎ ቁልዩ፡ ምስ ዓብዞ በኪሕ ኣእምሮ ዘከዎ እኹል ሰብ ይኸውንዎ?



እታ ቁልዩ ልዑል ተራ ከም ዝነበረ ተገንዚቤ፡ እታ ኣደ ጓላ በሊሕ ኣእምሮ ከም እትውንን ብኸመይ ከም ዝፈለጠት ምስ ሓተትኩዋ፡ ንሳ'ውን ተመሳሳሊ ብልሒ ኣእምሮ ከም ዝነበራ ወለዳ ይሕብሩዋ ከም ዝነበሩ ነገረትኒ። እንተኾነ፡ ንምዕባልኣ ብፍሉይ ተገዲሱ ዝከታተል ስለ ዘይነበራ፡ ምስ ዓብየት ብቐዓታ ከም ዝጉደለ ሓበረት። ህጻን ጓል ኣብ ቋንቋን ዝኽረትን ቅልጡፍ ምዕባል ምስ ኣርኣየት ግን ከም ናታ ዕድል ከዩጋጥማ ፍሉይ ኣተኮሮ ክትገብረላ ከም ዝወሰንት ሓበረትኒ። ውሳዳ ዘይፈቱን ብሊሕ ክኾነሉ ዘይደልን ወላዳ ኣሎ ክበሃል እኳ እንተ ዘይተኻእሉ፡ ንምዕባል ብልሒ ሓንጉሎም ዝግበር ጸዕሪ ግን ውሑድ እዩ። ስለዚ፡ ንምዕባል ብልሒ ሓንጉል ደቅና ክሕግዝ ዝኽእል ኣገባብ ኣተዓባብያ እንታይ ይመስል ክንርኢ ኢና፤

1- ኣእምሮ ዘንቐቐሕ ከባቢ ምውዳድ

መጻውቲ ንብረት፤
ቁልዑ ክጸወቱ ከለዉ ዝጥቀሙሉ ንብረት ንቐጅሉት ዝሕግዝ ምስ ዝኸውን፡ ኣብ ምዕባል ብልሒ ኣእምሮ ሓጋዚ እዩ። ናይ ሰእሊ፡ መዘቓ፡ ዝገጣጠም መጻውትን ካልእ መሳርሒታትን፡ ንዝተፈላለየ ክፋል ሓንጉል ብምንቐቐሕ ብልሒ ኣእምሮ ከዕቢ ይኽእል።

ክፋት ቦታ ምውዳድ፤
ቁልዑ ኣብ ውሽጢ ዝሓገጠ ገዛ ምዕባዋ ንዕቤት ሓንጉል ቀያዳ እዩ። ስለዚ ቁልዑ ኣብ ክፋት ቦታ ክጸወቱ ምፍቃድ፡ ናይ ምድህሳስን ሓድሽ ነገር ናይ ምምሃርን ዕድል ከበርኽ ይኽእል።

ባህርያዊ ቦታ ምውዳድ፤
ቁልዩ ምስ ኣግራብ፡ ኣታኽልቲ፡ ሓመድ፡ እንስሳታትን ካልእ ባህርያዊ ኣክባብን ምልላይ፡ ንጥዕና ኣእምሮኡን ብልሓዊ ምዕባልኡን ኣገዳሲ እዩ።

2- ክድህሰሉን ክመራመሩን

ምትብባዕ
- ጌጋ ክፍጽምን ካብ ጌጋ ክመሃርን ዕድል ምሃብ፤

ጌጋ ንቡር ምዃኑን ካብ ጌጋ ክንመሃር ከም ዘለናን ክርድኡ ዕድል ምፍጣር፡ ቁልዑ ብዘይ ፍርሕን ስክፍታን ክፍትትን ሽግራቶም ክፈትሑን ይኽእል። ዝያዳ ዝፈተኑን ነጻ ዝኾኑን ዝያዳ ብተመኮሮ ይዓብዩ።

ነጻ ግዜ ምውዳድ፤
ቁልዩ ልክዕ ከም እኹል ሰብ ብመደብ ክኸይድ ምግዳድ፡ ንምዕባል ኣእምሮ ቀያዳ እዩ። ቁልዩ ክድህሰሱን ክፈልጦን ዝደለ ብዘሕ ነገራት ስለ ዘለዎ፡ ኣብ ገለ ግዜ ነጻ ምስዳድ ኣገዳሲ እዩ።

ናይ ምውሳኽ ናጽነት ምሃብ፤
ኩሉ'ኳ እንተ ዘይተባህለ፡ ንውሱን ግዜ ወይ ንጥፈታት ናይ ምውሳኽ ናጽነት ክወሃዎም የድለ። እዚ ኣገባብ ናይ ምውሳኽ ብቐዓቶም ኣብ ምዕባይ ዓቢ ተራ ኣለዎ።

3- ናይ ህንጥዩነትን ኣግርጥትን ባህሪ ክዕብዩ ምሕጋዝ

ሕቶ ክሓቱን ህዩሳዊ ኣተሓሳስባ ክማዕብሉን ምትብባዕ፤
ሕቶ ክሓቱን ካብቲ ልሙድ ዝኾነ ኣረኣኢያ ዝተፈለየ ኣጠማምታ ከማዕብሉን ምትብባዕ ዝያዳ ንኽፈልጡን ንኽመሃሩን ይሕግዝ። ኣብ ከባቢኡም ዝርከብ እኹል ሰብ ከኣ መልሲ ክህዞምን ቦቲ ፍሉይ ኣጠማምታኦም ከተባብዞም ኣገዳሲ እዩ።

- ንሓድሽ ጥፈታትን ተመኮሮን ምልላይ፤

ኣብ ተመሳሳሊ ንጥፈትን ተመኮሮን ጥራይ ምስ እንጸምዶም፡ ኣብ ምዕባልኦም ዝኾነ ለውጢ ከምጽኡ ኣይክእሉን። ስለዚ፡ ሓድሽ ፍልጠት፡ ጥበብን ባህርን ዘጥርዩሉ ሓድሽ ተመኮሮን ንጥፈታትን ከም ዝረኽቡ ምግባር፡ ንምዕባል ኣእምሮኦም ሓጋዚ እዩ።

- ሽግራት ክፈትሑ ምትብባዕ፤

ቁልዩ ዝኾነ ነገር ክገብርን ክሓሰብን ከም ዘይክእል ሓሲብካ ካብ ኩሉ ነገር ምዕቃብ፡ ንምዕባል ኣእምሮኡ ሓጋዚ ኣይነትን። ቁልዩ ብዓቕሙ ክሰርሖን ክፈትሖን ዝኽእል ሽግር፡ ብመልክዕ ጸወታ ወይ ዕዮ-ገዛ ምሃብ፡ ኣብ መጻኢ ሽግሩ ክፈትሖሉ ዝኽእል ብልሒ ከዕቢ ይሕግዝ።

ንቁልዑ ብመልክዑ እኹላት ሰባት' ገይርካ ምምዛን፡ ሓደ ካብቲ ደጋጊምና እንፍጽጥ ጌጋ እዩ። ቁልዩ ከም እኹል ሰብ ክሃረብ ስለ ዝሰማዕናዩ፡ ከም እኹል ሰብ ክሓሰብ ይኽእል እዩ ኢልና ክንድምድን ክንጸባጸብን ኣይግባእ እዩ። ንዝበዝሐ በላሕቲ ቁልዑ ዘንገፎም ብድሆ፡ እኹላት ሰባት ቁልዑ ምዃኖም ረሲዖም ከም ዓበይቲ የዕልሉዎም፡ ይግስጽዎምን ልዑል ትጽቢት የንብሩሎምን። በሊሕ ቁልዩ ብትምህርትን ጥያን ተሓጊዞ፡ ዓቕሙ እናኣዕበየ ኣብ ዝለዓለ ደረጃ ንክበጽሖ፡ ኣብ ከባቢኡ ዝርከቡ እኹላት ሰባት ዝገብሩሉ ኣልያ ኣገዳሲ እዩ። ስለዚ፡ ናይ ሎሚ በሊሕ ቁልዩ፡ ናይ ጽባሕ በሊሕ እኹል ሰብ ምእንቲ ክኸውን፡ ንምዕባል ብልሒ ኣእምሮ ኣብ ግምት ዘእተወ ኣልያ ክንገብረሉ ይግባእ።

ካብ ተካፍ ሰብ ፡ ናብ ተካፍ ኣርተፎክሎር ብልሒ

ሓደ ዓቢ ናይ ተክኖሎጂ ትካል፡ ኣወዓዊዑ ዝዘርግሑ ገጽ ዘለሊ ስለሰተ ኮምፕዩተራዊ ፕሮግራም፡ ብሕብሪ ገጽን ጽታን ኣድልዎ ከም ዝገበረ ኣብ ሓደ መርበብ ሓበሬታ ተገለጹ። ኣብቲ ምርምር፡ እዚ ስለሰተ ፕሮግራማት ኣብ ጸዓዱ ደቂ ተባዕትዮ ካብ 0.8 ሚእታዊት ዘይበዝሕ መጠን ጌጋ ኣርእዩ። ኣብ ጸሊም ሕብሪ ቁርበት ዘለወን ደቂ ኣንስትዮ፡ ኣብ ቀዳማይ ፈተነ ናብ 20 ሚእታዊት መጠን ጌጋ ደይቡ። ኣብቲ ዝተረፈ ክልተ ፈተታት ከኣ ክሳብ 34 ሚእታዊት ጌጋ ፈጸሙ። ንጸዓዱ ወዲ ተባዕታይ እናኣለለየ ንጸላም ጓል ኣንስተይቲ ግን ከመይ ኣበሉ'ዩ ዝጋገ? እዚ ፕሮግራም፡ ዝተዋህቦ ዝዘፍ መጠን ሓበሬታ ተጠቐሙ መልክዕ ሰብ ከለሊ'ዩ ተዓሊሙ። ናይ ተክኖሎጂ ትካላት ዘፍርዩኦ ፕሮግራማት፡ ብቐዓቲ ኣረጋጊጸን ናብ ዕዳጋ ከም

ዝዘርግሑ ይሕብራ። ንኣብነት ኣብ ኣመሪካ ዝርከባ ናይ ተክኖሎጂ ትካላት፡ ፍርዶተን 97 ሚእታዊት ዘተኣማምን ምዃኑ ይገልጻ። ኣብቲ ትካላት፡ ደቂ ተባዕትዮ ልዕሊ 77 ሚእታዊት፡ ጸዓዱ ከኣ ልዕሊ 83 ሚእታዊት እዮም። ስለዚ፡ ጽታዊ ኣድልዎ ዘለዎን ዓሉተኛን ሰብ ዝሰርሖ ፕሮግራም፡ ተመሳሳሊ ጽልዋ ክህሉዎ ይኽእል ማለት ድዩ? ኣርተፍሻላዊ ብልሒ፡ ብባህሪ ናይቲ ዝሰርሖ ሰብ ክጽሎ ይኽእል ድዩ?

ኣርተፍሻላዊ ብልሒ ብንእህቦ ሓበሬታ እዩ ዝግዩ። ጽታውን ዓሉታውን ኣድልዎ ዘለዎ ሓበሬታ ምስ እንህቦ፡ ከም ሰብ ፈላጊ ኣገባብ ክጥቀም ይኽእል። እዚ ዝተጠቐሰ ገጽ ሰብ ዘለሊ ፕሮግራማት ዝገበሮ ጌጋ፡ ብጸዓዱ ደቂ ተባዕትዮ ስለ ዝተሰርሖ ከይከውን ተባሂሉ

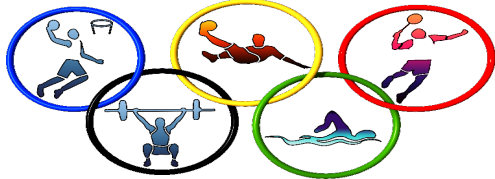
ብበይኑ ጽታን ዓሉትን ዝሓቐፈ ጋንታ ዳግማይ ተፈቲኑ። እንተኾነ፡ እቲ ውጽኢት ዳግማይ ፈላጊዩ ኮይኑ ተረኺቡ። እቲ ምኽንያት ከኣ ኣብ ፈተነ ዝተዋህበ ሓበሬታ ኣድልዎ ስለ ዝነበሮ እዩ። እቲ ፕሮግራም ተሰሪሖ ምስ ተወደኡ፡ ንፈተነ ዝጥቀሙሉ ዝነበሩ ገጽ ናይ ጸዓዱ ዝሕብሩ ወዲ ተባዕታይ ስለ ዝነበራ፡ ነቶም ካልኣት ከለሊ ኣይከኣሉን። ተመሳሳሊ ጸገምውን ኣብ ካሜራታት ይረኣ እዩ። እዘን ምዕባት ኢልና እንገዝእን ጥባይላትን ካሜራታትን፡ ጸዓዱ ሕብሪ ቁርበት ብዘለዎ ሰብ ተፈቲኑን እንተ ተሰሪሖን፡ ኣብ ጸሊም ዝሕብሩ ሰብ ዝተፈለየ ውጽኢት ከርእያ ግድን እዩ። ስለዚ ተክኖሎጂያዊ መሳርሒታት፡ ዋላ ደኣ ህይወት ኣይሃልዎ እምበር ካብቲ ንሕና እንህቦ ሓበሬታ ሓደ ባህሪ ከጥርን መቐጸልታ ኣድልዎ



ክኸውንን ይኽእል እዩ።

ዚ ንምውጋድ እንእክቦን እንጥቀሙሉን ሓበሬታ፡ ካብ ኣድልዎ ነጻ ዝኾነ ክኸውን ኣገዳሲ እዩ። ብዓቢኡ ግን ንሕብረተሰብና ዘገልግል ፕሮግራማት፡ ባዕልና ኣብ ምምሃዝን ምስናዕን ክንዋፈር የድለ። ኣብ ካልእ ነገር ዝሰራሕ ተክኖሎጂያዊ መሳርሒታት

ማሕበራዊ-ፋካዊ ድሕረ-ባይታኦም መሰረት ዝገበረ እዩ። እቲ መሳርሒታቶም ክገልግሉና ይኽእል ይኸውን። እንተኾነ፡ ጉድኒ ጉድኒ'ቲ ጽባቕ፡ ናይ ስራሒኡ ምስል፡ ባህሪ፡ ኣበር፡ ወዘተ ክማላእ ይኽእል እዩ። ስለዚ፡ ንኣና ዘገድስን ንሽግራትና ዝፈትሕን ተክኖሎጂያዊ መሳርሒ ባዕልና እንተ ሰራሕና ይሓይሽ።



ስፖርት

አብርሃም ዮሃንስ

ፍትሐዊነት፡ ትደምቅ ዘክ ኮፍብ ብልጽቲ ተጸዋቲት ሃገራዊ ሊግ ክለባትን ዞባታትን

ናብ ስታዲየም አሰራር ዝመለሰ ነቲ ቀዳሚ 16ን 17ን ማዕዘን ደንደን ሃገራዊት ፓታ ኣርቲስትን ኣብቲ ብሓይ ደምጺ ኮፍብ ክበልዎ ኣደሻኡ፡ ኣብ መሃመር ምክፍላ ኣብ ዝወታ ስፕሪንግ ስፕሪንግ ኣብ ቅድሚት ክርብኡ ግድንዩ፡ ብወልደን ብፓታን ተገናኢ-የም ዘሉ ዓመታት ኣብቲ ጸሃይ ዘበዘበ ወጽኢትዩ ፍትሓዊነት የሃእኑ፡



ፍትሓዊነት፡ ኣብ ኣህጉሪ ደንደን ኣዳኢ ምዃን ዝኹ ኣብ 2004 ኣብ ምምሕዳር ጎዳይና ኣሰራር ተወሊዱ፡ ፍቅሪ ከሰሶ እዓሪ ኣብ ቤታ እዩ ርኢሎ፡ ወላዳኢ ደጋፊ ማዕከላዊ ፍጥነትን ናይ ጸሃይ ከሰሶ እዓሪ ዝወታን እዩ፡ ገሳውን ኣሰር ወላዳኢ ብህግዓብ ኣብ ከቢ ዝወታ ከሰሶ ምጽዋት ጀመረ፡ ፍቅሪ ከሰሶ ማዕሪ ጸሃይ ሰባይታ እናወጸ ምስ መጻኢ ኣብ መደታ ቤት ትምህርቲ መሪብ ተመሃሪት ሳልሳይ ክፍሊ እንክሉ ገበት ትምህርቲ ወኪላ ክትወታ

በባዕ፡ ኣብ ከሰሶ ኣተገባርቻ ዝበረት ምልክት ተወላዕ ከም ዘለዋ ምክር ክኸውን ጀመረ፡ ብቅዓታ ዝመልከቲ ሪፖርት ዓኢል (ምጠብ) ናብ ናይ ምምሕዳር ጎዳይና ግራሳ ናት ክትወታ ጸውዓ፡ ዘለዋ ፍቅሪ ከሰሶ ደገፍ ስድራቤታ ተሓብሾ ብርሓይ ዘወገበ ብቅዓት ክተመዘገብ ጀመረ፡ ኣብ ክሊ ስድሞ 12-13 ደማ ምምሕዳር ጎዳይና ወኪላ ክትወታ ጀመረ፡ ቀዳላ ናይታ ኣብ ክሊ ስድሞ 14-15 ሞጽታ ዘገ ማዕከል ክትወታ ዝቐየረ ፓታ ምምሕዳር ጎዳይና ኣሉ ብሞኝን ተዳውተን፡ ፍትሓዊነት፡ ኣብ ዝወታትዩ ክሊ ስድሞ ክትወታ ኣይተሸፈነት፡ ማዕከል ማዳ ተቆጻጺራ ጸኢ ዝኸነ ከግሉ ኣብ ምቕራብ ክትሸፈነቲ ኣብ ምሕጋዝ ግሉጽ ማዕከል ማዳ ሓዘ፡ በዚ ኹኡ ኣባል ናይታ ኣብ ቀዋማይ ደብዳቤን እትወታ ፓታ ምምሕዳር ጎዳይና ኩነት፡ ንክልይ ደጃ ቤት ትምህርቲ ሓይ ብሞወልድ እውን ክትወታ ቐቐነ፡

ፍትሓዊነት፡ ዝበረኸ ክልታ ተመሪጸት ኣነፋላት ክትወታ ስለ ዘኸኸሉ ኣብ 2019 ገዛ ማዕከል ወኪላ ኣብ ሃገራዊ ውድድር ዞታት ክትወታ ቐቐነ፡ ምስ ደቂ ፓታኣ ብዝጸሓፈኩሉ ግሉጽ ጸውታ ኹዛ ዘገ ማዕከል ምህሮን ናይቲ ውድድር ኩይና፡ ቀዳላ ኣባል ናይታ ኣብ ከሰሶ ዞታት ዝመረጸት ፓታ ብሞኝን ናብ ሞ ብሞኝድ ጸውታ ጸይደና፡ ርሓይ ሰባይት ዘጸሓፈኩሉ ፍትሓዊነት፡ ኣባል ሃገራዊት ፓታ ትሳቲ 15



ዓመት ብሞኝን ንመጀመሪያ ጊዜ ማዕዘን ሃገራዊት ፓታን ለበላ ኣብ ዩፓኦን ተዳውተን፡ ኣብ ምክፍላ ዘለዋ ክልት ዓይኒ ጸይደናቲ ስፕሪንግ ክሰብ ደንደን ስለ ዝኸኸሉ ኣብ ጎዳይና ናብ ደንደን ተሰገረ፡ ኣብ ደንደንውን ቀዋሚት ተሰፊት ክትወታ ኣይተሸፈነት፡ ፍትሓዊነት ምስ ደንደን ብሞኝን ጸዋኢ ምህሮን ዘገ ማዕከልን ሞጽታ ናጽነትን ግተረ፡ በዚ ከይተሓደረት ኣባል ዓባይን ትሳቲ 20 ዓመትን ሃገራዊት ፓታ ኣርቲስት ብሞኝን ሃገራዊት ፓታ ኣርቲስት ወኪላ ኣብ ኢትዮጵያ ብርሓይ ታዋቂና ዩፓኦን ጸውታ ኣሰላላ፡

እዚ ሓፍኡት ማዕከል ማዳ ክሰብ ደንደን

ሃገራዊት ፓታን ተሰኪማ እትወታ ኮፍብ ስፕሪንግ፡ ዓመት መጀመሪያ ኣብ ዝኸውን ሓዲ ኣይገብረት፡ ኣብ 2023 ኣብ ዝተካየደ ሊግ ዞታት፡ ገዛ ማዕከል ወኪላ ኣብ ዘደደት ጸውታ ብልጽቲ ተጸዋቲት ናይቲ ሊግ ብሞኝን ጋማ ዓመት ኣሰራ፡ ኣብ 2024 እውን ኣብ ምህሮን ዘገ ማዕከል ኣብ ብርብት ዝበላ ግሞት፡ ብልጽቲ ተጸዋቲት ናይቲ ሰባይት ብሞኝን ክትርብኡ ከሉ ክሰብ ደንደን ኣብ ዝሆ ሽልማት ብልጽ ስፕሪንግ፡ ፍትሓዊነት ሓንቲ ኣብዮም ናይ 2024 ብልጽቲ ስፕሪንግታት ብሞኝን ሽልማት ግብረ፡ ኣብዚ ድሮ ሰላሳ ወርሓት

ኣልዓልና ዘሉና 2025 ደማ ሃገራዊ ሪደሽን ከሰሶ እዓሪ ኣርቲስት ዝወደቦ ሊግ ክሰብኦን ዞታትን ክሰብ ደንደን ብፓታ ኣብ ዝበረኸ ምድብ ጸዋኢ ክተልልእ እንክሉ ፍትሓዊነት ደማ ብወልደ ብልጽቲ ተጸዋቲት ተሃላ ተሸላጊ፡

ኹን እናደኸኹት ዝወደቦ ፍትሓዊነት፡ ፖሞዝ ዝህሃብ ተጸዋታይ ምዃን ደንደን እትገልጽ፡ እዚ ትደምቅ ዘሉ ኮፍብ ስድራቤታ ኣብ ጎዳይና ስርት ዘተሓዘዋ ሪፖርት ዓኢል (ምጠብ) ከምኡውን መዓል ደምሃን ተሸላኪ፡ ስታፍ ኣሰልጠነቲ ክሰብ ደንደን ኮሚቴ ስፕሪንግ ክሰብ ደንደን ጉ/ሓማረክነሪ ምክልኻል ኣብ ሰባይታ ልዑል ግድ ከም ዝወታ፡ ብሞኝ፡ ንኢሰልጠነት ተጸዋቲት ብሞኝን ስምን ስም ሃገራን ንክትወታ ከም ወገኡ ኣብ ገና ብሞኝን ክድግዳዎ ትምሕጽ፡

ማእከል - ስልጠና ኣሰልጠነት ኣትሌቲክስ ተዋሂቦ

ፊደሽን ኣትሌቲክስ ዘገ ማዕከል ብደጃ ፕሪ ለበል ዋን ዘልጠነም ኣሰልጠነት ትምሕራም ኣብ ስታዲየም አሰራር ኣመራራ፡

ኣብቲ ኣብ ሰባይት 11 ክሰብ 20 መጋቢት ብኢንተርኔት ለበልገሰን ኣብርሃምን ፍጻሞ የማን ዝተወገበ ስልጠና፡ ስልጠነት፡



ኣትሌቲክስ ዘገ ማዕከልን ኣብ ሓፊ ምክትል ፊደሽንን ገሓሳን ዞታትን ዘገ ማዕከል ኣብ ሰባይት የሃእኦ ምክር ወርቅ ተዓዳሊ፡

እም ኣብዚ ስልጠና ዝተሳተፉ ኣሰልጠነት

ብኸላ ሓጠን ግብርን ዝተሰዩ ናይ ትራክን ተግባራት ማዳን ስልጠና ቀሲሞ፡ እም ናይ ግብርት መጻል፡ ናይ ኣሰልጠነት ስልጠና ዝቐረ፡ 26 ስልጠነት ሃራት ኣትሌታትን መምህራን ኣብ ዘገ ማዕከል ዝርበ ኣብዮት ትምህርቲን እዮ፡

ዘገ ማዕከል ተሳቲ፡ ኣትሌታት ምክራይ ዓለሙ ኣብ ዘይደ ዘሉ ናይ ግራሳ ናት ስልጠናን ውድድራትን ከም ኣሰልጠነት ኩይናም ከም ዝኸነ ኣብ ህዝቡ ርክብ ናይቲ ፊደሽን ዝረከበሉ ሓፊታ የረዳ፡

ብንያምን ናትናኤኬን ናብ ሚካን ሰን - ሬሞ

ኣርቲስትውያን ተቆይሮምቲ ብኸላታ ብንያም ግርማይን ናትናኤል ተክፋዮን፡ ኣብቲ ኣብ ናይ 'ዩላይ' ካሕደር ዝወሐ ናይ ሓይ መጻል፡ ውድድር ሚካን ሰን-ሬሞ ክከተሩ እዮ፡

እዚ ጸሃይ 22 መጋቢት ኣብ ፓቪያ

ማዕዘን ብንያም ግርማይ ኣብዚ ናይ ቀዳም ጸውታ ዓመት ክትርብ ትዳበሩ ገይራ ከም ዘሉ ሓበረ፡ ብንያም ብወገኑ ዝዚ ደርማክ ውድድር ሚካን ሰን-ሬሞ ክኸውሉ ዝኸላ ሕልሙ ምዃን ገለጸ፡ ኢንተር ማርሽ ደብዳቤ ብንያም ግርማይ ኣብዚ ልሊሙ ዘሉ ስፕሪንግ ወቅቲ ዛቢት ዝኸነ ዓመት ብዘይምዝገም እዚ ናይ ጸሃይ ቀዳም ውድድር ከፍቲ ቤ ክኸኸሉም ልዑል ሃክተውታ ኣትሌትም ደርብዮ፡ ብንያም ኣብዚ ውድድር እቲ ብ2022 ዝሓዘ መበል 12 ደጃ ናይቲ ክሰብ ዝኸላ ወጽኢት ኩይት ደርብዮ፡ ኣባል ክሰብ መሸፈነር ናትናኤል ተክፋዮን



ተዘጋሉ ኣብ ሰን-ሬሞ ዝዘወ ውድድር 300 ክሰልጠነር ክኸፍንዩ፡ ኢንተር ማርሽ ዋንቲ ኣብዚ ክልይ ወሓዱ ምስቲ ውድድሩ ኣቋራ ናብ ኣሰራር ተመላሉ ዝቐየሩ ናይ 2024 ዘር ፈረኻ ሰውት ቀጠልዮ

እውን ምስቲ ወኪላ ኣብዚ ናይ ጸሃይ ውድድር ክከተፍዩ፡ ናትናኤል ኣብ 2023 ኣብ ሓሞርዲያ ዘመዘበ መበል 84 ደጃ፡ ዝኸላ ወጽኢት ናይ ክሰላን ውድድር ኩይት ተክፋዮ ኣሉ፡

ሚካን ሰን-ሬሞ እቲ ዝወሐ ናይ ክሰላን ውድድር ክኸውን እንክሉ፡ ናይ ሽኢ ተወዳደርቲ ክኸውሉ ኣብ ዝኸኸሉ ሓይት ውድድር ደማዩ፡ ኣብ መወጸታ ናይዚ ውድድር ዝርበ ክልት ግብር ደማ ንተቆይሮምቲ ክፍትንጎምን መዋቃቲ



ክረኣይኦንን ትዳበሩ ይግብር፡ ዝዚ ኣብዮም ሓመት ግርማይን ናይ ክሰላን ውድድር ኣብ ቅድሚት ዝረራ ሚካን ሰን-ሬሞ ዝኸኸሉ ዓመት ጀጠር ልልዮን ተግባራት ነዩ፡

ሓድሽ መዋእል

ድሕሪ ሰነን ጎራን ኣረከሰን ፋብራ ካፒታን መግረ ምስልጥን ሃገራዊት ፓታ እንግሊዝ ዝተርበ ሳልሳይ እንግሊዝ ዘይከት ኣሰልጠኒ ቶሞክ ቱፕላ ከመዘበ ዘለዎ ሪፖርት ወጽኢት ጸይሩ ለሚ ልሚ ጸውታኡ ከሰላላ እዩ፡

ሰላሳ ኣናብ፡ ኣብ ትሳቲ ጋሪዝ ሳውዝቤት፡ ኣብ ናርቂ ፍጻሞ ሞጽታ ዓለም 2018 ክከወርክ እንክሉ ኣብ 2021ን 2024ን ከኣ ኣብ ናይ ፍጻሞ ጸውታ ሞጽታ ኣውሮጳ ቤራኣ ኣብ ክልቲኡ ደማ ተሳቲ፡ እዚ ወዲ 51 ዓመት ጀርመንዊ ኣሰልጠኒ ዝዚ ታሪኽ ብሞርጽኡ ሃገራዊት ፓታ እንግሊዝ ጸዋኢ

ሃገራዊት ፓታ እንግሊዝ ይፍክም

ሞጽታ ዓለም 2026 ክሰብራ ብሞኝ ናይ 18 ኣዋርክ ኮንግራት ከተሞ ደርብዮ፡ ንክልሉ ሰውት ትምህሮን ሊግ



2021 ክትወታ ዘበኦን ቱፕላ ጸዋኢ ደርብጥን፡ ባር መኳን ፒኤሽን ዝምመ ምክር ኣሰልጠኒ፡

ኣብ ምዋቃዕ ዝመርኦሉ ልክብ ከም ናይ ክሰላን ፕሪሞር ሊግ እንግሊዝ ኣጸዋውታ ዘለዋ ሃገራዊት ፓታ ክወጽ ተዘጋሉ ዘሉ ቱፕላ ኣብ ልሚ ክልት ርብ፡ ፍቕሪ ዝበላ ግሞት ከደድ እዩ ለሚ ዓርቢ ምስ ኣልገዳሱ ሰው ምስ ሓፍኡ፡

ቶሞክ ቱፕላ "ክሰላን ኣብ ታሪኽ ናጻ ክኸወራ ኣሉና" ብሞኝ ንሓድሽ መዋእል ሃገራዊት ፓታ እንግሊዝ ሃራትን ሓይትን ተዳውሉ ኣክቲቲ ውድድራቲ ይፍልም፡

ዘናታት

- ኣርባል ብርሃል ማድራራ ተሳቲ**
ርዓል ማድራራ፡ ኣብ ቀዋማይ እዓሪ ርብዒ ፍጻሞ ትምህሮን ሊግ ደቂ-ኣጸክነት ንኣርባል 2ብ ረቲታ፡ እንግሊዝቲ ተላቓ ፓታ ኣርባል ሊፍ ዋልዮን ብዘይጸመቱ ጌኦ ኣብ ማዳኦን ዝወታ ዝበራ ማድራራውያን ብመዝገዱ ሊግ ኣሰራ መሪሰት ክኸዘ ክኸሊ፡ ተቆይራ ዝኣተወት ኣይና ደል ካህኡ ደማ ካልኣይቲ ሹቲ ብሞምዚጋዝ ምወገን ርክጽ ገይራ፡ ፓርሳውያን ናብ ዝቐደል ውድድር ክኸራ 26 መጋቢት ኣብ ማዳኦን ዘይደዱ ጸውታ ክጸቦ እዩ፡ ኢያን ራይት ዝዚ ናይ ሰላሳ ጸውታ "ወርደት" ብሞኝ ክኸደ እንክሉ ብተሓት ወጽኦ ደማ እዚ ጸውታ ነቲ ኣንጻር ማድራራ ጸውታ ተሳቲ ናይ ደቂ ተሳቲኦ ኣርባል ናይ ኣይትቕቢ መልክቲ ብሞኝ ይገልጽ ኣለው፡
- ቱፕላ መዝገብ ብሚ ካርድ**
ተዳውት ቱፕላ ኣብዚ ዓመት ስፕሪንግ ፕሪሞር ሊግ እንግሊዝ ብዘከ ብሚ ካርድ ብሞርኦም (ብዘከ ስምታ ካርድ ብሞወላይም) ንፓታኡም መዝገብ ብሚ ካርድ ገደማ ደርብዮ፡ ቱፕላ ኣብዚ ዓመት ስፕሪንግ ኣብ 29 ጸውታ ፕሪሞር ሊግ 79 ናይ መጠንቐቕታ ካርድ ብሞወላይ ዝበዘከ ብሚ ካርድ ዝተርኦ ክሰብ ብሞኝን ኣብ ቅድሚት ተሰፊን ትርብዮ፡ ተዳውት ቱፕላ ብምጋም ኣብ ኣፍሊ ወፍ ጸውታ 2.76 ናይ ስምታ ካርድ ደወላዩ ማእትዩ፡ ተዳውት ቱፕላ ሞሃን ኣሰራ ትሸፍኩ ክከረል ሽምት ናይ ስምታ ብሚ ካርድ ብሞወላይም ምስ ቀዋማት 25 ናይ ስምታ ካርድ ዝወላዩ ተዳውት ተሰፊም ደርብዮ፡ ናይ ክረሳታ ፓላን ዋል ሀግቲ ናይ ፋልም ሳሳ ለኪ ምእርት ብሚ ካርድ ብሞወላይም ኣብ ቅድሚት ተሰፊም ዝርብ እዮ፡
ኣብ መላል ፕሪሞር ሊግ ብክሸፍኩ ነገር መወጸታ ደጃ ሓዘ ዘሉ ክሰብ ሳውዝቤትን ደማ ኣብ ቱፕላ ብኣርክብ ካርድ ድሕራ ብ74 ብሚ ካርድ ካልኣይ ደጃ ክትሰብ እንክሉ ብረክቲርድ ብ40 ናይ ስምታ ካርድ እቲ ዝወላዩ ብሚ ካርድ ዝወሰደት ፓታ ኩይና ትርብዮ፡
- ማንደይትና ናብ ከናን ዩዲዝ ተዳውት**
ምዃታት 'ካምፕ' ማንደይትና ኹይ ክኸደ ተጸዋታይ ጃፒክክ ከናን ዩዲዝ ናብ ሕቅ-ፊኦ ምጽግር ብ76 ማዕዘን ፓውንድ ኣራፍዊ ዝርብ ከም ዘደደት ሓበሮም፡ እዚ ወዲ 19 ዓመት ተርብዊ ተጸዋታይ ማዕዘን ጃፒክክ ለበላ ኣብዚ ወቅቲ ዘደደ 41 ግሞት 6 ሹታት ከመዘበ እንክሉ፡ 4 ከግሉ ደማ ጸኢ ቀሪብ ገይሩ፡ ኣሰልጠኒ ጃፒክክ ትያን ሞታ ገደዝ ኣብዚ ቀሪብ ሰመናት የላይ ብዘይምህወ፡ ማዕከላዊ ሲቲ ኣርባል፡ ሊበርቲኦን ካልኣት ግብረት ክሰብኦ ኣብ ክራማት ናብ ፓታኦን ምጽግር ደርሓ ኣለዋ፡

