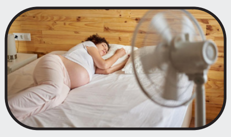
ሓዳስ ኤርትራ

መበል 35 ዓመት ቁ.166 | ዓርቢ 13 መጋቢት 2026 | ገጻት 12 ዋጋ 2.00 ናቕፋ

ገጽ 2
ምቅያር ክሊማ ኣብ ጥዕና ነፍሰ-ጾር


ገጽ 4
ኣጽዋር - ምርቓን መርገምን ደቂ-ሰብ

ገጽ 5
ወራር ቀይሕ ኮኾብን ታኼላ ቀይሕ መስመርን

ገጽ 9
ወግዒ ሽንጋል ኣብ ብሌን ጠውቓ

ገጽ 11

ቀዳማይ ዙር ሊግ ደቂ ኣንስትዮን ሻምፒዮን 2ይ ደቪዥዮንን ተዛዚሙ

ሃገራዊ መልቀቒ ፈተና ካልኣይ ደረጃ፡ ካብ 16 ክሳብ 22 መጋቢት ክወሃብ'ዩ

ሃገራዊ መልቀቒ ፈተና ካልኣይ ደረጃ፡ ካብ 16 ክሳብ 22 መጋቢት ኣብ ውሽጢ ሃገርን ሰውድያን ብሰሩዕን ብዘበሕትን ንዝፍተኑ ተመሃሮ ከምዝወሃብ፡ ኣብ ሃገራዊ ኢንስቲትዩት ላዕለዋይ ትምህርትን ምርምርን - ዳይረክተር ማእከል ፈተና ዶ/ር ብስራት ጉብሩ ሓቢሩ።

እቲ ፈተና 12 ዓይነታት ትምህርቲ ከምዝጠቓልል ብምጥቃስ፡ እንግሊዝን ቀጽርን ግድነታዊ ክኾኑ ከለዉ፡ ተመሃሮ ብዘወሳኺ ክሳብ 7-8 ዓይነት ትምህርቲ ከወስዱ ከምዝኽእሉ ዝገለጹት ዶ/ር ብስራት፡ ኣብ ውሽጢ ሃገር ኣብ 15 ነቑጣታት፡ ኣብ ወጻኢ ድማ ኣብ ጅዳን ሪያድን - ብጠቕላላ ኣብ 17 ነቑጣታት ከምዝወሃብ ኣብሪሆም።

ዝዓበየ መፈተኒ ነቑጣ ቤት-ትምህርቲ ዋርሳይ ይከኣሎ - ሳዋ ክኸውን ከሎ፡ ኣብ ውሽጢ ሃገር ብዘወሳኺ ኣብ ኣስመራ፡ ደቀምሓረ፡ ሓጋዝ፡ ማይሓባር፡ ናቕፋ፡ ተሰነይ ሰምበል፡ ዓዲቐይሕ፡ ዓሊ ባርን፡ ከረን፡ ባጽዕን ሸካ ወዲ-ብስራትን ከምዝወሃብ፡ መደብ ትምህርቲ ንዓበይቲ ክኸታተላ ዝጸንሓ 54 ደቀኣንስትዮ ድማ ኣብ ኣስማጥ መፈተኒ ነቑጣ ተዋዲዱለን ከምዘሎ'ውን ኣረዲኦም።

ተፈተንቲ 48.7 ሚእታዊት ደቀኣንስትዮ ዝርከብኦም 21,803 ተመሃሮ ምዃኖም፡ ካብኦም 89.3 ሚእታዊት ብሰሩዕ ዝመሃሩ ዘለዉ፡ 10.7 ሚእታዊት ድማ ዳግማይ ዝፍተኑ ምዃኖም'ውን ገሊጾም።

ዶ/ር ብስራት ወሲኾም፡ እቲ ዝወሃብ ፈተና፡ መዛዘሚ ናይ ካልኣይ ደረጃ ትምህርትን መሰጋገሪ ናብ ላዕለዋይ ትምህርትን ስለዝኾነ ብጥንቃቐ ከምዝዳሎን ከምዝተሓዝን ብምሕባር፡ ደረጃኡ ዝሓለወን ዘድሊ መዐቀኒታት ዘማልአን ንክኸውን፡ እቲ ማእከል ምስ ናይ ስራሕ መሻርኽቲ ብውህደት ከምዝዮ ኣዘኻኺሩ።

ኣብ መወዳእታ ድማ፡ ተፈተንቲ ብእጋ ኣብ ዝተመደብዎ ነቑጣታት ተረኺቦም፡ ንዝወሃቦም መምርሒታት ብግቡእ ክርድእዎን ከይተረበሹ ግዜኦም ብግቡእ ክጥቀሙሉን ብምምዓድ፡ ንኹሎም ተፈተንቲ ሰናይ ቅሳ ተመንዩ።

ኤምባሲ ኤርትራ ኣብ ውድብ ሕቡራት ሃገራት ንገስጋስ መሰላት ደቂኣንስትዮ ዘብርህ መደብ ወዲቡ

ቀዋሚ ኤምባሲ ኤርትራ ኣብ ውድብ ሕቡራት ሃገራት፡ ብ8 መጋቢት ኣብ ኒውዮርክ፡ ኣብ ኤርትራ ኣብ ምርግጋጽ ሕጋዊ መሰላት ደቂኣንስትዮ ተመዝጊቡ ዝሎ ገስጋስ ዘብርህ መደብ ወዲቡ።

ኣብ'ዚ "መብጽዓ ኤርትራ ንምሕያል ደቂኣንስትዮን ኣዋልድን ብሕጋዊ ምምሕያሻት፡ ኣብ ምብራኽ ንቕሓት ዘተኮረ ገስጋሳትን ዘጋጠሙ ብድሆታትን" ብዝብል ቴማ፡ ጉኒ-ጉኒ መበል 70 ኣኼባ ኮሚሽን ሕቡራት ሃገራት ንደረጃ ደቂኣንስትዮ ዝተኻየደ መደብ፡ ብጽንባረን ኮም ማእከል ዝገበረን ኣገባብ፡ ተራ ደቂኣንስትዮ ኣብ ስርዓተ ፍትሒ ንምውሓስ፡ ኤርትራ ንእተኽተሎ ሜላታትን ገስጋሱን ዘብርህ'ዩ።

ቀዋሚት ኣምባሳደር ኤርትራ ኣብ ሕቡራት ሃገራት ወ/ሮ ሶፊያ ተስፋማርያም እትርከቦም ኣባላት ኤምባሲ፡ ካብ ፈለማ እዋን ናጽነታ ጀሚሩ፡ ኤርትራ ንጉዳይ ማዕርነት ጾታ ኣብ ሃገራዊ ሕጋውን ትካላውን መዋቕር ብምእታው ብዕቱብ ክትሰርሓሉ ምጽናሓ፡ በዚ ድማ ደቂኣንስትዮ ሓያሎ መሰላተን ከምእተረጋገጸ ኣብሪሆም።

ኣብ'ቲ ኣኼባ፡ ወከልቲ ኣባላት ሕቡራት ሃገራት፡ ትካላት ናይ'ቲ ውድብ፡ ከምኡ'ውን ውድባት ሲቪል ማሕበረሰብ ተሳቲፎም ነይሮም።

ኮሚሽን ባህልን ስፖርትን ኤርትራ፡ ቀዳማይ 'ፈስቲቫል ፊልም ኣስመራ' ክካይድ'ዩ

ኮሚሽን ባህልን ስፖርትን፡ "ንትንሳኤ ጥበብ ፊልም ኤርትራ!" ብዝብል ቴማ፡ ካብ 21 ክሳብ 29 መጋቢት ቀዳማይ 'ፈስቲቫል ፊልም ኣስመራ' ንምክያድ ምድላዋት ከም ዛዘፈ ገሊጹ።

ኮሚሽነር ባህልን ስፖርትን ኣምባሳደር ዘመደ ተኽለ ኣብ ዝሃቦ ጋዜጣዊ መግለጺ፡ ዕላማ ናይ'ዚ ፈስቲቫል፡ ንዝፈረየ ፊልምታት መሰረት ብምግባር፡ ንመጻኢ ብዝለዓለ ንምቕጻሉን ንምብርባሩን ከምዝኾነ ብምጥቃስ፡ ኣብ እዋን ብረታዊ ቓልሲን ድሕሪ ናጽነትን ዝፈረየ ፊልምታት ከምዝቐርብሉ ኣብሪሁ።

ካብቲ ልዕሊ 200 ሃገራዊ ፊልምታት ተኣኪቡ ምህላዉ ዝሓበረ ኣምባሳደር ዘመደ፡ ካብ'ዚ ዝተመመየ 55 ፊልምታት፡ ኣብ ሲነማታት ሮማ፡ ኢምፐሮ፡ ኣስመራን ሓማሴንን ንህዝቢ ከምዝቐርብ ኣፍሊጡ።

ማዕረ-ማዕረ'ቲ ምርኢት ፊልምታት፡ ምስ ታሪኽን ጥበብን ፊልም ከምኡ'ውን ተራኡ ኣብ ባህላዊ ትንሳኤ ዝገልጽ ሰሚናራት፡ ብክኢላታት ክቐርብ ምዃኑ'ውን ኣረዲኡ።

እዚ ፈስቲቫል፡ ኣብ መጻኢ ናብ ደረጃ ሃገርን ኣህጉርን ንምዕባዩ ብዝለዓለ ከምዝስራሓሉ ዝጠቐሰ ኣምባሳደር ዘመደ፡ ኣብ ዝተፈላለየ ከባቢታት ሃገርን ወጻኢን ዝርከቡ ኤርትራውያን ብሃገራዊ ማዕከናት ዜና ከምዝከታተልዎ ከምዝኽእሉ ሓቢሩ።

ኮሚሽነር ባህልን ስፖርትን ኣምባሳደር ዘመደ ተኽለ ኣብ መወዳእታ፡ ወግዓዊ መኽፈቲ ናይ'ዚ ቀዳማይ 'ፈስቲቫል ፊልም ኣስመራ'፡ 21 መጋቢት ኣብ ሲነማ ሮማ ከምዝካየድ ሓቢሩ።

ጥዕና

ሱሌማን ኣሕመድ

ምቅይያር ክሊማ ኣብ ጥዕና ነፍሰ-ጾር

ኣብ ገለ ኣጋጣሚ ዝኾነ ሰብ ብምቅይያር ክሊማ ጥዕንኡ ክጸሎ ይኽእል እዩ። እቲ ዝርአ ለውጢ ኩነታት ኣየር ከውርዶ ዝኽእል ጥዕናዊ ሃሰያ ካብ ፈኩስ ክሳብ ከቢድ ክኸውን ይኽእል። ብምቅይያር ክሊማ ዝርአ ጥዕናዊ ጉድኣት ዝያዳ ተኣፈፍቲ ዝኾኑ ህጻናት፡ ብዕድመ ዝደፍኡ ሰባት ክኾኑ እንከለዉ፡ ነፍሰጾር'ውን ሓንቲ ካብኣቶም እያ።

መብዝሕትኣን ደቂ ኣንስትዮ ናይ ጥንሲ ግዜአን ምስ ምሉእ ጥዕና እየን ዘሕልፍኦ። ጥዕና ዘለዎ ዕሸል ይገላገላ። ይኹን'ምበር፡ ክሊማዊ ምቅይያር፡ ኣብ ከባብያዊ ጥዕና ጉድኣት ስለ ዘሀልዎ፡ ንጥዕና ነፍሰጾር ፈታኒ እዩ ዝኸውን። ከም ሳዕቤኑ ኣብ'ታ ነፍሰጾር ሓያሎ ሓልኻታት ይፍጠር። ገለ ካብኡ፦

- ትሕቲ ንቡር ክብደት ዘለዎ ህጻን ምግላጋል።
- መዓልቱ ዘይኣኸለ ዕሸል ምግላጋል። ቅድሚ 37 ሰሙናት ግዜ ጥንሲ ዝውለድ ዕሸል መዓልቱ ዘይኣኸለ ዕሸል እዩ ዝበሃል።

ምውሳኽ ሙቐትን ጸቕጢ ኣየርን ንባዕሉ፡ ኣብ ደረጃ መሬት ናይ 'ኦዞን' መጠን ከም ዝቕወም ይገብር። ጣቓን ግመን ኣብ ክሊማ ብሰንኪ ዝርአ ምቅይያራት እዩ ዝፍጠር። እዚ ንዓይነት ናይቲ እነስተንፍሶ ኣየር ዝሓምቕ ይገብሮ - ብኹሉ ኣየር።

ንበኹሉ ኣየር ዝተቓልዓት ነፍሰጾር፡ ኣብ ንቡር እስትንፋስ ጸገማት ስለ ዝፈጥረላ፡ እቲ ኣብ ማህጸን ዝርከብ ዕሸል ግቡእ መግብን ኣየርን ክረኽብ ኣይክእልን። እዚ ትሕቲ ንቡር ሚዛን ወይ ትሕቲ መዓልቱ ዕሸል ክትገላገል ካብ ዝገብሩ ጠንቅታት ሓደ እዩ።

ምስ ሙቐት ዝመጽእ ሕማም - Heat Illnesses

ሓደ ሰብ ንልዑል ሙቐት ምስ ዝቃላዕ'ሞ፡ ሰብነቱ ባዕሉ ብዘፈጥሮ መቆጻጸሪ ቀልጢፉ ክዝሕል ምስ ዘይክእል፡ ምስ ሙቐት ብዝመጽእ ሕማም ተጠቒዑ ከም ዘሎ ክረጋገጽ ይኽእል። ልዑል ሙቐት ንዝኾነ ሰብ፡ እንተላይ ነፍሰጾር ሓዊሱ፡ ኣብ ጥዕና ከቢድ ዕንወት ወይ ሞት ከስዕብ ይኽእል።

ንልዑል ሙቐት ምቅላዕ ኣብ ነፍሰጾር ንቐጻሊ ሰብነትን ጉድኣት ኣብ ኩሊትን ከውርድ ይኽእል። ነፍሰጾር ልዕሊ ማንም ካልእ ሕብረተሰብ ንወቐዲ ሙቐት ዝተቓልዓት እያ። ንልዑል ሙቐት ዝተቓልዓት ነፍሰጾር፡ ኣብ ዘይመዓልቱ ዝውለድ ትሕቲ ንቡር ዝኽብደቱ ወይ ምዉት ዕሸል ክትገላገል ዘለዋ ተኽእሎ ዝለዓለ እዩ።

ምስ እስትፋስ ዝተኣሳሰር ሕማም - Respiratory Illnesses

ምቅይያር ክሊማ ሓደ ካብ ጠንቂ ምብካል ከባብያዊ ኣየር እዩ። ጣቓ፡ ግሙ፡ ልዑል ሙቐት፡ ኣብ ደረጃ መሬት ዝሀሉ መጠን ኦዞን ከም ዝዓቢ ስለ ዝገብሩ፡ እቲ እነስተንፍሶ ኣየር ጽሬቱ ዝተሓለወ ኣይኮነን። በዚ ጸገም'ዚ ብቐሊሉ ተኣፈፍቲ ዝኾና ነፍሰጾራት እየን። ነዚ ጸገም'ዚ ዝተቓልዓት ነፍሰጾር ኣብ ዘይመዓልቱ ዝውለድ ዕሸል ክትገላገል ዘለዋ ተኽእሎ ዝሰፍሐ እዩ። እቲ ድቂ ሰር ዝሰደደ ምስ ዘይከውን ድማ ምብርዓን ጥንሲ ከጋጥማ ዘሎ ተኽእሎ ዓቢ እዩ።

ጥንሲን ጥዕናዊ ጸገማትን

መብዝሕትኣን ነፍሰጾራት፡ እቲ ጥንሲ ዝኾነ ጥዕናዊ ጸገማት ከየስዓበለን እየን ዝጎላጎላ። ገለ ግና ምስ ጥንሲ ተኣሳሲሩ ዝመጽእን ሕማማት ኣሎ። እቲ ዝመጽእ ጥዕናዊ ጸገማት ምስ ምቅይያር ክሊማ ክብደቱ ክዓቢ ስለ ዝኽእል፡ ብእዋኑ ግቡእ ጥንቃቐን ሕክምናዊ ምክትታልን ክትገብር ትምከር። እዚ ምስ እትገብር፡ ኣብ ልዕሌኣን ኣብ ልዕሊ'ቲ ዕሸልን ክስዕብ ዝኽእል ሕልኽላኻትን ጥዕናዊ ጸገማትን ክውገድ ይከኣል እዩ።

ጸቕጢ ደም

ኣብ ግዜ ጥንሲ ዝመጽእ ልዑል ጸቕጢ ደም፡ እቲ ካብ ልቢ ናብ ካልኦት ኣካላትን መዓሕንትን ዝወስድ ሻምብቆ ደም 'ኣርተሪ' ምስ ዝጸብብ እዩ። እቲ ዝፍጠር ልዑል ጸቕጢ ደም ግቡእ ሕክምናዊ ክንክን ብምግባር ምቁጽጻሩን ምክትታሉን ምስ ዘይክኣል፡ ቅድሚ መዓልቱ ወይ ትሕቲ ንቡር ክብደት ሰብነት ዘለዎ ዕሸል ክትገላገሊ ዘለኪ ተኽእሎ ዝዓቢ እዩ።

ሕማም ሽኮር ኣብ ግዜ ጥንሲ

ነፍሰጾር፡ ኣካላታ ብግቡእ ሽኮር ክምስርሕ ምስ ዘይክእል፡ ሕማም ሽኮር ኣብ ግዜ ጥንሲ ከጋጥማ ይኽእል። እዚ ጸገም'ዚ ኣብ ደማ ልዑል ዓቐን ሽኮር ክህሉ ይገብር። ከምዚ ጸገም ዘጋጠማ ነፍሰጾር ምስ ሓኪም ብምርድዳእ ኣብ ኣመጋግባኣ ጥንቃቐ ክትገብር ይግባእ። ምስ ጥንሲ ዝመጽእ ሕማም ሽኮር ድሕሪ ሕርሲ ይጠፍእ እዩ።

ምምራዝ ደም

ኣብ ነፍሰጾራት ዝርአ ምምራዝ ደም (Preeclampsia) ድሕሪ 20 ሰሙናት ዕድመ ናይቲ ጥንሲ ኣብ ዝኾነ ግዜ እዩ ዘጋጥም። ልዑል ጸቕጢ ደምን ሕማም ኩሊትን ዝኣመሰሉ ጥዕናዊ ጸገማት ከስዕብ ይኽእል። ከምዚ ዓይነት ጥዕናዊ ጸገም ዘጋጠመን ነፍሰጾራት ክሳብ ዝጎላገላ ቀጻሊ ሕክምናዊ ሓገዝ እዩ ዝወሃበለን። ኣዝዩ ሓደገኛ ብምዃኑ'ውን ንቲ ጥንሲን ንቲ መዓሕንትን ብኣግኡ ምእላይ ገለ ካብቲ ዝግበር ሕክምናዊ ሓገዝ እዩ።

ምብርዓን ጥንሲ

ምብርዓን ጥንሲ ኣብ ቀዳሞት 20 ሰሙናት ግዜ ጥንሲ እዩ ዝርአ። ምብርዓን ጥንሲ ምሉእ ጥዕናዊ ብቕዓት ኣብ ዘለወን ነፍሰጾራት'ውን ከይተረፈ እዩ ዘጋጥም። ኣብ ገለኣን'ውን ጥንሲ ከም ዘለወን ከየስተብሃላ ከጋጥመን ይኽእል እዩ። ስለዚ እዚ ዓይነት ምስ ጥንሲ ዝመጽእ ጥዕናዊ ጸገም'ዚ ንምክልኻሉ ዝከኣል ኣይኮነን።

ዋሕዲ ደም

ዋሕዲ ደም (Anemia)፡ ኣብ ሰብነትና ትሑት ንቡር ቁጽሪ ቀያሕቲ ዋህዮታት ደም ምህላው እዩ ዘመልክት። 'ኣነምያ' ዘለዎ ሰብ ብቐሊሉ ድኻም ሰብነት ይስምዖ። ቆርበት ሰብነቱ ፋሕሻው ይኸውን። 'ኣነሚያ' ብዙሕ ጠንቅታት እዩ ዘለዎ። ከም 'ኣይረን' ዝኣመሰለ መተካእታ መድሃኒት ብምውሳድ ነቲ ጸገም ክትፍወሶ ይከኣል። ስሕወ ደም ብዙሕ ግዜ ኣብ ነፍሰጾራት ደቂ ኣንስትዮ ዝርአ ጥዕናዊ ጸገም እዩ።

ሓንቲ ጓለንስተይቲ ነፍሰጾር ምዃና ምስ እተረጋግጽ ጥዕንኣን ጥዕና ናይቲ ኣብ ከብዳ ዘሎ ዕሸልን ንምውሓስ ግቡእ ክንክን ክትገብር ይግባእ። ገለ ካብቶም ሓኪይም ዝሁብዎ ምኽርታት ንምጥቃስ፦

- እኹል ቫይታሚን 'ዲ'ን 'ፎሊክ ኣሲድ'ን ምውሳዳ

'ፎሊክ ኣሲድ' (Folic acid)፡ ቫይታሚን 'ቢ' ምዃኑ እዩ። ኣብ ማህጸን ዘሎ ዕሸል ኣብ መትናዊ ሻምብቆታት ጸገማት ከየማዕብል ዝሕግዝ መኣዛ እዩ። እዚ መኣዛዚ ናይ ምጥናስ መደብ ካብ ዘህልወኪ እዋን ኣትሒዝኪ ብግቡእ ዓቐኑ ክትወስድዮ ተመሪጹ እዩ። ጥንሲ ኣብ ዝሓዝክሉ እዋን ክትጅምርዮ ከም እትኽእሊ'ውን ክኢላታት ይገልጹ እዮም። እቲ ጥንሲ ክሳብ 12 ሰሙናት ዘቑጽር ክውሰድ ይከኣል።

ቫይታሚን 'ዲ' (Vitamin D)፡ እቲ ዕሸል ተሪርን ጥዕና ዘለዎን ኣዕጽምቲ፡ ኣስናን ከምኡ'ውን ጭዋዳ ክየማዕብል ይሕግዝ። መጠን 'ካልሸዩም' ከምኡ'ውን 'ፎስፈይትን' ኣብቲ ዕሸል የመዓራርዮ። ቫታሚን 'ዲ' ብመልክዕ መተካእታ ከኒናታት ይዳሎ እዩ። እታ ነፍሰጾር ዋሕዲ ናይዚ መኣዛዚ ከም ዘለዋ ምስ እትግንዘብ፡ ናብ ሓኪም ብምኻድ ክትወስዶ ይከኣል እዩ።

- ቆርበት ሰብነታ ምስ ዝፍሕሸ፡ ምስ ዝደርቕን ከምኡ'ውን፡
- ብዙሕ ግዜ ኣብ ገዛ ተዓጺጋ ብምውዓል፡ እኹል ጸሓይ ብርሃን ትረኽብ ከም ዘየላ ምስ እትግንዘብ፡ ዋሕዲ ቫይታሚን 'ዲ' ከየህልዋ ናብ ሓኪም ብምኻድ ዘድሊ ምኽሪ ክትረክብ ትኽእል እያ።

- ነፍሰጾር ንጥፍቲ ክትከውን ይግባእ

ነፍሰጾር ኮይና ተረዲኣ ትውዕል እንተኾይና ንጥዕንኣን ንጥዕና ናይቲ ኣብ ከብዳ ዘሎ ዕሸልን ጸቡቕ ኣይኮነን።

ተረዲአን ዝውዕላ ነፍሰጾራት ልዕሊ ንቡር ክብደት ሰብነት ከማዕብላ ዘለወን ተኽእሎ ዝለዓለ እዩ። ብሕማም ሽኮር፡ ሕጽረት እስትንፋስ፡ ቃንዛ ዓንዲ ሕቖን ሃርሃርታ ደምን ክጥቅዓ ይኽእላ እየን።

ምውስዋስ ኣካላት ናይ ምኪያድ ልምዲ ዘለኪ ምስ እትኾኒ ድሕሪ ጥንሲ'ውን ነቲ ምውሰዋስ ክተካይድዮ ይግባእ። ንውሑትን ክብደትን ናይቲ ተካይድዮ ምውሰዋስ ኣካላት ምስ ሓኪይም ተመያይጥኪ ክትልክዕዮ ከም ዘለኪ ግና ኣስተብህሊ።

ምውሰዋስ ኣካላት ናይ ምኪያድ ልምዲ ዘይብልኪ ምስ እትኾኒ፡ ምውሰዋስ ኣካላት ኣብ ዘካይዳ ክለዓት ክትኣትዊ ዘድሊ'ኺ እንተዘይኮነ፡ ንጥፍቲ ክትኮኒ ከም ዘለኪ ግና ኣይትዘንግዒ። ምስ ዓቕምኺ ዝኸይድ ብእግሪ ምግዓዝን ኮፍ ኢልካ ኣእዳውካን ኣእጋርካን ምንቅስቓስን ዝኣመሰሉ ምውሰዋስ ኣካላት ክተካይዲ ትኽእሊ።

ነፍሰጾር ኣብ ሰሙን ኣርባዕተ ሳዕ ን30 ደቓይቕ ዝጸንሕ ፍኹስ ዝበለ ምውሰዋስ ኣካላት ክተካይድ ይግባእ።

- ኣብ እትወስደዮም መግብታት ኣድህቦ ምግባር

ገለ መግብታት ብቐሊሉ ስለ ዝበላሸዉ ረኽስታት ክፈጥሩ ይኽእሉ እዮም። እዞም መግብታት 'ቶክሶፕላስሞሲስ' (toxoplasmosis) ይበሃሉ። ገለኦም ከም 'ሳልሞኔላ' (salmonella) ዝኣመሰሉ ጀርምታት ንመግቢ ብምምራዝ ከቢድ ጥዕናዊ ጸገማት ከስዕቡ ይኽእሉ እዮም። ገለ መግብታት'ውን ልዑል ትሕዝቶ ቫይታሚን 'ኤ'ን 'ሜርኩሪ'ን ስለ ዘለዎም ንደረጃ ዕብየት ናይቲ ዕሸል ይዘልቑ እዮም።

- ምንቅስቓስ ናይቲ ዕሸል ምክትታል

ምንቅስቓስ ዕሸል እቲ ቀንዲ መሐበሪ ኩነታት ጥንሲን ዕሸልን እዩ። ነፍሰጾር፡ ካብ 24 ሰሙናት ንደሓር ዘሎ ግዜ ጥንሲ ኣትሒዛ ንምንቅስቓስ ናይቲ ዕሸል ብግቡእ ክትከታተሎ ይግባእ። ምንቅስቓስ ናይቲ ዕሸል ምስ ዝንደላ ናብ ሕክምና ብምኻድ ግቡእ መርመራ ክትገብር ኣለዋ።

- ግቡእ ቀላሕታ ኣብ ኣገባብ ኣደቓቕሳ

ነፍሰጾር ብፍላይ ድሕሪ ሽዱሽተ ኣዋርሕ ግዜ ጥንሲ፡ ኣብ ኣገባብ ኣደቓቕሳ ግቡእ ኣድህቦ ክትገብር ኣለዋ። ኣብዚ ግዜ'ዚ ብሕቖኣ ምድቃስ ምስ እተዘውትር፡ ዝሞተ ናጻላ ክትወልድ ዘለዋ ተኽእሎ ብዕጽፊ ከም ዝዛይድ መጽናዕትታት የመልክቱ። ነፍሰጾር ብጎኒ ክትድቅስ ከም ዘለዋ እዩ ዝምከር።

- ዘይንቡር ምልክታት ክጋጥማ ግቡእ ቀላሕታ ምግባር

ነፍሰጾር ኣብ ግዜኣ ናብ ሕክምና ብምኻድ ግቡእ መርመራ ምስ እትገብር፡ ከጋጥማ ዝኽእል ጥዕናዊ ጸገማት ንምክትታል ኣጸጋሚ ኣይኮነን። ንጥዕንኣን ጥዕና ናይቲ ኣብ ከብዳ ዘሎ ዕሸልን ንምሕላው፡ ባዕላ ኣብ ገዛኣ ትገብሮ ምክትታል ከም ዘሎ'ውን ክተስተብህል ይግባእ። እዞም ዝስዕቡ ምልክታት፡ እቲ ዕሸል ጸቡቕ ከም ዘየለ ዝሕብሩ እዮም።

- ምፍሳስ ደም ኣብ ርሕሚ፡
- ቃንዛ ኣብ ግዜ ሽንቲ፡
- ሃንደበት ዝመጽእ ቀጻሊ ቃንዛ ከብዲ፡
- ዘይገድፍ ከቢድ ሕማም ርእሲ፡
- ተደጋጋሚ ረጃጽ ኣብ ገጽ፡ ኢድን እግርን
- ሕውዝውዝ ምባል፡
- ተደጋጋሚ ሳላ ኣብ ኢድን እግርን
- ምዝሓል ወይ ምጉዳል ምንቅስቓስ ዕሸል ወዘተ።

ብዘይካ ሰኑይ መዓልታዊ እትሕተም ጋዜጣ

ዋና ኣሰናዳኢ
ብርሃነ ምሕረትኣብ

ምክትል ኣሰናዳኢ
ዓብደልቃድር ኣሕመድ

ቍ.ስ 116266 / 201820 (256)

ቦርድ ምስንዳእ
ዮሴፍ ሃይለማርያም
ምሉእብርሃን ሃብተገብርኤል
ተስፋኣለም የማነ
ሙሴ ገ/እግዚኣብሄር

ቍ.ስ 201820 (250)
ፋክስ. 127749 - ቍ.ሳ.ጶ. 247

ለይ-ኣውት
ፍርቱና ኤፍሬም ትንሱእ ፍስሃየ
ሳምራዊት ሃብተ ሰሎሜ ኣፈወርቂ
ፋጥና ኣድም

ምዝርጋሕ ጋዜጣ
ቍ.ስ.113395-07588045

ምልክታ
ቍ.ስ. 125013 - ቍ.ሳ.ጶ. 1284

ትንታነ ዜና

ሚርያም ኣብርሃም

ኣብ ኲናት ማእከላይ ምብራቕ መን'ዩ ዝያዳ ዝህሰ ዘሎ?

መበል 13 መዓልቱ ኣቚጺሩ ዘሎ ኲናት ማእከላይ ምብራቕ፡ ዘውርዶ ዘሎ ሰብኣዊን ንዋታዊን ክሳራታት፡ ብደረጃ ዓለም እናዓበየ እዩ ዝመጽእ ዘሎ። እቲ ክይጀመረ እንከሎ ኣትሒዙ ሓያል ዝመስል ዝነበረ ኲናት፡ ኣብዚ ሕጂ እዋን ብኽልተኡ ወገን ዘመናውያን ነፈርቲ ውግእ፡ መራኽብ ውግእን ሚሳይላትን ኣካቲቱ፡ ካብ መዓልቲ ናብ መዓልቲ እናተጋዛዘረ ክመጽእ ኢና ንዕዘቦ ዘለና። ማሕበረ ሰብ ዓለም ነቲ ኲናት ብትሪ ብምሽናኑ፡ ኢራን፡ ኣመሪካን እስራኤልን ኣብ ዝቕልጠፈ እዋን ናብ መኣዲ ዘተ ክቐርባ እኳ ጻውዒት የቕርብ እንተ ሃለወ፡ ዛጊት ግን ብኽልተኡ ወገን ሰማዒ ኣይረኸበን ዘሎ።

ኣመሪካ፡ ነቲ 'ኤፒክ ፊሪ' ዝብል ቅጽል ስም ሂባቶ ዘላ ወተሃደራዊ ስርሒት ኣብ ልዕሊ ኢራን ንምክያድ ቢልዮናት ዶላር እያ ሰሊዓ ዘላ። ብዙሓት ተንተንቲ ከም ዝሕብርዎ፡ ኣመሪካ ነዚ ስርሒት ዕዉት ንምግባር፡ መዓልታዊ ክሳብ 800 ሚልዮን ዶላር እያ ተጣፍእ ዘላ። ብመሰረት ጸብጻብ ጋዜጣ 'ዘ-ኒውዮርክ ታይምስ'፡ ኣመሪካ ኣብ መጀመርያ ሰሙን ናይቲ ኲናት፡ ኣስታት 6 ቢልዮን ዶላር ኣጣፊኣ። እታ ሃገር ኣብ ኲናት ኢራን ትጥቀመሉ ዘላ ዘመናውያን ኣጽዋር ኣዝዩ ክቡራት እዩ። ብዘይካ'ዚ፡ ነቶም ካብ ኢራን ዝውንጨፉ ዘለዉ ሚሳይላት ንምብርዓን እትትክሎም ዘላ ጸረ ሚሳይላት፡ ነፍሲ ወከፎም ልዕሊ 1 ሚልዮን ዶላር እዩ ዋግኦም። እዚ ማለት ድማ፡ ኢራን ኣብ ነፍሲ ወከፍ ደቒቕ ንእትትክሎም ሚሳይላት፡ ኣመሪካ ብሚልዮናት ዶላር ዝዋግኦም ጸረ ሚሳይላት ገይራ እያ ኩተብርዕኖም ትጽዕር ዘላ። ብተወሳኺ፡ ኣብ ቀዳሞት ኣርባዕተ መዓልታት ናይቲ ውግእ፡ ኣመሪካ ኣብ ልዕሊ ኢራን ልዕሊ 2,000 ተተኮስቲ ደርቢያ። ነዞም ተቶኮስቲ ንምድርባይ ድማ፡ ኣስታት 3.2 ቢልዮን ዶላር ኣጣፊኣ - ብመሰረት ጸብጻባት።

ብዘይካ'ዚ፡ ሓንቲ ሚሳይል፡ ንመስርሒኣን ንምውንጫፉን ዝሕተት ወጻኢታት ክሳብ 2 ሚልዮን ዶላር ይበጽሕ - ብመሰረት እቶም ጸብጻባት። ኣመሪካን እስራኤልን ድማ፡ መዓልታዊ ብኣሽሓት ዝቝጸር ሚሳይላት እየን ናብ ኢራን ዝውንጭፋ ዘለዋ። እዚ ኩሉ ክግለጽ ዝጸንሐ ደማሚርካ ክርአ እንከሎ እምበኣር፡ ኣመሪካን እስራኤልን ኣብ ኲናት ኢራን ክሳብ ክንደይ ዝኣክል ገንዘብ የጥፍኣ ምህላወን ክትግምቶ ዘጸግም ኣይኮነን። ብተወሳኺ፡ እዚ ኲናት ንኻልኡት ተወሰኽቲ ሳምንታት እንተ ቀጺሉ፡ ኣብ ልዕሊ ኣመሪካን እስራኤልን ዘውርዶ ፊናንሰያዊ ክሳራታት ብ20 ዕጽፊ ክዓቢ ከም ዝኽእል እዮም ክኢላታት ስነ ቁጠባ ዝገልጹ ዘለዉ። እቲ ኲናት ቀድሚ ምጅማሩ እውን እንተኾነ፡ ኣመሪካ ናብ ማእከላይ ምብራቕ ነፈርቲ ኲናት፡ መራኽብ ውግእን ሰራዊትን ንምግዕዓዝ ልዕሊ 630 ሚልዮን ዶላር ኣጣፊኣ እያ።

ብወገን ኢራን ምስ እንምልከት ግን፡ እቲ ፊናንስያዊ ክሳራ ኣዝዩ ውሑድ ምዃኑ እዩ ዝግለጽ። ኢራን ኣብዚ ኲናት'ዚ እትጥቀመሉ ዘላ ስልቲ፡ ንሓያሎ ወገናት ኣዘራረቢ እዩ ኮይኑ ዘሎ። ኢራን፡ ካብ'ዘን ዝሓለፋ ቀረባ መዓልታት ኣትሒዛ ትጥቀመለን ዘላ 'ሻህድ-136' ዝተሰምያ ርእሰ ቅትለት ፈጻመን ዝባራዓ ድሮናት፡ ብዓይነተን ፍሉያት ምዃነን እዩ ዝንገረለን። እዘን ኢራን ብውሽጣዊ ዓቕማ እተፍረየን ዘላ ድሮናት፡ ማእከላይ ፍጥነት ዘለወንን እንተላይ ካብ ራዳር ወጻኢ ክንቀሳቐሳ ዝኽእላን ምዃነን እዩ ዝንገረለን። ድሮናት 'ሻህድ-136'፡ ኣብዚ ኲናት ንሰማያት ሃገራት ወሽመጥ ዓረብን እስራኤልን ኣናዊጸንኦ እየን ዘርከባ። እዘን ሰብ ኣልቦ ነፈርቲ እዚኣተን፡ ኣብ ሰዓት ኣስታት 180 ኪሎ ሜተር እናተሓንበባ ክሳብ 2,000 ኪ.ሜተር ርሒቑ ንዝርከብ ዒላማ ክወቕዓ ይኽእላ።

ኢራን፡ ኣብ ዝሓለፈ ቀረባ መዓልታት ጥራሕ ልዕሊ 450 ሚሳይላትን ኣስታት 1100 ድሮናትን ወንጪፋ ኣላ። እዚ ብዓይኒ ቁጠባ ክረአ እንከሎ፡ ኢራን ኣብዚ ኲናት ሕልፊ ኣመሪካን እስራኤልን ኣይትህሰን እያ ዘላ። እዚ ግን፡ ኣብ ትሕተ ቅርጺ ናይታ ሃገር ብጽዑቕ ደብዳባት ንዘውርድ ዘሎ ከቢድ ዕንወት ንኸኢ ገዲፍካ ማለት'ዩ። ኢራን ከም'ዘን ኣብዚ ኲናት ብብዝሒ ትጥቀመለን ዘላ ሰብ ኣልቦ ነፈርቲ፡ ኣብ ዓመት ክሳብ 50 ሽሕ ኩተፍሪ ትኽእል እያ። ኣመሪካ ግን፡ ኣብ ዓመት ካብ 100 ክሳብ 200 'ቶማሃውክ' ዝተሰምየ ሚሳይል ጥራሕ እያ ኩተፍሪ ትኽእል። ኣመሪካ ኣብዚ እዋን ነዞም ሚሳይላት እያ ብብዝሒ ናብ ኢራን ትውንጭፎም ዘላ። ብመሰረት ጸብጻባት፡ ኣመሪካ ኣብ ቀዳሞት 5 መዓልታት ናይቲ ኲናት ናብ ኢራን ዝወንጨፈቶም ብዝሒ ቶማሃውክ ሚሳይላት፡ ንኹተፍርዮም ሓሙሽተ ዓመታት ዝወስዱላ እዮም ነይሮም።

ካብዚ ክንርድኦ ዘለና ሓቂ፡ ኢራን ክቡራት ዘይኮኑ ሚሳይላትን ድሮናትን ተጠቒማ ኣብዚ ኲናት ቀጻልነታ ኩተውሕስ ትኽእል እያ። እዛ ፈሪሳዊት ሃገር፡ ንእትውንኖም ኣጽዋር ብረቂቕ ኣገባብ እናተጠቐመት ንነዊሕ እዋን ክትከይድ ትእኽል እያ። ኣመሪካን እስራኤልን ግን፡ ከቢድ ዋጋ እናኸፈላ እየን ነቲ 'ዝይውዳእ ኣጽዋር' ዝበላኦ ሚሳይላተንን ድሮናተንን ክጥቀማሉ ዝረኣያ ዘለዋ።

ብተወሳኺ፡ እዘን ኢራን ትውንጭፈን ዘላ 'ሻህድ-136' ዝተሰምያ ድሮናት፡ ነፍሲ ወከፈን ብኣስታት 30 ሽሕ ዶላር ወጻኢታት እየን ዝስርሓ። እዚ ድማ፡ ምስቲ ኣመሪካ ትውንጭፎ ዘላ 'ቶማሃውክ' ሚሳይል ክነጻጸራ ከለዋ ናይ ሰማይን ምድርን ፍልልይ ኣለወን። ምኽንያቱ፡ ነፍሲ ወከፍ 'ቶማሃውክ' ሚሳይል፡ ንመስርሒኡ ካብ 1.5 ሚልዮን ክሳብ 2 ሚልዮን ዶላር እዩ ዝውድእ። ሕቡራት መንግስታት ኣመሪካ፡ ዓመታዊ ልዕሊ 997 ቢልዮን ዶላር እያ ንምክልኻል ትሰልዕ። ብኡ መንጽር ድማ፡ እታ ሃገር ብደረጃ ዓለም ሓንቲ ካብ'ተን ቀዳሞት ዝለዓለ ቀረብ ነፈርቲ ውግእ ዘለወን ሃገራት ኮይና ትርከብ። ኣመሪካ፡ ኣብዚ እዋን ልዕሊ 13,032 ነፈርቲ ውግእ ትውንን ብመሰረት ጸብጻባት።

ብመሰረት እቶም ጸብጻባት፡ ኣብ'ዘን ዝሓለፋ መዓልታት፡ ኣብ ኢራን ልዕሊ 10,000 ሰፍራ ሰላማውያን ሰባት ብደብዳብ ኣመሪካን እስራኤልን ዓንዮም። ካብኡ'ውን ኣስታት 1,300 ሰላማውያን ሰባት ቡቲ መጥቃዕትታት ተቐቲሎም ኣለዉ። ኣመሪካን እስራኤልን፡ ደይ መደይ ኢለን ኣብ ዝተፈላለዩ ናይ ሰላማውያን ሰባት ኣባይቲ፡ ኣብያተ ትምህርቲ፡ መደበራት ጥዕናን ካልኦት ትሕተ ቅርጽታትን ናይ ድሮን መጥቃዕትታት የካይዳ ከም ዘለዋ እያ ኢራን ትኸስስ። ብመሰረት ጸብጻባት ቀይሕ መስቀል ኢራን፡ ዝሓለፈ ሰሉስ፡ ኣብ ልዕሊ ሓደ መንበሪ ቤት ሰላማውያን ሰባት ብዝወረደ ሓያለ ናይ ድሮን መጥቃዕትታት፡ ዛጊት ቁጽሮም ብንጹር ዘይተፈልጠ ሰባት ቡቲ ፍርስራስ ተቐቢሮም ከም ዘለዉ እዩ ዝግለጽ።

ብዘይካ'ዚ፡ ቡቲ ኣመሪካን እስራኤልን ኣብ ልዕሊ መኽዘን ነዳዲን ትካላት መጻረዪ ነዳዲን ኢራን ዝፈጸምኦ ደብዳባት፡ ኣብታ ሃገር ብኬሚካላት ዝተበከለ መርዛም ዝናብ ክዘንብ ከም ዝኽእል እዮም ክኢላታት ዝትንበዩ ዘለዉ። እተን ሃገራት ዛጊት ኣብ ሰፊሕ ከባቢታት ኢራን ኣብ ልዕሊ ዝርከቡ መኽዘናት ነዳዲ ዕንወት ኣውሪደን ኣለዋ። በዚ ከኣ ኣብ ዜጋታት ናይታ ሃገር ከቢድ ናይ ምስትንፋስ ጸገማት ክኸትል ዝኽእል ብከላ ኣየር ተኸሲቱ ምህላዉ ይሕበር።

እዚ ከምዚ'ሉ እንከሎ፡ ፕረዚደንት ዶናልድ ትራምፕ ሃገሩ ኣብዚ ኲናት ትዕወት ከም ዘላ፡ እቲ ኲናት ኣብ ዝሓጸረ እዋን ኩብቅዕ ምዃኑን ገሊጹ። እቲ ፕረዚደንት ኣብ መግለጺኡ፡ ኣብ ልዕሊ ኢራን ክውቀዑ ዝተሓሰቡ ኩሎም ዒላማታት ከም እተወቕዑ ድሕሪ ምጥቃሱ፡ ንሱ ኣብ ዝደለዮ እዋን ነቲ ኲናት ደው ኩብሎ ምዃኑ ኣፍሊጡ። እንተኾነ፡ ኢራን፡ ኣንፈት ናይቲ ኲናት ብኣመሪካ ከም ዘይምራሕ ብምግላጽ፡ ዕላምኣ ንምውቃዕ ኢዳ ከይሃበት ክሳብ መጨረሻ ክትቃለስ ምዃና ኣጠንቂቓ ኣላ።

ኣጽዋር - ምርቓን መርገምን ደቂ-ሰብ

እዮቤል ጽገሃንስ

ሰብ ርእሲ ኩሉ ፍጥረት ክሓድር ምኽኣሉ ኣጋጣሚ ኣይኮነን። እቲ ምኽንያት ብቐዓቱን ሓይሉን እዩ። ሓይሊ ጭዋዳ ዘይኮነ ግን ሓይሊ ኣእምሮ። ከም ማንም ፍጡር ናይዛ ፕላኔት ክስሕ ሓሰባት ኣፈልፊሉ፣ ምህዞታት ሰሪሑ ርእሲ ኩሉ ፍጡር ኮይኑ - ዓለም ክገዝኣ በቒዑ። ኣጽዋሩ ሓደ ካብቶም ወሰንትን ህላወኡ ከረጋግጹ ዘበቕዕዎን ምህዞታቱ እዩ። ኣእማንን ኣዕጻውን ተጠቒሙ ዘማዕበሎ መሳርሒታቱ ምስጢር ድሕነቱን ቀጻልነቱን ኮይኑ። ሓዊ ኣብ መሳርሒ ፍልቀቱ ኣገዳስነቱ ልዑል እዩ ነይሩ። መሳርሒታት ድሕነት ግን ብመንጽር ግዜን ጥቕምን ቀዳማይ እዩ ዝነበረ።

መሳርሒ ፍልቀት ወዲ ሰብ ንምርዳእ ዝተኻየደ ስነፍልጠታዊ መጽናዕትታት ከምዘመልክቶ፣ ቅድሚ 3.3 ሚልዮን ዓመታት ኣብ ሎሚ ኬንያ ዝጠንተወ መሳርሒታት ክርከብ እንከሎ፣ ኣብ ናይ ሎሚ ኢትዮጵያውን ቅድሚ 2.6 ሚልዮን ዓመታት ኣብ ኣገልግሎት ዝነበረ መሳርሒታት እምኒ ተረኺቡ እዩ። እዚ፣ መጀመርታ ናይቲ ዝሰዓበ ንዋታዊ ምዕባለ ሰብ'ዩ። ሰብ በሊሕ ጥርዚታት ዘለዎ መሳርሒ ኣብ ጥቕሙ ከውዕል ምጅማሩ ነቲ ዝሰዓበ ኣእምሮኣዊ-ብልሑ በሪ ዘርሓወ ምንባሩ ዝገልጽ ክልሰ ሓሳብ ኣሎ። ብመሰረት እዚ ክልሰ ሓሳብ'ዚ፣ ኣእምሮ ዘመናዊ ወዲ ሰብ ኣብ መዓልቲ 13 ዋት ወይ 260 ኪሎ ካሎሪ የህልኽ። እዚ፣ 1/5 (ሓደ ሕምሲት) ናይ ጠቕላላ ሃልኪ ጸዓት ኣካላት ወዲ ሰብ ዝሽፍን ምኳኑ እዩ። ምትእስሳር ኣገዳስነት መሳርሒታትን ብልሒ ኣእምሮን ድማ ኣብዚ እዩ ዝመጽእ። እንተድኣ ንጠሉብ ጸዓት ናይቲ እናማዕበለ ዝመጽእ ዝነበረ ኣእምሮኡ ከማልእ ኮይኑ ልዑል መጠን ጸዓት ዝሀቦ መግቢ ክምገብ የድልዮ። እዚ ከተግብር ከኣ ኣገዳስነት ወይ ሓገዝ መሳርሒ ኣብ ቀዳሚት ይመጽእ። ከምኡ ኣሉ ካብ ኣእማንን ኣዕጻውን ብዝተማሳርሑ መሳርሒታት ተሓጊዙ ስጋን ኣትክልትን ንምቁራጽ ከም ዝኽኣለ ይእመን። በዚ መሰረት፣ በሊሕቲ መሳርሒታት ምጥቃም ንምዕባለ ኣእምሮኡ ዘቃቐሐን ወሳኒን ምንባሩ ተመራመርቲ ይምጉቱ። ካብ ቅድሚ 400,000 ዓመት ኣትሒዙ ድማ ጭማራ መሰል ንሃደን ዘገልግል ኣጽዋር ከማዕብል ከኣሉ።

ድሕነት መሰረት ህላወኑ እዩ። ወዲ ሰብ ድሕነቱ ከረጋግጽ ኣብ ዝጉብሮ ቃልሲ ኣገዳስነት ኣጽዋር ማዕና የብሉን። ግዳማዊ ተጻብኦ ኣራዊት በቲ ሓደ፣ ምስ ከምኡ ሰብ ዘኳይዶ ወሽጣዊ ኳናት ድማ በቲ ካልእ ንኣገዳስነት ኣጽዋር ዕዙዝ ይገብሮ። ኣብቲ ፈለማ፣ ሜፍ ብልሒ ኣጽዋሩ ናብቶም ዝሃድኖም እንስሳታት ወይ ዘጥቅዕዎ ኣራዊት ጥራይ እዩ ዘቕንዐ ነይሩ። ድሕሪ ግዜ ግን ምስ ከምኡ ሰብ ክዩተረፈ ክንጸርን ኣጽዋሩ ናብ ከምኡ ሰብ ክቕንዕን ጀሚሩ። ከም መሬት ዝሀደን እንስሳን ካልእ ድፋት ጸጋታትን ንምሽማው ኳናት ኣብ ዝፍጠረሉ፣ ኣጽዋሩ ቀንዲ መሳርሒኡን ምስጢር ህላወኡን ነቱ። ኣብ መንን ውልቀ ሰባት፣ ጉጅለታት፣ ቀቢላታትን ከጸኦኡን ዝፍጠር ግጭት ድማ ናብቲ ድሒሩ "ውግእ" ዝተባህለ ተርእዮ ማዕበሉ። ኣብ 1964 ኣብ ዶብ ግብጽን ሱዳንን ዝተረኽበ ጥንታዊ መቓብር ነዚ ዘረጋግጽ እዩ። እዚ 'ጀበል-ኣሳሓባ' ተባሂሉ ዝፍለጥ ቦታ ቅድሚ 14,000 ዓመታት ኣብሉ ደቂሰብ ወግእ ዝጠመሉ ቦታ ኮይኑ፣ ልዕሊ 45%

ካብቶም ኣብኡ ዝተረኽቡ ኣስከሬናት ብኸጸዊ ምኽንያት ዝሞቱ እዮም። እዚ እቲ ክሳብ ሕጂ ተረኺቡ ዘሎ ዝጠንተወ ኣሰር ወይ ጭብጢ ናይ ውግእ ሓድሕድ ናይ ሰባት ኮይኑ ክጥቀስ ይኽእል።

መንበሮ ደቂ ሰብ ርቀት እናተወሰኾ ብዘሎምታዊ ለውጢ ኣብ ከባቢ 3300 ቅ.ል.ክ ብዙም ንሓሲ ዝኣማስለ ብረታት (metals) መፍረ ዝተፈላለየ ናውቲ ምስ ተኣታተወ፣ ኣጽዋር ሰብ ሓድሽ መልክዕ ክሕዝ ከኣለ። እቲ ካብ ኣእማኑ ኣዕጻውን ኣዕጽምትን ዝዓሎ ዝነበረ ኣጽዋር ብሓድሽ መልክዕ ክፈርን ዝያዳ ኣድማዒ ክኸውንን በቒዑ። ጥበብ ኣእምሮ ደቂ ሰብ እናፈሰሶ ድማ ምስ ግዜ ብዓይነቱን ዓቕሙን እናተራቐቐ ከደ። ካብቲ ብዙሕ ዓይነታት ንሓደ ንዋት መረጽና ክንደህሰሶ፣ ከም ኣብነት ክቐርብ ዝኽእል ካብ ከባቢ 6ይ ክፍለ ዘመን ቅ.ል.ክ ምስ ምትንሳእ ሮማዊ እምብራጦርያ ኣብ ጭማራ ዝተራእየ ርቀት፣ ነቲ ምዕባሌታት ንምርዳእ ዝሕግዘ ብምኳኑ ምደህሃሱ ኣገዳሲ'ዩ።

ጭማራ ናብ ኣንፈት ጸላኢ ምውርዋር ጥበብ ዝሓትትን ርእሱ ዝኸኣለ ሓደጋ ዘለዎን ንጥፈት እዩ። እዚ ኣብ ናይ ኮን ደኾን ኩነታት ዘሎቲ ኮይኑ፣ ምናልባት ዕላማኻ እንተስሒትካ እቲ ዝሉሓትካዮ ጸላኢ ተመሊሱ ግዳእ ጭማራኻ ወርዊሩ ዕላማ ክገብረካ ይኽእል። ፓይለም (roman pilum) ዝበሃል ጭማራ ከም ኣብነት ኣልዒልና እንተርኢና፣ እዚ ንብሎ ዘለና ስግኣት ክይተረፈ ዝቖንጠጠ ደንቂ ምህዞ ሮማውያን እዩ ነይሩ። ጠቕላላ ቁመት ናይዚ ጭማራ'ዚ 2 ሜትሮ ኮይኑ ሚዛኑ ክሳብ 2 ኪሎግራም ይበጽሕ። እዚ ጭማራ ካብ ዕንጸይትን ሓጺንን ዝተሰርሐ ኮይኑ፣ እቲ ልዑት ወይ ዳሕረዋይ ክፋሉ ካብ ዕንጸይቲ፣ እቲ ዝወግእ ክፋል ድማ ካብ ሓጺን ዝተሰርሐ እዩ። ሜፍ ብልሑ ብርባዕ ኩርናዓዊ ኣገባብ ዝተሃንደሰ ክኸውን እንከሎ፣ በሊሕን ነዊሕን እዩ። ናብ ወሽጢ ኣካላት ናይ'ቲ ዕላማ ሰርሲሩ ናይ ምእታው ብልጫ ድማ ኣለዎ። ምስጢር ናይዚ መሳርሒ'ዚ ኣብቲ ሓጺናዊ ክፋሉ እዩ ዘሎ። እቲ ሓጺናዊ ክፋል ናይዚ ጭማራ ኣብ ክልተ ክፋላት መቓቒልና ክንርእዮ ንኽእል። እቲ ርባዕ ኩርናዓዊ ሜፍ-ብልሒ ከምኡ'ውን እቲ ምስቲ ልዑት ዘራኽቦ ነዊሕን ቀጢንን ሓጺን። እዚ ክፋላት ተመላላኢ ዝኾነ ኣገልግሎት እዩ ዝህቡ።

ጭማራ-ፓይለም ካብ ቀላጽም ናይቲ ዓጢቑዎ ዘሎ ወተሃደር ምስ ተወርወረ፣ እቲ በሊሕ ርባዕ ኩርናዓዊ ክፋል ነቲ ጸላኢ ዓጢቑዎ ዘሎ ዋልታ የኽሉ'ሞ፣ እቲ ዝተረፈ ሓጺን ብዘይ ጸገም ንወሽጢ ይኣቱ። ዝውርወሮ ወተሃደር ብቑዕ ጨሚቱ ምስ ዝኸውን እዚ ጭማራ'ዚ ኣብ ኣካላት ወዲ ሰብ ኣትዩ ዝምሕር ኣይኮነን፣ ቀታሊ መሳርሒ እዩ። እቲ ዘደንቕ ዋላ'ውን ጸላኢ ነዚ ጭማራ ከስሕቶ ዕድል ረኺቡ ብዋልታኡ እንተ ተኸላኺሉ ካብ መዓት'ዚ መሳርሒ'ዚ ብቐሊሉ ኣይገላገልን፣ ዝኸፍአ እዩ ዝጸንሖ። ጸላኢ እዚ ጭማራ ኣብ ዋልታኡ ምስተሸኽለ ከውጽኦ ከም ዘይክእል ኮይኑ'ዩ ተነዲፉ። እቲ ሜፍ ብልሒ፣ ዳሕረዋይ ክፋሉ ርባዕ ኩርናዓዊ ቅርጺ ስለዘለዎ፣ ጸላኢ፣ ዋላ'ውን ዋልታኡ ካብዚ ሰራም ጭማራ ከናግፍ ብሓይሊ ከውጽኦ እንተፈተነ ተዓጊቱ ጥራይ'ዩ ዝተርፍ። ፈተነኡ ከንቱ ድኻም እዩ'ሞ፣ ምስ ዋልታኡ ካብ ዝቃለስ ዋልታኡ ደርብዩ ብዘይ መከላኸሊ ክዋጋእ ይግደድ። ካልእ ብልጫ ናይዚ ኣጽዋር'ዚ፣ ዘይከም ካልእ ጭማራ ኣብ ዋልታ ጸላኢ ስለ ዝሸኽል፣ ጸላኢ ግዳእ ጭማራኻ ኣልዒሉ ክወግኣካ ዕድል ዘይሀብ ምኳኑ'ዩ። እዚ መሳርሒ'ዚ፣ ሓንቲ ክኢላታት ዝፈለጦ ጽሩይ ንብረት ምኳኑ በዚ ይምስከረሉ። ሮማውያን ወተሃደራት ንልዕሊ 1000 ዓመታት ዝተፈላለየ ጭማራታት ዓጢቖም'ዮም'ሞ፣ ኣይከምዝጉ። ኣብ ዝተፈላለየ ዓውደ ግጥማት ድማ ዓወት ክጐናጸፉ ኣኽኣሎም።

ዓወት ሉቲሺያ ሓደ ኣብነት እዩ። እዋኑ 52 ቅ.ል.ክ ኮይኑ፣ ኣብ ናይ ሽዑ ሉቲሺያ ናይ ሎሚ ፓሪስ ጎላውያን ዝበሃሉ ቀቢላ ምስ ካልኦት ቀቢላታት ልፍንቲ ብምፍጣር ናብ ሮማዊ እምብራጦርያ ኣይንጽገዝርን ብምባል ተላዕሉ። ጁልየስ ቄሳር ዚ ምልዕዓል'ዚ፣ ሮማውያን ምስ ጎላውያን ክገጥሙ እንከለዉ 4 ኣሃዱታት እየም ኣኽቲቶም። ከምቲ ኣቐዲሙ ዝተጠቕሰ ዓቕሚ ሰብ ሓደ ኣሃዱ ክሳብ 5000 ይበጽሕ። ኣብ ሉቲሺያ ክሳብ 20,000 ሮማውያን ተሳቲፎም ማለት'ዩ። ሓደ ወተሃደር 2 ጭማራ ስለ ዝዓጥቕ ብዘሒ ጭማራ ፓይለም 40,000 ነይሩ። ሰነዳት ታሪኽ ከምዝሕብሩዎ ሮማውያን ኣብ ገለ ዓውደ ውግእ ክሳብ 20 ኣሃዱታት ዘኽትቱሉ ኣጋጣሚ ነይሩ። እዚ ብዓቕሚ ሰብ ምስ እንርእዮ 100,000 ክበጽሕ እንከሎ፣ 200,000 ጭማራታት ኣብ ጥቕሚ ይውዕል ነይሩ ማለት'ዩ። እዚ ኣሃዞት'ዚ ብመንጽር ደረጃ ምዕባለ መፍረ ኣጽዋር ናይቲ ዘመን'ቲ ምስ እንርእዮ ኣገዩ ዘገርም እዩ። ቅድሚ 2000 ዓመት ንሓደ ዓውደ ውግእ ዘገልግል ክንዲ'ዚ ዝበዝሑ ኣጽዋር ክፍሪ ዝኽእል ኢንዱስትሪ መፍረ ኣጽዋር ኣብ ሮማ ምንባሩ ዘደንቕ እዩ። ሮማውያን ኣብ ዘመናዊ ብዝሓይዘናት ዝቖጸር ጭማራታት ኣፍርዮም ክኸኡ ከምዝኽእሉ ብሰፊሑ ይግመት።

ስርሓት ሓጺን ንቑሕ ኣእምሮን ዘይክሮሀ ጉልበትን ከምዝጠልብ ዝፍለጥ

ብሓይሊ ክጭፍልቕ ሰራዊቱ ኣኽቲተ። 4 ኣሃዱታት ንመጥቃዕቲ ተዳለው። ሓደ ኣሃዱ ክሳብ 5000 ዝበጽሑ ወተሃደራት ዝሓዘ ኮይኑ፣ ኣፍሲ ወነፍ ወተሃደር ክልተ ጭማራ-ፓይለም ከምኡ'ውን ሴፍ ዓጢቑ። ግጥም ጀመረ። ፈት ንፈት ዝቖሙ ክልተ ኣንጻር ሓይልታት ተረጸሙ። ሮማውያን ነዚ ጭማራ'ዚ ተጠቒሞም ዋልታ ጎላውያን ከይተረፈ እናበሰዑ ኣርገፉዎም። ጭማራ-ፓይለም ንጎላውያን ዘይከኣል ነቱ። ዋላ'ውን ነቶም በዚ ጭማራ'ዚ ዘይተዃርሙ ጎላውያን ኣብ ዋልታታቶም እናተሸኽለ መንጸሮር ኮኖም። ኣብ ዋልታታቶም ጭማራ ዘዙተሸኽሎም ጎላውያን መከላኸሊኦም ክደርብዩ ጀመሩ። ብዘይ ዋልታ ምውጋእ ዝያዳ ንሓደጋ ምቅላዕ እዩ'ሞ፣ ሮማውያን ነዚ ዕድል'ዚ ተጠቒሞም ብሰፊሖም ተሳሂሉዎም። ኩናት፣ ብዓወት ሮማውያን ተዛዘመ። ሉቲሺያ ድማ ኣብ ኢድ ጁልየስ ቄሳር ወደቐት።

ቄሳር ኣብ መጽሓፍ 'ኩናት ጎላውያን' ከምዚ ክብል ኣሰፊረ፥ "ጭማራታትና ንዓበይቲ ዋልታታት ጎላውያን ተርተረ። ጭማራ-ፓይለም ኣብ ዋልታ ጎላውያን እናተሸኽለ ማከላኸሊኦም ካብ ጥቕሚ ወጻኢ ገበረ። ሰራዊትና ብጭማራኡን ሴፉን ዓወት ዓተረ..." ። ተመራመርቲ ታሪኽ፣ ጁልየስ ቄሳር ንኣድማዕነት ናይቲ መሳርሒ ኣመልኪቱ ከምዚ ምባሉ ሓቂ ደዩ ምዃኑን ንምጽራይ ኣብ 2018 ኣብ ደንማርክ ሓደ ፈተነ ገይሮም ነይሮም። ብመሰረት ውጽኢት ናይቲ ፈተነ ድማ፣ ጭማራ ፓይለም፣ ቄሳር ከም ዝበሎ ድርዒ ዋልታ ክበስዕ ከም ዝኽእል'ዩ ኣረጋጊጾም።

እዩ። ሓንቲ ንጹል ጭማራ ንምስራሕ ጥራይ፣ ድሕሪ ከቢድ ናይ ዕደና ስራሕ ብልዑል ረሰኒ ሓጺን ኣምኪኽካ፣ ቅርጺ ኣውጺእካ፣ ቀጥቂጥካ ወዳእ መልክዕ ጭማራ ከተትሕዝ ክንደይ ጥቡብን ጉልበትን ከምዝሓትት ርዱእ እዩ። ከምዚ ናይ ሎሚ ምዕቡል ቴክኖሎጂ ኣብ ዘይነበረሉ፣ ኣብ ሓደ እዋን ኣማኢት ኣሽሓት ጭማራታት ከተፍሪ ምኽኣል ማለት ንምምጉቱ ዝኸብድ እዩ። መዓስ መፍረ ጥራይ፣ ዝተማልአ ኣገልግሎት ጸገና ኣጽዋር፥ ካልእ ኣገዳሲ ኣካል ናይ'ቲ ኢንዱስትሪ ምንባሩ ይንገረሉ። ኣብ ዓውደ ውግእ ዘዘተበላሸወ ጭማራታት ቅልጡፍ ጸገና ብምግባር ዳግማይ ኣብ ስራሕ ከተውዕሎ ምኽኣል ርእሱ ዝኸኣለ ምስጢር ዓወት እዩ።

ሮማዊ እምብራጦርያ ንኣስታት ሓደ ሽሕ ዓመታት ጸኒዑ ደው ክብል ምኽኣሉን፣ ኣብ'ቲ ዝበልጸሉ እዋን ድማ ሰፊሕ ክፋል ኤውሮጳ ጥራይ ዘይኮነስ እንተላይ ከጃ ማእከላይ ባሕሪ ኣብ ዝርከብ ሰፊሕ ቦታታት ሰሜን ኣፍሪቃን ምዕራብ እስያን ክቆጻጸር ምኽኣሉ ካልእ ምስጢር የብሉን። ወተሃደራዊ ብቕዓት እዩ'ቲ መልሲ። ኣብ ታሪኽ ክይጋዝም ከም እንርእዮ ንዋታዊ ጸብለልትነት ኣብ ወተሃደራዊ ግጥም ሓደ ካብቶም ብዙሓት ወሰንቲ ረቛሒታት እዩ። ወዲ ሰብ ዚ ብኢጋኡ እዩ ተገዚቡዎ። ንዋታዊ ጸብለልታ ንምርግጋጽ ዝግበር ምህዞታትን ምምዕባልን ኣጽዋር ድማ ካብዚ ድርኺት'ዚ ብምብጋስ ዝመናት ይቕጽል ኣሎ። ኛ'ውን ክቕጽል እዩ።

ይቕጽል . . .

ማሕደር ጀጋኑ

ሽሞንዲ ዑቕባሚካኤል

መበል 18 ክፋል

ወራር ቀይሕ ኮኾብን ታኼላ ቀይሕ መስመርን

ኣብ ዓንቀጻት 17ን ቅድሚኡ ዝነበራን ብዙሓት ከኻታት ሻድሻይ ወራርን ፍሽለቱ ኣብ ሶሚናዊ ምብራቕ ሳሕልን ተረኺና ነይርና። ኣብ መወዳእታ፡ ኣብ ትሕቲ ውቃው እዝ ዝነበራ ኣሃዱታት ጸላኢ ዓቕሚ ሰበን ተናኺሙ፡ ብኣርባዕተ ሻለቃ ቆይሙ ዝነበረ ብርጌድ ናብ ሰለስተ ሻለቃ፡ ከምኡ እናበለ ዓቕሚ ሻለቃታትን ሻምበላትን ናብ ዝተሓተ እናተኸዕበ፡ ሰራዊት እዚ ውቃው፡ ጠቕላላ ናይ 13,727 ሰብኣዊ ክሳራ ከም ዘጋጠሞ ተረኺብና። ካብዚ ቀጺልና ንኣመሰራርታ ግንባር ናቕፋ ነቕርበልኩም፤

ኣመሰራርታ ግንባር ናቕፋ

ህዝባዊ ሓይልታት ካብ ዝምስረት ጀሚሩ፡ ፖለቲካዊ፡ ፖለስታዊን ስትራተጂኡን እናመሓየሸ ጉዕዞኡ ዝቐጸለ፡ ከበድትን መድረኽም ዘይሓለወን ንህላወኡ ናብ ዝፈታትኑ ተሰፋ ቀብጸዊ ውግኣት ከይደ ኣይተቐዳደመን። ኣብ ደባይን ሓውሲ ደባይን ዝተሰረቱ ንኣሽቱ ስልታውያን ውግኣትን ግጥማትን ዘተኮሩ ስራሓት ብምኽያድ'ዩ ቃልሱ ቀጺሉ።

ብሓቂ ደማ መብዝሕትኦም ስልታውያን ውግኣትን ግጥማትን በቲ ስትራተጂ እናተኣልዩን እናተቐለሱን፡ ተገምጢሎም ነቲ ስትራተጂ የገልግሉ ስለ ዝነበሩ፡ በቲ ሓደ ወገን፡ ሓይልን ጥንካረን ግንባር እናንገልበቱ ንሓይልን ጥንካረን ጸላኢ ኣናኺሙ እናንቀልቀለ ከም ዝመጽእ ገይሩ። ከም ምዕባለ ኸኣ ኣብ ከባቢ መወዳእታ ዓመት 1976 እቲ ቅድታት ኩናት ተንቀሳቓስን ቀዋምን መልክዕ እናተሓዋወሰ ማዕበለ።

ኩሎም ዝቐደሙ ዝነበሩን ዝተኻየዱን ስልታውያን ውግኣትን ግጥማትን ደማ ስርሒታዊ መልክዕ እናሓዙ መጺኦም። ከም ወጽኢቱ ደማ ሰውራ ኤርትራ ኣብ 1977 ዓ/ም ኣብ ዲቕ ዝበለ መጥቃዕታዊ መድረኽ ስለ ዝተሰጋገረ፡ ዓበይቲ ስርሒታዊ መጥቃዕትታት ክፍት ጀሚሩ። ስለዝኾነ ከኣ ከተማታት ኤርትራ ቃሩራ፡ ናቕፋ፡ ኣፍዓበት፡ ከረን፡ ደቀምሓረ፡ ሰገነይቲ፡ ደንጎሎ፡ ጊንዳዕ፡ ኣሰሳት፡ ዝጠቓለለ ክፋል ባጽዕ ኮታ ዝጠቓለለ ክፋል መሬት ኤርትራ ሓራ ወጺኡ። ጸላኢ ደማ ኣብ ውሑድ ቦታታት ኤርትራ ጥራይ ተሓጺሩ ተሪፉ።

እቲ ሃዋሁ ኣብ ከምዚ ዓይነት ደረጃ ምስ በጽሐ፡ ኩነታት ብሸምቲ ዝጀመሮ ልሙድ ማስርሕ ኮይኑ ክቕጽል ኣይከኣለን። ምኽንያቱ ነቲ ሓፈሻዊ ወተሃደራዊ ምዕባለታት ዝጸሉ ካልእ ግዳማዊ ረቛሒታት ኣብ ከባቢ መወዳእታ ዓመት 1977 መጀመርታ 1978 ክርአዩ ጀሚሮም። እቲ ምትእትታው ናይ ሸው ልዕለሓያል ሕብረት ሶቬት ነበርን መሻርኽታን ኣብ ጎድኒ ጸላኢ ነቲ ሚዛን ሓይሊ ከቕይሮ ክኢሉ። ወተሃደራዊ ስርዓት ደርግ ኣብ ስልጣን ምስ መጸ፡ ጉዳይ ኤርትራ ብሰላማዊ መንገዲ ክፍታሕ ድሌት ኣይነበሮን። ብኣንጻሩ ብሓይሊ ብረት ክፍታሕ ኣለዎ ዝብል ውሳኔ ስለ ዝወሰደ፡ ንሰውራ ኤርትራ ንምድምሳስ ምስ ናይ ግዳም ሓይልታት ከመሻጠር ጀሚሩ። ኣብ መወዳእታ ደማ ብሸነኺ ዝዓበ ከበድ ተኸታታሊ ወራር

ሓይልታት ኣብ ጉዕዞ

ጸላኢ ከኻታት ምዝላቕ ሰዓበ።

ድሕሪ ቀዳማይን ካልኣይን ወራራት ጸላኢ ዝሰዓበ ወራር ጸላኢ፡ ኣብ ጥሪ 1979 ዓ/ም ሰራዊትን ኣጽዋርን ብባሕሪ ኣብ ማርሳ ተኽሊይ ስለ ዘውረደ፡ ግንባር ማዕምፈደ ተሪፉ ኣብ ከባቢ ገንፈሉም ዝነበረ ዕርድታት ህዝባዊ ሰራዊት ተገድፈ። ጸላኢ ኣፍዓበት ድሕሪ ምቁጽጻሩ'ውን ንናቕፋ ንምሓዝ ጉዕዞኡ ቀጸለ፡ ኣብዚ ንምምካት ተባሂሉ ኣብ ቀዳማይ ሰሙን ናይ ወርሒ ለካቲት 1979 ግንባር ናቕፋ ተመስረተ።

እዚ ግንባር ክተሓዝ እንከሎ ዝነበረ ኣሰላልፋ ህዝባዊ ሰራዊት፤ ብጸጋም ካብ ታባ ተኣማመን (ታባ ብልሓት) ጀሚሩ ማይ ማእ፡ መርከበና ገርካ ፈደል-ፐ ብብርጌድ 58 ተታሒዙ ነይሩ። ካብኡ ንየማን ከኣ ታባ ሰሎም፡ ግሎብ፡ ሪገለ፡ ዋንጫ ኣቢሉ ክሳብ ደንደን ብብርጌድ 51። ካብ ደንደን ጀሚሩ ንየማን ድማ ብብርጌድ-8 ተታሒዙ ነይሩ። ቦጦሎኒ 76.3 (ከቢድ ብረት) ኣብ ምሉእ'ቲ ግንባር ተዘርጊሓ ነይራ።

ህዝባዊ ሰራዊት ካብ ከባቢ ቆጋይ ኣዝሊቑ ኣብ ሓረስ ሓርማዝ ድካቡ ብምግባር፡ ነቲ እግሪ እግሪ ዝስዕብ ዝነበረ ጸላኢ ብዕለት 4/2/79 ጸረ-መጥቃዕቲ ብምውሳድ ክሳራ ኣውሪዱ ከም ዝደናጎይ ገይሩዎ። ብዕለት 6/2/79 እውን፡ ጸላኢ ካብ ጺጋማይ ታባ ተኣማመን ክሳብ ደንደንን ሓሬናን ከቢድ መጥቃዕቲ ኣካይዱ። ብፍላይ ኣብ ከባቢ ደንደንን ፈደል "ፐ"ን ተደጋጋሚ ፈተነታት ገይሩ ጸቕጢ ክፈጥር ፈቲኑ። ናህሩ ግን ከም ዝሃድእ'ዩ ተገይሩ። ግንባር ናቕፋ ኣብ ወርሓት ሓደን ክልተን ኣዝዩ ዝተሓላለኸ ቀውዒ'ዩ ዝለዎ። ምስ ጥሜት ዕርቃን ደፋዓት ዘይምህላውን ተደማሚሩ ቀሊል ዘይኮነ ተጻዋርነት ዝሓትት ብደሆ ናይ ባህሪ ኣጋጢሙ ነይሩ።

ብርጌድ 70 ናይ ህዝባዊ ግንባር፡ ብዕለት 13/2/79 ካብ ማዕምፈደን ሳሕልን ተጓዒዙ ኣብ ከባቢ ተኣማመን ክሳብ ከባቢ ደንደንን ሓሬናን ዓሪዱ። ብናይ ፊትንፊት ስልቲ ውግእ፡ ኣንጻር ዝፍን ሓያልን ሰራዊት ጸላኢ መጠነ ሰፊሕን ዝተወሃሃደን ቅልጡፍን መጥቃዕቲ ኣካየደ። ናብ ደፋዓት ጸላኢ ብዘድሪ ኸጢሩ ብምእታው፡ ኣብ ልዕሊ ጸላኢ ኣሰንባሪ ዝኾነ ሰብኣውን ንዋታውን ክሳራታት ኣውረደ። በዚ በርቃዊ መጥቃዕቲ'ዚ፡ ብሓደ መዓልቲ ጥራይ ጸረርት ክሳብ ኢትተሓልበ፡ ኾ በየንን ኾ ኣማጣን ኣብጺሑዎም። ካብ ደፋዓት ህዝባዊ ሰራዊት 20 ኪ/ሜተር ብዕምቆት ዝረአ ቦታታት እዩ።

ኣብ መንጎ ሳልሳይን ራብዓይን ወራር ናይ ኣሰታት ክልተ ኣዋርሕ ግዜ ስለ ዝነበረ፡ ህዝባዊ ሰራዊት ነቲ ግዜ ብዋበኡ ተጠቒሙሉ እዩ። ብመጠኑ ናይ ምክልኻል ብቑዓት ዝለዎ ካናሊታትን ደፋዓትን ጁባታትን መእዘዚታትን ሃኒጹ።

ራብዓይ ወራር ክጅመር ከሎ፡ ካብ ፈደል-ፐ፡ ግሎብ ደንደን ክሳብ ፊርኤሎን ቴስታን ብዛዕባ ዕለት 1/4/79 ጀሚሩ ብኸሉ'ቲ ግንባር ከም ዘይተዓጸጸፍ ንምግባር፡ ብነፈርትን መዳፍዕን ረሻሻትን ብዕምቆት ክሳብ ከተማ ናቕፋ ን10 መዓልታት ዘየቋርጽን ትንፋስ ዘይህብን ደብዳብ ኣካይዱ። ብፍላይ ኑቶም ፍሉይ ጠመተ ገይሩ ንምስባርም ዝተሃላለኸም ዝነበረ ደፋዓት ፈደል-ፐ፡ ደንደን፡ ፊርኤሎ፡ ሩባ ሞዖ ሰጊሩ (ናኾራን ቴስታን) ኣዝዩ ጸዑቕ ብምግባሩ፡ ቀትሪ ምድሪ ብትኽክን ደሮናን ንሓድሕደካ ክትረኣኣ ዘየኽእል ከቢድ ደብዳብ ኣካየደ።

ጸላኢ፡ ጸዕቂ ኣጋር ሰራዊት ኣሰሊፉ - ብታንክታት ክሃጅም ምኳኑ ስለ ዘይነበረ - ንከባቢ ፈደል-ፐ ክፍንጥስ ተደጋጋሚ ፈቲኑ ተተጻፊዑ ይምለስ ነበረ። ይኹን'ምበር፡ ብሓደ ጸቢብ ቦታ ፈንጢሱ ደፋዕ ሰበረ። ግን እቲ ብኣማኡጺጋም ዝነበረ ተጓዳላይ ብዘተፈጥረ ኩነታት ከይተዓዘለ ቅጽበታዊ ስጉምቲ ንምውሳድ፡ "ሪ" ዝመስል ቅርጺ ብምስራሕ ደፋዑ ከይለቐቐ'ዩ ዝዋጋእ ነይሩ።

ደፋዕ ሰይሩ ዝኣተወ ጸላኢ ናብ ከተማ ናቕፋ ቀረብ'ኳ እንተነበረ፡ ህዝባዊ ሰራዊት ካብ የማን ጺጋም ግንባር ካብ ደፋዓት ሰሓሒቡ፡ ማለት ነቲ ደፋዕ እናርቀቐ ከምኡ'ውን ኣብ ናቕፋ ዝነበረ ክፍልታትን ናይቶም ሓይልታት ተረኛ መጋቦ ዝነበሩን ብዛዕባ ወዲቡ ተረር ጸረ-መጥቃዕቲ ወሰደ። ንዝኣተወ ጸላኢ ደምሲሶም'ውን ደፋዖም መለሶም።

ናብ ደንደን ዝወፈረ ጸላኢ'ውን ክየልጽ ዘይክእል ከቢድ ዘናውጽ ደብዳብ ተሰንዩ'ዩ ተበጊሱ። ግን ተደጋጋሚ ከጥቅዕን ብዘተሓላለኸ ግብረመልሲ ተናኺሙን ተቛሲሉን ካብ ምምላስ ሓሊፉ ካልእ ውጽኢት ኣይረኸበን።

ፊርኤሎ ሰጠቕ ዝበለ ንኣሽቱ ኩጀታት ሰብርባር መሬትን ብምዃኑ፣ ናይ ቀደም ማስመር ጽርግያ ስለ ዝነበሮ፣ ጸላኢ ብታንክታት ዝተሰነየ መጥቃዕቲ ንምግባር ዝሓሸ ቦታ ኢሉ መሪጹ። ከም ኣዝዩ ኣገዳሲ ቦታ ርእዩ ናይ መዳፍዕን ነፈርትን ታንክታት ከምቲ ኣብ ራብዓይ ወራር ዝፈተኖ፡ ደፋዓት ህዝባዊ ሰራዊት ረጊጸን ክሓልፋ'ኳ እንተተበገሳ፡ ገለአን ተቓጺለን ገለአን ድማ ተማሪኸን። እቲ ምስአን ዝተበገሰ ኣጋር ሰራዊት ከኣ ከም ቀጸለ ረገፈ። ኣብዚ 11 መዓልታት ዝወሰደ 5ይ ወራር ጸላኢ ተደጋጋሚ ከጥቅዕ፡ ወገን ጸረ-መጥቃዕቲ ገይሩ ክመልሶ ከቢድ ምርብራብ ተኻየደ። ህዝባዊ ሰራዊት፡ ኣብ ልዕሊ ጸላኢ ተደጋጋሚ ጸረ-መጥቃዕቲ ብምፍናው ዘፍ ኣበሎ። ሓምሻይ ወራር እምበኣር ጸላኢ ዝተናኾመሉ፡ ፍናን ህዝባዊ ሰራዊት ዝበረኸሉን ዓወታት ዝጨበጠሉን ወራር ኮይኑ ሓለፈ።

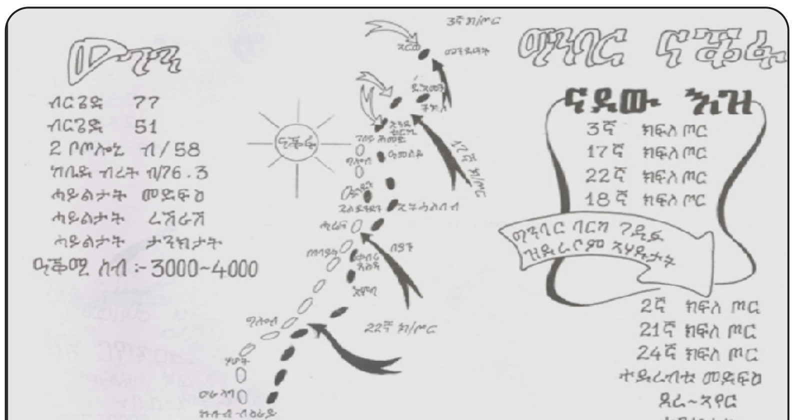
ጸላኢ ንምጥፋእና ወራር ድሕሪ ወራር ዘበገሰ፣ ዓለም ከኣ መዓስ ንድምሰስ ትጽናተወሉ ዝነበረት እዋን ብምንባሩ፡ ኣብ ውግእ ተረባሪብና ህላወና ንምርግጋጽ ሓያል መኸተ ዘርኣናሉ መድረኽ'ዩ። እተን ሓምሽተ ወራራት ጸላኢ ምስ ከሰረን ዝተኸሰተሉ ነገር እንተድኣ ነይሩ፡ እናተዳኸመ ዓቕሙ ከም ዘንቀልቀለ እዩ።

ናቕፋ

ጸዑቕ ደብዳብ ኣሰነዩ፡ ብኣጋር ሰራዊትን ታንክታትን መጥቃዕቲ ኣካይዱ። ድሕሪ ሓያል ርብርብ ከኣ ብታንኪ ፈንጢሱ ደፋዕ ሰይሩ'ኳ እንተ ነበረ፡ ኣሃዱታት ህዝባዊ ሰራዊት ነቲ ዘይጽወር ደብዳብን ጸቕጢ ናይ ሰራዊትን ታንክታትን መኪቱ ነተን ደፋዓት ዝረገጻ ሰለስተ ታንክታት ብናይ ቅርበት ተኾሲ ኣርፒጅን ቢቴንን ብምግጣ ኣደን ኣቃጺሉ። ንፍናን ጸላኢ ባይታ ምስ ኣዝበጦ፡ ኣብ ልዕሊ ሰቡን ንብረቱን ዓቢ ክሳራ ብምውራድ ብሓያል ወሲ ደፋዓቱ መለሱዎ። ብኸምዚ ደማ ራብዓይ ወራር ድሕሪ ናይ ዓሰርተ መዓልታት ትንፋስ ዘይህብ ፈተነታት ጸላኢ ክሳራን ቅብጸትን ተሸኪሙ ኣብ ምዝዛሙ በጺሑ።

ጸላኢ፡ ሓምሻይ ወራር ክዳሎ ኣሰታት ሰለስተ ኣዋርሕ'ዩ ወሲዱ። ግንባር ናቕፋ በዚ ዝተረኽበ ዕድል፡ ብካናሊታት ዝተሰርሐ ብቑዕ ማላኸሊ ማስመር ዝተሃደመ መታኸሲን መውዓልን ዝነበሮ ደፋዓት፡ ካብ ኣግራዕ ብዝመጽእ ኣግራብ ተሃኒጹ። ሓምሻይ ወራር እምበኣር፡ ኣብ ግንባር ናቕፋ 15 ሓምለ 1979 ዓ/ም ካብ ጺጋማይ ጫፍ ታባ ተኣማመን ክሳብ የማናይ (ከባቢ ቴስታ) ኣልማማ ጸዑቕ ደብዳብ ገይሩ'ዩ ዝጀመረ። ከባቢ ተኣማመን ፈደል-ፐን ግሎብን ጺጋማይ ዝኾነ መጥቃዕቲ ክዝበር ከሎ፡ ቀንዲ ታርጌት ጸላኢ ካብ ደንደን ክሳብ ቴስታ፡ ኣርሃጸት ኮይኑ ብፍላይ ከኣ ንፊርኤሎ ምስንጣቕ ዝዕላማኡ መጥቃዕቲ'ዩ ነይሩ። ከቢድ ናይ ረሻሻትን መዳፍዕን ሞርታራትን ነፈርትን ተጠቒሙ፡ ኣጋር ሰራዊት ምስ ታንክታት ተወሃሂዱ፡ ፈተሽቲ ፈንጂ ታንክታት ኣምሪሑ መጥቃዕቲ ወሲዱ። እተን ብሸነኽ ምድምሳስ ኣሃዱታት ጸላኢ ዋሕዲ ዓቕሚ ሰብ ኣጋጢሙወን ከም ሓደሽ ንምውዳብን ካብ ዝጸንሐን ኣቃውማ ክፈርሳ ተረኺበ። እቲ መጠናኸሪ ዓቕሙ እናውሓደ ዲጋ ኣብ ሰፊሕ ከባቢታት ኤርትራ ተዘርጊሑን ማህሚኑን ስለ ዝነበረ፡ ድሕሪ 5ይ ወራር ቀልጢፉ ካልእ ወራር ከየኸስ ኣይከኣለን። እዚ ኸኣ ርኡይ ናይ ድኻሙ ምልክት ነበረ። ህዝባዊ ግንባር፡ ድሕሪ ናይ ኣርባዕተ ኣዋርሕ ኣብ ልዕሊ ጸላኢ ዝወሰዶ ገምጋም፡ ንድኸም ጎድኒ ሰራዊት ደርግ መዘመዘ፡ ኣብ ታሕሳስ 1979 ከኣ፡ ኣብ ግንባር ናቕፋ ሰፊሕ ናይ ጸረ-መጥቃዕቲ ተበግሶ ወሰደ።

ተበግሶ ግንባር ናቕፋ ካብ ዕለት 2 ክሳብ 16 ታሕሳስ ተኻየደ። እቲ መጥቃዕቲ ብቐንዱ ኣብቲ ግንባር ዓሪዱ ንዝነበረ ጸላኢ ንምድምሳስ ዕላማ ሒዙ ኸዶ። ስልቲ ናይቲ መጥቃዕቲ፡ ብቐንዱ ኣብ ክልተ ክንፍታት ዝተኻረ ኮይኑ፡ ብማእከል እውን ናይ ምብሳዕ ስጉምቲ ተወሲዱ። ኩሉ ኣብቲ መጥቃዕቲ ዝተሳተፈ ኣሃዱታት ህዝባዊ ሰራዊት በብቕድሚኡ ዝነበረ ጸላኢ እናጸራረገ ናብ ሕዳይ ገጹ ወረደ። ድሕሪ'ዚ፡ ካብ ሞትን ምምራኽን ዘምለጠ ጸላኢ ንብረቱን ኣጽዋሩን ገዲፉ ኸተብኩብ ገጹ ሃደመ። ኣሃዱታት ህዝባዊ ሰራዊት ደድሕሪኡ ብምስዓብ ክሳብ ከባቢ ዓፍዓበት በጽሑ። ጸላኢ ዝሃደሞ ዕምቆት ቦታ ክርአ እንከሎ፡ ልዕሊ 50 ኪሎ ሜተር ደዓጽሐ ነይሩ።



ኣሰላልፋን ዓቕምን ተጻረርቲ ሓይልታት 6ይ ወራር

ሌተናንት ጀነራል በርሀ ገብረሚካኤል
(ኢ.ፒ.ኣር.ፒ)
ይቕጽል

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ - ሓበን ገብረኣምላኽ-ሳምራዊት መለስ

1ይ ቤት-ፍርዲ ዞባ ማእከል ኣስመራ

ከሳሲት ደርጋኣለም ብርሃ መብራህቱ፡ ተኸሰስቲ ሃብቶም ገብረእየሱስ ፍስሃ፡ ናይ ሓዳር ክሲ ቀሪቡልካ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወከል ንዕለት 02/04/26 ኣብ ቤ/ፍ 8ይ መጋባእያ ዕ/ እኽሊ ቅረብ፡፡

ብፍ/በ/ማሰል ወረ/ፍ ብላታ ገብረመድህን፡ ወረ/ፍ ንጉስ ዘራጽዮን ፍ/ዘዘዘ ፍ/ተስፋይ ገብረመድህን ፍ/ዘፋን ገብረመድህን ፍ/ተስፋይ ገብረመድህን 1. ኣሰፋው ሃብቶም ክፍለየሱስ 2.1 ፋሲል ገብርሂወት 3.1 ማሰፍን በላይ 4.1 ሩታ ተስፋይ ገብረመድህን ብፍ/በ/ዕዳ ወረ/ፍ ብላታ ገብረመድህን ወረ/ፍ ንጉስ ዘራጽዮን ነ/ዘፋን ገብረመድህን ፍ/ዘዘዘ ገብረመድህን 1.ፍስሃ ገብረመድህን 2. ተስፋጋብር ገብረመድህ፡ 3.1 ብርሃ በላይ ደበሳይ 3.2 ተኽለ በላይ ደበሳይ 3.3 ኣስቴር በላይ ደበሳይ 3.4 ኣሰፍሃ በላይ 3.5 ኤልሳ በላይ 3.6 ፍረወይኒ ባላይ 3.7 ደርጋኣለም በላይ ደበሳይ 3.8 ጸሃይሽ በላይ ደበሳይ 3.9 ፍ/ዘዘዘ ገብረመድህን 4.1 ተስፋልደት ሃብቶም 4.2 ልኡላ ሃብቶም ናይ ፈጻሚ ምልክታ ቀሪቡልኩም ስለ ዘሎ፡ ብፍ/ሰብ ዕዳ ካብ ቁ/1 ክሳብ ቁ4.2 ኣድራሻኹም ስለ ዘይተፈልጠ፡ ብጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ተጸዊዕኩም ንዕለት 26/03/36 ኣብ ቤ/ፍ 7ይ መጋባእያ ዕ/እኽሊ ቅረቡ፡፡ እንተዘይቀሪብኩም፡ ጉዳይኩም ኣብ ዘየለኹምሉ ክረአ ምዃኑ ንሕብር፡፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ዓዲ ጓዕዳድ

ኣቶ የሴፍ መብራህቱ፡ ወለድና መብራህቱ ኣሰፍሃ ደሪምን ለተብርሃን ሕሩይ ተላን ስለዝዋረፉ፡ ኣነ ምስ 2 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን3/4/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ፡፡

1ይ ቤት-ፍርዲ እምባ ደርሆ

እፍረት ማእከለ ባዩሩ፡ ምግል ተረፉ፡ ኤፍራታ ማእከለ ኪዳነ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን25/03/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ፡፡

1ይ ደረጃ ቤት ፍርዲ ባረንቱ

ፍቓዱ ሃብት ኣርኣያ፡ ኣደይ ትብርህ ወልደሚካኤል ብርሃ ምግል ተረፉ፡ ትብርህ ንጉሰ ኣርኣያ ፡ ንጉሰ ብርሃ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ ዝቃወም እንተሎ፡ ን26/03/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ፡፡

ሓራጅ

ኣብ መንጎ ብፍ/በ/ማሰል ወረ/ፍ ምንያ ተወልደብርሃን ብፍ/በ/ዕዳ ፍ/ቀለታ ገብረእግዚኣብሄርን ዝበረ ናይ ገንዘብ ክርክር፡ ንብረት ብፍ/በ/ዕዳ ዝኸኖ ብሓራጅ ተሸጢቱ መኽፈሊ ዕዳኣም ኣሉ ስለ ዝኣዘዘ፡ ብመሰረት ቤት ፍርዲ ብዕለት 20/02/26 ብቁ/መዝ 1249/24 ዝሃቦ ትእዛዝ መሰረት ን2ይ ሓራጅ ክቀርብ ኣብ'ቲ ዝተገመተ ዋና ፍርቂ ኮይኑ፡ ናይ'ዚ ፍርቂ ዋጋ (213,725 ናቕፋ) ¼ ብስም ፈ/ፍርዲ ብስም ፈጻሚ CPO ብምስራሕ ወይ በካ ሕሳብ ሐዙ ብምቕራብ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወከል ቅድሚ ዕለት ጨረታ ዘሎ 5 ናይ ስራሕ መዓልታት ጀሚሩ፡ ክበጽሖ ዝደሊ ማጠን ገንዘብ ብጽሑር ብቑጽርን ብኣሃዝን ብምብጻሕ ኣብ ፖስታ ዓሺጉ ኣብ ሳንዱቕ ጨረታ ዝተዳለወ ላ/ቤ/ፍርዲ ኣብ ቁ/ 62 የእቱ፡፡

ዝርዝር ዋጋ

ተ/ቁ/	ስም ንብረት	ንጽል	ንጽል ዋጋ	ደምር
1	ፓራውልቲ	30	300	9000
2	መዓጹ መኪና	4	500	2,000.00
3	ኮፎኖ	4	400	1600.00
4	እሸጊኖዮ	2	150	300.00
5	መብራህቲ ናይ ቅድሚት	12	400	4800.00
6	ዲናሞ	2	750	1500.00
7	ጎልሴቲ ቴስታታ ኮምፕሊት	33	250	8250.00
8	ዲኣስን ሞቕሎ (ሰኩሉ)	28	75	2,100.00
9	ናይ ድሕሪት ፎሮዶ	27	400	10,800.00
10	ሰሊንደር (ኣምቻ)	5	750	3750.00
11	በስትቸኔ ናይ ድሕሪት	4	750	3,000.00
12	ፕስቶነ	38	750	28,500.00
13	ኣምዚዳቶረ	28	200	5600.00
14	ታኬቲ	9	225	2025.00
15	ቤንቲሌተር	7	100	700.00
16	ግራናጆ ዓበይቲ	6	500	300.00
17	ግራናጆ ንኣሽቱ	12	400	4800.00
18	ሼትሮ ናይ መኪና	5	750	3750.00
19	ዳሽ ቦርድ	3	750	2250.00
20	ሽርኖ	14	25	350.00

ካልእ ኣብዚ ዘይተጠቕሱ ተመሳሳሊ ንብረት መኪና ይርከቦም፡፡

ጠቕላላ ደምር 213,725 ናቕፋ፡፡

ዕለት ሓራጅ———16/04/26
ቦታ ሓራጅ———ላ/ቤ/ፍርዲ ቁ/27
ሰዓት ሓራጅ——3፡00-4፡00 ድ/ቀትሪ
ንብረት ክትርእዩ እትደልዩ ስታንታኦቶ ከበቢ ባር ገብራይ ፊት እንዳ ፊኖ እዩ፡፡
ዝቃወም እንተሎ ኣብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ መኣገዲ እንተዘይኣቕሪቡ ሓራጅ ደው ኣይብልን፡፡

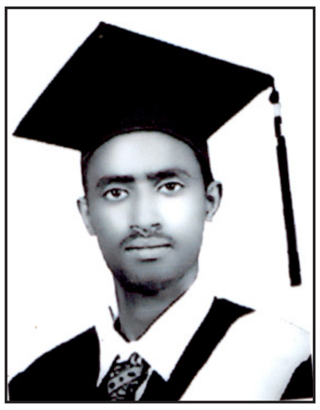
ቤ/ጽ/ዋ/ፈ/ፍርዲ

ንኻልኣይ ግዜ ዝወጸአ ሓራጅ

ኣብ መንጎ ብፍ/በ/ማሰል ኣቶ ጺጋይ ሃይለ ገብረስላሴን ብፍ/በ/ዕዳ ወ/ሮ ጺጋ ኣስበደ ገብርክርስቶስን ዝበረ ናይ ገንዘብ ክርክር፡ ብፍ/በ/ዕዳ ዝተወሰኑ ገንዘብ ክኸፍል ፍቓደኛ ስለዘይኮነ፡ 1ይ ደ/ቤ/ፍርዲ ከበቢ ዕዳጋ እኽሊ ንብረት ብፍ/በ/ዕዳ ተሸይጡ መኽፈሊ ዕዳ ክኸውን ስለ ዝኣዘዘ፡

እዛ ብMachine mode 5-2 notitsu koki q55-3300 digital ናይ ስእሊ መሕተሚት ማሽን ትፍለጥ ንብረት ብፍርቂ ዋጋ ጉዳሉ ማለት 500,000 (ሓሙሽተ ሚእቲ ሽሕ ናቕፋ) ብኩኣላ ተገሚታ ዘላ ንብረት ብሓራጅ ክትሸየጥ ስለ ዝኸኣት፡ ኣብቲ ዝግበር ሓራጅ ክሳተፍ ዝደሊ፡ ቅድሚ ዕለት ሓራጅ ዘሎ (5) መዓልቲ ጀሚሩ ናይ'ቲ ክወዳደረሉ ዝረቐሖ መጠን ገንዘብ ብዘተዓሸገ ስታሪት ኣብ ቤት ጽሕፈት ፈጻሚት ፍርዲ ቁ/62 ኣብ ዝተዳለወ ዕጹው ሳንዱቕ ኣታዊ ይገብር፡፡ ብዘተወሳኺ፡ ኣብ ዕለት ሓራጅ ናይ'ቲ ዝተዋህበ ግምት ¼ ብስም ፈጻሚ ፍርዲ CPO ኣሰሪሑ ወይ ናይ ባንክ ተጠራቓሚ ሕሳብ ወከል ሐዙ ብምቕራብ ክወዳደር ይኽእል፡፡ ዝቃወም እንተሎ፡ ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ መኣገዲ እንተዘይኣቕሪቡ ሓራጅ ኣየቋርጽን፡፡
ዕለት ሓራጅ———14/04/2026
ሰዓት ሓራጅ———3፡00-4፡00
ቦታ ሓራጅ———ላዕለዋይ ቤት ፍርዲ ኣስመራ ገጠን መጋባእያ ቁ/27
ተወሳኺ ሓበሬታ ዝደለዩ፡ ኣብ ላዕለዋይ ቤት ፍርዲ ቁ/65 መጺኦ ክውከስ ይኽእል፡፡ ከም'ኡ'ውን ንብረት ክርኢ ዝደሊ ኣብ ፎቶ ኣሎ፡፡

ቤ/ጽ/ዋ/ፈ/ፍርዲ



ምስጋና

ብዕረፍቲ ወድና ክፍሉ ተኽለማርያም ቀላቲ ተቐማጢ ዓዲ እንግሊዝ ዝተሰምዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፣ ኣብ ግዜ ሕማሙ ኣብ ዓዲ እንግሊዝ ዝበጻሕኩምና ከላትኩም፡ ሬሳ ኣብ ምልኣኽ ዝተሓባበርኩምና፡ ኣብ ዓድና ማዕረብ ዘቃበርኩምና፡ ኣብ ገዛ ብምምልላስን ካብ ወቕጥን ወጻእን ብቴሌፎንን ዘጸናናዕኩምና የቐንየልና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ምስጋና ነቕርብ፡፡

ምሉኣት ስድራቤት

ምስጋና

ብዕረፍቲ ኣዚና እናፍቅራ ሓብትና ወዘት ዓንደጸዮን ዝተሰምዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፣ነርቲ ስዊዘርላንድ ኣብ ግዜ ሕማማ ክሳብ ቀብራ ዝተሳተፍኩም፡ ከም'ኡ'ውን ኣብ ገዛና ብምምልላስን ካብ ወቕጥን ወጻእን ብተሌፎንን ዘጸናናዕኩምና መ/ሃይማኖት፡ ጎረባብትን ቤተሰብን ፈተውትን የቐንየልና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ምስጋናና ነቕርብ፡፡

ስድራቤት ነ/ሄር ዓንደጸዮን
ቀሺ ገብረኣምላኽ

ኣብ ዞባ ማእከል፡ ከተማ ኣስመራ፡ ዞባ 5፡ ምም/01፡ ጎደና "በ" ቁ/ገዛ 45፡ ዝተደኮነ፡ ኣብ ኮምሽን ኣባይቲ ብቁጽሪ ወረቐት 114857 መወከሲ ቁ/101963 ብስም ፍ/ደመቀሽ ኣስመሮምን ፍ/ሰሚይሽ እምባዮን ዝተመዝገበን ኣነ ምስ 2 ኣሕዋተይ ወርሲ ዘረጋገጸናሉን ገዛ፡ ናብ ስምና ከተመሓላልፍ ስለ ዝደለና፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ መኣገዲ ወይ ናይ መወዳእታ ውሳነ ሐዙ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት ናብ ቤት ጽሕፈት ኖታዮን ቤት ጽሕፈት ካዳስተራልን ዞባ ማእከል ይቕረብ፡፡ እንተዘይቀሪቡ፡ ኦርጂናል ሰነዳተይ ሐዚ ጉዳይ ከፈጽም ምዃነይ እሕብር፡፡

ኣቶ የውሃንስ የማነ

ንሕና ወረስቲ ደቂ ነ/ሄር ካሕሳይ መብራህቱን ነ/ሄሪት ዝፋን ተላን፡ ኣብ ከረን ከበቢ 02 ዞና 03 ጎደና 225/206/208 ስፍሓት መሬት 639.85 ት/ሜትሮ ብቁጽሪ 300573 መወከሲ ቁጽሪ 301012 ዚፕ ኮድ 6K-1379 ፕሎት/ብሎክ 39 ፓርሰል POP 39 ዝተመዝገበ ዘይንቀሳቐስ ንብረት ገዛ ወለድና ብውርሲ ዝረኸብናዮ ንወ/ሮ ሰላም ተኸለን ንኣቶ ሃብተ ሓድጉን ስለ ዝሸጥናለም'ሞ ናብ ስም ዓደግቲ ከተመሓላልፍ ስለ ዝኾነ፣ ምልክታ ኣብ ጋዜጣ ካብ ዝወጸሉ ዕለት ጀሚሩ ኣብ ውሽጢ ሓደ ወርሒ፡ ሕጊ ብዘኣዝዞ መሰረት ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ ናይ መኣገዲ ትእዛዝ ሐዙ ናብ ቤ/ጽ/ፓብሊክ ኖታሪ፡ ቤ/ጽ/ካዳስተርን ዞባ ዓንሰባ ከረን እንተዘይቀሪቡ ሕጋዊ ሰነዳትና ሐዝና ናብ ስም ዓደግቲ ክነሰጋግሮ ምዃንና ንሕብር፡፡

ወረ/ፍ ካሕሳይ መብራህቱን ነ/ሄሪት ዝፋን ተላን
ወኪል ወ/ሮ ሰላም ተኸለ

ብስም ወ/ሮ እምባፍራሽ በየነ ወልደጊዮርጊስ +11 ዝፍለጥ፡ ኣብ ኣስመራ ከተማ ምም/ጉዳይፍ ቀሓውታ ጎደና 716-6 ቁጽሪ ገዛ 30 ፕሎት 21 ፓርሰል H ዝርከብ ዘይንቀሳቐስ ንብረት ገዛ፡ ኣብ መንጎ ወረስቲ ብዝተበጽሐ ስምምዕ መሰረት ናብ ስም 1. ወ/ሮ ዛይድ ወልዳይ 2. ኤፍሬም ወልዳይ 3. ቀሺ ሙሴ ወልዳይ 4. ርእሶም ወልዳይ 5. በረኸት ወልዳይ ከተመሓላልፍ ስለ ዝደለና፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልቲ፡ ሕጊ ብዘኣዝዞ መሰረት ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ ናይ መኣገዲ ትእዛዝ ወይ ናይ መወዳእታ ውሳነ ሐዙ ናብ ቤት ጽሕፈት ፓብሊክ ኖታሪን ቤ/ጽሃ/ካዳስተርን የቕርብ፡፡ ዝቃወም እንተዘየለ ግን ናብ ስምና ከተመሓላልፍ ምዃንና ንሕብር፡፡

ወ/ሮ ዛይድ ወልዳይ

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ -ሓበን ገብረኣምላኽ- ሳምራዊት መለስ

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ እምባ ደርሆ

ከሳሲት ቀሳት ጉብረማስቀል ኪዳኑ ተኸሳሲ ኣቶ መብራህቱ ፍጉረ ሃብተጼን ናይ ሓዳር ክሲ ተመስሪቱልካ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን18/03/26 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ፡፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ባጽዕ

ወ/ሮ ኣልማዝ ግርማይ ወልደሩፋኤል፡ ብዓል ቤተይ ኣቶ ብርሃ ጉብረማርያም ወልደገርግስ ስለዝዋረረ፡ ንጓይ ናይ መጻምዲ ማስለይ ይተሓለወለይ፡ 5 ደቅና ከኣ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸለም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን31/03/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ፡፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ሓጋዝ

ወ/ሮ ታብቱ ስብሃቱ ዐሰማኙ ብዓል ቤተይ ኣቶ ተስፋይ ክፍላይ ዘርኢት፡ ኣብ 2009 ዓ/ ጀሚሩ ንኣስታት 17 ዓመት ደሃይ ስለ ዘይብለይ፡ ጥፉእ ተባሂሉ ይተኣወጀለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን02/04/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ፡፡ እንተዘይቀሪቡ፡ ኣብ ዘየለወሉ ውሳኔ ከወሃብ ምዃኑ ንሕብር፡፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ኣቑርደት

ወ/ሮ ኣስሊ ዳኒኤል ፍካ፡ ብዓል ቤተይ መብራህቱ ደብሩ ስለዝዋረረ፡ ኣነ ምስ 3 ደቅና ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን26/03/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ፡፡

ሩታ ሰለሙን ሓጎስ፡ ተጸዋዒ ርግማ ሕድርም ማሰያስ፡ ብሕጋዊ ወኪል ናይ ሓዳር ክሲ ተመስሪቱልካ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን6/04/26 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ፡፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ሃይኮታ

ኣሕመድ ተልከ ኢብራሂም ምባል ተረፉ፡ ኣሕመድ ኢብራሂም ሓሰን ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን08/04/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ፡፡

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ሻምብቆ

ወ/ሮ ፊና ፍስሃ ብርሃ፡ ብዓል ቤተይ ኣቶ ኣንገሶም ጉልበት ግደት፡ ደሃይ ስለ ዘይብለይ ይጸወዓለይ ስለ ዝበለት፣ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን26/03/26 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ፡፡

1ይ ቤት-ፍርዲ ሸሪዓ ዓሰብ

ኣቶ ዓሊ ሓሰን ካመል፡ ሓፍተ ንኣብዩ (ሓቲናይ)፡ ኣሲያ ፋሪዳ መሓመድ ስለዝዋረረት፡ ኣነ ጥራይ ወራሲ ምዃነይ ይረጋገጸለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት ኣብ ቤ/ፍ ሸሪዓ ይቕረብ፡፡

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

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

ምልክታ ንደለይቲ ስራሕ

ኩባንያ ዕደና ቢሻ ኣብዚ ዝስዕብ ክፉት ናይ ስራሕ ቦታ ኣውዲዩ ሰራሕተኛታት ክቖጽር ስለ ዝደለየ ንግዱሳት ይዕድም፡፡

ዓይነት ስራሕ: ምድላው መግቢ (cook)
ክፍሊ: ወሃብቲ ኣገልግሎት (ES/VS)
ተደላዪ ብዝሒ: 04
ናይ ስራሕ ቦታ፡ ቢሻ

ተደላይ ብቕዓት (Qualifications)

- ደረጃ ትምህርቲ ካብ 8ይ ክፍሊ ንላዕሊ
- ምስክር ወረቐት ናይ ምድላው መግቢ ዘለዎ/ዋ

ፍልጠትን ተመኩሮን ስራሕ (Knowledge and Experience)

- ናይ ኣሰራርሓ መግቢ ተመኩሮ ዘለዎ/ዋ
- ንሓደ ዓመት ኣብ ዓበይቲ ናይ መግቢ ኣገልግሎት ዝህብ ትካላት ዝሰርሐ/ት

ተክኒካዊ ክእለትን ባህርን (Technical Skills and Behavioral Skills)

- ኣፍልጦ ኣብ ጥዕናን መረዳእታ መምርሒ ድሕነትን ዘለዎ/ዋ
- ዝተፈላለየ ዓይነት መግቢ ኣብ ምድላው ክእለት ዘለዎ/ዋ
- ናይ ጽሬት ተገዳስነት ዘለዎ/ዋ
- ብሓባር ናይ ምስራሕ ልምዲ ዘለዎ/ዋ
- ምስ ሰባት ጽቡቕ ምርድዳእ ዘለዎ

ኣመልከትቲ ክማልእዎ ዘለዎም፦

- መፋነዊ ወረቐት ካብ ሚኒስትሪ ምክልኻል ዘለዎ/ዋ
- ቅዳሕ ናይ ተመክሮ ስራሕን ትምህርትን ምስክር ወረቐት ከምኡ'ውን ቅዳሕ መንነት ምስ መመልከቲ ወረቓቕቲ የቕርቡ፡፡
- መመልከቲ ወረቓቕቲ ናብ ኣመልከትቲ ኣይምለሱን፡፡
- ደሞዙ ብመሰረት ናይ ትካል መሰልል፡፡
- ውዕል ስራሑ ቀዋሚ፡፡

ግዱሳት ኣመልከትቲ ናብዚ ኣድራሻ ወረቐትኩም ክትልእኹ ትኽእሉ፡፡
ቢሻ ማይኒን ሼር ካምፓኒ
ቁ/ሳጹን ፖስጣ 4276 ኣስመራ፡ ኤርትራ

Notice

Notice hereby given to the public that "yiftael private limited company" has been formed among the following members.

A.members

Name	nationality	address	shares
1.selemawit fshatsion	eritrean	asmera	33
2.Rahwa Uqbay	eritrean	asmera	33
3.Shishay alem	eritrean	asmera	34

B.The head office of the company is in asmera and branch offices may be opened within the Eritrea and outside of eritrea

a.To engage in the of import and export activities.
b.To engage in whole sale and retail trade activities.
c.To engage in the manufacturing activities.
d.To engage in clearing and forwarding activities.
e.To engage in the travel agent and tour operator activities.
f.To engage tourism activities.
g.To engage in cargo service and ship handling.
h.To engage in clearing and forwarding activities.

D. The company has share capital of 1000.000.00 nkf(one million nakfa)divided into 100 nominative shares all subscribed and fully paid up in cash.The value of each share is 10, , 000.00 nk).

E.Shishay alem is appointed as manager of the company for unlimited period of time.

F.The company is established for unlimited period of time.

Yiftael Private Limited Company

ኣመልካቲት መኣዛ ተስፋይ ባይሩ፡ ኣብ ዞባ ማእከል ን/ዞባ 4+ ኣስመራ ዝርከብ ፍሉይ መጸውዒ ስሙ ግዛ ከፈሻ፡ ብንብረት ቁጽሪ 60742-100264 ዝተመዝገበ ስፍሓት መሬት 492.80 ት/ሜ ኮይኑ፡ ብስም ወረስቲ ኢተ ተድላ ተስፋትን ነፍ/ ኣመተ ኣወዓለም ጉብራይን ዝተመዝገበ ክፋል፡ ካብቲ ስፍሓት መሬት 90 ት/ሜ 2 ክፍሊ 1 ተሓጊጋዚ 1 ክሽነ 1 ዓይኒ ምድሪ ስለዝዓደኽዎ'ሞ ናብ ስመይ ከመሓላለፍ ስለ ዝደለኹ፣ ዝቃወም እንተሃልዩ፡ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት፡ ሕጊ ብዝእዝዞ መሰረት ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ ናይ መኣገዲ ትእዛዝ ወይ ናይ መውዳእታ ውሳኔ (ይግበይ ተባሂሉሉ እንተኾይኑ) ሒዙ ናብ ቤት ጽሕፈት ፓብሊክ ኖታሪን ቤት ጽሕፈት ሃገራዊ ካዳስተርን ይቕረብ፡፡ እንተዘይቀሪቡ፡ ብዘሎ ሰነዳት ናብ ስመይ ከመሓላለፍ ምዃነይ ኣፍልጥ፡፡

መኣዛ ተስፋይ ባይሩ

ኑ፡ ብስም ነ/ሄራት መርያም ኣሕመድ ዑመር፡ ኣብ ከተማ ከረን ከባቢ 06 ፕሎት 148 ዝርከብ፡ 627 ት/ሜ ስፍሓት ዘለዎ፡ ኣብ ሚኒስትሪ መሬትን ማይን ኣከባብን ብመለለዪ ቁጽሪ ንብረት 6BRKRN000024/0 ዝተመዝገበ ብመሸጣ ስለ ዝዓደግክዎ፡ ዝቃወም እንተሎ፡ ምልክታ ካብ ዝወጸሉ ዕለት ጀሚሩ ኣብ ውሽጢ ሓደ ወርሒ፡ ሕጊ ብዝእዝዞ መሰረት ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ ናይ መኣገዲ ትእዛዝ ወይ ናይ መውዳእታ ውሳኔ (ይግበይ ተባሂልሉ እንተኾይኑ) ሒዙ ናብ ቤት ጽሕፈት ፓብሊክ ኖታሪን ቤት ጽሕፈት ካዳስተርን ከረን ይቕረብ፡፡ እንተዘይቀሪቡ ግና ኦርጂናል ሰነዳተይ ኣቕሪበ ጉዳየይ ክፍጸም ምዃነይ እሕብር፡፡

ኣቶ ኢብራሂም በሽር ኢብራሂም

ኣብ ዞባ ማእከል ንኡስ ዞባ ሰረጀቓ ጎደና-ቁ/ገዛ- ብቁ/ፍቓድ ዋኒን ASL00038385 ናይ ባር ትካለይ፡ ንወ/ሮ ህይወት ሓጎስ ተድላ፡ ኣድራሻ ዞባ ማእከል ን/ዞባ ሰረጀቓ ጎደና- ቁ/ገዛ- ብዕለት 11/07/2025 ቁ.መዝ 285/2025 ብወህበቶ ስለ ዝሃብክዎ፡ ብስም ወላቢ ዝኸፈሎ ዕዳ ኣሎኒ ወይ ይግባኣኒ እዩ ዝብል ኣካል እንተ ደኣ ሃልዩ፡ እዚ ምልክታ እዚ ካብ ዝወጸሉ ዕለት ጀሚሩ ክሳብ ሰላሳ መዓልቲ፡ ስልጣን ንዘለዎ ቤት ፍርዲ ተቓውሞኡ የቕርብ፡፡ እንተዘይቀሪቡ፡ ዝቃወም ኣካል ከምዘየለ ተቖጺሩ ናብ ስም ወህበቶ ተረካቢ ከም ዝመሓላለፍ ነፍልጥ፡፡

ኣብርሃም ተስፋልደት ሃይለ

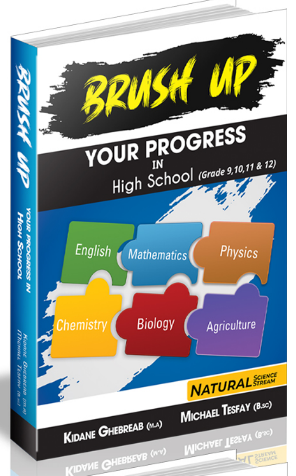
ሓደስቲ መጽሓፍቲ

NEW BOOKS

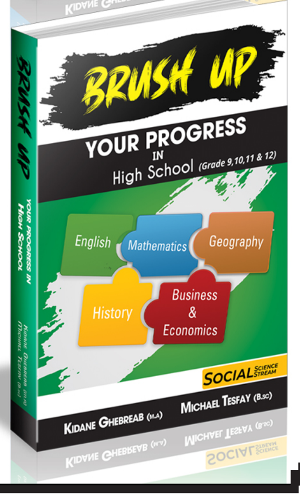
ንተማሃሮ 2ይ ደረጃ

(9ይ 10ይ 11ን 12ን ክፍሊ)

1. **Brush up** your Progress in High school (Natural Science Stream): *English, Maths, Physics, Chemistry, Biology, Agriculture.*



2. **Brush up** your Progress in High school (Social Science Stream): *English, Maths, Geography, History, Business & Economics.*



ነፍሲ ወከፍ መጽሓፍ፡

- ኩሉ ዓይነት ትምህርቲ ካብ 9ይ ክሳብ 12 ክፍሊ ዘጠቓለለት
- ብዝቐለለ መገዲ ዝቐረበ ጽማቕ ትሕዝቶ ናይ ኩሉ ዓይነት ትምህርቲ
- ልዕሊ 1000 ዝተሰርሑ ኣብነታት
- ልዕሊ 3800 መላመዲ ሕቶታት ምስ መልስታቱ

07151337/07282165

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ - ሓበን ገብረኣምላኽ-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 positions

1. **Position: Projects Planner-Scheduler**

Department: Processing and Underground Operations
Section: Process Plant Maintenance
Number required: One (01)

Primary Purpose

- Lead project planning, scheduling, cost controlling and expediting and update plans for execution. This role will be a key drive for project delivery. In addition, position is responsible to identify and order relevant parts and materials required for construction, following site and offsite procurement procedures. Cost controllers include planning, developing, controlling and forecasting projects budget.
- Able to oversees and organize information to increase the efficiency of a company's projects. A planner/scheduler also compiles reports on factors related to projects in order to assist in the decision-making process. They could also review processes to ensure each production part transitions well.

Essential Function

- Design all project schedule and contract agreements and ensure integrity of data in all project life cycle and prepare required reports to provide support to all project stakeholders.
- Prepare an efficient Project Master Schedule and maintain knowledge of all key project milestones.
- Administer project from conceptualization to implementation and evaluate all planning issues.
- Design all planning controls for various levels with all resources.
- Design an efficient engineering project schedule and prepare all vendor packages in coordination with project technical plans.
- Ensure compliance to schedule and manage all project deliverables and recommend increase in all engineering processes.
- Administer all projects and assist in appropriate distribution of all project hours.
- Evaluate all man hours spent for various activities and prepare accurate reports for same and maintain record of all project progress.
- Evaluate all fabrication site and vendor schedule and ensure adherence to contract master schedule.
- Ensure efficiency of all schedule plant production with help of ERP business system software
- Collaborate with all cross functional team to maintain quality assurance for all activities.
- Assist to identify and resolve all issues in normal operations and manage all communication for all schedule disruption.

TASK DESCRIPTION EXPANDED TO CORE PERFORMANCE AREAS

- Planning / Scheduling
- Reporting and Execution
- Expediting, Administration and Cost Reporting.

Unique requirements/other information

- Has a wide experience and knowledge about project management principles and can work with Projects Planning, Scheduling, Expediting, Materials inventory, Reports, Write ups and Cost Control.
- The position as a planner has much more detailed product knowledge, and as a scheduler is an expert on the scheduling tools and detail level task sequences.
- Candidate must be physically medically fit

Qualifications:	Knowledge and Experience
• Must have diploma/degree in engineering, construction management, or related field or has • 10+ years' experience in project management, with a focus on construction projects. • 5 years' experience in project planning, cost controller, scheduling and expediting.	• 10 years relevant experiences in construction • Has good understanding of Project Materials Specification and Expediting • Has Good understanding of MS Project for project scheduling, resource and cost • Has good experience with Project Cost Control and Filing system • Has good understanding of project work sequencing and activity dependencies for project scheduling.
Technical Skills	**Behavioral Skills**
• Computer Literacy (MS Office – mid to advance level) • Advance MS Project user or other scheduling tool • Attention to detail • Analytical skill • Problem solving skill • Supervisory Experience • MS Project Skills • Strong understanding of construction methods and materials • Strong understanding about cost reports and cost schedule • Project management principles relates to project scheduling.	• 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 requirements for Nationals:

- **Having fulfilled his/her National Service obligation and provided 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:

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

ካብ ዞባታት

ወግዒ ሸንጋለ ኣብ ብሌን ጠውቐ

ገርጊስ ፍቓድ ድራር
ዞባ ዓንሰባ

ብልሙድ ኣጸዋውዓ ብሌን ጠውቐ ዝበሃሉ ኣብ ንኡስ ዞባ ሓልሓልን መዳውብቲ ንኡስ ዞባ ሓልሓል ዝርከባ ምዕራባዊ ወገን ንኡስ ዞባ ሓመልማሎን ዝርከቡ ነበርቲ ናይዞን ዝተጠቐሳ ከባቢታትን ዓድታትን እዮም። ብሓፈሻኡ ኣብ ኩሉም እንዳታት ብሄረ ብሌን እቲ ባህላውን ያታውን ወግዕታት ዳርጋ ኩሉ ሓደ'ኳ እንተኾነ ኣብ ወሓሉዩት ወግዕታት ግን ፍልልያት ይርኣ። ወግዒ ሸንጋለ ሓደ ካብ'ቲ ንወለዶታት እናተወራረሰ ክቕጽል ዝጸንሐ ረቂቕ ባህላዊ ወርሻታት ናይቲ ብሄር እዩ።

"ሸንጋለ" ዝበሃል ናይ ብጽሒና ወግዒ ምስዋጋር ኮይኑ፣ ደቂ ተባዕትዮ መንእሰያት ብሌን ኣብ እዋን ብጽሕናኦም ቅድሚ ወግዒ ሕጻን መርዓን ምፍጻሞም ግድን ክተግብርዎን ክሓልፍዎን ዘለዎም፣ ኣካል ረቂቕ ባህላዊ ወርሻ ብሄረ ብሌን እዩ። ሸንጋለ ዘይፈጸመ መንእሰይ ኣብ ዝኾነ ሕጋዊ ወግዒ ናይ ሸማግሌታት ክጸንበር ኣብ ባይቶ ዓዲ ክሳተፍ፣ ክምድር፣ ክመርጽ ይኹን ክምረጽ ማሰል የብሉን።

ኣብ ብሌን ጠውቐ ናይ ሓደ ዓዲ ወይ እንዳ ጉጅለ መዛኡ መንእሰያት ብሓባር ወግዒ ሸንጋለ ይፍጽሙ። ዕድመ ናይቶም መንእሰያት ካብ ከም ወሁብ ንደቂ 20 ዓመት ዝሓቑፍ'ኳ እንተኾነ ከም ኩነታቱ ከይሸንገሉ ዝጸንሑ ኣብ ክሊ ዕድመ 30-40 ዝበጽሑ መንእሰያት'ውን ክጽንበርዎ ይኽእሉ፣ ሓደ ኣብ ወግዒ ሸንጋለ ዝኣቱ መንእሰይ ኣቐዲሙ'ዩ ዝሕብርን ዝዳሎን። ከም ኣካል ናይቲ ምድላው ከኣ ኣቐዲሙ ንሸንጋለ ዝኸውን ሓዲሽ ቅያር ክዳንን ሳእኒ መዳሸን ብወገን ስድራኡ ይዳለወሉ፣ ወይ'ውን እቲ መንእሰይ ባዕሉ ገዚኡ የዳሉ። ኩሉም መንእሰያት ሸንጋለ ዝኽደንዎ ባህላዊ ክዳን ፍሉጥን ሓደ ዓይነትን እዩ።

ከም መለለዪ ናይ ሸንጋለኦም እትርእ ናይ ነፍሲ ወከፎም ቀጣፃን ምልክዕትን በትሪ ከዘራን ከኣ ብሸማግሌታት ዓዲ እያ ትዳለወሎም። እቲ መደብ ምስ ተወሰነ ዓበይቲ ዓዲን ሸማግሌታት ዓዲን ተኣኪቦም ካብቲ ዓዲ ንሓደ ምኩር ጸራብይን ኣዳላውን ኣባትር መሪጾም ይምዝዙ፣ እቲ ዝተመዘዘ ሰብ ከኣ ኣብ ጫካታትን ጎቦታትን ወፊሩ መርጺኡ ዝበዝኖ ትኽ

ዝበለ ኣባትር ንዓዲ ኣእቲዩ ብሓዊ ጸልዩ፣ እቲ ሓደ ወገኑ ተለወዩ ቅርጺ ከዘራን ከም ዝሕዝ ገይሩ ኣመዓራርዩ ጸሪቡን ኣመላኺዑን ደሊው ይጉዝር። እቲ ብቐጸርም ዝተዳለወ ኣባትር ከኣ ብጸላ ጨርቂ ይጥቕለል'ሞ ኣብ እዋን ምብጋስ ነፍሲ ወከፍ መንእሰይ ከይመረጸ መመሺቱ ከም ዕድሉ ዝበጽሖ ሓንቲ በትሪ ይወስድ።

ዕለትን ወግዓዊ ምጅማርን ናይቲ መደብ ምስ ተኣወጀ ከኣ፣ እቲ ኣቐዲሙ ዝገበረ ማሰርሕን ወግዕን ነፍሲ ወከፍ ኣባል ናይታ ጉጅለ ዝኾነ መንእሰይ፣ ብየዕኩ ተሰሪዑ ናብ ኣኮታቱ ብምኻድ ሓደ ኣኮኡ ብጸላ ርእሱ ጎልቢቡ ብድሕሪት ምስ ወተኖ እቲ ካልኣይ ኣኮኡ ከኣ ኣብ ግንባሩ ብምውቃግ እቲ ዝተጎልበበ ይቕላዕ፣ እቲ መንእሰይ ክውተግ ከሎ፣ ኣኮኡ ኣብ ኩርሲ ኮፍ ኢሉ ንሱ ከኣ ኣብ ትሕቲኡ ኣብ መሬት ኮፍ ኢሉ እዩ ዝውተግ። ኣኮታቱ ከኣ ድሕሪ ምውቃጎም ባህላዊ ምርቓ መርቖም ከም ጸጋኦምን ልግሶምን ገመል፣ ላም፣ ጤለበጊዕ፣ ገዛዘብ ... የግዝምዎ። ተወቲጉ ድሕሪ ምምጻእ ከኣ እቲ ዝተዳለወሉ ሓዲሽ ክዳንን ሳእንን ወድዩ በትሪ ተዓዲሉ ምስ ብጾቱ ንወፍሪ ድሉው ይኸውን። ሓደ ንዓቕሙ-ኣዳም ዝበጽሐ መንእሰይ ክሳብ ማሰርሕን ወግዕን ሸንጋለ ብግቡእ ዛዚሙ ዘይሓለፈ፣ 'መንደላይ' ተባሂሉ እዩ ዝጽዋዕ።

ብድርብ ከኣ መንደሊታት ይብሃሉ። ኩሉም መንእሰያት ናይ'ቲ ወግዒ ማሰርሕ ምውቃግ ወዲኦም ብሓባር ኣብ ዝተኣከቡሉ እዋን ከኣ ናይ ዕድመ-ሰብኢጎን ዓበይቲ ዓዲን ብሓባር መሪቖም "ጼዕዳ ይጽናሕኩም፣ ከም ኢያታትኩምን ኣቦታትኩምን ሰብኡትን ብቑዓትን ኩኑ" እናበሉ ሴፍን ዋልታን ኣዕጢቖም መሪቖም የፋንውዎም። ናይዚ ምርቓን ምፍናውን'ዚ ትርጉም ከኣ ደገም ንመኸተ፣ ንውግእን ምክልኻልን ዓድኹም ብቑዓት ሰብኡት ክትኮኑ ኢኹም ዝሰምዕ እዩ።

ካብታ ዝተበገሱላ ዕለት ጀሚሮም ከኣ ብሓባር እናተላዘቡ ኣብ ናይ ነፍሲ ወከፎም ሓትኖታትን ኣሞታትን ዝርከብሉ ዝተፈላለያ ዓድታት ብሓባር እናበጽሑ ብፍሉይነትን ብመደብን ዝተገዓተሉም ገዓት እናበልዑን እናተዘናግዑን ሓወሲ ሕጽኖት ዝኾነ ናይ ኣዋርሕ ዑደቶም የሰላስሉ። መንደሊታት ሸንጋለ ልሉያትን ብጥርኑፍ ዝጉዓዙን ስለዝኾኑ መንደሊታት ይመጽኡ ኣለዉ ምስ ተባህለ ኣብ ዘዘበጽሕዋ ዓዲ ቅድሚ ምእታዎም ሸማግሌታት ዓዲ እዮም ብወግዒ ዝቕበልዎም። ሸዑ ነቲ ሒዞሞ ዝንቀሳቐሱ ሴፍን ዋልታን ኣግዲፎም ብሕድሪ ኣብ ሓደ ቦታ ብምቕማጥ ኣብ'ቲ ዓዲ ከም ድሌቶም ክዘወሩ የፍቅዳሎም። እቶም መንደሊታት ከኣ ብኩብሪ ንእንግዱ ስለ ዝተፈቕደሎም

ኣመስጊኖም፣ ብቲ ዝበልዎም ተሰማሚዖምን ተማዚዞምን፣ ኣብቲ ሴፎምን ዋልታኦምን ዝተቐመጠሉ ቦታ፣ 3-4 ተረኛታት ሓለዋ ይምደቡ። ኩሉ ምንቅስቓሶም ሓባራዊ እዝን ቁጽጽርን ብዘለዎ ዲሲፕሊናዊ ኣገባብ እዩ ዝመሓደር።

ኣብቲ ዓዲ ተዛዊሮም ዝገበርዎ ዳህሳስ ወዲኦም ናብ ማበሲ ቦታኦም ምስ ተመልሱ ከኣ ክንደይ ገዓት ረኺቦም ምህላዎም ይሕበሩ። በዚ ማሰረት ንቑርሲ፣ ንምሳሕን ድራርን እናመደቡ፣ ንሱ ክሳብ ዘውዳእ ኣብቲ ዓዲ እናተዘናግዑ ይቕንዩ። ብኸምዚ ኣገባብ ካብ ሓንቲ ዓዲ ናብ'ታ ካልእ እናተሰጋገሩ ንኣስታት ሰለስተ ወርሒ ይጸንሑ። ኣብ መንገዶም ወይ ኣብ ዓዲ መዛኡኦም ወይ ከምኦም ዝሸንገሉ መንእሰያት እንተረኺቦም ከኣ ንብቕዓት መንእሰያት ዝፍትን ዓይነት ያታዊ ስፖርት ዝኾነ ቅልስ፣ ውድድር ጉያን ዝላን፣ ሻኩ (ወርደት፣ ኩርትሕ)፣ ... ዝኣመሰለ ጸወታታት ይጻወቱ። ዓዲ ከኣ 'መን ሰዓረ' እናበለ ውድድሮም ይዕዘብ። ምኽንያቱ ኣብዚ ውድድር'ዚ ሰዓሪ ይኹን ተሳዓሪ ከም ወጽኢቶም ሳግ'ዩ ዝወሃቦም። እንተሰዒሮም "ዚር ኣናብሱ፣ ጀጋኑ" ተባሂሎም ክውደሱ ከለዉ፣ እንተ ተሳዒሮም ከኣ "ጉጅለ ሕንከት፣ በላዕቲ፣ ጉጅለ ጥሜት" ተባሂሎም ይጽረፉ።

ኣይግበሮ ደኣ'ምበር ሕማቕ ኢጋጥሚ ኮይኑ፣ ካብቶም ንሸንጋለ ዝተዳለዉ መንደሊታት ዓዲ ሓደ ማዙኦምን ኣብሎምን እንተዓሪፉ እቲ መደብ ሸንጋለ ተሰሪዙ እታ ዓመት እቲኣ ብሓዘን ሓሊፋ እቲ መደብ ንዳሕረወይቲ ዓመት ይሰጋገር። ኣብ ዳሕረወይቲ ዓመት ከኣ ንሶምን ዝተደረቡዎም ካልኦትን ብሓባር ይሸንግሉ።

መንእሰያት ወግዒ ሸንጋለ እቲ ናይ ኣዋርሕ ናይ ምዝናይ ጸወታን ዙረትን መደቦም ወዲኦም፣ ንዓዶም ምስ ተመልሱ፣ ድሕሪ ውሑድ መዓልታት ወግዓዊ መዛዘሚ ናይ'ቲ ማሰርሕ ዝኾነ ካልእ "ምርጣጦ" ዝተባህለ ወግዒ ይፍጽሞ። ዕለተ ምርጣጦ ምስ ተወሰነ ነፍሲ ወከፍ መንደላይ ክሳብ ግዜኡ ኒታ ዕለተ ጸንብል ንብርኩታ ዝኸውን ሓርጭን ጸባን ኣዳልዩ፣ ኣብ ቦታ ናይ'ቲ ምርጣጦ ዝግበረሉ ሩባ የብጽሖ። እቲ ወግዒ ምርጣጦ ዝግበረሉ ቦታ፣ ሩባን ቀላይ ዘለዎን እዩ።

ንማሰርሕ ምርጣጦ ዝኸውን ብርኩታታት እናተበርኮተ ክበስልን ጸባ ክስተን ከሎ፣ እቶም መንደሊታት ከኣ ኣብ ዳሕረዋይ ክፋል ርእሶም ዘሎ ጨጉሮም "ሓለንጋይ" ዝተባህለ ቁኖ ይቑጸሩ። እዚ ጸጉሪ'ዚ ንንውሕ ዝበለ እዋን ከይተላጸየን ከይተቐምቀመን ብኽንክን ክዕቢ ዝጸንሐ እዩ። ኣብቲ ዕለት'ቲ ከኣ፣ ኩሎም ኣባላት ጉጅለ ምርጣጦ ኣብቲ ቀላይ ኣትዮም ክሕንብሱ ግዴታ ኮይኑ፣ እቶም ክኢላታት ናይ ምሕንባስ ብቐዓቶም ክርእዩ ከለዉ፣ እቶም ድኹማት ከኣ እናጠለቑን እናወጹን ማይ ይጸግቡ። ብዘተኻእለ መጠን ግን መብዛሕትኦም መንደሊታት ኣብዚ መዓልቲ ምርጣጦ ከይዋረዱን ከይጽረፉን ኣቐዲሞም ምሕንባስ ተላሚዶም እዮም ዝጸንሑ።

ሸዑ ዕለት ኣብቲ ሩባ "ብላዕ ዖ ስተ!" ብርኩታን ጸባን ኩብዲ ምላሽ ኮይኑ፣ ኩሉ ጓሳ ጥሪት ተኣኪቡ እዩ ምስኦም ዝጸንብሉ። ኩሉ ማሰርሕ ምርጣጦ ምስ ተዛዘመ ከኣ እተን ብሸማግለ ዓዲ ዝተዓደላኦም ከዘራን ኩለን ተኣኪበን ብሓባር ተጠሚረን ብምእሳር ኣብቲ ቀላይ ይድርበያ። ትርጉሙ ከኣ ካብ ኣብ ኣዘንተውቲ ኣቦታት ሓልሓል ኣቶ ኣሰናይ ዓሊ ከም ዝገለጹ መርኣያ ሓድነት ኮይኑ "ሞትኩምን ሕየትኩምን፣ መጻኢ ዕድልኩም ብሓደ እዩ፣ ንኹሉ ዘጋጥም ጸበቓን ሕማቓን ከይተፈላለኹም ብሓባር ኢኹም እትገጥምዎ" እዩ ዘስምዕ።

ማሰርሕ ሸንጋለን ምርጣጠን ዝሓለፈ መንደላይ ከኣ ግቡኡ ዝፈጸመ ተባሂሉ፣ ኣብ ዝኾነ እዋን ንሕጻን ንመርዓን ብቑዕን ድሉውን ይኸውን። ንመውሰቦ ጓልኩም ሃቡና ዝተባህሉ ስድራ ጓል'ውን ብቑዓትነት ዝሓተቱን ዘረጋግጽዎን ጉዳይ፣ እቲ ዝሕተተሉ ዘሎ መንእሰይ ሸንጊሉ ደዩ ኣይሸንገለን ዝብል እዩ።

ሎሚ ኣብ ERI-TV

ሰዓት	መደብ
12:00	ሃገራዊ መዝሙር
12:02	ድራማ
12:30	ዜና (ትግርኛ)
12:50	ዜና ስፖርት
12:55	ካብ ዞባታት
13:30	ዜና (ዓረብ)
13:45	ሄሎ ደባይዋ
15:30	ብምኽንያት 8 መጋቢት ዞባ ማእከል
16:04	ሞዛይክ (1ይ ክፋል)
17:00	ዜና (ትግርኛ)
17:20	ደርፌ
17:30	ዜና (ዓረብ)
17:45	ሞዛይክ (2ይ ክፋል)
19:25	እትመት
20:00	ዜና (ትግረ)
20:15	ገሉብ ደሓን ቀጥታ
21:00	ዜና (ትግርኛ)
21:25	ፊልም 'ሳወን' 6ይ ክፋል
22:00	ዜና (ዓረብ)
22:10	ዘዋሪት ካሜራ
22:30	ዜና (እንግሊዝ)
22:40	እንዳ ዝማም

ንቑሕ ደበና

ሄለን መኸታ

ሰሓቕ

ሰሓቕ ዕድመ ይውስኽዶ፧

ብልምዲ፡ ቀጻሊ ዝስሕቕ ሰብ፡ ነዊሕ ዕምሪ ክጸንሕ'ዩ ይበሃል። ነዚ ልምዳዊ ኣበሃህላ'ዚ ስነ ፍልጠት'ውን ይድግፎ እዩ። መጽናዕቲ ከም ዝሕብሮ፡ ሰሓቕ፡ ዝሓሸ ኩነታት ጥዕና ክህሉወናን ዝነውሐ ዕምሪ ክንጸንሕን ልዑል ኣበርክቶ ኣሎዎ። ኖርወያውያን ኣብ ዘካየድዎ መጽናዕቲ፡ ዝስሕቁ ሰባት ብ35 ሚእታዊት ካብ ዘይስሕቁ ሰባት ንላዕሊ ብህይወት ናይ ምጽናሕ ዕድል ከም ዘሎዎም ተገሊጹ። ን15 ዓመታት ኣብ ዝተኻየደ ካልእ መጽናዕቲ ከኣ ሰሓቕን ቀልድን፡ ብዝተፈላለየ ምኽንያት ክስዕብ ንዝኽእል ሞት ደቂ ኣንስትዮ፡ ብ48 ሚእታዊት ከነክዮ ከም ዝኽእል ተሓቢሩ። 73 ሚእትዊት ካብ ሰሓቕን ቀልድን ዘዘውትራ ደቂ ኣንስትዮ፡ ድኻም ልቢ ዝጠንቁ ሞት ክድሕና ከም ዝኽእላ፡ ከምኡ'ውን 83 ሚእታዊት ረኽሲ ብዝጠንቁ ሞት ክድሕና የኽእል። ኣብ ተመሳሳሊ መጽናዕቲ፡ ደቂ ተባዕትዮ'ውን 74 ሚእታዊት ካብ ረኽሲ ብዝጠንቁ ሞት ክድሕኑ ከም ዝኽእሉ ዝሕብር ውጽኢት ተረኺቡ።

ሰሓቕ ንደቂ ኣንስትዮን ንደቂ ተባዕትዮን ዝተፈላለየ ጽልዋ ኣሎዎ ድዩ፧

ሰሓቕ፡ ኩሉ ሰብ ዘካይዶ ባህርያዊ ኩነት ኮይኑ፡ ኣብ መጽናዕታት ካብ ዝተረኽበ ውጽኢት ኣብ መንጎ ደቂ ተባዕትዮን ደቂ ኣንስትዮን ግን ዘገርም ፍልልይ ኣሎ። እዚ ፍልልይ'ዚ ባህልን ልምድን ሕብረተሰብ ዝደረኾ ፍልልይ ናይ ምንዛዕ ከሚካላት ክኸውን ከም ዝኽእል ተመራመርቲ ይሕብሩ። እቲ ዝተራእየ ፍልልይ ኣብ 'ንምንታይን ብኸመይን ንስሕቕ' እዩ። ዝበዝሓ ደቂ ኣንስትዮ፡ ዝስሕቓ ወዲ ባህ ከም ዝበለን፡ ደቂ ተባዕትዮ ከኣ በቲ ንኽስሕቑ ዝብልዎ ነገር (ቀልዲ) ዝስሕቓ ደቂ ኣንስትዮ ዝያዳ ከም ዝሰሓቡ፡ እቶም መጽናዕቲ ዘካየዱ ይነግሩ። ካብዚ ብምብጋስ ኮሚድያዊት ፋራን ሎብፐዊዝ፡ ልክዕ ከምቲ ኣብ ቡዙሕ ባህልታት ጓል ኣንስተይቲ ብጽባቐኣ እትሕረ፡ ደቂ ተባዕትዮ ከኣ ናይ ምቕላድ ብቕዓቶም ከም ዘምርጾም ትገልጽ።

መን ዝያዳ ይስሕቕ፧ ጓልዶ ወዲ፧

'ደቂ ኣንስስትዮዶ ዝያዳ ይስሕቃ ወይስ ደቂ ተባዕትዮ፧' ንምጽናዕ፡ 1200 ዝበጽሑ ትንተናዊ ምርምር ተኻይዱ። ውጽኢት'ቲ ምርምር፡ ክልተኡ ጾታ ብዙሕ ይስሕቕ'ኳ እንተኾነ ደቂ ኣንስትዮ ዝያዳ ከም ዝስሕቃ ይገልጽ። እቲ ዝበዝሕ ሚእታዊት፡ ደቂ ኣንስትዮ ኣብ ነንሕድሕደን ዝገብርኦ ዕላል ወይ ዘርርብ ከም ዝኾነ ይሕብር። ደቂ ተባዕትዮ ኣብ ነንሕድሕዶም እናኣዕለሉ ዝስሕቅዎ ፍርቂ ናይቲ ደቂ ኣንስትዮ ኣብ ነንሕድሕደን እናኣዕለላ ዝስሕቃኦ ከም ዝኸውን የብርህ።

ሰሓቕ እንታይ እዩ፧ ስለምታይከ ንስሕቕ፧

ሰሓቕ፡ ባህታ ዝፈጥር ስምዒትን ኣካላዊ ግብረ መልሲን የጠቓልል። ሓደ ካብ ባህርያት ሰብ ኮይኑ ኣብ ሓንጎል ዝምስራሕ ንጥፈት ከኣ እዩ። ብዛይካ ሰብ ካልኦት ከም ጂምፓንዚ ዝኣምሰሉ እንስሳታት (ደሓን ዝኾነ ብልሒ ኣእምሮ ዘሎዎም እንስሳታት) ይረአ እዩ። ዓውዲ ስነ መትኒን ፊዝዮሎጅን፡ ሰሓቕ፡ ምስ ኢንዶርፊን (ናይ ሓጉስ ሆርሞን) ዘፍሪ 'ቨንትሮመዲያል ፕሪፍሮንታል ኮርተክስ' ዝበሃል ክፋል ሓንጎልና ዝተኣሳሰር ምዃኑ ይገልጽ። እቲ ምስ ስምዒታት ብምትእስሳር ብህይወት ክንሰርር ዘኽእል ክፋል ሓንጎልና፡ ስርዓተ ሊምቢክ'ውን ምስ ሰሓቕ ዝምድና ከም ዘሎዎ ተመራመርቲ ስነ ፍልጠት ይገልጹ። ሰሓቕ ዝምንጭወሉ ፍሉይ ክፋል ሓንጎል ኣሎ'ኳ ክበሃል እንተ ዘይተኻእለ፡ ኣብ ስርዓተ ሎምቢክ፡ ሂፖካምፓስን ኣመግዱላን ዝበሃል ክፍል እዚ ስርዓት ምስ ሰሓቕ ምትእስሳር ከም ዘሎዎ ኣብ ኤም.ኣር.ኣይ ከም ዝተራእየ ይሕብሩ።

ሰሓቕ፡ ኣብ ሓንጎልና፡ ካልእ ክፋል ኣካላትናን ስምዒትናን ዝፈጥሮ ለውጥታት ንኹሉ ሰብ ዳርጋ ሓደ እዩ። እንታይ የስሕቐና ግን ክፈላለ ይኽእል እዩ። ኣብ ስኽፍክፍ ዝብለና ክፍሊ ኣካላትና (ቱሸቱሽ፡ ከብዲ ኢድን እግርን ካልእን) ሰብ ሕንቲኽቲኽ ምስ ኣበለና ንስሕቕ ኢና። እቲ ብቐልድን ዛንታን እንስሕቖ ሰሓቕ ግን ከብድና፡ ናይ ምስትንፋስ ህዋሳትናን ካልእ ክፍሊ ኣካላትና ከንቀሳቕስ፡ ከንብዓና፡ ልዑል ዓቐን ናይ ባህታ ስምዒት ከም ዝስምዕናን ክገብር፡ ወዘተ ይኽእል።

ሰሓቕ ዕድመ፡ ጾታ፡ ደረጃ ትምህርቲ፡ ባህልንን ልምድን... ይጸልዎ እዩ። ቁልዑ እቲ ብምትንኻፍ ዝፍጠር ሰሓቕ ዝያዳ የስሕቖም። እኹል ሰብ ከኣ ብኣንጻሩ ብዝሰማዖ፡ ዝርኣን ዝስተማቐርን ኩነታት ይስሕቕ። ስንባደ፡ ክቱር ሕርቃን፡ ሕፍረት፡ ፍርሒን ካልእ ዝተወሳሰበ ስምዒታት'ውን የስሕቐና እዩ። እዚ ግን ከምቲ ብቐልድን ካልእ ባህ ዘብል ዛንታን ዝፍጠር ሰሓቕ እወታዊ ጽልዋ የብሉን።

ሰሓቕ መድሃኒት ድዩ፧

ሰሓቕ፡ ኣብ ህይወትና ብርክት ዝበለ እወታዊ ጽልዋ ኣለዎ። ብዝሓየለ ከኣ ኣብ ጥዕና ኣእምሮና። ብ2021፡ ኣብ መርበብ ሓበሬታ 'ናሽናል ላብረሪ ኦፍ መዲሲን'፡ ንነዊሕ እዋን መድሃኒት ዝወስዱ ተሓከምቲ፡ ምስ ግዜ ተጻዋርነት ናይቲ መድሃኒት ከማዕብሉ ስለ ዝኽእሉ፡ ካብ መድሃኒት ወጻኢ ካልእ ፍወሳ ክፍትኑ፡ ብመጽናዕቲ ዝተሰነየ ጽሑፍ ወጺኡ ነይሩ። እቲ መጽናዕቲ ብሰንኪ ኮቪድ 19 ብርከት ዝበሉ ተሓከምቲ፡ ብፍላይ ናይ ጥዕና ኣእምሮ፡ ፍወሳ ሰሓቕ ከም ቀዳማይ ምርጫ ክወስድዎ የማኽር። ኣብቲ ጽሑፍ፡ ሰሓቕ ንኽልተ ጥቕሚ ከገልግል ከም ዝኽእል ይሕብር፣ ሀ- ካብ ሕማም ንምክልኻል፡ ለ- ምስ ሓመምካ ከኣ ከም መድሃኒት።

ሰሓቕ ምስ ጥዕና ኣእምሮ እወታዊ ዝምድና ኣለዎ። ንጸቕጢ ኣእምሮን ምስኡ ተኣሳሲሩ ዝመጽእ ጸገማት ጥዕናንው፡ ከም ኮለስትሮል፡ ልዑል ጸቕጢ ደምን ምኽሳዕን መድሃኒት እዩ። ኮለስትሮል ከም ዝፍለጥ ናይ ጸቕጢ ሆርሞን እዩ፣ ሓንጎልና ኣብ ግዜ ጸቕጢ ብብዝሒ ካብ ዘፍርዮ ሆርሞን ከኣ'ዩ። ኮለስትሮል ብኣድርናል ዝበሃል ጽኪ ዝፈሪ ኮይኑ፡ ጸቕጢ ደም ከመሓድር፡ ናይ ተጻዋርነት ንጥፈታት ክሕግዝ፡ ናይ ዋሃዮታት ምታቦሊካዊ ንጥፈት ዝሕይል፡ ነቒሕና ክንሰርሕን ዝሕግዝ እዩ። ኣብ ግዜ ጸቕጢ ግን ሓንጎልና ብብዝሒ ከፍርዮ ስለ ዝጅምር ኣብ ብርክት ዝበለ ንጥፈታት ኣካላትና ጸገም ይፍጥር። ብዝሒ ኮለስትሮል፡ ምዝንባል ኣብ ስረዓተ ምሕቃቕ መግቢን ናይ ድቃስ ግዜን፡ ምኽሳዕ፡ ናይ ጭዋዳታት ድኻም፡ ቅዛነትን ካልእን የስዕብ። ሰሓቕ እምበኣር፡ ዓቐን ኮለስትሮሎ ብምቕናስን ብምቅጻልን ነዚ ኣቐዲሙ ዝተጠቐሰ ናይ ጥዕና ጸገማት ኣብ ምውጋድን ምጉዳልን ይሕግዘና።

ስለምንታይ ካልእ ሰብ ክስሕቕ ርኢና ንስሕቕ፧

ተመሓላላፊ ሕማም ጥራይ ኣይኮነን ዝመሓላለፍ፣ ሰሓቕ'ውን ይላባዕ እዩ። ሰብ ክስሕቕ እንተ ርኢና ወይ ሰሚዕና፡ ምኽንያቱ ከይፈለጥና ክንስሕቕ ንርአ ኢና። ገለ ካብቲ ምኽንያት፤

- **መስትያት ዋህዮታት ሓንጎል (ሚረር ኒውሮንስ)-** ኣብ ሓንጎልና ልክዕ ከም ናይ መስትያት፡ ዝራእናዮን ዝሰማዕናዮን ምድጋም ዝሰርሑም ሚረር ኒውሮንስ ዝበሃሉ ኣለዉና። ሓያል ስምዒታት ከም ሰሓቕ፡ ብኽያት፡ ወዘተ ኣብ ዝተዓዘብናሉ ከኣ ብቕልጡፍ ንሕና'ውን ክንደግሞ ንርእ።

- **ማሕበራዊ ምትእስሳር-** ሰሓቕ ኣብ ዝኾነ ሕብረተሰብ ምልክት ሓጎስ፡ ባህታ፡ ምትእስሳርን ውሕስነት እዩ። ስለዚ ምስቲ ክስሕቕ ዝራእናዮ ሰብ ክንተኣሳሰር፡ ውሕስነት ክምዓናን ንሱ ዝገበሮ ክትገብርን ንቡር ይገብሮ። ምስቲ ዝሰሓቐ ሰብ ምስሓቕ፡ ምስቲ ሰብ ዘሎካ ቅርበት፡ ፍትወት ወይ ክብረት ከመልክት ይኽእል።

- **በይንና ከይንተርፍ-** ኣብ እኩብ ዕላል ኩሉ ሰብ እናሰሓቐ ንበይንኻ ስቕ ክትብል ባህ ኣይብለካ እዩ። ሰብ ከይዕዘበና ኢልና'ውን ንስሕቕ ኢና። መጽናዕቲ ከም ዝሕብሮ፡ ብዝንገር ቀልድን ዕላልን፡ 15% ጥራይ ኢና እንስሕቕ። እቲ ዝተረፈ ምኽንያት መስሓቒና ካልእ ዝተጠቐሰን ዘይተጠቐሰን ክኸውን ይኽእል።

10 ጥዕናዊ ጥቕምታት ሰሓቕ

- **ጸቕጢ ኣእምሮ የህድእ-** ናይ ጸቕጢ ሆርሞናት ብዉሑድ ዓቐን ከም ዝነዝዕ ብምግባር ወጥራ፡ ጸቕጢ ኣእምሮን ቅዛነትን የጉድል፡

- **ናይ ምክልኻል ዓቕምና የበርኽ-** ኣብ ደም ዝርከብ 'ጸረ ጓና ኣካል' (ኣንቲ-ቦዲ) ከም ዝውሰኽ ብምግባር፡ ሕማም ናይ ምክልኻልን ምጽዋርን ዓቕምና የበርኽ፡

- **ካብ ቃንዛ የናግፍ-** ኢንዶርፊን ዝበሃል ባህርያዊ ሆርሞን ከም ዝነዝዕ ብምግባር ቃንዛና ክፋኹስ ወይ ክንጻወሮ ከም እንኽእል ይገብር፡

- **ጥዕና ልቢ የበርኽ-** ንጥፈታት ስራውር ደም የሐይልን ጸቕጢ ደም ክንኪ ይሕግዝን፡

- **ጭዋዳዳታት ይፈታትሕ-** ኣካላትና ክፈታታሕ ይሕግዝ፡ ውጽኢቱ ከኣ ክሳዕ 45 ደቒቕ ክጸንሕ ይኽእል

- **ከለስትሮል የቃጽል -** ካብ 10- 15 ደቒቕ ሰሓቕ ኣስታት 40 ካሎሪ ከነቃጽል ይሕግዝ፡

- **ስርዓተ ምስትንፋስ የበርትዕ-** ዓቐን እነስተንፍሶ ኦክስጅን ይውስኽን ሳንቡእ ንጹህ ኣየረ ክስተንፍ ይጸራርግን፡

- **ዝተዛነየ መንፈስ (ሙድ) ክህሉ ይሕግዝ-** ጥዑም ስምዒት ዘመንጭዉ ከሚካላት ብምንዛዕ ዝጸንሓና ቅዛነት ክንቃለስ ይሕግዝ፡

- **ማሕበራውን ፍቕራውን ዝምድና የደልድል፡**

- **ብልሒ ኣእምሮ የበርኽ-** ተበላሓትነት፡ ኣድህቦን ዝተፈልየ ኣጠማምታን ከም ዝህልወና ክገብር ይኽእል።

መስሓቒ ንክኾነና!

መርድእ ብጥበብ

ሰብኣይ ሓፍቱ ብሓደጋ ዝሞቶ ሰብኣይ፡ ንሓፍቱ፡ በዓል ቤታ ከም ዝዓረፈ ብኸመይ ከርድኣ ይኽእል እናተጨነቐ ናብ ገዛኣ ኣተወ። "ኣንቲ ሰላም ሓፍተይ፡ ኣይ እታ ሰብኣይኪ ዘይውሁብ ሂቡ ዝገዝኣ ሰዓት እንድያ ተሰይራቶ፡" በላ። ሓፍቱ ከኣ ትቕብል ኣቢላ፡ "እዋእ ከመይ ክብል ደኣ ሰይርዋ፧" በለቶ። ንሱ ከኣ "ኣብ ኢዱ ኣሲርዋ፡ ጽርግያ ክሰግር እንከሎ ሓንቲ ብናህሪ ዝመጽኣት መኪና ምስ ረገጸቶ፡" ኢሉ ሓደጋ ሰብኣያ ኣርድኣ።

***

ጌጋ መልሲ የለን

መምህር- ክልተ እግሪ ዘሎዎ ግን ብእግሩ ዘይከይድ እንታይ ይበሃል፧

ተመሃራይ- ስረ

***

ሕማምካ ምፍላጥ ፍርቂ ጥዕና እዩ

ሓደ ብቃንዛ ኣካላት ዝተሳቐየ ሰብኣይ ናብ ሕክምና ብምኻድ፡ ኩሉ ክፍሊ ኣካላቱ ከቢድ ቃንዛ ከም ዘሎዎ ንሓኪም ሓበሮ። እቲ ሓኪም፡ ሕማሙ ንምምርማር፡ ነቲ ሰብኣይ ኣበየናይ ክፍሊ ኣካላቱ ከም ዘቖንዘዎ ዝነበረ ከርእዮ ሓተቶ። እቲ ሰብኣይ ከኣ በብሓደ ብኣጻብዕቱ ገይሩ ኩሉ ክፍሊ ኣካላቱ ክጥውቕ ጀመረ፣ ይኹን እምበር ሕሱም ቃንዛ ይስምዖ ስለ ዝነበረ፡ ሓፈሻዊ መረመራ ክገበረሉ ኣዘዘ። ድሕሪ ገለ መዓልታት እቲ ሓኪም ጥንቂ ቅንዛኡ ክፈልጥ ብህንዩነት ሓተቶ። እቲ ጠንቂ፡ እታ ዝጥውቐላ ዘነበረት ኣጻብዕቱ እያ ተሰይራ ነይራ።

ስፖርት

ኣብርሃም ዮውሃንስ (ወዲ ዕቋር)

ቀዳማይ ዙር፡ ሊግ ደቂ ኣንስትዮን ሻምፕዮን 2ይ ድቪዝዮንን ተዛዚሙ

ኣብ መንጎ ሸውዓተ ጋንታታት ክካየድ ዝጸንሐ ቀዳማይ ዙር ኩዕሶ እግሪ ሊግ ደቂ ኣንስትዮ ዞባ ማእከል ብመራሕነት ክለብ ደንደን ተዛዚሙ።

ኣብቲ ብረቡዕ ዝተኻየደ ናይ መዛዘሚ ጸወታ፡ ክልተ ግጥማት ተሳሊጡ። ፈለማ ናብ ሜዳ ዝወረደ ደንደንን ዕዳጋ ሓሙስን ክኾና ከለዋ፡ ደንደን ንዕዳጋ ሓሙስ 12-ብ0 ብምርታዕ ንቀዳማይ ዙር ሊግ ደቂ-ኣንስትዮ ብመራሕነታ ዛዚማቶ። ኣብዚ ግጥም ናይ ደንደን ፍዮና ገርግሽ ብልጽቲ ተጻዋቲት ተባሂላ።

ኣብቲ ኢንሹራንስ ምስ ኩባንያ ህንጻ ሰገን ዘካየድኦ ካልኣይ ጸወታ ድማ፡ ኢንሹራንስ 3-ብ0 ተዓዊታ። ናይ ኢንሹራንስ ተጻዋቲት ማርታ ተወልደ ኸኣ፡ ብልጽቲ ተጻዋቲት ተባሂላ ተረቚባ።

ኣብዚ ኣፍሲ ወሰፍ ጋንታ ሽሽዱሽተ ጸወታ ዘካየደትሉ ናይ ቀዳማይ ዙር ግጥማት ሊግ ደቂ-ኣንስትዮ፡ እታ ስዕረት ዘይቀመሰት ደንደን፡ ብ18 ነጥቢ ቀዳመይቲ ክትከውን እንከላ፡ ኢንሹራንስ ብ15 ነጥቢ ካልኣይቲ፡ ሰገን ብ12 ነጥቢ ሳልሳይ ደረጃ ሒዘን። ገጀረት፡ ዕዳጋ ሓሙስ፡ ሰምበል፡ ጎዳይፍ ድማ፡ ብ6፡ 5፡ 4፡ 1 ነጥቢ ብምውህሃል ካብ ራብዓይ ዘሎ ደረጃ ሒዘን።

እዚ ከምዚ'ሉ ከሎ፡ እቲ ን15 ጋንታታት ኣብ ክልተ ምድብ ብምምቃል ጸወታኡ ከሳስል ዝቐጸ፡ ሻምፕዮን ኩዕሶ እግሪ ደቂ-ተባዕትዮ ካልኣይ ድቪዝዮን፡ ብተመሳሳሊ ናይ ቀዳማይ ዙር ውድድራቱ ዛዚሙ። በዚ መሰረት፡ ኣብ ምድብ 'ሀ' ተደላዲለን ኣብ ዝበራ ጋንታታት፡ ደንደን ብ16 ነጥቢ ቀዳመይቲ ክትከውን ከላ፡ ዕዳጋ ሓሙስ ብ11፡ ጎዳይፍ ብ10፡ ኣርባዕተ-ኣስመራ ብ8፡ ጸጸራት ብ5፡ ገዛ-ባንዳ ብ5፡ ንጉዳዊ ባሕሪ ብ2 ነጥቢ ክሳብ ሻብዓይ ደረጃ ሒዘን። ሸሞንተ ጋንታታት ሓቑፉ ኣብ ዝበረ ምድብ 'ለ' ኸኣ፡ ኣኽርያ 21 ነጥቢ ብምውህሃል ቀዳመይቲ ክትከውን እንከላ፡ ፓራዲዞ ብ15፡ ኩባንያ ህንጻ ሳዋ ብ13፡ ገጀረት ብ13፡ ቲራቮሎ ብ7፡ ሰምበል ብ7፡ ኣልታሕረር 'ቢ' ብ6፡ ማይተመናይ ብ0 ነጥቢ ክሳብ ሻሙናይ ደረጃ ብምሓዝ ውድድራት ናይ ቀዳማይ ዙር ዛዚመንኦ።

ደቀምሓረ - ውድድር ኣትለቲክስ ኣብያተ ትምህርቲ ተኻዪዱ

ኣብ ንኡስ ዞባ ደቀምሓረ፡ ኣብ መንጎ ናይ ማእከላይን ካልኣይን ደረጃ ኣብያተ ትምህርቲ፡ ውድድር ኣትሌቲክ ተኻዪዱ።

ኣብዚ ናይ ሓደ መዓልቲ ውድድር፡ ኣትሌታት ካብ 100 ክሳዕ 3000 ሜትሮ ኣብ ዘሎ ርሕቀት ተወዳዲሮም። ኣብ ናይ 100 ሜትሮ ማሕሙድ ሳልሕ ካብ ካልኣይ ደረጃ ደቀምሓረ፡ የናታን ኪዳነ ካብ ናቕፋና፡ ኢብራሂም ሰዒድ ካብ ጣና ሓርነት ክዕወቱ እንከለው፡

 ኣብ ናይ ደቂ-ኣንስትዮ ድማ፡ ቤተልሄም ሰመረ ካብ ሕድሪ ሰማእታት፡ የሳን የማነ ካብ ዋርሳይ፡ ናዝራት ሰለሙን ካብ ዓላ ተዓዊተን። ኣብ ናይ 200 ሜትሮ፡ ምስጉና ዞሚከኤል ካብ ዓላ፡ ቅሳነት ዳዊት ካብ ናቕፋና፡ ኤልሳቤጥ ዘፈሩ ካብ ካልኣይ ደረጃ ደቀምሓረ ዝተዓወታ ክኾና ከለዋ፡ ኣብ ናይ ደቂ-ተባዕትዮ ኸኣ፣ ፍናን የማነ ካብ ዛግረ፡ ሰም ብርሃ ካብ ልምዓት፡ ኣንገሶም ኣለም ካብ ዓላ ተዓዊቶም። ኣብ ናይ 400 ሜትሮ፡ ማቲዎስ ተኾመ ካብ ዛግረ፡ ሰመረ እንድርያስ ካብ ዋርሳይ፡ ሄርሞን ከሰተ ካብ ፈቓዲሕ ኣብ ናይ ደቂ-ተባዕትዮ፣ በታንያ ኣንገሶም ካብ ዋርሳይ፡ ቅሳነት ፍቓዱ ካብ ዓላ፡ ኤደን ገብረህይወት ካብ ናቕፋና ድማ ኣብ ናይ ደቂ-ኣንስትዮ ተዓዊተን።

ኣብ ናይ 800 ሜትሮ፡ ኢሰሮም ተኪኤ ካብ ዓላ፡ ሳይሞን ተስፋይ ካብ ዋርሳይ፡ ሃኒባል ክፍላት ካብ ናቕፋና ክዕወቱ ከለዉ፡ የርዳኖስ ዞሚከኤል ካብ ዋርሳይ፡ የሳን ግርማጼን ካብ ልምዓት፡ ሰገን ጺጋይ ካብ ፈቓዲሕ ዕወታት ደቂ-ኣንስትዮ ኮይነን። ኣብ ናይ 1500 ሜትሮ ድማ፡ ዳዊት ኣንገሶም ካብ ካልኣይ ደረጃ ደቀምሓረ፡ ፋኑኤል ዳዊት ካብ ዓላ፡ ሬድዋን ዑመረዲን ካብ ዋርሳይ ክዕወቱ'ውን ናዝራት ኣፈወርቂ ካብ ካልኣይ ደረጃ ደቀምሓረ፡ ፊሩዝ ኣሕፈሮም ካብ ጣና ሓርነት፡ ፊሩዝ ተስፋሃንስ ካብ ዋርሳይ ናብ ሽልማት በጺሐን። ኣብ ናይ 3000 ሜትሮ ድማ፡ ሃኒባል ገ/ስላሴን ናህም ሓጎሰን ካብ ካልኣይ ደረጃ ደቀምሓረ፡ የሴፍ መሓሪ ካብ ዋርሳይ ሰለስተ ቀዳሞት ዕወታት ክኾኑ ከለው፡ ኣብ ናይ ደቂ-ኣንስትዮ ኸኣ፡ ኣሕሎም ዑስማን ካብ ጣና ሓርነት፣ ሰሰን ፍረዝጊ ካብ ካልኣይ ደረጃ ደቀምሓረ፡ ሚካል የናስ ካብ ዓላ ብምዕዋት ሽልማት ተቐቢለን።

ባርሳ፡ ንሃላንድ ተቋምት

ጆን ላፖርታን ሽክየር ፎንተን ስልጣን ፕረሲደንት ባርሴሎና ንምሓዝ ኣብ ዝዝብርዎ ዘለዉ ቅልስ፡ ኣባላት ሽክየር ፎንት ንሃላንድ ናብ ባርሴሎና ንምምጻእ ምስ ማንቸስተር ሲቲ ዝርርብ ኣካዪዶም።

ባርሳ ነቲ 30 ሰብ ውዕሉ ዘብቅዕ ልዋንዶውስኪ ንምትካእ ጸዕርታት ትገብር ብምህላዋ፡ ኣብ ክራማት ንሃላንድ ኣብ ሕቕፎኦ ንምእታው ጻዕርታት ትገብር ከም ዘላ ይንገረሉ።

ሃላንድ ምስ ሲቲ ክሳዕ 2034 ኮንትራት'ኳ እንተለዎ፡ ስሙ ምስ ዝተፈላለየ ክለባት ተተሓሒዙ ይልዓል ብምህላው፡ ቅድሚ ውዕሉ ምብቃዑ ምስ ሲቲ ክፈላለ ይኽእል'ዩ።

እዚ ክውንነት ዝተረድኦ ፎንት፡ ንሃላንድ ናብ ባርሳ ክምጽኦ'ዩ ተባሂሉ ኣብ ምርጫ ተዓዊቱ ክወጽእ መታን ኑዩም እንተተዓዊቱ ዳይረክተር ስፖርት ባርሳ ከም ዝኾኑ ዝነገረሎም ካርሎስ ፕላንቻርትን ግቨር ኣጉላርን ብምልኣኽ፡ ብቐድሚ ትማሊ ምሸት ምስ ሓላፊ ሲቲ፡ ሁጎ ቬና ኣብ ማድሪድ ዝርርብ ከም ዘካየዱ ገይሩ።

ካብ ገጻት ማሕበራዊ መራኸቢታት

- **ፍርቂ ገጹ ለሚሱ ከሎ ጸወታ ዘካየደ ስፖርተኛ**

ኣብ ታሪኽ ቸልሲ ናይ 1998 ጸወታ 'ካፕ ዊነርስ ካፕ' ፍልይቲ ምሸት'ያ። ንተኸላኻሊኦ ሚካኤል ዱብርይ ግን ቃልሲ ምስ ኣካላዊ ልምሰኑት ነይራ።

ቸልሲን ሽቱትጋርትን ኣብ 1998፡ ኣብ መበል 38 ናይ ፍጻመ ጸወታ ካፕ ዊነርስ ካፕ ተራኺቦም። ቸልሲ፡ እዚ ዓቢ ግጥም እናተዳለወት እንከላ፡ እቲ ኣብ ጥርዚ ብቕዓቱ ዝበረ ወዲ 20 ዓመት ዱብርይ ድማ፡ ምስ ዘይፈልጦ ሓደሽ ሕማም ኣብ ቃልሲ ኣትዩ። ቅድሚ እዚ ናይ ፍጻመ ጸወታ፡ ሓደ ሰብ ንዱብርይ፡ "ገጽካ ረኣየ፧" በሎ። ንሱ ድማ፡ ብጉያ ናብ ዓይኒ ምድሪ ብምኻድ መስትያት ተዓዘበ። ፍርቂ ገጹ ዘይንቀሳቐስ ኩይኑ ተዓዘቦ። ንሓኪም ቸልሲ ጸዊዑ ከኣታቱ ሓበሮ። ንሱ ኸኣ፡ ብኸፊል ዘልምስ 'ቤልስ ፓልሲ' ዝበሃል ሕማም ከም ዘጥቀዖ ነገሮ። ዱብርይ፡ ካብቲ ኣብ ህይወቱ ዝዓበየ ጸወታ ዝበሎ ክበኩር ኣይመረጸን። ንኣሰልጣኒኡ ጂያንሉካ ቬሊ ብምእማን፡ ናብ ሽወደን ምስ ጋንታኡ ኣምሪሑ። ፍርቂ ገጹ ለሚሱ ከሎ ተጻሚሙ ብምጽዋት ከኣ፡ ነታ ጋንታኡ 1-ብ0 ተዓዊታ ዘልዓለታ ዋንጫ ክሰፍስፍ ክኢሉ። ዱብርይ ማልያ ቸልሲ ለቢሱ ኣብ 115 ግጥማት ዝተሰለፈ ኮይኑ፡ ሰለስተ ሸቶ ኣመዝጊቡ፡ ሰለስተ ቀረብ ንሸቶ ድማ ኣብርኪቱ።

- **"… ጸጉረይ ምኽቐለለይ…" ቴሪ ሄንሪ**

ድሕሪ'ቲ ርያል ማድሪድ፡ ንማንቸስተር ሲቲ 3-ብ0 ረቲዑ ናብ ባይታ ዘደርበዮትሉ ግጥም፡ ናይ ቅድም ተጻዋታይ ኣርሰናል ቴሪ ሄንሪ፡ ፈገግ ብዘብል መንገዲ ነቲ ግጥም ገሊጽዎ።

ተዋዛያይ ምኳኑ ዝንገረሉ ሄንሪ፡ "ነታ ማልያ ኣብ ሻምፕዮንስ ሊግ እንታይ እያ ዝጉበኣላ ኣይርድኣንን እዩ። ካልእ ጋንታን ካልኦት ተጻወትቲን ኮይናም እያ ዝመጽኣ። ኣነ ባርሳ'የ፡ ምናልባት ግን እዛ ማልያኦም እንተ ዝመልሳ ጸጉረይ ምመለስትለይ ትኸውን'ያ። ክሳዕ ክንድኡ እያ ዝቕይሩ። ሎሚ ዝረኣናዮ ብቐዓት ቫልቨርደ ኣብኡ ናይዚ'ዩ" ኢሉ። ሄንሪ ነቲ ረቡዕ ምሸት ኣደናቒ ብቕዓት ከንጸባርቕ ዝምሰየ ትያጎ ፒተርች እውን "ስሙ ከመይ ትድመጽ ኣይፈልጥን'የ ግን ምሉእ ምሸት ተዓዚበዮ፡ እንታይ ዓይነት ተጻዋታይ'ዩ? ኣብ ኩሉ ቦታ'ዩ ኣምሲዩ" ብምባል ኣድኒቑዎ።

ዝና ፕሪመር ሊግ፡ ኣብ ውሽጢ 24 ሰዓት ይዓኑ

ማንቸስተር ሲቲ ነቲ ሰሉስ ምሸት ኣብ ልዕሊ ቶተንሃም፡ ብኣትሌቲኮ ማድሪድ ዝወረደ ናይ 5-ብ2 ውርደት ክትቅይሮ'ያ ኣፍሪሓ። ግርማ-መገሳ ሒዛ ናብ ሰፃኛ ተጓዒዛ። እንተኾነ እታ ኣብ ሻምፕዮንስ ሊግ በጺሓ ትሕደስ ርያል ማድሪድ፡ ንማንቸስተር ሲቲ፡ 3-ብ0 ብምስዓር ነቲ ትጽቢት ዝተገብረሉ ወጽኢት ቀይራቶ። ኣብ ውሽጢ 24 ሰዓት ከኣ፡ እቲ ኣብ መላእ ዓለም ግሩን ስም ዘለዎ ፕሪመር ሊግ፡ ብኸቢድ ክሀሰ ተራእዩ።

ቸልሲ፡ ኣብ ፓሪስ ብፒኤስጂ 5-ብ2 ኣብ ዝዓነወትሉ፡ ሊቨርፑል ብጋላታሳራይ 1-ብ0 ዝተሰዓረትሉ፡ ኣርሰናልን ኒውካስልን ምስ ለቨርኩሰንን ባርሴሎናን ማዕረ ዝወጽኣሉ፡ ጸወታ ቀዳማይ እግሪ ዙር 16 ኣብዚ ሰሙን ተኣንጊዱ። ፕሪመር ሊግ፡ ኣብ ዙር 16 ካብ ዝተሳተፉ ክለባቱ፡ ሓንቲ'ውን ትኹን ዓወት ከተመዝግብ ብዘይምኽኣሉ፡ 'እዚ ሊግ ኣብ ዓበይቲ ኤውሮጳዊ ግጥማት እንታይ'ዩ ጸገሙ፧' ክትብል ዘገድድ'ዩ።

ፕሪመር ሊግ፡ ናብ ናይ ሻምፕዮንስ ሊግ ዙር 16፡ ሽዱሽተ ክለባት ብምብጻሕ'ዩ ንምስንኡ ከመስክር ክኢሉ። እንተኾነ ዝሑል ማይ ከም ዝፈሰሶ፡ ኣብ ውሽጢ 24 ሰዓት ታሪኽ ዓመተ 2022-23 ደጊሙ፣ ኣብዚ ዓመት ኩሉን ኣብ ዙር 16 ዝበጽሓ ክለባት እንግሊዝ ኣብ ቀዳማይ እግሪ ዓወት ኣየመዝገባን።

ዝተፈላለዩ ክኢላታት፡ ፕሪመር ሊግ ዘለዎ ክብደትን ጻዕቂ ጸወታን እዩ ኣብ ሻምፕዮንስ ሊግ ክድምቕ ዘይገብሮ ዘሎ ይብሉ። ይኹን እምበር፡ ኣብቲ ማድሪድ ወሰንቲ ተጻወትታ ከሰራትሉ ዝበረት ምሸት፡ ሲቲ ዓወት ከተመዝግብ ዘይምኽኣሉ ንምስሊ ፕሪመር ሊግ ካልእ መልክዕ ሂብዎ ደርኺቡ።

ኣብዚ ዝሓለፈ ክልተ መዓልቲ ሓሙሽተ ክለባት እንግሊዝ ካብ ሜዳአን ወጻኢ ጸወታ ኣካዪደን። ስለዚ ኣብ ሜዳአን ጸወታ ካልኣይ እግሪ ተዓዊተን ብምውጻእ ነቲ ምስሊ ክቕይርኦ ትጽቢት ይግበረለን። እንተ 'ኦፕታ' ካብቲ ቀዳማይ እግሪ ዙር 16 ቅድሚ ምኻዱ ሂቡተን ዝበረት ግምት ኣውሪዳተን ትርከብ። ኣርሰናል፡ ካብ 85.9% ናይ ምሕላፍ ግምት፡ ናብ 77.9% ክትወርድ እንከላ፡ ሊቨርፑል ካብ 82.3% ናብ 53.8%፡ ማንሲቲ ካብ 64.3% ናብ 9.4%፡ ቸልሲ ካብ 53.3% ናብ 7.3%፡ ኒውካስል ካብ 44.7% ናብ 32.2%፡ ቶተንሃም ካብ 46.3% ናብ 3.3% ወሪደን ኣለዋ።

ፕሪመር ሊግ፡ ኣብ ውሽጢ ክልተ መዓልቲ፡ ዝናኡ ብኸቢድ ክዓኑ ኣብዚ ሰሙን ተራእዩ'ሎ። ኣብ ካልኣይ እግሪ ምስሉ ንምሕዳስ እቲ ዕዮ ከም ዝተጀመረ ክኢላታት ይሕብሩ። ወጽኢት ብምቕያር ምስሉ ይሕደስ ዶ፧ ንዝዘብል ሕቶ ግን፡ ግጥም ካልኣይ እግሪ ምዕዛብ ከድልየና'ዩ።

ኣርሰናል፡ ዋጋ 60 ሚልዮን ፓውንድ ተጻዋታይ ከተፈርም

ኣርሰናል፡ ካብ ኣርቢ ለፕዚግ ተጻዋታይ ንምምጻእ ዝርርብ ትገብር ከም ዘላ ተገሊጹ። ሚካኤል ኣርቴታ፡ መስመር ምክልኻሉ ንምጥንኻር፡ ኣባሉ ዝኾነ ፈረንሳዊ ተኸላኻላይ ክዕዘቡ ናብ ጀርመን ልኢኽዎም ደርኪቡ።

ወዲ 23 ዓመት ካስቴሎ ሉኩባ፡ ኣብ ቡንደስሊጋ ወሳኒ ተጻዋታይ ብምኳን ዝደምቀ ዘሎ ኮኾብ'ዩ። ሉኩባ ኣብ ሻምፕዮንስ ሊግ ምጽዋት ከም ዝደሊ ብምግላጹ ባህጊ ኣርሰናል ክሰምር ተኽእሎ ኣለዎ። እንተኾነ ኣርቢ ለፕዚግ፡ ኣብ ቡንደስሊጋ ምስ ሳዕለዎት ኣርባዕተ ክለባት ኮይና ክትዛዘም ጻዕሪ ትገብር ስለ ዘላ፡ ኣርሰናል ነዚ ተጻዋታይ ንምውናን ካብ 50 ክሳዕ 60 ሚልዮን ፓውንድ ክትከፍል ክትግደድ'ያ።

ዜና ዓለም

ዮርዳኖስ ጸጋይ

ኢራን፡ ኲናት ደው ንምባል ቅድመ ኩነት ኣቕሪባ

ፕረዚደንት ኢራን ማሱድ ፔዝሽክያን፡ ሃገሩ ምስ ኣመራሽን እስራኤልን እተካየዶ ዘላ ኲናት ደው ክተብሎ እንተ ኾይና፡ ኣቐዲሞም ክማልኡ ዘለዎም ሰለስተ ቅድመ ኩነት ከም ዘለዉ ኣፍሊጡ።

ፕረዚደንት ፔዝሽክያን፡ ኣመራሽን እስራኤልን ንሕጋዊ መሰላት ኢራን ኣፍልጦ ክህባ፡ ንጽገና ዝውዕል ካሕሳ ክኸፍላን ምስ ዝሰማምዑ ከምኡ'ውን ኢራን ኣብ መጻኢ ተመሳሳሊ መጥቃዕቲ ንከይፍጸማ ጽኑዕ ኣህጉራዊ ውሕስነት ምስ ዝወሃባ፡ እቲ ኣብ መንጎ ኣመራካ፡ እስራኤልን ኢራንን ዝቐጸለ ዘሎ ኲናት ደው ክብል ከም ዝኽእል ሓቢሩ።

እስራኤልን ኣመራሽን ኣብ ልዕሊ ጣህራን ካልኦት ሓያሎ ከተማታትን ኢራን ብዘፈጸማኦ ሓባራዊ መጥቃዕቲ፡ ላዕለዋይ ሃይማኖታዊ መራሒ ናይታ ሃገር ዝነበረ ኣያቶላህ ዓሊ ካማኢን ካልኦት ላዕለዎት ወተሃደራውያን ኣዘዝትን ዝርከብዎም ልዕሊ 1,300 ሰባት ከም ዝተቐትሉ ምንጭታት ይሕብሩ።

ኢራን ነቲ ኣብ ልዕሊኣ ዝተፈጸመ ሃንደበታዊ መጥቃዕቲ መልሰ ግብሪ ንምሃብ፡ ኣብ ልዕሊ እስራኤልን ኣብ ልዕሊ ኣብ ማእከላይ ምብራቕ ዝርከብ ሓያለ ወተሃደራዊ መዓስከራት ኣመራሽን ብዝፈደቶ መጥቃዕትታት፡ ዛጊት ልዕሊ 50 ሰባት ከም ዝተቐትሉ ጸብጻባት የመልክቱ።

ሩስያን ኣመሪካን ቅልውላው ነዳዲ ንምፍታሕ ዘትየን

ፈደረሽን ሩስያን ኣመራሽ፡ ኣብቲ ብሰንኪ ኣመራሽን እስራኤልን ኣብ ልዕሊ ኢራን ዘካይዳኦ ዘለዋ ኲናት ዝሰዓበ፡ ኣህጉራዊ ቅልውላው ነዳዲ ኣመልኪተን ከም እተዘራረባ፡ ልኡኽ ፈደረሽን ሩስያ ኪሪል ዲሚትሪያቭ ሓቢሩ።

ኣብቲ ኣብ ኣመሪካ ዝተኻየደ ኣኼባ ቁጠባዊ ምትሕግጋዝ ሞስኮን ዋሽንግተንን ዝተረኽበ ኪሪል ዲሚትሪያቭ፡ ኣብ ዳግመ ህንጻን ዝምድናን ክልቲአን ሃገራት ኣብርክቶ ክገብሩ ኣብ ዝኽእሉ ፕሮጀክትታትን ኣብ ኣህጉራዊ ዕዳጋታት ጸዓት ተኸሲቱ ዘሎ ቅልውላውን ምስ ኣመራሓውያን ማዙናታቱ ከም እተዘራረበ ኣሚኑ።

ንሱ ወሲኹ፡ ኣመራጻ ትርከበን ሓያሎ ሃገራት፡ ነዳድን ጋዝን ፈደረሽን ሩስያ ኣብ ምርግጋእ ኣህጉራዊ ቁጠባ ዓቢ ተራ ከም ዘለዎ ከምኡ'ውን ኣብ ልዕሊ ሃገሩ ዝጸደቓ እገዳታት ዘይወጽኢታውን ኣዕናውን ከም ዝኾነ ክየገዝእ ጀሚረን ምህላወን ገሊጹ።

ዘርርብ ልኡኻት ኣመራሽን ሩስያን ድሕሪ እቲ ፕረዚደንት ቭላድሚር ፑቲንን ኣመራዊ ማዙናኡ ዶናልድ ትራምፕን ዝሓለፈ ሰኑይ ዘካየድዎ ናይ ቴሌፎን ዘርርብ እዩ ተኻይዱ።

ክልቲኦም መራሕቲ ሃገራት፡ ነቲ ኣብ ቅልውላው ማእከላይ ምብራቕን ካልኦት ሓያሎ ዛዕባታትን ኣተኩሩ ዝተኻየደ ናይ ቴሌፎን ዘርርብ፡ "ሃናጺን ጸቢቕን" ክብሉ ኣብ እዋኑ ገሊጾሞ ነይሮም።

ብ28 ለካቲት፡ ኣመራሽን እስራኤልን ኣብ ልዕሊ ኢራን ድሕሪ ዝፈደዳኦ ልፍንታዊ መጥቃዕቲ፡ ኢራን ከም ግብረ መልሲ ነቲ ሓደ ሕምሲት ካብ ናይ ዓለምና ቀረብ ነዳዲ ዝሓልፈሉ መጻብቦ ሆርሙዝ ብዝወሰደቶ ናይ ምዕጻው ስጉምቲ፡ ንዋጋ ነዳዲ ናብ ልዕሊ 100 ዶላር ንበርሚል ክብ ኣብልዎ ከም ዝርከብ እዮም ምንጭታት ዝሕብሩ።

ዝሓለፈ ሰኑይ፡ ፕረዚደንት ፑቲን፡ ሃገሩ ንህሉው ኣህጉራዊ ቅልውላው ነዳዲ ኣብ ግምት ብምእታው፡ ናብ ሕብረት ኤውሮጳ ዳግማይ ነዳድን ጋዝን ክትሰድድ ከም እትኽእል'ኳ ገሊጹ እንተ ነበረ፡ ፕረዚደንት ኮሚሽን ሕብረት ኤውሮጳ ኡርሱላ ፎን ደር ሌየን ግን ነዳዲ ሩስያ ዳግማይ ናብ ዕዳጋ ክወርድ ምፍቃድ፡ ስትራተጂያዊ ጌጋ ብምባል ነቲ ሓሳብ ምንጺጋ ይፍለጥ።

እስራኤል፡ ኣብ ኢራን ንዝርከብ ንዩክሌሳዊ መሳለጥያ ከም ዘደብደበት ኣፍሊጣ

ትማሊ ሓሙስ፡ ሰራዊት እስራኤል፡ ኢራን ንዩክሌሳዊ ዓቕማ ንምምዕባል ክትጥቀመሉ ከም ዝጸንሐት ንዝገለጾ፡ ኣብ ጣህራን ዝርከብ 'መሳለጥያ ታሊቃን' ከም ዘደብደቦ ሓቢሩ።

ሰራዊት እስራኤል ኣብ ዘውጸኦ መግለጺ፡ ካብ ዝሓለፈ ቀረባ ዓመታት ጀሚሩ፡ ኢራን ነቲ መሳለጥያ ብዒይኑቶም ዝማዕበሉ ነተግቲ ንምፍራይን ምስ ምምዕባል ንዩክሌሳዊ ኣጽዋር ዝተኣሳሰሩ ፈተነታት ንምክያድን ክትግልገለሉ ምጽንሓ ገሊጹ።

ኢራን ግን ብዙሕ'ቲ ኣብ 'መሳለጥያ ታሊቃን' ዝወረደ ዕንወት ኣመልኪታ ዛጊት ዝሃቦ ርእይቶ የለን።

ዝሓለፈ 3 መጋቢት'ውን፡ ሰራዊት እስራኤል፡ ኢራን ወሰንቲ ኣካላት ንዩክሌሳዊ ኣጽዋር ንምምዕባል ክትግልገለሉ ከም ዝጸንሐት ኣብ ልዕሊ ዝገለጾ 'ሚንዛደሂ' ዝተባህለ ቀጽሪ ተመሳሳሊ መጥቃዕቲ ከም ዝፈደደ ምሕባሩ ኣይርሳዕን።

ኬንያ - ብዝሓለ ብሓደጋ ዕልቕልቕ ዝሞቱ ሰባት 50 በጺሑ

ኣብ ሓያሎ ከባቢታት ኬንያ ዝዘበ ብርቱዕ ዝናብ ብዘስዓቦ ሓደጋ ዕልቕልቕ፡ ብውሕዱ 49 ሰባት ከም ዝሞቱ፡ ፖሊስ ናይታ ሃገር ሓቢሩ።

እቲ ዝሓለፈ ዓርቢ ዝጀመረ ብርቱዕ ዝናብ፡ ኣብ መላእ እታ ሃገር ኣብ ብርክት ዝበሉ ኣባይትን ትሕተ ቅርጺታትን ከቢድ ዕንወት ከም ዘውረደ፡ ሰብ መዚ ኬንያ ኣረዲኦም።

ንሳቶም ወሲኾም፡ ብሰንኪ እቲ ዕልቕልቕ 2,624 ስድራ ቤታት ካብ መረበቶን ክመዛበላ እንከለዋ፡ 16 መደብራት ፖሊስ ዝርከብዎም ብርክት ዝበሉ መንግስታውያን ትሕተ ቅርጺታት ከኣ ዕንወት ከም ዝወረዶም ኣፍሊጦም።

ኬንያ ብሰንኪ ዘለዋ ትሮፒካዊ ክሊማ፡ ኣብ ዓመት ክልተ ወቕቲ ዝናብ ዘገንፋ ሃገር ኮይና፡ ብፍላይ ካብ መጋቢት ክሳብ ግንቦት ኣብ ዘሎ ወርሓት፡ ኣብ ዝተፈላለ ከባቢታት ናይታ ሃገር ብርቱዕ ዝናብ ከም ዝዘንብ ጸብጻባት የመልክቱ።

ንቻይናን ሰሜን ኮርያን ዘራኽብ መንገዲ ባቡር ኣገልግሎት ጀሚሩ

ትማሊ ሓሙስ፡ ንቻይናን ሰሜን ኮርያን ዘራኽብ መንገዲ ባቡር ኣገልግሎት ከም ዝጀመረ ተሓቢሩ።

እታ ኣብ ሰሜናዊ ምብራቕ ህዝባዊት ረፓብሊክ ቻይና ካብ እትርከብ ክፍለ ሃገር 'ሊያኦኒንግ' ናብ ሰሜን ኮርያ ዝተጓዕዘት ናይ ገያሾ ባቡር፡ ትማሊ ሓሙስ ኣብ ፒዮንግያንግ ናብ ዝርከብ መደበር ባቡር ከም ዝኣተወት፡ ኣገልግሎት ዜና ሺንዋ ገሊጹ።

ዝሓለፈ ሰሉስ፡ ኮርፖረሽን መንገዲ ባቡር ህዝባዊት ረፓብሊክ ቻይና፡ ንቻይናን ሰሜን ኮርያን ዘራኽብ ኣህጉራውያን ናይ ተጓዓዝቲ ባቡራት፡ ዝመጽእ ሓሙስ ካብን ናብን ቤይጂንግን - ፒዮንግያንግን ብወግዒ ስርሖን ክጅምራ ምዃነን ኣፍሊጡ ነይሩ።

እቲ ኣገልግሎት መጓዓዝያ ባቡር፡ ንቢይጂንግን ኣብ ሰሜናዊ ምብራቕ ደብ ህዝባዊት ረፓብሊክ ቻይና ንእትርከብ ከተማ ዳንዶንግን ምስ ርእሰ ከተማ ሰሜን ኮርያ ዝኾነት ፒዮንግያንግ ዘራኽብ ምዃኑ ተሓቢሩ ኣሎ።

ኣገልግሎት ናይቲ መጓዓዝያ ባቡር፡ ኣብ መንጎ ህዝባዊት ረፓብሊክ ቻይናን ሰሜን ኮርያን ዝተፈደ ጉዕዞ ንምጥጣሕ፡ ቁጠባ ናይተን ሃገራት ንምድንፋዕን ንምዩዳውን ባህላውን ምልውዋጣት ንምዕባይን ዓሊሙ ብወግዒ ይጅምር ምህላዉ፡ እቲ ኮርፖረሽን መንገዲ ባቡር ወሲኹ ኣረዲኡ።

ተረኛ ፋርማሲ	ዕለት	ጎደና	ቁ.ስልኪ
ፋርማሲ ሓማሴን	13/3/26	ጎደና ሓማሴን -176 ቁ. 1 ቋሚ ሴዳው	120205

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

Sabur Printing Services