

አብ ንኣሰ ዘገ ጊንዳ ማይን ሓምድን ብምቃብ ኣቶ-ታውካት ሕርሻ ንምድንኻብ ኣብ ዝሰጠሉ ዘኡ ንጥራታት - ህዝብ ብዘክሎ ተሳትፎ ይቐጽል ከምሳሌ ተገለጹ።

ብፊ ታሕሳስ ኣብ ዝተኻየደ - ኣመሓደርቲ ክኮይ ኣባላት ባይቶን ጨናፍር ማእከራታትን ዝተሳተፉም ርክብ ኣመሓደራቲ ንኣሰ ዘገ ኣቶ ዐ-መር ያሕድ - ኣብ 2022 ኣብ 17 ምዕራብ-ባይቲ ክኮይ ልዕሊ 24 ሺክ ህዝብ ዝተሳተፎ ሰፊሕ ናይ ቅናታዊ ዛፍ ክኮይን መዘኡ ውሕደን ስራሕቲ ከም ኣተሳሰሎ ልዕሊ 36 ሺክ ልዕሊታት ኣዕብ-ብምዕራብ-ባይቲ ከምኡ ውዕን ካብ ሓጺት ክኮይ ሰፊሕ ናይ ዝበርጋሕ ፕሮጀክት ማይ ስራሕቲ - 80 ማእታዊት ከምኣብዎም ኣብገለፉ።

ኣቶ ዐ-መር ያሕድ ተገንዚኦት ኣገልግሎት ጥሪ ከምሳሌ፡ ክኮይዎም ጸራት ንምውሳኔ ብዘገብር ዘኡ ውህድ ጸራ ድማ ተጠቃሚት ዓይኒ-ምድራ 90 ማእታዊት ከምዘበርከ ኣረጸአ።

ብዘይብይ: 7926 ሰፊራ-ሰውኣት ልዕሊ

## ጊንዳ - ተሳትፎ ህዝብ ኣብ መደባት ልምዓት ተመገቡ



26 ማእታዊት ናቕፋ ደቡብ ከም ኣተኻፍሎ ስራሕተኛታት መግለጺ ብዘወጸም 312 ሺክ ናቕፋ 56 ጸገማት ስራራ-ሰውኣት ከምኣብዎም ንክኮይን ስራራ-ሰውኣት

ድማ ማይታዊ ደገፍ ከምኣብዎም ተተሰር። ኣብ መወጻታ መሰረር ማይ ሓጺት ፎርባዎ ክዘዘ፡ ኣብ ቤት-ትምህርቲ ካልኣይ ደረጃ ጋሕቴላይ ተወሳኺ

መግራ ክክፈታት ክሰራቲ መሰረርት ማይ ደንበሎ ላዕሊን መገዳሕ ኣብን ክሰራቲን ማዳ ስፕርት ክኮይ ጊንዳ ክመሓፍብኩ ካብ-ቶም ኣብዘይ ዓመት እዚ ዝተሰገዱ መደባት ምዃናም ተገለጹ። ተሳተፍቲ ናይ ጉሓፍ ኣጋጽ

ብዘከበሉ ክኮይ ኣብ ክክፈት ኣገልግሎት ኣለብኩክ ዝርእ ምድንገይት ክኮይ፡ ብክትቲ ስድመ ቁፅቡ ዝተሳተፉ ሰለሰት ኣሰራርታ ብክሰራቲ ስራሕ ምቅጻዊ ክኮይሎ... ዝከበሩ ካልኣትን ርእይታት ኣቕሪቡም።

## ዓሰብ - ኩባንያ ፍርያት ባሕሪ 43 ስራሕተኛታት ኣሰልጠኑ

ከተማ ፍርያት ባሕሪ ኣርኪቲ ኣብ ዓሰብ ካብ ዝተገኙ ዝተሰጠሎ ትሓት ንዝተገለጹ 43 ስራሕተኛታት፡ ናይ ክልተ ወርሕ ትምህርቲ ጸገፍ መካካሉታት - ማእት ኣየርኪቲን ፈራጅን ሃቡ።

ብፊ ታሕሳስ ኣብ ዝተኻየደ ስራሕተኛታት ምዕራቕ ተላይ ከተማ ፍርያት ባሕሪ

ኣርኪቲ ኣብ ዓሰብ - ኣቶ ኻልድ መሓመድ ዕሚቲ ሰልጠና፡ ቴክኒኻትን ተሓጋዝቲ ቴክኒኻትን ብምፍራይ ኣብ ትሓት ዘረገም ጸገማት ንምሓል ምዃኑ ገለጹ።

ኣቲ ብዘሳይ ዝተሰጠ ትምህርቲ ለላ ምስ ክኮይዎም ኣየርኪቲ ጋዘፍ ኣብ ኣየርኪቲን ፈራጅን ዘኡ መካከውን ኣለክትራውን

ክኣላ፡ ተላይዎ ኣሰራርታ ኣጸጋግኪምኩ ኣተኻፍለ ናውቲ ጸሓዎ ጸገፍ... ጠቓላላ እይ።

ሰልጠኒቲ ቀሲምም ዘለው ሞያ ብምዕባይ ኣብ ኣሰምን ትሓትምን ዘረገም ጸገማት ብዘለሉ ክፈትሑ ትጸብት ከም ዝገበሉም ኣቶ ኻልድ ኣዘኻኹሩ።

## ተሰባይ - ስዕራት መደባት ልምዓት ከም ኣተሳሰቢ ተገለጹ

ኣመሓደሪ ንኣሰ ዘገ ተሰባይ ኣቶ ሰይም ንዘረገገሎ ኣብ-ቲ ንኣሰ ዘገ - ኣብ 2022 ብዘነበን ኣቶ-ቲ መግለጺን ግዘርን ዝተሰጠሎ ስዕራት ልምዓታዊ ንጥራታት፡ ኣብዘይ ዓመት እዚ እውን ብዘለዩ ክቐጽል ምዃኑ ገለጹ።

ሰለሰት ናይ መደታ ኣብ-ቲ-ትምህርቲ ከም ኣተኻፍታ ወፍሪ ክታዘት መሰረር ክሰራግዝን ስዕራት ምጥጥ ኣታዊታት ግን ብ7 ማእታዊት ምጥጥ ተተሰር።

ብፊ ታሕሳስ ኣብ ዝተኻየደ ኣኸብ - ኣቶ ሰይም መደባት ሞመር መኸተ ብኣድመዳት ንምጥጥር ሕብረተ-ሰብ ብተላይሻ መገንጠይት ደማ ብክላይ ከሉ-መዳይዎ ንቅተም ኣሰርገም ኣየርኪቲን ከምዘተ ኣዘኻኹሩ።

ኣብ-ቲ ምዕራብ-ባይቲ ንጥራታት፡ ጉዳይ ማእታዊ ኣገልግሎታትን ስራራ-ሰውኣትን ጸገማትን ከምኡ ውዕን ጋሕቴላይ ንጥራታት ዝተጸበሉ ኣኸብ

ኣብ መወጻታ ኣብ ማእታዊ ኣገልግሎት ዝርእ ስራራታት ፍታሕ ክክፍሎ ኣብ ኣየን ማእታዊ ትራክቲቲት ቀልጠፊን ክመዳኡ ኣብ መጋምጋታት ረሳይታት ክሰራቲ ምድራና ንክሰራቲ ብክትቲ ክክፍሉ... ዝከበሩ ካልኣትን ርእይታት ቀሪቡ።

## ኩባንያ ሰምበል፡ ኣበርክቶኡ ኣብ ፕሮጀክትታት ልምዓት ንምዕዘዝ ይሰርሕ

ከተማ/ትሓት ሰርራት ተጻጺን ስንጹይን ሰምበል ኣብ ኣገልግሎት ሃሪብ ፕሮጀክትታት ልምዓት ዝውሰል - ብመጠን ዓይነትን ብዘይ ናውቲ ንምቅራብ ዝብሮ ኣበርክቶ ንምዕዘዝ ይሰርሕ ከምሳሌ ገለጹ።

ኣቶዲ ስራሕቲ ከተማ ኣቶ ማሕል ንዘረገገሎ ንኣላት ትምህርትን ጥሪን ዘበልገል ናውቲ ሃሪቲ፡

ከምኡ ውዕን ከም ኣድ ዓሪብ፡ ኣፍራቲ ባይታን ካልኣን ዝኣመሰሎ ናውቲ ማእት ከምዘርከሕ ተሰር።

ሞያዊ ጥቅሚ ኣባላቲ ንምዕባይ ምስ ከተማያታት ውሳኔ ሃርን ወጻኣን ብዘገብር ናይ ስራሕ ምገጻዕር ኣብ ምጥላ ቴክኒኻውን ምዕራብ-ባይቲ ጥቅሚ ስራሕተኛታት ዝዘገቡ ሰልጠናታት እውን ከም ዝውድብ

ኣረጸአ።

ትሓት ሰርራት ተጻጺን ስንጹይን ሰምበል - ማእታ ምጥሪር ሞያዊ ትምህርትን ፍልጠትን ምዃኑ ዝከቐስ ኣቶ ማሕል ብመገንጠይ ማእታዊ ድኡትን ዝመጽኡ - ማእታ-ቁጠብደ ጸገማት ዘለዎም ዘረገገሩ።

ገሰፍ ህደውም ዝከፈዎም ሞያታት ከም ዝኻኩም እውን ተሰር።



## ተመሃሮ ኮሌጅ ዓዲ-ቕይሕ ሞያዊ ትምህርቲ ተሞህብዎም

ሞመተኡ ዘገ ሳዩን ላዕሊዎ ትሓት ትምህርትን ኣብ ዝወደሰ ሰልጠና ዝተሳተፉ 219 ተመሃሮ ኮሌጅ ገዢን ማእታዊ ስራሕተኛታትን ዓዲ-ቕይሕ፡ ብፊ ታሕሳስ ተመሪቑም።

ኣቲ ጉድጉድኒ ኣኣምሪዎ ትምህርቲም ዝተሞህሰ ሰልጠና ጸገፍ ከምጥብር ኣርኪት ስድፍ ማእታዊ ካልኣ ዓውድታት ቴክኒኻዊ ከምጥብርን ዘጠቓላ እይ።

ኣብ-ቲ ናይ ምዕራብ ስራሕተኛ ተላይት ሞመተኡ ዘገ ሳዩን ላዕሊዎ ትሓት ትምህርትን ወር መሓራ እሳምላይ

ንኣገጻገኑ ኣብ ኮሌጅ ዝውደብ ሰልጠናታትን ባሕርን ስፕርትን ንጥራታትን ድሕሪ ምጥቃይ ሰልጠኒቲ - ብዘክፈዎም ሞያታት ኣብ-ቲ ኮሌጅ ኣብ ዝግበፍ መደባት ኣበርክቶ ክከሉ ኣዘኻኹሩ።

ዲን ኮሌጅ ገዢን ማእታዊ ስራሕተኛታት ዶ/ር ኣስቴናሲ ሃይሎግርም ድማ ልዕል ንቅተትን ብዘይ ፍልጠትን ዝገበኹ መገንጠይ ኣብ ከሉ መዳይት ተግባራዊ ምዃኑ ብምዘኻፍር ነቲ ብዘክሉ ዝውደቡ ሰልጠናታት ብዘገኙ ክሰራቲ ከምዘገቡ ኣገለጸ።



ሱሌማን ኣሕመድ

ነድሪ ኣፍንጫ - allergic rhinitis

ክሳብ 2 ሺሕ ሚሊ ግራም ሻይታሚን 'ሲ' ክክውድ ከምዘኣይ ይክብር።

'አለርጂን' (allergen) ቁጥሎ ዝገዛዎር ኣብ ክብር ዝርከብ ናሉይ ወህደት እዩ። ነድሪ ኣፍንጫ (allergic rhinitis) ደግሞ ብሓይ ዝከራልዩ 'አለርጂን' ዝገዛዎር ግብረ መልሲ እዩ። ብዘሎም 'ሓላሲ' ኣለፍ እንገድግ ኣብ ኣፍንጫና ዝኸተት ጥዕናዊ ጸገም ማለት እዩ።

ጸገ ናይ ፀንጥ (pollen) ኣብ ወሳኝ ወቅት ዝርእ ደሞድ 'አለርጂን' እዩ። ብዘኸ ግዜ ኣብ ምቕይይር ወቅት ገሒ ዝርእ ነድሪ ናይ ኣፍንጫ ጠንቁ ናይ ፀንጥ ጸገ ክኸውን ከምዘኸእል እዩ ዝገብረ።

ካብ 10 ክሳብ 30 ሚሊታዊት ህዘገ. ግራም ነድሪ ናይ ኣፍንጫ ዘለዎ ምዃኑ ጸብጻብ ወደብ ጥፃኖ ግራም የመልክት።

ምልክታት ነድሪ ኣፍንጫ

እየም ልሙዓት ምልክታት ነድሪ ኣፍንጫ-

- \* ተደጋጋሚ ምህጻብ
- \* ጸርታ ናይ ኣፍንጫ
- \* ምህሰምባኛ ኣፍንጫ
- \* ሓካ ናይ ኣፍንጫ
- \* ተደጋጋሚ ምህጻብ
- \* ምሕርታር ኣብ ጎርፎ
- \* ሓካ ናይ ዓይኑ
- \* ተደጋጋሚ ምህጻብ
- \* ጸልምት-ምት ምህጻብ
- \* ተደጋጋሚ ስምምርታር
- \* ምንቃጽ ቁርባኑ ሰበክን ሰካኑ
- \* ምህሰይ (ድኻም) ወዘተ እዮም።

ሓይ ሰብ ን'አለርጂን' ምስ ዝቃላድ ሓይ ወይ ካብኡ ንሓላ. ካብዘም ዝከጠቐሱ ምልክታት ብቐጽቡ ክርእ. እዩ ዝጀምር። ገለ ካብዎም ምልክታት - ከም ተደጋጋሚ ስምምርታርን ድኻምን - ነቲ 'አለርጂን' ንዝገዛዎ እዮን ምስ እንቃልዎ እዮም ከጋጥሙ ይኸኣሉ።

ገለ ሰባት ኣለው ዋላኳ ናብዘም 'አለርጂን' እንተተቐላዑ ዘርእዮም ምልክታት ወገኡን ስክራን እዩ። ገለ ሰባት ደግ ብቐለሉ ቦም 'አለርጂን' ተጻፈዮት ይኸኣሉ። ተርጓሚ ናይ-የም

ምልክታት ንሎም ዝገዛዎ ምስ ዝኸተት ተጻፈሪ ናይ ነድሪ ኣፍንጫ ክኸውን ስለ እትኸእል ናብ ስክራን ብምጥፋድ ግበኝ ስክራን ክኸውን ዝገብረ እዩ።

ጠንቅታት ነድሪ ኣፍንጫ እንታይ እዮም?

ኣላሲና ናብ 'አለርጂን' ምስ ዝቃላድ ሰበክና ቦቲ ሳብታንስ ከይጥቃቅ ንምክልኻል ዝኸተት 'ኒሊታሚን' (histamine) ዝተባላእ ከምኡ ይፍት እዩ። እዚ ተፈጥሮኣዊ ከምኡ ይፍት ነድሪ ናይ ኣፍንጫ ከምኡ ይፍት ጸርታ፡ ምህጻብን ካልእ ዝከመሰሉን ምልክታት ክሰብ ይኸኣሉ።

ካብ ጸገ ናይ ፀንጥ ወይ ኣፍንጫ ክሰብ ዝኸኣል ካልእ 'አለርጂን'

- \* ልሙዕ ሳሳ
- \* ደርና/ፐፕሪክታ (ብደገና ዘይጸላፍን ክኸውን ይኸኣሉ)
- \* ጸምሪ ናይ እጸሳታት
- \* ምራቕ ናይ ደሙ
- \* ሰበክ ወዘተ እዮም።

ዓይነታት ነድሪ ኣፍንጫ

እየም ክልተ ዓይነታት ናይ ኣፍንጫ ነድሪ ወቅታዊ-የን ዘይጸርጹን እዮም። ወቅታዊ ነድሪ ኣፍንጫ ኣብ ግዜ ጸድድን ኣብ ምቕይይር ወቅትን ብጠብኪ ይርገ። ዘይጸርጽ (ወርታግ) ዝርእ ነድሪ ኣፍንጫ ወቅት ዘይጸላ - ዓመት መመላኻታ ይኸኣሉ። እዚ ዓይነት ነድሪ ኣፍንጫ ንደርናን ጸምሪ ናይ እጸሳታትን ኣብ እትቃልዑ እዮን ሻብ ይኸኣሉ።

ነድሪ ኣፍንጫ ተጻፈዮት ዝኸተ ሰባት መን እዮም?

ቁጥሎ ዝገዛዎ ሰባት ከየም ይኸኣሉ እዩ። ብድሪ ተጠቐሻ ምህወካ ግዩ ነድሪ ናይ ኣፍንጫ ኣለካ ማለት ኣይኣብሩ።

ካብ ስድራቤትካ ብድሪ ናይ ኣፍንጫ ኣካማ ወይ ቁጥሎ ናይ ቀኣርባኑ ዝከጠቐሎ ምስ ዝቃላድ ቦቲ ስምም ክትጥቃቅ ዘለካ ተኸኣሎ ዝበሉ ምዃኑ ግዩ ስክራን ናይ መጻናዕትካ ይረጋግዳ።

ነድሪ ናይ ኣፍንጫ ዘረጋጎ ደገዳ ልምድታት

- => ምንቃጽ ሽጋራ፡ ወይ ሽጋራ ምስ ክትኸተት ሰባት ጥቡቕ ምቕርጫ እንተተደኣ ኣለካ
- => ኣብ ስብራማዊ (chemical) ንጥራታት ዝከፈሩ ሰባት
- => ዝከተል ክትቃላድ ኣለካ
- => ሪህዲ (humidity)
- => ንሓላ
- => ብብኣ ኣለካ
- => መንገጊ ጸገብ (hairspray)
- => ጨና
- => ሻብ ናይ ፀንጥ ወይ ወዘተ።

ነድሪ ኣፍንጫ ብሞይ ይልብ?

እቲ ቁጥሎ ብዘኸ ዘይተጋኣ እንተኸኣልካ፡ ኣላዊ መርመራታት ብምክደድ ክልል ይኸኣል እዩ። ሓይ ካብቲ ሓይም ነድሪ ናይ ኣፍንጫ ንገገልዩ ዝተጣሙሉ ኣገብር መርመራ ቁርባኑና እዩ። እቲ ሓይም ኣብ ቁርባኑና ዝኸተ ሳብታንስ ብምቕማጥ ሰበክና ዘርገ። ግብረ-መልሲ ይሰብኩ። ንቐጥታ ተጻፈዮት ዝኸተ ሰባት ኣብ ከምዚ ክትቃላድ ኣብ ቁርባኑም ኣላካ። ቀደስቲ ኣጥባብታት እዮም ዘርገዩ።

ነድሪ ኣፍንጫ ንምልዎ ናይ ደም መርመራታት ይደድ እዩ።

ናወሳ ነድሪ ኣፍንጫ

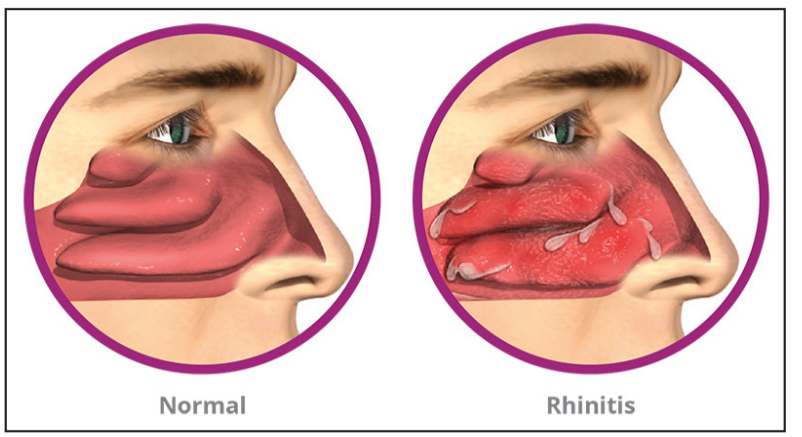
ነድሪ ኣፍንጫ ብዘተገለልዩ ኣገብር ክትገዛዎ ይኣኣል እዩ - ዘበታዊ ከምኡ ይኸኣሉ ስክራን ናይ ኣፍንጫ ይኸኣሉ። ዝኸተ ናወሳ ቅድሚ ምቕርታግ ግዩ ንኡክም ክትወትስ ይገብሩ።

መደብታት

'ኣንቲሃስታሚን' (antihistamines) - ነድሪ ናይ ኣፍንጫ ንምቕማጥ ዝኸተገበ መደብታት እዩ። ኣላሲና 'ኒሊታሚን' ዝተባላእ ከምኡ ንገገልዩ ይኸኣሉ። ዝተገለልዩ ዓይነት 'ኣንቲሃስታሚን' መደብታት ኣለው። ብክሊታት ስክራን ጥሪት እዩ ከኣ ክኸኣልካ ዘለዎ።

ሃጥባታት ናይ ዓይንን ኣፍንጫን

ኣብ ኣፍንጫን ዓይንን ዝገበር ሃጥባታት (drop) ከም ሓካን ጸርታን ዝከመሰሉ ተደጋጋሚ ምልክታት ናይ እፍራት (ቁጥሎ) ንገገልዩ እዮም ደው ከም ዝበል ይኸኣሉ እዮም። ይኸተ ምዃን እዚ ዓይነት ናወሳ እውን ብካካም ዝተደገፈ ምስ ዘይከውን ጉድኖሮ ሳብን ክኸኣል ከም ዝኸኣል ኣይተከታታይ።



ዘበታዊ ናወሳ

ነድሪ ኣፍንጫ ንምልዎ ኣብ ዝ እትገብር ናወሳ ከም ዓይነት ናይቲ 'አለርጂን' ይፈልግ እዩ። እቲ 'አለርጂን' ወቅታዊ ብጸገ ናይ ፀንጥ ዝኸተ ምስ ዝኸውን ኣለር ናይቲ ዘለካ ክፍሊ ንምጻይ ኣብ ክክገሩ መሻሻቲ ምኽፋት መመገቢ ኣለር (air conditioner) ክትጥቀም ይገብሩ።

ጠሊ ካብ ዘለዎ ክጠ ወይ መንደቕ ምጽላዊ ድኻቕ ኣለር ክትርከብ ስለ ዝኸተገበ ካብ ነድሪ ኣፍንጫ ክትኸኣል የኸኣሉ እዩ።

እቲ ነድሪ ኣፍንጫ ብደርገ ወይ ጦፕሊታ ዝበሉ ምስ ዝኸውን ኣፍንጫን ክትኸኣሉ ይኣኣል እዩ። ኣንኣኣን ኮርታንቲን ብወ-ዐይ ማይ ብዘገብ ክትጥቀም ይገብሩ። እቲ እትወሰሉን እትድፍሱሉን ክፍሊውን ብዘገብ ክብሪ ኣለዎ። ገጸህ ኣለር ክኸኣል እውን ይገብሩ።

ካብ ነድሪ ኣፍንጫ ንምክልኻል ዝኸተገበ እቲ ዝበል ኣገብር ናወሳ እፍራት ከሰቡ ካብ ዝኸኣሉ 'አለርጂን' ካብ ዝኸተገበ ሳብታንስ ንምልዎ እዩ። ካብ ኣጭርቕቲ ወይ ኮርታ ዝበል ደርና እፍራት/ነድሪ የሰባኡ ምስ ዝበሉ ካብዮም ኣጭርቕቲን ኮርታን ክትርከቑ ይገብሩ። እቲ ጠንቁ ናይ ነድሪ ኣፍንጫ ጸገ ናይ ፀንጥታት እንተኸኣልካ ካብ ፀንጥታት ክትርከቑ ዝበል እዩ።

ብጠብኪ ወ-ዐይ ራሲ ምህታይ ኣላሲን መቐት ክትርከብ ስለ ዝኸተገበ ካብ ቁጥሎ ናይ ኣፍንጫን ጸርታን ብዘከውህ ደርጎ ከምኡ ይኸኣል እዩ።

ኣፍንጫን ብልጥ ዝበል ማይን ጨውን ከተጸርገ ምኽኣል ቁጥሎ ናይ ኣፍንጫ ዘለዎም ሰባት ክጠርግ ዝገብሩ ናወሳ እዩ። ነድሪ ናይ ኣፍንጫ ዘለዎም ሰባት ምስ ወቅቲ ንዘሰብ እፍራት/ቁጥሎ ንምክልኻል መጻር ምምጋብ ዝበል ምዃኑ ብዘተኮት ክኣላታት ስብራማዊ ይገብሩ።

ቁጥሎ ናይ ኣፍንጫ ንምልዎ ጠንቁ ዝኸተ ን'ኒሊታሚን' ንምጻይ ሻይታሚን 'ሲ' ብጠብኪ ምውሳድ ዝበል ምዃኑ መጻናዕትካ የመልክት። ኣብ መጻልቲ

እፍራት ኣብ ዘሰቡ ወቅታት ዘይቲ ናይ ቀላሚጥን ሓጻኝን ሰበክትን ክትኸኣል ዝበል ምዃኑ ናይ ደግሎ እዩ።

ዝገዛዎም ንዘተገለልዩ ጥፃኖ ጸገዮት ናይ ምክልኻል ባቤ ዘለዎ ቀመም እዩ። ነድሪ ናይ ኣፍንጫ ዘለዎም ሰባት ብጠብኪ ዝገዛዎ ክውዱ ዝበል ምዃኑ ክኣላታት ስብራማዊ ይረጋግዳ።

ነድሪ ኣፍንጫ ዝገዛዎ ስክራን

እቲ ጸብቕ ኣጋጥሞ ነድሪ ኣፍንጫ ንሓላ ክትኸኣልካ ዝኸኣል እዩ። ግበኝ ናወሳን ምክትታልን እቲ ቀጥታዊ ነቲ ጸገም ንምክልኻል ወይ ንምጻይ ዝኸተገበ ኣገብር እዩ። ካይቲ ግዩ፡ እቲ ስምም ኣብ ህይወትኻ ዝገዛዎ ስክራን ብዘኸኣልካ ስብራማዊ ይረጋግዳ።

\* ኣብ ግዜ ለይቲ ምልክታት ናይቲ ስምም እፍንጫ ካብ ድቃኽ ክትኸኣልካ ምጥር

\* ብጠብኪ ምስ ዘይተገለልዩን እትፍውሳን ናብ ኣካማን ናብ ካልእ ጸገዮት ስርጉት እትኣኣሉ ክምባል ይኸኣል ምዃኑ።

\* ርኽሲ ናይ እገቤ ስርጉን ካልእን ክፈጥር ምኽኣል

\* ናይ ስራሕ መንፈስ ብምግዳ ካብ ትምህርቲ ወይ ስራሕ ከምኡ ክብር ምጥር

\* ብተደጋጋሚ ርኽሲ ክትጥቀም ምጥር... ገለ ካብዮም ክጥቀሱ ይኸኣሉ ስክራን እዮም።

ነድሪ ኣፍንጫ ኣብ ህጻናት

ህጻናት ነድሪ ኣፍንጫ ከምብሉ ይኸኣሉ እዮም። እቲ ጸገም 10 ዓመት ዕድመ ቅድሚ ምምልኻም እዩ ብጠብኪ ዝገበር። ሓይ ህጻን ዓመት መጽእ ኣብ ተመሳሳሊ እዮን/ወቅቲ ናይ ሰባል ዝመልስ ምልክታት የርእ ከም ዘሉ ምስ እትኸተቡልኩ ነድሪ ኣፍንጫ ክኸውን ስለዘኸኣል ቀልጠናን ስክራን መርመራ ክትከፈሉ ይገብሩ።

ኣብ ህጻናት ዝርእ ነድሪ ኣፍንጫ ምልክታት ልክብ ከም ናይ ዓይነት እዩ። ህጻናት ዝይዩ ዓይነት ብዘኸ ጸርታ ናይ ኣፍንጫን ንጥባት የርገዩ እዮም። እዚ 'አለርጂክ ኮንጅንቲቲቲቲ' (allergic conjunctivitis) ተባላ ይጽዕሩ። እቲ ህጻን ስክራን እትኣኣሉ ምስ ዘጋጥም ወይ ከተኸኣሉ እንክሉ፡ ጸጽ-ጸጽ ዝበል ደምቢ የፀመ እንተኣሉ፡ ኣካማ ከይገልፅ ምክትታል የደሉ።

እቲ ህጻን ወቅታዊ ዝኸተ ነድሪ ኣፍንጫ ከም ዘለዎ ምስ እትረጋገጹ፡ ነቲ ነድሪ ከምኡ ክትኸኣልካ ኣለካ ክትኸኣልዎ ይገብሩ።

ክዳውንኹን ዝገበርም ኣንኣኣትን ብጠብኪ ክትኸኣልካ የደሉ።

ምንጫ፡- health line

**ብዘይካ ስነ-ይ መዓልታዊ እትሕተም ጋዜጣ**

**ዋና ኣሰናዳኢ**  
ኣሰናዳዊ ተኸለግርያም

**ምክትል ኣሰናዳኢ**  
ብርሃነ ምሕረት-አብ

ቁ.ሰ 116266 / 201820(2220)

**ቦርድ ምስገዳኢ**  
ዮሴፍ ሃይለማርያም  
ምሉእ-ብርሃን ሃብተ-ገብርኤል  
ተስፋ-አለም የማነ

ቁ.ሰ 201820 (2214)  
ፋክስ. 127749 - ቁ.ሳ.ጸ. 247

**ለይ-አውት**  
ትንሱ-አ ፍሰሃዮ ሰማዳዊት ሓይለአብ  
ሳምራዊት ሃብተ ቤተ-ልጌም ታደሰ

ፍርቱና ኤፍሬም

**ምዘርጋሕ ጋዜጣ**  
ቁ.ሰ. 200454-07121322  
ምልክታ  
ቁ.ሰ 125013 - ቁ.ሳ.ጸ. 1284





# ሕብረ-ዊት ብርባ

ሃብተሚካኤል ዕቅብሰላሴ

ምልክታት ናይ ዘፍቀረ ወዲ ብዘለ ፍቅር ብልህ ከይተዘበ እንክሉ፡ ነታ ዘፍቀረ ሰብ ምስ ርገዩ ብዘገብርኩም ክኣብዩ ምዃንኩም - ብወይንብ ቀሪይ ማዕረ ክንይደ ኣብ ፍቅር ወዲኹ ከምብሉ ክክፈልጦ ይኣይል እዩ። ወጃታት ብፍቅር ሳዳዩ ልሳንና ሕቲ ፍቅር ምፍቅራብ እንተ-ኣገደ እውን ክኣብዩ ምዃንኩም፡ ግፍቅርና ክተባኡ ዝክኣል ኣይኣይን። ተይ ዝፈተወ ወዲ ምዃንኩም እታ ዘፍቀረ ጎርብ ብደብቅዩ ዝህታተሉ። ዘፍቀረ ወዲ ዝፈተወ ንል ኣብ ክብሉ እንተኣደ ክኣልት ሰብ ግግራዎም ኣደህሆ ሓብን ወፍሉን ናብታ ዘፍቀረዩ ዝከይደ፡ ተይ ኣብ ፍቅር ዝወደቅ ወዲ

## ምልክታት ናይ ዘፍቀረ ወዲ

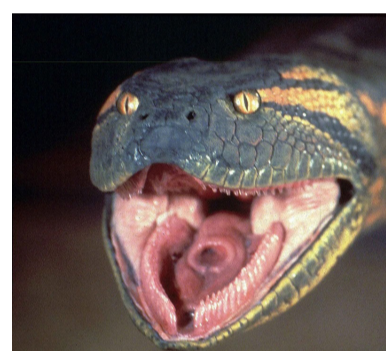
መብረኻ ግዛብታዎ ክብ ምዃንኩም ደሕር ኣይብልንዩ። ክደውሉልኩም እንተኣሉ ደድውልኩ ከዘውህቲዩ እንተኣሉ ደማ ያዘርፍ። ብተጻፊ ቃሉ ኣብ ምዃንኩም ንጠፍዩ። ዝፈተወ መብረኻ ክብ ምዃንኩም እንተኣሉ ግፍ ኣየፍቀረን ወይ ክብታ ንል ዝፈተወ ግዛብ መልሲ ኣየተካየደን ማለትዩ። ብተጻፊ ተይ ዘፍቀረ ወዲ ግዛብታዎ ንል ልክዕ ትክክት፡ ግርቡ ዝሆነ ክብሪዩ ዝሆነ፡ ዘፍቀረ ወዲ ኣብ መገን ኣዕብይት ግፍቃቃታቲ ብኣደናቅትዩ ዘልዎ፡ ፍቅሩ ከም ዝተቐበለዩ እንተ ፈለጡ ከኣ ከም መርኢዩ ኣክብሮቲ ምስ



ዝፈተወም ኣዕብይት ዩላዎ፡ ፍቅሩን እንተኣይን ወዲ ምስ ስድራቤቲ ከለል ይብዙ። ተይ ወዲ ኣፍቀረኩ ዝዘለ ንል ክብ ዝፈተወም ኣዕብይትን ስድራቤቲን ኮርታታ እንተ ደልዩ ፍቅሩ ቀጻልነት ክህልዎ ከም ዘይገልጹ ይመልከት። ዘፍቀረ ወዲ ክብቲ ኣብ ልዕሊ ዘፍቀረ ንል ዘገብርኩም ምዃንኩም ምዃንኩም ሽፍታታቲ ዓይኒዩ፡ ብዘውገሱ ምስ ዝፈተወ ኣፍቃቃታቲ ዘኡ ኣፍቃቃ መርኻት ኣዳንቲ ይገፍሉ እዩ። ኣብ ኣዳንቲ ዝርገዩ ምልክታት ክከብሩ ስለ ዘይክኣሉ ተይ ዘፍቀረ ወዲ ክብብን ዝገባን ምልክታት ሓንቲ እንተ ርገዩ ብርግኡ ኣብ ፍቅር ወዲኹ ኣክብራ ንክኣል።

መብረኻታዎም ዓይነት ኣናንዳ ኣብ ስሞኡ ምብራቅ ብረዘልን ፍራንቲ ጋዳ፡ ኣብ ላቲን ኣሙሪካ እንተርብ ደሰኦን ዝርብ እዩም። ናይ ባሕሪ ኣናንዳ - ብኣናንዳ ባሕሪ ዝፍለጡ ዓይነት ኣናንዳ ኣብ ባሕሪ ቀሪይ ዝርብ እዩም። ኣናንዳ ዘይኮም ክኣልት ሓላታት ኣትማን ክኣሉ ሰናዕትን ኣብ ኣገልግሎት ዝወዕል እዩ። መብረኻታዎም ሓላታት ኣትማን ተይ ሳንታዎም ቀሪይ እዩም ኣብ ጥቅሚ ዝወዕል። ዝገቡ ኣብ መገን ተወገኖን ኣገንዘኖን ዝገል ናይ ሃዳን ወይ ግዜ ፍልልይ ኣለዎም። እቲን ኣገንዘኖ ኣናንዳ ክብዩም ተወገኖ ኣገብን ዝበዙ እዩ። እቲ ናይ ዕብዮት ደገፍ ናይ ኣገንዘኖ ኣናንዳ ክብ ናይ ተወገኖ ኣገቡ ዝገቡ እዩ። ሓንቲ ኣገንዘኖቲ ቀጠል ሓናንዳ ምንጭ ክብደታ ተመክቲ ስጽፊ ናይ ተይ ተወገኖ ኣናንዳ እዩ። እቲም ዝገቡ ሓላት ናይ ኣናንዳ ቀጠል ሓናንዳ ክይኮም ክብደት ናይ ሓንቲ እንክል፡ ኣገንዘኖቲ ቀጠል ሓናንዳ ኣላታት ክልት ከንታልን ፈረጃን ክኸውን ከሎ፡ ቀጠልዎም ደማ ኣላታት 10 ሜትር ኣበሉ ይገቡ። ብኣገንዘኖ ደማ እቲም ዝኣሉ ሓላት ብግሪ ኣናንዳ ክይኮም

## ኣናንዳ



ክብደታም 30 ከሎ ግሪም ቁጠታም ደማ 4 ሜትር ይገቡ። ኣናንዳ ዘለዎም መንጋጋ ዘይኮም ናይ ክልት እንክላታት ኣትራፍ ዝተኣረ ዘይኣሉ ናብ ዝተፈለዩ ኣንጻራት ክከተላቸዩ ዝክኣል እዩ። ንኣብቲ ታሕተዋይ መንጋጋ ናይ ኣናንዳ 180 ዲግሪ ክክፈት ዝክኣል ብምዃን ሓይላት እንክላታት ብቐለሉ ክውሰዱ ይከኣሉ። ጭቆናታት መንጋጋ ናይ ኣናንዳ ኣገቡም ተረርቲ ብምዃን ምንጭ ኣናንዳ ኣገቡ ሓይል ከም ዝኸውን ይከበር። ዝበዙ ግዜም ኣብ ወሽጢ ማይ ዘኣልፉ ኣናንዳ ኣብ ወሽጢ ማይ ትገላጹም ክኮበ 45 ደቐይቅ ሓብኦም ክገኙ ከም ዝክኣሉ ይግበሩ።

ብዘውገሱ ደማ ጸብቅ ናይ ምልክታዎ ምልክት ዘለዎም ሓላት ኣትማን ከም ዝከኣሉ ይገቡ። ኣትራፍ ስርዓት መፍረ ተወገኖ ኣናንዳ ኣብ 18 ኣዋርሕ ናይ ዕድሜታዎ ክምብሉ ከለዎ፡ ናይ ኣገንዘኖቲ ኣናንዳ ግን ኣብ ሳልሳይ ዓመታ ይምብሉ። ኣናንዳ ጸብቅ ርብብ ኣብ ዝፍጸሙሉ እዋን ክኮበ ደርብን ዝኣሉ ተወገኖ ኣናንዳ ኣብ ልዕሊ ሓንቲ ኣገንዘኖቲ ኣናንዳ ብምዃን ግፍ ኣይታ ኣገንዘኖቲ ህዋስ ምርኻብ ይገቡ። ኣብ መወጃታ እቲ ዕድሜ ተወገኖ ኣናንዳ ደማ ዘርኡ ኣብቲ ብclocoa ዝገዛዎ ህዋስ ናይታ ኣገንዘኖቲ ብምዃን ክልት ተወገኖ ከም ዘይራኸቡ ይከበር።

## ጥዕናዊ ጥቅሚ ብርባታት

ብርባታት 92 ማዕታዎት ማይ ዝዘለ ክኣሉ ዝተረፈ ትሕትኡ ቀለል ዘይኮነ ሽታሚናትን ማዕድናትን ኣለዎ። ብተኣኣ ትሕትኡ ፖታሽየም ላይተግኑ ሽታሚኒን ሲን ስለ ዘለዎ ክብሉ ትሕትኡታት ክርብበ ዝከኣል ጥቅምታት ኣትራፍ ክብ ብርባታት ክወገድ ይክኣል። ኣብ ዕድገታት ብዘተሸ ጥን ስለ ዝገቡ ዝዩ ገደን ዝኣኣ ንክኣልዎ ዘተዋቦ እዩ።

- ላይተግን ብወይት ኣብ ኮሚደሪ ዝርብበ ትሕትኡ ክኸውን እንክሎ ኣብ ብርባታት እውን ብዘከኣሉ
- ገርብ ማዕድን እዩ።
- ማዕድን ፖታሽየም ጸቕጢ ይምን ህርመት ልብን ኣብ ምርጫ ዝከብም ማዕድን ምዃን ይገቡ። ኣብ ብርባታት ብዘከኣሉ ስለ ዝርብበ ደማ ብርባታት ገምቡ

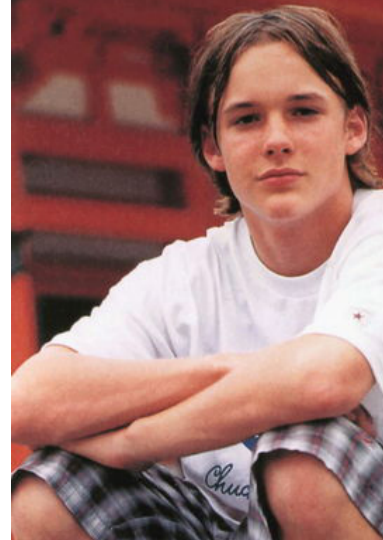
ሰብ ተጠቅሞቲ ናይዚ ማዕድናት እዚ ይኸኣሉ።

- ብርባታት ርኣኡ ስብከን ክልእ ርኣኡት ኣትራፍን ዝቃሉ 'ኣንቲ ኣኣሳንቲ' ብዘከኣሉ ስለ ዝርብበ ኣትራፍ ኣብ ምንጫይ ጥቅሚ ከም ዘለዎ ክኣላታት የረድኡ።
- ደርባት ከቃልል ይክኣል።
- ስምም ልብን ዝዩ መንግሥት ዘገቡ ቁጠታታትን ኣብ ምርጫ ዝከኣሉ ከም 'ገልጻ ኣሳድ' ዝኣሳሉ ሽታሚናት ይርቡ።



## ብራድ ባርን ሪንፍሮ

ብ25 ሓምለ 1982 ኣብ ሮክዮቨል ቱሲ ዝተወለደ ሪንፍሮ፡ ገና ወዲ 10 ዓመት እንክሉዩ ወራይ ናይ ልልም ዳይገብር ጃኦል ሽማግሥ ተወህሞ ከም ዘለዎ ኣሰውግሎ ኣብታ “The client” (1994) ዘርሲሖ ልልም ምስ ቦታ ሰብ ሳብን ሳብን ሳብን ቶሚ ሊ ደጃብ ከዋህ ዝተረገደ። ኣብ ልልም እዚ ኣደም ደማ ሪንፍሮ ዝህል ሃብ ዘመዘኮ፡ እዚ ማለት ኣብ ቀጣሚ ተሳክፎት ብሉጽ ምዃንኩም ስለ ዘርገዎም፡ ኣብቲን ድኩራ ዝገደብን ልልምታትን ገሉድ ስቶ ደገም፡ ገሉ ክብተን ገሉ ስቶ ዝርከብን ልልምታት “The cure” (1995) “Tom and Huck” (1995) “sleepers” (1996) ዝኣሳሉ ደርብኮኡ፡ ከም ወጸኡት ብሉጽ ስርኩ ደማ ኣብ 1995 ክኮበ መገሰይ ተዋህኦ ተወላ ብህሊውድ ሪፓርተር ከም ኣተሸሎ ይገቡ። TETA መገዢን እውን “ከበላ 30 ትሕቲ 30 ዓመት” ብዘበል ኣርገላት ኣብ ዘወጸኡ ዝርኩ ኣሳቦት ኣርገፍሮ ክረፍሖ ምዃንኩም ክኣል ኣብቲ ብሉጽነቲዩ ክሰሩ፡ ብራድ ሪንፍሮ ኣብ ዕድሜ ከትታኣ፡ ብዘምበሎ ስምጥቅ ወልፊ ብተደጋጋሚ ቡቴ ስምጥቅ ወልፊ ክሰሩ ክኣሉዩ። እዚ ደማ ገምዱ ማ. መሳከሮ ከይኣ ዳይተረገ፡ እቲ ዘለበን ከኣ ከም ሳብን ናይቲ ዝበር ወልፊ ስለ 4ርኩ ልዕሊ ሃዳን ኣደገዘ. መድገቲ ብምውሳኡ ኣብ 25 ዓመት ዕድሜኡ ኣብ 2008 ክብኣ ገምቡ ብምት ተፈልዩ።



ቅዱሳንነት ባርን ኣብ መወጃታ 15 ዘመን ኣብ እዋን ዘመን ተገደኖ ኣብ ዓይ ግዳን እዩ ተኣታቲዩ። ድኩራ ከኣ ኣብ ግዜ ገንብ ልዋሽ ኣብ መዘ 17 ዘመን ናብ ሪንፍሮም ከም ዝተኣተወ ይገቡ። እዚ ኣብ መብረኻታን ሃይት ኣውርጻ ወምደ ዝከኣ ቅዱሳንነት ሞላኦ ኣብዩም ድኩሪም ናብ ባሕሪም ዘርገዎም ሪንፍሮም ከምቲ ዝደለ እንተ ዘይ ቀጸሉ ኣብታ ቀይማ ዘተኣተወቲ ግልጽን ድኩሪን ዝከኣል ዳምርብን ሰላም ጸብቅ ገሊጻል እዩ ኣርገዩ። ብድሕር እዚ ኣብ ኣጋ ምድግ ቀጣሚ ወምደ ግምቡ ዘም ንቅዱሳንነት ባርን ጸብቅ መላኸዎን ተወሳኺ ምዃን ዝከኣ ሰላም ስለ ኣብ መላ ምዕራብ ኣውርጻ ኣሰራሰፍ፡ ቅዱሳንነት ባርን ኣብ ግም ከም ዘይከኣሉ ክብ ዝበሉ ተይ ሰላም ባርን ስርጌ ደምደሸ

## ጥቅሲታት ስብራቲት ብርባ

- “ከተለፍኩ መርር ተመክር፡ ከም ተይ ኣለም ክኣል ህደወን ክርገድ ኣይግብርን፡ ክብ ዝከኣ ጉዳይ ገሊ ሃር ተመክርኩ ወይ ዝኣብኩ ሰብ ክኣኣ ኣኣ ትወገድ፡ እቲም ናይ ብተኣቲ ብደኣ ቦታ መን ምዃንኩም ትፈልጉ፡ እቲም ፈተውትን ደማ ገንገ ማዕረ ክንይደ ሞሞንን ኣገደብን ምዃንኩም ትግዝቡ” - ከለን ሆ
- “እቲ ኸሉ ከም ዝኣል ክከፈልጡ እትክኣል መገዶ ክገኙ ብምዃን ክቴ ዘይክኣልውን ብምዃን እዩ።” - ኣርኩ ክርከ
- “ሕላፍ ህደወን ግጥም ማለት ኣይኣንቲ፡ ኣብ ዝከኣ እዋን መጻኢኻ ተይ ምግብ ክከመርኩ ትክኣል ኣኣ።” - ማዕድን ሪንፍሮ
- “ኸሉ ሰብ ኣብ ወሽጢ ጸብቅ ዘይ ኣለዎ፡ እቲ ጸብቅ ዘይ ከሉ ሰብ ማዕረ ክንይደ ማ. ክኸውን ከም ዝክኣል ማዕረ ክንይደ ከፍታር ከም ዝክኣል እዩ። ግፍቅሞ ማዕረ ክንይደ ሓይል ምዃን ዘይፈልጥ ምዃን እዩ።” - ኣን ፍራንክ
- “ኣኣከፍ ጋህዲ ንክደወን ዝምዘና ኣኣ ሃር፡ ናይ ሎሚ ምግባርን እዩ።” - ዘይተፈልጠ

ክብራዎን ምስ ክልት ቅድታት ሳብነት ተተፈጻሚ ክደውን ተረጋግዶ እዚ ምምላሹ ነይኡ ግዜ ዝተኣተ ቅዱሳንነት ምዃንኩም ተጻጻፍን ተረርን ሰብኡ ምውናን የደሊ።

## ሳዕስዲት ባለት

እዩ፡ እዚ ብምገዳ ሰላም-ደን ኣበሉ ንመላ ግም ክደሉ ዝደመረ ቅዱሳንነት ንምዃር ኣብ መዘ 20 ዘመን ልዕሊ ክልት ቅድታት ሳብነት ኣብ ኣራጋርቲን ኣብደተ ሳብነትን

ክብራዎን ምስ ክልት ቅድታት ሳብነት ተተፈጻሚ ክደውን ተረጋግዶ እዚ ምምላሹ ነይኡ ግዜ ዝተኣተ ቅዱሳንነት ምዃንኩም ተጻጻፍን ተረርን ሰብኡ ምውናን የደሊ።





# የወጪው አገልግሎት

ናጽነት ደስበለ - ሓበን ገብረአምላክ - ሳምራዊት መለስ

ኮማንዳ ቤት-ፍርድ ገጅረት አቶ ጸጸ ክፍለ ተሰጣጭም አይ ክፍለ ተሰጣጭም ወልደክርኤል ሰለሙን፣ አካባቢ 7 አታታይ ወረዳ፣ ምዕራብ ደረጃ ደረጃ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።

ኮማንዳ ቤት-ፍርድ በለዛ ከሥነ ስርዓት አገልግሎት ወረዳ/ፍ የወሃንህ ሃብተሰላሴ ፍጹም የወሃንህ ሃብተሰላሴ ተከላከለ፣ 1.ወረዳ/ፍ አገልግሎት ወረዳ/ፍ የወሃንህ ሃብተሰላሴ - አቶ መካሪ የወሃንህ 2.ፍ/ሃብተይ የወሃንህ ተተኪ ደቁ.1.ጸጋይ ሃብተይ 2.አሮን ሃብተይ 3.ፍ/ት አቶሉ ሃብተሰላሴ ተተኪ ወዳ 1.አቶ ገሐር ገለ 4.ፍ/አሮን ሃብተሰላሴ ተተኪ ደቁ 1.ተከላከለ አሮን 2.ዘይድ አሮን 3.አቶሰራት አሮን 4. ፍ/ት አሮን ምዕራብ ወርሲ ምዕራብ ክሲ ቀረብልም ስለጠባብ፣ ተከላከለ ወይ ተከላከለ ወሰከም ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ቅርብ። እንዘይቀራብም ጉዳይ አብደላሽ-ክርካ ምዕራ ሃፍል።

### ቤት-ፍርድ ዞባ ደቡብ መንደራራ

አቶ አደብ ወላደ ወ/ሮ ፍቃዱ ገብረብርሃኑ ጎ/ወይዘሮ ወይና ደበይ አደብ ምክረ ተሰጣጭ ተሰጣጭ አደብ ተሰጣጭ ይተከራሉ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ 4ይ መጋዘኖ ይቆራብ።

ሮዳስ ተሰጣጭ ክፍለ ምክረ ተሰጣጭ ሳምራዊት ተሰጣጭ ክፍለ ተሰጣጭ ይተከራሉ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ 4ይ መጋዘኖ ይቆራብ።

### ኮማንዳ ቤት-ፍርድ ዓዳ በዝሓንስ

ከሥነ ስርዓት መቀረብ ምሃድ ኮቲ ተከላከለ አቶ ዘይጸገን ብርሃን ገብረደሳለኝ ናይ ሓዳር ክሲ ቀረብልም ስለጠባብ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ቅርብ። እንዘይቀራብም ጉዳይ አብደላሽ-ክርካ ምዕራ ሃፍል።

### ኮማንዳ ቤት-ፍርድ ዓራውቲ

ከሥነ ስርዓት መቀረብ ጸጋይ ተከላከለ አቶ አሮን ሃብተ ደበይ ናይ ሓዳር ክሲ ቀረብልም ስለጠባብ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ቅርብ።

### ኮማንዳ ቤት-ፍርድ ከረን ከባቢ 03

አበይ መካሪ ገለጽ አቶ መካሪ ገለጽ ሰለሙን፣ አካባቢ 9 አታታይ ኦሪ ቀጣምን ተከላከለን ንብረት ወረዳ፣ ምዕራብ ደረጃ ደረጃ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።

ወ/ሮ ለቴ ፍደጋ አደም በጸላይቲይ ወልደይ ማህአዳ ኣሮንም ሰለሙን፣ ምዕራ ናይ መጻምዲ መሳላይ ይተከራሉ።

10 ደቅና ደማ ወረዳ፣ ምዕራም ደረጃ ደረጃ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።

### ቤት-ፍርድ ዞባ ጋሽ ባርካ ባረንቱ

መርሃቲ ማህአዳ ስም ወይዘሮ ናገራኤል መረሰ ዐቅባይ ምክረ ተሰጣጭ አገልግሎት መረሰ ዐቅባይ ተሰጣጭ ይተከራሉ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።

### ቤት-ፍርድ ዞባ ተሰነይ

ወ/ሮ ፊፍብ ዓቡይ መካሪም ስም ጸሎ ጽና ኣደወርቁ ተከላከለ ምክረ ተሰጣጭ ጽና መርሃቲ ስርዓት ተሰጣጭ ይተከራሉ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።

### ኮማንዳ ቤት-ፍርድ መስከረም ሰላም ፍትሐ ተሰነይ

ወ/ሮ ምስት ዘርዳውሃን መካሪ ወሰከል አቶ ሃብተ ገብረሰላሴ ተሰጣጭ ጸገዱ አቶ መደሃኔ ሃብተ ገብረሰላሴ ናይ ሓዳር

ክሲ ቀረብልም ስለጠባብ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ቅርብ። እንዘይቀራብም ጉዳይ አብደላሽ-ክርካ ምዕራ ሃፍል።

ሪሃል ነጋሲ አሰሙኔ በጸላይ ቤተይ ማህአዳ ፍሰድ ሰለሙን፣ ምዕራ ናይ መጻምዲ መሳላይ ይተከራሉ። 5 ደቅና ክሲ ወረዳ፣ ምዕራም ደረጃ ደረጃ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ 26/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።

### ኮማንዳ ቤት-ፍርድ አምሓጆር

አቶ ተክላይ ገብረጸላሴ በጸላይ ቤተይ ወ/ሮ ልቲ ሃብተርቢ መበራሃቲ ሰለሙን፣ ናይ ጣኪ ቡካ ብሮን ስም ናብ ስምይ ክቆረሃይ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።

### ኮማንዳ ቤት-ፍርድ ዓሊ ግድር

ወ/ሮ አብ ሓገሳ ገብረማርያም በጸላይቲይ ምክረ ተሰጣጭ ሰለሙን፣ አካባቢ 6 ደቅና ወረዳ፣ ምዕራም ደረጃ ደረጃ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።

ኣብ ከተማ ደቅምሓረ ምምክብ መጻሕ-ብም ወላደና ሰውእ ገብረሃን ብርክ ክፍለ ዝተመዘገበ ገዙ ብምሳሌ ቁጽሪ 530601 ምክት ቁጽሪ 530980 ንወረዳ፣ ዝተወጸደ ልብራት ገዘ ስለጠባብ፣ ዝርገብ ወይ ብዕዳ ሓዘዱ ዝባል እንተሉ ኣብ ወጻጢ 30 መጻልታት ብዘጽራ ቱሊ07138058 ክትብራ፣ እንዘይቀራብም መተኪታ ኣብ ኮማንዳ ኣይቲ ደቅምሓረ ክተኪት ምዕራ ሃፍል።

መም. ግይይ ገብረብርሃን ብርክ

አካባቢ ምዕራም መካሪ ዐሳምን ዝተሰየሙ ኣብ ዞባ ማህአዳ ምም/ዞባ ኣቆራብ ዚገብሩ 1A132 ገሎት 100 ፓርሲል 661 ዝርከብ ተከላከለ ስፍራቲ 143 ሚ/ት ኮይን፣ 7 ክፍልታት ዘጠቓለሉ ኣብ ምም/ዞባ ማህአዳ ቤ/ጽ ፓብሊክ ናታሪ ብዘጽራ ወሰል 3,843 ብዕዳት 15/11/2013 ኮሚሽን ኣብ ቤ/ጽ ካዳቲር ብዘብረት መዘገብ ቁጽሪ 3843/2014 ብምሳሌ ተመዘገቡ ምክት እተረጋገጹ ዘይቀረብን ንብረት ገዘ ስለ ዝሰየሙ ስም ምክት ናብ ስም ሃደግቲ ኮሙኒካሽን ስለ ዝደለሱ፣ ዝቃዎም እንተሉ እዚ ምልክታ እዚ ኣብ ጋዜጣ ኣብ ዝወጸሉ ዕለት ጀምሩ ኣብ ወጻጢ ሓደ ወርሒ ኣብ ዝምልከቶ ቤት ፍርድ መካሪ ናብ ቤት ጽሕፈት ፓብሊክ ናታሪን ቤ/ጽ ካዳቲርን የቅርብ።

ዓብይልጠፍ መካሪ ዐሳምን

### ንግል ግዜ ዝወጸለ ምልክታ ጨረታ

- ኮሎኔ ቢዝነስ ማህበራዊ ስፍልጠትን ዓዲቶይን ናይ ስትሙት መርካሕ ማህን (ፎቶ-ኮንፕሪን ፕሪድታት) ምዕራም ፳፯/፲/፲፭ ኣብ 10 ጥቅም 2023 ኣብ 31 ታሕሳስ 2023 ዝዘነከ ቀረብ ጸገቲ ኮሎኔት ስለ ዝደለዩ ግዳታት ስጋውያን ተግባራት ንጠረታ ይደድም። ተግባራት ኮሎኔት ዘለዎም ቅጽታት
1. ኮሎኔ ቢዝነስ ማህበራዊ ስፍልጠትን ዓዲቶይን ንኤራውያን ኣቅርብቲ ቋንቋ ቀረብ ጸገብ (ፎቶ ኮንፕሪን ፕሪድታት) ብሸግታ ደብዳቤ ክቅርብ ይደድም።
  2. ጨረታ ንኩሎም ስጋውያን ኣቅርብቲ ክፍት እዩ።
  3. ናይ 2019 ዝተሓሰበ ፍቓድ ግዳ፣ ታሕሩ ፎቶ ኮንፕሪን ማህበራዊ ናይ 2021 ክሊራንስ (Clearance) ምቅራብ የደሊ።
  4. መክሪ ጨረታ (10,000) ናቲ-ብርሖን የገልግል።
  5. ብዘኮን ተግባራት ስድር ጨረታ ምውሳድ ዘይምሳሰ ሞሪ ገዝብ 50.00 (ሓምሳ ናቲ) ብምክፍል ክወግዱ ይክእሉ።
  6. ምልክታ ጨረታ ኣብ ጋዜጣ ኣብ ዝወጸሉ ዕለት ጀምሩ ኣብ ወጻጢ 10 መጻልታት ጨረታ ክፍት ኮይን፣ ገጽ/ኮይን ዕለት 1000 ቅብ ኣብ ኣሰራርባ ፎታብርቲ፣ ዝርከብ ጨረታ/ኮይን ቢዝነስ ማህበራዊ ስፍልጠትን ተግባራት ወይ ስጋውያን ወልደቶም ኣብ ዝተረከቡ ጨረታ ይክኑሉ።
  7. ኮሎኔ ቢዝነስ ማህበራዊ ስፍልጠትን ዓዲቶይን ዝተሸ ሓምሪ. ምን ዝርከብ ጨረታ ብምክፍል ወይ ብዘይታ ናይ ምሳራ ማህበራዊ ዝተሰየሙ እዩ።
- ኮሎኔ ቢዝነስ ማህበራዊ ስፍልጠትን

ኮማንዳ ቤት-ፍርድ ብሸኳ ወ/ሮ ፍቃዱ ባታ ገብረማህቲ በጸላይ ቤተይ ተሰጣጭ ኪዳን ፍሰድ ሰለሙን፣ ምዕራ ናይ መጻምዲ መሳላይ

ይተከራሉ፣ 9 ደቅ ክሲ ወረዳ፣ ምዕራም ደረጃ ደረጃ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።



ምሲጋና ብሸኳት እንገልግል ንገልግል የሳን ክብራኤል ዝተሰየም መርሃ ሓዘን እናገለጸና፣ ኣብ ጸጸራት ዘቃርኩምና፣ ኣብ ገፍ ብምልላስ ከምኡውን ኣብ ወጻጥን ወጻጥን ተሰፊን ብምድቃል ተካፊላት ሓዘን ብምዕን ዘዩናሳምና፣ እምነትኩም ጸግኡም ይህብም ስም ኣይተርጎሙ - የቆጸልና እናባልና ሓዘን ከምዘጸና ገለጸ።  
ዶ/ር ክብራኤል መካሪ ሲ/ሮ ፍራወይሪ ተክላ ምን ምሉኡት ስድራብት



ምሲጋና ብሸኳት ክብርቲ በጸላይ ቤተይ ወ/ሮ ምስረት ተሰጣጭ ክፍለ ወረዳ፣ ምዕራም ደረጃ ደረጃ ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ፣ ፳፯/፲/፲፭ ኦሪ ቤ/ፍ ይቆራብ።  
በጸላይቲን ሊቀ ስልጣናት ቀሺ ኣዳሱ ቀሺ ሃይሎምኤል ምን ምሉኡት ስድራብት



ምሲጋና ብሸኳት እዚና እናቅርን እንክብርን ክብር ወላደና ኣቶ የወሃንህ ቀሺ ብርክ ገብረሰላሴ ደቅን ኣሳምናን ዝተሰየም ሓዘን እናገለጸና፣ ኣብ ስሕራት ቀብሪ ኣብ ኣሰራርባ ቤተክርስቲያን ዘቃርኩምናን ገፍ ብምልላስ ድኩን ኣብ ወጻጥን ወጻጥን ተሰፊን ዘዩናሳምናን የቆጸልና ስም ኣይተርጎሙ።  
ምሉኡት ስድራብት ነ/ጸ የወሃንህ ቀሺ ብርክ ገብረሰላሴ

ኣብ ከተማ ደቅምሓረ ብም ፍቅሪ ወልደሃሞርያት ሓገሱ ብምክር መወሰሲ ቁጽሪ 4-000788 ዝተመዘገበ ናይ ገዘ ሊብራት ስለጠባብ፣ ብዕዳ ሓዘዱ ወይ ረገሰዱ ዝባል እንተሉ ብዘጽራ ተሰፊን 07250092 ክትብራ፣ እንዘይቀራብም ግን ኣብ ወጻጢ 30 መጻልታት መተኪታ ክተኪት ምዕራ ሃፍል።  
አቶ ፍቅሪ ወልደሃሞርያት

ክቲ ኣብ ዞባ 6 ምም/10 ጎይና 820 ብዘገምኑር ወረቀት 108572 መወሰሲ ቁ.123556 ብም ወረዳ፣ ወረዳ፣ ነ/ጸ ቀሪታ ወልደሃሞርያት ነ/ጸ ታሕሳስ ገብረማህቲን ዝተመዘገበ ገዘ እን ዝዘገብጹ ገና ናብ ስምይ ክይተመሓሰረ እንክሎ እቲ ኣርጅናል ስድር ስለጠባብ፣ ብዕዳ ወይ ብዘገልጽ ጉዳይ ሓዘዱ ኣሊኹ ዝባል እንተሉ ጋዜጣ ኣብ ዝወጸሉ ዕለት ጀምሩ ኣብ ወጻጢ 30 መጻልታት ናብ ቤ/ጽ/ካዳቲር ክትብር፣ እንዘይቀራብም መተኪታ ኣርጅናል ክወግዱ ክተኪት ምዕራ ሃፍል።  
አቶ ገብረብርሃን የወሃንህ

ኣምልክቲት ወ/ሮ ደሃብ ዛይድ መሳይ ወረሳት ናይ በጸላይ ቤተይ ሰውእ ጸዕዱ ባታ መሳይን ምዕራም ብኮሎ/ፍ/ማህአዳ ከተማ ስለ ዝተረጋገጸሉ፣ ዝ ብም በጸላይ ቤተይ ዘለ ስሌት ቁ/ER-1A1965 ዝኾነት ናይ ገዘ ማህበራዊ ምክት ናብ ስምይ ኮሙኒካሽን ስለጠባብ፣ ዝቃዎም እንተሉ ኣብ ወጻጢ ሓደ ወርሒ ኣብ ዝምልከቶ ቤት ፍርድ መካሪ ጎንደር ወይ ናይ መወጻታ ወሳኝ ሓዘ ናብ ቤ/ጽ/ማሪ መግግዢ ምድሪ (ቲራጸፎርት) ይቆራብ።  
ወረሳት ሰውእ ጸዕዱ ባታ መሳይን ወ/ሮ ደሃብ ዛይድ መሳይ



# ዜና ወዳሪ

ብርሃነ ምሕረትአብ

አብ ህንዲ 'ጆሲያ' የተባለች ገዛታችንን ገዛለች። ከገዛታችን ገዛለች። ገዛለች።

## አብ ህንዲ፡ ሓንቲ ከተማ 'ከትጥሕል ጆሚራ' ተባሂለ



እታ አብ ዞባ ኢትዮጵያ ድረስ ገዛለች። ከገዛታችን ገዛለች። ገዛለች።

## ጆሚራ' ተባሂለ

ገለጻል። ደረጃው ደርጊት ለሆነው ጆሚራ... ገዛለች። ገዛለች።

አቶጃም አብቲ ከቤተ መንግሥት... ገዛለች። ገዛለች።

## ኩባንያ አማዞን 18 ሺሕ ሰራተኛታት ይሰገግ

አብ አሜሪካ ወጪታት ንምግብ እሳታት 18 ሺሕ... አሜሪካ ወጪታት ንምግብ እሳታት 18 ሺሕ...

ዝመደቡ ምክንያት ንምግብ... አሜሪካ ወጪታት ንምግብ እሳታት 18 ሺሕ...



## "አብ ልዕሊ መራሕቲ ፓኪሲታን ቅንጻላ ክፍጽም እየ" ጣሊን

አብ ፓኪሲታን ዝተካየዱ ስታዲዮ... ገዛለች። ገዛለች።



ሳላምት ሰብሰባቲ ፓኪሲታን ከታላታ... ገዛለች። ገዛለች።

## አመሪካ - ሸምንተ አባላት ሓንቲ ስድራ አብ ገዝኦም ተቐቲሎም

አብ አሜሪካ 'ኢኮኖሚ' አብ ዝተባህሉት... ገዛለች። ገዛለች።

ዝበረ እየኔ ናይ ሓምነት ቁልዑ... ገዛለች። ገዛለች።

ኮምፒዩተር እየኔ እየኔ ፖሊስ ዝኸተቦ... ገዛለች። ገዛለች።



እታ ግዳይ ቅጥላት ዝገኙት ሰድራባት... ገዛለች። ገዛለች።

## ብእስራኤል 40 ዓመት ዝተኣሰረ ፍልስጤማዊ ተፈቲሑ



ብእስራኤል ንዓሳት 40 ዓመት... ገዛለች። ገዛለች።

ብምጥባባ እስጢን' ኣለ። እቲ ኣብ ኣብዮተ-ምጽዓት... ገዛለች። ገዛለች።