ልዝብ

ኣብ ዓመት ኣርባዕተ ግዜ እትሕተም መጽሔት ልዝብ ቁጽሪ 2 ሰነ 2013

Eritrean Community Center: Santa Clara County, California

1998 Homestead Rd. Suite 115, Santa Clara, CA. 95050

www.eritreancommunity.org ▪ (408)-900-9457 e-mail: ericommunitysantaclara@gmail.com

ቃል ልዝብ

ልዝብ ኣብ መንጎ ክልተ ወይ ካብኡ ንላዕሊ ዝኾኑ ሰባት ዝካየድ ኣብ ቅኑዕ መንፈስ ዝተመስረተ ስምምዕ፤ምርድዳእ፤ምይይጥ (ኣብ ናይ ሓባር ጉዳይ) ወይ ምስምማዕ፤ ውረድ ደይብ ምብህሃል (ኣብ ዋጋ ዕዳጋ) ወይ ኣብ ዕርቂ ንምብጻሕ ዚግበር ስምምዕ፤ ዝርርብ፤ ምርድዳእ ማለት ኢዩ። ብክልእ ኣዘራርባ ዝተፈላለየ ኣረኣእያን ሓሳባትን ዘለዎም ሰባት ዝረዳድእሉ ሜላ እዩ። ኣብዚ ዘተ ዝሳተፍ ድማ ክረትዑን ክርትዑን ወይ ከኣ እቲ ሓደ ኣብ ልዕሊ እቲ ሓደ ጸብለልታ ኽሕልዎ ዘይኮነስ ብሓሳብ ዝቐራረብሉ መዳይ'ዩ።

ልዝብ ኣብ ኩሉ ዓለም ልሙድ ዝውቱርን ኢዩ። በዚ መሰረት ከኣ ኣብ ናይ ሃገራት፤ ኣብ ናይ ስራሕ ቦታ፤ ኮማዊ ማሕበራት፤ ኣብ ኣብያተ ፍርዲ ፡ ማሕበራት ውልቀሰባት ኣብ ስድራቤት ዝውቱር መሳርሒ እዩ፤

እዚ ካብ ኮነ እዛ መጽሔት ልዝብ እውን ካብዚ ዝተፈለየ ሓሳብ የብላን ንኩሉ ደላይ ሰላም፤ ፍቅሪ፤ ሕውነት፤ ሓልዩት፤ ዝፈቱ ኩሎ ከንብባን ርኢትኡን ሓሳባቱን ክጽሕፈላ ትዕድም። መጽሔት ልዝብ ንኽትዕምብብን ክትሰስንን ድማ ርኢቶኹም ኽትልእኩላ ትምሕጸን። ክውሰኹን ሃነጽቲ'ይም እትብልዎም ዓምድታት ምስ ዝህልው ለኣኹልና ጠለባትኩም ክንፍጽም ድልዋት ሙኻና ንሕብር።

ኣሰናዳእቲ

መጽሔት ልዝብ

ኣብርሃም ነጋሽ

ገዛኢ ዘርእሰናይ

ዶ/ር የውሃንስ ገብረማርያም

ተሓጋጋዚ

ጀርጆ ሃብተ

ኤርትራ መበል 22 ዓመት ናጻነት ኣብዒላ። መጽሔት ልዝብ ዮሃና ትብል ንመላእ ህዝቢ ኤርትራ

ትሕዝቶ

	ገጽ
ቃል ልዝብ	1
ዜና	2
ጥዕና	2
ኣፍልጦና ንፈትሽ	3
ባህልን ልምድን	4
ሰሚናር	6
ምድላው ንናይ ኣሜሪካ ዜግነት	7

ዜና

ትካል መግብን ሕርሻን ሕቡራት ሃገራት (ፋኦ) ሓሳኹ ኣብ ምፍታሕ ሕጽረት መግቢ ዓለምና ዓቢ ተራ ክጻወቱ እዩም ይብል::

ብሰንኪ እቲ ምስ ግዜ እንዳወሰኸ ዝኸይድ ዘሎ ብዝሒ ህዝብ ዓለምና : ኣብ ዓለምና ዝርከቡ ጸጋታት ተፈጥሮ እናውሓዱ እዩም ዝመጹ ዘለው ዝበለ ናይ ውዱብ ሕቡራት ሃገራት ናይ መግብን ሕርሻን ትካል (FAO) ኣብ ወርሒ ግቦት ዝዘርግሖ ረፖርት: ሓሳኹ ኣብ ዕለታዊ መግብና ካብዚ ዘለዎ ንላዕሊ ምዝውታር ምስ እንጀምር ኣብ ዓለምና ንዘጋጥም ዘሎ ሕጽረት መግቢ ኣብ ምፍታሕ ዓቢ ተራ ክጻወት እዩ ይብል :: ኣብ'ዚ አዋን እዚ ኣስታት ክልተ ቢልዮን ካብ ህዝብ ዓለምና ጥራይ እዮም ሓሳኹ ከም ክፋል ናይ ዕለታዊ መግቦም ዝጥቀሙ ዘለው:: ሓሳኹ ብዘልዎም ቅልጡፍ ናይ ምርባሕ ተኽእሎ: ቅልጡፍ ዕብየትን ከምኡ እውን ኣብ ሓጺር ግዜ ፕሮቲንን ካልኦት ንወዲሰብ ጠቓምቲ ዝኾኑ መኣዛታት መግብን ስለዘፍርዩ ካብቶም ልሙዳት ምንጪ መግቢ አንስሳታት ንላዕሊ ተመረጽቲ ይገብሮም :: ብዘይካዚ ሓሳኹ ንምፍራይ ዝግበር ስርሓት ብዙሕ ወጻኢታት ዝሓትት ኣብ ርእስ ዘይምኾኑ: ብዙሕ ንኣከባቢ ዝብክል ርስሓት 'ውን ኣየፍርን:: ሽሕካ ኣብ መዕራባዊ (ዝማዕበለ) ክፋል ዓለምና ዘሎ ናይ ምፍንፋን ሽግር ሓሳኹ ኣብ ሓጺር አዋን ኣብ ዝርዝራት ናይ ኣብያተ መግቢ ክህሉ ኣሸጋሪ እንተኾነ:: አዚ ድሮ ኣብ ውሱን ክፍልታት ዓለም ጥራይ ዝውቱር ኮይኑ ዘሎ ናይ ካብ ሓሳኹ ዝሰራሕ ጥዑም መግብታት ብዓበይቲ መግቢ ዘፍርያ ትካለትን ኣብያተ መግብን ክዝውተር እንተ ድኣ ጀሚሩ ተቐባልነቱ ኣብ ሓጺር ግዜ ክዓቢ ከምዝኽእል እቲ ርፖት ይእምት

.....(BBC)

ጥዕና

ስነ-ጽባቐ'ዶ ስነ-ጽያቔ

ምምልኻዕ ካብ ቀደም ጀሚሩ ዝነበረን ዝህሉን ጉዳይ እዩ። ብዙሓት ናይ መመልኽዒ ፍርያት ኣብ ቆርበት ብፍላይ ከኣ ኣብ ገጽ ይዝውተሩ። ኮይኑ ግን ብዛዕባ ጥዕና ቆርበትን ብዛዕባ ኣብ ቆርበትና እንጥቀመሎም ድልዋትን ብቑዕ ኣፍልጠ ኣሎናዶ።

ቆርበትና ኣዚዩ ኣገዳሲ ክፍሊ ኣካላትና እዩ። ቆርበትና እቲ ካብ ጠንቂ ሕማም ዝኾኑ ነፍሳትን ካልኦት ተኽዳእቲ ነገራትን ዝከላኸለልና ቀዳማይ ዕርዲ እዩ። ቆርበትና ሙቐት ኣካላትና ኣብ ምቍጽጻር ዓቢ ተራኣለዎ። ኣብ እዋን ቁሪ ሙቐት ይዕቅብ ፡ ኣብ ጊዜ ሃሩር ከኣ ብርሃጽ ኣቢሉ ንካላትና የዝሕሎ። ናይ ነድርን ናይ ህዋስ (ስምዓት) ኣካል (ORGAN) ስለዝኾነ ካብ ዝተፈላለዩ ከም ሓዊ፣ ከሚካላት ወዘተ ዝኣመሰሉ ሃሰይቲ ነገራት የጠንቅቐና። ቆርበትና ብመጠኑ የተንፍስን ብመንገዲ ርሃጽ ንኣካላትና ዘየድልዩ ነገራት ንደገ የውጽእን እዩ።

ነዞም ኣብ ላዕሊ ዝተጠቕሱ ዕዮታት መታን ከተግብር፤ ንቆርበትና ምሉእ ጥዕና ዝህቡ ረቓሒታት ክማልኡ ይግባእ። ዝተመጣጠነ ብፍላይ ከኣ ኣሕምልትን ፍረታትን ፍሩታታትን፤ ጥረምረ፤ ዘይሰቡሕ ስጋ ምምጋብ ጠቓሚ እዩ። ምውስዋስ ኣካላት ብሰሩዕ ምዝውታር፤ ብዙሕ ማይ ምስታይ፤ ልዋም ድቃስን ኣካላትካ ብንጽህና ምሓዝን ንጥዕና ቆርበት ኣዚዮም ጠቓምቲ እዮም።

ቆርበት ጥሉል ክኸውን ኣዚዩ ኣገዳሲ እዩ። እቲ ሕቶ ብኸመይ ይጥለል እዩ? ቆርበትና ባዕሉ ንባዕሉ ከጠልል ምሉእ ተኽእሎ ኣለዎ፡፡ ስለዝኾነ ገለ ሰባት ቅብኣት ከይተጠቐሙ ቆርበቶም ወትሩ ጥሉል ይኸውን። ደቂ ተባዕትዮ ካብ ደቂ ኣንስትዮ ብተዛማዲ ቅብኣት ስለዘየብዝሑ ቆርበቶም ብዙሕ ኣይነቅጽን። ኣካላቶም ባዕሉ ንባዕሉ ስለዘጥልል እዩ። ንቆርበት ንቑጽ ዝገብሩዎ ኩነታት ውን ኣለዉ፤ ዕድመ (ሕጻን፣ ሽምግለ)፤ ክሊማ፣ መድሃኒታትን ከሚካላትን፣ ሕማማት (ሽኮርያ፣ኣለርጂ..)። ብምኽንያት ነቕጺ ቆርበትና ከሳሕየናን ክነቅዕን ይኽእል እዩ። ከምዚ ምስ ዘጋጥም ውሑድ ቀመማት ዘለዎም ኣጥለልትን ሰሓ ዘህድኡ ቅብኣታትን ምጥቃም፣ ልቡጥ ባኞ፣ ካብ ጨራ ጸሓይ ምክልኻል ጠቓሚ ይኸውን። ድሩቕ ሳሙና (ስለዘድርቕ)፣ ጨናመና፣ መከላኸሊ ርሃጽ . . .ዘይምዝውታር ። በዚ መላዚ ቆርበት ኣብ ሓጺር እዋን ናብ ንቡር እንተዘይተመሊሱ ናይ ቆርበት ሓኪም ምምኻር ከድሊ እዩ። ናብቲ ኣርእስተይ ክምለስ። ንስነ ጽባቐ ክበሃል ብቐጻሊ ቅብኣት ምጥቃም ነቲ ባህርያዊ ተግባር ናይ ቆርበት ከዳኽሞ ይኽእል ኢዩ።

.... መቐጸልታ 5 ገጽ

ሌላ ምስ ጸጋታት ኤርትራ

ኤርትራ ሃገርና ሓንቲ ካብተን ንቀይሕ ባሕሪ ዝዳወባ 8 ሃገራት ኢያ። ካብ ሰመናዊ ጭፍ (ራስ ቄሳር) ክሳብ ደቡባዊ ጨፍ(ራስ ዱሜራ) ዝዝርጋሕ 1200 ክሜ ገማግም ባሕርን ልዕሊ 350 ደሴታትን ከኣ ትውንን። ገማግም ባሕሪ ኤርትራ ብሰንኪ እቲ ንነዊሕ ዓመታት ዝተኻየደ ናይ ናጽነት ውግእ ድሒሩ 'ውን ኣብ መወዳእታ 90ታት ዝተኸሰተ ናይ ዶብ ውግእ ምስ ኩሉ ጸጋታቱን ፍሉይ ብልጫታቱን ን ኣውፈርቲ ብዙሕ ኣይሳሓበን። እዚ ብዓይኒ ቁጠባ ክርአ እንክሎ ኣሉታዊ እኳ እንተኾነ ፣ ገማግም ቀይሕ ባሕሪ ኤርትራ ብተዛማዲ ካብ ብከላ ባሕሪን(Marine Pollution) ናጻ ንኽከውን ግን ዓቢ ተራ ተጻዊቱ እዩ።

ቀይሕ ባሕሪ በቲ ኣብ ደቡባዊ ጨፉ ዝርከብ መጻብቦ ባብኤል መንደብ ኣቢሉ ምስ ህንዳዊ ውቅያኖስ፡ በቲ ኣብ ሰሜናዊ ጨፉ ዝርከብ መትረብ ስውጽ ኣቢሉ ከኣ ምስ ማእከላይ ባሕሪ ዝራኸብ ሓደ ካብ ማያውያን ኣካላት ዓለምና እዩ። ቀይሕ ባሕሪ ኣብቲ ሓውሲ ምድረበዳዊ ኪሊማ ዘለዎ ክፋል ዓለምና ይርከብ፡ በዚ ከኣ እቲ ብሰንኪ ብርቱዕ ጸሓይ ዝሃፍፍ ማይ ካብቲ ብመልክዕ ዝናብ ወይ ከኣ ናብኡ ብዝፈሱ ውሓይዝ ኣቢሉ ናብኡ ዝፈስ ዘይጨዋም ማይ ኣዝዩ ስለዝዛይድ፡ ኣብ ቀይሕ ባሕሪ ዘሎ ጨዋምነት ኣዝዩ ሉዑል እዩ። እንተኮነ ግን ምህላው እዚ ምውቕ ክሊማን ናብኡ ዝፈሱ ውሑዳት ወሓይዛትን ቀይሕ ባሕሪ ንምዕባለ ዕንባባ ባሕርን (coral reef) ምስኡ ዝተሓሓዙ ፍጥረታት ኣዝዩ ምቹእ እዩ።

ገለ ካብቶም ኣብ ቀይሕባሕሪ ዝርከቡ ፍጥረታት ከአ እዞም ዝስዕቡ ምጥቃስ ይከኣል እዩ። ዝተፈላለዩ ብፈጣናት ዝሕንብሱ ዓሳታት ((pelagic fish)፡ ኣብ ዕንበባ ባሕሪ ተጸጊዖም ዝነብሩ ዝተፈላለዩ ዓሳታትን (coral reef fish)፡ ድርዒ ዘለዎም ናኣሽቱ ፍጥረታትን(shell fish)፡ ጎብየ ባሕሪ(Marine Turtles) ፣ ላም ባሕሪ (dugongus) ሳዕሪ ባሕሪ(sea grass)፡ ሰባባ ባሕሪ(marine algae) ፣ ኣቡሰላማ (dolphins) ካልኦት ምጥቃስ ይከኣል እዩ።

ኣብ ቀሕይ ባሕሪ ኣስታት 1000 ዝኾኑ ዓይነታት ዓሳ (species) ይርከቡ። ካብዚኣቶም እቶም ኣስታት 200 ኣብ ቀይሕ ባሕሪ ጥራይ ዝርከቡ ዓይነት ዓሳ (endemic species) ኢዮም። ቀይሕ ባሕሪ ኤርትራ ብዘለዎ ሃብቲ ዓሳ ኣብ ዓመት ኣስታት 80000 መትሪክ ቶን ዓሳ ክግፋፍ ይከኣል እዩ። እንተኾነ ግን ብሰንኪ እቲ ገና ሕጂ ዝምዕብል ዘሎ ትሑት ንምግፋፍ ዓሳ ዘድሊ ትሕተ ቅርጽን ኣብ ኤርትራ ዘሎ ዘይርጉእ ኩነታት ኣብ ንጥፈታት ምግፋፍ ዓሳ ወፍሪ ክካይዱ ንዝደልዩ ኣውፈርቲ ክስሕብ ኣይከኣለን።

...............................መቐጸልታ 5 ገጽ

ኣፍልጦና ንፈትሽ

1. ኣብ ዓለም እታ ናይ መጀመርታ ከተማ መን እያ፤
2. እታ ኣብ ዓለም ዝቐረረት ቦታ መን ትበሃል፤
3. ኣብ ዓለምና ካብ ዝርከቡ ውቅያኖሳት እቲ ዝዓበየ ውቅያኖስ መን እዩ፤
4. ስም እቲ ዝዓበየ ምድረ በዳ ስመ፤ ኣበይከ ይርከብ፤
5. ተለፈሪካ መዓስ ናብ ኤርትራ ኣትያ፤ መዓስከ ፈሪሳ፤
6. ቤት ማሕተም ኣብ ኤርትራ መኣስን ፤ ኣበይን ፤ ብመን ኣትዩ።

ግድል

ሓደ መዓልቲ ሓንቲ ዑፍ ናብተን ኣብ ሓደ ገረብ ኣጽሊለን ዝነበራ ኣዕዋፍ ትመጽእ እሞ፡ ከመይ ኣለኽን ዓዲ ሚኢቲ ትብለን። ንሳተን ትቅብል ኣቢለን ንሕና ሚኢቲ ኣይኮናን። ሚኢቲ ንኽውን ንሕና፡ክንዳና፡ፍርቅና፡ርብዕና፡ንዓኺ ወሲኽና ሚኢቲ ንኸውን።
ስለ'ዚ ብዝሒ ናይዘን ኣዕዋፍ ክንደይ ነይሩ ማለት እዩ።

መልስኹም ኣብ ኮሚኒቲ ዓርቢ መጺእኩም ንኣዳለውቲ ልዝብ ክትህብዎም ትክእሉ።
እቶም ቅኑዕ መልሲ ዝመለስኩም ተዓወቲ ስምኩም ኣብ ሳልሳይ ሕታም ልዝብ ክወጽእ ኢዩ።
ጽቡቅ ዕድል!!!!!!

ክዳውንቲ ሓበሻ ናይ ደቂ ኣንስተዮን ደቂ ተባዕትዩን ክትገዝኡ ምስ እትደልዩ
ንኣቶ ጸጋይ ወይ ወ/ሮ ስናይት ተወከሱ፡
ስልኪ ቁጽሪ (408) 544-0266 ወይ (408) 296-3577 ዓማዊሎም ከሕጉጎሱ ተዳልዮም ኣለው፡

ንጥፈታት ኮሚኒቲ

1. *Feb.2, 2013*
   H &R Block ንኤትራን ኮሚኒቲ ንምሕጋዝ Nonprofit Referal Program ተሰማሚዑ።

2. Feb. 16, Habitat for Humanity SiliconValley
   ኣብ ዘካይዶ ሰሚናር ንክሳተፉ ኮሚኒቲ ንኤርትራውያን ሓበረታ ሂቡ።

4. Feb. 19, 2013
   መጽሔት ልዝብ ቁጽሪ ሓደ ንመጀመርታ ግዜ ናብ ኣንበብቲ ቀሪባ ።

5. March 2, 2013
   ብኮሚኒቲ ዝተዳለወ"ናይ ኤርትራውያን ምሸት" ብደርፍን ጓይላን ዝተሰነየ ኣብ ተኻይዱ።

6. March 22, 2013,
   What are the Marine resources of the Red Sea?
   ዝብል ኣርእስቲ ኣብ ኤርትራ ዘተኮረ ሰሚናር ብገዛኢ ዘርእሰናይ ኣባል ኮሚኒቲ ፤ ቀሪቡ።

7. April 12, 2013
   “Cataract and Intraocular lenses” ብኣክሊሉ ኣሰፋው. ሰሚናር ተዋሂቡ።

8. April 19 2013
   “Healthy Homes, Healthy Communities”
   ሰሚናር ብKathleen Krenek

9. March 23, 2013
   ኣብቲ ኣብ CET ዝተካየደ ኣኼባ Plateform for Civilized Dialogue among Eritreans
   ዝብል ኣኼባ ሓያሎ ኣባላት ኮሚኒቲ ተረኪቦም ነይሮም።

10. March 9, 2013
    ኣብቲ ኣብ Santa Clara University ዝተኻየደ ናይ African Diaspora Network Fourm ሓያሎ ኣባላት ኮሚኒቲ ተረኪቦም
    ፍላየር ብቋንቋ ትግርኛ ኣዳልዩ ኣብቲ በዓል ድማ ተሳቲፎም።

11. May 10, 2013
    ብዛዕባ ህዝባዊ ውሕስነት ዝምልከት ሰሚናር ብኣቶ ያዕቆብ እንድርያስ ተዋዊቡ።

ባህልን ልምድን ሕብረተ ሰብ ኤርትራ

"ካብ ተረካብ ዘረባ ሹም ፍረሓንስ"

ሹም ፍረሓንስ ገያሻይ ስለ ዝነበሩ ኣብ መገዶም ምስ ሐደ ሃብታም ሰብእይ ተራኺቡ። እቲ ሰብኣይ ብስሞም ጸዊዑ ሰላም ድሕሪ ምባል፡ ቀጺሉ እንታይ ድአ አናህብ ምስ ወፈሩ መጺእኩም በሎም። ሹም ፍረሓንስ ኣናህብ ይውፈሩ ድአምበር፡ እቲ ቆፎ እቲ መዓር ኣብ ገዛ እዩ ዘሎ ኢሎም ብነገሩ ገሪምዎም። ዘረብኡ ስለ ዘየሕጎሶም ነቶም ኣብመገዲ ዝረኸብዎም ሰባት ገዝኡ ኣበይ ከም ዝኮነ ሐቲቶም ናብ ገዝኡ ከይዶም ንበዓልቲ ቤቱ ረኪቦም፡ ሰምዕስኪ ሕንጠ ጓለይ ምስዚ ሰብእይ ከመይ ኢልኪ ሐዳር ትገብሪ፡ ዘይጠቅም ሰብእይ ዶእይኮነን:ኢሎም ብዙሕ ሕማቅ ነገራት ናይቲ ሰብእይ ነገርዋ።

ቀጺሎም ኣብ ዘረብኦም ክትፈትሖ ከም ዘለዋ ንሶም ክምርዓውዋ ከም ዝክእሉን ስለ ዝገለጹላ ብዘረብኦም ተአማሚና፡ ሰብአያ ምስ መጸ ሕማቅ ገጽ አርአየቶ እሞ ብኡንብኡ ንክፋትሑ ስለ ዝነገረቶ እቲ በዓል ቤታ እንታይ ከም ዝኮነት ንምፍላጥ ተጨኒቁ እንታይ ኮንኪ እንታይ ጎዲሉኪ እዩ ኢሉ እንተሓተታ፡ ኣነ ምስኻ ሐዳር አየድልየንን'ዩ። ኣቦታተይ ጸውዓለይ በለት ንሱ ዝገብሮ ጠፊእዎ ኩነታቱ ገሪምዎ አቦታትን ዓበይቲ ዓድን ጸውዓላ። በቲ መዓልት ቆጸሮ እቶም ክፋትሑ ዝቐረቡ ሰብአይን ሰበይትን ምስ ቀረቡ እቶም ሽማግለ በቲ ናብርኦም እንደሐሰቡ እንታይ ከም ዘራኽቦም እንተሓተትዎም ኩነታቱ ስለ ዝገረሞም ሐደ ካብቶም ሰማዕቲ መንዶ ረኺቡካ ነይሩ ኢሉ እንተሓተቶ ሹም ፍረሓንስ ኣብ መንገዲ ረኺቦምኒ ነይሮም እንታይ ደኣ ኣናህብ ምስ ወፍሩ መጺእኩም ኢለዮም ነይረ በሎም። በል ሰማዕ ሕጂ ነዛ ነገርካ ከዕርዩልካ ዝኽእሉ ንሶም ስለዝኮኑ ጎይቢ መዓር ሒዝካ ኪድ እሞ ኩነታት ናብራኻ አጻውቶም በልዎ።በዚ መሰረት እዚ ሰብአይ በቲ ዝተዋህቦ ምዕዶ መሰረት ከዶም። በል ሕራይ ክመጽእ እየ ኣብቲ ቆጸራኩም ኢሎም አፋነውዎ ኣብ'ቲ ቆጸራ መዓልቲ ሹምፍረሓንስ ኣብ'ቲ ኣኼባ ተረኪቦም ነቲ ጉዳይ ኣልዒሎም ብዙሕ ምስ ተዛረቡ ነታ ክፍታሕ ትብል ዘላ ሰበይቲ ጓለይ ኣይፋልክን ሓዳርኪ ግበሪ ኢሎም ኩሎም እቶም ሰማዕቲ ቃሎም ኣፍሰሱ በዚ ኣይሰምዕን ኢላ ክትፋታሕ ከም ዝወሰነት ደረቓ ኣቅበጸቶም፡፡

ሹም ፍረሓንስ ካብቲ ዝነብርዎ መንበር ተንሰኦም ንዒ ጓለይ ኢሎም ናብ ውሻጠ አእቲዮም ሓዳርኪ ይሕሸኪ እቲ ዝአመንክዮ፡ ሕራይ ዝበለኪ እንትጠለመኪኺ እንታይ ትገብሪ በልዋሞ ኩነታቱ ተረዲእዋ ሕራይ ሐዳረይ ይገብር በለት ይበሃል።

ብኣብርሃም ነጋሽ

...........ጸጋታት ባሕሪ.........

ብዘይካ እዚ እቲ ምስ ኤትዮጵያ ዘጋጠመ ናይ ዶብ ኩናት እውን ነቶም ብድሩት ዓቕሚ ኣብ ምግፋፍ ዓሳ ተዋፊሮም ዝነበሩ ዝነበሩ ኤርትራውያን ኣብ ሃገራዊ ኣገልግሎት ክሳቶፉ ስለ ዝገበረ ኣብ እዚ እውን እዚ ኤርትራ ኣብ ዓመት እትገፎም ዓቀን ዓሳ እዝዩ ነሸቶይ ኢዩ:: ንኣብነት ኣብ ዓመተ 2010 ኤርትራ 3288 መትሪክ ቶን ዝዓቀኑ ምህርቲ ዓሳ ጥራይ እያ ገፊፋ። እዚ ከኣ 4 ሚኢታዊት ናይቲ ክትገፎ ዝግባኣ ምህርቲ ዓሳ ጥራይ ኢዩ። እዚ ኣሃዝ ምርኩስ ብምግባር ከኣ ጸጋታት ባሕሪ ኤርትራ ከምቲ ዝግቦኦ ኣብ ምምዕባል ቁጠባ እታ ሃገር ተራ ይጻወት የሎን ኢልካ ምዝራብ ይከኣል እዩ።

ኣብ ቀይሕ ባሕሪ ኤርትራ ሓሙሽተ ዓይነታት ካብቶም ኣብ ባሕርታትን ውቅያኖሳትን ዓለምና ዝርከቡ ጎብየ ባሕሪ ኣለዉ። እዞም ፍጥረታት ባሕሪ በቲ ዘሎውም ፍሉይ ናይ ምፍራይ ባህርን፣ ደስ ዘብል ትርኢቶም ንበጻሕቲ ኣዝዮም ዝስሕቡ ፍጥረታት እዮም። ኣብ ኤርትራ ካብ መወዳእታ 2004 ዓመተ ምህረት ኣትሒዙ ዝካየድ ዘሎ ኣብ ምዕቃብ ጎብየ ባሕሪ ዝተኮረ ንጥፈታት ጽቡቕ ውጺት ኣመዝጊቡ ከምዘሎ ኪኢላታት እቲ ዓውዲ ይዛረቡ። እዚ ከምዚ ኢሉ እንከሎ ቀይሕ ባሕሪ ኤርትራ ብዓይነትን ጽባቐን እቶም ኣብኡ ዝርከቡ ዕንባባታት ባሕሪን ምስኡ ተጸጊዖም ዝነብሩ ፍጥረታት ባሕርን ነቶም ኣብ ጥልቃ (diving) ከምኡ 'ውን ንምርኣይን ምስተንፈስን ዝሕግዝ መሳሪሒ ተጠቂሞም ጸንበላል እንዳበሉ ተፈጥሮ ዘድንቑ ሓንበስቲ ኣዝዩ ሰሓቢ እዩ። ብዘይካዚ እንትርፎ 10 ካብተን ኣብ ቀይሕ ባሕሪ ኤርትራ ዝርከባ ልዕሊ 350 ደሴታት ሰብ ስለዘይቅመጠን ካልእ ንምዕባለ ቱሪዝም ካብ ዝሕግዝ ባእታ እዩ።

ኣብ መደምደምታ ቀይሕ ባሕሪ ኤርትራ በቲ ዘለዎ ሃብቲ ዓሳታት፣ ናይ ቱሪዝም መስሕብን ክህልዎ ዝኽእል ናይ ነዳዲ ዘይቲ ጸርጋታትን ኣብ ግምት ብምእታው ኣብ ምምዕባል ቁጠባ ሃገርና ዓቢ ተራ ከምዝጻወት ዘይክሓድ ሓቂ እዩ። እንተኾነ ግን እዚ ኣበርክቶ ቀጻላነት ሃልይዎ ንወሎዶታት ክወራረስ ዝኽእል እቲ ዝግበር ንጥፈታት ካብ ብከላ ባሕሪን ካልኦት ንስነ-ብዙሕነት (biodiversity) ናይቶም ኣብኡ ዝርከቡ ጸጋታት ብዘይሃሲ ኣገባብ ምዝሰካይድ ጥራይ ኢዩ።

እዚ ጽሑፍ እዚ ጱማቕ ናይቲ ኣብ መጋቢት 22 ኣብ ማሕበርኮም ኤርትራውያን ኣብ ሰንታ ክላራን ከባቢኢኡን ብናይቲ ዓውዲ በዓል ሞያ ዝኾኑ ኣቶ ገዛኢ ዘርኢሰናይ ዝተገብረ ንጸጋታት ባህሪ እርትራ ኣመልኪቱ ዝተካየደ ህዝባዊ ሰሚናር ዝተወሰደ እዩ።

..............ስነ-ጽባቐ'ዶ ስነ-ጽያቔ

እዚ ምስ ዝኸውን ከኣ ኣደዳ ናይ ሰብ-ሰርሖ (ARTIFICIAL) ቅብኣት ኣማራጺታት ትኸውን። እቲ ጸገም ናይ ገንዘብ ሕቶ ጥራይ ኣይኮነን።

......ስነ-ጽባቐ'ዶ ስነ-ጽያቔ

እቲ ሰብ-ሰርሖ ናይ ደግ ቅብኣት ነቲ ናይ ቆርበት መተንፈሲ ቀዳዳት ዓቢሱ ንቆርበት ናይ ምትንፋስ ዓቕሙ ከተዓናቕፍ ተኽእሎ ኣሎ።ብተወሳኺ ገለ ትሕዝቶ ናይ ስነ-ጽባቐ ቅብኣታት ንቆርበትና ተጻባእቲ ክኾኑ ይኽእሉ እዮም። ናይ ቆርበት ተኣፋፍነት ካብ ሰብ ናብ ሰብ ይፈላለ እዩ።ካብ ዘጋጥሙ ዘይተደልዩ ሳዕበናት ነድሪ፣ ናይ ምትንፋስ ጸገም፣ ናይ ገጽ ወይ ከናፍር ሕበጥ፣ ወዘተ የጠቓልል። ናይ ቆርበት መንሽሮ ውን ይሕመ እዩ።

እዚ ከየጋጥም እቲ እንጥቀመሉ ናይ ስነ ጽባቔ ድልዋት ምስ ናይ ነፍሲ ወከፍና ናይ ቆርበት ፍሉይ ባህሪያት ዝሰማማዕ ክኸውን ኣለዎ። ንምጥቕላል ጽባቐ ካብ ጥዑይ ቆርበት ክብገስ ኣለዎ። ናይ ስነ ሰባቐ ድልዋት ካብ ጥቕሞም ጉድኣቶም ዘመዝነሉ ተርእዮ ከምዘሎ ምርዳእ የድሊ። ክንጽብቕ ክንብል ከይንጽየቕ።

ብእስቅያስ ገብረዮሃንስ

Omar's Car Care

ዑመር መካኒክ

ቴሌፎን # (408) 270 0576

701-64 E KINGS ROW

San Jose CA 95112

ሰሚናር

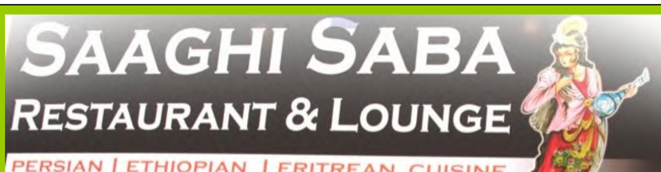
ጥቕምታት ውሕስነት ናብራ

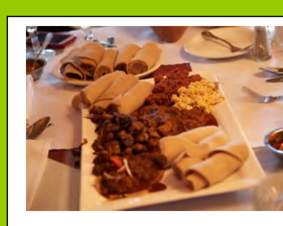
(Social Security Benefits)

ብዕለት 10 ግንቦት ኣብ ማሕበረሰብ ኤሪትራውያን ሳንታ ክላራ ብዛዕባ ጥቕምታት ህዝባዊ ውሕስነትር (Social Security) ዝዓለመ ኣስተምህሮ ብኣቶ ያእቆብ እንድርያስ ተዋሂቡ

ኣቶ ያዕቆብ ኣብቲ ኣስተምህርኡ ብዛዕባ .ጥሮታ (Retirement) ፤ጽጋመ ኣካል (Disability) ፤ ናይ ተሪፋ (Survival benefit) ፤ ናይ በዓል ቤትን በዓልቲ ቤትን (Spousal benefit) ፤ ናይ ውላድ (Child benefit) ፤ ናይ ፍትሕቲ ወይ ፍቱሕ (Spousal benefit) ፤ ናይ ዕድመ ዝደፍኡ ደገፍ (SSI) ፤ ናይ ዕውራት (Blind benefit supplemental income) ፤ ናይ ሕዱር ሕማም (Chronic Diseases) ፤ ናይ ሕክምና (Medicare) ፤ ናይ ሕማም ኩሊት (Renal Diseases & Strace) ፤ ሰፊሕ ጠቃሚ ዝኮነ መብርሂ ሂቡ።

ኣብ መወዳእታ እቲ ኣኼባ ኣቶ ያዕቆብ ካብ ተሳተፍቲ ንዝቐረበሉ ሕቶታት ብሰፊሑ መሊሱ። ብተወሳኺውን ተሳተፍቲ ናቲ ሰሚናር በቲ ዝተዋህቦም ትምህርት ልዑል ተገዳስነት ብምርኣይ ኣገዳስነቱ ተገንዚቦም ንኻልኣይ ግዜ ንኽድገመሎም ተላብዮም።





408) 998-0122

1392 Bascom Ave

San Jose, CA 95128

KITCHEN & BOTH CONTRACTOR

Hagos Teckle

General Contractor

Contact Address

(650) 793-6187

ዘኒ የኢትዮጵያ ምግብ ቤት

1320 Saratoga Ave.

San Jose, CA 95129

(408) 615-8282

ኣዋልድ ሃገርና

ሰብ ግርማ ኣዋልድና
ነዊሕ ዝኽዳነን ጋመ ዝቑነና
ምስ ጽሩብ ኣካላት ወዳጅ ቁንጅና
ኣይኮነን ስድረአን ሃገር ዘሕብና
ኣብ ሓንሰ መስቀለ ክጻወታ ጓይላ
ከበሮ ተሓንጊጠን ክነጥራ-ክዘላ
ኢድ ንኢድ ተታሓሒዘን ተሓምበለ ክብላ
ጽቡቅ ጊዜ ሓሊፉ ዘይርአ ብሻላ
ማይ ጻጉመን ክሕጸባ
ይወርዳ ንሩባ
ምስ ጨረሻ ተሓጺበን
ይጅምራ ደርፈን
ጻጉመን'የ ማይ ጻጉመንየ
ኣይትሕጸባንዶ ማይ ጻጉመንየ
ሓንሰይ መስቀለይ ጥቃ-ጥቃ
ሃቡኒ ሸተለይ ክዕጠቓ
ሓምሊ ሕመላልና ክብሉ ከሪሞምየ
ከኣ ወለል በሉ ምስ ሸጎም'የ
ሕዮባ መሲሎምየ
ሕዮባ ኣምሰሉና
ኣብ ርእሰን ሰኩዐን ፊዮሪ ሕዮባ
መልክዕ ናይ ገልገለ-መስቀል ዕንበባ
ኣዋልድ ሃገርና ዝነበረን ሃበባ
ብመስተር ወለባ
ጸጉሪ ርእሰን ክእርንባ
ደርጊ ስነን ጉሮማይለ
ጸባ ዝፈልፈለ
ሃሪ ጸጉሪ ርእሰን ኣብ ዝባን ዝተሓዝለ
ኩሕላይ ፈናጅል ኣዒንቲ
ዘድንቆ ንጠማቲ
ቀጠንቲ መዓንጣ ስየ
ክጻወታ ከሎዋ ሓሸውየ
ብጆርጆ ሃብተ

ምድላው ንናይ ኣሜሪካ ዜግነት።

ሕቶታት ምስ መልሶም

1. እቲ ዝለዓለ ሕጊ ናይዚ መሬት እንታይ እዩ?

   መልሲ/ ቅዋም

2. ናይ መጀመርታ ፕረሲደንት መን ኢዩ ነይሩ?

   መልሲ/ (ጆርጅ) ዋሽንግተን

3. ናይ ክፍለ-ሃገርካ ዋና ከተማ መን እያ?

   መልሲ/ ሳክራመንቶ

4.ፕረሲደንት ንክንደይ ዓመት ንመርጽ?

   መልሲ/ ኣርባዕተ (4)

5.ሕጂ ዘሎ ናይ ሕቡራት ሃገራት ፕረሲደንት መን'ዩ?

   መልሲ/ ባራክ ኦባማ፥

6.ኤሮጳውያን ቅድሚ ምምጽኦም ኣብ ኣሜሪካ መን ይነብር ኔሩ:

   መልሲ/ ኣሜሪካውያን፣ ህንዲ ኣሜሪካውያን

7. ባንዴራ ስለምንታይ 50 ከዋኽብቲ ኣለዋ?

   መልሲ/ ምኽንያቱ፡ ሓንቲ ኮኾብ ንሓንቲ ክፍሊ ሃገር (ስተይት) ስለ ትውክል፤

8. መዓልቲ ናጽነት መዓስ ነኽብር?

   መልሲ/ ሓምለ 4

9. ናይ ሕቡራት ሃገራት ቁጠባዊ ስርዓት እንታይ እዩ?

   መልሲ/ ርእሰማላዊ ቁጠባ፣ ናይ ዕዳጋ ቁጠባ

10. ክልተ ቀንዲ ፖለቲካ ፓርቲታት ናይ ሕቡራት ሃገራት እንታይ እየን?

   `መልሲ/ ደሞክራቲክን ሪፓብሊካን

ኣብ ዝመጽእ ሕታም ሕቶታት ይጽል..........

Syed Dental

Our Doctors
Dr. Rafia Syed
Dr. Farhan

Contact us for details
(408) 985-7933
appts@syeddentalcare.com

1150 Scott Blvd Suite A-2 Santa Clara, 95050

ምዝገባ

ንጀመርቲ ተመሃሮ ቋንቋ ትግርኛ

ማሕበረ ኮምና ቆልዑ ቋንቋኦምን ባህሎምን ንከይርስዑን ክፈልጡን ኣስተምህሮ ይህብ። እዚ ትምህርቲ ብግዱሳት ኣባላት ኪሚኒቲ እዩ ዝወሃብ፣ በዚ ኣጋጣሚ ወለዲ ንደቅኹም እዚ ዕድላ ከየምልጠም ተጠቀምሉ። ማሕበረ ኮምና ንኩሉ ክፋት ምኳኑ ከነዘኻኽር ንደሊ።

Picnic

Eritrean Community of Santa Clara

Saturday, July 13

Henry Schmidt Park

555 Los Padres Boulevard
Santa Clara, CA 95050