



دبیاعی مندالان

گۆفاریکی مانگانهی مندالانه، ناوهندی

مندالپاریزیی رۆژهه لاتی کوردستان دهري دەکا

سەرتووسەر: شیلان قوربانی فەر
دەستەی نووسەران: کاوه

ئاهەنگەری، هانا وریا، نیعمەت مەلا،
مینا سولتانزادە

پەیوهندی:

www.facebook.com/nawendy.mndal.paryzy.kurdistan

www.Kurdistanukurd.com

سلاو له مندالانی نیشتمان و هیوای دوارپزی کورستان!

هر وک دهیین بلاؤبوونه‌وهی ژماره‌ی نویی دنیای مندالان هاوکاته له‌گه‌ل کردن‌وهی قوتاوخانه‌کان و ده‌سپیکی سالیکی نویی خویندن. منداله خوش‌ویسته‌کان هیوادارم پشووی هاوینیی ئه‌مسالتان به خوشی و حسانه‌وه بسه‌ر بردبی و خوتان بـ سالی نویی خویندن ئاماده کردبی.

ئازیزانم هر وک خوتان ده‌زانن سالی نویی خویندن ده‌ستی پـ کردوهو ئیوهش چه‌ند ئه‌رکیک ده‌که‌ویته سه‌ر شاتنان و ئه‌و ئه‌رکانه‌ش ئه‌وانه‌ن: ده‌بی هه‌مووتان ریز له مامۆستاکانتان بگرن و له کاتی وانه گوتنه‌وهدا به باشی گوییان لـ بگرن، چونکه ئه‌وان هه‌موو هه‌ولیان ئه‌وه‌یه ئیوه فیری زانست بن و ببنه هیوای دوارپزی ولات.

ده‌بی خوتان له پاراستن و خاوین راگرتتی قوتاوخانه و پـله‌کانتان به بـرپرسیار بـزانن، چونکه قوتاوخانه مـالی دووه‌مـی ئـیوه‌یه. ده‌بـی له‌گـهـل هـاـورـپـیـکـانـتـانـداـ به باشـیـ بـجـوـولـیـنـهـوـهـ. هـرـوـهـهـاـ لـهـ گـهـرـانـهـوـهـ بـوـ مـالـهـوـهـداـ بـهـ چـاوـیـ رـیـزـهـوـهـ بـرـوـانـهـ دـایـکـوـ بـاـوـکـتـانـ،ـ چـونـکـهـ بـیـ گـومـانـ ئـهـوانـ هـهـموـوـ هـهـولـوـ وـ هـیـوـایـانـ پـیـگـهـیـانـدـنـیـ ئـیـوهـیـهـ.

منداله خوش‌ویسته‌کان! ئـیـوهـ دـهـبـیـ ئـهـوهـشـ بـزاـنـنـ هـهـموـوـ منـدـالـیـکـ حـهـزـیـ لـهـ خـوـینـدـنـ وـ فـیـرـ بوـونـهـ،ـ بـهـلامـ لـهـبـهـ بـارـوـدـخـیـ ژـیـانـ وـ نـهـبـوـنـیـ قـوتـاـخـانـهـ وـ بـوـنـیـ شـهـرـ لـهـ وـلـاتـکـهـیـانـ لـهـ خـوـینـدـنـ بـیـبـهـشـ کـراـبـنـ،ـ بـوـیـهـ دـهـبـیـ ئـهـواـنـیـشـ لـهـبـیـرـ نـهـکـهـنـ.ـ هـرـوـهـهـاـ دـهـبـیـ هـهـوـلـ بـدـهـنـ ئـهـگـهـرـ لـهـ قـوتـاـخـانـهـشـ نـاهـیـلـ بـهـ زـمـانـیـ زـگـمـاـکـیـ وـاتـهـ زـمـانـیـ دـایـکـ بـخـوـینـ وـ بـنـوـوسـنـ،ـ ئـیـوهـ لـهـ مـالـهـوـهـوـ لـهـ پـیـگـهـیـ دـایـکـوـ بـاـوـکـ،ـ يـانـ خـوـشـکـوـ بـرـاـ گـهـرـهـکـانـتـانـ فـیـرـیـ بـنـ،ـ چـونـکـهـ نـوـسـینـ وـ خـوـینـدـنـهـوـهـ بـهـ زـمـانـیـ دـایـکـ مـافـیـ بـیـئـهـمـلاـوـ ئـهـوـلـایـ ئـیـوهـیـهـ وـ نـابـیـ خـوـیـ لـیـ لـاـبـدـهـنـ.ـ هـیـوـادـارـمـ پـوـرـیـکـ بـیـ کـهـ منـدـالـانـیـ کـورـدـسـتـانـ دـوـورـ بـنـ لـهـ هـهـموـوـ شـهـرـوـ کـیـشـهـیـهـکـوـ لـهـ وـلـاتـیـکـیـ ئـازـادـوـ سـهـرـبـهـخـودـاـ بـهـ یـهـکـ زـمـانـ بـخـوـینـ.ـ هـیـوـادـارـمـ لـهـ سـالـیـ نـوـیـ خـوـینـدـنـ دـاـ سـهـرـکـهـوـتـنـیـ گـهـوـرـهـ بـهـ دـهـسـتـ بـیـتنـ.

مینا سولتanzاده





ناودارانی کورد

گورانی بیژی به ناوبانگی لور، رهزا سهقایی رفیزی ۲۰ ای خاکه‌لیوهی سالی ۱۳۱۸ له شاری خوپرهم ئاباد سهربه پاریزگای لورستان له دایک بوروه.

سهقایی به هۆی بارودخى نالهبارى ئەو سەردەم تەنیا قوناغى سەرتايى خویندنى تەواو كرد. هەر ئەو کات فېرى پېشەی بەرگۇورى بورو، بە پىيى قسەی دۆستانو ھاوبىتىانى ھەر له مەنالىيە و دەنگىكى زۆر خۆشى ھەبۇو بە جۆرييک كە تەواوى خەلکى شار دەيانناسى.

سهقایی سالی ۱۳۴۳ ای هەتاوی يەكم گورانىي خۆي تومار دەكا و له راديو دا بلاودەبىته و دواتر چەندىن گورانىي دىكە به ناوهكانى: حالوه گەنم خەرە، كوش تەلا، قەدەم خىز، سىيت بىارمۇ مەرييم مەرييم بلاو دەكتەوه.

سالی ۱۳۵۴ بە وتنى گورانىي «زىنگى بى چشم تو» (له ژيان بى چاوهكانى تو) ناوبانگ دەرددەكا. سالی ۱۳۵۶ بە يارمهتىي موجته با ميرزادە ئاوازدانەرى به ناوبانگ چەند گورانىيەكى دىكە وەك: «دالكە، تفەنگ، زىنگى، ژيان»، قەدەم خىز، دايە دايە و مۇتۇرچى تومار دەكا، بە بلاوبۇونەوهى ئەو گورانيانە ناوبانگىكى زۇرى دەركەدو گورانى و مۇسيقىي لورى گەشەي كرد.

سهقایی سالی ۱۳۶۶ له شەرى ئىران و عىراق بە سەختى بىريندار دەبى و ناتوانى درېزە بە كاره ھونەریيەكانى بىدا. ناوبر او سالی ۱۳۸۵ سەكتەي مىشكلىي دەداو دواي چەند سال بەرەتكانى لەگەل نەخۆشى، لە ۱۳۸۹/۴/۸ مالئاوايى لە ژيان دەكا.

ئامادەكردىنى: مەتىن



کردلەوە ئۆتابخانەگان لە هەرێمی کوردستان

بۆ مەكتەب وادیمەوه
بەخوییدن دا دیمەوه

دیمەوه لای ھاورییان
دلقوش دەبەمەوه پییان

وەرزش، سروود و نیگار
پەیپەو دەکەین وەکوو پار

ریزی مامۆستا دەگرین
نمرەئی زور باش وەردەگرین

بىكۆمان قوتابخانە
مالی ھەر ھەممومانە

بۇيیە دەبى بەپاکى
رايىگرین زور بەپاکى

وەرزى مەكتەب زور خوشە
نويىدىن سەرچاوەئى خوشە

محەممەد داریاس

سلاٽو منداڙاكان!

لە وانهى ئە مجارەماندا هەندىك شىۋوھۇ قەبارە فىئر دەبىن.

What shape is this?

ئەمە چ شىۋوھى؟



It's a rectangle.

ئەوه چوارگوشەيە



It's a heart.

ئەوه دلە



It's a black triangle

ئەوه سىگوشەيەكى رەشە



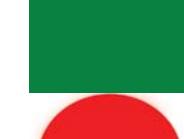
A small yellow star

ئەوه ئەستىرەيەكى بچووکى زەردە



A big red star

ئەوه ئەستىرەيەكى سوورى گەورەيە



A green square

ئەوه چوارگوشەيەكى كەسکە



It's a red circle.

ئەوه بازنهيەكى سوورە

كاوهى ئاهەنگەرى

مانگای ورگن

ههبوو نهبوو له کتیبی چیروکه کاندا مانگایه ک ههبوو.
 ئه و مانگایه له مه زرا خه ریکی له وه بـو کـه له پـر شـتـیـک بـهـرـبـوـهـ خـوارـی!
 مانگا چـوـوـ بـوـ لـایـ تـاـ بـزـانـیـ ئـهـ وـ شـتـهـ قـورـسـهـ چـیـیـهـ بـهـرـبـوـتـهـ وـهـ. دـیـتـیـ فـرـوـکـهـ یـهـ کـیـ
 تـیـکـ شـکـاوـهـ وـهـ ئـاسـمـانـ رـاـ بـهـرـبـوـتـهـ وـهـ. فـرـوـکـهـ وـانـهـ کـهـیـ دـابـهـزـیـ وـ گـوتـیـ: تـکـایـهـ
 يـارـمـهـتـیـمـ بـدـهـنـ، فـرـوـکـهـ کـهـمـ لـهـ وـ نـیـوـ دـارـانـهـ دـاـ حـاسـیـ بـوـوـهـ.

مانگای چـیـرـوـکـهـ کـهـیـ ئـیـمـهـ لـیـیـ چـوـوـ پـیـشـیـ وـ گـوتـیـ: ئـهـ گـهـرـ يـارـمـهـتـیـتـ بـدـهـمـ
 سـوـارـمـ دـهـکـهـیـ؟ فـرـوـکـهـ وـانـهـ کـهـ گـوتـیـ: ئـهـ گـهـرـ چـاـکـ بـیـتـهـ وـهـ، دـوـوـ دـهـوـرـیـشـتـ پـیـ
 لـیـ دـهـدـهـمـ.

مانگا شـاخـهـ کـانـیـ خـسـتـهـ ژـیـرـ فـرـوـکـهـ کـهـ وـ بـهـرـزـیـ کـرـدـهـوـهـ هـیـنـایـهـ وـهـ دـهـرـیـ،
 فـرـوـکـهـ وـانـ بـهـ وـهـ زـوـرـ دـلـخـوشـ بـوـوـ پـاشـانـ دـهـسـتـیـ کـرـدـ بـهـ چـاـکـکـرـدـنـهـ وـهـیـ
 فـرـوـکـهـ کـهـیـ وـ مـانـگـاـشـ يـارـمـهـتـیـ زـوـرـیـ دـاـ تـاـ چـاـکـیـانـ کـرـدـهـوـهـ.

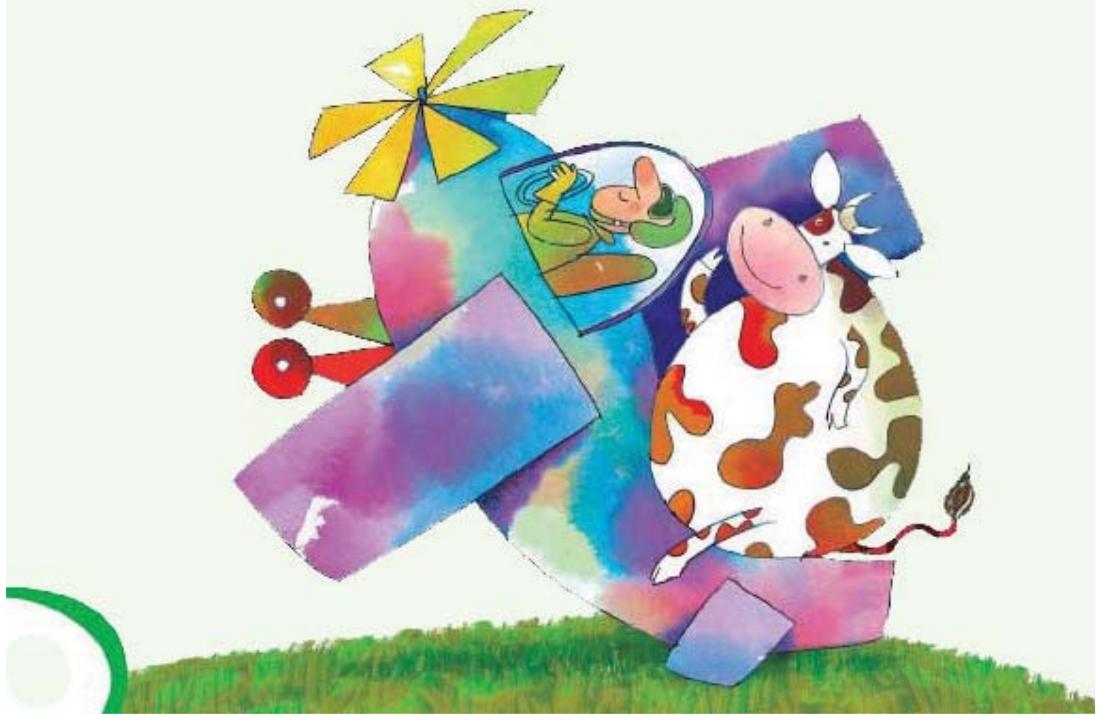
فـرـوـکـهـ وـانـهـ کـهـ سـوـارـ بـوـوـ وـ بـهـ مـانـگـاـکـهـیـ گـوتـیـ: ئـهـ تـوـشـ وـهـرـ سـوـارـ بـهـ باـ
 دـهـوـرـیـکـ لـیـدـهـینـ، بـهـ لـامـ فـرـوـکـهـ کـهـ زـوـرـ لـهـ وـهـ بـچـوـکـتـرـ بـوـوـ کـهـ مـانـگـاـکـهـیـ تـیـداـ
 جـیـ بـیـتـهـ وـهـ. ئـاـخـرـ مـانـگـاـکـهـ وـرـگـیـ زـوـرـ گـهـ وـهـ بـوـوـ فـرـوـکـهـ وـانـ گـوتـیـ: دـهـیـ کـیـشـهـ
 نـیـیـهـ بـرـقـ لـهـ سـهـرـبـانـیـ فـرـوـکـهـ کـهـ سـوـارـ بـهـ. مـانـگـاـکـهـ خـوـیـ هـاـوـیـشـتـهـ سـهـرـبـانـیـ
 فـرـوـکـهـ کـهـ، بـهـ لـامـ کـاـکـیـ فـرـوـکـهـ وـانـ هـهـرـچـیـ کـرـدـیـ نـهـیـتوـانـیـ فـرـوـکـهـ کـهـ لـهـ عـهـرـزـیـ
 بـهـرـزـ بـکـاتـهـ وـهـ، چـونـکـهـ زـوـرـ قـورـسـ بـبـوـوـ!

فرپکه وانه که گوئی: ببوروه که ناتوانم سوارت بکه، خه تای خوشته،
ئاخر ئەتۇ كېشىت زور زورە.

مانگا زۇرى ئەو قىسىم يە پىناخۇش بۇو، بەلام دواتر گوتى: شتىكىم وھېير
هاتەوە ئەمن ئەو بەيانىيە نەچۈرمەتە ئاودەستى. تۈزىك راوهستە ئىستا
ورگم بچۈرك دەبىتەوە.

کاکی مانگا چوو بو ئاودهست و هاته وه، ههستى ده کرد ورگى بچووکتر بوتەوه، هەر بۆيە له فرۇكەكەدا جىڭەي بۇوه و له تەنیشت شۇ فېرەكە دانىشتى و بەرهە ئاسمان ھەلفرىين.

دارشته‌وهی: مینا





پیویستی جوان راگرتنى
کەلوپەلى قوتا بخانە
مندالە ئازىزەكان!
ئىستا كاتى دەرس
خويىندەوه و هەموومان
دەرچۈوين بۇ پۆلۈكى نويى
خويىندەن. جا دەبى باش
بزانىن كە كەلوپەلەكانى

قوتابخانەكەمان جوان رابگرین و ئاكامان لېيان بى، بۇ وىنه:
كاتىك ئىمە لە مالەوهىن، نابى بە دەستى پىسەوه بچىن وانەكانمان
بنووسىنەوه، چونكى دەفتر و كتىبەكان پىس دەبن، يان ئەگەر وانەكەمان
نووسىنەوه تا كتىب و دەفتر و .. بە جوانى نەپىچىنەوه، نابى هەستىن بچىن
بۇ دەرهەوه چۈونكە خوشك و برا بچوکەكانىشمان حەزيان لە نووسىن و
وينەكىشانەوهىيە و يەكسەر هەموومان لى خرالپ دەكەن!
كاتىك وانەيەكمان تەواو كرد، لەرىۋە كتىب و دەفترەكانمان دەخەينەوه
نیو جانتا كانمان، با تا وانەيەكى دىكە نەكەونە بەرپى و ون نەبن. لەبيرتان
نەچى، نابى بە هيچ شىۋەيەك لايپەرە كتىبەكانى خۆمان بنوسيىن! دەفتر جىيى
نووسىنە، نەك كتىبەكان مەگەر نەتان خويىندۇتهوه لەسەر لايپەرە يەكەمى
كتىبەكان نووسراوه:» پاڭ و خاوىننىي پەرتۈوك بپارىزە.«
جا بۇيە پاراستنى كەلوپەلەكانى قوتا بخانە نىشانەى زىرەكى، ژيرى و، ئاقلىي
تؤىيە و، ئاوا، مامۇستاكانىش تؤيان خۆشتىر دەھى.
كەواتە با هەولىبدەين كەل و پەلەكانى خۆمانمان خۆش بوى و بىانپارىزىن.

بو ئەگەر پیواز چاک دەكەين ئاو بە چاماندا دىتە خوارى؟

ئىمە ئەگەر پیواز پاک دەكەين، ئاو بە چاماندا دىتە خوارى، بەلام ئىوه دەزانن
بۇ؟

لە سووچى چاوهكانى ئىوهدا زۆر غوددەي فرمىسىكىي چۈلە ھەن كە بۇ
بەرگرى لە وشك بۇونى چاوهكاننان فرمىسىك دەدەلىنن.
بەھۋى تەپ و تۆزيان شتى بزوئىنەر ئەو غوددانە لەخۇوه فرمىسىك دەدەلىنن
تاڭوو ئەو تەپ و تۆز و مادده ناخاۋىيىنانە لە چاودا بىشۇنەوە. لە پیوازدا
ماددهيەك بە ناوى سولفۇر ھەيە كە دەبىتە ھۆى بزواندىنى رەشايى چاوو
دەلاندىنى غوددە فرمىسىكىيەكە ھەر بۇيە كاتىك ئىمە پیواز پاک دەكەين بە^١
خۆمان نىيە دەست دەكەين بە گريان.





ئاسۇيى:-

۱. مندالى تازه درووست بۇو.
۲. يەكىك لە پارىزگاكانى ولاتى عىراق.

ستۇونى:-

۱. شارىك لە رۆژھەلاتى كوردىستان.
۲. ناوى ولاتىكە (نىشتىمانى پاكى).
۳. سەوداسەن، وېل بە دواى شتىك دا.

ھ			پ			
ا			س			ا
ا						ن

ددان هاتن منداڙن

ددان هاتن پروسوهیه کی گرنگه که له ته منه نی ۶ مانگی دا دهست پئی دهکا.

به لام ددان هاتن له هه رکاتیکی نیوان ۳ بو ۱۲ مانگی ته منه نیش هه ر به ئاسایی داده نری و هه تاکوو ده گاته نیزیکه هی ته منه نی ۳ سالان.

ددانه کانی پیشه وهی شه ویلکه هی خواره وه یه که م جار ده رده که ون . ددانه کانی پیشه وهی شه ویلکه هی سه ره وه ۱ بو ۲ مانگ پاش ئه وانه وهی پیشه وهی شه ویلکه هی خواره وه ده ردین و هه ندیک منداڙ زیاتر له هه ندیکی دیکه ناره حه ت ده بن ئه منه ش له به ره بونی کزانه وه و ئاوسانی پووکیانه پیش ئه وهی ددانه که یان ده ربی. ئه م ناره حه تی و ژانه ش نزیکه هی ۵ رُوژ پیش ئه وهی ددانیان ده ربکه هی دهیانبی و هه رکه ددانه که ده ر بی، ئیش و ئازاریان نامینی.

منداڙان له وانه یه قه پ له په نجه یان بگرن بو هیتورکردن وهی ئه و په ستانه هی که له سه ر ددانیان هه یه . له وانه یه هیچ نه خون و نه خونه وه به هقی زیاتر ناره حه تیان که به هقی خواردن وه زیاد دهکا.

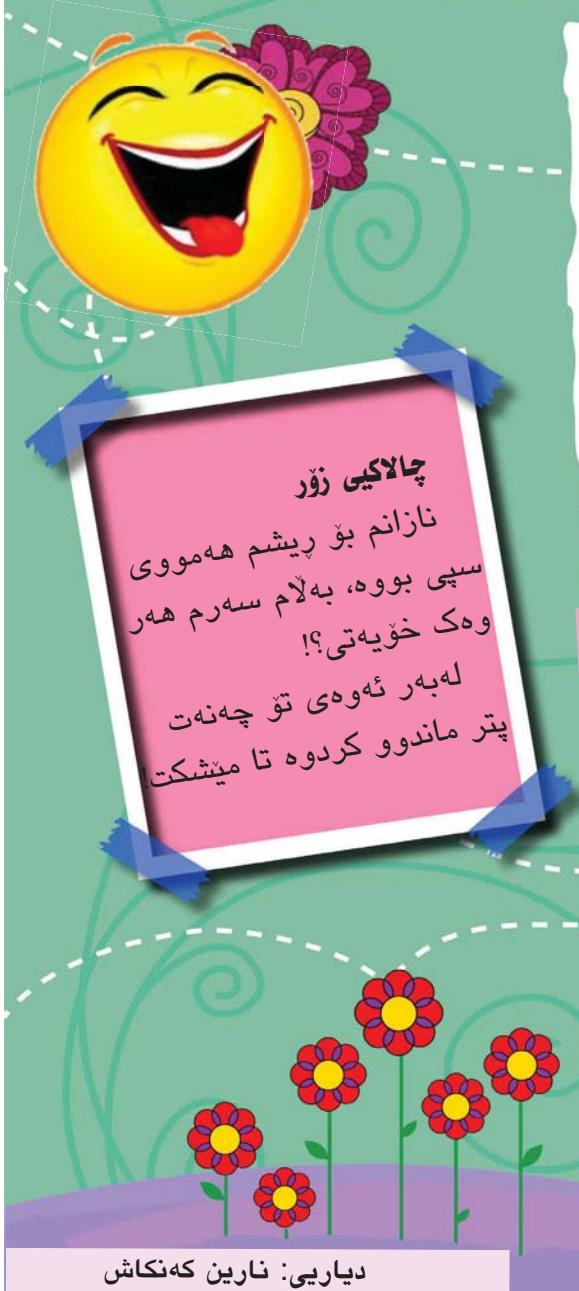
بو ئه وهی ددانی منداڙانمان به هیوری بینه وه، باشتہ ئه وهی گه زهی لاستیکی به کار بھیتن چونکه ناره حه تیکه یان کم ده کاته وه .

زور و شیار و ئاگادار بن له و ده رمان و چاره سه ره کیمیا و یانه هی که به کاری ده هیتن بو نه هیشتني ئازاری ده رکه وتنی ددان له منداڙکه ت، چونکه ئه و ده رمانانه ده بنه هقی زیانی راسته و خو بو سه ر پووکی منداڙکه، له گه ل ئه وه ش ئه و ده رمان و چاره سه رانه راسته و خو ده بنه هقی را گرتني لیکاو پیش ئه وهی فرسه تیکی بو بپه خسی تا کاری گه ری هه بی له سه ر پووک و ددانی، زوریک له و ده رمانانه ده بیتہ هقی سرکردنی قورگی منداڙکه.

له سه ر شانی هه ر دایک و باوکیک پیویسته هه ر باریکی نائیسا یی به سه ر منداڙکه دا هات ئه وا به زوو ترین کات بیگه یه نیته پزیشکی ددان که ئه وان شاره زان له بواری تهندروستی بواری منداڙان دا.



قسی خوش بو پیگه‌نین



شیری دارستان

ماوهیه‌ک لهمه‌وبه‌ر چوومه
ناو دارستان و له پردا
شیریکم لی‌پیدا بwoo، ئه‌منی
گرت و خواردی.
ئه‌ی ئه‌ودنیه زیندووی و
ژیان به‌سهر دده‌بی!
جا مالته ئه‌وه ژیانه؟!

توبه‌بیونی ماسیگر

رۇزىكىيان ماسىگرىيک ماسىيەكى
گرت و فېرى دايىه سەر زھوى.
ماسىيەكەش ھىندهى خو بۇ لاي
ئاوه‌كە ھەلاؤىشت تا كابراى ماسىگر
توبه بwoo، ماسىيەكەي گرت و خستىي
ناو ئاوه‌كەو گوتى: ده بېۋ دەي
ئه‌وهندە لە ناو ئاوه‌كەدا بىيىنەوە تا
بخنکىي. با فيئربى جارىكى دىكە ئاوا
خوتى بو ھەلناویي.

قوتابخانه

بەباشى دەيانقۇيىم
پەريان لى نادىرىيىم

من و نەشمەيل ئاوالىن
ھەردۇوکمان زۆر مندالىن

ما مۆستامان زانايە
پىپىۋ و شارەزايە

ئەمسال يەكەم سالماňه
دەچىن بۇ قوتابخانە

ھەركەس كە باش بنويىتى
نەلاتى بۇ دەھىنتى

كتىبىي نويمان پىدراروه
ھېپى شەقلى نەشكەواه



به دلی خوّتان بعره نگین!



گورانيا کانى

له خه و هه ستام، دهستم دايە كتىبى چىرۇكەكەم و چوومە بەرهە يوان. لە كتىبەكەدا خويىندبوومەوه كە لە بەهاردا كانىيەكان شىعراو گورانى دەلەن.

ئەمن پىم وانه بۇو كە كانىيەكان بتوانن گورانى بلىن و بەخۆمم دەگوت: هەبى و نەبى ئەۋەيان بە ھەلە لە كتىبەكەدا نوسىيە. چوومە لاي دايىم و لىم پرسى: دايە وا ھەيە كانى شىعراو گورانى بلى؟ دايىم پىكەنى و گوتى جا بۇ خوت بۇ ناچىيە سەركانىيەكەي بەر مالان، بزانى وايە يَا نا؟

بە پەلە چوومە سەركانى. دەنگى خورەي ئاو لە دوورەوە دەھات. لە بن دارىيەك دانىشتم تا بىرىيەك بىھسىمەوه. خورەي ئاوو جرييە جرييى بالىندەكان گوييان ئاخنېبۈم. دەتكوت كەسىك پىم دەلە بىرى لېكەوه، لە وەلامى پرسىيارەكتە نزىك بۇويەتەوه.

لە پر گوتەم: وايە، شىعراو گورانىي كانى قەلېھەزەو خورەو ھاژەكەيەتى.
مەھسە رەحەمەتى
وەرگىرەن لە فارسىيەوه: باوکى نيان

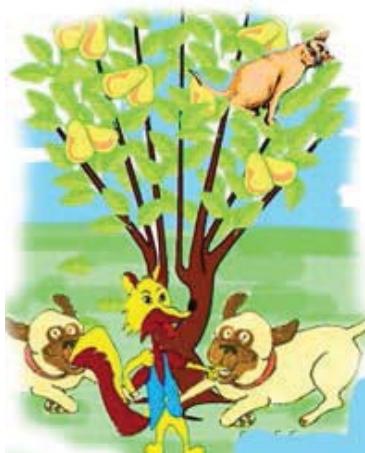


هونه‌ری پشیله و ریوی

رۆژیکیان پشیله‌یه که خه‌ریکی پیاسه‌کردن ده‌بی، له ریگا توشی ریویه‌ک ده‌بی. پشیله‌که پیی واده‌بی که ریوی ئازه‌لیکی رۆز زیره‌که، بؤیه لیی نزیک ده‌بیتەوە و سلاوی لى ده‌کا و ئەحوالى ده‌پرسى.



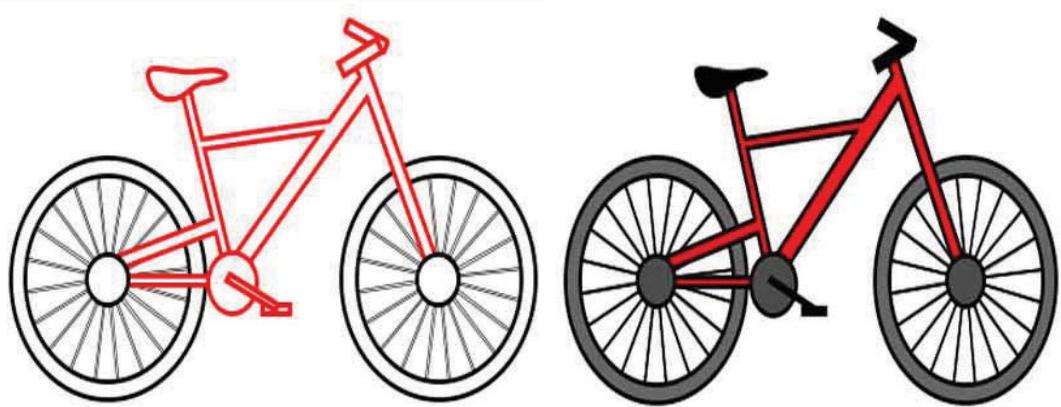
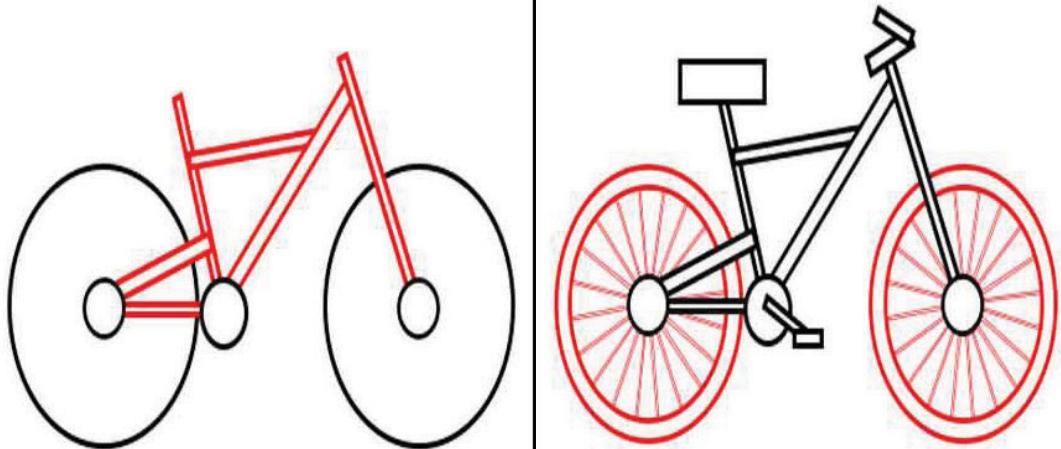
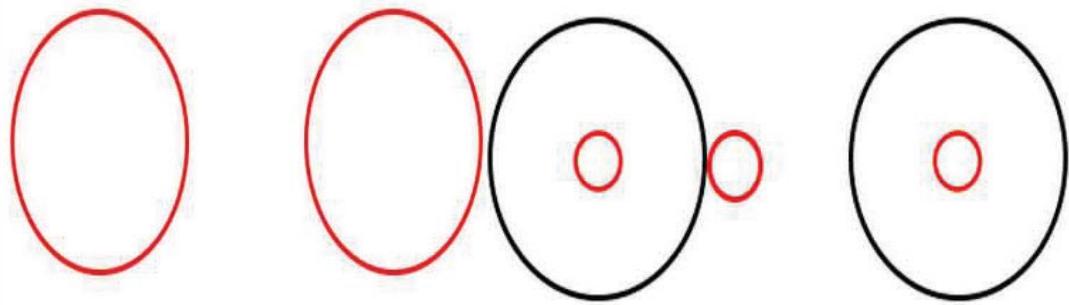
ریوییه‌که چاویک له پشیله‌که ده‌کاو پیی ده‌لی: ئەی بیچاره! راچیی مشکا! ئەتو چۇن ئیزىن به خوت ده‌دھى سلاو له من بکەی؟ مەگەر ئەمن ناناسى؟ پیم بلی بزانم ئەتو چەند هونه‌رت ھەن؟ پشیله‌که زور به شەرمەوە ده‌لی من تەنیا يەک هونه‌رم ھەيە ئەويش ئەوهىيە كاتىك سەگەكان راوم دەنیئەن دەتوانم بچمه سەر داریک و گیانى خۆم رزگار بکەم.



ریوییه‌که قاقایيەکى لیدا و تى: ھەر ئەوە دەزانى؟ بەلام من سەد هونه‌رم ھەن، من زۆرم بەزەيى بە تو دادى. پیت خوشە فىرت بکەم كاتىك سەگەكان راوت دەنیئەن بتوانى را بکەی؟

ھەر لەوكاتەدا راچیيەک بە خۆى و سەگەكانى پەيداي ده‌بى، پشیله‌که بە گورجىك خۆى دەگەيەننە سەر داریک، بەلام ریوییه‌که تا ويستى بجولى و رابكا، سەگەكان گرتىان. لەوكاتەدا پشیله‌که هاوارى كرد و و تى هۆى كاكى ریوی! ئەتو بەو سەد هونه‌رى كە ھەتن نەتوانى خوت رزگار بکەي، ئەگەر وەك من تەنیا هونه‌ریکت ھەبوايە و ئاوا لەخۆبایى نە باي، ئىستا سەگەكان نەيادەتوانى بىڭرن. و: دايىكى پەيام

فیرگەی نقاشی



مندالان بهر له قسه کردن دهنگانه کان دهناسن

له نویترین تویژینه وه زانستیه کاندا هاتووه که مندالان بهر له قسه کردن ههولی پیکختنی دهنگه کان دهدهن تا به تهواوه‌تی ئاشنای دهبن و دواتر ههولی قسه کردن دهدهن.

لهو لیکولینه وهیدا که گوچاری «برو سید نه جز» سهه به ئەکاديمیا زانستیي ئەمه‌ريکى بلاوی کردۇته‌وه، هاتووه که ماوهیدەکى زۆر بەر له قسه کردن مندالان پرۇقە لەسەر چۆنیه‌تى و شیوازى قسه کردىيان دەكەن. هەر له ۹ حەوتۇرى سەرەتاي تەمەنیاندا جۈريک لە راھىنان لەسەر چۆنیه‌تىي گویىگرتەن و جوولەکان ئەنجام دهدهن و له ۱۱ حەوتۇوشدا ههولی دەربېينى بەشىك لهو دەنگانەي گوپپىستى دهبن، دەدەن.



کاردهستا



- درووستکردنی کرمیکی ره‌نگاوره‌نگ
له کاغه‌ز
که‌لوپه‌لی پیویست
۱_ کاغه‌ز ئه‌گه‌ر بکریت ۲ ره‌نگ یان
زیاتر.
۲_ مقهست.
۳_ ماژیکی ره‌ش.
۴_ چه‌سپی ئاوی یان چه‌سپی نه‌واری (له‌زگه).
شیوه‌ی درووست کردنی: -

۱۱ پارچه کاغه‌ز به مقهسته که بیره به شیوه‌یک که پانییه‌که‌ی ۲،۲ سه‌نتیمه‌تر بیت و دریزییه‌که‌شی ۲۲ سه‌نتیمه‌تر بیت.

یه‌کیک له پارچه کاغه‌زه‌کان به شیوه‌ی بازنده روست بکه و کوتاییه‌کانی به چه‌سپه‌که به یه‌ک بگه‌ینه و دواتر پارچه کاغه‌زیکی ترى ره‌نگ جیاواز به هه‌مان شیوه روست بکه، به‌لام پیش ئه‌وهی ۲ کوتاییه‌که‌ی به یه‌ک بگه‌ینه بیه‌نی به ناوه‌راستی ئه‌و بازنیه‌یه دا ره‌تی بکه که یه‌که‌م جار روستت کردوه. به هه‌مان شیوه ئه‌م کرداره دووباره و چه‌ند باره بکه‌وه هه‌تا هه‌ر ۱۱ پارچه کاغه‌زه‌که به‌یه‌که‌وه ده‌به‌ستیه‌وه.

بؤ دروست کردنی شاخی کرم‌که‌ش، ۲ پارچه که‌غه‌ز ئاماذه بکه که دریزایی هه‌ریه‌که‌یان ۱۲ سه‌نتیمه‌تر بیت و به دهمی مقهسته که بریک بای بده بؤ ئه‌وهی بریک بچه‌میته‌وه و دواتر به چه‌سپه‌که له سه‌ره‌وهی بازنیه‌ی یه‌که‌می بده.

ده‌توانن چاوی کردمه‌ش به ماژیکی ره‌ش بکیشنوه و یان له بازار ئه‌و چاوانه بکرن که بؤ دروست کردنی بووکه شووشه ئاماذه کراون.

هانا وریا

سووده‌کانی تری

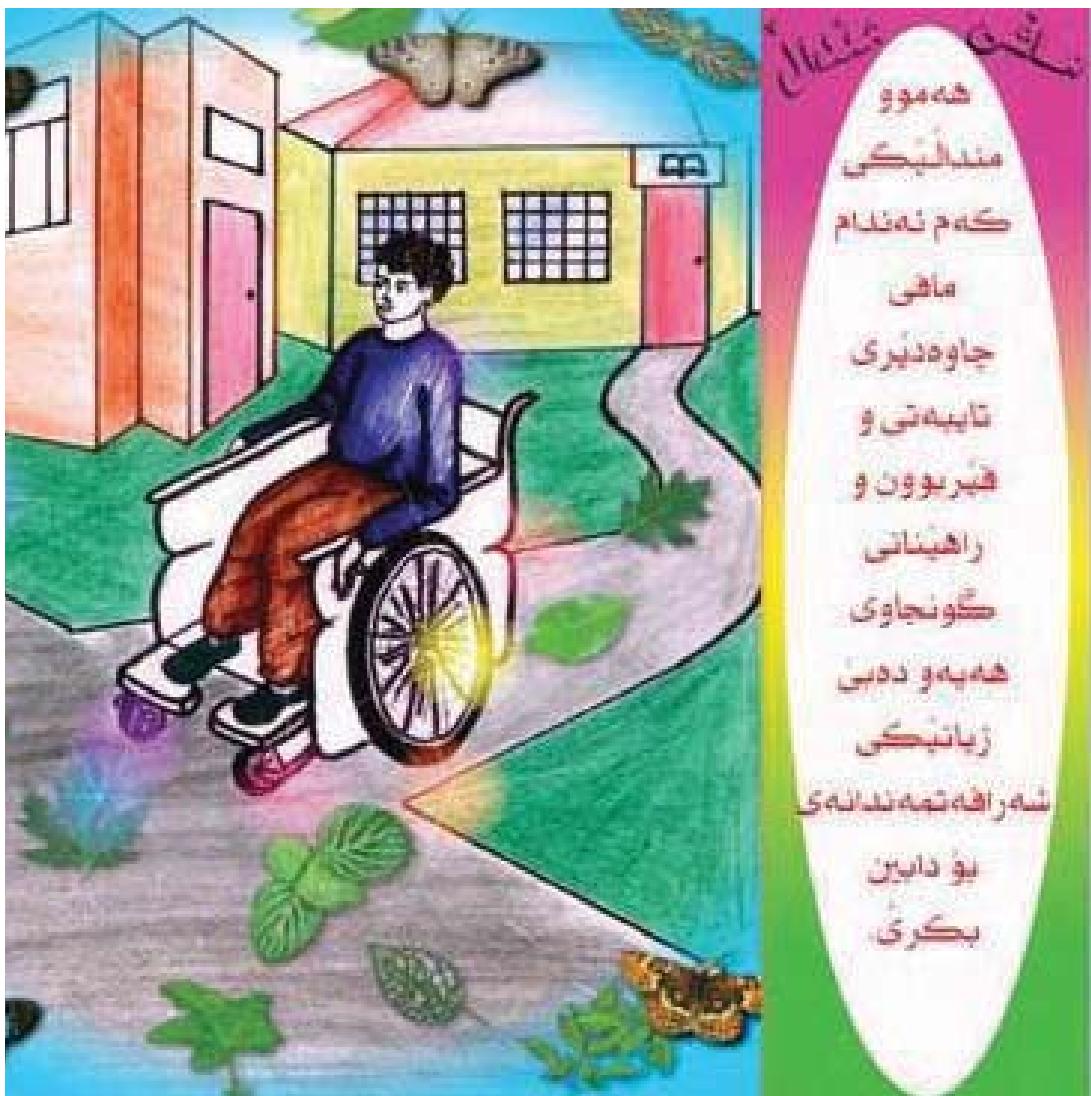
تری، میوه‌یه کی و هرزی هاوینه و خواردنی ئه و میوه‌یه سوودیکی زوری
بۆ لهشی مرۆڤ ههیه، هیندیک له سووده‌کانی تری:

۱. له میوه‌ی تری دا بريکی زور ڤیتامین A، ڤیتامین C و ڤیتامین B و هه‌روه‌ها پوتاسیوم، ئاسن، فوسفور و کلسیوم ههیه.
۲. خواردنی تری بۆ ئه و که‌سانه باشه که که‌م خوینن.
۳. بۆ به‌رگری له شیرپه‌نجه زور باشه.
۴. بۆ ئه و که‌سانه که روماتیسمیان ههیه زور به سووده.
۵. خواردنی تری قهندی خوین ته‌نزیم دهکا.
۶. تری بۆ چلک (هه‌وکردن) ای گه‌دهو ریخوله‌کان زور باشه.
۷. خواردنی تری بونی ناخوشی ددم لاده‌با.

په‌یام



هەموو مەندىلەنلىكى كەمئەندام مافى چاوه دىريي تايىبەتى، خويىندن، فيرپۇون و پەروردەتى هەيە و دەبى ژيانىكى شياو و شەرافەتمەندانەتى بۇ دابىن بىرى.
(جارنامەتى جىهانىي مافى مەندىلەن)





میران قاره‌مانی

تهوار سادقی

هونیا قادر حاجی

میلینا قادر پور



ليندا فهتحي

زهريا ئيراهيمى

نيان بداجي



سانا حاجى‌رهيمى

کانى هەيکەلى

کيان خانزادى

