



"If you don't try, you never fly."\*

بابهتیکی دژوار، توانای بپیار دانمان کز  
دهبیت. خومنان به بی پشت و پهنا و لاواز  
دهزانین. هست به بار گرانیه کی زور  
دهکهین. تهنجا دوای بپیار دانمه که هیور  
دهبینه وه. "باشتروا یه بو هنگاوه نویکان  
نهختیک زوو بپیار بدهین. هرچی  
وهدرهنگی بخهین ئازاری زورتر  
دهبینین".

چواره‌م؛ ئایا ئیمە تەنیا يەك  
ھەلبزاردەمان ھەيە؟ ئایا كاتىك لە  
پېشەكەي خۆمان بىزارىن، دەبىت، يَا ھەر  
رىزە بەو كاره بەدەين يَا بىكار و برسى  
دەمىننەوە؟! "نە، نقولچىك لە مىشكى  
خۇت بىگرە، دەيان ھەلبزاردە تر ھەيە."  
پېنجەم؛ سەرنج دان بە شتە  
روالەتىيەكان، زۆر جار دەبىتە گرفتى  
گەورە و گرى كۆنە بۇ گۈران و ھەنگاوى  
نۇئى ھەل ھىيانەوە. شتى بى بايەخ گەورە  
دەكەينەوە. "لە كاتىكدا، پېوندى لە گەل  
كەسانى دىكە زۆر گىرينگەترە؛ ئەوهى كە  
چقۇن دەتونانىن يارمەتى بەدەين و يارمەتى  
بىگىن."

شده‌شهم؛ ترسی خوگونجاندن له گهله  
بار وودخی نوی، زور ئازارمان ده دات.  
پرسیار له ووهی که چون له کاتی گوراندا  
مه گهله پیشه‌اته نویکاندا خو بگونجینین،  
نفوشوی گومانمان ده کات. "له کاتیکدا گهر  
بیوییری و بیباکی هنهنگاو ههله گرتن بو  
گورانمان بیت، نهک هه رکونترولی  
شیانمان له دهست نادهین، به لکوو چیز و  
خوشی و دنیا یه کی پر ئامانچ تیکه له  
شیانمان ده بیت. به راستی ئه مه ئه و شته  
بیهیه که هه موومان به دوایدا

\*گهر ههول نهدهيت، ههړګیز ناتوانیت  
فریت.

کۆردنەوە: چیا

# برگزاری طرح آموزشی جلب مشارکت روستاییان در مسایل زیست محیطی

4

۲

www.english-test.net

به نام خالق طبیعت

در شماره های پیشین نشریه سعی بر آن بوده که مسایل مربوط به مشکلات زیست محیطی در اکثر زمینه ها مورد بررسی قرار گیرد و راه حل مرتبط با آن ها ارائه شود. در این شماره به ارتباط بیماری های واگیر و اثرات آن بر محیط زندگی افراد می پردازیم که اخیرا یکی از اثواب آن در میان افراد جامعه ما ایجاد مشکل نموده است این نوع بیماری ها اغلب به طیف خاصی از جامعه مربوط نمی شود بلکه در تمام اقسام جامعه می تواند شیوع پیدا کند این نوع بیماری ها اغلب در صورت بی توجهی به رعایت اصول بهداشتی می تواند در مدت کوتاهی منجر به ابتلای افراد جامعه شود که این خود عواقب خطرونا کی در زمینه های اجتماعی اقتصادی و بهداشتی را به همراه خواهد داشت با توجه به مباحث بالا مورد مهمی که مطرح است آن است که برای پیشگیری از بروز و شیوع این بیماری ها چه اقداماتی لازم است انجام شود؟ مسلمان بهداشت فردی و جمعی به میزان فرهنگ درون اجتماع بستگی دارد هر اندازه در ک ما از موضوع پیشگیری قبل از درمان بالاتر باشد مشکلات کمتری پیش روی خواهیم داشت از طرف دیگر اگر چه اگاه سازی عموم در این زمینه نقش کلیدی ایفا می کند اما احساس تعهد فرد هم بسیار حائز اهمیت است با این حال امیدواریم با اشاره به موضوعات مرتبط با این بیماری ها گامی اساسی به سوی محظی پاکیزه و سالم برداشته شود.

فایل شماره آینده ویژه نامه چیا:  
”روز جهانی کوهستان“  
می باشد. لذا از علاقمندان خواهشمندیم  
که مقالات و نظرات خود را در این  
زمینه به دفتر نشریه ارسال نمایند.



زمستان در راه است و بسیاری از جنبه‌های گوناگون بر لزوم مایه‌کوبی عمومی تأکید می‌کنند.

**قطع درختان کهنسال به نام مبارزه با خرافات**

حقوقان انگلیسی به فکر کاشت درختان مصنوعی اند و در ایران درختان کهنسال به نام مبارزه با خرافات قطع می‌شوند. درختان ایران می‌سوزند و قطع می‌شوند و سازمان ملل می‌کوید که ایران یکی از ۱۰ کشور اصلی آلوده کننده جهان است. مدیر طرح ملی شناسایی و حفاظت درختان کهنسال ایران گفت: «در سراسر کشور شاید ۴۰۰ اصله درخت کهنسال وجود داشته باشد که میانگین سن آنها ۸۰۰ سال است. هر ساله ۳ یا ۴ درخت کهنسال در ایران قطع می‌شود. این روند باعث می‌شود که طی سال‌های آینده درختان کهنسال ایران به نصف بررسد». درختان کهنسال امام زاده عبدالله آمل برای بازسازی ساختمان این امام زاده قطع شدند. به گفته‌ی مشاور فضای سبز شهر ای شهر آمل، این درختان از نوع آزاد و حداقل ۳۰۰ ساله بودند.

**اسکناس: سرویس انتقال سریع ویروس**

یکی از راههای انتقال سریع ویروس که در عین حال مورد اعتمای چندانی قرار نمی‌گیرد، اسکناس‌ها هستند. تحقیق یک گروه از ویروس‌شناسان دانشگاه رُنو نشان می‌دهد که ویروس آنفلوآنزا روی اسکناس، حتی تا سه روز بعد هم فعل باقی می‌ماند. این ویروس‌ها از ویروس‌های آب بینی فرد مبتلا به آنفلوآنزا هم مقاومت‌رند، مقاومت ویروس ویروس‌شناسی دانشگاه رُنو می‌گویند، یک نوع ویروس آنفلوآنزا حتی تا ۱۷ روز بعد هم فعل است. این متخصصان در مقاله‌ای که در فصل بهار منتشر شد، مقاومت ویروس آنفلوآنزا در محیطی غیربیولوژیک را "غیرمنتظره" توصیف کردند. آن‌ها معتقدند، برای جلوگیری از همه‌گیر شدن آنفلوآنزا می‌بایست شستن دست‌ها در اولویت قرار گیرد. آب و مواد ضدغونه کننده، آب و صابون یا فقط با آب، فرقی نمی‌کند، دست‌هایتان را بشویید.

### دست‌هایتان را بشویید!!

راه جلوگیری از همه‌گیر شدن وابتلا به ویروس H1N1 چیست؟

واکسن؟ دارو؟ چای و زنجبل؟ خیر. پژوهش‌های مختلف معتبرترین مراکز تحقیقاتی دنیا حاکی از آن است که شستن دست‌ها موثرترین و مناسب‌ترین راه جلوگیری از همه‌گیر شدن ویروس H1N1 است. ویروس‌های آب بینی فرد سرماخورد نشسته، گاه بیشتر از ویروس‌های آب بینی فرد سرماخورد است. در هیاهویی که بر سر همه‌گیر شدن آنفلوآنزا خوکی برپا شده، به جرات می‌توان مدعی شد که مهم‌ترین نکته اغلب فراموش می‌شود: شستن دست‌ها است. متخصصان بر جسته ویروس‌شناسی در سراسر جهان بارها و بارها تأکید کرده‌اند، موثرترین راه جلوگیری از ابتلا به ویروس H1N1 شستن دست‌هاست.

... آخرین خبر: آوارو اوریبه، رئیس جمهور کلمبیا، به آنفلوآنزا خوکی مبتلا شده است.

**زیاد کردنی ظاوی زربیار**

به دوای وہ شست و واره کانی ده یه ی  
یه که می گه لایریزانی که په له یشی به  
دواوه بوو، هه رووه ها له ده یه ی سینیه می  
خوزه‌لوهه‌ی ئه مسالدا نزیک، نزیک به ۶۰  
mm به بارسایی ظاوی زربیار زیاد بوده. ئه  
بروو داوه بوه ته هوه ژیانه وه ی پاکاوه کانی  
قه راخ زربیار و بوه و ته کردنی بالنده  
ئه زموو کوچه ریبه کانی ژینگه ی زربیار، که  
ئه مه بوه ته هوه ی دلخوشبوونی ژینگه  
پاریزانی ناوجه که.

### ”نگرانی‌ها از شیوع آنفلوآنزا خوکی در میان زائران حج شدت گرفته است“

چشم‌پوشی از سنت‌های مذهبی و برگزاری گسترده مراسم مذهبی، به دلیل شیوع آنفلوآنزا خوکی تها در میان مسلمانان مشاهده نمی‌شود. ترس از گسترش آنفلوآنزا خوکی باعث شده است تا مقامات مذهبی مسیحی و مسلمان در توصیه‌هایی جداگانه از مردم بخواهند تا در صورت مشاهده عالیم بیماری از شرکت در مراسم مذهبی بپریزنند.

### حکم دادستانی، ۱۲ هزار اصله درخت کهنسال بلوطی که قدمتی صد ساله داشتند، را احیا نمی‌کند.

منطقه حفاظت شده دنا با وسعتی معادل ۹۳۶۰ هکتار در جنوب غربی کشور در سلسله جبال زاگرس واقع شده است." منطقه دنا به دلیل ارزش‌های جانوری و گیاهی تقریباً بی‌همتاست و براساس تحقیقات فانو - سازمان خوار و بار جهانی - "هر هکتار آن ۲۸۰ برابر خاک کشور ارزش دارد." گرچه دادستانی منطقه‌ی دنا عملیات قطع درختان این منطقه را متوقف کرده است، ولی این حکم برای ۱۲ هزار اصله درخت کهنسال بلوطی که قدمتی صد ساله داشتند دیر است و آن‌ها را احیا نمی‌کند. ارزش هر درخت منطقه حفاظت شده دنا را با صد سال قدمت، ۲۰۰ هزار دلار می‌دانند.

### برگزاری طرح آموزشی "جلب مشارکت روسانایان در مسائل زیست محیطی"

به دنبال ارائه طرح ((آموزشی و مشارکت روسانایان در مسائل زیست محیطی )) از سوی انجمن سبز چیای مریوان در سال ۱۳۷۸ به اداره کل محیط زیست استان و موافقت سازمان حفاظت محیط زیست کشور در ابتدای سال ۱۳۸۸ با این موضوع، برنامه برگزاری این طرح به علت تراکم و تشديدة آتش سوزی‌های جنگل‌ها و مراتع مریوان به تعویق افتاد. هر چند که برنامه پیشنهادی سازمان محیط زیست با تاریخ برگزاری کلاس‌ها منطبق نبود، اما تعداد شرکت کنندگان و نحوه مشارکت روسانایان غیره منظره و چشمگیر بود. ارائه دهدگان مطلب، مریبی و استادان عضو و واپسی به انجمن سبز چیا در مقوله‌های همچون مشکلات زربیار، تعامل روسانایان با مسائل زیست محیطی، تفکیک زیاله، ... آموزش‌های خود را به فراغیران ارائه دادند. سر انجام کارگاهی آموزشی در این رایطه در روز سه شنبه ۱۴۸۸/۸/۱۹ ساعت ۱۰ صبح تا ۴ بعداز ظهر با مشارکت دهیاران و شوراهای اسلامی روستاهای دهستان زربیار و دهستان خاومیرآباد به تعداد ۵۱ نفر در مریوان برگزار گردید. در حین برگزاری کلاس‌ها در روستاهای نمایندگانی از اداره محیط زیست حضور داشتند. در روز اجرای "کارگاه آموزش و مشارکت" در شهر نیز، مهمانانی از اداره محیط زیست استان در این کارگاه شرکت داشتند. حضور دبیر انجمن‌های زیست محیطی استان کردستان خانم "اردلان" بر هرچه پربار بودن کارگاه، بسیار موثر و قابل تقدیر بود.

- جدول اسامی روسانایی شرکت کننده در طرح و تعداد افراد و روز اجرای کلاس‌های آموزشی:

نام روستا	تاریخ	تعداد افراد
۱- وله ژیرو و کلکه جان	۸۸/۷/۱۸	۴۰ نفر
۲- سودوش	۸۸/۷/۲۰	۴۲ نفر
۳- سیف و محمد	۸۸/۷/۲۵	۴۵ نفر
۴- کانی سانان	۸۸/۷/۲۷	۴۶ نفر
۵- نی	۸۸/۷/۲۹	۵۲ نفر
۶- دره تقی	۸۸/۷/۳۰	۸۱ نفر
۷- ینگیجه "مرد"	۸۸/۸/۶	۶۴ نفر
۸- ینگیجه "زن"	۸۸/۸/۶	۵۰ نفر

## آیا آنفلوانزای خوکی می‌تواند خطرناک باشد؟

### “گپری داری تپ له گپری داری وشك خوشتره！”

جوانی سروشت و سه‌وزی چیاکان، حمزی هم‌مو که‌سیکه که سرووشت دهیزیه‌فیته‌وه، چیاکان دلیان دزیوه و له پائی مانگ و خورده‌وه به سه‌وه‌رزوی ته‌ماشا ده‌گ.

به‌لام هندیک شت شایانی باش کردنه وه‌گ نه‌وهی که بپنک له دلی سه‌وزایی سروشت ده‌هه‌نه. من وه‌کوو که‌سیک که چاوه‌کانه، نه‌وهی لی بوو به عاده‌وه هه‌موو کات و ساتیک ده‌بینی. ئایا نه‌وه شتله‌هی پاشکه‌وتی خدلکه‌که‌مانه یا هندیک گیر و گرفته. هه‌موومان نه‌وه باش ده‌زانین که له گه‌ل هاتنی وه‌رزه‌کانی پاییز و زستان خدلکی دیهانه‌کان ده‌ست ده‌گن به بپنی داره‌کان بۆ چاره‌سه‌ری کیشی سه‌رما، و بهم بونه‌یدوه هه‌موو سالیک ئم کاره دوویات ده‌بینه‌وه. هه‌موو که‌سیک خولیای بودنه سه‌ری زیاتیکی ئاسایی و بی ده‌دیسه‌ر لم دنیا‌یداهیه. خدلکی گوندہ‌کانیش حمز به ئم کیشیه ناکهن. نه‌بوونی نه‌وت نه‌وه‌نده پیوسته بووه‌ته هۆی نه‌وه کیشیه.

یا هندیک جار ئم کاره پقه‌بهری به‌ینی خدلک و بیداره‌ی سه‌رچاوه سروشته‌کانه! بۆ نمونه که‌سیک که به هۆی بپنی داره‌کانه‌وه جرمیمه‌یه کی قورس ده‌کریت، نیتر له هیچ شیک ده‌ست ناپایزیزی واهست ده‌گا که به کردنی ئم کاره حقی خۆی نه‌سینی!! ده‌کرا دوستانی ژینگه پاریز هه‌موو سالیک رورو له دیهانه‌کان بکهن و باسی نرخی گرانی نه‌وه سروشه بۆ خدلک بکهن. یا به واقایه‌کی دیکه ده‌بواهه فه‌ره‌نگ سازی له ناو خدلکدا بکرايه. دیاره ئم کاره وه‌ختن ده‌هوي، چونکه جی به جی کردنی هندی شت دریز خایده‌نه و ته‌مرینی نه‌ويت. به‌لام له گه‌ل ئنسافدا ناگونجیت که هه‌موو کم و کوپریه‌کان له سه‌ر شانی به‌پرسان دانین. چونکه کومه‌لگای ئیمه کومه‌لگایه کی که‌مته‌رخمه، بۆ نمونه زۆر جار له زۆر که‌سمان بیستووه که ده‌لین گپری داری تپ له گپری داری وشك خوشتره!

ده‌بیت هه‌موومان ئم کیشیه له بیر نه‌که‌ین و بۆ چاره سه‌ری قی بکوشین.

خوک و گوشت انسان هیچ تفاوتی باهم ندارد.

هرچند طی سالیان گذشته بارها این ویروس به انسان

نیز منتقل شده و مشکل خاصی به بار نیاورده ولی

این بار ویروس مورد اشاره (H1N1) چنان تغییرات

ژنتیکی متحمل شده است که دارای قابلیت سرایت

انسان به انسان هم گردیده است و قابلیت جهانگیری

پیدا کرده است.

**بالینی آنفلوانزا** این بیماری (آنفلوانزای فصلی) با

تب، لرز، سردرد، سرفه، گلودرد، اسهال، کوتاه شدن

دامنه‌ی تنفس، دردهای عضلانی، دردهای مفصلی،

خستگی، استفراغ یا اسهال تظاهر می‌نماید. شایعترین

باشه‌های بالینی آنفلوانزا در سال ۲۰۰۹ شامل تب،

گلودرد، کسالت و سردرد بوده و هر چند تهوع،

استفراغ و اسهال به ندرت رخ می‌دهد. ولی در

آنفلوانزای جدید (آنفلوانزای خوکی) با شیوع نسبتاً

بالا عارض می‌گردد.

**بیماری در کودک**

احتمال بروز آنفلوانزای خوکی (H1N1) با عالیم

معمول نظیر تب، سرفه در کودکان سنین پایین کمتر

از سنین دیگر است. بیماری در شیرخواران ممکن

است با عالیم تب و بی قراری تظاهر نماید و فاقد

سرفه و سایر عالیم تنفسی باشد.

**عوارض بیماری:**

در حال حاضر اطلاعات کافی در مورد عوارض

بیماری در دست نیست اما به قرینه‌ی سوابق قبلی

انتظار می‌رود بیماری در محدوده‌ی وسیعی از موارد

آنفلوانزا به عنوان یکی از بیماری‌های

عفونی خوک‌ها در سال ۱۹۱۸-۱۹۱۹ طی جهانگیری

واسع بیماری مطرح گردیده و گزارش

های باقی مانده از آن زمان حاکی از این واقعیت

است که در تعقیب وقوع طغیان بیماری در بین گله-

های خوک‌ها مواردی از بیماری در بین اعضاء

خانواده افرادی که در تماس با این حیوانات هستند

نیز رخ داده است. ویروس آنفلوانزای خوکی (

H1N1) به عنوان یک بیماری مشترک بین خوک و

انسان مطرح است برای اولین بار در سال ۱۹۳۰ از

خوک‌ها و در سال ۱۹۷۴ از انسان جدا شده و

مشاهدات بالینی مبنی بر انتقال ویروس از خوک به

انسان از نظر آزمایشگاهی نیز تا قبل از ۲۰۰۹ میلادی

که آغاز جهانگیری فعلی را به این سال نسبت می-

دهیم به اثبات رسیده است. آنفلوانزای خوکی (

H1N1) بیماری حاد و شدیداً مسری دستگاه تنفسی

خوک‌ها است که به وسیله‌ی ویروس‌های تاب A

ایجاد می‌شود. این بیماری هرچند با چهره‌ی بالینی

حاد و پرسروصدایی عارض می‌شود ولی طی

طغیان‌های گذشته، مرگ و میر ناشی از آن در خوک‌ها

حدود ۱-۴ درصد بوده است. دلیل انتقال این بیماری

بین انسان و خوک می‌تواند برخی از تشابهات

ژنتیکی بین انسان و خوک باشد به طوری که در

پزشکی قدیم و از جمله در کتاب دوم قانون طب

ابن سينا به آن اشاره و چنین می‌نویسد: خون انسان

تماماً با خون خوک متشابه است، چنانکه گوشت

ئه‌بوو به‌کر راوه‌ند

## مصاحبه اختصاصی در رابطه با "آنفلوانزای خوکی"

زنان باردار، و ساکنین خانه‌های سالمدان و آسایشگاه‌های بیماران مزمن. بنابراین لازم است افراد و گروه‌های مورد اشاره بیشتر به توصیه‌های بهداشتی توجه نموده و در تماس احتمالی با بیماری آنفلوانزایی، پرهیز نموده و از رفتنه به مکان‌های پرخطرمانند ملاقات‌های غیر ضروری بخصوص دریمارستان‌ها و مرماکر درمانی اجتناب ورزد.

**چیا: اقدامات مراقبتی در بیماران مبتلا به آنفلوانزای**

**جدید و آخرین توصیه‌های شما؟**  
استراحت کردن، نوشیدن مایعات، تغذیه مناسب، و استفاده از استامینوفن به عنوان تب بر بهترین راه درمان بیماری آنفلوانزای جدید است.

برای کاهش تب ناشی از آنفلوانزا فقط از قرص استامینوف به میزان تجویز شده استفاده کنیم. اکیداً توصیه می‌شود برای کاهش تب ناشی از آنفلوانزای جدید از مصرف آسپرین خودداری شود. در صورت مشاهده تب و خواب آلودگی در کودکان زیر دو سال، سریعاً به پزشک مراجعه شود. مبتلایان به آنفلوانزای جدید به ویژه دانش آموزان مدارس و دانشجویان می‌توانند سه ساعت- بعد از قلعه‌بت- و با تجویز پزشک به محل کار یا کلاس درس حضور یابند.

در صورت مشاهده علایمی چون تب، سرفه، گلودرد، سردرد، لرز، کوفنگی بدن احساس خستگی، همچنین اسهال و استفراغ در خود به پزشک مراجعه نماید. هنگام عطسه و سرفه، جلوی بینی و دهان خود را با دستمال بگیریم بلافضله دستمال را داخل کیسه پلاستیک گذاشته ویا در سطل زباله بیندازیم. اگر از دستمال پارچه‌ای استفاده می‌کنیم روزانه دوبار آن را شسته و بعد از هر بار استفاده داخل کیسه پلاستیکی بگذاریم.

ضروری است در هنگام عطسه یا سرفه از بردن کف دست- هایمان در جلوی دهان و بینی خودداری کنیم زیرا این مسئله باعث می‌شود . عامل بیماری روی دست ۲ تا ۸ ساعت باقی بماند و به وسایلی که دست می‌زنیم منتقل شود.

- اگر بلافضله دستمال در اختیار ندارید حداقل به جای کف دست، آستین یا لباستان را جلوی دهان و بینی بگیرید.

استفاده از ماسک جهت پیشگیری در این نوع آنفلوانزا توصیه نمی‌شود.

خانم‌های شیرده که علایم آنفلوانزا دارند بهتر است هنگام شیردادن، از ماسک استفاده کنند و یا بد دستمال جلوی بینی خود قرار دهند.

در صورت مشاهده علایم تنگی نفس، اشکال در نفس کشیدن، حال عمومی بد و یا تب بالای بیش از سه روز در مبتلایان به آنفلوانزای جدید، بیمار می‌باشد هر چه سریع تر توسط پزشک معاینه شود.

در کودکان مبتلا به آنفلوانزا در صورت تنفس سریع و سخت، تشنج و یا تداوم تب باید به پزشک مراجعه نمود.

با تشکر از همکاری شما

برای اینکه به بیماری آنفلوانزای جدید مبتلا نشویم لازم است: روزانه دست‌های خود را با آب و صابون بشویم ویا با محلول‌های ضد عفنی کننده تمیز کنیم. بدین منظور ضروری است در هر بار شستن دست‌ها، این عمل را دوبار تکرار نمایید. از لمس کردن چشم‌ها، بینی و دهان خودداری کنیم، چون باعث انتقال ویروس می‌شود.

در صورت امکان از افرادی که علام شیشه بیماری آنفلوانزا دارند حداقل به اندازه یک متر فاصله بگیریم.

بیاد داشته باشیم که اشیایی مانند تلفن، صفحه کلید کامپیوتر، دستگیره درها ... هم می‌توانند انتقال دهنده ویروس آنفلوانزای جدید باشند. بهتر است از تمیز بودن آن‌ها مطمئن شویم. توصیه می‌شود از اسباب بازی‌های قابل شستشو برای کودکان استفاده شود و استفاده از اسباب بازی‌های پارچه‌ای و پشمی خودداری شود. در صورت امکان از حضور در مناطق شلوغ خودداری کنیم یا مدت آن را کاهش دهیم.

با باز کردن پنجره‌ها و درب‌ها در فواصل مناسب در روز برای حداقل هر بار ۱۰ دقیقه به همین مطلب- محل کرا، محل زندگی، و کلاس درس ویا ... کمک کنیم.

خانواده، دوستان و همکاران خود را تشویق کنید تا رفتارهای پیشگیری

کننده را رعایت نمایند.

**چیا: با توجه به آغاز مواسم حج و اعزام حجاج به خانه خدا و همچنین وضعیت معیشتی بیشتر مردم با توجه به بازاری بودن آن‌ها آیا برای این دسته‌ی قابل ذکر (حجاج، بازاریان و تجار) که از موز خارج می- شوند تدبیری مثل واکسیناسیون اندیشیده شده است؟ و اگر کسانی این واکسن را تلقیح نمایند باز هم احتمال ابتلا وجود دارد؟**

همانطوریکه اشاره شد بیماری از طرف سازمان جهانی بهداشت، پاندمیک یا جهانگیر اعلام شده است و تقریباً تمام کشورها را درگیر نموده است، اما کسانی که به کشورهای پرشیوع سفر می‌نمایند، مانند جهانگردها، تجاری یا حجاج باید به توصیه‌های بهداشتی بیشتر توجه نموده و در صورت بروز علایم درخود باید سریعاً به مراکز بهداشتی درمانی، بیمارستان‌ها و مطب‌های خصوصی و به پزشک مراجعه می‌نمایند، و حتی تعدادی از این بیماران بستری شده‌اند و از آن‌ها جهت تشخیص قطعی، نمونه‌تیه شده و به آزمایشگاه دانشکده بهداشت دانشگاه تهران ارسال شده است، اما از نظر آنفلوانزای نوع A مثبت نبوده‌اند. در شهرستان مریوان تاکنون یک مورد ابتلاء گزارش شده که خوشبختانه بعد از مراقبت‌های لازم درمان شده است، و به موقع در یکی از بیمارستان‌های شهر، بهبود پیدا کرده است، هرچند که شمارزیادی از مردم با علام شیشه آنفلوانزا به مراکز بهداشتی درمانی، بیمارستان‌ها و مطب‌های خصوصی و به پزشک مراجعه می‌نمایند، و حتی تعدادی از این بیماران بستری شده‌اند و از آن‌ها جهت تشخیص قطعی، نمونه‌تیه شده و به آزمایشگاه دانشکده بهداشت دانشگاه تهران ارسال شده است، اما از نظر آنفلوانزای نوع A مثبت نبوده‌اند، بنابراین براساس دستورالعمل‌های وزارت بهداشت، تنها از موارد بستری در بیمارستان نمونه آنفلوانزا تهیه شده و به آزمایشگاه دانشگاه تهران ارسال می‌گردد. بنابراین تاکنون از بیش از ۳۰ مورد خوبه‌زنه پیدا شده موارد مشکوک (بستری و سرپایی) با تشخیص پزشک، تنها یک مورد آن مثبت بوده است.

**چیا: جناب آقای اختر ضمن تشرک از وقتی که در اختیار چیا قرار دادید: لطفاً وضعیت کنونی آنفلوانزا را در ایران و خصوصاً در مریوان انتقال می‌دهید؟**  
بیماری آنفلوانزای نوع A (H1N1) که در ولایت شیعه آن به شهریور بود، بیماری ویروسی است که به راحتی در هنگام عطسه و سرفه و حتی صحبت کردن در فاصله کمتر از یک متر به دیگران منتقل خواهد شد.

در ایران بیش از ۲۶۶۲ فروردین ابتلا نموده و ۵۸ فروردین علت لک بهبود فوت نموده‌اند. در شهرستان مریوان تاکنون یک مورد ابتلاء گزارش شده که خوشبختانه بعد از مراقبت‌های لازم درمان شده است، و به موقع در یکی از بیمارستان‌های شهر، بهبود پیدا کرده است، هرچند که شمارزیادی از مردم با علام شیشه آنفلوانزا به مراکز بهداشتی درمانی، بیمارستان‌ها و مطب‌های خصوصی و به پزشک مراجعه می‌نمایند، و حتی تعدادی از این بیماران بستری شده‌اند و از آن‌ها جهت تشخیص قطعی، نمونه‌تیه شده و به آزمایشگاه دانشکده بهداشت دانشگاه تهران ارسال شده است، اما از نظر آنفلوانزای نوع A مثبت نبوده‌اند. در شهرستان مریوان تاکنون یک مورد ابتلاء گزارش شده که خوشبختانه بعد از مراقبت‌های لازم درمان شده است، و به موقع در یکی از بیمارستان‌های شهر، بهبود پیدا کرده است، هرچند که شمارزیادی از مردم با علام شیشه آنفلوانزا به مراکز بهداشتی درمانی، بیمارستان‌ها و مطب‌های خصوصی و به پزشک مراجعه می‌نمایند، و حتی تعدادی از این بیماران بستری شده‌اند و از آن‌ها جهت تشخیص قطعی، نمونه‌تیه شده و به آزمایشگاه دانشگاه تهران ارسال شده است، اما از نظر آنفلوانزای نوع A مثبت نبوده‌اند، بنابراین براساس دستورالعمل‌های وزارت بهداشت، تنها از موارد بستری در بیمارستان نمونه آنفلوانزا تهیه شده و به آزمایشگاه دانشگاه تهران ارسال می‌گردد. بنابراین تاکنون از بیش از ۳۰ مورد خوبه‌زنه پیدا شده موارد مشکوک (بستری و سرپایی) با تشخیص پزشک، تنها یک مورد آن مثبت بوده است.

**چیا: لطفاً در مورد عالیم اولیه بیماری توضیح دهید.**  
خطار داشته باشیم که : مهترین عالیم بیماری تب، گلودرد، سرفه، سردرد می‌باشد. علائمی مثل لرز، کوفنگی بدن، احساس خستگی، همچنین لمبه، استفراغ نیز در بعضی از بیماران مشاهده می‌شود. کوک دکان کم سن و سال مثل شیرخواران در صورت ابتلا به آنفلوانزای جدید ممکن است عالیم از تب و خواب آلودگی، تشنج، بی قراری، عدم نوشیدن مایعات، استفراغ های مکرر، تغیر رنگ پوست به طرف کبودی، تنفس سریع داشته باشند. اما همانطوریکه اشاره شد، علام ذکر شده اختصاصی نبوده و ممکن است سایر انواع آنفلوانزاها که به آن‌ها اشاره شد، بخصوص آنفلوانزای فصلی علام مشابه را داشته و تنها راه تشخیص قطعی این بیماری نمونه برداری از بیمار می‌باشد که علت عدم تهیه نمونه از کل موارد ویا موارد مشابه ذکرگردید.

**چیا: بیشترین گروه‌های در معرض خطر کدامند؟**  
در افراد زیر در صورت ابتلا به بیماری آنفلوانزا جدید عوارضی چون تنگی نفس، ذات الریه، تشنج، اختلال هوشیاری ... بیشتر از سایر افراد خواهد بود: اشخاص بالای ۵۵ سال و کوک دکان زیر ۵ سال. مبتلا یان به بیماری‌های مزمن ریوی، قلبی، و آسم دیابت، مشکلات کلیوی، نقص ایمنی و نیز افراد خیلی چاق.



## زینگه پاریزی لە گوندەکانی فاوچەی مەریوان (٩)

### "ناساندنی ژیان و ژینگەی گوندی یەنگیجە"

█

دووهەمیش، له سەر کانیەک بە ناوی کانی پانکە، جیگیر گوندەکەمانە. دەبن و ئەم یەنگیجەی ئىستا دروست دەکەن. ئەم جیگایە سەرەرای ئەو گرفتانەی کە باسمان کرد، بە خوشیوە بەھۆی هوشیاری و تیکوشانی گەنجەکانوھە، لەم سالانە دوايیدا گۆرانکاریەکی باش له بوارە جیاجیاکاندا دەستى پى کردوھە ئىستاشیس درېزەی هەیە کە ئەوانەی خوارەوە چەن نموونەیەكەن: لە سالى ٧٩ بۇ بەرز بونوھە ئاستى زانیارى دانیشتowan، كەنیخانە يەك لە یەنگیجە دروست کرا. گەرچى بچۈك (٤٠ مەتر)، بەلام كارىگەریەکی باشى له سەر خەلک دانا، بە جۆرىك، كە نىشانە پېشىنى مەیتىۋى ئەو خويىندى زمانى كوردى بون.

لە بوارى پاك و پۇختەيىھە، ناو ئاوابىي و دەروروبەرى جادەي سەرەرە كى بەشىۋەيەكى ناشىرىن پىر لە پەيىن و زىل بۇو، بەلام بەيارمەتى دېھبىاري، ھولىكى زۆر بۇ لابىدى دەس پېتىرا و جىڭايى تايىھەت دروست کرا و، بە خوشىوە لە ماۋەھەكى كورتدا، ھەمۇ زېل و پەيىنە كان لابرا. جىڭايى تايىھەت بۇ زېلە كانىش دروست کرا و، لە چەند جىڭايىك دانرا. تەنانەت زۆرەي مالەكانيش سەتلى تايىھەتىان بۇ زېل و ئەشغالى كۆلانە كان دروستىركەد و بە لاي درگاى حوشەوە ھەليان واسىيە. زېل و ئەشغالە كانىش بە ماشىنى تايىھەت دورى دەخىرتەوە. خەلکى ئاوابىيىش سالى چەند كەپەت لە ھەلەمەتىكى گشتىدا تەواو كۆچە و كۆلانە كان لە ھۆي دانانى كلاس بۇ زنان و پىاوان، فەرەنگى پاك و پۇختەيىھە زۆر بە باشى جى كەپتوھە.

لە بوارى جوان كردن و رازاندنهو، دەروروبەرى جادەي سەرەرە كى بېيىشتر پېر لە پەيىن و ئەشغال بۇو، بە يارمەتى ئەنجومەنلى سەۋىزى چىا، بە بەشارى ھەمۇ خەلک، دانرا بە نەمام، ئىستا دىيمەتىكى جوانى بە ئاوابىي بە خوشىوە.

لە بوارى زىنگە پارىزىشدا گوندی یەنگیجە نموونە و پېش قەدەم بۇوە بۇ دېھاتەكانى تر و، تەنانەت بۇ شارى مەريوانىش. جىيى شانازارىي بۇ یەنگیجە كە؟ بېرۈكەي دانانى ئەنجومەنلى سەۋىزى چىا، لە كەنیخانە بچۈكەكە ئەم گوندەدا سەرى ھەلدا. زۆرەي گەنجانى ئاوابىي ئەندامى چالاکى ئەنجومەنن. ئىستاشىش گروپى ئاڭگەر كۈرۈتىنەوەمان ھەيە و لە كۆئۈندەنە وەزىل لە ئاڭگەرە كاندا بەشارى چالاكانەي ھەيە.

سپاس بۇ ھەمۇ ئەندامانى چىا، سپاس بۇ بەرپۇھە بە رانى گۇقشارى چىا.

### "عەبدوللا ئازادىيان"

ئەوا ئەگەر لە شەھە زەنگىكى تارىكدا، لە مەھۇدایەكى نەختىكى دوورەوە، بە چاۋىيکى خەيالاوى، سەرنجى ئاستى خۇرنىشىنى شارى مەريوان بەدەين؛ چاۋى ھەستمان، زەرپىايدىكى بەرین و بى ئېنتەها، لە گەن داپۇرپىك دەبىنى، كە چراڭانى چەند داپۇرپىك دەبىنى، كە دەلىي دايىكى خەمخۇرە و كۆرپەكانى رادەزەنیت. ئەو دىمەنە سېھراویە؛ كەزاؤھى زەپبار و گوندە نۇوستووھ بە خەبەرەكانى دەرورۇپېشىتەتى، كە بۇ دەمە بەيانيكى رووناڭتىر لە سېيدەي سەحەر، بانگەھىشتى میوانەكانى دەكتات! با لە عالەمى خەيال راچەكىن و بىزانىن شابالى ئەم جارەي "چىا" بەرە كۆپمان دەبات؟ رېكەون با بېرىپىن و، لە سەر يەك لە پاپۇرپانە، گۇئى بېستى پەيامى رووناڭى و ئاوهەدانى نەھەكانى دوانزە سوارەي مەريوان بىن.

چىا

**گوندی یەنگیجە**، يەكى لە ئاوابىيەكانى بەرى زەپبار (بەرى بەگزادە)، سەر بە بەشى خاومىرئاۋاھى كە لە 12 كىلومترى باكورى خۇر ئاوابىي شارى مەريوان ھەلکە وتۇرە. ئەم ئاوابىي 78 مالە و بېزەدە دانىشتowanى 372 كەسە. بە داخوھە بەھۆي كۆچ كەنلى زۆرەي 12 خۇيىتكارى زانكى، 25 خۇيىتكارى دواناوهندى، 15 خۇيىتكارى ناوهندى و 25 خۇيىتكارى سەرەتايى ھەيە.

نېيمىكاناتى خۇيىتكارى 35 سال پېش ئىستا دروست كراوە، ئىستاپىمان ھەيە كە ھەلەمەتىكى گشتىدا تەواو كۆچە و بۇونى درگا و پەنچەرەكانىيەوە، رولالى ئاشىرىيەن ھەيە و لە كەل بارى دەررۇونى مەندالەكاندا ناگۇنچى و تەنانەت مەترىسى داپۇرخانىشى زۆرە. مەندالان بۇ خويىندىنى ناوهندى و دواناوهندى دەھن بۇ گوندە بەرەپەشە كە بە ھۆي گرفتى هاتوچوچو، زۆرەييان بەتايىھەت كەپان دەس لە خۇيىتنەن ھەلەدەن.

لە بوارى پېرۇزە خزمەت گۈزاريەكاندا جادەي قىرتاۋ، لوولە كەشى گاز، كارەبا و ئاوابىي لولە كەشىمان بۇ دايىن كراوە. ھەرۋەها نزىكەي مانگىتىكە "تەرىھى ھادى" ئاوابىيىش (سەنگ فەرسى كۆچە و كۆلانە كان) دەستى پى كردوھە و، بېپارە ھەمۇ ئاوابىي بىكىتىۋە. لە كار كەوتۇن و خاپ بۇونى شەبەكەي زېتاب، نەبۇونى: خانەي تەندىرەستى، تەلەفۇون بۇ ھەمۇ مالان، مەيدانى وەرزشى، مەدرەسەي ناوهندى و، كۆن بۇونى مەدرەسەي سەرەتايى لەگرفتە بەرچاۋەكانى دەبن و ئاوابىي سېپىكە پېك ئەھىنن. دەستى

## برداشت بیش از حد آب از سفره‌های زیرزمینی تهدید جدی برای محیط زیست و کشاورزی

همچنین چون دولت بر روی حفر خیلی از این چاهها کنترلی نداشته است مردم در زمین‌هایی که متصرف شده‌اند با حفر چاههای نیمه عمیق و عمیق که خیلی از آن‌ها پروانه و جواز حفر چاه ندارند، باعث نابودی قنات‌ها و چشمۀ سارها شده است و دیگر قنات‌ها و چشمۀ ها آبی برای عرضه به کشاورزان و یا مردم روستاهان ندارند ولی در عوض؛ در هر پانصد متر به پانصد متر موتور آبی در حال فعالیت است و در حال مکیدن آب از سفره‌های زیرزمین هستند برداشت بیش از حد آب از سفره‌های زیرزمینی در این روزها یک تهدید جدی برای محیط زیست کشورمان می‌باشد شاید این مشکل این دفعه از کرمان شروع شده باشد ولی این معضل فردا برای همه منابع آب‌های زیرزمینی سراسر ایران جدی می‌باشد.

**چه باید بکنیم:**

الف (دولت باید از دادن مجوز جهت برداشت آب‌های زیرزمینی جدا خودداری کند و در مناطقی که احتمال برداشت آب زیاد می‌باشد با باطل کردن جواز بعضی از این چاهها تا رفع خشکسالی اقدام کنند) یا به علت اینکه فقط بعضی از کشاورزان متضرر شوند آب دهی چاهها به صورت دوره‌ای در این ایام در مناطق در معرض خطر قطع شود.

ب (دولت با دادن تسهیلات به کشاورزان جهت استفاده از روش‌های نوین کشاورزی از قبیل کشاورزی قطره‌ای و یا روش‌های دیگر که باعث کاهش مصرف آب می‌شود باعث کاهش مصرف آب گردد).

ج (دولت با مجبور کردن صنایع که به آب زیاد احتیاج دارند جهت بازیافت آب از فاضلاب‌های موجود در آن صنایع اقدام کند و همچنین با هدایت و تصفیه فاضلاب‌ها به مناطق کشاورزی از پسماند آب به نحو احسن استفاده شود و یا با استفاده از تکنولوژی بارور کردن ابرها میزان بارش در کشور را افزایش دهد.

د (مردم نیز به صورت داوطلب جهت کاهش برداشت آب از منابع زیرزمینی و صرفه‌جوی در

کشاورزی شهرستان با عملیات زهی کشی این آب‌ها را به سمت دریاچه نمک قم هدایت می‌کرد. ولی در چند سال اخیر به ندرت اتفاق می‌افتد که بر فی باریده شود و بارش باران نیز سیار کاهش یافته است، مخصوصاً خشکسالی در این جند سال اخیر بسیار شدید می‌باشد.

۲ (توسعه صنعتی کشور و مدرن شدن کشاورزی که باعث افزایش مصرف آب شده است:

با توجه به تحولات صنعتی در جهان، کشور ایران نیز از این توسعه صنعتی عقب نمانده و با احداث کارخانجات مانند کارخانه‌های ساخت خودرو؛ کارخانه‌های تولید آهن و فولاد؛ اکتشاف نفت و معادن وغیره، که احتیاج زیادی به آب دارند و از طرفی توسعه صنعتی در کشاورزی نیز تحولات عظیم داشته است بر عکس قدیم که کشاورزان از اسب؛ الاغ و گاو نر و ابزارهای ساده‌ای همچون خیش گاو آهن برای شخم زدن زمین استفاده می‌کردند و در هنگام برداشت از ابزار ساده‌ای مانند داس استفاده می‌کردند، که به علت ساده بودن ابزار کشاورزی میزان زمین‌های کشاورزی زیر کشت بسیار کم بود به کشاورز سنتی مشهور می‌باشد؛ ولی با آمدن تراکتور و کمباین و دیگر ادوات کشاورزی باعث شد که مقدار زیادی زمین کشاورزی زیر کشت بروند افزایش سطح زیر کشت زمین‌های کشاورزی با تکنولوژی جدید را که (که یک کشاورز در یک روز می‌تواند بیش از ۳۰ هکتار زمین را با تراکتور شخم بزند در حالیکه با گاو آهن فقط می‌توانست ۱۵۰۰ متر مربع را شخم بزند) (کشاورزی مدرن می‌نماید باعث بالا رفتن مصرف آب شده است.

۴ (سیاست‌های دولت و مردم در قبال کم آبی: در پنجاه سال اخیر بنا به شرایط کشور از جمله افزایش جمعیت و بیکاری زمین‌های بایر زیادی به زیر کشت رفته است که مخصوصاً در اوایل انقلاب که مردم با گرفتن زمین‌های بیابانی اطراف شهرها و روستا) که به زور و بدون اجازه از اداره منابع طبیعی تصرف شده است (و همچنین واگذاری بعضی از زمین‌های کشاورزی توسط هیئت‌های هفت نفره به بیکاران و واگذاری زمین به شرکت‌های زراعی و تعاونی وغیره مواردی که باعث بالا رفتن مصرف آب گردیده است.

با توجه به چهار مورد بالا که نشان دهنده افزایش میزان بارش در کشور ایران می‌باشد و از طرفی خشکسالی‌های چند ساله اخیر باعث شده است که یکی

آب‌های زیرزمینی یکی از منابع اصلی تامین کننده آب مردم در مناطق آب‌های خشک و نیمه خشک می‌باشند؛ این آب‌ها برای تأمین آب شرب و صنعتی در مناطق شهری و مناطق روستایی جهت کشاورزی از اهمیت زیادی برخوردارند و در اکثر موارد بدون اینکه عملیات تصفیه قابل ملاحظه‌ای بر روی آن‌ها انجام شود به طور مستقیم مورد استفاده قرار می‌گیرند و متساقنه بخش عظیم از کشورمان ایران جزء مناطق آب‌های خشک و نیمه خشک می‌باشد که به علت خشکسالی در چند سال اخیر و همچنین برداشت بیش از حد مجاز آب از سفره‌های زیرزمین در این نواحی تهدید جدی برای منابع طبیعی و محیط زیست آن مناطق شده است. شاید شما در منطقه زندگی کنید که روزگاری برای آشامیدن آب و یا برای کاشت محصولات کشاورزی از آب چشمۀ سراه‌ها و قنات‌ها استفاده می‌کردند ولی امروزه بعلت خشک شدن قنات‌ها و چشمۀ سراه‌ها از آثار قنات‌ها تعداد زیادی چاه پشت سر هم که با ظلمی خاص کنار هم چیده شده‌اند باقی مانده که اگر به لب هر کدام از چاه‌ها بروید و سنگی به ته چاه باندازید دیگر صدای آب نمی‌شنوید که نشانه خشکی چاه می‌باشد و از چشمۀ سراه‌ها هم فقط یادی در ذهن بزرگترها باقیست.

**وضعیت آب‌های زیرزمین در قرن اخیر**  
در ۵۰ سال اخیر برای منابع آبی ایران که تامین کننده آب آشامیدنی و کشاورزی و صنعتی می‌باشند چهار اتفاق بزرگ افتاده است:

**۱ (خشکسالی و کاهش بارندگی):**

در بعضی از مناطق ایران که روزگاری نه چندان دور) همین دهه‌های چهل و پنجاه و اوایل دهه شصت قرن اخیر (شاهد بارش‌های زیادی از نزولات آسمانی بودیم مثلاً در شهرستانی گلپایگان، میزان بارش و برف به حدی زیاد بود که هر سال در فصل زمستان چندین نوبت برف می‌بارید و هر نوبت گاهی ارتفاع برف به بیش از نیم متر می‌رسید و به غیر از بارش برف در زمستان؛ باریدن باران در فصل بهار ادامه داشت و در بعضی از سال‌ها در فصل تابستان در هنگام برداشت محصول گندم؛ باریدن باران قطع نمی‌شد و کشاورزان برای قطع بارش باران و از بین نرفت محصولات خود در مساجد با پختن آش نذری و دعا به نیاش می‌پرداختند و حتی در بعضی از سال‌ها به علت بالا بودن میزان بارندگی باعث بالا آمدن آب‌های سطحی می‌شد در اوایل فصل زمستان و اوایل فصل بهار آب‌های سطحی در روزهای این شهرستان به قدری بالا می‌آمدند که حتی از تورهای نانوای خانه‌ها آب جاری می‌شد) آخرین بار در سال ۱۳۵۸ روستای زرنجان (و در این روستاهای اداره

# جوّلانه

## "گورگ و بهرخ"

### بولبولی پاسهوان

#### "مهلی خوشخوان"

مندال دله،  
ئەمرۆ خونچە  
دواپۇز گولە،  
مهلی خوشخوانى  
سەر چلە،  
دەرفەتىيان بۆ بېرەخسىنە  
دواپۇزىيان بۆ بنەخشىنە،  
پەرەسی سپى بىر و ھۆشى  
بە دىيۇ و ترس و جنۇكە  
نەكەی ھەرگىز دابپوشى!  
(شىرزاد مەريوانى)

باخهوانەكە نووستبوو، كاتىك  
مندالىكى هار، خۆى گەياندە  
باخهكە و لە گولەكان نزىك  
كەوتەوه، بۆئەوهى چەند گولىك  
لىيکاتەوه، گولەكان ويستيان  
هاوار بکەن. بەلام مندالەكە  
نهيەھىشت و گولىكى شكاند و  
ويستى لقى گولىكى تر  
بشكىنىت. بەلام بولبولى ھاۋپىي  
گۈل، ھاوارى لى بەرز بۇوه و  
فرى بۆ لاي باخهوانەكە و  
خەبەرى كردەوه كاتىك  
باخهوانەكە هات، مندالەكە راي  
كرد و چلە گولەكانىش ..... ،  
بەلام ئەوهندە ترسا بە دەم را  
كردنەوه بېيارى دا جارىكى تر  
ھىچ گولىك نەشكىنىت.  
(ھەدیه دادور، كلاس چەرام.)  
كانون پرورش فكىي كودكان و نوجوانان

رۇزى لە رۆزان، بەرخىك زۆر تىنۇوى  
ئەبى. بۆ ئاو خواردىن، بە تەنیا  
دەپواتە كەنار رووبارىك. گورگىكى  
برسى بە رىكەوت چاوى پى ئەكەۋى.  
گورگەكە زۆر بە تۈورەبىيەوه  
دەخورپىتە بەرخەكە و دەلىت:

- كى ئەوهندە تۆى بى پەروا كردووه،  
كە توانىيەتە شوپىنى ئاو خواردىنى من  
لىيلىكى ؟ ھەر ئىستە جەزاي ئەو  
ھەموو بى پەروا يىتە دەبىنەتەوه.  
بەرخەكە بە ترس و لەرزەوه ولامى  
دايەوه:

- قوربان گيان؛ تۈورە مەبه، چاوتان  
لىيە كە من ٢٠ ھەنگاوا لە لاي  
خوارووی جەنابتانەوه ئاو دەخۆمەوه.  
من چۆن دەتوانم ئاوى بەر دەمى ئىيۇ  
لىيلىكى ئەتكەم.

گورگ، ئەوندەتى تر خۆى تۈورە كرد و  
وتى:

- چاوم لىيە ئەتكەم ئىيۇ ئەتكەم!  
بىستوومە پارەكەيش باسى  
پياواخراپىي منت كردووه.

- قوربان گيان؛ من ھىشتا  
شىرەخۆرمە. تەمەنم كەمتر لە  
سالىكە. چۆن توانىيومە خرابى تۆبلەم.

- دەى ئەگەر تۆ نەبۈويت، بى  
گومان براكت بۇوه!

قوربان؛ من برام نىيە.

من ئەمانە نازانم، يا يەكى لە  
خزمەكانت بۇوه، يا شوان و سەگەكان  
باسى پياواخراپىي منيان كردووه. من  
ھەر ئەبىت تۆلەت خۆم بکەمەوه.

گورگ ئەمەت وت و بەرخەكە رفاند  
بۇ ناو دارستانەكە و، تىكە تىكە كرد  
و خواردى!!.

نووسىينى: زان دۇ لافونتن  
وەرگىر لە فارسىيەوه: ئەمین عەزىزى



- از ادارات شهرداری و محیط زیست می خواهیم  
به یاری درختان بلوار دریاچه (اطراف تالار قصر)  
که زیر نخاله های ساختمانی نزدیک است مدفن  
شوند بشتابند.

(کاوه سید ابراهیمی)

چرا شهرداری هیچ اقدامی نسبت به وضع بد کوچه  
های مریوان انجام نمی دهد؟

(ئائزوان)

از مسئولین شهرداری تقاضای مرمت اسفالت خیابان  
های مریوان را داریم تا باعث بروز مشکلات ناگوار و  
جبان ناپذیر نشود.

(محمد صیفی پور)

چند سوال از رانندگان خیلی خیلی محترم مریوانی:  
- آیا خیابان هایی که در روز یکطره هستند در شب دو  
طرفه می شوند؟

- آیا در انتهای بلوارها که دور زدن منع است، اگر  
پلیس آنجا نباشد دور زدن آزاد است؟

- آیا مسافر کش ها، بویژه تاکسی های شهری در هر کجا  
و هر قسمت از خیابان که مسافر قصد سوار و پیاده  
شدن داشته باشند، باید بایستند؟

(منصور صالحی)

.....

## پاپیز دل تهنگه

وا گول به سهر چوو، بولبول شه یدا بوبو

گپیک له نالهی دلی په یدا بوبو.

گپهی بهر دای سه و زهی به هاران،

شیبو و که زولفی چهمه ره داران.

منیش که می شور، بولبول له سه رد،

سه ری خوم ئەنیم به دهشت و ده دردا.

ئەو شور و تاوه، دل ده جو شینی،

به یادی یاران تیز ئەم گریینی.

پشینهی فرمیسک، دل ئاپوشین کا،

شینی عەشق ھوشم، بى سهر و شوین کا.

## پیوه میزد



“خەلکى بە بەزە يى، ئازارى پەلەوەر و  
زىندەوەر نادەن.”

زىبىار زىندەوەر گايىه كى بەرچاوه، كە زۆربەي جۆرە كانى  
زىنى تىدىايد. وەك گياو گياندار، لە ئاۋۇزى و ئازەل و  
پەلەوەر و زىندەوەر. گورە تەرىن گياندارى ئەم ژىنگەيە  
خۇوگ يى باهرازە. كەش و بارى ئەم كۆڭا ژىننې، وەھايى كە  
بە ژمارەيە كى زۆرخۇوگى تىدا بېزىت؛ چۈنكە دۆخى  
ژيانىكى لەبارو بىزۇين، بۇ ئەم گياندارە مەرۆخە دارە، ئامادە  
و رەخساواه. قامىشلەنە كانى زىبىار، ج و كە حەشارگە و  
حەۋىنگەيە كە بۇ بە راز و، ج و كە لەوھەرگا و بە رەھ مگا يە  
ك جىيَاو پېتگايىه كى گىرنىگى يە. شىۋەدە ژيانى بە رازە  
كان وھ ھايى كە لە تارىكانى ئىۋاران لە ناو زە لە كانى  
زىبىار و بە بە و دارستانە كانى دە وران دە ور دە رېاز  
ئەبن لە ورپان: وە كە بە پوو دۆزكى كە نە يى كۇنى كۇنى  
مشكە كان، كە نە وە يى بن دار و زە وى و مىرگ و  
گىياجارە كان. خۇوگە كان بە زۆرى دواي كىل و گەل لە ھە  
ردو دە شتە كاندا لە تارىكانى بە ياندا خۇنە كە نە وە بە پە  
لاسە و قامىشلەنە كانى دەھورى زىبىار دا. زۆرجارالە م  
ھاتوچۇوانە دا پېش ھاتە يى وەك: بەرماشىن كەھوتىن،  
بە تەلەوە بۇون، راۋىرەن و تىاپوون يان بە سەرەدا دېت.  
نائەمنى و نەھەوانە و زۆرجاروايان لى ئە كات كە لە  
كۆزىنگە ئى زىبىار دەرپاز نەبن و جا دازەيش بەكە نە سەر  
قولاپە راۋىكەر، پېتھۇر وەھەپەرە كىانىن بخۇن جارى وايسىن  
ھە يە خەلکى بە بەزە يى كۆمەلگاکە كە دەھشەوان و دەكە  
دارە كانى قەراخ زىبىار خۇراكى ئەم گياندارە ھۆفييە ئەدەن  
و ئازاريان نادەن، بە تەسک بۇونەوە و تەنگە تاواکراتى  
ژىنگاكانى زىبىار و دارستانە سووتاواه كان و ھەرورە ها  
ھاتنى وەزىز پېلە سەختى و كەم تفاقي زستان لە ھەممو  
جەماوەرى ناوجە كە پاراستن و راگرتى ھەريمى ئەم  
گياندارە بەھەمۇوشىۋەيە كى شىاو ولبار وەك خواتىتىكى  
ژىنگە پارىزانە چاوه روان ئە كرېت. كرده وە كە ياندار پا  
رېزە رانە يى زۆربە يى خە لىك ئە بىتەھە ھۆپ نە كەنلى  
زىندە وە رە كېپۈيە كان؛ لە وانە يە ئە م شىۋە مامە لە  
كردنە يى مەرۋە ئە مە گدارە كان داھاتىكى دزىبى وە ك  
قۇستىنە وە يە ل بۇ بېرىك لە خە لىكى كە ل دۆزلى دە  
ست بەكە وە ئە كە راوى ناخە زانە يى گياندار و پە لە وە  
كانى كېپۈي وە رە دى و ھۆقى لى بەكە وېتە وە رە بېپۈي  
پېتكەتە يى گە لېسکى سە وزى چىا ج و كە راگە ياندىنېك  
بە خە لىك و ج و كە داواكارىيە كە لە جە ماوە رە رېپە يى  
بالاقۇكى چىا ئە م داخوازە بۇ كۆمەلگاکە مانى بىلاؤ ئە كاتى  
وە؛  
بە هيواى بە بانگە وازە وە هاتنى دانىشتۇانى ناوجە كە بۇ  
ئە م راگە ياندىنە يى ئە نجومە نى سە وزى چىا .