دالیا ئەلبوحەیری
لەدەریا هونەردا یاری دەکات

لەم رۆژانەدا هەواڵەکان ئاشکرایان کرد کەئەستێرەی سینەمای میسری دالیا ئەلبوحەیری چالاکی هەمەجۆر دەنوێنێ، لەیەک کاتدا بەشداری لەسێ کاری هونەری لەبواری سینەما و شانۆ و تەلەفزیۆندا دەکات.

ناوبراو بەرۆژنامەوانانی راگەیاندووەبەشداری لەفیلمی قەناس دا دەکات کە تەواوی دیمەنەکانی لەشاری بەلگراد وێنەی دەگیرێ ، هاوشانی نور شەریف پرۆژەی شانۆگەری بەهەشت دەکات کە بڕیاروایە لە سەرەتای مانگی تەممووز لەسەر شانۆی ئاشتی دا پێشکەش بکرێ . هەروەها بەشداری لەزنجیرەی هاواری مێینەدا دەکات، لەو زنجیرەیەدا رۆڵی پیاوێک دەبینی کە بۆ رەگەزی ژن دەگۆڕێت .

ژنێکی کەڕ بەمشار ناسیاوێکی تیکەتیکەدەکات

دادگەیەکی ئەمریکا سزای زیندانیکردنی هەتا مردنی بەسەر ژنێکی کەڕدا سەپاندو هیچ بووردنێکیش نایگرێتەوە.

دافنێ رایت، تەمەن ٤٣ ساڵ لەمانگی شوباتی ٢٠٠٦دا دارلین وندرگیسنی تەمەن ٤٢ ساڵی ناسیاوی بەمشاری کارەبایی پارچە پارچە کردبوو، لەکاتی دادگەیی کردنی بکوژەکەدا دایکی قوربانیەکە بە بکوژەکەی گوت : خوا هاوکاری بنەماڵەکەی ئێمەی کردوە، دەتبەخشین، بەڵام دادگە سزای زیندانیکردنی هەتا مردنی بۆ بڕیەوە.

دایکی قوربانیەکە بە بکوژەکەی گوت: ئێمە رۆژانە لە خوا دەپاڕێینەوە تا بەزەیی بەتۆ دابێتەوەو وات لێبکات تا تۆ لەتاوانەکەت پەشیمان بیتەوەو ئەویش بتبەخشێ .

دیمەنێکی سەیر و سەرنج راکێش لەنێو دادگەدا بینرا، دایکی قوربانیەکە رووی لە دایکی بکوژەکە کرد و پێیگوت : ئێمە هەردووکمان کچەکانی خۆمان لەدەست دا، یەکێک مردوو ئەوی دیکەشیان سزای زیندانیکردنی هەتا مردنی بەسەردا سەپێندرا، هیوادارم کەخودا دەردو ئازارەکانمان کەم بکاتەوە.

دادوەر رایگەیاند دافنێ رایت ئیرەیی بەدارلین بردووە چونکە پەیوەندی خۆشەویستی لەگەڵ کۆنە دەستگیرانەکەی ئەودا دروست کردووە، بەوهۆیەوە رفاندوویەتی و بەمشاری کارەبا لەت لەتی کردووەو سووتاندویەتی، ئەمەش تاوانێکی نەبەخشراوە، دەبێ تامردن لەزیناندا بمێنێتەوە.

ئەوەی شیاوی باسە بکوژو کوژراوەکە هەردووکیان کەڕ بوون، هاوڕێ و ناسیاوی یەکتربوون، بەڵام ئاکام ئەو کارەساتەی لێ کەوتەوە، یەکێکیان کوژراو ئەوی دیکەشیان تەمەنی خۆی لەزیناندا بەسەر دەبات .

بڵاوکراوەی نوێ

خونچەی وەریوو

شیعری منداڵان

ئاسعەد لوڕی زادە

ئەواکس دەڵێ

سکرتێری حزبێک پاساوی بۆ پێکهێنانی ئەنجوومەنی باڵای پارتەسیاسیەکان دەهێنایەوەو دەیگوت: ئێمەچی بکەین پەرلەمان هیچ دەستەڵاتی بۆخۆی نەهێشتۆتەوە، من ئەوەم بەسەرۆکی پەرلەمانیش گوتووە، ئەو لەجیاتی وەڵام پێم پێکەنیووە!

دەڵێن لەهەڵبژاردنی پێشمەرگەدێرینەکاندا لەرۆژی ١٢-٤-٢٠٠٧ هەندێ کۆنەجاشیش بەشداریان تێدا کردو دەنگیان دا، جا نازانرێ ئەوانیش رێکخستنی نهێنی بوون یان !!

دەڵێن هەندێک لەوانەی پێشتر بەبڕوانامەی ساختە لە دامودەزگاکاندا دامەزرابوون و بەرپرسیاریش بوون ئێستا لەترسی ئاشکرابوونیان وردە وردە دەست لەکار دەکێشنەوەو پۆستەکانیان جێدەهێڵن، نازانرێ هەر لەکوردستان دەمێننەوە یان بەرەو هەندەران دەڕۆن !!

کەسێک دەیگووت: هەڕەشەو گوڕەشەکانی بەرپرسانی تورکیا خێری بۆ هەندێ کەس دایەوە، ئیتر کەمپین و مەمپین دژی ئەوان لەبیر چوونەوە کە سەگ و مێگەل و گەلیان تێکەڵاو کردبوو ! ئێستا بەدەروونی ئاسوودە رادەکشێن و دەخەون !

مۆز پارێزگاری لەجوانی مرۆڤ دەکات

مۆز یەکێکە لەو میوانەی کە زۆرترین ڤیتامین و کانزای پێویستی پۆتاسیۆمی تێدایەو ئەرکی زیندوویی خانەکانی هەست و ماسولکەکان گەشەپێدەدات. جاران هیندیەکان بەمیوەی فەرمانڕەواو پاشاکان ناویان دەهێنا، چونکە باشترین سەرچاوەی هێزی سروشتی مرۆڤەو هیچ سۆدیۆمی تێدا نیە، بەمەش لەمەترسیەکانی بەرزبوونەوەی گوشاری خوێن کەم دەکاتەوە، جۆرێک پرۆتینی تێدایە کە جەستەی مرۆڤ بەرەو ئارامی دەبات ، هەستی بەختەوەری لەلا دروست دەکات. زانایان دەڵێن هەر سەد گرام مۆزی رەسیو سەد کالۆری گەرمی بە جەستە دەبەخشێ، لەلایەکی دیکەشەوە جگە لە ڤیتامین کانزای ئاسن، زنگ، فسفۆرو مەگنیسیۆمی تێدایە، کەجەستەی مرۆڤ پێویستی پێیان هەیە.

بەکورتی دەتوانین سوودەکانی مۆز لەمانەدا کورت چڕبکەینەوە:

١- هەوڵ دەدات جەستەی مرۆڤ لەپیربوون بپارێزێ.

٢- هێزو توانا بەجەستەدەبەخشێ .

٣- ڤیتامین ئەی و بی پێشکەش بەجەستەدەکات .

٤- بەرزی گوشاری خوێن کەم دەکاتەوە.

٥- هاوکاری گەشەی مێشک دەکات.

٦- بۆ هەرسکردنی خواردن هاوکاری گەدەدەکات.

٧- پارێزگاری لەجوانی مرۆڤ دەکات.

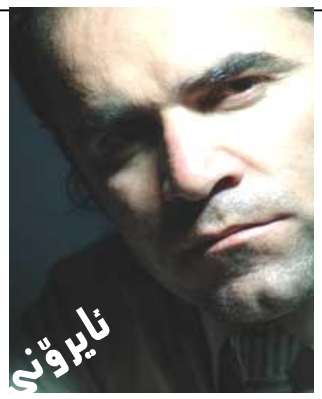
٨- رۆنی مۆز باشترین دەرمانەبۆ لابردن و کەمکردنەوەی توێژ و تفر و لەککەی دەموچاو.

٩- ئاسانترین رێگەیەتا خانمان بتوانن جوانی خۆیانی پێ بپارێزن و.

١٠- ئەگەر رۆنی مۆز بەشێوەیەکی راست لەسەر قژ بەکار بهێنرێ، قژەکەنەرم دەبێ و دەبریسکێتەوە.

١١- مۆزی لەڕەندەدراو، یا گوشراو ئەگەر لەگەڵ زبدەتێکەڵاو بکرێ باشترین دەرمانەبۆ نەرمکردنەوەی دەست و پێ .

جەبار سابیر



ئایرۆنی

حکومەتی ئەمپێر

جاران کە کارەبا کەمدەبۆوە تەواوی کەناڵە میدیاکانی هەردوو حزبی دەسەڵاتداری کوردستان تاقە بروبیانویان ئەوەبوو دەیانوت: وشکە ساڵییەو باران نابارێ و بەنداوەکان ئاویان تێدانەماوە بۆیە کارەبا وایلێهاتووە. ئیت ئەوان یەکسەر لەئەوپەری و سکۆلاریستییەوە بەقەڵەمبازێک دەهاتنە ئەمسەری مەزهەبی و شەوو رۆژ بیری خەڵکیان دەهێنایەوە کەهەمیشە دەست بەدووعاو نزاو پارانەوەبن بەڵکو خودایە بیکاتە خاتری موشایەخ و پیاو چاکانی و باران بباری و بەنداوەکان پڕببنەوەو کارەباکەمان چاکبێت و وەک ساڵانی هەشتاکانی لێبێتەوە. دەپازدە ساڵیان بەو جۆرە یارییە سەرگەرمییەی بەرێکردوو کارەباش هەر خراپتربوو. دواتر زانیان خەڵک بەو جۆرە ناخلەتێ و شێوازی یارییەکان گۆری و لەسەرەتای دوو هەزاردا کارەبایان کردە ئەمپێرو بۆ هەر ماڵێک دە ئەمپێریان داناو ئیتر دەبوو ئەو خەڵکە بەدیار فڕفرو بێئاوی کولێر ئابییەوە باوەشێنی خۆی بکات. ئەوەبوو دوایش خەڵک وردە وردە دەئەمپێرەکەی فولکردەوەو حکومەتیش گویی لێ خەواند.

دیسانەوە لەم یەک دووساڵەی دواییدا بەتایبەت ئەمساڵ کارەبا دایەوە لەکەمی و حکومەتیش ئەم جارە باسی بێ ئاوی و وشکە ساڵی ناکات چونکە ئەمساڵ ساڵێکی زۆر تەرووتووش بوو تائێستایش بەردەوام هەر بارانەو تەنیا رۆژانی هەینی بۆ سەیران کەرو گەشتیارانی خۆشدەکاتەوە. بەڵام من پێموایە باران زۆری و ئەم ساڵ و ئاو زۆرییەکەی کاریکی بە ستوون و تۆربایینەکانی کارەبا کردووە چوونەتە ئاوو کورتتبوونەتەوەو ئیتر توانایان نییە کارەبای زۆر بەرهەمبهێنن.ببرادەریکم وتی: باشە بۆ ئەوەندە باسی کارباو بێ بارانی دەکەن، ئەوە جارانبوو بەبوونی کارەبا پەیوەندی بەنەبوونی ئاوو بباراەوە هەبوو ئێستا ئەو پەیوەندییان نەماوەو ئەسڵەن سڵاویش لەیەکتر ناکەن. ئێستا تەنیا نەبوونی باران دەبێتە هۆی نەبوونی کارەبا، گەرنا بوونی باران و ئاو نابێتە هۆی بوونی کارەبای بەردەوام. واتا تەنیا لەحاڵەتی نەبوونیدا باران پەیوەندی بەنەبوونی کارەباوە هەیەو لەحاڵەتی بوونی باراندا کارەباو باران چ پەیوەندییەکیان پێکەوە نییە. لەم کاتەشدا کەمۆلیدەکان بازاریان گەرمەو بەرپرسەکانی حکومەتیش یەک دنیا کۆمپالەیان لەگەڵ کۆمپانیا ئێرانیەکان نەستووە بۆ هێنانی سەدان (کولێر ئابی) واتا موبەریدە بۆئەوەی ئەم هاوینە خەڵک بەکاری بێنێ. بۆ ئەم مەبەستەیش کارەبای ماڵانیان کردۆتە ئەمپێر بەخاتری ئەوەی سپلیت هەڵنەسێنێ و دواتر ئەمساڵ کراوەتە پازدە ئەمپێر بۆ ئەوەی کۆلێر ئابییەکان کارپێبکات و تەواوی ئەوەی دەیهێنن لەبازارەکاندا ساغبێتەوە. لێرەوە تێدەگەین ئەمپێر چەندە پەیوەندی بەحکومەتەوە هەیەو ئەو دووەش چەند بەینیان لەگەڵ کۆلێر ئابیدا خۆشەو بەردەوام چاوبرکێ دەکەن.؟ لەنیوەی دووەمی پەنجاکانی سەدای رابردووەوە زۆرێک لەوڵاتانی دنیا وازیان لە ئەو جۆرە وزەی کارەبایە هێناوە کەسەرچاوەکەی ئاوەو چەندین جۆری تری دروستکردنی وزەی کارەبایان تاقیکردۆتەوە کەسادەترینیان بەهۆی بوونی رەشەباوەیە کەکاتی خۆی (ئەفراسیاب هەورامی) شەش تەڵاقی خواردبوو وتبووی: رەشەبای کوڕەی ئەرزی لەسێمانیەوە دابەشدەکرێت. کەچی حکومەتی کوردی نایەوێ سوودی لێوەربگرێت. دواتر ئێستا زۆرینەی وڵاتانی دنیا بەشی خۆیان و دەرو دراوسێکانییشیان کارەبا بەهۆی ئەتۆمەوە بەرهەمدەهێنن.

لەژمارەی (١٧٥)ی رۆژی گەل لەرۆژی یەکشەممە ٢٠٠٧/٤/٢٢ بڵاوبۆتەوە.

من ئەوە بنووسم کەئەمساڵ ساڵی مۆلیدەیەو بەرپرسەکان باشترین جۆری کەسابەت تاقیدەکەنەوە، کەچی برادەرەکەم دەیوت: دەبێ ئەوە بنوسی کەپازدە ئەمپێری کارەبا چی لێبکەین و چۆن سوودی لێ، وەرگرین، ئەو دەیوت: دەبێ سپلیتەکان بکەینە هێلانەی کۆترو تەیرو تیور.

ROJI GEL

Weekly Newspaper Issued By: Rizgary Party Of Kurdistan-RPK

Mob:07701398499 07301191497

ناونیشان: سلێمانی- یانەی قەڵەم سابونکەران، بینای هەورامان نهۆمی سێیەم. ٠٧٣٠١١١٣٠٦١

پێگەی نینتەرنێتی
www.rpk93.org

پۆستی ئەلیکترۆنی
info@rpk93.org
rpk93@hotmail.com