

ᐃᓄᓐ ᐸᓐᓄᓐ ᐅᓇᐸᐅᓐ Pauktuutit

ᐃᓄᓐ ᐸᓐᓄᓐ ᐅᓇᐸᐅᓐ INUIT WOMEN OF CANADA



ᐃᓄᓐ ᐸᓐᓄᓐ
PAUKTUUTIT
INUIT WOMEN OF CANADA
ᐃᓄᓐ ᐸᓐᓄᓐ ᐅᓇᐸᐅᓐ

ᐅᓄᓐᐸᓐᐸᓐ ᐸᓄᓐᐸᓐᐸᓐ

ᐸᓐ! ᐸᓐᐸᓐ ᐸᓐᐸᓐᐸᓐᐸᓐ ᐸᓐᐸᓐᐸᓐᐸᓐ

Δ ጋር ያዩኝ

ጋራ ጥያቄዎች	1
ጋራ ጥያቄዎች 1: ጋር ለመገናኛ ለማድረግ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	2
ጋራ ጥያቄዎች 2: ጋር ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	3
ጋራ ጥያቄዎች 3: ማህበራዊ ግንኙነት ለማረጋገጥ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	4
ጋራ ጥያቄዎች 4: ማህበራዊ ግንኙነት ለማረጋገጥ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	5
ጋራ ጥያቄዎች 5: ጋር ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	7
ጥያቄዎች	11
ጥያቄዎች 1: ለጋር ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	12
ጥያቄዎች 2: Fagerstrom ስርዓት ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	14
ጥያቄዎች 3: ጋር ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	15
ጥያቄዎች 4: ስርዓት ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	17
ጥያቄዎች 5: ጋር ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	19
DEEDS ጋር ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	19
ጥያቄዎች 6: ስርዓት ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	22
ጥያቄዎች 7: ጋር ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	24
ጥያቄዎች 8: ጋር ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	25
ጥያቄዎች 9: ስርዓት ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	27
ጥያቄዎች 10: ስርዓት ለመገናኛ ለሚያስፈልጉት ሁሉንም ደንብ ያንብቡ	28





ጋሙና ግብረ ገጽ

ጋሙና ግብረ ገጽ 1: ጋሙና ግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ	2
ጋሙና ግብረ ገጽ 2: ጋሙና ግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ	3
ጋሙና ግብረ ገጽ 3: ግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ	4
ጋሙና ግብረ ገጽ 4: ግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ	5
ጋሙና ግብረ ገጽ 5: ጋሙና ግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ ለግብረ ገጽ	7



ጋሮራል ሲገባህ ለጋራ ጠቅላይነትህ? ጋሮራል ለምን ልቆይህ ለሌሎች ይረዳህ?

ልዩ ልዩ ጋሮራል ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?

ከዚህ ልዩ ልዩ ጋሮራል ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?

- ሙስ (nicotine) ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?
- 4,000 የዕድሜ ልዩ ልዩ ጋሮራል ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?
- ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?
- ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?
- ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?

ሙስ (nicotine) ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?

በዚህ ልዩ ልዩ ጋሮራል ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?

ጋሮራል ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?

ሙስ ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?

ሙስ ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?

ጋሮራል ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ? ለምን ይቆይህ?



ምድብ ን ግንባር

ምድብ ን ግንባር 1: ለፕሮጀክት ግንባር ለሽግግር ለግንባር ለግንባር.....12

ምድብ ን ግንባር 2: Fagerstrom ሽግግር ምድብ ለምድብ ለምድብ.....14

ምድብ ን ግንባር 3: ግንባር ምድብ ለምድብ ለምድብ ለምድብ.....15

ምድብ ን ግንባር 4: ምድብ ለምድብ ለምድብ ለምድብ.....17

ምድብ ን ግንባር 5: ግንባር ለምድብ ለምድብ ለምድብ ለምድብ
DEEDS ግንባር ለምድብ.....19

ምድብ ን ግንባር 6: ምድብ ለምድብ ለምድብ ለምድብ.....22

ምድብ ን ግንባር 7: ግንባር ለምድብ ለምድብ ለምድብ.....24

ምድብ ን ግንባር 8: ግንባር ለምድብ ለምድብ.....25

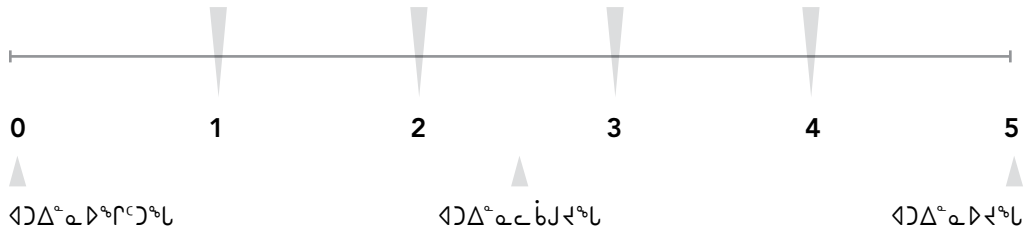
ምድብ ን ግንባር 9: ምድብ ለምድብ ለምድብ.....27

ምድብ ን ግንባር 10: ምድብ ለምድብ ለምድብ.....28



ՎՐԻՆՎՈՐԱԿԱՆ ՎՃԱՎԵՐՈՒՄ ԻՆՏԵՆՍԻՎԻՏԵՒՆԵՐ

Նշանակիր ՎՃԱՎԵՐԱՆ ԿՐԻՄԻ ԱՐՄԱՆԱԿՆԵՐԻ ԱՎՈՐՈՐՎՈՐՈՒՄԻ ԻՆՏԵՆՍԻՎԻՏԵՒՆԵՐ ԻՆՏԵՆՍԻՎԻՏԵՒՆԵՐԻ ՔՐԻՄԻ 0-ԴՆ 5-ԴՆ:



ԻՆՏԵՆՍԻՎԻՏԵՒՆԵՐ ԿՐԻՄԻ ԱՎՈՐՈՐՎՈՐՈՒՄ ԻՆՏԵՆՍԻՎԻՏԵՒՆԵՐ:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



FAGERSTROM ኮንትሮል ኮሚዎንድ ድረ-ገጽ ድምር

1. ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ?

- 5 ሰዓት ይበልጣል
- 5 ሰዓት 30 ሰዓት ድረስ ለመቆየት
- 31 ሰዓት 60 ሰዓት ድረስ ለመቆየት
- ለመቆየት ስህተት አለብኝ

2. ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ? ለግልጽ ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ?

- ሳይ
- አዎ

3. ስንት ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ? ለግልጽ ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ?

- ለግልጽ ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ
- ስንት ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ

4. ስንት ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ?

- 10-ጥንት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ
- 11-ጥንት 20-ጥንት ስንት ሰዓት ትሰጥህ
- 21-ጥንት 30-ጥንት ስንት ሰዓት ትሰጥህ
- 31-ጥንት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ

5. ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ? ለግልጽ ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ? ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ?

- ሳይ
- አዎ

6. ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ? ለግልጽ ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ?

- ሳይ
- አዎ



ገራት	የገራት	የድምር
1.	5 ሰዓት ይበልጣል	3
	5-30 ሰዓት	2
	31-60 ሰዓት	1
	ለመቆየት ስህተት አለብኝ	0
2.	ሳይ	1
	አዎ	0
3.	ለግልጽ ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ	1
	ስንት ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ	0
4.	10 ጥንት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ	0
	11-20 ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ	1
	21-30 ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ	2
	31 ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ	3
5.	ሳይ	1
	አዎ	0
6.	ሳይ	1
	አዎ	0

የድምር ስንት:

የድምር ስንት ማብራሪያ:
 0-5 = ስንት ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ? ለግልጽ ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ? ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ?
 6-10 = ስንት ገራት ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ? ለግልጽ ለመቆየት ስንት ሰዓት ትሰጥህ?



ገጽ 16

3

ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች

ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች

.....

ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች

- ገጽ 16
- ገጽ 16
- ገጽ 16

ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች

.....

.....

ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች

.....

.....

ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች

.....

.....

.....

ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች

.....

.....

.....

ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች

(ገጽ 16, ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች)

.....

.....

.....

.....

.....

ገጽ 16 ለሌሎች ለማድረግ ለሚችሉ ጉዳዮች

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



ታሪክ ለምሳሌ

5

የሥነ ምግባር DEEDS ልሳናት ኃጎፊ ጎረቤቶቻችን ለማድረግ

- ገዢዎች ለሌሎች ለሥራ ማድረግ ጎረቤቶቻችን ለማድረግ
- ልሳናት ለማድረግ ለሌሎች ለሥራ ማድረግ ጎረቤቶቻችን ለማድረግ
- ሌሎች ለማድረግ ለሌሎች ለሥራ ማድረግ ጎረቤቶቻችን ለማድረግ
- ጎረቤቶቻችን ለማድረግ ለሌሎች ለሥራ ማድረግ ጎረቤቶቻችን ለማድረግ

ጎረቤቶችን ለማድረግ:

- ለሌሎች ጎረቤቶቻችን ለማድረግ ለሌሎች ለሥራ ማድረግ
- ለሌሎች ጎረቤቶቻችን ለማድረግ ለሌሎች ለሥራ ማድረግ
- ለሌሎች ጎረቤቶቻችን ለማድረግ ለሌሎች ለሥራ ማድረግ

ለሌሎች ለማድረግ ለሌሎች ለሥራ ማድረግ ጎረቤቶቻችን ለማድረግ

-
-
-
-





ገጽ ምዕራፍ

8

ለደረጃ ልዩ ልዩ ስርዓቶች ከሌሎች

በደንበኞች መካከል ልዩ ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ፡

-
-
-
-
-

« ልዩ ስርዓቶች ከሌሎች ልዩ ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ (ልዩ ስርዓት/ለዩ ስርዓት) ስርዓቶችን ለማወቅ ይቻላል። ልዩ ስርዓቶች ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች ሆኖ ሊሰጡ ይችላሉ። ሆኖም ስርዓቶች ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች ሆኖ ሊሰጡ ይችላሉ። »

ለደንበኞች ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ (ገጽ ምዕራፍ 67)

ስርዓቶች ማጠቃለያ

ስርዓቶች ማጠቃለያ

- ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ
- ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች
- ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች
- ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች

ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ

- ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች
- ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች

ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ

- ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች
 - ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች
 - ልዩ ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች
- (ለደንበኞች ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች 50)

ስርዓቶች ማጠቃለያ ማድረግ ለሌሎች ልዩ ስርዓቶች

