



FEED THE FUTURE

The U.S. Government's Global Hunger & Food Security Initiative



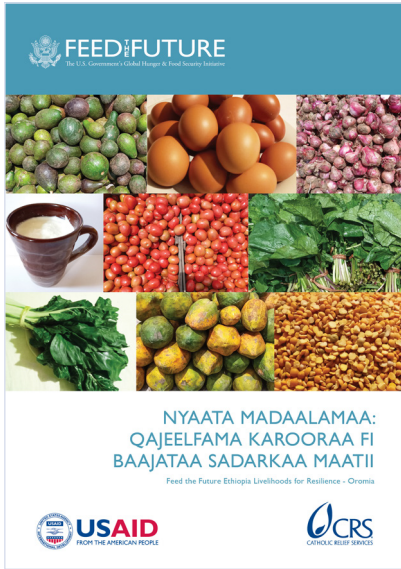
NYAATA MADAALAMAA: QAJEELFAMA KAROORAA FI BAAJATAA SADARKAA MAATII

Feed the Future Ethiopia Livelihoods for Resilience - Oromia



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE





Suura qola kitaabaa:
Teklagannat Taammiruu

Barruu kana wabii godhachuudhaaf. Dhaabbata Gargaarsaa Kaatoliikii. 2020. *Nyaata Madaalamaa: Qajeelfama Karoora fi Baajataa Sadarkaa Maatii*. Booltiimoor: CRS.

Maxxansi qajeelfama kanaa deeggarsa arjoominaa uummata Ameerikaa karaa Dhaabbata Gargaarsa Misooma Idil-Addunyaa Mootummaa Ameerikaa (USAID) tiin taasifameen kan dhugome dha. Qabiyyeewwan maxxansichaatiif ittti gaafatamummaa kan fudhatu Dhaabbata Gargaarsaa Kaatoliikii (CRS) yommuu ta'u, ilaalcha USAID yookiin kan Mootummaa Amerikaa calaqqisiisuu dhiisuu ni danda'a.

Dhaabbanni Gargaarsa Kaatoliikii (CRS) jaarmiyaa gargaarsa namoomaa idil-addunyaa hawaasa Kaatoliikii Ameerikaa ti. Hojiin keenya dandamannaa fi misoomaa, yeroo atattamaa, dhibee Eedsii (HIV), fayyaa, qonnaa, barnoota, maaykiroofaayinaansii fi nageenya ijaaruu irratti deeggarsa kennuudhaan raawwatama. Dhaabbanni Gargaarsa Kaatoliikii (CRS) dararama dhala namaa ittisuun biyyoota 100 ol keessatti namoota rakkina irra jiraniif qomoo, amantii fi lammummaadhaan utuu addaan hin qoodin deeggarsa kennaa jira.

GALATA

Barruun leenjii kun Itoophiyaatti Sagantaa Dhaloota Egeree Nyaachisuu, Madda Galii Ittiin-jireenya Dandamannaa pirojektii Oromiyaa tiif Aadde Valerie Rhoe Davis fi Teklagannat Taamiruutiin kan qophaa'e dha. Qophii barruu qajeelfama leenjichaatiif deeggarsa oogummaa kan kennan Valerie Rhoe Davis, Qonna, Dhimma Koornayaa fi Sirna Nyaataa irratti Gorsaa Oogummaa ol'aanaa yommuu ta'an, Aadde Taklagannat Taammiruu, ammoo Dhaabbata Gargaarsaa Kaatoliikii Itoophiyaatti Hojii-gaggeessaa ol'aanaa SBCC ti. Qajeelfamichi bu'aawwan qorannoo Xiinxala Gatii Nyaataa Eebla 2019 aanalee sgal (9) LROn keessatti hojjetu keessatti aadde 'Claudia Damu' tiin adeemsifame irratti bu'uura godhachuudhaan qophaa'e. Miseensonni garee tajaajila fiinaansii Dhaabbata Gargaarsa Kaatoliikii keessatti hojjetan kanneen akka Taammiraat Waldegooris, Fatiyaa Ahmad fi Shaambal Mohaammad qophii karoora barnootichaa keessatti shoora guddaa taphataniiru. Kana malees, 'Lauren Wright' Dhaabbata Garagaarsa Kaatoliikii (CRS) Itoophiyaatti hojii gaggeessaa dhimma Fayyaa fi Sirna Nyaataa pirojektii DFSA kan ta'aniis, qabiyyee qajeelfamichaa keessa deebi'anii ilaaluudhaan akkasumas yaada fooyya'insaa kennuun qooda fudhataniiru. Dhaabbata Garagaarsa Kaatoliikii (CRS) Itoophiyaatti Itti-aanaa Dura-taa'aa pirogiraaming kan ta'an Obbo Yohaannis Hayilee ammoo hojii qorannoo mirkaneessuu keessatti hirmaachuudhaan gumaacha godhaniiru. Ogeettiin gorsaa Aadde 'Claudia Damu' saxaxa (design) qajeelfama kanaaf qabiyyee jalqabaa qopheessuun akkasumas leenjii yaalii marsaa duraa leenjisuudhaan hirmaataniiru. Taarikuu Anaggaa ammoo qabiyyee barruu qajeelfamichaa akkasumas leenjii leenjistootaa yaalidhaaf godhame Afaan Ingilffaa irraa gara Afaan Oromootti jijjiireera.

Gama biraatiin, miseensonni garee hojii gaggeessitootaa fi ogeessota Dhaabbata Kaatoliikii Damee Maqii (MCS) Solomoon Kabbadaa, Muhiddin Xahaa, Safayoo Ashutaa, Tizaazuu Guddataa, Asnaaqech Dabalaa, Abbabaa Geetachoo, Wandawasan Bagaashaawu, Hasan Mohaammad fi Sulxaan Fayyisoo yeroo leenjiin yaalii godhametti hojjetoota MCS fi hawaasa hirmaachisuudhaaf haala mijeessuun deeggarsa godhaniiru.

Hirmaattota leenjii yaalii irratti qooda fudhatan kanneen akka hojjetoota Sirna Nyaataa, Barnoota Faayinaansii fi Koornayaa MCS, Dadammaqsitoota Hawaasaa (CAs), Hojjetoota Dirree (Fas) akkasumas miseensota hawaasaa ni galateeffanna.

Dhaloota Egeree Nyaachisuu Itoophiyaa Sgantaa Mala-ittiin Jireenyaa Dandamannaa Oromiyaatti Hoogganaan Ol'aanaa (Chief of Party) Obbo Iyaan Dilaaroozaa (Ian de la Rosa), qophii maanuwaalii kanaa keessatti qajeelfamaa fi deeggarsa wal-irraa hin cinne kennuun gumaacha guddaa isaan godhaniif baayyee isaan galateeffanna.

QABIYYEE FUULA

SEENSA.....	1
BOQONNAA 1: GOSootA NYAATAA QABIYYEE ALBUUDOTAAN BADHAADHA MAATIWWAN KEENYA AF	3
GULANTAA 1: QABIYYEE BARUMSICHAA MISEENSOTA HAWAASAATTI BEEKSISUU	3
GULANTAA 2: WAA'EE GAREEWWAN NYAATAA JA'AN MAAL AKKA BEEKNU IRRRA DEEBINEE ILAALUU	4
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 1: Gareewwan Nyaataa gosa adda addaa ja'an.....	6
GULANTAA 3: NYAATA MADAALAMAA (GOSA HEDDUU)	7
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 2: Maatii Itoophiyaa nyaata madaalamaa sooratu	7
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 3: Soorata guutuu daa'imman ji'a 6-242.....	8
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 4: Akkaataa soorata dubartii ulfaa fi hoosiftuu	9
GULANTAA 4: SHAAKALA MAADDII NYAATAA	11
Maaddii nyaataa daa'ima ji'a 18 qopheessuu	11
Maaddii nyaataa dubartii ulfaa qopheessuu	12
BOQONNAA 2: KALAANDARII WAQTAAWAA: NYAATAA FI DHANGALA'A MAALLAQAA	14
GULANTAA 1: SEENSA BARUMSICHAA	15
GULANTAA 2: SHAAKALA KAALAANDARII WAQTII NYAATAA	16
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 5: Fakkeenya Kalaandarii nyaataa guutame	17
GULANTAA 3: KALAANDARII WAQTII NYAATAA IRRATTI GABAASA DHIHEESSUU	17
GULANTAA 4: UNKA KALAANDARII WAQTII MAALLAQAA GUUTUU	18
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 6: Fakkeenya kaalaandarii waqtii maallaqaa guutame	19
GULANTAA 5: KALAANDARII WAQTII MAALLAQAA KALAANDARII WAQTII NYAATAAWALIIN WAL-CINA QABUUN GABAASUU.....	20
GULANTAA 6: BARAARSA (INSHUURAANSII) FAYYAA ILAALCHA KEESSA GALCHUU.....	21
BOQONNAA 3: NYAATA MADALAMAADHAAF GALMAA FI KAROORA QOPHEESSUU	23
GULANTAA 1: SEENSA BARUMSICHAA	24
GULANTAA 2: SHAAKALA GATII NYAATA MADAALAMAA HERREGUU.....	25
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 7: Fakkeenya karoora guyyaa kan tokkoon tokkoon waqtii	26
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 8: Tilmaama gatii nyaata madaalamaa soorata maatii kan ji'a tokkoo (fakkeenya).....	27
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 9: Soorata maatii madaalamaadhaaf baajata waggaa.....	28
GULANTAA 3: NYAATA MADAALMAADHAAF KAAYYOO QOPHEESSUU.....	28
Meeshaa Deeggarsaa Hojii 10: Kaayyoowwan Qopheessuu	29

SEENSA

Maatiin baay'een nyaata madaalamaa miseensota isaaniitiif itti-fufiinsaan dhiyeessudhaaf rakkootu isaan mudata. Beekumsa, dandeettii, argama qabeenyawwan oomishaa fi galteewwan midhaan nyaata madaalamaa oomishuuf yookiin horii horsiisuuf barbaachisan utuma qabanuuyyuu maatiwwan kanneen nyaata madaalamaa gahaa oomishuu dadhabuu ni malu. Yoo dursamee hin karoofatamne, nyaatawwan gosa adda addaa albuudotaan badhaadhan oomishuuf galteewwan barbaachisan bituun, yookiin nyaatawwan kanneen gabaa irraa bituun ulfaataa ta'uu ni mala; sababiinsaa gatiwwan nyaata kanneenii gatiwwan nyaata idilee qabiyyeen albuuda isaanii gad-aanaa ta'e irra caalaa baay'ee ol'aanaa waan ta'aniif.¹ Kana malees, argamnii fi gaatiwwan nyaataa guutummaa waggaa keessatti ni jijjijiramu. Kanaafuu, oomisha nyaataa fi itti fayyadama galii isaanii irratti karoofachuudhaan miseensa isaaniif argamaa fi carraa itti fayyadama nyaata madaalamaa manatti sooratamuu malu akka guddisanuuf dandeettii maatiwwanii tumsuun baay'ee barbaachisaa dha. Gatiin nyaatawwan albuudotaan badhaadhanii (kanneen midhaanotaa fi bineellada irraa argamanu) ol'aanaa waan ta'eef, maatiwwan yookiin abbootiin warraa kaayyoowwan nyaata madaalamaa argachuuf tumsa godhan akka qopheessuu danda'anuuf deeggaruun barbaachisaa dha. Kana malees, maatiwwan karoora qopheessuu fi baajata ramaduun kaayyoowwan nyaata madaalamaa aragachuu isaanii karaa oomisha manaa fi gabaa irraa bituudhaan dhugoomsuu akka danda'anuuf tumsi godhamuufii qabu.

Barruun yookiin moojuulli kun gosa barnoota sadii kanaan duraa qophaa'an kan deeggaru dha: 1) Barnoota Waa'ee Itti Fayyadama Faayinaansii (Maallaqaa) qabeenyummaan isaa kan CRS ta'e, 2) Sagantaa Rakkoo Hanqina Nyaataa Itti-fufiinsaan Xiqqeessuu (SURE) keessatti "Barruu Leenjii Daa'immanii fi Ijoollee Nyaachisuu (IYCF) akkasumas Qonna Sirna Nyaataaf Deebii kennu (NSA)" 3) Qonna Manduubee Oomishtummaa Guddisu Ijaaru jedhaman. Shaakalawwan waa'ee qabaa maallaqaa fi kalaandarii waqtii nyaataa kanaan duraa irratti akka dablataatti kan dhihaatee fi dandeettiiwwan kaayyeeffachuu, karoora qopheessuu fi maallaqa ramaduu kanaan dura baratame hojii irra oolchuuf kan gargaaru dha. Barruun yookiin moojuulli boqonnaa/ barumsa sadii of keessatti hammatu kun: 1) nyaatni madaalamaan maal of keessatti akka qabatu beekuuf 2) baajata nyaataa waqtaawaa qopheessuuf kaalaandarii nyaataa fi maallaqaa waliin qopheessuu akkasumas 3) kaayyoowwan, karoorawwan akkasumas maallaqa nyaata madaalamaa argachuuf deeggaru qopheessuuf miseensota hawaasaa ni gargaara.

KAAYYOO WALIIGALAA

Kaayyoon barruu kanaa dadammaqsitoota hawaasaa (CAs), hojjettoota dirree (FAs), hojjettoota misoomaa (DAs) fi hojjettoota eekisteenshinii fayyaa (HEWs) deeggaruudhaan miseensota hawaasaa hirmaachisuudhaan karoorsuu fi baajata qopheessuudhaan nyaata madaalamaa miseensota maatiif dhiheessuu akka danda'an gargaaruu dha.

KAAYYOOWWAN

- Miseensonni hawaasaa garaagarummaa fedhii nyaata madaalamaa miseensota maatii adda addaa ni hubatatu.
- Miseensonni hawaasaa nyaata madaalamaa argachuudhaaf waqtii rakkisaan yoom akka ta'e addaan ni baasu.
- Miseensonni hawaasaa argama nyaata madaalmaa deeggaruuf kaayyoowwan tokko yookiin lama ni qopheessu.
- Miseensonni hawaasaa karoorawwanii fi baajata yookiin maallaqa kaayyoo isaanii raawwachuuf gargaaru ni qopheessu.

1. Catholic Relief Services. 2019. *A Cost of the Diet Analysis in the Rift Valley region of Ethiopia (East Shewa, Arsi and West Arsi Zones)*. Ethiopia: Addis Ababa.

BARRUUN KUN MAAL OF KEESSATTI QABATA

Barruun yookiin maanuwaaliin kun shaaklawwan hirmaachisoo ta'an kanneen nyaata madaalamaa miseensota maatii adda addaatiif barbaachisan addaan baasuudhaaf dandeessisu of keessatti ni hammata. Kana malees, yeroo nyaata madaalamaa argachuun itti rakkisaa ta'e, nyaata madaalamaa argachuu ilaalchisee kaayyoo qopheessuu fi karoora fi baajata kaayyoo sana raawwachuuf ta'uu qopheessuuf akka danda'anuuf miseensota hawaasaa ni deeggara.

HAALA MIJEESSUU

Barumsi kun sadarkaa hiriyoota gaa'ila yookiin abbaa manaa fi haadha manaatti akkasumas haadholii abbaa manaa hin qabne yookiin abbootii haadha manaa hin qabne kanneen dubartii ulfaa yookiin hoosiftuu yookiin daa'imman waggaa shanii gadii qabanuuf walfaana barsiifamuu qaba. Beekumsaa fi muuxannoo isaanii irratti hundaa'uudhaan, dadammaqsitoonni hawaasaa fi hojjettoonni dirree walii wajjin barumsa kana barsiisuun filatamaa dha. Pirojektichi walgahii SILC boodaan barnoota barumsa dabalataa kennuun isaan waan baratame waan ta'eef, barumsi kunis walgahii idilee SILC booda kennamuu qaba. Miseensonni SILC kanneen abbaa manaa yookiin haadha manaa qaban barumsa kana barachuudhaaf haffeeramuu qabu. Miseenonni SILC dubartii ulfaa yookiin hoosiftuu, yookiin daa'ima waggaa shanii gadii hin qaban yoo ta'e garuu barumsa walgahii SILC booda kennamu irratti hirmaachuun isaan hin barbaachisu.

Barruun kun tooftaa hirmaachisaa ta'ee fi ga'eessota giddu-galeessa godhateen barsiifama. Caasaan kutaawwan barumsa isaa: 1) marii hirmaachisaa ta'een beekumsa/ muuxannoo jiru sassaabuu, 2) dandeettii hubannoo miseensota hawaasaa irratti hundaa'uudhaan beekumsa waliif qooduu fi 3) shaakala garee hojjechuu irraa eegala. Tokkoon tokkoon kutaa barumsichaa hojii manaa leenjii itti aanu dura hojjetamuu qabu of keessatti hammata. Haala mijeessitoonni beekumsa isaanii yeroo ammaa irratti hundaa'uudhaan hirmaachisu akkasumas haaluma kanaan qabiyyee barnootaa fooyyeessuu qabu. Haala mijeessaan miseensota hawaasaa dhiiraa fi dhalaa walqixxummaan hirmaachisuu akkasumas hirmaannaa ho'aa, bu'a qabeessaa fi marii namoota hunda hirmaachisuu danda'u jajjabessuu qabu.

BOQONNAA I: GOSOOTA NYAATAA QABIYYEE ALBUUDOTAAN BADHAADHA MAATIWWAN KEENYA AF

KAAYYOOWWAN

1. Waa'ee gosoota nyaataa garaagaraa fi fedhii qabiyyee albuudota nyaataa miseensota hawaasaa adda addaa hubachuu.
2. Hanqinoota qabiyyee albuuda nyaataa gosoota nyaataa amma argaman irratti argamu addaan baasuu.
3. Tooftaawwan hanqinoota albuudota nyaataa amma mul'atan ittiin furuun danda'amu addaan baasuu.

MEESHAALEE DEEGARSAA

- Meeshaawwan deeggarsa hojii 1 haga 4.
- Shaanii yookiin maaddii nyaataa cuqqaalmaa/maragamaa fi nyaatawwan.
- Bilbila moobaayilii ismaartii/kaameeraa/ suura shaaniiwwan yookiin maaddiiwwan nyaataa hunda kaasuu gargaaru. Suurawwan kanneen kutaa barumsaa 3 keessatti maaddii yookiin shaanii irra deebi'anii qopheessuuf fayyadu.

YEROO/TURTII

Daqiiqaa 90

MEESAHAALEE DABALATAA


Barruu leenjii Daa'immanii fi Ijoollee Sooruu (Infant and Young Child Feeding (IYCF) irratti 'Rakkoo Hanqina Nyaataa Itti-ufiinsaan Xiqqeessuu' (Sustainable Undernutrition Reduction (SURE) yookiin akkasumas Gonna Sirna Nyaataaf Deebii kennu (Nutrition Sensitive Agriculture (NSA) (2015).

GULANTAA 1: QABIYYEE BARUMSICHAA MISEENSOTA HAWAASAATTI BEEKSISUU


Haala mijeessaan akkas jedha: "Erga akka gareetti wal arguu eegallee kaasee, sirni nyaataa maal akka ta'ee fi sirna nyaataa ofii keenyaa akkasumas daa'imman keenyaa fooyyessuuf maal gochuu akka dandeenyu dubbannee turre. Dhimoota akka nyaatawwan albuudaan badhaadhan kanneen akka kuduraa, muduraa, boloqqeewwan, killee fi foon nyaata keenya keessatti dabaluu irratti mariyannee turre. Kana malees, nyaatawwan naannoo mana jireenyaa keenyatti baay'inaan oomishuu danda'uu qofaa utuu hin taane, gosoota isaaniis heddummeessuu danda'uu irratti dubbannee turre. Haa ta'u malee, gosoota nyaataa barbaachisoo ta'an kanneen hunda midhaanota naannoo mana jireenyaatti oomishaa jirruu qofaadhaan guutuun akka hin dandeenye hubannee jirra. Kanaafuu, qe'ee keenya keessatti oomisha nyaata madaalamaa dabaludhaaf, wantoota barbaachisoo kanneen akka sanyii bituu yookiin midhaanota qabiyyee albuudaatiin badhaadhoo ta'an gabaa irraa bituun akka barbaachisaa ta'e ni beekna. Hanqina nyaataa madaalamaa barbaachisoo guutudhaaf maalfaa bituu akka qabnu murteessuudhaaf, gosoota nyaata kamfaan hir'ina keenya guutuu akka malan addaan baasuu, waggaa keessatti yeroo akkamii bituu akka dandeenyu karoorfachuu fi maallaqa bittaadhaaf oolu akka itti ramadnu beekuun barbaachisaa dha. Yeroo sadan gara fuula duraatti wal arginu keessatti waa'e dhimmoota kanneenii irratti waliin ni mariyanna.

GULANTAA 2: WAA'EE GAREEWWAN NYAATAA JA'AN MAAL AKKA BEEKNU IRRA DEEBINEE ILAALUU

Haala mijeessaan akkas jedha: Guyyaa har'aa, gareewwan nyaataa adda addaa ja'an irra deebinee ni ilaalla. Itti fufuudhaanis, yeroo ammaa kana nyaata gosa akkamii soorachaa akka jirruu fi argama nyaata madaalamaa mirkaneessuudhaaf maal akka gochuu qabnu ni ilaalla.

 Waa'ee gareewwan nyaataa barattanii namni yaadatu jiraa?

Haala mijeessaan deebii ilaalluu qaba. Yoo hirmaattonni mataa isaanii sochoosuudhaan eeyyee deebii jedhu deebisan, akka isaan harka baasanuuf yookiin yaadatanii dubbatanuuf maallattoo itti agarsiisi. Itti aansuudhaan haala mijeessaan gaaffii armaan gadii gaafata:

 Gareewwan nyaataa garaagaraa isaan kamfaa dha, akkasumas tokkoon tokkoon gareewwan nyaataa kanneenii irraa qabiyyee albuuda nyaataa maalfaa argattu?

Haala mijeessaan deebiiwwan isaanii gareewwan nyaataa gosa garaagaraa waliin wal qabatan isaan irraa ni dhaggeeffata: Fakkeenyaaf, deebiiwwan kanneen akka nyaatawwan dhaabbataa (midhaan callaa, biqiltoota hiddaa fi hundeen isaanii nyaataman), kanneen akka bologqee, baaqelaa fi ocholoonii. Kana malees, kuduraa fi muduraa keessumaa kanneen vaayitaamin A dhaan badhaadhan, nyaatawwan bu'aa beelladaa (foon, qurxummii, lukkuu, tiruu/foon mi'a garaa keessaa, itittuu, baaduu) akkasumas faatii/cooma. Miseensi hawaasaa tokko yeroo garee nyaataa tokko caqasu, haaala mijeessaan quba itti qabuudhaan Meeshaa Deeggarsaa 1 irraa agarsiisa. Fakkii yookiin Meeshaa Deeggarsaa 1 fi odeeffannoo armaan gadii fayyadamuudhaan, haala mijeessaan kanneen hin caqafamin hafan itti ni dabala akkasumas kanneen dogoggoraan ibsaman yoo jiraatanis ni sirreessa.

Yaadachiisa Haala Mijeessaaf: *Hirmaattonni gareewwan nyaataa kanneen yoo dagatan, gosoota nyaataa hawaasaa keessatti nyaatamaa jiru gaafachuudhaan kanneen isaan caqasan fakkicha irraa itti agarsiisi. Isa booda, gareewwan nyaataa ja'an akkaataa armaan gaditti dhihaatetti irra deebi'i yaadachiisi, tokkoon tokkoon garee nyaataa caqasuudhaan fakkeenya garee sanaa kennuudhaan faayidaa fi qabiyyee isaanii irratti ibsa godhi.*

Meeshaa Deeggarsaa Hojii 1: Gareewwan Nyaataa gosa adda addaa ja'an

1. Nyaata idilee (midhaan dheedhii/midhaan hiddaa) irraa kaarboohaayidiretii anniisaa isiniif kennu argattu. Kaarboohaayidireetiin baay'ee barbaachisaa dha, garuu qaamni sirriitti guddachuufi fayyaaleessa ta'uudhaaf gosoota nyaataa biroos isa barbaachisa. Gabatee keenya kana keessatti nyaatawwan idilee kan jedhaman kanneen akka boqqolloo, daagujjaa, bishingaa, qamadii, xaafii (diimaa/adii) of keessatti hammatu.

2. Gosoota midhaan qolaa fi ocholoonii nyaatawwan kanneen akka bologqee fi baaqelaa pirootiinii/nyaata ijaaraa maddi isaa biqiltoota irraa maddu ni kennu. Gosootni nyaataa kanneenis bologqee diimaa, bologqee adii fi ocholoonii faa dha.

3. Nyaatawwan bu'aa horii maddeen gaarii pirootiinii fi faatii gaarii ti. Aannan, itittuu fi baaduun maddeen gaarii pirootiinii (nyaata ijaaraa) fi kaalshiyeemii ti. Kana malees, gareen nyaataa, kun foon lukkuu, foon sangaa/sa'aa fi killeefaas of keessatti ni qabata.

4. Coomaa fi Friiwwan killee, aannan loonii, zayita palmii, abokaadoo, nuugii, qurxummii fi dhadhaafaa keessatti argamu.

5. Fuduraa fi 6. Kuduraaleen gosoota albuuda nyaataa baay'ee kanneen akka vaayitaamin A, vaayitaamin C, foolik asiidiifi aayiraniidhaaf maddeen gaarii dha. Haadhaa fi daa'imni fayyaummaa fi jabinaa akka qabaatanuuf waan gargaaranuuf, fooliik asiidii fi aayiraniin keessattuu dubartoota ulfaa fi hoosiftootaaf baay'ee barbaachisoo dha. Kana malees, dhibee hir'ina dhiiga (anemia) hir'isuuf ni fayyadu. Vaayitaamin A fi Cn qaamni keenya dhukkuba of irraa ittisuu akka danda'uuf ni gargaaru.

- **Nyaatawwan vaayitaamin A dhaan badhaadhan:** Mixaaxisa yookiin dinnicha mi'aawaa gogaansaa keelloo ta'e, kaarotii, dabaaqula, maangoo (bilchaataa), paappaayyaa (bilchaataa), raafuu gurraacha (kale), hundee diimaa, qoosxaa, killee, aannanii fi bu'aawwan annanii faa dha.
- **Nyaatawwan vaayitaamin C dhaan badhaadhan:** Qoosxaa, raafuu gurraacha, zeeyitunaa, timaatima, mooriingaa, barbaree, biqiltoota baalaa magariisaa, hundee diimaa fi baalota magariisaafaa dha.
- **Nyaatawwan vaayitaamin B 12 of keessatti qabatan:** Aannanii fi killee.
- **Nyaatawwan fooliik asiidiin badhaadhan:** Boloqqee diimaa, boloqqee adii, boloqqee buburree, shumburaa, qoosxaa, timaatima, paappaayyaa, birtukaana, missira, avokaadoo, hunde-diimaa.
- **Nyaatawwan aayiraniin badhaadhan:** Boloqqee diimaa, baala hundee diimaa, killee, qurxummii fi foon.

Gosa nyaataa adda addaa

Guyyaatti Yeroo Nyaatni Naattamu, Yoo Xiqqaate Nyaata Gosa Afurii/4/ Nyaachuun Fayyaadhaaf Barbaachisaadha

Nyaata idilee



Dagujaa



Misiinga



Boqqoloo



Xaafii



Garbu



Qamadii



Ajjaa

Midhan dhedhii



Miisiira



Aatara

Bolooqee

Shuumbuuraa



Baaqeelaa



Ocholonii



Kuduraalee



Raafuu
Abashaa



Raafuu
Aabaaboo



Kaarootii



Miixaaxiisa



Duubaa
/Dabaaquula



Raafuu maraa



Isquashii



Timaatiima

Nyaata Bu'aa Bealladoota



Anqaaqu/kiille



Quurxuumii



Foon



Foon Jabbi



Hiindaaqo



Aannan



Iitiituu

Cooma



Zayitii Nyaata
Butter



Dhadhaa



Salixa



Suufii



Sanyii Suufii



Sanyii Duubaa



Abuukaado

Muduraalee



Maangoo



Paapaayaa



Abuukaado



Muuzaa



Waynii



Aanaanaasii



Zayituuna



Buurtuukaanaa

GULANTAA 3: NYAATA MADAALAMAA (GOSA HEDDUU)

Haala mijeessaan akkas jechuun ibsa: Nyaata madaalaman gosoota nyaataa garaagaraa kanneen albuudota nyaataa adda addaa armaan olitti baranne baay'inaa fi qulqullina barbaadameen of keessatti hammatu dha (fkn. Pirootiinota yookiin nyaata ijaaraa, nyaata anniisaa fi ho'a kennu (carbohydrate), albuudota (minerals) fi vaayitaaminota). Nyaatni madaalaman qaamni namaa tajaajila isaa sirriitti akka raawwatuu fi akka fayyaa ta'u kan gargaaru dha. Namni nyaata madaalamaa dhabe, rakkoo hanqina nyaataatiin ni miidhama. Namoonni rakkina hanqina nyaataa qaban ammoo salphaatti dhibeedhaan qabamuu ni malu; barachuun itti ni ulfaata, dandeettiin oomistummaa isaanii ni xiqqaata, galiin isaaniis gad'aanaa ni ta'a; kana malees, daa'imman ulfaatina gad'aanaa qaban godhachuu yookiin da'uu ni malu. Daa'imman umriin isaanii waggaa lamaa gadi ta'e gareewwan nyaataa ja'an kanneen keessaa guyyaatti yoo xiqqaate afur soorachuu qabu.



Haala mijeessaan akkas jechuun gaafata: Garee nyaataa kamtu yeroo baayyee soorata keenya keessaa dhabama? Midhaan nyaata idilee, midhaan qolaa yookiin shiroo, kuduraalee, fuduraa, nyaata bu'aa beelladaa moo cooma? *Haala mijeessaan gareewwan nyaataa gabatee keessatti argaman hirmaattotatti agarsiisaa qabxiwwan kanneen irratti maryachiisa. Kana malees, gosoonni nyaataa kanneen akka aannanii, killee, boloqqeewwn, fuduraa fi muduraaleen albuudota nyaataa qaamni keenya barbaadu kanneen kennan ta'uu n ibsa.*

Xiinxalli gatii nyaataa aanaalee pirojektichi keessatti raawwatamaa jiru keessatti qorannoo adeemsiseen nyaatawwan kanneen akka killee, aannan, boloqqeewwan, qoosxaa, fuduraa fi raafuu gurraachi maddeen albuudota nyaataa baa'yee barbaachisoo ta'uudhaan addaan baafamaniiru. Adumaan immoo, aannanii fi killee soorachuun gatii salphaadhaan /rakasaan/ nyaata madaalamaa argachuudhaaf bu'a qabeessa ta'ee argamee jira. Kanaafuu, maatiiwwan nyaata isaanii keessatti aannanii fi killee ida'uun soorachuun barbaachisaa dha.

Nyaatni madaalaman Itoophiyaa keessatti maatii nyaata gosa adda addaa soorachaa jiru suura armaan gadii irratti agarsiifame fakkaachuu ni mala. *Haala mijeessaan suura nyaata madaalamaa yookiin gosa nyaata garaagaraa itti ni agarsiisa (Meeshaa Deeggarsaa 2).*

Meeshaa Deeggarsaa Hojii 2: Maatii Itoophiyaa nyaata madaalamaa sooratu



Madda: CRS. 2019. *Establishing and growing a productive garden: BOQONNAA plans.*

Yaadachiisa haala mijeessaadhaaf: Hirmaattotatti akkas jechuun ibsa godhiif, “maddeen albuuda nyaataa gatii salphaa yookiin rakasaan argaman” yommuu jennu nyaatawwan kunneen gatiin isaanii rakasa jechuu keenya miti. Kan jechuu barbaanne nyaatawwan kunneen albuudota nyaataa barbaachisoo ta’an baayyinaan of keessatti qabachuudhaan nyaatawwan kanneen biroo gatiin isaanii mi’aa ta’e irra filatamoo ta’uu isaanii akkasumas nyaatawwan kunneen soorata keenya keessatti dabaluuudhaan albuudota nyaataa qaama keenyaaf baayyee barbaachisoo ta’an nyaatawwan kanneen biroo yoo sooranne caalaa daran gatii salphaa ta’een argachuu ni dandeenya jechuu keenya.




Haala mijeessaan akkas jechuun ibsa: Namni hundinuu nyaata madalamaa nyaachuun waan jajjabeeffamuu qabu haa ta’uuyyuu malee, namoonni tokko tokko fedhii albuudota nyaataa adda ta’e qabaachuu waan malanuuf, maaddiin nyaataa namoota hundaa garaagarummaa qabaachuu ni danda’a. Daqiiqa muraasa fayyadamuudhaan fedhii nyaataa addaa miseensota maatii garaagaraa ni ilaalla.

Meeshaa Deeggarsaa 3: Soorata guutuu daa’imman ji’a 6-24²

Haala mijeessaan akkas jedha: Daa’imman umriin isaanii amma ji’a 6 guutuutti aannan harma haadhaa qofa kennuufii qabna. Yeroo ji’a 6 guutan garuu nyaatawwan kanneen akka marqaa lallaafaa, aannan loonii, cuunfaa kuduraa fi muduraa nyaachisuu eegaluu qabna. Marqaan daakuu midhaan callaa yookiin midhaan hiddaa, boloqqeewwan kan killee fi annan waliin makame irraa qophaa’uu ni danda’a. Umrii ji’a 6-8tti, daa’imman suuta suutaan baay’inni soorata isaanii waan guddatuuf, haga marqaa shiinii 2, annan loonii shiinii 1 fi cuunfaa kuduraa fi muduraa shiinii 2-3 soorachuu ni danda’u. Daa’imman umriin isaanii guddachaa yeroo deemu, baayyinni isaan nyaatawwan kanneen irraa sooratan hanga tokko dabalaa adeema (akkuma agrsiisa sirna nyaata daa’ima ji’a 9-12 irraa mul’atutti jechuu dha). Ji’a 12 -24tti, daa’imman nyaatawwan harka caalaa soorachuu akkasumas nyaatawwan idilee maatiin sooratan kanneen akka foonii, killee fi kuduraawwanii jalqabsiisuun barbaachisaa dha.

Yaadachiisa haala mijeessaadhaaf: *Dhimmoonni gad-fageenyaan waa’ee daa’imman waggaa lamaa gadii ilaallatan yoo barbaachisan akka odeeffannoo dablataatti armaan gaditti dhiyaataniiru. Tokkoon tokkoon isaanii irratti xiyyeeffachuun barbaachisaa miti, garuu yoo barbaachisaa ta’an qofaa fayyadamuun ni dada’ama.*

2. Sustainable Undernutrition Reduction in Ethiopia (SURE). 2015. *Training Manual on Infant and Young Child Feeding (IYCF) and Nutrition Sensitive Agriculture (NSA)*. Ethiopia Ministry of Health and Ministry of Agriculture and Natural Resources. Page 31.

Umrii daa'ima	Guyyaatti hagam akka soorachuu qabu
<p>Umrii ji'a 6-8</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Marqaa furdaa fi laafaa soorata yeroo 2 haga 3tti qoodame. Yeroo nyaataa tokkotti fallaana 2-3 fayydamuun suuta suutaan guyyatti shiinii bunaa xiqqoo 2 taasisaa. ■ Dabalataan eeggachiiftuu 1 ykn 2 kan cuunfaa fuduraa yookiin muduraa bilchaataa irraa qophaa'e, fakkeenyaaf, maangoo walakkaa, abokaadoo xiqqaa tokko yookiin mixaaxisa xiqqaa qolli isaa keelloo ta'e. ■ Aannan loonii: Shiinii bunaa xiqqoo 1 (guyyaatti) ■ Aannan harmaa ammoo yeroo barbaachiseetti guutummaa guyyatti, aannan finjaala bunaa xiqqaa 1, muduraa caccabsame fi kuduraawwan bilchaataa fallaana 2-3, guyyaatti aannan harmaa fi eeggachiistuu yeroo 2-3 <p>*Shiinii bunaa = miiliilitira 50 (50ml)</p>
<p>Umrii ji'a 9-12</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Marqaa furdaa fi laafaa shiinii bunaa 3-4 guyyaatti soorata yeroo 3 haga 4tti qoodame, dabalataan eeggachiiftuu 1 ykn 2 kan cuunfaa fuduraa yookiin muduraa bilchaataa irraa qophaa'e ■ Aannan loonii: Shiinii bunaa xiqqoo 1 ■ Aannan harmaa yeroo barbaachiseetti guutummaa guyyatti
<p>Ji'a 12-24</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ■ Nyaata idilee (foon, killee, kuduraalee) yookiin guyyaatti marqaa shiinii bunaa xixiqqaa 4 yeroo soorataa 3 haga 4tti qoodame, dabalataan eeggachiiftuu 1 ykn 2 kan cuunfaa fuduraa yookiin muduraa bilchaataa irraa qophaa'e ■ Aannan: Shiinii bunaa xixiqqoo 2 ■ Aannan harmaa yeroo barbaachiseetti guutummaa guyyatti

Meeshaa Deeggarsaa Hojii 4: Akkaataa soorata dubartii ulfaa fi hoosiftuu



- **Dubartiin ulfaa** lubbuu guddachaa jiru of keessaa qabdi; kanaafuu, daa'imni sirriitti guddachuu mirkaneessuudhaaf akkasumas ofii isheetii fayyummaa fi ciminni ishee akka eegamuuf, anniisaa caalaa fi qabiyyee nyaataa gosa garaagaraa (kanneen akka foolik asiidii, kaalshiyeemii, ayoodiinii, vaayitaamin D, aayirani, fi faatii gaarii) ishee barbaachisa. Dubartiin ulfaa fayyaa fi ciminni ishee akka eegamuuf, guyyaatti nyaata madaalamaa tokko dablataan argachuu ishee barbaachisa.
- **Dubartiin ulfaa dubara dardara/ol'adeemtuu** albuudota nyaataa addaa ishee barbaachisa, sababiinsaa ofii isheetiyyuu guddina irra waa jirtuuf. Kanaafuu, nyaatawwan dabalataa kanneen anniisaa, ijaarsa/pirootiinii fi albuudota nyaataa xixiqqoo (micronutrients) kennan argachuu qabdi.
- **Dubartiin harma hoosisiftu** soorata anniisaa, faatii, albuudota nyaataa xixiqqaa (micronutrients) fi pirootiinii caalmaatti dabaluuudhaan oomisha aannan harmaa mirkaneessuu qabdi. Aannan harma haadhaa nyaata nageenyi isaa sirriitti eegamee fi haala salphaadhaan argamu daa'immaniif albuudota barbaachisan mara ji'oottan 6 jalqabaa keessa kennuu danda'u dha. Dubartiin hoosiftuun nyaata dabalataatiin wal cina harma ishee haga waggaa 2tti hoosisuu qabdi. Aannan harmaa sirriitti madduudhaaf bishaan baay'ee barbaachisa; kanaafuu, dubartoonni ulfaa yeroo soorataa fi gidduu sooratwwaniitti bishaan dhuguu dabaluuun isaanii barbaachisaa dha. Kana malees, yeroo harma hoosiftutti fayyummaa fi jabina ishee fi daa'ima ishee eeguudhaaf, guyyaatti nyaata dabalataa lama ishee barbaachisa.
- **Dubartiin hoosiftuun umrii dubara dardaraa** ammoo, kanneen umriidhaan ga'eessa ta'an caalaatti albuudota nyaataa baay'inaan ishee barbaachisa.

GULANTAA 4: SHAAKALA MAADDII NYAATAA

Seensa shaakalaa kennuu

Haala mijeessaan akkas jechuun ibsa: Miseensonni maatii adda addaa waqtii ammaa waan akkamii soorachaa akka jiranu ni ilaalla; itti aansuudhaanis, gosa nyaataa sana akkamitti madaalawaa gochuun akka danda'amu irratti ni mariyanna. *Haala mijeessaan agarsiisa yookiin ibsa fakkii yookiin suura maaddii/shaanii nyaataa/ fi nyaata gosa adda addaa fayyadamuudhaan miseensonni hawaasaa maaddii nyaataa daa'imman ji'a 18 fi dubartii ulfaa akka xiinxalan ni gargaara.*

Maaddii nyaataa daa'ima ji'a 18 qopheessuu

Haaala mijeessaan fakkii shaanii duwwaa fi daa'ima umriin isaa ji'a 18 miseensotatti ni agarsiisa.



? Haala mijeessaan akkas jechuun gaafata: Waggaa kana keessatti daa'imni tokko guyyaa guyyatti maal soorata/tti?

Maqaan gosoota nyaataa yeroo caqafamu, haala mijeessaan fakkii isaanii tokko tokkoon shaanii labbadamaa sana irra kaa'a. Erga nyaata daa'imni ji'a 18 waggaa kana keessatti guyyaa guyyaatti nyaatu irra kaa'ee booda, haala mijeessaan kanneen armaan gadii gaafata:

? Garee nyaata kamfaatu baay'inaan argama? Garee nyaataa kamfaatu hanqate? *Gareewwan nyaataa argamuu hin dandeenye yeroo caqasaman, haala mijeessaan fakkeenya nyaatawwan kanneenii cina shaanii yookiin meeshaa diriiraa sanaa ni kaa'a. Shaani irra garuu hin kaa'in.*

? Nyaatawwan shaanii yookiin maaddii nyaataa sana irratti hin argamne itti dabaluuudhaan maaddii sana daa'ima ji'a 18f madaalamaa taasisuudhaaf maallaqa hagam nama gaafata? Aannanii fi killeen gosoota nyaataa albuudotaan badhaadhan fi gatii salphaadhaan argaman ta'uu isaanii hirmaattota yaadachiisi.

Maaddii nyaataa dubartii ulfaa qopheessuu



Haala mijeessaan fakkii shaanii labbadamaa/haguugamaa/ isa 2ffaa fi fakkii dubartii ulfaa itti agarsiisa.

? Haala mijeessaan akkas jechuun gaafata: Waggaa kana keessatti, dubartiin ulfaa guyyaa guyyatti maal sooratti?

Maqaan gosoota nyaataa yeroo caqafamu, haala mijeessaan fakkii isaanii labbadamaa tokko tokkoon shaanii yookiin meeshaa diriiraa sana irra kaa'a. Erga nyaata dubartiin ulfaa guyyaa guyyaatti soorattu irra keessee booda, haala mijeessaan gaaffiiwwan armaan gadii akka addaan baasanuuf ni gaafata:

? Garee nyaata kamfaatu baay'inaan argama?

? Garee nyaata kamfaatu hanqate? *Gareewwan nyaataa argamuu hin dandeenye yeroo caqafaman, fakkeenya nyaatawwan kanneenii waggaa keessatti waqtii ammaa kana argaman cina shaanii kaa'i. Shaanii irra garuu hin kaa'in.*

? Nyaatawwan shaanii yookiin maaddii nyaataa sana irratti hin argamin hafan itti dabaluuhaan maaddii sana dubartii ulfaaf madaalamaa taasisuudhaaf maallaqa hagam nama gaafata? *Aannanii fi killeen maddeen nyaata madaalamaa kanneen gatiin isaanii salphaa ta'an keessaa ta'uu isaanii haala mijeessaan hirmaattota yaadachiisuu qaba.*

Rakkoo jiru hubachuu

Haala mijeessaan hirmaattonni shaanii yookiin maaddii nyaataa lamaam armaan olii akka ilaalnu taasisuudhaan gaaffiiwwan armaan gadiif deebii akka kennanuuf ni gaafata:

? Nyaatawwan dabalataa hanqatan kanneen waggaa kana keessatti dhiheessuudhaaf gufuuwwan jiran maalfaa dha?

? Guutummaa waggaa keessatti nyaatawwan hanqatan kanneen dhiheessuu danda'uudhaaf tarkaanfii akkamii fudhachuu dandeessu?

Hojii manaa

Haala mijeessaan akkas jedha: Daa'imman waggaa 5 gadii fi dubartoota ulfaa yookiin kanneen harma hoosisan gosoota nyaataa isaan sooratan ilaalaa. Waan guyyaa har'aa irratti mariyanne irraa adda waan ta'e addaan baasuun yaadannoo qabadhaa.

Haala mijeessaan qabxiwwan ijoo 3n kutaa barumsa kana goolaba:

- Nyaatni madaalamaan nyaata gosa garaagaraa qabiyyeewwan albuudotaa qaama namaaf barbaachisan adda addaa keessatti hammata
- Miseensonni maatii adda addaa fedhii qabiyyeewwan nyaataa qaama namaaf barbaachisan garaagaraa qabu. Daa'imman waggaa 2 gadii garee nyaataa ja'an keessaa afur soorachuu qabu.
- Nyaata madaalamaa miseensota maatii adda addaatiif haala gahaadhaan dhiheessuudhaaf gosoota nyaataa tokko tokko bituun yookiin ammoo midhaanota ooyiruu keessan keessatti oomishuu qabdan jijjiiruun barbaachisaa ta'uu ni mala.

Yaadachiisa haala mijeessaadhaaf: *Barumsa gara fuula duraatti itti fayyadamuudhaaf gabatee yookiin maaddii nyaataa suura kaasuu hin dagatin.*

BOQONNAA 2: KALAANDARII WAQTAAWAA: NYAATAA FI DHANGALA'A MAALLAQAA

KAAYYOO

Guutummaa waggaa keessatti haala soorata nyaataa fi dhangala'a maallaqaa akkasumas dhiibbaa isaan nyaata madaalamaa soorachuu danda'uu irratti qaban addaan baasanii hubachuudhaaf.

MEESHAALEE DEEGGARSAA

- Meeshaalee deeggarsa hojii 1,5 fi 6
- Waraqaa gaggaragalu yookiin filiip chaartii (Flipchart paper)
- Maarkarii
- Kalaandarii waqtii nyaataa labbadamaa gargalcha (copy) 1
- Kalaandarii waqtii maallaqaa labbadamaa gargalcha (copy) 1
- Barreeffama dhimma Baraarsa Fayyaa Hawaasaa irratti hundaa'uun qophaa'e (document on community-based health insurance (CBHI) sheme)

YEROO/TURTII

Daqiiqaa 90

Yaadachiisa haala mijeessaadhaaf: Barumsa gara fuula duraatti itti fayyadamuudhaaf waraqaa gaggaragaltuu yookiin filiip chaartii ol kaa'uu hin dagatin.


MEESAHAALEE DABALATAA


- CRS (2019) *Qonna Manduubee Oomishtummaa Guddisu Ijaaroo: Karoora Barnootaa*
- Barnoota Maallaqaa Jildii 2 ([Financial Education Booklet 2](#))

GULANTAA 1: SEENSA BARUMSICHA

Yaadachiisa haala mijeessaadhaaf: Haala aadaa naannoo irratti hundaa’uudhaan, shaakalli kun garee saala tokko qofaa qabateen hojjetamuu ni mala. Yoo akkas ta’e, garee lama ijaari/uumi. Gareen tokko dhiira qofa kan biraan ammoo dhalaa qofa kan ta’e. Tokkkoon tokkoon garee kaalaandarii waqtii nyaataa fi maallaqaa isaanii akka dhiyeessan taasisi. Wal fakkeenya fi garaagarummaa lamaan isaanii gidduu jiru gaafadu. Garaagarummaan maaliif akka jiraachuu danda’e gaafadhu.

Haala mijeessaan akkas jedha: Kalaandariin waqtaawaa waggaa keessatti wantoonni waqtii irratti hundaa’uudhaan hagam akka jijjiiraman hubachuuf isin gargaara. Jijjiiramni kunneenis jijjiirama galii yookiin baasii, gosa nyaata isin soorattanuu, hojiiwwan qonnaa garaagaraa yoom akka raawwattan, yeroo dhibeen baay’inaan mul’atu fi kan biroo ta’uu ni malu.

 Hojjetaan Dirree SILC shaakala waa’ee guutummaa waggaa keessatti galii fi baasiin yoom akka uumamu ilaallatu isinii wajjin yoom akka hojjete eenyutu yaadata? Shaakalli sun kan kalaandarii waqtii maallaqaa ture.

 Shaakala waggaa keessatti maal akka nyaattan akka ilaaltan kan isin gargaaruu fi kutaa barnoota qonna manduubee kan ture yoom dadammaqsituu hawaasaa (CA) waliin akka hojjetan eenyutu yaadachuu danda’a? Shaakalli sun kan kalaandarii waqtii nyaataa ture.

Haala mijeessaan akkas jedha: Nyaatawwan albuudaan badhaadhoo ta’an dabalataan oomishuudhaaf galteewwan nu gargaaran yookiin nyaatawwan dabalataa kanneen gabaa irraa galii keenya fayyadamnee yoom bituu akka qabnu hubachuudhaaf, beekumsa shaakalawwan lamaan kanneen irraa arganne fayyadamna.

Shaakalli kalaandarii waqtii maallaqaa yookiin kan waqtii nyaataa hin hojjetamne yoo ta’e, yookiin ammoo hirmaattonni yaadachuu hin dandeenye yoo ta’e, shaakalawwan kanneen garee waliin hojjedhu. Shaakalawwan kanneen Barumsa Qabaa Maallaqaa kutaa 1 barnoota 1 akkasumas Qonna Manduubee Oomishtummaa Guddisu Ijaaruu kutaan 1 jalatti kennamaniiru.

GULANTAA 2: SHAAKALA KAALAANDARII WAQTII NYAATAA

Haala mijeessaan akkas jechuun ibsa: Odeeffannoo kaalaandarii waqtii maallaqaa fi nyaataa ammaan dura hojjenne fayyadamuudhaan mee waliin haa shaakallu. “Mee amma haala soorata nyaataa fi baasii nyaataa keenyaa gad-fageenyaan haa ilaallu. *Shaakala kanaaf qajeelfama argachuudhaaf, haala mijeessaan Meeshaa Deeggarsaa 5 kalaandarii waqtii nyaataa labbadamaa sana fayyadamaa. Hirmaattonni qabxiwwan armaan gadii akka hubachuu danda’anuuf gargalcha meeshaa Meeshaa Deeggarsaa 5 filiip chaartii irratti qopheessi:*

- *Soomni ji’oottan kamfaa keessa akka soomamu*
- *Waqtiwwan adda addaa waggaa keessatti nyaata gosa kamfaan akka nyaatamanu*
- *Waqtiwwan waggaa adda addaa keessatti madddeen nyaataa maalfaa akka ta’an*
- *Gatiwwan nyaataa waqtiwwan waggaa adda addaa keessatti mul’atan*

Yaadachiisa haala mijeessaadhaaf: Miseensoni hawaasaa Sgantaa Seeftii Neettii Misoomaawaa (SSNM) keessa jiranuu fi kanneen baay’inni miseensota maatii isaanii haga nama shan ta’u, tokko tokkoon isaanii waggaa keessatti ji’oottan ja’aaf (Amajjii – Waxabajjii) wantoota armaan gadii argatu

- Qamadii kiloogiraama 15
- Midhaan qolaa/shiroo kiiloogiraama tokkoof walakkaa (1.5)
- Zayita liitira walakkaa (0.5)

Haala mijeessaan hirmaattota irraa galteewwan Meeshaa Deeggarsaa 5 guutuudhaaf barbaachisan argachuudhaaf, gaaffiiwwan armaan gadii fayyadama. Fakkeenya Meeshaa Deeggarsa 5 armaan gadiitti guutame ilaalaa.

 Haala mijeessan kanneen armaan gadii gaafata:





1. Waqtiwwan qonnaaf mijatan isaan kamfaa dha? Ji’oottan kamfaa keessatti argamu?
2. Waggaa kana keessatti soomni ji’oottan kamfaa soomama?
3. *Tokkoon tokkoon garee nyaataaf gaaffii armaan gadii gaafadhu:*
 - Maatiin keessan garee nyaata kana keessaa kamfaa sooratu? Haala mijeessaan nyaatawwan caqasaman Meeshaa Deeggarsaa 5 irratti tarreessa.
4. *Tokkoon tokkoon nyaataa armaan olitti tarreeffamaniif haala mijeessaan gaaffiiwwan armaan gadii gaafata:*
 - Waggaa keessatti yeroo akkamii maatiin keessan nyaata kana baay’inaan yookiin xiqqeenyaan soorata? *Haala mijeessaan, yeroo baay’inaan argamu mallattoo XXX dhaan akkasumas yeroo xiqqeenyaan argamuu ammoo X dhaan addaan baasa. Ji’a jedhame keessatti nyaatichi hin sooratamu yoo ta’e bakka duwwaatti dhiifama.*
 - Waggaa keessatti ji’oottan kamfaa keessa nyaata kana oomisha manaa irraa argattu? *Haala mijeessaan tarreewwan kanneen keessatti “OM” barreessa.*
 - Waggaa keessatti ji’oottan kamfaa keessa nyaataa kana gabaa irraa argattu? *Haala mijeessaan tarreewwan kanneen keessatti “G” barreessa.*
 - Waggaa keessatti ji’oottan kamfaa keessa nyaata kana SSNM (PSNP) irraa argattu? *Haala mijeessaan toora kanneen jalatti SSNM jedhaa barreessa.*
 - Waggaa keessatti ji’oottan garaagaraatti gatiin nyaata kanaa hagami dha? *Haala mijeessaantilmaama gatii nyaataa fi safartuu ittiin bitamu tokkoon tokkoon tarree keessatti barreessa (Qarshii/safartuu)*

Meeshaa Deeggarsaa Hojii 5: Fakkeenya Kalaandarii nyaataa guutame

Waqtii	Gogiinsaa/bona			Arfaasaa			Rooba/Ganna		Sassaabbii gara Jalqabaa		Sassaabbii gara Boodaa	
	Ama	Gur	Bit	Eeb	Caam	Wax	Ado	Hag	Ful	Onk	Sad	Mud
Ji'oota												
Sooma												
Midhaan callaa, midhaan hiddaa fi hundee												
Boqqolloo	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX	XXX	X	X	XX	XX	XXX	XXX
Madda (SSNM, OM, G)	PSNP	PSNP	PSNP	PSNP	PSNP	PSNP	M	M	P	P	P	P
Gatii (Qarshii/safartuu)	0	0	0	0	0	0						
Qamadii												
Madda												
Gatii												
Midhaan dheedhii yookiin Midhaan shiir												
Boloqqee												
Madda												
Gatii												

GULANTAA 3: KALAANDARII WAQTII NYAATAA IRRATTI GABAASA DHIHEESSUU

Haala mijeessaan gaaffiiwwan armaan gadii gaafata:

-  Nyaatawwan baay'inaan maatiin sooratan waggaa keessatti yeroo akkamii oomishtu?
-  Waggaa keessatti yeroon isin itti garee nyaataa tokko tokko xiqqeenyaan nyaattan yookiin gonkumaa hin arganne ni jiraa? Deebiin keessan eeyyee yoo ta'e, maaliifi?
-  Waggaa keessatti yeroon isin itti nyaata irra jireessaan gabaa irraa bittan ni jiraa? Deebiin keessan eeyyee yoo ta'e, maaliifi?
-  Yeroo nyaata isin barbaachisu baay'inaan gabaa irraa bittanutti, gatiin ol'aanaa dha moo gad-aanaa dha?

GULANTAA 4: UNKA KALAANDARII WAQTII MAALLAQAA GUUTUU

Haala mijeessaan akkas jechuun ibsa: Amma unka kalaandarii waqtii maallaqaa guutuuf deemna. *Shaakala kana hojjechuuf akka isa gargaarutti, haala mijeessaan Meeshaa Deeggarsaa 6 yookiin kalaandarii waqtii maallaqaa labbadamaa (uffifamaa) fayyadamuu qaba. Hirmaattonni qabxiwwan armaan gadii irratti hubannoo akka argatanuuf, Meeshaa Deeggarsaa 6 filip chaartii irratti garagalchi:*

- Galii
- Baasiwwan hojii
- Baasiwwan maatii

Haala mijeessaan aaffiiwwan armaan gadii dabaree dabareedhaan ni gaafata. Miseensonni hawaasaa fakkeenya gosoota galii, madda galii fi baasiwwanii akka kennan erga taasisee booda gaaffiiwwan baasiwwan yookiin galiwwan kunneen ol'aanaa ta'uu fi gad-aanaa ta'uu isaaniin wal qabatan ni gaafata. Ol'aanaa isa ta'e mallaattoo XXX dhaan akkasumas xiqqaa ammoo mallattoo X dhaan addaan baafamuu qaba. Yoo galiin, qusannaan liqiin yookiin baasiin hin jirre bakka duwwaatti dhiisaa.



Haala mijeessaan gaaffiiwwan armaan gadii gaafata:

1. Maddeen galii keessan maalfaa dha? Waggaa keessatti yeroo kamfaa galiin ol'aanaa yookiin gad-aanaa ta'a?
2. Waggaa keessatti yeroo kamfaa qusannoon keessan ol'aanaa yookiin gad-aanaa ta'a?
3. Waggaa keessatti yeroo kamfaa liqiin keessan ol'aanaa yookiin gad-aanaa ta'a?
4. Waggaa waggaatti baasiwwan hojii keessan kanneen gurguddoon maalfaa dha? Waggaa keessatti yeroo kamfaa baasiin hojii keessan ol'aanaa yookiin gad-aanaa ta'a?
5. Waggaa waggaatti baasiwwan maatii keessan kanneen gurguddoon maalfaa dha? *Sirrtii dhageeffachuun tokkoon tokkoon baasii gurguddoo maatii isaanii gaafadhu. Baasii nyaataaf, tokkoon tokkoon garee nyaataa ilaalchisuun gaafadhu.*
 - a. Waggaa keessatti yeroo kamfaa baasiin nyaataa ol'aanaa/gad-aanaa ta'a?
 - b. Waggaa keessatti yeroo kamfaa baasiin mana barnootaa ol'aanaa/gad-aanaa ta'a?
6. Waggaa keessatti yeroo kamfaa dhukkubni baay'ata yookiin xiqqaata? Waggaa keessatti yeroo kamfaa baasiwwan wal'aansa dhukkubaa ol'aanaa/gad-aanaa ta'u?
7. Waggaa keessatti yeroo kamfaa _____ (baasiwwan biroon) ol'aanaa/gad-aanaa ta'u?

Meeshaa Deeggarsaa Hojii 6: Fakkeenya kaalaandarii waqtii maallaqaa

guutame

Waqtiwwan	Gogiinsaa/bona			Arfaasaa			Rooba/ Ganna		Sassaabbii gara Jalqabaa		Sassaabbii gara Boodaa	
	Ama	Gur	But	Eeb	Caam	Wax	Ado	Hag	Ful	Onk	Sad	Mud
Ji'a		XXX	XX								XX	XX
Galii		XXX	XX									
Qusannoo	XXX	XXX	XX						X	X	X	X
Liqii												
Baasiwwan hojii												
Baasiwwan maatii												
Gareewwan Nyaataa												
Midhaan Idilee (midhaan callaa, midhaan hndee/ midhaan hiddaa/	X	X	X	X	XX					XX	XX	
Midhaan dheedhii yookiin shiroo												
Nyaata bu'aa beelladaa												
Kuduraa fi muduraa												
Kuduraa fi muduraa												
Barnoota												
Wal'aansa fayyaa												
Baasiwwan maatii biroo												

GULANTAA 5: KALAANDARII WAQTII MAALLAQAA KALAANDARII WAQTII NYAATAAWALIIN WAL-CINA QABUUN GABAASUU



Haala mijeessaan akkas jechuun gaafata:

1. Ji'oottan waggaa keessaa kamfaatti baasiwwan nyaataa ol'aanaa ta'u? Kun odeeffannoo kaalaandarii waqtii nyaataa keessatti kennamee waliin wal simataa? (Jechuun, baasiwwan nyaataa ol'aanaa kan ta'an yeroo nyaatni gatii mi'aadhaan baay'inaan gabaa irraa bitamu dhaa?).
 - Yeroon kun waggaa keessatti yeroo isin galii guddaa qabdan moo galii xiqqaa qabdani dha?
 - Yeroon kun waggaa keessatti yeroo isin baasiwwan gurguddaa qabdan moo xixiqqaa qabdani dha?
2. Waggaa keessatti yeroo isin garee nyaataa tokko tokko irraa xiqqoo argattan yookiin ammoo tasumayyuu hin argannetti, haalli galiin, qusannoo fi baasiwwanii maal fakkaata (ol'aanaa, giddu-galeessa, gad-aanaa)?
3. Maatiin keessan guyyaa guyyaatti nyaata madaalamaa soorachuu dada'uu isaanii ilaalchisee kalaandarriiwwan waqtii kunneen maal isinitti agarsiisu

Haala mijeessaan deebiiwwan kanneen armaan gadiin wal fakkaatan isaan irraa ni dhaggeeffata: Yeroo nyaatawwan tokko tokko gabaa irraa bituun nu barbaachisutti, gabaa irraa baay'ee mi'aa ta'uu isaa irraa kan ka'e bituun baay'ee ulfaata. Tarii nyaata qindeessuudhaan yeroo dheeraa kuusuu barbaachisa. Tarii ammoo teeknooloojiiwwan kuusaa fayyadamuudhaan nyaata kuusnee booda gatii ol'aanaatti gurguruun barbaachisaa ta'uu mala. Nyaata madaalamaa waggaa guutuu soorachuu hin dandeenye, kanaaf maal gochuu dandeenya?

GULANTAA 6: BARAARSA (INSHUURAANSII) FAYYAA ILAALCHA KEESSA GALCHUU

Haala mijeessaan akkas jechuun ibsa, “Amma waggaa keessatti waa’ee nyaataa fi maallaqaa maal akka fakkaatuu fi nyaata madaalamaa argachuu ilaalchisee dhiibbaa isaan qabaachuu danda’an ilaalleerra, mee ammammoo daqiiqaa muraasa fudhachuudhaan dhibeewwan/dhukkuboonni/ maddeen maallaqaa fi argama nyaata madaalamaa irratti dhiibbaa isaan qaban haa ilaallu. Shaakala keenya yeroo darbee waa’ee waqtii maallaqaa keessatti wa’ee baasiwwan wal’aansa fayyaa ilaallee turre.

Haala mijeessaan toora baasiwwan wal’aansa fayyaa kalaandarii waqtii nyaataa (Meeshaa Deeggarsaa 6) irraa itti agarsiisuudhaan gaaffiiwwan armaan gadii gaafata:

? Baasiwwan wal’aansa fayyaatiin wal qabatan akkamitti maallaqa keessan isin waggaa tokkoof fayyadamtan irratti dhiibbaa uumuu danda’u? Dandeettii dhihessii nyaata madaalamaa keessanii irratti dhiibbaa ni geessisuu?

Haala mijeessaan akkas jedha: Dhiibbaa baasiwwan wal’aansa fayyaa hir’isuuf tooftaan tokko Baraarsa yookiin Inshuuraansii Fayyaa Sadarkaa-Hawaasaa mootummaa irraa argamu fayyadamuu dha.

? Baraarsa yookiin Inshuuraansii Fayyaa Sadarkaa-Hawaasaatti namni haga yoonaa kaffalee beeku jiraa?

Deebiin eeyyee yoo ta’ee, haala mijeessaan hirmaattota kanneen muuxannoo isaanii waa’ee Inshuuraansii Fayyaa Sadarkaa-Hawaasaa gareedhaaf akka qoodanuuf gaafauudhaan yaadawwan kanneen armaan gadiin wal-fakkatan hirmaattota irraa ni dhaggeeffata:

- Inguuraansii taajaajila wal’aansa fayyaa bu’uuraa hunda haguugu fi kan sadarkaa buufata fayyaatti kennamu dha.
- Hoospitaala mootummaa fi hoospitaala rifeeraalaa keessaati tajaajilawwan kanneen akka ciisanii fi deddeebi’anii wal’aanamuu ni kenna.

Haala mijeessaan akkas jedha: Kalaandarii waqtii maallaqaa irraa akka mul’atutti, kaffaltiin tajaajila wal’aansa fayyaa waggaa guutuu raawwatama; haa ta’u malee, _____ keessatti baay’ee ol’aanaa dha.

? Tokkoon tokkoon waggaa keessatti wal’aansa fayyaatiif akkamitti kaffaluu qabdu jettanii yaaddu?

Inshuuraansiin Fayyaa Sadarkaa-Hawaasaa (CBHI) maatii tokkoof waggaatti Qar. 250 fi tokkoon tokkoon miseensa maatii waggaa 18 ol ta’eef ammoo Qar. 48 kaffalchiisa.

Yaadachiisa haala mijeessaadhaaf: Kaffaltiin Inshuuraansii Fayyaa Sadarkaa-Hawaasaa (CBHI) kan maatiin wal’aansa fayyaaf baasu irra gad’aanaa yoo ta’e, hirmaattonni dhimma kana irratti xiyyeeffannoo akka godhan taasisi. Wal-qixa yookiin muraasa caalmaa qaba yoo ta’e ammoo, kaffalticha guutummaa waggaa kalaandarii waqtii maallaqaa irra bittineessuu/tamsaasuu danda’uu isaaniitti xiyyeeffannoo kenni. Kana malees, abbootiin warraa baajata wal’aansa fayyaa isaanii keessatti Inshuuraansii Fayyaa Sadarkaa-Hawaasaatiif akka ilaalcha keessa galchan taasisi.

Hojii manaa

Haala mijeessaan akkas jedha: Miseensota maatii keessanii waliin waa'ee baasiwwan maatii keessanii mariyadhaa. Baasiwwan barbaachisaa hin ta'in ni jiruu? Qarshiin baasii sirrii hiun taane irratti ba'e kun hanqina nyaata madaalamaa guutuu ni malaa?

Qabxiwwan ijoo

- Oomisha, gabaa irraa argamuu fi gatii midhaanii irratti hundaa'uudhaan, haalli soorata nyaataa waggaa keessatti garaagarummaa qaba
- Dhangala'i maallaqaa guutummaa waggaa keessatti addaa addummaa qaba, kun ammoo maal akka raawwannuu fi maal akka bituu dandeenyu irratti dhiibbaa qabaata. Yeroon maatiin nyaata madaalamaa bituuf kan isaan gargaaru qarshii dhaban ni jira. Baasiwwan barbaachisummaa hin qabne hir'isuun yookiin hambisuudhaan maatiin nyaata madaalamaa akka bituu danda'anuuf isaan gargaara.
- Maatiin nyaata madaalamaa akka sooratanuuf isaan deeggaruudhaaf, maallaqaa fi haala soorata nyaata keenyaa sirriitti hubachuudhaan karoorfachuu qabna.

Haala mijeessaan akkas jedha: Barumsa keenya yeroo itti aanuutti, nyaata madaalamaa gosoota nyaataa qaama keenyaaf fayyadan garaagaraa of keessatti qabatuuf akkamitti akka karoorsinu walii wajjin baranna.

Yaadachiisa haala mijeessaadhaaf: Barumsa 3 itti annu keessatti irra deebitee qopheessuuf akka si gargaaruuf, kalaandarii waqtii nyaataa fi maallaqaa suura kaasuu hin dagatin.

BOQONNAA 3: NYAATA MADALAMAADHAAF GALMAA FI KAROORA QOPHEESSUU

KAAYYOOWWAN

1. Galma/kaayyoo nyaata madaalamaa fooyya'ee addaan baasuu.
2. Galma nyaata madaalamaa bira ga'uuf karoora fi baajata barbaachisu qopheessuu.

MEESHAALEE DEEGGARSAA

- Meeshaa Deeggarsaa 7haga 10
- Kobbbee yookiin qalama fi waraqaa/yaadannoo
- Shaanii yookiin maaddii labbadamaa, fakkenya gosoota nyaataa, kalaandarii waqtii nyataa fi maallaqaa guutame

QOPHEESSUU

- Suuraawwa maaddii yookiin shaanii nyaataa barumsa 1 irratti garee kanaan hojjetame fayyadamuudhaan shaanii nyaataa labbadamaa qopheessi.
- Gara barumsa kanaa dhufuun dura, kalaandarii waqtii nyaataa fi maallaqaa kutaa barumsaa 2 keessatti qophaa'ee sassaabuun gara barumsa kanaatti fidi.

YEROO/TURTII

Daqiiqaa 90

MEESAHAALEE DABALATAA

- CRS (2019) *Qonna Manduubee Oomishtummaa Guddisu Ijaaroo: Karoora Barnootaa.*
- Barnoota Maallaqaa Jildii 2 ([Financial Education Booklet 2](#))

Barumsa qabaa maallaqaa yookiin faayinaansii keessatti, galma bu'uuressuuf yaada barumsa 2 wabii godhadhaa; akkasumas waa'ee galiwwanii, baasiwwanii fi baajata qopheessuu hubachuudhaaf ammoo barumsa 3 wabeeffadhaa.

GULANTAA 1: SEENSA BARUMSICHA

Haala mijeessaan akkas jechuudhaan ibsa: Barumsa keenya yeroo darbee keessatti, yeroon nyaatawwan qabiyyeen albuuda isaanii ol'aanaa ta'e gabaa irraa bituun nu barbaachisu akka jiru hubannee turre. Haa tau malee, yeroo akkasii kanatti galiin gad'aanaa waan ta'eef yookiin ammoo baasiwwan ol'aanaa waan ta'anuuf bituun ulfaataa ta'usaa hubanneerra. Kana malees, barumsa keenya boqonnaa 1 keessatti qabiyyeewwan/albuudonni nyaataa adda addaa daa'immaniif (ji'oota 6-23), dubartoota ulfaa fi hoosiftootaaf akkasumas dubara dardaraaf akka barbaachisanuu fi albuudota kanneen guutuu dadhabuun daa'imman miidhuudhaan rakkina umurii guutuu isaan irratti fiduu akka danda'u barannee turre. Kutaa barumsaa kana keessatti, nyaata madaalamaan ji'oottan adda addaa keessatti maallaqa hagamiin akka guutamuu danda'u ni herregna, akkasumas kaayyoowwan nyaata madaalamaa argachuuf nu gargaaran ni qopheessina. Kana malees, gosoota nyaataa tokko tokko kanneen albuudota nyaataa qaama keenyaaf barbaachisan gosoota biroo irra caalaa gatii salphaadhaan nu kennuu danda'an barannee turre.

Maaddii nyaataa



Haala mijeessaan akkas jechuun gaafata: Gosoota nyaataa gatii salphaadhaan albuudota nyaataa qaama keenyaaf barbaachisan baay'inaan nuuf guutan eenyutu yaadata? *Haala mijeessaan deebiiwwan kanneen akka aannan, killee, boloqqeewwn, raafuu gurraachaa fi salaaxaa hirmaattota irraa dhaggeeffachuudhaan keessumaa ammoo aannanii fi killeen gosoota nyaataa biroo caalaa qarshii xiqqaadhaan fedhii albuudota nyaataa baay'ee guutuu danda'uu isaanii ni hubachiisa.*

Haala mijeessaan maaddii/shaanii nyaataa boqonnaa 1 keessatti qophaa'e hirmaattotatti agarsiisuudhaan maal akka ilaalan akka ibsanuuf isaan ni gaafata. Miseensonni hawaasaa daa'imni ji'a 18 fi dubartiin ulfaa maal akka sooratanuu fi gosoonni nyaata kamfaan akka hanqatan ibsuu qabu.

Kalaandarii nyaataa fi maallaqaa

Haala mijeessaan kalaandariwwan lamaan hirmaatotatti ni agarsiisa; kana malees, waggaa keessatti yeroo gosoonni nyaataa tokko tokko xiqqeenyaan soorataman akkasumas yeroo midhaanonni nyaataa gabaa irraa bitaman addaan baasee ni hubachiisa.

GULANTAA 2: SHAAKALA GATII NYAATA MADAALAMAA HERREGUU

Haala mijeessaan akkas jedha: Nyaatni madaalamaan guyyaa guyyaatti sooratamu maatii tokko gatii hagam akka baasisu herreguu yookiin shallaguudhaaf akka nu gargaarutti, kaayyoo soorataa guyyaa guyyaa kan tookoon tokkoon waqtii ni qopheessina. Isa booda, tokkoon tokkoon waqtii keessatti kan ji'a tokkoo gatii hagam akka ta'e ni shallagna. Gaatiin nyaata madaalamaa hagam akka ta'e erga hubannee booda, galma yeroo gabaabaa fi kan yeroo giddu-galeessaa nyaata madaalamaa argachuuf nu gargaaru qopheessina. Aannanii fi killee soorata keenyatti dabaluuun maatiin albuudota nyaataa ol'aana gatii salphaadhaan guutuu isaanii akka ta'e yaadadhaa.

A. Fakkeenya karoora guyyaa kan tokkoon tokkoon waqtii

Haala mijeessaan Meeshaa Deeggarsaa 7 akka fakkeenyaatti fayyadamee filiip-chaartii irratti qopheessuudhaan yaada hirmaattotaa ni fudhata. Haala mijeessaan tokkoon tokkoon waqtiitiif gaaffiiwwan armaan gadii miseensota hawaasaa gaafachuudhaan galtee yookiin yaada isaanii filiip-chaartii irratti ni barreessa:

Haala mijeessaan waqtii amma irratti mariyatamu gubbaa filiip-chaartii irratti barreessa.



Haala mijeessaan akkas jechuun gaafata:

- Waqtii _____ keessatti, kalaandarii qopheessine bu'uura godhachuudhaan, cireen madaalamaan maal ta'uu danda'a? *Haala mijeessan maqaa soorata sanaa ni gaafata, fakkeenyaaf, buddeena fi killee, akkasumas garee nyaataa jalatti qabiyyeewwan nyaataa adda addaa (he different ingredients) ni tarreessa.*
- Waqtii _____ keessatti, laaqanni madaalamaan maal ta'uu danda'a?
- Waqtii _____ keessatti, irbaanni madaalamaan maal ta'uu danda'a?
- Waqtii _____ keessatti, eeggachiiftuun madaalamaan maal ta'uu danda'a?

Maatiin sun daa'imman waggaa lamaa gadii, dubartii ulfaa yookiin hoosiftuu yookiin ammoo dubara dardara ulfa of keessaa qaba yoo ta'e, nyaata dabalataa/eeggachiiftuu itti dabaluuun barbaachisaa dha.

Meeshaa Deeggarsaa Hojii 7: Fakkeenya karoora guyyaa kan tokkoon tokkoon waqtii

Waqtii	Soorata	Gosa nyaataa fi garee nyaataa					
		Midhaan idilee	Midhaan qolaayookiin shiroo/ Ocholoonii	Nyaata bu'aa beelladaa	Kuduraalee	Cooma	Fuduraa
Fakkeenya: Ciree	Buddeenaa fi killee	Xaafii		Killee	Shunkurtii, qaaraa	Zayita	
Ciree							
Laaqana							
Irbaata							
Eeggachiiftuu							
Soorata dabalataa/ eeggachiiftuu daa'ima waggaa 2 gadiif, dubartoota ulfaa fi hoosiftoota							

B. Gatii tilmaama nyaata madaalamaa ji'a ji'aa maatii

Haala mijeessaan Meeshaa Deeggarsaa 8 akka fakkeenyaatti fayyadamee filiip-chaartii irratti qopheessuudhaan yaada hirmaattotaa ni fudhata. Qabiyyeewwan soorataa Meeshaa Deeggarsaa 7 keessatti addaan baafaman barreessuudhaan, haala mijeessaan tokkoon tokkoon waqtiitiif gaaffiiwwan armaan gadii miseensota hawaasaa gaafachuudhaan galtee yookiin yaada isaanii filiip-chaartii irratti ni barreessa. (Fakkeenya armaan gadii ilaalaa).

 Haala mijeessaan akkas jechuudhaan gaafata:

1. Waqtii _____ dhaaf, qabiyyeewwan soortaa madda kam irraa arganna? (Kalaandarii waqtii nyaataa akka wabiitti fayyadamaa)
2. Soorata kanneen kan guyyaa tokkoo maatii keessaniif qopheessuudhaaf, tokkoon tokkoon nyaataa kana keessaa hagam isi barbaachisa?
3. Baayyina barbaadamu keessaatti tokkoon tokkoon qabiyyee soorata gattin isaa hagamii? *Fakkeenyaaf, xaafii giraama 500 bituudhaaf qarshii 20 barbaachisa.*
4. Gatii qabiyyee nyaataa kan ji'a tokkoo argachuudhaaf, gatii isa kan guyyaa sana 30n baay'isaa. *Fakkeenyaaf, Qarshii 20 X 30 = Qarshii 600*
5. Tokkoon tokkoon ji'aatiif, gatii guyyaa guyyaa walitti ida'aa.
6. Tokkoon tokkoon waqtiitiif, gatii ji'a ji'aa walitti ida'aa.

Meeshaa Deeggarsaa Hojii 8: Tilmaama gatii nyaata madaalamaa soorata maatii kan ji'a tokkoo (fakkeenya)

Hawaasa: _____

Waqti: _____

Gosa nyaataa	Madda nyaataa	Baay'ina guyyaatti (kiilogiraama/shiinii/liitira, kkf.) (A)	Gatii nyaataa (Qarshii) guyyaatti (B)	Cost of food (birr) per Gatii nyaataa (Qarshii) ji'atti (C = 30 X B)
Xaafii	Gabaa	Giraama 500	20	Qarshii 30 X 20 r = Qarshii 1,000
Zayita	SSNM	Miiliilitira 50 ml (shiinii bu-naa 1 c)		
Killee	Oomisha manaa	3		
Idaa'ama			35	

Tokkoon tokkoon waqtiitiif Meeshaa Deeggarsaa 7 fi 8 irra deebi'aa.


C. Baajata waggaa nyaata madaalamaa

Haala mijeessaan Meeshaan Deeggarsaa 9 akka fakkeenyaatti fayyadamee filiip-chaartii irratti qopheessuudhaan tokkoon tokkoon ji'aaf gatii ni barreessa akkasumas gatii waggaa ni shallaga yookiin ni herrega.

Meeshaa Deeggarsaa Hojii 9: Soorata maatii madaalamaadhaaf baajata waggaa

Sassaabbii duraa		Saassaabbii boodaa		Bona			Arfaasaa			Rooba/Ganna		Waliigala
Ful	Onk	Sad	Mud	Amaj	Gur	Bit	Eebila	Caam	Wax	Adool	Hag	

Gaaffiiwwan Gabaasaa


 Haala mijeessaan akkas jechuun gaafata:

- Waqtiwwan nyaata madaalamaa miseensa maatii hunda nyaachisuun itti salphaa ta'e ni jiruu?
- Waqtiwwan nyaata madaalamaa miseensa maatii hunda nyaachisuun itti caalaa ulfaataa ta'e jiruu?

GULANTAA 3: NYAATA MADAALMAADHAAF KAAYYOO QOPHEESSUU

Haala mijeessaan akkas jedha: Gatii nyaata madaalamaa guutummaa maatiif waqtiwwan qonnaa garaagaraa keessatti akkasumas yeroo maddeen nyaataa oomishaa manaa, gabaa fi SSMN gidduutti jijjiirama agarsiisanitti maal akka fakkaatu herregnee jirra. Galii keenya ammaa kanaa fi muuxannoo oomishaa keenyaa ammaa kana irraa akka hubannutti, guutummaa waggaa keessatti maatii keenyaaf nyaata madaalamaa dhiyeessuu akka hin dandeenye ilaalleerra. Kanaafuu, amma kaayyoowwan nyaata madaalamaa maatii keenyaaf dhugoomsuudhaaf daandii nuuf qajeelchan qopheessuu qabna. Kana jechuunis, miseensota maatii keenyaa tokkok toko kanneen akka daa'ima waggaa lamaa gadii, dubartii ulfaa yookiin hoosiftuudhaaf akkasumas dubara dardara ulfaaf kaayyoo nyaata madaalamaa qopheessuu jechuu dha. Kaayyoo qopheessuuf eegaluu keenyaan dura, mee kaayyoo jechuun maal akka ta'e haa yaadannu.

Galma/kaayyoo jechuun qajeelfama waliigalaa waan gara fuula duraa yeroo murtaa'e tokkko keessatti raawwachuuf barbaaddan ibsu ta'uusaa yaadadhaa. Kaayyoo yeroo gabaabaa (ji'a 1-2) yeroo giddu-galeessaa (waggaa 1-2) fi kan yeroo dheeraa (waggaa 2 ol) qopheessuu ni dandeessu.

 Haala mijeessaan akkas jechuun gaafata: Kaayyoowwan keenya addaan baafnee qopheessuu jalqabuu keenyaan dura, hima kaayyoo gaarii tokko barreessuuf barbaachisaa kan ta'e maalii dha? *Deebiin hirmaattotaa ulaagaalee armaan gadii of keessatti hammachuuu danda'uu isaanii sirriitti dhaggeeffadhu. Ulaagaalee kanneen keessaa kan hin caqasne yoo jiraate, caqasuudhaan maaliif barbaachisaa akka ta'an ibsi (Meeshaa Deeggarsaa 10).*

Kaayyoon tokko ulaagaalee armaan gadii guutuu qaba:

- **Murtaa'aa:** Gatii murtaa'aa qaba.
- **Lakkaa'aamaa/safaramaa:** Kaayyoo keessan dhugoomsuuf fooyya'insa gootan madaaluudhaaf ulaagaalee ifaa of keessatti qaba.
- **Raawwatamuu kan danda'u:** Tarkaanfiiwwan qabatmaa isin fudhattanu kaayyoo keessan bira ga'uuf isin gargaaru.
- **Qabatamaa:** Haalota mijataa yookiin qabeenya amma argachuu dandeessan kanneen akka yeroo, maalaqa, deeggarsa namoota biroo irraa argamu, haalota naannoo, kkf fayyadamuun dhugoomuu kan danda'u.
- **Yeroon daangaa'aa:** Yeroo murtaa'aa yookiin guyyaa itti galma gahu kan qabu dha.

Haala mijeessaan akkas jechuun ibsa: Galmi/kaayyoon keenya inni ijoon maatiin keenya gatii baay'ee gad'aanaa/rakasa ta'een/ nyaata madaalamaa waggaa guutuu soorachuu danda'uu isaaniiti. Galma kana dhugoomsuudhaaf, kaayyoowwan xixiqqoo akeeknee karoora gochaa yookiin raawwii kaayyoowwan kanneen dhugoomsan qopheessuun barbaachisaa dha. Waqtiwwn adda addaa keessatti, oomisha jirui fi galii bu'uura godhachuudhaan, kaayyoowwan maatiin keessan nyaata madaalamaa akka sooratu gargaaru tokko yookiin lama qopheessaa. Kaayyoowwan kana qopheessuudhaaf, akkaataa boqonnaa 1 keessatti mariyannetti, miseensota maatii keessaa eenyufaa nyaata madaalamaan caalmaatti akka isaan barbaachisuu fi soorata hagam akka isaan barbaachisu ilaalacha keessa galchuu qabdu.

Yeroo galma keessan qopheessitanu, kaayyoowwan yeroo adda addaa qabaachuu isaanii hin dagatinaa; galma yeroo gabaabaa (ji'oottan 1-2), kan giddu-galeessaa (waggoota 2-3) fi kan yeroo dheeraa (waggoota 2 ol) ta'uu ni danda'u.

Shaakala: Kaayyoo qopheessuu

Haala mijeessaan hirmaattonni galma ijoo waliigalaa miseensonni maatii hundi waggaa guutuu nyaata madaalamaa akka nyaatan gargaaru bira gahuudhaaf, kaayyoo tokkoo yookiin lama akka qopheessan isaan gaafata. Kaayyoo isaanii qopheessuu fi karoofachuu akka danda'anuuf, Meeshaa Deeggarsaa 10 fayyadamuudhaan hirmaattota qajeelchi.

Fakkeenya himoota kaayyoo:

- Daaaa'imni kiyya durbaa kan ji'a 22, ji'oottan 3 dhufaa jiran keessatti, torban torbaniin killee 4 nyaachuu qabdi
- Haati manaa kiyya kan ulfa taate, eeggachiiftuu (cit]ree dabalataa) albuuda nyaataan badhaadhe (fuduraa + aannan kubbaayyaa/burcuqqoo tokko) haga isheen deessutti guyyaa guyyaatti ni sooratti.
- Guyyaa guyyaatti, nyaata vaayitaamin A dhaan badhaadhe soorata keenyatti dabaluun sooranna
- Kuduraa baala magariisaa dabalataa toora lama dhaabuudhaan yeroo soomaa xxx dhaaf akka nyaatamu ni taasifna.

Meeshaa Deeggarsaa 10: Kaayyoowwan Qopheessuu

Meeshaa Deeggarsaa 10 fayyadanuudhaan, kaayyoon isaanii ulaagaalee armaan gadii guutuu isaa haala mijeessaan ni gaafata:

- *Murtaa'aa dhaa?*
- *Lakkaa'aamaa/safaramaa dhaa?*
- *Raawwatamuu kan danda'u dhaa?*
- *Qabatamaa dhaa?*
- *Yeroon daangaa'aa dhaa?*

Yoo barbaachisaa ta'e, daqiiqaa muraasa kennuun hiriyoonna gaayilaa kaayyoowwan isaanii akka irra deebi'anii ilaalanu taasis.

- **Goodi:** *Yeroo hirmaattonni kaayyoo isaanii irra deebi'anii sirreessanutti, haala mijeessaan tokkoon tokkoon abbaa manaa fi haadha manaa irra deemee daawwachuun kaayyoon isaanii sirriitti qulqulleessanii akka qopheessanuuf deeggaruu qaba. Kana malees, hirmaattonni kaayyoo isaanii kanneen birootiif qooduudhaaf fedha qabaachuu fi dhiisuu isaanii haala mijeessaan gaafachuu qaba. Yoo fedha qabu ta'e, akka isaan hima kaayyoo isaanii gareedhaaf qoodanuuf gaafadhu. Isa booda, kanneen biroonis kaayyoo wal fakkaataa qabaachuu isaanii gaafadhu. Hirmaattonni biroon gareedhaaf qooduudhaaf yoo fedha qabaatan irra deddeebi'l haffeerii.*
- **Baajata qopheessuu:** *Haala mijeessaan akkas jedha: Kaayyoowwan kanneen dhugoomsuudhaaf karoora fi baajata qopheessuu nu barbaachisa.*
 - *Kaayyoowwan keessan bira gahuudhaaf, tarkaanfiiwwan akkamii fudhachuu akka qabdan murteessaa*
 - *Gatii kaayoocha ittiin dhugoomsuu dandeessan herregaa/shallagaa. Gatii soorata guyyaa gulantaa 2 jalatti kenname ilaalaa.*
 - *Qabeenya maallaqaa kaayyoo keessan dhugoomsuuf isin barbaachisu argachuudhaaf, madda galii keessanii yookiin gochaa raawwachuu dandeessan addaan baasaa.*
- *Yoo fedha qabeessa ta'an, hiriyoonna kanneen kaayyoo isaanii kanneen birooof dhiyeessuudhaan yaada ijaarumsaa akka argatanuuf gaafadhu. Yoo fedha hin qabaatan ta'e garuu, haala mijeessaadhaaf akka qoodan taasisuudhaan haala mijeessaan sun ammoo yaada isaanii gabatee armaan gadiitti akka guutu taasisi.*



FEED THE FUTURE

The U.S. Government's Global Hunger & Food Security Initiative

www.feedthefuture.gov