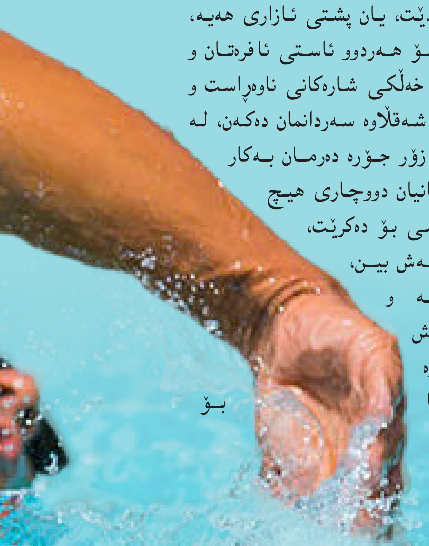
لاو و پیری شەقڵاوە روو لە یاری مەلەوانی دەکەن

فەرهەنگ سابیر دانیشتووی شەقڵاوەیە و لە بارەی هاتنی بۆ مەلەوانگە داخراوەکان دەڵێت: «هاتنم بۆ ئەم مەلەوانگە داخراوە دوو هۆکاری هەیە، یەکیان وەکو وەرزش و هێزی جەستەیی، ئەوەی تریش گرنگیدانە بە لایەنی تەندروستی.» گوتیشی: « خەڵکی زۆر سەردانی ئێرە دەکات، مەلەوانێگی پاك و خاوێنە لایەنی تەندروستی رەچاو کراوە، وەرزشیش یەکێك لە فاکتەرەکانی ژیانی مرۆڤە و ئەویش پەیوەستە بە کەلتوور و ئاستی رۆشنبیریی ئەو کەسانەی کە بایەخ بە وەرزش دەدەن، قەیرانی ئابووریش هەیە و ئەویش کاریگەری کردۆتە سەر هەموو سێکتەرەکانی ژیان و کەرتی گەشتوگوزاریش، ئێستاش وەرزی زستانە و رەنگە خەڵك بەهۆی سەرماوە کەمتر روو لە مەلەوانگەکان بکات، بەڵام بە گشتی زۆر باشە.»

عیماد خۆشناو یەکێك لەو کەسانە بوو کە لە شاری هەولێرەوە هاتبوو بۆ شەقڵاوە بۆ ئەوەی مەلەوانی بکات، هەر لەو بارەیەوە بۆ گۆڤاری گوڵان گوتی: «هاتنم بۆ شارۆچکەی شەقڵاوە هۆکاری خۆی هەیە و خۆشییەکەی ئاسوودەم دەکات، منیش وەکو گەنجێك کە هاتوومەتە ئێرە بۆ وەرزشکردن و سەردانیکردنی مەلەوانگەی داخراو لێرە هەست بە ئاسودەیی دەکەم، وەرزشیش زۆر بەسوودە بۆ جەستەی مرۆڤ، منیش هاتوومەتە ئێرە بۆ مەلەوانیکردن بۆ ئەوەی تەندروستییەکی باشم هەبێت، لێرە پێشوازییەکی گەرم لە هاووڵاتیان دەکرێ، هیوادارم هاووڵاتیانیش بە هەموو شێوەیەك روو لە وەرزش بکەن، چونکە سوودێکی زۆری هەیە بۆ جەستەی مرۆڤ، ئێستاش کە وەرزی زستانە خەڵك روو لێرە دەکات، چونکە ئاوەکە گەرمە و هیچ گرفتێکی نییە.»

ئاراس رەسول بەڕێوەبەری مەلەوانگەی بەسمە سەفیر، لە بارەی مەلەوانگەکەیەوە بۆ گۆڤاری گوڵان گوتی: «ئێمە تاکە هۆتێلین لە شەقڵاوە کەوا مەلەوانگەی داخراو و ساونا و جاکوزی و بوخار و هۆڵی وەرزشیی تایبەت بە خۆمان هەیە، بۆ هەموو کەسێکیش کراوەیە و مەلەوانگەکەمان سەردانیکردنی زۆرە و لە هەموو شارەکانی کوردستان خەڵك دێت لە هەولێر و و دهۆك و سلێمانی و کەرکووك و ... ئەوەی دێت جاری وایە بە تەلەفۆن شوێن دەگرێت، لە رێگای ژمارە تەلەفۆنەکانمان، زۆر جاریش خێزانەکان بە شێوەی چەند کاتژمێری بۆ خۆیانی دەگرن، بۆ ئەوەی تەنیا خۆیان لێرە بن، ئەو خەڵکانەی سەردانی ئێرە دەکەن، هەیە بۆ وەرزش دێت، یان پشتی ئازاری هەیە، یان بۆ سەیران دێت. لێرە بۆ هەردوو ئاستی ئافرەتان و پیاوانە لە دوو کاتی جیاواز، خەڵکی شارەکانی ناوەڕاست و باشووری عێراقیش کە دێنە شەقڵاوە سەردانمان دەکەن، لە رووی تەندروستییەوەش ئێمە زۆر جۆرە دەرمان بەکار دەهێنین بۆ ئەوەی هاوونشتمانیان دووچاری هیچ نەخۆشییەك نەبن و پشکنینیشی بۆ دەکرێت، بۆ ئەوەی ئاگاداری ئاوەکەش بین، نرخەکانیشمان زۆر هەرزانە و لە چاو ئەو بارە دارایییەش ئێمە نرخەکانمان دابەزاندووە بە نزیکەی سەدا حەفتا بۆ



ئەوەی زۆرترین کەس سوودی لێ ببینێ. هیواخوازام خەڵکی زیاتر روو لە وەرزش بکەن، چونکە زۆر کات خەڵك دێتە ئێرە تەنیا بۆ نەخۆشی وبۆ نموونە پشتی ئازاری هەیە، واتە کاتێ کە تەندروستیی باشە سەردانی هۆڵەکان ناکات، ئێمەش لێرە راهێنەری تایبەت بە خۆمان هەیە کە زانیاری تەواوی لەسەر وەرزش و مەلەوانی هەیە بۆ ئەوەی زۆرترین سوود بگەیەنێ بەو کەسانەی سەردانمان دەکەن.»

حوسێن شەقڵاوەیی راهێنەری یاری مەلەوانییە و لەبارەی ئەو یارییە گوتی: «لە تەمەنی سێ ساڵییەوە پێویستە راهێنانی فێرکردنی مەلەوانی ئەنجام بدرێت و گرینگیی مەلەوانییش ئەوەیە کە لە رووی جەستەیی، لەشێکی رێکت پێدەبەخشێ، بۆ دابەزاندنی کێش و باشترکردنی کۆئەندامەکانی لەش هەناسەدان و سووڕی خوێن و نەهێشتنی ئازاری لەش بەتایبەت لە پشت زۆر بەسوودە، لە رووی دەروونییشەوە بەخشینی ئارامیی دەروونی و گۆرینی هەڵسوکەوت لە گرژییەوە بۆ هێمنیت پێدەبەخشێت.» گوتیشی: «ئەو کەسانەی بەشدار دەبن لە مەلەوانگەکان پێویستە پشکنینی پزیشکی ئەنجام بدەن، بە گوێرەی رێنماییەکانی راهێنەر لە کاتی فێربوون هەڵسوکەوت بکەن.

بەرلە چوونە ناو ئاو گەرماو بکەن واتە خۆیان بشۆن و جلوبەرگی تایبەت بەکاربهێنن. هەروەها بە رێگای زانستی فێری مەلەوانی ببن. مەلەوان پێویستە یەک کاتژمێر زیاتر لە نێو ئاو نەمێنێتەوە، چونکە لەو ماوەیە ٧٠٠ تاوەکو ٧٥٠٠ کالۆری دەسووتێ. مانەوەی زیاتر دەبێتە هۆی سووتانی ماسوولکەکان، لە ماوەی (٣٠ تاوەکو ٤٠) رۆژمان پێویستە تا مەلەوانێکی پێگەیشتوو پێ بگەیەنین، پێویستە لە هەر هەفتەیەک دووجار ساونا بەکار بهێندرێت. بۆ هەر جارێک (١٠ تاوەکو ١٥ خولەک) زیاتر نەبێت. دوای دەرچوون لە ساونا پێویستە بە ئاوی سارد خۆمان بشۆین. تاوەکو پلەی گەرمی لەشمان هاوسەنگ بێت، پێویستە مەلەوان لە هەفتەیەک سێ رۆژ بۆ هەر جارێک (١٠ تا ١٥ خولەک) لە ژووری هەڵمیدا بمێنینەوە، رۆیشتن بە پێ لە ژینگەیەکی پاک، بەتایبەت لە بەیانیان بە گرینگترین و بەسوودترین وەرزش دادەنرێت.» لە وەڵامی ئەو پرسیارەشدا کە چەند کاتژمێر پێویستە پێش مەلەوانی و دوای مەلەوانی نان بخۆریت؟ گوتی: «پێویستە دوو کاتژمێر بەر لە مەلەوانی خۆراکێکی باش بخۆیت، بەڵام دوای مەلەوانی تا خۆمان دوور بگرین لە خواردنی چەوری و شیرینی، کارێکی باشە. دەتوانرێت بە خواردنی میوە بڕی برسیەتییەکە بشکێنین.»

زۆرن ئەو کەسانەی بەدەست نەخۆشییەوە دەناڵێنن و رێگەی چارەسەریش بۆ رزگاربوونیان تەنیا وەرزشکردنە، شارۆچکەی شەقڵاوە کەسەر بە پارێزگای هەولێرە و یەکێکە لەو دەڤەرانەی کە دانیشتووانی زۆر گرنگی بە وەرزش دەدەن، هەرچەندە ئێستا وەرزی زستانە وەرزشکردن لەم ناوچە شاخاوییەدا تا رادەیەک قورسە، بەڵام ئەوەش رێگر نەبووە لەبەردەم وەرزشکردنی دانیشتووانی شەقڵاوە. مەلەوانگە و هۆڵی داخراوی بەسمە سەفیر یەکێک لەو هۆڵ و مەلەوانگە داخراوانەیە کە وەرزشکارێکی زۆر رووی تێ دەکەن بۆ وەرزشکردن، لەسەردانێکی بەشی وەرزشیی گۆڤاری گوڵان بۆ ئەو مەلەوانگەیە بۆچوونی چەند وەرزشوانێکمان وەرگرتووە.

ڕاپۆرتی: کارزان کانەبی

کچە یاریزانانی کوردی هەڵبژاردەی عێراق بە کۆمەڵێک مەدالیا گەڕانەوە

تیپی کاراتێی هەڵبژاردەی نیشتمانیی عێراقی بەشداری پاڵەوانیەتی کاراتێی نێودەوڵەتیی (ماستەر کەپ)ی لە ئێران کرد کە لە شاری کەرەج بەڕێوەچوو، شەش وڵاتیش تێیدا بەشدارییان لە یارییەکانی کاتا و کۆمیتە کردبوو، شاندی کچ و کوڕە یاریزانانی عێراقی توانییان ئاستێکی بەرز پێشکەش بکەن، نۆ کچە یاریزانی باشووری کوردستانیش هاوشانی هەڵبژاردەی نیشتمانیی عێراقی بوون کە لە یانەی پێشمەرگەی سلێمانی یاری دەکەن و توانییان لە پاڵەوانیەتییەکە مەدالیای زێڕ و زیو و برۆنزی بەدەست بهێنین، لەبارەی ئاستی پاڵەوانیەتییەکەش ژاڵە جیهاد کچە یاریزانی تیپی کاراتێی هەڵبژاردەی عێراق و یانەی پێشمەرگەی سلێمانی بۆ گۆڤاری گوڵان گوتی: «ئاستی پاڵەوانیەتییەکە زۆر بەرز بوو لە هەردوو یاری کاتا و کۆمیتە، یاریزانانی بەشداربوو ئاستی بەرزیان پێشکەش کرد، ماوەی پاڵەوانیەتییەکە چوار رۆژ بوو، دوو رۆژ بۆ کچان و دوو رۆژ بۆ کوڕان، کچانی کوردستانیش لە ریزی هەڵبژاردەی عێراق بە مەدالیای زێڕ و زیو و برۆنزی گەڕانەوە کوردستان و هەڵبژاردەی عێراقیش پلەی دووەمی بەدەستهێنا.»

ئەنجامی کچە یاریزانەکانی کورد بەم شێوەیە بوو:

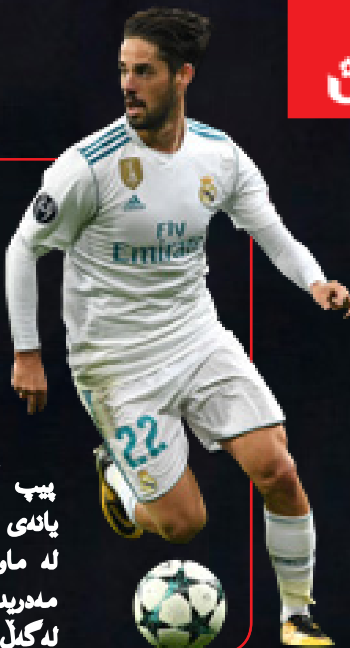
رۆژین رزگار - ئاڵتون
ژاڵە جیهان - برۆنزی
ئاوێستا سالار- برۆنزی
یونس- زیو

هۆزان ئازاد: بەوپەڕی شانازییەوە یاری بۆ هەڵبژاردەی کوردستان دەکەم

خولی نایابی یانەکانی عێراقی پڕیەتی لە یاریزانی کوردی ئەستێرە کە یانەکانی ناوەڕاست و باشووری عێراق بە پارەیەکی زۆر ئەو یاریزانانەیان رازی کردووە بە یاریکردن لە ریزی یانەکانیان، یەکێك لەم کوڕە یاریزانانەش هۆزان ئازاد-ی یاریزانی پێشووی یانەی زێرەڤانی-یە کە لە خولی کوردستان یاری بۆ ئەم یانەیە کردووە، ئەمساڵیش لە ریزی یانەی بەغدا یاری دەکات، لەبارەی یاریکردن لە خولی عێراقیش هۆزان ئازاد بۆ گۆڤاری گوڵان گوتی: «ئاستی خولی عێراقی زۆر بەهێزە، چونکە یانەکانی عێراقی هەمووی خاوەنی یاریزانی بەتوانان لەسەر ئاستی خولەکە و جگە لەوەش یانەکان پشتیان بە یاریزانی پیشەگەر بەستووە، ئەوەش زیاتر خولەکەی بەهێز کردووە، ئەمساڵیش ئاستی باشم پێشکەش کردووە، هەرچەندە گرێبەستی تریشم هەبووە لەلایەن یانەکانی تری خولی عێراقی، بەڵام یانەکەم رازی نەبووە دەستبەردارم بێت و پارەی زۆرم لێ داوا دەکەن، بۆیە منیش ناتوانم دەستبەرداری یانەی بەغدا بم.» لەبارەی یاریکردنیشی بۆ هەڵبژاردەی کوردستان گوتی: «بەوپەڕی شانازییەوە ئامادەم یاری بۆ هەڵبژاردەی کوردستان بکەم و بۆ منیش وەکو یاریزانێکی کورد خۆشترین هەستە کە بتوانم خزمەتی هەڵبژاردەی وڵاتەکەم بکەم.» بۆ هەڵبژاردەی عێراقیش گوتی: «تاکو ئێستا بانگهێشت نەکراوم، بەڵام هەموو هەوڵێك دەدەم بۆ ئەوەی لە یارییەکانی داهاتوو باشترین ئاست پێشکەش بکەم و دەستەی راهێنەرانیش بە هۆی ئاستمەوە بانگهێشتم بکات.» گوتیشی: «هیچ گرفتێکم نییە لەگەڵ یانەی بەغدا و زۆریش رێزم دەگرن لە ئیدارەی یانەکە و یاریزانان و هاندەران، بۆیە ئەوەی لەتوانام بێت، خزمەت بە تیپەکە دەکەم بۆ ئەوەی باشترین ئاست پێشکەش بکەم لەگەڵ یانەی بەغدا.»

هاوکار لەتیف لە یانەی پێشمەرگە ئاسوودەیە

تیپی تۆپی پێی یانەی وەرزشی پێشمەرگەی هەولێر ئەمساڵ بە سەرپەرشتیی سەمیر بابۆ-ی راهێنەر چاوی لەوەیە ئەنجامێکی دڵخۆشکەر لە خولی نایابی یانەکانی کوردستان دەستەبەر بکات، ئێستاش لەگەڵ تیپەکانی دیکەدا بۆ بەدەستهێنانی ئەنجامی شایستە لە خولەکە کێبڕکێ دەکات، دەستەی کارگێڕیی یانەکەش بۆ پاراستنی هەڵگری نازناوی وەرزی رابردوو ئەمساڵ ژمارەیەك یاریزانی هێناوەتە ریزی یانەکەی و یەکێك لەم یاریزانانە هاوکار لەتیف-ی یاریزانی پێشووی یانەی نەورۆزە. ئەمساڵ هاوکار ئاستێکی باشی لەگەڵ یانەکە پێشکەش کردووە، لە بارەی یارییەکانی خولی کوردستان و هاتنیشی بۆ یانەی پێشمەرگە تایبەت بۆ گۆڤاری گوڵان گوتی: «خولی کوردستان ئەمساڵ خولێکی بەهێزە و ئاستی هەموو یانەکانی کوردستان لە یەکتری نزیکە، بەڕێوەچوونی خولەکەش بە دوو قۆناغ، بەهێزییەکی تری بەخشیوەتە خولەکە، ئێمەش وەکو پێشمەرگەی هەولێر چاومان لەوەیە بتوانین ئەنجامێکی دڵخۆشکەر بەدەست بهێنین، هاتنم بۆ یانەی پێشمەرگەی هەولێر بۆ ئەوەیە بتوانم لەگەڵ ئەو تیپە خولی کوردستان بەدەست بهێنم.» لەبارەی وەرزشی شاری سلێمانیش گوتی: «هەندێ کێشەی دارایی هەیە وایکردووە بارودۆخی وەرزش لە سلێمانی خراپە و ئەگەر وا بڕوات، زۆرتریش خراپ دەبێت، ئێستا تەنیا یانەی نەورۆز و پێشمەرگەی سلێمانی گرنگی بە وەرزش و یاریزانان دەدەن، لە یانەکانی تر زۆر گرنگی بە یاریزانان نادرێت.» لەبارەی گرێبەستەکانیشی گوتی: «لە کوردستان چەندین یانە داوایان لێکردووم یاریان بۆ بکەم، بەڵام من پێشمەرگەی هەولێرم بە باشتر زانی، چونکە یانەیەکی گەورە و خاوەن ئەزموون و یاریزانی بەتوانایە، ئامانجی من لەگەڵ یانەکە بەدەستهێنانی نازناوی خولی کوردستانە، ئێستاش خولی کوردستان زۆری ماوە بۆ ئەوەی ئەنجامەکان دیار بن، واتە هێشتا تیپەکان دەتوانن کێبڕکێ لەسەر نازناوەکە بکەن.»



ئەستێرەیەکی ڕیال نزیکە لە جێهێشتنی یانەکەی

پیپ گواردیۆلای ڕاهێنەری یانەی مانچستەر سیتی چاوی بڕیوەتە تواناکانی ئەستێرەیەکی یانەی ڕیاڵ مەدرید و دەیەوێت بۆ هاوینی داهاتوو پەلکێشی یانەکەی بکات.

بەگوێرەی هەواڵی ڕۆژنامەوانییەکانی ئیسپانیا، بۆ وەرزی داهاتوو، پیپ گرنگی گەورەی بەتواناکانی ئیسکۆ یاریزانی هێڵی ناوەڕاستی یانەی ڕیاڵ مەدرید داوە.

لە ماوەی ڕابردوودا ئیسکۆ گرێبەستەکەی لەگەڵ یانەی ڕیال مەدرید نوێکردەوە تاکو هاوینی ٢٠٢٢ بەڵێنی مانەوەی لەگەڵ ڕیال مەدرید داوە.

محەمەد سەلاح هەموو شتێک ڕەتدەکاتەوە

محەمەد سەلاحی میسری و یاریزانی یانەی لیڤەرپوڵ بەشێوەیەکی ناڕاستەوخۆ وەڵامی ئەو داوایانە دەداتەوە، کە بۆ گواستنەوەی ناڕاستەی دەکرێت.

کوڕە میسرییەکە لەو کاتەی لە هاوینی ڕابردوودا لە یانەی ڕۆمای ئیتاڵی پەیوەندی بەیانەی لیڤەرپوڵی ئینگلیزی کردووە ئاستێکی بەرز و سەرنج ڕاکێش پێشکەش دەکات.

ڕۆژنامەی سپۆرتی ئیسپانی بڵاویکردووە محەمەد سەلاح خواستی خۆی بۆ نوێکردنەوەی گرێبەستەکەی لەگەڵ یانەی لیڤەرپوڵ ئاشکرا کردووە و ئیدارەی یانەکەشی هەمان خواستیان هەیە و دەیانەوێت گرێبەستەکەی نوێبکەنەوە.

بەپێی هەواڵەکەی سپۆرت محەمەد سەلاح بەو هەڵوێستەی بەشێوەیەکی ناڕاستەوخۆ وەڵامی یانەی ڕیاڵ مەدرید و ئەو یانانەی داوە، کە دەیانەوێت گرێبەستی لەگەڵدا مۆربکەن.

سپۆرت لە کۆتایی هەواڵەکەیدا بڵاویکردووە یانەی لیڤەرپوڵ زیاتر لە ٣٠ ملیۆن یۆرۆیان لە گواستنەوەی سەلاحدا خەرج کردووەو لە ئێستاشدا دەیانەوێت مووچەکەی بۆ زیاد بکەن و چاوی یانەی دیکەی لەسەر دووربخەنەوە.

چێڵسی یاریزانێکی بەرگری ئیتاڵی کردۆتە ئامانج

یانەی چێڵسی ئینگلیزی گرنگی بەتواناکانی ئیلیسۆ رۆمانیۆلی بەرگریکاری یانەی ئەی سی میلانی ئیتاڵی دەدات.
بەگوێرەی هەواڵی رۆژنامەی تۆتۆ میرکاتۆ، ئەنتۆنیۆ کۆنتی چاوی بڕیوەتە تواناکانی ئەو بەرگریکارەو دەیەوێت بەهەر نرخێک بێت پەلکێشی چێڵسی بکات.
لەگەڵ ئەوەشدا ئیلیسۆ بڕیاریداوە ئەگەر بۆ وەرزی داهاتوو میلان بۆ رکابەرییەکانی خولی یانە پاڵەوانەکانی ئەوروپا سەرنەکەوێت ریزی یانەکەی جێدەهێڵێت.
کۆنتی لە هێڵی بەرگری یانەکەی رازی نییە و دەیەوێت بۆ وەرزی نوێ ریزەکانی تۆکمەتر بکات، ئەگەر وەک راهێنەر لە یانەکەدا بمێنێتەوە.

مانچستەر یۆنایتد چاوی لە یاریزانێکی بەرشلۆنەیە

جۆزیە مۆرینهۆی پۆرتوگالی و راهێنەری یانەی مانچستەر یونایتد بۆ وەرزی هاوینەی گواستنەوەی یاریزانان پلانی دارشتووە هێڵی ناوەڕاستی یانەکەی بەهێزتربکات و بۆ ئەو مەبستەش ناوی راکیتیچ لەو یانەیەوە نزیکە.
بەگوێرەی هەواڵی میرۆری بەریتانی، ئیڤان راکیتیچی کرواتی و ئەستێرەی هێڵی ناوەڕاستی یانەی بەرشلۆنە بووەتە جێی ئامانجی مۆرینهۆی راهێنەری یانەی مانچستەر یونایتد و هۆکارەکەش دەگەڕێتەوە بۆ دەنگۆی هاتنی ئەنتوان گریزمان لە یانەی ئەتلەتیکۆ مەدرید بۆ یانە کەتەلۆنییەکە.
دەزگاکانی راگەیاندن لە ئیسپانیا ئاماژەیان بەوەداوە بۆ وەرزی داهاتوو گریزمان دەبێتە ئەستێرەی هێڵی ناوەڕاستی یانەی بەرشلۆنەو بەبڕی ١٠٠ ملیۆن یۆرۆ ریزەکانی ئەتلەتیکۆ مەدرید جێدەهێڵێت.
بۆ ئەو مەبستە هەمان سەرچاوە ئاماژەی بەوە کردووە لەگەڵ هاتنی گریزمان، کۆتینهۆ دەگەڕێتەوە بۆ قوڵایی هێڵی ناوەڕاستی یانەی بەرشلۆنە بەو هۆیەوە راکیتیچ پێگەی سەرەکی لە یانەکەیدا لە دەست دەدات، هەربۆیە لەو نێوەندەدا مۆرینهۆ دەتوانێت سوودمەند بێت لە هێنانی راکیتیچی کرواتی بۆ ریزەکانی شەیتانە سوورەکان.
لە ساڵی ٢٠١٤وە راکیتیچی تەمەن ٢٩ ساڵ لە یانەی ئیشبیلیە رووی لە یانەی بەرشلۆنە کردووەو بەهۆی ئاستەبەرز و جێگیرەکەیەوە پێگەی سەرەکی لە پێکهاتەی یانەکەی گرتووە.