ምምሕዳር ከተማ ትሮንድሃይም

ስብሒ ንሻምብቆታትና ይዓብሶ ኢዩ።

ስብሒ ኣብ መሕጸቢ ይኹን ኣብ ዓይኒ ምድሪ ኣይትጉሓፍ!

ንሻምብቆታት ይዓብሶ ኢዩ - ነቲ ረሳሕ ፈሳሲ ናትካን ናይ ካልኦትን ናብ መጻረዪ ኢዩ ዝወስድ። ስብሕን ተረፍ መረፍ መግብን'ውን ነተን ኣብ ሻምብቆታት ዘለዋ ኣናጹ ብህይወት ንኽነብራ የኽእለን። ምናልባት ካብ 10 000 ንላዕሊ ብዝሒ ዘለወን ኣናጹ ኣብ ናይ ግልን መንግስታዊን መርበብ ሻምብቆታት ትሮንድሃይም ይህልዋ እየን።

መውሓዚ ፈሳሲ ንማይ፡ ሳሙና፡ ሽንቲ፡ ቀልቀልን ወረቐት ሽቓቕን ጥራይ'ዩ።

ኣብ ትሮንድሃይም እናወሰኸ ዝመጽእ ዘሎ ጸገም ብዝሒ ስብሒ ኣብ መውሓዚ ሻምብቆታት ኣሎ። እቲ ዝኸፍአ ረሳሕ ፈሳሲ ንድሕሪት ገጹ ብምድፋእ ንትሕተ-ቤታዊ መኽዘን ከጥለቕልቖ ይኽል ኢዩ። እዚ ንግላውን መንግስታውን መስመራት ሻምብቆ ይምልከት። ስብሒ ካብ መርበብ መውሓዚ ረሳሕ ፈሳሲ ንምእላይ ተቐማጦ ትሮንድሃይም ዓመታዊ ኣማኢት ኣሽሓት ክሩነር ወጻኢታት የውጽእ'ዩ - ብፍጹም ኣይመድለየን።

ተረፍ መግቢ ስብሒ ብኸመይ ከም እትድርብዮ ብዝብል መንሹር ምኽሪ ክህበካ ኢዩ።

ብዝሒ ዘይቲ-ብልዒ/ዘይቲ ጥብሲ

ኣብ ቫስካ ወይ ኣብ ሽቓቕ ክክዓው የብሉን! ዝተጠቐምካሉ ዘይቲ ኣብ ጸባ ካርቶን ወይ ከኣ ኣብ ጥርሙዝ መሊእካ ኣብ ንቡር ጉሓፍ ሳንዱቕ ደርብዮ።

ብዙሓት ዘይቲ ካብ ጥርሙዝ/ታኒካ ጅብናን ፍረ ኣውሊዕን ናብ ቫስካ ዝኽዕዉ። እንተኾነ ግን እዚ ዘይቲ'ዚ ንምሳሌ ኣብ ሰላጣ፡ ስልሲ ከምኡ'ውን ኣብ ድንሽ ንኽትጥቀመሉ ብጣዕሚ ጽቡቕ ኢዩ ። እቲ ዘይቲ ኣብ ልዕሊ መግቢ ኣፍስሶ ነቲ ጥራዩ መዐሽጊኡ ኣብ ንቡር እንዳ ጉሓፍ ተረፍ መረፍ ዝጉሓፎ ደርብዮ።

ተረፍ ፈሳሲ ስብሒ ካብ መረቕን ጸብሕን

ካብ መረቕን ጸብሕን ተሪፉ ናብ መውሓዚ ፈሳሲ ዝድፋእ ነተን ኣብ መውሓዚ ፈሳሲ ዘለዋ ኣናጹ ጥዑም መግቢ ኢዩ። ብተወሳኺ እቲ ብዙሕ ትሕዝቶ ስብሒ ዘለዎ ተረፍ መግቢ ኣብ መናድቕ ሻምብቆታት ጠቢቑ ይለግብ። ብዛዕባ'ዚ ጽቡቕ ምሳሌ ዝኾነና ኸኣ መረቕ ስጋ ወይከኣ ዝበሰለ ስጋ በጊዕን ኢዮም።

ፈሳሲ ዝኾነ ተረፍ መግቢ ኣብ ሓደ ጥራዩ ካርቶን ጸባ ምልኣዮ፡ መኽደኒኡ ዓሺግካ ብምዕጻው ኣብ እንዳ ጉሓፍ ተረፍ መረፍ ደርብዮ። ነቲ ካርቶን'ውን ኣብ መዝሓሊት ንዕስራን ኣርባዕተን ሰዓት ከተጽንሖ ትኽእል ኢኻ፡ እዚ ኸኣ እቲ ተረፍ መግቢ ቅድሚ ናብ ጉሓፍ ምድርባይካ መእንቲ ክደርቕ'ዩ።

ገለ መግቢ ድሕሪ ምስራሕ ስብሒ ኣብ ድስቲ፡ ንምሳሌ መሰንገል በጊዕ ምስ ዝሓለ ይደርቕ።

ነቲ ስብሒ ሓኺኽካ ብምውጻእ ናብ ጉሓፍ ተረፍ መረፍ ደርብዮ። ቅድሚ ድስቲ ምሕጻብካ መንቀጺ ወረቐት ብምጥቃም ነቲ ዝተረፈ ስብሒ ኣልግሶ።

ድሕሪ ምጥባስ ዝተርፍ ስብሒ

እቲ እንጠብሶ ስቡሕ ምግቢ፡ ንምሳሌ ልደት መሰናግለ (juleribe), ደርሆን ጫቁትን፡ መብዛሕትኡም ኣብ ቫስካ ስለ ዝልቕልቕዎ ውጺኢቱ ብዝሒ ፈሳሲ ስብሒ ኢዩ።

እቲ መጥበሲ ሽሓኒ ይኹን ባዴላ ክሳብ ዝዝሕል ይጽናሕ። እቲ ስብሒ ስለ ዝደርቕ ብቐሊል ጊሕጥካ ኣብ እንዳ ጉሓፍ ተረፍ መረፍ ትድርብዮ።

ቅድሚ ባዴላ/ሽሓኒ ኣብ መሕጸቢ ቫስካ የእቲኻ ምሕጻብካ መንቀጺ ወረቐት ብምጥቃም ነቲ ዝተረፈ ስብሒ ኣልግሶ።

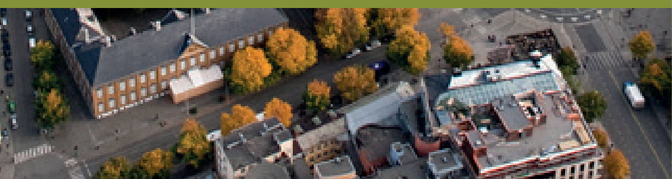
ኣብ ከምዚ ዓይነት ምጥባስ ዝውሃብ ጽቡቕ ምኽሪ፡ መጥበሲ ከረጺት ምጥቃም'ዩ፡ ኩሉ እቲ ስብሒ ኣብ'ቲ ከረጺት ይእከብ፡ ከምኡ'ውን እቲ ስብሒ ድሕሪ ምዝሓሉ ብቐሊል ናብ ጉሓፍ ይድርበ። እቲ ደጋዊ ክፋል ረቂቕ ቆርበት መሰንገል ሓሰማ ወይ ከኣ ደርሆ ኮርሽምሽማ ክኾነልካ እንተደሊኻ ነቲ መጥበሲ ከረጺት ኣብ'ቲ መወዳእታ ደቓይቕ ምጥባስ ብልዕሊኡ ቅደደሉ።

ስብሒ ድሕሪ ምስንካት

ምስንካት ምቁር ሕብስቲ ልደት ወይከኣ ትሕዝቶ ስብሒ ዘለዎም ሕብስቲ፡ ኣብቲ መፍልሒ ብዙሕ ስብሒ መግቢ ኢዩ ዘትርፍ። እዚ ስብሒ'ዚ ምስ ዝሓለ ይደርቕ እሞ ብእኡ ጌርካ ኣዕዋፍ እኽሊ ዝበልዓሉ ከቢብ ነገር ንክትሰርሓሉ ብጣዕሚ ምቹእ ይኸውን። ኣብ ልዕሊ እኽሊ ሱፍ፡ ሰዓዕ፡ ለውዚ(mandler) ከምኡ'ውን ካዕካዕ ኖችዮሎ (hasselnøtt) ስብሒ ኣፍስሰሉ፡ ሽዑ እተን ንኣሽቱ ኣዕዋፍ ዝፈትውኦ ፍቱው መግቢ ይኸውን። እንተ ደኣ ኣብ ጸባ ካርቶን መሊእካዮን ነቲ ስብሒ ኸኣ ክደርቕ ገዲፍካዮ፡ ብጎድኑ ኣንኩልካ ነቲ ካርቶን ከተንጠልጥሎ ትኽል ኢኻ። ነቲ ካርቶን ብቀጢን ዕንጨይቲ ሰንጢቕካ ኣንኩሎ ምእንቲ እተን ኣዕዋፍ ኮፍ መበሊ ክረኽባ። ከመይ ጌርካ ኣዕዋፍ ዝበልዓሉ ኩዑሶ መሳሊ ከቢብ ነገር ከምዝስራሕ ሓብሬታ ንምርካብ ኣብ www.ut.no ትረኽቦ። (*meiseboller*)

Trondheim kommune
Kommunalteknikk
Postboks 2300 Sluppen
7004 Trondheim

ኣብ መውሓዚ ፈሳሲ እንታይ ክትድርብይ ከምዘሎካ ሕቶ ምስ ዝህልወካ፡ ምስ ምምሕዳር ከተማ ትሮንድሃይም ኣገልግሎት ከተማ ተራኸብ፣ ስልኪ ቁ. 72546350 (*Trondheim bydrift*)



pi10107 • Foto side 1, 2 og 4: Carl Erik Eriksson • Layout og print: Grafisk senter, Tk • Språk: Tigrinja • Februar 2014

Trondheim kommune
www.trondheim.kommune.no