ꯑꯦꯗꯤꯇꯣꯔꯤꯌꯦꯜ IMPHAL, MONDAY, JULY 26, 2021 ꯅꯤꯡꯊꯧꯀꯥꯕ, ꯏꯉꯦꯟꯒꯤ 18ꯅꯤ ꯄꯥꯟꯕ, ꯃꯥꯂꯤꯌꯥ ꯀꯨꯝꯁꯤꯡ 3419 obT\ꯂꯩ ꯃꯀꯩꯋ꯭ꯀ 2 HUEIYEN LANPAO

ꯄꯥꯎꯆꯦ ꯑꯁꯤꯗ ꯐꯣꯡꯖꯔꯤꯕ ꯋꯥꯔꯦꯡꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤꯒꯤ ꯋꯥꯈꯜ, ꯃꯤꯠꯌꯦꯡ ꯑꯏꯕ ꯃꯁꯥ ꯃꯁꯥꯒꯤꯅꯤ꯫ ꯄꯥꯎꯆꯦ ꯑꯁꯤꯒ ꯄꯥꯎꯆꯦ ꯑꯁꯤꯒꯤ ꯋꯥꯈꯜꯂꯣꯟ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯃꯤꯠꯌꯦꯡꯒ ꯊꯣꯏꯗꯣꯛꯅ ꯃꯔꯤ ꯂꯩꯅꯗꯦ꯫

ꯃꯤꯔꯥꯕꯥꯏ ꯆꯅꯨꯗ ꯁꯔꯄ꯭ꯔꯥꯏꯖ
ꯐꯖꯩꯅꯦ, ꯐꯔꯛꯂꯒꯅ ꯊꯥꯒꯠꯄꯤꯅꯤ, ꯍꯣꯠꯅꯕꯒꯤꯅ ꯅꯔꯟꯅꯥꯏ
ꯅꯍꯥꯛꯅ ꯇ꯭ꯔꯦꯟꯒꯤ ꯇꯤꯀꯦꯠ ꯀꯛꯊꯣꯛ-ꯀꯛꯁꯤꯟ ꯇꯧꯕꯒꯤ ꯊꯕꯛꯇꯨꯗꯒꯤ
ꯍꯦꯟꯅ ꯆꯥꯎꯕ ꯑꯃ, ꯁꯔꯄ꯭ꯔꯥꯏꯖ ꯑꯣꯏꯅ ꯄꯤꯔꯒꯅꯤ, ꯋꯥꯍꯩꯁꯤꯡꯁꯤ ꯖꯨꯂꯥꯏ
24, 2021ꯗ ꯍꯧꯖꯤꯛ ꯖꯄꯥꯟꯒꯤ ꯇꯣꯀꯤꯑꯣꯗ ꯆꯠꯊꯔꯤꯕ 32ꯁꯨꯕ ꯁꯝꯃꯔ
ꯑꯣꯂꯤꯝꯄꯤꯛ ꯒꯦꯝꯁꯇ ꯂꯩꯕꯥꯛꯁꯤꯒꯤ ꯃꯍꯨꯠ ꯁꯤꯟꯕ saNnroisiZgi
ꯃꯅꯨꯡꯗ ꯌꯥꯎꯔꯤꯕ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔꯒꯤ ꯁꯥꯏꯈꯣꯝ ꯃꯤꯔꯥꯕꯥꯏ ꯆꯅꯨꯅ ꯋꯦꯊꯂꯤꯐꯇꯤꯡꯗ
ꯁꯤꯜꯚꯔ ꯃꯦꯗꯜ ꯐꯪꯂꯕ ꯃꯇꯨꯡꯗ ꯃꯁꯥꯃꯛꯀ ꯁꯥꯟꯅꯈꯤꯕ ꯋꯥꯔꯤꯗ ꯆꯤꯐ
ꯃꯤꯅꯤꯁꯇꯔꯅ ꯐꯣꯡꯗꯣꯛꯇꯨꯅ ꯊꯥꯖꯕ ꯄꯤꯈꯤꯕꯅꯤ꯫ ꯍꯟꯗꯛꯀꯤ ꯇꯣꯀꯤꯑꯣ
ꯑꯣꯂꯤꯝꯄꯤꯛꯀꯤ ꯑꯦꯗꯤꯁꯟꯁꯤꯗ ꯇꯣꯉꯥꯟ-ꯇꯣꯉꯥꯟꯕ ꯃꯁꯥꯟꯅꯁꯤꯡꯗ
ꯁꯔꯨꯛ ꯌꯥꯔꯤꯕ ꯂꯩꯕꯥꯛꯁꯤꯒꯤ ꯁꯥꯟꯅꯔꯣꯏꯁꯤꯡꯒꯤ ꯃꯅꯨꯡꯗꯒꯤ ꯁꯥꯏꯈꯣꯝ
ꯃꯤꯔꯥꯕꯥꯏ ꯆꯅꯨꯅ ꯏꯟꯗꯤꯌꯥꯒꯤ ꯑꯍꯥꯟꯕ ꯑꯦꯀꯥꯎꯅꯠ ꯍꯥꯡꯗꯣꯛꯇꯨꯅ ꯁꯤꯜꯚꯔ
ꯃꯦꯗꯜ ꯂꯧꯔꯛꯄꯗ ꯐꯣꯡꯗꯣꯛꯈ꯭ꯔꯤꯕ ꯋꯥꯐꯝꯁꯤ ꯑꯣꯟꯊꯣꯛꯅ ꯐꯖꯈ꯭ꯔꯦ꯫
ꯃꯁꯤꯗꯒꯤ ꯍꯦꯟꯅ ꯐꯖꯕ ꯋꯥꯍꯩꯁꯤꯡ ꯍꯧꯖꯤꯛ ꯐꯥꯎꯕꯒꯤꯗꯤ ꯂꯩꯇ꯭ꯔꯤ꯫ ꯆꯤꯐ
ꯃꯤꯅꯤꯁꯇꯔꯅ ꯐꯣꯡꯗꯣꯛꯈꯤꯕꯗꯨꯗ ꯃꯥꯡꯖꯧꯅꯅ ꯂꯥꯎꯊꯣꯛꯈꯤꯕꯒꯤ ꯃꯇꯨꯡꯏꯟꯅ
ꯁꯥꯏꯈꯣꯝ ꯃꯤꯔꯥꯕꯥꯏ ꯆꯅꯨꯗ ꯂꯨꯄꯥ ꯀ꯭ꯔꯣꯔ ꯑꯃꯒꯤ ꯁꯦꯟꯐꯝꯁꯨ ꯄꯤꯔꯒꯅꯤ
ꯍꯥꯏꯈꯤ꯫ ꯑꯀꯣꯟꯕꯒꯤ ꯋꯥꯐꯝꯁꯤꯅꯁꯨ ꯆꯤꯐ ꯃꯤꯅꯤꯁꯇꯔꯅ ꯃꯉꯣꯟꯗ
ꯊꯥꯒꯠꯄ ꯐꯣꯡꯗꯣꯛꯂꯗꯨꯅ ꯁꯔꯄ꯭ꯔꯥꯏꯖ ꯑꯃ ꯄꯤꯔꯒꯅꯤ ꯍꯥꯏꯁꯤꯕ
ꯋꯥꯍꯩ ꯄꯔꯦꯡꯗꯨꯕꯨ ꯁꯅꯥꯒꯤ ꯃꯊꯛꯇ ꯇꯝꯐꯥ ꯊꯤꯟꯕ ꯑꯣꯏꯅ ꯊꯣꯛꯍꯟꯈꯤ,
ꯌꯥꯝꯅ ꯐꯖꯈꯤ꯫ ꯆꯤꯐ ꯃꯤꯅꯤꯁꯇꯔ ꯃꯁꯥꯃꯛꯅ ꯇꯦꯂꯤꯐꯣꯟꯒꯤ ꯈꯨꯠꯊꯥꯡꯗ
ꯑꯣꯏꯔꯕꯁꯨ ꯍꯔꯥꯎ-ꯅꯨꯡꯉꯥꯏꯕ, ꯊꯥꯒꯠꯄ ꯐꯣꯡꯗꯣꯛꯈ꯭ꯔꯤꯕꯗꯨ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔꯒꯤ
ꯂꯩꯉꯥꯛ ꯃꯀꯣꯛ ꯑꯃꯒꯤ ꯃꯥꯏꯀꯩꯗꯒꯤ ꯐꯖꯈ꯭ꯔꯕ ꯊꯕꯛꯅꯤ꯫ ꯑꯗꯨꯕꯨ ꯐꯖꯈ꯭ꯔꯕ
ꯋꯥꯍꯩꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤꯗꯤ ‘ꯁꯤꯔꯒ ꯐꯣꯂꯥ ꯄꯤꯖꯒꯦ’ ꯍꯥꯏ ꯍꯥꯏꯕ ꯑꯗꯨꯒꯨꯝꯕꯅꯤ꯫
ꯃꯔꯝꯗꯤ ꯒꯚꯔꯟꯃꯦꯟꯠ ꯑꯣꯐ ꯏꯟꯗꯤꯌꯥꯅ ‘ꯔꯖꯤꯚ ꯒꯥꯟꯙꯤ ꯈꯦꯜ ꯔꯇ꯭ꯅ’

ꯄꯤꯗꯨꯅ ꯏꯀꯥꯏꯈꯨꯝꯅꯕ ꯎꯠꯄꯗꯒꯤ ꯍꯦꯟꯗꯣꯔꯛꯇꯨꯅ ꯄꯗ꯭ꯃꯁ꯭ꯔꯤ ꯐꯥꯎꯕꯅ
ꯂꯩꯇꯦꯡꯕꯤꯔꯛꯈ꯭ꯔꯕꯤ ꯁꯥꯏꯈꯣꯝ ꯃꯤꯔꯥꯕꯥꯏ ꯆꯅꯨꯗ ꯉꯁꯤ ꯐꯥꯎꯕꯗ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔ
ꯒꯚꯔꯟꯃꯦꯟꯠꯇꯒꯤ ꯃꯍꯥꯛꯄꯨ ꯃꯈꯣꯡ ꯁꯣꯝꯕꯤꯕ ꯊꯣꯛꯀꯗꯕ ꯀꯔꯤ
ꯀꯔꯝꯕ ꯊꯕꯛꯁꯤꯡ ꯇꯧꯕꯤꯈ꯭ꯔꯕꯒꯦ? ꯋꯥꯍꯪꯁꯤꯒꯤ ꯄꯥꯎꯈꯨꯝ ꯄꯥꯝꯃꯤ꯫
ꯃꯍꯥꯛꯅ ꯃꯥꯂꯦꯝꯒꯤ ꯈ꯭ꯋꯥꯏꯗꯒꯤ ꯆꯥꯎꯔꯕ ꯁꯥꯟꯅꯕꯨꯡꯒꯤ ꯐꯝꯕꯥꯛꯇ ꯃꯤꯡꯆꯠ
ꯎꯔꯣꯡ ꯈꯤꯟꯗꯨꯅ ꯄꯖꯦꯡ ꯐꯤꯔꯥꯜ ꯊꯦꯠꯇꯨꯅ ꯂꯥꯛꯅꯕꯒꯤꯗꯃꯛ ꯀꯅꯥ ꯈꯪꯍꯟꯗꯅ
ꯅꯥꯔꯣꯟꯗ ꯃꯍꯥꯛꯀꯤ ꯄꯨꯛꯅꯤꯡ ꯊꯧꯅꯥ ꯍꯥꯞꯀꯗꯕ ꯊꯕꯛꯁꯤꯡ ꯇꯧꯈꯤꯕ
ꯂꯩꯔꯒꯁꯨ ꯍꯧꯖꯤꯛꯇꯤ ꯃꯤꯌꯥꯝꯗ ꯈꯪꯍꯟꯕ ꯌꯥꯗ꯭ꯔꯤꯕꯔꯥ?
ꯑꯣꯂꯤꯝꯄꯤꯛ ꯒꯦꯝꯁꯁꯤꯗ ꯂꯩꯕꯥꯛꯁꯤꯒꯤ ꯃꯍꯨꯠ ꯁꯤꯟꯗꯨꯅ ꯁꯔꯨꯛ
ꯌꯥꯔꯨꯒꯗꯕ ꯁꯥꯟꯅꯔꯣꯏꯁꯤꯡꯒꯤ ꯃꯃꯤꯡ ꯂꯥꯎꯊꯣꯔꯛꯄꯗ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔꯒꯤ
ꯁꯥꯟꯅꯔꯣꯏ ꯃꯉꯥꯁꯤꯒꯤ ꯃꯃꯤꯡꯁꯤꯡ ꯌꯥꯎꯔꯛꯄꯗꯕꯨꯗꯤ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔ
ꯒꯚꯔꯟꯃꯦꯟꯠꯅ ꯃꯈꯣꯏꯒꯤ ꯃꯦꯗꯜ ꯐꯪꯂꯛꯂꯒꯗꯤ ꯂꯨꯄꯥ ꯀ꯭ꯔꯣꯔꯅ ꯈꯨꯖꯤꯡ
ꯑꯣꯏꯗꯨꯅ ꯄꯤꯒꯅꯤ ꯍꯥꯏꯗꯨꯅ ꯂꯥꯎꯊꯣꯛꯈꯤ꯫ ꯁ꯭ꯇꯦꯠ ꯀꯦꯕꯤꯅꯦꯠ ꯃꯤꯐꯝꯗ ꯐꯥꯎꯕ
ꯋꯥꯔꯦꯞ ꯂꯧꯈꯤ꯫ ꯂꯧꯈꯠꯂꯛꯂꯤꯕ ꯈꯣꯡꯊꯥꯡꯁꯤꯡ ꯐꯠꯇꯦ ꯍꯥꯏꯕ ꯅꯠꯇꯦ, ꯑꯐꯕ
ꯈꯣꯡꯊꯥꯡꯅꯤ꯫ ꯁ꯭ꯇꯦꯠ ꯂꯩꯉꯥꯛꯀꯤ ꯃꯥꯏꯀꯩꯗꯒꯤ ꯇꯧꯐꯝ ꯊꯣꯛꯄ, ꯂꯧꯈꯠꯐꯝ
ꯊꯣꯛꯄ ꯈꯣꯡꯊꯥꯡꯅꯤ꯫ ꯑꯗꯨꯕꯨ ꯃꯥꯂꯦꯝꯒꯤ ꯁꯥꯟꯅꯕꯨꯡꯗꯒꯤ ꯂꯩꯕꯥꯛꯁꯤꯒꯤ
ꯃꯤꯡꯆꯠ ꯄꯨꯖꯔꯛꯂꯕꯤ ꯁꯥꯟꯅꯔꯣꯏꯁꯤꯕꯨ ꯁ꯭ꯇꯦꯠ ꯂꯩꯉꯥꯛꯅ ꯍꯥꯟꯅꯗꯤ ꯃꯁꯛ
ꯈꯪꯗꯕ꯭ꯔꯥ, ꯃꯃꯤꯡ ꯇꯥꯈꯤꯗꯕ꯭ꯔꯥ ꯍꯥꯏꯕꯅꯤ꯫ ꯑꯣꯂꯤꯝꯄꯤꯛ ꯒꯦꯝꯁꯇ ꯁꯔꯨꯛ
ꯌꯥꯕ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯁꯤꯐꯥꯏ ꯈꯟꯕꯒꯤ ꯑꯋꯥꯡꯕ ꯑꯣꯜꯂꯒ, ꯂꯝꯖꯦꯜ ꯆꯦꯜꯍꯟꯗꯨꯅ
ꯃꯥꯡꯖꯣꯡ ꯆꯣꯡꯍꯜꯂꯒ ꯈꯟꯕ ꯅꯠꯇꯦ꯫ ꯒꯦꯝꯁ ꯑꯁꯤꯗ ꯁꯔꯨꯛ ꯌꯥꯅꯕꯒꯤꯗꯃꯛ
ꯃꯥꯂꯦꯝꯒꯤ ꯂꯩꯕꯥꯛꯁꯤꯡꯒꯤ ꯃꯁꯥꯟꯅ ꯄꯨꯟꯕ ꯁꯥꯟꯅꯔꯣꯏꯁꯤꯡꯒ ꯃꯔꯣꯜ
ꯅꯥꯏꯅ ꯊꯦꯡꯒꯥꯏꯅꯔꯛꯇꯨꯅ ꯃꯥꯏ ꯄꯥꯛꯂꯛꯂꯕ ꯃꯇꯝꯗꯇ ꯑꯣꯂꯤꯝꯄꯤꯛꯀꯤ
ꯀ꯭ꯋꯥꯂꯤꯐꯥꯏ ꯑꯣꯏꯔꯛꯈꯤꯕꯅꯤ꯫ ꯈꯨꯗꯛꯇ ꯍꯦꯛꯇ ꯊꯣꯔꯛꯂꯒ ꯑꯙꯥꯔ
ꯀꯥꯔꯗ ꯄꯥꯏꯔꯛꯂꯒ ꯀꯣꯚꯤꯗ ꯚꯦꯛꯁꯤꯟ ꯀꯥꯞꯄꯒꯤ ꯊꯧꯗꯧꯗꯨ ꯅꯠꯇꯦ꯫
ꯃꯁꯤꯒꯤ ꯋꯥꯡꯂꯕ ꯁꯥꯟꯅꯕꯒꯤ ꯐꯝꯕꯥꯛꯁꯤ ꯈꯣꯡꯅꯦꯠꯅꯕ ꯐꯪꯗ꯭ꯔꯤꯉꯩꯒꯤ
ꯃꯃꯥꯡꯗ ꯑꯦꯁꯤꯌꯟ ꯋꯦꯊꯂꯤꯐꯇꯤꯡ ꯆꯦꯝꯄꯤꯌꯟꯁꯤꯞꯇ, ꯀꯝꯃꯟꯋꯦꯜꯊ
ꯒꯦꯝꯁꯇꯁꯨ ꯃꯍꯥꯛꯀꯤ ꯁꯤꯡꯊꯥꯅꯤꯡꯉꯥꯏ ꯑꯣꯏꯕ ꯑꯦꯆꯤꯚꯃꯦꯟꯠꯁꯤꯡ
ꯂꯩꯈ꯭ꯔꯦ꯫ ꯃꯇꯝꯗꯨꯗꯗꯤ ꯈꯪꯂꯕꯁꯨ ꯈꯪꯗꯦ, ꯇꯥꯔꯕꯁꯨ ꯇꯥꯗꯦ, ꯈꯪꯁꯤꯟꯅꯗꯦ,
ꯅꯤꯔꯒꯗ ꯃꯄꯤ, ꯍꯥꯏꯔꯒꯗ ꯃꯇꯥꯏ ꯍꯥꯏꯕꯒꯤ ꯐꯤꯚꯝꯗ ꯂꯩꯊꯣꯛꯂꯨꯔꯦ ꯍꯥꯏꯕ
ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯥ? ꯃꯁꯤꯃꯛꯅ ꯁꯥꯏꯈꯣꯝ ꯃꯤꯔꯥꯕꯥꯏ ꯆꯅꯨꯕꯨ ꯍꯤꯡꯅꯕꯒꯤ ꯂꯝꯕꯤꯗꯤ
ꯂꯥꯏꯔꯗꯅ ꯃꯍꯥꯛꯅ ꯍꯣꯠꯅꯖꯔꯛꯄ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛꯇ ꯄꯨꯛꯅꯤꯡ ꯊꯧꯒꯠꯅꯕ
ꯌꯦꯠꯇꯨꯝ ꯃꯇꯣꯟꯗ ꯄꯛꯄ ꯎꯐꯨꯜ ꯃꯔꯤꯛꯀꯤ ꯆꯥꯡ ꯐꯥꯎꯕꯒꯤ ꯊꯕꯛ
ꯑꯃꯠꯇ ꯇꯧꯕꯤꯈꯤꯗ꯭ꯔꯤ ꯍꯥꯏꯕ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯥ? ꯃꯁꯤꯅ ꯃꯍꯥꯛꯀꯤ ꯄꯨꯟꯁꯤ
ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯁꯥꯟꯅꯕꯒꯤ ꯂꯥꯟ ꯃꯥꯏ ꯄꯥꯛꯅꯕꯒꯤꯗꯃꯛ ꯔꯦꯜꯋꯦꯖꯗ ‘ꯑꯣꯐꯤꯁꯔ-
ꯑꯣꯟ-ꯁ꯭ꯄꯦꯁꯜ ꯗ꯭ꯌꯨꯇꯤ’ (ꯑꯣ ꯑꯦꯁ ꯗꯤ) ꯐꯝ ꯂꯧꯗꯨꯅ ꯄꯨꯟꯁꯤꯒꯤ ꯃꯔꯨꯝ
ꯊꯤꯔꯨꯕꯅꯤ꯫ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔꯒꯤ ꯐꯤꯖꯤꯒꯤ ꯃꯅꯤ ꯔꯦꯜꯋꯦꯖꯅ ꯆꯦꯠꯅ ꯄꯨꯟꯗꯨꯅ
ꯉꯁꯤꯒꯤ ꯐꯤꯚꯝꯁꯤ ꯌꯧꯍꯜꯂꯛꯈꯤꯕꯅꯤ꯫ ꯑꯗꯨꯒ ꯍꯧꯖꯤꯛ ꯃꯦꯗꯜ ꯐꯪꯂꯛꯂꯕ
ꯃꯇꯝꯗꯇ ‘ꯁꯔꯄ꯭ꯔꯥꯏꯖ’ ꯑꯃ ꯁꯣꯏꯗꯅ ꯄꯤꯔꯒꯅꯤ ꯍꯥꯏꯔꯛꯄꯅꯤ꯫ ꯋꯥꯅ
ꯍꯣꯠꯅꯔꯤꯉꯩ ꯃꯇꯝꯗꯅ ꯗꯥꯏ ꯂꯩꯇꯦ, ꯃꯤꯀꯣꯛ ꯊꯣꯡꯂꯛꯂꯒꯅ ꯃꯅꯥ ꯄꯤꯒꯅꯤ
ꯍꯥꯏꯕꯅꯤ꯫ ꯃꯁꯤ ꯑꯣꯏꯔꯒꯗꯤ ꯍꯟꯗꯛꯀꯤ ꯑꯣꯂꯤꯝꯄꯤꯛꯁꯤꯗꯁꯨ ꯃꯦꯗꯜ
ꯂꯧꯔꯛꯄ ꯉꯝꯂꯝꯗ꯭ꯔꯕꯗꯤ ꯁꯥꯟꯅꯔꯣꯏꯁꯤꯒꯤ ꯂꯥꯏꯕꯛ ꯍꯥꯟꯅꯒꯤꯗꯨꯗ ꯑꯗꯨꯝ
ꯂꯩꯔꯝꯒꯅꯤ ꯈꯜꯂꯤ꯫

ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ
ꯅꯤꯡꯊꯧꯀꯥꯕ, ꯖꯨꯂꯥꯏ 26, 2021, ꯏꯝꯐꯥꯜ
13 ꯁꯨꯕ ꯆꯍꯤ, 101 ꯁꯨꯕ ꯃꯁꯤꯡ
ꯍꯨꯏꯌꯦꯟ ꯂꯥꯟꯄꯥꯎ ꯂꯤꯇꯔꯦꯔꯤ ꯀ꯭ꯋꯤꯖ - 22
ꯃꯊꯛꯇ ꯄꯤꯔꯤꯕ ꯋꯥꯍꯪꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤꯒꯤ ꯄꯥꯎꯈꯨꯝ ꯖꯨꯂꯥꯏ 30, ꯏꯔꯥꯏ ꯅꯨꯃꯤꯠꯀꯤ
ꯑꯌꯨꯛ ꯄꯨꯡ 11 ꯐꯥꯎꯕꯒꯤ ꯃꯅꯨꯡꯗ ꯄꯥꯎꯆꯦ ꯑꯁꯤꯒꯤ ꯑꯣꯐꯤꯁꯇ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ
I-meL hueiyenliteraryquiz@gmail.com sid meL AoIn
ꯊꯥꯕꯤꯔꯛꯄ ꯌꯥꯒꯅꯤ꯫ ꯄꯥꯎꯈꯨꯝ ꯄꯤꯕꯤꯔꯛꯄ/ꯊꯥꯕꯤꯔꯛꯄ ꯃꯇꯝꯗ ꯃꯤꯡ, ꯂꯩꯐꯝ,
ꯃꯍꯩꯒꯤ ꯊꯥꯛ ꯑꯝꯁꯨꯡ ꯀꯟꯇꯦꯛꯠ ꯅꯝꯕꯔ ꯃꯌꯦꯛ ꯁꯦꯡꯅ ꯏꯕꯤꯔꯛꯎ꯫ ꯋꯥꯍꯪ
ꯈꯨꯗꯤꯡꯃꯛꯀꯤ ꯄꯥꯎꯈꯨꯝ ꯆꯨꯝꯅ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ ꯃꯁꯤꯡ ꯌꯥꯝꯅ ꯆꯨꯝꯅ ꯄꯤꯕꯤꯔꯛꯄ
ꯃꯤꯑꯣꯁꯤꯡ ꯑꯗꯨꯒꯤ ꯗ꯭ꯔꯣ ꯑꯣꯠꯆꯔꯒ ꯂꯥꯏꯕꯛ ꯐꯕ ꯃꯤꯁꯛ ꯑꯃ ꯈꯟꯖꯒꯅꯤ꯫
ꯂꯣꯏꯅꯅ ꯈꯜꯂꯕ ꯃꯤꯁꯛ ꯑꯈꯨꯗ ꯃꯅꯥ ꯄꯤꯖꯒꯅꯤ꯫

1| ꯀꯨꯝꯖꯥ 1954ꯗ ꯑꯍꯥꯟꯕ ꯑꯣꯏꯅ ꯐꯣꯡꯈꯤꯕ ‘ꯖꯥꯠ ꯑꯣꯟꯕ’ ꯍꯥꯏꯕ ꯂꯥꯏꯔꯤꯛꯁꯤ
ꯀꯔꯝꯕ ꯃꯈꯜꯒꯤ ꯂꯥꯏꯔꯤꯛꯅꯣ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯀꯅꯥꯅ ꯏꯕꯅꯣ?
2| “ꯊꯝꯖꯔꯝꯂꯦ ꯊꯋꯥꯏꯒꯤ ꯊꯋꯥꯏ/ꯄꯥꯝꯖꯕꯗ ꯄꯤꯊꯣꯛꯂꯝꯂꯦ/ꯁꯦꯝꯖꯔꯝꯂꯦ
ꯇꯨꯔꯦꯜꯒꯤ ꯀꯥꯎꯁꯤꯡ/ꯏꯆꯦꯜꯅꯨꯡꯗ ꯁꯤꯟꯅꯔꯝꯂꯦ꯫/ꯑꯁꯤ ꯌꯧꯅ ꯂꯥꯏꯕꯛ
ꯊꯤꯔꯕꯤ/ꯇꯣꯔꯕꯥꯟ ꯋꯥꯡꯃ ꯌꯧꯖꯔꯒꯦ꯫” ꯏꯁꯩ ꯁꯩꯔꯦꯡ ꯃꯇꯦꯛꯁꯤ ꯀꯅꯥꯅ ꯏꯕꯅꯣ
ꯑꯃꯗꯤ ꯀꯔꯤ ꯂꯥꯏꯔꯤꯛꯇꯒꯤ ꯂꯧꯊꯣꯔꯛꯄꯅꯤ?

3| ꯒ꯭ꯌꯥꯟꯄꯤꯊ ꯑꯦꯋꯥꯔꯗ ꯐꯪꯂꯕ ꯒꯨꯔꯗꯤꯌꯥꯜ ꯁꯤꯡꯍꯒꯤ “ꯃꯥꯔꯍꯤ ꯗꯥ ꯗꯤꯚꯥ” ꯍꯥꯏꯕ
ꯂꯥꯏꯔꯤꯛꯁꯤ ꯃꯤꯇꯩꯂꯣꯟꯗ ꯀꯔꯤ ꯍꯥꯏꯅ ꯊꯣꯟꯗꯨꯅ ꯀꯅꯥꯅ ꯍꯟꯗꯣꯛꯄꯒꯦ?
4| “ꯆꯤꯡꯊꯪꯈꯣꯝꯕ ꯃꯍꯥꯔꯥꯖ ꯒꯪꯒꯥ ꯆꯠꯄ” ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯀꯅꯥꯅ ꯂꯦꯡꯕꯅꯣ?
5| ꯀꯂꯤꯀꯇꯥ ꯕꯤꯁ꯭ꯋꯕꯤꯗ꯭ꯌꯥꯂꯌꯗ ꯏꯟꯇꯔꯃꯦꯗꯤꯑꯦꯠ ꯑꯥꯔꯠꯁꯇ ꯇꯝꯅꯕ
ꯑꯍꯥꯟꯕ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔꯤ ꯁꯩꯔꯦꯡꯒꯤ ꯇꯦꯛꯁ ꯕꯨꯛ ꯑꯣꯏꯈꯤꯕꯗꯨ ꯀꯔꯤ ꯂꯥꯏꯔꯤꯛꯅꯣ,
knan Ibno?

ꯀꯣꯚꯤꯗ-19ꯒꯤ ꯂꯥꯏꯆꯠꯀꯤ ꯃꯇꯝ ꯑꯁꯤꯗ ꯑꯩꯈꯣꯏ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛꯅ ꯂꯩꯉꯥꯛꯀꯤ ꯑꯣꯏꯕ ꯆꯠꯅ-ꯀꯥꯡꯂꯣꯟ ꯉꯥꯛꯅ ꯆꯠꯄꯤꯗꯨꯅ ꯑꯁꯣꯏ ꯑꯉꯥꯝ ꯌꯥꯎꯗꯅꯕ ꯍꯣꯠꯅꯕꯤꯕ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯌꯥꯝꯅꯃꯛ ꯇꯉꯥꯏꯐꯗꯕ ꯆꯦꯛꯁꯤꯟ ꯊꯧꯔꯥꯡ ꯑꯃꯅꯤ꯫ ꯇꯧꯏꯒꯨꯝꯕꯁꯨꯡ ꯑꯩꯈꯣꯏ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛꯀꯤ ꯍꯛꯆꯥꯡ ꯐꯅ ꯊꯝꯕ ꯍꯥꯏꯕ ꯑꯁꯤꯁꯨ ꯌꯥꯝꯅ ꯃꯔꯨ ꯑꯣꯏꯕ ꯑꯃꯅꯤ꯫ ꯃꯔꯝ ꯑꯗꯨꯅ ꯍꯛꯆꯥꯡ ꯁꯥꯖꯦꯜ ꯇꯧꯕ ꯑꯃꯗꯤ ꯑꯐꯕ ꯃꯈꯜꯒꯤ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛ ꯆꯥꯕ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯌꯥꯝꯅ ꯃꯔꯨ ꯑꯣꯏꯕ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯑꯃꯅꯤ꯫ ꯉꯥ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔꯤꯁꯤꯡꯅ ꯃꯩꯍꯧꯔꯣꯜꯗꯒꯤ ꯌꯥꯝꯅ ꯄꯥꯝꯅ ꯆꯥꯅꯕ ꯑꯐꯕ ꯃꯈꯜꯒꯤ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛ ꯑꯃꯅꯤ꯫ ꯑꯩꯈꯣꯏꯒꯤ ꯍꯛꯆꯥꯡꯗ ꯃꯆꯤ ꯑꯣꯏꯕ ꯄꯣꯠꯁꯛ ꯀꯌꯥ ꯌꯥꯎꯕ ꯃꯔꯝꯅ ꯉꯥ ꯑꯁꯤ ꯃꯥꯂꯦꯝꯒꯤ ꯑꯣꯏꯅ ꯈ꯭ꯋꯥꯏꯗꯒꯤ ꯍꯦꯟꯅ ꯐꯕ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛꯁꯤꯡꯒꯤ ꯃꯅꯨꯡꯗ ꯑꯃꯅꯤ ꯍꯥꯏꯅ ꯈꯟꯅꯔꯤ꯫
ꯉꯥꯗ ꯑꯐꯕ ꯃꯈꯜꯒꯤ ꯄꯣꯠꯁꯛ ꯀꯌꯥ ꯌꯥꯎꯔꯤ꯫ ꯈꯨꯗꯝ ꯑꯣꯏꯅ ꯍꯥꯏꯔꯕꯗ ꯑꯐꯕ ꯃꯈꯜꯒꯤ ꯄ꯭ꯔꯣꯇꯤꯟ, ꯚꯤꯇꯥꯃꯤꯟ ꯗꯤ, ꯚꯤꯇꯥꯃꯤꯟ ꯕꯤ 2 ꯑꯃꯗꯤ ꯏꯁꯦꯟꯁꯤꯑꯦꯜ ꯐꯦꯇꯤ ꯑꯦꯁꯤꯗꯁꯤꯡ ꯃꯔꯨ AoIn Aomega-3 feti AesidsiZ haIbdi docosahexaenoic acid (DHA) AmsuZ eicosapentaenoic acid Asidsu nTtn keLsiyM, fosfors, ꯑꯥꯏꯔꯟ, ꯖꯤꯡꯛ, ꯑꯥꯏꯑꯣꯗꯤꯟ, ꯃꯦꯒꯅꯤꯁꯤꯌꯝ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯄꯣꯇꯥꯁꯤꯌꯝ ꯐꯖꯅ ꯌꯥꯎꯏ꯫
ꯉꯥ ꯆꯥꯕꯒꯤ ꯃꯔꯨ ꯑꯣꯏꯕ ꯀꯥꯟꯅꯕ ꯈꯔ ꯑꯃꯨꯛ ꯊꯝꯖꯒꯦ꯫
1) ꯊꯝꯃꯣꯏꯒꯤ ꯑꯣꯏꯕ ꯂꯥꯏꯅꯥ ꯀꯌꯥꯕꯨ ꯐꯍꯟꯕꯗ ꯉꯥꯗ ꯌꯥꯎꯕ ꯍꯥꯏ ꯗꯦꯟꯁꯤꯇꯤ ꯂꯥꯏꯄꯣꯄ꯭ꯔꯣꯇꯤꯟ ꯍꯥꯏꯕꯗꯤ ꯑꯣꯃꯦꯒꯥ-3 ꯐꯦꯇꯤ ꯑꯦꯁꯤꯗꯅ ꯑꯆꯧꯕ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯂꯧꯏ꯫
2) ꯃꯈꯜ ꯀꯌꯥꯒꯤ ꯀꯦꯟꯁꯔ ꯈꯨꯗꯝ ꯑꯣꯏꯅ ꯍꯥꯏꯔꯕꯗ ꯀꯣꯂꯣꯟ, ꯕ꯭ꯔꯦꯁꯠ ꯑꯃꯗꯤ ꯄ꯭ꯔꯣꯁꯇ꯭ꯔꯦꯠ ꯀꯦꯟꯁꯔꯅꯆꯤꯡꯕ ꯀꯌꯥꯕꯨ ꯊꯣꯛꯍꯟꯗꯕꯗ ꯑꯣꯃꯦꯒꯥ-3 ꯐꯦꯇꯤ ꯑꯦꯁꯤꯗꯅ ꯑꯆꯧꯕ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯂꯧꯏ꯫
3) ꯏꯟꯐ꯭ꯂꯦꯃꯦꯇꯔꯤ ꯗꯤꯖꯤꯖ ꯈꯨꯗꯝ ꯑꯣꯏꯅ ꯍꯥꯏꯔꯕꯗ ꯏꯟꯐ꯭ꯂꯦꯃꯦꯇꯔꯤ ꯕꯥꯋꯦꯜ ꯗꯤꯖꯤꯖ (ꯑꯥꯏ ꯕꯤ ꯗꯤ), ꯑꯜꯁꯔꯦꯇꯤꯚ ꯀꯣꯂꯥꯏꯇꯤꯁ ꯑꯃꯁꯨꯡ Crohn’ꯁ disease ꯗꯒꯤ ꯉꯥꯛꯊꯣꯛꯄꯗ ꯑꯣꯃꯦꯒꯥ-3ꯅ ꯑꯆꯧꯕ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯂꯧꯏ꯫
4) ꯅ꯭ꯌꯨꯔꯣꯂꯣꯖꯤꯀꯦꯜ ꯗꯤꯁꯑꯣꯔꯗꯔ ꯈꯨꯗꯝ ꯑꯣꯏꯅ ꯍꯥꯏꯔꯕꯗ ꯗꯤꯄ꯭ꯔꯦꯁꯟ, ꯃꯥꯏꯒ꯭ꯔꯦꯟ, ꯑꯜꯖꯥꯏꯃꯔ ꯗꯤꯖꯤꯖ, ꯗꯤꯃꯦꯟꯁꯤꯌꯥ, ꯑꯍꯜ ꯑꯣꯏꯕꯁꯤꯡꯗ ꯇꯣꯏꯅ ꯊꯦꯡꯅꯒꯟꯕ ꯀꯥꯎꯒꯟꯕꯅꯆꯤꯡꯕ ꯂꯥꯏꯅꯥꯁꯤꯡ ꯐꯍꯟꯕꯗꯁꯨ ꯑꯣꯃꯦꯒꯥ-3ꯅ ꯑꯆꯧꯕ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯂꯧꯏ꯫
5) ꯇꯨꯝꯕ ꯌꯥꯗꯕꯒꯤ ꯂꯥꯏꯅꯥꯁꯤꯡ ꯐꯍꯟꯕꯗꯁꯨ ꯉꯥ ꯆꯥꯕꯅ ꯐꯍꯟꯕ ꯉꯝꯃꯤ꯫ ꯃꯁꯤꯒꯤ ꯃꯔꯨ ꯑꯣꯏꯕ ꯃꯔꯝ ꯑꯃꯗꯤ ꯚꯤꯇꯥꯃꯤꯟ ꯗꯤ ꯃꯔꯥꯡ ꯀꯥꯏꯅ ꯌꯥꯎꯕꯅ ꯑꯣꯏꯒꯅꯤ꯫

6) ꯃꯤꯔꯣꯟꯕꯤ ꯅꯨꯄꯤ ꯑꯃꯗꯤ ꯃꯆꯥꯁꯤꯡꯕꯨ ꯈꯣꯝꯂꯥꯡ ꯄꯤꯊꯛꯂꯤꯕꯤ ꯅꯨꯄꯤꯁꯤꯡꯗꯁꯨ ꯑꯣꯃꯦꯒꯥ-3 ꯆꯥꯕꯅ ꯑꯁꯨꯛꯀꯤ ꯃꯇꯤꯛ ꯀꯥꯟꯅꯕ ꯄꯤ꯫
7) ꯑꯣꯃꯦꯒꯥ-3 ꯑꯁꯤ Psoriasis ꯒꯨꯝꯕ ꯀꯌꯥ ꯐꯍꯟꯕ ꯉꯝꯕ ꯃꯔꯝꯅ ꯑꯩꯈꯣꯏꯒꯤ ꯎꯟꯁꯥꯕꯨ ꯐꯖꯅ ꯊꯝꯕ ꯉꯝꯍꯟꯕꯗ ꯑꯆꯧꯕ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯂꯧꯏ꯫

8) ꯃꯤꯠꯄꯨ ꯐꯅ ꯊꯝꯕ ꯉꯝꯍꯟꯕꯗꯁꯨ ꯉꯥ ꯆꯥꯕꯅ ꯑꯆꯧꯕ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯂꯧꯏ꯫ ꯈꯨꯗꯝ ꯑꯣꯏꯅ ꯍꯥꯏꯔꯕꯗ ꯑꯍꯜ ꯑꯣꯏꯁꯤꯜꯂꯛꯄꯗꯒꯤ ꯃꯤꯠ ꯁꯣꯛꯆꯤꯜꯂꯛꯄ, ꯃꯤꯠ ꯀꯪꯁꯤꯜꯂꯛꯄꯅꯆꯤꯡꯕ ꯀꯌꯥ ꯑꯣꯃꯦꯒꯥ-3 ꯆꯥꯕꯅ ꯐꯍꯟꯕ ꯉꯝꯃꯤ꯫

9) ꯆꯍꯤ ꯐꯥꯗ꯭ꯔꯤꯕ ꯑꯉꯥꯡꯁꯤꯡꯗ ꯑꯣꯃꯦꯒꯥ-3 ꯃꯄꯨꯡ ꯐꯥꯅ ꯄꯤꯖꯕꯤꯔꯕꯗꯤ autoimune gi AoIb laInasiZ SudM AoIn haIrbd type 1 diabetes, autoimune diabetes ꯑꯃꯗꯤ ꯃꯨꯂꯇꯤꯄꯂꯦ ꯁꯦꯇꯦꯔꯣꯁꯤꯁ ꯒꯨꯝꯕ ꯂꯥꯏꯅꯥ ꯀꯌꯥꯗꯒꯤ ꯉꯥꯛꯊꯣꯛꯄ ꯉꯝꯃꯤ꯫ ꯃꯊꯛꯇ ꯊꯝꯖꯈ꯭ꯔꯤꯕ ꯀꯥꯟꯅꯕ ꯃꯌꯥꯝ ꯑꯁꯤ ꯂꯩꯕꯅ ꯌꯨ ꯑꯦꯁ ꯅꯦꯁꯅꯜ ꯏꯟꯁ꯭ꯇꯤꯇ꯭ꯌꯨꯠ ꯑꯣꯐ ꯍꯦꯜꯊꯅ ꯄꯤꯕ ꯅꯣꯡꯃꯗ ꯇꯉꯥꯏꯐꯗꯅ ꯆꯥꯒꯗꯕ ꯆꯥꯡ ꯈꯔ ꯑꯃꯨꯛ ꯊꯝꯖꯒꯦ꯫
ꯏ ꯄꯤ ꯑꯦ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯗꯤ ꯑꯩꯆ ꯑꯦ ꯑꯁꯤ ꯅꯣꯡꯃꯗ ꯃꯤꯑꯣꯏ ꯑꯃꯅ ꯃꯤꯂꯤꯒ꯭ꯔꯥꯝ 650 ꯆꯥꯒꯗꯕꯅꯤ꯫ alpha ꯂꯤꯅꯣꯂꯦꯅꯤꯆ acid ꯅ ꯃꯤꯑꯣꯏ ꯑꯃꯅ ꯅꯣꯡꯃꯗ 2.22 ꯒ꯭ꯔꯥꯝ ꯆꯥꯒꯗꯕꯅꯤ꯫ ꯑꯗꯨꯒ ꯂꯤꯅꯣꯂꯦꯅꯤꯆ acid ꯅ ꯅꯣꯡꯃꯗ ꯒ꯭ꯔꯥꯝ 4.44 ꯆꯥꯒꯗꯕꯅꯤ꯫ ꯋꯥꯔꯜꯗ ꯍꯦꯜꯊ ꯑꯣꯔꯒꯅꯥꯏꯖꯦꯁꯟ (ꯗꯕ꯭ꯂꯤꯌꯨ ꯑꯩꯆ ꯑꯣ) ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯅꯣꯔꯊ ꯑꯠꯂꯥꯟꯇꯤꯛ ꯇ꯭ꯔꯤꯇꯤ ꯑꯣꯔꯒꯅꯥꯏꯖꯦꯁꯟꯁ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯂꯩꯕꯥꯛ ꯀꯌꯥ ꯍꯥꯏꯕꯗꯤ ꯀꯥꯅꯥꯗꯥ, ꯁ꯭ꯋꯤꯗꯦꯟ, ꯌꯨ ꯀꯦ, ꯑꯣꯁꯇ꯭ꯔꯦꯂꯤꯌꯥ, ꯖꯄꯥꯟꯒꯤ ꯃꯇꯨꯡꯏꯟꯅ ꯃꯤꯑꯣꯏ ꯑꯃꯅ ꯅꯣꯡꯃꯗ ꯆꯥꯒꯗꯕ ꯏ ꯄꯤ ꯑꯦ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯗꯤ ꯑꯩꯆ ꯑꯦ ꯑꯁꯤ 0.3ꯗꯒꯤ 0.5 ꯑꯣꯏꯒꯗꯕꯅꯤ꯫
ꯉꯥ ꯑꯁꯤ ꯑꯩꯈꯣꯏꯅ ꯆꯥꯕ ꯃꯇꯝꯗ ꯌꯥꯝꯅ ꯊꯨꯅ ꯑꯃꯗꯤ ꯂꯥꯏꯅ ꯇꯨꯝꯕ ꯉꯝꯕ ꯃꯔꯝꯅ ꯃꯁꯥ ꯁꯣꯟꯕ ꯃꯤꯑꯣꯏꯁꯤꯡ ꯑꯃꯗꯤ ꯑꯍꯜ ꯑꯣꯏꯔꯕ ꯃꯤꯑꯣꯏꯁꯤꯡꯗꯁꯨ ꯑꯁꯨꯛꯀꯤ ꯃꯇꯤꯛ ꯀꯥꯟꯅꯕ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛ ꯑꯃꯅꯤ꯫ ꯃꯇꯥꯡ ꯑꯁꯤꯗ ꯄꯟꯖꯅꯤꯡꯕ ꯋꯥꯐꯝ ꯑꯃꯗꯤ ꯑꯩꯈꯣꯏꯒꯤ ꯂꯝꯗꯝ ꯑꯁꯤꯗ ꯉꯥ ꯑꯁꯤ ꯑꯁꯨꯛꯀꯤ ꯃꯇꯤꯛ ꯄꯥꯝꯅ ꯆꯥꯅꯔꯤ ꯑꯃꯗꯤ ꯉꯥꯔꯤ ꯑꯁꯤꯁꯨ ꯅꯣꯡꯃꯒꯤ ꯆꯪꯗꯕ ꯌꯥꯗ꯭ꯔꯕ ꯄꯣꯠꯁꯛ ꯑꯃ ꯑꯣꯏꯅ ꯈꯟꯅꯔꯤ꯫ ꯃꯁꯤ ꯑꯩꯈꯣꯏ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛꯀꯤ ꯂꯥꯏꯕꯛ ꯐꯕꯅꯅꯤ꯫ ꯉꯥꯔꯤ ꯑꯁꯤ ꯐꯔꯃꯦꯟꯇꯦꯗ ꯄ꯭ꯔꯗꯛꯠ ꯑꯃ ꯑꯣꯏꯕ ꯃꯔꯝꯅ ꯑꯇꯣꯞꯄ ꯃꯐꯝ ꯀꯌꯥꯗꯗꯤ ꯃꯁꯤꯒꯤ ꯃꯍꯥꯎ ꯑꯃꯗꯤ ꯃꯅꯝ ꯑꯁꯤ ꯍꯩꯅꯗꯕ ꯃꯔꯝꯅ ꯆꯥꯅ ꯉꯝꯅꯗꯦ꯫ ꯇꯧꯏꯒꯨꯝꯕꯁꯨꯡ ꯐꯔꯃꯦꯟꯇꯦꯁꯟ ꯇꯧꯕ ꯃꯇꯝꯗ ꯑꯩꯈꯣꯏ ꯃꯤꯑꯣꯏꯕꯗ ꯀꯥꯟꯅꯔꯕ ꯍꯤꯡꯀꯨꯞ ꯀꯌꯥ ꯌꯥꯎꯔꯤ꯫ ꯍꯥꯏꯔꯤꯕ ꯍꯤꯡꯀꯨꯞꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤ ꯑꯩꯈꯣꯏ ꯃꯤꯑꯣꯏꯕꯗ ꯋꯥꯠꯄ ꯇꯥꯔꯕꯗꯤ ꯂꯥꯏꯅꯥ ꯀꯌꯥ ꯊꯣꯔꯛꯄ ꯌꯥꯕꯒꯤ ꯈꯨꯗꯣꯡꯆꯥꯗꯕ ꯀꯌꯥ ꯂꯩ꯫ ꯃꯔꯝ ꯑꯗꯨꯅ ꯆꯥꯎꯈꯠꯄ ꯂꯩꯕꯥꯛ ꯀꯌꯥꯅ ꯑꯁꯤꯒꯨꯝꯕ ꯄꯣꯠꯁꯛ ꯀꯌꯥ ꯆꯥꯅꯅꯕꯒꯤ ꯊꯧꯔꯥꯡ ꯀꯌꯥ ꯂꯧꯈꯠꯂꯤ꯫
ꯀꯣꯚꯤꯗ-19ꯒꯤ ꯂꯥꯏꯆꯠꯅ ꯃꯔꯝ ꯑꯣꯏꯗꯨꯅ ꯃꯤꯄꯨꯝ ꯈꯨꯗꯤꯡꯃꯛꯇ ꯆꯔꯥꯡꯅꯕ, ꯍꯥꯏꯐꯝ ꯇꯧꯐꯝ ꯈꯪꯗꯕ, ꯇꯨꯝꯕ ꯌꯥꯗꯕꯅꯆꯤꯡꯕ ꯊꯧꯑꯡ ꯀꯌꯥ ꯊꯦꯡꯅꯅꯤ꯫ ꯍꯥꯏꯔꯤꯕ ꯊꯧꯑꯣꯡꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤꯅ ꯃꯔꯝ ꯑꯣꯏꯗꯨꯅ ꯑꯇꯣꯞꯄ ꯂꯥꯏꯅꯥ ꯀꯌꯥ ꯅꯥꯍꯟꯅꯕꯒꯤ ꯃꯔꯝ ꯑꯃꯁꯨ ꯑꯣꯏꯔꯤ꯫ ꯃꯔꯝ ꯑꯗꯨꯅ ꯑꯐꯕ ꯃꯈꯜꯒꯤ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛ ꯆꯥꯕꯤꯗꯨꯅ ꯍꯛꯆꯥꯡ ꯐꯅ ꯊꯝꯕ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯌꯥꯝꯅ ꯃꯔꯨ ꯑꯣꯏꯕ ꯑꯃꯅꯤ꯫ ꯑꯐꯕ ꯃꯈꯜꯒꯤ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯀꯔꯝꯕ ꯃꯈꯜꯒꯤ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛ ꯑꯣꯏꯒꯗꯧꯔꯤꯕꯅꯣ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤꯁꯨ ꯈꯟꯊꯍꯤꯒꯗꯕꯅꯤ꯫ ꯉꯥ ꯍꯥꯏꯔꯤꯕ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛ ꯑꯁꯤ ꯃꯥꯂꯦꯝꯒꯤ ꯑꯣꯏꯅ ꯑꯐꯕ ꯃꯈꯜꯒꯤ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛꯀꯤ ꯃꯅꯨꯡꯗ ꯌꯥꯝꯅ ꯃꯔꯨ ꯑꯣꯏꯕ ꯆꯤꯟꯖꯥꯛ ꯑꯃꯅꯤ꯫ ꯃꯔꯝ ꯑꯗꯨꯅ ꯉꯥ ꯆꯥꯕꯤꯗꯨꯅ ꯍꯛꯆꯥꯡ ꯐꯅ ꯊꯝꯗꯨꯅ ꯀꯣꯚꯤꯗ-19ꯒꯤ ꯂꯥꯏꯆꯠꯄꯨ ꯃꯥꯏꯊꯤꯕ ꯄꯤꯕꯗ ꯑꯩꯈꯣꯏ ꯈꯨꯗꯤꯡꯃꯛꯅ ꯑꯆꯧꯕ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯂꯧꯃꯤꯟꯅꯔꯁꯤ꯫

ꯊꯥꯅꯅꯕ ꯃꯔꯨ ꯂꯩꯇ꯭ꯔꯕꯗꯤ ꯄꯣꯠ ꯊꯥꯕ ꯇꯣꯛꯄ ꯇꯥꯕꯅꯤ꯫ ꯃꯔꯨ ꯂꯩꯔꯝꯗ꯭ꯔꯕꯗꯤ ꯂꯧ ꯎꯕ ꯂꯦꯞꯄ ꯇꯥꯕꯅꯤ ꯍꯥꯏꯕꯗꯨꯅꯤ꯫ ꯃꯗꯨꯁꯨ ꯑꯐꯕ ꯃꯔꯨ (ꯁꯔꯇꯤꯐꯥꯏꯗ ꯁꯤꯗ) ꯂꯩꯔꯒꯗꯤ ꯆꯥꯊꯣꯛꯇ ꯑꯃꯨꯛ ꯍꯦꯟꯅ ꯊꯣꯛꯀꯗꯧꯔꯤꯕꯅꯤ꯫ ꯑꯃꯔꯣꯝꯗꯅ ꯑꯃꯨꯛ ꯐꯧꯒꯤꯗꯃꯛ ꯃꯅꯤꯄꯨꯔꯤ ꯂꯧꯐꯝ ꯑꯁꯨꯛ ꯌꯥꯝꯕ ꯂꯧ ꯄꯔꯤ ꯂꯥꯈ ꯑꯅꯤꯃꯨꯛꯁꯤꯒꯤ ꯀꯣꯟꯅꯅꯕ ꯐꯧꯗꯤ ꯀꯤꯂꯣ ꯂꯥꯈ ꯇꯔꯥ ꯍꯥꯏꯕꯗꯤ ꯃꯦꯇ꯭ꯔꯤꯛ ꯇꯟ ꯂꯤꯁꯤꯡ ꯇꯔꯥ ꯑꯁꯤ ꯂꯩꯉꯥꯛꯅ ꯄꯤꯕ/ꯐꯪꯍꯟꯕ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯍꯧꯖꯤꯛꯀꯤ ꯑꯣꯏꯅꯗꯤ ꯑꯣꯏꯊꯣꯛꯇꯦ꯫ ꯑꯃꯔꯣꯝꯗꯅ ꯏꯁꯥꯒꯤ ꯑꯣꯏꯅ ꯑꯐꯕ ꯁꯔꯇꯤꯐꯥꯏꯗ ꯁꯤꯗꯀ ꯃꯥꯟꯅꯕ ꯐꯧꯗꯤ ꯏꯁꯥꯒꯤ ꯏꯅꯥꯛꯇ ꯂꯣꯛꯇꯨꯅ ꯊꯥꯍꯧꯕ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤꯅ ꯏꯁꯥꯒꯤ ꯂꯧ ꯎꯕ ꯂꯦꯞꯞ ꯍꯥꯏꯕꯗꯨ ꯑꯣꯏꯔꯔꯣꯏ꯫ ꯑꯗꯨꯒ ꯃꯁꯤꯁꯨ ꯑꯗꯨꯝꯃꯛ ꯑꯣꯏꯊꯣꯛꯍꯟꯕ ꯌꯥꯕ ꯊꯕꯛ ꯑꯃꯁꯨ ꯑꯣꯏ꯫
ꯏꯁꯥꯒꯤ ꯂꯧꯐꯝꯗꯒꯤ ꯑꯐꯕ ꯐꯧꯗꯤ ꯂꯣꯛꯆꯍꯧꯕꯒꯤ ꯀꯥꯟꯅꯕ ꯀꯌꯥ ꯑꯃꯁꯨ ꯂꯩ꯫ ꯇꯧꯕꯇꯕꯨ ꯐꯧ ꯃꯈꯜ ꯈꯔ ꯁꯨꯅ ꯍꯥꯏꯕꯗꯤ ꯑꯉꯟꯐꯧꯒꯤ, ꯃꯇꯝ ꯆꯥꯕ ꯐꯧꯒꯤ ꯑꯃꯗꯤ ꯑꯊꯦꯡꯕꯗ ꯊꯥꯕ ꯌꯥꯕ ꯐꯧꯗꯤꯁꯤꯡ ꯃꯈꯜ ꯁꯨꯅ ꯏꯁꯥꯒꯤ ꯀꯣꯟꯅꯅꯕ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ ꯈꯔ ꯍꯦꯟꯅ ꯊꯝꯍꯧꯔꯕꯗꯤ ꯃꯤꯌꯥꯝꯗ ꯐꯪꯍꯟꯗꯨꯅ ꯃꯤꯌꯥꯝꯒꯤ ꯀꯥꯟꯅꯕ ꯊꯕꯛ ꯑꯃꯁꯨ ꯇꯧꯕꯤꯕꯒ ꯂꯣꯏꯅꯅ ꯁꯦꯟꯗꯣꯡ ꯍꯦꯟꯅ ꯐꯪꯕꯁꯨ ꯉꯝꯍꯟꯒꯅꯤ꯫ ꯃꯔꯝꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤ ꯂꯩꯕꯅ ꯏꯁꯥꯒꯤ ꯂꯧꯐꯝꯗꯒꯤ ꯑꯐꯕ ꯐꯧꯗꯤ ꯊꯝꯍꯧꯅꯕ ꯃꯇꯝ ꯆꯥꯔꯤꯉꯩꯗꯒꯤ ꯍꯣꯠꯅꯍꯧꯁꯤ꯫ ꯌꯥꯝꯅ ꯂꯥꯏꯕ ꯊꯕꯛꯅꯤ, ꯊꯧꯔꯝ ꯈꯔꯈꯛ ꯀꯥꯡꯂꯣꯟ ꯆꯨꯝꯅ ꯄꯥꯏꯈꯠꯂꯒ ꯂꯣꯏꯔꯦ꯫ ꯊꯧꯔꯥꯡꯁꯤꯡ ꯑꯗꯨ ꯈꯔ ꯊꯝꯖꯒꯦ꯫ ꯑꯍꯥꯟꯕꯦ ꯏꯁꯥꯅ ꯊꯥꯔꯤꯕ ꯐꯧꯗꯤ ꯑꯗꯨ ꯈꯔ ꯁꯦꯡꯕ ꯐꯧꯗꯤ ꯑꯣꯏꯕ ꯇꯥꯔꯦ꯫ ꯐꯧ ꯑꯗꯨꯒꯤ ꯃꯁꯛ-ꯃꯃꯤꯡ, ꯃꯒꯨꯟ ꯈꯔ ꯈꯪꯅꯕ ꯍꯣꯠꯅꯕ ꯇꯥꯔꯦ꯫ ꯑꯩꯅ ꯐꯧ ꯊꯥꯔꯤꯕ ꯂꯧꯐꯝ ꯑꯗꯨ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛꯇ ꯊꯧꯔꯝꯁꯤꯡ ꯑꯁꯤ ꯄꯥꯏꯈꯠꯄ ꯉꯝꯂꯕꯗꯤ ꯌꯥꯝꯅ ꯐꯔꯦ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒꯅ ꯐꯩꯗꯣꯝ ꯑꯃꯈꯛꯇꯪ ꯑꯣꯏꯅ ꯃꯐꯝ ꯆꯥꯕ ꯌꯦꯡꯂꯒ ꯄꯥꯏꯈꯠꯄꯤꯕꯁꯨ ꯌꯥꯏ꯫ ꯊꯧꯔꯝꯁꯤꯡ ꯑꯗꯨꯗꯤ ꯑꯁꯦꯡꯕ, ꯃꯔꯨ ꯅꯤꯡꯊꯤꯅ ꯆꯪꯕ, ꯅꯥꯄꯤ ꯃꯔꯨ ꯌꯥꯎꯗꯕ, ꯂꯥꯏꯅꯥ-ꯇꯤꯜꯅꯥ ꯆꯦꯟꯗꯕ, ꯃꯁꯥ ꯁꯦꯡꯕ ꯐꯧ ꯃꯔꯨ ꯂꯣꯛꯅꯕ ꯍꯣꯠꯅꯕ ꯑꯗꯨꯅꯤ꯫
ꯃꯁꯤꯒꯤꯗꯃꯛ ꯅꯥꯄꯤ ꯅꯤꯡꯊꯤꯅ ꯄꯦꯡꯊꯣꯛꯄ, ꯂꯥꯏꯅꯥ-ꯇꯤꯜꯅꯥ ꯃꯇꯝ ꯆꯥꯅ ꯉꯥꯛꯊꯣꯛꯄ, ꯑꯇꯣꯞꯄ ꯐꯧꯃꯥꯡ ꯑꯃꯠꯇ ꯌꯥꯎꯗꯅꯕ ꯍꯣꯠꯅꯕ ꯑꯁꯤꯈꯛꯇꯅꯤ꯫ ꯑꯗꯨꯒ ꯃꯇꯝ ꯆꯥꯅ ꯇꯣꯉꯥꯟꯅ ꯂꯣꯛꯄ, ꯅꯤꯡꯊꯤꯅ ꯍꯨꯝꯗꯣꯛ ꯁꯦꯡꯗꯣꯛꯄ, ꯆꯥꯡ ꯆꯥꯅ ꯐꯧꯗꯣꯛꯇꯨꯅ ꯀꯪꯍꯟꯕ, ꯂꯣꯏꯅꯅ ꯑꯐꯕ ꯑꯅꯥꯟꯕ ꯕꯣꯔꯥ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ ꯑꯊꯥꯕ ꯄ꯭ꯂꯥꯁꯇꯤꯛ ꯈꯥꯎꯗ ꯆꯦꯠꯅ ꯄꯨꯟꯗꯨꯅ ꯅꯨꯡꯁꯤꯠ ꯆꯪꯍꯟꯗꯅ ꯊꯝꯕꯕ ꯂꯣꯏꯅꯅ ꯃꯇꯝ ꯃꯇꯝꯒꯤ ꯑꯣꯏꯅ ꯃꯔꯛ ꯃꯔꯛꯇ ꯆꯦꯛ ꯇꯧꯕꯤꯗꯨꯅ ꯅꯨꯡꯁꯥꯗ ꯐꯧꯗꯣꯛꯄ ꯑꯁꯤꯅꯆꯤꯡꯕ ꯊꯧꯔꯝꯁꯤꯡ
ꯑꯁꯤ ꯄꯥꯏꯈꯠꯂꯒ ꯂꯣꯏꯔꯦ꯫

ꯐꯧꯃꯥꯡ ꯌꯥꯎꯗꯅꯕ ꯍꯣꯠꯅꯕ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤꯗ ꯇꯧꯕ ꯌꯥꯕ ꯊꯧꯔꯝ ꯈꯔ ꯑꯃꯨꯛ ꯊꯝꯖꯒꯦ꯫ ꯃꯥꯟꯅꯗꯕ ꯐꯧ, ꯐꯧꯃꯥꯡ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤꯗ ꯌꯦꯡꯕ ꯌꯥꯕꯁꯤ ꯐꯧꯒꯤ ꯑꯋꯥꯡ-ꯑꯅꯦꯝ ꯍꯥꯏꯕꯗꯤ ꯊꯥꯔꯤꯕ ꯐꯧꯗꯨꯒꯤ ꯑꯌꯥꯝꯕ ꯁꯔꯨꯛꯀ ꯃꯥꯟꯅꯗꯕ ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯇꯣꯉꯥꯟ ꯍꯦꯛꯇ ꯇꯥꯒꯅꯤ, ꯇꯣꯉꯥꯟ ꯇꯥꯔꯤꯕ ꯍꯦꯟꯅ ꯋꯥꯡꯕ, ꯍꯦꯟꯅ ꯅꯦꯝꯕ ꯐꯧ ꯄꯥꯝꯕꯤ ꯌꯥꯎꯔꯛꯄꯁꯤꯡ ꯈꯨꯗꯤꯡꯃꯛ ꯐꯨꯛꯇꯣꯛꯇꯨꯅ ꯃꯥꯡꯍꯟꯒꯅꯤ꯫ ꯃꯅꯥ ꯃꯆꯨ, ꯐꯧꯈꯣꯛꯀꯤ ꯃꯆꯨ, ꯃꯅꯥ ꯆꯞ ꯌꯨꯡꯕ-ꯌꯨꯡꯗꯕ, ꯃꯅꯥ ꯄꯥꯛꯄ, ꯍꯦꯟꯅ ꯆꯞꯄ ꯍꯦꯟꯕ ꯈꯨꯗꯤꯡꯃꯛ ꯃꯥꯡꯍꯟꯒꯅꯤ꯫ ꯌꯥꯝꯅꯃꯛ ꯀꯩꯗꯧꯅꯨꯡꯗ ꯌꯥꯎꯔꯣꯏ, ꯈꯔꯈꯛ ꯃꯉꯥꯏ꯫ ꯐꯧ ꯁꯥꯠꯄ ꯍꯧꯔꯛꯄ ꯃꯇꯝꯁꯤ ꯈꯔ ꯍꯦꯟꯅ ꯌꯥꯝꯅꯃꯛ ꯆꯦꯛꯁꯤꯟꯕꯤꯕ ꯇꯥꯏ꯫ ꯃꯇꯝ ꯑꯁꯤꯗ ꯆꯥꯔꯧ-ꯃꯧꯔꯧꯅꯔꯛꯈꯤꯕꯒꯤ ꯇꯥꯟꯖꯥ ꯑꯗꯨ ꯊꯣꯛꯇꯅꯕ ꯈꯔ ꯍꯦꯟꯅ ꯀꯨꯞꯅ ꯁꯦꯟꯅꯕꯤꯕ ꯇꯥꯏ꯫ ꯈꯔ ꯍꯦꯟꯅ ꯉꯟꯅ ꯅꯨꯃꯤꯠ ꯇꯔꯥꯅꯤꯗꯒꯤ ꯍꯦꯟꯅ ꯉꯟꯈꯠꯅ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ ꯊꯦꯡꯊꯅ ꯁꯥꯠꯂꯛꯄ ꯐꯧ ꯄꯥꯝꯕꯤꯁꯤꯡ ꯐꯨꯛꯇꯣꯛꯇꯨꯅ ꯂꯩꯕꯥꯛꯇ ꯐꯨꯝꯖꯤꯟꯕꯅ ꯈ꯭ꯋꯥꯏꯗꯒꯤ ꯍꯦꯟꯅ ꯐꯩ꯫ ꯃꯔꯝꯗꯤ ꯐꯨꯛꯇꯣꯛꯂꯒ ꯊꯝꯕ ꯐꯧ ꯃꯄꯥꯟ ꯑꯗꯨꯃꯛ ꯁꯥꯠꯂꯛꯄ ꯌꯥꯏ, ꯈꯨꯗꯣꯡꯊꯤꯕ ꯑꯣꯏꯕ ꯌꯥꯏ꯫ ꯑꯊꯦꯡ-ꯑꯉꯟ ꯅꯠꯇꯕꯗ ꯐꯧ ꯃꯄꯥꯟꯒꯤ ꯃꯆꯨ ꯈꯦꯟꯅꯔꯛꯄ ꯌꯥꯏ, ꯃꯥꯟꯅꯗꯕ ꯃꯆꯨ, ꯃꯁꯤ ꯃꯄꯥꯟ ꯄꯨꯝꯅꯃꯛꯀꯤ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ ꯃꯄꯥꯟꯒꯤ ꯃꯇꯣꯟꯗ ꯉꯥꯡꯂꯩꯅꯕ ꯃꯆꯨ ꯑꯣꯏꯕ ꯑꯁꯤꯅꯆꯤꯡꯕ ꯌꯥꯎꯔꯛꯄꯁꯨ ꯌꯥꯏ꯫ ꯃꯁꯤ ꯑꯃꯥꯡꯕ ꯐꯧꯅꯤ ꯈꯪꯕꯤꯒꯅꯤ, ꯂꯧꯊꯣꯛꯄꯤꯒꯅꯤ꯫ ꯐꯧ ꯃꯨꯟꯁꯤꯜꯂꯛꯄ ꯃꯇꯝꯗꯨꯗ ꯃꯨꯟꯕ ꯃꯥꯟꯅꯗꯕ, ꯐꯧ ꯃꯔꯨꯒꯤ ꯆꯥꯎꯕ-ꯁꯥꯡꯕ ꯃꯥꯟꯅꯗꯕ, ꯃꯇꯨꯝ ꯇꯥꯕ, ꯀꯥ ꯍꯦꯟꯅ ꯁꯥꯡꯕ ꯑꯁꯤꯅꯆꯤꯡꯕ ꯌꯥꯎꯔꯛꯄꯁꯤꯡ ꯅꯤꯡꯊꯤꯅ ꯄꯥꯝꯕꯤ ꯑꯗꯨ ꯐꯨꯛꯇꯣꯛꯄꯤꯒꯅꯤ꯫ ꯀꯛꯊꯠꯄ ꯑꯣꯏꯔꯒꯗꯤ ꯃꯆꯥ ꯑꯃꯨꯛ ꯄꯣꯛꯇꯨꯅ ꯌꯥꯝꯅ ꯊꯨꯅ ꯑꯃꯨꯛ ꯁꯥꯠꯂꯛꯀꯅꯤ꯫
ꯑꯁꯨꯝꯅ ꯀꯨꯞꯅ ꯁꯦꯟꯅꯗꯨꯅ ꯂꯥꯛꯂꯕ ꯐꯩꯗꯣꯝ ꯑꯗꯨ ꯃꯇꯝ ꯆꯥꯅ, ꯆꯔꯣꯡꯒꯤ ꯃꯈꯣꯛꯂꯣꯝ ꯊꯪꯕꯗ ꯄꯥꯜꯂꯤꯕ ꯐꯧ ꯃꯔꯨ ꯈꯔ ꯁꯥꯡꯇꯛ ꯇꯧꯔꯤꯉꯩ, ꯃꯦꯠꯄꯗ ꯃꯍꯤꯗꯤ ꯊꯣꯛꯇ꯭ꯔꯕ ꯃꯇꯝꯗ ꯍꯥꯟꯅ ꯇꯣꯉꯥꯟꯅ ꯂꯣꯛꯄꯤꯒꯅꯤ꯫ ꯌꯩꯊꯣꯛꯇꯨꯅ, ꯍꯨꯝꯗꯣꯛꯇꯨꯅ ꯐꯧꯗꯤ ꯍꯥꯏꯐꯝꯗ ꯇꯥꯕ ꯐꯧꯗꯃꯛ ꯑꯆꯪꯕ ꯃꯔꯨ ꯑꯣꯏꯅ ꯂꯣꯛꯍꯧꯁꯤ, ꯅꯤꯡꯊꯤꯅ ꯀꯪꯍꯟꯁꯤ, ꯃꯃꯤꯡ ꯃꯊꯥ ꯊꯥꯖꯤꯟꯗꯨꯅ ꯃꯁꯛ ꯈꯪꯅ ꯂꯣꯛꯄꯒꯤ ꯇꯥꯔꯤꯈ ꯊꯥꯗꯨꯅ ꯇꯣꯉꯥꯟꯅ ꯊꯝꯍꯧꯁꯤ꯫ ꯃꯔꯛ ꯃꯔꯛꯇ ꯌꯦꯡꯁꯤꯟꯁꯤ꯫ ꯑꯁꯨꯝꯅ ꯂꯣꯛꯍꯧꯕ ꯐꯧꯗꯤ ꯃꯥꯏ ꯄꯥꯛꯅ ꯑꯁꯦꯡꯕ ꯐꯧꯗꯤ ꯑꯣꯏꯅ ꯃꯊꯪꯗ ꯊꯥꯕꯗ ꯆꯥꯊꯣꯛ ꯅꯤꯡꯊꯤꯅ ꯐꯪꯕ ꯉꯝꯒꯅꯤ ꯑꯇꯣꯞꯄꯗ ꯄꯤꯔꯕꯁꯨ ꯃꯥꯏ ꯄꯥꯛꯀꯅꯤ, ꯁꯦꯟꯗꯣꯡꯁꯨ ꯍꯦꯟꯅ ꯐꯪꯒꯅꯤ꯫ ꯃꯃꯥꯡꯗ ꯊꯝꯖꯈꯤꯕ ꯐꯧ ꯃꯈꯜꯁꯤꯡ ꯈꯔ ꯌꯥꯎꯍꯧꯔꯕꯗꯤ ꯏꯆꯥꯎ-ꯏꯀꯪ ꯊꯣꯛꯇꯨꯅ ꯃꯇꯝ ꯊꯦꯡꯖꯤꯜꯂꯛꯂꯕꯗ ꯐꯧꯗꯤ ꯊꯤꯕ ꯀꯣꯏꯆꯦꯟ ꯆꯦꯟꯅꯕꯁꯨ ꯂꯩꯔꯔꯣꯏ, ꯄꯨꯛꯅꯤꯡ ꯂꯨꯝꯅ ꯂꯩꯕ ꯐꯪꯒꯅꯤ꯫
ꯑꯁꯨꯝꯅ ꯏꯁꯥ ꯏꯁꯥꯒꯤ ꯂꯧꯐꯝꯗꯒꯤ ꯑꯐꯕ ꯐꯧꯗꯤ ꯂꯣꯛꯇꯨꯅ ꯆꯥꯊꯣꯛ ꯃꯔꯥꯡ ꯀꯥꯏꯕ ꯂꯝꯗꯝ ꯑꯣꯏꯍꯟꯕꯗ ꯊꯧꯗꯥꯡ ꯌꯥꯕꯤꯅꯕ ꯍꯣꯠꯅꯁꯤ꯫

ꯗꯥ. ꯌꯨꯝꯅꯥꯝ ꯕꯦꯗꯖꯤꯠ
ꯀꯨꯝꯁꯤꯒꯤ ꯂꯧꯎ ꯄꯥꯟꯊꯥꯁꯤꯗꯤ ꯂꯧꯃꯤ ꯂꯣꯏꯅꯃꯛ ꯋꯥꯔꯦ꯫ ꯏꯁꯤꯡꯒꯤ, ꯍꯥꯔꯒꯤ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯇꯤꯜꯅꯥꯒꯤ! ꯇꯤꯜꯅꯥꯁꯤꯡꯒꯤ ꯃꯅꯨꯡꯗ ꯉꯁꯤ ꯉꯁꯤꯃꯛ ꯈ꯭ꯋꯥꯏꯗꯒꯤ ꯍꯦꯟꯅ ꯇꯣꯏꯅ ꯊꯦꯡꯅꯔꯤꯕꯁꯤ ꯏꯉꯦꯜꯂꯥꯏꯆꯨꯕꯤ, ꯍꯌꯤꯡ ꯇꯤꯜ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯀꯧꯖꯦꯡꯅꯆꯤꯡꯕꯅꯤ꯫ ꯃꯔꯛ ꯃꯔꯛꯇ ꯃꯅꯥ ꯀꯣꯟꯁꯤꯟꯕꯤꯁꯨ ꯊꯦꯡꯅꯕ ꯍꯧꯔꯦ꯫
ꯏꯉꯦꯜꯂꯥꯏꯆꯨꯕꯤ: ꯐꯧ ꯄꯥꯝꯕꯤꯅ ꯅꯧꯔꯤꯉꯩ ꯃꯇꯝꯗ ꯅꯣꯡ ꯆꯨꯕꯒꯤ ꯆꯥꯡ ꯋꯥꯠꯄ ꯑꯃꯁꯨꯡ
ꯅꯨꯡꯁꯥ ꯌꯥꯝꯅ ꯀꯟꯕ ꯃꯇꯝꯗ ꯂꯧꯐꯝ ꯈꯨꯗꯤꯡꯗ ꯊꯦꯡꯅꯈ꯫ ꯆꯍꯤ ꯈꯨꯗꯤꯡꯒꯤ ꯊꯦꯡꯅꯔꯤꯕ,
ꯄꯥꯝꯕꯤ ꯆꯥꯎꯕ ꯍꯦꯟꯒꯠꯍꯟꯗꯕ, ꯄꯥꯝꯕꯤꯕꯨ ꯁꯨꯡꯖꯤꯜꯂꯒ ꯊꯝꯕ ꯉꯝꯕ ꯇꯤꯜꯅꯥꯅꯤ꯫
ꯂꯥꯏꯑꯣꯡ: ꯐꯧ ꯃꯅꯥꯒꯤ ꯃꯆꯨ ꯋꯥꯎꯊꯔꯛꯀꯅꯤ; ꯃꯅꯥ ꯃꯇꯣꯟ ꯌꯨꯡꯅ ꯀꯣꯟꯁꯤꯟꯗꯨꯅ
ꯂꯣꯡꯖꯤꯟꯒꯨꯝꯅ ꯇꯨꯝꯅ ꯎꯒꯅꯤ; ꯃꯅꯥ ꯃꯇꯣꯟꯗꯨ ꯀꯪꯁꯤꯜꯂꯛꯄꯒꯨꯝ ꯎꯒꯅꯤ꯫ ꯋꯥꯎꯊꯔꯛꯄ/ꯅꯥꯄꯨ ꯆꯪꯂꯞ ꯇꯧꯔꯕ ꯅꯧꯔꯤꯕ ꯃꯅꯥꯁꯤꯡꯗꯨ ꯑꯉꯧꯕ ꯃꯔꯤꯛꯁꯤꯡ ꯁꯥꯡꯅ ꯁꯥꯡꯅ (ꯌꯨꯡꯅ) ꯂꯩꯕꯒꯨꯝ ꯎꯒꯅꯤ꯫ ꯃꯅꯥ ꯃꯇꯣꯟꯂꯣꯝꯗꯒꯤ ꯀꯪꯁꯤꯜꯂꯛꯀꯅꯤ꯫ ꯃꯁꯤꯅ ꯐꯧ ꯄꯥꯝꯕꯤꯕꯨ ꯁꯨꯡꯖꯤꯟꯅ, ꯆꯥꯎꯕ ꯍꯦꯜꯍꯟꯗꯅ ꯂꯩꯍꯜꯂꯤ꯫ ꯇꯤꯜꯅꯥꯁꯤ ꯂꯧꯍꯣꯟ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯂꯧꯄꯥꯛ ꯑꯅꯤꯃꯛꯇ ꯇꯥꯏ꯫
ꯀꯟꯅꯕ HOrMisZ : 1) ꯅꯨꯃꯤꯠ ꯅꯤꯅꯤ ꯍꯨꯝꯅꯤ ꯅꯣꯡ ꯐꯨꯗꯤꯠ-ꯐꯨꯅ ꯆꯨꯕꯗ ꯇꯤꯜꯅꯥꯁꯤ
ꯃꯊꯟꯇ ꯐꯖꯈꯤꯒꯅꯤ꯫

2) ꯏꯁꯤꯡ ꯋꯥꯡꯅ ꯊꯥꯖꯤꯟꯕ ꯌꯥꯕ ꯃꯐꯝ ꯑꯣꯏꯔꯕꯗꯤ ꯇꯤꯜꯅꯥꯁꯤ ꯇꯥꯔꯤꯕ ꯂꯧꯐꯝꯗꯨ
ꯅꯨꯃꯤꯠ ꯅꯤꯅꯤ ꯏꯁꯤꯡꯅ ꯐꯧꯅꯥ ꯃꯇꯣꯟ ꯌꯧꯅ ꯊꯨꯝꯍꯟꯕꯗ ꯇꯤꯜꯁꯤꯡ ꯍꯥꯠꯈꯤꯅꯤ; ꯍꯨꯝꯅꯤ
ꯁꯨꯕꯗ ꯏꯁꯤꯡ ꯑꯃꯨꯛ ꯊꯥꯗꯣꯛꯀꯅꯤ꯫ ꯃꯁꯤꯗ ꯐꯧ ꯁꯣꯛꯀꯅꯤ ꯍꯥꯏꯕꯒꯤ ꯆꯤꯡꯅꯕ
ꯊꯝꯂꯣꯏꯁꯤ꯫

3) ꯍꯤꯗꯥꯛ ꯁ꯭ꯄꯤꯗ ꯃꯤꯂꯤꯂꯤꯇꯔ 30 ꯏꯁꯤꯡ ꯂꯤꯇꯔ 15 ꯈꯨꯗꯤꯡꯗ ꯌꯥꯜꯂꯒ
ꯐꯧꯅꯥꯁꯤꯡ ꯆꯣꯠꯍꯟꯕꯇ ꯅꯠꯇꯅ ꯂꯧꯔꯤꯁꯤꯡ ꯆꯣꯠꯅꯕ ꯀꯥꯞꯀꯅꯤ꯫ ꯁꯉꯝ ꯑꯃ
ꯆꯥꯎꯕ ꯂꯧꯐꯝꯗ ꯃꯤꯂꯤꯂꯤꯇꯔ 200 ꯆꯪꯒꯅꯤ꯫ ꯊꯪꯅꯕ ꯂꯧꯔꯤꯁꯤꯡꯁꯨ ꯆꯣꯠꯅꯕ ꯀꯥꯞꯄꯗ ꯅꯠꯇꯅ ꯊꯪꯅꯕ ꯂꯧꯐꯝꯁꯤꯡꯗꯨꯗꯁꯨ ꯈꯨꯠꯍꯥꯏ ꯑꯃꯃꯨꯛꯇꯤ ꯍꯥꯏꯕꯤꯔꯝꯕ ꯐꯩ꯫
ꯍꯌꯤꯡ ꯇꯤꯜ : ꯅꯧꯔꯤꯕ ꯐꯧ ꯃ ꯅꯥꯒꯤ ꯃꯇꯥꯏ ꯊꯪꯕ ꯁꯔꯨꯛꯁꯤꯡ ꯉꯧꯔꯣꯛ ꯉꯧꯅ ꯂꯩꯕꯗ ꯅꯠꯇꯅ ꯀꯔꯤꯒꯨꯝꯕꯗ ꯃꯅꯥꯁꯤꯡ ꯃꯇꯠ-ꯃꯇꯠ ꯇꯠꯄꯗꯧꯅ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯌꯨꯡꯅ ꯃꯆꯥ ꯃꯆꯥ ꯍꯣꯕ ꯑꯣꯏꯅ ꯎꯍꯟꯕ ꯇꯤꯜꯅꯥꯅꯤ꯫ ꯇꯤꯜꯅꯥꯁꯤ ꯏꯁꯤꯡ ꯈꯔ ꯌꯥꯝꯅ ꯐꯪꯕ ꯃꯐꯝꯁꯤꯡꯗ ꯇꯥꯕ ꯇꯤꯜꯅꯤ꯫ ꯁꯣꯔꯁ ꯑꯦꯀ꯭ꯋꯥꯇꯤꯛ
ꯑꯣꯏ꯫ ꯏꯁꯤꯡ ꯐꯪꯗꯕ ꯃꯐꯝꯁꯤꯡꯗ ꯇꯤꯜꯅꯥꯁꯤ ꯎꯔꯣꯏ꯫ ꯇꯤꯜꯁꯤꯒꯤꯗꯃꯛ ꯊꯣꯏꯅ ꯍꯤꯗꯥꯛ ꯀꯥꯞꯄꯒꯤ ꯃꯊꯧ ꯇꯥꯗꯦ꯫ ꯑꯗꯨꯃꯛꯄꯨ ꯂꯧꯐꯝꯗꯨꯒꯤ ꯆꯥꯗ ꯃꯔꯤ ꯊꯣꯛꯄꯒꯤ ꯑꯃ ꯌꯧꯅ ꯁꯣꯛꯆꯤꯜꯂꯕꯗꯤ ꯍꯤꯗꯥꯛ ꯁꯣꯏꯗꯅ ꯀꯥꯞꯅꯤ꯫ ꯁ꯭ꯄꯤꯗ ꯃꯤꯂꯤꯂꯤꯇꯔ 30 ꯏꯁꯤꯡ ꯂꯤꯇꯔ 15 ꯈꯨꯗꯤꯡꯗ ꯌꯥꯜꯂꯒ ꯀꯥꯞꯊꯣꯛꯄ ꯌꯥꯏ꯫ ꯁꯉꯝ ꯑꯃ ꯆꯥꯎꯕ ꯂꯧꯐꯝꯗ ꯃꯤꯂꯤꯂꯤꯇꯔ 200 ꯆꯪꯏ꯫ ꯃꯁꯤ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒꯁꯨ Quinalphos 25% ꯑꯣꯏꯅ ꯆꯞ ꯃꯥꯟꯅꯕ ꯃꯑꯣꯡꯗ ꯁꯤꯖꯤꯟꯅꯕ ꯌꯥꯏ꯫
ꯀꯧꯖꯦꯡ : ꯀꯨꯏꯅ ꯅꯣꯡ ꯇꯥꯔꯨꯗ꯭ꯔꯕ ꯃꯇꯨꯡꯗ ꯅꯣꯡ ꯂꯥꯛꯄꯁꯤ ꯀꯧꯖꯦꯡ ꯀꯜꯂꯤ꯫
ꯀꯧꯖꯦꯡꯒꯤ ꯆꯥꯡ ꯋꯥꯡꯈꯠꯂꯛꯏ꯫ ꯃꯁꯤꯒꯤꯗꯃꯛꯁꯨ ꯑꯇꯣꯞꯄ ꯍꯤꯗꯥꯛ ꯑꯃꯨꯛ ꯀꯥꯞꯇ꯭ꯔꯕꯁꯨ ꯁ꯭ꯄꯤꯗ ꯀꯥꯞꯈꯤꯕꯗꯨꯅ ꯑꯇꯣꯞꯄ ꯍꯤꯗꯥꯛ ꯑꯃꯒꯤ ꯃꯊꯧ ꯇꯥꯗ꯭ꯔꯦ꯫
ꯃꯅꯥ ꯀꯣꯟꯁꯤꯟꯕꯤ : ꯏꯁꯤꯡ ꯐꯪꯕ ꯃꯐꯝꯁꯤꯡꯗ ꯂꯩꯔꯤꯕ ꯅꯨꯃꯤꯠ 30-40 ꯅꯤ ꯁꯨꯔꯕ
ꯐꯧ ꯄꯥꯝꯕꯤꯁꯤꯡꯗ ꯇꯥꯔꯤꯕ ꯃꯅꯥ ꯀꯣꯟꯁꯤꯟꯕꯤꯒꯤꯗꯃꯛꯁꯨ ꯁ꯭ꯄꯤꯗꯅ ꯑꯗꯨꯝ ꯌꯥꯔꯕꯅꯤꯅꯥ ꯇꯤꯜꯒꯤꯗꯃꯛ ꯑꯍꯦꯟꯕ ꯁꯦꯜ ꯆꯪꯍꯟꯗꯕ ꯌꯥꯔꯦ꯫
ꯃꯅꯥ ꯀꯣꯟꯁꯤꯟꯕꯤ ꯇꯤꯜ ꯃꯄꯤꯁꯤꯡ ꯄꯪꯇꯣꯏ ꯇꯣꯏꯅ ꯎꯕ ꯐꯪꯗꯦ꯫ ꯃꯔꯝꯗꯤ ꯇꯤꯜꯁꯤꯡ
ꯑꯁꯤ ꯅꯨꯃꯤꯗꯥꯡꯗ ꯍꯩꯅꯕ ꯇꯤꯜꯁꯤꯡꯅꯤ꯫ ꯑꯌꯨꯛ-ꯅꯨꯡꯊꯤꯜꯒꯤ ꯃꯇꯝꯗ ꯃꯅꯥꯒꯤ ꯃꯈꯥ ꯊꯪꯕ ꯁꯔꯨꯛꯁꯤꯡꯗ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒꯅ ꯃꯅꯥ ꯃꯔꯛꯇ ꯂꯣꯠꯇꯨꯅ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ ꯇꯣꯡꯗꯨꯅ ꯂꯩ꯫ ꯑꯃꯃꯝꯇ ꯑꯣꯏꯅ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ ꯑꯅꯤ/ꯑꯅꯤ ꯑꯣꯏꯅ ꯀꯣꯛꯂꯤꯕ ꯃꯔꯨꯝꯁꯤꯡ ꯃꯆꯥ ꯑꯣꯟꯕꯗ ꯅꯨꯃꯤꯠ ꯍꯨꯝꯅꯤ/ꯃꯔꯤꯅꯤ ꯆꯪꯏ꯫ ꯃꯆꯥꯁꯤꯡ ꯑꯗꯨ ꯉꯧꯔꯨꯅꯩ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ ꯅꯥꯄꯨ ꯍꯥꯏꯐꯦꯠ ꯆꯪꯏ, ꯃꯀꯣꯛꯅ ꯃꯨꯔꯞ ꯇꯧꯏ꯫ ꯑꯗꯨꯒ ꯑꯁꯪꯕ ꯐꯧꯅꯥꯒꯤ ꯁꯔꯨꯛꯁꯤꯡ ꯑꯗꯨ ꯆꯥꯔꯕ ꯃꯇꯨꯡꯗꯗꯤ ꯇꯤꯜ ꯑꯗꯨꯒꯤ ꯃꯆꯨ ꯑꯣꯜꯂꯛꯏ, ꯁꯪꯖꯤꯜꯂꯛꯏ ꯃꯄꯨꯡ ꯐꯥꯅ ꯆꯥꯎꯔꯕ ꯇꯤꯜꯅꯥ ꯃꯤꯂꯤꯃꯤꯇꯔ 20ꯗꯒꯤ 25 ꯐꯥꯎꯕ ꯁꯥꯡꯏ꯫ ꯇꯤꯜꯁꯤ ꯃꯁꯥ ꯈꯤꯡꯏ, ꯊꯦꯡꯂꯨꯕꯗ ꯃꯐꯝ ꯑꯃꯗꯒꯤ ꯃꯐꯝ ꯑꯃꯗ
ꯀꯣꯏꯂꯦꯡ ꯂꯦꯡꯏ꯫ ꯅꯧꯔꯤꯕ ꯇꯤꯜꯁꯤꯅ ꯑꯅꯧꯕ ꯃꯅꯥꯒꯤ ꯑꯁꯪꯕ ꯁꯔꯨꯛꯁꯤꯡ ꯆꯥꯊꯣꯛꯏ꯫
ꯈꯔ ꯂꯤꯁꯤꯜꯂꯛꯂꯕ ꯇꯤꯜꯁꯤꯡꯅ ꯐꯧꯅꯥꯒꯤ ꯃꯄꯥꯟ (ꯃꯥꯔꯖꯤꯟ) ꯑꯅꯤꯗꯨ ꯅꯠꯇ꯭ꯔꯒ ꯃꯅꯥꯒꯤ
ꯃꯇꯣꯟ ꯆꯤꯡꯊꯗꯨꯅ ꯃꯅꯥꯗꯨꯃꯛꯇꯗ ꯅꯞꯍꯜꯂꯤ꯫ ꯃꯁꯤ ꯇꯤꯜ ꯑꯗꯨꯃꯛꯅ ꯄꯨꯊꯣꯛꯆꯕ
ꯑꯅꯞꯄ ꯄꯣꯠꯁꯛ ꯑꯃꯅ ꯐꯥꯖꯤꯟꯗꯨꯅ ꯎꯇꯣꯡ ꯃꯥꯟꯅ ꯁꯦꯝꯃꯤ꯫ ꯂꯣꯏꯅꯅ ꯇꯤꯜꯗꯨꯃꯛꯁꯨ
ꯃꯅꯨꯡꯗ ꯂꯩꯁꯤꯟꯈꯤ ꯑꯃꯁꯨꯡ ꯃꯅꯥꯒꯤ ꯑꯁꯪꯕ ꯁꯔꯨꯛꯁꯤꯡ ꯆꯥꯊꯣꯛꯏ꯫ ꯆꯥꯊꯣꯛꯈ꯭ꯔꯕ
ꯃꯇꯨꯡꯗ ꯊꯝꯂꯝꯂꯤꯕ ꯁꯔꯨꯛ ꯑꯗꯨꯗꯤ ꯑꯉꯧꯕ ꯀꯨꯔꯥꯡꯕꯥꯟ ꯑꯣꯏꯅ ꯃꯅꯥꯒꯤ ꯃꯁꯤꯡꯈꯛ ꯂꯩꯍꯧꯏ꯫ ꯑꯁꯪꯕ
ꯃꯆꯤꯠ ꯃꯈꯥꯛ ꯈꯔꯈꯛ ꯂꯩꯍꯧꯕꯗꯨꯁꯨ ꯈꯨꯏꯖꯤꯜꯂꯛꯏ, ꯀꯪꯁꯤꯜꯂꯛꯏ꯫ ꯄꯣꯠꯊꯣꯛ ꯍꯟꯊꯩ꯫
ꯐꯧꯒꯤ ꯑꯉꯟꯕ ꯃꯇꯝꯁꯤꯗ ꯇꯥꯕ ꯇꯤꯜꯁꯤꯡꯒꯤꯗꯃꯛ ꯍꯤꯗꯥꯛ ꯃꯈꯜ ꯃꯈꯜ ꯌꯥꯝꯅ ꯁꯤꯖꯤꯟꯅꯕ
ꯍꯥꯏꯕꯁꯤ ꯂꯧ ꯎꯕꯒꯤ ꯁꯦꯟꯖꯪ ꯍꯦꯟꯕꯇ ꯅꯠꯇꯅ ꯄꯥꯝꯕꯤ ꯃꯁꯥ ꯁꯣꯛꯍꯜꯂꯤ꯫ ꯑꯀꯣꯏꯕꯒꯤ ꯏꯁꯤꯡ
ꯅꯨꯡꯁꯤꯠꯇ ꯑꯀꯥꯏꯕ ꯄꯤ꯫ ꯍꯤꯗꯥꯛ ꯁꯤꯖꯤꯟꯅꯕꯗ ꯌꯥꯝꯅ ꯃꯨꯟꯅ ꯈꯟꯊꯕ ꯆꯪꯏ꯫

ꯉꯁꯤꯒꯤ ꯂꯧꯐꯝꯗ ꯊꯦꯡꯅꯔꯤꯕ ꯇꯤꯜꯁꯤꯡ ꯂꯥꯛꯁꯤꯟꯕ
ꯏꯁꯥꯒꯤ ꯂꯧꯐꯝꯗꯒꯤ ꯐꯧꯗꯤ (ꯐꯥꯔꯝ ꯁꯦꯚ ꯁꯤꯗ) ꯂꯣꯛꯍꯧꯕꯒꯤ ꯀꯥꯟꯅꯕ

– ꯗꯥ. ꯑꯦꯝ ꯊꯣꯏꯊꯣꯏ ꯁꯤꯡꯍ –

– ꯑꯦꯁ ꯁꯨꯃꯪꯒꯜ –

ꯀꯣꯚꯤꯗ-19ꯒꯤ ꯂꯥꯏꯆꯠꯀꯤ ꯃꯇꯝ ꯑꯁꯤꯗ ꯉꯥ ꯆꯥꯗꯨꯅ ꯏꯝꯃ꯭ꯌꯨꯟ ꯁꯤꯁꯇꯝ ꯐꯒꯠꯍꯟꯕ
ꯂꯧꯃꯤꯁꯤꯡꯒꯤ ꯀꯥꯈꯜ