

Lafaek



Ba Komunidade

Edisaun 2/2015



Ho Apoiu Husi Programa Asisténsia Nova Zelândia, CARE Internasionál Iha Timor-Leste Lihusi Programa Edukasaun Serbisu Hodi Fahe Informasaun Oioin Ba Komunitade Sira Iha Timor-Leste.

Editoriál:

Koordenadór Programa Edukasaun Shoaib Danish
Jestór Projetu Símplicio Lopes Barbosa
Vise-Jestór Projetu Jaime de Jesus Amarál
Koordenadór Produasaun Octavio dos Santos Carmo de Andrade
Supervisór M&E Marcelino de Jesus da Costa

Konsellu Editoriál
Care Internasionál Iha Timor-Leste
Programa Asisténsia Nova Zelândia

Hakerek-na'in
Aliança M. do Rego, Aguida J. de Araujo, Joanico C. Marques,
Herminia da Costa Fernandes

Artista
Antoninho Ramalho, Mariano Peregrinho Noronha

Lay-out
Filipe Francisco Simões

Ofisiál-administrasaun
Cecilia da Silva Pinto

Ofisiál-finansa
Delfrida Gomes da Conceição

Distribuisaun
Adriano Martins (Aileu-Ainaro), Camilo Boavida (Baucau),
Geremias Noronha (Bobonaro), Anito Mau (Covalima), Eduardo
Hornai (Dili-Liçiça), Joni Dana dos Santos (Ermera), Heraldo da
Costa (Lautem), Eduardo Viegas (Manufahi-Manatuto), Baptista
Punef (Oecuse), João da Costa (Viqueque), ONG Lokál Roman
Luan (Atauro)

Xofér
Caeetano Amaral, Nicorah Besi Campe, Adonasi R. da Costa,
Almerindo F. Lemos

Tetun ne'ebé uza, tuir padraun Institutu Nasionál Linguística Nian.

Enderesu : CARE Internasionál iha Timor-Leste, Bairro-Pite, Dili

Telefone : 3321 407

Email : info.lafaek@careint.org

©Labele kopia buat ne'ebé iha Revista ne'e nia laran, se lahá liensa husi CARE.

Fotografia iha Revista ne'e nia laran, hasai husi ekipa Lafaek.

Pájina:

Imi Hatene ka Lae? 3



Mikrofinansa 4-5



Fini ba Moris 6-7



Agrikultura 8-10
Numerasia 11



Saúde 12-13



Literasia 14-15



Kuidadu Labarik 16-17



Defisiénsia 18



Hakbiit Oan Feto 19



Ofisiál Polísia Suku 20-21



Lian Komunitade 22



Ai-knanoik 23



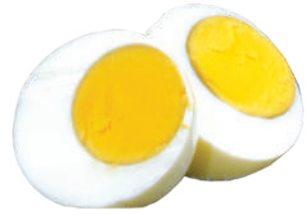
Imi Hatene ka Lae?

Marungi Tahan Salva Moris

Marungi tahan di'ak tebes mai ita tanba iha nutrisaun barak.



Iha proteína aas liu manu-tolun.



Iha kálsiu aas liu susubeen.



Iha vitamina C aas liu saburaka.



Iha vitamina A aas liu senoura.



Iha minerál aas liu hudi.



Di'ak ba Saúde.



1

Hadook inan isin-rua sira husi moras anemia (raan menus).



2

Hadook labarik husi malnutrisaun.



4

Marungi tahan harii ita-nia isin sai forte.

3

Marungi tahan mós bele fó han ba balada sira.



Rai Osan, Hetan Ó Nia Mehi



Beti loroloron rai osan iha kofre.

1



2

Bainhira kofre nakonu ona, sira fera kofre no hetan osan barak.

3

Amá ho Apá ajuda Beti bá rai osan ne'e iha Banku, atu seguru no hetan funan.

4

Husi osan ne'ebé Beti rai, bele ajuda nesesidade eskola iha futuru.



5

Lihusi rai osan ne'e, Beti bele remata nia estudu iha universidade.



6

Ikusmai Beti hetan ona servisu nu'udár pilotu. Nia bele ajuda nia família ba moris di'ak.

Poupa Agora Di'ak Ba Futuru.



Tanbasá rai osan importante?

1. Rai-osan di'ak ba aban-bainrua. Osan ne'e bele ajuda ita bainhira ita katuas no ferik ona.
2. Selu labarik sira-nia eskola no nesesidade seluk. Labarik sira presiza osan barak bainhira sira tama ona iha universidade, entaun presiza rai osan hahú ohin.

Oinsá mak ita bele rai-osan?

1. Rai osan tuir ita-nia rendimentu.
2. Rai iha fatin seguru hanesan Kofre ka Banku.
3. Halo prioridade ba gastu.
4. Gastu labele boot liu rendimentu.

Ezemplu; Hasai osan ba buat ne'ebé presiza liu no rai balun atu aumenta tan ita-nia fundu. Tenke hatoman an halo ida ne'e kada fulan.



“Eduka membru família hotu agora, atu hatoman an poupa osan.”



Prátika Agrikultura Ne'ebé Di'ak

Batar Sele no Noi Mutin

Tékniku habai batar



1 Habai batar-fulin iha loro-matan durante loron 3 ka 4.



2 Behu batar-fulin iha fatin mahon no seguru.



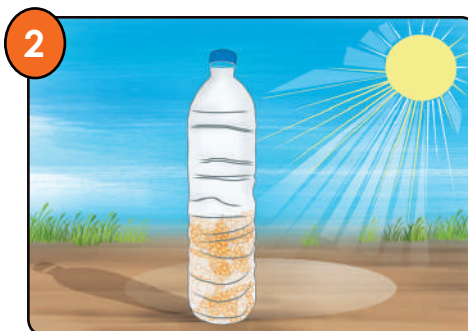
3 Habai batar musan durante loron 4 ka 5.

Oinsá atu hatene batar maran ona ka seidauk?

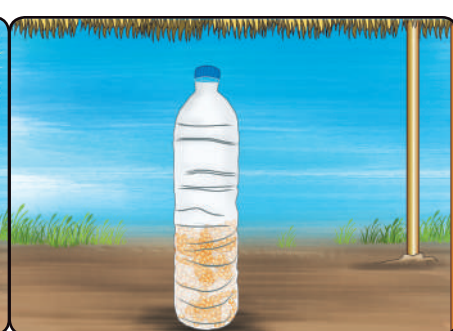
Iha tékniku tradisionál rua:



1 Nata batar musan ida. Se nehan fatin laiha signifika batar maran ona.



2 Enxe batar musan balun ba masa ka botir, taka metin no habai durante minutu 20. Depois rai tan masa ka botir ne'e iha fatin mahon durante minutu 20. Se masa ka botir laiha bee ka kosar, signifika batar maran ona.



Tékniku rai batar iha fatin ne'ebé moos no maran



1 Rai batar musan ne'ebé habai ona iha fatin mahon to'o malirin.



2 Enxe batar musan ba bidón to'o nakonu no taka metin atu anin labele tama.



3 Tau bidón iha ai-leten no rai iha fatin mahon no seguru.

Uma Husi Utamua

Variedade Ai-horis
Ne'ebé Lansa Husi
MAP



Ha'u-nia naran Anina de Jesus, husi Ritabou, Maliana, Bobonaro. Ha'u kuda forerai variedade Utamua hahú 2008 no ha'u kontente tebes ho variedade ida ne'e.



Utamua di'ak tanba rezultadu produsaun aas, nia musan boot no sabór di'ak. Ha'u fa'an fini forerai Utamua no ha'u hetan rendimentu di'ak.



Utamua

- Produsaun aas liu
- Musan boot
- Sabór midar



Nakroma

- Produsaun aas liu
- Han morin



Osan ne'ebé ha'u hetan husi fa'an fini, ha'u uza hodi halo bisnis, hanesan fa'an forerai Utamua sona iha eskola, hakiak fahi, fa'an mina-rai no gazolina no mós loke kioske.



Ha'u halo uma, hola motór no haruka família sira bá eskola to'o universidade. Ha'u sei kuda variedade ida ne'e tanba bele lori benefísiu mai ha'u.



Hohrae 1, 2, no 3

- Produsaun aas liu
- Sabór di'ak
- Hohrae 3 riku ho vitamina A



Ai-luka 1, 2, no 4

- Produsaun aas liu
- Isin-boot
- Ailuka 1 sabor moruk
- Ailuka 2 no 4 sabor di'ak



Sele no Noi Mutin

- Produsaun aas liu
- Fulin boot no fai di'ak
- Sabór di'ak

Karik ita interese atu kuda variedade ai-horis hirak ne'e, bele kontaktu Produtor Fini Komersial no Grupu Komunitade Habarak Fini liuhusi Ministeriu Agrikultura no Peskas (MAP) iha ita-nia munisípiu.

Konteúdu sira iha pájina 6 no 7 mai husi:

**Seeds of Life
Fini ba Moris**

Prosesu Rai Xupa Bee



1

Udan monu rai



2

Teras mós ajuda
prosesu rai xupa bee



3

Bee sulin sai bá
bee-matan



1

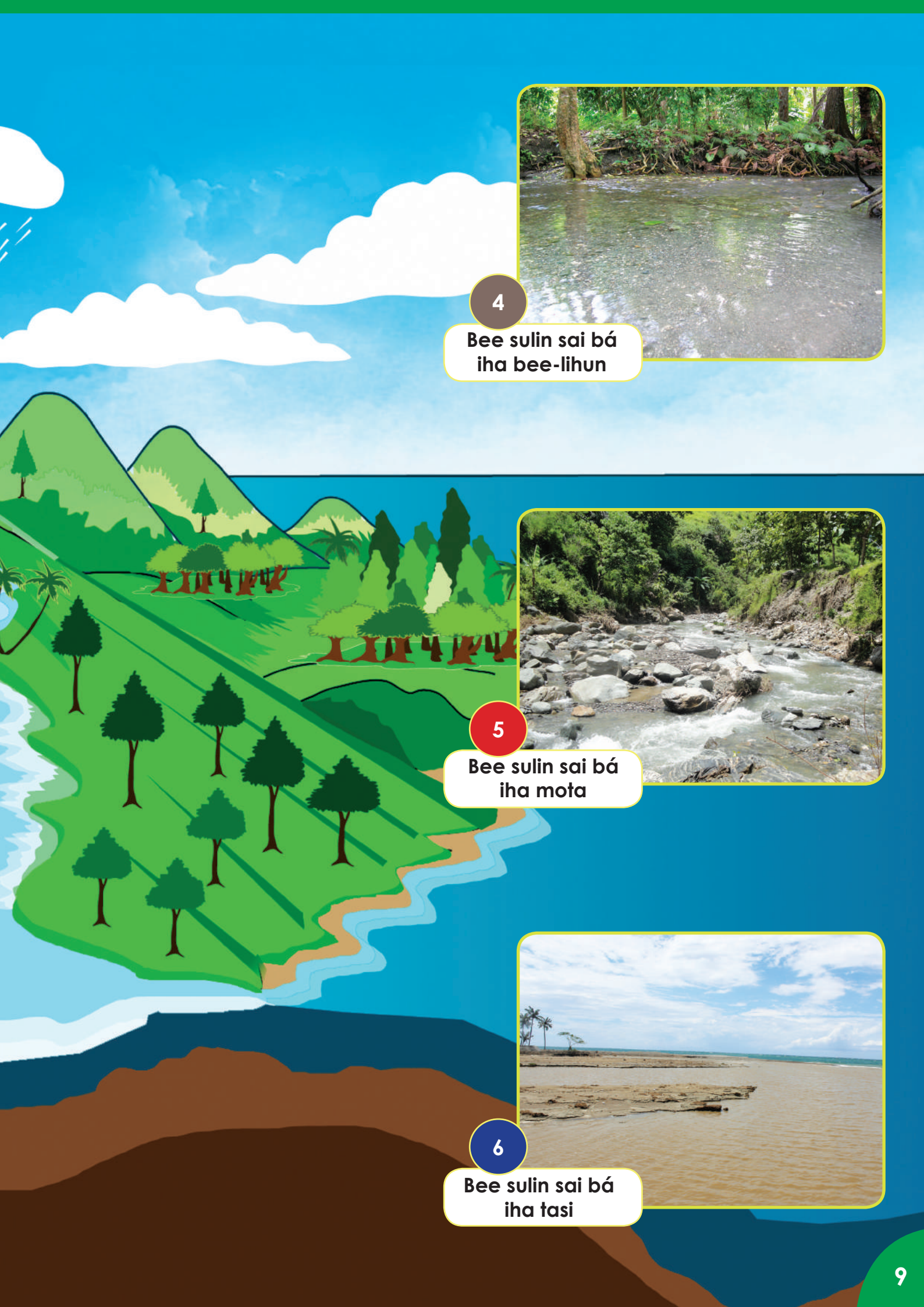
2

3

4

5

6



4

Bee sulin sai bá
iha bee-lihun



5

Bee sulin sai bá
iha mota



6

Bee sulin sai bá
iha tasi



Kontribuisaun Ema Nian Atu Ajuda Prosesu Rai Xupa Bee.

Mai ita hamutuk hadi'a ita-nia floresta no hamenus rai monu.



Halo bee-dalan.



Uza teras bainhira kuda batar no modo.



Kuda halo liña no halo kurva.



Kontrola beibeik bee-dalan.



Prodús ai-horis floresta.



Halo reflorestasaun.



Halo irrigasaun tuun.



Proteje rai-monu.



Kuda ai-horis kahur malu.



Hadi'a sistema agrofloresta.



Kuda lehe hodi tahan rai. Hamenus rai-monu no rai nia suar.



Lehe mós sai hanesan adubu.

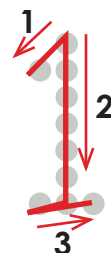
Glosáriu

Floresta: Ai-laran; **Reflorestasaun:** Kuda fali ai-oan ba fatin ne'ebé mamuk; **Kurva:** Hale'u ka hali'is.



1
ida

Ezemplu:



2
rua



3
tolu



4
haat



5
lima



Nutrisaun

Ida ne'e mak ai-han oin-oin ba bebé no inan isin-rua.



Di'ak ba inan nia matan no fuan.



Ai-han ne'e, di'ak ba inan nia nehan, kakutak, fuuk, ruin, ain-uat.





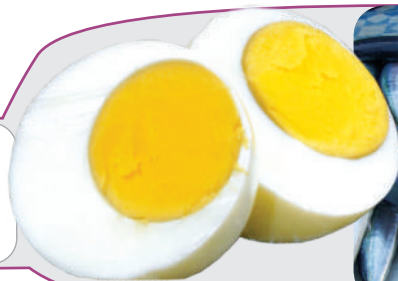
Asam folat: prevene bebé moris sedu.



Ferru: atu aumenta raan ba inan no bebé durante bebé iha isin.



Ai-han fó forsa: hadi'a no haforsa bebé nia ruin.



Ai-han haburas: ajuda atu dezenvolve bebé iha inan nia isin.



Hakarak bebé hetan isin di'ak? Han ai-han oioin durante isin-rua.

Mensajen:

Bá nafatin sentru saúde hodi konsulta no kontrola durante inan isin-rua.

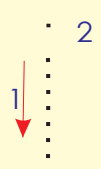
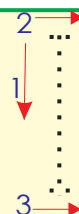
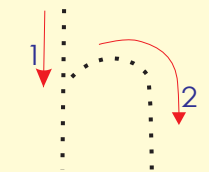
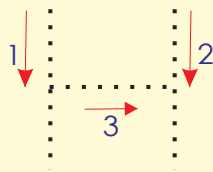
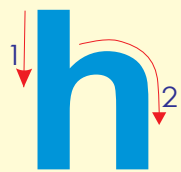
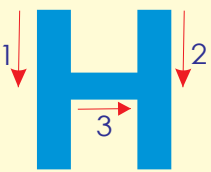
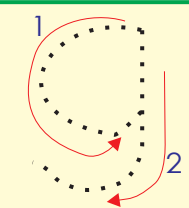
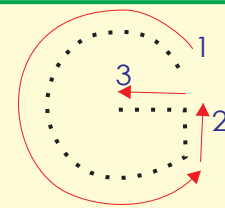
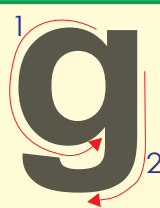
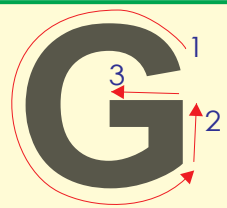
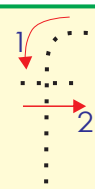
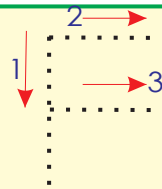
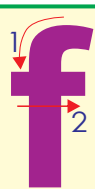
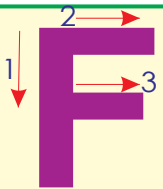
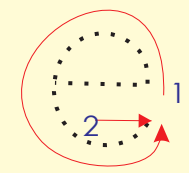
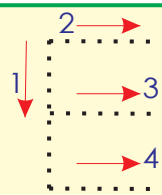
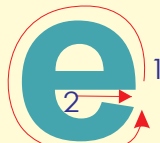
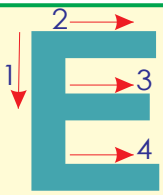
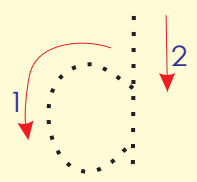
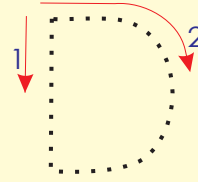
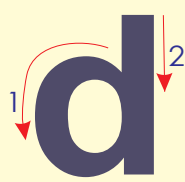
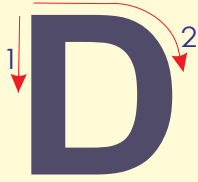
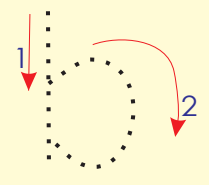
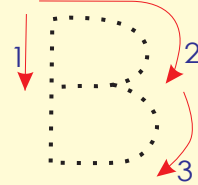
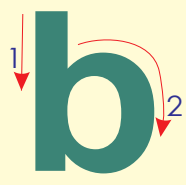
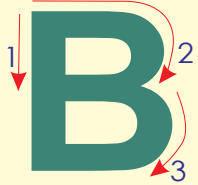
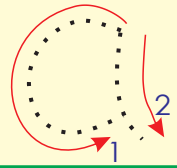
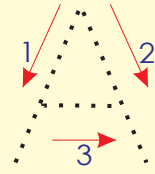
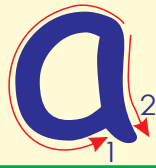
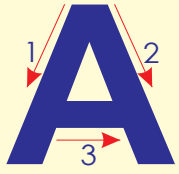


Glosáriu

Asam folat: Vitamina ne'ebé nabeen iha bee.

Mai Kuñese Letra

Ho Mau Sesta



Forma Liafuan

a

ai



b

bibi



d

dihi



e

ema



f

fahi



g

goma



h

hena



i

1

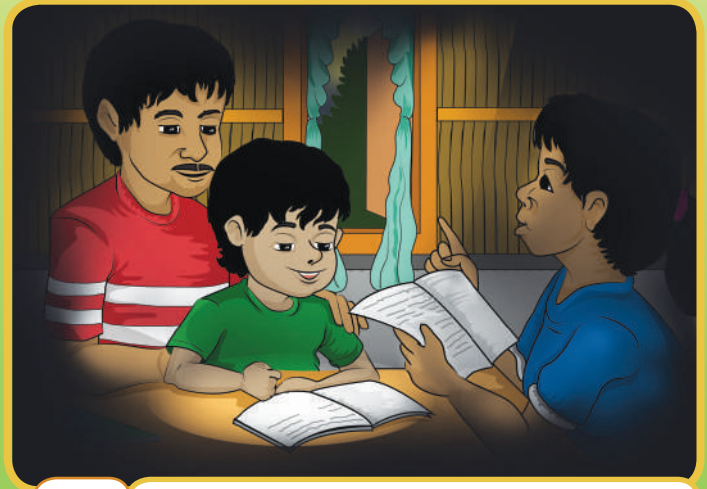
ida



Família Kontente



1 Boralai badinas estuda.



2 Amá ho apá lee istória ba Boralai molok bá toba.



3 Rona manu-lian, amá fanun Boralai.



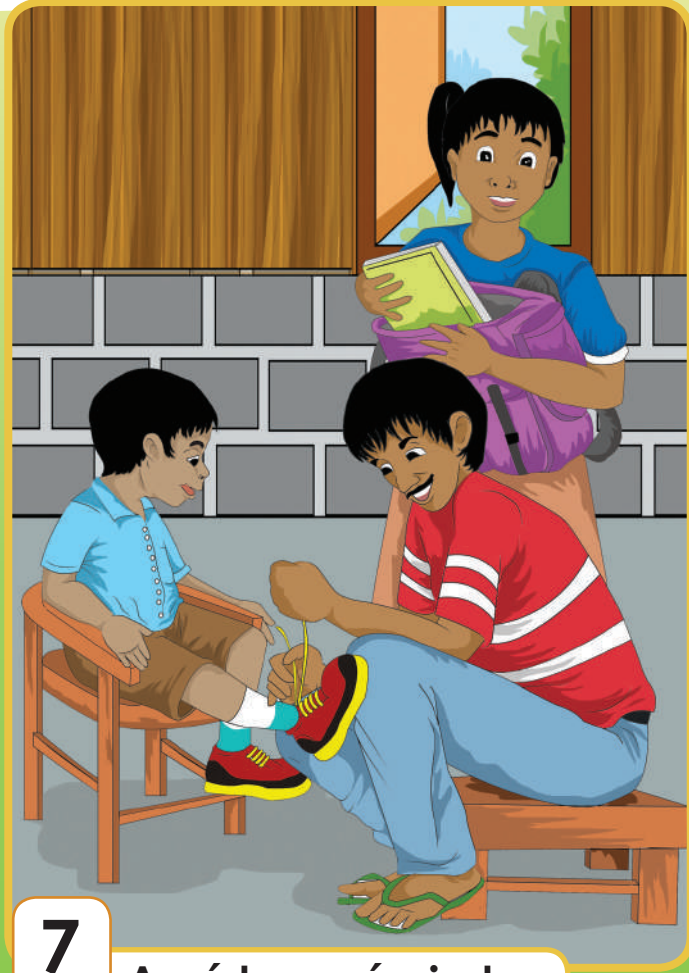
4 Amá ho apá da'an fehuk atu sira matabixu.



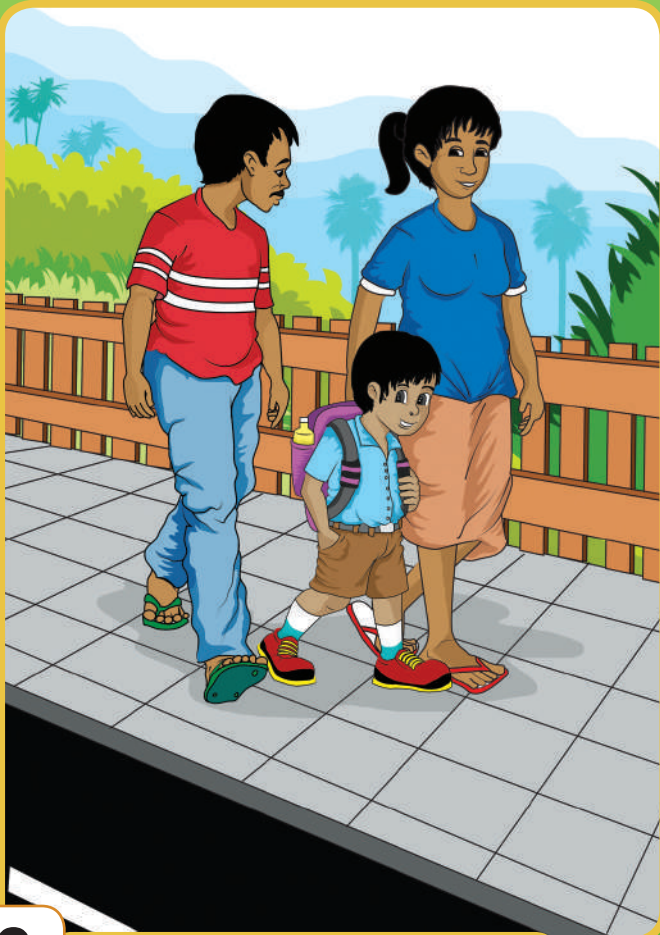
5 Boralai ajuda amá ho apá dasa-rai.



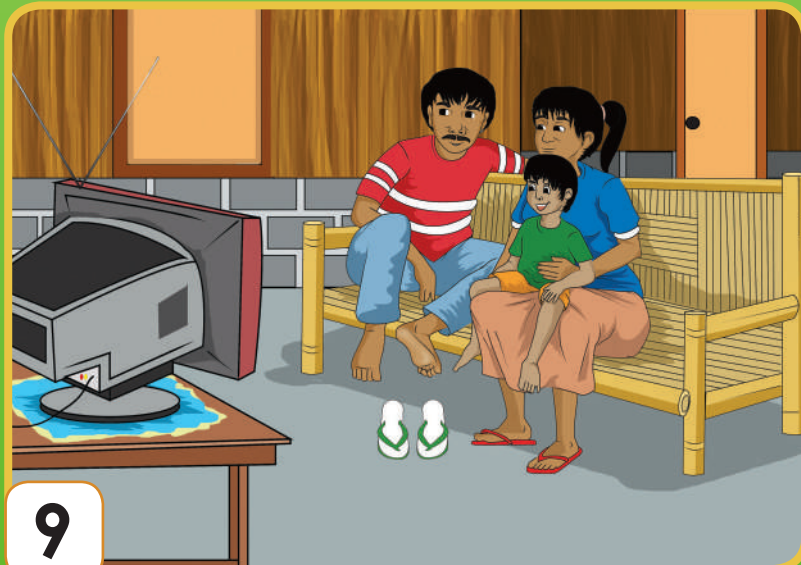
6 Sira han hamutuk.



7 Amá ho apá ajuda fó hatais Boralai.



8 Amá ho apá lori Boralai bá eskola.



9 Família Boralai moris ho kontente.

Direitu Ema ho Defisiénsia



Ema ho problema ain

Haktuir Konstituisaun Repúblika Demokrátika Timor-Leste (KRDTL) katak sidadaun ho defisiénsia iha direitu no mós obrigasaun hanesan sidadaun sira seluk no labele halo diskriminasaun ba sidadaun ida tanba nia kondisaun fíziku ka mentál iha artigu 21, númeru 1, no Artigu 16, númeru 2.

Artigu sira iha Konstituisaun RDTL ho Polítika Nasionál ba ema ho defisiénsia hatudu katak ema ho defisiénsia mós iha direitu hanesan ema ne'ebé maka la ho defisiénsia.

Baibain ita uza liafuan negativu ba ema ho defisiénsia sira no sira sente triste. Ita hotu-hotu bele suporta sira liuhusi ko'alia di'ak atu nune'e sira bele kontente.

Ita labele bolu ema ho defisiénsia ho liafuan sira hanesan: Matan-aat, Ain-aat, Tilun-diuk, La normál, Bulak, Ema-Beik, Mudu, Miring, Monok, Ain-tohar, Liman-tohar, Liman-tuuk ho Ain-tuuk nst.

Liafuan ne'ebé mak ita bele ko'alia ka bolu sira mak: Ema ho problema fíziku, ema ho problema matan, ema ho problema tilun, ema ho problema haree, ema ho problema mentál no problema intelektuál.



Ema ho problema matan

Iha Timor-Leste ita iha ona POLÍTICA NASIONÁL INKLUSAUN NO PROMOSAUN BA DIREITU EMA HO DEFISIÉNSIA, asina iha data: 5 de Jullu 2012 husi Ministériu da Solidariedade Sosiál no aprova iha Konsellu Ministru. Governu Timor-Leste seidauk asina no ratifika Konvensaun Direitu ba Portadores Defisiénsia (UNCRPD/ United Nations Convention on the Rights of persons with Disability). Maibé governu iha vontade ba asina no ratifika Konvensaun ne'e, espera katak iha finan hirak oinmai bele realiza.

Tansá Oan-Feto Presiza Edukasaun?

Inan-aman tenke fó dalan ba oan-feto sira atu eskola tanba edukasaun maka dalan di'ak-liu ba oan-feto sira.

Se oan-feto bá eskola, nia sei:

1. Bele hetan matenek.

Ita eduka feto, ita eduka família no nasaun. Feto matenek nia sei sai inan no fó edukasaun di'ak ba oan sira iha futuru.



2. Ajuda oan feto la kaben sedu.

Oan feto sei eskola nia sei la kaben sedu. Oan feto ho idade ki'ik, seidak bele atu isin-rua no hahoris.

3. Hetan Servisu.

Feto matenek, nia bele hetan serbisu iha fatin di'ak. Bele mós sai ukun na'in.

4. Sai lideransa.

Feto ne'ebé matenek nia bele sai lideransa iha uma-laran, sosiedade no instituisaun ruma. Bele mós foti desizaun tanba tuur iha pozisaun importante.



5. Redús konflitu.

Feto matenek nia sei ajuda halo dame iha sosiedade no família.

6. Suporta ekonomia.

Feto ne'ebé matenek nia sei iha kbiit atu serbisu no bele halakon ki'ak iha família no comunidade.



Ofisiál Polísia Suku

Hakarak hatene kona-ba saida maka OPS no nia knaar?

- Halo vizita husi uma bá uma.
- Halo reuniaun ho lider komunitária sira.
- Fo edukasaun ba comunidade atu prevene krime.
- Halo atendementu ba problema.
- Reuniaun ho membru KPK (Konsellu Polisiamentu Komunitáriu).

Tuir mai ezemplu ida husi atividade balun ne'ebé OPS sira hala'o maka hanesan vizita uma bá uma.



Problema balada: Tia Maria nia fahi han Tiu António nia batar iha to'os.

Sra. Maria, ita-nia fahi sultan ka lae? Agora han hotu ona ha'u nia batar ne'e!

9

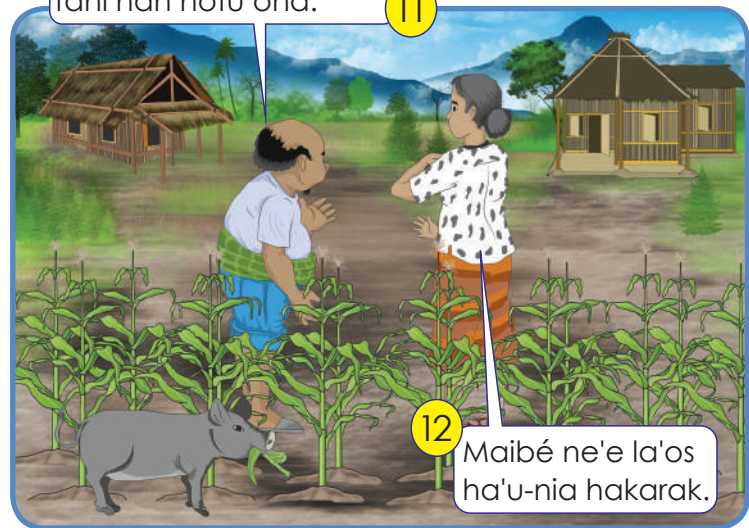


10

Deskulpa Sr. António. Ha'u sultan maibé fahi halai sai husi luan.

Ita tenke selu ha'u nia batar hirak ne'e, tanba fahi han hotu ona.

11



12

Maibé ne'e la'os ha'u-nia hakarak.

Deskulpa Tiu ho Tia. Saida maka ha'u bele ajuda?

13



14

Sin. Ami prezisa Sra. Júlia atu rezolve ami-nia problema.

15

Sr. António hakarak loos ha'u selu nia batar.

Polísia suku halo kordenasaun ho autoridade lokál atu rezolve kazu sivil.

Ha'u kontaktu ba xefe suku nune'e ami bele halo mediasaun.

16



17

Ha'u konkorda ho Sra. Júlia.

Mai ita bá sede suku hodi rezolve



Oinsá xefe suku ho ofisiál polísia suku rezolve problema ida ne'e? Ita atu hatene iha edisaun tuir mai.



Konteúdu sira iha pájina 20-21 mai husi:



USAID
HUSI POVU AMERIKANU



The Asia Foundation
Improving Lives, Expanding Opportunities

Lian Komunidade



Bainhira ha'u simu Revista Lafaek ba comunidade, ha'u sente kontente tebes tanba hafanun fali comunidade sira-nia moris liuhusi informasaun no hanorin buat foun ne'ebé ami la hatene atu ami bele hatene liután.

Mário Cuca (45), Xefe aldeia ER Coatung, Aissirimou, Aileu-Vila, Aileu.

Ha'u gosta tebes bainhira simu Lafaek. Ha'u lee artigu negósiu. Bainhira hetan osan husi fa'an modo, ha'u la gasta hotu maibé rai hela balun ba oan nia futuru.

Meliana Kolo (30), Aldeia Lio, Seloik-Kraik, Aileu-Vila, Aileu.



Ha'u kontente tebes bainhira simu Revista Lafaek ba Komunidade tanba atu ajuda ha'u-nia família, oan, viziñu no comunidade liuhusi informasaun hanesan dezeńu, foto ho liafuan ne'ebé aumenta ha'u-nia hanoin no matenek. Muda inan-aman nia hahalok ba oan liuhusi servisu hamutuk iha uma-laran no halakon hahalok aat hasoru fetu.

Domingas do Rego (45), Aldeia ER Coatung, Aissirimou, Aileu-Vila, Aileu.



Ha'u kontente simu Lafaek. Ha'u lahatene lee, ha'u-nia bei-oan sira maka lee mai ha'u. Sira lee mai ha'u kona-ba tomate. Ami rai didi'ak tomate musan atu kuda atu bele fa'an.

Mau Butar (75), Aldeia Lio, Seloik-Kraik, Aileu-Vila, Aileu.



Ha'u sente di'ak tebes bainhira Revista Lafaek ba Komunidade tama iha ami-nia aldeia tanba iha informasaun barak ne'ebé lorloron ami uza no bele ajuda ha'u-nia comunidade sira-nia moris ba di'ak.

Domingos de Carvalho (48), Xefe aldeia Lio, Seloik-kraik, Aileu-Vila, Aileu.



LIURAI MOTA NIAN

Horiuluk liu, Manu no Balada seluk tan, hela besik mota-ida. Sira la hatene atu foti sé ba sira-nia liurai. Manu-Falur dehan ba sira seluk, "Hai! Imi keta haksasuk malu, agora mai ita haree, ita ida-idak bele halo saida? No oinsá ita bele tulun malu," Manu-Falur husu, "Sé mak hakarak ko'alia uluk."



"Ha'u hakarak ko'alia," Makikit dehan. "Ha'u-nia liras maka'as, ha'u bele semo aas. Ha'u iha mós matan-di'ak atu haree dook. Ha'u haree buat ruma, ha'u bele fó-hatene ba imi." Sira hotu hatán no agradese Makikit.

Tuirmai Manu-Metan ko'alia, "Ha'u-nia lian boot, bainhira Makikit haree buat ruma, ha'u bele hakilar maka'as atu fó-hatene ba imi sá maka mosu daudaun." Sira hotu hatán no agradese Manu-Metan.

Tuirmai Lekirauk ko'alia dehan, "Ha'u isin-kmaan tebes. Ha'u bele haksoit ba fatin ne'ebé aas atu buka hahán no tun-sa'e halo imi hamnasa." Sira hotu hatán no agradese Lekirauk.

Tuirmai Manu-Garsa ko'alia, "Ha'u ibun-tutun meik, ain-aas, bele hakat lailais. Ha'u bele buka hahán ba sira-ne'ebé la bele buka." Sira hotu hatán no agradese Manu-Garsa.

Tuirmai Manduku ko'alia, "Iha kalan ha'u bele hananu ba imi, kalan ona ha'u bele bolu imi hotu ne'ebé hela besik mota ne'e." Sira hotu hatán no agradese Manduku.

Ikusliu Manu-Falur ko'alia, "Ha'u bele halibur hamutuk atu tesi lia, ne'e de'it mak ha'u bele halo."



Hafoin sira hatete ba malu. Manu-Makikit dehan, "Tuir ha'u-nia hanoin Manu-Falur nia hanoin ne'e di'akliu. Nia mós matenek atu tesi lia." "Di'akliu ita hotu tur hamutuk mak ita sei hili ita-nia liurai," Manu-Metan hateten. Sira hotu hatene katak Falur maka matenek liu. Nune'e sira hili Manu-Falur maka sai liurai hodi ukun sira tomak ne'ebé hela besik mota ne'e.

Atu hanoin:

1. Saida maka mensajen husi istória ne'e?
2. Abilidade saida mak imi-nia kolega sira ida-idak iha?

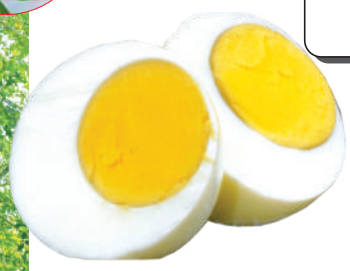
Istória husi: Eulália dos Santos Correia
Vatuboru, Liquiça
Modifika husi ekipa Lafaek.



Kadi Kakutak

Haree liafuan sira iha kraik hodi kompleta liafuan iha koluna laran.

marungi mantolun polísia saburaka **senoura**
 agrikultura forekeli família klínika nutrisaun



A crossword puzzle grid with the following words filled in:

- Row 2: a _ _ o _ _ u _
- Row 3: s e n o u r a
- Row 4: a _ e _ f _ í
- Row 5: g i u l u _ _
- Row 6: u _ _ m _ i
- Row 7: _ l n k _
- Row 8: g _ _ i _
- Row 9: a u a k _