

PAYPAPIAN SO VIAY

IMPROVING OUR LIVES

Written and Illustrated

by

Mrs. Asuncion A. Fajardo

Miss Wivina A. Baldovino

Summer Institute of Linguistics - Philippines, Inc.

Translators

1978

Publishers

Published
in cooperation with
Bureau of Elementary Education
and
Institute of National Language
of the
Ministry of Education and Culture
Manila, Philippines

2nd Printing

09.10-1278-4C

54.20P-786094MG

Printed in the Philippines

FOREWORD

Some of the glory of the Philippines lies in the beautiful variety of people and languages within its coasts. It is to the great credit of the national leadership over the years that no attempt has been made to destroy this national heritage. The goal has been instead to preserve its integrity and dignity while building on this strong foundation a lasting superstructure of national language and culture.

The present book is one of many designed for this purpose. It recognizes the pedagogical importance of dividing literacy and second-language learning into two steps—literacy being the first. When a student has learned to read the language he understands best, the resulting satisfaction in his accomplishment gives the drive and confidence he needs to learn the national language. His ability to read, furthermore, is the indispensable tool for the study this program will require.

The Ministry of Education and Culture of the Philippines is proud to present this latest volume in a nationwide series designed to teach the national language through literacy in the vernaculars. It will strengthen both the parts of the nation and the whole.

JUAN L. MANUEL
Minister

PREFACE

These informational articles were written by Mrs. Asuncion A. Fajardo and Miss Wivina A. Baldovino during their participation at a Writer's Workshop sponsored by the Summer Institute of Linguistics. This was held in Bagabag, Nueva Vizcaya, during November - December, 1974. It is hoped that these articles will help Ivatan speakers make maximum use of their total environmental potential.

It is also intended that this book will help speakers of Ivatan achieve skills of literacy and communication in their own dialect which will help them easily achieve the same skills in Pilipino.

We are grateful to Mr. Rodolfo Barlaan of the Summer Institute of Linguistics for his translation into Pilipino of these articles. The Pilipino is included in Part II in order to help teachers and students in their program of bilingual education.

To read Ivatan, read it the same as Pilipino but read most sequences of vowels with smooth transition. For example read sia as though it were written siya.

Virginia Larson
Summer Institute of Linguistics

PART I

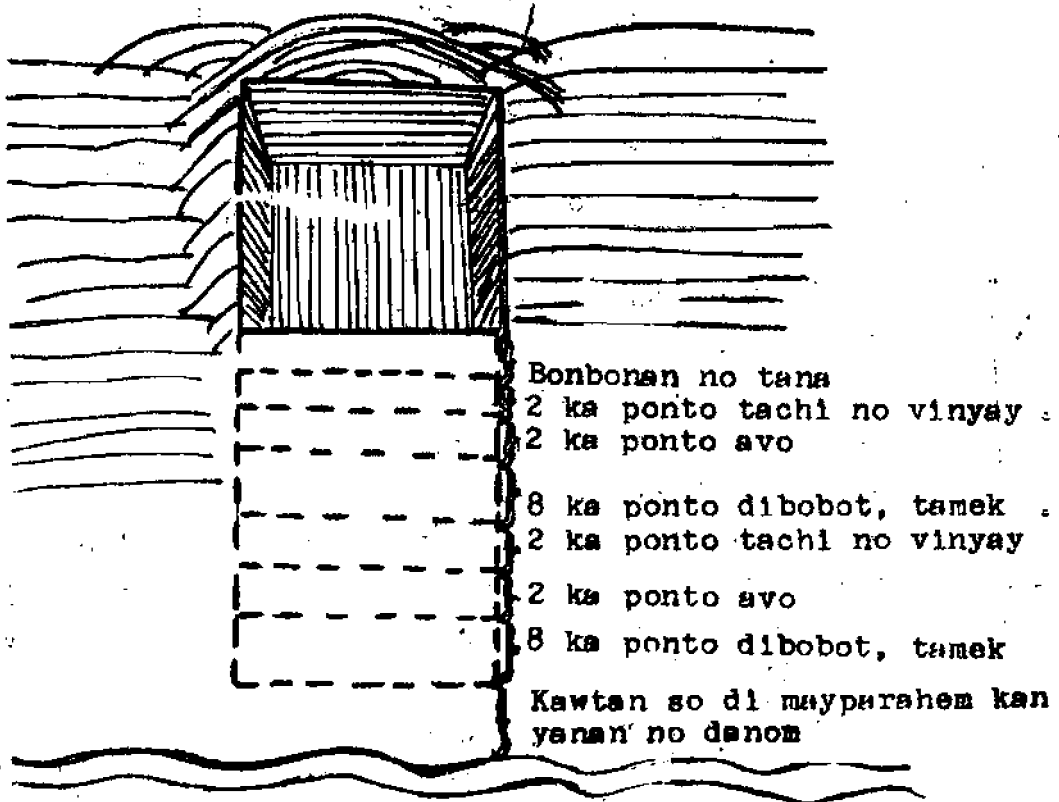
IVATAN

MAYPANGO KAPAYCHATOAN SO PAYMOHAMOHAN

Ango parinyen do kawongdan dana takey?
Masadit kapakahap so mapia mohamoha an mayendes
dana paymohamohan o asa ka takey. No masanib
a parinyen am tomayras dana maypadedekey as kadi
narana omsian no mohamoha ta makayamot do ka-
kolang no mahap na sostansia a yapo do tana.
An ichakey ta o kaavid no mohamoha am tayto sa
o maparin ta do takey a ichapia no mohamoha.
Manoma am no kapangey ta do tana paymohamohan
so fertilizer a yapo do compost pit anmana
compost pile. Ichadadwa na am no katatadi ta
so mohahen ta do takey ta a vatan da so crop
rotation. Is no ichatatdo na am no kapanerbi
so sadiwen sa fertilizer. Amna manerbi tava
so vata daya commercial fertilizer an di nio
pa pinaeksamin o klase no tana nio do Bureau of
Soils anmana di pa kamo nachidngey dira ta
tarek a icherarayaw no mohamoha.

No compost pit am kawot a pang-ahtan so
tametamek a pasaglan so tachi no vinyay, avo,

amed kano tana.



Niaya sa o nesesita ta materiales do kapamarin so compost pit:

1. tiniptip a dibobot, tamek a abo so asi anmana vochid

2. pandapanda do kosina
3. tachi no vinyay - pagad, baka, manok,
bago
4. avo

Niaya o kawnonot no pariparinyen:

1. Maychawot so di mayparahem kan yanan danom do irahem no tana. No karakorakoh no kawtan am omononot do karakorakoh no paynesesitan. An serbien do harden anmana do asa **ka dekey** a takey amna maparin dana o dadwa ka metro so kawvovong, dadwa ka metro so kananaro as kan dadwa ka metro so kararahem.
2. No manoma pangayen do irahem no kawot am no' vohovohong, tiniptip a dibobot anmana tametamek. Maparin a pasaglen dia o pandapanda do kosina. No katoktokpoh na nia am wawaho ka ponto.
3. Pangayen o tachi no vinyay. Dadwa ka ponto o katoktokpoh na nia.
4. Padponen o avo so dadwa ka ponto so katoktokpoh.
5. Pirwahan a parinyen a makayapo do manoma manda do ichapat na tapian mapno o kawot.

An kapno narana amna bonbonan o tana so

kapiahen tapian di somdep o rakoh a danom. Nesesita o katoktokpoh no hovok kano payis na. No katitiban na an tayoka am akmay dekey a tokon tapian an matimoy am iliod ava atavo tana bonbon na. Mananaya so tatdo ka vohan tapian mahta dena o pinangay do irahem. An karahan tatdo aya ka vohan am maparin ta na ahapen o pinangay aya do kawot ta nayvadiw danawri a fertilizer as katalaytay ta na sia do paymohamohan manam kan kapaymohamoha.

No compost pile am inopo a tametamek a pinasaglan so tachi no vinyay, avo, amed kano tana. Niaya o kawnonot no kaparin sia:

1. Mapayrataratay so asa ka logar a dadwa ka metro so ovong as anem a ka metro so anaro as kakanal so maypadivon a panahanan so danom tapian dia oyogan danom o pinangopon aya.
2. Pangopon dana so nitiptip sa dibobot, tangkay sa no paray anmana tametamek a manda do kapakanem na ka ponto so katoktokpoh. Kapiahen a opohen as lasagan ava pisen.



3. Panalaytayan dana so tachi no vinyay a dadwa ka ponto so katoktokpoh as kaparapa sia so asa anmana dadwa ka kilo urea anmana ammonium sulphate an mian.

4. Bonbonan dana no mapia tana a pasaglan so dekey a amed anmana avo a manda do kapakasa na ka ponto so katoktokpoh.

5. An karahan kabonbon dia no tana aya am pirwahan dana isitnan akma so pinarin nio do icharwa parinyen kapangay nio so tinip-tip sa dibobot kano tametamek as kapawnot nio na so ichatdo a manda do ichapat awri no pariparinyen. Katokpohen manghapet a ibobon sia tapian di makolay. Vadivaditden ya parinyen a manda do kapakasa na kan kara metro so katoatohos. Tapian masonong kapakasdep no salawsaw do irahem am manarem kamo so tatdo anmana apat a ka kawayan a nitoliatoliangan as kapatarok sia do hovok no inopo aya. An masadit o kapangay nio sia an tayoka pangopoan am maparin o kapanma nio na sia pataroken do hovok aya no pangopoan aya.

An karahan tatdo a ka domingo am

pakarohen o kawayan as kavadiched so inopo aya. Masadit o kavadiched nio sia'do yanan naya as nesesita o kabdis nio sia do katangked naya tapian no manghapet do inopo aya am mantayrahem do kapayadis aya sia. Diligan nio no dekey a danom tapian masonong a mahta.

An karahan dadima ka domingo am pirwahen a vaditden a payvidien do adan na logar as kavidin mo pa sia ahtahen so apat pa ka domingo.

Anghen ya serbien do paymohamohan? An kahta narana no inopo nioaya am talaytayen nio na do paymohan aya. Mapipia ya as kano sadiwen saya fertilizer. Aran di adpangan o pangayen mo a yapo do compost pile anmana compost pit am ichararayaw ava no mohamoha.

Niaya sa o mayanong ta tovidan do kapamarin aya so compost pile:

* Nesesita o kalaheb sia no salawsaw as kavasavasa sia no danom tapian masonong a mahta. Maparin ava o taywara so kavasa ta mararayaw o dayay no sostansia a ichakey no mohamoha.

* Kapisden ava o kapangopo as kalayayen

tapián makarahan o salawsaw. Niaya o paynesesitan so kawayan a nitoliatoliangan tapián makangay o salawsaw do irahem. No kawayan am dadima ka sentimetro so katavata-tava.

* An mayaraw am nesesita o kavasa-vasa sia as an katiatimoyen am bonbonan no vohong no vinyiveh anmana vochid o tohos no inopo aya tapián dia taywara so kavasa. An irahem na as makohaat am nawri o kavoyan so kari na mahta no inopo aya.

* No maparin sa ahtahen a pangayen do compost aya am dibobot, tangkay no paray, no pinanyinamoran so rakarakanen, tametamek, as katadkan nimotot dana nimsi a tamek ta an pangayen saw am matokos ori do paymohan awri. Maparin ava o maydaktat a tamek.

* No tachi no vinyay am manerbi so tachi no baka, pagad, kabayo, manok kan bago.

* Mapangay ava so dia mahta akma sa so lalata, pasepasek, napsa dijaw anmana tohang.

No katatadi so mohamoha am niaya o abnekan so crop rotation. Nesesita ya do takey ta sa

kanatonan no ratay a firmi ta sa paymohan so paray kano mayis. Mahaven a parinyen am no kawakay sia. Mapia o kawakay sia ta panghapan ta pawri so kanen ta kanira o vinyay ta sa amna mian pa sa o kadwan a mohamoha mapipia pa mapaychatoan so takey as kan rakorakoh pa so sinmo do karakohan ta. Niaya sa mohamoha am mongos, mani, soybeans kano agayap. Mian o vidinyen da no mohamoha aya do tana a sostansia abnekan so nitrogen a oyod a nesesita no paray kano mayis. Ichangangavid ya no mohamoha as dawa mapia ya pawnoten do mayis anmana paray.

No tovidan ta pa an tayoka o kapanyani am ipoha tava o tangkay no paray as vidinyen ta ahtahen do takey aya ta paypapia pa no paymohamohan. Maparin o kasdeb dia as no avo na am paychalawpiten do paymohamohan aya ta nesesita pa sawri no mohamoha ta.

MAYPANGO KAPAYPAWAWA TA SO KARAKOCHAN

An mapia o kanen am mawawa o karakohan ta as maypasonong pa o kapanita ta so paypapia so kaviay ta. Ango pa o maypapia pa ichaytoroh mo do familia mo kan kaparin mo so tomoroh dira so mapia kanen da kararaw tapian maheyet sira as kawawa da.

No pangononongan aya am papanmoan na diaten so mayanong a kanen kano karakorakoh no kanen ta. Maparin kapayparakoh na do karahmet no trabaho ta as katadkan kapaypadekey na kano machitolas ayanti. No kanen ta am maychanem a ka klase asna an kararaw as maparin ta koman so yapo do anem aya ka klase am maparin ta na vatahen o kari narana nakatongtong no chinan ta.

Do omohet aya am kapanmoan ta so anem aya ka klase no kanen kano karakorakoh no kanen ta do asa karaw:

1.



Mohovohong anmana manyo-
hama sa rakarakanen

3/4 no tasa rinakan a
mararem a mohovohong

anmana 1/2 no tasa rinakan a manyohama sa raka-
rakanen. Aran nosio dia o pidien nio, maparin
nio mapaysagel so rakanen nio.

maronggay (vohong)	kangkong
palyak (vohong)	pichay
vohong no wakay	tajam
tohos no sayote	lichugas
vohong no agayap	karrots
saluyot	kalabasa - asi, tohos kan savong

2.



Mian so Vitamin C a kanen

Asa ka machinaho so kara-
korakoh a frotas anmana
asa ka kakchid no rakoh a
frotas akma sa so:

bayawas	lemon
antis	kahil
soha	dokban
kapaya	kalamansi
kotay	manga
	kamates

3.



Kadwan a frotas kan raka-
rakanen

Aśa ka machinaho so kara-
korakoh a protas anmana
kara no tasa rinakan aran
ango do rakakaranen aya:

okra	kamaya
rabanos	pannyaw
abichwelas	granada
pohog	simon
asi no maronggay	avocado
asi no palyak	vinyiveh
asi no sili (rarakoh)	
otot	
kabatiti	
vahosa	

4.



Kanekenen a itovo anmana mian
so protina

Among - tatdo a ka machinaho
so karakorakoh anmana karni
anmana menok - tatdo a ka akmay
vahay no posporo so karakorakoh

kano nakolay a beans anmana mongos - kara no
 tasa rinakan dana anmana sinanyay a mani a kapat
 no tasa kano otioy - dadwa anmana apat a ka ctioy
 do asa ka dominngo. Kadwan sa kanen do grupo aya:

kadwan a karni	domay, sisi,
atay	onot kano kadwan
tawol, bato kano kadwan	pa sa nanawen
a ononed no vinyay	akma sa sia
langganisa	ipon
hamon	dilis

5.

Kanen a matava



6 - 8 so ka kocharita
 mantekilya haneng ho
 haneng nioy
 bahavo gatas no
 nioy nioy

6.



Mahoto anmana kadwan a
 kanekanen a manoroh so
 ayet

Paray: 4-6 so ka tasa nahoto
 do asa karaw

anmana mayis: 5 1/2 - 7 1/2 so ka tasa nahoto
kano ovi, wakay, dokay anmana sodi: asa ka dekey
kano asokar: 7 - 10 so ka kocharita. Kadwan sa
kanen do grupo aya:

soman, palitaw, bibingka kan kadwan pa
kamoting kahoy
tinapay
panocha
frotas a pinarin a kindi

No mavoya nioaya karakorakoh no kanen am
nawri o karakorakoh no kanen ta do asa karaw.

An parinyen taya am ari dana makahap o
karakohan ta so manawob a sostansia a nesesita
a ichayet kano ichawawa no karakohan ta.

Aran aro itoroh ta matatarek a kanen do
familia ta as di ta parinyen do ahahawen ta
kakeyan da nia am maparin ta sava posposan a
koman sia. Tayto mayhahaw diaya kapanotong so
wakay kano kadwan pa mian do kavahayan taya a
masesdep as manoroh pa so sostansia.

CAMOTE SNOWPEAK

Serserbien:

2 ka tasa pinita wakay

3 ka kochara asoy no kalamansi

3 ka kochara mantekilya

Parinyan sia:

Pitahen so kapiahen o wakay. Parapahen dana o kadwan sa serbien. Kapiahen dana choren a manda do kapasagesagel na so mapia. Kapiahen mo na omahon do panay akmay tokon anmana aran ango kakeyan mo nia as kaserbi mo na sia. An chakey mo an maparin mo a laboran no pasas do tohos na tapian navid katiditidib sia.

Camote Cake

Mapaysagel so:

1 1/2 ka tase haneng anmana shortening

2 ka tasa asokar

Batilen a manda do kahabni narana. Parapan so

4 a ka kavoyan otioy. Batilen so kapiahen.

Parapan so 4 a ka kochara makohat a danom as

taywara ava so kakohat. Sirnien as kaparapa so:

2 1/4 ka tasa arina (maparin a manerbi so
cake flour)

3 ka kocharita baking powder

1/4 no kocharita asin

1 ka kocharita cinnamon, an mian

1 ka kocharita nutmeg, an mian

Pabatilen dana o 1 1/2 no tasa nikodkod a mata wakay. Parapan so 1 ka tasa nisagsag a mani kano 1 ka kocharita vanilla. Batilen so kapiahen o 4 a ka kaydakan no otioy. Parapahen dana pasaglen do pinaysagesagel aya. Pangayen dana do marahem a pangorman so 25 mangay do ka 45 na so ka minotos a maykohat so 350 degrees Farenheit.

RICE MUFFINS

Paysaysaglen no:

- 1 ka tasa mavaaw a nphoto a paray
- 1 ka tasa gatas
- 2 ka otioy a nibatil so kapiahen
- 4 a ka kochara haneng
- 2 a ka kochara asokar

Sirnier sira ya as kaparapa sia:

- 1 1/2 tasa arina
- 1/2 kocharita asin
- 3 ka kocharita baking powder

Payadisen mo na do nihaneng a muffin tins anmana pangorman so 2/3 so kapnopno as kaorno mo na sia so 20 - 25 so ka minotos do ornoan a maykohat so 400 degrees Farenheit.

COCONUT HONEY

Paysaglen:

1 ka tasa gata no niroy

2 ka tasa asokar

Pakbwalen a manda do kavokay na. Fangayen mo na do hapet no tinapay anmana mahoto.

BANANA MUFFINS

Paysaglen:

1/2 tasa mantekilya

1 ka tasa asokar

Parapan so:

2 ka nibatil a otioy

1 ka tasa pinita vinyiveh

Sirnjen as kaparapa so:

2 1/2 tasa arina

1/2 kocharita asin

Liwliwen as kaparapa mo sia do pinaysagesagel:

2 1/2 kocharita soda do 1 kochara danom

Parapan so:

1 ka kocharita vanilla

Payadisen mo na do nihaneng a muffin tins anmana pangorman so 2/3 so kapnopno as kaorno mo na sia so 20 - 25 so ka minotos do ornoan a maykohat so 400 degrees Farenheit.

Mayanong ta sa tovidan an manotong tapian di mabo sostansia do rakarakanen kano karni:

1. Nanayahen ava o kahayo no rakarakanen manam kan karotong dia.
2. Lablavan o rakarakanen manam kan kaktekteb anmana kakodit dia.
3. Kataripsen o kakodit do rakarakanen.
4. Ibabad ava so mayendes do danom ta kalablavan o sostansia.
5. Aktekteven anmana koditan o rakarakanen an kaserbi dana sia tapian di machirayay o kadwan do sostansia do dinyanga na.
6. An maysalad am parinyen an kakan dana sia.
7. Rotongan ava o rakanen so mayendes ta mabo sostansia na an taywara so nakahoto.
8. Kanen o rinakan an kahoto na.
9. Serbien o asoy no rinakan ta ari dawri o kadwan no sostansia.
10. Tavayen o danom manam kan kapatbong mo so rakanen.
11. Tohongen o panakanan tapian di mayati o sostansia.
12. An maparin kadi dana sia koditan o rakanen am mapipia o kadi sia koditan ta mian o sostansia do kodit na.

13. Choren ava o rinakan an rotongan.
14. An di nesesita o kalablab do among kano inolokan an lablavan pava.
15. Rotongan so kaynapieken o karni do di taywara so kasabsab a apoy.

AN KOLANG TA DO SOSTANSIA YAPO DO KANEN TA

Ango maparin diaten an kolang mahap ta sostansia do karakohan ta? Mawara an kadwan o kaknin ta no karakohan ta, ta aran mayfirmi ta mabsoy a kananam anmana aran mayfirmi ta koman am kayan pa no kakaha ta, mahma so karakohan as kagaganiten ta.

Niaya o rakoh dana problema ta do Pilipinas aya o vata daya malnutrition anmana kakolang ta do sostansia. Mahaven a kavoyan siaya am sira o kametdehan a di pa somdep do iskoyla a may-awan so dadima ka kawan a maypadekey as kanira o ina mangovot so metdeh anmana mapasoso so anak da.

No ina a mangovot so metdeh am nesesita da o masostansia kanen ta an kolang am pakayapoan no kakaha no karakohan no metdeh as kakaha no ina na. Kapipipia no kanen no ina am kayeyet kan kawawawa no metdeh as kan kaparin na so mapasoso, manoroh so mapia a gatas do anak na katadkan an mian o diferensia no karakohan na.

Chinaproyban darana no nachinanawo o kapipia no kapasoso so metdeh kan kapaybibiron sira. Manoma am no kasaray nia itoroh do metdeh.

Vatahen tava o kangdet na anmana katahaw na ta sivog a nitempla dira do kametdehan. Manamonamo pa as nesesita ava pakbwalen. Maparin mo a itoroh do metdeh aran ango oras. Ichadadwa na am nawri o kadidiw sia no metdeh o kaddaw nia.

Sira o kemetdehan am no kavoyan so kakolang no sostansia do karakohan da am makaha sa, mahay sa makadisna, mahay sa makatnek as kahay da makayam. Mahay a mayamonyit o vovo no oho da as kan kahay da maynyipen. No kadwan am makekdes sa tomovo makayamot do kakolang no kanen da itovo anmana protein foods. No kametdehan am nesesita o katidib do mapia kanen da do manoma dadima ka kawan da ta nawri omparin so karakohan da an maypararakoh sa.

An maypatoneng dana o tawo am mian maygoiter anmana daktak do lagaw. Maparin ya diaten an kolang kakan ta so nanawen do kalawangan anmana kolang do iodine. An kadwan am mahohed ta am asa pakayapoan na am an kolang anmana makaha o raya ta. Nesesita o kakan ta so maynakem do iron tapian maypayet o raya ta. Mahap ta ya do ononed no vinyay akma so atay, bato kano rakanen sa akma so palyak kano vohong no wakay.

Tapian dia makarapit diaten o pandidiwan saya

as tiban ta pa o kawnot ta do mayanong, sa
kanen ta. .Tovidan ta sa o anem aya ka-gropo no
kanen tapian maparin ta padoadodogen dawri o
kanen ta kararaw.

KAPANGSOL SO AMONG

No niksolan a among am no among a nibabad do inasinyan a danom as kaksol dia tapian may-papia o teham na as kan kaparin pa sia konokonen. Maytavo ava o niksolan a among a maparin a mayendes a konokonen. amna an kakolayen ta as kapakasin ta sia am mayendes a mapia. Parinyen daya do matarek a kavahayan no abnekan da so tinapa as maparin ta ya do kavahayan taya an aro nahap a among as ichakey o kayendes na maparin a konokonen. Mapipia pay as kano kapawpaw ta sia ta an mayendes o pawpaw aya am makehnet amana mamek as an kadwan am matavang. Niaya o parinyan da sia:

1. Namonamohen among. Pakarohen arang as kano ononed na sa.

2. Lablavan so karahosen o hapet kano irahem na.

3. Iabad do 10 per cent danom a inasinyan; no ichakey na vatahen am sesiam ka parti am danom as no asa ka parti na am asin. Vidinyen dia mayapo do 30 ka minotos a mangay do ka 60 na ka minotos tapian madid a mapakaro o raya no among.

4. Firwahan a pangayen do maasin a danom o among as karotong mo dia so makayapo do asa mangay do kapat na kawras. No kayenyendes no kayan naya do asin am mononot do ichakey mo a kapayipayit na, karakorakoh no among kano klase na as kano kayenyendes no kakey mo sia konokonen.

5. Lablavan mo na do danom.

6. Talaytayen mo na do bilaw a abkohen.

7. Ano ichakey mo am rotongan mo among do dinyanga no kombwal a danom manda do kasari dana no mata aya no among. Karahan na naw am abkohen mo na sira do bilaw.

8. Aksolan mo na sa so 30 ka minotos a mangay do kapakasa na kawras manda do ichakey mo a kolor kano taham.

No pangsol aya am item anmana nibalbal a kayo as kapayhehet mo sia no marem a vohong no bayawas. Maparin o pinangalagalan am manerbi kava so manichet ta an kadwan am makan moava o among. Niaya o maychasa a kapangsol akmay kapangsol mo so barbecue.

No maychasa aya kapangsol am makahakaha o apoy na asna mayendes ta ararawen anmana domi-dominggohen am mapia o taham na as kakolay

na so mapia. Maparin a mayendes a konokonen.
Maparin mo na kanen an tayoka aksolan.

NO KAPAYBAGO TA.

Do kaynyen danaya no haneng as kan kapachilolok so ichan am mapia pa o kapachinanawo ta do kapaybago tapian mian o serbien ta as tapian di ta na manadiw. Mahaven am mian pa saya o vohong no wakay kan kadwan pa tametamek a maparin ta itoroh do bago an makey ta mangonong do vahay. An makey ta maybago, am tayto sa o matatarek a maparin ta parinyen a makasidong diaten do kapaybago ta.

NO KAFAMIDI SO KLASE NO BAGO

An mapayaroaro ta so bago am niaya sa o tovidan ta:

1. No payapoyapoan ta bago am tiban ta pa o maroarchen so kapayanak. Mapanmo ta ya an mamidi ta do korang a nayanak so makayapo do wawaho a maypangay.

2. No payanaken a mavinayi am tiban ta pa o mapangto a koman a dia pidi do kanen. No karakohan na am masi, mawvong so vokot as manaro so karakohan. No payanaken a bago am mavid an metalamad ngaraw no soso as makayapo

do asa poho a mangay do ka 14 na so karoaro. No kokod sa no mavid a mavinayi am mabahedbed a matatalineng as mavavawa. Mamidi so payayanaken a mavinayi do 8 anmana maypangay a masasaliwawa as kan rarakoh so karakohan a nanak.

3. No mevid a korang am maypidwa mayanak do asa ka kawan, as maday do kapayanak na am maypayhahaw ava kan 8 o maviay an posinyen dana sa. Mamidi kamoawa so korang a matapi so kokod, maybichid so vokot anmana maydiferensia so yatas. Nesesita o kadi na magaganiten no korang.

4. An manadiw anmana mamidi so loko a bago am pidien sa o maheyet a rarakoh so karakohan as masaliwawa a mawvong so vokot. No kokod na am maheyet a matatalineng as mavavawa. Mamidi kamo so loko a mapia so kamalomalokoan.

5. No mavid a payrakorakohen a ipawlok a bago am no masasaliwawa as kan mapangto a koman. Mamidi kamoawa so mapaw so karakohan, anmana makakaha so katitiban a mian so mapipia a boboh ta maalovo sava.

KANEN KANO KAPAKAN SO BAGO

No maybago am firmi na chitahen o katovo da so malisto no bago na. Maparin ya aran manerbi

so makalo kan masonong sa mahap a timotimosen do takey anmana panpanda do kosina as kapiahen sa pakanen.

Rakoh protina a mahap no bago do inagiling a mayis kano apdi no paray. Rakorakoh protina no inagiling a mayis. No protina am chabebel da payparahmet no bago. No mayis kano apdi aya no paray am maparin a pasaglen do dodoh. Mapia pa o katoroh dira so timotimosen da mohovohong. Amna maparin ava o kataywara no itoroh a ipil-ipil do manam a ipabwag a mavinayi ta ipayvotevoteng na anmana makahap ava.

L. Kapakan so korang

Mayanong kapakarakorakoh ta so itoroh a kanen no mavinayi asa ka dominggo manam kan asa ka dominggo nakarahan no kapabwag na. Maparin dana sa pakanen so adan a karakorakoh no kanen da an nakarahan asa ka dominggo do nakapabwag no korang. Tiban ta pa o kahosto no kanen no mawala bago. Amna maparin ava no taywara so katava ta maypayhahaw o makatineng a nanak do vodek na. No karakorakoh no tava na am kadekedekey no yanan no nanak do irahem no vodek na.

Payparakohen so kara anmana asa ka kilo o kanen no mawala korang do manawdi a tatdo manda do apat ka domingo a kawala na.

An mavoya ta makey dana makawalay an nesesita ava o kapakan sia as an nakarahan kapakawalay da an panayahen o karahan no 12 kawras no nakapakawalay na as kapakan sia. As an maynyinyit am torohan so kara no kilo dodoh anmana inagiling a mayis anmana apdi no paray a pinasaglan so danom.

Torohan ava so tayrakoh a kanen o vayo pa nakawara inan ta ipaysobra so gatas a mahap no nanak. An sobra o mahap no nanak a gatas am ichaganit da. Kaynapieken a payparakohen o kanen na - asa ka kilo kanen o itoroh do omonot a araw karahan no kapakawara na as karapa dia so kara no kilo kararaw mamanda do kapakaanem na anmana kapakapito na ka kilo, omonot do karoaro no nanak. Niaya o kaparin na kanen no inan a mian so wawaho ka nanak:

Araw	Karakorakoh no kanen
araw no kapakawara	arava o kanen
ichadwa na karaw	asa ka kilo
ichatdo na karaw	asa kano kara no kilo
ichapat na karaw	dadwa ka kilo

ichadima na karaw

dadwa kano kara no kilo

ichanem na karaw

tatdo ka kilo

ichapito na karaw

tatdo kano kara no kilo

ichawaho na karaw

apat ka kilo

Maparin a pasaglan o dodoh so apdi no paray anmana voyvoh dana o apdi no paray a pinasaglan so danom.

Tatdo karaw manam kan kapamosin as kan tatdo manda do dadima karaw karahan kapamosin no inan am paypadekeyen o kanen na so kara anmana kakatdo na mamanda do adan na kakan tapian maypadekey dana o gatas na ta an rakoh gatas na pa am pakayapoan ilatek no soso na am maparin a ichaganit no bago. Kawayakan ava torohan so danom a kararaw.

2. Kapakan so loko

Pakanen o loko so kapiahen tapian mayet as masaliwawa. Anna tiban o kadi na maypatavan so taywara ta maypatalakak a mamwag.

3. Kapakan so nanak

Nesesita o kabebel no katovo no nanak a makayapo do kawara da. No karahrahmet da no nanak an kapakawawaho da ka domingo am kasonosong no kapayrararakoh sira. Dawa nesesito o kasanga nira pakanen so ichakalo da payparakoh.

Posinyen sa an kapakanem da mamanda do kapakawawaho da ka domingo.

KAPAYANAK NO BAGO

Mian kavoyan ta so kakey na machiloko no mavinayi a bago. Niaya am maparin do asa mamanda do dadima karaw anmana dadwa mamanda do tatdo karaw do karowan da. Tod a miropirwa ya maparin do mavinayi maday so 18 - 24 a karaw anmana do karowan da am 21 a karaw.

Makey dana sa machiloko o apat mamanda do anem so ka vohan o mavinayi amna taywara pa so kakalo kapachiloko nia as kan paypawadi no katovo na. Maparin dana sa ipachiloko an wawaho dana sa ka vohan.

No kayenyendes no kawala no inan am 110 a manda do 118 a karaw anmana do karowan am 114 a karaw (3 ka vohan, 3 ka domingo, 3 karaw). Tapian mapanmo ta o araw no kapakawara no bago am mayvidavidang so 110 a manda do 118 karaw a makayapo do nakapachiloko nia.

Mayanong kapaloko no mavinayi do manoma araw a kapavoya na no kakey na machiloko. Tapian aro as kano rarakoh o nanak na am nesesita o kapaloko sia maypidwa do mawnonot a araw do asa ka

loko. No ichadwa no kapabwag nia am maypahay
ava kan 24 a kawras.

KAPANGONONG DO BAGO

Aran manngonngo dino o kadam mo so bago mo
as dimo a onongan so kapiahen am maynyoha pa o
kakapet na.

Sira o bago am nesesita da o katoroh dira
so ipakaro so ipet da do irahem an manam kan
kapayananak sira. Mian medisina akma so Worm X
a itoroh dira do bago dadwa ka domingo manam
kan kapachiloko da. Torohan sa so 4 a ka
kochara maday do 90 ka kilo a rahmet da am
nawri ompakaro so ipet da do karakohan da.

An masngen dana sa makawara am pataywawahen
o korang do kadwan a bago tapian di da sa pay-
chadaganan o anak na sa. Ano mahay sa makawalay
o bago as nakarapit dana o 12 so kawras a kapa-
kadidiw na am torohan nio so atbek a Oxytocin
(30 - 60 units) ta nawri o mapahbet so anak na
as kan mapakaro pa so navidin pa do kapayananak
as kan kapasoy na so soso na. An mawara sa o
nanak am mian mavoya nio a mataripis a ahpet
da. Nyisnyisan nio ya no malinis a lamit. No
pesed no dedekey saya bago am maparin nio a

akteven. Mamidin kamo so dadwa ka ponto as kakteb nio sia no malinis a pangteb. Tapian omhes a mayraraya as bedberen nio no ilo a nita-hem do alkohol as katovatova sia no tintora yodo o niktevan sia tapian dia kelaposan. No nyipen no nanak a vata da canine teeth am oyod ya matarem as maparin ya akteven a pakarohen as kayhawan nio ngares na ta marawa. Pakarohen ya tapian dia rawa o soso no ina.

No manoma gatas no ina da a tawagan ta so colostrum am oyod a mapia ori a sosohen da no anak. Oyod ori a masostansia nesesita no bago a ichawawa da. An karahan o kapakawalay na am tiban ta o kasoso da atavo no anak na sa.

An kadwan am maytatachi sa o bago ta an karahan asa ka dominggo. Makatachi sa so maranom a masohaw a manyohema as kaoyod na mavoyok. Sira o maydaktat so niaya am maparin da ichadiman do sinahad no 24 so kawras. Asna an malibri daya am oyod sa makekdes a tomovo. Torohan sa so Terramycin Animal Formula anmana Neoterramycin 25 an kapakadadima da karaw so kararakoh.

Torohan sira o nakawalay aya korang so masostansia kano masdep a kanen da tapian rakoh sosohen da no nanak as kawawa no ina da. Mian

itoroh dira do dedekey aya bago an somitnan dana sa koman a Terramycin anmana Mecadox 10 Premix, ipakan ya so bago a ichalolovo da as kan ipavawa so kapaytatachi da.

Mahaven a kaposin so nanak am anem a mangay do kawaraho da ka domingo. An mapia o katidib dira as kalolovo da am maparin dana sa posinyen an nakarahan tatdo anmana apat a ka domingo.

Sira o maloko a nanak a ichaskeh a loko am kaponen sa an kapakadadwa da ka domingo. Tovavahen nikaponan sira no Terramycin Ointment tapiian makalo a mavaaw as kan tapiian dia asdepan malapos.

An ichakey nio sa vidinyen a atavo am pangayen nio sa do kolongan a payparohen nio sava kan 20 ka nanak ta makasodib sava o dedekey dira am pakayapoan no chakenken da tomovo as kan maysosonyit sa.

Mapia pa o katoroh so ipakaro so ipet da an kapakatatdo da ka vohan as kapirwa sia an karahan anem a ka vohan.

Sira o bago am nesesita da o kayan rekoh a danom. An rayon am firmi sa talakatakan no denom tapiian omhanebneb karakohen da. Mapia an maparin kamo so lata akmey pandilig anmana mamarin

kamo so pariosan da.

DAKTAT NO BAGO KAN TOVATOVA DA SA

1. An maypet o bago ta sa am oyod sava tomovo as mapia aya o katonaw no kanen da. Mahaven am mian diferensia no poaw kano atay da makayamot do ipet da sa. Sira o bago a dadima ka vohan a may-padedekey am oyod a masadit katovo da as kagogo da makayamot do diferensia no poaw.

Mian sa o tovatova a ipakaro so ipet akma so Worm X. An worm X o serbien am dadwa ka kochara maday do 45 ka kilo so rahmet no karakohan. Pasaglen nio do kanen da a mian so danom.

Anmana mian so dedekey a nodular worms. No ipet a akma sia am ilatek no tinayi no bago. Sira o ipet aya am machidket sa do irahem no rakoh a tinayi as mawadi o kapachitneb no sostansia no chinan aya no bago makayamot dira do ohed saya. Manerbi pa so Worm X anmana no kadwan pa a tovatova a panovatova dia.

2. An makoto sa o korang am anti an mayanak sa am makoto sa ta mahap da do ina da as nesesita o kaphot nio sia no Pfi-Spray. Niaya am tatdo ka kochara o pangayen nio do 1 1/4 gallon a danom as kaserbi nio so kara no tinimpla aya a yaphot

nio do bago..

3. No ganit da pa asa am mastitis anmana kalatek no yatas da no korang. Tayto pa abo o hosto a kapatakan no pakayapoan na as ahahawen da am no karawa no soso no ina da no matatarem a nyipen no nanak. An maypahara ya am maparin kabo dana no gatas na. No tovatova na nia am no katbek nio sira no Combiotic (10cc) anmana Liguamycin Injectable (20cc) kararaw a manda do kapia na.

Aro pa sa o kadwan a daktat no bago a ichaparin da madiman no nayendes ta sa damen ta mian pa sa o daktat da oyod a manyinawan ta maparin o kahap da atavo no bago ta sa. An kayan no maganit a bago ta, am pataywawahen. Kalinisen o yanan da as katoroh dira so mapia kanen da.

An abo sa o vata aya medisina dia am mian pa sa o kadwan a maparin.

KAPAYPARO SO MAPIA OMSI A KAYO

An makataham ta so masdep a asi no kayo am firmi ta yahes o votoh na mohahen am mapia o kadwan ta makalo a omsi as no dayay am mananaya ka pa so dadima anmana anem a kakawan as kasi narana. Mian dana diaten o mapayamot aya so mohamoha am aro pa sa o dia omparin sia. Mian pa sa o kadwan a parinyen a ichakalo na omsi no nimoha ta. Mian mahap ta sa do matarek a kavahayan a masesdep a mohamoha am an kwanasaw am mawtan ta ichakey nava o klima do divatan ay. Nesesita o kapachinanawo ta pa do vata daya artificial propagation tapian mavidin sa o mapia aya mohamoha as kan no adan ta mohamoha diaya am maypasesdep as kapaypararakoh no asi da. Maychatdo pariparinyen a payparo kano paypapia so mohamoha ta omsi a kayo.

1. Markoting anmana kapayamot

No parinyan siaya am no mohamoha akma so kalamansi, lemon, dokban, soha, kotay, dalayap kano kahil. No masesdep so asi as payamoten am an nakarshan asa ka kawan a maypangay am maparin nio na payasien. Niaya o kaparin sia:

a. Mamidi kamo so mapia yangaw no kayo a omsi dana.

b. Koditan nio a maypadivon so maypidwa so ovong kan katavatava no yangaw aya payamotan as kodkodkoren nio paytaywawan aya no kodit na kano kayo na tapian dia mirwa mayamonit o kedit naya.

c. Pangayan nio na so dia taywara so kavasa a yamot no homahom o chinoditan awri sia as kapongos nio sia no plastic as katedbed sia tapian dia pakaro. An abo yamot no homahom am maparin tana as vasavasahen ta makey a makolay.

d. An kavoya nio na so yamot na am akteven nio as kamoha nio sia do lata anmana sopot a plastic. Pangayan nio so mapia tana. An kadwan am somavong as kasi na do kayan na pa do lata am pakarohen nio asi na ta an di na manat am pakayapoan no ichadiman na. An karahan tatdo ka vohan am maparin dana abdisen do tana. Maparin nio na pasien an kapakasa na ka kawan.

2. Grafting anmana kabdis nio so mapia omsi a kayo do adan dana mohamoha

Parinyen ya do omsi a kayo a mayalit so

klase, akma so adan dana soha a maparin nio a pangayan so soha naychina. Mapia ya parinyen do mangga, avocado, soha kano kalamansi. Maychadwa o kaparin sia - cleft grafting kano wedge grafting. No cleft grafting am niaya o kaparin sia:

- a. Manidib kamo so yangaw no chinaproyban dana masdep so asi a mawrioritek kano yangaw aya pamdisan nio. Akteven nio as kapamidin nio so dadwa anmana tatdo ka payablakan na.
- b. Do yangaw a pamdisan am tagahen nio as kapaseksek nio dia so yangaw aya no masdep aya kayo. Tiban kapaynaho no panahanan aya no kanen no adan aya kayo kano vayo aya pang-ayen tapian maviay.
- c. Bedberen nio na no aran ango a pamedbed akma so avaka, lastiko anmana plastic tapian mavidin a machidpeh.
- d. An kayan dana no tohos anmana ablak no vayo aya mohamoha am maparin dana pakarohen o bedbed na as pakaroan nio pa so yangaw lo ahbo no vayo aya ablak tapian malovo.

No wedge grafting am masngen a mayalit kano cleft grafting as no pachitarek da am no wedge grafting am pangayen nio nikteb nicaya vayo a yangaw do totok no yangaw. Aktevan nio o tohos

no yangaw na so aran asa karangan so kananarò as kasirak nio sia. Pasekseken nio o vayo aya yangaw do nisirakan nioaya sia as kableded nio na sia. Parinyen grafting aya an no dia katiatimoyen ta an ngayan no danom am pakayapoan no kararayaw no atngeh no vayo ori a ablak.

3. Budding anmana kapamdis nio so ichakey nio a mohamoha do adan dana mohamoha do kavahayan aya

Akma so Chinese lemon kano masdep a soha am maparin nio a pangayen do kayo no adan dana lemon diaya. An maviay as omsi anti ya am no ablak aya no lemon am omsi so lemon as no ablak no soha am omsi so soha. Anmana mian vayo a soha yapo do Baguio anmana do Mindanao am an kaviay na as manghap kamo do ablak na so pangayen nio do adan dana soha dia am mapipipin o kaviay na kano vayo aya mohamoha takwan si pinamdisan nioaya am kaywaman narana o klima do divatan aya. Niaya o kaparin sia:

- a. Manidib kamo so asa ka payablakan no masdep aya mohamoha as kaharip nio sia do kayo naya as kahapen nio o ablak aya.
- b. Manghap kamo so asa ka mohamoha nio do lata as adpangan nio masngen a apat

anmana dadima ka ponto yapo do atngeh na as kaparin nio so akmay rakoh a letra T do kodit naya. Giliten nio no ipangan.

c. No ablak aya inahap nio am haripen nio a akteven shbo no ablak kano ato na as kapa-seksek nio sia do nitaga nioaya kodit no adan aya mohamoha.

d. Kahotan nio no plastic o pinangayan nioaya so vayo aya ablak. An katwaw dana no ablak aya am tedteran nio na o kayo aya no adan a mohamoha do ato no yanan no vayo aya ablak. Sichangoriaw am no mohamoha nioaya adan pa am nayvadiw a no vayo aya s navasavatan nio. An kasaray nio na no kaviay narana am mohahen nio na do tana. An karahan no asa ka kawan am maparin dana omsi.

PART II

PILIPINO

Translated by:

Mr. Rodolfo Barlaam

Summer Institute of Linguistics

ANG PAGPAPATABA SA LUPA

Ano ba ang dapat na gawin kung hindi mataba ang lupa? Mahirap magkaroon ng magagandang pananim kung laging natatamnam ang bukid. Ang kada-lasang nangyayari ay paliit ng paliit ang mga pananim at sa bandang huli ay hindi mamumunga dahil kulang ang nakukuha nilang sangkap sa lupa na nagpapalago sa kanila. Kung gusto nating malago ang ating pananim ay may mga bagay na dapat nating gawin para mapabuti natin ang mga pananim. Ang una ay ang paglalagay sa lupa ng pataba na galing sa nabulok na basura. Ang ikalawa ay ang pagtatanim ng iba-ibang uri ng pananim sa iba-ibang panahon ng pagtatanim at ito ang sinasabi nilang crop rotation. Huwag tayong gagamit ng patabang nabibili kung hindi pa natin ipinasusuri ang ating lupa sa Bureau of Soils at kung hindi pa tayo nakikipag-usap sa kanila.

Ang compost pit ay isang hukay na pinaglalagyan ng mga damo, mga dumi ng hayop, apog at lupa upang ang mga ito ay mabubulok. Ang mga sangkap na kailangan sa paggawa ng compost pit ay ang mga sumusunod:

1. mga pinutol na damo at 'yong mga ibang damong walang bunga
2. mga tira-tirahan sa kusina
3. dumi ng mga hayop (kalabaw, baka, manok at baboy)
4. abo

Ito ang mga alituntunin sa paggawa:

1. Maghukay ng mababaw lang sa lupang walang tubig. Ang laki nito ay batay sa pangangailangan. Kung para sa mga pananim

sa bakuran lang o kaya'y sa maliit na bukid ay tama na ang dalawang metro kuwadrado at dalawang metro rin ang kalalim.

2. Ang unang ilalagay sa hukay ay mga dahon, o kaya'y mga damo. Iuwede ring isama ang mga tira sa kusina. Gawing walong pulgada ang kapal nito.

3. Ipatong ang dumi ng hayop at gawing dalawang pulgada ang kapal.

4. Patungan ng abo at gawing dalawang pulgada ang kapal nito.

5. Sunding muli ang unang alituntunin hanggang sa ikaapat na alituntunin. Punuin ang hukay.

Kung puno na ay tabunang mabuti ng lupa upang walang gaanong tubig na papasbk. Gawing mataas-taas ang gitna kaysa sa paligid. Ang itsura nito kung matapos ay parang maliit na bundok. Gawin ito upang kung uulan ay hindi magsasag ang lahat ng lupang itinabon. Maghintay na lamang ng tatlong buwan at mabubulok na iyong mga inilagay sa hukay at puwede nang kunin dahil ito'y naging pataba at puwede na nating ikalat sa bukid bago tamnan.

Ang compost pile ay isang bunton ng mga damong hinaluan ng dumi ng hayop, abo, apog at lupa. Ang mga alituntunin sa paggawa ay ang mga sumusunod:

1. Pantayin ang lugar na napili na may dalawang metro ang laki at anim na metro ang haba. Gumawa ng kanal sa palibot nito para may daraanan ang tubig at hindi aagos sa bunton.

2. Ibunton ang mga damo, uhay ng palay hanggang sa maging anim na pulgada ang

kapal. Pag-ingatang ibunton. Huwag yapakan kung gustong idiin.

3. Ikalat ang dumi ng hayop sa ibabaw nito hanggang sa dalawang pulgada ang kapal at lagyan din ng dalawang kilong urea o kaya'y ammonium sulphate kung mayroon ito.

4. Patungan ng magandang lupa at haluan ng kaunting apog o kaya'y abo hanggang sa maging isang pulgada ang kapal.

5. Pagkatapos patungan ng lupa ay sundin ang ikalawang alituntunin. Lagyan ng damo at mga iba at saka naman sundin ang ikatlo hanggang sa ikaapat na alituntunin. Ipagpatuloy hanggang sa maging isa't kalahating metro ang taas. Gawing makapal ang huling patong para hindi matuyo. Para madaling pumasok ang hangin sa gitna ng bunton ay gumawa ng tatlong matutulis na bumbong at lagyan ng mga butas at itusok ang mga ito sa gitna ng compost pile. Kung mahirap na itusok ito kung tapos na ang bunton, puwedeng ilagay na sa simul pa ng paggawa nito.

Pagkalipas ng tatlong linggo, alisin ang mga bumbong na may butas at baliktarin ang bunton. Baliktarin sa malapit sa kinalalagyan nito dahil hindi puwedeng baliktarin kung hindi ililipat. At sa pagbabaliktad, 'yong nasa ibabaw ay magiging nasa ilalim. Diligin ng kaunti para madaling mabulok.

Pagkalipas ng limang linggo, ay balik-taring muli at ibalik sa dating kinalalagyan. Bayaang mabulok pa sa loob ng apat na linggo.

Paano ginagamit ito sa bukid? 'Pag bulok na ang ibinunton, ikalat ito sa bukid. Mas mabuti ito kaysa biniling pataba. Maski huwag na ninyong sukatin ang dami ng ilalagey ay hindi makasasama sa mga pananim.

ng ating pagkain at pagkain din ng mga hayop. Pero may mga pananim na mas mabuting pampataba sa bukid natin at mas maraming gamit sa ating katawan. Ang mga halamang ito ay ang mga mongo, mani, balatong, at sitaw. Ang mga pananim na ito ay nag-iiwan sa lupa ng sangkap na kailangang-kailangan ng palay at mais at ito'y ang tinatawag nilang nitrogen. Pinalalago nito ang mga halaman kaya mas mabuti itong itanim pagkatapos ng palay o kaya'y mais.

PAANO NATIN MAPAPALUSOG ANG ATING KATAWAN

Kung mga wastong pagkain ang kinakain natin, malusog ang ating katawan at madali ang pagpagpaunlad natin sa ating kabuhasan. Wala nang mas mabuti pang maibibigay natin sa ating mag-anak kundi ang pagbibigay ng wastong pagkain araw-araw upang maging malusog at malakas ang ating mga anak.

Ang kaalamang ito ang magpapatid sa atin sa mga uri at dami ng pagkaing kailangan natin. Puwedeng damihan kung mabigat ang trabaho ngunit huwag gawing mas kaunti sa mga sinasabi dito. May anim na uri ang ating pagkain, at kung makukuha natin ang isa o dalawa sa mga ito ay masasabi nating wala nang kulang sa ating pagkain.

Ang mga sumusunod ay ang mga anim na uri ng pagkain at ang wastong dami ng kakinin natin sa isang araw.

1. Mga dahon at dilaw ng gulay
3/4 tasang gulay na dahon o kaya'y
1/2 tasang dilaw na gulay.
Puwede maski alin sa mga sumusunod ang pipiliin ninyo at puwede niyong paghaluin ang igugulay ninyo.

malunggay (dahon)	kangkong
ampalaya (dahon)	petsay
talbos ng kamote	mustasa
talbos ng sayote	letsugas
talbos ng sitaw	karot
kalabasa - bunga, talbos o kaya'y ang bulaklak	

2. Pagkaing may Bitamina C
Isang katamtaman ang laking prutas
o kaya'y isang malaking prutas.

bayabas	limon
atis	kalamansi
suha	mangga
papaya	kamatis
tangherina	milon
dalanghita	

3. Mga ibang prutas at gulay

okra	mabolo
labanos	pinya
sitaw	granada
sigarilyas	pakwan
malunggay (bunga)	abukado
sili (bunga)	saging
ampalaya (bunga)	
puso ng saging	
patola	
talong	

4. Mga pagkaing may protina
Isda - tatlong katamtaman ang laki
o kaya'y karne o manok - tatlong
hiwa na kasing lalaki ng bahay ng
posporo, at saka buto ng sitao o
kaya'y munggo - kalahating tasa o
kaya'y kalahating tasang sinangag
na mani. At saka itlog - dalawa
hanggang apat sa isang linggo.

Mga ibang pagkaing mapapa-
bilang dito.

mga ibang karne
atay
puso, bato, at mga ibang
lamang-loob

longganisa
hamon
dilis
hipon
susong at iba pa

5. Mga pagkaing may langis - anim
hanggang walong kutsara
margarina niyog
mantika gata ng niyog
taba ng baboy langis ng
 niyog

6. Kanin at mga ibang pakaing
pampalakas.
kanin - apat hanggang anim na
tasa o kaya'y mais - lima't ka-
lahati hanggang pito't kalahating
tasa, at saka ube, kamote, gabi -
isang maliit. At saka asukal -
pito hanggang sampung kutsarita.

Mga ibang pagkaing mapapabilang
dito:

suman, palitaw, bibingka at
mga iba pa
tinapay
panutsa
prutas na ginawang kendi

Ang dami ng pagkaing nakikita ninyo ay
siyang kailangan sa isang araw. Kapag ito
ang susundin natin sa paghahanda sa mga
pagkain natin, makukuha nating lahat ang
mga sustansiyang kailangan ng ating katawan
para maging malakas at malusog.

Kahit maghanda tayo ng maraming pagkain para sa ating pamilya kung hindi nila magugustuhan ang ating pagluluto ay hindi natin sila mapipilit na kumain nito. Naririto ang ilang mga lutuing maaari nating sundin sa paghahanda ng kamote at iba pang mga pagkaing matatagpuan dito sa atin na hindi lang masarap kundi nagdadagdag pa ng sustansiya.

Camote Snowpeak

Mga sangkap:

- 3 tasang minasa na nilagang kamote
- 3 kutsarang katas ng kalamansi
- 3 kutsarang asukal
- 3 kutsarang margarine

Paraan sa paggawa:

Masahing mabuti ang kamote. Idagdag ang ibang nga sangkap. Haluing mabuti. Ayusin na parang punso o kanit na anong hugis sa plato at ihain. Maaaring budburan ng pasas para maging maganda.

Rice Muffins

Paghaluin:

- 1 tasang pinalamig na kanin
- 1 tasang gatas
- 2 itlog, batihing mabuti
- 4 na kutsarang mantika
- 2 kutsarang asukal

Bistayin ang mga sumusunod at ihalo:

- 1 1/2 tasang arina
- 1/2 kutsaritang asin
- 3 kutsaritang baking powder

Ilipat sa hulmang pinahiran ng mantika at ipasok sa pugon na may 400° F na init sa loob ng 20 hanggang 25 minuto.

Matamis na Bao

Ihalo:

- 1 tasang gata ng niyog
- 2 tasang asukal

Pakuluin hanggang malapot.

Gamitin sa tinapay o kanin.

Banana Muffins

Ihalo:

- 1/2 tasang margarina
- 1 tasang asukal

Idagdag:

- 2 binating itlog
- 1 tasang minasang saging

Bistayin at idagdag:

- 2 1/2 tasang arina
- 1/2 kutsaritang asin

Tunawin at idagdag:

- 2 1/2 kutsaritang vanilla

Ilipat sa hulmang pinahiran ng mantika at iluto nang 20 hanggang 25 minuto sa pugon na may 400° F na init.

Camote Cake

Maghalo ng 1 1/2 tasang mantika o "shortening"

- 2 tasang asukal

Paghaluing mabuti. Lagyan ng 4 na pula ng itlog. Haluing mabuti. Dagdagan ng 4 na kutsarang hindi masyadong mainit na tubig.

Bistayin at idagdag ang mga sumusunod:
2 1/4 tasang arina o "cake flour"
3 kutsaritang baking powder
1/4 kutsaritang asin
1 kutsaritang cinnamon (kung mayroon)
1 kutsaritang nutmeg (kung mayroon)

Ihalo ang 1 1/2 tasang kinayod na kamoteng hindi luto.

Ihalo ang 1 tasang dinurog na mani
1 kutsaritang vanilla

Batihing mabuti ang puti ng 4 na itlog.
Ilagay ang puti ng itlog sa pinaghaluhalo na.
Ilagay na sa malalim na hulma at ipasok sa pugon ng 25 hanggang 45 na minuto na may init na 350°F.

ANG MGA DAPAT NATING ALALAHANIN SA PAGLULUTO UPANG HINDI MAWALA ANG SUSTANSIYA

1. Huwag hayaang malanta ang mga gulay bago lutuin.
2. Hugasan ang mga gulay bago hiwain o balatan.
3. Manipis lang ang alisin kapag binabalatan ang mga gulay.
4. Huwag ibabad nang matagal sa tubig at maalis ang sustansiya.
5. Hiwain o balatan ang mga gulay kapag gagamitin na para hindi mawala sa hangin ang sustansiya.
6. Kapag nagsasalad ay gawin o ihanda ito ng mga ilang minuto lamang bago kumain.
7. Huwag iluto nang matagal para hindi mawala ang sustansiya.
8. Kainin agad ang gulay pagkaluto.
9. Gamitin ang sabaw ng gulay dahil nandoon ang ibang mga sustansiya.

10. Timplahan ng asin ang tubig bago ilagay ang mga gulay.
11. Takpan ang pinaglulutuan ng gulay para hindi madala sa hangin ang sustansiya kapag kumukulo na.
12. Kung maaaring hindi na balatan ang gulay ay mas mabuting huwag nang balatan sapagka't may sustansiya rin sa balat.
13. Huwag haluin ang nilulutong gulay.
14. Kung hindi kailangang hugasan ang gulay o karne ay huwag nang hugasan.
15. Dahan-dahang iluto ang karne sa hindi kalakasang apoy.

ANG MANGYAYARI SA ATIN KUNG KULANG SA SUSTANSIYA ANG KINAKAIN NATIN

Ano kaya ang mangyayari sa atin kung kulang sa kinakailangang sustansiya ang ating katawan? Kung minsan nagtataka tayo sa ating katawan dahil maski lagi tayong kumakain at laging busog ay mahina ang ating katawan at para tayong maysakit.

Ito ang mabigat na sulirenin sa ating bansa; ang malnutrition o kulang sa wastong pagkain. Kadalasan, ito'y nangyayari sa mga batang may gulang na limang taon at pababa na hindi pa pumapasok sa paaralan, at saka sa mga inang nagdadalang-tao. Ang mga inang nagdadalang-tao ay nangangailangan sila ng masustansiyang pagkain sapagkat kung kulang sila nito ay magiging dahilan ng kanyang panghihina at ganoon din sa sanggol na kanyang dinadala. Kung masustansiya ang kinakain ng ina ay magiging malakas at malusog ang kanyang magiging anak at masustansiya rin ang susu-suhin ng bata, maliban lang kung maysakit siya.

Napatunayan ng mga mananaliksik na mas mabuti kung pasusuhin siya ng kanyang sariling ina kaysa kung siya'y gagatasin. Una, ito ang mapagkakatiwalaang maipapasuso sa sanggol. Hindi natin masasabing kulang sa timpla o kaya'y labis dahil katamtaman ang timpla nito. Malinis ito at hindi na kailangang iinit pa. Puwedeng pasusuhin ang bata kahit anong oras. Ikalawa, dadalang ang pagdadalang-tao ng ina at ang ikatlo, ito ang magpapakita sa bata na siya'y mahal ng ina.

Ang mga palatandaan na makikita sa mga

sanggol na kulang sa wastong pagkain ay mahina sila, matagal bago sila umupo, tumayo at lumakad. Matagal bago tumigas ang kanilang bumbunan at matagal din bago sila magkaroon ng ngipin. Mabagal lumaki ang mga iba dahil kulang sila sa protina, ang sustansiyang magpapalaki sa kanila. Sa unang limang taon, kailangang bigyan ang mga bata ng wastong pagkain dahil nakasalalay dito ang kanilang kalusugan sa hinaharap kung sila'y malaki na.

Kapag tumatanda na ang mga tao, may nagkakaroon ng boso (goiter). Nangyayari ito kung kulang tayo sa pagkaing may yodo (iodine). Kung minsan ay nahihilo tayo. Ang isang sanhi nito ay kakulangan sa dugo o kaya'y mahina ang dugo. Kailangang kumain tayo ng pagkaing sagana sa sustansiyang iron upang lumakas ang ating dugo. Makukuha natin ito sa mga lamang-loob ng hayop kagaya ng atay, bato at sa mga gulay kagaya ng ampelaya at talbos ng kamote.

Para hindi natin maranasan ang mga ganitong paghihirap, dapat nating pagukulan ng pansin ang mga wastong pagkain na kailangan natin. Tandean natin ang mga anim na uri ng pagkain upang maplano na natin ang dapat nating kainin araw-araw.

ANG PAGGAWA NG TINAPA

Ang tinapa ay mga isdang ibinabad sa tubig ng may asin upang maging mas masarap at puwedeng maimbak. Hindi lahat ng tinapa ay puwedeng maimbak sa matagal na panahon. Sa ibang lugar ay gumagawa sila ng tinapa at puwede rin nating gawin dito sa atin kung may mahuhuli tayong maraming isda at gusto nating iimbak. Mas mabuti kaysa sa ibinilad o daing dahil 'pag matagal na iimbakin ang daing ito'y nagiging matigas at kung minsan ay nawawala ang lasa nito. Ganito ang paggawa nila:

1. Linisin ang isda. Alisin ang mga hasang at bituka.
2. Hugasang mabuti ang isda.
3. Iabad sa tubig na may halong sampung porsiyentong asin - ang ibig sabihin nito ay isang gatang na asin sa bawat sampung tasang tubig. Bayasang nakababad mula 30 sandali hanggang isang oras upang maalis ang lahat ng dugo.
4. Ilagay muli ang isda sa tubig na may asin at lutuin dito sa loob ng isa hanggang sa apat na oras. Ang tagal ng paglalagay sa tubig na may asin ay batay sa gustong kaalat ng tinapa, sa laki at uri ng isda at ang tagal ng pag-iimbak.
5. Hugasan na naman.
6. Ilagay sa bilao at patuyuin.
7. Kung gusto ninyo, lutuin ang isda

- sa singaw ng kumukulong tubig hanggang sa umitim ang mata ng isda. Pagkatapos, patuyuin sa bilao.
8. Tapahin sa loob ng 30 sandali hanggang isang oras batay sa gustong kulay at lasa.

Ang gagamitin sa pagtapa ay uling o kaya'y kahoy. Lagyan ng dahon ng bayabas para umusok. Puwedeng gamitin ang pinagkataman pero huwag gamitin ang kahoy na maraming dagta dahil kung minsan ay hindi makakain ang tinapa.

Ang pagtatapa ay parang pagluluto ng barbecue.

Ang isang uri ng pagtatapa ay sa mahinang apoy ngunit matagal ito dahil aabutin ng isang araw o isang linggo bago matuyong mabuti at magkaroon ng lasa. Puwedeng iimbak ng matagal.

Puwede nang kainin kung tapos nang matapa.

PAG-AALAGA NG MGA BABOY .

Sapagka't tumataas ang halaga ng mantika at karne, ay nararapat na matutuhan natin ang pag-aalaga ng mga baboy para hindi na tayo bibili ng karne. Marami tayong makukuhang mga tangkay ng kamote o mga damong maipapakain natin sa ating mga baboy sa ating mga bukid kung gusto nating mag-alaga ng baboy sa ating bakuran. Naririto ang ilang mga bagay na dapat nating sundin kung mag-aalaga tayo ng baboy.

PAGPIPILI NG LAHI NG AALAGAANG BABOY

Kung tayo'y pipili ng ating aalagaang baboy ay dapat nating isaaisip ang mga sumusunod:

1. Ang una nating aalagaang baboy ay dapat na palaanakin. Malalaman natin ito kung pipili tayo sa mga biik ng inahin na nagkakaanak ng hindi kukulangin sa walo.

2. Ang ating paaanakin na inahing baboy ay dapat na malakas kumain at hindi mapili sa pagkain. Ang kanyang katawan ay dapat na malamán, malapad ang likod at mahaba ang katawan. Mahusay kung ito ay may 10 hanggang 14 na buhay na suso. Ang mga paa ng mahusay na inahing baboy ay matipuno, tuwid at magkalayo. Pumili ng inahing baboy mula sa hindi kukulangin sa 8 na malulusog na biik na may malalaking pangangatawan.

3. Huwag pumili ng inahin na may lapad na paa, lundo ang likod o kaya'y may kapansanan sa suso. Ang magaling na inahing baboy ay nanganganak nang dalawang beses bawa't taon at hindi kukulangin sa 8 ang mabubuhay sa

kanyang mga biik kung sila'y nawalay na sa inahin. Hindi dapat na palasakitin ang inahing baboy.

4. Kung bibili ng bulugan, piliin 'yong may matipunong pangangatawan, malulusog at may malapad na likod. Ang mga paa'y dapat na malalakas, tuwid, at magkalayo. Pumili ng bulugang talagang bulugan ang itsura.

5. Ang mahusay na alagaang baboy para ipagbili ay yaong malusog at malakas kumain. Huwag pumili ng magaan ang pangangatawan o mukhang mahina na makapal ang balahibo sapagka't karaniwan ay hindi sila mabilis lumaki.

ANG PAGPAPAKAIN AT MGA PAGKAIN NG BABOY

Ang mga nag-aalaga ng baboy ay gusto nilang mabilis ang paglaki ng kanilang mga baboy. Madali lang ito kahit na ang mga ipinapakain natin ay mga damong madali nating makuha sa bukid at mga tira sa kusina kung pinapakain natin sila nang mahusay.

Maraming protina ang nakukuha ng baboy sa giniling na mais at darak. Mas marami ang protina sa mais. Ang protina ay sustansiyang nagpapalaki at nagpapabigat sa baboy. Maaari nating ihalo ang giniling na mais o darak sa nilutong pinagtalupan ng kamote, ubi, at iba pa. Mabuti rin kung bigyan natin sila ng mga dahon ng kamote o mga damo. Ngunit huwag bigyan ng maraming ipil-ipil ang mga inahing baboy na ipapalahi sapagka't maaaring maging dahilan ito ng pagiging baog niya.

1. Ang pagpapakain sa inahing baboy

Nararapat na damihan natin ang kinakain ng inahin, isang linggo bago siya ipapalahi at isang linggo pagkatapos ng pagpapalahi.

Pagkaraan ng isang linggo mula sa pagpapalahi ay maaari na siyang bigyan ng kasindami ng dati niyang kinakain. Kailangang mahusay ang pagpapakain natin sa buntis na baboy. Kaya lang huwag siyang pakakainin ng masyadong marami at baka siya tataba nang masyado. Kung mataba siyang masyado ay kaunti lang ang anak niyang mabubuo sa kanyang tiyan sa dahilang puro taba na ang loob ng tiyan at sisikip ang kinaroroonan ng mga bilig.

Damihan lang ang pagkain ng inahin nang kalahati o isang kilo sa huling 3 o 4 na linggo ng kanyang pagkabuntis.

Kung napapansin natin na siya'y manganganak na ay huwag na siyang pakainin hanggang labing dalawang oras pagkatapos niyang manganak. Ngunit kung sakaling siya'y nag-iingay, bigyan siya ng kalahating kilong mga tira, giniling na mais o darak.

Ang katatapos lamang nanganak na inahin ay huwag bigyan ng maraming pagkain sapagka't masyadong dadami ang gatas na makukuha ng mga biik at ito'y maaaring dahilan ng kanilang pagkakasakit. Dahan-dahang damihan ang kanyang pagkain - isang kilong kaning baboy ang ibigay sa sumunod na araw pagkatapos niyang manganak. Dagdagan ang kinakain ng inahin nang kalahating kilo araw-araw hanggang magiging anim o pitong kilo, batay sa dami ng biik. Narito ang dapat kainin ng inahin na may walong biik.

Araw	Gaano Karami ang Pagkain
araw ng panganganak	walang pagkain
pangalawang araw	isang kilo
pangatlong araw	1 1/2 kilo
pang-apat na araw	2 kilo

panlimang araw	2 1/2 kilo
ika-anim na araw	3 kilo
ikapitong araw	3 1/2 kilo
ikawalong araw	4 kilo

Maaaring ihalo ang nilutong panagtalupan ng kamote, ubi, at iba pa sa darak, o darak lamang na may halong tubig.

Tatlong araw bago ihiwalay ang mga biik at tatlo hanggang limang araw pagkatapos ng pag-walay, ay bawasan ang kinakain ng inahin nang kalahati o ikatlong bahagi araw-araw hanggang sa kasindami ng dati niyang kinakain para magiging kaunti ang kanyang gatas. Kung nawalay na ang mga biik at marami pa siyang gatas ay mamamaga ang kanyang mga suso at maaari siyang magkasakit.

2. Pagpapakain sa bulugan

Pakaining mabuti ang bulugan para maging malakas at malusog. Nguni't huwag masyadong patabain dahil tatamarin siyang maglahi.

3. Pagpapakain sa mga biik

Kailangang mabilis ang paglaki ng mga biik pagkasilang nila. Kung mabibigat at malalaki na ang mga biik sa kanilang ika-walong linggo ay mas madali na ang pagpataba sa kanila pagkaraan nito. Kung maayos ang pagbibigay ng kanilang pagkain, ay madali ang kanilang paglaki. Iwalay sila kung may anim hanggang walong linggo na sila.

PAGPAPALAKI SA MGA BABOY

May mga panahon na napapansin nating nais ng inahing baboy na magpalahi. Ito'y nangyayari sa loob ng isa hanggang limang araw o sa karamihan ay dalawa hanggang tatlong araw. Mauulit ito bawat labinwalo

hanggang dalawampu't apat na araw o sa karamihan ay sa bawa't dalawampu't isang araw.

Karaniwan ay nais na ng inahin na magpalahi kapag siya'y apat hanggang anim na buwan pero masyado pang maaga para siya'y ipalahi. Maaantala ang kanyang paglaki kung siya'y ipapalahi nang maaga. Maaari na silang ipalahi kapag sila'y walong buwan na.

Ang panahon ng pagbubuntis ng inahing baboy ay 110 hanggang 118 na araw o sa karamihan ay 114 na araw (3 buwan, 3 linggo, at 3 araw). Kaya, para malalaman natin kung kailan ang kanyang panganganak ay magbilang ng 110 hanggang 118 na araw mula sa araw ng kanyang pagpapalahi.

Ang inahing baboy ay dapat na ipalahi sa unang araw na mahalata natin na gusto niyang magpalahi. Upang siya'y magkakaroon ng marami at malalaking nga biik, ay kailangang ipalahi siya ng dalawang beses, magkasunod na araw sa iisang bulugan. Ang pangalawang pagpapalahi ay hindi dapat lumampas sa 24 na oras pagkatapos ng unang pagpapalahi.

PAG-AALAGA NG MGA BABOY

Kahit na papaano ang pagpapakain ninyo sa mga baboy, kung hindi ninyo aalagaang mabuti, ay mabagal ang kanilang paglaki.

Kailangang bigyan ang buntis na inahin ng pampaalis ng bulati bago sila magsisilang. May gamot na tinatawag na Worm X na maaari nating ibigay sa inahing baboy dalawang linggo bago sila ipapalahi. Bigyan sila ng apat na kutsarang worm X bawa't 90 kilong

bigat nila para maaalis ang mga bulati sa loob ng kanilang tiyan.

Kung malapit nang magsilang ang inahin, ihiwalay sila mula sa ibang mga baboy para hindi madaganan ang mga biik. Kung nahihirapang manganak ang inahin at lumampas na ang 12 na oras, iniksiyunan ng Oxytocin (30-60 units). Kung iiniksiyunan siya ng ganito ay dadali ang kanyang panganganak at makakatulong ito sa pakakaroon ng gatas sa kanyang suso. Punasan ng malinis at malambot na damit ang manipis na lamad na bumabalot sa kasisilang pa lamang na mga biik. Maaari nating putulin ang pusod ng mga biik. Gumamit ng malinis na kutsilyo. Para tumigil ang pagdugo at para hindi madudumihan, talian ng sinulid na ibinabad sa alkohol at lagyan ng tintura de yodo ang pinagputulan. Ang matulis na ngipin ng mga biik ay matatalim kaya maaari nating putulin ngunit sikaping huwag sugatan ang kanilang gilagid. Inaalís ang mga ngiping ito para hindi masusugatan ang suso ng inahin.

Ang unang gatas ng inahin na tinatawag na colostrum ay dapat masuso ng mga biik. Masustansiya ang gatas na ito at kailangan ng mga biik para sila'y maging malusog. Pagkatapos magsilang ng inahin ay tingnan mabuti kung nakakasuso lahat ang mga biik.

Kapag minsan ay nagtatae ang mga biik pagkaraan ng isang linggo. Ang tae nila at matubig, manilaw-dilaw, at mabaho. Ang mga biik na may ganitong sakit ay maaaring mamatay sa loob ng 24 na oras. Kung sila man ay makakaligtas dito'y mabagal naman ang kanilang paglaki. Bigyan sila ng Terramycin Animal Formula o Neoterramycin 25 limang

araw mula sa kanilang pagsilang.

Bigyan ang inahin ng masustansiya at masarap na pagkain para magkaroon ng maraming gatas ang mga biik at para maging melusog ang inahin. Maaari nating bigyan ng Terramycin o Mecadox 10 Fremix ang mga biik na nagsisimulang kumain upang medali ang kanilang paglaki at upang hindi sila magtatae.

Karaniwan ay iwalay ang mga biik kapag 6 o 8 na linggo na sila. Kung inaalagaan naman silang mabuti at malalaki na sila, maaari na silang mawalay kapag 3 o 4 na linggo na sila.

Ang mga lalaking biik na hindi gawing bulugan ay maaaring kapunin pagkaraan ng dalawang linggo mula sa kanilang pagsilang. Gamutin ang sugat ng Terramycin Ointment para madaling gumaling at hindi madudumihan.

Ang bilang ng ilalagay sa isang kulungan ay hindi dadami sa 20 mga biik sapagka't kung masyado silang marami ay babagal ang kanilang paglaki at magkekagatan sila.

Mabuti kung bibigyan sila ng gamot na pamuksa sa mga bulati kapag sila'y 3 buwan na at ulitin ito kapag sila'y 6 na buwan na.

Nangangailangan ng maraming tubig ang mga baboy. Kapag tag-init, palagi silang buhusan ng tubig para lumamig ang kanilang katawan. Maganda sana kung magbutasbutas kayo ng lata kagaya ng ginagamit na pandilig sa mga halaman o kaya'y gumawa ng lugar na maaari nilang paglubluban.

SAKIT NG MGA BABOY AT MGA GAMOT

1. Kung may bulati ang mga baboy ay hindi

mabilis ang kanilang paglaki at hindi nila matunaw ang kanilang kinakain. Karaniwang may sakit ang kanilang mga baga at atay dahil sa mga bulati. Ang mga baboy na 5 buwan na pababa na may bulati ay mabagal ang paglaki at sila'y inuubo dahil sa bulati na sumisira sa kanilang baga.

May mga gamot na pamuksa sa mga bulati kagaya ng Worm X. Kung ginagamit ang Worm X, magbigay ng 2 kutsara bawa't 45 kilong bigat. Ihalo ito sa kanilang pagkain na hinaluan ng tubig.

May mga bulating maliliit na pumapasok sa bituka ng baboy. Dahil dito'y namamaga ang kanyang mga bituka at sinisipsip nila ang ibang sustansiya ng kinakain ng mga baboy. Gumamit ng Worm X sa pagpuksa dito.

2. Bumbahan ng Pfi-Spray ang balat ng inahing baboy na may maraming kuto para hindi makuha ng mga biik ang mga kuto. Ihalo ang 3 kutsatang Pfi-Spray sa 1 1/4 galon ng tubig at gamitin ang kalahati nitong tinimplang gamot sa balat ng baboy.

3. Mastitis - Pamamaga ng suso

Hindi pa malaman kung ano ang dahilan nito nguni't sinasabi nilang maaaring nasugatan ng matutulis na ngipin ng mga biik ang suso ng inahin. Kung ito'y malala na ay mawawalan ng gatas ang inahin. Ang gamot dito'y bigyan sila ng iniksiyon na Combiotic (10 cc) o Liquamycin Injectable (20 cc) araw-araw hanggang siya'y gumaling.

Mas marami pang ibang nakakahawang sakit na maaaring ikakamatay ng marami sa ating mga alagang baboy. Ihiwalay ang may-sakit na baboy. Linisin ang kanyang kinalalagyan at bigyan ng mabuting pagkain.

Kung ang sinasabing gamot dito ay hindi makukuha, ay may ibang uri ng gamot na puwedeng gamitin.

ANG PAGTATANIM NG MAGANDANG PUNONG-KAHoy

Kapag nakakatikim tayo ng masarap na bungang-kahoy ay hihingi tayo ng butong itatanim natin. Maganda ang mga iba dahil maaga silang mamunga pero sa mga iba, kailangang maghintay tayo ng lima hanggang anim na taon bago mamunga ito. Mayroon na sa atin ang nagdudugtong ng mga halaman pero mayroon pa rin ang mga hindi gumagawa nito. Mayroon ding mga ibang bagay na magagawa para mapadali ang pamumunga ng ating itinanim. Mayroon mga halamang masarap ang bunga na kukunin natin sa ibang lugar pero pagkaraan ng maikling panahon ay unti-unting mamamatay dahil hindi maaari sa klima sa Batanes. Kailangang malaman natin ang tungkol sa pagpaparami ng halaman ng hindi gagamitin ang buto upang mananatili ang mga magagandang halaman at upang bumuti at lumaki ang bunga ng mga dating puno. May tatlong bagay na dapat gawin para mapabuti natin ang mga namumungang punong-kahoy.

1. Pagpapaugat (Marcoting)

Ang mga punong-kahoy na puwedeng paugatin ay ang mga punong katulad ng calamansi, limon, suha, tangherina, dayap at mga dalanghata. 'Yong mga punong may masasarap na bunga na pinaugat ay puwedeng pagbungahin pakaraan ng isang taon:

- a. Pumili ng magandang sanga ng puno na namunga na.
- b. Balatan ang makalawa sa bantod ng sanga. Pagkatapos ay bayaan ng

isa o dalawang araw upang matuyo pa ang binalatan.

- c. Lagyan ang binalatang bahagi ng ugat ng homahom at saka balutin ng plastik at talian ito upang huwag matanggal. Kung wala ang ugat ng homahom puwede na rin ang lupa pero diligin lagi dahil matutuyo ito.
- d. 'Pag makikita na ang ugat, putulin na at itanim sa lata o kaya'y sa supot na plastik. Ilagay sa magandang lupa. Kung minsan, maski nasa lata ay mamumulaklak at mamumunga ito. Alisin ang bunga sapagkat kung hindi niya kaya ito ay mamamatay. Pagkalipas ng tatlong buwan puwede nang ilipat sa lupa. Mamumunga ito sa loob ng isang taon.

2. Pagdurugtong (Grafting)

Ginagawa ito sa mga kahoy na iisang uri. Puwedeng idugtong ang suhang Chinese sa pangkaraniwang suha. Puwedeng gawin din ito sa mangga, abukado, suha at kalamansi. May dalawang paraan sa paggawa nito: ang cleft grafting at wedge grafting. Ganito ang paggawa sa cleft grafting:

- a. Pumili ng isang sangang alam ninyong may masarap na bunga at maliit nang kaunti sa idurugtong na sanga. Putulin at mag-iwan ng dalawa o kaya'y tatlong buko o tubo.
- b. Putulin ang dudugtungan at iakma ang sangang idurugtong. Gawing magkatapat na magkatapat ang dinadaanán ng pagkain ng dinugtungan upang mabuhay ang idinugtong.
- c. Puluputan ng panali kagaya ng

abaka o kaya'y plastik para hindi maghihiwalay ito.

- d. Kung may tubo na ang idinugtong, puwede nang alisin ang ipinuluput at alisin din 'yong mga sangang tumutubo sa ibaba nito para madaling tumubo.

Ang wedge grafting ay katulad ng cleft grafting. Ang pagkakaiba ay sa wedge grafting, ilalagay 'yong idurugtong sa dulo ng durugtungan. Putulin ang sanga ng isang dangkal at gawing hugis kalso ang dulo. Iakma ang idurugtong doon sa hugis kaso at talian ito. Magdugtong (graft) kung hindi tag-ulan dahil masisira kung mapasukan ito ng tubig.

3. Budding o paglilipat ng gustong halaman as dating halaman na narito

Gaya ng Chinese lemon, isang masarap na suha, puwedeng idugtong ito sa pangkaraniwang suhang narito. At kapag nabuhay at namunga ito, ang sanga ng Chinese lemon ay mamumunga ng lemon at ang sanga ng suha ay mamumunga ng suha. O kaya'y kung may suhang galing sa Baguio o kaya'y sa Mindanao, kumuha ng tubo at itapal sa pangkaraniwang suha dito. Mas malago ito kaysa sa bagong tanim dahil ang pinaglipatan ay hiyang na sa klima dito sa Batanes. Ganito ang paraan sa paggawa nito:

- a. Maghanap ng tubo sa punong may masarap na bunga at tapyasin ito.
- b. Kumuha ng punlang nakalagay pa sa lata at humiwa ng titik na T sa balat sa bahaging apat hanggang

- limang pulgada mula sa lupa.
Hiwain sa pamamagitan ng kutsilyo.
- c. Tapyasin ang napiling tubo at isingit ito sa hiniwang balat ng karaniwang puno.
- d. Pulusutan ng plastik ang pinagsingitan ng tubo, putulin ang dulo ng punla. Ngayon 'yong pangkaraniwang halaman ay naging kagaya ng bagong dinala ninyong galing sa ibang lugar. Kung tiyak na ninyong mabubuhay ito ay itanim na sa lupa. Pagkalipas ng isang taon, mamumunga na ito.