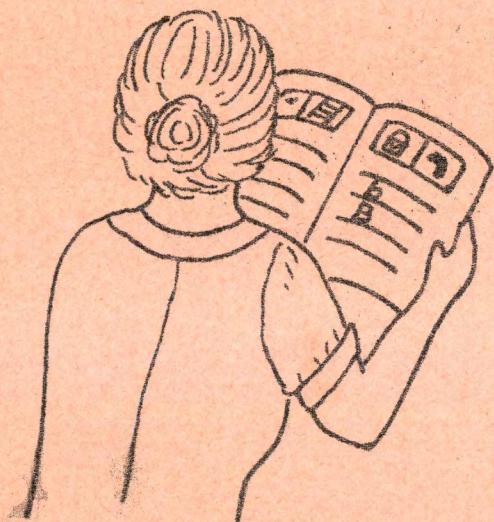


AGADAL



TAVO

ILOCANO

AGADAL TAYO  
(LET US LEARN)

A Reader for Ilocano  
By:

Namnama R. Lumines  
Erlinda I. Pascua

Summer Institute of Linguistics, Inc.  
Translators                          Publishers  
1976

1176 - 80

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 Department 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  
Secretary

## PREFACE

To the Adult Education Teacher:

This book was made for you. Basic literacy is the center of an adult education program, because it is through reading that a person is able to get practical knowledge that can benefit his person, family and social life. This book is designed as a tool in helping you to teach reading, while at the same time stimulating the students' interest with practical information in nutrition, agriculture, and health. The information given is accurate, but it is not intended to be complete. Its purpose is to create interest and stimulate thinking. If the students want more information, the teacher is encouraged to invite resource people to talk on particular topics.

There are three levels in teaching adults to read:

1. Pre-reading: Students learn to recognize sameness and differences in what they see and what they hear.
2. Letter and Sound Recognition and Correspondence: Students learn to associate particular letters with particular sounds and to put them together to read.
3. Building Fluency: Students learn to recognize words quickly so that reading is easily understood.

This book can be used either at the pre-reading level of instruction or at the building fluency level, as described in the following procedures. One topic should be used in one class period along with other activities planned by the teacher.

Pre-reading level:

1. Copy the sentences on a chart in the same form as it appears in the students' books.
2. Read the sentences to the students pointing to the words as you read. Discuss the content of the sentences.
3. Make 5 phrase cards of phrases used in the sentences. Read a phrase card to the students pointing to the words as you read. Students find the phrase in the sentences on the chart and match the card. Do all the cards.
4. Read a phrase card to the students again. This time the students point to the phrase in their books. Do all the cards.
5. Make 10 word cards of words used in the sentences. Read a word card to the students. Students find the word in the sentences on the card and match the card. Do all the cards.

6. Read a word card to the students again. This time the students point to the word in their books. Do all the words.
7. Read the sentences to the students again, pointing to the words as you read.  
NEVER ask the students to identify or read a word, phrase or sentence. You can praise them if they are able to do so, but in pre-reading they are not asked to do so.

Fluency Building level:

1. Copy the sentences on a chart in the same form as it appears in the students' books.
2. Tell the students to read the sentences. When they finish, you read it for them, pointing to the words as you read. Discuss the content of the sentences.
3. Point to the words as the students read them in unison.
4. Ask one student to read the first sentence. Say a word or phrase from that sentence. The student finds and points to it.

5. Ask another student to read the second sentence. Say a word or phrase from that sentence. The student finds and points to it. Continue in this way until you complete all the sentences.
6. The students read the sentences in their books to themselves.
7. The students read the sentences individually to you.

The author prepared the material with the assistance of members of the Summer Institute of Linguistics during a Writing Workshop held in Bagabag, Nueva Vizcaya during November-December, 1976.

Kathleen Bosscher  
Anne West  
Summer Institute of Linguistics

DAGITI TARAON

- | -



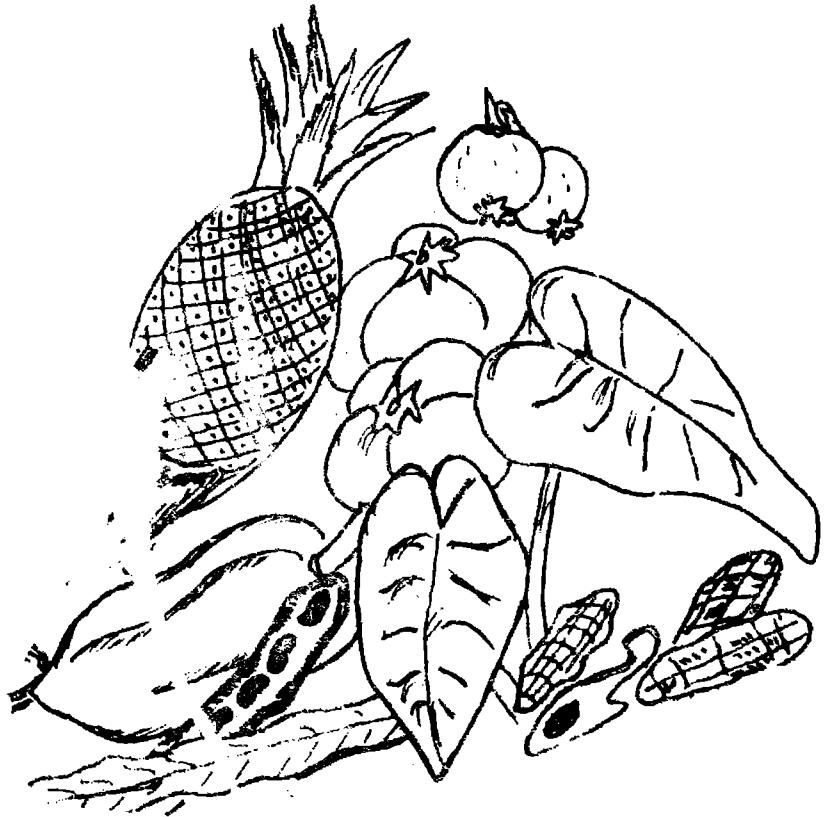
## Ti Bitamina A

Agarrapka no agkurangka iti Bitamina A. Nakapsut ti bagim nga manglaban kadagiti impeksiyon. Maliklikan dagitoy no manganka iti sangatasa' nga bulbulong nga berde wenco bungbunga nga amarillo iti inaldaw.



## Ti Bitamina B

Agberi-berika no aġkurangka iti Bitamina B. Manganka iti komporne kadagitoy iti inaldaw tanno saanka nga agberi-beri: nagango nga bukbukel, prutas, mani, lasag ti karne, bagas nga saan nga nakos-owan.



## Ti Bitamina C

No agkurangka iti Bitamina C,  
nalaka nga agdara ti gugótmó. Narigat  
nga umimbag dagiti sugatmó. Maliklikan  
dagitoy no manganka iti bayabas wenna  
babaya iti inaldaw. Agsidaka met iti  
bulong ti aba ken dadduma pay nga  
natnateng.



## Ti Iron

Ti panagkurang ti iron ket putaudenna met ti anemia. Tapno maiiklikan iti panaganemia ket agsida iti dalem iti inaldaw no mabalin. Uray dagiti itlog, bulbulong nga berde a kas ti paria, kamote, marunggay ken sili, nabaknang met dagitoy iti iron.



## . Ti Calcium

Saan nga nasayaat dagiti ngipen  
ken saan nga natibker dagiti tultulang  
no ugkurang iti calcium ti bagi. Agsida  
iti komporme kadagitoy iti inaldaw:  
dilis, soybeans, nagango nga bukbukel,  
tinapa, gatas ken petsay.



## Ti Iodine

Ti biel ket tumaud gapu iti panagkurang ti iodine. Tapno maliklikan daytoy agsida iti burburtak iti inaldaw no mabatin wenco masida nga aggapu iti baybay.



Kasano ti Panungisaçana ti Makan?

Pilien dagiti kappuros a natnateng.

Bugguan a naimbag kasakbayan nga ipisok.

Dadakkel iti pannakagudduagudduana.

Saan nga aglabes ti pannakalutona

tapno di maikkat ti sustansiyana.



## Ti Mainayon a Kanen ti Maladaga

Ti tubbog ti prutas ken natnateng ket mabalin a mainayon iti kanen ti maladaga kalpasan ti tallo a bulanna.

Maipakan met ti nadurdur a prutas wenco natnateng kalpasan ti innem a bulan.

- | 8 -

# AGRIKULTURA



## Uagiti Pagsayaatan ti Panagtaraken Ti Koneho

1. Maaddaan ti pamillya iti sida nga nabakbaknang iti protinang ngem iti karne ti baboy ken baka.
2. Nalaka nga umadu ket adda sisasagana nga sidaen no' kasapulan.
3. No ilako ti karne ti koneho ket nanginngina ngem ti karne ti baka wènno baboy.



## Agbibinnalaet nga Panagmula

Nasayaat no pagbibinnalaeten ti  
dua a klase ti mula ta agtinnulongda  
kas iti mais ken mani. Ti mani ket  
nasayaat nga pagbalayan ti lawwalawwa  
nga mangan kadagit iigges nga agdadael  
iti mais.



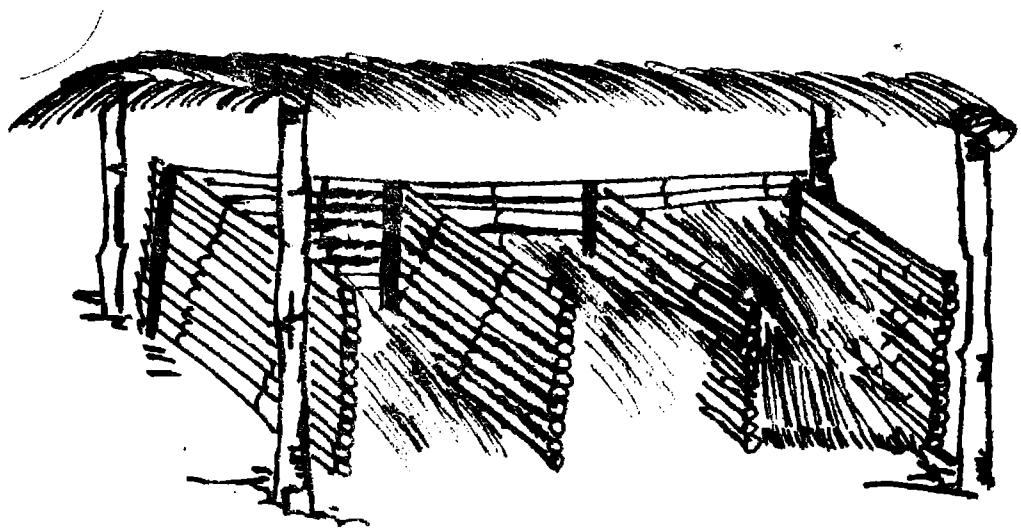
## Agsasaruno a Ponagmula

No tarigogoyan iti moaddaan  
iti nalangto nga natnateng iti uneg ti  
ad-adu ngc aldaw, ket pagsocarunuen  
ngorud ti ponagmula. Mulaan ti  
apagkatlo nga parte ti pagmulaan.  
Kalpasan ti duo wенно tallo ngc lawas,  
mulaan ti kagudua ti nabati. Palobsen  
manen ti duo wменно tallo ngc lawas sa  
mulaan manen ti nabati.



## Panagmula Iti Sabali Sakbay Nga Apiten Ti Immuna

Datuson ti minulcan sa mulcan ti baet dagiti mula sangcpulo nga cldaw sakbay nga apiten ti immuna nga inmula. Iti kasto intono apiten ti immuna ket oddan ogtubtubo nga sukatna. Iti kosto suanen nga masopul nga isagana manen ti pagmulaan.



## Dagiti Pagsaycutan ti Pangusar ti "Compost" nga Abuno

Ti compost ngc obuno ket kompleto kadagiti cmin nga sustansiya ngc kasapulan ti dogo. Naruka ken nadamdam-eg ti daga ngc malaoakan iti compost. Mabaybayog ti ponogtalinaed ti tabot ti dogo. Awun ti poggestuan iti daytoy.

-30-

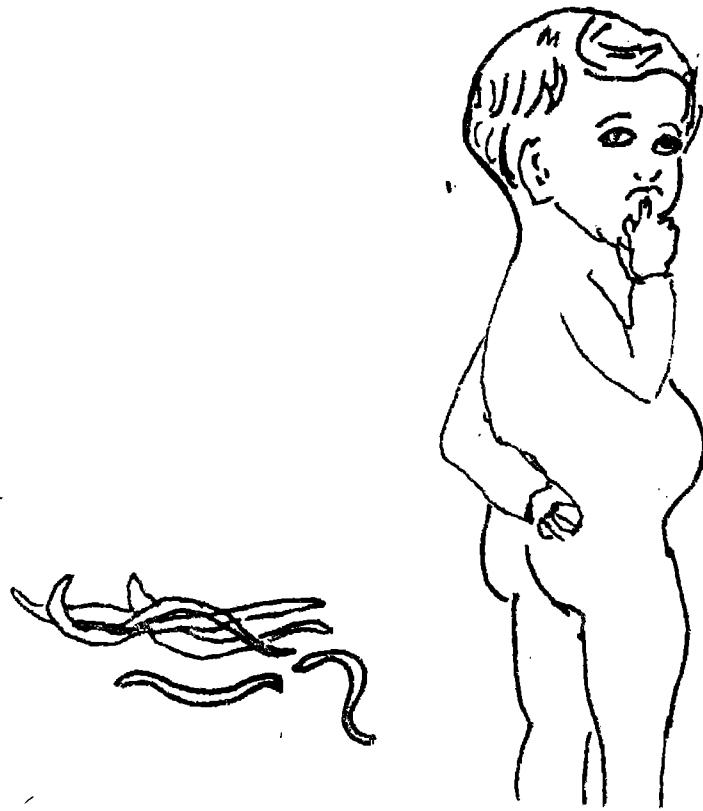




## Ti Aramiden Tapno Bumaba ti Gurigor ti Ubing

Mangala iti kapas wenco. Tabakara  
ket basaen iti danum wenco alkohol.

Ikkaten ti bado ti ubing ket ipunas  
daytoy iti bagina: No adda aspilet  
wenco aspirin mabalin nga ikkan ti  
ubing.



Ti Aramiden Tanno Saan nga Agarieek  
ti Tao

Agikuko tapno awan ti pagbalayan  
ti rugit. Bugguan dagiti ima sakbay  
nga mangan. Agusar iti sabon. Kaluban  
dagiti taroñ tapno saan nga mangilaw.  
No adda arieken, agpakita iti doktor.



## Ti Gaddil

Ti gaddil ket parnuayen dagiti mikrobio nga kumpet iti kudil. Tapno malabanan dagitoy a mikrobio, pagtalin-aeden nga nadalus ti bagi. Agusar iti sabon.



## Ti Panagdaringongo

Agidda wenco agtugaw ket  
pakinngatuen ti agong. Parabawan  
ti muging wenco teltel iti lupot nga  
naibabasa iti nalamiis nga danum.



## Panangpasardeng iti Panagburis

Mangala iti beggang. Urayen nga matay daytoy sa pumisi iti bassit. Mekmeken daytoy a kasla pulbos ket iyinum iti tsa. Saan nga uminum iti danum. Nasaysayaat ti tsa nga inumen ti agburis.



## Ti Ag-TB

Nalaka nga makaalis ti sarut isu nga masapul nga ilasin dagiti usaren ti tao nga agsarut. Masapul nga adda pagtupraanna nga adda kalubna. Masapul met nga agpakonsulta ifi doktor ket suroten amin nga ibagana kas iti panagtomar iti agas ken-panaginana.



## Dagiti Pagsayaatan ti Panagplano ti Pamilya

Napiiggisa dagiti inna no addaywan  
ti panaganakda.

Nasaysayaat ti maipaay a taraon  
kadagiti annak.

Nasalsalun-at dagiti annak.

Maipaay dagiti kasapulanda a kas  
iti adal.

Naragragsak ti pamilya.



Mag-aral Tayo

Naisalin sa Pilipino

### Bitamina A

Ang nagkabulag sa gabi ay sanhi sa kakulangan ng katawan sa Bitamina A. Mahina ang katawan na lumaban sa impeksyon. Maiwasan ang mga ito kung kakain ka araw-araw ng sariwang luntiang gulay at dilaw na bungang-kahoy.

### Bitamina B

Mamasahin ka kung kulang ka sa Bitamina B. Upang maiwasan ito kumain ka ng mga buto ng "beans", bungang-kahoy, mani, karne, at bigas na di nakisiksik.

### Bitamina C

Kung kulang ka naman sa Bitamina C madaling magdugo ang iyong gilqid at matagal maghilom ang iyong sugat. Maiwasan ang mga ito kung kakain ka na maa bayabas at papaya araw-araw. Kumain ka rin ng dahon ng gabi at iba pang gulay.

### Iron

Kung kulang ang katawan ng iron ay magkakaanemiya ka o bababa ang presyon ng iyong dugo. Upang maiwasan ito, kumain ka ng atay araw-araw kung maari. Ang itlog, luntiang dahon gaya ng ampalaya, karote, malunggay o sili ay maraming iron ang naibibigay.

### Kalsiyum

Ang bukbuking ngipin at mahinang buto ay sanhi sa kakulangan sa kalsiyum ng katawan. Kumain ng buto, dilis, gatas o petsay.

### Yodo

Ang bosyo ay sakit na naidudulot ng kakulangan sa yodo. Upang maiwasan ito ay kumain ng burburtak araw-araw kung maari o kaya ay kumain ng mga nagkaing-dagat.

### Paano at Paghahanda ng gulay

Piliin at bagong ritas na gulay.

Hugasang mabuti ilang sandali bago iluto.

Hatiin ng malalaki.

Huwag masyadong lutuin upang hindi maalis ang sustansiya.

### Ang Karagdagang Pagkain ng Sanqqol

Ang katas ng prutas at gulay ay maaring idagdag sa pagkain ng sanggol naqsanit ng ikatlong buwan. Ang dinurog na prutas o gulay ay maaring idagdag sa pagkain ng sanggol naqsanit ng ikaanim na buwan.

## Ang Kabutihang Naidudulot ng Pag-aalaga ng Kuneho

1. Magkaroon ng samilya ng masagkukunan ng prutinang higit pa sa naibibiay ng baboy o baka.
2. Madaling manarami at may maiuulam kung kinakailangan.
3. Higit ang nanagbibilhan sa karne na kuneho kaysa karne ng baka o baboy.

## Pagtatanim ng Iba't-ibang Halaman Sa Isang Taniman

Higit na mabuting magtanim ng iba't-ibang uri ng halaman sa isang lugat na taniman upang magkatulong sila sa kanilang paglaki. Tulad ng mais at mani ay mabuting bahayan ng gagamba na kumakain sa mga uod na sumusira sa mais.

### **Sunud-sunod na Paqtatanim**

Kung nais mona mag-aní ng sariwang gulay sa loob ng mahabang panahon ay magtanim ka ng sunud-sunod. Taniman mo ang unang ikatlong bahagi ng tanimang luqal. Paqkaraan ng dalawa o tatlong linggo, taniman naman ang kalahati ng naiwang bahaqi. At pagkaraan ng dalawa o tatlong linggo ay taniman naman ang huling natitirang bahagi.

### **Abut-abot na Pagtatanim**

Linisin at taniman ang mga pagitan ng mga halaman sampung araw bago mag-aní sa unang itinanim. Sa ganitong paraan habang nag-aani ay mayroon nang tumutubong kanalit ng mga naunang naitanim na halaman. Gayon din naman sa paraang ito hindi na kinakailangang linisin pa ulit ang taniman.

**Ang Mabuting Maidudulot ng Paggamit ng "Compost"  
na Pataba**

Ang "compost" na pataba ay kompleto sa mga elementong kinakailangan ng lupa. Buhaqbag at mamasa-masa ang lunang may halong "compost". Hiqit na mataas ang pataba sa lupa. Walang gastos ang patabang ito.

**Ang Dapat Gawin Upang Bumaba ang Lagnat ng Bata**

Kumuha ng bulak o tuwalyang maliit at basain ng tubig o alkohol. Hubarin ang damit ng bataat punasan ang katawan ng bata. Maari din bigyan ng aspilet o aspirinano para sa bata.

Mga Dapat Gawin Upang Maiwasan ang  
Pagkakaroon ng Bulate

Putulin ang mga mahahabang kuko upang walang pamahayan ang dumi. Maghugas ng kamay bago kumain. Gumamit ng sabon. Takpan ang mga pagkain ubang hindi daruan ng langaw. Kung mayroon ka ng bulate kailangan magpatinigin ka sa manggagamot.

Galis

Ang galis ay naimumula sa mga mikrobiyong kumakanit sa balat. Ubaan, mapaglabanan ang mga mikrobiyong ito kinakailangang mananatiling malinis ang buong katawan. Gumamit ng sabon sa paliligo o paqhuhugas ng katawan.

### **Ang Pagpapahinto ng Balinquynoy**

Maupo ng tuwid at saka tumingala ng mabuti o di kaya ay humiga ng patihaya na pantay ang ulo sa likod. Makabubuti rin na tapalan ng basang tuwalya o damit ang noo o leeg ng pasyente.

### **Pagpapahinto ng Pagtae**

Kumuha ng baga at hintaying mamatay. Pumiraso at durugin ng pino o kaya ay pulbusin at pagkatapos ay ihalo sa tsa at saka inumin.. Huwag uminom ng tubig. Makabubuting tsa ana inumin.

### **Ang Kabutihang Naidudulot ng Paugnayan no Pamilya**

Higit na malakas ang ina kung may pagitan ang panganganak.  
Higit na mabuting paekain ang maiidudulot sa mga anak.  
Higit na malusog ang mga anak.  
Maibibigay ang mga kailangan gaya ng edukasyon.  
Higit na masaya ang pamilya.

### **Tisis o Sakit sa Baqa**

Ang tisis o sakit sa baqa ay nakakahawa kung kaya't kinakailangang ihiwalay ang mga gamit ng mga may sakit nito. Kailangan ding may takip ang duraan niya. Kinakailangan siyang magbattingin sa manggagamot at dapat niyang sundin ang tagubiling paq-inom ng gamot at paapapahinga.

