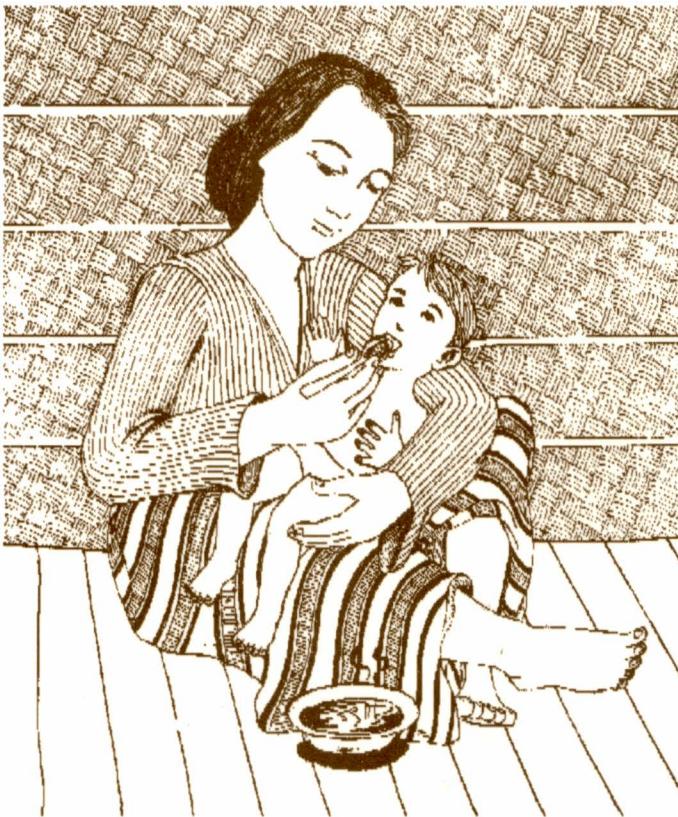


SU KAPABPAGANAD KEMAN SA MANGA WATA A MANAUT PAN



Maguindanaon

SU KAPABPAGANAD KEMAN SA MANGA WATA A MANAUT PAN

NUTRITION FOR SMALL CHILDREN

Ibrahim G. & Sulayda U. Bartschi

Language Assistance:

Language Assistan
Guiamel M. Alim

Bai Umaima Lauban Silongan

Medical Consultants:

Medical Consultant:

Dra. Farida B. Uka, M.D., M.P.H.

Illustrations:

Omar Sharief B. Patadon



SUMMER INSTITUTE

OF LINGUISTICS

2006

SIL LIBRARY

Published in cooperation with
The Institute of Philippine Languages
and
The Department of Education

This book or any part thereof may be copied or adapted
and reproduced for use by any entity of the
Department of Education without permission from the
Summer Institute of Linguistics. If there are other
organizations or agencies who would like to copy
or adapt this book, we request that permission
first be obtained by writing to:

Summer Institute of Linguistics
Box 2270 CPO
1099 Manila

Additional copies of this publication are available from:

Book Depository
Box 2270 CPO
1099 Manila

Maguindanaon
Nutrition for Small Children

72.26-1005-5C

67.120P-055026N

ISBN 971-18-0399-2

First edition, 1993
Revised edition, 2006

Printed in the Philippines

Republic of the Philippines
Department of Education



Tanggapan ng Kalihim
Office of the Secretary

Foreword

The many language varieties found throughout the islands, mountains and forests of the Philippines are an important part of the cultural beauty and diversity that enriches this nation. As we recognize and gain greater understanding of these cultures and languages, we take greater pride in the richness of our Filipino heritage.

For more than 50 years, SIL has worked in cooperation with members of the minority language communities of the Philippines to document the languages of the Philippines, provide literacy materials, translate books of high moral value and assist with training strategies to equip members of these often marginalized communities to sustain community development activities in important areas of daily life. SIL seeks to both serve the Philippine nation and empower Filipinos to take leadership in language development activities in their own communities and throughout Asia.

Education is at the heart of effective national transformation. The activities of SIL contribute both to the preservation of the languages and culture of our country and also to the development of literacy skills. Through beginning to read and write in the first language, readers build a firm foundation of reading English and becoming life-long learners. Thus, educational opportunities become available to a greater number of our Filipino people.

The Department of Education is pleased to introduce this book, designed to promote literacy in the cultural communities.



A handwritten signature in cursive script, appearing to read "Fe A. Hidalgo".

FE A. HIDALGO

OIC-Secretary
April 2006
Pasig City

PREFACE

This booklet about the supplementary feeding of infants was prepared for semi-skilled readers of Maguindanaon in rural areas. It is designed to be used in group seminars or short courses in Maguindanaon communities. Each reader of this booklet will know how to prevent malnutrition in small children. They will learn the right foods small children need from their birth onwards until they are more than one year old. They will also learn how to prepare these different foods and the importance of monitoring the growth of the children.

Many people in Nunangan, Talayan; Maganoy and Cotabato City have helped us in designing this booklet. We thank them all, but our special thanks go to Bai Umaima Lauban Silongan, Bhocks B. Guialil and Omar Sharief B. Patadon. Our thanks also goes to the dedicated staff of the Computer Services and Publications departments at the SIL Philippines.

We acknowledge the following sources in writing this booklet: *Where There Is No Doctor* by David Werner (Palo Alto, Calif.: Hesperian Foundation, 1977); *The Home Health Guide For Better Living* by Stephen & Karen Lynip, (Manila, SIL 1988); *Training Manual for Traditional Birth Attendants* by Gill Gordon (London: Macmillan, 1990); *Facts for Life*, Philippine Information Agency (PIA) and UNICEF, 1989; *Helping Mothers to Breast Feed* by F. Savage King (African Medical and Research Foundation, Nairobi 1985).



*Taman sa magagayan den su wata na
da ped a nasisita a pangenken nin nia
tabia na su gatas'u ina nin bu.*

Nia kahanda nu nia a liblu na kaabung sa kagketi nu manga wata a manaut pan. Makapamandu i nia sa manga ukit atawaka wagib a kapapegkan kanu manga wata iganat sa kinagemaw nin taman sa masela den sekanin.

SU MAUNA A MANGA PANGENKEN NU MANGA WATA A MANAUT PAN

**Ngin i sabap'in ka nia tatap na mapia i
kanggugulawas'u manga wata tanu amaika di
pan silan pedtalegkeb?**

Nia nin sabap na kagina kanu nia ba a manga timpu na pedsusu pan silan kanu gatas'u ina nilan. Su gatas'u ina na kumplitu sa kanu nganin-nganin a embalangan nu pangenken nu manga wata a makagkapia enggu makagkasebud sa wata a manaut.

Iganat den sa kinagemaw nu wata taman sa 'bpagagayan den sekanin (manga nakanem ulan su umul'in) na da ped a nasisita a pangenken nin nia tabia na su gatas'u ina nin bu.

Ngin i manga sabap'in ka tatap dikena mapia i sunggud'u manga wata amaika 'bpananap den silan?

Isa a sabap'in na amaika pegkalaling menem su ina na aden a entu na tekawan nin mapatelen semusu su nauna a wata nin. Kagina su panduan nu manga matua na amaika aden den wata kanu tian nu ina na dait den a telenan su kapasusu. Na nia 'gkanggula nu wata na 'gkalasay sa di nin kapedsusu. Saleta mambu na nia matagu sa ginawa nu wata na kulang den i limu nu ina nin lun.

Isa menem a sabap'in na amaika masela-sela den su wata ka di makapanganganan sa ustу a manga pegken na 'gketi enggu tatap endadalу. Amaika itagak'u ina su manga wata nin lu sa walay sabap sa madakel i galebek'in sa benday, na su kaka a wata a 'bpelimbal na di nin gaid katawan i ukit a kapapegkan nin kanu manga ali nin a manaut pan.



*'Gkalasay su wata sabap sa pedtekawan papedtelen nu
ina papedsusu atawaka di 'gkagaga papegkan nu
'bpelimbal lun sa mapia.*

Ngintu benal a mawag i kapasusu kanu wata amaika pegkalaling den menem su ina nin?

Nia kadtalu nu manga duktur na da kawagan
nin i mapasusu su ina apia pegkalaling atawaka
magingay sekanin. Nia balapantag a benal na ustу
enggu mapia su pangenken nu ina ka enggu di
sekanin kapasangan. Nia nin sabap na su
pangenken nu ina na lu ba pakasungu su
ibpaguyag'u wata sia sa didalem'a tian enggu su
gatas a 'gkasusu nu wata a manaut pan.
Balapantag a benal su gatas'u ina sia kanu
kasunggud'u wata a manaut. Madakel i manga
wata a 'gketi, endadalu taman sa su ped na
makatalus den matay sabap sa tinekawan den nu
ina nilan mapatelen mapasusu.



*Da kawagan nin i mapasusu su ina apia nia nin
kaaden i pegkalaling asal'a makakan sekanin sa ustu.*

**Ngintu mapia bun i sunggud'u wata apia gatas'u
ina bu i makapakan lun taman sa salagun i
umul'in?**

Di, ka endaw demun i kapagagayan nu wata (manga nem ulan i umul'in) na nasisita i pakanten den sa binubug a tapung apia pedsusu bun. Nia nin sabap na gay nin pegkauget na pegkapaidu bun su gatas'u ina enggu saleta mambu na pegkasela bun su wata taman sa pegkadakel bun i kapegkan nin. Di mapakay a nia bu saligan su gatas'u ina ka 'gkulang su mapia a kakan nu wata na malasay sekanin. Nia nin maena na apia pedsusu bun su wata na pakanten tanu bun sa manga pegken.



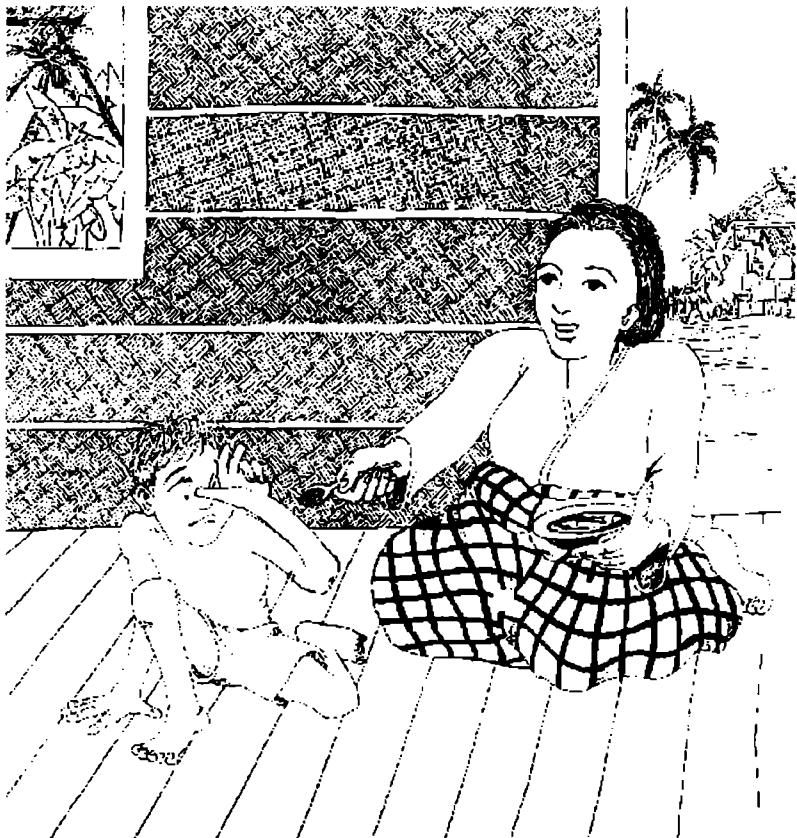
*Di mapakay a nia bu pedsaligan na su gatas'u ina amaika
'pagagayan den su wata. Nasisita i pakanten den su wata
sa binubug a tapung.*

Enduken ka su tapung a begas i wagib a mauna a ipakan kanu manga wata amaika lemudsu den keman?

Nia mapia a ipabpeludsu papegkan sa wata na maliug gaid a binubug'a tapung'a begas a minamisan sa paidu. Su binubug a tapung na malemek saleta na di bun mapasang a 'bpelupeten sia kanu tian nu wata. Ugaid'a amaika binubug'a begas su mauna a ipakan kanu manga wata na di gaid magaga nu tinay nilan lemupet.

Ngintu aden kawagan nin kanu manga wata amaika di silan papaganaden keman amaika 'bpagagayan den silan?

Aden kawagan nin kagina amaika di papaganaden su manga wata keman amaika 'bpagagayan den na tatap di silan malilini keman apia masela-sela den silan. Nia nilan bu kalilinian na kasusu. Nia ba i sabap'in i malemu papaganaden su manga wata amaika 'bpagagayan den silan.



*Amaika sakali tanu papaganaden mapakan su wata ka
masela-sela den na malegen den papegkanen ka 'bpamili
den silan sa pegken nilan.*

Panun i kapamandu tanu kanu manga wata sa kakan sa binubug a tapung a begas?

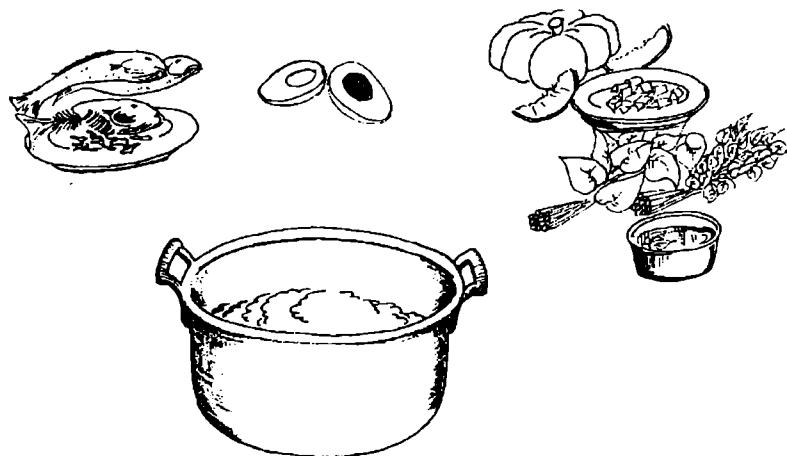
Pasusun tanu muna su wata sa paidu entu pan ka panalidutan sa binubug a tapung. Di tanu tegelen su manga wata tanu mapakan. Amaika temelen den keman na mapakay a embalinganan menem silan mapasu. Su nia ba a kapapegkan sa wata na 'bpelalanatan taman sa malayam den sekanin.

Ngintu ustу den i binubug a tapung bu i makan nu wata taman sa salagun den i umul'in?

Di mapakay a nia bu ipakan sa wata na binubug bu kagina da gaid bagel'in i nia ba a pegken enggu di silan 'gkasebud enggu 'gkasela sa mapia. Amaika makasaut den sa lima ulan atawaka nem ulan i umul'ilan na nasisita a benal i umanan su binubug a entu sa ped pan a manga pegken.

Nia ba su manga natatalanged a pegken a nasisita a makauman kanu binubug: Seda a linupet sa mapia, natu na leman, sawaw na kamu a pinamilit enggu

malemek a babasal. Sia menem sa pageletan nu kakan
nin sa binubug na pakanen tanu su wata sa saging
enggu kapaya a malutu a linupet.



*Umanan tanu su binubug sa seda a linupet atawaka
natu na leman, babasal atawaka ubi a linupet
enggu sawaw na kamu.*

Ugaid'a aden a entu na sabap kanu kadakel'u galebek'u ina na di gaid tatap makapagadil sa maitu ba a pangenken nu wata nin. Na nia tanu nasisita na katawan tanu su tapung a kumplitu ka nia malemu 'bpagadilen.

SU TAPUNG A KUMPLITU ENGGU SU MANGA SULAGAD

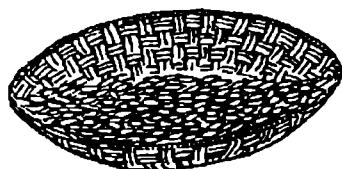
Ngin i tapung a kumplitu?

Natukawan den nu ped a manga ina su tapung a kumplitu. Guna nilan pakana sa binubug a kumplitu su wata nilan na migkasebud. Makaabung gaid sa kagketi su tapung a kumplitu.

Nia manga simbul'u pidtal u a tapung a kumplitu na begas, balatung enggu magangu a bulinaw.

Papedsisimbulen i nia ba ka ipapenggaling. Uman i sakakilu a begas na nia lun ipedsimbul a balatung na paidu i di nin kapegkatenga sa kilu atawaka uman i telu kabasu a begas na sakabasu i balatung'in. Na nia menem kadakel a magangu a bulinaw na manga

magatus kagramus sa uman i sakakilu a begas
atawaka sakabasu sa uman i telu kabasu a begas.

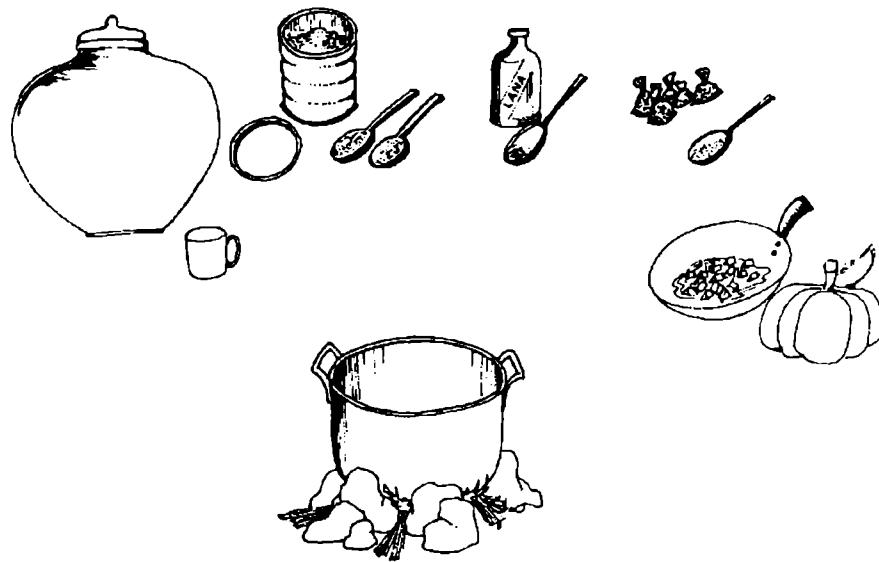


*Su tapung a kumplitu na pinadsisimbul a begas,
balatung enggu magangu a bulinaw.*

Panun i ukit a kapembubug sa tapung a kumplitu?

Kua ka sa ig a nia nin kadakel na tengah sa tengah a manaut a sakedu. Mapasad i entu na ibetad'engka su ig lu sa kuden ka umani ka menem sa tapung a dua kasalidut a manaut. Sigambul ka sa mapia entu pan ka tagui ka sa lana a nia nin kadakel na di matengah sa salidut a manaut enggu mamis a sakasalidut a manaut. Amaika 'gkaliug den sa mapia su binubug a entu na aun ka su kuden ka pakatenggawi ka. Entu pan ka simbuli ka sa sawaw na kamu a magidsan i pinamilit enggu diken, atawaka malemek a babasal ka entu pan ka ipanungit'engka kanu wata nengka.

Masela su katagan nu lana, mamis enggu sawaw a ibpaguman tanu kanu binubug a entu. Kagina su mamis enggu lana na nia ba su ipegkasebud'u manga wata. Na su sawaw na kamu na madakel i baitamin nin a mabaluy a pangalaw nu lawas sa dalu.



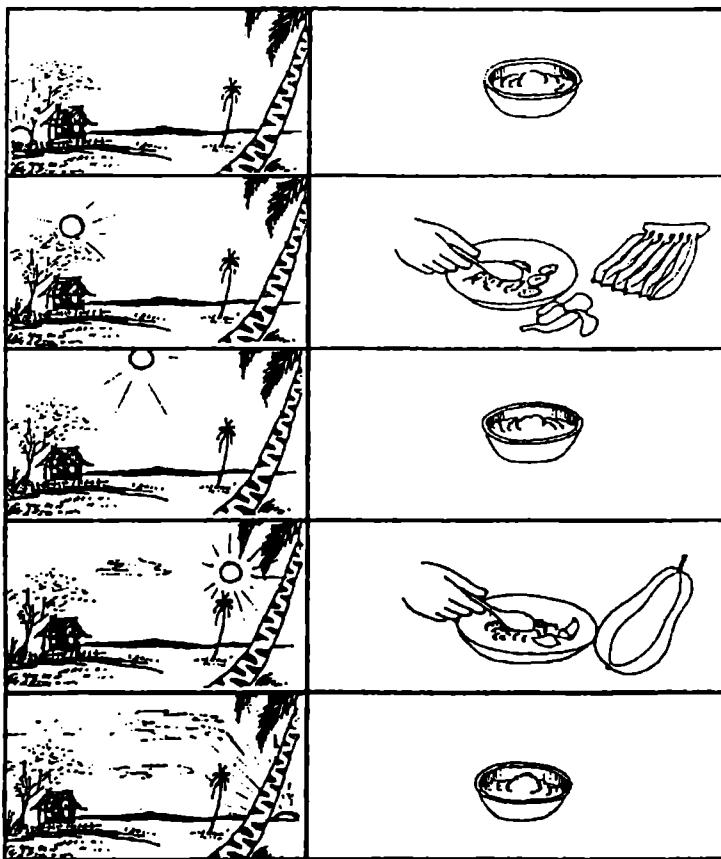
Taguan tanu sa dua kasalidut a manaut a tapung a kumplitu su ig san sa kuden enggu simbulan pan sa lana enggu mamis. Amaika ipakan tanu den kanu wata na simbulan tanu pan sa sawaw na kamu.

**Ngin i kadakel a ipakan tanu a binubug a
kumplitu sa dalem'u kagagabian a gay kanu
manga wata a nakagaus den sa nem ulan taman
sa salagun den i umul'in?**

Amaika 'bpeludsu tanu mapakan kanu wata a manaut pan na paidu gaid i makan nin enggu makaisa bu sa kagagabian a gay ka 'bpaganad pan. Nia nasisita na maliug su binubug. Ugaid'a gay pegkasela nu wata na mapakay den a papegkadakelen enggu papegkalibpesen i kapapegkan lun taman sa makatelu sa kagagabian a gay. Di den nasisita a pakaliugen su binubug a kumplitu. Nia ustу a kadakel a tapung na pat kasalidut a manaut i bubugen uman keman su wata. Na nia menem nasasangan a ipedsimbul lun na dua kasalidut a manaut a mamis enggu tengah sa salidut a lana.

Amaika nakawalu ulan atawaka nakasalagun den i umul'u wata na makalima sa kagagabian i kakan nin. Makatelu i binubug a kumplitu enggu pageletan nu makatelu a kapapegkan lun na pakanen tanu sa saging

enggu kapaya a linupet, atawaka mangga a malutu a
kinilab entu pan ka lupeten.



*Makatelu sa kagagabian i kapakan sa binubug a kumplitu
enggu makadua menem i sulagad.*

Ngin i kauget'in i kapapegkan tanu kanu binubug a kumplitu?

Amaika su wata ka mangagaw den sa pegken, saleta na 'bpeleteban den na ngipen enggu pedtakas den na entu ba i manga tanda a mapakay den a patelenen mapaken sa binubug a kumplitu. Ka nia den ipakan lun na binubug'a begas, manga kamu enggu seda a linupet sa mapia. Enggu amaika nakagaus den sa salagun su wata na mapakay den a nia ipakan lun na su langun na pegken nu matua asal'a malemek i kapagalugan lun.

Ngin i manga sabapan nin ka nasisita i malibpes i kapakan kanu manga wata tanu?

Upama ka nakadua lagun den i umul'u wata na su kadakel'u pegken nin na tengah kanu kadakel'u pegken nu manga matua sa dalem'u kagagabian a gay. Ugaid'a sabap sa manaut i tian nu manga wata na malemu gaid mapenu enggu mangagan menem silan magutem. Kagina ka maitu na nasisita i malibpes i

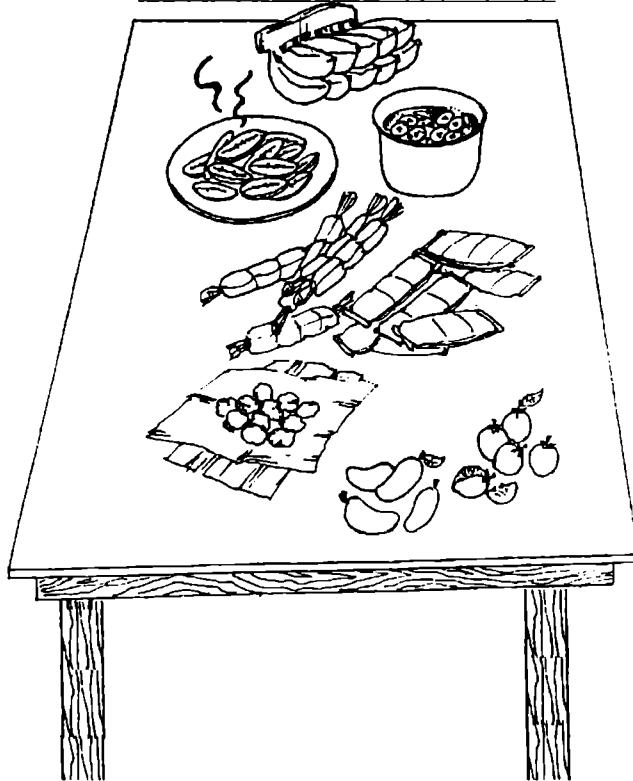
kapakan kanilan. Nia den paidu na makalima sa kagagabian. Kagina su kakan nu manga wata na mana bun su kakan nu manuk sa kagagabian a gay na nasisita nilan i apia paidu-paidu bu na aden matuka nilan.



Su kakan nu manga wata na mana bun su kakan nu manuk sa kagagabian a gay na nasisita na aden matuka nilan.

Ngin i manga mapia a manga sulagad a ipapegkan kanu manga wata tanu?

Su langun na embalangan na manga malutu a unga na kayu na mapia gaid a manga sulagad kagina madakel i baitamin nin. Amaika madidu pan su manga wata na 'gkalilinian nilan gaid su manga saging a linupet. Su ped a manga pegken a bagu inilutu a mana su manga saging a sinendag, sindul, balebed, dudul, pelil enggu madakel pan i ped a mapia gaid a manga sulagad'u manga wata tanu. Ugaid'a katawan tanu bun i 'gkalilinian nilan gaid su manga pegken a pinanuput. Na entu ba i manga pegken a di makagkapia sa lawas. Nia pan mauli sa entu na di den silan malilini keman sa emay, seda enggu kamu. Na nia ba i sabap a di kagkapia nu kanggulawas'u manga wata.



*Mapia i kanggulawas'u manga wata amaika pegkan
silan sa manga bagu inilutu a manga sulagad atawaka
malutu a unga na kayu.*



*Di gaid malilini keman su manga wata sa emay, seda
enggu kamu amaika lalayun silan pegkan sa manga
sulagad a pinanuput.*

SU KAPAPEGKAN ENGGU KAPEDTIAKAP KANU MANGA WATA A MAGIDSAN I PENDALU ATAWAKA DILI

**Ngin i manggula amaika di tanu pakanen su
manga wata tanu kanu timpu a pendalu silan?**

Katawan tanu i amaika 'bpagabas, pegkayaw atawaka pedtagudu su manga wata tanu na mangagan gaid silan pegketi enggu da bagel'ilan sabap sa di silan miug keman. Na su kakan enggu su kainum tanu na mana bun su gasulina sia kanu manga trak a di mandal amaika dala gasulina nin. Na amaika di tanu pakanen enggu painumen su wata a pendalu na da bagel'in. Nia nin maena na su bagel'u lawas tanu na sia eppun kanu 'gkakan enggu 'gkainum tanu. Kagina ka maitu na nasisita i tegelen tanu mapakan enggu mapainum su manga wata tanu amaika pendalu silan. Amaika mapia-pia den silan na nasisita i pakalibpesen tanu su kapakan kanilan taman sa makanem u di na makapitu sa kagagabian a gay taman sa di makaulit i lawas'ilan.



*Nasisita i tegelen tanu mapakan enggu mapainum su
manga wata tanu amaika pendalu silan.*

Ngin i manga sipat atawaka tanda a su manga wata tanu na mapia bun su kapedsunggud'u lawas'ilan?

Ipatimbang tanu su manga wata tanu kanu manga gumagalebek sa klinik atawaka su manga taw a nakadsiminar sa kapanimbang sa wata lu kanu dalepa tanu atawaka endaw i masupeg a klinik. Su nia a kapapedtimbang na makaisa uman saulan iganat den sa kinagemaw nin taman sa makagaus sa telu lagun i umul'in. Uman tanu ipatimbang su wata na isulat menem su kaugat'in sia sa kaletas'in a binaning. Sia ba 'bpagilayn u ngintu aden bun 'bpagisegan nu kaugat'u wata? Amaika su makadtundug-tundug a dua ulan ka da bun inisegan nu kaugat'in na nia nin maena na nasisita tanu i pakadakelen enggu pakalibpesen su kapakan sa kanilan. Edsawawan tanu sa lana a paidu su emay a pegken nilan.



*Amaika ipapedtimbang tanu su manga wata tanu sa
uman saulan na katawan tanu u ngin den i betad'u
kapedsunggudu lawas'in.*

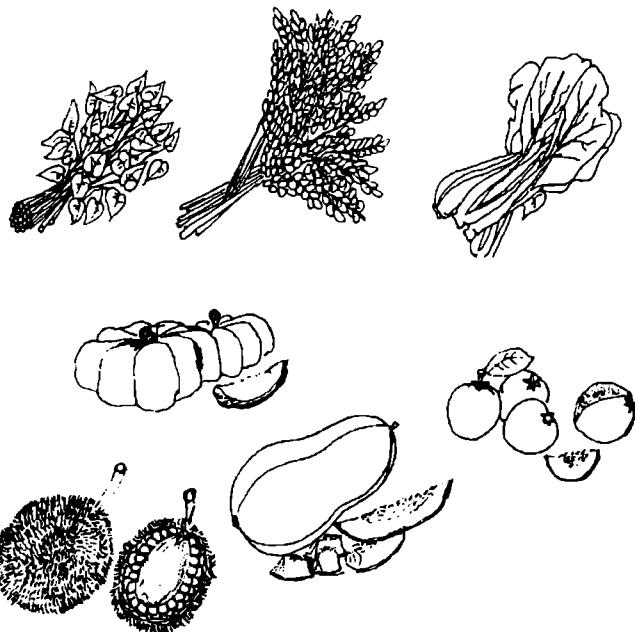
SU TELU TIMAN A LUMPUKAN NU MANGA PANGENKEN

Ngin i katagan nu telu timan a lumpukan nu manga pangenken a madtagapeda nu emay a nasisita a makan nu manga wata?

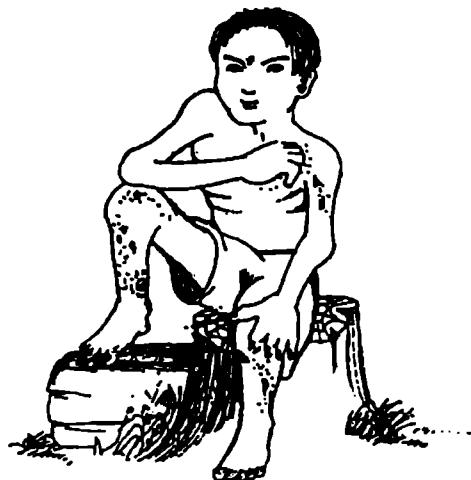
Amaika nia 'bpapangilayn i kagkapia nu kanggulawas na di mapakay a nia bu saligan i emay. Nasisita tanu pan i umanan su emay sa telu timan a lumpukan a manga pangenken a makatabang sa kagkapia nu lawas tanu.

Nasisita a makakan tanu sa manga **pangenken a makapangalaw sa manga dalu**. Langkum kanu nia ba a lumpukan na pangenken na su manga kamu a gadung i laun nin a mana su kangkung, kalamunggay, umbus'a ubi, lilit, enggu ped pan. Maitu bun su babasal, su manga embalangan na unga na kayu a malutu a mana su bayabas, kapaya, mangga, marang enggu madakel pan i ped.

Amaika di tanu ipakan su nia ba a pangenken kanu
wata na tatap endadalu sekanin, 'gkatel mana su
bakataw, mawaga enggu 'gkalalag su buk'in enggu
pegkaputi su manga tawtaw nu mata nin taman sa
aden a entu na mapisek sekanin.



*Nia ba su manga pangenken a makapangalaw
sa manga dalu.*



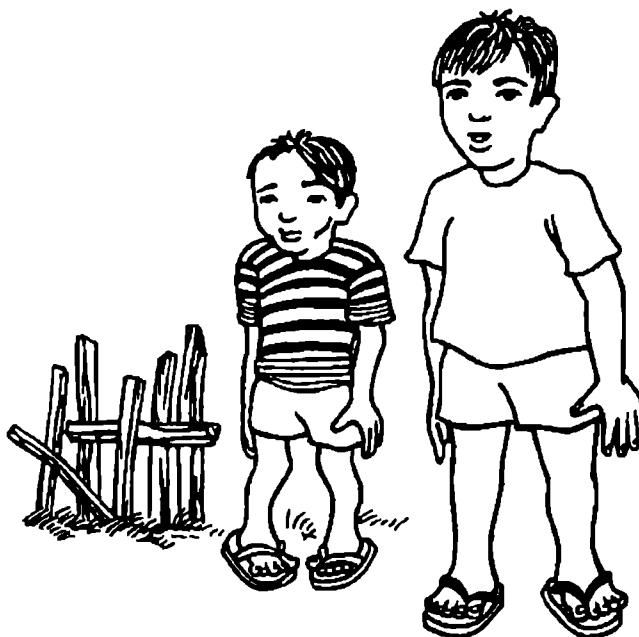
*Amaika di tanu ipakan kanu wata tanu su makapangalaw
sa manga dalu a pangenken na tatap 'gkatel, 'gkalalag su
buk'in enggu pegkaputi su manga tawtaw nu mata nin
taman sa aden a entu na mapisek sekanin.*

Nasisita bun i pakanen tanu su manga wata sa
pangenken a makagkabagel kanu tulan enggu sapu.
Nia ba su manga embalangan na pangenken kanu nia ba
a lumpukan na makan mana su langun na embalangan
na manga seda, manuk, patiugal, kambing, sapi,
kalabaw, leman, balatung, munggu, lugasing enggu
gatas.



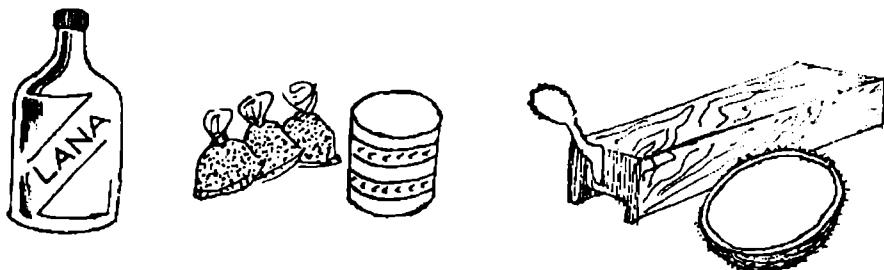
*Nia ba su manga pangenken a makagkabagel
kanu lawas.*

Amaika di makan nu manga wata su nia ba a
manga pangenken na malubay su tulan nilan enggu di
silan 'gkasela enggu 'gkalambeg sa mapia enggu di
gaid kaadenan na balatantu a pagitung.

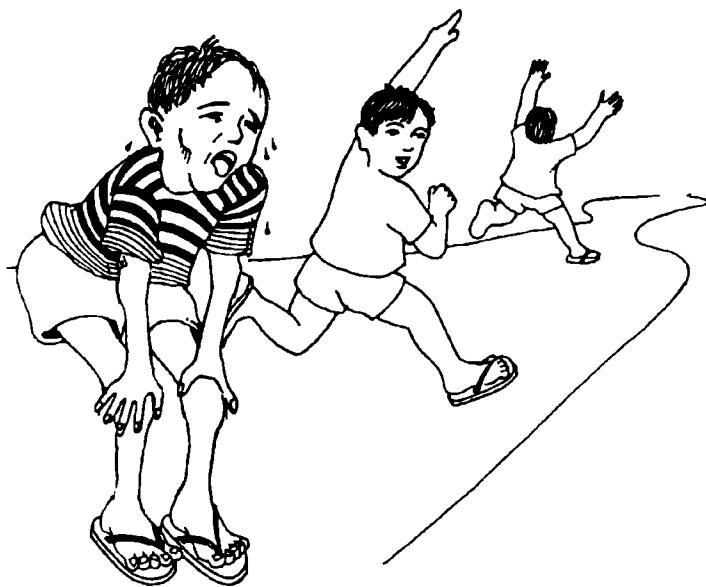


*Amaika da su pangenken a makagkabagel sa tulan enggu
sapu kanu pegken nu manga wata na di gaid silan
'gkasela enggu 'gkalambeg sa mapia.*

Liu pan sa manga nadtalú a entu na balapantag a
benal a makakan tanu bun sa pegken a
makagkasebud kanu lawas tanu mana su lana,
mamis enggu niug. Amaika di tanu umanan su pegken
nu manga wata tanu sa mayaba na magasa enggu
malubay su lawas'ilan. Na di silan makanggalebek sa
mapia enggu di silan makapalaguy sa malengkas.



*Nia ba su manga pangenken a makagkasebud
kanu lawas.*



*Amaika di tanu umanan su pegken nu manga wata
tanu sa pangenken a makagkasebud na magasa enggu
malubay su lawas'ilan enggu di silan makapalaguy
sa malengkas.*

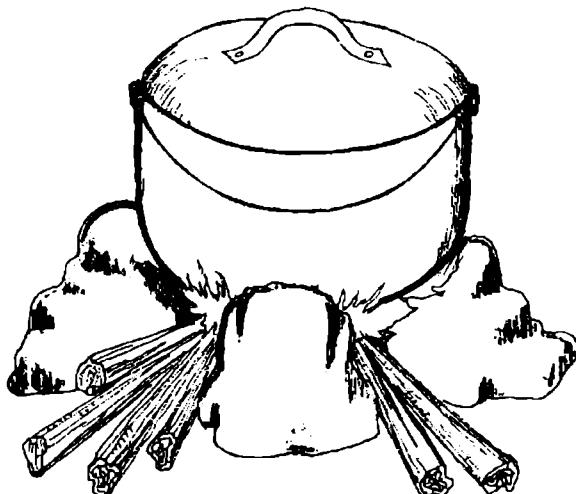
Di mapakay a nia tanu bu saligan na makan nu manga wata na gatas, atawaka binubug a begas, seda enggu emay. Nasisita su telu timan a lumpukan na manga pangenken a nambitiala tanu, mana su pegken **a pangalaw sa dalu**, su pegken **a makagkabagel** sa tulan enggu sapu enggu su manga pegken **a makagkasebud**.

Katawan tanu den u ngin i sabap'in ka nasisita gaid'u wata a manaut pan su binubug a kumplitu a aden mamis'in, lana enggu sawaw na kamu kagina san ba matun su langun nu lumpukan nu pangenken a nambitiala tanu.

Su dapulan a upaman kanu mapia a kakan

Su telu timan a lumpukan na pangenken a pakagkapia sa lawas a nasisita ibpaguman kanu emay na mana bun su dapulan a telu timan i ay nin. Su telu timan a ay nin na makalagid sa kanu telu timan a lumpukan na manga pangenken. Amaika tangenan

nengka su dapulan a entu ka iawa nengka su apia satiman bu kanu ay nin na malegkeb su initangen nengka. Na maitu bun ba su lawas'u taw. Amaika aden isa kanu manga pangenken a pakagkapia kanu lawas a di makan nu taw na di bun 'gkapia su lawas'in.



Su telu timan a ay na dapulan na makalagid kanu telu timan a lumpukan na manga pangenken a nasisita a makan nu manga wata tanu.

**Nia ba su mapia i kinadtundug-tundug'in a
manga pangenken nu manga wata iganat sa
kinagemaw nin taman sa salagun i umul'in:**

0–6 ulan: Iganat kanu kinagemaw nin taman sa
pedtalegkeb den su wata:

Gatas'u ina nin bu.

6–8 ulan: Mananap den taman sa magagayan su wata:

Papaganaden tanu mapakan su maya ba a manga
wata sa binubug a tapung a maliug gaid a
minamisan sa paidu ugaid'a pasusun bun sekanin.

8–10 ulan: Amaika 'bpaparu den su wata:

Nia ipapegkan lun na binubug a tapung a kumplitu
a aden lana nin enggu mamis. Amaika dua
kasalidut a tapung na sakasalidut i mamis enggu
di matenga sa salidut i lana a ipedsimbul lun.

Taguan bun su binubug a entu sa sawaw na kamu
atawaka malemek a babasal. Sia kanu pageletan
nu kakan nin sa binubug a entu na pakanan tanu

su wata sa linupet a saging, kapaya atawaka
mangga a malutu. Ugaid'a pasusun bun su wata.

10—12 ulan: Amaika edsangkad-sangkad den su wata
ka mangagaw den sa pegken enggu 'bpeleteban
den na ngipen:

Nia ipapegkan lun na binubug den a begas ugaid'a
nasisita i pakanen bun kanu telu timan a
lumpukan na pangenken. Na lupeten tanu sa
mapia enggu pasusun bun su wata.

**Sapulu enggu dua ulan atawaka subela pan i lagun
nu wata:**

Nia ipapegkan lun na langun nu pegken na manga
matua asal malemek i kapagalugan lun enggu
nasisita ibpaguman bun su telu timan na manga
lumpukan na pangenken kanu kakan nin sa emay
enggu pasusun bun su wata.

Amaika itagu nu sa ginawa su langun nu nia ba a napangagian tanu na nia ba i ukit a kaabung sa di kagketi enggu kandadalu nu manga wata enggu di gaid malidu i ginawa nu lukes'in.

Wassalam

MANGA IDSA

1. Pila kataw su manga wata nengka enggu ngin i umul'u uman i isa sa kanilan?

Ngin i ipapegkan nengka kanu uman isa kanu manga wata nengka sa kagagabian a gay?

2. Ngin i manga lidu na ginawa nengka sa kapegkan nu manga wata nengka?

Ngin i manga gamut sa entu ba a manga lidu na ginawa?

3. Apia pegkalaling den menem si Amira na pasusun nin bun su wata nin ka da pan masalagun i umul'in. Pidtalnu nu kaluma nin i nasisita kun na keman sekanin sa mapia. Uman gay na pamasan nin sekanin sa manga seda, kamu, leman enggu madakel pan i ped a mapia a pangenken.

Ngin i manga sabap'in ka da patelena mapasusu ni Amira su wata nin apia pegkalaling den menem sekanin?

**Ngintu, amaika seka i pegkalaling na patelenen
nengka mapasusu su wata apia da pan
masalagun i umul'in?**

4. Papedsusun ni Sena su wata nin enggu papegkanen nin bun sa binubug. Nakasiaw ulan den i umul'in ugaid'a kanu dalem'u telu ulan na da iseg su ugat'in.

**Ngin basi i manga sabap'in ka da iseg su
ugat'in kanu dalem'u telu ulan?**

Ngin i kapagkaid kanu mayaba a wata?

5. Ngin i isumpat'engka amaika 'bpagidsa su pagubay nengka sa leka sa tig'in, "Ngin i katagan nu kapapedtimbang sa manga wata tanu sa uman saulan taman sa makatelu lagun den i umul'ilan?"
6. Nagaip si Sapiya kagina da nin pan makineg i makapantag kanu tapung a kumplitu. Inidsa nin u panun i kabpagumbal enggu kabpagadil lun.

Ngin i isumpat'engka sa lekanin?

7. Su manaut a wata ni Asina na tatap pembakataw, 'bpamawaga enggu malalag i buk'in.

Ngin i makapamandu nengka sa lekanin ka enggu 'gkatilak su lanitan nu wata nin enggu 'gkaitem menem su buk'in?

8. Endaw su wagib a kadtalu? Pamili ka bu!

- Amaika pedtalegkeb den su wata na mapakay a patelenen den mapasusu.
- Amaika pedtalegkeb den su wata na pakanen den sa binubug a tapung.
- Amaika pedtalegkeb den su wata na papaganaden keman.
- Amaika 'bpagagayan den su wata na pakanen tanu enggu pasusun bun.

9. Pila kataw kanu manga pagubay nengka a
babay i aden manga wata nin a manaut pan?

Ngintu di mapakay a mumbal silan sa umpungan
a nia nin kahanda na maisa-isa silan sa kaumbal
sa tapung a kumplitu enggu uman saulan na
edtatabanga silan sa katimbang kanu manga
wata nilan?

Panun i kanggulalan nu lun?