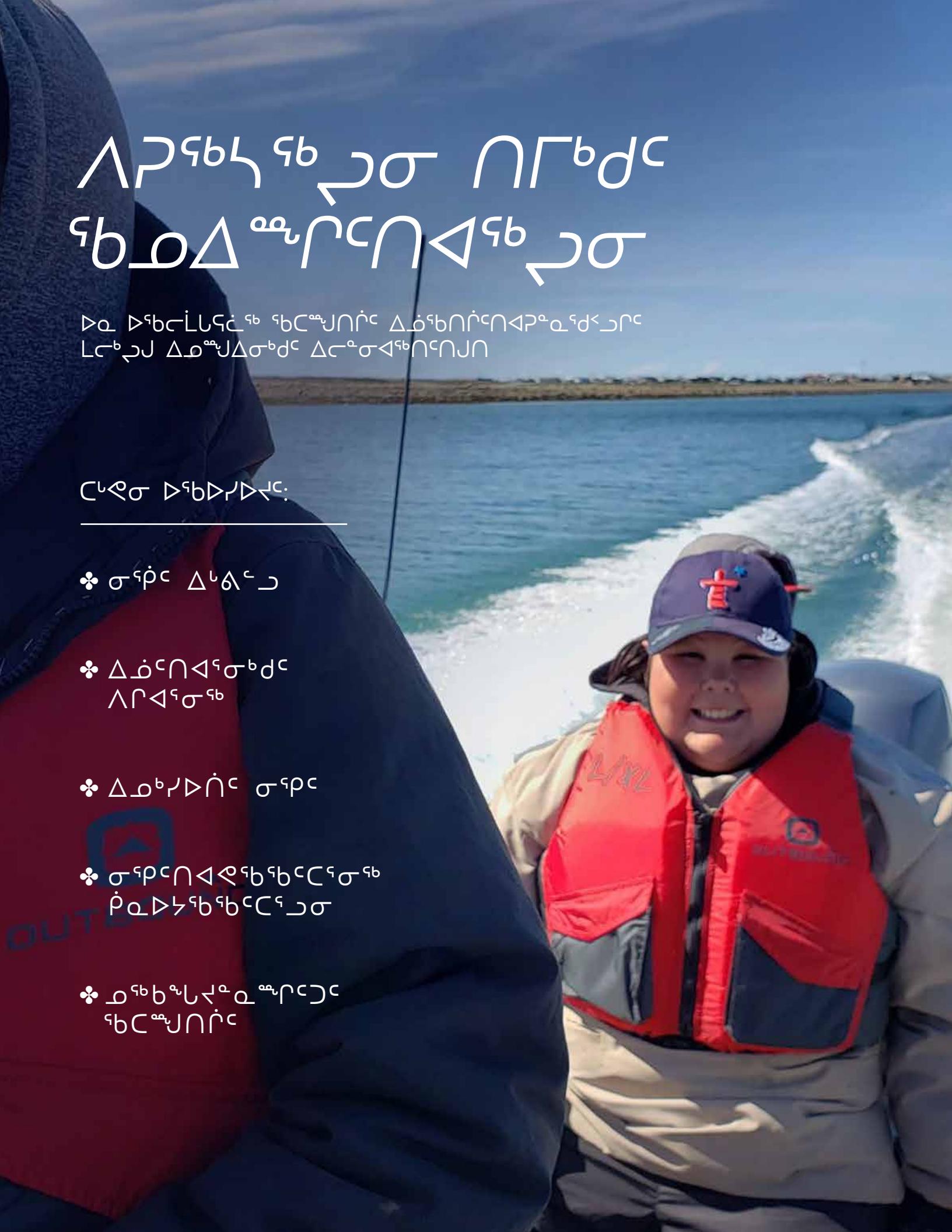


ԱՐԳԵԼ ԿԵՐՏԸ ՈՐԵԴԾ
ԿԵՐՏԸ ՈՐԵԴԾ

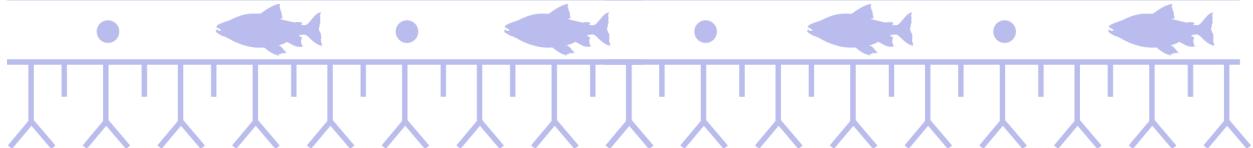
- ❖ ሰኔዕር ማስረጃ በ
 - ❖ ማስረጃ በኋላ ስራውን እንደሚሸጠው ስራውን እንደሚሸጠው ስራውን እንደሚሸጠው
 - ❖ ማስረጃ በኋላ ስራውን እንደሚሸጠው ስራውን እንደሚሸጠው ስራውን እንደሚሸጠው
 - ❖ ማስረጃ በኋላ ስራውን እንደሚሸጠው ስራውን እንደሚሸጠው ስራውን እንደሚሸጠው

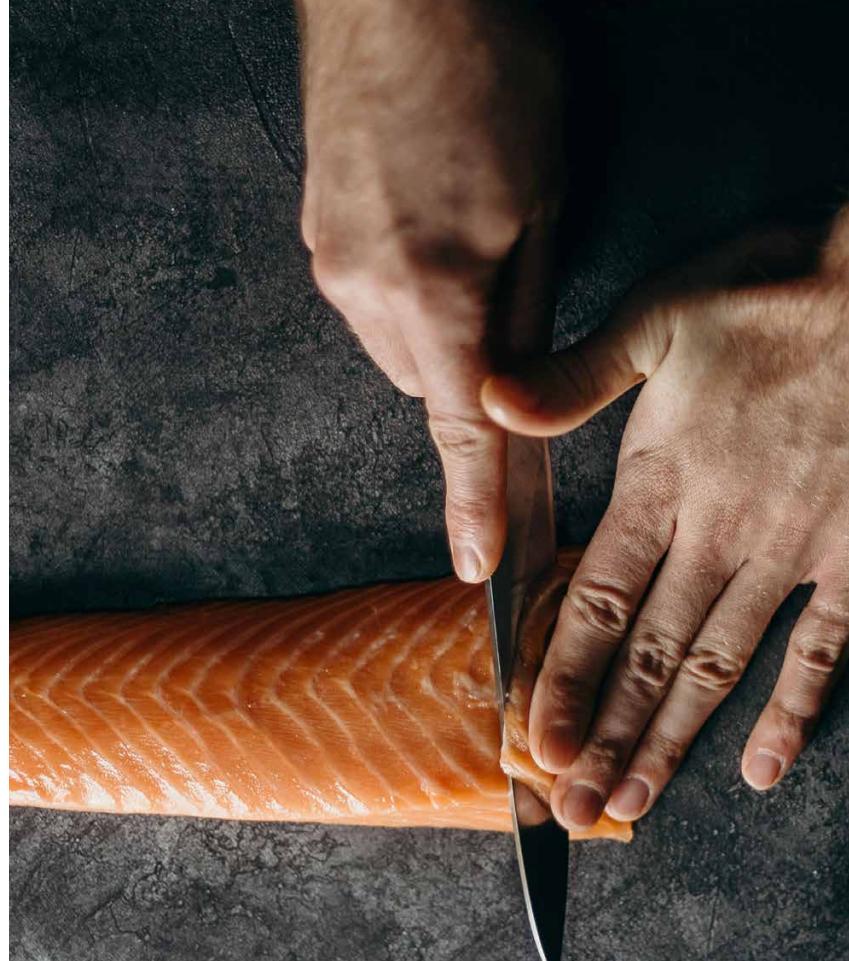






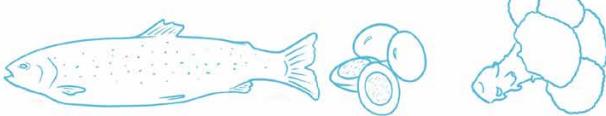
Δεσμούς







ኅጂናርድ ማኅበር - ከጂናርድ በኋይ
ኅጂናርድ ልማትልድ - ከጂናርድ ምኞች



በዚህ የሚገኘውን ስም አድራሻ በስር የሚያስፈልግ ይችላል





Δ^αΩ^γβΔ^ε Δ^δβΔ^γβ^γ Δ^ε
Δ^εβΔ^γβ^γ Δ^εβΔ^γβ^γ Δ^εβΔ^γβ^γ

የወርሃዊነት ተደርጓል፡ የሚከተሉት አገልግሎቶች የሚከተሉት አገልግሎቶች የሚከተሉት አገልግሎቶች

ዕርቅነራዊሮ ተስተካክለውን የሚከተሉት ስልጣኑን አገልግሎት የሚያሳይ ይችላል፡፡



Δມໍ່ຢ່າງໜີ ສັກ



Δມໍ່ຢ່າງໜີ ສັກ ດັບຕະຫຼາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ປົກກົດ. Protein-ສັກ ຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ປົກກົດ. ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ. ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ.

▷ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ:

❖ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ.

❖ ກຸາຍືນ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ. ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ.

Δມໍ່ຢ່າງໜີ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ. ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ.

Δມໍ່ຢ່າງໜີ ສັກ ເຊິ່ງຕົກລົງ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ.

ກູໂຄຄະກົນ

ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ແລ້ວ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ

Vitamin A: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ

Vitamin D: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ

Omega-3 fatty acids: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ

Vitamin E: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ

Vitamin C: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ

Selenium: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ



Text and concept from Nutrition Fact Sheet Series - Inuit Traditional Foods from the Government of Nunavut
Graphic produced by the Aqqiumavik Society, Arviat Nunavut

ກູ

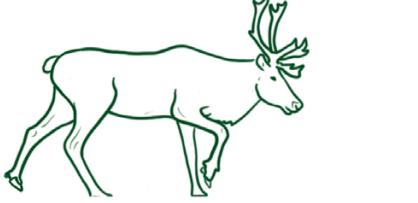
ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ ສັກ

Iron: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ

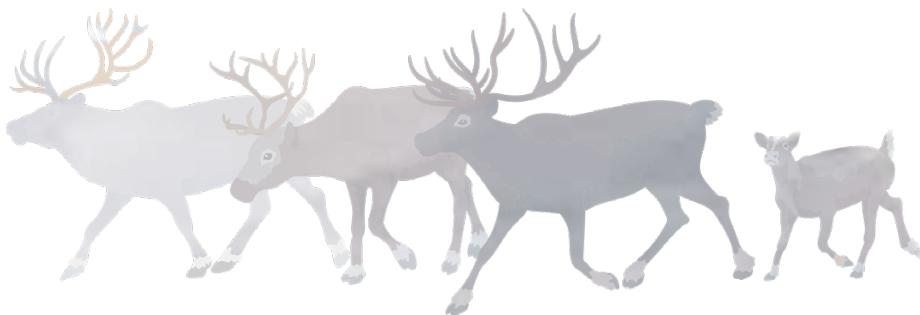
Vitamin A: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ

Vitamin C: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ

Zinc: ດັບຕະຫຼາດ ທີ່ມີຄວາມ ພົມປະກາດ



Text and concept from Nutrition Fact Sheet Series - Inuit Traditional Foods from the Government of Nunavut
Graphic produced by the Aqqiumavik Society, Arviat Nunavut





$\triangle^b \subset \triangle \wedge^b \neg b \cap C^b$

20c 22d^c 22d^b

συμπλόσια πολέμων

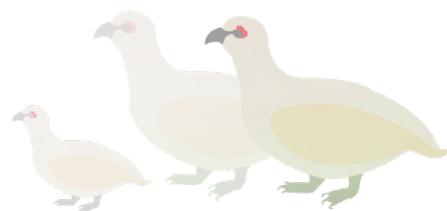


ՃԵԳԿԸՆՅԱՐԾՎԵՐԸ ԿԴՐԸ ՇԱԼԿ ՀԵԿ ՃՈՒՄՆՐԸ - ԿԴՏԱՐԸ <ՈՒՐԸ>
ԼԼԿԿՐԸՆՅԱՐԾՎԵՐԸ ՃՐԸՆՅԱՐԾՎԵՐԸ; ԿԵՐԸՆՅԱՐԾՎԵՐԸ ՃՐԸՆՅԱՐԾՎԵՐԸ,
ՀԼԵԼ ԿՈԼՐՎԱԶԿՅԱՐԾՎԵՐԸ. ԿԵՐԸՆՅԱՐԾՎԵՐԸ ԿԵՐԸՆՅԱՐԾՎԵՐԸ ԿԵՐԸՆՅԱՐԾՎԵՐԸ



◀▷⁹bCC⁹σ⁹b Δσ⁹Y▷∩σ⁹ σ⁹ρσ⁹

ԱՐԳԵՎԾ ԾԳԸ



▷ናይሮኑል ሰነድ በዚህ የሚከተሉ ነው ማለት የሚከተሉ ነው

$\triangleleft \Gamma \triangleleft^b d \Delta^c$

ԱՐԵՎԵԿ



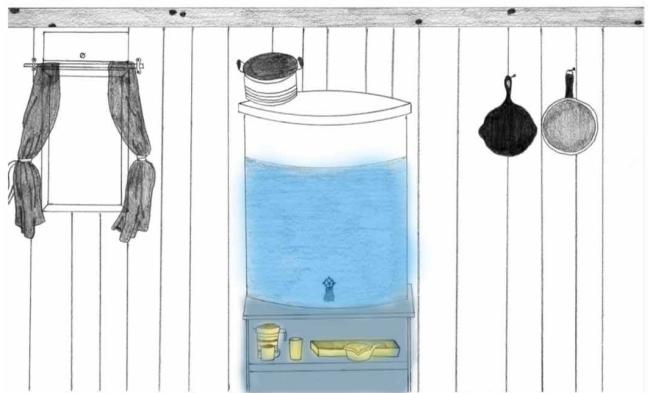






አናዕኑ ልደመኑ ማስታወሻ፡ “ኞይር የሚገባውን ማጠቃለ እና ማጠቃለ ተስፋነት ነው እና ማጠቃለ ነው እና ማጠቃለ ነው”

Water Woman: “If you want to be fast and not tire like me, drink lots of clear good water. Drink Strong!”



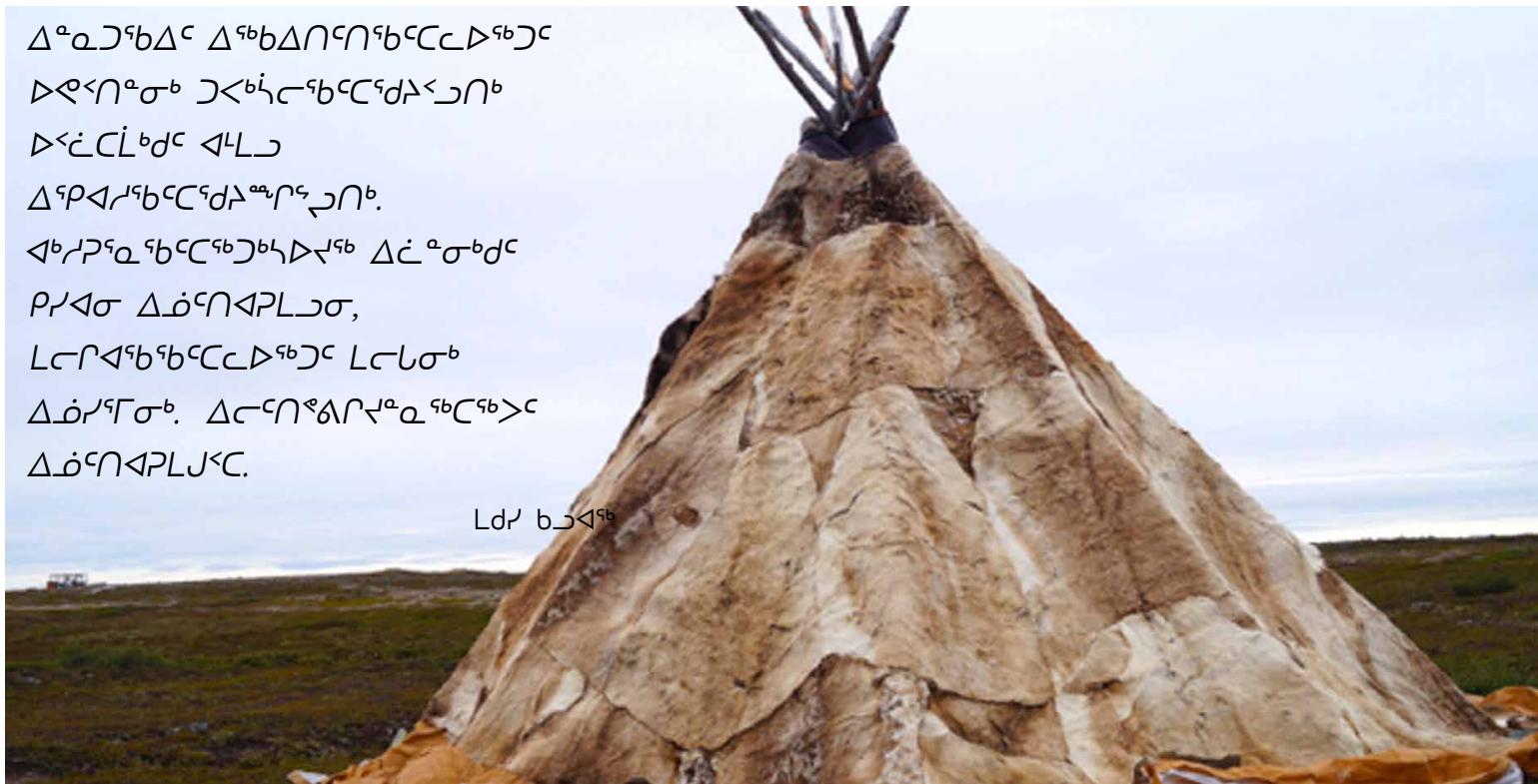
ኋላም ማስታወሻ ልደመኑ ማስታወሻ ነው እና ማጠቃለ ነው እና ማጠቃለ ነው እና ማጠቃለ ነው

Drink Strong! Live long and pass it on.



ԵԳԵՅԱՆԴՐԱՎՈՐՈՒՄ ԿԵՐՏ

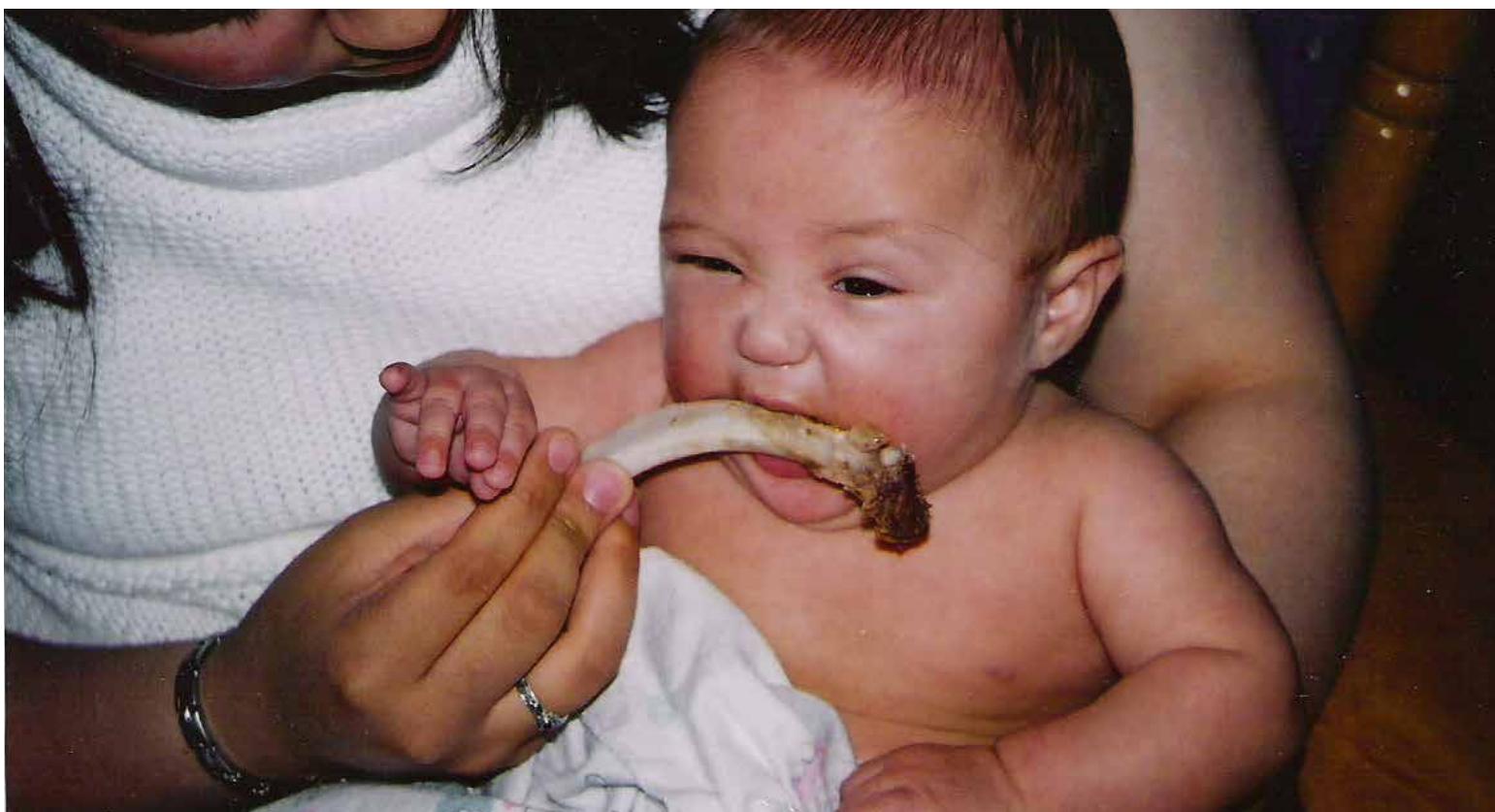
Δ°ο]ςΔΔc Δ°bΔηcη°bCcΔ°c
Δρ<η°σ°]<ςίc°bCcΔηΔ<η°
Δ<ςCL°dC ΔL
Δ°ρΔΔ°bCcΔη°η°η°
Δ°r]ςΔ°bCcΔ°ηΔη° Δς°σ°dC
ρ/Δσ ΔφcηΔPLησ,
LcηΔ°bCcΔ°c Lcησ°
Δφr°Γσ°. Δcη°θη°η°c
ΔφcηΔPLJc.





PJnCnAruJ^aQ^bσ^c

۲۰





ՀԱՌԴՎԵԼԿԸՆԾ



ለመስጠት ሰነድ የሚከተሉትን በቻ እንደሆነ የሚያሳይ





ӮӰՐԻ՞ՌՈՎՆԱՐԴԱԿ ԸՆԹԱՑԵՐՆԱՐԴԱԿ ԾԱՇԽԱՇԽՈՒՄ ԸՆԹԱՑԵՐՆԱՐԴԱԿ ԾՈՎՈՎՈՎՈՒՄ ԸՆԹԱՑԵՐՆԱՐԴԱԿ ԾՈՎՈՎՈՎՈՒՄ

ԱՐԿԱՅՈՒԹ

www.pirurvik.ca

ԱԺԿԱՍՏՈՒՄ ԱՄԱԿԱՎՈՒՄ,
ԼԵՋԿԱՎՈՒՄ ԷՒԼԿԱ ԱԿԱՐՎՈՒՄ

www.inuuqatigiit.ca

ԿԱՍՏՈՎՈՒՄ ԱՄԱԿԱՎՈՒՄ

www.tungasuvvingatinuit.ca

ԼՐԿԱՅՈՒԹ

www.tungasuvvingatinuit.ca

ԵՎՀԻ ԱՌԱԿՈՒՄ

ԱՐԿԱՎՈՎՈՒՄ ԵՎՀԻ

ՎԵՐԿԱՎՈՎՈՒՄ ԱՌԱԿՈՒՄ

www.nccih.ca

ԿԵՇՏՐԱԿՈՒՄ

ՎԵՐԿԱՎՈՎՈՒՄ ԿԵՇՏՐԱԿՈՒՄ

ԿԵՇՏՐԱՎՈՒՄ

www.qhrc.ca

ՇՐՋՎՈՒՄ

www.aqqiumavvik.com





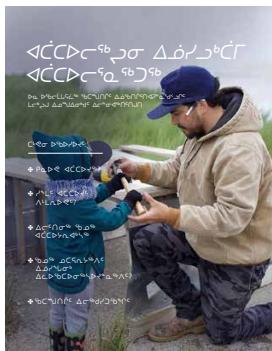
▷ኩርናናናር ስሮስ ማኩርናና



የኢትዮጵያ ከዚህ የሚከተሉ ጥሩ የሚከተሉ የሚከተሉ የሚከተሉ የሚከተሉ



ለፖ.ኩርናናናር ስሮስ ማኩርናናናር



የኢትዮጵያ ከዚህ የሚከተሉ ጥሩ የሚከተሉ የሚከተሉ የሚከተሉ



ፈልግናናናር
የኢትዮጵያ ከዚህ የሚከተሉ ጥሩ የሚከተሉ የሚከተሉ

▷ኩርናናናር ሰምናናናር ምትናር ማኩርናናናር: nccih.ca or aqgiumavvik.com.

Ces livrets sont aussi disponibles en français sur ccnsa.ca.

ፈልግናናናር

▷ኩርናናናር: © Chickweed Arts

ሻውጥር ሰምናናናር: © Pexels.com/ርድራል ልማር

ለአሰመው 5-ገ: © Unsplash.com

ለአሰመው 6-ገ: © AL dJP

ለአሰመው 7-ገ © ካልላ’ ሽፍ

ለአሰመው 9-ገ © Chickweed Arts

ለአሰመው 10-ገ © Chickweed Arts

ለአሰመው 12-ገ: © ፊዴሮፕሮሌክ

ለአሰመው 14-ገ: © ፊዴሮፕሮሌክ

ለአሰመው 15-ገ: © ሽፍ-ዳንብ ሰምናናናር

ለአሰመው 19-ገ: © ሽፍ-ዳንብ ሰምናናናር

ለአሰመው 21-ገ © ካልላ’ ሽፍ

ለአሰመው 22-ገ: © Chickweed Arts

ለአሰመው 23-ገ: © ካልላ’ ሽፍ

ለአሰመው 25-ገ: © ፊዴሮፕሮሌክ

ለአሰመው 27-ገ © Unsplash.com

ፖ.ኩርናናናር ምትናር ስሮስ ማኩርናናናር



National Collaborating Centre
for Indigenous Health

የኢትዮጵያ
በአዲስ አበባ 444
ደንኑል, ቦዕስ
XOC0E0 bዕር
የኢትዮጵያ: (867) 857-2037
arviatwellness@gmail.com
aqgiumavvik@gmail.com

3333 University Way
Prince George, BC V2N 4Z9
የኢትዮጵያ: (250) 960-5250
የኢትዮጵያ: nccih@unbc.ca
<https://www.nccih.ca/>