

Hejmara - 199

Bê dirave

# MIZGÎN

15 - Çile - 2026



# Naverok

- 1 Wênesazî
- 2 Wêjeya Zarokan
- 3 Lîsk
- 4 Welatê me
- 5 Tu dizanî
- 6 Tendirustî
- 7 Tîp û gotin
- 8 Navdar
- 9 Bexçeyê Navan
- 10 Jîngeh mala me ye
- 11 Jêhatiyên Zarokan
- 12 çîrok
- 16 Bixwînin û fêr bibin
- 17 Çavika Mizgîn

Amadekirina Naverokê  
Amir Ferso

Şewekar  
Umer Ishaq  
Xalid Bîco  
Baran zagros  
Rojhilat

Dîzayn  
Mecid Alsadûn

Sererastkirina Kurdi  
Mihemed Xanim

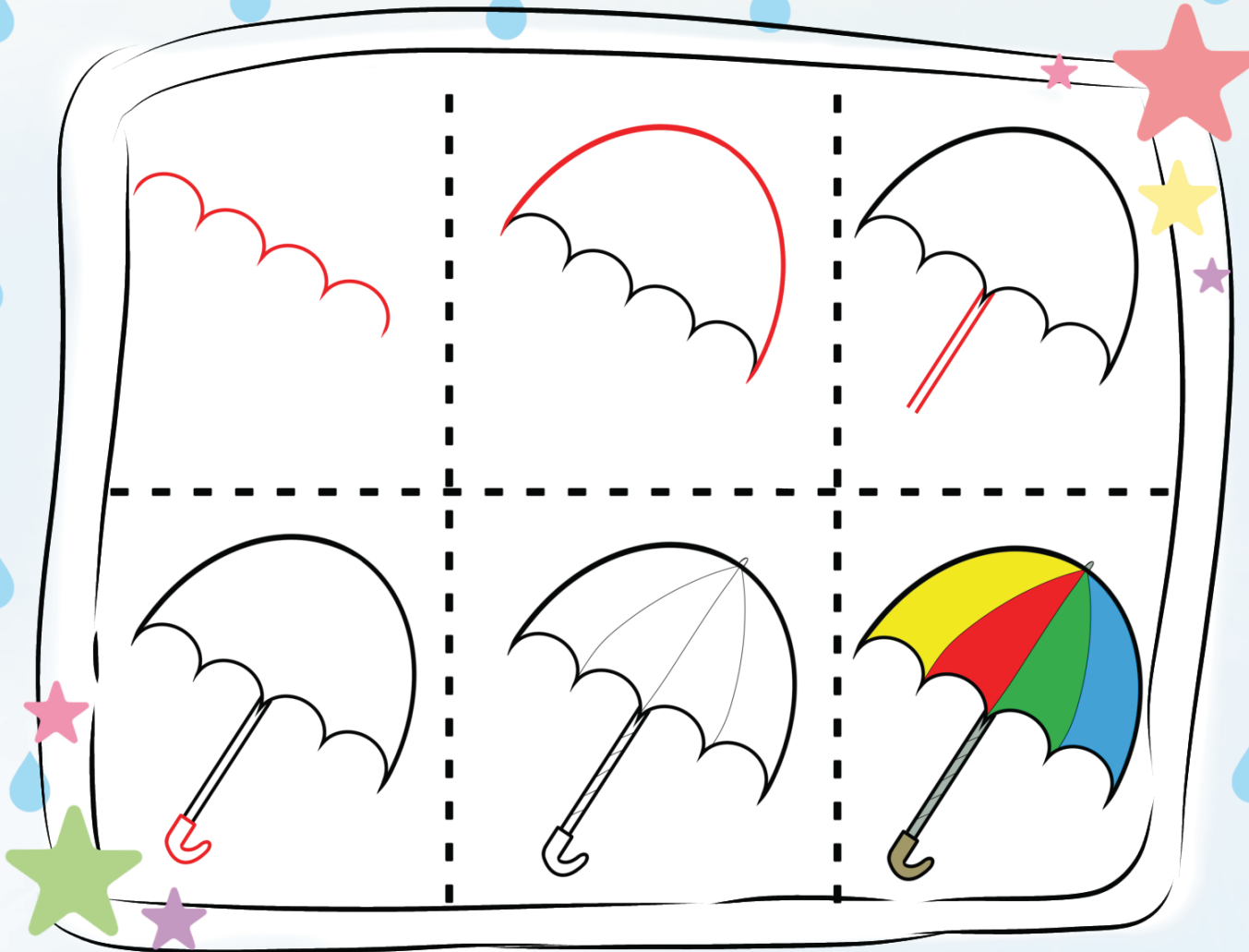
Sererastkirina Erebî  
Abdulah Rehîl

 Kovara Mazgîn

 Kovara Mazgîn مجلة مزكین

Ji bo xêzkirina sîwaneke  
rengîn gavên li jêr bişopîne

اتَّبِعِ الْخَطَّاتِ التَّالِيَةَ لِرَسْمِ  
الشمسية الملونة



*Zemîna me rengîn e  
Karê wê tim gerîn e  
Naweste ranaweste  
Rojan ji bo me tîne*

*Rojek diçe, rojek tê  
Ez diçim mala metê  
Hewşa metê tev gul in  
Bîna xweş her dem jê tê*

*Heftiya me heft roj in  
navnîşan û hem soz in  
Bi nav û deng û reng in  
yek malbat û yek koz in*

*Tu here soza xwe zû  
Ticar nemîne li dû  
Karê xwe nespêr sibê  
venagere dema çû*

*Şemê bang kir Yekşemê  
Tu qet nekşîne xemê  
were şûna min rûne  
li hêvîya Duşemê*

*Sêşemê serî hilda  
Duşemê xwe girêda  
xatir ji hev dû xwestin  
Çarşem maye li benda*

*pêncşemê hat û lez kir  
Înê çavê xwe kil kir  
Got rûnin li mala xwe  
bişon cil û serên xwe*

*Roj rêzbûne li pey hev  
Xwe dugherin roj û şev  
ji bo jiyan xweş bibe  
hemû hez bikin ji hev*

Imran Yûsiv



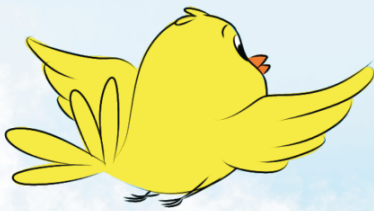
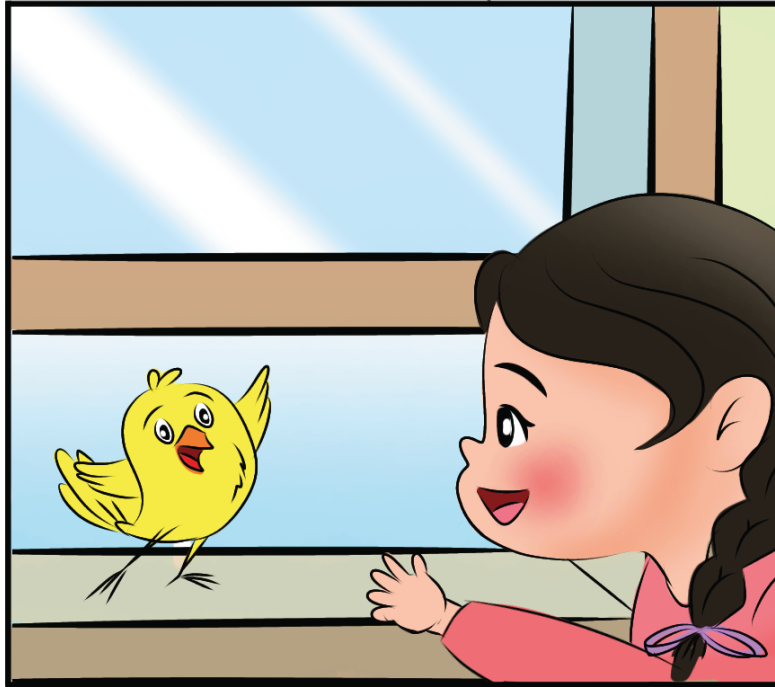
Lîsk

Hevalê me çûk



اللعب

مدیقنا العصفور





## Colemêrg

Bajarê Colemêrgê li Bakurê Kurdistanê ye. Ew yek ji bajarên herî bilind û xweşik e, çiyayên bilind dihevine, çemê Zapa Mezin di nav re derbas dibe û deştên wê vediguherîne xalçeyek kesk ji kulîlkên kovî.

Ew navendeke zanistê ye û xelkê wê jiyaneke sade dijîn ji ber ku ew li çiyayan bi xwedîkirina pez û bizinan ve girêdayî ne. Genim, ceh û sebze li wir tîndarî çandin, herwiha xelkê wê bi karên destan, wek çêkirina xalçeyên rengîn ên Kurdî, mijûl dibin.

Zarok di xwezaya xweşik de kêfê dikin, di zivistanê de li ser berfê û qeşayê xwe dişmitînin, di biharê de jî li ser çîmenên kesk pêşbirkê dikin. Ew bi malbatên xwe re diçin çêrandina sewalan û li çîrokên "Şenga min penga min - Lib hinarkê - Rovî û quling û çîrokên din ên balkêş guhdar dikin.

## (ههكاري)

مدينة **Colemêrg** تقع في باکور کردستان. وهي من أكثر المدن ارتفاعاً وجمالاً، فيها جبال عالية، ونهر الزاب الكبير يمر فيها؛ فتتحول سهولها إلى بساط أخضر من الزهور البرية، وهي مركز للعلم، وأهلها يعيشون حياة بسيطة؛ لأنهم يعتمدون على تربية الأغنام والماعز في الجبال، تكثر فيها زراعة القمح والشعير، والخضروات، ويمارس أهلها الحرف اليدوية، مثل: صناعة السجاد الكردي الملون.

يمرّح الأطفال في الطبيعة الجميلة، فيتزلجون على الثلج شتاءً ويتساقون على المروج الخضراء ربيعاً. ويرافقون أهلهم في الرعي، ويستمعون لحكايات **Şenga min penga min - Lib hinarkê - Rovî û quling** وغيرها من القصص الممتعة.

## Tu dizanî?

Sûsmar di germahiyê de devê xwe pir vedike da ku laşê xwe sar bike. Ew dikare li ser erdê bi leza ku digihîje 17 kîlometreyan di saetê de baz bide, lê ew ji mayîna di nav avê de hez dike ji ber ku ew avjeneke jêhatî ye!

## هل تعلم؟

أَنَّ التَّمْسَاحَ عِنْدَمَا يَفْتَحُ فَمَّهُ كَثِيرًا؛ لِيَبْرِدَ جَسْمَهُ فِي الْحَرِّ. وَيُمْكِنُهُ الْجَرِّيُّ عَلَى الْيَابِسَةِ بِسُرْعَةٍ، قَدْ تَصِلُ إِلَى ١٧ كِيلُومِتْرًا فِي السَّاعَةِ، لَكِنَّهُ مَعَ ذَلِكَ يُفْضِلُ الْبَقَاءَ فِي الْمَاءِ؛ لِأَنَّهُ سَبَّاحٌ مَاهِرٌ!





## Tenduristiya te di zivistanê de

Di zivistanê de em wekî havînê tî nabin, ji ber vê yekê gelek zarok vexwarina avê ji bîr dikin.

Lê çima av ji bo laşê me girîng e?

Ji ber ku di zivistanê de hewa zuha dibe û l bêtî ku em hay jê hebin laşê me avê winda dike.

Kêm vexwarina avê dibe sedema laşgiraniya zarokan û kêmbûna terkîza wan li dibistanê.

Av alîkariya parastina laş ji sermayê dike ji ber ku ew qirik û poz şil dihêle.

Ji ber vê yekê hevalên Mizgîn:

Ji bo tenduristiya xwe her du saetan carekê qedehek av vexwin û heke hûn bixwazin, perçeyek lîmon an porteqal lê zêde bikin.

## صحتك في الشتاء

في فصل الشتاء، لا نشعرُ بالعطش كثيرًا مثل الصيف، ولهذا ينسى الكثير من الأطفال شرب الماء.

ولكن لماذا الماء ضروري لجسمنا؟

لأنه في الشتاء يصبح الهواء جافًا، ويفقد الجسم الماء دون أن نشعر.

فقلة شرب الماء تجعل الطفل يشعر بالخمول، وقلة التركيز في المدرسة.

والماء يساعد على حماية الجسم من نزلات البرد؛ لأنه يحافظ على رطوبة الحلق والأنف.

لذلك يا أصدقاء مزكين

اشربوا كوب ماء كل ساعتين لتكونوا بصحة جيدة، وإن شئتم أضيفوا إليه شريحة ليمون أو برتقال.

أُصْدِقَائِي الْأَعْزَاءُ، أَكْمِلُوا الْحُرُوفَ النَّاقِصَةَ! تُكْمِلُوا الْأَسْمَاءَ حَسَبَ صُورِهَا.

ش

ن

ر

ه



## Şehrîban

## شهریبان

Hunermend Şehrîban di sala 1970'î de li bajarê Îzmîrê yê Tirkîyeyê ji dayik bûye, ew ji malbateke Kurd a ji gundê Xors ê a herêma Qoserê ye.

Şehrîban di sala 1983'an de li Îzmîrê dest bi pêşbirka dengbêjiyê kir û bi stranek bi zimanê tirkî asta yekemîn bidest xist.

Piştê wê dest bi stranbêjiya bi ziman û folklorê Kurdî kir. Ji berhemên wê yên navdar: Di sala 1991'an de yekemîn alboma xwe ya bi navê "Ez Keçim Keça Kurda me" û paşê jî albomên "Sor Gula Min", "Yek, Do, Sê" û "Em Hatin" derxist.

Ew ji aliyê desthilata Tirk ve rastî zextan hat, ji ber ku nasnameya xwe ya Kurdî nîşan da û hevokên wekî "Ez keçeke Kurd im" bi kar anî, hat girtin. Ew neçar ma ku di sala 1994'an de bi malbata xwe re koçî Almanyayê bike.

Dengê wê tê wesfê kirin ku mîna "Ava kaniyên çiyayên Kurdistanê zela e".

وُلدت الفنانة شهريبان في مدينة أزمير التُّركيَّة عام 1970، لأسرةٍ كُرديةٍ مُهاجرةٍ من ماردين، من قرية خورس في منطقة قوسر.

بدأت شهريبان المُشاركة في مسابقةٍ صوتيةٍ في أزمير عام 1983، وفازت بالمرتبة الأولى بأغنيةٍ باللغة التُّركيَّة. بعد ذلك تحوَّلت إلى الغناء بالكُردية، والفولكلور الكُردية، من أعمالها الشهيرة:

أولُ البوم أصدرته عام 1991 بعنوان Ez Keçim Keça Kurda me و Sor Gula Min ، وألبوماتٌ لاحقةٌ مثل Em Hatin و Yek, Do, Sê.

تعرَّضت لمضايقاتٍ من السُّلطات التُّركيَّة، حتَّى تمَّ توقيفها بسببٍ تأكديها على هويَّتها الكُردية، وعباراتٍ مثل "أنا فتاةٌ كُرديةٌ". فاضطرت للهجرة إلى ألمانيا سنة 1994، مع عائلتها.

هوتها يوصف، أنه «نقيٌّ مثل مياه الينابيع في جبال كردستان».

**Hin Navên  
bi tîpa - B**

**Bêrîvan**

**Barîn**

**Baz**

**Berxwedan**

**Berçem**

**Bazvan**

**Baran**



## Jîngeh

## البيئة

Her tiştê li dora me wekî hewa, av, dar û lawir maleke mezin pêk tîne ku hemû tê de dijîn. Ji ber vê yekê divê em wê biparêzin, mîna ku em odeya xwe di malê de diparêzin! Hevalno werin em fêr bibin ka merov çawa jîngeha xwe diparêze?

Dema ku em ji odeyê derdikevin, em çirayan vedimirîn û çopê diavêjin cihê wê.

Em li mal an dibistanê şînatîyan biçînin ji ber ku ew hewayê paqij dikin û bextewariyê tînin.

Ji ber vê yekê, hevalê min, gava tu lînêrîna jîngehê dikî, ji ber ku ew mala te ya mezin e.

كلُّ شيءٍ حولنا، الهواء، والماء، والأشجار، والحيوانات يشكلُ بيئاً كبيراً نعيشُ فيه جميعاً؛ لهذا علينا أن نحافظَ عليه، كما نحافظُ على غرفتنا في المنزل! فتعالوا نتعلمُ كيفَ نحمي بيئتنا؟

نطفيئُ الأنوارَ عندما نغادرُ الغرفة، ونرمي النفايات في أماكنها.

ونزرعُ النباتات في البيت أو المدرسة؛ لأنها تنقي الهواء، وتُدخلُ السعادة.

لذلك يا صديقي عندما تعتني بالبيئة؛ لأنها بيتك الكبير.



## Sîdra Bedî Hisên

Sîdra Bedî Hisên, xwendekareke 12 salî ye li Dibistana Saleh Abdî dixwîne, ji xêzkirinê hez dike û di hunerên destan û çêkirina tiştên xweşik de serketî ye, ev yek jî hesta wê ya hunerî ya bêhempa nîşan dide. Her perçeyek ku ew çêdike, ji kesayetiya wê ya dilşad û evîna wê ya ji bo ceribandin û vedîtîna tiştên hildigire.

Ji ber ku afirînerî yek şeweyî nîne, Sîdra hilbijart ku ew ji hundir û derve ve xurt be. Ji ber wê ew werzîşa kîkboksîngê li yaneya Goldenê dike. Ew bi baldarî perwerdeyê dibîne û fêrî şiwazên bîngêhîn yên parastîna bûye. Wê di şampiyoniyên ku beşdarî wan bûye, cîhê sêyemîn bi dest xistiye.

## سیدرا بدیع حسین

سیدرا بدیع حسین، عومرا اثنا عشر عاقا طالبة في مدرسة صالح عبيد، تعشق الرسم، وتبرع في الأشغال اليدوية، وصنع الأشياء الجميلة، وهذا يظهر حبها الفني المميز. وكل قطعة تصنعها تحمل شيئاً من شخصيتها المرحة، وحبها للتجربة والاكتشاف.

ولأن الإبداع ليس له شكل واحد، اختارت سیدرا أن تكون قوية من الداخل والخارج، فتمارس رياضة الكيك بوكسينغ في نادي غولدن، وتدرّب بجد، وتعلّمت أساسيات الدفاع عن النفس. وقد حققت المرتبة الثالثة في البطولات التي شاركت فيها.

# Çîroka : Destpakî û hezkirin





Baş e, biçûkên min... Werin em herin, ez ê bi we re biçim.

Dayê, em ê biçin telefonê vegeerîn

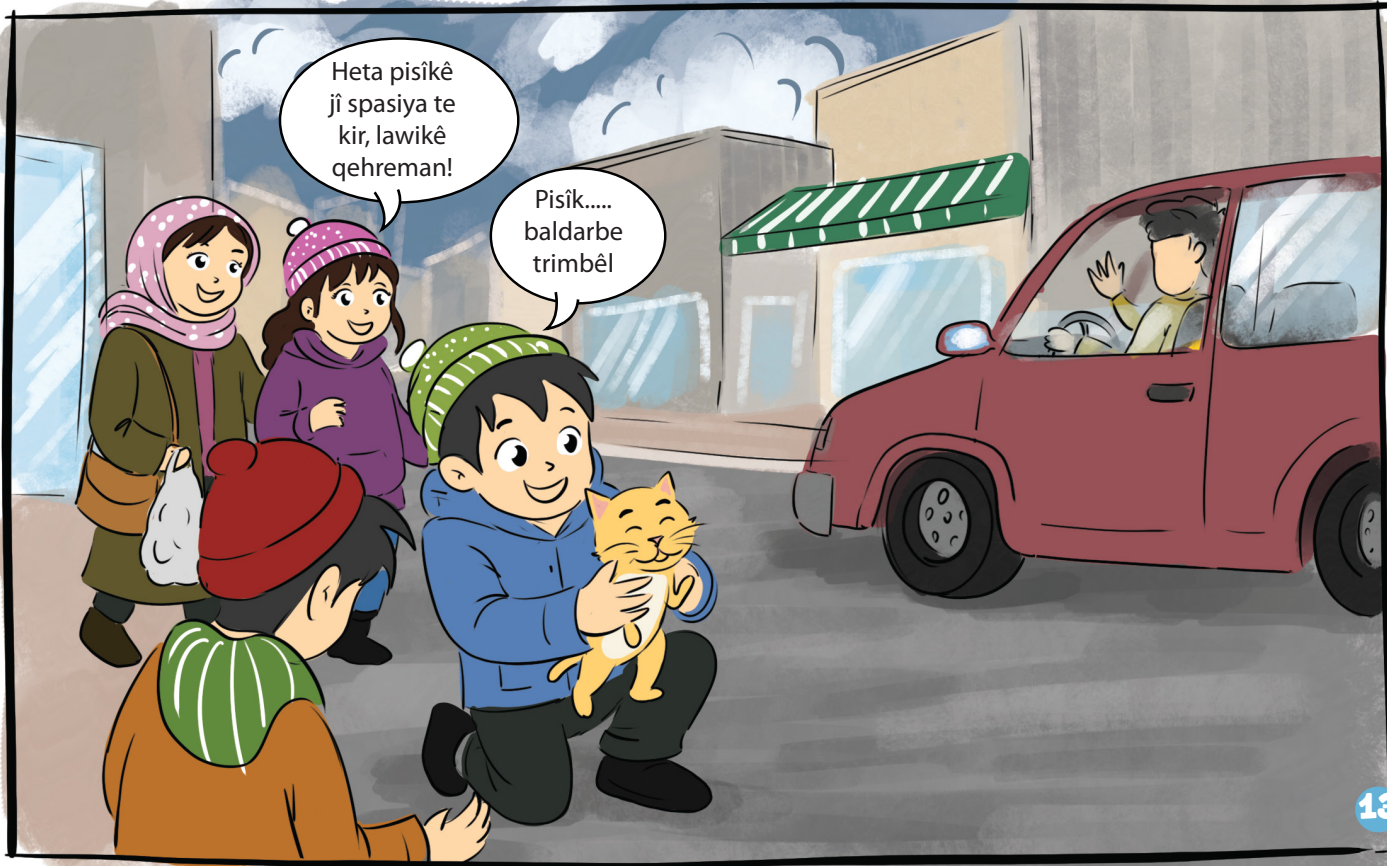
Şîro: Baş e... Firoşgeha wî pir nêzîk e

firoşgeha Sidra a gulan  
Li kêleka navenda Mihemed Şexo



Ew firoşgeha wî ye... Li aliyê din ê kolanê.

Em ê telefonê vegeerîn û xwediyê wê dê kêfxweş bibe.



Heta pisîkê jî spasiya te kir, lawîkê qehreman!

Pisîk.... baldarbe trimbêl







Şerwal

بِنَطَالُ

( بنطالو ) كە پەند

Trouser



Gore

جَوْرَبُ

( كوربه ) كە حەنگە

Sock



Gumlek

قَمِيصُ

( كوتینو ) كە سەنگە

Shirt



Pêlav

بِذَاءُ

( مسنوا ) كە كە هەم

Shoese

# Çavika Mizgîn

## عدسة مزكين



# مركز

15 - كانون الثاني - 2026

