



Añaskitu

Wawakuna ñawinankupaq

Octubre 2014

Pusaq chunka phichqayuk **Nº 85**

Suplemento Infantil del Conosur Ñawpaqman Nº 153

Wawamantapacha yachakuchkayku, kawsayniykuta kallpachanapaq

Nuqapis
juch'uy mantapacha
bombotaqa waqtayta
yachakurqani.



Ruwasapuni imatapis yachakunchik

Phulluta, costalata, chumpita imaqa cosecha tiempopi, ch'aki tiempo awanchis. Yachaqkunaqa millmata ruthunku, chaymantaqa phuchkanku, k'antinku qhipantari telarta wakichiytawan awayta qallarinku.



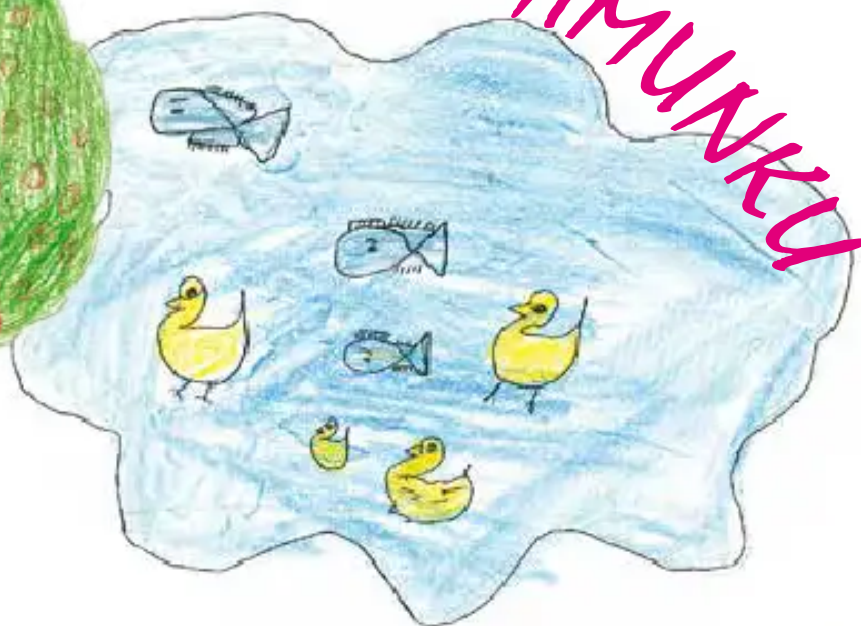
AÑASKITUMAN APACHIMUNKU

Hola, me llamo Nicol Gamboa, he escrito y dibujado para la Revista "Añaskitu".

La manzana me gusta mucho porque es una fruta carnosita, tiene vitaminas para nuestra salud.

Su árbol ayuda mucho al medio ambiente. Hay que cuidar todos los árboles que existen en el planeta.

Tengo 7 años, estoy en 3º de primaria, estudio en U.E. Adventista Ebeneser, mi profesora se llama Prima Fuentes. Vivo en Vinto, Cochabamba.



Vacas, Provincia Arani: "Esta es nuestra laguna Parco Qucha, ahí criamos peces, también tenemos patos, patas y patitos, el agua de esta laguna no se seca. A mi me gusta pescar, con mi mamá cocinamos pescado con mote de habas y papas".

Mi nombre es: Leidi Mamani, mi escuela se llama Parco Qucha.

Wawapura riasinakuna

Raqaypampa, Mizque: Yachay wasipiqa wawasmanqa phuchkaytapis yachakuchkayku. Kayku Arminda Contreras, Arminda Cabrera, Elinda Sánchez, phichqa watasniyuq, yachachiqniyuq Lucia Salinas. 1ro A. Primaria. U.E. Beta Raqaypampa.



Chapare: Periódico Conosurta, Añaskituta ima naranjawan chhalakuni qichwapi ñawinaypaq. Tiyakuni yan patapi San Gabrielmanta, Villa 14 de Septiembreman rinapi.

PACHAMAMANCHIKTA WAQAYCHANA:

“Q’upata tukuyniqmanta pallana, amataq maymanpis wich’urpanachu”

Qhuyaspi llank’aspa,
kay jina copajira ch’ichi yakusta
mayusman kachaykunku.



Karumantaqa ajina rikukun
pacha, castilla simipi kaytaqa
mundo ninku.



Jatuchaq empresas kay jinata
pachata ch’ichichanku.



PITAQ KAY JINATA PACHATA
UNQUCHICHKAN? PACHA
WAÑUPUQTIN MAYPI
KAWSASUN?.
WAWAKUNAMAN IMA
KAWSAYTA SAQICKAWAYKU



JATUCHIS EMPRESAS NEGOCIO
RUWANANKUPAQ TUKUY IMATA
RUWANKU, NUQANCHISTAQ
RANTIYTAWAN JALLP’ATA
CH’ICHICHANCHIK

“Llaqtaykuta llinphuchachkayku”



Vacas, provincia Arani: “May chhika q’upa
callespi wichusqa tiyan. Profesoraswan
llaqtaykuta pichaq llusirqayku”.



Llaqtanchispi,
comunidadespi ama
q’upata, naylonta,
papelesta wich’urpanachu.



IMASTATAQ MIKHUNCHIS, IMAPAQ WALIQ KANMAN

Ch'uñuta
mikhurqani,
kallpayuq
kachkani

“Cebadataqa pisitaña mikhuyku, may waliqtaq kasqa”



Cebada

Cebadapi achka vitamina B tiyan, ukhumanta, venas mana chuqruyananta qhawan, sunqupaq may waliq, ukhunchispi wirata wich'un, k'iwichamanta wiranta pichan, phiñasqa kaptinchis amaynawanchis, llakisqa, mancharisqalla kaptinchis thañichin.

Papa nativa

Sumaq kallpata quwanchis, waliqlataq wiñanapaq, wisata purichin, tukuy ukhunchista waliqchan. Nativa papastaqa tarpuqkuna anchata munakunku, ancha misk'i mikhunapaq, jak'u jak'itu khamurinapaq. Sumaqta muchun ch'aki watasta, qhasata, payqa mayniqipis puqullan, tarpuspaqa sumaqta uywana.

Uqa

Uqanchisqa aswantaqa chiri jallp'akunapi puqun. Mikhuptinchisqa kallpata quwanchis, uqapi tiyan calcio, fósforo y hierro.

Papalisas

Papalisaqa valleskunapi, chiri chiqakunapi puqukullan, may sumaq ukhunchispaq, tiyapun vitamina C, may waliq wiñanapaq. Uqaqa janpi, khuchusqata thañichin, chay sarnastapis pichan. Uqataqa karu llaqtasmanña ranqhanapaq aparichkanku.

Isañu

Isañuqa panpaspi puqun, unquykunata jark'an, ukhunchista qhaliyachin, k'iwichanchik unquptin thañichin, lurunkunatapis janpin.

Ch'uñu

Ch'uñuqa kallpa qunawanchispaq waliq, kapun vitamina C pestemanta jark'akun, tiyapullantaq magnesio. Ch'uñuqa sumaqta purichin ukhunchista, qhalichan.

IMAPAQ WALIQ KAYRI

Calcio: Es un mineral, sirve para fortalecer los huesos.

Fósforo: Sirve para la formación de los huesos y el desarrollo de los dientes.

Hierro: Ayuda en la producción de sangre.

Vitaminas y Minerales: Ayudan al buen funcionamiento del cuerpo.

Vitamina C: Previene resfríos.

Vitamina B: Para la salud del cerebro y del sistema muscular.

Magnesio: Apoya en el crecimiento.

Carbohidratos: Es fuente importante de energía.

Proteínas: Fundamental para el desarrollo de los órganos del cuerpo.

Energéticos: Nos dan energía.



“Kinuwamanta q’ispiñuta ruwaq kayku, kunanqa wawakuna mana mikhuyta munankuchu”

Trigo

Trigopiqa tukuy laya alimento tiyan, ukhuta sanu jap’in, unquykunamanta jark’awanchis, phiñasqa kaptinchis amaynawanchis, wiratapis ukhumanta pichan, llawar sumaqta purinanpaq yanapan.

Kinuwa

Kinuwa manchay alimento, kapun 14, 22% **proteinas** jinapuni, wawastaqa wiñachin, kinuwaqa tukuy puquykunata, aychasta atipan alimentopi, kawsanapaq ukhunchis imatachá necesitan, tukuy chay kinuwapiqa tiyan, atipan trigota, cebadata, soyata ima. Wakin yachaqkunaqa ninku kinuwaqa kallpapi atipan aychata, runtuta, lecheta ima.

IMAPAQ WALIQ KAYRI

Aminoácidos: Son partes pequeñas de las proteínas.

Antioxidante: Previene la formación de radicales libres (compuestos cancerígenos)

Vitamina A: Escencial para el buen funcionamiento de la vista.

Potasio: Para deportistas evita los calambres.

Zapallo

Maychay misk’ipuni mikhurinapaqqa, mikhuptinchis ukhupaq waliqpuni. Pichana jina ukhunchispiqa, wirasta wich’uysin, machuyanamanta jark’awanchis, qhari runapi cáncerta pisiyachin, punkisqasta tiyaykuchin, waliq pata qaranchispaq.

Zanahoria

Zanahoriataqa tukuy layapi mikhuyta atinchik, chawata, chayasqata, kutaspa, jugospi ima. Wisapaqqa pichana jina, unquykunamanta jark’awanchis, cáncertapis karunchan, janpi tukuy imitapaq, ñawispaq may waliqllataq.

Tomates

Tiyapun vitaminas, minerales ima: uk tomatella 40% vitamina C nisqata ukhunchisman churan. Vitamina C nisqaqa cáncermanta jark’awanchis, Kallantaq vitamina A, potasio, hierro ima.

Ch’aki habas

Ch’aki habasqa wawastaqa wiñachin. may chhika alimento, aychastapis atipan, mana aycha kaptinqa, ch’aki habaswan wayk’urina.

Kinuwata mikhurqani, aswan sut’i tukuy imata qhawarpachkani



Wawakunata tukuy ima ruwaypi taripayku



“Tarwi jak’umanta galletas ruwayta yachachkayku”

Ch’illiwani comunidadpiqa tarwita puquchiyku, mikhuq kayku chuchus mut’illapi, kunantaq CENDA institucionwan yacharichkayku tarwi jak’umanta galletas ruwayta. Tarwi puquyqa manchay sumaq alimentoyuq kasqa, amañasunman ruwayta waq mikhuykunatawan kay puquymanta. (Provincia Tapacarí)



“Llaqtaykuta paqariyninpi wawakuna raymicharichkayku”

Santivañez llaqtayku 108 watanta junt’arirqa, chaypitaq may chhika raymita ruwarirqayku, nuqayku kayku Unidad Educativa Gastor Zambranamanta (inicial), desfileman yaykuchkayku. Nuqaqa aqhata tutumantinta apachkani, paytaq uk plato chincharonta apachkan, kaytaqa Vicepresidenteman jaywarinaykupaq.



“Añaskitu p’anqawanqa qhichwapi ñawiyta amañanchik”

Chimoré, ukhu jallp’aspi periódico “Conosur Ñawpaqman”, “Añaskitu” yapayuq ranqhakuchkaptin, kay qhari wawa ñawiriyta munaspa, autota sayachiyta wan rantirikuchkan. Payqa qhichwapi, catellanopi ñawiriyta munaspa apakun. (Provincia Carrasco)



“Nuqaykuqa kusionqa takiriyku”

Añaskitu comunidad Llapallaniman waturikuq chayarqa, tinkuyku Uruswan lago Poopó kantunpi (Oruro) Tiyan pejerrey, patos, parihuanas. Qhuyamanta ch’ichi yakus uywakunata chinkachipuchkan. Kay wawakuna kanku U.E. “Urus de Llapallapani” Takiripuwanchis:

En el lago de los Urus,
hay una balsa flotando, palomitay...
La balsa navegando,
y yo pobre estudiando, palomitay...

Wapu janp'atumanta

Karqa uk kutipi, iskay janp'atus uknin manchili, uknintaq wapu wapu. Kay wapu wapu janp'atuqa wawaq ñawpaqinpi q'urrrr nirpasqa. Wawari, uyariytawan:

- ¡Imataq chayri?!

Pampata qhawarisqa, Janpat'ulla kasqa, uqhariytawan wayaqanman jallch'aykusqa. Wayaqapi janp'atu mana sapanchu kachkasqa, chay ukhupi papa kachkallasqataq, rikunakuytawanri, parlarikusqanku, wawqi masisman tukusqanku.

Chay pachapiqa, runasqa tiempo qhawaspalla, sinchi para kananta yachaña kanku, quchaman tukunanta yachaspa ninakusqanku:

- Yaku uqhariwasun, kapuyninchikta apakapunqa, sach'a patapi wasista ruwana ninakusqanku. Ajina ruwarqanku, achkha wasista sach'a patapi ruwakusqanku. Wawaqa mochilan apariykukuytawan, sach'a patapi uknin wasiman wasaripusqa.

Para thañiptintaq, sach'a patamanta jurayk'ampusqanku. Sumaqtaña rupharimuchkasqa, jinapiqa Papaqa, Janp'atuwan manaña khuchka kanankumanta llakirikusqanku, sapa uk yanninta ripusqanku.

Jinallapi, Janp'atuqa karu, karuta phinkisqa, runari sumaqta chayta qhawasasqa:

- Kay wataqa, sumaq wata papapaq kanqa, chayrayku kusiymanta phinkirichkan, Papawan, Janp'atuwanqa ñañas kanku, nisqanku.

Autor: Wilber Marín Pérez
U.E. Challacava, Vacas.
Curso: Quinto primaria.

El sapo valiente

Había una vez un sapo que tenía miedo a las personas y otro que era valiente.

El sapo valiente estando enfrente de un niño hizo un ruido muy raro. El niño se dio cuenta y dijo extrañado:

- ¿Qué es eso?!

Miró al suelo y vio un sapo. Lo levantó y

lo puso en su mochila. Ahí también había una papa. El sapo y la Papa se hicieron muy amigos.

En ese tiempo, muchas personas sabían que iba a llover demasiado y que todo se inundaría, entonces dijeron:

- Va a llover mucho, tenemos que construir nuestras casas encima del árbol. Entonces construyeron muchas casas arriba de los árboles. El niño con su mochila subió a una de las casas que estaba en el árbol.

Cuando dejó de llover, bajaron del árbol. Había ya mucho sol y el sapo y la papa se pusieron tristes porque tenían que separarse.

De pronto el sapo empezó a saltar muy lejos, la gente eso se fijaba:

- Este año, buen año va a ser para la papa, por eso el sapo está feliz y salta muy lejos, porque el sapo y la papa son amigos, dijeron.

Chuwiswanñataq pukllarikunaaa?

Anchatataq wawakunaqa
pukllarikuyku, tukuy
imapi atipanakuyku.

Nuqaykuqa
chuwiswanñataq
pukllarichkayku, pichá
aswanta t'uquman
yaykuchin, chay atipan,
apakapuntaq atipasqan
chuwistaqa. Nuqaqa
kay chhikataña atipani.
Qankunapis pukllariychis;
ama televisión
qhawarisqaqa kanachu.

IMASMARI

**Imas imas kanman...
...imapuni kanman**

Uchu luru ñawi,
jaw jaw simi,
laq'aq laq'aq chaki,
khiwi khiwi siki.

Kaypi kutichiyninta siqiy

QHICHWATA YACHARIKUNA

Quechua	u	u	k	a	k'	u	ñ	y
Castellano	Niño de masa	Cantar	Muerto	Harina	Paloma	Amasar		

Uk raqhanawan
qhichwapi junt'achiy,
chay rimaykunata

Publicación con el apoyo de:

