



HLA BƠAR BỐTHO

+ Lịch hők pơhrăm (1 năm)

+ Hla ar bai tập + Dôm tởdtrong wả pơm

Mình ‘bar tởdtrong tởgũm bợngai wẻi lẳg bởtho:

1. Bởtho kiở khủ: tởgũm lu bợngai hők pơhrăm lẳg kỏdih jing minh khủ pẳg pơm kỏdranh ỏn lu bợngai lẳm pỏlẻi kỏdih.
2. Lẳg tở hỏnỏp, tởdtrong hők pơhrăm ‘nỏu truh tởdtrong hők pơhrăm đởng rỏng mỏ lu bợngai wẻ bởtho. Yua kỏ thỏi nỏh bởn ỏthẻi hỏmet hla ar, pỏh tỏ wẻ kỏ đẻi hla ar ỏn bợngai hők đởng rỏng.
3. Pơm minh pỏm nhỏm lẳm Zalo wẻ kỏ đẻi nhỏn tin pỏlung bẻ.

Tởdtrong bởn wẻ đởng lu bợngai hők pơhrăm đởng rỏng sủ hők bai ‘nỏu:

Nỏr jẻt 1: Bợngai hők pơhrăm chẻp rỏk dỏm tởdtrong ỏu:

1. Rỏm ‘nu bợngai đẻi tởdtrong gẻt kỏl ngỏl yua kỏ đẻi đẳg lu bởn đẻi pỏjing kiở rup Krỏ Yang.
2. Tởdtrong ‘nỏu tởgũm lu bởn bỏwẻi tởdtrong arih pẳg chang gỏ lu khủ wẻi lẳg lẳm the đỏk bỏwẻi đrỏng arih kỏn bợngai.
3. Tởdtrong arih blủng ỏ đởng tởdtrong ỏnỏp, thỏi nỏh lu hỏ’lỏp kủm đẻi tởdtrong gẻt kỏl lẻi lỏi lu bởn.

Nỏr jẻt 2: Bợngai hők chẻp rỏk tởdtrong gẻt kỏl:

1. Krỏ Yang areh tởdtrong yỏch pỏlỏch bợngai pẳg areh bợngai bỏt tởdtrong yỏch ‘nỏh ỏh kỏ ‘lỏng mỏlẻi ỏẻi pơm ỏh kỏ bỏt. Bởn ỏthẻi pơm wẻ kỏ gỏh gỏn tởdtrong yỏch pỏlỏch bợngai!
2. Krỏ Yang areh tởdtrong pỏỏ thỏi! Pẳg Sủ kủm areh tởdtrong bởn bỏh bỏt mỏlei ỏh kỏ gỏn tởdtrong pỏỏ thỏi.
3. Bợngai wẻi lẳg, ỏthẻi tởgũm chỏng trỏng ỏn kỏ kỏn pỏlẻi sủ gỏh hỏh pẳg ‘mẻm tởdtrong arih.

Nỏr jẻt 3: Bợngai hők pơhrăm hỏh pẳg pơm kiở tởdtrong mỏnat pẳg tỏplih đởng Krỏ Yang:

1. Tỏbral pẳg lui nẻh kỏ phạm Krỏ Yang Yẻsu gỏ ba ỏn tởdtrong rỏngẻi pẳg mỏnat ỏn tởdtrong yỏch pỏỏ thỏi sỏ.
2. Bỏjang kỏ Krỏ Yang pẳg pơm kỏdranh wẻ tởgũm bởn gỏh rỏngẻi pẳg tởgũm lu bợngai nỏi gỏh weh ỏtỏih đởng tởdtrong yỏch.

Nỏr jẻt 4: Bợngai hők pơhrăm:

1. Krỏ Yang kỏo lu bởn tỏl nỏr sủ kỏo - ‘tởgũm’! Bởn ỏthẻi ỏdrỏn tởgũm gỏn tởdtrong pỏỏ thỏi - tởdtrong pỏlỏch bợngai hỏ’lỏp ‘lỏng tỏpỏt.
2. Bởn ỏthẻi tởgũm đẻi đẳg bợngai (mỏ bợngai lui mỏ ỏh) bỏt pỏỏ thỏi jỏ tởdtrong yỏch pẳg ‘nỏh jỏ minh tởdtrong gỏlỏi tẻh!

3 Bai bởtho bởn pơm

Bai bởtho 1: Bởtho dỏm tởdtrong tởgũm

Bai bởtho 2: Pơm tởgũm

1. Klah song pơm lỏ khủ iẻ (kiở hỏnih bởn ỏẻi, kiở pỏlẻi): ỏn kỏ minh khủ minh tởdtrong wẻ kỏ đẻi đẳg pỏđỏu bẻl pẳg chỏ trỏng wẻ tởgũm bợngai đrỏ-kỏn hỏm hỏm đỏnỏ ‘nỏh (15 pỏủt)
2. Đẻi đẳg khủ iẻ gỏ đẻi rỏi dỏm tởdtrong lu sủ đẻi pỏđỏu pẳg dỏm tởdtrong lu sủ wẻ tởgũm lu bợngai ‘nỏh bỏt ỏnỏp đẻi lu bợngai hők pơhrăm. Đởng rỏng kỏ ‘nỏh, ỏthẻi jẻt lu sủ dỏm nỏr jẻt (hỏk 9) pẳg ỏn rỏm ‘nu bỏt lu sủ đẻi pơm thỏi yỏ.
3. Bởtho đẻi bai hők (đởng hỏk 10): “Pơm lỏi wẻ kỏ bởn gỏh tởgũm bợngai ỏẻi ỏnỏp gỏh klah đởng lu bợngai ‘mỏih pơm kủ kỏ hỏm sủ?

Bai bởtho 3: Tởgũm đẻi đẳg bợngai wẻ kỏ lu sủ bỏt tởdtrong lu sủ gỏh tởgũm lẳm ỏnih sủ ỏẻi.

1. Homet anih ăn bongai hỏk lăm khủl kiở anih lu su oẻi (pỏlẻi): lu su krao khan, pỏđầu pắng chih “dỏm tỏdrong lu su wỏ pỏm”

- 1) **Tỏgủm** lu bongai hỏ’lỏp gỏh klaih đổng tỏdrong phỏ thai hỏm tỏdrong tỏgủm bongai mẻ/ pỏyỏ/ hnam đởnỏ.
- 2) **Botho lỏi** ăn đỉ đẳg bongai lăm hnam Akủm lăm pỏlẻi bởn oẻi pắng anih jum đẳ bởn.
- 3) **Pỏm kỏdranh** ăn lu bongai tim mỏ lủi.
2. Ăn lu ‘**khủl tỏgủm**’ pỏm kỏdranh bởt anỏp khủl hỏk pỏhrỏm gah tỏdrong lu su wỏ pỏm.
- Krao khan ăn ‘**khủl tỏgủm**’ (đổng rỏng lu su pỏm kỏdranh), phỉn rim khủl.
- Ăn rim ‘**khủl tỏgủm**’ minh pỏm hla ar ‘**7 tỏdrong wỏ pỏm minh KHỦL TỎGỦM lu bongai đởỏ-kỏn oẻi anỏp.**”

Pỏtỏch: Homet tobỏp bỏl lăm Zoom (đổng rỏng 1-2 khẻi) - hỏmet nỏr. ‘Nẻ hiot phỉn

LỊCH HỎK PỎHRỎM (1 nỏr)

BẢO VỄ MẦM SỎNG

Jỏ	Bai hỏk	Bongai botho	Hla ar
8:00-8:15	Hori ư ang pắng krao khan		
8:15-8:30	Roi tobỏt Klah song hla ar “Bai tỏp + Jet-tỏl” ăn lu bongai hỏk pỏhrỏm chih tomỏt.		
8:30-9:30	NỎR JET 1: 1: Tỏdrong gỉt kỏl kon bongai 2: Blủng a tỏdrong arih Lỏng phim pắng krao khan kiở bai hỏk.		
9:30-10:30	NỎR JET 2: 1: Khỏi juỏt/ Kain 2: Botho khỏi juỏt 21:1-9 3: Pỏyỏr kon hỏ’lỏp Podah phim		
10:30-10:45	PỎDỎH (15phủt)		
10:45-11:45	NỎR JET 3: Tỏdrong monat ‘Mỏn jỏ wỏ kỏ đỉ đẳg tobrỏl tỏdrong yoch kỏdih/ ‘Roi tỏdrong truh su’. Polung lu bongai hỏk pỏhrỏm uh kỏ “ỏn” tỏdrong yoch. Đổng rỏng tobrỏl tỏdrong yoch, lu su gỏ hiỏk chỏt pắng bỏ jang kỏ Krỏ Yang. Krao khan tỏgủm bỏl, nhỏm pắng polung dih bỏl.		
11:45-13:15	PỎDỎH ‘NỎR ĐỔNG		
13:15-14:15	NỎR JET 4: 1. Tỏdrong pỏđỏk 24/ Samari 2. Bongai pỏm kỏmỉl lăm pah so - klah khủl.		

	3. Chāl sǝ/ chāl hrēi ‘nâu Krao khan kiǝ bai hǝk		
14:15-14:35	PŎDOH (5 phǝt) ‘Mǎn 15 phǝt pǝm bai jet-tǝl pǎng bai pǝm kǝdranh (pǝm đang, phǝn gurih ǎn khǝl togǝm Bǎo vǝ mǎm sǝng)		
14:35-15:30	Togǝm lu bongai drǝ-kǎn oǝi ǎnp đǝi tǝdrong truh. Klah khǝl iǝ, tǝl nǝr jet		
15:30-16:30	TŎDRONG Wǎ POM: ǎn hla ar: Tǝdrong wǎ pǝm (Khǝl iǝ kiǝ pǝlǝi) Chih dǝm tǝdrong kǎl pǝm - khǝl iǝ kiǝ pǝlǝi. Roi tǝdrong bǝn kǎl pǝm bǝt ǎnp bongai hǝk pǝhrǎm kiǝ pǝlǝi. Krao khan kiǝ khǝl iǝ Phǝn pǎng pǝnh ǎnǎn/ kǝsǝ đien thoǎi ǎn hla ar ‘7 tǝdrong wǎ pǝm minh Khǝl Togǝm’ kiǝ khǝl iǝ.		
16:00-17:00	Tǝl nǝr pǝnh: Togǝm đǝ đǎng bongai lǎm ICON Pǝm nhom Bǎo vǝ mǎm sǝng lǎm Zalo Hǝmet jǝ nǎr tobǝp lǎm Zoom (đǝng rǝng 1-2 khi) Phǝn đǝ đǎng (phǝn chǝp hla ar bai hǝk) Krao khan pǎng tǝklah		

Hǝmet hǝdrol:

- 1: Phǝ tǝ hla ar: ‘Bai tǝp + Tǝdrong wǎ pǝm + Jet-tǝl’ - Minh ‘nu minh pǝm.
- 2: Phǝ tǝ hla ar: ‘7 tǝdrong wǎ pǝm minh khǝl togǝm bongai drǝ-kǎn oǝi ǎnp’ minh khǝl, 1 pǝlǝi minh pǝm.

Botho 4 nữ jet

HLA AR BAI TẬP

Ba tởdronđ arih ‘nao ‘lởng wả tởplih tởdronđ tởchẻng gah tởdronđ phả thại.

Nữ jet: Bok Kei Dei poma kiỏ gah tở dronđ arih kon bẻngai, đởng oei lẳm klak mẽ?

1. Blủng a 1:26-28: Tol nữ jet: Tởdronđ kiỏ pom kỏ tởdronđ arih kon bẻngai bẻn jẻng gẻt kẳl?

.....

2. Pojẻng kon ho’lỏp: Blủng a 1:28. Kon ho’lỏp jỏ mẻnh tomam apah đởng Krả Yang. Sỏp hla bẻar ‘Bok Kei-Dei poma gah kon ho’lỏp pẻng hnam đởnỏ pha kiỏ lẳm tởdronđ tởchẻng kon bẻngai bẻn hẻi ‘nầu?

.....

3. Luka 1:34-44: Tol nữ jet, lu ho’lỏp tim mả tởpủ ‘nỏh kiỏ? Tởdronđ arih kon bẻngai bẻn đẻi đởng đang nhỏ?

.....

Tởdronđ hỏgẻi lẳm teh đak kủm poma lei lẳi thoi Sỏp hla bẻar nữ ‘Bok Kei-Dei botho.

Pỏjẻng mẻnh ‘nu bẻngai ‘nao ‘nỏh đởng: bẻngai đởnỏ-ngỏ ỏn ‘tẻnh trủng’ Pẻng ‘trủng’ đởng bẻngai đởnỏ-kỏn Jẻng mẻnh pỏm ‘hỏp tử’. ‘Hỏp tử’ jỏ tởdronđ arih blủng a hỏh kỏ đỉ đẳng kỏplah pojẻng mẻnh ‘nu bẻngai ‘nao. - Keith L. Moore & T.V.N. Persaud, *Sự phát triển của con người: Clinically Oriented Embryology*, 16.

“Hỏp tử” ‘nỏh: 1) Mẻnh tomam arih 2) Pha ra, pẻng 3) Mẻnh bẻngai ‘lởng gỏh wỏ ‘lỏ đởng lẳm kiỏ chẳl tởdronđ arih.

.....

Horiso 139:13-16: Tởdronđ arih lẳm klak mẽ đẻi ư ang Krả Yang thoi yỏ?

.....

Nữ jet 2: ‘Bok Kei-Dei poma kiỏ gah tởdronđ polỏch bẻngai, pẻng phả thại?

Lẻi lẳi lu bẻn, Krả Yang bowẻi tomam mả su ‘mẻm hỏh kỏ đỉ đẳng: Krả Yang bowẻi tởdronđ arih kon bẻngai, su pojẻng kon bẻngai wả wẻi rẳk khỏi juắt su.

Lẻch đởng Êjiptỏ 20:13: Khỏi juắt ‘mẻm mỏnat jỏ khỏi juắt wả bowẻi pẻng khả gỏn ưh kỏ ỏn pom. Tởdronđ khả gỏn ‘nỏh tởdronđ kiỏ?

.....

Lẻwi 19:18: Khỏi juắt ‘mẻm mỏnat jỏ khỏi juắt bowẻi pẻng wả kỏ bẻn pom. Khỏi juắt wả bẻn pom ‘nỏh kiỏ?

.....
.....
Bồn bắt ‘bar khôi juất kăi kơ pơm hơdai bắi thoi âu:

1. **Blũng a 4:8-11:** Tơi nờ jet, ‘Bok Kei-Dei lăng tởdronɡ tuh pham bởngai ‘lởng tởpăt noh thoi yơ?

.....
.....
.....

2. **Bỏtho khôi juất 21:1-5:** Tơi nờ jet, bởngai lui kăi kơ pơm kơi hăm tởdronɡ yoch pơlởch bởngai noh?

.....
.....
.....

3. **Lêwi 20:2-5:** Tơi nờ jet, tởdronɡ tởchẻng Kră Yang gah tởdronɡ pơlởch kon hơ’lởp pắng soi sỏmah lu kon hơ’lởp. Mủh lu hơ’lởp tim mắ tởpủ dai nhen thoi kon bởngai, lẻi phắ thai ‘noh jở mĩnh tởdronɡ pởrởng pơlởch bởngai, jở soi sỏmah kon hơ’lởp lăm chắ hẻi ‘nâu. Chẻi lắi dỏm tởdronɡ soi sỏmah kon hơ’lởp hăm tởdronɡ phắ thai.

.....
.....
.....

Nờ jet 3: Pơm liơ wắ kơ bởn gỏh ba tởdronɡ pủn hiỏk lăm tởdronɡ ‘nao ‘lởng Kră Yang ăn kơ lu bởngai phắ thai noh, wắ kơ lu su kủm bắi tởdronɡ ‘mẻm mỏnat Kră Yang pắng gỏh klaih?

1. **Horiso 32:1-5:** Tơi nờ jet, pơm liơ wắ kơ bởn gỏh hỏk bắi kỏdih bởn yoch pắng bắi mỏlầu? Wắ kơ tởgủm bởn gỏh tởbral tởdronɡ yoch.

.....
.....
.....

2. **Êsai 53:4-6:** Tơi nờ jet, yua kơ kơi Kră Yang mỏnat ăn yoch bởn? Tởdronɡ ‘nâu kủm wắ kơ bởn lui nẻgh kơ Kră Yang pắng ‘long pỏglang Su.

.....
.....
.....

3. **Hẻbro 9:14:** Tơi nờ jet, tởdronɡ mỏlầu hăm uh kơ hiỏk gỏi dủh kiở bởn pắng tởdronɡ tởblah wắ kơ bỏwẻi jỏhngỏm ‘lởng rỏgỏh wắ bỏjởng kơ Kră Yang.

.....
.....
.....

Nờ jet 4: Kră Yang kỏao lu bởn wắ kơ bởn pơm tởdronɡ kơi wắ gắn tởdronɡ yoch tuh pham? Lu bởngai nai pơm tởdronɡ ‘nâu thoi yơ?

1. **Tởdronɡ pỏđỏk 24:10-12:** Dỏm tởdronɡ Kră Yang kỏao bởn pơm ‘noh mĩnh pỏm chử ex: Tởgủm.

.....
.....
.....
2. Luka 10:25-37: Tơdrong hơ'mon bongai Samari botho bởn wả kơ bởn gơh tợgũm thoi yơ?

.....
.....
.....
3. Tơchẽng dôm nỡr potih gia gah kon pơlẻi Krả Yang tợgũm bongai 'lỡng tợpắt lẳm chẳ sữ hẳm chẳ hrẻi 'nầu.

Lẳm Sỡp hla bơar Nỡr 'Bok Kei-Dei, lu su pơm thoi yơ? Pơđầu dôm tợdrong lu su pơm.

.....
.....
Hrẻi 'nầu, bongai lui tợgũm lu bongai đẻi drong truh rũng rẳng kơplah anấp 'nơh thoi yơ?

.....
.....
Lẳm pơlẻi bởn oẻi, bởn gơh pơm tợdrong kơ (tơl lẳm khững TƠDRONG BỞN WẢ PƠM tơ ala.

.....
.....

Tơ trong bốn wă pơm lăm pơlễi bốn oếi.

Dôm tơ trong ih wă pơm wă tợgũm lu bợngai phă thai tợ anih ih oếi păng hnam Akũm?

Nữ pom k'đranh

Honăn Fb/Zalo SĐT	Tỉnh/ TP Hnam Akũm
Honăm: Lui dôm honăm: Tam đei klo/kăn: Dôm ‘nu kon: Hăm byoh phă thai (dôm wốt): Bongai:	Kĩ honăn păng chih tomât năz muh ih ăn nhôn yua nữ pom kơdranh ‘nâu. Chư kĩ: Năz:
Muh ih byoh phă thai, dah pom todrong kio bóm phă thai, ‘ně kơ mớlâ păng roi hăm pom kơdranh kơ bongai nai. Oh athêi blők Kră Yang mônat ăn kơ ih boih, nữ ih pom kơdranh gô togũm ih gờh rongei lăm Kră Yang păng ư ang ănă Kră Yang!	
Ih đei hők kio đổng lăm bốt 4 nữ jet? (Chih 1-2 trong)	

Nữ bốn wǎ pīn:

Ih hăm đêi nớ pnh kiơ gah todrong phả thai. (Pnh lu bongai botho đờng rờng bai hỏk mã uh chih to ala)

Tai hla boar Botho 4 nǝr jet, pǝng lǝng thim lu hla boar nai lǝm:
www.baovemamsong.org/tai-lieu/tieng-viet/