



## Nathanna cainte do thuismitheoirí á lorg

Tá sé i gceist ag Glór na nGael bailiúchán de théarmaí/nathanna cainte a bhailiú agus a fhoilsiú ó na canúintí difriúla.

Is téarmaí a léiríonn conas mothúcháin a chur in iúl atá uainn agus a bheadh úsáideach do thuismitheoirí ag tógáil clainne le Gaeilge.

Tá dóchas againn go gcuideoidh sé seo le caomhnú éagsúlacht na Gaeilge agus saibhreas na teanga.

Ba mhór linn dá ndéanfadh léitheoirí na

nuachtlitreach machnamh ar an scéal seo agus focail agus nathanna cainte a bhreacadh síos dúinn ar na téamaí seo a leanas:

- Sólás
- Grá
- Droch-iompar
- Am béiltí
- Am leapa
- Nathanna cainte eile a bheadh úsáideach

## Bailiúchán ar sean-nathanna don nuachtlitir

Is oideachasóirí iad tuismitheoirí agus seantuismitheoirí araon.

Roinneann siad críonnacht na nglúnta a chuaigh romhainn linn. Tá sean-nathanna ina dtobar den chríonnacht sin.

Tá an Ghaeilge breac leis na sean-nathanna seo agus ní amháin go léiríonn siad an chríonnacht sin linn ach roinneann siad saibhreas na teanga linn chomh maith.

Tá tús á chur le sraith bailiúcháin de shean-nathanna an tseachtain

seo agus beidh téama difriúil leo ó sheachtain go seachtain.

Is é 'cairde sna seanfhocail' téama na seachtaine seo:

Leanfar leis an tsraith seo sna seachtainí romhainn.

Más mian le haon léitheoir go gclúdófar téama ar leith nó má tá sean-nathanna ar leith a mholfaí don tsraith, is féidir teagmháil a dhéanamh linn ag [marcas@glornangael.ie](mailto:marcas@glornangael.ie).

### CLÁR NA

### NUACHTLITREACH

Lch 2

Cairde sna

seannathanna

Lch 3

Laochra spóirt

Stephen Cluxton

Lch 6

Scéal Gairid

Lch 7

Rannóg na nÓg

## Au Pair le Gaeilge á lorg

Tá au pair le Gaeilge á lorg i gceantar Tír an úir, Baile Átha Cliath 6.

B'fhéidir go mbeadh an deis seo oiriúnach do mhic léinn tríú léibheal agus is féidir go mbeadh lóistín gar do lár na cathrach mar chuid den socrú.

Má tá suim agat sa scéal seo, dean teagmháil le hAvine ag [avinelydon@icloud.com](mailto:avinelydon@icloud.com)



# Teanga Tí

SEANFHOCAIL NA SEACHTAINE

## *CAIRDEAS*

Is maol gualainn gan bhráthair

Ní neart go cur le chéile

Go dtuga Dia fairsinge do chroí i  
gcónaí duit

Lúb leis an gcrann a lúbfas leat

Is fearr cara sa chúirt ná punt sa  
sparán



# Báireoirí sna cinnlínte

## Stephen Cluxton, Laoch Spóirt le Liam de Lása

Ó am go chéile tagann imreoirí ar leith chugainn agus bíonn sé de chumhacht acu cuid áirithe den gcluiche a athnuachan.

Duine dóibh siúd ab ea Stephen Cluxton gan dabht, d'athraigh Stephen ár meon, ár dtuiscint agus ár meas ar an té a sheasfadh fén spota dubh go deo.

Cé gur ar an ngort sacair a bhain sé cáil amach dó féin ar dtús, tháinig a thallann chun solais go luath tar éis dó casadh chuig an gcaid Ghaelach i Scoil Naomh Daithí i gCathair Átha Cliath luath sna 90í.

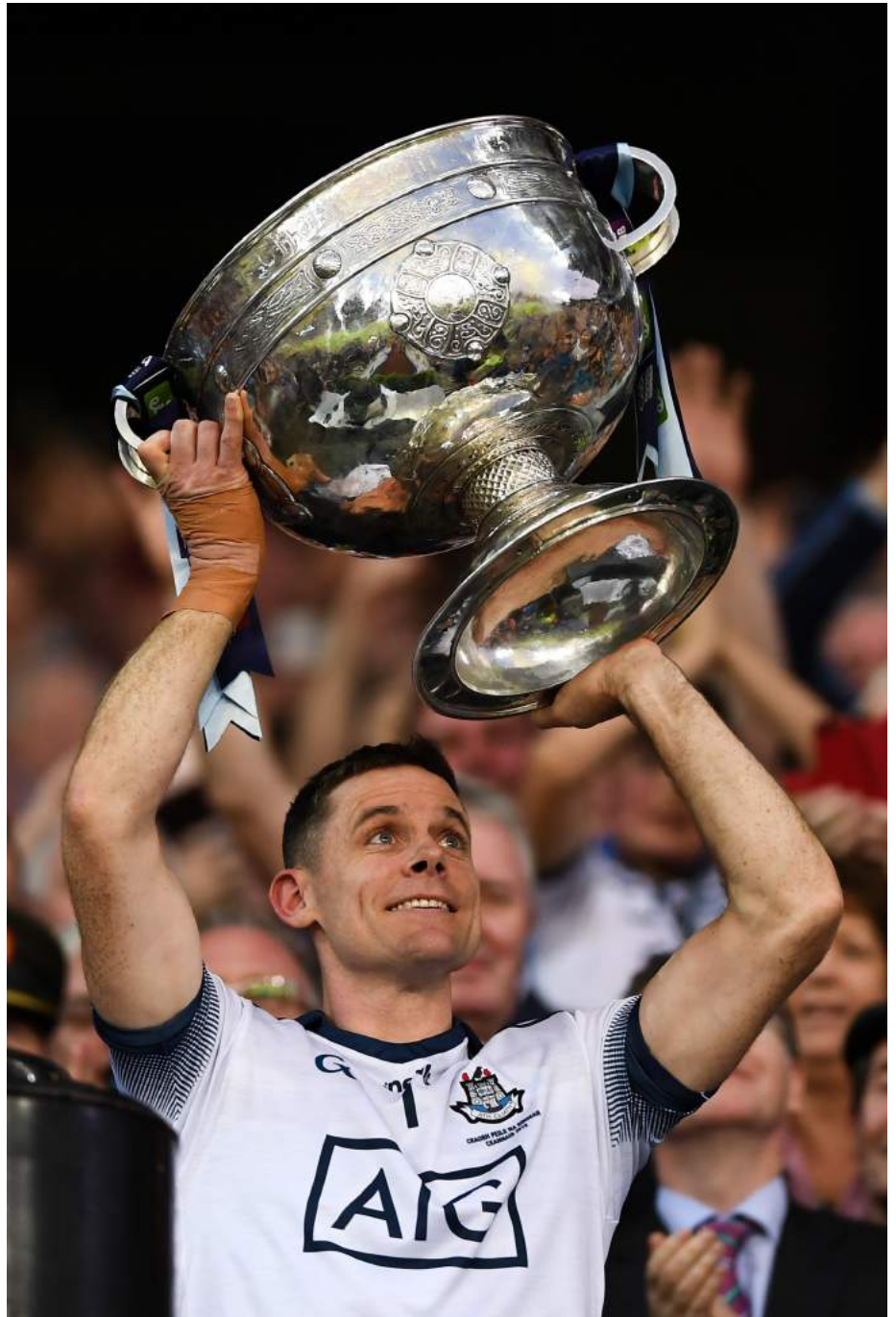
Bhí sé ag imirt sna tosaithe le foireann na scoile nuair a cuireadh báireoir reatha na foirne ar fionraí.

Ba é Cluxton a sheas isteach sa bharna bhaoil agus d'fhág sé slán le saol an naoscaire ar an toirt. Do bhí an síol curtha agus thiocfadh sé fé bhláth gan mhoill ach ní fhágfadh sé cúramaí an tosaí ina dhiaidh go hiomlán!

Tar éis dhá bhliain a chaitheamh sa chúl le foireann mhionúr Bhaile Átha Cliath dhein sé an t-ardú céime go dtí an fhoireann sinsir sa bhliain 2001 nuair nach raibh sé ach naoi mbliana déag d'aois.

Chuir sé ardú croí ar lucht leanta na hardchathrach sa mhéid is go raibh caomhnóir nua tagaithe ar an bhfód. Bheadh na cúl tearc i gcoinne na Dubs ar feadh na séasúr fada ina dhiaidh sin cinnte agus mhairfeadh a thréimhse eadar-chontae go dtí an lá inniu.

Bhí laethanta faoin ngrian mall ag teacht áfach. Dá mbeinnse suite anso i mbun pinn deich mbliana ó shin ag scagadh shaol Stephen Cluxton idir na cuailí, ní mórán a bheadh le heachtraí agam ó



thaobh na ngradam de.

B'iomaí sábháil iontach a chonaiceamar uaidh le linn an ama san go deimhin agus bhí sé féin ag seasamh amach thar aon bháireoir eile a chaith an geansaí gorm roimhe.

Fós féin, dá mbeadh na boinn leagtha síos mar shlat tomhais againn arbh fhiú dom é a chur i

gcrích in aon chor?

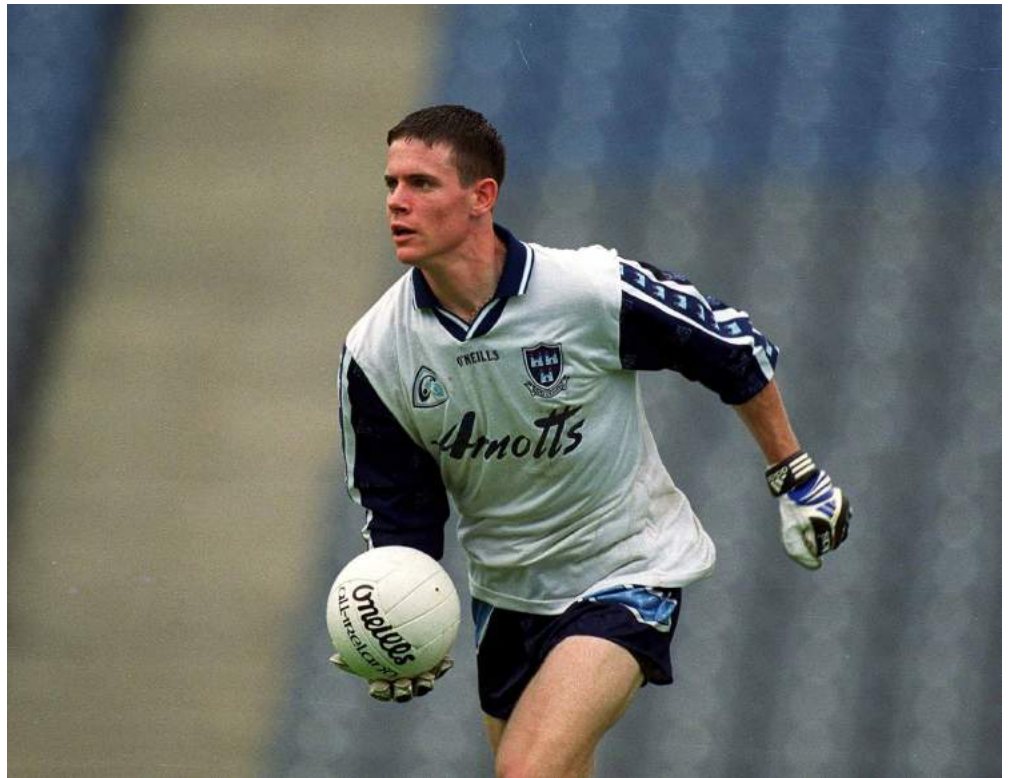
Deich mbliana síos an bóthar agus níl aon insint ar fhorlámhas Bhaile Átha Cliath in san tréimhse a lean.

Ní hamháin gur bhain sé tairbhe as an ré órga a bhí le teacht ach bhí sé féin lárnach in san aiséirí

[Ar lean ar leathanach 4](#)

### Ar lean ó leathanach 3

spleodrach atá fós i mbarr a réime. D'fhear nár bhuaigh a chéad chros Cheilteach go dtí 2011, tá seacht mbonn uile-Éireann sa chaibinéad anois aige gan clabhsúr tagaithe lena réimeas go fóill. Cuimhneofar ar Cluxton mar bháireoir deaslámhach, an chéad bháireoir riamh leis an scór buacach a fháil i gcluiche ceannais na hÉireann i 2011. Ní ró-mhínic a chíféa báireoirí sna cinnlínte ach ba shuntasach an t-aitheantas dó nuair a cinneadh gurbh eisean an t-imreoir ab fhearr sa tír anuraidh.



## Cuardach Focal

O	N	S	S	P	R	E	A	G	A	D	H	A	M
N	A	P	U	S	C	G	I	H	B	O	A	T	E
E	H	L	A	A	O	H	C	A	U	L	D	M	O
A	C	E	N	A	S	C	O	C	G	N	T	G	N
S	A	O	R	S	A	D	O	G	O	L	A	R	G
A	U	D	A	M	I	O	E	N	O	M	A	I	L
L	N	R	E	C	N	H	O	A	T	E	E	A	A
O	H	A	B	E	T	A	S	H	T	A	C	N	E
S	T	C	N	B	M	A	L	L	L	A	E	C	G
S	A	H	A	C	O	C	I	A	N	N	S	A	R
C	L	G	E	A	L	O	S	D	L	I	P	I	A
L	A	E	H	C	I	U	L	C	A	L	L	I	D
M	T	A	P	T	C	N	A	G	M	C	L	H	A
C	A	D	O	M	H	A	N	L	M	L	N	A	M

CONTAE  
GEAL  
MALL  
GAISCE  
ATHNUACHAN  
SPLEODRACH  
CLUICHE  
SOLAS  
COSAIN  
SPREAGADH  
LUACH  
DOMHAN  
BEARNA  
TAOBH  
MEON  
GRADAM  
OILTE  
SAOL  
GRIAN





# Aclaiocht sa mBaile



## Gníomhaíochtaí Tuar Ceatha



Faigh dhá  
rud dearg



10 brúnna aníos

Faigh dhá  
rud buí



20 suíonna aniar

Faigh dhá  
rud glas



15 gogaireacht

Faigh dhá  
rud oráiste



an síneadh is fearr leat

Faigh dhá  
rud gorm



5 léimeanna réalt

Faigh dhá  
rud corcra



Rith ar an spota  
1 nóiméad



Glór  
na nGael

# Ní neart go cur le chéile

## Scéal gairid le Liam de Lása

Oíche gharbh fhuar a bhí ann. Bhí Séamaí an Béar Bán ag cailliúint a mhisnigh agus é ag dul dó fóirithint a fháil ó na heilimintí gránna.

Chroith sé a cheann go héadóchasach agus shuigh sé síos ar stól oighir a bhí ag giobadh amach ón uisce. Níor thuig sé an domhan seo a thuilleadh. Thaitin a áit dhúchais go mór leis agus bhíodh sé an-bhródúil as áilleacht an cheantair ón am a bhí sé mór a dhóthain chun é a thabhairt faoi deara.

Bhíodh cairde dílse aige agus clann mhór shláintiúil ina theannta. Ní raibh siad riamh gann ar aon rud. Bhí flúirse bídh, teach mór sábháilte, cleachtadh agus spórt ina chomharsanacht le linn a óige.

Ní haon ionadh mar sin go raibh sé in ísle brí anois. Chaith sé leathshúil sall go dtí a raibh fágtha den saol a mhair ina chuimhne ach amháin anois. Léirigh sé pictiúr duairc: Leac oighir leáite agus uisce ag sileadh isteach go míthrócaireach ina theach. An teach ar rugadh agus tógadh ann é. Slogadh an teach ina aon tonn uisce amháin. Chuir sé a cheann faoi arís in iarracht an radharc uafásach sin a dhíbirt óna intinn. Níor ardaigh sé a cheann go dtí gur chuala sé guth lagbhríoch ag gloach cúlpla slat síos uaidh.

“Cad a dhéanfimid a Dhaid?” arsa Seán Óg. “Ní féidir linn an domhan a shábháil inár n-aonar agus rachaidh ár saoil chun donais muna dhéantar rud éigin anois”. Bhí croith eaglach ina



ghlór toisc gur thuig sé an phráinn a bhain leis an gcás. Bhí cabhair ag teasáil uaidh agus óna chairde cinnte. Chuimil Séamaí a smig lena mhéaracha fad is a bhí sé ag machnamh. Bhí a fhios aige gur beag an tionchar a bhíonn ag an mbeirt acu ar an domhan mór ach go raibh smacht againn le chéile ar an saol atá romhainn.

Ba ansin a rith sé le Séamaí go raibh cúis aige a bheith dóchasach. Bhí aithne mhaith ag Séamaí ar pháistí óga na hÉireann agus bhí sé lán-chinnteach go mbeidh gach aon pháiste acu sásta iad a shábháil.

Tháinig miongháire ar a aghaidh den chéad uair le blianta fada. Mhínigh sé do Sheán ansin go raibh na páistí chun traen-iarracht a dhéanamh stop a chur le scriosadh an domhain.

“Ach conas is féidir leis na páistí cabhrú linn?” a d’fhiafraigh Seán Óg go fiosrach agus a dhá chluas bioraithe air.

“Bhuel, tá roinnt rudaí gur féidir leo a dhéanamh mar a tharlaíonn sé: Má chabhraíonn siad leis na tuismitheoirí

athchursáil a dhéanamh timpeall an tí mar shampla, nó an solas/teilifís a mhúchadh sa tseomra nuair nach bhfuil siad ann. Tá a fhios agam go dtaitníonn sé leo pictiúir a tharraingt chomh maith ach dá mbainfaidís úsáid as an dá thaobh den leathanach shámhálfá na mílte crann timpeall na cruinne agus cabhraíonn na crainn go mór lenár dtimpeallacht anseo sa Mhol Thuaidh”.

Thuig Seán ansin nach raibh said ina n-aonar agus bhí dóchas ina chroí go dtiocfaidh páistí le chéile chun teacht i gcabhair orthu gan mhoill. Thosnaigh sé ag smaoineamh ar chumhacht na bpáistí agus na laethanta geala roimhe. Laethanta sona sásta gan ocras air riamh arís.

Is garr uainn na laethanta siúd a smaoinigh sé. Imeoidh an stoirm seo luath nó mall ach caithfidh go léir ár bpáirt a ghlacadh. Ní neart go chur le chéile.

### **Déan do chuid taighde féin:**

Conas is féidir leatsa saol níos glaine a bheith agat agus an Béar Bán a chosaint?





## Aireachas do Pháistí 5



## Liathróid Coirp

Luigh ar an úrlár nó ar mhata. Cuir go ghlúine suas ar do bhrollach agus do lámha thart orthu mar liathróid. Dún do shúile.

1

Roll do chorp ar dheis agus ar clé. Agus tú ag análu, samhlú go bhfuil tú ag tarraingt isteach aer úr gorm agus ag ligint amach aer dearg feargach.

2



Roll do chorp siar agus aniar faoi thrí. Tarraing istach na hanálacha úra gorma agus lig amach na hanálacha dearga feargacha. Déan seo arís agus arís go dtí go bhfuil tú lán leis an aer úr gorm.

3

Sín amach do chosa agus do lámha. Glac do shuaimhneas mar sin tamall.

Tarraing isteach trí anáil dhomhain aireach agus oscail do shúile.

4



Glór  
na nGael

Déan teagmháil linn:  
marcas@glornangael.ie



# Toraíocht Dúlra



Teanga Tí

**Cuir**   
le gach  
rud de reir  
mar a  
aimsíonn tú é

## Radharc

Rud éigin bán

Rud éigin le cruth  
suimiúil

## Tadhall

Rud éigin spíceach

Rud éigin mín

Rud éigin crua

## Éisteacht

Rud éigin le ceol a  
dhéanamh as

Fuaim ó ainmhí nó  
feithid

## Boladh

Bláth le boladh  
deas

Boladh a  
thaitníonn leat

## Blas

Rud éigin le hithe  
do dhaoine

Rud éigin le hithe  
d'ainmhithe