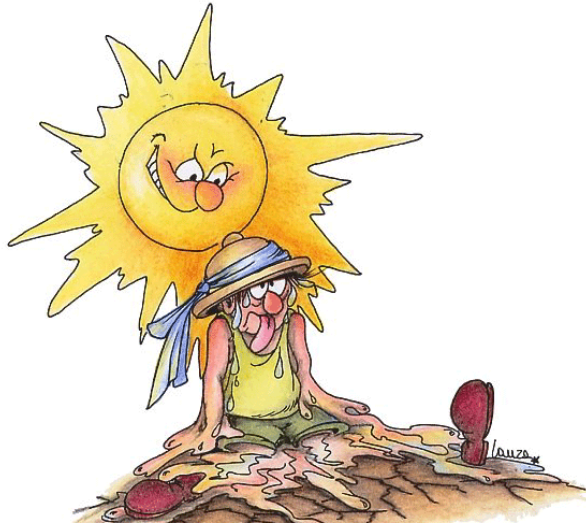


Ufitziu Limba e Cultura Sarda
Operadore Sara Firinu



Cussizos pro cumbatere sa basca

BUFA ABBA MEDA, A SU NESSI 2 LITROS A SA
DIE, CHI NON SIAT TROPU FRISCA, MANCARI
NON TENZAS SÌDIU.

BUFA PAGU CAFÈ!

DE COSA CHI PORTAT ÀRCULU, NON NDE
BUFES NUDDA!!

FAGHE ISPORT A MANZANU CHITZO O A
TARDU A SU SERO

SI PODES, ABBARRA IN DOMO IN SAS ORAS
PRUS CHELENTES, DAE SAS 11 DE MANZANU
A SAS SES DE SERO; DIAT ÈSSERE MENZUS A
NON FÀGHERE ISFORTZOS MANNOS E A TI
PASARE IN S'ÀPOSENTU PRUS FRISCU DE SA
DOMO.

SI ESSIS, PONE.TI OCHIALES DE SOLE E UNU
CAPEDDU IN CONCA.

REFRISCA SA DOMO: ABERI SAS VENTANAS A
SU NOTE. A DE DIE, SERRA TOTU E FAGHE A
MANERA CHI BI SIAT UNU PAGU DE
CURRENTE.

IMPREA VENTILADORES O, SI PODES,
CUNDITZIONADORES.

BESTI.TI CUN COSA LÈBIA, CHI NO
APÌTZIGHET A SA CARENA, DE LINU O
BAMBAGHE, CHI FAGHENT ALENARE SU
CORPUS.

PAPA COSA CHI NO CHERET COTA MEDA,
FRÛTORA E BIRDURA FRISCA (SI TENES
PROBLEMAS A DDAS MATZULARE,
MOLE.DDAS)

ISTA ATENTU A COMENTE COSTOIS SA COSA
DE PAPARE: NON LASSES COSA FORAS DAE SU
FRIGORÌFERU

SI LEAS MEIGHINAS PRO SU CORO O SA
PRESSIONE, PREGUNTA A SU DOTORE ITE
DIAT ÈSSERE MENZUS A PAPARE O BUFARE.

FAGHE ATENTZIONE A CHIE TENET PRUS
BISONZU, COMENTE PIZINNOS, BETZOS,
MALÀIDOS.

