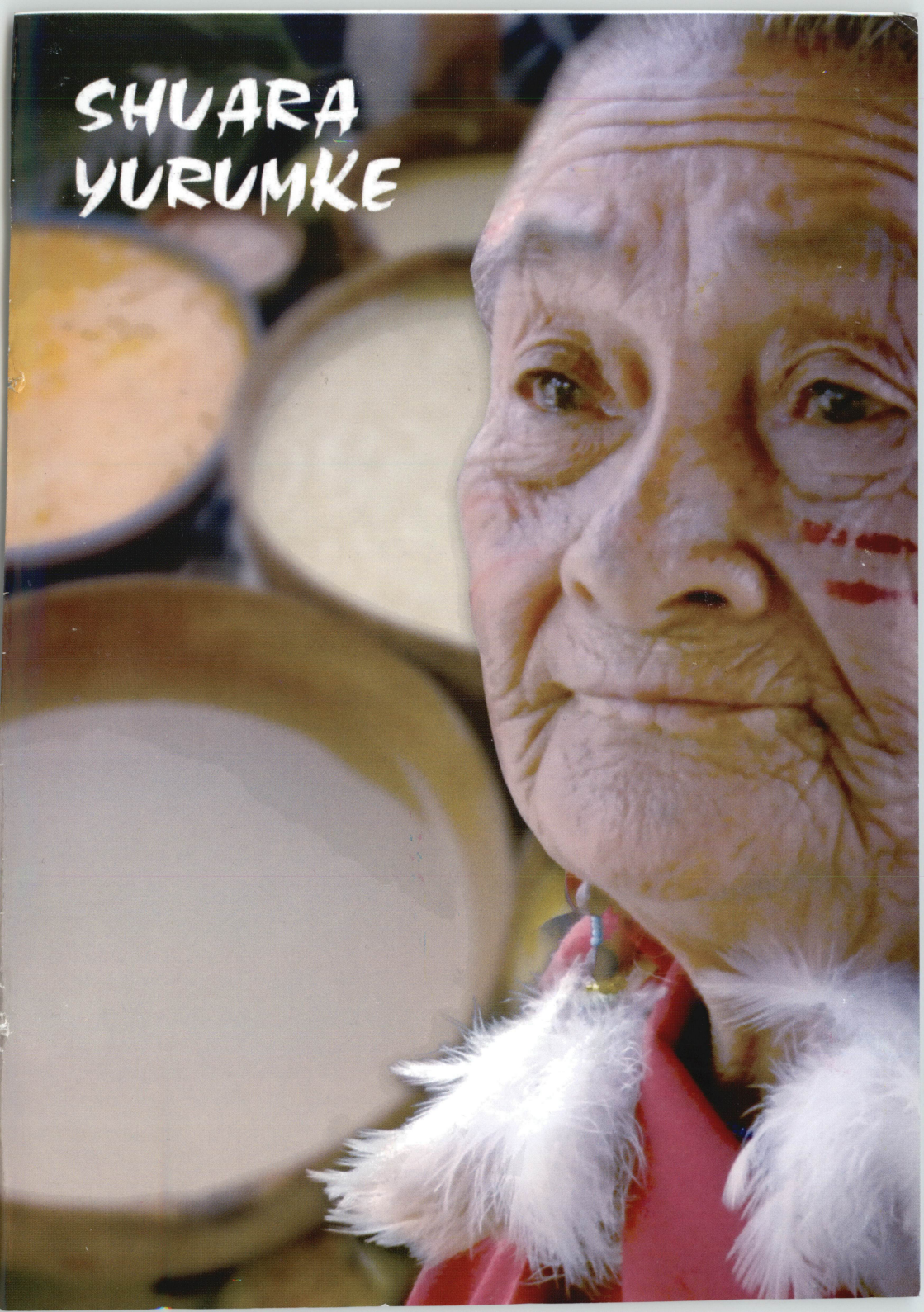


SHUARA
YURUMKE



Índice

SGP Programa de
Pequeñas
Donaciones
del FMAM



GEF



Ministerio de Salud
Pública



FEPNASH - ZCH

**NATURALEZA
Y CULTURA
INTERNACIONAL**

YUNKURAK

ijiu atashi namankejai yunkunamu.....	3
Yunkurak atashi namankejai, eepjai, ijiujai nuya amjjai	4
Ampuje nuya akapé yunkuneamu.....	5
Namak yunkurak.....	6
Puach yunkunamu	7

AJIRMA

Namak ajikma.....	9
-------------------	---

PENKAMU

Atash penkamu	11
Namak penkatai.....	12
Waaka namanke penkatai.....	13

YUMIARIAMU

Kashai painkiamu.....	15
Paki painma.....	16
Wankesh painkiamu	17
Nayump painma	18
Waaka namanke painkiamu	19
Namaj namanjai.....	20
Miik namaj	21

UYUTAI

Pasaj nanerma nusejai.....	23
Miik nanerma.....	24

UMUTAI

Nijiamanch.....	26
Yurumak nuya nuse nijiamanch.....	27
Puju maya nijiamanch.....	28
Sanku nuya namukjai nijiamanch.....	29

COMPLEMENTARIOS

Takmasar iniarkar nuya shikikiar yurumtai.....	31
--	----

Juu paanmar najanamuka yaimikiati: Naturaleza y Cultura Internacional, Programa de Pequeñas Donaciones del Fondo para el Medio Ambiente Mundial
takat najanamu aarma niñuri achiakmari irutkamu untri najanaña ninuri takusmarí.

JUARMA

Nekas shuar ti penker timiatrus matsamsatniuka nii núnkenti, nú warinkisha timiatrusa pujustinian nii shuarijai nuyá mashi aentsjai takutai asamtai, nui tariat, shiir penker waras pujustinian takuwaiti.

Shuar tuaka matsamsatniunka nekaska nii nunké apach irar kaunkar kasaream jiki akupeam tuakaruiti. Tuma asamtai nekaska uwi 1964 Sukunum Morona Santiago yama Shuar tuakma najanawarmiayi, nunka iniamruktinian nuyá nii papi umpuarman takursatniun mash shuara nunke tesamun.

Samuria Shuar tuakmaka yurank nantutin 12 tsawantin uwi 2007 tuakuitji, ninki utsumamkatniun najanaiti, aintsank amiktin timian achiakui, tura juka nekaska penker matsamsatin tama chichaman achiakui, juka uwi 2009 papi umpuarma arantuktinian paanmaiti, Aintsank Ecuador penker yurumar matsamsartin tusa chichamrin atuawai, timiatrus nii shuari iruntraru penker takakmasar matsamsatniun,

Nuu papi umpuarmanum Samuria Shuar tuakmaka FEPNASH – ZCH. Tuu neka-neawai, aintsank takakmasar paant ajarar emki wetinian takawai, nekatairin, nékamurin nuyá shuarti matsamtairin , aintsank Shuar iruntram Kiim tuakar ajanam arakmaktinian takasarmiayi , Shuar aja naartinian , yaimin, Naturaleza y Cultura Internacional, yaimkiamunam shuara yurumke.

Juu takatkatka yurukak arakan, tsuamatai arakan nuyá tseas arakan takustinian yaimkiamiayi irutkamunam achiakchamun.

Urumana nú takat Conservación y manejo Comunitario del Patrimonio de la Agrobiodiversidad naartinian najanatniun paanmamiayi, aintsank urumananui Programa de pequeña donación de nacionalidades unidas naartin kuitniun yaimkiamiayi, juka irutkamun ainia aí araka penker wainkiar, imiatrusar yacuambi shuarnumia matsamsatniun.

Penker arak ainia au istinian nuyá itiura ii nunke arak irunainiana au arantuktinian, tuma asamtai ayatik apamparar surutainianiam suruktiniak enentaimsastiniaiti, tura juka irutkamun tsukan amirtamkashtatji, antsu tuakar takakmastin iniuk arakmakar iniakmamsartiniaitji nuní ii yurumkari paan najanar ii shuar penker shiir pujustin susartatji, nuní asamtai, takat najanar iniakmasma, nii shuarnum shuara yurumké yaunchu ajanmanijai iwiarar yurumin armia nuna takas yuatniun najanenawai.

Juu takatnumka, chikich ajanmania araknasha arakmaiti, shuar nuaka ajanmania yurumka juuk nii wakeramu yurumkan yuatniun iwiarniuiti nuyá umartinniaasha, nuní irutkamun namperin iwiarar iniakmamin ainiawai, tura: nua, wea, nua natsa nuyá aishman natsa irutkamunmania pachinin ainiawai.

Shuara yurumke iwiartainkia, yaunhu ii untri itiura yurumin armia nuna paant najanatniun enentaimtikramji yaunchu ii apachri yurumtain. Nuní uchi natsa ainiana au, nisha nekawar íi shuarti yurumken tíi paant najanawarat tusar, nii nekamun, nunisan urumana nui yupits imitrusar iwiarar ii shuarijai yurumatini utsumtsuk takusmi tusar.

Yunkurak

**Menaint nukajai warinia namankensha jinium yunkunar iniaramu
yunkurak tutainti, tura yunkurkaka kuntinia akape nuya
namanke yunkunkamu ainiawai tura juu kuntinia
namanke aminiaiti: kashai, paki, kayuk,
kunamp, aintsank tanku namankejaisha,
tura nanamtin, namak, kuuk nuya
kui ainia aujaisha, antsu shuartisha
metek yurumcha ainiaji,
tura chikichkia ijiujai, eep,
tunchituch, katirpas sanku
iniaijia, jimia kuirijai,
yuwimsajai aujai
yunkunak
yurumin
ainiawai.**



Iju atashi namankejai yunkunamu

Pachimiamuri

- 1 atash tsupirma
- 20 anpakai, kunkuk, uwi,achu,
wanka,tinkimi, sake,
wee ii wakeramu

Nuka yunkunatin

- 80 punpú nuka, chiank nuka
- 40 uwi nuke kuir



Iwiareamuri

1. Iju, atashi namanke, nuyá nuka entsajai pénger nijartíniati.
2. Akanjai iju tsatsapich kesartainti.
3. Atsashi namanke, uchich tsatsurka tsupitianti.
4. Iju kesarmajai atashi namanke, nuya we ii wakeramu apujtusar pachimainti.
5. Aintiuk nuka yapajsarik inkiumtikrar atsakkir matsar jimira akankar unt-surinmani ininiar tura menanmanisha nutiksatik kaki emenar ajapé ipijkiar apatkar tsakarín emenar naekjai jinkiatainti.
6. Turar jii tii penker kapamunam kutsatrar jiar esawain tusar ayankar ayankar naruumtai.

Tsuetsuetak atirar yurumkajai, champiarjai, inchijai nuya jimiajai yurumtainti.

Aniash iwiarmari

Juu yunkurkaka nekas timiatrus ayashin kakarman sukartiniati iju aniash kakatain yurumka achiaku asa, tuma asa uchi tii penker tsakartinian sukartiniati

Kakarma amamuri: 215
Ukuaktinri: 40 tesasmach
Nanesmari: 40

Juu **takat** takasma umash Francisca Isabel Tiwi Kayap, 2011.



Yunkurak atashi namankejai, eepjai, ijiujai nuya amjiai

Pachimiamuri

- 1 Atash tsupirma
- 10 Uwi ijiuri
jinkiasmach eep
jinkiasmach sanku iniai
wee ii wakeramu



Yunkunkatin utsumamu

- 80 pumpu nuka
- 40 uwi kati kuir

Iwiareamuri

1. Atash tsupirma , ijiu, eep, aamp' nuya pumpu entsajai pénker niijartin.
2. Akanjai ijiu tsatsapich kesartin.
3. Atash uchich tsupirtin.
4. Eep nuyá aamp' tsaturka tsupirtin.
5. Ijiu kesarma, aamp' , eep' nuya atash tsupirma pachimrar turar we ii wake-ramu apujtustin.
6. Aintiuk nuka yapajsarik inkiumtikrar atsakkir matsatainti jimiaara akankar untsurinmani ininiar tura menanmanisha nutiksatik kaki emenar ajapé ipij-kiar apatkar tsakarín emenar naekjai jinkiatainti.
7. Turar jii tii penker kapamunam kutsatrar jiar esawain tusar ayankar ayankar naruamtai.

Tsuetsuetak atirar yurumkajai, champiarjai, inchijai nuya jimiajai yurumtainti.

Iniash iwiarma.

Juu yunkurkaka tii kakatain takuwaiti nukap utai-
jai pachimramu asa, tura uchi kuashat susatin tii
pénkeraiti nunisan natsa nuya uncha nii aniashi
timian ati tusar.

Kakarma amamuri: 321
Ukuaktinri: 40 tesasmach
Nanesmari: 40

Juu takat takasma umash Concepción Tiwi Asamat, 2011



Ampuje nuya akape yunkuneamu

Pachimiamuri

- 1 jinkiasmach eep
- 1 jinkiasmach sanku iniai
- 10 anpakai, kunkuki, achu, kamancha
Akape, ampujejai
wee ii wakeramu

Yunkunkatin utsumamu

- 80 pumpu nuka
- 40 uwi kati kuir

Iwiareamuri

1. Eep', ijiu, aamp'nuyá entsajai pénker nijiartin.
2. Akanjai ijiu tsatsapich kesartin.
3. Uchich aamp'nuya eep tsupirtiniaiti.
4. Akapé nuyá ampuje uchich tsupirtiniaiti.
5. aamp', eep nuyá akapé tsupirma pachimrar wee ii wakeramu apujtutainti.
6. Aintiuk nuka yapajsarik inkiumtikrar atsakkir matsatainti jimiaara akankar untsurinmani ininiar tura menanmanisha nutiksatic kaki emenar ajapé ipij-kiar apatkar tsakaran emenar naekjai jinkiatainti.
7. Turar jii tii penker kapamunam kutsatrar jiar esawain tusar ayankar ayankar naruamtai jutainti.

Tsuetsuetak atirar yurumkajai, champiarjai, inchijai nuya jimiajai yurumtainti.

*Kakarma amamuri: 229
Ukuaktinri: 40 tesasmach
Nanesmari: 40*



Namak yunkurak

Pachimiamuri

- 15 Ampakai ijiu
- 15 Namak

Yunkunkatin utsumamu

- 60 pumpu nuka
- 30 uwi kati kuir



Iwiareamuri

1. Namak seepe kesartineti entsajai nijjiartineti, ajaprar, nuya ajape tsupitainti.
2. Ijiu nuyá nuka penker nijiatainti.
3. Akanjai ijiu tsatsapich kesatainti.
4. Ijiu kesarmajai, nuya namak pachimainti wee wakeramu apujtusar.
5. Menaintiu nuka yapajsarik inkiumtikrar atsakkir matsatainti jimiaara akankar untsurinmani ininiar tura menanmanisha nutiksatik kaki emenar ajapé ipijkiar apatkar tsakaran emenar naekjai jinkiatainti.
6. Turar jii tii penker kapamunam kutsatrar jiar esawain tusar ayankar ayankar naruamtai jutainti.

Tsuetsuetak atirar yurumkajai, champiarjai, inchijai nuya jimiajai yurumtainti.

Kakarma amamuri: 243
Ukuaktinri: 40 tesasmach
Nanesmari: 30

Puach yunkunamu

Ingredientes

- 10 Puach
jinkiasmach 4 kunkuna
wee ii wakeramu

Yunkunkatin utsumamu

- 30 pumpu nuka
- 15 uwi kati kuir



Iwiareamuri

1. Puach pénker nijjarar ajaper uchich tsuriartin.
2. Nuka entsajai penker nijiaktin.
3. Kunkuna uchich tsupirtin.
4. Puach achiartma kunkunajai pachimtainti turar wee ii wakeramu apujtu-tainti.
5. Turar jii tii penker kapamunam kutsatrar jiar esawain tusar ayankar ayankar naruamtai tsuetsuetak yurumkajai , champiarjai nuya jimiajai tii penker yurumtainti

Tsuetsuetak atirar yurumkajai, champiarjai, inchijai nuya jimiajai yurumtainti.

*Kakarma amamuri: 220
Ukuaktinri: 40 tesasmach
Nanesmari: 15*

Ajirma

**Ajikmaka chikichik nukajai ajiamuiti,
juka nekaska namak ajitiainti
tura antsu iju akuinkia
ijiujai najantainti ii
itiur yurumatar
wakeramuit
nutiksarik.**



Namak Ajirma

Pachimiamuri

- 15 Namak
- 3 Uwi ijiuri
- Wee ii wakeramu

Ijirma utsumamu

- 15 pumpu nuka
- 15 uwi kati kuir

Iwiareamuri

1. Namak nuya ijiu entsajai penker nijartiniaiti.
2. Ijiu kesarma nuya namak pachimtainti nuya, wee ii wakeramu apujtainti.
3. Chikichik nukanmank atsakkir apusar ajar tsakari ipijtiukar ajapé jinkia-tainti.
4. Ichinnanam chumpiar entsa ujuntrar ekenkarmenainti nawe akantsamu ukukar narukmatai jutainti.
5. Narukmatai enekar entsarin ukatrar atirar yurumtainti.

Tsuetsuetak atirar yurumkajai, champiarjai, inchijai nuya jimiajai yurumtainti.

Kakarma amamuri: 243
Ukuaktinri: 40 tesasmach
Nanesmari: 30

Penkamu

Juna namanke penkatainti: shushui, kashai, kayuk, paki, waaka namanke, namak, kuuk, kuwi, nuranch irunui. Aintiuk tsenken jii kapamunam ajinrar, nuya jimiara numi awair turar numi papamrar jinkiatainti nui namak awatainti.



Atash penkamu

Pachimiamuri

1 atash

wee ii wakeramu

1 champiara nuke



Iwiareamu

1. Atash entsajai penker nijjarar, nuya entsa kuniurat tusar anaitiainti.
2. Ajape puuj nakakar wee apujtumar manain nawe akantsamch initainti.
3. Jii kapámunam kutsatrar penker awasar nuka nukukar jii sukuki weakuin ayankir ayakir tii penker kapant iniartainti.

Turar naruumtai yurumkajai , champiarjai nuya jimiajai yurumtainti.

*Kakarma amamuri: 394
Ukuaktinri: Chikichik tesamu
Nanesmari: 12*

Namak penkatai

Pachimiamuri

15 namak

wee ii wakeramu

1 champiara nuke



Iwiareamu

1. Namak ajaprar entsajai penker nijiartainti
2. Wee apujtusar, núya ishichik awatainti. Entsa kuniurat tusar
3. Jii kapamunam kutsatrar awarar nuka nukukar ayankar ayankar penker narukmatai jutainti.

Turar naruamtai yurumkajai , champiarjai nuya jimiajai yurumtainti.

Kakarma amamuri: 140
Ukuaktinri: 30 tesasmach
Nanesmari: 15

Juu takat takasma umash Nely Guadalupe Kayuk Tiwi

Waaka namanke penkatai

Pachimiamu

- 5 waaka namanke
- 1 ajo
wee ii wakeramu
- 1 champiara nuke



Iwiareamu

1. Penker nijjarar, núya wee, aju apujtutainti turar ishichik awaatainti.
2. Nuya jii tii penker kapamunam awatainti champiara nukejai nukukar, turar ayankar, ayankar penker kapant narukmatai jutainti.

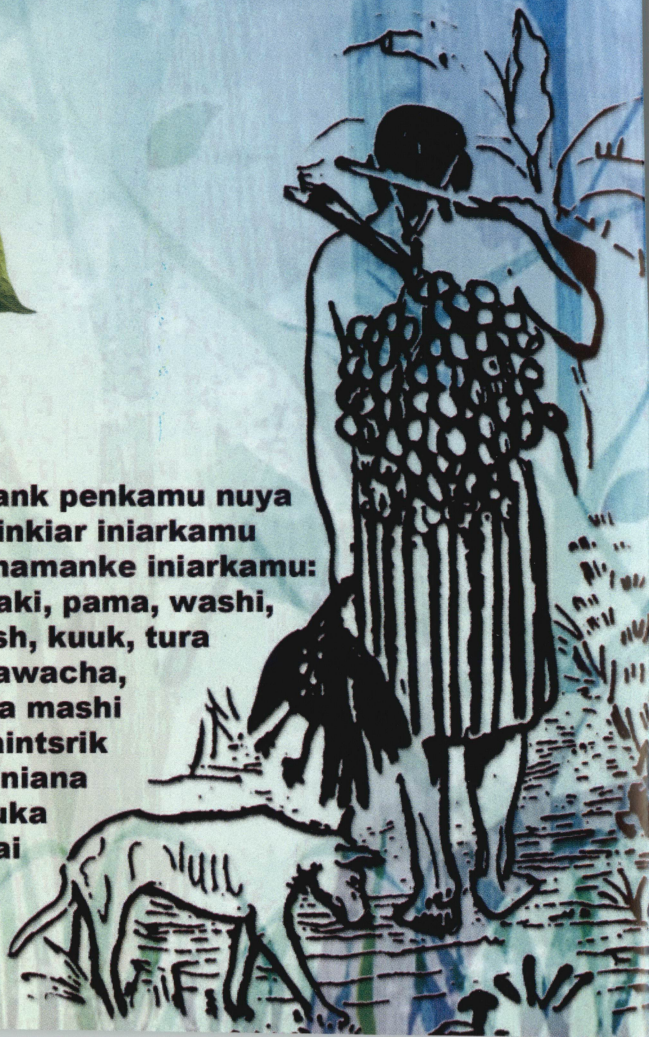
Turar naruumtai yurumkajai , champiarjai nuya jimiajai yurumtainti.

*Kakarma amamuri: 140
Ukuaktinri: 30 tesasmach
Nanesmari: 15*

Juu takat takasma umash Miriam Tiwi Asamat, 2011.

Yumiariammu

Yumiariammu tamaka namank penkamu nuya penkachmasha akarar painkiar iniarkamu tutainti tura juu kuntinia namanke iniarkamu: shushui, kashai, kayuk, paki, pama, washi, yakum, jaanch, chu, atsash, kuuk, tura nanamtin ainiau: mashu, awacha, wankesh, aunts, pitsa tura mashi nanamtin yutai ainia au, aintsrik ijiujai, namajjai ajaimia ainiana au nuni nartiniaiti, nuyá juka champiarjai tura yurumkai apatruar yurumtainti.



Kashai Painkiamu

Pachimiamuri

- 5 kijiniach kashai namanke
- 1 jinkiasmach eep
- 3 Ijiu supikma



Iwiareamuri

1. Wenkarar, nijiarar, akarar tankiri nuya pae tsupitianti.
2. Inchinkian uunnum yumi ujuntrar utsar nuya ijia, eep pachimtaint.
3. Penker jipit naruk yuamnia ajawai
4. Juka tii pénker yurumkajai, champiarjai wejai nuya jimíajai yurumtainti.

Kakarma amamuri: 276
Ukuaktinri: Chikichik tesamu
Nanesmari: 10

Paki Painma

Pachimiamuri

10 kijiniach paki namank

wee ii wakeramu



Iwiareamuri

1. Wenkarar nijjarar akanjai ajaper ampujé numpe junisar tankiri nuya pae tsupirtiainti.
2. Ichinnanam entsa ujuntrar ukutainti.
3. Namake penker narukmatai yuamnia ajawai.
4. Aintsarir juka yurumak, champiar, wee nuya jimiajai yurumtainti.

Kakarma amamuri: 328
Ukuaktinri: usamtai nawe
akantsamuch

Wankesh Painkiamu

Pachimiamuri

- 4 kijiniach wankesh
- 1/2 jinkiasmach eep
- 1/2 jinkiasmach kunkuna



Iwiareamuri

1. Akanjai tuntupnumani akankar netsepe uratkar akatramuran akarar ichinnanam paintiainti.
2. Ichinkian uunmun entsa ujuntrar paintiainti turar eep, ijiu, unkuch utsatainti.
3. Namanke narek yuamnia ajawaiti.
4. Juka yurumkajai, champiarjai nuya jimiajai yurumtainti.

Kakarma amamuri: 245
Ukuaktinri: Menain nawe
akantsamuch

Nayump Painma

Pachimiamuri

20 nayup

5 shankuinia

wee ii wakeramu



Iwiareamuri

1. Ajaprar entrajai pénger nijiatainti.
2. Entsa kuamunam nayup utsar nuya shankuinia apujtenti, nuya wee ii wakeramu apujtutainti.
3. Nawe tesakach ukukam eneteinti nuya yurumtainti.
4. Juka yurumkajai, champiarjai nuya jimiajai yurumtainti.

Kakarma amamuri: 137
Ukuaktinri: nawe akantsamuch
Nanesmari: 10

Waaka namanke painkiamu

Pachimiamuri

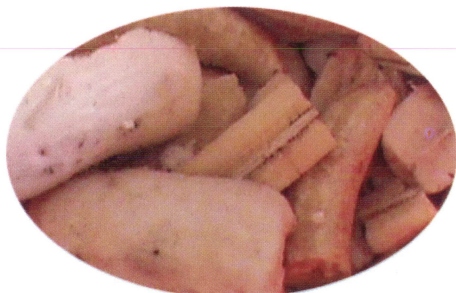
- 12 nekakmamu waaka namanke
- 12 nekakmamu waaka ukunchi
aju, wee ii wakeramu
perejil, sepui nuka



Iwiareamu

1. Namank nijjarar, uchiich tsupit
2. Namánk ichinnanam nukap entsa ujuntrar ukukatsar jutainti turar ukunch,, aju, nuyá we apujtutainti.
3. Namank jipit narukmatai kunkuin nupa (perejil) tsupirar utsatainti nuya ukair yurumtainti.

Juu yumiariamuka: takat iniamkur, ii shuarijai nuya nampermakur najantainti



Kakarma amamuri: 210
Ukuaktinri: Chikichik ankantuch
Nanesmari: 50

Juu takat takasma umash Miriam Tiwi Asamat,
Mercy Tiwi Asamat y Julio Unkuch, 2011

Namaj namanjai

Pachimiamuri

- 2 chankinjai yurumka nuke kuirjutai
- 5 kuuka namanke penkamu
- 5 kuuka ukunchi
- wee ii wakeramu



Iwiareamu

1. Namaj jukar entsajai penker niijiatainti.
2. Ichinkian uuntnum entsa ajuntrar namaj utsatainti chikichik ukutainti 20 nawe nekapkach kuakmatai..
3. Yama kuakmaka ukatainti tarari menkakat tusar.
4. Entsa ataksha ujuntrar ekenkar namank nuya ukunch, weakma, penkamu utsatainti, tura kuak namank pénker minarmatai enetainti.
5. Iniarkar ekentainti mikirat tusar, kashin kashik tii pénker kunkúkut tsawar-matai pininnum ukair yurumkajai nuyá champiarjai tii pénker yurumtainti.

Namájka tii aniash kakartinian sukartiniaiti, puapuartintiaku yurumka nukenirunin asa, nuyá namanka aniash kakatain amau asamtai, tura juu yurumkaka tii penkeraiti uchinmanka put-su sunkuran kismau asa, tura pénker tsakartinia uchin suwaii.

Kakarma amamuri: 370
Ukuaktinri: Jimiara tesamu
Nanesmari: 30

Miik namaj

Pachimiamuri

- 2 chankinium yurumka nuke kuirjutainti
- 5 kajiniach puju miik kuir
wee ii wakeramu



Iwiareamu

1. Namaj jukar entsajai penker niyatainti.
2. Ichinkian uuntnum entsa ajuntrar namaj utsatainti chikichik ukutainti 20 nawe nekapmamu kuakmatai enetainti.
3. Yama kuakmaka ukatainti tarari menkakat tusar.
4. Entsa ataksha ujuntrar ekentainti turar miik kuir utsar we ujuntrar pénker narukmatai enetainti.
5. Iniarkar ekentainti mikirat tusar, kashin kashik tii pénker kunkúkut tsawar-matai pininnum ukair yurumkajai nuyá champiarjai tii pénker yurumtainti.

Miik namajka tii penker kakatain mawaiti uchinkia, arak tsakatai kakarman sukarti-niati, aintsank tii machartichuiti tuma asa yurumatniunam penkeraiti.

Kakarma amamuri: 306
Ukuaktinri: Chikichik
ankantuch Nanesmari: 30

Juu takat takasma umash Eliza Kayuk Unkuch, 2011.

Uyutai



Pasaj nanerma nusejai

Pachimiamuri

12 pasaj

1 kajiniach nuse

wee ii wakeramu



Iwiareamu

1. Pasaj nijiakar septuk iniartainti.
2. Iniarkar pakarar penker ijiutainti.
3. Turar nuse penker nekenma pachimainti.
4. Wee pujtenti, nuyá nanetainti.

Kakarma amamuri: 300
Ukuaktinri: Chikichik
ankantuch Nanesmari: 40

Aujmatma

Juu nanemka nekaska takatnum tura jintia jeachat wekakur jutainti tii aniashi iwiarniun takaku asamtai, tuma asa tii kakarar takakmastinia kakarman sukartiniaiti.

Juu takat takasma umash Rosa María Tiwi Asamat, 2011.

Miik nanerma

Pachimiamuri

2 kijiniach miik

wee ii wakeramu



Iwiareamu

1. Miik entsajai apusanuuti entsajai tsawant enka najanatin.
2. Miik kusetmatin yumijai, miik iniarkar enetainti entsari ajaptainti.
3. Tura tainjai tii pénker juniurar miik juniurt awajtainti, naya wee apujtait.
4. Tura tente nanetenti.

Kakarma amamuri: 268
Ukuaktinri: Chikichik
ankantuch Nanesmari: 30

Aujmatma

Juu nanemka nekaska takatnum tura jintia jeachat wekakur jutainti tii aniashi iwiarniun takaku asamtai, tuma asa tii kakarar takakmastinia kakarman sukartiniaiti.

Juu takat takasma umash Rosa Yampaush Tiwi

Umutai

Nijiamchikia yurumar tuke umutainti juka nekaska nua sukartutainti. Nua nijiamchi jenniun nuya iraran suak nii takatrin waittsamurin enentaisamuri ajamkartiniaiti. shuar aujmatak tuak takakmainiak pujiniakka turachkiusha nii shuarijai, irarjai matsamas umuiniakka, penker taume Tawa nunik warasar umin armiayi. Nijiamchi nawainiakka yurumak yamai ewemu atiniaiti yamai ewer nawamu, tura nijiamchikia metekka achaiti nisha nisha nau ainiawai nuwaka. Juka nishatka au ainiawai nuwa metek najanatniun najanacha asamtai Tuma asamtai nijiamanch kariakka yuminchacha tura kairiasha irunniuiti tuma asamtai yuminkia kitiamakur umutainti tura tii kariaka nekaska anamkartiniaiti shuar nuwa yamaikia tukenas ii cervesari tuiniawai. Tuma asamtai nampermainiak juna umin armiayi, tura aintsank yamaisha nutiksarin najanji.



Nijiamanch

Pachimiamuri

- 1 chankin mama pakarma
- 2 mama ujuntai (inchi)

Iwiareamu

1. Yurumak tii penker iniartainti, tura tainjai penker ijiutainti.
2. Mama ijiuakur inchi penker naurar ujuntainti, turachkiursha kesasar turar wikiakir wetainti wikiakir yumin ajasmatai anaitiainti.
3. Apusar mikirmatai jake utsetkar karimtai ujuntar apujtainti.
4. Turar kashin kashik namukar umutainti ii wakeramu namukar tsatsajai tsatsamar amamkunam turachkiursha tsapanam wainmatainti.



Kakarma tamamuri: 99
Ukuaktinri: Chikichik
ankantuch Nanesmari: 40

Juu takat takasma umash Carmen Luisa Unkuch Juep, 2011

Yurumak nuya nuse nijiamanch

Pachimiamuri

- 1 chankin mama pakarma
- 2 mama ujuntai (inchi)
- 3 kajiniach nuse



Iwiareamu

1. Yurumak tii penker iniarkati, tainjai penker ijiurtin.
2. Yurumak ijiuakur inchi ujunkir, wikiakir yumin ajasmatai anaitiain-ti.
3. Mikirat tusar iniisar karimtai ujuntainti jake utsuetkar.
4. Kashin kashik tii penker kariamtai ii wakeramu tsatsamar, turar nuse iwiamamu ujuntar pachimrar amamkujai turachkiursha tsapajai wainmatainti.

Juu nijiamchikia nii kunkunti tii penker kunkuin samtai uchi nuya uunt wakerin ainiawai.

Kakarma tamamuri: 142
Ukuaktinri: Chikichik
ankantuch Nanesmari: 40

Juu takat takasma umash Margarita Tiwi Shama,2011.

Puju maya nijamanch

Pachimiamuri

- 1 chankin mama pakarma
- 1 chankin maya meete
- 2 mama ujuntai (inchi)



Iwiareamu

1. Mama, nuyá mayá penker iniartainti, turar tainjai ijiutainti.
2. Ijiukir weakur inchi kesarma turachkiusha nawamu ujuntainti , nuya wikiakir uyumtainti.
3. Pachimramu mikirar tusar anaisar karimtai ujuntainti.
4. Kashin kashi karia umujat tsawarmatai tsatsajai ii wakeramu tsatsamar amamkunam turachkiursha tsapajai umutainti.

Kakarma tamamuri: 99

Ukuaktinri: Chikichik

ankantuch Nanesmari: 40

Sanku nuya namukjai nijiamanch

Pachimiamuri

- 5 kajiniach mekatmamu sanku
- 2 mama ujuntai (inchi)
- 1 namuk



Iwiareamu

- 1. Namuk nuya sankujai pachimrar penker iniartainti, nuya tainjai penker ijiutainti.
- 2. Ijiukir weakur inchi kesarma turachkiusha nawamu ujuntainti, nuya wikiakir uyumtainti.
- 3. Mikirat tusar anaitiainti, turar mekirmatai karimtai ujuntainti.
- 4. Turar kashin kashik namakar umutainti ii wakeramu, penker tsatsamar amamkunam turachkiursha tsapajai umutainti.

Kakarma tamamuri: 126

Ukuaktinri: Chikichik

ankantuch Nanesmari: 40

Juu takat takasma umash María Luisa Tiwi Shama, 2011.

Complementarios

Vasijas y Productos



Takakmasar iniarkar nuya shikikiar yurumtai

Newejai : ichinkian nuya pinink najantai

Newejai : ichinkian nuya pinink najantai yaunchunia najantaisha yamai timiatsus najanainiajai meteketi, newejai najanar iniarkar yurumatin. Newe mamkesar penker isar akaitin imiatrusar patatkir imintiukir nuya sukumrikir wetin , junaka nuwa ewejjai timiatrus enentaimias najanin ainiawai ekas nisha najanin armaiyai.

Pinink: juka ukair nuya tuip shikikiar yurumtainti

Amakuk: nijiamanch turachkiusha wais umutainti.

Muits: nijiamanch yarar umutainti

Ichinkian: juka autat iniarkar yurumtainti

Yukun: pinink wais shikikiar yukunmatai

Yumi ainia aujai warinkish najankamu.

Tsatsa: tsapa tsupikiar uyurma nijiamanch tsatsamtai.

tsapa: tsapa ajape nakakma nijiamanch umutai.

Unkúship: Unkúship ajapé nakakma shikikiar yurumtai.

Natip: unkúship uchich tsupisma tsaank, enkear mushuttai tura iwishin natem umutai

Yumi: arak katsuarmatai akakar uyuar nujiakar iwiarar yumi uwar umutai, turachkiursha punu nujimanch uwar umutai najantai.

Taink: juka kutsa, wawa, numiksha tsupikiar nakakar penker maserar najanamuiti nuwa yurumka iniarak nijiamanch ijiutainti.

Jea najantai

Chankein: juka: kaap', mamank, makania, shimpi, kuakish, jencham naek, ewe maserar iwiarar najankamuiti, junaka nuwa entsatainti yurúmak ikiankatniun Ajanmanian turachkiusha kampunniunmania yurumtai ikiankatniun.

Washim: juka: namak entsa washimiar chumpitainti,

tura timiajaisha,, aintsank jujai najantainti: pumpunajai, kúnkukjai, shimpijai tura tankanjaisha nuya nurancha irunui washim najantai.

YURUMKA JUYURI SURIN

Mama, papachina,
inchi, patan,
shaa, miik,
kenke, papa
shuar,
sanku.



YURUMKA TÍMIAN

Yuwi, sha
jimia
kunk
yurunk
sanku
kun
anpa



KUNTUT

Iñako,
nuse,
uwi,
wakam.



TRI. YAWÍNTUMIA

ankuinia,
epp,
tuna,
a nuke,
ineai,
kuk,
akai.



Kashai, kumamp, kayuk,
shushni, week,
nujint, namak,
naysu, p, puach,
atash, h, paki.

AYÁSH IWÁRNAMU



Mejek,
apai, chui,
wampa, kukúsh,
yuránmis,
yaás.



YURÚMKA TÍMIANTRI.

YAWÍNTUMIA

SHUARA YURUMKE
Nuestro patrimonio gastronómico

NAJAN AWARU

AUTOR

Shuar irunramu Kiim

Papí umpuarma N° 1848 –Panmamu-Yuminantu 19 uwi 2010.

Tarimiat Shuaran Ekuatur numina entik kiaitnium CODENPE.

Centro Shuar Kiim

Personería Jurídica Nro 1848 emitida el 19 de Mayo de 2010 por el Consejo de Desarrollo de las Nacionalidades y Pueblos del Ecuador (CODENPE)

ICHIPIAS NUYA NEKA AAKMARU

RECOPIACIÓN Y DIGITALIZACIÓN DE INFORMACIÓN

Karla Gabriela Reátegui Encarnación

Rosa María Tiwi Asamat

YURUMTAIN JINTIWARU

INVESTIGACIÓN NUTRICIONAL

Araceli del Rocío Andrade Chamorro

Coordinadora del Programa de Nutrición

Dirección Provincial de Salud de Zamora Chinchipe

NAJANAWARU

EDICIÓN

Karla Gabriela Reátegui Encarnación, NCI

Rosa María Tiwi Asamat, Centro Shuar Kiim

Trotsky Riera Vite, NCI

Washington Salvador Tiwi Asamat, FEPNASH-ZCH

SHUAR CHICHAMA AARU

TRADUCCIÓN SHUAR

Andrés Carlos Kayap Yapakach

Rosa María Tiwi Asamat

NAKUMIN

DISEÑO E IMPRESIÓN

Maxred diseños

Ekuatur - Ecuador

2012

