

# A' MEÒRACHADH DUILLEAG STIÙIRIDH

---

## CIAMAR AS URRAINN DO DHEALBHADH AGUS CRUTHACHADH CHARRAIGHEAN-CUIMHNE CUR RI IONNSACHADH.

Tha daoine air a bhith a' cruthachadh chuimhneachain fad nam mìltean de bhliadhnaichean. Bidh cuimhneachain gar cuideachadh gus cuimhneachadh air rudeigin no cuideigin a tha sinn a' faireachdainn a tha cudromach. Is dòcha gum bi sinn a' faireachdainn nach bu chòir tachartas a dhìochuimhneachadh gu bràth – 's dòcha air sgàth is gun robh e cho brònach. No 's dòcha gum bi sinn airson cuimhneachadh agus comharrachadh air euchd cuideachd.

---

## CARSON A THA CUIMHNEACHAIN CUDROMACH?

Bidh cuimhneachain gu tric a' toirt dhuinn cothroman a bhith a' meòrachadh gu sàmhach ann an saoghal a tha gu math trang. Gu cudromach, tha iad a' toirt dhuinn cothrom cuimhneachadh air daoine bhon àm a dh'fhalbh.

Mholamaid gun cuireadh tu fòcas air aon neach ma ghabhas sin dèanamh. Le bhith a' dèanamh seo, faodar barrachd co-fhaireachdainn a chruthachadh agus is urrainn dhuinn ceangal a dhèanamh ris an neach sin aig ìre phearsanta dhomhainn, seach a bhith gam faicinn dìreach mar staitistig. Feuch ri faighinn a-mach nas urrainn dhut mun neach a thagh thu gus cuimhneachadh.

---

## CÒ BU CHÒIR DHUT TAGHADH?

Bidh gach ginealach comasach co-dhùnadh cò a bhios iad a' comharrachadh anns na h-àiteachan poblach aca. Is dòcha gur e daoine a bha an-còmhnaidh air an dearmad a bhios ann - daoine aig nach eil plàc gorm no iomhaigh phoblach dhaibh fhèin, a dh'aindeoin 's gu bheil iad airidh air a leithid. Tha tòrr dhaoine ann a bhiodh freagarrach agus mholamaid gun dèanadh tu rannsachadh air farsaingeachd de dhaoine air an làraich seo.

Le bhith a' taghadh cuideigin, dh'fhaodte gum biodh tu:

- A' toirt inbhe do chuideigin nach d' fhuair an inbhe air an robh iad airidh rè am beatha
- Airson a bhith a' cuimhneachadh air cuideigin a chaidh a dhìochuimhneachadh
- A' cruthachadh do sheòrsa fhèin de cheartas sòisealta le bhith a' feuchainn ri ana-ceartas a cheartachadh
- A' toirt seachad dealbh truacanta de chuideigin aig an robh àm duilich ann an eachdraidh
- A' comharrachadh euchdan nach eil aithnichte gu leòr
- A' taghadh cuideigin bhon choimhearsnachd agad fhèin a tha cudromach nad bheachd-sa

---

## CÒ RIS A THA CARRAGH-CUIMHNE COLTACH?

Is urrainn cuimhneachan a bhith ann an iomadh cruth, a' gabhail a-steach plàcaichean, comharran, no carraighean-cuimhne. No fiù 's being le plàc cuimhneachaidh. Dh'fhaodadh tu carragh-cuimhne a dhealbhadh a fhreagras air an tachartas no air an neach a thu a' cuimhneachadh.

Tha tòrr chuimhneachain ann an taighean-tasgaidh air feadh na Gàidhealtachd. Faodaidh tu coimhead air cuid aca air an làraich-lìn seo:

- Cuimhneachan nam Bàthadh ann am Port Sgeara – a' cuimhneachadh air an fheadhainn a chaill am beatha aig muir ann an stoirmean 1848, 1890 agus 1918
- 'Kenn and the Salmon' – iomhaigh a tha a' comharrachadh ceud bliadhna bho rugadh an t-ùghdar Gàidhealach Niall Gunn – le bhith a' cuimhneachadh air sealladh gu math ainmeil san sgriobhadh aige, bhon leabhar aige Highland River .
- Carragh-chuimhne mar chuimhneachan air John Cobb a bhàsaich ann an 1952 fhad 's a bha e a' feuchainn ri Clàr Astar Uisge na Cruinne a bhriseadh air Loch Nis. Chaidh am plàc seo a dhealbhadh leis an neach-ealain George Bain a bha a' tarraing dealbh den tachartas.

