



### A Mhúinteoir, a chara,

An gcreideann tú go bhfuil sé ar ár gcumas todhchaí níos gile a fhás? Rud éigin níos úire, níos bríomhaire, domhan níos sona? Ag An Post, aithnímid go bhfuil an cumas ag gach duine againn athrú agus fás dearfach a chur chun cinn inár bpobail agus níos faide i gcéin.

Samhlaigh todhchaí ina mbeidh ár n-iarrachtaí comhchoiteanna cosúil le síolta a chuirtear in ithir ár bpobal. I mbliana tugaimid do dhúshlán gníomhartha dearfa a roinnt a chuirfidh feabhas ar phobail na hÉireann don todhchaí. Ní focail ar pháipéar amháin atá i gceist, ach céimeanna inbhraite a dhéanfaidh difríocht.

Ionchuimsitheacht a chothú do dhaoine scothaosta agus soghonta sa phobal, prionsabail laghdú, athúsáid agus athchúrsáil a spreagadh, spásanna don phobal ar nós gairdíní agus leabharlanna a bhunú, mar shamplaí, nó clubanna a thosú le haghaidh spóirt agus caitheamh aimsire, táimid ag súil le bhur dtuairimí chun athrú dearfa a dhéanamh sa bhfíorshaol. Teastaíonn scéala uainn faoi thograí beaga agus móra a chosnaíonn agus a fheabhsaíonn ár bpobail.

Bí linn ar an iarracht seo mar sin, chun cur le fás, folláine agus inbhuanaitheacht ár dtíre dhil, Éire. Cuirimis na síolta don todhchaí is féidir linn a mhúnlú agus a bheith bródúil aisti.



### Comórtas Scríbhneoireachta An Post

Chun páirt a ghlacadh i gComórtas Scríbhneoireachta An Post "Aire a Thabhairt dár bPobal", lean na céimeanna seo a leanas. Cabhróidh na leathanaigh seo a leanas leis na daltaí a gcuid iontrálacha aonair a chruthú!

#### Céim 1: Fiosraigh conas is féidir linn gníomhú chun pobail ionchuimsitheacha, comhbhácha inbhuanaithe a thógáil

Úsáid an Treoir don Mhúinteoir ar na leathanaigh seo a leanas chun ceisteanna tábhachtacha maidir le tionchar dearfa pobail a fhiosrú.

#### Céim 2: Leid Scríbhneoireachta

Léigh an Litir Shamplach thíos. Iarr ar na daltaí an teimpléad scríbhneoireachta a úsáid chun a gcuid litreacha féin a scríobh faoin gcaoi ar féidir leo aire a thabhairt dá bpobail don todhchaí. Is féidir leo pictiúr a chur lena litir ionas gur féidir linn a gcuid smaointe a fheiceáil á gcur i gcrích freisin!

#### Céim 3: Seiceáil do chuid Oibre

Spreag na daltaí chun ár seicliosta lámhscríbhneoireachta a úsáid chun eagarthóireacht a dhéanamh ar a saothar féin.

#### Céim 4: Seol isteach é!

- Líon isteach foirm iontrála le haghaidh gach dalta agus greamaigh an chóip lámhscríofa lena n-iontráil.
- Seol é chuig:  
**Comórtas Scríbhneoireachta An Post**  
**Bosca OP 13287**  
**Saorphost FDN7461**  
**Baile Átha Cliath 1**
- Is é an **28 Márta 2025** an spriocdháta chun iontráil a chur isteach.



Tá súil againn go bhfuil luchtóir ort a bheith páirteach i gComórtas Scríbhneoireachta An Post. Tá Treoir don Mhúinteoir curtha le chéile againn chun cabhrú leat scríobh litreacha a éascú i do rang.

### 1. Réamhrá

- Taispeáin na sleamhnáin do na daltaí agus cuir ceisteanna spreagtha orthu. Féadfaidh na daltaí smaointe a mhalartú i bpéirí agus b'fhéidir go mbeadh corr-nod ag teastáil uathu.
  - Cad is brí le 'pobal'?
  - Cad iad na pobail a mbaineann tú leo? (Smaoinigh ar do bhaile, do chlubanna, na háiteanna a dtaitníonn sé leat cuairt a thabhairt orthu)
  - Cad a thaitníonn leat faoi do phobail?
  - Conas a thugann tú cosaint nó aire do do phobal?
  - Cad a mhothaíonn tú faoi a bheith páirteach i bpobal?
  - Cén fáth go bhfuil sé tábhachtach a bheith i bpobal?
- Físeán An Post**
  - Taispeáin an físeán do na daltaí. Cuir ceisteanna ar na daltaí faoin méid a thuigeann siad.
- Déan machnamh ar an bhfíseán**
  - Cad é an lorg a fhágann An Post ar na pobail?
  - Cé air a mbíonn tionchar ag obair An Post?
  - Conas a fhágann tusa do lorg ar do phobal?
  - Cé hiad na daoine a gcabhraíonn tú leo? Cé hiad na daoine a mbíonn tú cineálta leo? Cén fáth?
  - Cad eile is féidir leat a dhéanamh le cabhrú le daoine eile i do phobal?
  - Conas is féidir leat an lorg is mó agus is fearr a fhágáil ar do phobail?
- Faigh a dtuiscint ar na heochairfhocail seo a leanas ó na daltaí:**
  - Aire:** "cineáltas, aire agus freagracht a léiriú chun folláine, sábháilteacht agus sonas daoine nó rudaí atá i ngátar a chur chun cinn."
  - Cothaigh:** "grá, cúram agus aird a thabhairt chun cabhrú le rudaí, daoine nó pobail fás agus a bheith sásta."
  - Pobal:** "grúpa daoine a chónaíonn i gceantar ar leith nó a bhfuil spéiseanna i gcoiteann acu, ar nós an spóirt a imríonn siad."
  - Inbhuanaithe:** "aire a thabhairt dár bpláinéad, an Domhan, ionas go mbeidh sé folláin go ceann i bhfad."
  - Laghdú, Athúsáid, Athchúrsáil:** "bealaí le bheith níos cineálta don Domhan agus dramháil a laghdú".

- Bithéagsúlacht:** "na plandaí agus na hainmhithe éagsúla a mhaireann sa dúlra."
- Éagsúlacht:** "cairde a bheith agat atá difriúil óna chéile ar bhealaí maithe".
- Ionchuimsiú:** "a bheith cinnte go mbíonn deis ag gach duine a bheith páirteach agus imirt le chéile".

- Pléigh** (mar rang iomlán, i ngrúpaí nó i mbeirteanna) cad is féidir leis na daltaí féin a dhéanamh ina n-aonar (agus cén t-athrú a d'fhéadfaidís a spreagadh ina bpobail) chun aire a thabhairt dá bpobail maidir le: bithéagsúlacht, laghdú, athúsáid agus athchúrsáil, éagsúlacht, ionchuimsiú agus léitheoireacht do chách. Úsáid na sleamhnáin mar chreat don phlé.

### 2. Léamh agus Scríobh

- Léigh an litir shamplach do na daltaí. Más féidir, taispeáin dóibh é chomh maith ag an am céanna, chun go bhfeicfidh siad leagan amach na litreach.
- Cuir ceisteanna ar na daltaí faoin litir ar shleamhnáin:
  - Cé hiad na cairde atá ag Marc?
  - Cad atá á mholadh ag cairde Mharc?
  - Cén fhreagra a thabharfá do Mharc?
  - Cé hiad na daoine ar chóir dóibh an pobal a chothú, dar leat? Cén fáth?
  - Cad is féidir leat a dhéanamh chun do phobal a spreagadh le bheith páirteach, dar leat?
- Iarr ar na daltaí litir a scríobh ag léiriú conas is féidir linn tograí a chur chun cinn chun ár bpobail a dhéanamh níos inbhuanaithe, níos ionchuimsithí agus níos comhbháiche amach anseo.**
- Iarr ar na daltaí an teimpléad a chuirtear ar fáil a úsáid chun a litir a scríobh.
- Iarr ar na daltaí a gcuid litreacha féin a sheiceáil, ag baint úsáide as an seicliosta scríbhneoireachta a chuirtear ar fáil.

### 3. Iontráil a Chur Isteach

- Scríobh an leagan deireanach den litir sa teimpléad atá tugtha. Is féidir cóipeanna a dhéanamh de na litreacha ionas go mbeidh daltaí in ann iad a thaispeáint sa seomra ranga nó a roinnt lena dtuismitheoirí.
- Comhlánaigh an fhoirm iontrála agus cuir na hiontrálacha chuig an seoladh ar leathanach 1 den cháipéis seo.

**Litir Shamplach**

Léigh agus pléigh an litir thíos. Smaoinigh ar ghníomhartha is féidir a dhéanamh chun pobail a chothú, bunaithe ar litir Mharc. Tá Marc ina dhalta díograiseach i rang a 4 i mBunscoil Choill na Darach. Is breá leis páirt a ghlacadh i dtionscadail a chuireann obair foirne chun cinn agus bealaí a aimsiú chun feabhas a chur ar an phobal do chách.

A chairde i Rang 3 agus 4,

25/02/25

Tá súil agam go bhfuil sibh slán agus i mbarr na sláinte. Bhí mé ag smaoineamh le déanaí ar na pobail áille a bhfuil mé páirteach iontu agus conas is féidir liom tionchar dearfa a imirt orthu. Bhí mé ag breathnú thart agus is mór an spreagadh dom an méid atá á dhéanamh ag daoine áirithe. Theastaigh uaim cuid de na smaointe breátha seo a roinnt libh agus athrú dearfa a spreagadh!

Fuair mé an chéad inspioráid ó mo chara Ruairí. Chruthaigh seisean "Clár Athchúrsála Ruairí" dá scoil. Chuir sé gach duine ag smaoineamh ar gach píosa dramhaíola sa scoil a athchúrsáil. Tugann sé comhairle chomh maith faoi ábhair a athúsáid - is é sin an fáth go bhfuil mise ag scríobh ar dhá thaobh an leathanaigh! Bhí mé ag smaoineamh ar threoir a chur le chéile do mo scoil chun an t-eolas go léir a dhfhoghlaim mé ó mo chara a roinnt agus na smaointe a chur i bhfeidhm i bpobal mo scoile féin.

Ar chuala sibh trácht riamh ar an inbhuanaitheacht? Spreag mo chara Greta pobal a scoile féin trí litir a scríobh agus é a roinnt le gach rang ina scoil. Roinn sí an litir le scoileanna eile ina baile dúchais chomh maith. Cad atá á mholadh ag Greta? Tig linn foghlaim faoi na hathruithe beaga is féidir linn a dhéanamh, ar nós bolgáin solais atá éifeachtúil ó thaobh fluinnimh a úsáid agus fearais a mhúchadh nuair nach bhfuil gá leo, ar mhaithe le tionchar dearfa ar ár bpobail. Nuair a roinnimid na teachtaireachtaí seo lenár bpobail, is féidir leo a lán daoine a spreagadh agus difríocht mhór a dhéanamh.

D'inis mo chara Ben dom faoin mbithéagsúlacht agus faoin gcaoi a bhfuil a Chlub Iarscoile ag smaoineamh ar bhealaí chun an éagsúlacht a chaomhnú sa chomhshaol. Dúirt sé liom gur féidir linn bláthanna fláine a chur ionas go mbeidh na beacha in ann ceantair a phailniú, gan an féar a ghearradh chomh minic agus flú ár nglasraí féin a fhás. Tá gairdín pobail i mo bhaile féin ina mbeidh mé in ann na smaointe sin a úsáid!

Tháinig an inspioráid dheireanach ó mo Mhamó... D'fhiafraigh sí díom an bhféadfainn a mhúineadh di conas an tIdirlíon a úsáid chun taighde a dhéanamh ar líne, agus smaoinigh mé ar na daoine scothaosta go léir nach mbeadh garpháiste acu le cabhrú leo. Labhair mé le mo mhúinteoir faoi scileanna a roinnt le daoine sa teach altránais áitiúil, agus thaitin an smaoineamh go mór léi! Anois bíonn scileanna á roinnt againn dhá lá sa tseachtain, agus tá daoine as gach rang páirteach! An tseachtain seo caite, thaispeáin mé d'fhear darbh ainm Páid conas físeáin gharraíodóireachta a aimsiú ar líne agus d'inis seisean scéalta dom faoin mbaile mar a bhí sé sular rugadh mé! Thaitin sé go mór liom níos mó a fhoghlaim faoi stair mo phobail.

Anois is fúibhse atá sé sonas a scaipeadh sa phobal - samhlaigh ár smaointe ag leathnú amach chuig gach cearn den phobal! Cad is féidir leat a dhéanamh chun gach duine a spreagadh le bheith páirteach? Cuirigí go léir bhuir smaointe chugam.

Cuimhnigh air: is féidir athruithe móra a chruthú leis an ngníomh is lú. Nuair a chuirimid in iúl do dhaoine eile conas atá ár bpobail á gcothú againn, is ionadaithe muid ar son domhain níos fearr a bheidh lán de phobail ionchuimsitheacha chomhbhácha. Tá mé ag súil go mór le bhuir dtuairimí iontacha a chloisteáil agus le feiceáil conas is féidir lenár ghníomhartha an domhan a athrú!

Slán tamall,  
Marc Ó Grianna

an  
post

Mo Litir



A large rectangular area with horizontal green lines for writing, intended for the student to write their letter.

- Scríobh mé le mo pheannaireacht is néata.
- D'úsáid mé spásanna.
- D'úsáid mé ceannlitreacha ag tús gach abairte.
- D'úsáid mé comharthaí poncaíochta.
- Rinne mé mo dhícheall agus na focail á litriú agam.



an  
post

Tarraing pictiúr  
don litir anseo!

