

Español  
Q'eqchi'  
English

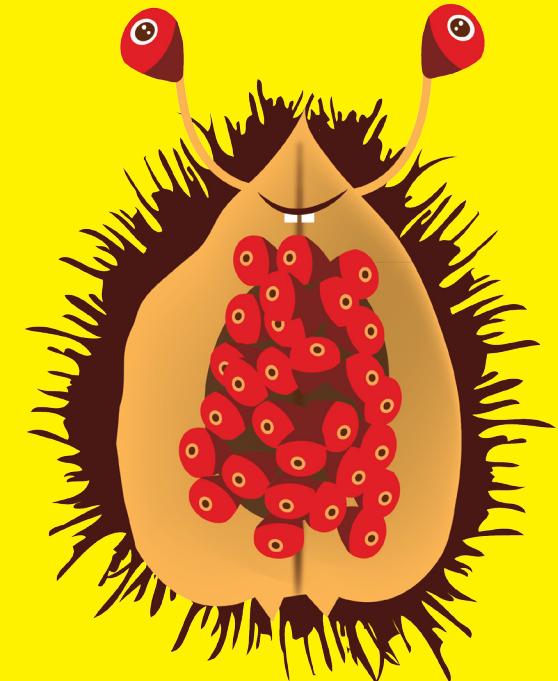
Aprende  
a leer.  
Aprende  
a escribir.

Fácil  
Divertido  
Eficaz



A a Z  
Sano, natural  
plantas comestibles

A a Z  
Chab'il, Li na ah'omang,  
li ch'e li na q'uxmanq'



Historia Dr.Nicholas M. Hellmuth  
Ilustración Melanny Quiñonez



Dibujos por Melanny Celeste Quiñonez.



Fotografías utilizadas como material de apoyo por Sophia Monzón,  
Nicholas Hellmuth, Erick Flores,  
Y Melanny Celeste Quiñonez (fotógrafos de FLAAR).

Historia por Nicholas Hellmuth.

Copyright FLAAR 2017 y FLAAR Mesoamérica 2017.

Tenga en cuenta que todo el contenido se prepara en casa (en el centro  
de investigación FLAAR)

Por diseñadores gráficos capaces en Guatemala, incluyendo nuestro  
equipo de habla maya.

Para más información:

[www.maya-ethnobotany.org](http://www.maya-ethnobotany.org)

[www.maya-ethnozoology.org](http://www.maya-ethnozoology.org)

[www.digital-photography.org](http://www.digital-photography.org)

[www.mayan-characters-value-based-education.org](http://www.mayan-characters-value-based-education.org)

[www.mayatoons.org](http://www.mayatoons.org)

Información de contacto: FrontDesk "en" FLAAR.org



Nuestro objetivo es preparar material educativo sobre la flora y fauna  
de Guatemala, para fomentar la preservación de especies amenazadas  
y ecosistemas frágiles de Guatemala y todos  
los países adyacentes de Mesoamérica.



# Aa



Achiote  
**Xayaw**  
Annatto

# Aa



Aguacate hass  
O  
Hass avocado

# Aa



Anona  
Tz'uumuy  
Annona

# Aa



Apazote  
Riskííj Pur  
Pur pim  
Apazote

# Aa



Ayote  
K'um  
Squash

# Bb



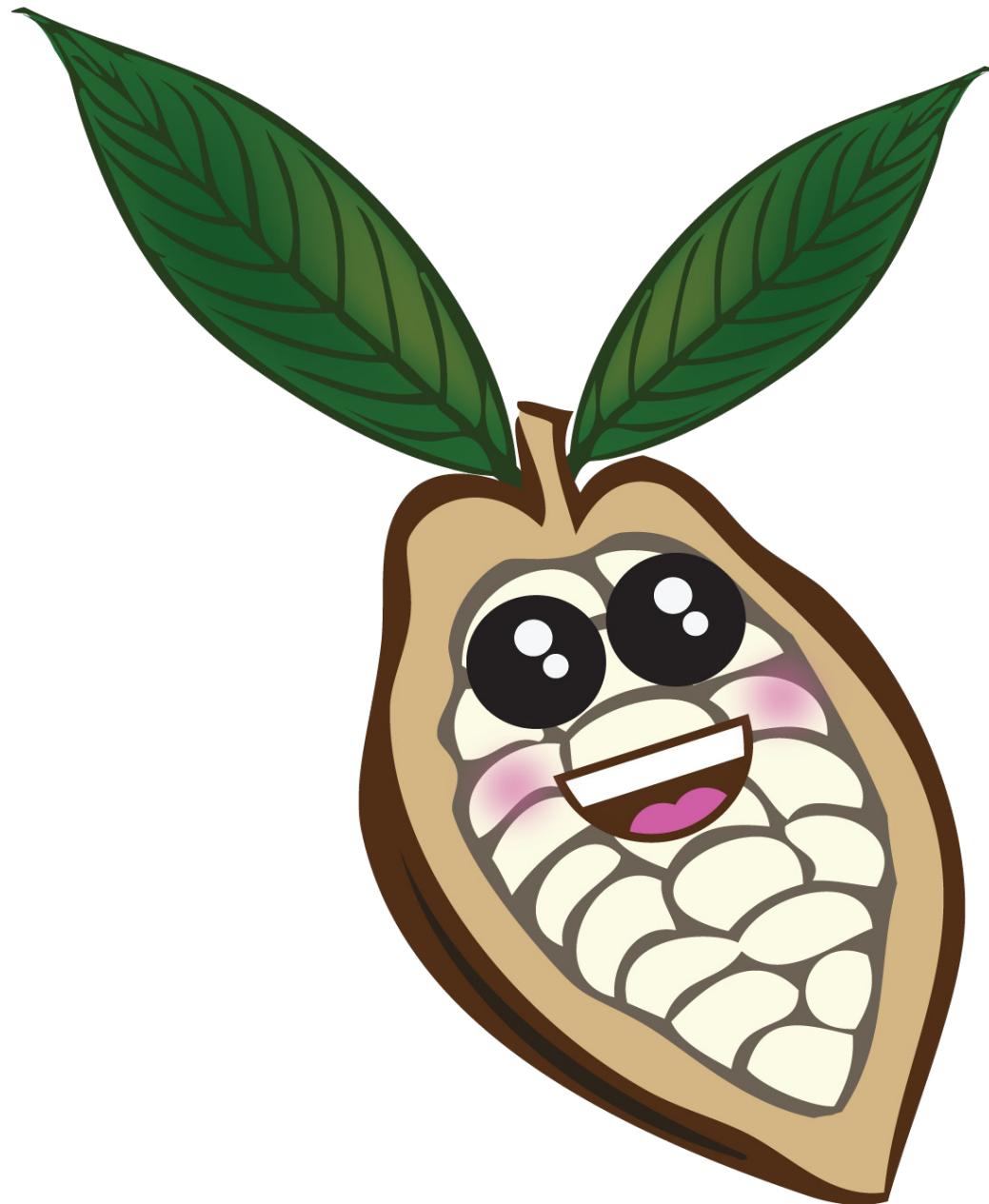
Badv  
Ox  
Badoo

# Bb



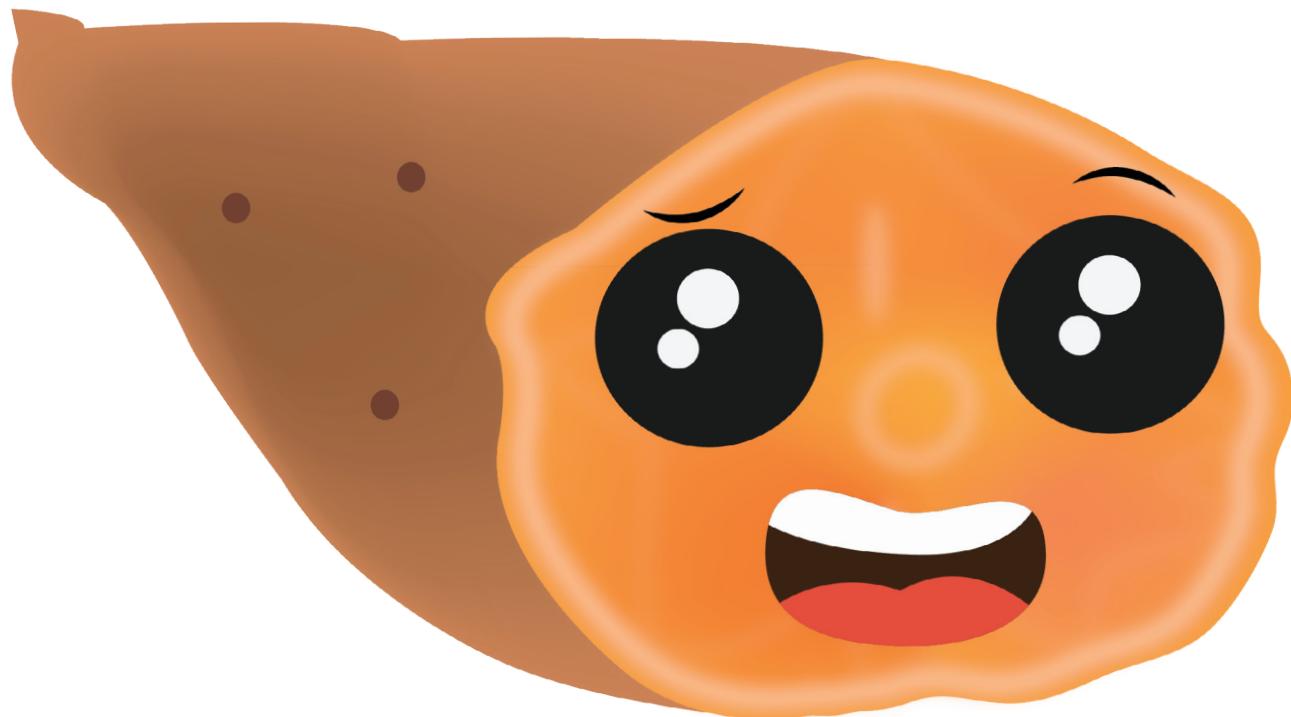
Bledo  
Ses  
Amaranth

Cc



Cacao  
Kakaw  
Cocoa

Cc



Camote  
Is  
Sweet potato

Cc



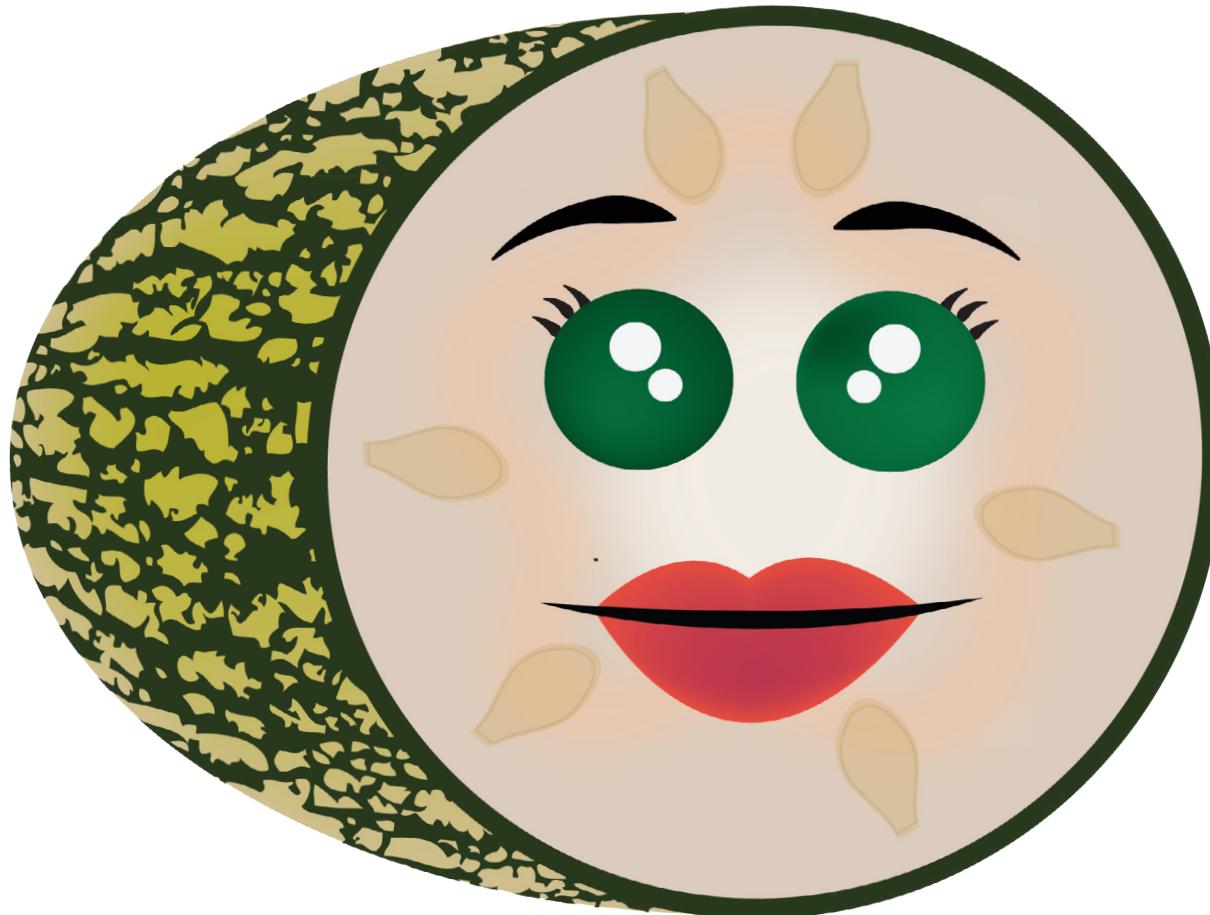
Chaya  
Ch'atat  
Chaya

Cc



Chicozapote  
Muy  
Sapodilla

Cc



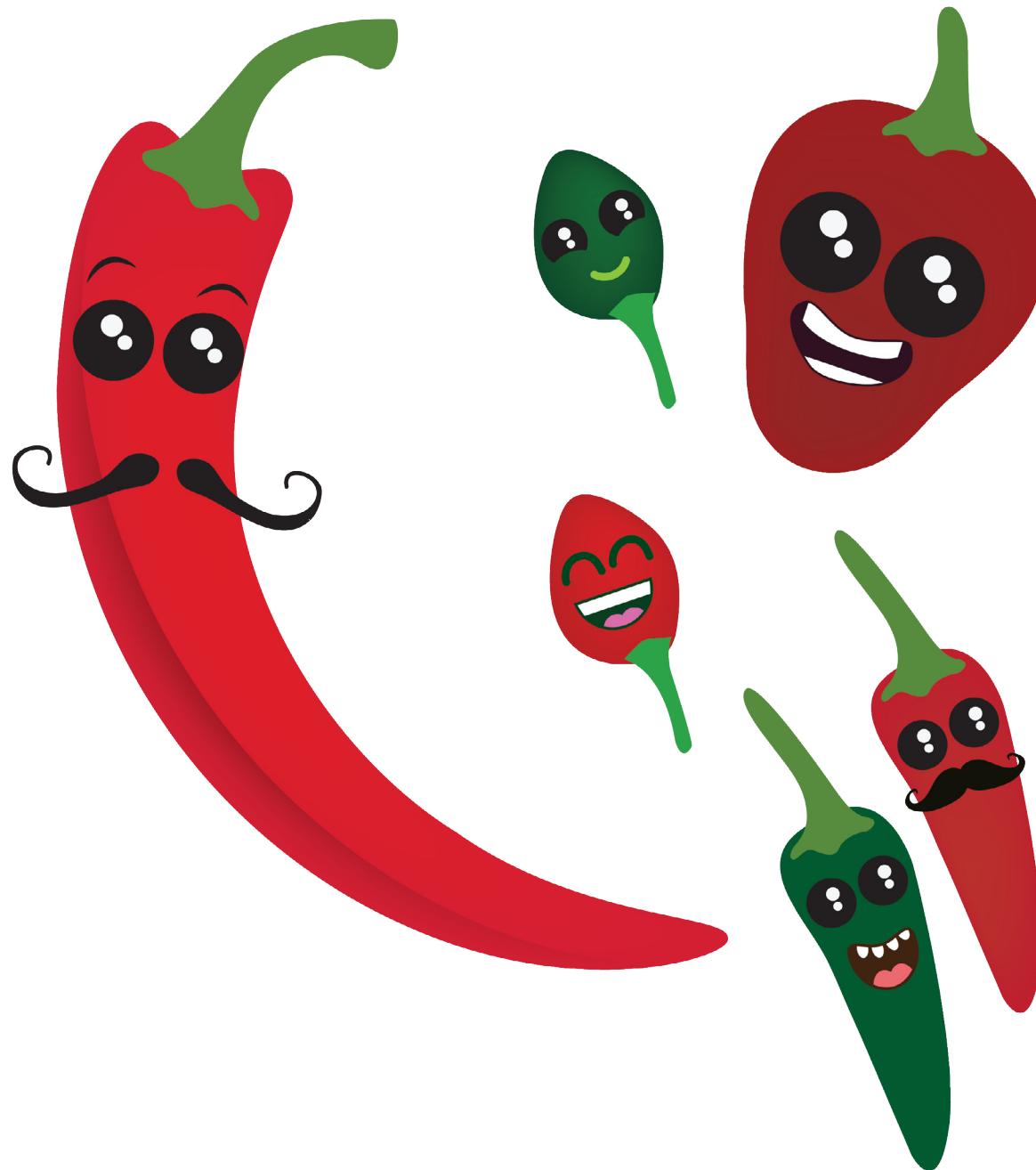
Chilacayote  
Q'ooq  
Malabar Gourd

# Cc



Chilca  
Chilca  
Chilca

# Cc



Chile  
lK  
Chili pepper

Cc



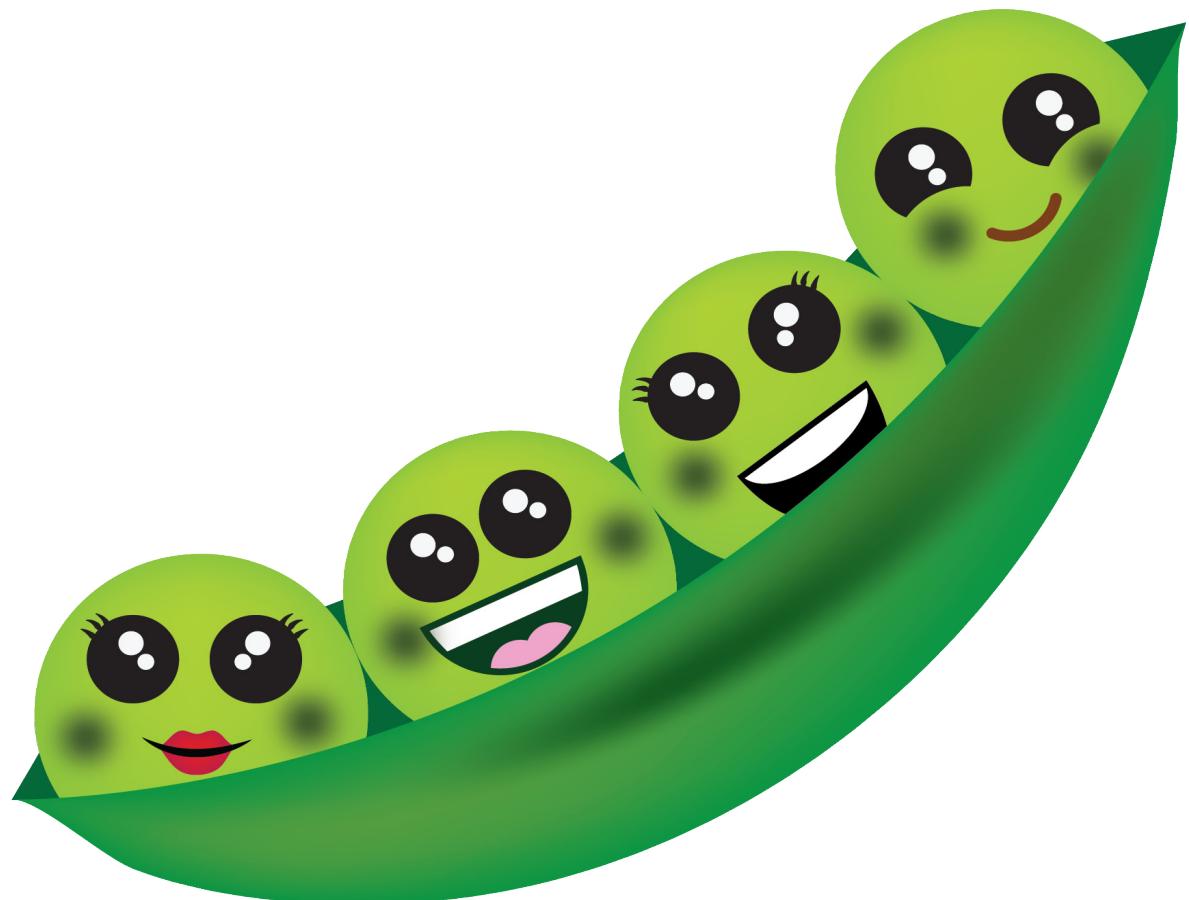
Chipilín  
Muuch'  
Chipilin

# Dd



Dahlia  
Tz'oloj  
Dahlia

# Ee



Ejote  
Q'ap  
Ejote

Ee



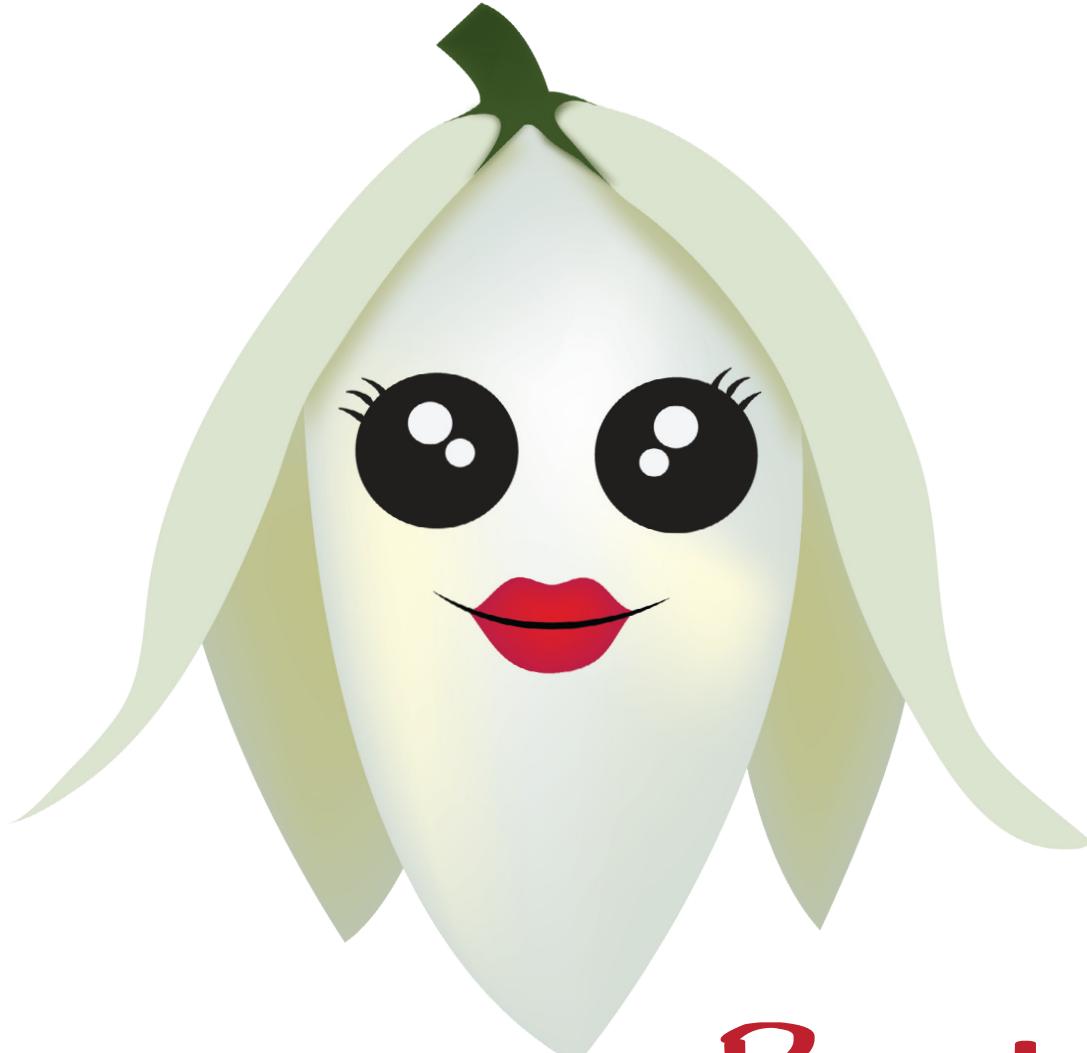
Elote  
K'ux  
Inmature corn cob

Ff



Flor de Guachipilin  
**Raatz'um muuch**  
Guachipilin Flower

Ff



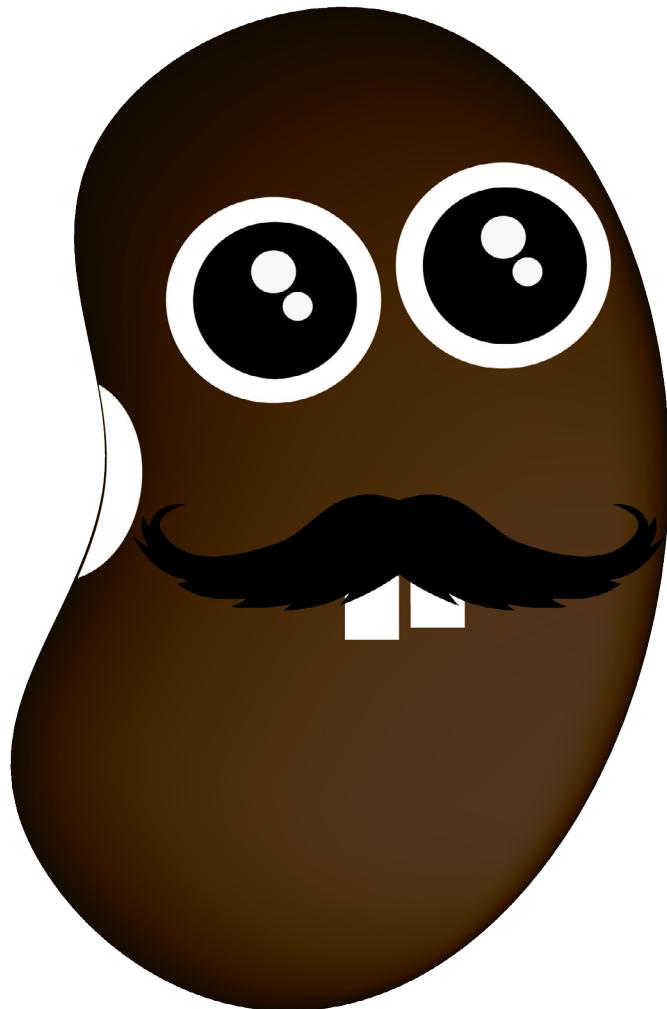
Flor de izote  
**Raatz'um K'uvuk'üil**  
Spineless yucca

Ff



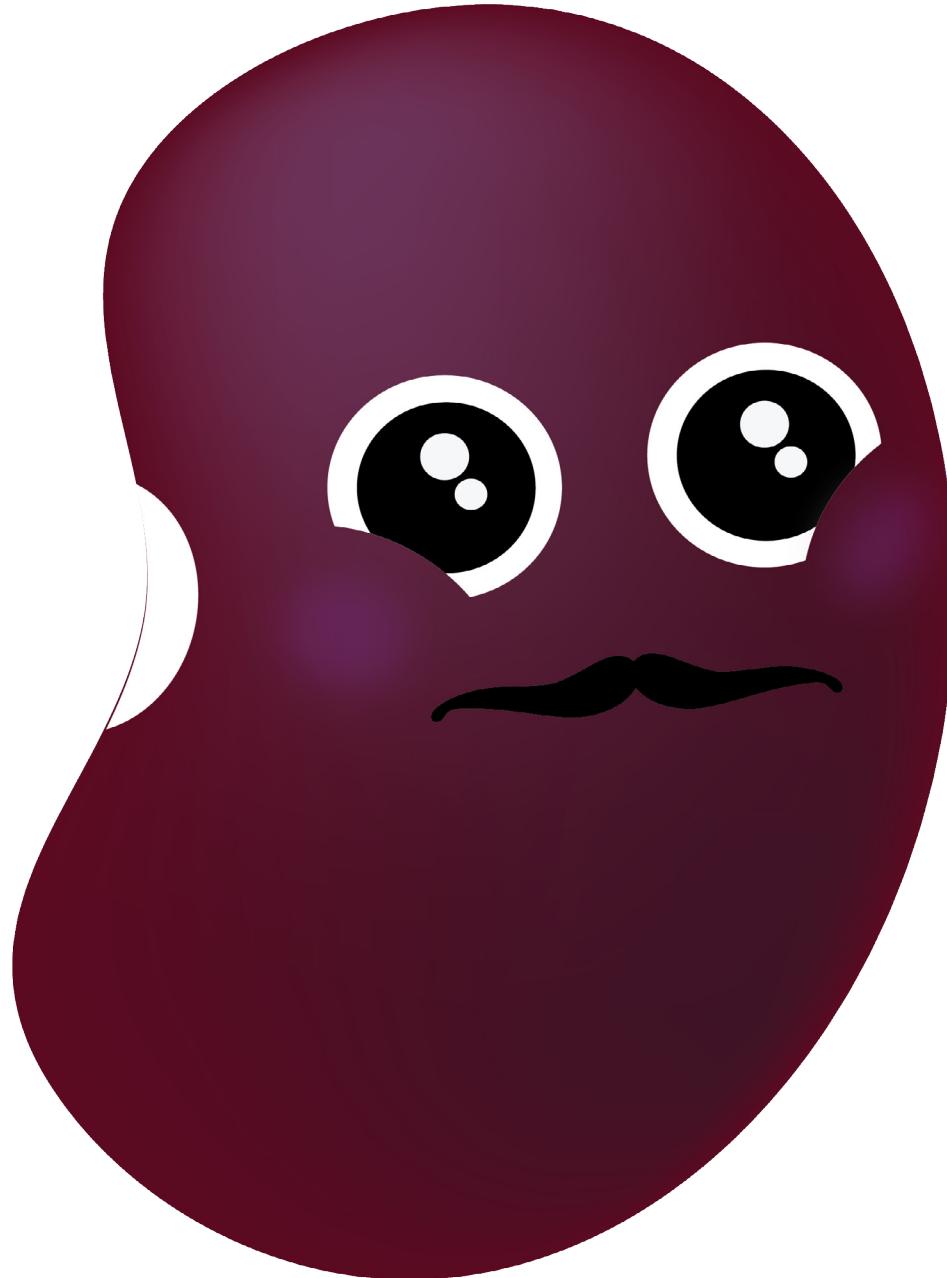
Frijol Blanco  
Saqi Kenq'  
White bean

Ff



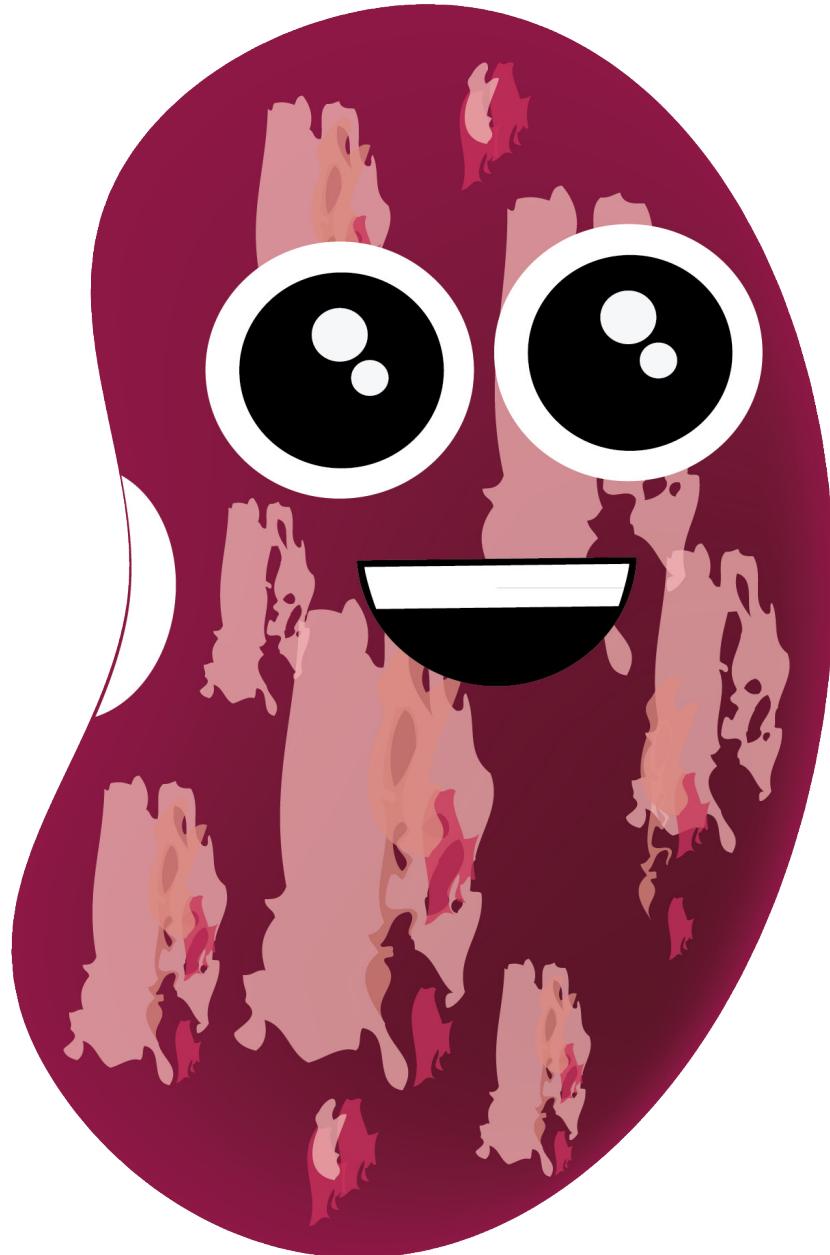
Frijol de milpa  
Nunq'ó  
Nun  
Bean corn field

Ff



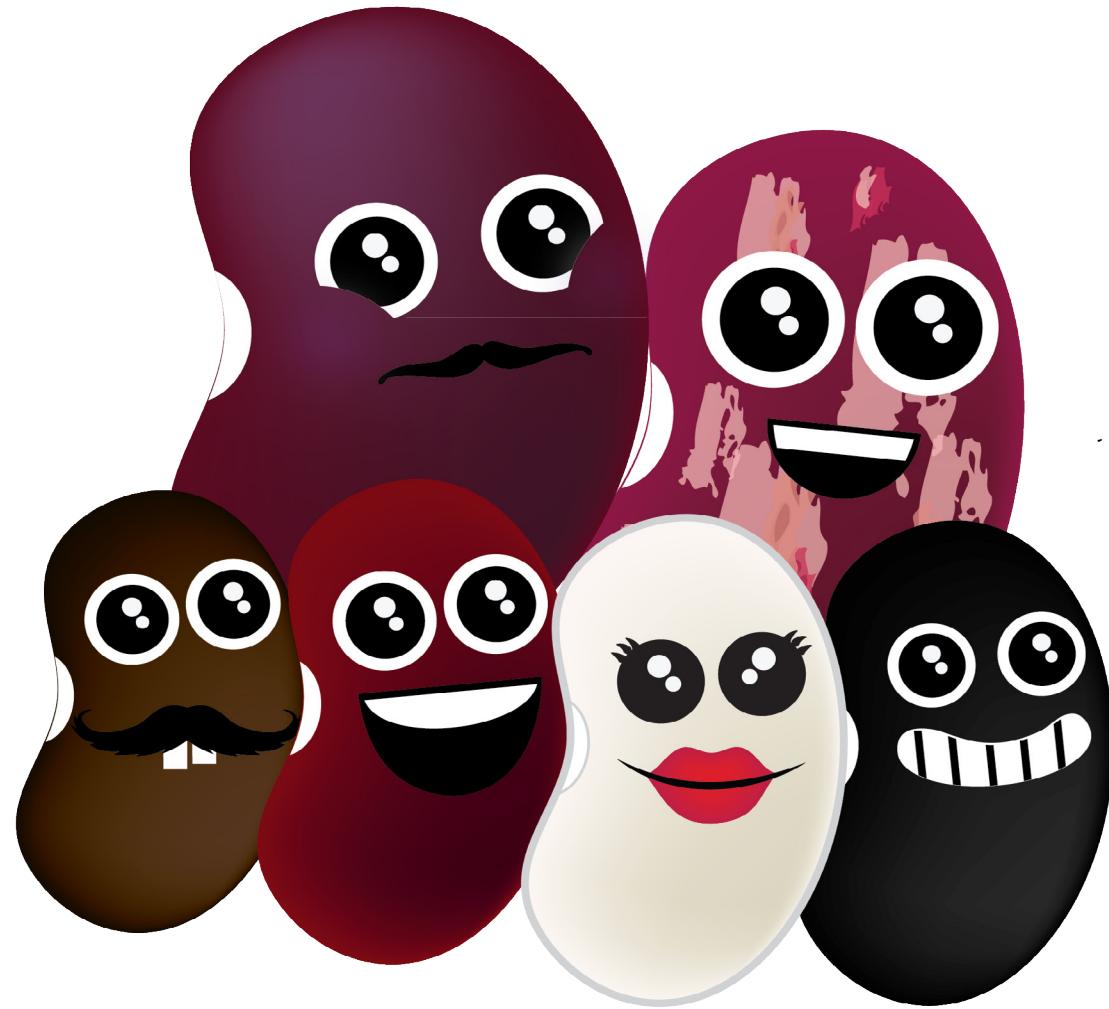
Frijol de Piloy  
Lol  
Piloy bean

Ff



Frijol de riñón  
**Ch'och Kenq'**  
Kidney bean

# Ff



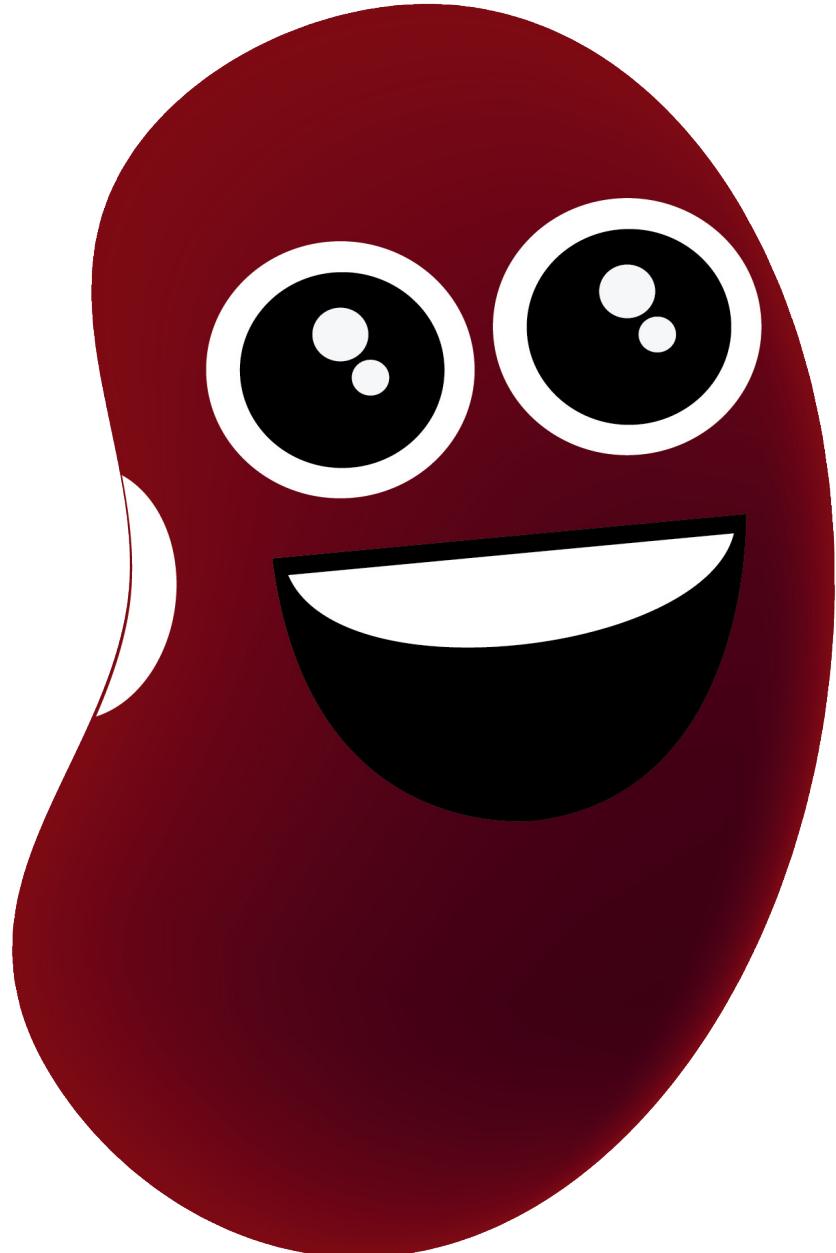
Frijoles  
Kenq'  
Beans

Ff



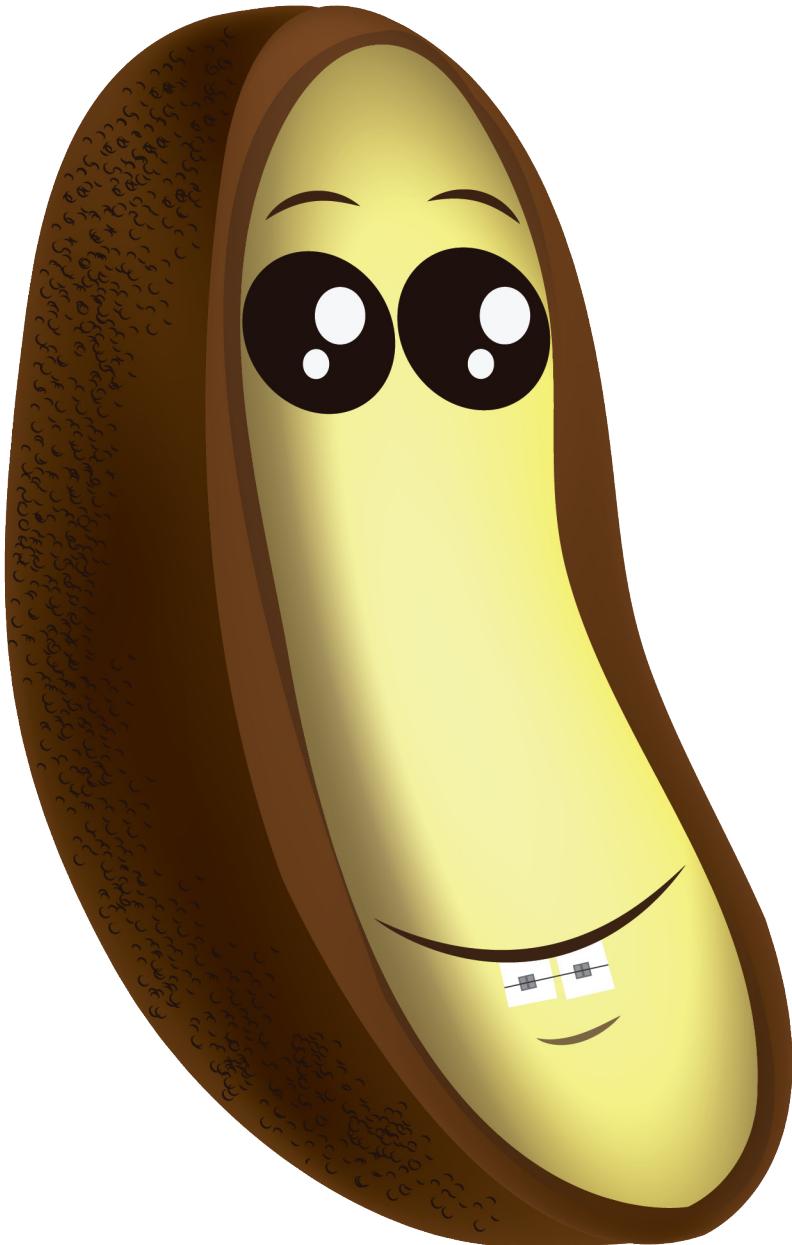
Frijol negro  
Q'eq'i Kenq'  
Black bean

Ff



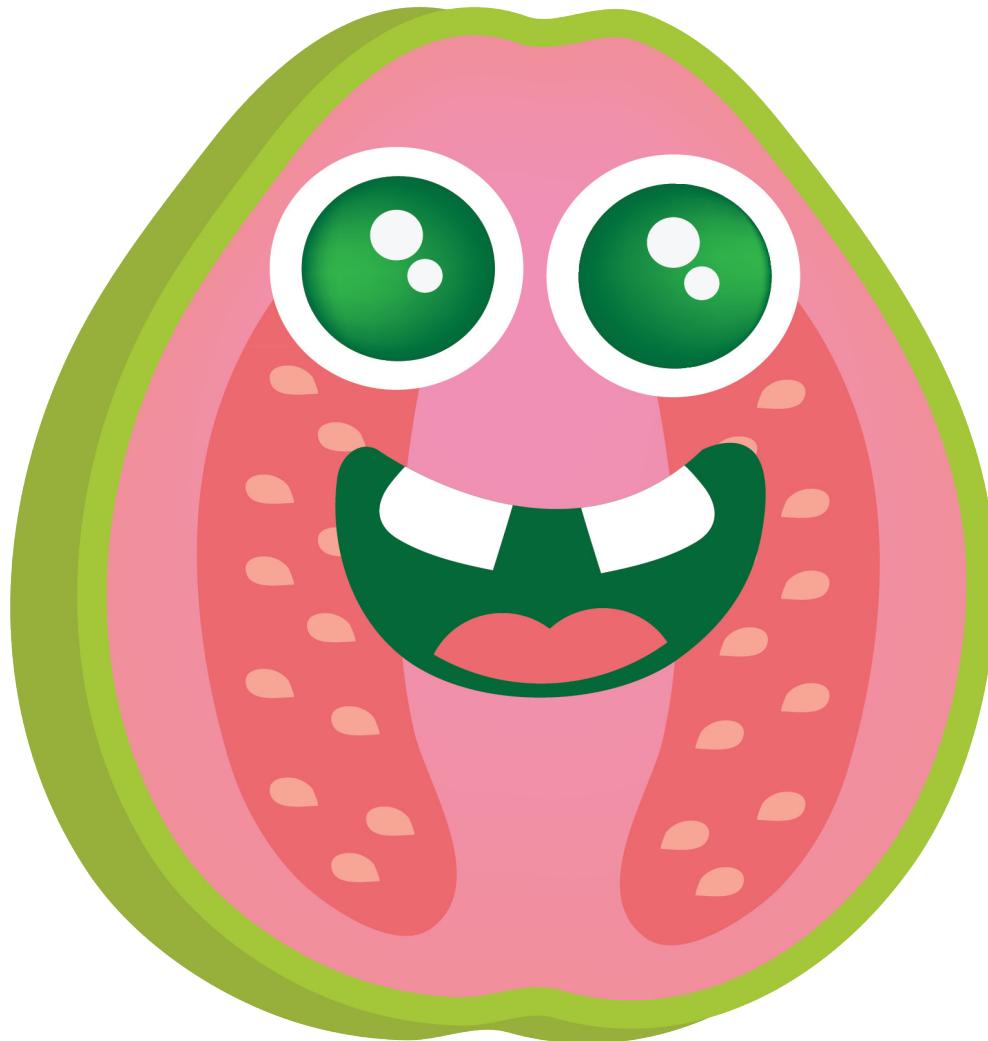
Frijol Rojo  
Kaqi Kenq'  
Red bean

# Gg



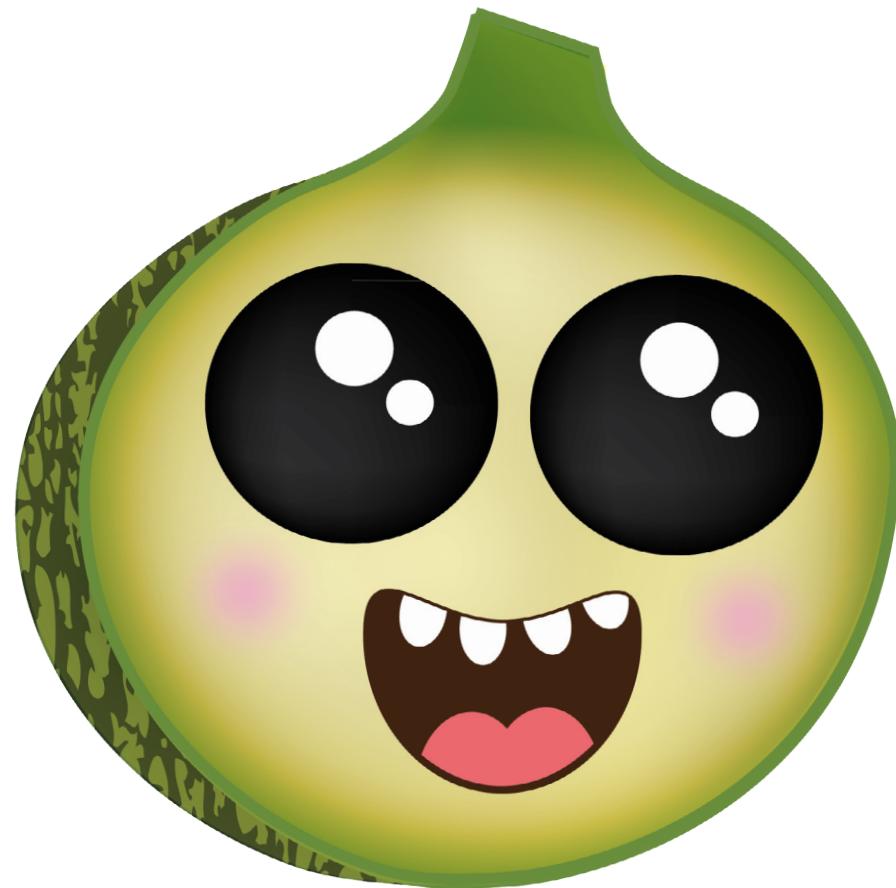
Guapinol  
Paqy  
Paq  
West Indian  
Locust

Gg



Guayaba  
Pata  
Guava

# Gg



Güicoy  
Ik'oy  
Courgette

Gg



Güisquil  
Ch'íma  
Chayote

# Gg



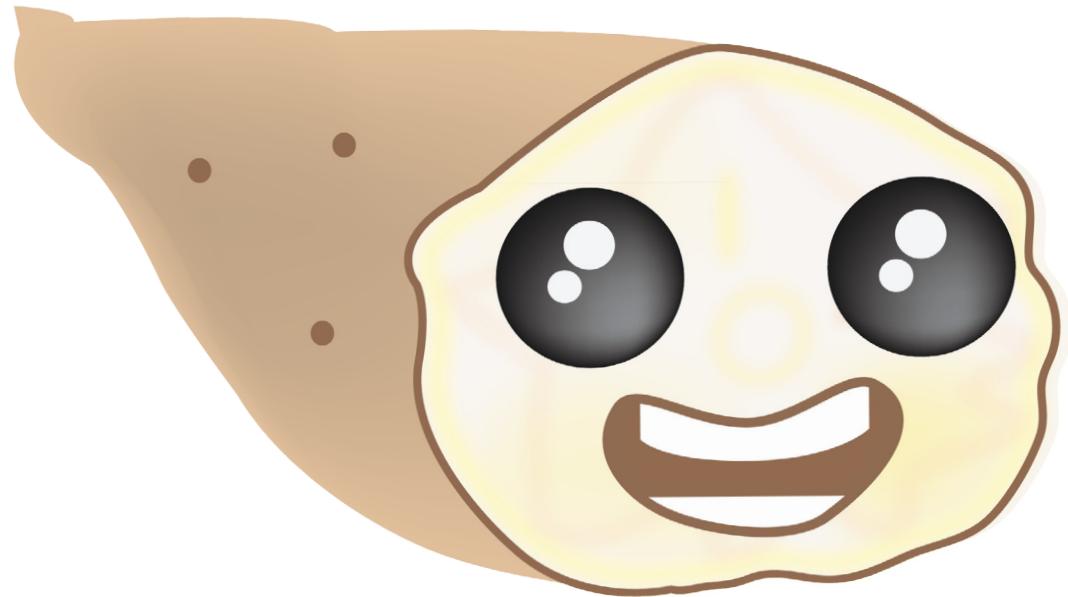
Gushnay  
Yuk  
Peace Lily

Hh



Hongos comestibles  
**Okox**  
Edible mushrooms

I  
í



Ichintal  
*Xé' ch'íma*  
Root of *güisquil*

Jj



Jocote  
Rum  
Mombin

Kk



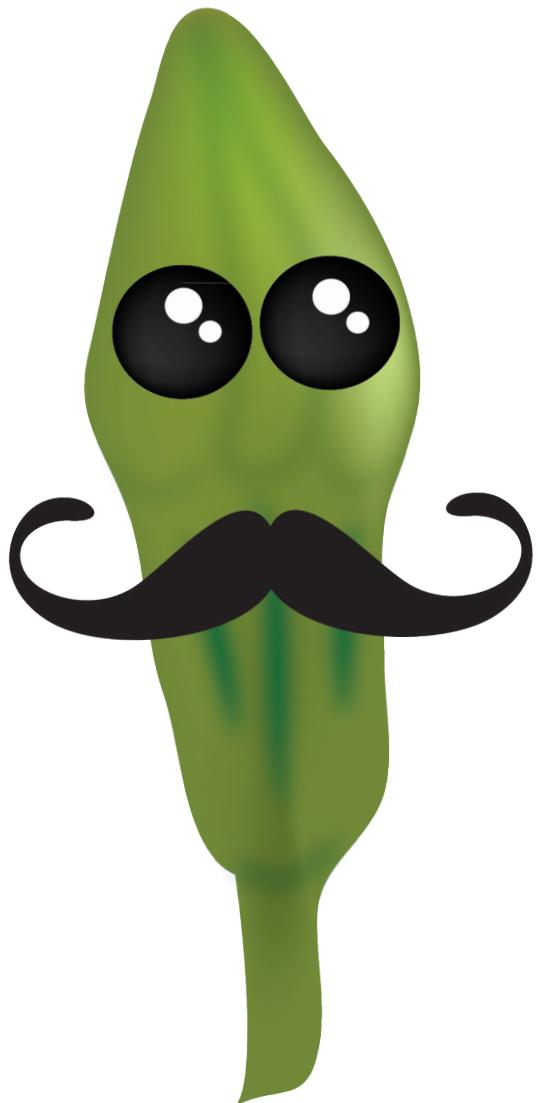
Koyó  
Koyow  
Koyo Avocado

Ll



Limón  
Lamunx  
Lemon

L  
I



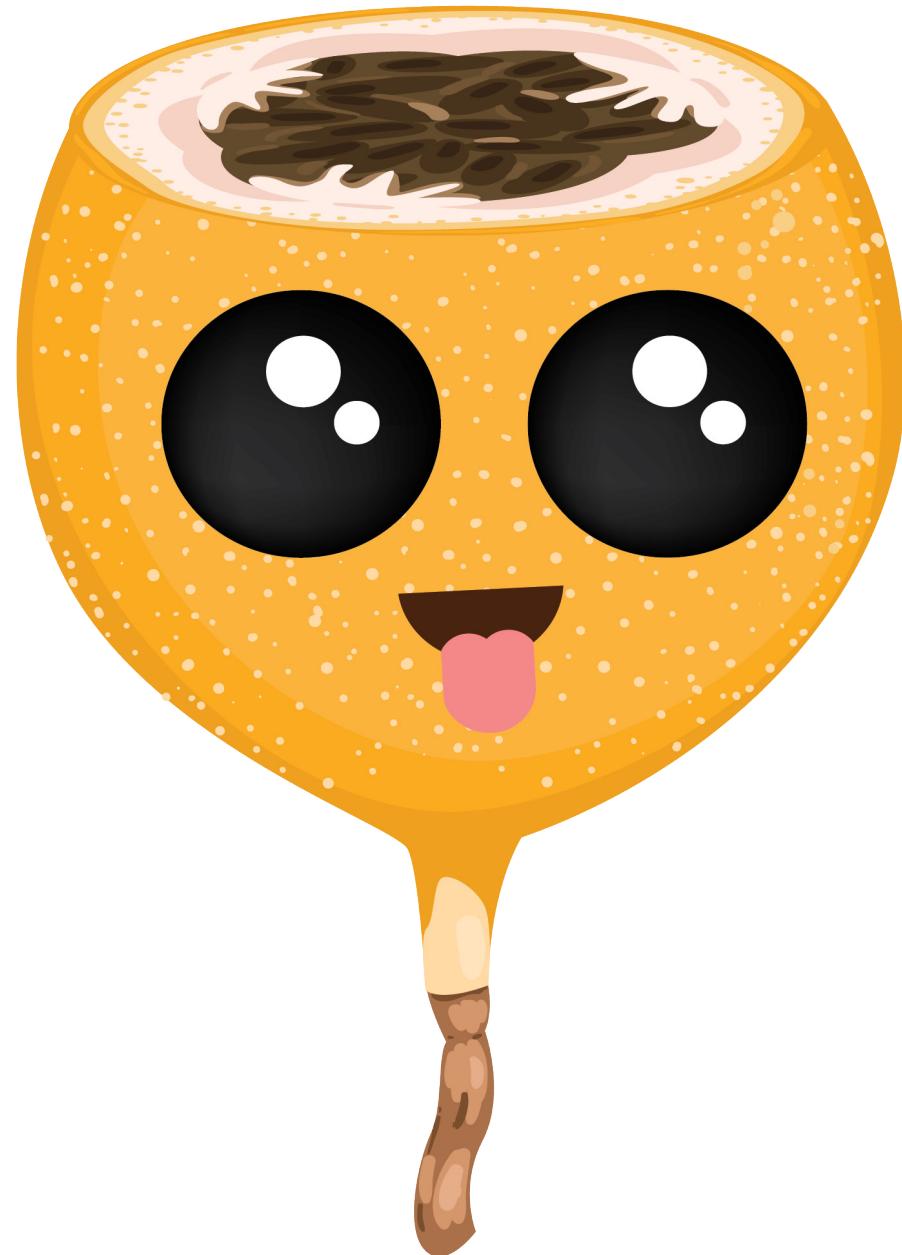
Loroco  
Tzaaktz'um  
Loroco

# Mm



Maíz  
**Ixim**  
Corn

# Mm



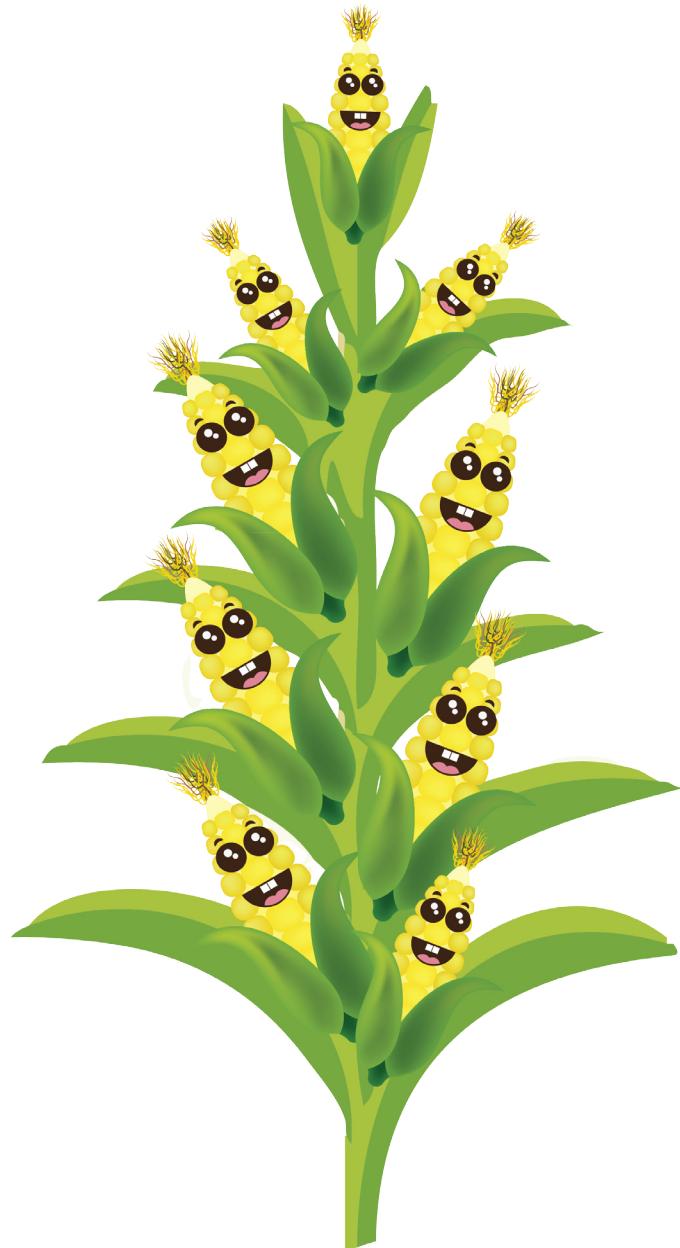
Maracuyá  
**Karaníiy**  
Passion fruit

# Mm



Mazorca  
Hal  
Cob

# Mm



Milpa  
Waj  
Corn field

# Mm



Miltomate  
Kop  
Husk Tomato

Nn



Nance  
Chi'  
Golden Spoon

Ñ ñ



Ñetira  
**Tz'ap Xir**  
Morning Glory

Oo



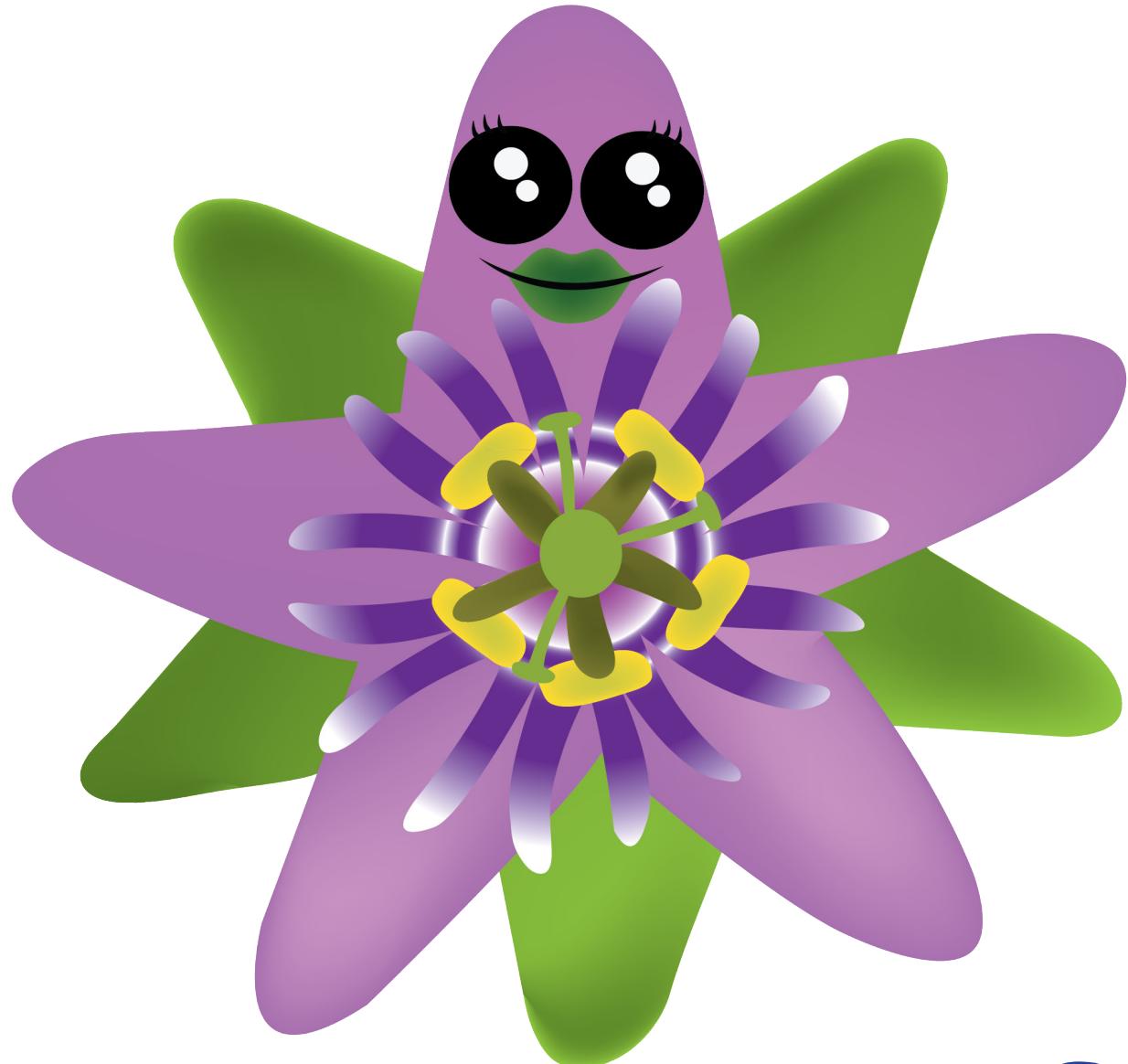
Oregano  
Orenj  
Oregano

# Pp



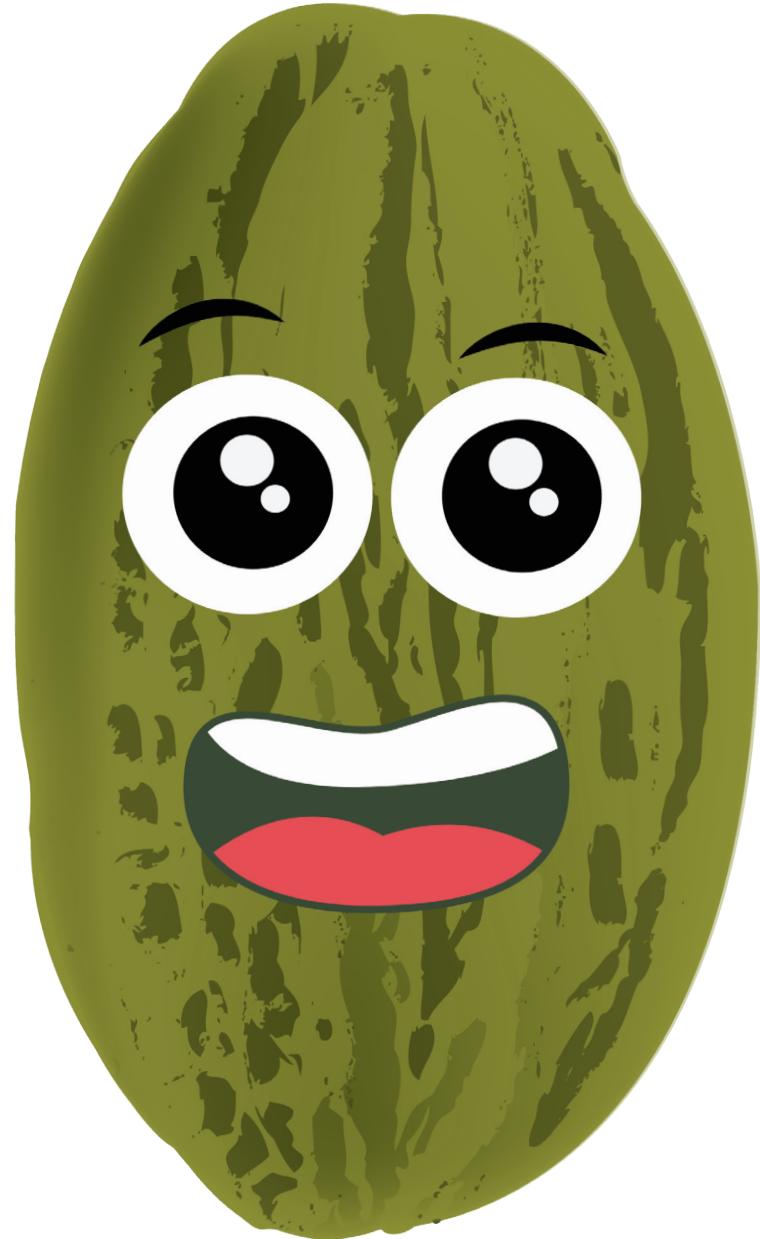
Papaya  
Putul  
Papaya

Pp



Pasiflora  
**Q'umatz**  
Passion flower

# Pp



Pataxte  
B'alam  
Mocambo

# Pp



Paterna  
Ch'elel  
Ice Cream Bean

# Pp



Pimienta gorda  
**Peens**  
Allspice

# Qq



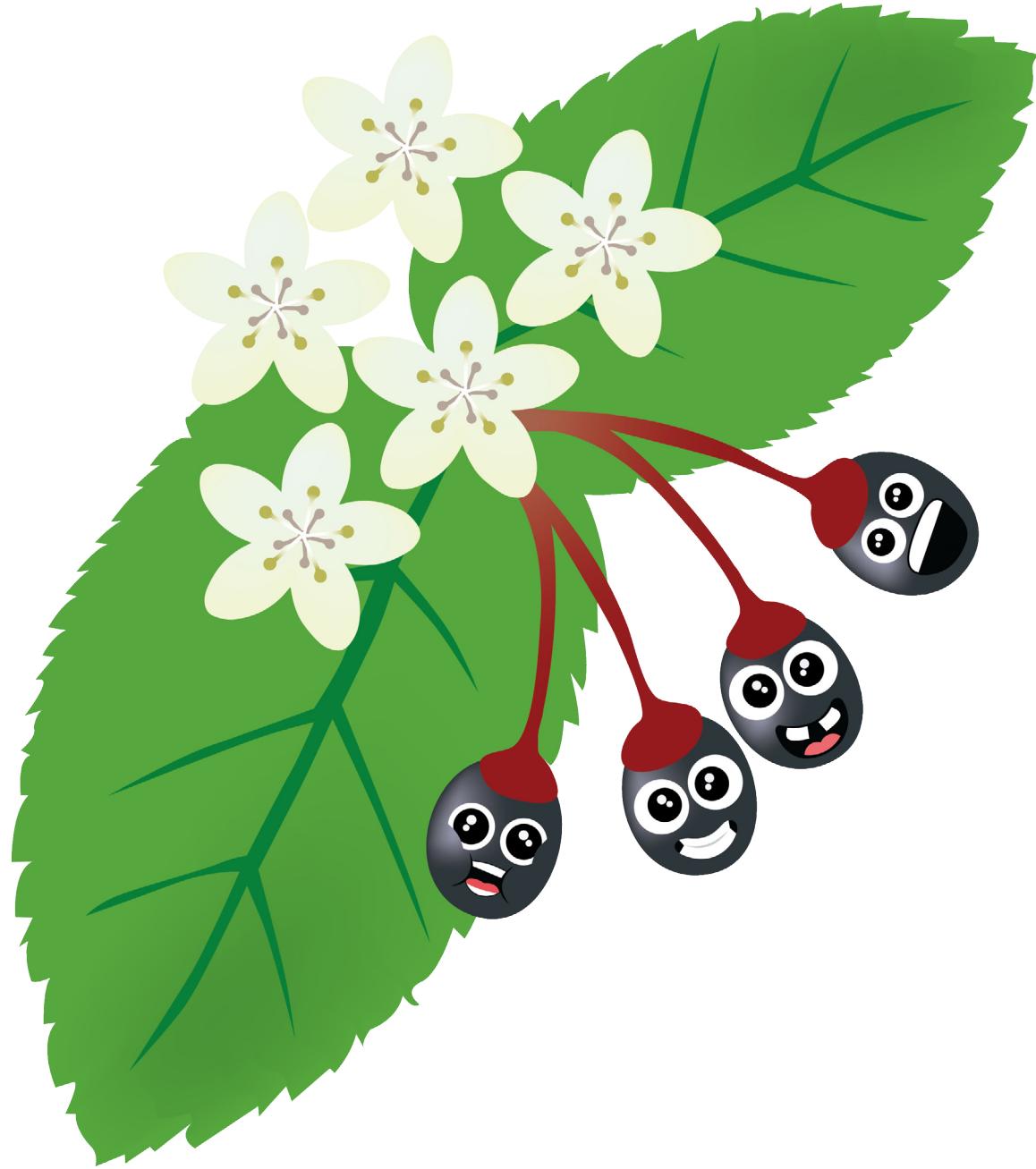
Quilete  
Mak'uy  
Black Nightshade

Rr



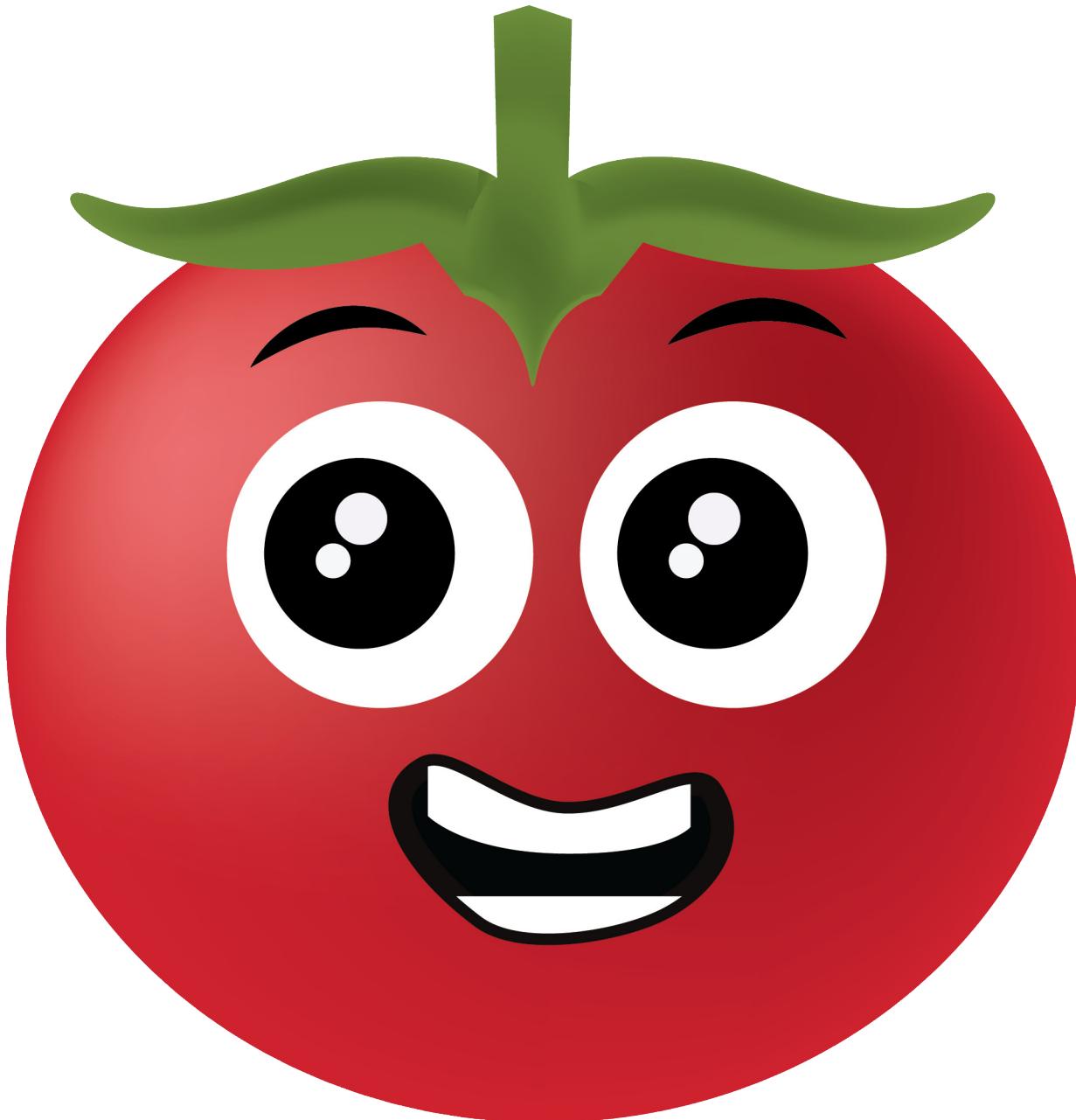
Ramón  
Ramon  
Breadnut

Ss



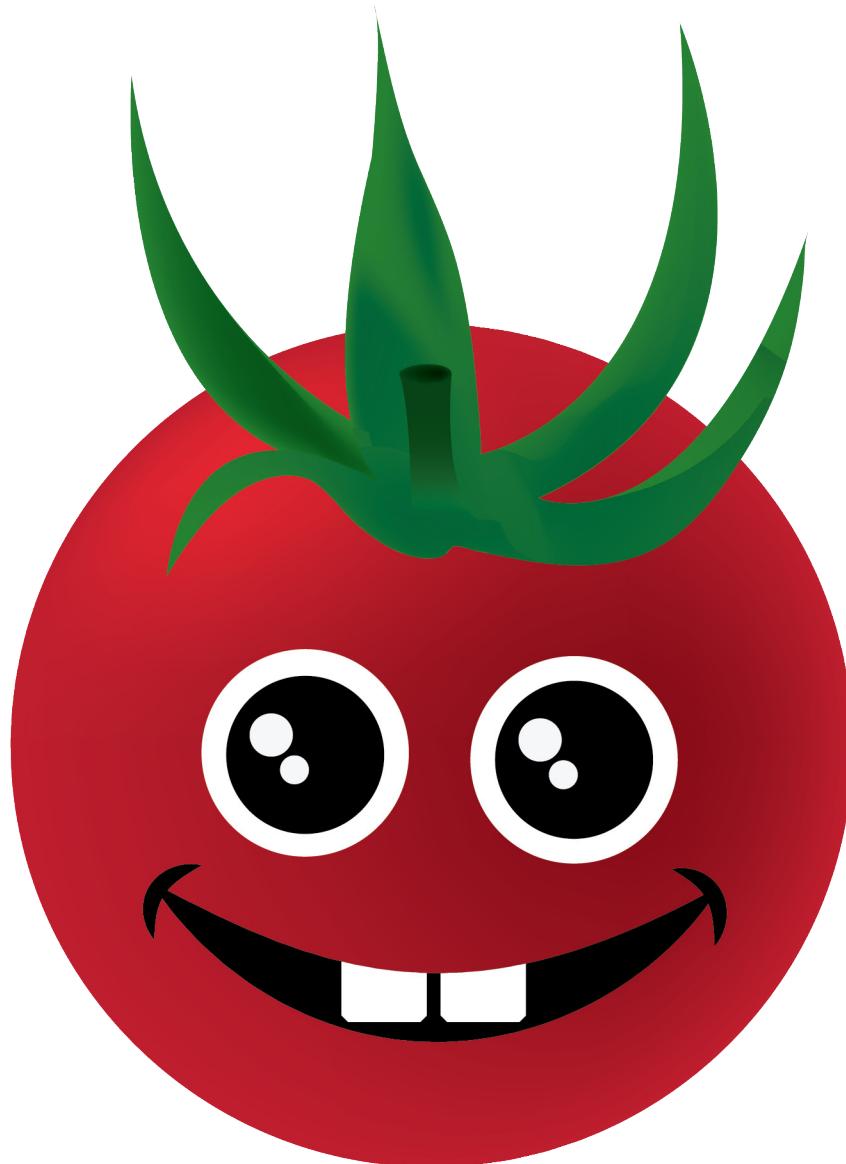
Sáúco  
**Sauco**  
Elder

Tt



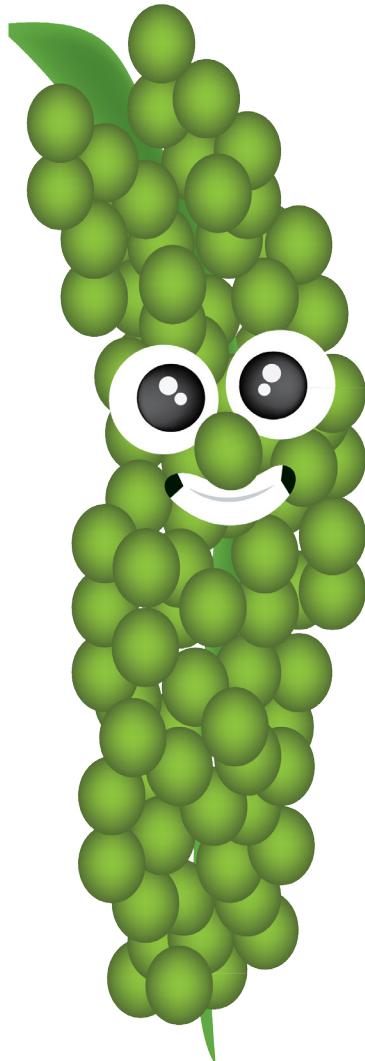
Tomate  
Pix  
Tomato

Tt



Tomatillo  
Kop  
Wild tomatillo

# Uu



Uva del mar  
T'usub' i há'  
Sea grape

Vv



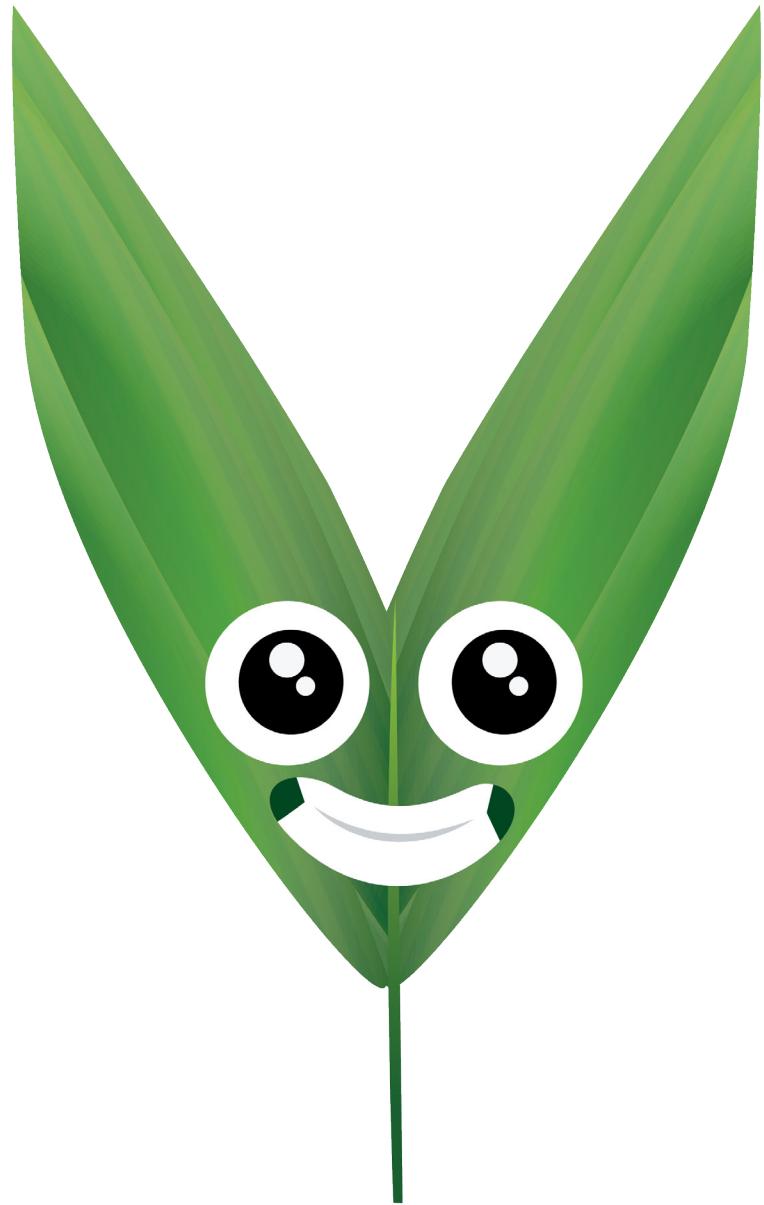
Vainilla  
**Che'sibik**  
Vanilla Orchid

# Ww



Wigandia  
Wigandia  
Wigandia

Xx



Xate  
K'ib K'iche'  
Xate

Yy



Yuca  
Tz'in  
Yucca

Zz



Zapote  
Saltul  
Sapodilla



# Esperamos hacer este ABC trilingüe disponible sin costo, para descargar.

Esta es la primera edición, trabajada durante el 2016 y principios de 2017.

La segunda edición eliminará las plantas no nativas y las reemplazará con plantas guatemaltecas.

Hay algunas letras para las cuales es un reto encontrar una planta comestible empezando con esta letra. Otro desafío es que el alfabeto español sigue cambiando: LL ya no es una "letra". CH ya no es considerada una letra de la Real Academia (o quien hace estas opciones de política sin fin). Pero Ñ todavía está incluido.

Tan pronto como la financiación esté disponible, agregaremos material para los maestros.

Nuestros objetivos a largo plazo son:

- Tener material ABC de aprendizaje separado en formato de video animado, con contenido totalmente mesoamericano.
- Tener números de aprendizaje, aprender colores, aprender formas geométricas, tanto como libros como video animado.
- Y aunque la serie actual se centra en ayudar a niños de 2 a 5 años de edad, nos gustaría tener ediciones especiales para mujeres que no tuvieron la oportunidad de ir a la escuela en absoluto.

Naturalmente, nos gustaría proporcionar estas herramientas de aprendizaje en todos los idiomas mayas, Xinca y Garifuna. Estamos empezando con Q'eqchi ', Pokomchi, y Kakchiquel (cada una es una edición separada). La presente edición está en Q'eqchi ' maya. Apreciamos la ayuda de nuestros ayudantes mayas Q'eqchi ' de Senahu, Alta Verapaz (entre el Rio Polochic y Cahabon):

Abigail Cabnal.

Senaida Ba Mucu.

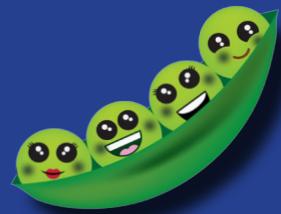
Pedro Chub.

FLAAR tiene la iniciativa de avanzar para ayudar a las escuelas locales. Tenemos ilustradores guatemaltecos capaces. Si usted, su empresa, su instituto, su embajada, desean cooperar, disfrutaríamos coordinando un proyecto educativo con su equipo.

Cualquier sitio web sin fines de lucro tiene nuestro permiso para tener este PDF como una descarga gratuita en su sitio web. Se agradecería que se acrede FLAAR (en EE.UU.) y FLAAR Mesoamérica (en Guatemala).



# Na qoyb'eni roksinkil eb' li ABC sa' oxib' paay ru aatinob'aal chi ma jo'nimal taa toj, re xkub'sinkil sa' laa uvul ch'iich.



A'an a'in li xb'een li qa k'anjal li xqa b'anu chiru li chihab' (2016) ut sa' xtiklajik li chihab' (2017).

Sa' xkab'il chik li qa k'anjal taa qisiheb' li che' li ink'a' re li qa tenamit ut taa qoksi chik li junes re li qa sutam watemaal.

Wan jun junq li aatin barwi' taa taw b'arwi' wan junaq li ruhil che' na k'uxe' tqa tikib' rik'ineb' a aatin a'in. Jun chiik li xch'a'ajkilal naq li tz'iib' sa xkab' aatinob'aal yook chi jalak: LL mawa' chik junaq tz'iib'. CH jokan ajwi' moko ha'an ta chik junaq tz'iib' tusturu sa' eb' li tz'oleb'aal (maraj ani na b'anru re a'in jo' kama'an junaq li molam). A'ut li Ñ toj na oksiman anajwan.

Wi' chi seeb' taa k'utunq b'ayal li qa tumin yooqo chi xyiib'ankil ajwi' li kok tasal hú choq reheb' la k'utenel.

Li qajom chiruheb' li kutan chalkeb' re chu qu a'an:

- Wanq chik qa k'anjelob'aal re li ABC reheb' laj kok' tzolonel jokan ajwi' wanq chik sa' ek'asinbil maraj wanq chib' xyaab' "videos" na yeman re sa' xkab' aatinob'aal, chix junil yiib'anbilaq rik'in li tzaqal k'arure li qa sutam.
- Twanq chik tasal hu re xtzolb'al li ajl sa' q'eqchi', re tzolok eb' b'onol, xtzolb'aleb' lix k'ab'a li jun junq chi kaaxukuut, chanru wanq sa li tasal hu kama'an ajwi' sa' li ek'asinbil yaab'.
- Anaj wan li yooke xb'anunkil a'an re xtenqankileb' li kokal aj kuib' chihab' toj a o'ob' hab, naqaj ajwi' xtenq'ankileb' eb li qana' chin li ink'a' xe' k'ehe' chaq li xhonan re xik sa' tzoleb'aal.

Tz'aqal yaal, nahulak raj chi qu naq twanq chix junil li qa k'anjelob'aal re xtenq'ankileb' li poyanam rik'in xk'utb'al li jun junq chi aatinob'aal maay, jo' kama'an li Xinca ut Garifuna. Yooke xtikib'ankil rik'in li Q'eqchi', Pokomchi, ut Kakchiquel (li jun jun chi tasal hu a'in jachjo ru).

Li xb'een qa k'anjal wan sa' Q'eqchi' aj maay. Naqa bantioxi li xtenqeb' li qa k'anjelanel aj Q'eqchi' maay, aj Senahú', Alta Verapaz (sa' xyanq rib' li ha' Polochic ut Cahabón):

Abigail Cabnal.

Senaida Ba Mucu.

Pedro Chub.

FLAAR na k'utunk chiru naq wan lix kawilal re xtenq'akileb' li jun junq chi tz'oleb'aal. Wankeb' qa k'anjelanel aj watemaal re yiib'ank eetalil ut jwal cha'bileb re a'an. Wi' laa'at, laa molam, laa tzoleb'aal, laa nimla molan re aj numsihom poyanam sa' jalani tenamit, taa waj okenk, taa qa ch'utub' raj qib' re xk'ub'ankil xyib'ankil li kok k'anjelob'aal li nake' roksi laj tzolonel taa qa b'anu a wik'in sa' laa ch'uut.

Ha' yaal k'aru chi tasalil li nak'a' xh'a'ajkilal wan li honal re li tasal hu a'in chan chan naq k'ulanb'ilaq sa' la ulul ch'iich. Na qa bantioxi e re naq te b'antioxi re li molam FLAAR (EE.UU.) ut FLAAR Mesoamérica (arin watemaal).



# We wish to make this tri-lingual ABC available at no-cost, as a download.

This is the first edition, worked on during 2016 and early 2017.

The second edition will remove the non-native plants and replace them with Guatemalan plants.

There are some letters for which it is a challenge to find an edible plant starting with this letter. Another challenge is that the Spanish alphabet keeps changing: LL is no longer “a letter.” CH is no longer considered to be a letter by the Royal Academy (or whoever makes these endlessly changing policy choices). But Ñ is still included.

As soon as funding is available we will add material for teachers.

Our long range goals are:

- To have separate learning ABC material in animated video format, with totally Mesoamerican content.
- To have learning numbers, learning colors, learning geometric shapes, as both books and animated video.
- And although the present series is focused on helping children from 2 to 5 years of age, we would like to have special editions for women who did not have a chance to go to school at all.

Naturally we would like to provide these learning tools in all Mayan languages, Xinca, and Garifuna. We are starting with Q'eqchi', Pokomchi, and Kakchiquel (each is a separate edition).

The present edition is in Q'eqchi' Mayan. We appreciate the help of our Q'eqchi' Mayan assistants from Senahu, Alta Verapaz (between the Rio Polochic and Cahabon):

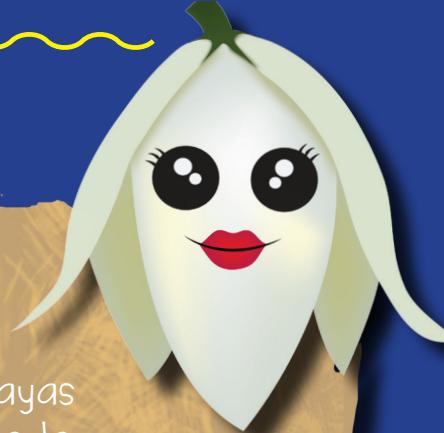
Abigail Cabnal.

Senaida Ba Mucu.

Pedro Chub.

FLAAR has the initiative to move forward to assist local schools. We have capable Guatemalan illustrators. If you, your company, your institute, your embassy, wish to cooperate, we would enjoy coordinating an educational project with your team.

Any non-profit web site has our permission to have this PDF as a free download on your web site. It would be appreciated if you credit FLAAR (in USA) and FLAAR Mesoamerica (in Guatemala).



Si usted desea ayudar a nuestro proyecto de plantas y animales mayas proporcionando una donación o si conoce una fundación que nos puede proporcionar una financiación significativa, para que podamos mostrar el extraordinario mundo neotropical de bosques de las áreas mayas, su ayuda sería un gran apoyo a nuestro proyecto.

Las donaciones son especialmente apreciadas para que nuestros ilustradores y diseñadores gráficos puede preparar ediciones electrónicas interactivas para iPad y Kindle, a todo color.

Donación e información de patrocinio corporativo: [FrontDesk@FLAAR.org](mailto:FrontDesk@FLAAR.org)



Con la ayuda de su donación podemos preparar nuestros personajes mayas como A a Z, que sirve de aprendizaje con libros para ayudar a los programas locales de las aldeas para enseñar español, maya, xinca, garifuna y otros idiomas.

# A a Z Sano, natural plantas comestibles

Para más información en flora: [www.maya-ethnobotany.org](http://www.maya-ethnobotany.org)  
Para más información en fauna: [www.maya-ethnozoology.org](http://www.maya-ethnozoology.org)

MayanToons es producido por el grupo FLAAR Mesoamérica  
100% guatemalteco Coordinado por FLAAR (USA)

Puedes ver más información en [www.MayanToons.org](http://www.MayanToons.org)

Puedes aprender más sobre la creación de nuestros comics  
y el equipo de ilustradores en

[www.mayan-characters-value-based-education.org](http://www.mayan-characters-value-based-education.org)

