

گردد و کشمش به دلیل خاصیت گرمی که دارند موجب ایجاد مقاومت بیشتر در برابر سرما می شوند به همین دلیل از خوراکی های پرفرقدار در مناطق سردسیر هستند.

شب باشکوه زمستان که در ایران به نام یلدا شناخته شده و در شهرهای کردستان به آن «شه و چله» یا «شه و زمسان» می گویند هم از دیگر ایامی است که مردم پیش از آمدن آن به آماده سازی و تدارک اقلام مورد نیاز می پردازند؛ در گذشته غذای پرفرقدار و رایج این شب «قاورمه» بوده که با گوشت و به شیوه ای خاص پخت می شد ولی امروزه بیشتر خانواده ها دلمه برگ مو و کلم درست می کنند.

بسیاری از رسوم به دلیل پیشرفت فناوری به نسبت گذشته دستخوش تغییراتی شده اند و اگر مردم در روزگاران قدیم در شب یلدا داستان می گفتند و شعر می خواندند امروزه اگرچه دور هم جمع می شوند اما سرها در گوشی های تلفن همراه است.

#### ● یک غذای گرم در شب های سرد سقز

برف که می بارد بازار یک خوراکی را هم در سقز داغ می کند. داغی «شورمه» سرمای زمستان را کم می کند. شورمه نام غذایی محلی در میان کردها است. مواد این غذا شامل نخود، آب (گوشت قرمز و استخوان) و ادویه نمک و فلفل است. شورمه به دو روش تهیه می شود. در شهرستان مهاباد به همراه یک تکه نان سرخ شده یا نان فانتزی که نخود را در داخل نان مانند ساندویچ یا لقمه قرار می دهند. به این نوع از این غذا در مهاباد، کولیچه شورمه گفته می شود.

در سایر شهرستان های کردنشین مانند سقز اما این غذا به همراه نان نیست و تنها نخود و آب و مقدار کمی تکه های گوشت قرمز در ظروف یکبار مصرف سرو می شود. شورمه یک غذای گرم در شب های سرد سقز است.

**بارش های فراوان  
برف در سقز زمینه  
را برای ورزش ها و  
تفریحات زمستانی  
آماده کرده است. اگر  
در سال های نه چندان  
دور، چسبیدن پشت  
ماشین ها و سر خوردن  
روی برف های خیابان،  
تفریح جوان ها و  
نوجوان ها بود، حالا  
اسکی و تیوب سواری را  
هم باید به آن افزود**

#### ● تیوب سواری در پیست اسکی

آب و هوای زمستانی موجب نشده مردم از دیدن برف و یخبندان سیر شده باشند. هنوز هم بارش هر برفی، می تواند سقزی ها را به کوچه و خیابان و پارک و در و دشت بکشاند تا آدم برفی بسازند و برف بازی کنند.

بارش های فراوان برف در سقز زمینه را برای ورزش ها و تفریحات زمستانی آماده کرده است. اگر در سال های نه چندان دور، چسبیدن پشت ماشین ها و سر خوردن روی برف های خیابان، تفریح جوان ها و نوجوان ها بود، حالا اسکی و تیوب سواری را هم باید به آن افزود.

بر دامنه شمالی این کوه پیست اسکی وجود دارد که در اواسط دهه ۸۰ استاندارد بودن آن از سوی کارشناسان تأیید شد و قرار بود تجهیزات و امکانات لازم در آن دایر شود که تاکنون این مسئله اتفاق نیفتاده و تنها علاقه مندان به ورزش اسکی با امکانات شخصی خود زمستان ها از آن استفاده می کنند.

این پیست هم نمونه دیگری از ظرفیت گردشگری زمستانه سقز است که رها شده و توجه آنچنانی به آن نشده است. از دیگر دیدنی های سقز در ۴۰ کیلومتری غرب این شهر واقع شده، کوهی به نام «وزنه» که ۲ هزار و ۷۱۵ متر ارتفاع دارد و تونل گردنه خان، یکی از گردنه های برف گیر کردستان از دامنه آن عبور کرده است.

#### ● «قاورمه» در «شه و زمسان»

از گذشته رسمی در مناطق کُردنشین به ویژه شهرهای کردستان رواج داشته و هم اکنون هم بسیاری از خانواده ها همچنان آن را انجام می دهند و آن این است که از اواخر تابستان شروع به خرید و ذخیره کردن خشکبارهایی مانند گردو و میوه های خشک همچون قیسی و کشمش می کنند تا در شب های طولانی زمستان در دورهمی های خانوادگی با آن از هم پذیرایی کنند.



● برف که ببارد، بازار تفریحات زمستانه در سقز، گرم می شود



● بارش برف، زمینه ای برای همیاری های عمومی هم هست

