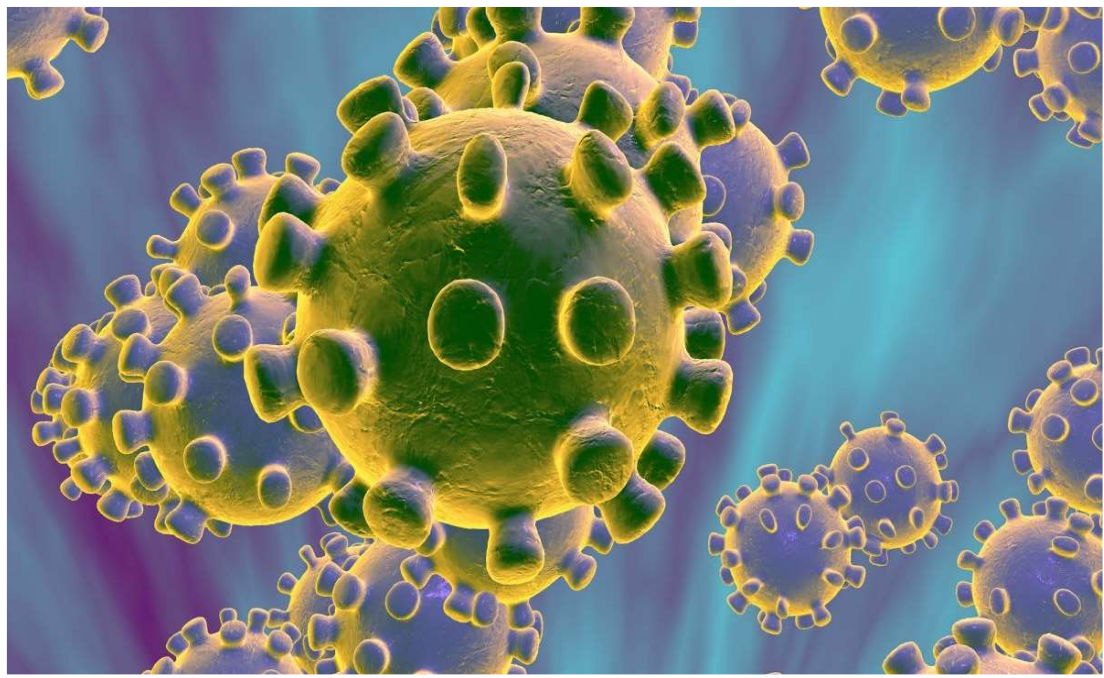




هه‌ندیک هه‌نگاوی سه‌ره‌تایی بۆ خۆپاراستن له ڤایروسی کۆرۆنا
وه‌رگێرانی که‌مال حه‌سه‌ن‌پوور



Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

خۆ پاراستن باشترین ده‌رمانه (www.svekurd.org)

هەندیک هەنگاوی سەرەتای بۆ خۆپاراستن لە ڤایروسى كۆرۇنا وەرگىرانى كەمال حەسەن پوور

هەندیک هەنگاوی سەرەتای بۆ خۆپاراستن لە ڤایروسى كۆرۇنا دەستانت بە ژىلى خاوەن ئەلكۆل یا ئاو و سابوون زوو بۆشۆرەوه بۆچی؟ شۆردنى دەستان بە ژىلى خاوەن ئەلكۆل یا ئاو و سابوون ئەو ڤایروسانەى كە لە دەستت نىشتوون لەناو دەبا خۆت لانیكەم مېترىك لە خەلكى دیکە بە دوور بگرە، بە تايبەتى لەو كەسانەى كە دەكۆخن، دەپشمن یا تايان هەیه بۆچی؟ كاتىك كە كەسێك كە تووشى نەخۆشى كۆئەندامى هەناسە هەلكيشان بووه، وەك بە ڤایروسى كۆرۇنا، لە كاتى كۆخین یا پشمندا پرىشكى بچووك لە دەمولووتیان دەپرژیتە دەرەوه كە ڤایروسى تىدايه. ئەگەر لەو كاتەدا لە كەسى نەخۆش نزیك بى ئەگەرى ئەوه هەیه كە ڤایروسە كە لە رینگای زار، لووت یا چاوتەوه بێنە ناو جەستەت. دەست لە چاوه، دەم و لووت مەده

بۆچی؟ دەستى مرۆف وە زۆر شوین دەكەوى كە دەتوانى ڤایروسى پتووه بێ. ئەگەر دەستى ڤایروساوى لە چاوت، لووت یا دەمت بدەى، ڤایروسە كە بۆ ناو جەستەت دەگوێزىهوه

ئەگەر تات هەیه، دەكۆخى یا گىروگرفتى هەناسە كيشانت هەیه، دەستبەجى داواى یارمەتى پزىشكى بكە. ئەگەر سەردانى شوئى سەرەلدى ڤایروسى كۆرۇنا لە چىنت كردووه، بە دوكتورهكەت بلى، یا ئەگەر پتوهندى نزیك لە گەل كەسێك هەبووه كە سەفەرى چىنى كردووه و نىشانەكانى نەخۆشى كۆئەندامى هەناسە هەلكيشانى هەبووه، باسى بكە.

بۆچی؟ هەركات تات هەیه، دەكۆخى یا موشكېلەى هەناسە هەلكيشانت هەیه، ئەوه گرینگە كە دەستبەجى داواى یارمەتى پزىشكى بكەى، چونكە ئەگەرى ئەوه هەیه كە تووشى هەوكردنى ئەندامى هەناسە هەلكيشان یاخود نەخۆشیهكى جىددى دیکە بووى. نىشانەكانى نەخۆشى كۆئەندامى هەناسە هەلكيشان هاوكات لە گەل تات، دەتوانى هۆى گەلىك جىاوازی هەبن و بە گوێرەى پشینهى سەفەرى تۆ و هەلومەرج دەتوانى بە كىك لە هۆیهكان ڤایروسى كۆرۇنا بێ.

ئەگەر تووشى نەخۆشى ئەندامى هەناسە هەلكيشان بووى و سەفەرت بۆ چىن نەكردووه، هۆشيارانه رېنمايهكانى دژى نەخۆشى كۆئەندامى هەناسە هەلكيشان و خاوتى دەستان رەچاوه بكە و ئەگەر بۆت دەگونجى لەمالهوه بمپنەوه تا چاك دەبىهوه.

وەك هەنگاویكى هۆشيارى گشتى، لە كاتى سەردانى بازارى كرىن و فرۆشى ئازەل، پەلەوهر و باندەى زىندوو رېنمايهكانى پاك و خاوتى لەبەرچاوه بگرە. لەبىرت نەچى كە دواى ئەوهى كە دەستت لە ئازەل و بەرهمەكانى ئازەل دا، زوو زوو دەستانت بۆشۆرەوه، دەست لە چاوه، دەم و لووت مەده و هەروههها خۆ لە دەست لىدان لە ئازەلى نەخۆش و بەرهمى رىزوى ئازەلان ببوێرە. خۆت بە تەواوى لە دەستلیدان لە ئازەلى ئەوتۆ كە گومانى گىرۆدەبوونىان بە نەخۆشى لیدەكرى، یا شلەمەنى و خاكى ئەو بازارانه ببوێرە.

خۆ لە خواردنى بەرهمى ئازەل بە كالى یا كەم كولىوى ببوێرە. لە كاتى هەلسوكەت لە گەل گۆشت، شیر، ئەندامى زىندەوهران و رىا بە، خۆت لە گواستنهوى نەخۆشى لە خواردنەمەنى نەكولىو بە لەبەر چاوه گرتى رېنمايهكانى تەندروستى خۆراك ببوێرە

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

خه لکی دیکه له نه خوۆش کهوتن بپاریزه

خه لکی دیکه له نه خوۆش کهوتن بپاریزه



کاتیگ که ههست ده که ی تا و کوۆخت ههیه، خوۆت له
نزیکوونهوه له خه لکی دیکه بپاریزه

له شوینی گشتی تف رۆمه که



ئه گهر تا، کوۆخه یا گیروگرفتی هه ناسه کیشانت ههیه
زوو داوای یارمهتی بزیشتی بکه و باسی پێشینهی سه فهزی
خوۆت بو ستافی ته ندروستی بکه



Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

دهستانت بشۆرهوه

دهستانت بشۆرهوه

ئه گهر دهسته کانت پيسن، به سابوون و ئاوی
شیره بيانشۆرهوه



ئه گهر دهسته کانی پيس نين، زوو زوو به ژیلی
خاوهن ته لکۆل یا ئاو و سابوون خاوتینیان بکهوه



World Health
Organization

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

خه‌لک له نه‌خۆش کهوتن بپاریزه

خه‌لک له نه‌خۆش کهوتن بپاریزه

کاتیکی که ده‌کوخی یا ده‌پشمی، ده‌م و لووتت به
باسکت یا به ده‌سته سرنیک داپۆشه



دوای که‌لک وهرگرتن له ده‌سته سرن، ده‌سته‌به‌جی
بیخه‌ره ناو سه‌تلی زبیلیک که سه‌ره‌که‌ی داپۆشراپی

دوای کوخین، پشمین یا ناگاداری له نه‌خۆش ده‌ستانت
به ژیلی خاوه‌ن نه‌لکۆل یا ناو و سابوون خاوین بکه‌وه



Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

هەندیک هەنگاوی سەرەتای بۆ خۆپاراستن لە ڤایروسی کۆرۆنا وەرگیڕانی کەمال حەسەن پوور

هەندیک هەنگاوی سەرەتای بۆ خۆپاراستن لە ڤایروسی کۆرۆنا

- دەستەکانت بە ژێلی خاوەن نەلکۆل یا سابوون زوو زوو بشۆرەوه
- بۆچی؟ شۆردنی دەستان بە ژێلی خاوەن نەلکۆل یا ناو و سابوون ئەو ڤایرووسانەى که له دەستت نیشتوون لەناو دەبا
- خۆت لانیكەم میتریک له خەلکی دیکه به دوور بگره، به تاپیهتی ئەو کەسانەى که دەکۆخن، دەپشمن یا تاپان هەیه
- بۆچی؟ کاتی که کەسیک که تووشی نەخۆشی ئەندامی هەناسە هەلکێشان بووەن، وەک ڤایروسی کۆرۆنا، له کاتی کۆخین یا پشمنیدا پزیشکی بچووک له دەمولووتیان دەبرێتە دەرەوه که ڤایروسەکەى تێدايه. ئەگەر لەو کاتەدا لەو کەسە نزیکی ئێگەری نەوه هەیه که ڤایروسە که له زینگای هەناسەتەوه بێتە ناو جەستەت.
- دەست له چاو، لووت و دەمت مەدە
- بۆچی؟ دەستی مرۆف وە زۆر شوێنان دەکەوێ که دەتوانی خاوەنی ڤایروس بێ. ئەگەر دەستی گیرۆدە به ڤایروس له چاوت، لووت یا دەمت بدەى، تۆ ڤایروسە که بۆ ناو جەستەت دەگوتێیەوه
- ئەگەر تات هەیه، دەکۆخی یا گیروگرتی هەناسە کێشانت هەیه، دەستبەج داوی یارمەتی پزیشکی بکە. ئەگەر سەردانی شوێنی سەرەلانی ڤایروسی کۆرۆنا له جینت کردووه، به دوکتورەکەت بلی، یا ئەگەر بێوهندی نزیکت له گەل کەسیک هەبووه که سەفەری چینی کردووه و نیشانەکانی نەخۆشی ئەندامی هەناسە هەلکێشان هەبووه، باسی بکە.
- بۆچی؟ هەرکات تات هەیه، دەکۆخی یا موشکیلهی هەناسە هەلکێشانت هەیه، ئەوه گرینگه که دەستبەج داوی یارمەتی پزیشکی بکەى، چونکه ئەگەری نەوه هەیه که تووشی چلکێردنی ئەندامی هەناسە هەلکێشان یاخود نەخۆشییهکی جیددی دیکه بووی. نیشانەکانی نەخۆشی ئەندامی هەناسە هەلکێشان هاوکات له گەل تاء، دەتوانی هۆی گەلێک جیاوازی هەبن و به گوتێرهی پشینهی سەفەری تۆ و هەلومەرج دەتوانی به کێک له هۆیه کان ڤایروسی کۆرۆنا بێ.
- ئەگەر تووشی نەخۆشی ئەندامی هەناسە هەلکێشان بووی و سەفەرت بۆ چین نەکردووه، هۆشیارانە رێنماییه کانی دژی نەخۆشی ئەندامی هەناسە هەلکێشان و خاوتی دەستان رهچاو بکە و ئەگەر بۆت دەگونجی له مالهوه بمپنەوه تا چاک دەبییەوه.
- وەک هەنگاوێکی هۆشیاری گشتی، له کاتی سەردانی بازاری کرین و فرۆشی ناژەل، به له وەر و بالندەى زیندوو رێنماییه کانی پاک و خاوتی له بهر چاو بگره. له ییرت نهجی که دواى ئەوهی که دەستت له ناژەل و به رهه مەکانی ناژەل دا، زوو زوو دەستەکانت بشۆرەوه، خۆ له دەست دان له چاو، لووت و دەم بپارێزه و خۆ له دەستان له ناژەلی نەخۆش و به رهه می رزیوی ناژەلان بپارێزه. خۆت به تەواوی له دەستان له ناژەلەکانی بازاره که بپارێزه (وهک بشیله و سهگی به ره لالا، ناژەلی کرووژەر، بالنده و شهشه مە کویره). خۆ له دەستان له ناژەلی ئەوتو که گومانى گیرۆدەبوونیان به نەخۆشی لیدەکری، یا شله مەنی و خاکی ئەو بازارانه بپارێزه.
- خۆ له خواردنی به رهه می ناژەلی خاوا یا کەم کولیو بپارێزه. له کاتی هەلسوکەت له گەل گوشت، شیر، ئەندامی زیندەوهران و ریا بن، خۆ له گواستنهوهی نەخۆشی له خواردنە مەنی نه کولیو به له بهرچاو گرتی رێنماییه کانی ساخله می خۆراک بپارێزه.



Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

خۆت و خه لکی دیکه له نه خۆش کهوتن بپاریزه دهسته کانت بشۆروهه

خۆت و خه لکی دیکه له نه خۆش کهوتن بپاریزه دهسته کانت بشۆروهه



- دواى کۆخين يا پشمين
- کاتیک که ئاگات له کهسیکی نه خۆش ده بی
- پيش، له کاتی و دواى ئاماده کردنی خواردهمه نی
- پيش خواردن
- دواى دهست به ئاو گه ياندن
- کاتیک دهسته کانت پيسن
- دواى هه نسو کهوت له گه ئ ناژه ئ يا پاشماوه ی ناژه ئ



World Health
Organization

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

ئامۆزگاریه کانی ئاسایشی خواردهمه نی ره چاو بکه

ئامۆزگاریه کانی ئاسایشی خواردهمه نی ره چاو بکه

ته نانه ت لهو شونانه ی که په تاکه بلاو بوته وه،
به ره مه گوشتیه کان ده شی بخورین به و مه رجه
که به باشی کولابن و له کاتی ئاماده کردندا به
شیویه کی درووست مامه له یان له گه ندا کرایی.



World Health
Organization

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

ئامۆزگارییه کانی ئاسایشی خواردەمەنی رەچاو بکە

ئامۆزگارییه کانی ئاسایشی خواردەمەنی رەچاو بکە

بۆ گوشتی خاو و خواردەمەنی کۆلیو ، کەنگ له چه قۆ
و تەختە ی شت له سەر وردکردنی جیاواز وەرگره.



له نیوان مامەنە کردن له گەل خواردەمەنی خاو و
کۆلیودا دەستە کانت بشۆرهوه.



World Health
Organization

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

له بازاری گوشت، په له وهر و ماسی کار ده که ی؟
وریای ساخله می خۆت به!

له بازاری گوشت، په له وهر و ماسی کار ده که ی؟
وریای ساخله می خۆت به!



دوای دهستدان له نازهل و بهره مه کانی،
دهسته کانت زوو زوو به ئاو و سابوون
بشوره وه

لانیکه م رۆژی جاریک ئامرازه کان و شوینی
کار میکرو بکوژ بکه



Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

سەردانی بازاری گوشت، پەله‌وەر و ماسی دەکە ی؟
وریای ساخلەمی خۆت بە!

سەردانی بازاری گوشت، پەله‌وەر و ماسی دەکە ی؟ وریای ساخلەمی خۆت بە!

دوای ئەو هی که دەستت لە ئازەل و بەرھەمەکانی ئازەل دا
دەستە کانت بشۆرەو



خۆ لە دەستدان لە چاوی، لووت و دەم ببوێرە

خۆ لە دەستدان لە ئازەتی نەخۆش و گوشتی رزیو
ببوێرە



خۆ لە دەستدان لە ئازەتی بەرھەنلا، زبیل و شلەمەنی
ناو بازار ببوێرە



Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

تەندرووستیت بپاریزه له کاتی سه‌فه‌ر

تەندرووستیت بپاریزه

له کاتی سه‌فه‌ر

ئه‌گەر تا یا کۆخه‌ت هه‌یه، خۆ له
سه‌فه‌ر کردن بپاریزه



ئه‌گەر تا، کۆخه یا گیروگرفتی هه‌ناسه کیشانت
هه‌یه، خێرا داوای پێراگه‌یشتنی پزشکی بکه و
باسی پێشینه‌ی سه‌فه‌ری خۆت له‌گه‌ڵ ئه‌وان
بکه



World Health
Organization

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

تەندرووستیت بپاریزه
له کاتی سه‌فه‌ر

تەندرووستیت بپاریزه

له کاتی سه‌فه‌ر

خۆ له نزیك بوونه‌وه له‌و كه‌سانه بپاریزه كه
تا و كۆخه‌یان هه‌یه



زوو زوو ده‌ستانت به ژێلی خاوه‌ن ئه‌كۆل و ئاو
و سابوون خاوێن بکه‌وه

ده‌ست له چاوه‌، ده‌م و لووت
مه‌ده



World Health
Organization

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

تهندرووستیت بیاریزه
له کاتی سهفه

تهندرووستیت بیاریزه

له کاتی سهفه

کاتیکی که ده کوخی یا ده پشمی، ده م و لووت
به باسکت یا به دهسته سرتیک داپوشه و
دهسته جی دهسته سره که فری بده و
دهستانت بشوره وه



ته گهر که تک له ماسک وهرده گری، دنیا به
دهمو لووت داده پوشتی و دهستی لی مه ده

دوای که لکوه رگرتن له ماسکی یه ک که ره تی،
دهسته جی فری بده و دوایه دهستانت بشوره وه



World Health
Organization

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

تەندرووستیت بپاریزه
له کاتی سه فەر

تەندرووستیت بپاریزه

له کاتی سه فەر

ئه گەر له کاتی سه فەر نه خۆش که وتی،
ستافه که ئاگادار بکه وه و زوو داوای
یارمه تی پزشکی بکه



ئه گەر داوای یارمه تی پزشکی ده که ی،
باسی پیشینه ی سه فه ری خۆت بو به شی
پزشکی بکه



World Health
Organization

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

تهندرووستیت بپاریزه
له کاتی سهفه

تهندرووستیت بپاریزه

له کاتی سهفه

تهنیا خواردنی باش کونیو بخۆ



له ناو جه ماوهر تف رۆ مه که

خۆ له دهست لیدان له ئازه لی
نهخۆش و سهفه له گه نیان ببویره



World Health
Organization

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

له مائی پیراگه‌یشتن به و که‌سانه‌ی که گیرۆده‌بوون یا گومانی گیرۆده‌بوون به نه‌خۆشی کۆفید. ۱۹ یان لێده‌کرئ



World Health Organization

له مائی پیراگه‌یشتن به و که‌سانه‌ی که گیرۆده‌بوون یا گومانی گیرۆده‌بوون به
نه‌خۆشی کۆفید. ۱۹ یان لێده‌کرئ

ئاگات له خۆت و بنه‌ماله‌ت بی

بۆ ئه‌و که‌سانه‌ی که به نه‌خۆشی راده‌گه‌ن

<p>دنیایا به که که‌سی ناساز پشوو بدا، شله‌مه‌نی زۆر بخواته‌وه و خواردنی بژۆین بخوا</p> 	<p>کاتیکی که له گه‌ل که‌سی نه‌خۆشی له ژوواریکی دای، که‌لک له ده‌مامکی پزیشکی وه‌رگره. له کاتی که‌لک لێوه‌رگرتن ده‌ست له ده‌مامکه‌ی که یا روخسارت مه‌ده و باشان فرتی بده.</p> 
<p>ده‌ستان زوو زوو به ئاو و سابوون یا ژێلی خاوه‌ن نه‌لکۆژل خاوتین بکه‌وه:</p> <ul style="list-style-type: none"> • دوا‌ی هه‌رجار ده‌ست لێدان له نه‌خۆشه‌ی که و ده‌ورو به‌ری • بێش، له کاتی و دوا‌ی ناماده‌ کردنی خواردمه‌نی • بێش خواردن • باش ده‌ست به ئاو گه‌یاندن 	<p>که‌لک له قاپ و قاچاغ، به‌رداخ، نامرازی خواردن، خاوی و پێخه‌فی تایبه‌ت به نه‌خۆشه‌ی که وه‌رگره. قاپ و قاچاغ، به‌رداخ، نامرازی خواردن، خاوی و پێخه‌فی نه‌خۆشه‌ی که به ئاو و سابوون بشۆره‌وه.</p> 
<p>زوو زوو نه‌و شوینانه‌ی که نه‌خۆشه‌ی که ده‌ستی لێداون بدۆزه‌وه و به گه‌نده‌کوژ خاوتینیان بکه‌وه.</p> 	<p>نه‌گه‌ر دۆخی نه‌خۆشه‌ی خرابتر بوو یا هه‌ستی به دژواربوونی هه‌ناسه‌ کێشان کرد، ده‌ستبه‌جی زه‌نگ بۆ نه‌خۆشخانه‌ لێده‌.</p> 

EPI·WiN www.who.int/covid-19

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

له مائی پیراگه‌یشتن به و که‌سانه‌ی که گیرۆده‌بوون یا گومانی گیرۆده‌بوون به نه‌خۆشی کۆفید. ۱۹ یان لێده‌کرئ



World Health
Organization

له مائی پیراگه‌یشتن به و که‌سانه‌ی که گیرۆده‌بوون یا گومانی گیرۆده‌بوون به
نه‌خۆشی کۆفید- ۱۹ یان لێده‌کرئ

ئاگات له خۆت و بنه‌ماله‌ت بی

بۆ گشت ئەندامانی بنه‌ماله

ده‌ستان به شێوه‌ی ریکوپیټیک به ناو
سابوون خاوتین بکه‌وه، به تایبه‌تی:

- دوا‌ی کۆخین و بشمین
- پێش، له کاتی و دوا‌ی ناماده‌کردنی
خواردمه‌نی
- پێش خواردن
- پاش ده‌ست به ناوگه‌باندن
- پێش و دوا‌ی پیراگه‌یشتن به که‌سیکی
نه‌خۆش
- کاتیکی که ده‌سته‌کانت بیسن



خۆ له هه‌لسوکه‌وتی نایویست له‌گه‌ل که‌سی نه‌خۆش ببویره و
شتی وه‌ک نامرازی خواردن، قاپ و قاچاغ، خواردنه‌وه و خاوی
له‌گه‌ل مه‌گۆره‌وه.



کاتیکی که ده‌کۆخی یا ده‌بشمی، پێش دهم و لووتت به هه‌نیشکی
چه‌ماوه بگره یا که‌نک له ده‌سته‌سەر وه‌رگره و دوا‌ی که‌نک
لیوه‌رگرتن ده‌سته‌به‌جی فرێیده.



چاودیری تهن‌دروستی هه‌مووان بکه ئەگه‌ر نیشانه‌ی وه‌ک تا،
کۆخه و دژواری هه‌ناسه‌ کێشانت چاوی بیکه‌وت، ده‌سته‌به‌جی
زه‌نگ بۆ نه‌خۆشخانه‌ لێده.

EPI·WiN

www.who.int/covid-19

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

له مائی پیراگه‌یشتن به و که‌سانه‌ی که گیرۆده‌بوون یا گومانی گیرۆده‌بوون به نه‌خۆشی کۆفید. ۱۹ یان لیده‌کری



World Health Organization

له مائی پیراگه‌یشتن به و که‌سانه‌ی که گیرۆده‌بوون یا گومانی گیرۆده‌بوون به
نه‌خۆشی کۆفید- ۱۹ یان لیده‌کری

ئاگات له خۆت و بنه‌مانه‌ت بی

بۆ هه‌موو که‌س

<p>ئه‌گهر نه‌خۆشی و تا و کۆخه‌ت هه‌یه</p>  <p>ده‌ستان زوو زوو به ناو و سابوون یا ژیلی خاوه‌ن ئه‌لکۆل خاوتین بکه‌وه</p>	 <p>له مانه‌وه بمینه‌وه، مه‌چۆ سه‌ر کار، فیرگه یا شوینی گشتی. بشوو بده، شله‌مه‌نی زۆر بخۆوه و خواردنی بژۆین بخۆ</p>
 <p>له ژوورینکی جیا له ئه‌ندامانی دیکه‌ی بنه‌مانه بمینه‌وه، به‌لام ئه‌گهر ناکری، که‌لک له ده‌مامک وه‌رگره و لانیکه‌م ۱ میتر له خه‌لکی دیکه دوور که‌وه. هه‌وای ژووره‌که زوو زوو بگۆره و ئه‌گهر ده‌کری حه‌مام و شوینی ده‌سته‌ئاوت جیاواز بی.</p>	 <p>کاتیکی که ده‌کۆخی یا ده‌پشمی، بپش دهم و لووتت به هه‌نیشکی چه‌ماوه بگره یا که‌لک له ده‌سته‌سەر وه‌رگره و دوا‌ی که‌لک لێوه‌رگرتن ده‌سته‌بجی فرییده. ئه‌گهر هه‌ستت به دژواری هه‌ناسه کێشان کرد، ده‌سته‌بجی زه‌نگ بۆ نه‌خۆشخانه لیده.</p>

EPI·WiN www.who.int/covid-19

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

چەند وتە و رینومایه ک له سەر چۆنیەتی پیشگیری فایروسی کۆرۆنا بە
زمانی کوردی، هیوادارین که خۆتان بپاریزن و ئەوەندە دەتوانن له
شوینی پر حەشیمەت و کۆبوونەوه کان خۆتان بپاریزن و رینومایه کانی
بەشی تەندرووستی جیهانی لەبەر چاو بگرن.

چەند رینومایه ک بۆ پیشگیری له پەتای کۆفیدی - ۱۹ (فایروسی کۆرۆنا) بە زمانی
کوردی .

شایانی باسە که ئەم رینومایانە له مائپەری سەرەکی تەندرووستی جیهانی وەر گیراوه و
بە پێی ستانداردی جیهانی وینەکان وەک خۆیان داندراونەوه و بەشە ئینگلیزیە کە
له لایەن بەرێز کەمال حەسەن پوور وەرگیراوه تەوه سەر زمانی کوردی .
ئیمە وەک ناوەندی سوئیدی کوردی بە ئەرکی خۆمان زانی که ئەم وەرگیرانە بە
شیوهی نامیلکەیه کی کوردی بگەییئینە بەردەست ئەندامانی سەر بە ناوەند له هەموو
کۆمەڵە شارەکان له ولاتی سوئید و هەروەها ئەو کوردانە کی دهخوازن زانیاری له
سەر چۆنیەتی خۆپارستان بە وینە و بە کوردی وەر بگرن .

دەستە ی بەریوەبەری ناوەندی سوئیدی کوردی له ولاتی سوئید

Svensk - Kurdiska Riksförbundet i Sverige

www.svekurd.org | 0704-782355 | hamerasoul@gmail.com