

6 şîret ji bo ku çawa tu ji zarokan ra li ser vîrusa korona biaxifi.

1- zimanê zarokan bi kar bîne dema tu li ser vîrusa korona diaxifi.

Zarok pêwîste xwe hest bikê bi agahdarkirinê ji bo ku netirsê.

rastiyan û agahdariyê bidin zarokan bi awakî ku ji wan ra têgehiştî be.

Gelek agahdarî dikare ji bo zarokan giran bibe.

Ji bo ku dan û standinên baş çêbibin, pêwîste hûn ji tiştên ku zarok bi xwe dizanin,

bawerin û dipirsin dest pê bikin. Guh bidin pirs û metirsiyên zarokan.

2- Bi ewlehiya zarokan ra bin.

Agahiyan bidin zarokan ku ewna xwe hest bikin bi gelek ewlehiyan, lê aşkere bin. Piraniya kesên ku bi vîrusa korona dikevin gelek nexweş nabin. Metirsî li ser zarokan û ciwanan kême.

Korona vîrusê divê metirsîdar be li ser kesên ku temen mezin û kesên ku berê nexweşiyên giran bêra hebûn, bê guman zarok jî.

Heger hûn nexweş bibin û têkiliyên we bi kesên ku bi korona ra hebûn an jî hûn li cihekî bûn ku nexweşî bi berfirehî gerya bû, wê demê mirov dikare ji kesekî bilyan ra bêjê ku ew dikare ji bijîşkekî ra telefûnkê ku derxîne ka di demê pêş da nexweş dikare çî bikê.

Tevî ku mirov destên xwe baş bişu û mirov her tiştî bikê ji bo ku pêşgirtinê li belavkirinê binê, mirov dikare dîsa pê bikevê. Qet şaşbûn ne ya zarkan e, zarok nabê xwe sûcdar bikê an jî yê ku bi vîrusê ketibin zarokan hêrs bikin.

3-Rast û vekirî bin li ser tiştên ku çê dibin.

Zarok mijûl dibin ku şiroveyan bibînin dema ku tiştne wanan teng bikin û bitirsînin. Gelek tiştên ne diyar hene, agahî û agahiyên şaş hene li ser korona vîrusê lewra zarok pêwîstiya xwe bi axaftina bi kesên ku ji wan ra bi zelalî agahîyan bidin heye.

Aşkerebin li ser tiştên ku çê dibê dema mirov nexweş dibê.

Ji kesên ku bi vîrusa korona vegirtî tê xwestin ku 14 rojan li malê bimînin da ku kesên din pê nekevin.

Kesên ku pir nexweşin ji nexweşxaneyan ra têne şandin da ku tê da derman bibin.

Zarok û kesên kême temen agahiyan ji çavkanîyên cûda dibin, lê ne hemû cihên baweriyê ne.

Carne zarok bi xwe agahiyan çê dikin, ew agahî dikare zarokên din bitirsîne. NRK Supernytt an jî Enstîtuya Nêrwîcî ya Tenduristiya Giştî (Folkehelseinstituttet) bi kar bîne.

Heger zarokên mezin dixwazin li nûçeyan binêrin, wê demê pêdivî ye ku zarok bi dê û bavê xwe ra binêre da ku têgihiştin zêde bibe li ser çî çê dibe.

4- raman bibe çawa tu li pêş zarokan divê biaxiffi.

Gelek hêsane mirov ji bîr bikê ku zarok her tiştên dê û bavê wan ji wan ra dibêjin radikin û encamên xwe yên taybet derdixînin.

Divê kesên bilyan baldarbin ku çi dibêjin dema ku li nêzî zarokan bi hevra diaxifin.

Peyvên wek pendamî an jî dorgirtina noşdarî zore ji bo zarokan ku têbigihêjin, û ji zarokan re hêsan e ku ew bihêlin ku xeyalên xwe biçin çolan û bîtir bitirsin heger ji tişteki tê negihêjin.

5- Hêviyan bi zarokan din.

Pêdivî ye ku zarok bihîsê ka çi tê kirin ku ji bo alîkariya rawestina vîrusa korona.

Welatên li çaraliyên cîhanê her tiştî dikin ku nehêlin vîrusa korona belav bibe, ev jî dibê sedem ku dibistan werin girtin û çalakiyên werzîşî werin têkbirin.

Bi hezaran bijîjk û berdestiyên wan baş amadene ji bo ku li millet miqayit bin dema ew nexweş bibin.

Ji zarokan ra bêjin ku dê û bavên wan û kesên bilyanên din her tiştî baş dikin ji bo zarokan her tiştî dikin û pêşê li nexweşiyê digirin.

6- Bi zarokan ra biaxif li ser tiştên ku zarok bi xwe dikarin bikin.

Zarok baştir rewşên dijwar çare dikin dema ku ewna bi xwe bizanin çi bikarin bikin.

Bipeyvî li ser ka her yek ji me çi dikarê bikê ku ji bo bi vîrusa korona nekevê an jî kesekî pê nexê.

Mirov bi vîrusa korona dikevê bi rêya pelçikên ku belav dibin dema ku mirov dikuxê an jî dibênijê.

Ji bo ku mirov pêşgirtinê li vîrusa korona bîne divê ku mirov li destûştinê baş miqayit bê, û destên xwe bi sabonê baş bişu.

Dû caran sitrana (rojûna te pîroz bê) bêje ji bo ku dem biçê dema mirov destên xwe dişu.

Pêwîste ku mirov di desmaleke pelkî da bibênijê û bikuxê û di piştra wê bavêjê çopê.

Ku desmalên pelkî bi mirovan ra tine bin, mirov dikarê enîşka xwe bikar bîne.

Gelek girînge ku mirov li malê bimîne dema mirov xwe hest bikê ku mirov nexweşe. Ne tenê ji bo te, Lê ji bo parastina kesên ku zû giran nexweş dibin .

Hemû divê her tiştî bikin, zarok jî. Niha ew deme ku mirov divê ji hevra mihrevanîkirinê xûya bikê û li hev miqayit bê.

Malpera FHI-yê bişopînin ji bo agahdariya herî rojane ya li ser vîrusa korona:

<https://www.fhi.no/sv/smittsomme-sykdommer/corona>

Vîdyoya FHI bi zarokan re temaşe bikin û ewle bikin bi agahdariya derheqê

koronavîrus:<https://www.facebook.com/watch/?v=617013915743186>