ستراتیژی:
ڕۆژێک هەستام و هەموو شتێک گۆڕابوو. پێیان وتم دەبێت
گەشت بکەم بۆ شوێنێکی تر. وڵاتێک کە سەلامەتتر دەبم”.

ئەم کتێبە باس لە منداڵێک دەکات کە لەماڵەکەی خۆی هەڵاتووە. کتێبەکە باس لە کاردانەوە دەروونییە ئاساییەکان دەکات بەرامبەر بە هەڵهاتن و پێشنیارەکان دەخاتە ڕوو کە چۆن منداڵان دەتوانن مامەڵە لەگەڵ ئەو کاردانەوەیانە بکەن. هەروەها کتێبەکە هانی منداڵان دەدات لەبارەی چیرۆک و بارودۆخەکانی خۆیان بنووسن یان بکێشن کە هەستیان بە ئازا و بەهێزی کردووە.

کتێبەکە بە تایبەتی بۆ منداڵانی تەمەن 5-12 ساڵ گونجاوە، و گونجاوە بۆ خوێندنەوە بە دەنگی بەرز.

RØDE KORS

EGMONT Fonden

هاوڕێیەک لە ڕێگادایە

لەلایەن:
Anne Lomholt Lei Hansen
Patricia Jytte Salinas
Sofie Boje Groth

بڵاوکراوەتەوە لەلایەن:
Røde Kors Asyl Sandholmgårdsvej 40
3460 Birkerød www.Rodekors.dk

وێناکردنەکان: Pauline Drasbæk
دەستکاریکردن و چاپکردن: +Alinea
گرافیك و دیزاین: Grethe Bruun

مافی بڵاوکردنەوە:
Røde Kors
کۆپیکردن تەنها بەپێی یاساکانی کۆپی-دان ڕێگەپێدراوە

ISBN: 9788723565105

MIX
Papir | Støtter ansvarligt skovbrug
FSC® C022933
www.fsc.org

لێرەدا دەتوانیت هەر شتێک بتەوێت لەسەری بنووسیت یان بکێشیت کە:

لێرەدا دەتوانیت لەسەر دۆخێک بنووسیت یان بکێشیت کە هەستت بە ئازایەتی کردووە:

لێرەدا دەتوانیت لەسەر دۆخێک بنووسیت یان بکێشیت کە هەستت بە بەهێزی کردبێت:

لێرەدا دەتوانیت لەسەر ئەو شتانە بنووسیت یان بکێشیت کە لە ئێستادا دڵخۆشت دەکەن:

لێرەدا دەتوانیت لەسەر ئەو شتانە بنووسیت یان بکێشیت کە زۆرترین خۆشت دەوێت لە وڵاتەکەی خۆت:

لێرەدا دەتوانیت لەسەر ئەو شتانە بنووسیت یان ئەو شتانە بکێشیت کە زۆرترین بیرتانە لەو شوێنەی لێیەوە هاتوویت:

لێرەدا دەتوانیت لەسەر هەر شتێک بنووسیت یان وێنەی بکێشیت کە پرسیارت هەیە لەسەری:

بەبیرتبێت: ئەگەر هەر پرسیارێکت هەیە، لەو کەسە گەورەیە بپرسە کە لەگەڵیدایت.

لێرەدا دەتوانیت لەسەر هەر نیگەرانییەکی تر بنووسیت یان وێنەی بکێشیت کە لەوانەیە هەتبێت:

بەبیرتبێت: هەمیشە نیگەرانییەکانتان لەگەڵ کەسێکی گەورەساڵدا باس بکەن.

لە لاپەڕەکانی داهاتوودا دەتوانیت چیرۆکی خۆت بنووسیت یان بکێشیت.

ڕەنگی ئەستێرەکان بکە و نیشان بدە چی بێزارت دەکات.

☆ چوون بۆ باخچەی ساوایان/قوتابخانە لە وڵاتێکی تر.

☆ ئایا شتێکی مەترسیدار بەسەرمدا دێت؟

☆ چی بەسەر ئەو کەسانەدا دێت کە خۆشم دەوێن؟

☆ لە کوێ دەژیم؟

☆ لە وڵاتی خۆم چی ڕوودەدات؟

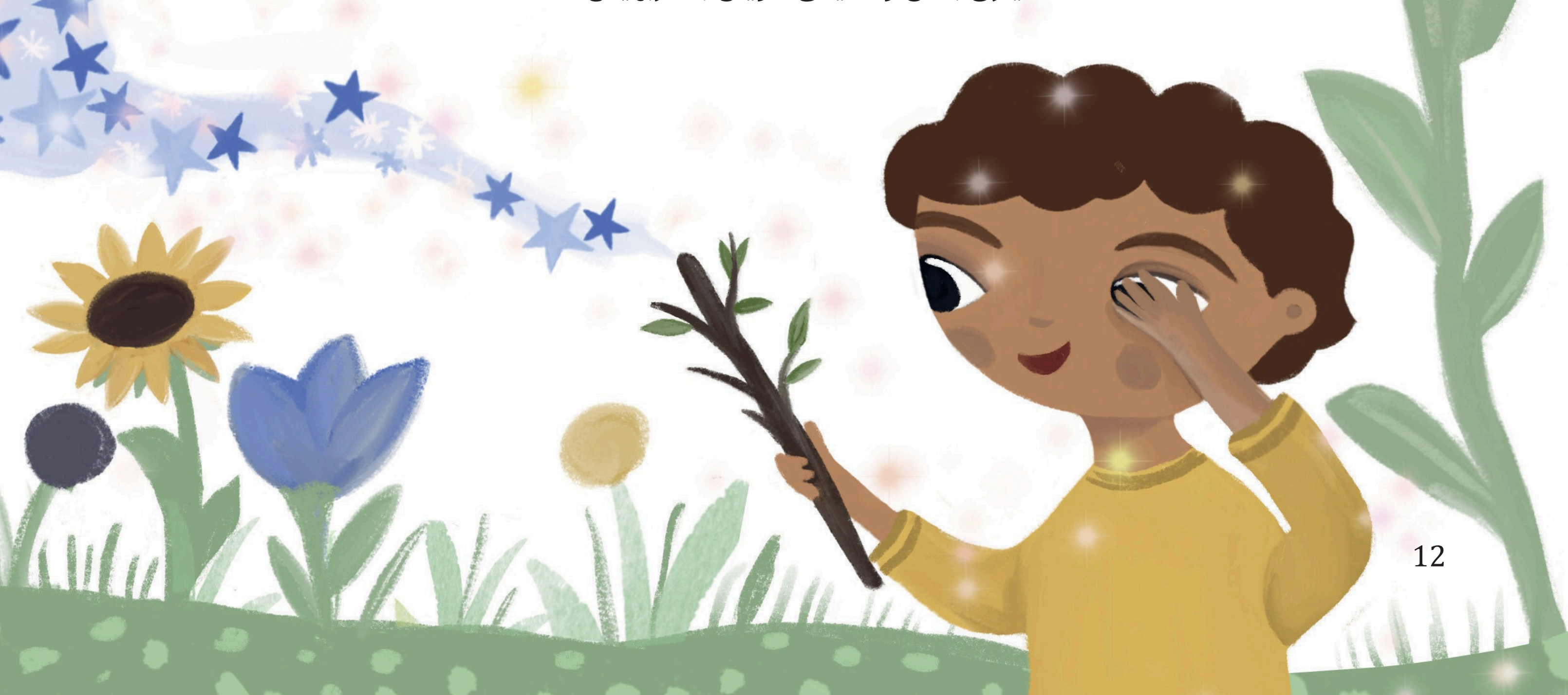
هێی!

با شتێکت نیشان بدەم.

ئەگەر چاوێک بە دەستت داپۆشیت، لەوانەیە بتوانیت ئەو شتانە ببینیت کە کەسانی تر ناتوانن ببینن.

3. زۆرێک لە منداڵان هەست بە باشتر بوون دەکەن کاتێک کە:

- بە کەسێکی گەورە بڵێ کە هەستیان چۆنە.
- .بیر لە هەموو ئەو کەسانە بکەرەوە کە هەوڵی یارمەتیدانی وڵاتەکەیان دەدەن
- .یارمەتی کەسانی تر بدە بە ئەنجامدانی شتێک کە ئەوان لێی باشن
- ئەو کارانە بکە کە یارمەتیت دەدات ئارام بگرن – بۆ نموونە، هەناسەدان زۆر بە قووڵی .و هەناسەدان بە هێواشی
- یاری بکەن و خەیاڵی خۆیان بەکاربهێنن

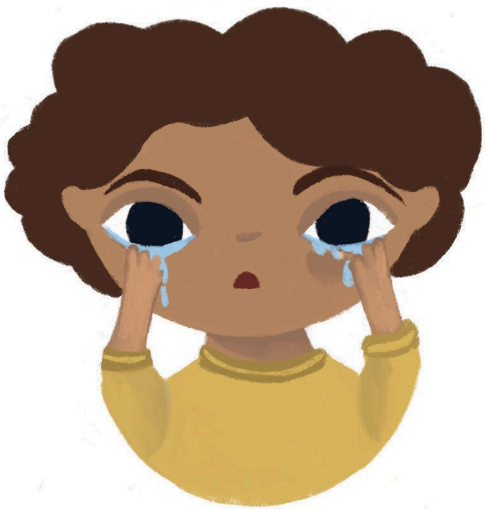


هەروەها بە تەواوی ئاساییە ئەگەر تۆ:

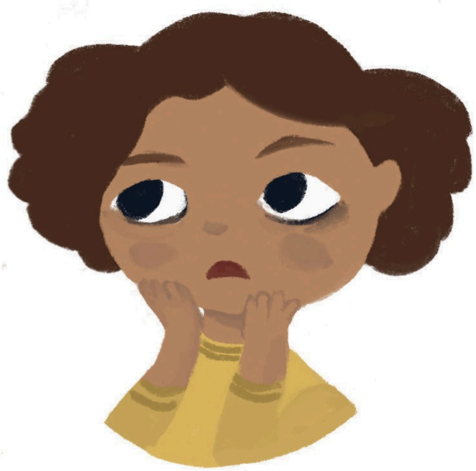
- کە قورسبێت بەلاتەوە کە بخەویت.
- پێویستت بە نزیک بوونەوە لە کەسێکی گەورەساڵ هەبێت کە هەست بە سەلامەتی دەکەیت لەگەڵیدا.
- ئەو کارانە بکەیت کە بەزۆری نایکەیت.
- هەست نەکەیت هەمان ئەو کارانە بکەیت کە پێشتر حەزت لێی بوو.

2. بۆ منداڵێک کە هەڵهاتووە، ئەوە بە تەواوی ئاسایییە بۆ ماوەیەک کە

بە ئاسانی بێهیوا بێت



هەست بە ناخۆشی بکات



هەست بە نیگەرانی بکات

بترسێت

پێویستە لە شتێکی زۆر گرنگ تێبگەیت:
خەتای تۆ نەبوو کە ناچار بوویت هەڵبێیت.

دەزانی بۆچی ناچار بوویت هەڵبێیت؟

1. زۆرێک لە منداڵان دەبێت هەڵبێن چونکە شەڕ لە وڵاتەکەیاندا هەیە. منداڵانی تر بەهۆی هەژاری و کارەساتی سروشتی ناچارن هەڵبێن.

ئێستا گوێبگرە ...

ڕەنگە بەسوود بێت بزانین:

ئەوەندە شت لە دەوروبەرمدا دەگوزەرێت. زۆر شت هەیە کە
دەبێت فێری بم، مێشکم پڕە لە پرسیار.

.

بە تەواوەتی تێدەگەم. پێم وایە تۆ ئازایت کە هەموو
شتێکم پێ بڵێیت. من منداڵانی تری وەک تۆم
ناسیوە، ئەوانیش هەمان شتم پێدەڵێن.

لە کاتەکانی تردا، من یاری دەکەم و هەموو ئەو شتانە لەبیر دەکەم کە ڕوویانداوە.

زیاتر لە پێشوو دەگریم. هەندێك جار بە زەحمەت دەخەوم، هەندێکجاریش تەنها حەز دەکەم لە کەسێکی گەورەساڵ نزیک بم.

ماوەیەک تێپەڕیوە، منیش سەلامەتم. بەڵام هێشتا لەناوەوە دڵتەنگم.

بیرکردنەوە دەربارەی...

خێزانەکەم

هاوڕێکانم

یارییەکانم

سەگەکەم

سڵاو! تۆ دڵتەنگ دیاریت. مارمێلکەکە دەڵێت: کێشەکە چییە؟

منداڵەکە دەڵێت: من لە ماڵەوە و لە
هەموو شتێک کە دەیزانم هەڵدێم.

ئێتر تێدەگەم کە بۆچی تۆ دڵتەنگیت. من
دڵتەنگم و لە ڕێگادام. مارمێلکەکە دەڵێ:
بەیەکەوە بڕۆین؟

ڕۆژێک هەستام ۆ هەموو شتێک گۆڕابوو. پێیان وتم دەبێت گەشت بکەم بۆ شوێنێکی تر. شوێنێک کە سەلامەتتر دەبێت بۆ من کە لێی بم.

هاوڕێیەک لە ڕێگادایە

لەم کتێبەدا منداڵێک دەناسیت کە لە وڵاتەکەی خۆیان هەڵاتووە و مارمێلکەیەکی ژیر، کە منداڵەکە لە ڕێگادا چاوی پێی دەکەوێت.

هەروەها لەم کتێبەدا دەتوانیت وێنە بکێشیت و لەسەر گەشتەکەی خۆت بنووسیت لەسەر ئەو شوێنەی خۆت هەتا ئەو شوێنەی کە ئێستا لێیتی. ئەم کتێبە هی خۆتە.

هاوڕێیەک لە ڕێگادایە

KURDISK SORANI