

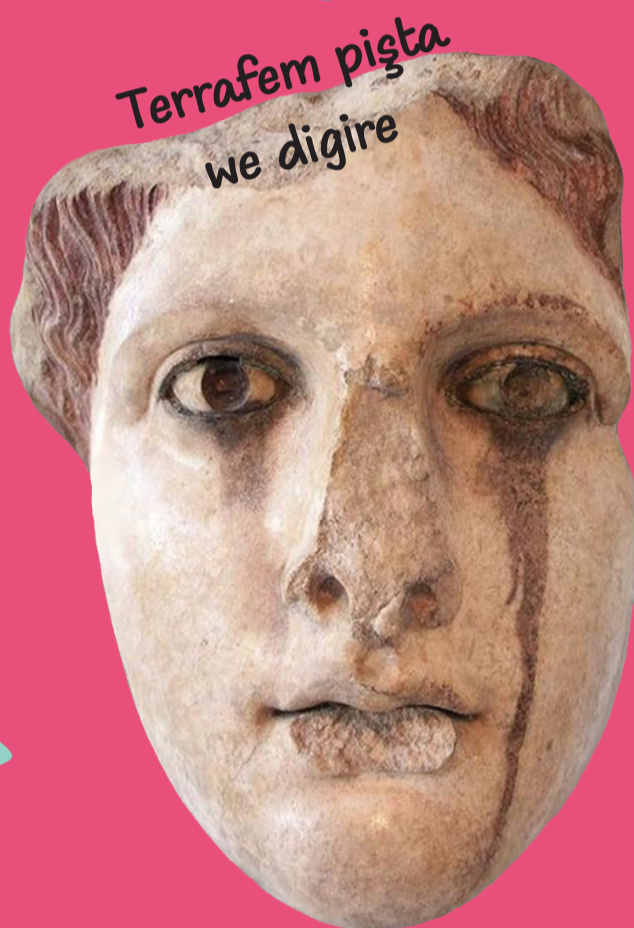
## KEÇ Û JIN

Biryar e ku ez agahîne girîng  
raberî we bikim

Mafê we heye ku kesên din bi rêzdarî di gel tev bigerin.  
- Tu kesî (bi tu awayî) mafê xwe tuneye ku bêrêziyê li  
we bike, henekên xwe li we bike an li we bide.

Mafê we heye ku  
baweriyên we yên  
kesane hebin û van  
baweriyên derbibirînin.

- Tu kesek nikare ji  
we ra bibêje ku çawa  
bifikirin, hestên we çî  
bin an bi kê ra rabin û  
rûnin.



Terrafem pişta  
we digire

Mafê we heye ku hûn  
bedena xwe kontrol bikin

- Bedena we ayîdî we bi  
xwe ye. Hûn dikarin biryar  
bidin ku kî, kengî û li ku  
dikare we bipelîne.

Mêr, bav, kurdost,  
bira an xal/apê we  
nikare van mafan ji we  
bistîne.

Mafê we heye ku  
çavkaniya derhata we ya  
kesane hebe.

- Mafê dersxwendin,  
karkirin û xerckirina  
derhata kesane ji bo  
parastî ye.

Mafê we heye ku li  
cihê dilxwaz ê xwe bi  
ewlehî bijîn.

- Nabe ku hûn li  
malê, dibistan an  
cihê karê xwe, li  
xwaringeh, li bajêr  
an li daristanê, hesta  
bêewlehî û tirsê  
bikin.

Mafê we heye ku jiyana we ya bêyî tundî û şidetê hebe.

Eger mafên we neyên berçavgirtin, hûn dikarin ji jêderkên têkildar  
daxwaza alîkariyê bikin.

Terrafem pişta we digire û berevaniya ji mafên we û jinên din dike.

020-521010