

بەگەر می بەخێر ببیت بۆ کۆنترۆلی

سەردانی 18 مانگی



سلاو مندال!

ئىستا كاتى سەردانى 1 سلاو نيوى ھاتوھ لە بنكەي تەندروستى مندالان. تۆ لەگەل دايك، دايكوباكتا چاوت بە پەرسنار ئەكەويت.

تۆ لەماوھى سەردانەكەدا پۆت ھەيە ئەمە بكەيت:

تۆ پۆت ھەيە خۆت بکيشيت و بپويست پۆ ئەوھى بزانيت لە دوایين جار ھوھ چەند گەورە بویت.



سلاو گەورەسال!

ئيوھ لەسەردانى 18 مانگيدا چاوتان بە پەرسناريك ئەكەويت. ھەروەك پيشتر تيمە بەواداچوونى تەندروستى مندالەكتان، گەورەبوونى و گەشەکردنى ئەكەين. لەكاتى سەردانەكەدا دەرمانى فاكسينى سووريزه، لەخريئ و سووريزه ئەلمانيت لئەدرت. تەنھا يەك دەرزىوشاندنە و لە ماسوولكەي بازوو ئەدرت بەلام ئەشكرت لە قاچ بدرت.

مندال پييانخوشە بزانتن كە چى بەرئويه پرويدات، ھەروەك ئيمەي گەورەسال. بەخوشبەيەوھ لەگەل مندالەكت تەماشاي ناو ئەم نامبەكەيە بکە پيش سەردانەكە و پيگەوھ گوتوبيز لەسەر ئەوانە بکەن كە لە سەردانەكەدا رووئەدات و ئايا مندالەكە پۆي ھەيە چى بکات.

تۆ/ ئيوھ ھەروھە سەردانەكەي بنكەي تەندروستى مندالانتان پيشكەش ئەكەيت كاتتەك مندالەكت/ مندالەكتان بووبە 3، 4 و 5 سالان.



كۆدى كيو ئيزر بخوئەوھ يان سەردانى مألپەر بکە 1177.se/jamtland-harjedalen/barn كە تيبدا فاكتا و ئامۆزگارى ھەيە لەبارەي تەندروستى، گەشەکردنى، مافگەل، نەخوشبەيەكان و چارەكاربەكانى مندالەكە ھەيە. لەويدا زانباري لەبارەي دايكوباواكايەتیشەوھ ھەيە.





یهک کوتانت لئیدریت



Vëni nje vaksinë





گهر پر سیار گهلت پیش سهر دانه که ههیه،
په یوهندی به بنکهی تهنروستی مندانانی خوت بکه.