

Malbatên zarokan

Pêşgotin

Jiyana rojane niha zehmet e. Bi taybetî ji bo malbatên zarokan. Ji ber vê me hinek pirs û bersivan kom kirin, ku em bi hêvî ne dikarin alîkar bin.



Bi hev re bûn

Em dikarin li hev bikin li ser lîstikê?

Erê. Zarokên tendirust dikarin bi zarokên tendirust bilîzin. Lê pêşniyara me ev e ku zarok tenê bi 1-2 zarok re bilîzin û eynî zarokan re bilîzin. Divê li derve bilîzin.

Zarok dikarin biçin cihê lîstikê?

Dikarin, lê berê xwe bidin jor. Û haya we ji destûştina wan hebe, wexta ev vedigerin mal. Herwiha divê zarokan lîstoka xwe bi hev re parve nekin.

Rojbûna zarokê/a min heye – em dikarin kombûnek biçûk çêkin?

Na, pêşniyara me ev e ku hemî pîrozkirina rojbûnên malbatî û kombûnên din werin paş xistin.

Wexta em dibistanê mala bi çend zarokan re çêdikin, metirsî heye?

Pêşniyara me li ser dibistana mala eynî ye: 1-2 zarok dikarin serdana we bikin û divê zarokên eynî bin. Û ji bîr nekin, eger nîşanên zarokan hebin, ev nikarin pêwendî bi zarokên din re bikin, lê gerek li mala xwe bimînin.

Eger her du zarok tendirust in, dikarin li mala hev xew bikin?

Na, daxwaza me ev e ku peymana xewkirinê li mala hev nekin. Wexta mirov bi hev re xew dikan, nêzikî hev in li hundirê û demeke dirêj. Li şûna wê baştir e hûn telefoni hev bikin û bêjin "şevbas".

Divê mirov çî bike, eger li cihekî qelebalix û pir bi zarokên, ku dixwazin ligel hev bilîzin, bijî?

Pêşniyara me li ser vê eynî ye: Kêm zarok û zarokên eynî.

Zaroka min a ciwan li markêt kar dike. Emê vî tiştî qedexe bikin?

Na, lê pêre bi axivîn ku ev jî ligel kargera xwe bi avixê derbarê tedbiran.

Ez dikarim zarokên xwe bînim marketê?

Em pêşniyar dikan ku ji malbatê tenê kesek danûstandin bike/bikire - ji ber vê yekê, eger mûmkîn e, zarokên xwe li mal bihêlin.



Zarok û tirs

Ez ji zarokan re çi bibêjim?

Bi zarokan re li ser endîşeyên wan biaxivin, çima niha qanûnên/tedbirên zêdetir ji berê hebin. Piraniya kesên ku tûşî vîrûsa koronayê dibin, muşkilîyên sivik ên wan hene. Kesên ku zêdetir li ber xetera nexweşiyê giran de ne, kesên sal-mezin û nexweşên bi nexweşiya Dom (kronîk). Lê me bingeha lênêrîna tendirustî ya pir baş û bijîşkên jêhatî hene ku û bi sedema wan em dikarin mirovan dîsa baş bikin. Ger zarok piçekî mezin bin, hûn dikarin bi hev re li behsa û temaşeya nûçeyên zarokan bikin.

Ger ku zarok pabendî rênmayên tendirustiyê nebin ez ê çi bêjim?

Li ser sedem û xweparastinê biaxivin.

Ez çi bikim gava ku zarokê/a min bêriya heval, bapîr û dapîran dike?

Kengî derfet hebe, telefoni hev bikin. Mînakî, bi banga vîdyoyê re û nameyên biçûk ji hev re bişînin.

Paqijbûn

Çend cara û kengî divê destên xwe bişon?

Pir caran. Qanûnek baş: Her gava ku hûn bikevin hundur û derveyî malê û berî şivê.

Çiqas ez zarokên xwe serrast bikim (nimûne, destê xwe nede pozê xwe, here xwe bişo, destê xwe nedin hev)?

Berê xwe bide rênimayên giştî li ser destûştinê û li nav qermûçeka milê xwe bikuxe û bipişke.

Çend cara mirov odeya zarokan paqij bike - û li mala xwe?

Ji berê pirtir bike, bi taybetî niha, ji ber ku hûn pirtir li mal in û nêziktirê hev in.

Zarok, bapîr û dapîr

Kengî mirov bapîr û dapîra xwe nebîne?

Eger dapîr nexweşiyên kronîk (dirêjdem) hene – neçin serdana wan. Dapîr û bapîr çiqas mezin bin, metirsiya nexweşiyê giran li ser wan pirtir e. Her çend ku kal û pîr hîs dikin ku tendirustiya wan baş e, sîstema parastinê leşê wan ji dema ciwantiyê zeyîf/lawaztir e.

Zarok û dêûbavên nexweş

Min korona min heye û ez nikarim bi zarokê xwe re mijûl bibim/xwedî li zarokê xwe derkevim. Ez çî bikim?

Eger mûmkîn be - ji heval û malbata xwe an jî kesên din re alîkariyê bistîne.

Zaroka min nîşanên korona heye. Em ê çawa behsa wê bikin?

Girîng e ku hûn behsa endîşeyan bikin. Pirranî ku tûşî Koronayê bin, tiştêkî cidî çênabe. Lê ji bo kal û nexweşên kronîk (nexweşiya dom), metirsiyeke cidî heye.

Zaroka min bi astma di xeterê de ye?

Eger wê astma giran hebe, erê. Ji bo astmayên ku hatine baş dermankirin, na.

Ma zarok dikare kesên din tûşî bikin, eger ne xuya ye ku nexweş in?

Her ku bêtir nîşanên we hebin, hûn ê bêtir tûşî kesên din dikin. Eger zarok nebin nîşan, metirsî ne mezin e.

Zarokên ku dê û bavê wan ji hev berdan û niha zarokê xwe parve dikin

Rênimayên giştî ji bo dê û bavên ku ji hev berdan û niha zarokê xwe parve dikin?

Zarok dikare pêwendîyeke normal bi hev re bikin, lê eger nîşanên zarokan hebin, divê zarok li cem an diya xwe an jî bavê bimîne.

Hevjina/mêrê min a/ê berê ji rêwîtiyê/seferê vegeriya. Gelo divê ew jî beriya hevdîtîne test bibe?

Divê ev kes 14 rojan li mala xwe bimîne û em ji we re pêşniyar dikin ku hûn hevdîtîne paşde bikin heta ku du hefte derbas bû.