

SORANI

لهگه‌ل زمانه‌که‌دا ناسووده‌به!

زانباری له‌سه‌ر به‌ره‌وپیش‌بردنی زمان

قسه‌کردن خوشه!

- لهگه‌ل منداله‌که‌تان قسه بکه‌ن.
- باسی رۆژمه‌کت بکه و باسی نهو کاره بکه که دهیکه‌ی.
- پیکه‌وه چاو له کتیبان بکه‌ن.
- به به‌رده‌وامی بۆ منداله‌که‌تان بخویننه‌وه.
- لهگه‌ل منداله‌که‌تان گۆرانی بلین.
- گۆرانی مندالان و یاری به په‌نجه به‌کار بئین.

... باشتر وایه هموو رۆژی!

نهو خالانه‌ی پیویسته گرینگی پی بدنه:

- سه‌بر و ریزگرتن: جوان گوێراگرن و لینگه‌رن با قسه‌کانیان ته‌واو بکه‌ن.
- به روونی و به هیواشی قسه بکه‌ن.
- خۆتان بئینه ئاستی منداله‌که‌تان.
- هه‌ول بده چاو له چاوی منداله‌که‌کت بکه‌ی، پیوه‌ندی چاو بگه‌ره.
- به رسته‌ی ته‌واو و راست قسه بکه‌ن.
- بهو زمانه قسه بکه‌ن که باشتر به سه‌ریدا زالن.

... چون ئیوه نمونه‌ی زمانه‌وانین بۆ منداله‌که‌تان!

وه‌رز‌سکردن و یاری‌کردن له ده‌روهه په‌ره به گه‌شه‌کردنی زمان ده‌دات

میدیاکانی وه‌ک تله‌فزیۆن، لاپتۆپ، تابلێت یان موبایله زیره‌که‌کان ده‌توانن کاربگه‌ری نه‌رینی له‌سه‌ر هه‌ندیک له بوار مه‌کانی گه‌شه‌کردن هه‌بێت هه‌مه‌ش په‌رمی‌دانی زمان ده‌گرێته‌وه.

شاره‌زایان نامۆژگاری ده‌که‌ن:

- به‌کارنه‌هێنای می‌دییا بۆ مندالانی له ته‌مه‌نی ژیر 3 سالی‌دا
- تا پێش ده‌سپێکردنی قوتابخانه ته‌نیا 30 خوله‌ک له رۆژدا
- له قوتابخانه‌ی سه‌ره‌تایی ته‌نیا 60 خوله‌ک له رۆژدا

هه‌له‌کردن به‌شیکه له‌وه!

- له بیژه‌کردنی منداله‌که‌تان ئاماژه به هه‌له‌که‌کان مه‌که‌ن بۆ ئه‌وه‌ی له قسه‌کردندا متمانه‌ی به خۆی بێت و به‌رده‌وام بێت.
- بۆیه به وشیاربیه‌وه هه‌له‌که‌کانی راست بکه‌وه.
- وشه هه‌له‌که‌کان به دروستی له رسته‌دا دووباره بکه‌وه و ئه‌وه‌ی منداله‌که‌تان ده‌ی‌نێت فراوانی بکه‌.

نمونه: منداله‌که‌ ده‌لێت: "گوێکه‌تان هه‌بێت"، تو وه‌لام ده‌ده‌بێته‌وه: "ئه‌ری، ده‌چین گوێ بئین."

راهینان بۆ به هیزکردنی ماسوولکه کاتی قسه کردن

- گازگرتن و جوینی خۆراکی رهق
- دهرهینانی مه مکه مژه له کاتی قسه کردن
- گۆرینی زوو له مه مکه مژه بۆ کهوچک و کۆپ
- راهینان بۆ زمان: بۆ نمونه زمانت دهر بهینه و بیهینه سه لوت یان چه ناگه یان نووکی زمانت به دوری لئوه کانتدا بسوورینهوه
- راهینان بۆ لئوه کان: بۆ نمونه لئوه کانت تیژ بکهوه و پانی بکه نهوه به فراوانی (ددانه کان نیشان بدهن)، به قامیشیکی ناسک و ته نک بخونهوه و راهینانی فیتو لئیدان بکه ن
- راهینانی فوو کردن: بۆ نمونه فوو کردنی توپه په مۆ یان په ر، فوو کردنی میزه لدان، دروست کردنی بلقی سابوون

هیچ پرسیاریکتان سه بارهت به گه شه کردنی زمانی مندانه که تان هه یه؟

په یوهندی به دوکتوری مندالان یان دوکتوری گوئی و لوت و گهروهوه بکه ن یان بهیلن ئیمه زانیاریتان پی بدهین.

ناوچهی هاتو قیر

Team Sozialpädiatrie und Jugendmedizin

Hildesheimer Str. 17

Hannover 30519

تله فون: (0511) 23384-616

ئیمیل: jugendmedizin@region-hannover.de

یان بۆ پشتگیری زمان له سهنته ری چاودیری رۆژانه تان؟

هه ری می هاتو قیر

Team Tagesbetreuung für Kinder

2 .Thurnithitstr

Hannover 30519

تله فون: (0511) 22197-616

ئیمیل: individuellesprachförderung@region-hannover.de

وہشانخانہ

سہرؤکی ہہرٹیم

سہرنووسہر: ہہرٹیمی ہانؤقٹیر: ٹیمی پزیشکی کؤمہ لایہتی مندالان و میرمندالان

دیزاین: ہہرٹیمی ہانؤقٹیر: ٹیمی پزیشکی کؤمہ لایہتی مندالان و دیزاین

وینہ و ویناکردنہکان: سہردیر: JenkoAtaman – AdobeStock.com, ناموہ: Monia – AdobeStock.com

چاپخانہ: ہہرٹیمی ہانؤقٹیر: ٹیمی پزیشکی کؤمہ لایہتی مندالان و دیزاین

ریکہوت: نوامبر 2024



بہ زمانہکانی تر