

# پروگرامی نایابی له ناو بردنی بیرری خراپ

په‌ره‌ی 1

## 1. نیشانه‌ی بکه

ئا، توّ یه‌کیکی له‌و بیره‌خراپانه.

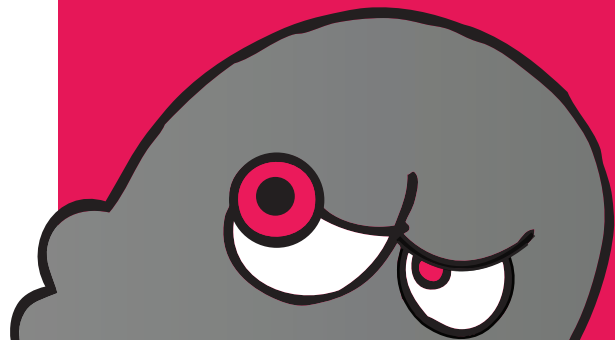
## 2. به‌جیه‌یه

بیری خراپ پیویستی به‌چاودیبری  
هه‌یه، له‌به‌رئه‌وه هیچی پیمه‌ده.

## 3. به‌ره‌نگاری

### ببه‌ره‌وه

بیری خراپ وه‌ک ته‌نگپه‌ه‌چنه‌ر وایه –  
له‌ناوه‌وه‌لاوازه. ده‌توانیت له‌ناویان به‌ریت.



# پروگرامی نایابی لەناوبردنی بیرى خراپ

پەرەى 2

## 4. پشووێهك بەخۆت بدە

كەسێك كەزۆى خۆش دەوێستیت چى دەوت؟  
متمانەیان پێكەو رێگەیان بە یارمەتیت  
بدەن بۆ لەناوبردنی بیرى خراپ.

## 5. بەشیوێهەكى جیاواز سەیریان بكە

- ئەو ئامۆژگارییە بە دە بە خۆت  
كە دەیدەیت بە هاوڕێیەك.
- لە خۆت بپرسە كە پاش شەش  
مانگ گرنگى دەمیییت.
- كەسێك هەلبژێرە كە دەیناسیت و بزانه چۆن  
رووبە پرووی هەلومەرجە كە دەبیتەو.
- لە خۆت بپرسە كە ئەو ئەندەجیى بایه خە.
- ئایا ئەمە لە سەر بنەمای چۆنیتى هەست كردنت  
دادەنیت زياتر وك لە راستییەكان؟
- خەلكى دیکە چى دەلین؟
- ئایا تۆ سەیرى هەموو وینە كە دەكەیت؟

