

take  
10

minutes  
to read

every day

and

feel good

هەموو رۆژێک 10 خولەک بۆ خوێندنەوە تەرخان بکە و  
هەست بە باشی بکە

ئامۆزگارییه سەرەکییەکان بۆ هاوبەشکردنی چیرۆک لەگەڵ  
مندالەکت.

ڕێنماییەک بۆ دایک و باوک و چاودێران

In partnership with



MANCHESTER  
CITY COUNCIL

National  
Literacy  
Trust

Change your story

MAKING  
MANCHESTER  
FAIRER



## ئامۆزگارى يەكەم

له هەر شوئىك و له هەر كاتىكدا چىرۆكهكان لهگهلمدا  
هاوبهش بكه  
هاوبهشكردى چىرۆكهكان لهناو پاسدا، له پاركدان  
ههركاتىك 10 خولهكان لهبهردهسته، رىگهيهكى زۆر  
باشه بۆ ئهوهى سهرفالم بكهيت و وشهى نويم فير بكهيت.  
هاوبهشكردى چىرۆكىك له كاتى خهوتن يارمهتيم دهدات  
كه ئارام بم و باشتىر بهخوم.

## ئامۆزگارى دووهم

### پهپهروى له ئارهزووهكانم بكه

دهتوانى بزانى كه من حهزم له چيه به تىبينىكردى ئه  
شتانهى كه ئاماژهى پى دهكهم يان ههليدهبژيرم بۆ ئهوهى  
باسى بكهم. من ههميشه نامووت سهيرى ههموو  
لاپهريهك بكهم يان لاپهركان به رىكوپىكى بخوينمهوه و  
ئوهش باشه! شوئىكهوتنى رىبهرايهتى من يارمهتيدره بۆ  
ئوهى نيشان بهديت كه گوى لهمن دهگريهت و متمانهم بهخوم  
بهمرز دهكاتوه.

## ئامۆزگارى سىيهم

### با باسى وینهكان بكهين

زۆرجار كتيبى مندا لان پىرن له وینهى سهرسور هينهر. بۆيه  
پىويست ناكات ههموو وشهكان بخوينتهوه، دهتوانين قسه  
بكهين لهسهه ئهوهى دهبينين.  
با من چىرۆك خوین بم به هاندانى من بۆ ئهوهيش لهسهه  
وینهكان قسه بكهم.  
ئهمه يارمهتيدره دهبيت بۆ باشتىركردنى تواناكانى قسهكردنم  
و متمانهم بهخوم چونكه مهشقىكه بۆ وتونای قسهكردن به  
دهنگى بهرز.



## ئامۇزگارى چوارەم

بەزۇ زمانە قسە بکە کە ئیمە زۆرتەر دەبیزانین

باسى وئەنە و چىرۆكەكان بکە بەزۇ زمانەى کە لە مألەوہ زۆرتەرىن قسەى پىندەكەين.

قسەکردن لەگەلم بەزمانى يەكەم پالپشتى فيربوون و گەشەکردنى مېشكەم دەكات، يارمەتيم دەدات دواتر بە ئاسانى زمانى دووم فير بىم. مندا لانی دوو زمانە لە قوتابخانەدا ئاستىكى باشيان ھەيە.

## ئامۇزگارى پىنجەم

من بىبە بۆ گەشتىك بۆ كىتبخانە

بوونە ئەندام لە كىتبخانەكانى مانچستەر بەخۆرايىه! كىتپى زۆر دەدۆزىنەوہ بۆ ئەوہى بە قەرز وەربگرىن و پىكەوہ بىخوئىنەوہ.

چالاكىي بەخۆرايى ھەيە كە دەتوانم بەشداری بکەم، وەكو پېشېركى خوئىندنەوہى ھالوينە.



## پشتگیری زیاتر بۆ خیزانهکان

ئەم نامیلکەیه بە زمانی تر لەم لینکەدا بەردەستە:  
[manclibraries.blog/transition-read](http://manclibraries.blog/transition-read)

بۆ خزمەتگوزاری، دەرفەت، ئامۆژگاری و پرینمایی بۆ  
خیزانان لە مانچستەر، سەردانی  
بە [hsm.manchester.gov.uk](http://hsm.manchester.gov.uk)

لە کتیبخانەیی ناوخوای خۆت بزانە چی پروودەدات و ئەمڕۆ  
بەشداری بە [manchester.gov.uk/libraries](http://manchester.gov.uk/libraries) (هیچ  
غەرامەیهکی نیە بۆ دواکەوتن لە گەڕاندنەوەی کتیب،  
تەنانهت بۆ گەورەسالانیشت).

مالپەری وشەکان بۆ ژبان (Words for Life) ی سەر بە  
دەزگای National Literacy Trust پەرە لە ئامۆژگاری و  
چالاکیی خۆش و بەخۆراییی بۆ بەرزکردنەوەی تواناکانی  
خوێندەواری منداڵەکمەت و نامادەکردنی بۆ قوتابخانە.  
سەردانی ئەم لینکە بکەن: [wordsforlife.org.uk](http://wordsforlife.org.uk)

