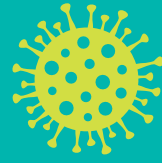
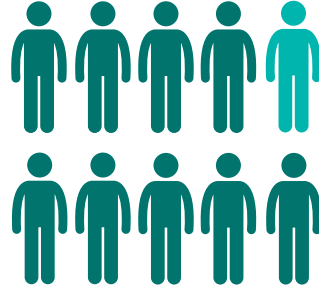


Lan mooy Koronawiiirus bu gudd ?



Koronawiiirus bu gudd, daa nañu ko daakantale ca njelbeen ni ay màndargay jàngoro yu feeñ, mëna ànd ak jangaru Koronawiiirus te di teew ci nit ki lu tolook fukk a ñaari ayubés.

Li ci gena bare, daanu ooye Koronawiiirus bu ees bi di am diiru ñenenti ayubés te su feebar bi lawee daleeko ñenent be fukk ak ñaari ayubés ab Koronawiiirus bu gudd lay mengoo.



Naka la Koronawiiirus bu gudd di xaymawoo ?

Màndargay jàngoro bi di nañu feeñ ci benn ci fukki wey-feebar yi ko amee, lu tollu ni fukk ak ñaari ayubés wala lu ko ëpp



Ay nit yu bare yu ammee feebar bi, ca njelbeen, de ñu wëroon peng.



Xaleyi daanu feeñal màndargay jàngoro Koronawiiirus bu gudd, ni ko màgg di defee.

Wey-feebar yi am Koronawiiirus bu ees ak ñi wërul bu baax ci seeni kër yi ñooy am Koronawiiirus bu gudd. Ñiam xarkanamu feebar bi gena oyof wala bu gena diis bi mën nañoo feeñal màndarga jàngoro yu gudd wala ñu am Koronawiiirus bu gudd.

Koronawiiirus bu gudd dey laal cër yu bare ci yaram wi ; am na lu tollook ñaari teemeeri màndarga jàngoro bi yu mëna sopeeku te naqaree sooraale ci ni muy focce.

Màndarga jàngoro yi gëna bari ci juroom benni weer yi :



gaawa sonn bu bare

neew doole gu gëna metti



xel muy naax ak ñakka dàll

Yeneeni màndarga jàngoro bi yu fës:



Nooyi bu metti



Mettiitu dënn



Ñakk nelew



Fit buy tëftëfi



Nopp yuy riir



Metiitu cër yi yepp



Metiitu yax yi



Jaxasoo



Metiitu nopp



Miir, biir buy daw, metiitu biir, ñakkum xiif



Yaram wu tang, sëqët, metiitu bopp, metiitu put, wañeeku yégyégu cafka yui ak xeeñtu bi



Rëd-rëd ci der bi

Be leegi, ci biir àdduna si, nit ñi degooguñu ci lan mooy Koronawiiirus bu gudd. Waaye am nanu firnde ne Koronawiiirus benn bi la te defay jeexal xol fepp fumu jaar.

Ñungi jeema mengale Koronawiiirus bu gudd ak feebar bu yag te mëna jot cër yiy yëngal yaram wi.



World Physiotherapy

www.world.physio/wptday