



Folkhälsomyndigheten

Eastte njoammuma iežáin ja njoammut iežáid



Basa gieđaid dávjá!

Njoammunávdnasat darvánit álkit gieđaide ja de njoammut viidáset. Basa gieđaid sáibbuin ja liegga čáziin dávjá, unnimus 20 sekundda. Giehtasprihta lea molssaeaktu jus dus ii leat vejolašvuhta bassat gieđaid.



Gosa ja gaste gardnjilmohkkái!

Go gossu ja gastá gardnjilmohkkái dahje babirnjunneliidnái easttát smávva goaikkanasaid njoammunávdnasiiguin leavvat du birra dahje darvánit du gieđaide. Bálkes álo bábirnjunneliinni roaskelihttái ja basa gieđaid.



Ale guoskat čalmmiid, njuni ja njálmmi!

Lea váttis garvit dan bargat, basa dasto gieđaid dávjá sáibbuin ja čáziin vai doiddát eret njoammunávdnasiid.



Bisu ruovttus jus leat skibas!

Leage ruovttus jus leat skibas. Dalle garvvát njoammumis iežáid.



Njoammunávdnasat
leat juohke sajis min
birrasis.

Buorre giehtabuhtisvuhta
lea álkes vuohki suddjet
iežas ja iežáid.

Dábáleamos
njoammuleavvan lea
min gieđaid bokte.