

چۆن مەترسى تووشبون بە كۆرۈنا كەم دەكەيتەو؟

دەستەكانت بە ئاو و سابوون يا
پاكرەو ۋە يەك كە كحولى تىدايىت بشۇ.



لە كاتى كۆكە و پىرەمىن دەم و لوتت بە
دەستەسپ بگرە.



خۆت لەو كەسانە بە دوور بگرە كە
نیشانەكانى ئەنفەلە ۋە نەزايان ھەيە.



گوشت و ھىلكە بە باشى بكولىنە.



بە بى پىداويستىيەكانى خۇپارىزى،
دەست بۆ ئاڭەلان مەبە.

