

Primeiro Assistencia Báziku ba isin kanek tamba ahi han



Primeiro Asistencia Báziku ba isin kanek tamba ahi han

Pergunta : Saida maka ita boot hare iha figura hirak ne'e?

Resposta : 1). Labarik ida halimar ho ahi kose no lilin. 2). Feto ida nono we'e iha ahi leten no labarik ida hamrik besik ba ahi. 3). labarik ida halimar besik ema sunu foer no sunu du'ut.

Pergunta : Tamba sa maka sasan hirak ne'e perigo?

Resposta : Sasan hirak ne'e bele kria isin kanek tamba ahi han.

Pergunta : Karik ita boot ou ema ne'e be maka ita koinhese nia isin kanek tamba ahi han?

Resposta : Karik iha, husu sira para atu fahe sira nia istoria sobre saida maka akontese. Atensaun ba kauza isin kanek tamba ahi han?

Pergunta : Saida tan maka bele halo isin kanek tamba ahi han?

Resposta : Ahi kose, iskero, lilin, sasan químiku hanesan hodi hamos sasan ou adubu ruma, mina rai, makina manas ou engine, no liña eletricidade.

Pergunta : Oinsa maka ita bele prevene isin kanek tamba ahi han?

Resposta : 1). Hado'ok ahi kose, iskero no lilin husi labarik sira. 2). Hado'ok sasan químiku ne'ebe perigo husi labarik sira. 3). Hamrik besik aihan wainhira tein. 4). Hado'ok labarik sira husi area ne'ebe ita tein ba. 5). Labele husik hela kanuru ih sanan laran wainhira tein. 6). Hado'ok labarik sira wainhira sunu du'ut no sunu sasan lata sira.

Mensajen importante:

- Ahi han bele akontese tamba ahi, makadadi manas, químiku ou fiu eletricidade.
- Prevene ahi han wainhira tein:
 - Hamrik besik wainhira tein ai han.
 - Hadook labarik sira husi fatin tein ba
 - Labele husik hela kanuru iha sanan laran wainhira tein
- Hadook ahi kose, isquero no lilin husi labarik sira
- Hadook labarik sira wainhira sunu duut no sunu sasan makadadi sira
- Hadook sasan kimiko husi labarik sira
- Hanorin ita nia oan sira sobre sasan uma laran nian nebe bele sunu sira

Primeiro Asistencia ba Isin kanek tamba ahi han:

1). Revista fatin ho kuidado. 2). Hare didiak kondisaun ema ne'e nian 3). Husu ajuda. 4). Hamate lalais fatin nebe ahi han ho be malirin no mos durante 15-20 minutus nia laran. 5). Hasai roupa ou pulseira (perhian) kuando la belit ba isin lolon. 6). LA BELE loke bubu ne'e seidak nakfera. 7). LA BELE uza crème ou mina manas ruma ba parte ne'ebe ahi han. 8). Fo sujestaun ba ema ne'e para atu hetan asistencia husi enfermeiro sira.



Salva Inan Sira



Salva Inan Sira

Pergunta : **Saida maka ita boot hare iha figura hirak ne'e?**

Resposta : **1).** Feto isin rua ida ho saude diak. **2).** Feto isin rua ida ba halo tratamento ba nia a'an rasik no ba nia oan iha kabun laran. **3).** Feto isin rua ida hetan vasinasaun.

Pergunta : **Tamba saida maka feto isin rua tenki hetan vaksinasaun?**

Resposta : Feto isin rua tenki halo tratamento iha sentro saude mais ou menus dala hat wainhira sira isin rua.

Pergunta : **Tamba saida maka feto isin rua tenki hetan vaksinasaun?**

Resposta : Feto isin rua tenki hetan vaksinasaun para bele kontra tetanus mais ou menus dala tolu antes fo parto. Imunijasaun tetanus para bele proteje inan no oan. Aranja informasaun sobre sentro saude ou Sisca ida nebe inan isin rua sira bele ba para halo tratamento.

Pergunta : **Saida tan maka presiza halao husi feto isin rua para bele proteje nia a'an no nia bebe iha kabun laran?**

Resposta : **1).** Han temke balansio entre na'an no ai fuan, modo tahan, fore, na'an, manu tolun no produto diariu. **2).** Hemu vitamina suplemento *folic acido* ne'ebe husi mediku sira. **3).** Deskansa barak liu bain bain. **4).** Toba iha musketeiro nia laran. **5).** Fo tratamento hodi prevene moras malaria. **6).** Pratika higena pesoal. **7).** Fizikamente aktivu hodi halao exercisiu moderado. **8).** Evita fuma, hemu tua, ou hemu aimoruk ne'e be maka la iha lisensa husi doutor. **9).** Halibur informasaun sobre moras ne'ebe daet husi relasaun sexual. **10).** Hetan informasaun kona ba oinsa fo susu husi mediku sira no halo diskusaun sobre problema susun. **11).** Hatene oinsa bele rekonhese sinal perigo ou problema ruma wainhira isin rua no labarik moris wainhira ita precisa atu ba lalais sentro saude imediatamente. Problema maka hanesan tuir mai ne'e: Vagina ran sulin durante isin rua; oan fatin sente moras; ulun moras no oin nakukun; kotuk laran moras la para; ain bubu, kabas, liman ou oin, isin manas, tensaun; ain liman sin kuaze 20 minutus ou menus, antes semana 37; ketuban monu no la iha reasaun depois de oras nen, servisu kleur (liu 12 oras); labarik la bok a'an; la hetan todan.

Mensajen importante:

- Tratamento husi mediku sira mais ou menus dala hat wainhira isin rua.
- Hetan vaksinasaun hodi kontra tetanus.
- Han hahan ho balansu no deskansa barak liu bainbain.
- Hatene atu rekonhese sinal perigo husi problema durante isin rua no wainhira labarik moris.
- Iha plano, prepara gazolina ou osan ruma ba transporte para bele hetan assistensia lalais wainhira akontese problema.
- Enfermeiro sira tenki fo assistensia ba labarik sira ne'ebe moris.

Foti Asaun:

- Buat saida maka ita boot sei halo para hetan saude diak nafatin durante isin rua?
- Buat saida maka ita aseita atu halo para hodi prepara hodi bele fo partu ho diak? Hanesan ezemplu-konhese ema ne'ebe for partu, hatene sentro saude ne'ebe besik, iha mina ou osan transporte ba sentro saude.



Preparasaun ba tur ahi ho seguru



Preparasaun ba tur ahi ho seguru

Pergunta : **Saida maka ita boot hare iha figura ida ne'e?**

Resposta : Feto ida hetan ajuda husi nia laen no ema nebe fo partu.

Pergunta : **Ita iha plano atu hahoris ita nia bebe iha ne'ebe?**

Resposta : Rona ba Resposta.

Wainhira presiza, ajuda inan para bele identifika ema ne'ebe bele fo partu hanesan parteira ne'ebe bele fo assistensia durante labarik moris. Inan ho oan tenki hetan atensaun husi parteira ne'ebe iha esperiensia iha loran ida nia laran (24 oras) depois de labarik moris.

Pergunta : **Durante ita boot isin rua, razaun saida deit maka halo ita ba direktamente iha sentru de saude?**

Resposta : **1).** Vagina ran sulin durante isin rua ou ran sulin maka'as depois de labarik moris. **2).** Oan fatin moras. **3).** Ulun moras bebeik ou oin halai. **4).** Kotuk laran moras bebeik. **5).** Ain bubu, kabas, liman ou oin. **6).** Isin manas. **7).** Isin nakdedar. **8).** Kontrasaun (konstraksi) kada 20 minutus ou menus, antes de 37 semanas. **9).** Be foer monu no laiha reasaun depois de oras nen. **10).** Reaksaun maka'as (liu 12 oras). **11).** Bebe la bok a'an. **12).** Isin nia todan la aumenta.

Pergunta : **Ita iha plano atu ba sentro saude nebe besik kualker tempo, loran ou kalan, kuando hetan komplikasaun durante isin rua, labarik moris ou depois de labarik moris?**

Resposta : Rona ba Resposta.

Wainhira presiza ajuda inan atu halo plano ruma para bele tuur ahi ho seguru. Purezemplu, konhese nia parteira, hatene sentro saude ne'ebe besik, iha mina ou osan ba transporte ba sentro saude.

Mensajen importante:

- Hetan tratamento husi médiku sira mais ou menus dala hat durante isin rua.
- Hetan vasinasaun para kontra tetanus.
- Han hahan ho balansu no deskansa barak liu bain bain.
- Hatene oinsa reconhese sinal problema perigo durante isin rua no wainhira labarik moris.
- Iha plano, iha mina no osan ba transporte para bele hetan assistensia imediata wainhira problema mosu.
- Enfermeiro ida tenki fo assistensia ba labarik hirak ne'ebe moris.

Foti asaun:

- Buat saida maka ita aseita para atu HALO para ita nia saude bele diak nafatin durante isin rua?
- Buat saida maka ita bo'ot aseita atu HALO preparasaun para bele tuur ahi ho seguru?



Tau matan ba bebe foin moris



Tau matan ba bebe foin moris

Pergunta : **Saida maka ita boot hare husi figura ida ne'e?**

Resposta : Inan ida kous nia bebe foin moris besik ba nia.
Inan ida fo susu ba nia oan ne'ebe foin moris.

Pergunta : **Tamba saida maka inan kous nia oan ne'ebe foin moris hakbesik ba nia isin?**

Resposta : Ida ne'e importante para atu garantia katak bebe sente manas nafatin wainhira sira moirs no prevene husi anin malirin.

Pergunta : **Tamba saida maka inan fo susu ba nia bebe ne'ebe foin moris?**

Resposta : **1).** Tenki fo susu lalais ba bebe, durante primeiro hora depois de nia moris. **2).** Susu ben kinur hanesan imunizasaun ba bebe no proteje bebe. Ida nee LABELLE estraga/soe.

Pergunta : **Tamba saida maka fo susuben inan nian ne'e importante?**

Resposta : **1).** Susu ben sempre mos, temperatura ne'ebe diak, no fasil ba bebe para atu susu. **2).** Susu ben proteje bebe kontra infeksaun no dehidrasaun. **3).** Susu ben ajuda bebe atu bele boot ho forte no saude diak. **4).** Fo susu ajuda inan sira para iha tempo barak liu ho nia bebe.

Pergunta : **To'o bainhira maka bebe ida tenki fo susu nafatin?**

Resposta : **1).** Susu ben deit maka nudar aihan no be nebe labarik presiza to'o nia fulan nen. **2).** Fo susu tenki kontinua to tinan rua no ba oin.

Pergunta : **Buat saida tan maka inan ida tenki halo par abele hare nia bebe ne'ebe foin moris no nia a'an rasik?**

Resposta : **1).** Neras tenki mos no maran. Labele tau buat ruma iha neras-purezemplu salep. **2).** Lalika fo haris bebe iha oras 6 nia laran depois de nia moris. **3).** Inan no oan tenki hetan tratamento husi ema nebe akompanha labarik ho diak durante loron ida nia laran (24 oras) depois de labarik ne'e moris. **4).** Tenke garantia katak bebe hetan BCG no imunijasaun polio imediatamente depois de nia moris, **5).** Hatene oinsa atu rekonhese sinal perigo sobre bebe ne'ebe foin moris no hetan assistensia imediatamente. Problema maka hanesan: bebe araska para dada is ou dada is lalais; la iha interese para atu susu, susu mas fraku ou la iha forsa para atu han; sente malirin wainhira ita kaer nia; isin manas, isin mean, matan bubu no pus (nanah) sai husi matan, matan mean, bubu, iha matan sorin-sorin; la bele mi kuaze oras 4-6; isin nakdedar, isin kinur ou matan kinur; bebe nebe moris isin ki'ik liu.

Mensajen importante:

- Tenta para bebe ne'ebe foin moris manas nafatin no besik ba inan (kulit ho kulit kona malun) no komesa fo susu iha oras ida depois de bebe moris.
- Fo susu ajuda proteze bebe no labarik ki'ik hodi kontra moras perigu.
- Susu ben deit maka sai nudar aihan no hemu nebe bebe presiza ate nia to'o fulan nen.
- Hatene atu konhese sinal perigo husi bebe ne'ebe foin moris no husu assistensia imediata husi infermeiro treinado sira wainhira mosu problema.

Foti Asaun: Buat saida maka ita boot aseita atu HALO para ita nia bebe nia saude bele diak nafatin? Purezemplu-hatene sentro saude iha ne'ebe, iha mina ou osan transporte ba sentro de saude wainhira mosu problema.



Sinal perigo ba bebe foin moris



Sinal perigo ba bebe foin moris

- Pergunta** : **Saida maka ita boot hare husi figura ne'e?**
Resposta : Bebe moras ida ho inan ne'ebe laran susar tamba nia oan moras.
- Pergunta** : **What are some reasons you should take your baby to a health centre immediately?**
Resposta : 1). Bebe dada is araska ou dada is lais demais.
2). Bebe laiha vontade para susu, susu fraku ou laiha forsa para atu hemu.
3). Bebe sente malirin wainhira ita kaer nia.
4). Bebe hetan isin manas.
5). Bebe nia isin mean, matan bubu no pu (nanah) sai husi matan.
6). Bebe nia isin mean, bubu, sente dois iha nia isin.
7). Bebe la mi durante oras 4 to'o nen.
8). Bebe nia isin nakdedar ou dala ruma normal.
9). Bebe nia kulit kinur ou matan kinur.
10). Bebe ne'ebe moris nia isin ki'ik liu.

Mensajen importante:

- Hatene oinsa bele konhese sinal perigo iha bebe nebe foin moris no buka assistensia imediata wainhira mosu problema.
- Tenta para labarik ne'ebe foin moris manas nafatin no hakbesik ba nia inan (isin no isin) no komesa fo susu oras ida depois de tur ahi. Susu ben kinur hanesan primeiro imunizasaun ba bebe.
- Fo susu ajuda proteje bebe no labarik ki'ik husi moras perigo.
- Susu ben deit maka sai nudar aihan no we nebe bebe presiza to sira fulan nen.

Foti Asaun : Buat saida maka ita aseita atu HALO para ita bo'ot nia bebe nia saude diak nafatin? Purezemplu-hatene sentro saude ida besik ne'e iha ne'ebe, iha mina ou osan para transporte ba sentro de saude wainhira akontese problema.

Nutrisaun



Nutrisaun

Pergunta : **Saida maka ita hare iha figura ida ne'e?**

Resposta : Ezemplo husi aihan oin-oin no aihan ho nutrisaun.

Pergunta : **Aihan saida deit maka ita ho ita nia familia gosta atu han?**

Resposta : Rona deskrisaun sobre han aihan nutrisaun oin-oin.

Pergunta : **Tamba saida maka ema han aihan oin-oin loron-loron?**

Resposta : **1).** Ai fuan no modo tahan ajuda para prevene moras. **2).** Fos, fehuk ropa, fehuk midar, talas, batar no mina ne'ebe be konsume fo enerjia mai ita. **3).** Manutolun, kacang-kacangan (koto), susuben, fore, nan ou ikan ajuda ita krese ou tumbuh.

Pergunta : **Nutrisaun importante saida (vitamina) mak labarik sira presiza iha sira nia aihan loron-loron?**

Resposta : Vitamin A, iron (zat besi) no iodine (yodium).

Pergunta : **Saida deit maka ita presiza para bele hetan Vitamina A?**

Resposta : **1).** Nan aten (hati), manutolun, produto diário, mina ikan, mina liver, has no aidila tasak, fehuk kinur midar, lakeru, modo-tahan verde sira no senora. **2).** Labarik fulan nen ba leten tenki fo kapsula Vitamina A kada fulan nen to sira tinan 5. Kapsula sei bele hetan iha Sisca ou posto saude lokal.

Pergunta : **Hahan saida deit maka iha iodine?**

Resposta : Masin yodium, budu tasi, ikan, aihan tasi nian no susu ben.

Pergunta : **Aihan saida deit maka iha iron?**

Resposta : Liver, naan, aihan tasi, manu tolun, modo-tahan verde sira, fore rai no fore.

Lia menon importante:

- Nutrisaun nebe diak prevene moras.
- Aihan LA TOO, meios de ai han oin-oin LA NATON, ou moras bele hamosu malnutrisaun.
- Labarik nebe hetan malnutrisaun sei LA as, todan la aumenta, ou la bele estuda ho diak.
- Labarik nebe maka spfre malnutrisaun sempre hetan moras.
- Labarik sira tinan 5 mai kraik ne'ebe hetan malnutrisaun iha risiko bo'ot ba mate.
- Aihan bele proteje husi moras, fo enerjia no desenvolve isin.
- Susu ben deit maka nudar aihan no we'e ne'ebe bebe presiza to'o sira fulan nen.
- Fo susu tenki kontinua nafatin to tinan rua ou liu.

Foti Asaun:

- Buat saida maka ita bo'ot aseita atu HALO hodi bele han aihan ho nutrisaun oin-oin?
- Buat saida deit maka ita bo'ot aseita atu HALO para bele garantia katak ita bo'ot nia oan bele consumo ai han nebe diak ba loron-loron?



Fo susu no aihan komplementar



Fo susu no aihan komplementar

Pergunta : **Saida maka ita hare husi figura ida ne'e?**

Resposta : Inan fo han nia oan.

Pergunta : **Tamba saida maka inan fo susu ba nia bebe nebe foin moris?**

Resposta : 1). Bebe sira tenke susu imediatamente, durante oras ida depois de sira moris.

2). Susu ben kinur hanesan imunizasaun primeiru ba bebe no proteje bebe. LA BELE estraga ou soe susuben kinur.

Pergunta : **Tamba saida mak susu ben importante?**

Resposta : 1). Fo susu ben deit wainhira nudar ai han no we'e ne'ebe bebe ida presiza to'o sira fulan nen.

2). Depois de fulan nen bebe sira presiza aihan seluk atu aumenta ho susu ben. Fo susu tenki kontinua to'o labarik tinan rua ou liu.

Pergunta : **Tamba sa maka susu ben importante?**

Resposta : 1). Susu ben sempre mos, ho temperatura diak, no fasil ba bebe sira atu hemu.

2). Susu ben proteje bebe sira kontra infeksaun no dehidrasaun.

3). Susu ben ajuda bebe sira atu bele bo'ot lalais ho forte no ho saude diak.

4). Susu ben ajuda inan sira para atu bele iha tempo barak liu ho nia bebe.

Pergunta : **Bebe sei susu to'o bainhira?**

Resposta : 1). Susu ben deit maka sai nudar aihan no we nebe labarik ida precisa durante fulan nen oin mai.

2). Susu ben tenki kontinua to'o tinan rua ou liu.

3). Susu ben tenki kontinua nafatin mesmu inan ho oan iha tempo moras.

Pergunta : **Buat seluk saida tan maka inan ida tenki halo para bele trata ho diak nia bebe nebe foin moris?**

Resposta : Hatene oinsa atu rekohese sinal perigojo ho bebe ne'ebe foin moris no hetan assistensia imediata. Hanesan tuir mai ne'e: bebe susar atu dada is ou dada is lais demais; laiha interese atu susu, susu fraku ou laiha vontade atu han; sente malirin wainhira ita kaer; hetan isin manas; isin mean, matan bubu no pus (nanah)sai husi matan; mean, bubu, is ladung diak iha nia isin tomak; la mi durante oras 4-6 nia laran, nakdedar; kulit kinur ou matan kinur; bebe moris ho isin ki'ik liu.

Mensajen importante:

- Hatene oinsa atu konhese sinal perigo husi labarik nebe foin moris no hetan assistensia imediata wainhira problema mosu.
- Mantein labarik ne'ebe foin moris para isin morna nafatin no besik ba nia inan (kulit ho kulit) no komesa fo susu durante oras ida depois de labarik moris. Susu ben kinur nudar primeiro imunizasaun ba bebe no proteje bebe.
- Susu ben ajuda proteje bebe no labarik ki'ik sira kontra moras ne'ebe perigo.
- Susu ben sai nudar aihan no we nebe bebe ida presiza to'o sira fulan nen.

Foti Asaun: Buat saida maka ita bo'ot aceita atu halo para ita bo'ot nia bebe nia saude diak nafatin? Pur-ezemplu-hatene sentro saude ida besik maka ne'ebe, iha mina no osan transporte ba sentro de saude wainhira mosu problema.



Malnutrisaun



Malnutrisaun

Pergunta : **Saida maka ita hare iha figura ida ne'e?**

Resposta : 1). Ema tetu labarik.
2). Ema sukat labarik nia liman.
3). Labarik malnutrisaun.

Pergunta : **Saida maka sei acontese wainhira labarik han la to'o ou la han aihan oin-oin?**

Resposta : 1). Labarik ne'e sei moras no bele mate.
2). Labarik sei la boot ou desenvolve normalmente.
3). Labarik sei la estuda ho diak.

Pergunta : **Labarik ki'ik ho tinan lima mai kraik precisa tetu dala hira?**

Resposta : 1). Komesa husi moris to'o tinan lima labarik tenki ba Sisca ou centro saude local hodi tetu fulan-fulan no monitoring sira nia desenvolvimento.
2). Wainhira labarik ida nia todan la aumenta mas ou menus repete iha fulan rua nia laran ou quando labarik ne'e la as tenki husu sujestaun husi medico sira sobre saida maka atu bele halo.

Pergunta : **Saida maka kria malnutrisaun?**

Resposta : 1). Malnutrisaun mosu tamba aihan la to'o, la han ai han oin-oin ou moras.
2). Fo susu menus bele kontribui ba malnutrisaun. Pur-ezemplu: introdus aihan seluk no mos inan nia susu antes labarik ba fulan nen; primeiro introdusaun relasiona ho ai han seluk no mos inan nia susu ben depois de labarik tama fulan nen.
3). Malnutrisaun mos akontese tamba menus de assesu ba aihan ho saude diak.

Mensajen Importante:

- Nutrisaun ne'ebe diak prevene moras.
- Aihan la to'o, La iha ai han ho tipu oin-oin, ou moras bele cria malnutrisaun.
- Labarik nebe maka malnutrisaun sei la bot ou la bele estuda ho normal.
- Labarik nebe malnutrisaun iha possibilidade atu hetan moras.
- Labarik malnutrisaun tinan lima mai kraik hetan risku bo'ot ba mate.
- Aihan bele proteje husi moras, fo energia no desenvolve isin.
- Susu ben rasik nudar aihan no we nebe labarik precisa to'o sira fulan nen.
- Susu ben inan nia tenki continua nafatin to'o tinan rua ou liu.

Foti Asaun:

- Buat saida maka ita boot aseita atu HALO para bele han aihan ho nutrisaun oin-oin?
- Buat saida maka ita boot aseita atu HALO hodi garantia katak ita bo'ot nia oan hetan aihan nebe diak para han loron-loron?
- Buat saida maka ita boot aseita atu HALO para ita nia oan bele bo'ot no desenvolve ho normal?



Imunijasaun Labarik no Kampanha Vasinasaun



Imunijasaun Labarik no Kampanha Vasinasaun

Pergunta : **What do you see in these pictures?**

Resposta : **1).** Aman ida kous nia oan wainhira hetan vasinasaun. **2).** Aman ho labarik ne'ebe hetan vasina no kartaun de vasinasaun.

Pergunta : **Tamba saida maka importante ba ita nia oan aut hetan vasina?**

Resposta : **1).** Vasinasaun proteje labarik kontra moras durante sira ki'ik. **2).** Moras labarik nian bele oho sira ou kria kanek permanente.

Pergunta : **Moras saida deit maka vasinasaun bele proteje?**

Resposta : Vasinasaun proteje kontra polio, mear tasak, diphtheria, tetanus, tuberculosis, infeksaun no hepatitis B.

Pergunta : **Saida tan maka presiza atu aranja hanesan protesaun natural ba ita nia oan hodi kontra moras labarik nian?**

Resposta : **1).** Fo susu ben inan nian iha fulan nen primeiro. **2).** Labarik hotu-hotu tenki hetan imunijasaun nafatin.

Pergunta : **Ita boot sira nia oan simu vasinasaun bebeik basea ba calendario vasinasaun nasional?**

Resposta : Quando halo, fo approvasaun.

Quando lae, husu sira para fahe esperensia saida maka prevene sira. Labarik hotu-hotu temke simu vasinasaun baseia ba calendario nasional de vasinasaun. Encoragem inan aman sira atu bele lori sira nia oan centro saude comunidade, posto saude ou posto Sisca.

Pergunta : **Vasina ne'e salva ka lae?**

Resposta : Sim, Vasina ne'e salva.

Ida ne'e ajuda tebes quando ita vasina labarik ne'ebe mear, malirin, diarea no malnutrisaun.

Mensajen importante:

- Imunijasaun salva moris.
- Labarik hotu-hotu tenki hetan vasina baseia ba calendario vasinasaun nasional.
- Fo susu inan nian ba labarik to'o tinan rua no liu tan, fo susu ben iha fulan nen primeiro.
- Importante tebes atu vasina labarik ne'ebe mear, malirin, diarea no malnutrisaun.

Foti Asaun:

- Ita boot sira hakarak informasaun liu tan sobre calendario vasinasaun nasional? Quando hakarak, encoragem sira para visita sentro saude comunidade, posto saude Sisca.



Mensagen kona ba Be Mos, Higenia ho Sanitariu Saude Komunidade nian



Mensagen kona ba Be Mos, Higenia ho Sanitariu Saude Komunidade nian

Perguntas : Saida mak ita hare iha foto ne'e?

Resposta : 1). Foto ne'e kona ba be iha masa laran nebe mak la taka metin, be masa balun tau deit iha rai; lalar nebe semo ba mai ho asu nebe lambe be ne'e.
2). Foto ida ne'e tipu diak liu kona ba be iha masa laran nebe taka metin ho matan, so bele kuru deit ho copu masa ou copu (copu, gayun), be masa ne'e tau iha mesa leten tamba labarik ho animal sira la bele bo'ok, taka metin copu sira ho hena bikan atu proteje husi lalar nebe semo ba mai; nono be iha sanan.

Perguntas : Tamba sa mak ita hanoin katak be iha masa ne'e tenki taka ho matan?

Resposta : Atu prevene lalar nebe semo ba mai, animal ho foer tama ba iha be laran nebe halo be la seguru atu hemu tamba foer/moras tama ona

Perguntas : Tamba sa mak be iha masa laran nebe taka metin ho matan tenki tau iha mesa leten?

Resposta : Atu prevene labarik ho animal sira la bele bo'ok ho halo moras labele tama iha be laran.

Perguntas : Tamba sa mak importante tebes hatama copu ou gayun mos hodi kuru be iha masa laran?

Resposta : Atu proteje be no livre husi moras

Perguntas : Tamba sa mak be ne'e tenki nono nakali tiha mak ita hemu?

Resposta : Nono tiha be ne'e halo nakali ba minutu ida molok ita hemu , importante ba ita atu bele iha saude diak nafatin no prevene husi moras hanesan diareia no te ran/disenteria

Mensagen Importante

- Hemu be mos ajuda prevene ema husi moras diareia ho te ran/disenteria
- Hemu be nebe mos no uza be mos bainhira tein hahan. Se karik laiha be mos, ita bele halo be mos iha uma - lori be ba uma nono to'o nakali tiha durante minutu 1, tau iha sanan rai, hodi halo tratamentu no hatama klorina musan ida ba be laran, ou uza metodo solar nian (Tau be iha masa plastiku taka metin tau iha uma kalen nia leten husi oras 6-8 nia laran).
- Tau be iha masa mos nia laran, taka halo metin, labele tau iha rai atu prevene animal ho labarik sira labele bo'ok ho proteija husi moras.
- Atu proteje be kuru ho copu ou gayun nebe mos
- Ema hotu-hotu iha comunidade iha responsabilidade ba sistema be nian
- Hamos sintina halo mo-mos husi foer
- Fase liman ho sabun bei-beik:
 - Bainhira ita ba tiha sintina.
 - Bainhira ita kaer foer ou hamos labarik nia kidun.
 - Bainhira atu tein hahan.
 - Molok ita atu han, ho molok atu fo han ou fo susu labarik.
 - Depois ita sut tiha inus no mear.
 - Molok ho depois ita hare ho kaer ema nebe moras

Hola Asaun:

- Saida mak ita sei halo ba ita nia familia atu hemu be nebe mos?
- Saida mak ita sei halo ba ita nia familia atu fase sira nia liman ho sabaun?



Diareia no Dehidrasaun (Menus We'e ba ita nia isin lolon)



Diareia no Dehidrasaun (Menus We'e ba ita nia isin lolon)

Pergunta : **Saida mak ita boot sira hare iha figura ne'e?**

Resposta : Labarik ida moras diareia.

Pergunta : **Saida mak bele halo diareia?**

Resposta : Diareia mosu dala barak liu tamba kuman husi:

1). We'e ne'ebe la mos. 2). Han hahan ne'ebe tein ho bee la mos. 3). Han hahan siin ka naan ne'ebe la tasak diak La fase liman. 4). Hela iha kondisaun ne'ebe la mos

Pergunta : **Tamba sa mak diareia ne'e perigu, liliu ba labarik?**

Respostas : 1). Diareia halo dehidrasaun (menus wee iha ita nia isin). 2). Diareia no dehidrasaun bele oho labarik.

Pergunta : **Oin sa mak ita bele hatene se ema ruma hetan dehidrasaun?**

Respostas : 1). Matan koak no matan wen menus ka laiha matan wen wainhira tanis. 2). Ibun no nanal maran. 3). Mii uituan liu ka la mii. 4). Hammrook. 5). Sente fraku no kolen liu.

Pergunta : **Halo saida atu trata dehidrasaun?**

Resposta : 1). Fo susu bebeik liu tan no kleur liu tan wainhira bebe hetan diareia. 2). Fo hahan barak liutan – hahan beben ba labarik ne'ebe hetan diareia. Purezemplu, sasoro, soupa. 3). Fo ba labarik ne'ebe foin mak diak husi diareia hahan extra lor-loron durante semana rua. 4). Ba sentru saude atu hetan tratamentu *zinc* (tratamentu durante loron 10-14). 5). Oralit bele halo labarik forte no redus risku husi mate tan diareia. 6). Ba kedas sentru saude wainhira diareia kahor ran, wainhira labarik isin manas makaas ka wainhira labarik muta sai buat hotu no labele hemu we'e.

Pergunta : **Halo saida atu bele prevene diareia no dehidrasaun?**

Resposta : 1). Uza we'e mos atu hemu no tein hahan. Karik we'e mos laiha, bele halo tratamentu ba we'e iha uma hodi nono we'e too nakali durante minutu ida, tais ho koador, uza klorin musan atu trata, ka uza metodu solar 'sodis' (tau we'e iha masa mos/transparan iha loron laran iha uma kakuluk durante oras 6-8). 2). Tau we'e iha we'e fatin nebe mos, taka matan metin no rai iha fatin aas atu animal ka labarik keta book we'e ne'e hodi halo foer we'e no hadaet moras. 3). Taka no rai hahan didiak. 4). Sasan hodi han nian tenke mos. 5). Fo susu los deit durante fulan ne'en. 6). Soe tee hotu iha sintina ka iha rai koak, ka hakoi iha rai laran. 7). Fase liman iha tempu importante hirak tuir mai ne'e: **a)**. Depois de ba sintina. **b)**. Depois de hamos labarik nia tee. **c)**. Antes prepara hahan. **d)**. Antes atu han, antes fo han ka fo susu ba labarik. **e)**. Depois de hois inus beem, fanin ka mear. **f)**. Antes no depois de fo tratamentu ba ema ne'ebe moras.

Mensajen importante:

1). Diareia bele oho labarik. 2). Fo susu dala barak liu tan wainhira bebe hetan diareia. 3). Fo hahan beben barak liu tan ba labarik ne'ebe hetan diareia. 4). Oralit bele fo forsa ba labarik no redus risku atu mate tan diareia. 5). Ba kedas sentru saude wainhira diareia kahor ran, wainhira labarik isin manas makaas ka wainhira labarik muta sai buat hotu no labele hemu we'e. 6). Uza we'e mos atu hemu no tein hahan. 7). Karik we'e mos laiha, bele halo tratamentu ba we'e iha uma hodi nono we'e too nakali durante minutu ida, tais ho koador, uza klorin musan atu trata, ka uza metodu solar 'sodis' (tau we'e iha masa mos/transparan iha loron laran iha uma kakuluk durante oras 6-8). 8). Fase liman iha tempu importante. 9). Prevene diareia ho soe tee hotu iha sintina ka iha rai koak, ka hakoi iha rai laran.

Foti Asaun:

Sa ida mak ita pronto atu HALO atu prevene diareia no dehidrasaun?



International Federation
of Red Cross & Red Crescent Societies

Infesaun *Acute* Respiratoriu



Infesaun *Acute* Respiratoriu

Pergunta : **Saida mak ita hare iha figura hirak ne'e?**

Resposta : 1). Labarik ida mear. 2). Ema boot ida mear. 3). Labarik no ema boot ne'e moras.

Pergunta : **Tuir ita nia hanoin tan sa mak sira mear?**

Resposta : 1). Dala ruma mear no inus been sai sinal ba moras ne'ebe seriu.
2). Sira moras infesaun pulmaun no tubu respirasaun nian.

Pergunta : **Sa mak ita boot sei halo ba labarik ida ne'ebe mear no inus been?**

Resposta : Enkoraja labarik ne'ebe mear no inus been ne'e atu han no hemu bar-barak no koidadu keta kona malirin.

Pergunta : **Labarik ida ne'ebe iis sai makaas ka difisil atu dada iis parese moras pneumonia, ne'ebe infesaun ida seriu. Sa mak ita boot tenke halo wainhira ita hare labarik ida nia iis sae makaas ka susar atu dada iis?**

Resposta : Lori kedas nia ba sentru saude.

Pergunta : **Razaun saida dei mak ita boot iha atu lori kedas labarik ida ba sentru saude?**

Resposta : 1). Isin manas. 2). Dada iis lian. 3). Sente moras iha laran. 4). Mear durante semana tolu ka liu. 5). Laiha hakarak atu han/la han barak hanesan babain.
6). Muta sai buat hotu no labele hemu we'e.

Pergunta : **Saida mak ita tenke halo atu prevene pneumonia no infesaun respiratoriu iha labarik?**

Resposta : 1). Hadoo husi ahi suar (husi sigaruk ka ahi wainhira tein) no kuartu sira ne'e ema barak liu.
2). Fase liman durante tempu importante sira: depois de uza sintina; depois de kaer ka fase labarik nia kidun wainhira tee; antes prepara hahan; antes han; antes fo han ka fo susu labarik; depois de hoi sinus been, fanin ka mear; antes no depois de atende ba ema moras.
3). Fo susu labarik durante tinan rua ka liu no fo susu los deit to'o labarik halo fulan neen.
4). Lori labarik ba vasina tuir kalendaru vasina nian.
5). Fo hahan ho nutrisaun diak ba labarik.
6). Pratika hijiene ne'ebe diak.

Mensajen importante:

- Dala ruma mear no inus been sai sinal ba moras sira ne'ebe seriu.
- Enkoraja labarik ne'ebe mear no inus been ne'e atu han no hemu bar-barak no koidadu keta kona malirin.
- Labarik ida ne'ebe iis sai makaas ka difisil atu dada iis parese moras pneumonia, ne'ebe infesaun ida seriu.
- Prevene pneumonia ho fo susu los deit to'o labarik halo fulan neen, kontinua fo susu to'o tinan rua ka liu.
- Labarik hotu tenke hetan vasina tuir kalendaru vasina nasional.

Fati Asaun:

Sa ida mak ita boot pronto atu HALO atu prevene infesaun *acute* respitoriu?



Prevesaun no kontrola malaria



Prevesaun no kontrola malaria

Perguntas : **Saida mak ita hare iha foto ne'e?**

Resposta : **1).** Labarik ki'ik nebe moras teb-tebes. Labarik ne'e kosar ho be doko. Iha susuk sira nebe semo tun sae iha kuartu laran. **2).** Labarik ne'e isin manas.

Perguntas : **Tamba sa mak ita hare katak labarik ne'e moras ho isin manas?**

Resposta : **1).** Labarik ne'e bele hetan malaria tamba iha susuk barak no labarik nia inan la proteje labarik ne'e husi susuk. **2).** Susuk tata ona labarik ne'e .
3). Malaria mak halo isin manas.

Perguntas : **Tuir ita bo'ot nia hare oinsa ema ida hetan malaria?**

Resposta : Ema ida hetan malaria, karik nia hetan tata husi susuk nebe lori moras malaria.

Perguntas : **Ita hatene ema ruma nebe iha malaria?**

Resposta : Se iha karik, husu atu konta sira nia istoria. Hare sinal malaria nian no malaria nebe mak afeta seriu. Se laiha, ita bele ba pergunta nebe tuir mai.

Perguntas : **Ita hatene sinal ba labarik nebe iha malaria?**

Resposta : Isin manas, ulun fatuk moras, isin tomak moras, kosar ho malirin, la iha vontade atu hemu be'e ou hemu susu ben, muta, oin halai ou desmaia, sente fraku, ataka konvulsaun (bainhira isin manas bo'ot).

Perguntas : **Saida mak ita halo bainhira ita nia oan hetan sinal hirak ne'e?**

Resposta : Lori lalais labarik ne'e ba iha klinika nebe besik atu hetan tratamentu.

Perguntas : **Saida mak ita hare iha foto ne'e?**

Resposta : Labarik ho nia inan toba iha moskiteiru nia laran. Moskiteriu ne,e proteija sira husi susuk iha kuartu laran.

Perguntas : **Saida mak importante ita hare iha foto ne'e?**

Resposta : Susuk labele tata labarik ho nia inan tamba sira iha moskiteiru nia laran.

Perguntas : **Iha ita nia familia se mak kalan-kalan toba iha moskiteiru nia laran?**

Resposta : **1).** Se ema ruma toba iha moskiteiru nia laran – prova to'ok ba ita. **2).** Se ema ruma la toba iha moskiteiru nia laran fo hatene mai tamba sa mak lae.
3). Se iha ita nia familia iha feto isin rua ho/ labarik nebe seidauk to'o tinan lima fo koragen ba sira atu toba iha moskiteiru nia laran tamba sira nia saude.

Perguntas : **Iha maneira seluk nebe prevene atu susuk la bele tata ita?**

Resposta : **1).** Hatais faru liman naruk ho kalsa naruk. **2).** Uza kreme susuk nian ba isin. **3).** Sunu baygon iha susuk nia hela fatin. **4).** Tau redi iha janela ho odamatan, no liu-liu iha kuartu nebe ema toba ba.

Mensagen importante:

- Maneira nebe ita hetan malaria bainhira susuk tata ita
- Malaria sempre halo isin manas
- Malaria bele halo tratamentu. Se ema ruma iha simptoma malaria, lori kedas ba klinika nebe besik hodi hetan tratamentu. Bele sente diak ona mos La Bele para tratamentu .
- Ema hotu risku hetan malaria. Labarik nebe seidauk to'o tinan lima ho feto isin rua sira mak risku bo'ot liu mate tamba malaria
- Maneira diak liu mak toba iha moskiteiru nia laran atu prevene malaria. Se karik moskiteiru la to'o ba familia tomak fo preoridade liu ba feto isin rua ho labarik sira nebe seidauk halo tinan lima atu toba iha moskiteiru nia laran

Hola Asaun:

Saida mak ita sei halo atu prevene susuk tata?



International Federation
of Red Cross & Red Crescent Societies

HIV no Moras Hadaet liu husi Relasaun Seksual



HIV no Moras Hadaet liu husi Relasaun Seksual

Pergunta : **Saida mak ita bo'ot hare iha figura hirak ne'e?**

Resposta : **1).** Figuras konaba maneira oin-oin HIV, virus ne'ebe hamosu HIV/SIDA, bele hadaet husi ema ida ba ema seluk.
2). Figura ida konaba oinsa moras hadaet liu husi relasaun seksual bele daet husi ema ida ba ema seluk.

Pergunta : **Saida mak bele aumenta risiko atu hetan HIV durante sex?**

Resposta : **1).** Halo relasaun seksual la uza kondom. **2).** Iha moras ida ne'e hadaet liu husi relasaun seksual.

Pergunta : **Sinal saida deit mak hatudu katak ema ida iha HIV?**

Resposta : **1).** Ema ida bele moris ho HIV durante tinan barak no la hatudu sinal ruma konaba HIV. **2).** Virus HIV halo fraku ema nia kbi'it isin nian ne'ebe bele hamosu komplikasaun saude.

Pergunta : **Oinsa mak ema ida bele hatene katak nia iha HIV pozitivu?**

Resposta : Ba halo konselho no teste ho voluntariu.

Pergunta : **Tan sa mak importante atu hatene konaba ita boot nia status HIV?**

Resposta : **1).** Hatene ita bo'ot nia status HIV bele prevene hadaet ba parseiro seksual no labarik sira.
2). Hatene ita bo'ot nia status HIV bele halo ita iha asesu ba informasaun no apoiu konaba prevensaun, tratamentu, konselho no apoiu oi-oin.

Pergunta : **Ita bo'ot hatene ita bo'ot nia status HIV?**

Resposta : Karik los, fo apresiasaun parabens tamba halo teste ona.
Karik lae, fo informasaun katak akonsellamentu no teste voluntaria bele hetan iha hospital referal hotu iha Timor Leste.

Mensajen importante:

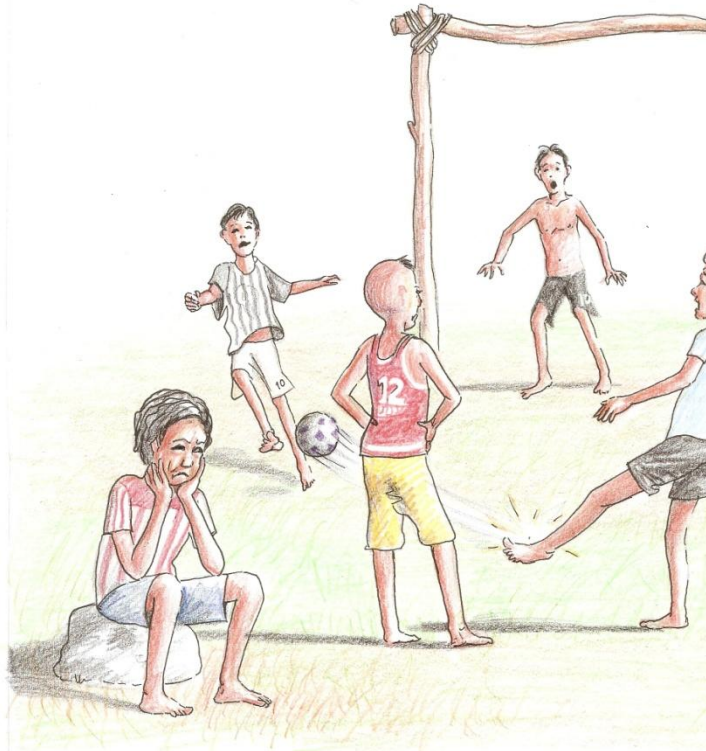
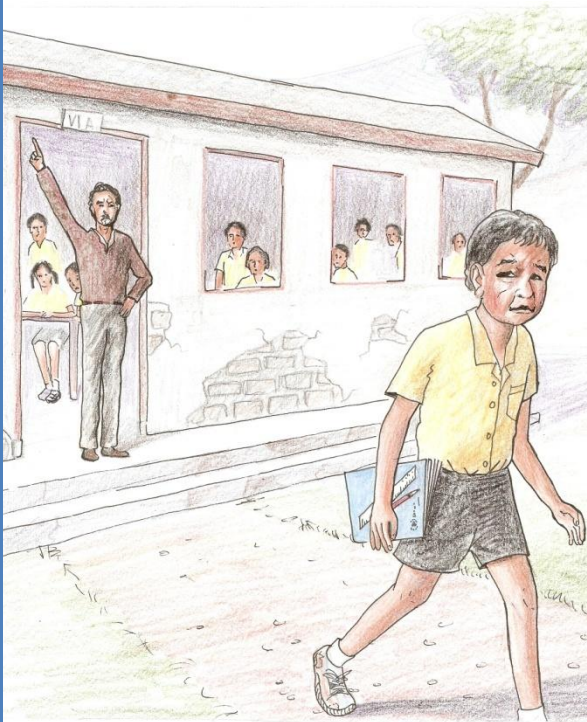
- HIV mak virus ne'ebe hamosu HIV/SIDA no estraga ema nia kbi'it isin nian.
- HIV bele tama ba ema ida nia ran liu husi vagina, penis, anus, ka direktamente liu husi kontaktu ran.
- Infesaun HIV bele mosu durante halo relasaun seksual la ho protesaun ho ema ida ne'e be HIV pozitivu.
- Relasaun seksual la ho protesaun ho ema barak sei aumenta liu tan risiko ba infesaun HIV.
- Iha moras hadaet liu husi relasaun seksual bele aumenta risiko atu hadaet HIV.
- Laiha aimoruk ne'ebe bele kura HIV, maibe iha possibilidade atu prevene infesaun HIV.
- Uza kondom ho lolos no konsistente atu prevene hadaet HIV liu husi relasaun seksual no moras seluk ne'ebe hadaet liu husi relasaun seksual.
- La halo relasaun seksual ka iha deit parseiro ida ne'ebe HIV negativu mos bele prevene infesaun HIV.
- LA BELE uza hamutuk daun ka instrumentu kroat seluk hanesan lamina.
- Ba halo teste. Hatene ita bo'ot nia status HIV, bele prevene hadaet ba parseiro relasaun seksual no labarik sira.
- Ba halo teste. Hatene ita bo'ot nia status HIV, halo ita iha asesu ba prevensaun, tratamentu, konselho no servisu apoiu seluk.
- Konselho no teste voluntariu bele hetan iha hospital referal hotu iha Timor Leste.

Foti Asaun:

- Hanoin saida mak ita bo'ot sei prontu hodi halo, hodi prevene HIV no moras hadaet husi relasaun seksual (MHRS)?
- Hanoin saida mak ita bo'ot sei prontu hodi halo, hodi fo'o informasaun konaba konselho no teste voluntario (VCT) ne'e bele hetan iha ne'ebe?



Hamenus Stigmatizasaun/Dun Todan no Diskriminasaun



Hamenus Stigmatizasaun/Dun Todan no Diskriminasaun

Pergunta : **Saida mak ita boot hare iha figura hirak ne'e?**

Resposta : Figuras konaba ema ne'ebe laiha maluk no ema seluk lakohi hamaluk ho nia. Forma oi-oin husi stigmatizasaun/dun todan no diskriminasaun. (Stigmatizasaun no diskriminasaun mak ema sira ne'ebe mak bainhira no la hetan tratamentu ne'ebe justu tamba asumsaun oi-oin, impresaun sala ka julgamentu husi ema seluk.)

Perguntas : **Razaun saida deit mak halo ema bele la fo atensaun ka hado'ok a'an ema seluk?**

Resposta : 1. La komprende malu. 2. Laiha informasaun suficiente ka halo asumsaun oi-oin. 3. Halo julgamentu konaba ema ida nia aparesementu/*penampilan* no asosia ninia relasaun ba grupu ida. 4. Tauk mate no moras. 5. Tamba moras HIV ka tamba iha ligasaun ho ema seluk ne'ebe moras HIV.

Pergunta : **Karik ita bo'ot hatene ona ema ruma hetan diskriminasaun iha pasadu/tempu uluk?**

Resposta : Karik los, husu sira atu konta sira nia istoria. Rona atu hatene oinsa sentimentu estigmatizasaun/dun todan ne'e afeta ona sira no razaun saida deit mak halo sira hetan stigma. Karik lae, kontinua ba pergunta tuir mai.

Pergunta : **Efetu husi HIV mak saida deit – sentimentu moe ne'ebe iha relasaun ho HIV?**

Resposta : **1).** Halo ema laiha korajen atu ba teste HIV. **2).** Halo ema lakohi muda dalan atu prevene HIV no buka hatene oin sa uza kondom. **3).** Halo ema lakohi buka meius atu hetan tratamentu HIV sedu no husu buka servisu apoiu oi-oin. **4).** Halo ema ne'ebe HIV- pozitivu lakohi fo hatene sira nia status HIV ho sira nia partner seksual potensial no risku atu hadaet ba ema seluk. **5).** Bele halo sira ne'ebe mak hetan stigmatizasaun sente moe, no monu ba abuzu droga no oho an.

Pergunta : **Maneira saida deit mak bele ajuda hamenus stigmatizasaun/dun todan iha comunidade?**

Resposta : 1. Aprende konaba HIV no AIDS no oinsa moras ne'e hadaet no oinsa la hadaet. 2. Aprende konaba oinsa stigmatizasaun bele afeta ema seluk. 3. Koalia ho ema ne'ebe HIV- pozitivu no fo apoiu.

Mensajen importante:

- Movementu Cruz Vermelha Cresente Vermelho la tolera diskriminasaun hasoru ema ne'ebe moris ho HIV ka grupu vulneravel sira seluk (prostitute, mane ale, mane ne'ebe halo relasaun seksual ho mane, ema uza droga, prizioneiru, ema ne'ebe troka ona sira nia orgaun seksual no migrantes).
- Movementu Cruz Vermelha Cresente Vermelho fo simu diak ema ne'ebe moris ho HIV no populasau vulneravel nudar membrus Sociedade Nacional Movementu Cruz Vermelha Cresente Vermelho.
- Hapara Violensia hasoru feto
- Ema ne'ebe moris ho HIV prezisa atu involve tomak iha comunidade nia resposta ba HIV no sira nia tratamentu rasik.
- Ema ne'ebe moris ho HIV iha direitu atu kontinua hala'o sira nia moris seksual no iha oan.

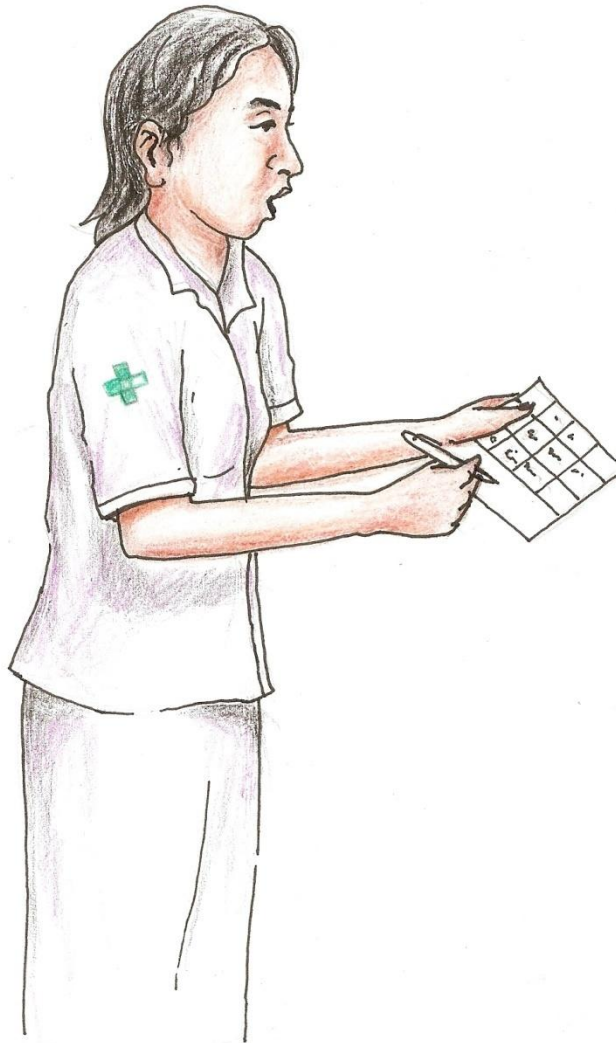
Foti Asaun:

Hanoin saida mak ita bo'ot sei pruntu hodi halo prevensaun ba stigmatizasaun iha ita bo'ot nia comunidade?



International Federation
of Red Cross & Red Crescent Societies

Tuberkolozu



Tuberkolozu

Pergunta : **Sa mak ita boot hare iha figura ida ne'e?**

Resposta : **1).** Feta ida mear no hadaet kutun aat. **2).** Mane ida moras tuberkolozu (TB) hemu aimoruk musan regularmente.

Pergunta : **Sa mak tuberkolozu?**

Resposta : **1).** Tuberkolozu mak moras ida ne'ebe mosu husi kutun aat ne'ebe bele estraga pulmaun no parte seluk iha ema nia isin.
2). Tuberkolozu ne'e moras ida seriu teb-tebes.

Pergunta : **Oin sa ema ida bele hetan tuberkolozu?**

Resposta : Tuberkolozu hadaet husi ema ida ba ema seluk liu husin anin atravez de mear, fanin no tafui kaben.

Pergunta : **Ita boot konhese ema ruma ne'ebe moras tuberkolozu?**

Resposta : Karik los, husu sira atu konta sira nia istoria. Rona didiak konaba sinal husi tuberkolozu no moras ne'e seriu oinsa. Rona sira nia istoria oinsa ema ne'e hetan tratamentu.

Karik lae, kontinua ba pergunta tuir mai.

Pergunta : **Sinal husi tuberkolozu mak saida deit?**

Resposta : **1).** Mear liu semana tolu. **2).** Mear sai ran. **3).** Isin manas. **4).** Isin malirin. **5).** Hirus matan moras. **6).** Kosar durante kalan. **7).** Laiha hakarak atu han no isin tun. **8).** Labarik boot susar. **9).** Sente kole.

Pergunta : **Tuberkolozu bele kura ka lae?**

Resposta : **1).** Sim, tuberkolozu bele kura ho tratamentu husi pesoal saude. Tratamaentu ba TB tenke halo regularmente.

2). Ema ne'ebe halo tratamentu TB tenke remata iha period ida nia laran.

3). Ema bele mate tan tuberkolozu kuandu la hetan tratamentu.

Pergunta : **Saida mak ita boot tenke halo wainhira ita hare sinal tuberkolozu iha ema balu iha ita boot nia familia?**

Resposta : 1. Lori sira ba sentru saude karik ita boot hanoin katak sira iha TB.

Mensajen importante:

- Tuberkolozu hadaet husi ema ida ba ema seluk liu husin anin. Taka ita boot nia ibun wainhira mear ka fanin.
- Karik ita boot mear liu semana tolu tenke ba sentru saude.
- Tuberkolozu bele kura. Ba sentru saude karik ita boot hanoin katak ita boot moras TB.
- Ema ne'ebe halo tratamentu ba tuberkolozu tenke kompleta tratamentu HOTU. LABELE para tratamentu maske sente diak uituan.
- Buka hatene efeitu seluk/"sampingan" husi tratamentu tuberkolozu. Fo hatene ita boot nia pesoal saude karik ita hetan efeitu seluk ne'e.

Foti Asaun:

- Saida mak ita boot pronto atu HALO atu hatene sinal konaba TB?
- Saida mak ita boot pronto atu HALO atu suporta ema ne'ebe halo tratamentu TB?



Prevensaun - Tuberkolozu



Prevensaun - Tuberkolozu

Pergunta : **Saida mak ita boot sira hare iha figura ne'e?**

Respostas : 1). Feto ida ne'ebe taka didiak nia ibun no inus wainhira mear no fanin.
2). Feto ida mear no la taka ninia ibun no inus.

Pergunta : **Tan sa mak figura ne'e importante?**

Resposta : Taka ita nia ibun no inus wainhira mear no fanin mak dalan ida atu prevene hadaet gripi hanesan tuberkolozu.

Pergunta : **Dalan seluk saida deit mak ita bele prevene hadaet tuberkolozu?**

Respostas : 1). Ba sentru saude wainhira ita iha preokupasaun katak ita boot rasik ou ema ruma iha uma laran hetan TB.
2). Loke janela sira atu anin fresku bele tama.
3). Remata tratamentu tomak ba TB ne'ebe ita boot hetan.

Pergunta : **Oinsa mak ema ida ho tuberkolozu bele prevene keta hadaet?**

Respostas : 1). Buka tratamentu ba ninia tuberkolozu.
2). Tuir tratamentu TB to'o remata.
3). Taka sira nia ibun no inus wainhira mear ka fanin.

Mensajen importante:

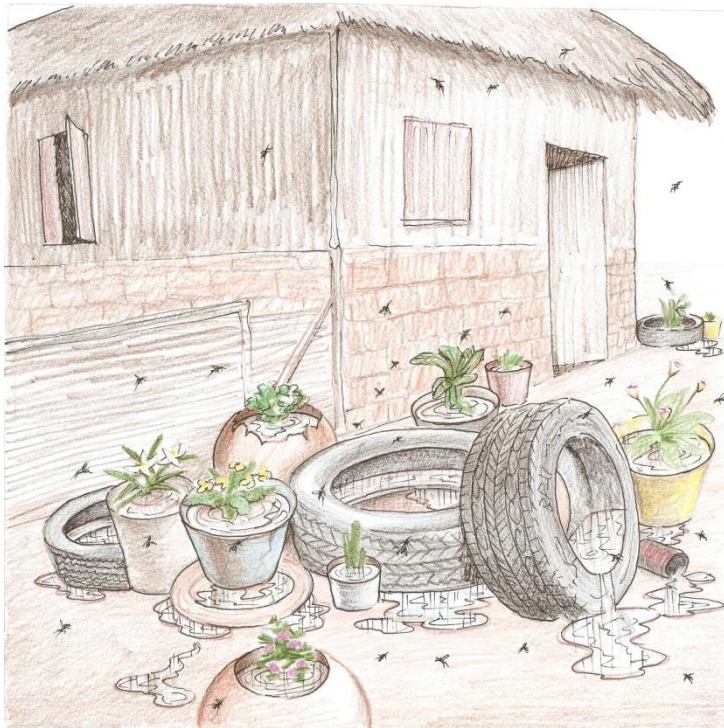
- Tuberkolozu hadaet husi ema ida ba ema seluk liu husi anin. Taka ita boot nia ibun no inus wainhira mear ka fanin.
- Karik ita mear liu semana tolu tenke ba sentru saude.
- Tuberkolozu bele kura. Ba sentru saude karik ita boot hanoin katak ita boot moras TB.
- Ema ne'ebe tuir tratamentu ba tuberkolozu tenke tuir to'o tratamentu HOTSU remata. LABELLE para maske ita boot sente diak uituan ona.
- Buka hatene efeitu seluk/efek samping husi tratamentu TB. Informa ita boot nia pesoal saude karik ita hetan efeitu seluk.

Foti Asaun:

- Saida mak ita boot pronto atu HALO hodi prevene hadaet tuberkolozu?
- Saida mak ita boot pronto atu HALO hodi hatene sinal husi TB?
- Saida mak ita boot pronto atu HALO hodi suporta ema ne'ebe tuir hela tratamentu ba TB?



Prevensaun no Kontrolu ba Dengue



Prevensaun no Kontrolu ba Dengue

Pergunta : **Saida mak ita hare iha figura ne'e?**

Response : **1).** Susuk ida. **2).** Vazu nakloke, vazu aifunan, roda nakonu ho we'e no we'e lihun ho susuk barak semu haleu iha leten. **3).** Feto ida fakar we'e husi kontentor ida.

Pergunta : **Susuk ne'ebe deit mak hela iha uma laran no uma ninin no tolun iha we'e mos?**

Resposta : Susuk ne'ebe mak halo moras dengue.

Pergunta : **Tan sa mak ita tenke hatene konaba moras dengue?**

Resposta : Moras Dengue bele fatal.

Pergunta : **Ita boot koinhese ema ruma ne'ebe hetan moras dengue?**

Resposta : Karik los, husu sira atu konta sira nia istoria. Rona didiak ba sinal husi moras dengue no moras ne'e seriu oin nusa. Karik lae, kontinua ba pergunta tuir mai.

Pergunta : **Sinal husi moras dengue mak ne'ebe deit?**

Resposta : **1).** Isin manas makaas. **2).** Ulun moras teb-tebes. **3).** Moras iha matan fukun. **4).** Moras iha ruin fukun sira. **5).** Muskulu no isin tomak moras, kotuk laran moras. **6).** Laran beik no muta. **7).** Isin mean hotu.

Pergunta : **Saida mak ita tenke halo ita boot ka ema ruma iha uma laran hatudu sinal sira ne'e?**

Resposta : Ba sentru saude ka hasoru kedas infermeiru ida.

Pergunta : **Dalan saida deit mak ita bele halo atu prevene susuk keta tolun besik ita boot nia uma?**

Response : **1).** Taka we'e fatin hotu iha tempu hotu-hotu. **2).** Hamos jara, bidon no balde we'e fatin regularmente. **3).** Hamaran we'e lihun sira, bee dalan no we'e husi uma kakuluk no aihoris iha uma laran no uman ninin. **4).** Soe foer hotu sasan sira ne'ebe bele rai we'e hanesan masa plastiku, kontentor mamuk, roda aat, nuu kakuun.

Mensajen importante:

- Proteje an atu susuk keta tata. Toba iha moskiteru laran iha tempu hotu-hotu. Tau redi susuk iha odamatan no janela sira liu-liu iha kuartu ne'e ema toba ba. Hatais faruk liman naruk no kalsa naruk. Uza aimoruk susuk iha kulit. Sunu piveti.
- Susuk dengue hela iha uma laran no uma ninin sira no tolun iha we'e mos.
- Sempre take wee fatin sira iha tempu hotu-hotu.
- Hamos masa, bidon no balde sira tau we'e.
- Hamaran wee lihun, wee dalan, we husi uma kakuluk no ai horis iha uma ninin sira.
- Soe sasan hotu ne'ebe bele rai wee hanesan masa plastiku, kontentor mamuk, roda aat no nuu kakuun.
- Moras dengue bele fatal; buka lalais tratamentu husi pesoal saude.

Foti Asaun:

- Saida mak ita boot pronto atu HALO atu susuk keta tolun besik ita boot nia uma?
- Saida mak ita boot pronto atu HALO atu evita susuk tata?

