

Key Phrases for Feeding Assessments and Support

English – Kurdish (Kurmanji)

English	Kurdish (Kurmanji)
How old is your baby?	Pitika we(Zarokê we) çend salî ye?
0-2 months	0-2 mehî
2-4 months	2-4 mehî
4-6 months	4-6 mehî
6-9 months	6-9 mehî
9-12 months	9-12 mehî
>12 months	>12 mehî
How was your baby fed last week?	We hefteya berê çawa pitika xwe xwedî kir?
only breast milk	Bi sîrê dayîkê
breast milk and infant formula	bi şîra dayîkê û mama
only infant formula	Tenê mama
How was your baby fed yesterday?	We duh çawa pitika xwe xwedî kir?
If you are breastfeeding, do not stop. Continue to do so until your child is at least 2 years of age. This is the most reliable, cheapest and safest way of feeding your child. Breastfeeding will protect your baby against infections.	Eger hûn şîrê dayîkê bidinê , berdewam bikin heta zarokê we dibe 2 salî. Ew rêya herî erzan û ewlemend e. Şîrê dayîkê wê pitika we li hemberî enfeksiyonan biparêzîne.
Formula feeding your baby is dangerous in the current situation. This is why we do not want to give infant formula to breastfeeding women.	Bi mama xwedî kirin niha tehlûke ye ji bo pitika we. Ji ber vê em mama nadin jinên xwedanê pitikan.
If you recently stopped breastfeeding, you can restart. This is by far the safest option for your baby. Frequent suckling at the breast, day and night, will help to stimulate breastmilk production. Offer the breast before offering any other food or liquid.	Eger hûn dest ji mijandinê bikêşin, hûn dikarin carek din dest pê bikin. Ew ya herî baş e ji bo pitika we. Şîrmijîn wê alikariyê bide ku şîrê memik zede be. Berî her tiştên wekî xwarin û avê tene memikê dayîkê bidin pitikê.
Do not give breastfed babies less than 6 months any extra water, juices, teas or foods.	Heta pitik dibe 6 mehî ji xeynê şîrê dayîkê tu tiştên wekî avê, çayê, ava fêkî û xwarinê nedine wê.
Exclusive breastfeeding offers the best nutrition for small babies. Breastmilk contains ingredients that protect your baby from infection. Giving other foods/fluids will reduce your milk supply and increase the chances of infection, especially in this situation.	Şîrê dayîkê ji bo zarokên biçûk xwarina herî baş e. Di nav şîrê dayîkê de tiştên ku pitikên we li hemberî enfeksiyonan diparêzin hene. Eger hûn xwarin û vexwarinên din bidin pitikê, wê şîrê we kêm be û wê pitik enfeksiyonê bigre.
If you are both breastfeeding and using infant formula or other milks, it is safer to only breastfeed. Breastfeed before feeding formula in order to stimulate breastmilk production. You can gradually replace each formula feed with a breastfeed. This may take a few days.	Eger hûn hem pitikê mijînin û hem jî mama ango şîrê din bidinê, ya baştir ji bo pitikê şîrê dayîkê ye. Eger hûn mêjînin, wê şîrê dayîkê zêde dibe. Dest ji mama berdin û ji vê bêhtir şîrê dayîkê bidinê. Dibe ku ew çend rojan bikêşe.

English	Kurdish (Kurmanji)
<p>Do not start to use infant formula if you have never used it. It is very difficult to prepare in your situation, we cannot provide you with all the supplies you will need, and it is expensive. Feeding your baby formula makes them more likely to get sick with diarrhea and chest infections which are serious illnesses for babies.</p>	<p>Eger we qet mama bikar neanîbe, qet dest pê nekin. Em nikarin ew tiştên we hewce bidin we û ew pir buha ne. Eger hûn bi mama pitika xwe xwedî bikin, dibe ku ew îshal be û enfeksiyonên ciddî bigirin.</p>
<p>Stress does not reduce your breastmilk supply but it can slow the release of milk and this can make babies fussy and upset. Thinking about your love and hope for your baby will help the milk to flow. If available, being in a private place can help you relax. If your baby is over 6 months of age, continue to breastfeed as often as for as long as possible (2+ years) in addition to adding other foods. Try to offer the breast before other foods.</p>	<p>Stres şîrê memikî kêmkirî nake, lê dibe ku hatina şîrê dayîkê hêdî bike û ew jî pitikê dibe mizmizok û nexweş. Evin û hêviya xwe ya ji bo pitika xwe bînin bîra xwe û wê şîr ji memikê bê. Eger hebe, herin cihekî xweş ku hûn bêhna xwe vedin. Eger pitika we ji 6 mehan mezintir be, berdewam bikin şîrê dayîkê bidinê û her wiha xwarinan jî bidinê wê. Berî xwarinan şîrê bidinê.</p>
<p>wash hands</p>	<p>Deste xwe bişon</p>
<p>ensure bottle and teat are thoroughly washed</p>	<p>Haya we jê hebe ku we şûşe û sermemik şuştîye.</p>
<p>measure water accurately</p>	<p>avê baş bipîvin</p>
<p>measure powder accurately</p>	<p>tozê baş bipîvin</p>
<p>Discard unused formula</p>	<p>ew mamayê we bikar neaniye biavên</p>
<p>Powder that is mixed with cool potable water must be consumed immediately.</p>	<p>Ew toza we li gel ava vexwarinê her gav bikar bînin.</p>