



# Varriidâttâm olmooš piergee pyerebeht

Tun finnih taa vuáðuravvuid, maht tun varriidâđah hemâdâssáid já kriisáid já tooimah toi ääigi.

## Siskáldâsluvâttállâm

- 2 Tiädáh-uv tun, maht varriidâđah sierâlagán hemâdâssáid já kriisáid já tooimah toi ääigi?
- 2 Varriidâttâđ puáhtá maangânáál
- 3 Päikkivuárkká etitile várás lii varriidâttâm vuáđu
- 4 Tooimâ návt, ko miinii spiekâstâhlijd tábáhtuvá
- 5 Maht hemâdâsah vaigutteh tuu aargân?
- 7 Maht vaarâst almottuvvoo?
- 8 Máttááttâl tárbulijđ tááiđuuid já poorgâ aášijđ oovtâst iärásijguin

# Tiädáh-uv tun, maht varriidâđah sierâlagán hemâdâssáid já kriisáid já tooimah toi ääigi?

Varriidâttâm uáivild muuneeld ráhtádâttâm sierâlagán hemâdâs- já kriisâtiilij sehe spiekâstâhtiilij várás.

## Sierâlagáneh tileh, moi várás kalga varriidâttâđ, láá ovdâmerkkân



kuhes šledgâ- já čäcipoodhah



varâlii amnâs tovâttém tile, mii váátá, ete moonah siisâ suáján



kuhes vááduh internet tâi puhelinohtâvuodâi toimâmist



kriisah, moh pišteh kuhháá, tego pandemia.



luándualmoneh, tego stormâ teikâ tulve

Jis miinii hemâdâssáid tábáhtuvá, te tot puáhtá vaiguttiđ ennuv aargân. Suomâst hemâdâstileh iä kuittâg lah táváliih. Varriidâttâp spiekâstâhláid tiilijđ, veikâ uhkeh iä vaarâ olášuugin.

Ko miinii spiekâstâhljijđ tábáhtuvá, te virgeomâhááh já eres ovdâsvástádâspeleh huolâtteh tile hoittáámist. Virgeomâhááh iä kuittâg paste porgâđ puoh ohtuu. Juáhháá jieijâs varriidâttâm já toimâm meerhâš ennuv.

## Varriidâttâđ puáhtá maangânáál

Juáhâš puáhtá varriidâttâđ, veikâ vuolgâsajeh láá puohâin sierâlagáneh. Smietâ, maht tun jieš puávtáččih piergiđ pyerebeht.

### Varriidâttâm meerhâš

- **päikkivuárhá** aainâs-uv 3 pirrâmpeeivi várás
- **tááidu toimâđ**, ko tun kuáhtááh tile, mii spiekâst táváliist
- **toimâmnaavcâid** fyysisávt já psyykkisávt
- **siärvuslâšvuodâ** ađai luáttámuš já ohtâvuodâ iärsáid sehe naavcâ išediđ.

Varriidâttâm ij uáivild, ete tun oskoh, ete miinii paaid tábáhtuvá. Epioskottetteeh-uv ääših sätth liijká motomin tábáhtuđ.

# Päikkivuárkká etitile várás lii varriidâttâm vuáđu

Päikkivuárkká uáivild, ete tust láá päihistâd purrámuš, čääci já eres velttidmettum tarbâsheh aainâs-uv 3 pirrâmpeeivi táárbu várás.

Päikkivuárhá táárбуh láá juáhháast sierâlágáneh. Varriidât jieijâd tile miel. Täärhist, ete päikkivuárkká etitilij várás pijssáá puoh ässeid päihistâd.

## Päikkivuárhá tärhistemlisto:



Purrámuš, mon puáhtá puurrâđ tágárin



Pattereh já lyeđejum värivirdekäldee



Juuhâmčääci aainâs-uv 2 litter juáházân, jyehi piäiván



Putes liteh, main láá loheh, čääsi siäiluttem várás



Velttidmettum talkkâsheh



Lahtâsiholdâsah já kiedâi desinfisistemaamnâs



Radio, mii tuáimá patterijguin teikâ mudoi viermivirdettáá



Váhá kietâruudah



Lummolamppu, mii tuáimá patterijguin teikâ mudoi viermivirdettáá



Joditableteh avžuuttâs miel



Áimustittemteippi



# Tooimâ návť, ko miinii spiekâstâhlijđ tábáhtuvá

Jyehi hemâdâs já kriisâ, mii tábáhtuvá kivkked, lii ain sierâlágán.

## Tun piergiih maangâ tiileest, ko tooimah návť:

- Piso rávhálâžžân.
- Smietâ, maggaar tiileest lii koččâmuš, láá-uv tust tiädust toimâmrvavuuh, moh lohtâseh taggaar tilán, já maht tile vaaigut tunjin, aldaulmuid já aldakuávlv ulmuid.
- Čuávu virgeomâhái tiedettem já nuávdit ravvuid.
- Toovâ listo tehálumosijn aášijn, maid kalga porgâđ tiileest já toimâškuát taiguin.
- Iššeed iärásijđ jieijâđ naavcâi mielđ já pivde táárbu mielđ jieš iše.

Tun finniih lyetittettee tiäđu tiileest virgeomâhái nettisiiđoin, Yleisradio yle.fi-nettisiiđoin já Yle radiokanavijn.

Ele pääsi ohtuu, jis láá váiváás tobdoh. Sáárnu aldaulmuiguin teikâ ránjáiguin. Uusâ táárbu mielđ iše kieldâ tâi seervij išedeijee palvâlusâin.

Jis tun tarbâšah huápulii iše, te suáiti etinumerân 112. Etitile lii ovdâmerkkân tullâpuálu, ulmuu lammâšum tâi eres tile, kuás tun tarbâšah tállán iššeen puálukode, ambulans tâi poolis.



# Maht hemâdâsah vaigutteh tuu aargân?

Hemâdâsah pyehtih tovâttid maangâlágánijd vaigâdвуоđâid. Vâdisin argâ muttoo eromâšávt talle, ko tile pištá kuhháá.

Smietâ koččamušâi vievâst, maht tun puávtáččih pyeredid jieijâd varriidâttâm.

## Etitilevuárkká pääihist

**Maht tun piergiih pääihist orro purrâmušâiguin, jis jieh peesâ káávpán?**

### Varriidât návт

- Skappuu päikkivuárkán aainâs-uv kuulmâ peeivi várás purrâmuš, mon puáhtá puurrâđ tágárin.
- Smietâ, magareh vevih tust láá mälistem várás, jis šleđgâ lii potkânâm.

**Maht tun piergiih, jis ij puáđi čääci maangâ peeivi?**

### Varriidât návт

- Vuorkkii pááikán puttâlčääsi: aainâs-uv 2 litter jieijâd pääihi jyehi ässee kuáttá kuulmâ peeivi várás.

## Tiäđu finnim

**Maht tun finniih tiäđu, jis internet já puhelinohtâvuоđah láá potkânâm kuhháá?**

### Varriidât návт

- Smietâ muuneeld, ete kiäst teikâ kost aldakuávlust tun puávtáččih moonnâđ kojâdid lasetiäđuid?
- Skappuu radio, mii tuáimá patterijguin. Hemâdâstiilijn tieđettuvvoo Yle radiokanavijn.

**Maht tun piergiih, jis pääihi lieggim ij tooimâ já päikki čuásku?**

### **Varriidât já tooimâ návt**

- Smietâ, mii ohtâ viistijd tuu päähist pisoččij liegâsin puoh kuhemustáá.
- Oro tuš oovtâ visteest.
- Väärrid lieggâ lovduid.

**Maht tun finniih čuovâ pááikán, jis šledgâ lii potkânâm kuhháá?**

### **Varriidât návt**

- Skappuu lummolaampu tâi kállulaampu.
- Siäilut päähist patterijd, moh heivejeh laampun.

**Mii išedičij tuu vaijeed já maht tun siäiluttiččih pyere mielâ vädis tiileest?**

### **Varriidât já tooimâ návt**

- Smietâ, maggaar puđâldem tolâččij mielâ pyerrin? Skappuu pááikán ovdâmerkkân speelâid, kiirjijd, pápârijd já peenâid.
- Smietâ, magareh positiivliih vyevih láá ovdil išedâm tuu vaijeed vädis tiilijn. Ovdâmerkkân eres ulmui toorjâ iššeed vaijeed spiekâstâhlijn tiilijn.

Huámmáših-uv aášijd, maid tun puávtáččih pyeredid jieijâd varriidâtmist? Tun lah tääl váldâm tehálii läävhi pyereeb varriidâtmân!

## Maht vaarâst almottuvoo?

Ko hemâdâstile tâi pârtti tâbâhtuvá, te virgeomâhááh adeleh ravvuid, maht tun koolgah toimâđ. Táválávt pârtti- tâi vaarâtiileest ääšist muštâl vuossâmužžân tuu päikkikode kááijumlájádâs.

Kivkked tâbâhtum olgon orroo vaarâin várutteh vaarâtiäđáttâssáin já almos vaarâmerháin. Suijân váruttasân puáhtá leđe ovdâmerkkân tullâpuálu tovâtem suovâ, stormâ teikâ eres várálâš tile.



### Vaarâtiäđáttâs

Vaarâtiäđáttâs lohoo radiost já čáittoo táárbu mielđ televisiost.

Tast muštâluvoo, ete mii lii tâbâhtum já adeluvvojeđ ravvuuh suájân monâmist.

Toomâ tiäđáttâsâst adelum ravvui mielđ.

Luodii jieijâđ puhelimân 112 Suomi -heiviittâs. Tun finniih jieijâđ kuávlú vaarâtiäđáttâsâid njuolgist puhelimân, ko adelah love puoh tárbulijđ almottâssâid.



### Vaarâmerkkâ

Vaarâst váruttuvoo miinuut kukkosijn pajaneijee já vuálâneijee jienâmerháin.

Ko tun kuulah vaarâmeerhâ, te moonâ siisâ.

Tun finniih lasetiäđu vaarâtiäđáttâssáin. Nuávdiđ virgeomâháí adelem ravvuid.

Vaarâmerkkâ testajuvoo uánihis jienâmerháin jyehi mánuppaje vuossâmuu vuossaargâ tme 12. Talle tun jieđ taarbâš porgâđ maiden.

## Návt suojijih jieijâđ siste

Ko vaarâ uhked, te táválumos toimâvyehi lii moonnâđ siisâ suájân. Siisâ kalga moonnâđ suájân ovdâmerkkân talle, jis ááimust leevvân háitulii suovâ. Virgeomâháš muštâl vaarâtiäđáttâssáin, jis tun koolgah suojijđ jieijâđ siste.

### Toomâ návt, ko rávvejeđ tuu suojijđ jieijâđ siste:

- Moonâ siisâ.
- Piejâ áimumsom kiddâ. Toopâ uuvssâid, laassâid já áimumsomraaigijđ lavvâ.
- Čuávu virgeomâháí vaarâtiäđáttâssâid já toomâ ravvui mielđ.
- Piso siste syejeest, tassaaš ko virgeomâháš tiedeet, ete tile lii lappâđ.

# Máttááttâl tárbulijđ tááiđuid já poorgâ aašijđ oovtâst iärásijguin

## Uásálist

Aašijđ poorgâm oovtâst iärásijguin já iärásijđ išedem lii tehálâš. Tun puávtáh ovdâmerkkân uásálistiđ seervi ornim tooimân tâi riemmâđ ríjjátátulâžžân. Siärvuslâšvuotâ iššeed vaijeed pyerebeht meid talle, ko miinii spiekâstâhlijđ tábáhtuvá.

Suomâst láá ennuv seervih, tego valastállâmseervih, kulttuurseervih já ustevvuotâkerhoh.

## Máttááttâl

Hemâdâsâi já kriisâi verrin kannat máttááttállâđ lase varriidâtmist. Vuosâišetááiđuid lii pyeri máttiđ.

Puohháid ávus škovliimijđ varriidâtmist já torvolâšvuotâtááiđuin uárnee ovdâmerkkân Maanpuolustuskuulutusyhdistys MPK (Eennâmpiäluštâsškovlimornijdume): [mpk.fi](http://mpk.fi)

Vuosâišekuursâid uárnee Suomâ Ruopsis Ristâ: [spr.fi](http://spr.fi)

---

Taat čuákánkiäsu lii rahtum, vâi tun puávtáh pyerebeht varriidâttâđ tiilijđ, main argâ ij tooimâ normaallávt. Tuáivu mielđ tot iššeed tuu hoksáđ, moh aašijđ tuu jieijâđ varriidâtmist láá pyereest já maid aašijđ tun halijdiččih pyerediđ.

Lasetiäđuh hemâdâs- já kriisâitiilijn suomâ-, ruotâ- já engâlâskielân Suomi.fi uápistemsiiđost: [suomi.fi/varautuminen](http://suomi.fi/varautuminen)

Tun kaavnah taam čuákánkiäsu nettisiiđost meid sierâ kieláid.

arabia | somali | dari | farsi | venäjâ | ukraina | sorani | pohjoissaame | inarinsaame | koltansaame | selkosuomi | selkoruotsi | englanti | ruotsi | suomi

Čuákánkiäsu lii pyevtittâm sisâministeriö oovtâst Digi- já aalmugtiätuvirgáduvváin sehe varriidâttâm já toimâmkiärgusvuodâ virgeomáháiguin já servijguin.

Almostitemihe 2024

