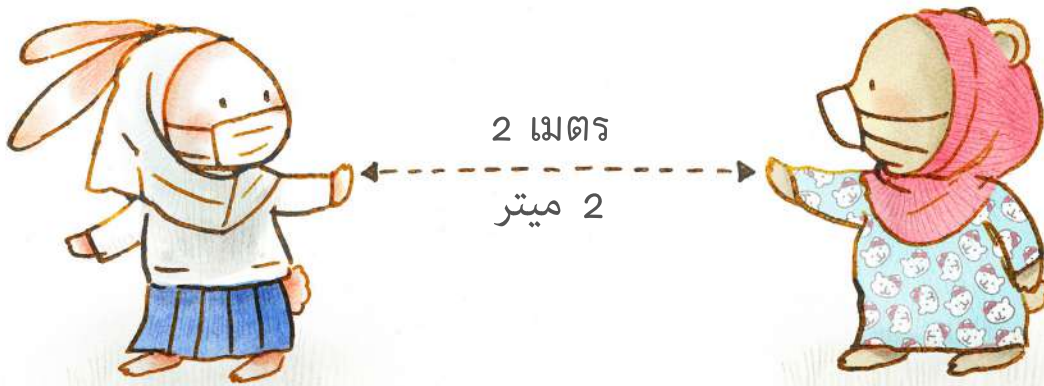


อานีส ^{กับ} กอล์ฟ สู้ โควิด-19

أنيس دان قاف ملاون
کوفید-۱۹



เรื่อง ระพีพรรณ พัฒนาเวช
ภาพ Sawanee Draw
แปลภาษา แวมายี ปารามัล

چریتا : رائفن فتنناویت
کمبر : ساوانی دراو
فترجمه : عبدالمجید قارامل

อานีสอยากไปโรงเรียน
 อยากไปอ่านหนังสือ
 เรียน เล่นกับเพื่อนๆ
 ماھو ڦرکي سکوله،
 لاجر، ممباچ، منوليس
 برماين دغن قاف.

อานิสสงสัย “โรคระบาดคืออะไร ทำไมต้องหยุด”



มะบอก “โรคระบาด มาจากแดนไกล” มาได้ยังไง ป๊ะเล่าให้ฟัง
 امق بركات “وابق قياکيت اين دري رنتاو جاؤه،” باکایمانا داتغن باف برچریتا.



โรคนี้มีชื่อโควิด อยู่ใกล้แล้วติด จากน้ำมูก น้ำลาย
 คนติดเชื้อ มีอาการเหมือนหวัด หายใจติดขัด มีไข้ ไอ จาม
 قياکيت اين نامن کوفيد، برجغکيت دري ايغوس دان ایر لیور.
 اورغ یخ دجغکيتين ممقوياي کجالا سقرتي جوك دغن سلسما; تيدق
 سنخ برنفس، دم، باتوق دان برسین.



คนหนึ่งมีเชื่อในตัว เดินทางไปทั่ว ทำเชื่อกระจาย
เชื่อโรคก็จะพุ่งไป ติดตามเนื้อตัว มือ หน้า ตาไว้

سسآورغ یغ دجغکیتی کومن برکرق مرات - رات،
باوا کومن مرییق کمان - مان، ملکت قد توبوه، تاغن، موک دان مات.

ใครเพลอจับจุมก หน้าตา เชื่อโรคยี้มร่า ปวยรายต่อไป
اڤابىلا سسیاڤا ترجمه هیدوغ، موک دان مات، کومن سپوم، کتاوا،
جاديله قساکیت یغ بارو قولاً.





พวกเราหุ้ดรับเชื้อได้ ไม่ออกไปไหน อยู่แต่ในบ้าน
 คิต บولية برهنتي منريما کومن، تیغکل د رومه جاغن کلوار برجالن-جالن.



อานีสอยากไปหากอล์ฟ ป๊ะมะริบบอก “ไม่ได้ ไม่ได้”
 “อานีส อิชิน ฟอร์คิ มินچارี คอฟ. บาฟ، امق ملارغ ” جاغن، جاغن”

เพื่อนกอล์ฟก็ต้องอยู่บ้าน รอ 14 วัน ว่าป่วยหรือไม่
ให้กอล์ฟเล่นคนเดียวไปก่อน ไม่ป่วยแน่นอน แล้วค่อยเล่นกัน

تمن قاف مستي تیڭکل د رومه 14 هاري، اونتوق دڤستيکن دمم اتاو تيدق.
بيار قاف برمائين برسنديرين دولو، جلس تيدق دمم باروله بوليه مائين برسام.

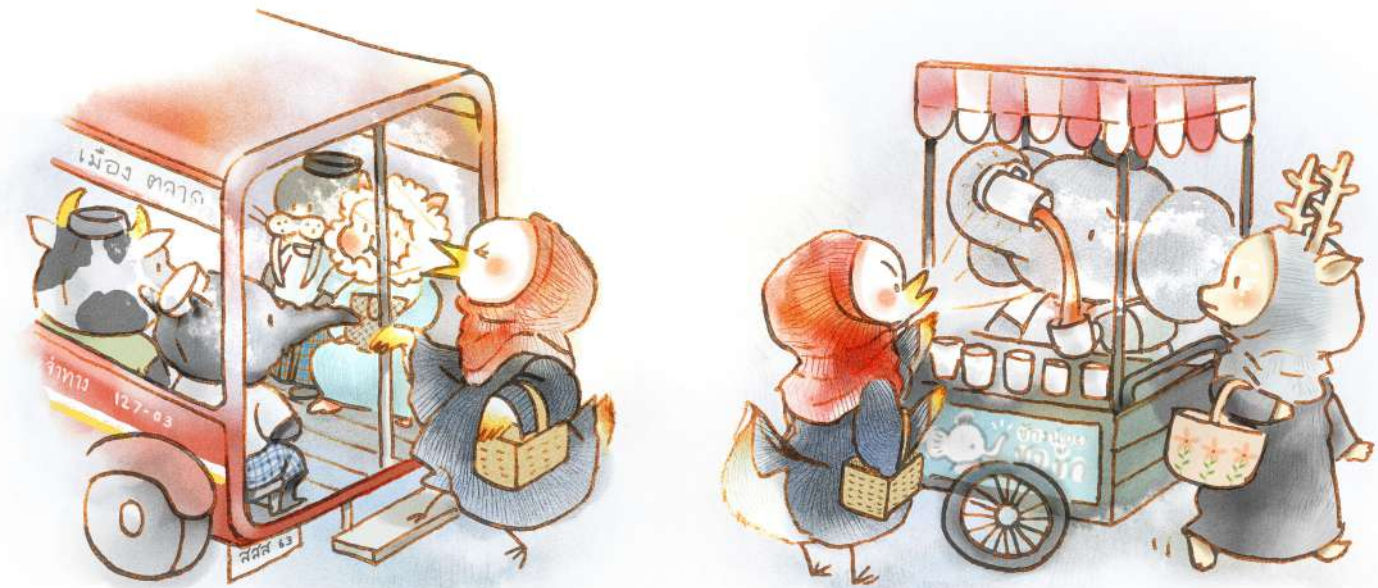


วันหนึ่ง มีเสียงเอะอะ
กอล์ฟกับป๊ะ มะ
รีบออกมาดู

سواتو هاري بربويي ريوه،
قاف، باڤ دان امق
چڦت كلوار تيڠوق.



“ป้าวิ จะออกไปไหน
ป้าวิทำไม ไม่อยู่ในบ้าน”
“มق چيق نق کمان،
کناڤ تق تيڠکل د رومه؟”



ป๊ะว่า “แบบนี้ไม่ถูก จำไว้นะลูก ไม่ไปเพื่อนพ่าน”
बाڤ برکات “ماچم ني تق بتول، جاغن ڦرکي رات - ريتي.”





ทุกคนอยู่แต่ในบ้าน แค่เพียงไม่นาน เชื้อโรคจางหาย
 دودوق سهاج د دالم رومه، تيدق لاما کومن قون هيلخ.

เมื่อเราไม่เจ็บไม่ป่วย เท่ากับเราช่วย แบ่งเบาคุณหมอ
 جك كيت تيدق ساكيت دمم، باگاين كيت بنتو مريخنكن بين دوكتور.





ตกเย็นอาโตะมาหา
กอล์ฟวิ่งออกมา
ด้วยความดีใจ
وقتو فتخ اتوق داتخ،
قاف برلاري كلوار
دغن كمبيرا،

อาโตะรีบตะโกนบอก “ยังเข้าใกล้ไม่ได้หรอก กอล์ฟจำเอาไว้
اتوق ملاؤغ ”بلوم บولية ماسوق دكت، قاف مستي ايخت.



ห่างกันสองสามเมตรนะ ไว้ค่อยกอดกันจ้ะ เมื่อเราปลอดภัย”
جاكله جارق 2-3 ميتر، ستله سلامت باروله بولية برقلوقن.



อาโตะเข้าบ้าน ล้างมือ กอล์ฟรีบวิ่งตื้อ “อาโตะล้างมือเป็นไหม”
 اتوق ماسوق كدالم رومه، باسوه تاغن.
 قاف لاري دکتی اتوق ” قندايکه اتوق باسوه تاغن؟“



เมื่อกอล์ฟ อาโตะนั่งห่าง ใครเพลอไอจาม ก็ยังช่วยได้
 جك قاف دان اتوق دودوق برغكڭ، ترباتوق، تربرسين قون تق مڭاخ.



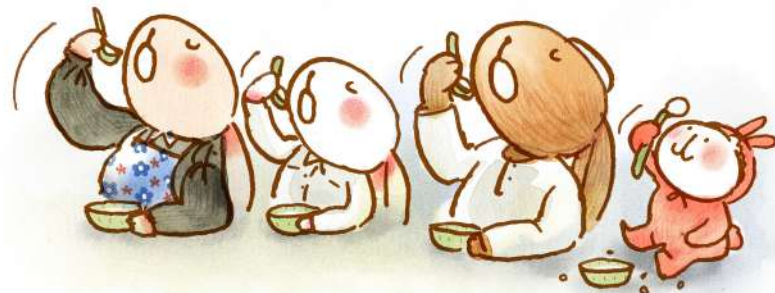
โควิด-19 ระบาด ต้องไม่ประมาท เดี่ยวไม่สบาย

کوفید 19 مریبق، جاغله چوای، ننتی اکن جادی دمم.

อยู่บ้าน

กินอาหารร้อน ๆ

ماسیخ ۲ تیخکل د رومه،
ماکن ماسقن قانس ۲،



ไม่ใช่ช้อนร่วมกัน

جاغن کونا سودو برسام،

ขยับล้างมือไว้

راجینه کیت باسوه تاغن.



ทุกบ้านช่วยกันระวัง ต่างมีความหวัง เราต้องปลอดภัย

ستیاف رومه برجک - جاک، اد هارقن کیت اکن سلامت.



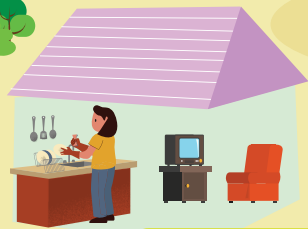
"แนวทางการเฝ้าระวัง สู่ภัยโควิด-19 โดยชุมชน"



ผู้ที่มีความเสี่ยง



ตรวจวัดไข้
วันละ ๒ ครั้ง



เก็บภาชนะ: ล้างด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ
ตากแดด พึ่งให้แห้ง



คัดแยกขยะทั่วไป
และขยะที่ติดเชื้อ
เช่น กิ๊ช หน้ากากอนามัย



ล้างมือบ่อย ๆ
ด้วยสบู่

ดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคล
อาบน้ำ-ทำความสะอาดที่อยู่อาศัย

หลังใช้ห้องน้ำ ควรทำความสะอาด
และล้างมือให้สะอาด หลังใช้ห้องน้ำ



หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดผู้สูงอายุ ผู้ป่วยเรื้อรัง
ห่างไม่น้อยกว่า ๑-๒ เมตร หรือ ๑-๒ ช่วงแขน
และใช้หน้ากากอนามัย



ครอบครัวผู้ที่มีความเสี่ยง



กินอาหารจานเดียว ใช้ช้อนกลางส่วนตัว
และนั่งห่างไม่น้อยกว่า ๑ เมตร



เฝ้าระวังอาการเจ็บป่วย
ของผู้สัมผัสใกล้ชิด
ไม่เข้าใกล้หรือร่วมห้องกับผู้สัมผัส



ไม่ดื่ม น้ำ ไม่รับประทานอาหาร
ร่วมกับผู้อื่น
ใช้ภาชนะส่วนตัว



ของใช้ส่วนตัว
แยกทำความสะอาด



แยกที่พักและห้องนอนออกจากผู้อื่น
ห้องพักควรมีลักษณะโปร่ง
มีอากาศถ่ายเท แสงแดดเข้าถึง

จัดอุปกรณ์ป้องกัน
การติดเชื้อส่วนตัว สำหรับ ๑๔ วัน



คู่มือ สร้าง สุข เพื่อการอ่านสร้างสุข

โรคโควิด - 19 (COVID-19) เกิดจาก
เชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ ตระกูลเดียวกับ
เชื้อไวรัสโรคซาร์ พบในสัตว์เลี้ยงลูก
ด้วยนมและสัตว์ปีก ถ่ายทอดจากสัตว์สู่คน
และจากคนสู่คนได้

เมื่อติดเชื้อจะเริ่มมีไข้ ไอแห้ง ๆ จากนั้นประมาณ 1 สัปดาห์ จะมี
อาการหายใจถี่และลำบาก หากป่วยหนักจะมีอาการปอดบวมอักเสบ
และรุนแรงถึงอวัยวะภายในล้มเหลว

การป้องกันตนเองที่ดีที่สุด คือ การดูแลสุขภาพที่ต้องสร้าง
ภูมิคุ้มกันให้ตัวเองแข็งแรง หลีกเลี่ยงการเดินทางไปยังพื้นที่ที่มีคนแออัด
ไม่สัมผัสบริเวณตา จมูก ปาก ในหน้า เพราะเป็นช่องทางที่เชื้อไวรัสเข้าสู่
ร่างกายได้ง่าย

เด็กปฐมวัยเป็นหนึ่งในกลุ่มเสี่ยง มีโอกาสติดเชื้อได้ง่าย เพราะ
ชุมชน ไม่ค่อยระวัง และหากติดเชื้อ จะไม่ค่อยมีอาการ ทำให้แพร่เชื้อถึง
ผู้ใหญ่ได้ง่าย โดยเฉพาะบ้านที่มีผู้สูงอายุ

นิทานภาพ อ่านสื่อกับกอล์ฟ สู่โควิด - 19 จึงเกิดขึ้นเพราะความ
ห่วงใยในสถานการณ์วิกฤตของการระบาด โดยเชื่อว่า หนังสือและ
การอ่าน จะเป็นสื่อที่ทรงพลังในการถ่ายทอดข้อมูล เพื่อให้เด็ก ๆ
ได้เรียนรู้ เข้าใจ และ ฝึกปฏิบัติ เพื่อดูแลสุขภาพไปพร้อม ๆ กับครอบครัว

สุดใจ พรหมเกิด

ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน สสส.



ระพีพรรณ พัฒนาเวช
สร้างสรรค์เรื่อง
บรรณาธิการอิสระ จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริม
การพัฒนาหนังสือเด็ก และรณรงค์การใช้หนังสือ
เพื่อการพัฒนาเด็ก ตั้งแต่ปี พ.ศ.2537 จนถึงปัจจุบัน



Sawanee Draw
สร้างสรรค์ภาพ
จบปริญญาตรี คณะมัณฑนศิลป์ มหาวิทยาลัย
ศิลปากร ปริญญาโท สาขาวิชา Children's Book
Illustration ที่ Cambridge School of Art

بربوال ممبينا كهباكيان اونتوق قمبراجان ممبينا كهباكيان



کووید-19 برقونچا دري ویروس كورونا
جنيس بهارو یخ سکلوارك دغن کومن ویروس
فباکیت سار. ویروس این تردافت قد بیناتخ مهوسو
دان اوغکس. اي دافت برجگکیت دري بیناتخ کفد
مانسي دان جوک دري مانسي کفد مانسي.

ستله دهيدفي کومن، سساورغ اکن مولا براس دمم دان باتوق کریخ. کمودین
لبیه کورغ 1 میگو، اکن مولا برنفس دغن کرف، سیغکت دان تیدق سنخ. جک دم
تروق، دي اکن مغهيدفي رادغ فارو ۲ یخ ممضرتکن اغکوتا دالمن سهیغک روسق.

چارا منجاک ديري یخ فالیغ بايق اياله منجاک کصیحتن یخ دفرلوکن اونتوق
ممبينا داي تاهن اکر توبوه بادن منجادي صیحت دان قوات، مغیلکن فرجالنن کتمفت
یخ سسق، تیدق مینتوه مات، هیدوغ، مولوت دان موک کران ایت مروفاکن جالن یخ
کومن ویروس دافت مماسوقي توبوه بادن دغن سنخ.

کانق ۲ کچیل مروفاکن ساله ساتو کومقون یخ بریسکو یخ دافت دجگکیتی
فیاکیت دغن سنخ کران مریک ناکل، کورغ برهاتی- هاتی دان جک مریک دجگکیتی
کومن، جارغ ۲ تردافت کجالان. این مغعقیبتکن جگکیتن کومن کفد اورغ دیواس
دغن سنخ، تراوتمان د رومه یخ ممقویای دانوق دان نینیق.

چوسترو بوکو جریتا ” انیس دان قاف ملاوان کووید -19 ” دحاصلکن عقیبه
کیمبغن دالم کریسیس وابق کووید. کامی قرچای بهاوا بوکو دان قمبراجان اکن
منجادي میدیا یخ برنناک دالم قیمفاین معلومت سوفای کانق ۲ دافت ممقلاجری،
ممهمی دان برلاتیه اونتوق منجاک کصیحتن برسام اورغ ۲ سکلیلیخ مریک.

سودچای قرومکود

فغاره رانچغن فغکالغن بودیا ممباچ صا. صا. صا.

อ่านีสกับกอล์ฟสู้โควิด - 19

ISBN : 978-616-8279-03-8

เรื่อง : ระพีพรรณ พัฒนาเวช

ภาพ : Sawanee Draw

บรรณาธิการ : ระพีพรรณ พัฒนาเวช, สุดใจ พรหมเกิด

ผู้ช่วยบรรณาธิการ : สิริวัลย์ เรืองสุรัตน์

ผู้แปล : อาจารย์ แวมายิ ปารามัล

แผนกภาษามลายูภาควิชาตะวันออก คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

รูปเล่ม : สานี นริศวาทักกุล รูปเล่มสองภาษา : อับดุลเลาะห์ หลงสะ

ประสานการผลิต : มัจญ์ดิน มาโซ, มุฮัมหมัดอารีฟ เละ, อัลมา นาคเลวี

ขอขอบคุณ : พญ. มูรดา สุวรรณโณรี, ผศ.นพ. เทอดพงศ์ ทองศรีราช, อ.พญ. นุทธิชาติ ชันดี, ดร. มุฮัมหมัดอาฟีฟ อัซซอลิฮีย, นาย ชัยฤทธิ์ ศรีโรจน์ฤทธิ์
ผู้ตรวจสอบข้อมูลทางการแพทย์และหลักศาสนาอิสลาม

พิมพ์ครั้งที่ 1 : พฤษภาคม 2563 จำนวน 20,000 เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ 2 : ฉบับสองภาษา (ไทย/มลายู) พฤศจิกายน 2563 จำนวน 900 เล่ม

คณะทำงานขับเคลื่อนยุทธศาสตร์สร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน :

หทัยรัตน์ นันทวางษ์, นิตยา หอมหวาน, สิริภรณ์ ชาวหน้าไม้, จันทิมา อินจร, ธัญนรี ทองชุม, นิศารัตน์ อำนาจอนันต์, สุธาทิพย์ สรยล้ำ

จัดพิมพ์และเผยแพร่ : มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน ร่วมกับ องค์การช่วยเหลือเด็ก (Save the Children)

พิมพ์ที่ : บริษัท ธรรมสาร จำกัด โทรศัพท์ : 0 221 0374

แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน บริหารงานโดย “มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน” ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ดำเนินงานด้านประสานกลไก นโยบาย และปัจจัยขยายผลจากทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคมและภาคเอกชน ให้เอื้อต่อการสร้างเสริมพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่านให้เข้าถึงเด็กเยาวชน และครอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มที่ขาดโอกาสในการเข้าถึงหนังสือ

ร่วมสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบาย โครงการ และกิจกรรม เพื่อสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่านสู่สังคมสุขภาวะได้ที่

มูลนิธิสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

424 หมู่บ้านจางไม้ ซอยเจริญสุขนิทวงศ์ 67 แขวง 3 ถนนเจริญสุขนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพฯ 10700

โทร : 02 424 4616 โทรสาร : 0 2081 1077

E - mail : happy2reading@gmail.com

Website : www.happyreading.in.th

<http://www.facebook.com/HappyReadingNews> (อ่านยกกำลังสุข)

