

እንካዕ ናብ ናትኩም

ናይ 5 ዓመት ዑደት!

ብደሐን መጻእኩም



## ሰላም ዓቢ ሰብ!

ውላድካ ድሕሪ ሓደ ዓመት ወይ ከባቢ ትምህርቱ ከጅምር እዩ። ኣብ ምብጻሕኩም፣ እታ ነርስ ምሳኻትኩም ኮይና፣ ጥዕናን ምዕባለን እቲ ህጻን ካብ ልደት ክሳብ ሎሚ ብሓጺሩ ክትገልጽ እያ።

መልሲ ንኸወሃቡኩም ምሳኹም መሕተቲ ጽሑፍ ክንሰድድ ኢና። ክትበጽሑና ከለኹም ነቲ ቅጥሲ ሒዘኩም ምጹ።

ብዛዕባ ውላድኩም ዝያዳ ትፈልጡ ከም ወላዲ ንሰኹም ኢኹም ኣብ እዋን ምብጻሕኩም ድማ ብርግጽ ኩሉ ዝደለኹዮም ሕቶታት ክትሓትቱ ትኽእሉ ኢኹም። ንኣብነት ሕቶታት ብዛዕባ ኣተዓባብያ ወላዲ፣ ጥዕናን ምዕባለን ናይቲ ቆልዓ፣ ድቃስ፣ ምግብ፣ ልምዲ ሽቓቕን ከም ወላዲ ናይ ዝሓር ርእሰኹም ጽቡቕ ምህላውን።

ቆልዑ ልክዕ ከምቲ ንሕና ከም ዓባይቲ ሰባት እንታይ ከም ዝኸውን ምፍላጥ ንፈቱ። ብሓገዝ ናይዚ ማህደር እዚ ንውላድኩም ብዛዕባ እቲ ምብጻሕን እቲ ቆልዓ እንታይ ከም ዝሓልፍን ብምንጋር ከተዳልዎ ትኽእሉ ኢኹም።

ኣብ ምብጻሕኩም ክታበት ኣንጻር ዲፍተርያ፣ ቴታነስ፣ ሰዓልን ፖልዮን እውን ይወሃብ (ሓንቲ በትሪ መርፍእ ጥራይ እያ፣ ሙብዛሕትኡ ግዜ ድማ ኣብ ጭዋዳ ላዕለዋይ ቅልጽም እያ እትወሃብ)።

ኣብ እዋን ምብጻሕኩም ንሓኪም እውን ምውካስ ከምዘድሊ እንተተሰሚዑኩም፣ ቅድሚ ምብጻሕኩም ምስ ማእከል ክንክን ህጻናት ክትራኸቡ ከድልየኩም እዩ።

ነቲ QR ኮድ ስካን ግበሩ ወይ ድማ ኣብ መርበብ ሓበሬታ 1177.se/jamtland-harjedalen/barn ተወከሱ። ብዛዕባ ጥዕና፣ ምዕባለ፣ መሰላት፣ ሕማማትን ክንክንን ህጻናት ሓቅታትን ምኽርን ኣሎ። ብዛዕባ ኣተዓባብያ ወላዲ ዝምልከት ሓበሬታ እውን ምንባብ ይከኣል እዩ።



## ሰላም ቆልዑ!

ሕጂ ናይ 5 ዓመት ምብጻሕኩም ኣብ ማእከል ጥዕና ህጻናት ግዜኡ እዩ። ኣብዚ ምብጻሕ እዚ ንሰኻን ወላዲኻን (ወላዲትኻን) ምስ ሓንቲ ነርስ ክትራኸቡ ኢኹም።

## ኣብ እዋን ምብጻሕኩም ክትገብርዎ ዘለኩም እዚ እዩ፡-

ካብቲ ናይ መወዳእታ ምብጻሕኩም ጀሚሩ ክንደይ ከም ዝዓበኹም ንምርኣይ ክዕቀንን መጠን ክብደትኩም ክውሰድን እዩ።





ብሓንቲ እግርኹም ደው ምባል



ክታብት ምውሳድ



ስእልን ምቕራጽን



ብ ባንቡላ ተጻወቱ



ቁፀር





---

**ቅድሚያ ምብጻሕት ስራዎች ስለግልጽ እንዲሆኑ፤  
በጃን-ም ንማእከል ጥዕና ህጻናት ስራዎች ተወካዮች።**