

ውላድካ ትምህርቲ ንምግባር ንክዳሎ ምሕጋዝ

ናይ ውላድካ እቲ ዝዓበየ መምህር ንስኻ ኢኻ፡፡ ኩሉ ግዜ ይሪኡኻ፡፡ ይሰምዑኻን ብናትካ ኣብነት ይመሃሩን፡፡ ናይ ውላድካ እቲ ዝዓበየ ናይ ደገፍ ምንጫ ንስኻ ኢኻ- ከምኡ ድማ እቲ ዝበለፀ ነገር ህፃናት ኣብ ድሕንነት፣ ክብሪን ፍቕርን ዘለዎ ከባቢ ክነብሩ ከለው እዩ- ስለዝኾነ ድማ እቲ ትከናዕኻሉ መንገዲ ብዝበለፀ ብኸመይ ከምዝመሃሩ ፅልዋ የሕድረሉ፡፡

ውላድካ ንክምሃር ትሕግዘሉ ኣገደስቲ ዝኾኑ ሸውዓተ ነጥብታት እዞም ዝስዕቡ እዮም፡

1. ፍቕሪ ሃቦ፡፡

ንውላድካ ፍቕርን ቅርብትን ይሃልውካ፡፡ ንቲ ህፃን ብምርኣይ ፍቕርኻ ኣርእዮ፣ ንተግባራቱ ብዝግባእ ኣበረታትዮን ክደልዩኻ ከለው ድማ ኣደገዝ ግበረሎም፡፡ ቅንዕና ይሃልኻ፡፡ ከምኡ ድማ ውላድካ ፍሉይ ከምዝኾነን ኣገዳሲ ከም ዝኾነ ንክስምዖ ግበር፡፡

2. ኣዳምዖ ከምኡ እውን ኣዘራርቦ፡፡

ክትፃወት ከለኻ ትሕት ኢልካን ሙሉእ ኣቓልቦ ሂብካ ኣፃውቶ፡፡ እዚ ድማ ምሳኻን ምስ ካልኣትን ብኸመይ ክዘራረቡ ከም ዘለዎ ክምሃር የኽእሎ፡፡ ዛንታታት ምዝታይ፣ ምድራፍ፣ ብሓባር ምንባብ ናይ ምስግዕን ምንባብ ክእለት ይውስኽ፡፡

3. ፀወታ፣ ፀወታ ሕጂ እውን ፀወታ ተፃወት፡፡

ግዜ ሂብካ ምስ ውላድካ ክትፃወት ከለኻ ዕብዮቶምን ምዕባለኦምን ተበረታትዕ ኣለኻ እኻ፡፡ ክፃወቶ ዝደልዮ ፀወታ ፈሊኻ ፍለጥ ብምቕፃል ተሓዊስካ ብምፅዋት ኣደኸቲ ዝኾኑ ነገራት ብሓባር ፍጠሩ፡፡ ውላድካ ምስ ካልኣት ህፃናት ምፅዋት ንክለምድ ናብ ሓበራዊ ጻውትን ናብ ናይ ስድራ መደባትን ውሰዶ፡፡

4. ንመዓልታዊ ምንቅስቓሳት ግዜ ሃብ፡፡

ህጻናት ኩሉ ግዜ ንጡፋት ክኾኑ ይግባእ፡፡ ምጉያይ፣ ሚዛንን ምሕኳር ተሪር ዝኾነ ዓፅምን መትገታትን ንምህናፅ፣ ክእለቶም ንምምሕደሻን ብኣጠቓላሊ ድማ ጥዕንኡ ሓጎስን ንምምሕደሻ የኽእሎ፡፡



5. ጥዕንኡ ዝሓለው ኣመጋግባ ምብርታታዕ፡፡

ውላድካ ጥንካረን ጥዕናን ንክህልዎ ጥዕንኡ ዝሓለወን ምግብን ኣመጋግባን የድልዮ እዩ፡፡ ጥዕና ዝህቡ ምግብታት ውላድካ ንምምሃር፣ ንምፅዋትን ንምዕባይን ኣይሊ ይህቡ፡፡ ኩሉ ግዜ ውላድካ ክበልፅ ከሎ ብሓባር ምስኡ ኮፍ በል፡፡ እዚ ድማ ርክብ ንምፍጣር ፅቡቕ ግዜ እዩ፡፡

6. መዓልታዊ ዝውቱር ልምዲ ፍጠር፡፡

ዝውቱር ልምዲ ህፃናት ድሕንነት ክስምዖም ክሕግዝ ይኽእል እዩ፡፡ ብተወሳኺ ድማ ከበድቲ ዝኾኑ ባህርያት ክቕንስን ፅግዕተኝነት ይውስኽ እዩ፡፡ ካብ ድቃስ ንምልዓል፣ ንምሕፃብ፣ ሽቓቕ ንምጥቃም፣ ንምኽዳን፣ ምግብን ጣዕምትን ንምብላዕ፣ ንምድቃስ፣ ንምፅዋት (ብንጥፈትን ብጸጥታት) መዓልታዊ ዝኾነ ምንቅስቓስ ክህሉ ግበር፡፡ ኣደሓደ እዋን ፍሉይ ድልየት ንዘድልዮ ህፃን መደባት ወይ ትምህርቲ ክመዓራሪ ይግባእ፡፡ ንኣብነት ኣደሓደ ህፃናት ብዙሕ ኣገዝ ወይ ሽቓቕ ኣብ ምጥቃም ወይ ንምድቃስ ኣገዝ ክደልዩም ይኽእሉ እዮም፡፡

7. ውላድካ ጥዕይ ከምዝኾነን ናይ ዕብዮት ክትትል ግበር፡፡

ህፃናት ጥዕና ክስምዖም ከሎ፣ ብዝግባእ ክሰምዑን ክሪኡን፣ ከምኡ ድማ ብትኽክል ክምገቡ ከለው ብዝግባእ ይመሃሩ፡፡ ናይ ጥዕና ምርመራን ውላድካ ጥዕንኡ ንክሕሎ ይሕግዝ፡፡ ብዛዕባ ጥዕና ውላድካ እንተድኣ ተጨኒቕኻ ወይ ኣብቲ መደብ ከመይ ከምዘሎ ንምፍላጥ ንናይቲ መደብ ሰራሕተኛ ክተዛርብ ትኽእል ኢኻ፡፡

ካብ ቤስት ስታርት ማእኸል ምንጫ ብምፍቓድ ዝተወሰደ፡፡

ብዛዕባ ምዕባይ ቆልዑ ብዝተፈላለዩ ቋንቋታት ክትረክብ እንተድኣ ደሊኻ cmascanada.ca/cnc/parents ተፃወብ