ውላደይ ዓመፀኛ እንተድኣ ኮይኑ እንታይ ክገብር ይኽእል?

NEWCOMER PARENT RESOURCE SERIES

ዓመፀኛ ዝኾኑ ህጻናት መብዛሕትኡ እዋን ክጭነቑ ከለውን ዘሻቕሎም ነገር ክህሉ ከሎ ብዝፈልጥዎ መንገዲ ኣቢሎም ስምዒቶም ይገልፁ፡፡ ውላድካ ድሕንነት ንኽስምዖ ተወሳኺ ደገፍ ይደሊ እዩ፡፡ ፍቕሪ ብምርኣይ፣ ብምርግጋዕን ትዕግሲቲ ብምግባር ዓብይ ለውጢ ክተምፅእ ትኽእል ኢኻ፡፡

ከም መጠን ወላዲ ውላድካ ዓመፀኛ ክኸውን ከሎ ምስኡ ምኳን ከቢድ ክኸውን ይኽእል እዩ ኮይኑ ግና ግዘኻ፣ ክንክንካን ኣትኩሮትካ የድልዮም እዩ፡፡ ንውላድካ ሙሉእ ኣቓልቦ ክትህብ ከለኻ ውላድካ ክሓርቕ፣ ክቑጣዕ ወይ ክጠምዮ ከሎ ቀዲምካ ክትፈልጥ ስለዝገብረካ ቅድሚ ዓመፀኛ ኳኑ ክትሕግዞ ትኽእል ኢኻ፡፡ እቲ ጠቓሚ ነገር፣ ዝኾነ ነገር እንተኾነ በዘየገድስ፣ ኩሉ ግዜ ከምትፈትዎ ንውላድካ ኣርእዮ፡፡

ዓመፅ ብኸመይ ክንፈትሖ ንኽእል

- ውላድካ ክትፍለዮ ከለኻ ምርባሽ እንተድኣ ጀሚሩ ዋላኳ ንሓፂር ሰዓት ይኹን እምበር ካባኻ ንምፍላይ ድለው ኣይኮነን ማለት እዩ፡፡
- ውላድካ ብቐሊሉ ዝሓርቕ እንተድኣ ኮይኑ ኣብ ከም ምኽዳን፣ ምብላዕ ወይ ኣብ ሽቓቕ ተወሳኺ ደገፍ ይደሊ እዩ ማለት እዩ፡፡
- ዓመፀኛ ንዝኾኑ ህፃን ተወሳኺ ክንክን፣ ምቾትን ኣቓልቦን ንምሃብ ድሉው ኩን፡፡ ዘለውዎም ዓበይቲ ስምዒታት ዘፍርሑ ክኾኑ ይኽእሉ እዮም! ንኣብነት ዝኾነ ሓደገኛ ነገር ከምዘየለ ንምርግጋፅ ኣብ ዉሽጢ ሳፁን ወይ ትሕቲ ዓራት ኣብ ምርኣይ ክትሕግዞም ክደልዩ ይኽእሉ እዮም፡፡ ብዙሕ ግዜ ክሕቆፉ ክደልዩን ሕልሚ ዝሪኡ እንተድኣኮይኖም ኣብ ጥቕኦም ንኽትድቅስ ክደልዩ ይኽእሉ እዮም፡፡
- ምኽንያት ረብሽኡ ንምርዳእ ንውላድካ ተዓዘብ፡፡
  - ንኽርብሽ ዝገብሮ እንታይ እዩ?
  - ቅድሚ ምርባሹ ውላድካ እቲ ዝደልዮ ብኸመይ ይረክብ?
  - ናይ ምርባሽ ቅድታት ኣለውዶ? (ንኣብነት እዚ ዝኸውን ቅድሚ ድራር ምብልዑ ወይ ድቃስ እንተዘይደቂሱ?)
- እቲ ዓመፅ ብቑልጡፍ ተረጋጊዕኻ ደው ንኽብል ግበር፡፡
  - ፈለማ ሕርቃንካ ተቖፃፀር፡፡
  - ‹ደው ኣብል› (ብናይ ባዕልኻ ቋንቋ) ክትብሎ ከለኻ ቅርብ ኢልካ ትሕት በል፡፡
  - ክዋቓዕ ከሎ ወይ ክጎትት ከሎ ንምክልኻል ኣእዳውካ ተጠቐም፡፡ (ውላድካ ንምቁፅፃር ብዙሕ ሓይሊ ኣይትጠቀም፡፡)
- ስምዒቱ ንምግላፅ ፈትን፡፡ (ንኣብነት ‹ሓሪቕካ ሓቀይ፡፡› ‹እቲ ደሊኻዮ ሓቀይ፡፡› ህፃናት ድልየቶም ከምዝተረዳእኻዮም እንተሓሲቦም ህፃናት ብቐሊሉ ክረጋግዑ ይኽእሉ እዮም፡፡
- እቶም ሕግታት ከምዝፈልጥ ኣረጋግፅ፡፡ (ንኣብነት ምውቓዕ ልክዕ ኣይኮነን፡፡)
- ውላድካ እቲ ዝፈትዎ ወይ ዝደልዮ ንምርካብ ከመይ ክሓትት ከምዘለዎ ኣርእዮ፡፡ (ንኣብነት ባንቡላ እንተየፍቀድካ ካብ ምምንጣል ‹ክፃወትዶ?› ኢሉ ክሓትት ምግባር፡፡)
- ዳግማይ እንተድኣ ደጊምዎ እንታይ ከምዝፍጠር ብግልፂ ሓብረሉ፡፡ (ንኣብነት ‹እንተድኣ ደብሪኻዮ እቲ ባንቡላ ክትምንጠል ኢኻ፡፡›)
- እቲ ፀወታ ብዙሕ ዓርሰ ምቁፅፃር ዘይሓትት እንተኾይኑ ናብ ዝተረጋግዐ ፀወታ ቀይሮ፡፡

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

CMAS
SUPPORTING CHILD CARE IN THE SETTLEMENT COMMUNITY / SOUTIEN DE LA GARDE DES ENFANTS DANS LA COMMUNAUTÉ DE RÈGLEMENT
Funded by: Immigration, Refugees and Citizenship Canada / Financé par : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada