



ምቹው ኣቆማምጣ

መንእሰያትን ብዛዕብኦም ዝግበሩ መጽናዕትን ከምዝብልዎ ምቹት ዘለዎ ኣቆማምጣ ሰውነት፤ ሕክምናዊ ኣሰራርሓ ዝያዳ ድሕንነት ከም ዚህልዎ፤ ምትሕብባር ከምዝውሰኽ ከምኡ'ውን ጭንቀት ከምዝንኪ እዩ ዚገብረና።

ከም ወለድን ሓለይትን መጠን ንውሉድካ ኣጸቢቕካ ትፈልጦ ኢኻ። ኣብ ትመጸሉ እዋን ውሉድካ ድሕንነትን ምቹውነትን ከምዝሰምዎ ዝገብር እንታይ ምዃኑ ምስ ሰራሕተኛታትና ተመያየጡ።

ገለ ኻብቲ ምቹው ዝኾነ ኣቆማምጣታት እዚ ዚሰዕብ እዩ፦



**ኮኣላ ምሕቋፍ/Koala
cuddle**



**ተመሊሰካ ናብ ኣፍ
ልቢ ምድቓስ**



ብኹድኒ ምድቓስ



**ቕልዓ ምርራውወይ
ብኹድኒ ኮፍ ምባል**

ንወለድን ንሓለይትን ዚኸውን ብሉጽ ምኽራ፦

- ንቕልዑ ቕንዕ ኢሎም ወይ ብኹድኒ ግድም ኢሎም ክፀንሑ ምድጋፍ ዝያዳ ድሕንነት ከም ዚሰምዎምን ቃንዛ ሰቓዮም ክንኪ ንኽገብሩ ኪሕግዞም ይኽእል እዩ።
- ዝተረጋገኦ ሓላዪ = ዝተረጋገኦ ቕልዓ። ኣእጋርካ ኣብ ባይታ ጸፊሕካ ምጽናሕ ወይ ኣካላትካ በቲ ዓራት ወይ መንበር ኣጸቢቕ ኸም ዝድገፍ ምግባር።
- ህድኣት ተመሓላላፊ እዩ። ቀስ ኢልካ ኣዕሚቑካ ኣስተንፍሰ፤ ንውሉድካ እውን ከምኡ ኽገብር ሓግዞ።
- ዘረጋገኦ ኣካላዊ ዳህሰሳ ተጠቐም። ንውሉድካ ክትጭብጦ ወይ ክትድህሰሶ እንከሎኽ ደሕንነት ብዘለዎን ደስ ብዝብልን እምበር ኸምተጫንንቐ ዘለኽ ኹይኑ ከይሰምዎ ግበር ።
- ውሉድካ ኣብ ኣካላቱ እንታይ ከምዘጋጥም ኺሕብር መስል ኣለዎ። እዚ ጉዳይ ብኸመይ ከምዘጋጠሞምስ ውሉድካ ምይይጥ ምግባር ኣገዳሲ እዩ።
- ነፍሲ ወከፍ ቕልዓ ፍሉይ እዩ። ንዝሓዘካዮ መማረጽታት ምስ ሕክምና ጉጅለኽ ተመያየጥ።
- ኣድላዪ እንተኾይኑ ንኪኪንድ ምቹው ትልሚ/ **KKIND Comfort Plan** ምምላእ። ነቲ መደብ ንምኽፋት ወይ ናበ ኮምፒውተር/ምባይል ንምውራድ ኮድ QR code ሰካን ምግባር።

