ደቂ 3 ዓመት ህጻናት ኣብ መዋእለ-ህጻናት

ወላዲ ኣብ ኩንጋልቭ (Kungälv)

ከም ወላዲ፣ ወይ ኣገዳሲ ዓቢ ሰብ፣ ኣብ ህይወት ውላድካ እቲ ኣገዳሲ ሰብ ኢኻ። ወላዲ ምኻን ብዙሕ ሓጎስ እዩ ዘምጽእ። ኣብ እዋን እቲ ኣተዓባብያ እቲ ቆልዓ ግን ኩሎም ወለዲ ኣብ መዓልታዊ ህይወት ብዝተፈላለየ መንገዲ ጸገማትን ብዱሆታትን የጋጥሞም እዩ። መብዛሕት ኡ እዚ ንስኻ ኢኻ ተዓጢቕካ ክትጻወሮ። ኩሉ ሰብ ሓድ እዋን ኣብ ኣተዓባብያ ምኽሪ፣ ደገፍን መምርሕን ከድልዮ ይኽእል እዩ።

ኣብ ኩንገልቭስ (Kungälvs kommun) ኮሙን ኣብ ምሉእ ኣተዓባብያ እቲ ህጻን ንወለዲ ዝተፈላለየ ዓይነት ደገፍ ኣሎ።

ወዲ 3 ዓመት ቆልዓ ኣብ መዋእለ-ህጻናት

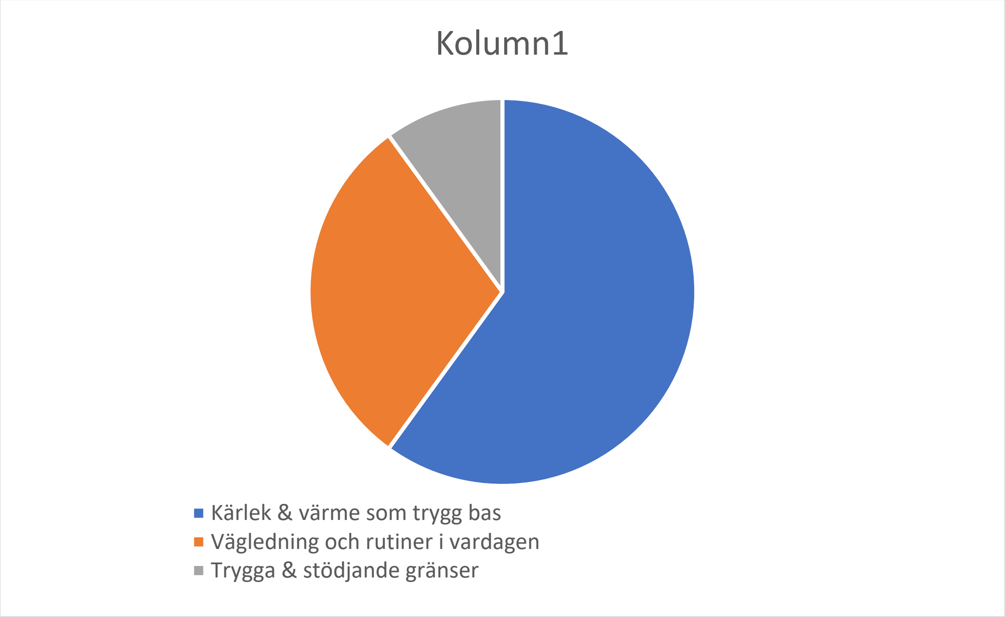
ሓደ ማዓልቲ ሕጉስን ፍሕፍሕ ዝበለን፣ እቲ ካልእ ማዓልቲ ቆራጽን መስቀልን ምስ ወዲ ሰለስተ ዓመት ቆልዓ ከም እትራኸብ ንጹር ምልክታት እዩ። እናሃለወ ከምኡ'ውን "ባዕለይ ክገብሮ ይኽእል እየ"። ናብ ናጽነት ዝወሰድ ስጉምቲ እዩ ከምኡ እንተሓሲብካ ረሃጽ ዝመልኦ ክዳንን ዘልኣለማዊ ተቓውሞን ክሓልፍ ይኽልል። እቲ ወዲ ሰለስተ ዓመት ህጻን ብስምዒት ዝመልእ እዩ። ከም ወላዲ መጠን ነቲ ቈልዓ ኣብ ክንዲ ዚሓርቕ ነቲ ስምዒታት ብቓላት ንኺገልጾ ክትሕግዞ ትኽእል ኢኻ። ክትፈልጥ ድሌት ግበር እሞ እቲ ቆልዓ ዝስምዖ ክትርድኦን ብቓላት ከተውዕሎን ፈትን። እቲ ቆልዓ ብሓገዝ ህዱእ ዓቢ ሰብ ክረጋጋእ ሓገዝ የድልዮ።

ህይወት ኣብ መዋእለ-ህጻናት

ንስኻ ከም ወላዲ መጠን ኣብ መዓልታዊ ህይወት መዋእለ ህጻናት ውላድካ ተገዳስነት ክትገብር ኣገዳቒ እዩ። ነዚ ክትገብሮ ትኽእል ኢኻ ን ኣብነት ኣብ ኣኼባታት ወለድን ዕብየታዊ ዝርርባትን ብምስታፍ ወዘተ። ኣብ ቅድሚ ውላድካ ብዛዕባ መዋእል ህጻናት ጽቡቕ ምዝራብካ እውን ነቲ ቆልዓ ኣብ ትምሕርቱ ንኽዕወት ኣበርክቶ ይገብር።

ናይ ሻሓኒ ሞዴል (Tallriksmodellen)

ንውላድካ ጽቡቕ ክስምዖ፣ ውሑስ ክስምዓካን ክምዕብልን፣ ዝያዳ ፍቕርን ውዑይን ከም ውሑስ መሰረት ኣብቲ ዝምድና መምርሕን ልማዳትን ኣብ መዓልታዊ ህይወትን ውሑስን ደጋፍን ዶብ ምቕማጥን የድልዮ።



ፍቕርን እና ሓልዮትን ።

ኩሉ ሰብ ፍቕሪ የድልዮ፣ ግን ፍቕሪ ብምስዓምን ምሕቛፍነ ጥራይ ክረአ የብሉን። ወይ ”ኣፍቂረካ” ብዝብል ቃላት። ፍቕርን፣ ስሚዕትን ንውላድካ ብምሕጋዝን ንውላድ፣ ብምስማዕን እውን ክተርእዮ ይካኣል እዩ ”ኣብ ጎኑ ብኡምህላውን” ቅድሚ ምድቃስም ዛንታ ኣንብበሎም ውይ ጽውጽዋይ አዝንትዎሎም። ኣድነቐ ቈላሕታ ኣመና ክሕዙ ይኽእል እዩም። ፍቕሩን ፍትውን ምኺኑዩ። ኣብቲ ቆልዓ ጽቡቕ ዝሰርሕ ከተትኩርን ኣቓልበ ክትገብርን። ተጽዕኖ ውይ ውጥረት ዘለዎ ወላዲ ብቀሊል ኣብቲ ዘይሰርሕ ነገር ከተተኩር ቀሊል እዩ። ቈልዑ ኣብቲ ንሕና እንቕልበሉ ነገራት ዝያዳ ኣቕልቦ ከም ዚገብሩ መጽናዕትታት ይሕብሩ።

መምርሕ ልማዳትን ኣብ መዓልታዊ ህይወት

ህጻናት ኣብ ልማዳትን ምግማትን እዮም ይስስኑ። ውሕስነት ይፈጥርን መዓልታዊ ህይወት ድማ ክርዳክ ዝኽእል ይኸውን። ኣብ መዓልታዊ ህይወት ንጽር ልምድታት ውሑድ ስምዒታው ምብርዕን።

ንስኻ ከም ወላዲ ንውላድ ኣራያ ኢኻ፣ እቲ እትገብሮ ካብቲ እትብሎ ንላዕሊ ነቲ ቆልዓ ይጸልዎ። ንጹር ምኺን ን ኣዝዩ ልዑል ጠልባት ዘይምህላውን ኣገዳሲ እዩ፣ እቲ ቆልዓ ኣብ

ክንዲ ክገብሮ ዘይብሉ እንታይ ክገብር ከም ዘለዎ ምዝራብ። ኣብ ክንዲ ኣይትጎዪ ምባል ኣብዚ ኣብ ጎነይ ኮፍ በሊ በል።

ማዓልታዊ ዕዮ ገዛ ኣብ ስድራቤት ብዙሕ ግዜ ይወስድ፥ ብሓባር ንምዃን ተጠቐመሉ። ምሕጻብ ክዳውንቲ ምፍላይ ዘዘናግዕ ጸወታ ክኸውን ይኽእል ድዩ? ቆልዑ ኣብ ምብሳል ምግቢ ክሕግዙ ይኽእሉ ድዮም? እቲ ኣገዳሲ ነገር ብሓባር እንታይ ትገብር ዘይኮንስ እቲ ነገር ብሓባር ግዜ ምርካብ እዩ። ነቲ ቆልዓ ኣብ መዓልታዊ ህይወትካ ከም ዝሳተፍ ግበሮ እሞ ኣብ መዓልታዊ ህይወት ውላድካ ተሳተፍ። ነይ ይም ምሳል ጸወታታት ተጻወት። ሕቶታት ሕተቱ፥ መልሱ ድማ ስምዑ። እቲ ቅልዓ ንቁሩብ ግዜ ኣብዚን ኣብቲን ነቲ ጸወታ ይመርሖ።

ውሑስን ደጋፍን ገደብ ምቕማጥ

ዓገብ ምባል እውን ኣገዳሲ እዩ። ከም ወላዲን ከሙ ኡ ውን ምስ ሰምዒታዊ ወዲ ሰለስተ ዓመት ቆልዓ ክትገጥም ከለኻ ከቢድን ኣጸጋሚ እዩ፥ ግን ከኣ ንዕብየት ናይቲ ህጻን ርእስ፡ ምትእምማን
ናይ ገዛእ ርእሱ ድሌትን ክትሕይል ከለኻ። ነቲ ብሓቂ ኣይፋልን ኣገብ ዝብልን ብምግምጋም እዚ ድማ ኣብ ደረትካ ክትጸንዕ ቀሊል ይገብሮ። ንዘልኣለም ብእስን ምት ህልላኽን፥ ቁየቛ ንኽይህሉ ኣየኖት ምርሓቕ፣ ምውጋድ ክምርጹ ከም ዝኽእሉ ምግምጋም እውን ኣገዳሲ እዩ።

ነገራት ንኽቐልሉልኩም ነዚ ኣብ ግምት ኣእትውዎ

- ነቲ ኩነታት ክትቍጽጸሮ ጥዕናኻ ኣገዳሲ እዩ። ብምጀመርታ፥ንነብስኻ ተኸናኸን
- እቲ ስምዒት ተላባዒ እዩ፥ ህዳኣት ብምግባር ንውላድካ ክሃድእ ትሕግዞ
- ገለ ምግቢ ነገር ክትበል አለኩም ንዓኻን ኒቲ ህጻንን :ክሕግዘኩም ይኽእል አዩ። ኣብ ኣዝዩ ዓቢ ስሚዒታዊ ምብራዕ ምልዓልን ክየጋጥም።
- ኣብ ስምዒታዊን ኣብ ምብራዕ ዘሎ ወዲ ሰለስተ ዓመት ቆልዓ ምላሽ ክጥቦ ኣጸጋሚ ክኸውን ይኽእል እዩ። ክርክር ውይ ሞጎትግድን ክህልው እዮም ን ኣብነት ከም ኣብ መኪና ቆልፊ ምዕጣቅ ውይ ሓደገኛ ጵርግያታትን ክምጵእ ከሎ አብ ቁዋምካ ምጵናዕ እዩ። እቲ ዝስሞያ ስምዒታት ኣብ መወዳእታ ይታሐላለክን ይዕገርግርን ሽዑ በቲ ግዜ ንስኻ ከም ዓቢ ሰብ ሓቛፍካ ብጵብቅ ቃላት ትአብዶ

ንዝያዳ ሕበሬታ ኣብዚ ክትውክሱና ትኽእሉ ኢኹም
ኩለን ትካላት ተርጓማይ ምስ ዘድልይ ይካኣል እዩ።

ማእከል ስድራቤት ፋይረን (familjecentralen Fyren

ማእከል ስድራቤት ፋይረን ካብ 0-6 ዓመት ዝዕድሚኦም ኣቆልዑን ነፍስጾርን ወለድን ዘለዎም ስድራቤታት እዩ። ኣብዚ ኣብ ሓደ ቦታ ሓያል ዝተፈላለዩ ንጥፈታት ኣለዉ፥ ማእከል ጥዕና ህጻናት (BVC)፥ መቐበሊ ምርሕረስቲ (BMM) ከም ኡውን ክፋት ቅድመ ትምህርቲ ምስ መምህርን ኣማኻርን ደገፍ ወለዲ ዝ ህ ቡ
ስልኪ ቁጽሪ 0703061124
https://familjecentralenfyren.se/

ወላዲ ጉጅለ ኤቢሲ 3 - 6 ዓመት

ኤቢሲ ካብ 3 ክሳብ 6 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት ዘለኩም ናይ ወለዲ ጉጅለ እዩ። ሎሚ ኣብ መንጎ ቆል ዑን ወለድን ዘሎ ድልዱል ምትእስ ሳር፡ ስኒት ዘለዎ ኣተዓባብያ ናብ ውሑሳትን ናጻን ውልቀሰባት ንምዕባይ እቲ ዝበለጸ መሰረት ምዃኑ ንፈልጥ ኢና።
ንምርካብ፡ስልኪ 070-3885921

ናይ ወላዲ ጉጅለ ድሕነት ዓንኬል

ዓንኬል ድሕነት ንወለዲ ካብ 0-6 ዓመት ዝዕድሚኦም ቆልዑ ዘለዎም ኮርስ እዩ። እቲ ኮርስ ኣብ ዕላል ወለድን ቆልዑን ዘተኮረ ኮይኑ ሸሞንተ ክፍለ ግዜታት ዝሓዘ እ። ኣብዚ ንውላድካ ድሌታት ዝሓዘ እዩ። ኣብዚ ንውላድካ ድሌታት ንምድህሳስን ብቑዕ ኣተዓባብያ ንም ምዕባልን ሓገዝ ትረክብ። ብዘዕባ እቲ መንጎ ውላድን ወላድን ዘሎ ኣገዳሲ ምትእስሳር እውን ዝያዳ ክትመሃር ኢኹም።
ስልኪ ቁጽሪ: 0703061124

ባይቶ ስድራቤት ኣምኽርቲ ስድራቤት

ንስኻን ምጻምድትኻን ኣብ ርክብኩም ደጋፍ እንተድ ኣ ኣድልዩኩም ክዛ ረቡ ትኽእሉ ኢኹም።
ስልኪ: 0303-239100
https://www.kungalv.se/omsorg-hjalp/stod-till-familjen/familjeradgivning/

https://www.kungalv.se/omsorg-hjalp/stod-till-familjen/familjeradgivning/

ናይ ደገፍ ጉጅለታት

ድሕነት ካብ ዒንኬላት መጽናዕቲ ደገፍ ንሕማም ኣእምሮ ዘለዎም ወለዲ። ቆልዑ ኣብ ትኹረት BiFF-ወለዲ፣ ዝፈላልይዎም ትምህርቲ እዩ
ስልኪ ቁጽሪ0725-776901
ኢ- መይል: stodgruppsverksamhet@kungalv.se

ናይ ሓባር መቐበሊ

እቲ ኮሙን ዝጥቀመሉ መንገዲ ንኹሉ ዓይነት ጉዳያት ኣብ ውሽጢ ማሕበራዊ ኣገልግሎት ንውልቀሰባትን ክንክን ስድራቤትን (ከም ንኣብነት ጭንቀት ዝአምሰሉ ንህጻናትን ወይ ንዓበይቲ።
ስልኪ ቁጽሪ: 0303-239377

ሕገ ስድራቤት

ከም ወላዲ እንታይ ዓይነት መሰላትን ሓላፍነትን ከምዘለካ ንምግላጽ ይሕግዝ። ተራ ሕጊ ስድራቤት ንረብሓ እቲ ቆልዓ ንምስራሕ እዩ ን ኣብነት ኣብ ጉዳይ ፍርሕን ምፍልላይን።
ኣብ ሰሙን ካብ ሰዓት 08:30 ክሳብ 09:30 ኣብ ማእከል ዓማዊል ብተሌፎን ክትረኽቡና ትኽእሉ ኢኹም።
ስልኪ ቁጽሪ 0303-238000
https://www.kungalv.se/omsorg-hjalp/stod-till-familjen/familjeratt/

Kungälv ስነ-ኣእምሮኣዊ ክኢላ ክሊኒክ ኣተዓባብያ ወለድን ን ኣሽቱ ህጻናትን።

ኣተዓባብያ ወለድን ን ኣሽቱ ህጽናትን። ዕላማ ናይቲ ናይንስነ፡ኣ እምሮ ኪኢ ላ ክሊኒክ ኣብቶም ብዙሓት ወለዲ ክህልዎም ዝደልዩን ን ኣሽቱ ቆልዑ ዘለዎም ስድራቤታትን ነቲ ህጻን ኣብ ትኹረት ብምግባር፣ ጥዕና ኣ እምሮ ንምክልኻልን እዩ።
ቴለፎን ቁጽሪ: 010-473 38 70