

ዋሽንግተን ኣብ መጀመርታ ጣልቃ ብምእታው ዝህበ ኣገልግሎት ብኸፍሊ Department of Children, Youth & Families (ቄልዑን መንእሰያትን ስድራ ቤታትን) ቤት ጽሕፈት ሓላፊ ህዝባዊ ትምህርቲ ክፍሊ ማሕበራውን ጥዕናን Department of Social and Health Service (ክፍሊ ማሕበራዊን ጥዕናዊን ኣገልግሎት) Department of Health and the Department of services (ክፍሊ ጥዕናን ግልጋሎትን) ዓይነ ስዑራን ዝድገፍ ዝተወሃሃደ ጸዕሪ እዩ።

ርክብ:

The Washington State Department of Children, Youth & Families Early Support for Infants and Toddlers Program (ክፍሊ ሃገራዊ ክፍሊ ቄልዑ ዋሽንግተን፣ መንእሰያትን ስድራ ቤታትን ንህጻናት ኩነ ኣግሪ ተኽሊ ህጻናት ኣቆዳምዎ ዝድግፍዎ ኖሮግራም)

PO Box 40970
Olympia, Washington
98504-0970

esit@dcyf.wa.gov

www.dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit

Help Me Grow Washington (ዋሽንግተን ንኽዓቢ ሓግዘኒ) ቴሌፎን: 1-800-322-2588
www.parenthelp123.org

DCYF ዓላት፣ ሕብረ፣ ጾታ፣ ሃይማኖት፣ እምነት፣ ኩነታት ሓዳር፣ ሃገራዊ መበቆል፣ ጾታዊ ዝንባላ፣ ዕድመ፣ ኩነታት ተጋዳላይ፣ ወይ ህላወ ዝኾነ ኣካላዊ፣ ህዋሳዊ፣ ወይ ናይ ኣእምሮ ስንክልና ብዘይምግዳስ ንኹሎም ሰባት ኣድልዎ ኣይገብርን ከምኡውን ኣብ ኖሮግራምን ኣገልግሎታቱን ማዕረ ተበጻሕነት ይህብ።

ናይዚ ሕታም ብኣማራጺ ቅርጺ ወይ ቋንቋ ነጻ ቅዳሓት ምስ እትደልዩ፣ በጃኹም ንDCYF Constituent Relations (ርክባት ቅዋም DCYF) ብ 1-800-723-4831 ወይ ብኣኖኔይል communications@dcyf.wa.gov ተወከሱ።

**በጃኹ ሕተት።
ህፃናት ክፅበዩ ኣይክእሉን እዮም።**

ቄልዑ ካብ ዝውላዱ ኽኣዕ ሰለስተ ዓመት ብኸመይ ከም ዝዓብዩን ከም ዝምዕብሉን ዘተሓሳስቦካ ነገር እንተ ሃልዩ ኹኣ እንታይ ክትገብር ከም ዘለካ ዝገልፅ ሓበሬታ ክትረክብ ትኽእል ኢኻ።



ከም ወላዲ መጠን ኣብ ህይወት ውሉድካ ልዕሊ ኹሉ ኣገዳሲ ኢኻ።

ቄልዑ ኣብተን ናይ መጀመርታ ሰለስተ ዓመት ብቑልጡፍ ይዓብዩን ይቆዩን እዮም። ብዛዕባ ውሉድካን ብኸመይ ይዓብዩ ኹም ዘለዉን እም ሕሰብ። ንውሉድካ ኣፀቢቕካ ትፈልጦ ኢኻ። ውሉድካ ብኸመይን መዓዘን ፍሽኽ ከም ዝብል፣ ኮፍ ከም ዝብል፣ ብእግሩ ከም ዝኸይድ፣ ከም ዝዛረብ ወይ ጽዋእ ከም ዝሕዝ ኣስተብሂልካ ኢኻ። ውሉድካ ኣብ ዝተፈለለየ ደረጃታት ዕቤት ብኸመይ ይዓቢ ኹም ዘሎ ኢኻ እትርእዮ ዘለኻ። ሓደ ቄልዓ ዕቤት ምስ ዝድንጉ ኣብ ምልክቲ እታ ሃገር ኣገልግሎት ክርከብ ይከኣል እዩ። ኣብ ዋሽንግተን ዝርከብ **Early Support for Infants and Toddlers** (ንህጻናትን ኣግሪ ተኽሊ ሕህናትን ዝወሃብ ናይ ቀደም ደገፍ) መደብ ስድራ ቤታት ዘድልዩን ኣገልግሎት ንክረኽባ ንምሕጋዝ ኣብ መላእ ዓለም ዝግበር ጸዕሪ ይተሓባበር።

ብዛዕባ ዕቤት ውሉደይ ሕቶታት እንተ ሃልዩኒ ኹ?

ደውል **Help Me Grow Washington** (ዋሽንግተን ንኽዓቢ ሓግዘኒ) ኣብ 1-800-322-2588 ንስም ኣተሓባባሪ ምንጪ ስድራ ቤት (FRC) ኣብ ከባቢኹ። ኣብ ነፍሲ ወከፍ ኣውራጃ ወይ ጂኦግራፊያዊ ቦታ FRCs ኣለዉ። ነቲ ውሉድካ ቑልጢፍ ጣልቃ ንክኣቶ ዝሕግዘካ ኣገልግሎት ንክትረክብ ክሕግዥኻ እዮም። ኣብ ከባቢኹ ናብ ዚርከብ ክፍሊ ጥዕና ወይ ኣውራጃ ቤት ትምህርቲ ክትድውል ትኽእል ኢኻ።

ብዛዕባ ሻቑሎትካ ምስ ኣላዩ ክንክን ጥዕናኻ ተዘራረብ። ካልእ ነገራት ክርእዩ ወይ ሓሳብ ክህቡ ይኽእሉ እዮም። ናይ ጥዕና መድሕን እንተ ዘይብልካን ዝያዳ ሓበሬታ ወይ ሓገዝ እንተ ደለኻን፣ ደውል **Help Me Grow Washington** (ዋሽንግተን ንኽዓቢ ሓግዘኒ) ሕህናትን ዝወሃብ ናይ ቀደም ደገፍ ድሕረ ገጽ: www.dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit.



ኣብ ውሽጢ ዘሎ ዕቤትን ምዕባላን ውሉድካ መርምር.





ምርጫ

ውሉድካ...

- ዓይኒ ይጥምት ድዩ (አዲንትካ ይጥምት ድዩ)
- ንሓደ ዝንቀሳቆስ ነገር ብአዲንቶም ይስዕቡ
- ብተደጋጋሚ ናብ ሓደ ነገር ከይተጋጨው ብእግሩ ይኸይድ ወይ ይንቀሳቆስ
- ብኸልቲኡ አዲንቲ ገይሩ ንሰባትን ንነገራትን ይርእይ ድዩ
- ንነገራት ኣብ ንቡር ርሕቆት ይሕዞ ድዩ (ድሕሪ 6 ወርሒ)
- ኣብ ጽላሎት ወይ ፍልይ ዝበለ ዚመስል ቦታታት ብዘይ ገለ ጸገም ይኹዓዝ ወይ ይንቀሳቆስ ድዩ (ምንፃፍ፣ ክዳን)
- አዲንቲ ኸይሰገረ ወይ ከይጠዋወዮ ንሰባትን ንነገራትን ይርእይ ድዩ (ድሕሪ 9 ወርሒ)
- ጽሩይ ደኣ እምበር ቀይሕ ወይ ማይ ዘይብሉ አዲንቲ ኣለዎ ድዩ

ምስማዕ

ውሉድካ...

- ብዛዕባ ጫውጫውታ ቤት (ቴሌፎን፣ ማዕደ ፓሕኳኳ፣ ቴሌቪዥን) ይፈልጥ ድዩ?
- እምብዛ ዓው ዝበለ ወይ እምብዛ ልስሉስ ዘይኮነ ድምጺ ይጥቀም ድዩ
- ጫውጫው ብዝብል መጻወቲታት ይጻወት ድዩ?
- ድምጺ ይቀድሕ ዶ (ድሕሪ 1 ዓመት)
- ድሕሪ ኸልተ ዓመት ዝተወሰነ መወዳእታ ቻላት ይጥቀም ድዩ
- ብአፍ ንዝተወሃበ መምርሒታት ይስዕቦ ድዩ
- ኣብ ቴሌቪዥን ወይ ሬድዮ መጠኑ ዝሓለወ ድምጺ ኸም ዘለዎ ይገብር ዶ
- ዛንታታት፣ መዛግብቲ፣ ወይ ቴሌቪዥን ብዘይ ገለ ጸገም ይሰምዖ ዶ
- መብዛሕትኦም ሰባት ምእንቲ ክርድእዎ ኣሉ ድዩ ዝዛረብ (ካብ 2-1/2 ዓመት ዝዓቢ እንተ ኸኮይነ)
- ኸብ ካልእ ክፍሊ ክጽዕዎ ከሎ (ድሕሪ 2 ዓመት) ናባኸ ይመጽእ ድዩ?

ካብ ውልደት ክሳብ ሰለስተ – ዕቤትን ምዕባለን



ካብ ውልደት - 3 ኣዋርሕ

ውሉድካ...

- ኣብ ከስዐኡ ኸሎ ርእሱን ኣፍ ልቡን የልዕል ዶ
- ኣእዳዉን ኣእጋሩን ብቐሊሉ የንቀሳቆስ ዶ
- ርእሱ ናብ ጐድኑ ብምጥዋይ ንምንቅስቃሳትካ ይስዕቦ ድዩ
- ብቐሊሉ ጥርመዝ ወይ ጠብ ወሲዱ ጽቡቕ ገይሩ ይጠብቅ ድዩ
- ብሃንደበት ብርቱዕ ድምጺ ይጫድር ወይ ይበኪ ዶ
- ይጥምተካ፣ ገጽካ ይጥንቀቕ ዶ
- ዘሕርቕ ወይ ዘስደምም ድምጺ የስምዓካ ድዩ
- ፍሽኽ ከም ዝብላካ ወይ ከም እትዛረብ ይገብር ዶ
- ክጸናናዕ ከሎ ብቐሊሉ ሰቕ ይብል ዶ



3-6 ኣዋርሕ

ውሉድካ...

- ኣብ ዝባኑ ኸሎ ብእእጋሩ ይጻወት ዶ
- ኣብ ከስዐኡ ኸሎ ክብደቱ ኣብ ኣእዳዉ ሓዙ ርእሱን ኣፍ ልቡን የልዕል ድዩ
- ንራእሱ ጅነትን ጽነትን ገይሩ ብዘይ ልስሉስ ሃይፐን supይሕዞ ዶ
- ኸብ ከስዐኡ ናብ ሕቕሌ ይምለስ ዶ
- ብሓደ ብምትንካፍ ብኣእዳዉ ይጻወት ዶ
- መጻወቲ ኸም ዝደሊ ይገብር ድዩ
- ኸብጽሖ እትኸእል መጻወቲ ኣልዒሉ ድዩ
- ርእሱ ናብ ድምጺ ይመልስ ድዩ
- ዝተፈለለዮ ድምጺ የስምዓካ ድዩ
- ዓው ኣሉ ይስሕቕ ዶ
- ዝፈትዎን ዝጸልኦን ነገራት ከርእይ ርክብን ድዩ



6-12 ኣዋርሕ

ውሉድካ...

- ብገለ ሓገዝ ደው ክብል ይፍትን ድዩ
- መጻወቲ ክጻወት ከሎ ብዘይ ሓገዝ ኮፍ ይብል ድዩ
- ንሓደ ነገር ካብ ሓደ ኣድ ናብቲ ኸልእ ኣድ የመሓለልፎ ድዩ
- ምግብ ኣጸብዕቱ ይምገብ ድዩ
- እናወዛወዘ ቻው-ቻው ይቐድሕ ድዩ?
- ዘድልዮ ነገራት ብምንቅስቃሳትን ብድምጽን ይነግረካ ድዩ
- ዘረባ ይቀድሕ ዶ ("ባ-ባ" ፣ "ጋ-ጋ")
- ምስ ዓበይቲ ክጻወት ከሎ ብብተራ (ተግባራት ድምጺ ወይ ኣብ ገጽ ዝንበብ መግለጺታት) ይወስድ ዶ
- ቐሊል ሕቶ ኸም እትረድኦም ይነግረካ ድዩ ("ካብዚ ዝበለጸ ትደሊ?")
- ንወለዱ ኸብ ዘይፈልጠም ሰባት ይፈልዮም ድዩ



12-18 ኣዋርሕ

ውሉድካ...

- በይኑ ይኸይድ ዶ
- ኣናእሸተይ ነገራት (ዓቕኑ ዝኾነ) የልዕል ዶ
- ኣቕሑ ኣእትዮ ኸብ መትሓዚ ይድርብዮ ድዩ
- ንሓደ ነገር ኣብ ልዕሊ ኸልእ የቐምጥ ድዩ
- ብማንካ ይምገብ ዶ
- ኣብ ርእሲ እቲ "ማማ" ወይ "ዳዳ" ኸልተ ወይ ሰለስተ ዝተፈለለዮ ቻላት ይዛረብ ዶ
- ብቻላት ገይሩ ነገራት ይሓትት
- ኸብ ጽዋእ ይሕዞን ይሰትን ዶ
- ስም ክወሃብ ኸሎ ዝተፈለለዮ ነገራት ወይ ስእልታት ይሕብር



18 ኣዋርሕ - 2 ዓመታት

ውሉድካ...

- ብኣዱ ሓዙ ናብ መደያይቦ ይድይብን ይወርድን ድዩ
- ስክሪብል ይገብር ዶ
- ንኣካላቱ ብእዋኑ ናብ መዚቃ ኸም ዘግዕዞ ይገብር ዶ
- ኸልተ ቻላት ብሓደ የጣምር ዶ ("ዝያዳ ጽማቕ")
- ውሉድካ ሕቶታት ክሓትት ጀሚሩ ድዩ ("ጽማቕ" ፣ "ቻው-ቻው")
- እናነሽሰ ንገዛእ ርእሱ ሳንድዊቶ ይምገብ ድዩ
- ካልስን ጫማን የውጽእ ድዩ
- ምስ ሓደ ዓብዱ ሰብ ዝተሳእለ ስእልታት መጽሓፍ ታሪኽ ይርእይ ድዩ
- ካብ መጻወቲታት (ግድል ወይ ዓበይቲ ማካይን) ቀሊል ምርጫ ይገብር ዶ
- ናይ ካልእ ቁልዓ ጸወታ ይቀድሕ ዶ (ሓጺ ብምፍሳስ ኩዕሶ ብምድርባይ)



2-3 ዓመታት

ውሉድካ...

- ብጽቡቕ ይመላለስ ይኹዩ ደው ይብል ይድይብ ዶ
- 3 ወይ ካብኡ ንላዕሊ ነገራት ይእክብ ድዩ
- ነታ ማንካ ኸኡ ነታ ጽዋእ ንበይኑ ይጥቀመላ ድዩ
- ኸልተ ደረጃ ዘለዎ መምርሒታት ይስዕብ ድዩ ("ነታ መጽሓፍ ወሲድካ ኣብ ሰደቓ ኣቐምጣ")
- ኸብ ሓሙሽተ ኸሳዕ ሸዱሽተ ኸፍሊ ኣካላቱ ስም ይጽውዕ ድዩ
- ኣብ ቀሊል ዕላል ይካፈል ድዩ
- ውሉድካ "እንታይ" ከምኡውን "እንታይ እዩ ዝገብር" ዝብል ቀሊል ሕቶታት ይምልስ ድዩ ("ንምሳሕ እንታይ ትደሊ?")
- ንኣጠቓቕማኡ ኸንገረሉ ኸሎ ናብ ሓደ ነገር ይሕብር ድዩ ወይስ ስም ይህብ ድዩ ("ብምንታይ ትሰቲ?")
- ቐሊል ዕዮ ኸይዩ ኸሎ ይሕግዝ ዶ (መጻወቲታት ምልዓል)
- 2-3 ምሉእ ሓሳባት ኣዘውቲሩ ይጥቀም ድዩ



“ውሉደይ ብኹሉ ሓገዝ ይመሓየሽ ስለ ዘሎ ምስኡ ኸመሃር ክኢሊ እዮ። ”

ብዛዕባ ዕቤት ውሉድካ ትሻቐል እንተደኣ ኼንካ ኣብ 1-800-322-2588 Help Me Grow Washington (ዋሽንግተን ንኸዓቢ ሓግዚ) ኢልካ ደውል።