

እንኳን ናብ ናትኩም

ናይ 18 አዋርሕ ዑደት  
ብደሐን መጻእኩም!



## ሰላም ዓቢ ሰብ!

አብቲ ናይ 18 አዋርሕ ዑደት፣ ምስ ሓንቲ ነርስ ክትራኸቡ ኢኹም። ከምቲ ቅድሚ ሕጂ ንጥዕና፣ ዕብየትን ምዕባለን ውላድኩም ክንከታተሎ ኢና። አብ እዋን ምብጻሕኩም አንጻር ሕማም ዕንፍፋር፣ ዕንፍፋርን ፍቤላን ክታበት እውን ነቐርብ ኢና። ሓደ በትሪ መርፍእ ጥራይ ኮይኑ ሙብዛሕትኡ ግዜ አብ ጭዋዳ ላዕለዋይ ቅልጽም ዝወሃብ ኮይኑ ግን አብ እግሪ እውን ክውሃብ ይኽእል።

ቆልዑ ልክዕ ከምቲ ንሕና ከም ዓቢይቲ ሰባት እንታይ ከም ዝኸውን ምፍላጥ ንፈቱ። ብሓገዝ ናይዚ ማህደር እዚ ንውላድኩም ብዛዕባ እቲ ምብጻሕን እቲ ቆልዓ እንታይ ከም ዝሓልፍን ብምንጋር ክተዳልዎ ትኽእሉ ኢኹም።

ውላድኩም ወዲ 3፣ 4ን 5ን ዓመት ምስ ኮነ እውን ናብ ማእከል ጥዕና ህጻናት ምብጻሕ ክቐርብልኩም እዩ።



ነቲ QR ኮድ ሰካን ግበሩ ወይ ድማ አብ መርቡሲ ሓበሬታ [1177.se/jamtland-harjedalen/barn](http://1177.se/jamtland-harjedalen/barn) ተወክሱ። ብዛዕባ ጥዕና፣ ምዕባለ፣ መሰላት፣ ሕማማትን ክንክንን ህጻናት ሓቅታትን ምኽርን ኣሎ። ብዛዕባ ኣተዓባብያ ወለዲ ዝምልከት ሓበሬታ እውን ምንባብ ይከኣል እዩ።



## ሰላም ቆልዑ!

ሕጂ ግዜ ናይ 1.5 ዓመት ምብጻሕኩም አብ ማእከል ጥዕና ህጻናት እዩ። አብዚ ምብጻሕ እዚ ንሰኻን ወላዲኻን (ወላዲትኻን) ምስታ ነርስ ክትራኸቡ ኢኹም።

## አብ እዋን ምብጻሕኩም ክትገብርዎ ዘለኩም እዚ እዩ፡-

ካብቲ ናይ መወዳእታ ምብጻሕኩም ጀሚሩ ክንደይ ከም ዝዓበኹም ንምርኣይ ክዕቀንን መጠን ክብደትኩም ክውሰድን እዩ



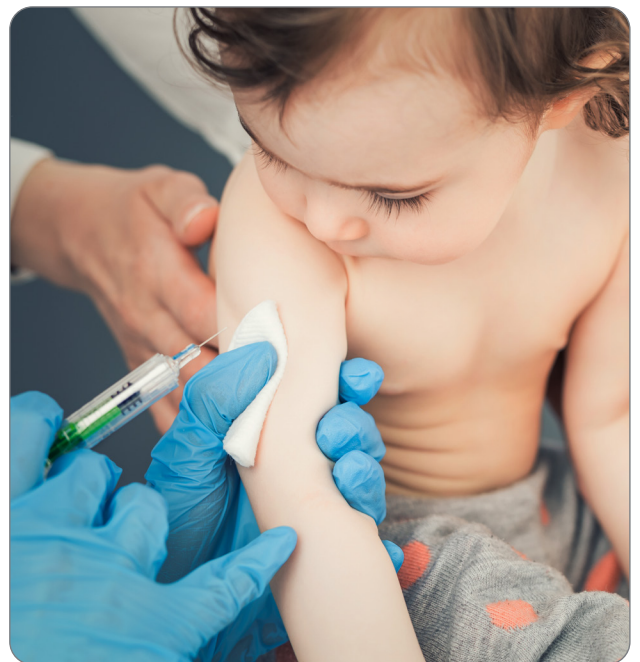
ምዕቃን



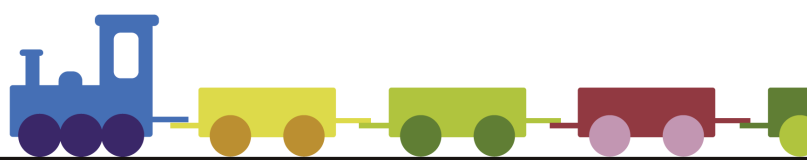
ብሕጡብ ምህናጽ



ክታብት ምውሳዕ



ስኣል





---

**ቅድሚያ ምብጻሕት ስራዎች ስለግልጽ እንዲሆኑ፤  
በጽሑፍ ምላሽ ለሰጠው ጥሪና ህጻናት ጥሪ ጥሪ።**