ናትኩም ወዲ 5 ዓመት
(Your 5 Year Old)

ምኽርታት ዘረባን ቋንቋን
(Speech and Language Tips)

ደቂ 5 ዓመት የዕልሉን ዛንታታት ይነግሩን።
(5 year olds have conversations and tell stories.)

ውላድካ ወዲ 5 ዓመት ኣብ ዝኾነሉ እዋን መሰረታዊ ሓረጋትን መብዛሕትኡ ድምጽታት ዘረባን ተማሂሩ ኣሎ። ሕጂ ውን ክዛረቡ ከለዉ ገለ ጌጋታት ክገብሩ ይኽእሉ እዮም። እዚ ንቡር እዩ። ገና ብዙሕ ዝመሃርዎ ነገራት ኣሎ፣ ከም ዝያዳ ድምጺ ዘረባ፣ ሓደስቲ ቃላትን ዝያዳ ዝተሓላለኹ ሓረጋትን ዝኣመሰሉ።

ህጻናት ከመይ ጌሮም ቋንቋ ከም ዝመሃሩመሃሩ
(How children learn language)

ህጻናት ብመዓልታዊ ዝርርባትን ዳርጋ ኣብ ኩሉ ዝገብርዎ ስራሕን ቋንቋ ይመሃሩ። ሓደስቲ ቃላት፡ ሓደስቲ ሓረጋት፡ ከምኡ'ውን ብቋንቋ ብኸመይ ከም ዝጻወቱ ይመሃሩ። ምስ ውላድካ በቲ ኣብ ገዛኻ እትጥቀመሉ ቋንቋ ወይ ቋንቋታት ተዘራረብ፣ ኣንብብ፣ ዘምር።

ነዞም ምኽርታት ብቋንቋኻ ፈትኖ
(Try these tips in your language)

ምኽርታት ምዝራብ

- **ምስ ውላድካ ክትዛረብ ከለኻ ምሉእ ሓረጋት ተጠቐም።** እዚ ድማ ምሉእ ሓረጋት ንኽጥቀሙ እውን ከተባብዖም እዩ።
- **ክትዛረብ ከለኻ ብዙሓት ገለጽቲ ዝኾኑ ቃላት ተጠቐም።** ብዛዕባ ዓቐን፡ ቅርጺ፡ ሕብርን ኣጠቓቕማን ነገራት ተዛረብ። "ንኺድ ነዊሕን ብጫን ባናና ንወስድ። ምቁር ባናና ምብላዕ ደስ ይብለኒ። ብዛዕባ ባናና እንታይ ደስ ይብለካ?"

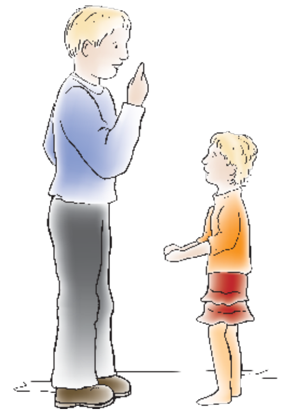
ምኽርታት ምስማዕ

- **ኣቓልቦኦም ንምርካብ ስም ውላድካ በል።** "ቤት፡ ዝብለኪ ነገር ኣሎኒ" በል።
- **ኣንፈት ክትህብ ከለኻ ገላጺ ቃላት ተጠቐም።** ሕብሪ፡ ቁጽርን ቦታን (ድሕሪ፡ ኣብ መንጎ፡ ኣብ) ቃላት ተጠቐም። "ሓንቲ ቀያሕ ኣፕል ኣብ መሶብ ከተእቱ ትኽእል ዲኻ?"
- **ንውላድካ እንታይ ክገብር ከም ዘለዎ ክትነግሮ ከለኻ፡ ኣብ ተመሳሳሊ ግዜ ኣርእዮ።**
- **ውላድካ ሕቶታት ክሓትት ኣተባብዓዮ ወይ ኣብ ዘይተረድኦ እዋን ገለ ነገር ክትደግሞ ሕተተካ።** እዚ ድማ ይሰምዑ ከምዘለዉ ዘርኢ እዩ።

ንዝያዳ ሓበሬታ ነዚ QR ኮድ ስካን ግበሩ ወይ ድማ ኣብዚ ዝስዕብ መርበብ ሓበሬታ ተወከሱ፤
myhealth.alberta.ca/Topic/Pediatric-Rehabilitation/Pages/Talk-Box-Tigrinya.aspx

እዋናዊ ኣብ ዕለት፡ 22 ጥሪ 2025
(Current as of: January 22, 2025)

ክትፍትኖም ዘለካ ንጥፈታት
(Activities to try)



ህጻናት ብተግባር እዮም ዝመሃሩ
(Children learn by doing)

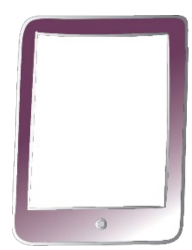
- **ዝተፈላለየ ቦታታት ምብጻሕ።** እዚ ድማ ውላድካ ሓደስቲ ቃላት ንኽመሃር ይሕግዞ። ናብ ቤተ መጻሕፍቲ፡ ማእከል ማሕበረሰብ፡ ድኳን ምግቢ ወይ መጻወቲ ቦታ ምኻድ ዝተፈላለዩ ቃላት ክትጥቀም የኽእለካ።
- **ንውላድካ ኣብ ናይ ጉጅለ ንጥፈታት ኣሳትፎ።** ኣብ መጻወቲ ቦታ ምጽዋት ወይ ካልእ ናይ ጉጅለ ንጥፈታት ውላድካ ብኸመይ ብጉጅለ ክሰምዕ፡ ኣዕሩኽ ከም ዝፈጥርን በብተራ ከም ዝሰርሕን ክመሃር ይሕግዞ። ናይ ጉጅለ ንጥፈታት ንውላድካ ምጽባይን በብተራ ምግባርን ክለማመድ ዕድል ይህቦ።
- **ከም I Spyን Simon Saysን ዝኣመሰሉ ጸወታታት ተጻወቱ።** እዞም ጸወታታት እዚኣቶም ውላድካ ክሰምዕ፡ ዝገልጹ ቃላት ክጥቀም፡ ነገራት ኣብ ሓደ ጉጅለ ክጥርንፍን በብተራ ክለዋወጥን ይሕግዙ።

ህጻናት ብምንባብ ይመሃሩ
(Children learn by reading)

ንባብን ቋንቋን ብሓባር ይኸዱ። ንባብ ውላድካ ምዝራብን ምስማዕን ክመሃር ይሕግዞ። ምዝራብን ምስማዕን ንባብን ምጽሓፍን ንኽቕልል ይሕግዝ። እዚ ኩሉ ክእለት ኣብ ቤት ትምህርቲ ኣገዳሲ እዩ። ገለ ምኽርታት ንባብ ንቐጻሊ ምዝንጋዕ እነሆ፤

- **መዓልታዊ ምስ ውላድካ መጽሓፍቲ ኣንብብ።** ውላድካ እንተፈቲዩዎ ንሓያሎ ሰሙናት ምሸት ሓንቲ መጽሓፍ ምንባብ ጽቡቕ እዩ።
- **ብዙሕ ስእልታት ዘለዎምን ብዙሕ ቃላት ዘይብሎምን መጻሕፍቲ ምረጽ።** ብዛዕባ ስእልታት እናዕለልኩም ተዘናግዑ።
- **ውላድካ ኣብ ፍሉጥ ዛንታ ንሓንቲ ሓረግ ክውድኦ ፍቐደሉ።** ንኣብነት፡ ነታ ሰለስተ ንኣሽቱ ሓሰማታት ተንብብ እንተ ኼንካ፡ “ንእሽቶ ሓሰማ፡ ንእሽቶ ሓሰማ፡ ክኣቱ ፍቐደለይ” ከተንብብ ትኽእል ኢኻ። ውላድካ “ብጸጉሪ መንኰብ መንኰበይ ኣይኮነን” ኢሉ ይዛዝሞ።
- **ብዙሕ ቅኒት ዘለዎም ቃላት ዘለዎም መጻሕፍቲ ምረጽ።** “ሆፕ፡ ፖፕ። እዞም ቃላት እዚኣቶም ቅኒት ይገብሩ። ኣብ መወዳእታ እውን ከምኡ ይድመጹ።”
- **ብዛዕባ ክንደይ ዝነውሐ ቃላት ካብ ንኣሽቱ ክፋላት ከም ዝቖሙ ተዛረብ።** ንኣብነት “ዘብኢ” ብንኣሽቱ ክፋላት ወይ ፊደላት (e+le+phant) ዝቖመ እዩ። ምስ ውላድካ ነቲ ክፋላት ናይቲ ቃል ኣጣቕዕ፡ ምጥዋቕ ወይ ረጊጽካ ኣውጽኦ።

ስክሪናትን ውላድካን
(Screens and your child)



ህጻናት ቋንቋ ዝበለጸ ዝመሃሩ በብተራ ካብ ዝገብሩ እዮም። ኣብ ስክሪን እተሕልፎ ግዜ ንኽትዘራረብ ዘምለጠካ ዕድል እዩ። ናይ ስክሪን ግዜ ምንካይ። ናይ ስክሪን ግዜ ታብሌት፡ ቴለፎን፡ ተለቪዥን ወይ ካልእ ስክሪን ምጥቃም እዩ። ብዛዕባ ናይ ስክሪን ግዜ ዝያዳ ንምፍላጥ፡ ንወሃቢ ክንክን ጥዕና ሕተት ወይ ኣብ caringforkids.cps.ca ተወከስ

ገለ ቆልዑ ንኽረዳድኡ ኣፕ ወይ መሳርሒታት ይጥቀሙ፣ እዚ ድማ Augmentative (ኣግመንታቲቭ)ን ኣልተርናቲቭን ኮሚዩኒኬሽን ይበሃል። እዞም መደባት እዚኦም ንርክብ ንምድጋፍ ዝተዳለዉ ኮይኖም ከም ናይ ስክሪን ግዜ ኣይቁጸሩን።

እንታይ ትጽቢት ትገብር
(What to expect)

ነፍሲ ወከፍ ቋንቋ ናይ ገዛእ ርእሱ ናይ ኣዘራርባን ቋንቋን ምዕራፋት ኣለዎ። ቶክ ቦክስ ናይ እንግሊዝኛ ምዕራፋት ጥራይ እዩ ዘጠቓልል። ነዚኦም ኣብቲ ናይ ምዝራብን ምስማዕን ዝርዝር መፈተሺ ኣብ ahs.ca/talkbox፣ ርኸቦም

መዓስ ሓገዝ ክትረክብ ትኽእል
(When to get help)

ውላድካ ነዚ ዝስዕብ እንተ ኣርእዩ ሓገዝ ንምሃብ ኢድካ ዘርግሕ፤

- ብኣዝዩ ሓጻርቲ ሓረጋት ጥራይ ዝዛረብ እንተኾይኑ።
- ብሓረግ ክዛረብ ከሎ ብዙሕ ጌጋታት ይፍጽም እንተኾይኑ።
- ንምርዳእ ዝኸብዶ እንተኾይኑ።
- መምርሒታት ንምኽታል ይሸገር እንተኾይኑ።
- ሰባት ዝብልዎ ንምርዳእ ይሸገር እንተኾይይኑ።
- ኣብ ክንዲ ቅኑዕ ቃል ዝጥቀም ይጥቁምን ከም እቲ ወይ ገለ ነገርን ዝኣመሰሉ ዘይንጹራት ቃላት ዝጥቀም እተኾይኑ።

ኣበይ ሓገዝ ክትረክብ ትኽእል
(Where to get help)

ብዛዕባ ዕቤት ኣዘራርባን ቋንቋን ውላድካ ትሻቐል ዲኻ?
ናይ ዘረባን ቋንቋን ፓቶሎጂስት ክሕግዙ ይኽእሉ። ንዝያዳ ሓበሬታ ኣብ ahs.ca/pedrehab ተወከሱ

ን 24/7 ምኽሪ ነርስን ሓፈሻዊ ሓበሬታ ጥዕናን ንምርካብ ናብ Health Link ብ 811 ደውሉ።
ተርጓሚ እንተድኣ ደሊኹም፡ ዘድልየኩም ቋንቋ ጥራይ ተዛረቡም።

ንዝያዳ ሓሳባት ኣብዚ ዝስዕብ ተወከሱ
(For more ideas)

- hanen.org
- firstwords.ca

ንውላድካ ኣብ 'ምዕባለ ዘረባን ቋንቋን' ንምሕጋዝ ብኣግኡ ምጅማር ጽቡቕ እዩ።

እዚ ጽሑፍ እዚ ንምኽሪ ብቑዕ በዓል ሞያ ጥዕና መተካእታ ኣይኮነን። እዚ ጽሑፍ ንሓፈሻዊ ሓበሬታ ጥራይ ዝዓለመ ኮይኑ "ከምዝበለ"፡ "ከምዝኸውን" ብዝብል መሰረት እዩ ዝቐርብ። ዋላ እኳ ትኽክለኛነት ናይቲ ሓበሬታ ንምርግጋጽ ርትዓዊ ጻዕርታት እንተተገብረ፡ Alberta Health Services ንልክዕነት፡ ተኣማንነት፡ ምሉእነት፡ ተግባራዊነት ወይ ንፍሉይ ዕላማ ናይ ከምዚ ዝኣመሰለ ሓበሬታ ብቕዓት ዝምልከት ዝኾነ ውክልና ወይ ውሕስነት፡ ግሉጽ፡ ብተዘዋዋሪ ወይ ሕጋዊ ኣይገብርን። Alberta Health Services ንኣጠቓቕማ እዞም ንዋት፡ ከምኡ'ውን ካብ ከምዚ ዓይነት ኣጠቓቕማ ንዝፍጠር ዝኾነ ይኹን ክሲ፡ ተግባራት፡ ጠለባት ወይ ክስታት ኩሉ ተሓታትነቱ ብግልጺ የልዕል።