ወዲ/ጓል 8 ዓመት ውላድኩም

(Your 8 Year Old)

ምኽርታት ዘረባን ቋንቋን

(Speech and Language Tips)

8 ዓመት ዝዕድሚኦም ቈልዑ ኣረኣእያ ኻልኦት ሰባት ክርድኡ ይኽእሉ እዮም

(8 year olds can see other people's point of view)

ወዲ 8 ዓመት ውላድኩም ምስ ኣዕርኽቱን ስድራ ቤቱን ካብ ምዝርራብ ጀሚሩ ኽሳዕ ምንባብን ኣብ ክፍሊ ዚግበር ምይይጥን ናይ ስድራ ቤት ሽርሽርን ብዙሕ ሓድሽ ነገራት ይመሃር። ብዛዕባ እቲ ኣብ ልዕሊኡ ዘጋጠሞ ነገራት ይዛረብን ምስቲ ኣብ ልዕሊ ካልኦት ሰባት ዘጋጠመ ድማ የነጻጽሮን የተሓሕዞን። ዝያዳ ንጹር ምእንቲ ኪኸውን ነቲ ዚብሎ ይቕይሮ እዩ። ሕሉፍ ሓሊፉ'ውን ከኸም ስምዒት ካልኦት ሰባት ዝብሎ ይቕይር እዩ።

ህጻናት ከመይ ገይሮም ቋንቋ ይመሃሩ

(How children learn language)

ህጻናት በብመዓልቱ ቛንቋ ይመሃሩ ዳርጋ ኣብ ኵሉ እቲ ዚገብርዎ ነገራት እውን ይመሃሩ እዮም። ሓደሽቲ ቃላት፡ ሓደሽቲ ሓረጋት ይመሃሩ ከምኡ'ውን ብቛንቋ ብኸመይ ከም ዝጻወቱ ይመሃሩ። ንስኹምን ውላድኩምን ብሓባር እትገብርዎ ዝኾነ ይኹን ንጥፈት ንኽትመሃሩ ዘኽእል ኣጋጣሚ እዩ።

ነዞም ምኽርታት ብቋንቋኹም ፈትንዎም

(Try these tips in your language)

ናይ ምዝራብ ምኽርታት

(Talking tips)

- **ምስ ውሉድካ ኽትዘራረብ ከለኻ እተፈላለየ ዓይነት ሓሳባት ተጠቐም።** "በጃኻ ምሳሕካ ብላዕ" ኢልካ ኣብ ክንዲ እትሓትት "ስለምንታይ ምሳሕካ ዘይትበልዕ?" ኢልካ ኽትሓትት ትኽእል ኢኻ።
- **ኣብ ክንዲ ወይ እንተ ኹይኑ ከምኡውን ክሳዕ እቲ ዝኣመሰሉ ንምሉእ ሓሳባት ውሉድካ ዜራኽብ ቃላት ወስኽ።** ንሳቶም ከኣ "ባናና እደሊ እየ ይብሉ ነበሩ። ቱፋሕ ኣይደልን እየ" ኢልካ ኽትሓትት ትኽእል ኢኻ፣ "ኣብ ክንዲ ቱፋሕ ባናና ትደሊ ዲኻ?"
- **ምስ ውሉድካ ኽትዘራረብ ከለኻ ሓድሽ ቃላት ተጠቐም።** እተን ቃላት እንታይ ማለት ምዃነን ግለጽ። "ምእንቲ ኽይውዳእ ነቲ ኣቕሓ ኣዘውቲርና ኽንሕጸቦ ኣሎና። ነቲ ኣቕሓ ብዙሕ ክንሓጽቦ ኣሎና።" ነዘን ሓደስቲ ቃላት እዚኣተን ብዙሕ ሳዕ ተጠቐመሉ።

ናይ ምድማጽ ምኽርታት

(Listening tips)

- **ሓደ ዓይነት ዚመስል ግን ከኣ እተፈልየ ትርጕም ዘለዎ ቓላት ተዛረብ።** "ቈልዓ ሓደ ኽፋል ዕምባባ እዩ። ፔዳል ኣእጋርና ብብሽክለታ እንሰርሓሉ ቦታ ኢዩ።"
- **ውሉድካ ነቲ ዚሰምዖ ኺዝክሮ ዚኽእል እተፈላለየ መገድታት ምሃሮ።** ነቲ ዝሰምዕዎ ዓው ኢሎም ክደግሙ ሕተቶም። ጸኒሖም ነቲ ዝሰምዕዎ ነገር ስቕ ኢሎም ኪዛረቡ ይኽእሉ እዮም። ብዛዕባ እቲ ኺዝክርዎ ዜድልዮም ነገራት ኣብ ኣእምሮኦም ብዛዕባ ምስኣል ኣዘራርቦም።
- **ውሉድካ ኺርድኦ ኣብ ዘይክእለሉ እዋን ሓገዝ ኪሓትት ምሃሮ።** ንውሉድካ ሕቶታት ኪሓትት ወይ ከኣ ንሰባት ነቲ ዝበልዎ ኺደግሙ ሕተቶም። ንውሉድካ ሕቶታት ኪሓትት ወይ ከኣ ንሰባት ነቲ ዝበልዎ ኺደግሙ ሕተቶም። ንኣብነት ሓድሽ ቃል እንተ ዘይተረዲኡዎ "እዛ ቓል እዚኣ ኣይተረድኣንን እያእንታይ ማለት ምዃኑ ኽትነግረኒዶ ምኽኣልካ?" ኺብል ይኽእል 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 እዩ ካብ ዕለት፦ ፌብሩዋሪ 3፣ 2026

ክትፍትንዎም ዘለኩም ንጥፈታት

(Activities to try)

ህጻናት ብተግባር እዮም ዝመሃሩ
(Children learn by doing)

- **ጸወታታት ተጻወት።** ውሉድካ ሓደስቲ ቓላት ኪመሃርን ንነገራት ንምግላጽ ኪለማመድን እዩ። እዚ ጸወታታት እዚ ንመላእ ስድራ ቤት ኣዝዩ ዜሐጉስ እዩ። ከም I Spy (ኣነ እስልይ)፣ Guess Who (መን ምዃኑ ገምት)?, Pictionary (ፒክሽነሪ)፣ Charades (ሽረይድ) ከምኡውን መስቀላዊ ቃላት ዝኣመሰለ ጸወታታት ፈትን።
- **ቀሊል ናይ ምዝካር ጸወታታት ተጻወት።** ክጻወት ፈቲነ ናብ ጉዕዞ ኸድኩ። ሓደ ሰብ "ናብ ጉዕዞ ኸድኩ ካምቻ ድማ ጠርኒፈ እየ" ኢሉ ይጅምር። በብተራ ነቲ እተባህለ ደጊምካ ሓድሽ ነገር ወሲኽካ ። ንኣብነት "ናብ ጉዕዞ ኸድኩ እሞ ካምቻን ዓለባን ጠርኒፈ ነበርኩ።" ሓደ ሰብ ንኹሉ እቲ ነገራት ብስርዓት ኪዝክሮ ኽሳዕ ዘይክእል ቀጽል። እዚ ጸወታ እዚ ኣብ ማኪና ኣብ ገዛ ወይ ኣብ ናይ ስድራ ቤት ጉዕዞ ምጽዋት ይከኣል እዩ።
- **ምስ ውሉድካ ናይ ቃላት ጸወታታት ተጻወት።** ብእተኻእሎም መጠን ካብ ጉጅለ ብዙሕ ነገራት ኪጠቕሱ ሕተቶም። ንኣብነት ኣብ መናፈሻ ኣብ ገምገም ባሕሪ ወይ ኣብ ክፍሊ እትርእዮ ነገራት ስም ኪህቡ ሕተቶም። ዝያዳ በዳሂ ምእንቲ ኪኸውን ከኣ ናይ ግዜ ገደብ ግበር።

ህጻናት ብምንባብ ይመሃሩ
(Children learn by reading)

ንባብን ቋንቋን ብሓባር ይኸዱ። ንባብ ውላድኩም ምዝራብን ምስማዕን ክመሃር ይሕግዞ። ምዝራብን ምስማዕን ከኣ ንባብን ምጽሓፍን ዝያዳ ንክቐልል ይሕግዙ። እዚኦም ኩሎም ክእለታት ኣብ ቤት ትምህርቲ ኣገደስቲ እዮም። ንባብ ዘዝናግዕ ንምግባር ዝኸውን ገለ ምኽርታት እነሆ፤

- **ውሉድካ ዋላ እውን መጻሕፍቲ የንብብ እንተ ሃለወ ዓው ኢልካ ኣንብቦ።** ብሓባር ናይ ኣውድዮ መጻሕፍቲ ስማዕ።
- **ንውሉድካ ቕድሚ ምንባቡ እቲ ዛንታ እንታይ ምዃኑ ኺግምቶ ሕተቶ።** ኣብቲ ኣርእስትን ኣብቲ ቐዳማይ ገጽ ዘሎ ስእልታትን ኣፋፍኖት ርኸብ። ነታ ቐዳመይቲ ገጽ ኣንብባ ድሕሪኡ ብዛዕባ እቲ ዛንታ ዝያዳ ግምታት ግበሮ። ከምዚ ዝኣመሰለ ሕቶታት ሕተቶ፦ "ቀጺልካ እንታይ ኪኸውን እዩ? ንምንታይ? ከመይ ጌርካ ትፈልጥ?"
- **ብሓባር ኳንኩም ዛንታ ምስ ኣንበብኩም ንውሉድካ ነቲ ዛንታ ኺነግሮ ሕተቶ።** ነቲ ዛንታ ብቓላትካ ወይ ንኻልእ ኣባል ስድራ ቤትካ ኸም ዚነግሮም ግበር።
- **ብዛዕባ መወዳእታ እቲ ዛንታ ተዘራረብ።** ንውሉድካ "ብዛዕባ እቲ ዛንታ ዝያዳ እትፈትዎ እንታይ እዩ?" ወይ "ካብቲ ዛንታ እንታይ ተማሂርካ?" ወይ "ተመሳሳሊ ጸገም እንተ ኣጋጢሙካ እንታይ ምገበርካ?" ኢልካ ሕተቶ።
- **ትንቢታት ግበር።** ነቲ ዛንታ ምስ ኣንበብካዮ እቲ ዛንታ ምስ ተወድአ እንታይ ከም ዘጋጠመካ ተዘራረብ።
- ንውሉድካ ነቲ ዘንበቦ ነገራት **ኣብ ኣእምሮኡ ኺስእል ሕተቶ።**

እንታይ ትጽቢት ትገብሩ

(What to expect)

ነፍሲ ወከፍ ቋንቋ ናይ ገዛእ ርእሱ ናይ ኣዘራርባን ቋንቋን ምዕራፋት ኣለዎ። Talk Box (ቶክ ቦክስ) ናይ እንግሊዝኛ ምዕራፋት ጥራይ እዩ ዘጠቓልል። ነዚኦም ኣብ Talking and Listening Checklist (ናይ ምዝርራብን ምስማዕን መረጋገጺ ዝርዝር) ኣብ ahs.ca/talkbox ርኸብዎም።

መዓስ ሓገዝ ትረኽቡ

(When to get help)

ውላድኩም ከምዚ ዝስዕብ እንተድኣ ኮይኑ ሓገዝ ንምርካብ ሕተቱ፧
(Reach out for help if your child:)

- ናይ ዘረባ ድምጺታት ምዝራብ እንትጽግሞ
- ንምርዳኡ ኣሸጋሪ እንትኸውን
- ኣብ ዝዛረበሉ እዋን ሓጻርቲ ምሉእ ሓሳባት ዝጥቀም እንተኾይኑ
- ኣብ ሓደ ዛንታ ወይ ኣብ ቤት ትምህርቲ እንታይ ከም ዘጋጠመ ንዓኹም ንምንጋር የጸግሞ እንተኾይኑ
- ብሕግታት ዝርርብ ዝጽገም እንተኾይኑ፣ ንኣብነት ተራ ምውሳድ፣ ኣብ ርእሰ ነገር ምቕጻል ወይ ከኣ ከም ዘይተረድኦ ንዓኹም ምንጋር

ካበይ ሓገዝ ክትረክብ ትኽእል

(Where to get help)

ብዛዕባ ዕቤት ኣዘራርባን ቋንቋን ውላድኩም ትሻቐሉ ዲኹም? ናይ ዘረባን ቋንቋን ፓቶሎጂስት ክሕግዙ ይኽእሉ። ንዝያዳ ሓበሬታ ኣብ ahs.ca/pedrehab ተወከሱ።

24/7 ናይ ኣለይቲ ሕሙማት ምኽርን ሓፈሻዊ ናይ ጥዕና ሓበሬታን ንምርካብ Health Link ብቑጽሪ 811 ደውሉ። ተርጓሚ እንተድኣ ደሊኹም፡ ዘድልየም ቋንቋ ጥራይ ተዛረቡ።

ንዝያዳ ሓሳባት
(For more ideas)

- curriculum.learnalberta.ca/parents/en/home
- schools.healthiertogether.ca/en/
- alberta.ca/family-resource-networks

ስክሪናትን ውላድኩምን
(Screens and your child)

ህጻናት ቋንቋ ዝበለጸ ዝመሃሩ ተራ ብምውሳድ ወይ ብምቅይያር እዩ። ኣብ ስክሪን ዝሓልፍ ግዜ ንምዝርራብ ዝኸውን ዘምለጠ ዕድል እዩ። ናይ ስክሪን ግዜ ነክዩ። ናይ ስክሪን ግዜ ታብሌት፡ ቴለፎን፡ ተለቪዥን ወይ ካልእ ስክሪን ምጥቃም እዩ። ብዛዕባ ናይ ስክሪን ግዜ ዝያዳ ንምፍላጥ ንሓደ ሓኪም ክንክን ጥዕና ሕተቱ ወይ ከኣ ኣብ caringforkids.cps.ca ረአዩ።

ገለ ቆልዑ ንኽረዳድኡ ኣፕ ወይ መሳርሒታት ይጥቀሙ፣ እዚ ድማ ዚምልእን ኣማራጺን ኣገባብ ርክብ (Augmentative and Alternative Communication) ይበሃል። እዞም መደባት እዚኦም ንርክብ ንምድጋፍ ዝተዳለዉ ኮይኖም ከም ናይ ስክሪን ግዜ ኣይቑጸሩን።

እዚ ጽሑፍ እዚ ንምኽሪ ብቑዕ በዓል ሞያ ጥዕና መተካእታ ኣይኮነን። እዚ ጽሑፍ ንሓፈሻዊ ሓበሬታ ጥራይ ዝዓለመ ኮይኑ "ከምዘለዎ"፣ "ከምዝኾኖ" ብዝብል መሰረት እዩ ዝቐርብ። ዋላ እኳ ቅኑዕነት ናይቲ ሓበሬታ ንምርግጋጽ ርትዓዊ ጻዕርታት እንተተገብረ፣ Alberta Health Services (ኣገልግሎት ጥዕና ኣልበርታ) እዚ ሓበሬታ ንሓደ ዝተፈልየ ዕላማ ወይ ኩነታት ብዝምልከት ንልክዕነት፣ ተኣማንነት፣ ምሉእነት፣ ተግባራዊነት ወይ ብቕዓት ዝኾነ ይኹን ውክልና ወይ ውሕስነት፣ ብተዘዋዋሪ ወይ ብሕጋዊ መገዲ ኣይህብን እዩ። Alberta Health Services ንኣጠቓቕማ እዞም ንዋት፣ ከምኡ'ውን ካብ ከምዚ ዓይነት ኣጠቓቕማ ንዝፍጠር ዝኾነ ይኹን ክሲ፣ ተግባራት፣ ጠለባት ወይ ክስታት ኩሉ ተሓታትነቱ ብግልጺ የልዕል።