ወዲ/ጓል 9 ዓመት ውላድኩም

(Your 9 Year Old)

ምኽርታት ዘረባን ቋንቋን
(Speech and Language Tips)

9 ዓመት ዝዕድሚኦም ቈልዑ ናብቲ ነጥቢ ይበጽሑ
(9 year olds get to the point)

ወዲ 9 ዓመት ውላድኩም ብቛንቋ ብኸመይ ከም ዚዘናጋዕ ይመሃር። ቃላትን ምሉእ ሓሳባትን ሓድሓደ ግዜ እተፈላለየ ትርጉም ኪህልዎ ከም ዝኽእል ሕሉፍ ሓሊፎም እውን ስዉር ትርጉም ኪህልዎ ኸም ዚኽእል ይፈልጥ እዩ። ዛንታታት ውላድኩም እናነወሐ ይኸይድ። ሓድሓደ ግዜ ንኹሉ እቲ ዚፈልጥዎ ነገራት ካብ ምንጋር ንላዕሊ ናብቲ ቀንዲ ነጥቢ ምብጻሕ ከም ዜገድስ እውን ይግንዘብ።

ህጻናት ከመይ ጌሮም ቋንቋ ይመሃሩ
(How children learn language)

ህጻናት በብመዓልቱ ቋንቋ 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 ብቛንቋኹም ፈትንዎም

(Try these tips in your language)

ናይ ምዝራብ ምኽርታት
(Talking tips)

- **ውላድካ ዝበሎ ድገሞ።** ሓደ ዓይነት ትርጉም ዘለዎም ዝተፈላለዩ ቃላት ተጠቐም። "ሎሚ ኣዝየ ቈራሪ እየ" እንተ በሉኒ "ዝሑል ኢኻ እትመስል" ትብሉ።
- **ነቲ ቐንዲ ሓሳብ እቲ ዛንታ ንገሮ።** ብዛዕባ መጻሕፍትን ምርኢታትን ክትዛረብ ከለኻ "ዓብዪ ፊልም ርእየ እየ። ብዛዕባ ሓደ ናይ ግዜ ማሽን ዝረኸበ ሰብኣይ እዩ ነይሩ።"
- **ቀጺሉ እንታይ ከም ዚኸውን ገርካ እሞ ሕሰብ።** ምርኢታት ክትርኢ ኸለኻ ወይ መጻሕፍቲ ኽተንብብ ከለኻ ብዛዕባ እቲ ኺጋጥም ዚኽእል ነገራት ተዛረብ፣ ንኣብነት "እቲ ማሽን ግዜ ዝረኸበ ሰብ ኣብ መጻኢ ዚጣበቕ ይመስለኒ።" ንውሉድካ ቐጺሉ እንታይ ከም ዚኸውንን ስለምንታይን ኪግምቶ ሕተቶ።

ናይ ምድማጽ ምኽርታት
(Listening tips)

- **ውሉድካ ብዛዕባ እንታይ ትዛረብ ከም ዘለኻ ንኺርእዮ ወይ ኣብ ኣእምሮኻ ኺስእሎ ሓግዞ።** "ገንዘብ በዚሑኒ ኣሎ" ወይ "ብልዑል ድምጺ እያ እትዝምር" ዚብል ሓረጋት ተጠቐም። ድሕሪኡ ንውሉድካ እንታይ ማለትካ ምዃኑ ንገሮ። "ብዙሕ ገንዘብ ኣሎኒ" ወይ "ዓው ኢላ ትዝምር።"
- **ንውሉድካ ነገራት ኪዝክሮ ዚኽእል እተፈላለየ መገድታት ምሃሮ።** ነቲ ዝሰምዕዎን እንታይ ኪገብሩ ኸም ዘለዎምን ምእንቲ ኺዝክሩ ብኸመይ ሓጺር መዘኻኸሪታት ከም ዚጽሕፉ ወይ ቅልጡፍ ስእልታት ከም ዚስእሉ ኣርእዮም ። ንነገራት ደጋጊሞም ኪደግሙ'ን ኪዝክርዎ ዘለዎም ነገራት ኣብ ኣእምሮኦም ኪስእሉን ኣዘኻኽሮም።
- **ንውሉድካ ተጠንቂቖ ንኺሰምዖ ዚሕግዝ ሕቶታት ሕተቶ።** ሙዚቃ ኣውድዮ መጻሕፍቲ ወይ ምርኢታት ኪሰምዑ ይኽእሉ እዮም። "እቲ ዝለዓለ ድምጺ ዘለዎ መን እዩ?" ወይ "እቲ ዛንታ ሓቂ ድዩ ወይስ እምን?" ዚብል ሕቶታት ሕተቶ።

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)

- **ብሓባር ከተንብብ ከለኻ ናይ ስእሊ ጸወታ ተጻወት።** ኣብ ታሪኽ እንታይ ከም ዘጋጠመ በብተራ ስኣል። ነቲ ዛንታ ምስ ወዳእካ በብተራ በቲ ዝሰኣልካዮ ስእልታት ተጠቒምካ እንደገና ንገሮ። እዚ ኣብ ኣእምሮኻ ስእልታት ንኽትለማመድ እትለማመደሉ ባህ ዜብል መገዲ እዩ፣ ንነገራት ንኽትዝክር ዚሕግዝ ዓብዪ መገዲ እዩ።
- **ብዙሕ ትርጉም ንዘለዎ ቓላት ጸወታታት ተጻወት።** ብእተኻእለ መጠን ንሓንቲ ቓል እተፈላለየ ትርጉም ኣውጽእ። ሮክ እትብል ቃል ኣብ ኮፍ መበሊ ኣብ ሮክ ሙዚቃ ወይ ኣብ መሬት ኣብ ከውሒ ምንቅጥቃጥ ማለት እያ። መን ዝያዳ ትርጉም ኪህልዎ ኽም ዚኽእልን ነጥቢ ኺዕቅብን ከም ዚኽእል ርአ።
- **ሓደ ዓይነት ግን ከኣ እተፈላለየ ትርጉም ዘለዎ ቓላት ጥቐስ።** ሓደ ዓይነት ወይ እተፈልየ ፊደላት ኪጸሓፍ ይኽእል እዩ፣ ንኣብነት ሰማያውን ነፋሪን። ነፍሲ ወከፍ ቃል እንታይ ማለት ምዃኑ ኺነግሩኻ ሕተቶም። ንነፍሲ ወከፍ ቅኑዕ ቃላት ነጥብታት ሃቦ። እዚ ጸወታ እዚ ንንባብ ንምርዳእን ፊደላትን እውን ይሕግዝ እዩ።
- **ብዛዕባ እቲ እትገብሮ ዘለኻ ሓጺር ዛንታ ጽሓፍ።** እዚ ኣብ ገዛኻ ኽትሰርሕ ከለኻ ወይ ኣብ ዝኾነ ይኹን እዋን ክትሰርሕ ከለኻ ኪኸውን ይኽእል እዩ። ንውሉድካ ስም ኪህቦ ሕተቶ። እዚ ዓይነት ጸወታ እዚ ንቑልዑ ነቲ ቐንዲ ሓሳብ ኪሰምዑ ይምህሮም እዩ። ኣቓልቦን ምርድዳእን እውን ይምህር እዩ።

ህጻናት ብምንባብ ይመሃሩ
(Children learn by reading)

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

- ውሉድካ ንኽም ንኣሽቱ ኣሕዋቱ ኣዝማዱ ወይ ኣዕሩኽቱ ዝኣመሰሉ **ኻልኦት ኬንብብ ኣተባብዓዮ።**
- **ኣብ ደገ ኣብ እትወጽኣሉ እዋን መዓልታዊ ንኸተንብብ ኣጋጣሚታት ተጠቐመሉ።** ንውሉድካ ዝርዝር መግቢ ምልክታት ምልክታት ናይ ፊልም ሰሌዳታት ከምኡውን ካርቶናት ከንብብ ኣተባብዓዮ።
- **ካብ ዕዮ ገዛ ወጻኢ ዚኸውን ፍሉይ ግዜ ምረጽ።** ውላድካ ትርፊ ግዜ ኣብ ዝህልወሉ እዋን ከተንብብ ከም እትርእዮ ፍቐደሉ። ምንባብ ንመዘናግዒ ምዃኑ ኣስተብህል።
- ንውሉድካ **ብዛዕባ እታ መጽሓፍ ኣብ 1 ምሉእ ሓሳባት ኪነግረካ ኣተባብዓዮ።** ንኣብነት "እዛ መጽሓፍ እዚኣ ብዛዕባ ሓደ ዅዕሶ እግሪ ዚጻወት ቈልዓ እያ እትገልጽ" በለት።
- **ሕንቅሕንቅሊቶታትን ዋዛታትን ስዉር ትርጉም ዘለዎ ዘረባታትን ዝመልአ መጻሕፍቲ ኣንብብ።** ብቓላትን ብቛንቋን ብኸመይ ክንጻወት ከም እንኽእል ከምኡውን ንነገራት ንጹር ንምግባር ዘይተለምደ ምንጽጻር ክንገብር ከም እንኽእል ተዘራረብ። ከም "ንኣረጊት ከልቢ ሓድሽ ተንኮል ክትምህሮ ኣይትኽእልን ኢኻ" ዚብል ምስላታት ክትመሃር እትኽእለሉ ብሉጽ መገዲ ምስኣል ወይ ምስ ውሉድካ ብተግባር ምውሳድ እዩ።

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 ሓጸርቲ 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 ዘይተረደኦ 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 Linkብቑጽሪ 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 ኣይቁጸሩን።

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።