



Euroopan unionin
osarahoittama

Koritaanka iyo horumarka ilmaha 2 sano jirka ah 2-vuotiaan lapsen kasvu ja kehitys (somali)

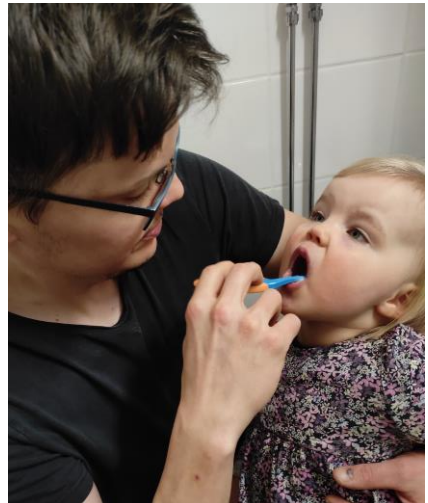


Ilmaha 2-jirka ahi waxay billaabaan inay si xoogan u muujiyaan ra'yigooda iyo rabitaankooda. Ilmuhu waxa uu jecel yahay in uu iskii wax u sameeyo, laakiin mararka qaarkood waxa uu dhab ku hayn iyo ammaan ka raadiyaa waalidka Hadalka ilmuhu wuu hormaraa, iskii wax u qabsigu wuu korodhaa.

Cunnada iyo caafimaadka afka

Jadwal cunto oo joogto ah iyo cunto kala duwan ayaa ka caawiya ilmaha inuu awood u yeesho howlaha maalinta waxayna taageertaa caafimaadka ilmaha. Ilmuhu wax badan halmar ma cuni karo, rabitaanka cunaduna waa isbedeli karaa. Ilmaha si joogto ah u siiso cunto, guud ahaan 4-5 qadada maalintii. Waqtiyada cuntada ee cunto wada cunida qoysku waxay taageeraan caadooyinka cunnada caafimaadka leh ee ilmaha. Ilmuhu wuxuu ku daydaa xubnaha kale ee qoyska.

Ku cadayashada ilkaha daawada cadayga carruurta ee falooriinka subaxdii iyo fiidkii waa joogteyn muhiim ah. Waxaad ilmaha siin kartaa nacinac saylitolka (ksylitolipastilli) cunto kasta ka dib.



Hurdada

Ilmaha 2-jirka ah wuxuu inta badan seexdaa hal hurdo maalintii. Baahida hurdo waa mid shaqsi ahaaneed. inta badan hurdooyinka maalintii way soo gaabtaan. Ku dhowaadka da'da sadex sano jirka hurdada maalintii, gabi ahaanba way ka tegi kareysaa. Xannaanada, ilmuhu way seexdaan ama muddo gaaban ayeey badhtamaha maalinta nastaan.

Jadwalada la yaqaan ee fiidkii ee joogtada ah ayaa ka caawiya ilmaha inuu is dejiyo oo uu seexdo. Waxaa ilmaha lagula tababaran karaa inuu iskii u seexado. Ilmaha qaarkood waxay u baahan yihiin taageerada waalidka si ay u seexdaan.

Xirfadaha musqulaha

Ilmuhu waxay xafaayad la'aan ku bartaan xawligooda shaqsiyadeed. Ilmaha qaarkood waxay ku bartaan in ay ahadaan xafaayad la'aan da'da u dhexeysa 2 ilaa 3 sano, halka ilmaha qaarkood ay weli u baahan yihiin xafaayadda. Waxaa wanaagsan in ilmaha lagu tababaro sida loo isticmaalo musqusha, isticmaalka tuunjiga iyo sida loo dhaqo gacmaha. Ilmuhu ma garan karo in uu u baahan yahay musqul. Ammaan oo dhiiri geli marka uu ilmuhu guulaysto oo uu awoodo inuu tababarto xataa daqiiqado yaryar.



Dhaqdhaqaaqa iyo xirfadaha gacamaha

Xirfadaha dhaqdhaqaaqa 2-sano jirka ayaa si degdeg ah ku hormara. Ilmaha qaar wuxuu si geesinimo leh ugu tababartaa xirfadahiisa, ilmaha qaarna aad bay u taxaddaraan. Xirfadaha waxay ku horumaraan meelo kala duwan oo gudaha iyo dibaddaba ah. Jardiinooyinka lagu ciyaaro iyo kaynta ayaa ah meelo fiican oo dhaqdhaqaaqa lagu tababarto.

Xirfad gacmeedka ilmuhu way hormaraan Xirfadaha gacmaha waxaa lagu tababaran karaa tusaale ahaan dhisida gabalada iyo sawir kabkabka.



Rabitaankiisa iyo xuduud u dejinta

Ilmaha 2-jirka ahi wuxuu inta badan si xoogan u muujiyaa rabitaankiisa. Ilmaha qaar tani waxay uga muuqataa dareen xoog leh iyo inay tijaabiyaan xuduudaha. Ilmaha qaarkood, marxaladani si degan ayey ku dhaaftaa. Ilmaha weli way ku adag tahay in uu dareenkiisa ereyo ku sheego. sidoo kale wuxuu Ilmuhu yeelan karaa cabsiyo kala duwan marka mala-awaalku hormaro Waa muhiim in waalidku fahmo dareemada ilmahooda. Waxaad si wadajir ah ilmaha u wada magacaabi kartaan dareenada.

Mamnuucida iyo xannibaadahu waxay ka dhigi karaan ilmaha mid careysan. Waa muhiim in waalidku si deggan oo go'aan leh u ilaaliyo xuduudaha. Ilmuhu si buuxda uma fahmi karo waxa uu awoodo waxa loo ogol yahay inuu sameeyo. Waalidku waa inuu sugaa ammaanka ilmaha, haddii loo baahdana wax u diidaa uuna xaddidaa ilmaha.



Horumarinta hadalka

Hadalka ilmo kasta wuxuu ku hormaraa xawligiisa shakhsi ahaaneed. Ilmaha 2-jirada ah Intooda badani waxay ku hadlaan dhowr eray. Qaar badan waxay ku hadlaan jumlado labo ama saddex eray ah. Ilmuhu su'aalida ayuu wax ku bartaa. Akhrinta buugaagta, heeso caruureedka iyo muusikadu waxay kaalmeeyaan barashada erayada iyo horumarinta hadalka.

Marka ilmaha lagula hadlo dhowr luqadood oo kala duwan, hadalka ilmuhu waxaa laga yaabaa inuu si tartiib tartiib ah u hormaro. Waxaa muhiim ah in waalidku ilmaha kula hadlo afkooda hooyo. Markaas way u fududaaneysaa inuu ilmuhu barto luuqado kale.

Wagtiga shaashadda ee ilmaha 2 jir ah lagula talinaayo waa ugu badnaan hal saac maalintii. Waa muhiim in ilmaha uu shaashada ka daawado oo kaliya barnaamijyada iyo fiidiyowyada da'daiisa ku haboon. Haddii waqtiga shaashadu aad bato waxay keeni karaa walwal, xanaaq iyo feejignaan xumo. Sidoo kale waxaa laga yaabaa in hurdada ilmuhu ay qasanto.



Hadalka ilmo kasta wuxuu ku hormaraa xawligiisa shakhsi ahaaneed.

Kula hadal ilmaha afkaaga hooyo.

Akhrinta buugaagta, heeso caruureedka iyo muusikadu waxay kaalmeeyaan ilmaha barashada erayada iyo horumarinta hadalka.

Ciyaarta iyo xirfadaha la dhaqanka bulshada

Ilmaha 2 sano jirka ahi wuxuu ku farxaa la socodka carruurta kale. Ilmuhu had iyo jeer ma awoodaan inay wada ciyaaraan, laakiin waxay barbar ciyaaraan caruur kale. Mararka qaarkood ciyaaruhu si habsami leh ayay u socdaan, laakiin mararka qaarkood ilmuhu waxaa laga yaabaa inuu qaniino, timo jiido, ama uu canuga kale gacantiisa casuusada ka dafo.

Way u wanaagsan tahay inuu qofka weyni ag joogo marka carruurta wada ciyaarayaan. Waa muhiim in carruurta loo sheego in ayan dadka kale dhib u geysan. Sidan, ilmuhu wuxuu ku baranayaa inuu tixgeliyo daareenka dadka kale oo uu fahmo xeerarka wada ciyaarka.

Qaar ilmaha ka mid ah waxay ku jiraan xanaanada. Waxa laga yaabaa in ay Ilmahu ka welwelaan kala maqnaashaha waalidkood Marka ilmuhu helo ammaan iyo daryeel ku filan, wuxuu ku kalsoonaadaa in waalidku soo laaban doono.





**Euroopan unionin
osarahoittama**

Mashruuca Niitty 2 – 2023–2026

Wadajir u taageeridda nolol maalmeedka
wanaagsan ee qoysaska muhaajiriinta

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan
mashruuca:

<https://projects.tuni.fi/niitty2/>

Bogga agabka macluumaadka ee
qoysaska:
tuni.fi/perheinfo

Ilo iyo xog dheeraad ah:

Neuvokas perhe. <https://neuvokasperhe.fi/>

Hay'adda Caafimaadka iyo Daryeelka Wanaagga. Keydka xogta NEUKO.

<https://thl.fi/aiheet/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/aitiys-ja-lastenneuvola/neuko-tietokanta>

Ururka Ilaalinta Carruurta ee Mannerheim.

<https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/>

Hay'adda Caafimaadka iyo Daryeelka Wanaagga iyo Guddiga Wadahadalka
Nafaqada ee Dowladda. Aynu wada cuno talooyinka cuntada ee qoysaska

carruurta leh. <https://www.julkari.fi/handle/10024/137459>

Maktabadda Caafimaadka: Koritaanka iyo horumarka da' kasta.

<https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018#s3>

Sawirro:

Niitty 2 -mashruuc, Pixabay (Sawirrada waxaa la qaaday 21.2.2025)

©waridsara, Irina Schmidt, 4frame group, Андрей Журавлев, Анна Демидова,

Africa Studio – stock.adobe.com



**Pirkanmaan
hyvinvointialue**



TAMPERE