

## Adeegyada caafimaadka qoyska iyo ilmaha

Adeegyadu waxay u yihiin bilaash qoysaska NSW ee leh carruurta laga bilaabo dhalasho ilaa 5 sanno jir. Uma baahnid soo gudbin.

Waxay u baahan yihiin:

- jeegareynta koritaanka iyo caafimaadka
- macluumaad ku saabsan arimo badan oo waalidnimo
- U gudbin caawimaad dheeraad ah, haddii loo baahan yahay.



## Dhisida jirarka iyo maskaxaha

Waxaad tahay macalinka ugu wanaagsan ee ilmahaaga.

Wakhtigaad la qaadatid ilmahaaga waa waxa ugu wanaagsan ee aad u sameyn kartid si aad u dhistid jirkooda iyo maskaxdooda.

Wixii fikrado ah, booqo:

[health.nsw.gov.au/childdevelopment](https://health.nsw.gov.au/childdevelopment)



## Hubinta koritaanka iyo caafimaadka

Jeegareynahani aad ayey muhiim u yihiin. Waxay kaa caawinayaan sidii aad ula socon lahayd sida ilmahaagu u kobcayo oo u korayo.

Waxay sidoo kale kaa caawinayaan helitaanka wixii taageero dheeraad ah ee ilmahaagu u baahdo.

Jeegareynaha waxaa sameyn kara dhakhtarkaaga ama kalkaalisada caafimaadka qoyska iyo ilmaha.

## Adigaa sida ugu fiican u yaqaan ilmahaaga

Ha sugin. Haddii ilmahaagu uusan la imanaynin mid ama wax ka badan oo ah hadafkiisa, ay lumiyeen xirfadihii ay mar lahaayeen, ama aad qabtid su'aalo kale, hore wax u qabo.

La hadal dhakhtarkaaga ama kalkaalisada caafimaadka qoyska iyo ilmaha, la wadaag su'aalahaaga oo wax ka weydii baaritaanka koritaanka.

**Buuxi 'Learn the Signs. Act Early.'** (Barro Callaamadaha. Oo Hore wax u samee) Liisaska hubinta ee ku qoran (buugga buluuga ah Blue Book kahor hubin kasta.



October 2023 © NSW Health. SHPN (HSP) 230739-15.

NSW Health



# Arinta hadafyada

Milestones matter

Somali



## Sii ilmahaaga bilowga ugu wanaagsan ee nolasha

Wadajir u qaata wakhti qiimo leh

–jacayl, hadal, hees, wax u akhri oo la ciyaar iyaga

Dabagal hadafkooda

–siday u ciyaaraan, wax u bartaan, u hadlaan, u dhaqmaan oo ay u dhaqaaqaan

Gee dhamnaan hubintooda koritaan iyo caafimaad

# Barro Calaamadaha. Hore wax u Qabo.

Koritaanka hore ilmahaagu waa safar. Sax hadafyada ilmahaagu uu gaaray da' kasta.

Digniinuho waxay kuu sheegayaan inaad ogaatid markay tahay wakhtigii jeegareynta koritaanka iyo caafimaadka.

## Halkan ka bilow

### 6-8 Toddobaad

- Dhoolacadeynta markaad la hadashid ama u dhoolacadee iyaga.
- Falcelin ay ka sameeyaan codadka dhaadheer.
- Madaxa kor bay u hayn karaan markay caloosha u jiifaan.
- Ay daawanayaan dhaqdhaqaaqaaga.

### 6 Bilood

- Qaadanaya wakhtigiisa si uu kuula sameeyo codad.
- Isku lamaaniyaa gacanta si ay isu taageeraan markay fadhiyaan.
- Garanayaa dadka uu yaqaan.
- Gaaraa si uu u soo qabsado alaabta lagu ciyaaro ee ay rabaan.
- Sameeyaa 'codad' (carabka ayuu bannaanka u soo saaraa oo wuuna afuufaa).

- Gacanta u taagaan 'bye-bye'.
- Raadiyaan waxyaalaha ay arkaan inaad qarisyay.

- Fahmaan 'maya' (waxyar oo kooban ayey hakadaan ama joogsadaan markaad tiraahdid).

### 18 Bilood

- Yiraahdaa ugu yaraan laba eray oo wada jira.
- Ogsoonaadaa marka dadka kale dhaawac soo gaaro ama ay xannaaqsan yihiin.

- Kugu daydaa sameynta waxaad ku celceliso.

- Iskudayaa isticmaalka qaado, wax ka cabaa koob aan dabool lahayn.

- Iskudayaa inuu yiraahdo saddex ama erayo ka badan ka sokow 'mama' ama 'dada'.
- Socdaa isagoon cidna qabsan ama waxna.

- Ugu yeeraan hooyada 'mama' ama 'dada' ama magac kale oo khaas ah.
- Wax soo jiitaa si uu u istaago.

### 2 Sanno

- Laadaa bannooni.
- Tilmaamaa ugu yaraan laba ka mid ah qaybaha jirka markaad weydiisid inay ku tusaan.

- Tilmaamaa waxyaalaha ku jira buugga markaad weydiisid.

- Wuu degaa 10 daqiiqo gudahood ka dib markaad ka tagtid, sida keenida xannaanada carruurta.

- Yiraahdaa magaca koowaad, marka la weydiyo.
- Gashadaa dharka qaarkii nafsad ahaantooda, sida surwaal debecsan ama jaakad.

- Sawiraa goobo markaad tusto sida loo sameynayo.
- Ogeysiisyada carruurta kale kuna biiraa si ay ula ciyaaraan.

- Wuxuu ka hadlaa ugu yaraan hal wax oo dhacay inta lagu jiro maalintooda, sida 'Waxaan ciyaaray Bannooni'.
- Qabtaa bannooni weyn inta badan.

- Jecel yahay inuu noqdo 'caawiye'.
- Bedelaa dabeecada ku saleysan meeshay joogaan (maktabada, garoonka cayaarta).

- Sawiraa qof leh saddex xubnood oo jir ama ka badan.

### 3 Sanno

### 4 Sanno