



YEN ACĪ GÖR MĒNHDIË BÏI PÏNDE THEM. YEŇU GÖR BA NYIC?

Mĕnhdu abii caar nĕ pial ĕ guĕpde nĕ kajuĕc yiic arĕĕt nĕ wiik tuej ken ke piir. Tĕj de kĕ ke yee thĕmĕ anĕj yic thĕm de cuĕk piĕ.

Cĕar de piĕ abii looi tĕ puĕcĕ meth dhiĕĕth tĕ lĕu yen rĕt ku alĕu bii looi panakiim ke yi kĕnĕ guĕ lony ka tĕ cin ĕ y i thĕl ĕ luny, ka akutnĕom de baaiduĕn ciĕjkĕ.

Mĕdhiĕĕth aalĕu bik kuc ke ke ci ĕm riĕl lĕu binĕ miĕhken puĕckĕ dhiĕĕth them nĕ piĕ. Wĕt kĕn abii gĕt nĕ Buĕ ĕ Pial-ĕ-guĕp de mĕnhdu yic (Buĕ Malak). Yin abĭ thiĕĕc ba yi cin jĕĕt nĕ poom yic ku bi nyuĕwth lĕn ĕ gĕor binĕ mĕnhdu them ku jaai ĕ.

Na ca lĕc bii mĕnhdu cĕk acĭ them nĕ cuĕkpiĕ, kĕ yin adhiac ke yi lĕkĕ nĕ thĕm de piĕ de miĕh ku kĕ ye piath de.

YEŇU YENĕ THĕM DE PÏN LOOI?

Kĕ cit mĕnh tĕk leer nĕ miĕh keerou nĕ miĕh kee 1000 yiic aacie nyicĕ piĕ apuĕth.

Apuĕth arĕĕt ku bii dac yĕk na ye mĕnhdu nyicĕ piĕ apuĕth ka cie nyicĕ piĕ apuĕth ago yin kekĕ mĕnhdu nyicĕ yĕk ke wĕĕt kony week.

Nĕ thĕa bii meth wĕt tuej de jĕl lueel, kĕ keek aaci piĕ nĕ tĕ yee ok jĕĕm thĭn nĕ ruĕĕn tĕk.

Na ci meth ye piĕ apuĕth nĕ yee thĕa ĕ, jamden ku pĕcĕden de wĕl aalĕu bii ĕaric nĕ cuĕk piĕ.

Na ĕor wĕl kĕk ka tĕ cin yĭnĕom ĕeer ku ĕor bii mĕnhdu them nĕ cuĕk piĕ, ke yin dac jam kekĕ ran muk ajuĕer de SWIS-H tĕ nĕ baai duĕn na lĕu rĕt.

YEŇU GÖR BA YA LOOI ĕ Tĕ JĕL MĒNHDIË LÖK ĕ DĭT?

Piĕ acĭ lĕu bi yaa dhiac kĕ tĕ nĕ nyinde yic tĕ jĕl thĕa lĕk ĕ dit. Apuĕth arĕĕt ba mĕnhdu ya bĕĕk ba tĕ yen ye liep dhuĕk thĭn, ku tĕ pĕc yen nĕ jam thĭn ku jĕl ya tĕ yen piĕ thĭn nyic.

Yin alĕu ba kak ci ĕt tiĕ Athĕr dun Pial de guĕp (Buĕ Malak) wa kak ci ĕt waraĕaĕ e kĕu ku ba pial de menhdu kuanycĕk.

Na diĕrĕ nĕ tĕ yee mĕnhdu piĕ thĭn ka tĕ yen ye liep luĕi thĭn ku tĕ pĕc yen nĕ jam thĭn nhiĕk tuej, apuĕth ba juir bii piĕ de mĕnhdu them. Thiĕc dĭktor de pandu bi yin tuĕc tĕ lĕu bin ĕ piĕ de mĕnhdu lĕ them thĭn.

Piĕ ayee them nĕ guĕt ĕ run tĕ raan ĕ ke thĭn.

**YÖK WĕL KÖK KE LĕK NEM YE
WEBTHAIT TÖ PIINYĕ**

<http://www.health.nsw.gov.au/kids-families>

Kĕ ke jam/Wĕl kĕ rĕm

Na wic wĕĕt ne pial guĕp ke yin yupĕ *healthdirect* Australia
<http://www.healthdirect.gov.au/>
1800 022 222





WARGAŃ Ę KUĚĚT Ę NYIN DE PIŃ

Mĕnh puɔɔ ĕ dhiĕĕth agut yen pĕi kee 3	Ee rĕl piŃ
	Ee biĕt tĕ piŃ yen rĕl nyic
	Ee ye thok looi ĕ dha dha dha
	Ee jam piŃ ku tiŃ ran jam nyin
Pĕi kee 3 leer nĕ pĕi kee 6	Ee ye nyin ka ye nhom wĕl tĕ bĕĕi rĕl thĭn
	Agɔl bi jam yaa kĕĕr yic
	Ee dɔl ku yĕeu ago miĕt ĕ puɔu ka rĕĕc ĕ puɔu nyuɔɔth
Pĕi kee 6 leer nĕ pĕi kee 9	Ee lɔ ‘dada’ ‘ma-ma’ ‘baba’
	Ee yic lɔ jiriŃ bi kɔc ke nyin wĕl e
	Ee kĕ cĭi ‘rĕĕc’ deet ku jɔl ya rin ke
	Ee kĕt de diĕt ku diĕĕr deet
Pĕi kee 9 leer nĕ pĕi kee 12	Ee rĕl de kɔc kĕk kĕĕr yic
	Ee wĕl puɔl yiic cĭt yĭk ‘baba’, jĕ, kuura deet yic
	Ee ye nhom wĕl rĕl koor jam
	Ee wĕt den cĭ pĕɔc tueeŃ lueel
Pĕi kee 12 leer nĕ pĕi kee 18	Ee ciĕt kĕ ye wĕl jĕt deet yiic nĕ wik yic
	Ee jiĕĕm puɔl yic cĭmen ĕ ‘bĕĕi ĕ kuura’ looi
	Ee kɔc nyooth, ee bak de guɔp nyooth ka nyooth kĕ ken ke pol na thiĕc ĕ yen
	Ee cool kĕ pĕc nĕ wĕl jĕt ku bi ke ya lueel acɔk ya yenĕ cĭ yenĕ keek ĕ piŃ/deet apuɔth
Pĕi kee 18 leer nĕ pĕi kee 24	AnɔŃ wĕl kee 100 leer nĕ 200 ye ke dac lueel nĕ thĕĕ thok abĕn
	Ee piŃ nĕ akĕkĕl ku diĕt puɔl yiic
	Ee wĕl keerou ka wĕl juĕc mat cĭmen ĕ ‘piu kĕk’

Gĕt:

