MONIKULTTUURINEN VANHEMMUUSRYHMÄ

-Ryhmäläisille jaettavat materiaalit

Tigrinja

OPETUS- JA KULTTUURIMINISTERIÖ

TURVALLINEN OULU

OULU

እተፈላለየ ባህሊ ዘለዎም ኣተዓባብያ

ትሕዝቶ ቜጸራታት:

- ቜጸራ 1: ምፍላጥ ተሳተፍቲ፣ ስርዓታትን ስሚዒታዊ ስራሕ
    - » ዕለትን ግዝየን
- ቜጸራ 2: ኣእሙራዊ:
    - » ዕለትን ግዝየን
- ቜጸራ 3: መዳያት ኣተዓባብያ ወለዲ
    - » ዕለትን ግዝየን
- ቜጸራ 4: ቈልዑን መንእሰያትን ኣብ መራኽቢ ብዙሓን
    - » ዕለትን ግዝየን
- ቜጸራ 5: ባህሊ ስድራ
    - » ዕለትን ግዝየን
- ቜጸራ 6: ንቈልዑት ዘለዎም ስድራ ኣገልግሎትን ምቁራጽን
    - » ዕለትን ግዝየን

- እዞም ኣባላት ናብዚ ዝካየድ ርክብ ንኽርከቡ ክሳማምዑ ኣለዎም።
- ብዛዕባ ወለድን ኣተዓባብያ ቈልዑት ኣብ ፊንላንድ ንመያየጥ።
- እቲ ዕላማ ብዛዕባ ትምህርታዊ ሜላታትን ናይ ፊንላንድ ኣተዓባብያ ባህሊ ብተወሳኺ ድማ ስርዓት ኣገልግሎት ዘለዎም ፍልጠት ንምስፋሕ እዩ።

- ንገዛ ዝኸውን ርእይቶታት:

1. ንስድራ ቤትካ ኣብዚ ናይ ሎሚ ኣኼባ ዝተዋህበካ ስሚዒታዊ ካርድታትን ስሚዒታዊ መለኪዒታትን ኣርእዮም።
2. ምስ ቈልዑት ኮይንኩም ነቲ ካርድታት እንዳ ረኣኹም ኣየነይቲ ካርድ እንታይ ስሚዒት ትገልጽ ሕሰቡ።
3. ብስሚዒት ካርድን ብስሚዒት መለክዒ ጌርኩም ናይ መዓልቲ ስሚዒታት ተመያየጡ።
4. ንውላድኩም ኣብ ዝተፈልየ ኩነታት ውሽጢ ካልእ ሰብ እንታይ ከም ዝስመዖ ክሓስብ ክትሓትዎ ትኽእሉ።

ኣብ ኣተዓባብያ ወለዲ ዘሎ ኣተሓሳስባ

- ኣእሙራዊ ኣተሓሳስባ ክበሃል ከሎ ንገዛእ ርእስኻን ካልኦትን ክትርዳእ ምፍታን ማለት እዩ።
    - » “ብዛዕባ ናይ ቈልዓ ስምዒታት፣ ሓሳባትን ዝደልዮ ነገር ትግደስ።
    - » “ እቲ ቈልዓ እንታይ ይስምዖ ወይ ይሓስብ ከም ዘሎ ይፈልጥ እየ ኣይትበል፣ ክትፈልጥ ፈትን!
    - » “ ብዛዕባ ስሚዒትካን ካብ ምንታይ ዝተላዕለ ምዃኑ ትሓስብ።
- ኣተሓሳስባ ድጋፍ
    - » “ ስሚዒታት ካርድ ክትጥቀም ትኽእል።
    - » “ ምስቲ ቈልዓ ተዛረብ፣ ጠባይ እቲ ቈልዓ ካብ ምንታይ ዝተላዕለ ምዃኑ ዓው ኢልካ ሕሰብ።
    - » “ ነቲ ቈልዓ ስምዒታትካን ሓሳባትካን ንገሮ።
    - » “ ንጸወታን ንናይ ምሕሳብ ክእለትን ተጠቐመሉ።
- ንገዛ ዝኸውን ርእይቶታት:
    - » ኣብ መዓልቲ ሓንሳእ ምስ ውላድካ ብዛዕባ ሓደ ኹነታት ጥንቃቐ ዝመልኦ ኣተሓሳስባ ብምጥቃም ሕሰብ:
        - · ነቲ ቈልዓ ብዛዕባ ጉዳያት ዝስምዖን፣ ዝመስሎንን ዝሓስቦን ተዛረቦ። ስምዒታዊ ካርድታትን ስምዒታዊ መለክዒታትን ተጠቐም።
        - · እንታይ ስምዒታትን ሓሳባትን ከም ዘለዓለልካ ሕሰብ።
        - · ኣብ መወዳእታ ሕሰበሉ፣ ብዘይ ምይይጥ ናይቲ ቈልዓ ስምዒትን ሓሳብን ክትፈልጥ ምኽኣልካዶ? ብዛዕባ ስምዒታት ምምይያጥ ኣገዳሲ ዝኾነ ስለምንታይ እዩ?

መዳያት ኣተዓባብያ ወለዲ

1. ንናጽነት እቲ ቈልዓ ምድጋፍ

- እቲ ቈልዓ ብዛዕባ ህይወቱ ዝምልከት ጉዳያት ኣብ ዝግበሩ ውሳኔታት ንኽሳተፍ መሰሉ እዩ።
- መጠን ናጽነትን ሓላፍነትን ናይቲ ቈልዓ ኣብ ዕድመን ደረጃ ዕቤት ናይቲ ቈልዓ ዝተሞርኰሰ እዩ።
- እቲ ቈልዓ ነጻ ንኽወጽእ ናይ ዓበይቲ ምትብባዕ የድልዮ።
- ሓደ ቈልዓ ብርእሱ ጉዳያት ክገብር ክፍትን ከሎ፣ ንርእሱ ዘለዎ ኣኽብሮትን ኣብ ክእለቱ ዘለዎ እምነትን ይድልድል።

2. ወላዲ ምዉቕ ስምዒት ናይ ምርኣይ ክእለት

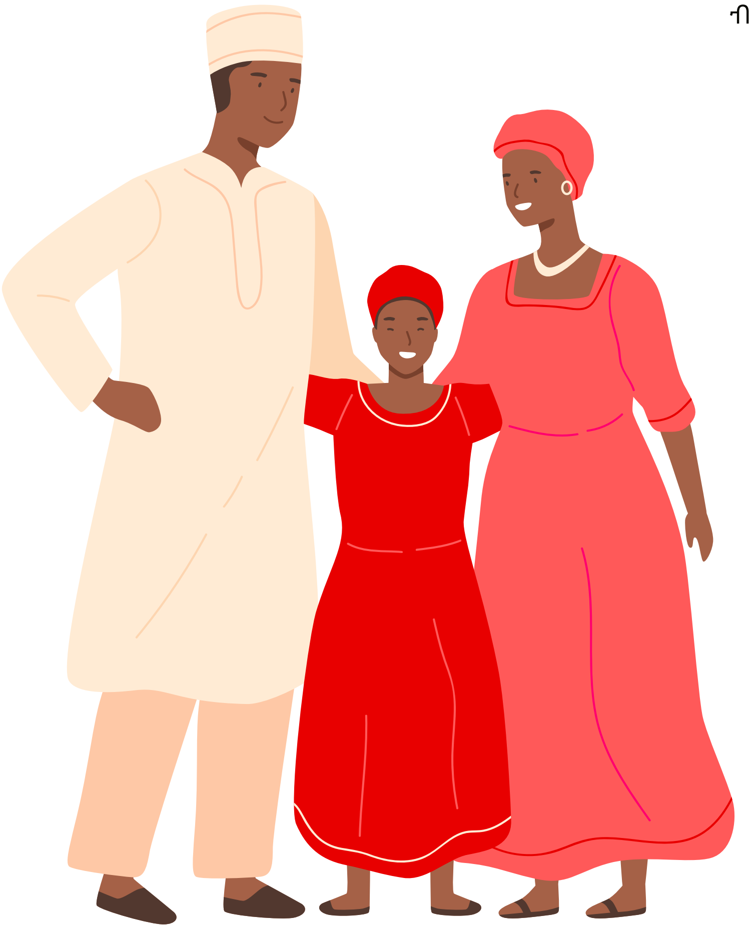
- ሓደ ውሉድ ምስ ወላዲኡ ምዉቑን ጥብቅን ርክብ ክምስርት የድሊ።
- ፍቕርኻ ከተርኢ ይከኣል ንኣብነት (ምሕቛፍ፣ ምስዓም) ናይ ምስጋና ቓላት (የፍቅረካ/ኪ፣ ኣገዳሲ ኢኻ፣ ንፉዕ ኢኻ፣ ይፈትወካ) ወይ ብሓባር ግዜ ምሕላፍ።
- ነፍሲ ወከፍ ሰብ ተቐባልነት ክረክብን ክፍቀርን ድልየት ኣለዎ። ስራሕ ወለዲ ንደቄም ነዚ ምሃብ እዩ።

3. እቲ ወላዲ ንዉሉዱ ናይ ምዕቛብ ክእለት

- ወላዲ ንውሉዱ ናይ ምዕቛብ ስርሑ እዩ። ወላዲ ንውሉዱ በዚ መንገዲ የዕቁቦ:
  - " መሰረታዊ ኽንክን (ምግቢ፣ ጽርየት፣ ክዳውንቲ ወዘተ.)።
  - " መዓልታዊ ሂወት ብምክልኻል።
  - እቲ ቈልዓ ኣካላዊ ወይ ኣእሙራዊ ዓመጽ ንኸይወርዶ ምክንኻን።
  - ነቲ ቈልዓ ገደብ ምግባርን ነብስኻ ምክልኻል ምምሃር።
  - ሙቐትን ፍቕርን ብምሃብ።
  - እቲ ቈልዓ ካብ ወለዱ እንታይ ከም ዝጽበ ንምፍላጥ ኣቓዲምካ ምግምጋም።
- ኣብ ገዛ ባእስን ግጭትን እንተ ኣጋጢሙ ስምምዕ ምግባር ኣድላዪ እዩ። እቲ ቈልዓ ዘይምስምማዕ ክፍታሕ ከም ዝኽእል ክርኢ ኣለዎ፣ ንድሕንነት ዋላ ሓደ ሰብ ኣብ ሓደጋ ክኣቱ የብሉን።

4. ገደብ ምግባር

- ኣብ ፊንላንድ ኣካላውን ኣእምራውን መቕጻዕቲ ክልኩል እዩ። እቲ ቈልዓ ንኣተዓባብያ ተባሂሉ ክህረም፣ ክዋረድ ወይ ክፍለ የብሉን።
- ምቕጻዕ ክልኩል እኳ እንተኾነ ገደባት ክግበረሉ ኣለዎን ናይ ግብረ ሳዕቤን ክህሉ ኣለዎ።
- እቲ ወላዲ ብሕግታትን ገደብን ገይሩ ንውሉዱ ይከላኸለሉን ዕብየቱን ምዕባልኡን ይከታተል።
- ደረት ምግባርን ቁጥዓ ምጻርን ናይ ወላዲ ስራሕ እዩ።
- ሕማቕ ጠባይ ንምእራም ብዙሕ ግዜ ኣይወስድን ኣይወስድን ይኸውን። እቲ ልዕሊ ኹሉ ዘገድስ ዘይቀያየር ክኸውን ኣለዎ = ወላዲ ነቲ ዝተሰማማዕኩሞ ሕግታት ክኽበር ከምዘለዎ ምስዓብ።
- ሓድሓደ ግዜ ናይቲ ቈልዓ ጓሂ ክትርኢ ስለ ዘይትኽእል ኖኖእ ምባል ይኸብደካ እዩ። ናይቲ ቈልዓ ጠባይ ኽትቅይር እንተ ኣድልዩ፣ ብርታዔ ምስ ረኸብካ ጀምሮ።



5. ኣብ ርክብ ዝረኣዩ ነቓዓት ምእራም።

- ኣብ ኩሉ ርክባት ዘይምስምማዕ ወይ ባእሲ ኣሎ።
- ቈልዑ መብዛሕትኡ ግዜ ንዝተፈጥሩ ዘይምስምማዕ ክጽግኑ ኣይክእሉን ስለዝኾነ ሓላፍነት ናይ ወላዲ እዩ።
- ቈልዑት ዘይምስምማዕ ናይ ምፍታሕ ክእለት ካብ ወለዶም ይመሃሩ። ቈልዑት ኣብ መንጎ ወለዶም ዘሎ ርክብ ብምክትታል ይመሃሩ።
- ጉዳይ ክንፈትሕ ቅድሚ ምጅማር ስሚዒት ቅድም ክረግእ ኣለዎ።
- ብዛዕባ ስምዒታት ምዝራብ ኣገዳሲ እዩ።
- ዓቢ ሰብ እውን ይቕረታ ክሓትት ይኽእል።

ወላዲ ምኳን ዓቢ ሓላፍነት እዩን መብዛሕትኡ ግዜ ድማ ወላዲ ምኳን ብዙሕ እዩ ዝሓትት። ዋላሓደ ወላዲ ፍጹም ወላዲ ኣይኮነን፣ ኩሉ ሰብ ሓሓሊፉ ጌጋታት ይገብር። እቲ ልዕሊ ኹሉ ዘገድስ ፍቕርን ዕላልን ከም መጠን ወላዲ ዝከኣለካ ምግባር።

ንገዛኻ ዝኸውን ርኢቶ:

ብሓንሳብ ኮይንኩም ዝኾነ ደስ ዝብል ነገር ግበሩ!

ባህሊ ስድራ

ነፍሲ ወከፍ ስድራ ቤት ናይ ገዛእ ርእሳ ባህሊ ኣለዋ፣ ንኣብነት ስነ ምግባራዊ ስርዓታትን ኣረኣእያን፣ ታሪኽ ስድራ ቤት፣ ማሕበረሰብ፣ ማሕበራዊ ሃዋሁ ከምኡ እውን ሕብረተሰብ።

ናይቲ ቈልዓ ክልተ ቋንቋ ብኸመይ ክትድግፍ ትኽእል።

ኣብ ገዛ ብናይ ቋንቋ ኣደኹም ተዛረቡ።

ሓደ ወላዲ ንባዕሉ ዘይመለኾ ቋንቋ ንውላዱ ተዛሪቡዎ፣ ጌጋ ኣደማምጻ ናብቲ ቈልዓ ክሓልፍ ይኽእል።

እቲ ቈልዓ ንኽልቲኦም ቋንቋታት ኣዘውቲሩ ክሰምዕ ኣለዎ። በዚ ምኽንያት እዚ ንኣብነት መውዓሊ ሕጻናት ወይ ክለብ ስድራ ንንእሽተይ ቈልዓ ክልተ ቋንቋ ንኽሕዝ ኣድለይቲ ቦታታት እዮም።

ንባህላዊ መንነት ቈልዓ ብኸመይ ክትድግፍ ትኽእል።

ምውህሃድ ናብ ፊንላንድ ጥራሕ ዘይኮነስ ምስኡ እውን ናይ ገዛእ ርእስኻ ባህሊ ምዕቃብ ነቲ ቈልዓ ብዛዕባ ሃገርካን ባህልኻን ምንጋር ኣገዳሲ እዩ።

- እቲ ቈልዓ ምስቶም ካብ ሓደ ሃገር ዝመጹ ቤተ ሰብ ምፍላጥ ጽቡቕ እዩ።
- ንደቅኻ ብዛዕባ ናብራ ሃገርካ፣ ተዘክሮታትን ፍጻመታትን ንገሮም።
- ናይ ሃገርኩም ምግቢ ስርሑን ንደቅኹም እውን መሃርዎም።
- ባህልታትን ባዓላትን ኣጥቢቕካ ስዓብ።
- ቪድዮታትን ስእልታትን ሃገርኩም ረኣዩ፣ ሙዚቃ ዓድኹም ስምዑ።
- ዝከኣል እንተ ኾይኑ ምስ ኣዝማድካ ተራኸብ።
- ንደቅኻ ናይ ዓዶም ዛንታታትን ግጥምታትን ንገሮም።
- ንደቅኹም ናይ ዓድኹም ደርፍታትን ግጥምታትን መሃርዎም

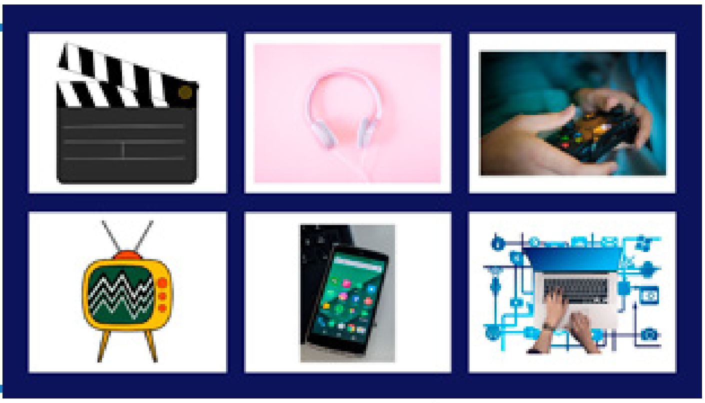
ንገዛ ዝኸውን ርእይቶታት:

ብዛዕባ እተፈላለየ ኣተዓባብያ ባህሊ ምስ ስድራኻን መሓዙትካን ተመያየጡ።

ኣብ ስድራ ቤትካ እንታይ ዓይነት ባህልታት ናብ ዝመጽእ ወለዶ ከተመሓላልፍ ትደሊ? ክልወጥ ትደልዮ ነገራት ኣሎዶ?

ቈልዑን መራኸቢ ብዙሓን

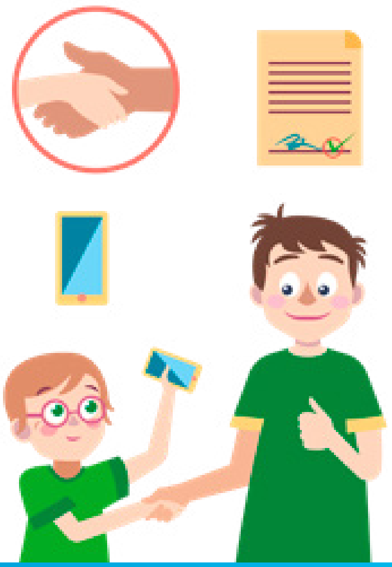
- መራኸቢ ብዙሓን ዝተፈላለየን ክፍሊ ሂወት ኩላትና ድማ እዩ።
- እቲ ቈልዓ ኣብ ኤለክትሮኒካዊ ዓለም ድሕንነቱ ንኽሕሎ ናይ ወላዲ ሓላፍነት እዩ።
- መራኸቢ ብዙሓን ብዙሕ ጥቅምን ሓጐስን ኣለዎ፣ ብሓንሳብ ኣጽንዕዎ።



- ኣብ መራኸቢ ብዙሓን መብዛሕትኡ ገደብ ዕድመ 13 ዓመት እኳ እንተ ኾነ ገሊኡ ኣፕሊከሽን ገደብ ዕድመ ብሓንሳብ ኮይንኩም ኣረጋግጹ።
- ብሓባር ኮይንኩም መርምርዎ፣ ኣወንታዊ ተገዳስነት ይሃልኻ።
- ንውላድካ ኣብ መራኸቢ ብዙሓት ሕማቕ ነገራት ከጋጥሙ ከም ዝኽእል ኣቐዲምካ ንገሮ፣ ገለ ነገር እንተ ኣጋጢሙ ክነግረካ ኣተባብዓዮ።
- ንደቅኻ ብዛዕባ ድሕንነት ዝገልጽ መምርሕታት ምሃሮም።

- ገደብ ዕድመን ምልክት ትሕዝቶን ወለዲ እቶም ቈልዑ ዘይግቡእ ንኸይርእዩ ምክልኻል ይሕግዞም።

- ብዛዕባ ናይ ስድራ ሓባራዊ ኤለክትሮኒካዊ ኣጠቓቕማ ሕግታት ምስምማዕ ኣድላዪ እዩ።
- ብዛዕባ ኣብ ኮምፕዩተር ተሕልፍዎ ግቡእ ግዜ ተመያየጡ። ከም ወላዲ መጠን እቲ ውላድካ እኹል ዕረፍቲ ፣ ምውስዋስ ኣካላት፣ ማሕበራዊ ርክባትን ንምጽናዕ ግዜ ክህልዎ ምክትታል።
- ብዛዕባ እዞም ጉዳያት ክትሰማምዑ ትኽእሉ፣ ንኣብነት:
  - ኣብ መዓልቲ ክንደይ ግዜ ቲቪ ክትርኢ ትኽእል?
  - ኣብ መዓልቲ ክንደይ ግዜ ኤለክትሮኒካዊ መሰርሒታት ትጻወት?
  - ለይቲ ተለፎን/ታብለት ኣበይ ኣሎ?
  - ኤለክትሮኒካዊ መሰርሒታት ኣብ ግዜ ምግቢ ይረኤዶ?
  - እንታይ ዓይነት ትሕዝቶ ዘለዎ ክርእን ክጻወትን ይኽእል?



ንቈልዑት ዘለዎም ስድራ ኣገልግሎት

ኣብ ፊንላንድ ንስድራ ቤታትን ኣተዓባብያ ቈልዑትን ዝተፈላለየ ደገፍ ይግበር።

ደገፍንምርካብ ከተመልክተሉ ትኽእል ቦታ እንተ ዘይፈለጥካ ሽግር የለን። ምስ ሰብ ሞያ ተዛራሪብካ ዘድልየካ ቅኑዕ ኣገልግሎት ንምርካብ ይሕጉዙኻ።

ኣብዚ መርኣይ ተጠቒሶም ዘለዉ ቦታታት ብምኽድ ዘተሓሳስበካ ነገራት ክትዛረብ ትኽእል።

- ብቛንቋኻ ኣተርጓማይ ክግበረልካ ሕተት።

መውዓሊ ሕጻናትን ቤት ትምህርትን

ናይ ቈልዓ ዕብየት፣ ምዕባለን ትምህርትን ይድግፍ!

ገለ ኻብቶም ኣብ መውዓሊ ሕጻናት ዘለዉ ክኢላታት፣ ፍሉይ ትምህርቲ መምህር።

ኣብ ቤት ትምህርቲ ብጀካ መማህራን ብተወሳኺ ምክንኻን ተመሃሮ: ሓላፊ ቤት ትምህርቲ፣ ስነ ኣእሙራዊ ሓኪም፣ ናይ ተመሃሮ ምኽሪ፣ ክንክን ጥዕና ይርከቡ።

ነውቮላ

ንጥኑሳትን ንትሕቲ ትምህርቲ ዝዕድሚኦም ቈልዑን ስድራ ቤቶምን።

ናይ ጥዕና ስሩዕ ምክትታል፣ ቈጸራ ክተሓዝልካ ክትሓትት ትኽእል። ብዛዕባ ኣተዓባብያ ንወለዲ ደገፍን ምኽርን!

ናይ እውሉ ነውቮላ ተለፎን 08 558 44356

ኣተዓባብያን ስድራ ቤት ምኽሪ

ወለዲ ብዛዕባ ደቆም ወይ ስድራ ቤቶም ኩነታት ክጭነቑ ከለዉ ኣብ ኣተዓባብያ ድጋፍን መምርሕን።

ናይ ምይይጥ ደገፍ እንኮላይ ኣብ ናይ ፍትሕ ኩነታት።

ርክብ ብተለፎን ሶኒ-ዓርቢ ሰዓት 10-12፣

ቁጽሪ ተለፎን 040 650 6014

ናይ ቈልዑን መናእሰያት ስነ ኣእሙራዊ ስራሕ (LANU)

ነቶም ትሕቲ 18 ዓመት ዝዕድሚኦም ቈልዑ ናይ ስነ ኣእምሮ ፍሉይ ሕክምና ሓላፍነት።

ናብ ሕክምና ብመወከሲ ትእዛዝ ይሕለፍ።

ድሕንነት ሕጻናት

ምስ ምክንኻንን ኣተዓባብያን ቈልዑን መንእሰያትን እተተሓሓዘ ጸገማት ሃሰያ ከምኡውን ዓመጽ።

ናይ ወለድን ወይ ቈልዑት/መንእሰያትን ስነ ኣእምራዊ ጥዕና ወይ ወልፊ ሽግራት፣ ካልእ ኣብ ሃወት ዘጋጥም ጸገማት።

ርክብ: www.ouka.fi/huoli

ኣገልግሎት ሶሻል

ንኣጸጋሚ ኲነታት ህይወት፣ ንቑጠባዊ ሽግራት፣ ቈልዑ ኣብ ምዕባይ ጸገማት ደገፍ ምሃብ።

ርክብ: ouka.fi/huoli ወይ ናብ ከባቢኻ ዘሎ ኣገልግሎት ሶሻል ምድዋል።

ርክብ ናብ ማእከል ስድራ ቤት ኤለክትሮኒካዊ መሰርሒታት ሓገዝ ሕተት ዝብል ፎርም: https://easiointi.ouka.fi/sosiaali-ja-perhepalvelut/pyyda-apua/

ናይ ሶሻል ኣገልግሎት ኣድራሻ:

ንስደተኛታት ዝወሃብ ኣገልግሎት ሶኒ-ሓሙስ ሰዓት 9-10፣ ናብ ናትካ ሶሻል ምድዋል ናይ ሶሻል ሰራሕተኛታት ተለፎን ግዜ ሶኒ-ሓሙስ ሰዓት 10-11።

Kontinkangas ተለ. 040 182 8078

Tuira ተለ. 040 683 8138

Haukipudas ተለ. 040 630 6525

Kaakkuri ተለ. 050 316 9095

Kiiminki ተለ. 050 407 3513

እተን ውድባት ዝህበኦ ደገፍ ነዚ ዝስዕብ የጠቓልል:

VANHEMPIEN AKATEMIA

ንወለዲ ዝወሃብ ደገፍ ምይይጥ

ንወለዲ ጉጅለታትን ስልጠናን

ደገፍ ፍትሕን ጸገማት ኣብ ሓዳር

ነቶም ዝተፋትሑ ወለዲ ብሓባር ናይ ቈልዑ ምዕባይ ሓላፍነት ንኽወስዱ ምድጋፍ

OULUN ENSI- JA TURVAKOTI RY

(Kangastie 9, Tuira, 0400-581606)

ብሰንኪ ዓመጸ ኣብ ገዛ ክትክውን እንተ ዘይኪኢልካ ናብ ዑቕባ

በይንኻ ወይ ምስ ቈልዑ መዓልትን ለይትን

ኤንሲኮቲ መዓልትን ለይትን ንህይወት ህጻናት ጥብቁ ደገፍ ምጅማር።

MLL MANNERHEIMIN LASTENSUOJELULIITTO

ክበብ ስድራ ቤትን መራኸቢ ስድራ ቤትን

መዓስከር ዑደት

ንስድራ ቤት ዝኸውን ፍጻመታት