ናተይ መንገዲ

ኣብ ኣባይቲ ሕጻናት ዕዉት ኣጀማምራ ንምጅማር

STADT WIL

ውላድኩም ዕዉት ምጅማር መዋእለ ህጻናት ከም ዘለዎ ኣረጋግጹ፡፡ ኩሎም ህጻናት ናብ መዋእለ ህጻናት ምኻድ ባህ ይብሎም ምኽንያቱ ኣብኡ ምስ ዕድሚኦም ዝሰማማዕ ነገራት ክገብሩ ስለ ዝኽእሉ፦ ምጽዋት፣ ስርሓት ኢድ፣ ምድህሳስ፣ ምርካብ፣ ምምርማር፣ ነገራት ምፍታን፣ ምስ ተመሳሳሊ ዕድመ ዘለዎም ህጻናት ብሓባር ምዃን፣ ምዝርራብ፣ ምስሓቕ፣ ምዝማር፣ ሳዕስዒት፣ ዛንታታት ምስማዕ፣ ናይ ገዛእ ርእሶም ዓለም ምርካብን ንቤት ትምህርትን ንህይወትን ጽቡቕ ጌሮም ምድላውን!

መዋእለ ህጻናት ኣብታ ቀዳመይቲ መዓልቲ ትምህርቲ ጥራይ ኣይጅምርን እዩ፡፡ ንታ መዓልቲ እቲኣ ዝግበር ምድላው ኣዝዩ ኣገዳሲ እዩ፡፡ መዋእለ ህጻናት ብዛዕባ ወለዲ እውን እዩ፡፡ ወለዲ ኩሉ ነገር ዕዉት ን ኽኸውን ብዙሕ ክገብሩ ይኽእሉ እዮም፡፡

ብሮሸር ብኻልእ ቋንቋታት
ኣብዚ ብምጥዋቕ ክትውርድዎ ትኽዕሉ ኢኹም፡፡

ብጣዕሚ የቐንየለይ፣
ንውላድኩም
ስለዝደገፍኩም – ውላድካ
በዚ ከመስግነኩም እዩ!

ብዘይ ወለዲ ም኿ን ምኽኣል..........................6
ሓሳባት ከተበርክትን ክትርድኦን ምኽኣል..............8
ክሳተፍ ምኽኣል..................................10
ስፖርታዊ ንጥፈታት ንህጻናት.........................12
መዋእለ ህጻናት ኣብ ትጅምረሉ እዋን ዝካየዱ ጸወታ ታት......................................14
ሓድሽ ሚድያ....................................16
ጸወታ፦ ላቢሪንዝ "ናተይ መንገዲ"..................18
ጠቓሚ ሓበሬታ...................................19

መሰል ቅዳሕ፦ ኩሎም እቶም ኣብዚ ተጠቒሶም ዘለዉ ጽሑፋት ብመሰል ቅዳሕ ዝተሓለዉ እዮም። ዝኾነ ይኹን ምብዛሕ ናይቶም ጽሑፋትን ስእልታትን - ኣብ ኢንተርነት እውን - ብጽሑፍ ፍቓድ ናይቲ ኣሕታሚ ጥራይ እዩ ዝፍቀድ። ብዘይካ እቶም ሕጋዊ ጉዳያት፣ ዝኾነ ይኹን ብዘይ ፍቓድ ኣሕታሚ ምጥቃም ክኽሰስ ዝኽእል ገበን ክኾን እዩ።
ጽሑፍ፦ ኣብያተ ትምህርቲ ከተማ ዊል
ምሕደራ ስነ ጥበብ፣ ኣቀማምጣ፦ sade creative agency®

ብዘይ ወለዲ ምኺን ምኽኣል

ኣዴታት፣ ኣቦታትን ቆልዑን ካብ ወለዶም ምቁራጽ ክመሃሩ ኣለዎም፡፡ ሎሚ ብዛዕባ መዋእለ ህጻናት ምስ ውላድኩም ተዘራረቡ፡፡

1. ንውላድኩም ኣብ መዋእለ ህጻናት ምሉእ ብምሉእ ምቹእነት ንኽስምዖ ዘድሊ ርእሰ ተኣማንነት ሃቡ፡፡
2. ውላድኩም ንኽፈልጥ ዘለዎ ድሌትን ታህዓሱን ኣነቓቕህዎ፡፡ ውላድኩም ኣብ ገዛ ክሰቕሎ ዝኽእል ናይ ፈጣን መግቢ ቦርሳ ሃብዎ፡፡
3. ውላድኩም ኣብ መዋእለ ህጻናት ምህላው ጽቡቕ ተመክሮ ምኺኑ ንኽግንዘብን ብውላድኩም ከም ትሕበኑን ከርኢን ሓግዝዎ፡፡
4. ሓሓሊፉ ንውላድኩም ንስኹም ከይተረኽብኩም ምስ ትኣምንዎን ዝድነቕን ሰብ ግዜ ከሕልፍ ዕድል ሃብዎ፡፡
5. ንውላድኩም ድሒርካ ከም እትወስድዎም ንገሮም እሞ ኣብ ሰዓቱ ኣብኡ ከም ትርኸቡ ኣረጋግጹ፡፡
6. ንውላድኩም ብሓጺርን ብውሳኔን ተፋነዎም፡፡ ውላድኩም ይበኪ እኳ እንተሎ፣ ብቑራጽነት ናብ ገዛኹም ኪዱ፡፡

ተወሳኺ ሓበሬታ፦ ናይቶም መላግቦታት QR ኮድ ኣብ ገጽ 19 ይርከብ፡፡

ብዛዕባ ስድራቤትን ቆልዑን ክትፈልጥዎ ዘለኩም ኩሉ፦ familienleben.ch

መባእታ ቤት ትምህርቲ ካንቶን ሴንት.ጋለን sg.ch/gesundheit-soziales/soziales/familie/informationen-fuer-familien.html

ደጊም ድቃሳት ቀትሪ ኣየድልየንን እዩ።
ብአርሰይ ክዳውንተይ ክኽደንን ከውጽዕን ይኽእል እየ (ንኣብነት ጃኬት፣ ክዳን ኣባይቲ ሕጻናት፣ ክዳን ኣእዳው፣ ቆብዕን ጂምናዝዩም ክዳውንቲ)።
ንግሆ ዝዓርፍን ምላሽ ዝህብን እየ (እንተ ወሓደ 10 - 12 ሰዓት ዝኣክል ዘይተረበሸ ናይለይቲ ድቃስ)።
ንወለደይ ኣብ ኣፍ ደገ ኣባይቲ ሕጻናት ተሰናቢተ በይነይ (ካብታ ቐዳመይቲ መዓልቲ ኣትሒዘ) ናብ ውሽጢ ኽኣቱ ይኽእል እየ።
ናብ ኣባይቲ ሕጻናት ቅድሚ ምእታወይ ቍርሲ በሊዐ እየ።

ሓሳባት ከተበርክትን ክትርድኦን ምኽኣል

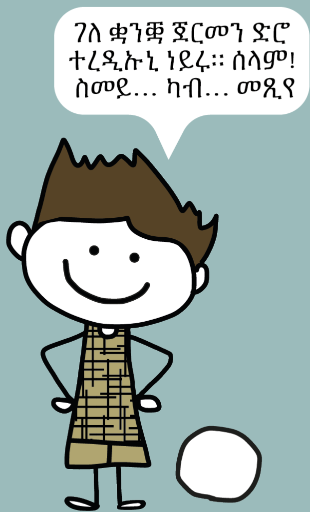
ፈጺምካ ዘይምርድዳእ ፍርሕን ሓዘንን የስዕብ። እቲ ቀልዓ ምስ ካልኦት ቀልዑ ማሕበራዊ ርክብ ክገብር ስለዘይኽዕል ዝተገለለ ኮይኑ ይስምዖ። ስለዚ ድማ እዩም መዋእለ ህጻናት ክጅምሩ ከለዉ ገለ ጀርመንኛ ክርድኡ ዘለዎም።

ቅድመ ምዕባለ ቋንቋ ኣብ ማሕበራዊ ውህደት ሓደ ህጻን ዓቢ ጽልዋ ኣለዎ። ቅድሚ መዋእለ ህጻናት ምጅማሩ ድሮ ቀለልቲ ሓረጋትን ቃላትን ብቋንቋ ጀርመን ዝርዳእ ቆልዓ ብቐሊሉ ኣዕሩኽ ክፈጥርን ምስቲ ማሕበራዊ ጉጅለ ክወሃሃድን እዩ። ከም ወለዲ መጠን ኣብዚ መዳይ እዚ ኣገዳሲ ተራ ክትጻወቱ ትኽእሉ ኢኹም። ኣብ ስድራቤትካ ንዘለዉ ቋንቋታት ብስነ-ምግባር ምቕማጥ፦ እቲ ጀርመንኛ ብዝበለጸ ዝዛረብ ወላዲ ነዚ ቋንቋ እዚ ምስ ውላዱ ክለማመዶ ይኽእል እዩ፣ እቲ ካልእ ወላዲ ድማ ቋንቋ ኣዲኡ ምዝራቡ ይቕጽል። ፍጽምና ዕላማ ኣይኮነን፤ እቲ ዕላማ ነቲ ቆልዓ መሰረታዊ ቃላት ምሃብ እዩ። ጀርመንኛ ኣብ ስድራቤት ዘይትለማመድ እንተኾይኑ፣ ናይ ጸወታ ጉጅለታት ወይ ምስ ጀርመንኛ ዝዛረቡ ህጻናት ርክብ ምግባር ጽቡቕ ኣማራጺታት እዩ። ስለዚ ክቡራት ወለዲ ትብዓት ይሃልኹም ደቅኹም ደግፉ!

ተወሳኺ ሓበሬታ፦ ናይቶም መላግቦታት QR ኮዳት ኣብ ገጽ 19 ይርከቡ።

FBBE – ማእከል ትምህርቲ፣ ክንክንን ኣተዓባብያን ቅድመ ቁልዕነት ከተማ ዊል፦ stadtwil.ch/kinder/19186
ኣብ ከተማ ዊልን ኣብ ጥቓኣን ዝርከቡ ናይ ጸወታ ጉጅለታት፦ stadtwil.ch
ብዙሕ ዓው ኢልካ ምንባብ፣ ብሓያሎ ቋንቋታት መጻሕፍቲ ምልቃሕ፦ stadtwil.ch/stadtbibliothek
ንዕቤት እቲ ቋንቋ ኣብ ሓያሎ ቋንቋታት ዝምልከት ምኽርታት፦ kindersprache.ch, integration.sg.ch
ቅኒታትን ጥቕስታትን ብሓያሎ ቋንቋታት፦ elternbildung.ch, buchstart.ch
ባህላዊ ደርፍታት ህጻናት፦ chindermusigwaelt.swissmom.ch

ውልቓዊ ድሌተይ ኽገልጽ ይኽእል እየ።


ገለ ቋንቋ ጀርመን ድሮ ተረዲኡኒ ነይሩ። ሰላም! ስመይ... ካብ... መጺየ

ንሕግታት ክርድኦን ክስዕብን ይኽእል እየ።

ምስ ካልኦት ቈልዑ ኽራኸብን ግጭታት ብዘይ ዓመጻ ኽፈትሕን ይኽእል እየ።

ክሳተፍ ምኽኣል

ውላድካ ካብታ ቀዳመይቲ መዓልቲ ጀሚሩ ልክዕ ኣብኡ ክጽንበር ሃንቀውታ ኣለዎ። ኣብ መዋእለ ህጻናት ንዝገብርዎ ንጥፈታት ኣዳልዎም።

1. ውላድኩም ብሕንቅልሕንቅሊተይ፣ ምኹናይ ብሎኮታት፣ ሌጎን ካርድ ጸወታን ክጻወት ፍቐዱሉ። ኣብ መዓልቲ ሓደ ግዜ ምስኦም ተጻወቱ።
2. ውላድኩም ስራሕ ኢዱ ጥበብ ንምስራሕ ንምቑራጽ፣ ሕብሪ ንምሃብን ንምልጣፍን ወረቐት፣ እርሳስ፣ ምልጣፍን መቑረጺን ይጥቀም።
3. ውላድኩም ኣብ ገዛ ዕዮ ገዛ ክሕግዘኩም ፍቐዱሉ። መኣዲ ከቐምጡ ይኽእሉ፣ ዕምባባታት ማይ ምስታይ፣ ምጽራግ፣ ሳንዱቕ ደብዳቤ ባዶ ክገብሩ፣ ነገራት ኣብ ፍሪጅ ከእትዉ ወዘተ ይኽእሉ ውላድኩም ብመሰረት ጭርሖ "ባዕልኻ ብምግባር ሓግዘኒ!" ካብ ደገፍ ናጻ ይኾኑ
4. ብዘይ ደገፍ ክዳን ክኽደኑ፣ ሽቓቕ ባዕሎም ክጥቀሙ፣ ኣእዳዎም ባዕሎም ክሕጸቡ፣ ኣፍንጭኦም ባዕሎም ክነፍጡ ወዘተ ፍቐደሎም ውላድኩም ክገብሩዎ ምስ ዘይኽእሉ ጥራይ ሓገዝ ሃቡዎም።
5. ንውላድኩም መዓልታዊ ገለ ነገር ከተንብበሉ ወይ ድማ ብሓባር መጽሓፍ ርኸዩ።

ተወሳኺ ሓበሬታ፡ ናይቶም መላግቦታት QR ኮድ ኣብ ገጽ 19 ይርከብ።
ንምጽዋት እቲ ባህሪ፦ kinder-4.ch (ናብ ዝተፈላለየ ቋንቋታት ዝተተርጎመ)
ሓጸርቲ ፊልምታት ኣብ ገዛ ትምህርቲ፦ mit-kindern-lernen.ch
ንኣጋ ትምህርቲ ብዙሕ ምኽርታት ዘለዎ ፊልም፦ fruehekindheit-sg.ch

ነቲ ጠዓሞት በይነይ ክፈትሖን ክበልዖን ይኽእል እየ።
ኣዕዳወይ ብኸመይ ከም ዝሕጸብን ኣፍንጫይ ብኸመይ ከም ዝጽርይን ይፈልጥ እየ።
መዓልቲ መዓልቲ ኣብ ግዳም ጽሩይ ኣየር ዘለዎ ምውስዋስ ኣካላት ክገብር፣ ክጕዩ፣ ምድያብ ከምኡውን ሚዛነይ ምሕላው ክመሃር ይኽእል ኢየ።
ናብ ሽቓቕ መዓስ ክኸይድ ከም ዘለኒን በይነይ ክኸይድ ከም ዝኽእልን ክግንዘብ ክኢል ኢየ።
መጻወቲታት ተጠንቂቐ ኽጥቀም ይኽእል እየ፣ ጽፉፍ ምኻን እውን ኣካል ጸወታ ምኻኑ ይፈልጥ እየ።
ንመጀመርታ ግዜ ኣብ ገዛይ መቐስ፣ መጣበቒን ዕርሳስን ክገብር ተፈቒዱለይ።

ብከተማ ዊል ዝቐርቡ መደባት

ማእከል ትምህርትን ክንክን ህጻናትን (FBBE) ቅድሚ መዋእለ ህጻናት ምጅማርኩም ብዛዕባ ዘሎ ኣገልግሎታት ሕቶታት ኣለኩም ዶ? ማእከል ትምህርትን ክንክን ህጻናትን ቅድመ ህጻናት ብሓጎስ ክሕግዘኩም እዩ።

መደባት ስፖርት ንህጻናት
ኣብ ከተማ ዊል ብፍላይ ኣገዳስነት ኣካላዊ ምንቅስቓስ፣ ጸወታን ስፖርትን ኣብ ምዕባለ ህጻናት ቀዳምነት ይወሃቦ። ካብ 4 ክሳብ 8 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት፣ ብፍሉይ ንኽእለት ስፖርት ንምዕባይን ንምሕያልን ዝተዳለዉ ዝተፈላለዩ ንጥፈታት ኣለዉ። ከም ጋንታ ኲዕሶ እግርን ፍሎርቦልን እትጻወት ይኹን ብውልቂ ምስ ምድያብን ዮጋ ህጻናትን - ንነፍሲ ወከፍ ዓይነት ህጻን ዝስማዕማዕ ስፖርታዊ ንጥፈት ኣሎ፣ እዚ ድማ ክልቲኡ ኣካላውን ማሕበራውን ክእለቶም ከማዕብሉን ኣብ ሓደ እዋን ብዙሕ ክዘናግዑን የኽእሎም።

ተወሳኺ ሓበሬታ፦ናይቶም መላግቦታት QR ኮድ ኣብ ገጽ 19 ይርከብ።
ምኽሪ ንኣዴታትን ኣቦታትን ኣብ ኡንተርቶገንበርግ-ዊል-ጎሳው፦ mvbo.ch
ምኽሪ ንመንእሰያትን ስድራቤታትን፦ stadtwil.ch/sozialestb/19222
መዓልታዊ መዋቕራት ከተማ ዊል፦ stadtwil.ch/tagesstrukturenthema/19171

sport4kids – ብሓባር ንጡፍ ምዃን፣ ብምጽዋት ምምሃር።
ብስፔሻሊስት ክፍሊ ስፖርትን ትሕተ ቅርጽን ዝተዳለወ ፕሮጀክት "sport4kids" ኣብ ከተማ ዊል ካብ መዋእለ ህጻናት ክሳብ 6ይ ክፍሊ ንዝርከቡ ህጻናት ዝተፈላለዩ ስፖርታዊ ናይ ትርፊ ግዜ ንጥፈታት የቐርብ። ኣብ ቤት ትምህርቲ ኣብ ዘይህልዉሉ እዋን ምስ ኣዕሩኽቶም ስፖርት ክገብሩ፣ ክዘናግዑን ሓደስቲ ዓይነታት ስፖርት ክረኽቡን ይኽእሉ፣ ኣባል ክለብ ስፖርት ከይኮኑ። እቲ 6ይ ክፍለ ግዜ ክሳብ 5 ኣፕሪል 2024 ዝቐጽል ኮይኑ፣ ከም ናይ ህጻናት ኲንግ ፉ፣ ሮክ 'ኤን' ሮል፣ ናይ ህጻናት ዮጋ፣ ዓቐብ፣ ጃፓናዊ ማርሻል ኣርትስ፣ ፖሊስፖርት ጂምናስቲክ፣ ፍሎርቦልን ኲዕሶ እግርን ዝኣመሰሉ ኮርሳት ዝህብ እዩ።

OSSO – ክፉት ኣዳራሻት ስፖርት
ኣብ ከተማ ዊል ዝርከቡ ህጻናት እውን ሰንበት ክፉት ኣዳራሻት ስፖርት (OSSO) ናይ ምጥቃም ኣማራጺ ኣለዎም። እታ ከተማ ሰንበት ሰንበት ኣዳራሻት ስፖርት ትኸፍት ህጻናት ዋላ ኣብ እዋን ክረምቲ ኣካላዊ ምንቅስቓስ ክገብሩ ዕድል ይህብ። ኣዳራሻት ስፖርት ክሎስተርዌግ ኣብ ነፍሲ ወከፍ ካልኣይ ሰንበት ካብ ሰዓት 1.30 - 4.30 ድሕሪ ቀትሪ ክፉታት እዮም።

ንዘልል (Let's Jump)
መደብ ንዘልል (Let's Jump) ወለንታዊ መደብ ስፖርት ቤት ትምህርቲ እዩ። ኩለን ኣብያተ ትምህርቲ ዊልሄምሻሸን ኣብ ምዝላል ገመድ ኣብ ነንሕድሕደን ክወዳደራ ዕድል ኣለወን። ክልተ ምድብ ኣለዉ፦ ውልቃዊ ውድድርን ናይ ጋንታ ውድድርን። ኣብ ውልቃዊ ውድድር ተሳተፍቲ ኣብ ነንሕድሕዶም ይወዳደሩ። ኣብ ውሽጢ ሓንቲ ደቒቕ ዝበዝሐ ዝላታት ዘመሓድር ሰብ እዩ ዝዕወት። ኣብ ናይ ጋንታ ውድድር ሓንቲ ጋንታ ብነዊሕ ገመድ ብሓባር ትዘልል። እታ ዝበዝሐ ዘላሊ ዘላ ጋንታ እያ ትዕወት።

ታሪኻዊ OL –Keep ብምጥቃም ኣብ ምንቅስቓስ
ቀጽል ኣብ ከተማ ዊል ብቐዋምነት ዝተተኸለ OL ሲስተም ኣሎ፣ እዚ ድማ ዓመት ምሉእ ኣብ ደገ ክትጥቀመሉ ትኽእል። ታሪኻዊ OL ኣብ ዝተፈላለዩ ታሪኻዊ ህንጻታት ኣብ ማእከል ኣረጊት ከተማ ዊልን ከባቢን ይርከብ። መሳጢ ሓበሬታን ስእልታትን ብሓገዝ QR ኮድ ክትረኽቡዎ ትኽእሉ ኢኹም።

ተወሳኺ ሓበሬታ፦
stadtwil.ch/publikationen

ተወሳኺ ሓበሬታ፦
stadtwil.ch/sporttb

ንመዋእለ ህጻናት ንምጅማር ዝኸውን ጸወታታት

ምስ ውላድኩም ኣብ ገዛ ተጻወቱ እሞ መዋእለ ህጻናት ክጅምሩ ከለዉ ሓግዝዎም። ገለ ጠቓምቲ ሓሳባት እነሆ። ኩሎም ጸወታታት ኣብ ዓበይቲ ድኳናት ወይ ድኳናት መጻወቲ ክትረኽቦዎም ትኽእሉ ኢኹም። መብዛሕትኡ ጸወታታት ካብ ሉዶተክ ዊል እውን ልቓሕ ክግበር ይከኣል እዩ። ኩሉ ግዜ ኣብቲ ናይ ጸወታ ሳጹን መምርሒታት ክትረክቡ ኢኹም። ብተወሳኺ ናይ ዕድመ ስፔሲፊኬሽን (3+ ወይ 4+) ኣስተውዕሉ። እዚ ኣብቲ ሳጹን ይሕተም።

እቲ ናይ ደገ ብዙሕ ትርጉም ዘለዎ ተመኩሮታት የቕርብ።
ምስ ውላድኩም ኣብ ደገ ውጽኡ፣ ብተፈጥሮኣዊ ንብረት ክጻወቱ፣ ኣብ ሓመድ ክኹዕቱን ነፍሳት ክረኽቡን ፍቐዱሎም። ውላድኩም ሓደስቲ ሓሳባት ከጋጥሞ እዩ፣ ብምትንካፍ ንቕሓት ኣካላቱ ከሐይልን ፈጠራኡ ከማዕብልን እዩ።

ብሉጻት ጸወታታት ንደቂ 2 - 5 ዓመት ህጻናት
– ጋዜጣ ወለዲ Fritz&Fränzi፣ ንስድራቤት ዝፈትውዎም ጸወታታት፦ fritzundfraenzi.ch
– ንዕድመ 2 ዓመትን ልዕሊኡን ዝኸውን ዝበለጹ ጸወታታት ህጻናት፦ spiele.tips
– ምፍካጥን ምዕቃብን ስርሓት ሓንጎል ብናይ ሰሌዳ ጸወታታት፦ kispisg.ch
– ካብ 2 ክሳብ 4 ዓመት ዝዕድሚኡ ህጻን ባዕሉ ከስተማቕሮም ዝኽእል 24 ንጥፈታት፦ powerpausen.ch

ማሕበረሰብ ቤተ መጻሕፍቲ ዊል
stadtwil.ch

ሉዶተክ ዊል
stadtwil.ch/ludothek

ሓድሽ ሚድያ
ኣብዚ ናይ ሎሚ ዲጂታላይዝድ ዓለም ንህጻናት ብዝተፈላለየ መንገዲ ናይ ደገ ንጥፈታት ምቕራብ ኣገዳሲ እዩ።

እዞም ዝስዕቡ ንመክር፦
ግዜ ስክሪን (ኮምፕዩተራት፣ ታብለት፣ ቲቪ) ክሳብ ዕድመ 3-4 ዓመት ክውገድ ኣለዎ። ናይ ደገ ንጥፈታትን ምስ ካልኦት ምጽዋትን ኩሉ ግዜ ኣንጻር ናይ ስክሪን ግዜ ተመራጺ እዩ። ከም ስድራቤት ብሓባር ጸወታ ምጽዋት (ገጽ 14 ርአ) ካብ ናይ ስክሪን ግዜ ይምረጽ።

ተወሳኺ ሓበሬታ፦ ናይቶም መላግቦታት QR ኮድ ኣብ ገጽ 19 ይርከብ።
jugendundmedien.ch/empfehlungen (ካልኦት ቋንቋታት እውን)
kinderschutzzentrum.ch/de/zusatzmaterial-cohaco/linkliste_eltern
projuventute.ch/de/eltern/medien-internet

ደቕኹም ሓደስቲ መራኸቢ ብዙሃን ዝጥቀሙ እንተኾይኖም ነዞም ዝስዕቡ ምኽርታትን ሜላታትን ኣስተውዕሉ፦

1. **ንውላድኩም ኣብ ዲጂታላዊ ዓለም ደግፉ**
   ህጻናት ኣብ መልክዕ ሚድያ ክመጽእ ከሎ ምስ ወለዶም መምርሕን ዘተን የድልዮም። ብዛዕባ እዚ ብግልጺ ተዘራረብዎም!
2. **ነቲ ኣብነትካ እትኸውን ኣቓልቦ ሃቦ**
   ወለድን ካልኦት ኣለይትን ንህጻናት ኣብ ኣጠቓቕማ መራኸቢ ብዙሃን ኣርኣያ እዮም። ስለዚ ናይ ባዕልኹም ናይ ሚድያ ልምዲ መርምሩ!
3. **ንኣሽቱ ህጻናትን ዲጂታላዊ ሚድያን**
   ንኣሽቱ ህጻናት ብመጀመርታ ኣቓልቦኻ የድልዮም እዩ፣ እንተኾነ ግን ኣካላዊ ምንቅስቓስ ክገብሩን ብናጽነት ንኽጻወቱን ንኽድህስሱን ግዜ ክህልዎምን እውን ኣለዎም። ቅድሚ ምድቃስካ ስክሪን ሚድያ ምርኣይ ድቃስ ንኽትወድቐ ኣጸጋሚ ይገብሮ።
4. **ናይ ስክሪን ግዜ ገደብ ኣቐምጥ**
   ትሕቲ 3 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት፦ ናይ ስክሪን ግዜ የለን። ካብ 3 ክሳብ 5 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት፦ ክሳብ 30 ደቓይቕ ኣብ መዓልቲን ምስ ክትትልን። ካብ 6- ክሳብ 9 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት፦ ኣብ መዓልቲ ክሳብ 45 ደቓይቕ ናይ ስክሪን ግዜ። ካብ 10 ክሳብ 12 ዓመት ዝዕድሚኦም ህጻናት፦ ኣብ መዓልቲ ክሳብ 60 ደቓይቕ ናይ ስክሪን ግዜ።
5. **ነቲ ናይ ዕድመ ገደብ ኣቓልቦ ሃቦ**
   ንፊልምታት (ከም FSK) ከምኡ'ውን ንጸወታታት (ከም PEGI፣ USK) ዝምልከት ናይ ዕድመ ገደብ ኣቓልቦ ሃቦ፣ ከምኡ'ውን እቲ ትሕዝቶ ንውላድካ ዝምጥን ድዩ ኣይኮነን ኣብ ግምት ኣእቱ።
6. **ሚድያ ንኣተሓሕዛ ህጻናት ኣማራጺ ኣይኮነን**
   ዲጂታላዊ መራኸቢ ብዙሃን ንህጻናት ንምርግጋዕ ወይ ንምዝንጋዕ ክውዕል የብሉን። ኣብ ዝከኣለኩም እዋን ደቕኹም ኣብ መዓልታዊ ንጥፈታት ኣሳትፍዎም።
7. **ንውላድኩም ኣብ ክፉት ዝርርብ ምውፉር ካብ ምጥቃም ሶፍትዌር ምፍላይ ንላዕሊ ኣገዳሲ እዩ።**
   ብዛዕባ ትሕዝቶ ምሕርቃም ምስ ዕድመ ብዝሰማማዕ መንገዲ ምዝራብን በዚ ድማ ንርክብ ምትእምማን ዘለዎ መሰረት ምምስራትን ኣገዳሲ እዩ።
8. **ኣብ ክፍሊ ህጻናት ዝርከቡ መሳርሒታት ቲቪ ከምኡ'ውን ኮምፒዩተራት፣ ላፕቶፕን ታብላታትን ምውጋድ!**
9. **ኣገዳስነት ሚድያ ንዕብየት ቋንቋ ህጻናት**
   ሓደ ህጻን ኣወንታዊ ምዕባለ ቋንቋ ብቐንዱ ምስ ካልኦት ሰባት ብዝገብሮ ቀጥታዊ ርክብ እዩ ዝፍጸም። ዲጂታላዊ ስርዓታት ሚድያ ጥራይ ንህጻናት ብዝበለጸ መንገዲ ቋንቋ ንኽመሃሩ ንምሕጋዝ እኹል ኣይኮነን።

ጸወታታት ላቢሪንዝ ንዕብየት ውላድኩም ብሉጻት እዮም፦ ንኽእለት ምፍታሕ ጸገማትን ንጹር ስእላውን ቦታውን ርድኢትን የስፋሕፍሑ፣ ክእለት ረቂቕ ሞተርን ምውህሃድ ኢድን ዓይንን የመሓይሹ፣ ትዕግስትን ጽንዓትን ይምህሩን ንኣእምሮኣዊ ክእለት የሐይሉን እዮም። ህጻናት ውሳነታት ክገብሩ ይመሃሩ እሞ ርእሰ ተኣማንነቶም ምስ ነፍሲ ወከፍ ዝሰግርዎ ብድሆ ይውስኽ።

ጃን ንመጻወቲ ግዜ ዓርኩ ክረኽቦ ይፍትን። እቲ መንገዲ ግን ኣበይ ኣሎ?

ኩሉ ብዛዕባ
ስድራቤትን ቆልዑን
ብሓያሎ ቋንቋታት

familienleben.ch

ምኽሪ ንኣዴታትን
ኣቦታትን mvbo.ch

ምኽሪ ንመንእሰያትን
ስድራቤታትን stadtwil.ch

መዓልታዊ መሓውራት
ከተማ ዊል stadtwil.ch

መበእታ ቤት ትምህርቲ
ካንቶን ሴንት.ጋለን sg.ch

FBBE – ማእከል ትምህርቲ
ቅድመ ቁልዕነትን ክንክን
ህጻናትን ከተማ ዊል

stadtwil.ch

ምዕባለ ቋንቋ
ብሓያሎ ቋንቋታት

integration.sg.ch

kindersprache.ch

ብሓያሎ ቋንቋታት
መጻሕፍቲ ምልቃሕ

ቤተ መጻሕፍቲ ከተማ
stadtwil.ch/
stadtbibliothek

ሉዶተክ ዊል
stadtwil.ch/ludothek

ቅኒታትን ጥቕስታትን
ብሓያሎ ቋንቋታት

elternbildung.ch

buchstart.ch

ጸወታታትን ደገፍን

እቲ ንጸወታ ዝኽውን ባህሪ
kinder-4.ch

ሓጸርቲ ፊልምታት
ንናይ ገዛ ትምህርቲ
mit-kindern-lernen.ch

ምኽርታት ንኣቐዲምካ
ትምህርቲ
fruehekindheit-sg.ch

ባህላዊ ደርፍታት
ህጻናት

chindermusigwaelt.
swissmom.ch

ሚድያን መንእሰያትን
ብሓያሎ ቋንቋታት

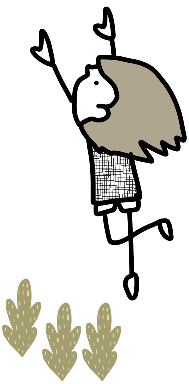
jugendundmedien.ch

kinderschutzzentrum.ch

projuventute.ch

ኣብ ከተማ ዊልን ኣብ
ጥቓኣን ዝርከቡ ናይ ጸወታ
ጉጅለታት

stadtwil.ch



STADT WIL