



ከብ ስድራቤት ወዳኢ ምስ ዘሎ ሰብ ምዝራብ ሓድሽ ኣረኣጺዖ ተጥሪ፡ ጭንቀት ትቕንስን እለታዊ ህይወትካ ንምእላይ ድማ የቃልለልካ።

ምስ ፋሚልዮ-ሉትሶን ከይንካ ሓሳባትካን ስምዒታትካን ምስ ትካፈል፡ ባዕላዊ ፍታሕ ንክትረክብ ይሕግዘካ። ኣብ ተመሳሳሊ ኩነታት ምስ ዝርከቡ ካልኣት ሰባት ብምርኻብ ድማ ብጻይነት ንክስመዓካ ዕድል ትረክብ።



# ተወካሱና!

**ተላዩን:** 063 – 14 40 57

**መካነ-መርብብ:** [ostersund.se/familjelotsen](http://ostersund.se/familjelotsen)

**ፊስቡክ:** Familjelotsen Östersund

**ኢንስታግራም:** familjelotsen ostersund

ነዛ **Mitt val - mitt stöd** ትብል ኣፕ ኣውርድዮ



## Familjelotsen

Social- och arbetsmarknadsförvaltningen  
Postgränd 8A, 831 82 Östersund  
063-14 40 57  
[www.ostersund.se/familjelotsen](http://www.ostersund.se/familjelotsen)



# ፋሚልዮ-ሉትሶን

ደገፍ ንዘድልዮኩም ወለዲ ወይ ኣገደስቲ በጽሕን ከምኡ ድማ ቈልዑን መንእሰያትን ኣብ ጎንኹም ኣለና።

**ብደኣን ምዱ!**

# ደገፍ ንወለድን ካልኦት ደገፍ ንቁልዑን መንእሰያትን አገደስቲ ዓበይትን

## ጉጅለታት ወለዲ

ምስ ካልኦት ብምርኅብ ተመክሮታትን ብምቅይደርን ሓድሽ አረአጃዎ ምቕሳም

## ብዝርርብ ዝወሃብ ውልቃዊ ደገፍ

እለታዊ ህይወት፡ ርክብ ኣብ ውሽጢ ስድራቤትን ወላድነትን ብዝምልከት ደገፍ ምርኅብ

## አንፈታትን ሓበሬታን

ብመንገዲ ናይ ሞባይል ኣፕን ማሕበራዊ ሜዲያታትን ገይርና ምኽርን ድርኪትን ንህብ።



# ደገፍ ንቁልዑን መንእሰያትን

ቁልዑ ምስ ካልኦት ኣብ ተመሳሳሊ ኩነት ዝርከቡ ከይኖሩም ተመክሮታቶም ዝቀይሮሉ ናይ ደገፍ ጉጅለ ኣለና።

እዞም ጉጅለታት ኣብ ብጻይነት፡ ምርድዳጃን ተሳታፍነት ቁልዑን ዝተመርኮሱ እዮም።



## ፈረሰን

ቁልዑ ዕድሜኦም 7-17 ዓመት ዘለዎ ስድራቤትን ኣብኣ ብስነ-ኣእምሮ ሕማቕ ዝስመዎ ወይ ወልፊ ዘለዎ ኣባል ዘለዎ ስድራቤት



## ቡብላ

ወለዶም ዝተፋትሉን ዕድሜኦም ድማ 7-12 ዓመት ንዝኾኑ ቁልዑ



## ትሬደት

ኣብ ፋሚልያ-ሄም ንዝነብሩ ዕድሜኦም 7-17 ዓመት ንዝኾኑ ቁልዑ

ኣብ'ዘን ጉጅለታት ብዛዕባ ስምዒታት፡ ዝምድናታት ኣባላት ስድራቤትን ኣብ እለታዊ ህይወት ንዝገጥሙ ከበድቲ ኩነታት ብኸመይ ገይርካ ከም ትኣልዮምን ክንዛረብ ኢና። ነዚ ብዝርርብ፡ ብጻወታን ብዝተማህዙ ልምምዳትን ገይርና ነካይዶ - ኩሉ'ዚ ምስ ዕድመን ድሌታትን ቁልዓ ዝተመጣጠነ እዩ።

# ብኸምዚ ይሰርሕ

- ካብ ካልኦት ውኪሳ ወይ ውሳነ ኣዩድልዮን እዩ - ብቐጥታ ክትውከሰና ትኽእል ኢኻ
- እዚ ደገፍ እዚ ወለንታውን ካብ ክፍሊት ነጻን እዩ።
- መበገሲና ንዓኽ እንታይ ዩድልዮካ ካብ ዝብል እዩ

