firststeps.in.gov

لومړي ګامونه تر ټولو ډېر مهم دي

د یوه والد په توګه تاسې خپل ماشوم ښه پېژنئ، مګر داچې باید څه ډول پرمختګ وکړي او پرمخ ولاړ شي، په اړه یې پوهېدل ستونزمن دي. لومړي ګامونه (First Steps) د انډیانا منابعو ته مراجعه کول دي چې له تاسې سره په پروسه کې مرسته وکړي.

First Steps څه شی دی؟

First Steps د انډیانا د کوچنیانو د لومړیو ورځو د مرستې پروګرام دی چې هغو ماشومانو ته له زیږون څخه بیا تر درې کلنۍ پورې خدمتونه وړاندې کوي چې د وروسته پاتې کېدو ستونزې یا معلولیت لرونکي وي. د ماشوم په طبیعي محیط کې د یو لړ خدمتونو وړاندې کولو په موخه مونږ د مسلکي شخصیتونو د یوې ځایي شبکې په وسیله کورنۍ سره یوځای کوو.

مونږ په ټول انډیانا کې کارکوونکي لرو او ستاسې ماشوم ته هرچیرې چې مناسب وي، ډېری وختونه په کور کې، خدمتونه وړاندې کوو.

اقدام وکړئ

First Steps له تاسې سره مرسته کوي ترڅو د سن او عمر په تناسب ستاسې د ماشوم له ودې څخه ډاډ ترلاسه شي. مطمئن نه یاست چې د لوبو، زده کړې، خبرو کولو، غوږ نیولو او نورو شیانو پرمهال باید څه شي ته پام وکړئ؟ مونږ ته وګورئ. د خپل ماشوم له ډاکټر سره د هغه/هغې د ودې په اړه په باقاعده ډول خبرې وکړئ او د اړتیا پرمهال به First Steps له تاسې سره مرسته او ملاتړ وکړي.

ستاسې د ماشوم لپاره مهمې مرحلې

تقريباً ټول هغه شيان چې ستاسې ماشوم يې کوي، د ودې يوه نښه څرګندولی شي. د CDC د ځينو هغو مرحلو څخه دلته يادونه کېږي
چې بايد د ودې په لومړي کال کې ترې خبر واوسئ. د بشپړو مرحلو ترلاسه کولو لپاره دا QR کوډ په خپل موبايل کې سکين کړئ.

ما سکين کړئ

1-2 مياشتې

خپل سر داسي يوې لورې ته اړوي چې غومبورې يې لمس شي

په اسانی سره څټلی او/يا شيان تيرولی شي

د لور غږ په غبرګون کې په اسانی سره هک پک کېږي

اوږدوالی او پلنوالی يې ډېرېږي

په مستقيم ډول د يو چا مخ ته پام کوي

3-4 مياشتې

د ژړا ترځنګ نور اوازونه

د شړنګهار يو توکی په لاس کې نيسي او مسکا کوي

له ګېډې بيا تر شا ځان تاووي

خپل سر روښانه څراغ يا رنګ ته اړوي

په اوږدوالي او پلنوالي کې يې وده ترسترګو کېږي

4-6 مياشتې

توکو ته ځان رسوي او په لاس کې يې نيسي

د لوبو توکي له يو لاس څخه بل لاس ته اړوي

نورو ته په غبرګون کې مسکا کوي

له ګېډې تر شا او له شا څخه تر ګېډې ځان تاووي

د يو څو ثانيو لپاره په کېناستلو کې يې تعادل رامنځته کېږي

6-9 مياشتې

د پښو او لاسونو په خوځولو سره خاپوړې کوي

اوازونه کوي او په لوړ غږ خاندي، د چک چکو وهلو او د پټېدو او راڅرګندېدلو لوبې کوي

بې له کومې تکيې په خپله کېني

د غږ د موقعيت د پيدا کولو لپاره خپل سر تاووي

په اوږدوالي او پلنوالي کې يې وده ترسترګو کېږي

9-12 مياشتې

په شيانو پورې ودرېږي او قدم اخلي

کوچني شيان په لاس کې نيسي

په لاسونو او زنګونونو باندې خاپوړې کوي، کله چې يې دواړه لاسونه ونيول شي، نو قدمونه اخلي

د ساده اوازونو، د لاسونو خوځولو "بای بای" نقل کوي

انتظار مه کوئ.

همدا نن ورځ له هغو معلوماتو او لارښوونو څخه ګټه واخلئ چې First Steps يې وړاندې کوي

د First Steps ايالتي اداره
firststeps.in.gov
وړيا شمېره: 7763-545-800
ايميل: FirstStepsWeb@fssa.in.gov

د خپلو اړيکو نيولو معلوماتو د ليکلو لپاره دلته کليک وکړئ. د خپلې لوګو د اضافه کولو لپاره د انځور په ځای باندې کليک وکړئ. که چېرې موجود نه وي، نو معلومات ډيليټ يا له منځه يوسئ.
د امريکا د ماشومانو د درملنې اکاډمي سپارښتنه کوي چې ماشومان بايد د معياري او باعتباره اسبابو په وسيله په ۹، ۱۸ يا ۳۰ مياشتنی کې د ودې لپاره او په ۱۸ او ۲۴ مياشتنۍ کې د مغزو د وروسته والي لپاره معاينه شي يا هر هغه وخت چې والدين يا سرپرستان کومه اندېښنه ولري. *https://pediatrics.aappublications.org/content/1/145/e20193449