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 زېږون 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 هرچېرې 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.

first steps

INDIANA FAMILY & SOCIAL SERVICES ADMINISTRATION
FSSA

ما سکین کړئ

# ستاسې د ماشوم لپاره مهمې مرحلې

تقریبا ټول هغه شیان چې ستاسې ماشوم یې کوي، د ودې یوه نښه ځرګندولی شي. د CDC د ځینو هغو مرحلو څخه دلته یادونه کېږي چې باید د ودې په لومړي کال کې ترې خبر واوسئ. د بشپړو مرحلو ترلاسه کولو لپاره دا QR کوډ په خپل موبایل کې سکین کړئ.

## 2-1 میاشتې

خپل سر داسې یوې لورې ته اړوي چې غومبورې یې لمس شي

په اسانی سره څټلی او/یا شیان تیرولی شي

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

اوږدوالی او پلنوالی یې ډېرېږي

په مستقیم ډول د یو چا مخ ته پام کوي

## 4-3 میاشتې

د ژړا ترڅنګ نور اوازونه

د شړنګهار یو توکی په لاس کې نیسي او مسکا کوي

له ګېډې بیا تر شا ځان تاووي

خپل سر روښانه څراغ یا رنګ ته اړوي

په اوږدوالي او پلنوالي کې یې وده ترسترګو کېږي

## 6-4 میاشتې

توکو ته ځان رسوي او په لاس کې یې نیسي

د لوبو توکي له یو 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 یو څو ثانیو لپاره په کېناستلو کې یې تعادل رامنځته کېږي

## 9-6 میاشتې

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 تکیې په خپله کېني

د غږ د موقعیت د پیدا کولو لپاره خپل سر تاووي

په اوږدوالي او پلنوالي کې یې وده ترسترګو کېږي

## 12-9 میاشتې

په شیانو پورې ودرېږي او قدم اخلي

کوچني شیان په لاس کې نیسي

په لاسونو او زنګونونو باندې خاپوړې کوي، کله چې یې دواړه لاسونه ونیول 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 یې وړاندې کوي

د First Steps ایالتي اداره
firststeps.in.gov
وړیا شمېره: 800-545-7763
ایمیل: FirstStepsWeb@fssa.in.gov

د خپلو اړیکو نیولو معلوماتو د لیکلو لپاره دلته کلیک وکړئ. د خپلې لوګو د اضافه کولو لپاره د انځور په ځای باندې کلیک وکړئ. که چېرې موجود نه وي، نو معلومات ډیلیټ یا له منځه یوسئ.

د امریکا د ماشومانو د درملنې اکاډمي سپارښتنه کوي چې ماشومان باید د معیاري او باااعتباره اسبابو په وسیله په ۹، ۱۸ یا ۳۰ میاشتنی کې د ودې لپاره او په ۱۸ او ۲۴ میاشتنۍ کې د مغزو د وروسته والي لپاره معاینه شي یا هر هغه وخت چې والدین یا سرپرستان کومه اندېښنه ولري. *https://pediatrics.aappublications.org/content/1/145/e20193449