TAAGEERADA GAARKA AH EE QOFKA WAYN

Maadaama aad tahay waalid cusub, waxaa macquul ah inaad maqashay waxyaabo badan oo kusaabsan sida aad cunugaaga u nuujinayso naaska/xabadka. Waxaa macquul ah inaad ogtahay in naas nuujintu tahay qaabka ugu fiican ee aad cunugaaga kusiin karto biloow nolol caafimaad leh waadna layaabantahay sidaad arintaas ula qabsan lahayd. Qoysaska aduunka oo dhan ayaa ogaaday in naasnuujintu/xabadnuujintu shaqayn KARTO. Usheeg in hooyada asaagaa ah ee lataliyaha ka ah WIC kucaawiso!

WAAYO LATALIYAHA WIC EE ADOO KALE AH?

Lataliyaha asaagaa ah waa waalidka WIC kashaqayso oo adoo kale ah. Waxay ku dhex nool yihiin bulshadaada waxayna naasnuujiyeen/xabadnuujiyeen ilmahooda. Lataliyaasha waxaa shaqaaleysiiyay oo tababaray WIC si ay gacan uga gaysato siinta waalidka cusub macluumaad ku aadan siday ilmahooda naaska usiin lahaayeen. Lataliyaashu waxay halkaan u joogaan inay kaa taageeraan sidaad ubuuxin lahayd yoolalkaaga ku aadan naas nuujinta cunugaaga.

SIDEE AYAY HOOYADA LATALIYAHA AH EE ASAAGAA AH KUU CAAWIN KARTAA?

Hooyada WIC ee latalaiyaha ka ah WIC waxay kusiin kartaa:

- Tilmaamo laxariira sidaad qaab raaxo iyo okobonaan leh u nuujin lahayd cunugaaga naaska/xabadka, xataa meelaha dadwaynuhu joogo aad kunuujiso
- Aababka aad cunugaaga kulajoogi karto markaad naaska/xabadka udhigayso kadib markaad shaqada ama dugsiga kulaabato
- Fikradaha sida aad taageero uga qaadan karto ehelkaaga iyo saaxiibadaa
- Tilmaamaha qaabka aad usamayn karto caano badan oo cunugaagu helo
- Inay kaacaawiso walaacyada laxariira naas nuujinta/xabad nuujinta

Revised 08/01/22

MAXAY HOOYADA TALADA KUSIINAYSA SAMAYSAA?

- Way kudhagaysataa
- Waxay kusoo wacaysaa intaad uurka leedahay si ay uga jawaabto su'aalo laxariira naas nuujinta cunugaaga
- Waxay kaacaawisaa inaad cunug cusub dhasho
- Waxay kaaga jawaabaysaa su'aalaha naas nuujinta/xabad nuujinta ama walaacyada kadib markaad ilmaha dhasho
- Waxay kutusaysa sidaad caawimaad dheeri ah kuheli lahayd ugana heli lahayd khubarada kale ee caafimaadka

LAXARIIR XARUNTA WIC EE BULSHADAADA U ADEEGTA

loving support©

MAKES BREASTFEEDING WORK

MINNESOTA WIC

Barnaamijka Nafaqada Haweenka, Saqiirada iyo Caruurta