



Department  
of Health

# Caawimaada Xiliga Hore

farqi wayn ayay keentaa!



## **Barnaamijka Caawimaada Dhalaanka (Early Intervention Program)**

Adiga ayaa ugu aqoon badan ilmahaaga. Walaacyo ma ka qabtaa qaabka ilmahaaga ama ilmaha socod baradka ah u ciyaaro, wax u barto, u hadlo, u dhaqmo, ama u socdo? Helitaanka caawimaad xiliga hore ah ayaa farqi keenaysa! U gudbi ilmahaaga Barnaamijka Caawimaada Dhalaanka ee Gobalka New York.

## Caawimaad Nooc ee ah ayaa la Heli karaa?

Barnaamijka Caawimaada Dhalaanka ee Gobalka New York ayaa siiya adeegyo saqiirada iyo socod baradka u qalma ee kayar da'da sadex sano kuwaasoo aan u kobcayn si lamid ah ilmaha kale. Waxaad codsan kartaa in ilmaha qiimeyn lagu sameeyo. Haddii ilmahaagu u qalmo adeegyada, barnaamijkaaga maxaliga ah ayaa kaa caawinaaya inaad hesho. Wax qarash ah ugama baxaayo qoysaska.

### Adeegyada waxaa ku jiri kara:

- Baxnaaninada luuqada hadalka, jirka, iyo shaqada
- Cashar gaar ah
- Adeegyada codka (maqalka) iyo aragga
- Taageerada qoyska (shaqada bulshada, kooxaha, tababarka)

## Waa Kuwee Ilmaha U baahan Caawimaada Xili Hore?

Ilmo kasta oo ka ayar sadex sano kaasoo laga yaabo inuusan u kobcayn si lamid ah ilmaha kale sabab la xiriirta dib u dhaca kobaca, ama naafada ayaa u baahan kara caawimaad.

### Ilmahaaga ayaa u qalmi kara caawimaada dhalaanka haddii uu qabo midkood xaaladaha soo socda:

#### Dib u dhaca Kobaca:

Dib u dhaca Kobaca waxaa laga wadaa in ilmuhu uu dib uga dhacay dhinacyada kobaca, sida koriimada, waxbarashada, fakarka, ama hadalka.

#### Naafada:

Naafo waxaa laga wadaa in ilmo laga helay xanuunka jirka ama dhimirka kaasoo saamaynaaya kobaciisa.

Adeegyada Barnaamijka Caawimaada Dhalaanka ee Gobalka New York ayaa lagu bixin karaa guriga, xarunta daryeelka ilmaha, ama meel kasta oo ilmahaagu joogo maalintii.

### Tan ayaa ka caawinaysa adiga iyo qoyskaaga:

- Taageerista iyo hormarinta kobaca ilmahaaga
- Ka qaybgelinta ilmahaaga hawlaha qoyska iyo bushada

Ka fiiri **“Liiska Hubinta ee Ilmaha Soo Koraaya”** astaamaha muujinaaya in ilmahaaga ama socod baradku uu u baahan karo caawimaad dheeri ah. Haddii aad qabto walaacyo ku aadan kobaca ilmahaaga, hadba inta aad caawimaad xili hore hesho ayay kasii wanaagsan tahay!

# Liiska Hubinta ee Ilmaha Soo Koraaya

Guulaha dhanka kobacu waa waxyaabo ay inta badan ilmuhu gaari karaan marka ay gaaraan da' gaar ah. Halkaan ayaad ka helayso waxa inta badan ilmaha da'daan samayn karaan:

## Guulaha Da'da 2 bilood

- Wuu aamusaa ilmuhu marka lala hadlo ama kor loo qaado
- Wuxuu eegaa wajigaaga
- Wuu dhoola cadeeyaa marka aad la hadasho ama u dhoola cadeeyso
- Wuxuu sameeyaa codad aan ahayn boohin
- Wuxuu ka falceliyaa codadka qaylada dheer
- Wuu ku daawadaa marka aad socsconayso
- Wuxuu eegaa boonbalaha dhawr sakin
- Madaxa ayuu kor u celiyaa marka uu dhabac u jiifo
- Wuxuu dhaqaaqiyaa labada gacmood iyo labada lugood
- Wuxuu furaa uuna xiraa gacmaha

## Guulaha Da'da 4 bilood

- Wuu dhoola cadeeyaa (wali ma yeelan qosal buuxa) marka aad iskudaydo inaad ka qosliso
- Wuu ku eegaa, wuu dhaqaaqaa, wuxuuna sameeyaa codad si uu u helo ama u joogteeyo dareenkaaga
- Wuxuu sameeyaa codadka sida “oooo” iyo “aahh” (hadaaqa)
- Wuxuu u jaleecsadaa meesha codkaagu ka yeeraayo
- Wuxuu sameeyaa cod qaylo dheer
- Haddii gaajo hayso, afka ayuu kala furayaa marka uu arko naaska ama masaasada
- Wuxuu u eegayaa gacmihiisa si xiiso leh
- Wuxuu iskasoo rogayaa dhabac asagoo u seexanaaya dhabardhabar
- Wuxuu madaxiisa u hayaa kor si sugan asagoo aan la caawin marka aad hayso
- Wuxuu qabtaa boonbalaha marka aad gacanta u geliso

## Guulaha Da'da 6 bilood

- Wuu yaqaanaa dadka uu badanaa arko
- Wuxuu jecel yahay inuu muraayada iska arko
- Wuxuu jaleecaa meesha codku ka yeeraayo
- Wuxuu sameeyaa “hadaaqa afuufka” (carabka ayuu banaanka u soo baxshaa kadibna afuuf ayuu sameeyaa)
- Wuxuu koobi gareeyaa codadka aad samayso
- Wuxuu dhulka ku garaacaa alaabaha yaryar
- Wuxuu laacaa si uu u soo qabsado boonbalaha uu doonaayo
- Wuxuu isku dhajiyaa bishimaha si uu u muujiyo inuusan cunto kale rabin
- Wuxuu iskasoo roгаа jeego asagoo u seexda dhabac
- Muddo kooban ayuu fariisanayaa asagoo aan la taageerin
- Wuxuu ku soo qabsadaa waxyaabaha yaryar gacanta oo dhan
- Wuxuu boonbalaha u kala wareejiya labadiisa gacmood

## Guulaha Da'da 9 bilood

- Wuxuu muujiyaa ishaarooyinka kaladuwan ee wajiga, sida farxad, murug, xanaaq, iyo la yaab.
- Wuu ka falceliyaa marka aad baxdo (wuu ku eegayaa, wuu kusoo laacayaa, ama wuu ooyaa)
- Wuu ku eegayaa marka aad magaciisa ugu yeerto
- Wuxuu eegaa aaga marka uu maqlo waxyaabaha sida, “Aaway bustahaagii?”
- Wuxuu sameeyaa codad kaladuwan sida “mamamama” iyo “bababababa”
- Wuxuu raadiyaa waxyaabaha marka ay ka qarsoomaan (sida qaadadiisa ama boonbalaha)
- Wuxuu ciyaraa ciyaarta dhuumashoowga iyo doolshe samaynta
- Wuxuu ku gurguurtaa gacmaha iyo lawyaha
- Wuxuu fariistaa bilaa taageero
- Wuxuu u kala wareegaa fadhiga iyo istaaga
- Wuxuu tuuraa alaabta si kas ah
- Wuxuu adeegsadaa faraha si uu cuntada “ugu soo jiido” dhankiisa

## Guulaha Da'da 12 bilood

- Wuu fahmayaa “maya” (muddo kooban ayuu joogsadaa ama wuu iska dhaafaa marka aad u diido)
- Wuxuu kuu gacan haatiyaa macsalaamo
- Wuxuu raacaa tilmaamaha wata ishaarada, sida dhaqaaqa iyo inuu dhaho, “Isiii (shayga)”
- Wuxuu ugu yeeraa waalidka “hooyo” ama “aabe” ama magac kale oo qaas ah
- Wuxuu wax ku ridaa qasac, sida xirmo uu ku rido koob
- Wuxuu raadiyaa alaabaha uu arko adoo qarinaaya, sida boonbale aad hoos gelisay bustaha
- Wuxuu istaagaa bilaa taageero
- Socodka, wuxuu cuskadaa alaabta guriga (ku socosho)
- Wuxuu soo qaataa cuntada kadibna wuu cunaa
- Wuxuu ku soo qabsadaa waxyaabaha yaryar farta murugsatada iyo suulka

## Guulaha Da'da 15 bilood

- Wuxuu koobi gareeyaa ilmaha kale marka ay ciyaarayaan, sida inuu boonbalaha kasoo bixiyo qasaca marka ilmo kale sidaas sameeyo
- Wuxuu wax ka cabaa koob bilaa dabool ah wuuna daadiyaa mararka qaar
- Wuxuu ku tusayaa kalgacayl (xabad gelin, sabaalin, ama wuu ku shuminayaa)
- Wuu tilmaamaa si uu u codsado wax ama u helo caawimaad
- Wuxuu adeegsadaa 3 eray oo aan ahayn magacyo
- Wuxuu iskudayaa inuu alaabaha u adeegsado si sax ah, sida taleefanka, koobka, ama buuga
- Wuxuu eegaa aaga marka aad dhahdo waxyaabaha sida, “Aaway kubadaadii?” ama “Aaway bustahaagii?”
- Wuxuu garguurasho ku fuulaa jaranjarta
- Wuu jilmo laabtaa si uu alaabaha u soo qabsado
- Wuxuu adeegsadaa faraha si uu ugu cuno cunto

## Guulaha Da'da 18 bilood

- Wuu kaa dhaqaaqayaa, laakiin wuu ku soo eegayaa si uu u xaqiijiyo inaad ag joogto
- Farta ayuu ku fiiqaa si uu kuu tuso wax xiiso leh
- Wuxuu kaa caawiyaa inaad u labisto, asagoo shaarka gacmaha gashanaaya ama kor u qaadaaya cagtiisa
- Wuxuu aqoonsan karaa 2 qaybaha jirka ah
- Wuxuu magacaabaa 5 shay oo uu yaqaano
- Wuxuu koobi gareeyaa marka aad hawsha guriga hayso, sida inuu wax ku xaaqo xaaqin
- Wuxuu ugu ciyaaraa boonbaleyaasha si fudud, sida inuu riixo boonbale gaari ah
- Wuu tuuri karaa kubad yar asagoo taagan
- Wuxuu kor ugu socdaa jaranjarada asagoo qaadaaya 2 fiid calaa talaabo asagoo gacanta la hayo
- Wuxuu u socdaa gadaal-gadaal
- Wuxuu iskudayaa inuu adeegsado qaado
- Waxbuu sawiraa
- Wuxuu raacaa tilmaamaha halka talaabo ah asagoo aan la siin tilmaan, sida inuu ku siiyo boonbalada marka aad tiraahdo “Isii”

## Guulaha Da'da 24 bilood

- Wuu ogaadaa marka dadka kale waxyeelo ku dhacdo ama caraysan yihiin, sida inuu joogsado ama inuu murugooda marka qof oynaayo
- Wuxuu eegaa wajigaaga si uu u arko sida aad uga falceliso xaalad cusub
- Wuxuu la ciyaaraa ilmaha kale
- Wuxuu dhahaa ugu yaraan labo eray oo wada socda, sida “Caano kale.”
- Wuxuu iskudayaa inuu adeegsado iswiijyada, xakabadaha, ama baonnada boonbalaha
- Wuxuu ku ciyaaraa wax ka badan hal boonbale iskumar, sida inuu boonbale cunto ah saaro balayrka saxanka ah (wuxuu isku dhafaa boonbaleyaasha marka uu ciyaaraayo)
- Wuu ordaa
- Wuu socdaa (meel ma koro) dhawr talaabo oo jaranjarada ah asagoo la caawinaayo ama aan la caawinayn
- Wuxuu laadaa kubad
- Wuxuu wax ku cunaa qaado

## Guulaha Da'da 30 bilood

- Wuxuu adeegsadaa waxyaabaha si uu wax ugu jilo, sida cunsiinta dhagax dhooli sida inuu cunto siinaayo oo kale
- Dharka qaar asaga oo keliya ayaa iska bixiya, sida surwaallada jilicsan ama jaakada furan
- Wuxuu sheegayaa magacyada waxyaaha ku jira buug marka aad u tilmaanto aadna waydiiso, “Waa maxay kan?”
- Wuxuu sheegaa labo ama eray oo wada socda, oo wata hal eray ficileed, sida “Ayga carar”
- Wuxuu muujiyaa inuu yaqaano ugu yaraan hal midab, sida far ku fiqida qalinka midabyada cas marka aad waydiiso, “Kee ayaa casaan ah?”
- Wuxuu muujiyaa xirfadaha fudud ee cilad xalinta, sida ku istaagida ganbar gaaban si uu u gaaro wax
- Wuxuu raacaa tilmaamaha labada talaabo ah sida “Dhig boonbalada oo xir albaabka.”
- Si fiican ayuu u ordaa asagoo aan dhicin
- Wuxuu kor ugu socdaa jaranjarada asagoo qaadaaya hal lug, kadibna tan kale
- Wuxuu adeegsadaa gacmaha si uu wax u leexsho, wareejinta qataarada albaabka ama furista furarka
- Wuxuu cuntada ku cunaa fargeeto
- Wuxuu qalinka midabyada ku qabsadaa suulka iyo faraha badelkii uu feer duubi lahaa
- Wuxuu ku dhawaaqaa ku dhawaad 50 eray

**Haddii ilmahaagu dhibaato ku qabo samaynta  
qaarkood waxyaabahaan, waxaa qalbiga kuu  
qaboojin kara inaad qof kala hadasho.  
**Aawimaada xili hore macno wayn ayay abuurtaa!**  
La hadal dhakhtarkaaga oo wac **Barnaamijkaaga  
Caawimaada Dhalaanka.****

Xogta qoraalka ah ee jaantuskaan waxaa lagasoo xigtay ilaha soo socda:

1. The Centers for Disease Control and Prevention. (2023, June 6). CDC's developmental milestones. Waxaa lasoo xigtay Nufeembar 6, 2023, lagana soo xigtay <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
2. Hagan JF, Shaw JS, Duncan PM, eds. Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents [pocket guide], 4th ed. Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics; 2017

# Xagee ayay Waalidiintu ka heli Karaan Caawimaad?

La xiriir Barnaamijka Caawimaada Dhalaanka ee degmada aad dagan tahay si aad ugu waydiiso caawimaad ilmahaaga. [health.ny.gov/EICounty](https://health.ny.gov/EICounty)

Wac Laynka Tooska ah ee 24 saac shaqeeya ee Gobalka New York ee Kobaca Caafimaadka leh (Growing Up Healthy) oo ah 1-800-522-5006 si aad u hesho lambarka taleefanka degmadaada ee Barnaamijka Caawimaada Dhalaanka. Magaallada New York, wac 311.

Xog badan ka oo ku saabsan Barnaamijka Caawimaada Dhalaanka ee Gobalka New York ka ogoow adoo booqanaaya webseedkeena oo ah: [health.ny.gov/EIFamilies](https://health.ny.gov/EIFamilies)

limeelka: [beipub@health.ny.gov](mailto:beipub@health.ny.gov)

Taleefanka: 518-473-7016



Department  
of Health