

ဆော့ကစားခြင်း
ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားခြင်း
သင်ယူခြင်း

ကျွန်ုပ်တို့
ကိတ်မုန့်ဖုတ်
တာထက် ပိုပြီး
အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။



ကျွန်ုပ်တို့ ကိတ်မုန့်ဖုတ်တာထက် ပိုပြီး အလုပ်ဖြစ်ပါတယ်။

နေ့စဉ်လုပ်ဆောင်မှုများသည် ပျော်ရွှင်စွာ လေ့လာ သင်ကြားနိုင်သည့် အခွင့်အလမ်းများဖြစ်သည်။ သရုပ်ဆောင်ခြင်း၊ ဖန်တီးခြင်းနှင့် ကူညီခြင်းတို့က သင့်ကလေး အကြောင်းအရာ အသစ်များ သိရှိ နားလည်စေရန် အခွင့်အရေး ရစေပါသည်။

- သင့်ကလေးရဲ့ စိတ်ကူးဉာဏ်အမျိုးမျိုး ကွန့်မြူးပါစေ။ သူတို့ အဝတ်အစား အမျိုးမျိုးဝတ်စား ကစားပါစေ။ သို့မဟုတ် ဇာတ်ဆောင်တစ်ယောက်အဖြစ် ဟန်ဆောင်ခိုင်းပါ။ ထိုဇာတ်ဆောင်အကြောင်း ပြောပြခိုင်းပါ။
- သင်နဲ့ သင့်ကလေးက ဘယ်လို ဟင်းတွေ အတူတူ ချက်နိုင်သလဲ။ ချက်ပြုတ်ခြင်းသည် ကျန်းမာရေးနှင့် ညီသော အစားအစာ၊ ကိန်းဂဏန်းများနှင့် အတိုင်းအတာ၊ သိပ္ပံပညာ၊ ဝေမျှခြင်းနှင့် စကားလုံးအသစ်များ တတ်မြောက်စေပါသည်။
- အခွင့်အခါရတိုင်း ကလေးနှင့်အတူ စာဖတ်ပေးပါ။ ဝေါဟာရ စကားလုံးများ နေရာတိုင်းမှာရှိပါသည်။ သင်ကော်တများ၊ အစားအစာအထုပ်များတွင် တွေ့ရသော တံဆိပ်များအကြောင်း ပြောပြပြီး မှတ်စုစာအုပ်ကို အလွယ်တကူ ထားပါ။
- သင့်ကလေးကို ပုံဆွဲဖို့ အားပေးပါ။ သို့မဟုတ် သူတို့ပတ်ဝန်းကျင်မှာ သူတွေ့နေရတဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို ပုံပြင်လို ပြောပြခိုင်းပါ။

ပိုမိုသိလိုပါက သင့် မိခင်နှင့်ကလေး ကျန်းမာရေး သူနာပြုကို **13 22 29** တွင် ဆက်သွယ်ပါ။ သို့မဟုတ် raisingchildren.net.au တွင် ဖတ်ပါ။

