እባክዎን እነዚህን ይዘው መምጣትዎን ያረጋግጡ. . .

- ☾ አዋላጆችዎ የሚያዙ የቅድመ ወሊድ መዛግብት ሊሰጡዎት ይችላሉ፣
- ☾ የህጻን የመኪና ውስጥ መቀመጫ፣
- ☾ ልጅዎ ወደ ቤት ሲሄድ የሚለብሳቸው ለአየር ሁኔታ ተስማሚ የሆኑ ልብሶች፣ እንዲሁም የህጻን ኮፍያ እና ብርድ ልብስን ጨምሮ፤ በጨቅላ ህጻናት የመኪና መቀመጫ መታጠቂያ ስር ለደህንነት የሚለበሱ ልብሶችንም ያስቡበት።
- ☾ በምጥ ጊዜ ወይም ከዚያ በኋላ የሚለብሷቸው ምቹ ልብሶች፣ የውስጥ ሙታንታን ጨምሮ፣
- ☾ ወደ ቤት ለመሄድ የሚለበሱ ምቹ ልብሶች፣ ጡት ማጥቢያ እና / ወይም የማጥቢያ ፓድ እና የማይንሸራተቱ ጨማዎችን ግምት ውስጥ ያስገቡ፣
- ☾ የኦንታሪዮ የጤና ካርድ ወይም ሌላ ዓይነት መታወቂያ፣

እነዚህን ነገሮች ለማግኘት እንዲረዱዎት እባክዎን አዋላጆችን ያነጋግሩ።

የባህል ልምዶች እና ግብአቶች በቲቢሲ

በምስራቅ በኩል ባለው የቤተሰብ ቦታ የሚገኙ የሃገር በቀል ቅዱስ መድኃኒቶችን እና መሰሪያዎችን ካቢኔ ውስጥ እናከማቻለን። የአገሬው ባላባት (ኢንዲጅነዎስ) ቤተሰቦች እነዚህን በአዋላጆቻቸው በኩል ወይም በወሊድ ማዕከል ረዳት በኩል ማግኘት ይችላሉ።

ሁሉም ቤተሰቦች በወሊድ ስነ ሥርዓት ጊዜ የራሳቸውን ባህላዊ ልምዶች ለማካተት የሚያስፈልጋቸውን የተቀደሱ ዕቃዎችን ወይም መሰሪያዎችን እንዲያመጡ እናበረታታለን።

ጉብኝት ይፈልጋሉ?

እኛን ያግኙን!

ቴሌፎን፦ 416-366-8080 የውስጥ መስመር 101

TORONTO BIRTH CENTRE

525 Dundas Street East
Toronto, ON M5A 2B6
416-366-8080
www.torontobirthcentre.ca

ለቶሮንቶ የማዋለጃ ማዕከል (ቲቢሲ) ዝግጅት ምን እንደሚታሸግ...

ሙሉ የወሊድ ጊዜዎ ወይም በእርግዝና 37 ሳምንታት ሲሆንዎት እነዚህን ነገሮች እንዲያሰባስቡ እንመክራለን።

የሚከተሉት ነገሮች በቲቢሲ ይገኛሉ፡-

የወሊድ ድጋፎች፡-

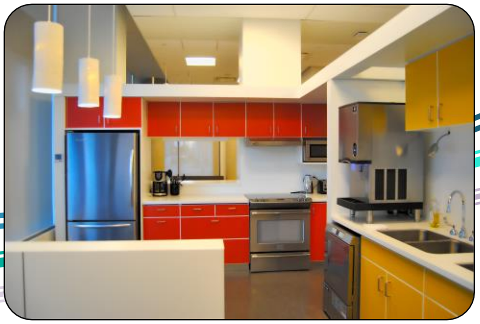
- የማረጋጊያ፣ ወይም “ወሊድ” ኳስ በእያንዳንዱ ክፍል፣
- የወሊድ መቀመጫ ወንበሮች፣
- የወሊድ ገንዳዎችና መታጠቢያዎች፣
- የወለል ምንጣፎች፣
- ለወሊድ ማዘያ አንቀልባዎችም፣
- የቴንስ መሳሪያ (ማለትም የነርብ መነቃቂያ)፣
- ናይትረስ ኦክሳይድ (የሚያስቅ ጋዝ)፣

ሌሎች ዕቃዎችና የምቾት ነገሮች፡-

- ለወሊድ ሲመጡ ለእያንዳንዱ ደንበኛ ነጻ የምድር ታች የመኪና ማቆሚያ፣
- ለሚረዱ ሰዎች የሚሆን የጎማ ነጠላ ጫማ፣
- ተንቀሳቃሽ የብሉቱዝ የድምጽ ማጉያዎች፣
- በረዶ የሚሠራ ማሽን፣
- አስፈላጊ ከሆነ ደንበኞች የሚለብሷቸው ቀሚሶች፣
- ምቹ የመቆያ ቦታ ከኔትፍሊክስ፣ መጻሕፍት፣ ብርድ ልብሶች፣ የእሳት ምድጃ እና የልጆች መጫወቻ አሻንጉሊቶች ያሉበት፣
- ጡት-/ደረት ላይ ለሚያጠቡ የድጋፍ ትራሶች፣
- ሕጻኑ በመጀመሪያ ጊዜያት የሚጠቀምባቸው ጥቂት ዳይፐሮች፣

እባክዎ እነዚህን ከእርስዎ ጋር ይዘው ይምጡ፡-

- ለመኪና ጉዞ የሚሆን የትውከት ገንዳ ወይም ከረጢት፣ ብርድ ልብስ እና/ወይም ፎጣ፣
- የሽንት ቤት ዕቃዎች (የጥርስ ብሩሽ/የጥርስ ሳሙና፣ የጸጉር ብሩሽ፣ ሻምፑ፣ ኮንዲሽነር፣ ሳሙና፣ የጸጉር ማሰሪዎች/ተለጣጭ)፣
- ለስልክዎ የኃይል መሙያ፣
- ፎቶ ለማንሳት ካሜራ ወይም ስልክ፣
- ሽታ የሌለው የመታሻ ዘይት ወይም ቅባት፣
- የዳይፐር ክሪም ወይም ዘይት ለህጻን፣
- የከንፈር ቅባት፣
- ማስቲካ ወይም ከረሜላ፣
- ካልሲዎች እና የማይንሸራተቱ ነጠላ ጫማዎች፣
- ባቄላን በማይክሮዌቭ ለማሞቅ የሚጠቅሙ ከረጢቶች፣
- ከብሉቱዝ የድምጽ ማጉያዎቻችን ጋር የምንጠቀምበት የሙዚቃ ምንጭ (የጀሮ ማዳመጫ መሰኪያ ላይ መሰካት የሚችል)፣
- ሥርዓተ-ጥለት ያለውና ባለ ህብረ ቀለም መያዣ ያለው ምቹ የሆነ ትራስ (ከቶሮንቶ ማዋለጃ ማዕከል ትራሶች ጋር እንዳይደባለቅ)
- የዓይን መነጽሮች እና ኮንታክቶች (መያዣ እና ፈሳሽ)፣
- ከእርስዎ ጋር ወደ ገንዳ ለመግባት ወይም ገላ መታጠብ ለሚፈልግ ማንኛውም ሰው የሚሆን የመታጠቢያ ልብስ፣
- ወደ ሆስፒታል ከተዛወሩ የሚፈልጉት ማንኛውም ነገር፣



በቲቢሲ ቆይታዎ ወቅት ምግብ እና መጠጥ፡-

ቲቢሲ በወሊድ ላይ ላሉ ደንበኞች መቅሰስ እና መጠጦችን ያቀርባል። እባክዎን ለሚረዱዎት ሰዎች እና / ወይም ቤተሰብዎ መቅሰስ ይዘው ይምጡ።

ቲቢሲ ለሁሉ ድጋፍ ሰጪ ሰዎች እንዲሁም አዋላጆች ቡና፣ ሻይ፣ እና መጠገኛ ያቀርባል። እርስዎ እና / ወይም ከቤትዎ ይዘው መምጣት የሚፈልጉትን ማንኛውንም ምግብ ለማዘጋጀት፣ ወይም ከውጭ ለማዘዝ የኛን ሙሉ በሙሉ የተሟላውን ኩሽና እንዲጠቀሙ እናበረታታለን።

ልጅዎን በቲቢሲ መመገብ፡-

አዲስ የተወለዱ ሕጻናት ከተወለዱ በኋላ ብዙም ሳይቆዩ እና በሕይወት የመጀመሪያዎቹ ወራት ብዙ ጊዜ መመገብ ይኖርባቸዋል። በቲቢሲ ውስጥ፣ ወላጆች ስለ ሕጻናት አመጋገብ በመረጃ ላይ የተመሰረተ ውሳኔ እንዲያደርጉ እንደግፋለን።

ልጅዎን ሰው ሠራሽ ወተት (ፎርሙላ) ለመመገብ ካሰቡ፣ እባክዎን ለቲቢሲ ምን ዓይነት አቅርቦት ማምጣት እንዳለብዎት ከአዋላጆችዎ ጋር ይወያዩ።