

si aad kaalmeyn iyo taageero u heshid, booqo Family Hub-yada goor hore wax qabta lagana helo Xaruumaha Qoyska Caruurta iyo Dadka Da'yarta ah:

- **Braunstone**
Gallards Hill, LE3 1QR
Tel: 0116 454 3890
- **Eyres Monsell**
Hillsborough Road, LE2 9PT
Tel: 0116 454 3390
- **Thurnby Lodge**
Dudley Avenue, LE5 2EG
Tel: 0116 454 3850
- **Highfields**
20 Barnard Close, LE2 0UZ
Tel: 0116 454 3810
- **Belgrave**
Cossington Street, LE4 6JD
Tel: 0116 454 3320

Ama goobtii kale ee kasta oo bandhigeeyso callaamada Family Hub -ka

Macluumaadka online ahaan baa looga heli karaa goobta ah families.leicester.gov.uk



Family
Hub

Family
Hub

Waxaan kugu kaalmeyneynaa in aad ilmahaaga siiso bilowga nolosha ugu wanaagsan



Family Hubs (Goobaha Qoyska) waa goobo ay qoysaska ka heli karaan adeeg Macluumaad oo ku saabsan uurka, ilmonimada, iyo waalid u ahaanshaha da'yarta jirta da'da ilaa 19 (ilaa 25 haddii ay baahiyo dheeraad ah qabaan).

Family
Hub



Funded by
UK Government



Leicester
City Council

Daryeelka Uurka iyo Dhalmada Ka Hor

Toddobaadyada hore ee uurka waa u muhiim cunugaaga koriimadiisa wayna saameyn karaan inta uu nool yahay oo dhan.



Marka aad tijaabo ku ogaato in aad uur leedahayba, waa inaad umuliso ballan u dhigataa. Waxa aad tan ku sameyn kartaa adiga rugta GP-gaaga u mara ama waca 0116 258 4834.

Umulisada waxay kaala tallineysaa sida aad caafimaadka iyo fayyo-qabka u xafideyso inta aad uurka leedahay iyo ballansiga iskaanada iyo hubinta caafimaadka.

Kullanada dhalmada ka hor waxay kula xiriirin karaan qoysas kale waxayna kaa caawin karaan qorsheynta dhalmada iyo wixii ka dambeeya. Waxa aad baran kartaa sida:

- Cunugaaga loo daryeelo loonaa quudiyo
- Waqtiga uurka loo caafimaad qabo
- Qorshe dhalmada loo sameysto

Waxay kale oo ay ku siinayaan fursad aad kula kullanto waalidiin iyo daryeeyaalka kale, oo kugu kaalmeeya sameysashada shabakad saaxiibo ku taageerada ah.

Cunugaaga jira 0-2 sano

Shaqaalaha shabakada Family Hub-ka adiga waa ay kula jiraan intuu cunuga nool yahay. Qaas ahaan tani waa run inta aad Uurka leedahay iyo labada sano ee hore ee nololaha cunugaaga ah ee aasaaska u ah mustaqbalkiisa caafimaad, fayyo-qabka iyo mid waxbarashaba.



Dhalashada ka dib maskaxda ilmaha waa ay sii kortaa. Jaceylkaaga, la ciyaaristaada, u sheekeyntaada iyo la hadalkooda ayaa inay si caafimaad leh u koraan u fure ah.

Kullunadayaada joog, ciyaar oo wax wada barta ah waxay ku siinayaan fursad aad qoysas kale kula kullanto ilmahaagana ku kaalmeeya la kullanka ilmo kale oo ay la xiriiraan, la ciyaaraan waxna la wadaagaan

Waxaa jira caafimaad iyo taageero badan oo aad heli kartid

Shabakada Family Hub-ka Leicester waxaa ku jira ururo iyo iskaashatooyin kala duwan oo u wada shaqeynaya si ay qoysaska ugu adeegaan ayna macluumaad ka siiyaan:

- Taageerada dhalmada ka hor iyo dhalmada ka dib la helo
- Quudinta cunugaaga iyo qoyskaaga
- Ilmaha caafimaadkooda iyo koriimadooda
- Hadalka, Waxbarashada iyo tacliinta hore
- Wada xiriir isjeclaan iyo caafimaad qab leh
- Baahi waxbarasho oo qaas ah iyo laxaad li'ida
- Waalid ahaansho kala talinta iyo ka taageerista
- Fayyo-qabka niyadeed iyo caafimaadka maanka
- Lacagta iyo guriyeynta
- Kooxaha/ururada bulshada ee goobtaada jooga.

Taageero kale oo online-ka lagu heli karo:

Start for Life – Adeega NHS-ta Qaranka ee barnaamijka Bilowga Nololaha nhs.uk/start4life

Live Well Little Ones – macluumaad adiga iyo qoyskaaga la indin ku tallo galay kuna jiraan hurdo nabad leh, si caafimaad leh wax u bilaabidda iyo caafimaadka afka. leicester.gov.uk/littleones

Health for under 5s – taageero adiga iyo qoyskaaga la idin siiyo kuna jirto sida umulisada la isaga diiwaangeliyo healthforunder5s.co.uk

Chat Health – Si aad bilaash ugu hesho caafimaad kuu asturan iyo la tallin text u dir 07520 615 381 ka dibna kalkaaliye caafimaadka dadweynaha ayaa 24 saac gudahooda kugula soo xiriiraya

Leicester Mammals – naas-nuujin ku taageerista iyo la tallin guud oo ku saabsan arrimaha cunuga/cunugta mammals.org.uk

Heads Up – oo taageera waalidiinta, daryeeyaasha iyo da'yarta ay heystaan dhibaatooyin la xiriira hab-dhaqanka, wada xiriirka iyo kuwa caafimaadka maanka . headsupleicester.org.uk

