



# To improve lives by mobilizing the caring power of our community. မိုးနဲလိပ်ဘဲတဲလိပ်လၢအဂ့ၤ အနဲနဲသ့ လၢနဖိကမံၤအဂီၢ်ဂါ?

United Way of Weld Country မၤစၢၤန့ၤသ့န့ၤလီၤ.

နကဒီးန့ၢ်ဘဲ တဲဘိပ်တဲစၢၤ 1ခါ ဒီး တနံၣ်န့ၢ် ဟံၣ်ဖိယိဖိတန့ၢ်န့ၢ်လီၤ.

ဒ်သီးန့ၢ်လဲၣ် တဲဘိပ်တဲစၢၤဒီး လၢတဲဘျုးတဲစ့တလဲၣ်အဂီၢ်, နကမၤပိာ်ထွဲ မၤဝဲၤ တဲအံၤတဖၣ်န့ၢ်လီၤ

1. လဲၤဆူ [www.safesleepacademy.org](http://www.safesleepacademy.org) 

2. ဃုထၢန့ၢ်ဂီၢ်လၢ global menu ဖဲ  တဲသန့ၢ်စုထွဲတခီ အဖိခိၣ်တက့ၢ်.  ကျိၣ် 104 ခါ ဒီးန့ၢ်သ့န့ၢ်လီၤ. တဲအံၤမၤသးဒ်:

3. ဃုထၢ တဲခိၣ်တီ "SAFE SLEEP" တက့ၢ်.  လိာ်ကဲသးဒ်အံၤန့ၢ်လီၤ.

4. ဖးဒီးကွၢ် ဘိပ်ဒိပ်အိၣ်လၢ တဲခိၣ်တီတဖၣ်ခဲလဲၣ်အဂီၢ် ဖဲ အလွဲၤဂီၢ်စၢ်တလဲၣ်တက့ၢ်. ဖဲန့ၢ်အိၣ်ဝဲတဲဂ့ၢ်အိၣ်တီ 9 ခါန့ၢ်လီၤ. တဲအိၣ်ကယံး တန့ၢ်ရံၣ် လၢနကမၤလိကွၢ်ထွဲဂ့ၢ်လၢ ဖးတဲခိၣ်တီတဖၣ် ဒီးကွၢ်ဘိပ်ဒိပ်အိၣ်န့ၢ်လီၤ. တဲခိၣ်တီအံၤမ့ၢ်ဒ် ဒ်အံၤ တဲသ့ၣ်တဖၣ်မ့ၢ်ဝဲ တဲခိၣ်တီအဂၤတဖၣ် လၢ ဝဲးဘးစၢၤလၢကဲထီၣ်တဲမၤစၢၤ နဂီၢ်လီၤ. ကွၢ်သမံၤမိး ဝဲးဘးစၢၤအိၣ်တဲတဖၣ် ဖဲနတဲဆၢကတီၢ်အိၣ်တက့ၢ်.

**INFANT SAFE SLEEP**

**Why Back to Sleep?**

Why is my baby's sleep surface so firm?

What can I put in the crib?

How do I keep my baby safe and warm?

Bed-sharing vs. Room-sharing

Swaddling & Safe Sleep

Siblings & Safe Sleep

Grandparents & Safe Sleep

Dad's Corner

5. လဲၤဆူ လွဲး(link) ဒီးမၤဝဲၤ SAFE SLEEP QUIZ နကထံၣ်အီၤဖဲန့ၢ်လီၤ. စူးကါ GOOGLE TRANSLATE လၢကျိၣ်အဂီၢ် အါန့ၢ်ဒ် ကလဝါကျိၣ်တက့ၢ်.

<https://forms.gle/HfzTjY24sZ4McYFMA>

နဃုထံၣ်သ့ လွဲး (link)လၢပဝဲးဘးစၢၤ (website)သ့န့ၢ်လီၤ. <https://www.unitedway-weld.org/safesleep/>



**To improve lives by mobilizing the caring power of our community.**

နကဘဉ်မၤန့ၢ် အစ့ၤကတၢၢ် တၢ်သံကွၢ်လွံၢ်ခါ အဘဉ်န့ၢ်လီၤ. နမ့ၢ်တမၤန့ၢ်တၢ်သံကွၢ်န့ၢ်, လဲၤကဒါက့ၤဆူ Safe Sleep Academy ဒီးမၤလိကဒီးတက့ၢ်. န့ၢ်လိာ်ဘဉ်တၢ်မၤစၢၤန့ၢ်, ဆဲးကျိး Family Support at United Way of Weld County ဖဲ 970-353-4300 တက့ၢ်.

- 6. ဖဲနမၤဝံၤတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်န့ၢ်ဒီး မၤဝံၤတၢ်သံကွၢ်တဖၣ်န့ၢ်, ဝံးသစူၤ ဆုၤလံာ်ဆူ Patricia ဖဲ (970) 400-1393 မ့တမ့ၢ် Amelia ဖဲ (970) 515-3531 မ့တမ့ၢ် ဆုၤ လံာ်ပရၢ [patricia@unitedway-weld.org](mailto:patricia@unitedway-weld.org) မ့တမ့ၢ် [amelia@unitedway-weld.org](mailto:amelia@unitedway-weld.org) လၢကမၤကတဲာ်ကတီၤ တၢ်ဃုထၢအဂီၢ်လီၤ.ဝံးသးစူၤ ဟ့ၣ်အခွဲးအစ့ၤကတၢၢ် 48 န့ၣ်ရံၣ် ဖဲနမၤဝံၤတၢ်သံကွၢ်တဖၣ်ဖဲလၢနကမၤန့ၣ်နတၢ်ဘိာ်တၢ်စ့ၤ ဒီး တၢ်ဒုးနဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

