

Ñan AŌ Jab Jorāān, Erkein Ej Jet Men ko Kwōj Aikuj Jelā

**AŌ Jikin Kiki ej Jikin eo
enej Bōbrae eō jen Jorāān**

Ñe kwōj aikuj kakkije,
jikin kiki eo aō
em̄mantata ñan aō bed ie.

**Ejelōk Jorāān ñe Kwōj
Etal Jen e**

Ewōr ien eben kōmadmōde
an juōn armej ejañjañ.
Ejelōk jorāān ñe kwōj etal
jen e im kakkije kōmālij eo
am. Ak kwōj aikuj kōm̄man
bwe in bed ilo jikin eo enej
bōbrae eō jen jorāān!

**Aikuj ko AŌ
Eļaptata Aer Aurōk**

Ñe ejelōk men ej jerbal,
lale aikuj ko aō! Ikwōle
ke, itutu ke, imōk ke
abūnōnō?

Kōmadmōd Illu ak Inebata

Jet wāwein kōmadmōd illu ak inebata itok
jen lale ajiri ejañjañ ak etōr jen joñan an illu:

- Diwōj ñan nabōj – Etetal kake ajiri eo ilowaan stroller.
- Kajjeon kakkije kōmālij eo am ilo meditation – Kōjerbal YouTube ak juōn app einwōt “Headspace” ak “Calm” ñan lale bitio in meditation.
- Kappok jibañ – Kūrļok juōn mōttam ak nukum̄ me emaroñ jibañ.
- Roñjak kajañjañ im al ko – Kajo al ko rem̄mantata ibbam̄ ak bukōt al ko rekālimomo im kam̄ōñōñō.
- Kakkije kōmālij – Kajjeon emenono, jeje ilo bok in jeje ko, kōlar ak ikkure pajō! ñan jibañ eok kakkije kōmālij eo am.



Kūrļok

501-830-1464

www.archildrens.org

1 Children's Way, Little
Rock, AR 72202

Ñan AŌ Jab Jorāān

Leke ilo Kōkkajiriri:
Kōmadmōde Abañ ko jen
Kōkkajiriri ilo Ejelōk Jorāān
im Emeoeo



HOSPITALS • RESEARCH • FOUNDATION

Ejeļok Jorāān Ñe Kwōj Eñjaake Wāwein in

Enana am mour, kwōllu ak eļap an aer am ļemnak ñe niñniñ eo ejañ ej men ko ekkā an walok. Kwōn jab kōtļok an ļemnak kein bōk jikin, ak kajjeoñ kōjerbale wāwein kein ilo QR code ko ilaļ!



Pepe in an RiKōkkajiriri eo Kōmadmōd Jañ

Pepe in ej jibañe rikōkkajiriri ro ekatōk wāwein kaineļman niñniñ ro rej jañ im kōjbarok er jen jorāān, eļaptata jen jorāān jen buuļ kōmakūtkūt niñniñ ak Shaken Baby Syndrome.



Kālet Wāwein Kaineļman

Kwomaroñ kūtimi kōn koj im bōkwūji ibbam, al ñan e juōn al, bobore, leļok kein ninnin eo an, ak āte ilo jea in niñniñ eo im ettōr kake ilo wa eo waam.



Kālet Wāwein Kaineļman

Kwomaroñ likūt niñniñ eo ilo juōn jikin eban jorāān ie, einwōt kajedelañe ilo jikin babu eo an, kūrļok nukum ak mōttam ñe kwōj aikuj jibañ, ak kūrļok taktō ak nōj.



Bōk Jet len ñan Am Kakkije im Bar Jinoe

Ñe kwōj jinoe eñjaak inebata ak eļap am boub, kakkije im kōmane juōn men eo enaaj jibañ kaineļman eok. Ļemnak ko am im men ko kwōj eñjaaki eļap aer aurōk!



Lale Kwar Buuļ Kōmakūtkūt Niñniñ eo

Buuļ kōmakūtkūt niñniñ emaroñ keñjake kōmālij ko aer, kaal dibubbub ak kaal aer jab loļakjen ak bilo im jaroñroñ. Emaroñ bar kōļman abañ ko eļap aer kauatata.

Ñe Imōk im Illu, Pepe eo Aō Ej:

Nōmba ko Kwōj Aikuj Jeļā

Bōbrae Baijin - 800-222-1222

Jibañ ilo len Iduñ - 911

Nōmba eo Ebeļok Aolep Raan an Jinen im Jemen im Jodrikdrik eo bukōt jibañ (National Parent & Youth Helpline) - 1-855-427-2736

Cell eo Aō - _____

Nōmba eo an Taktō in Ajiri - _____

Nōmba eo an Armij eo Ñan Kurļok ilo len Iduñ:

Etan: _____

Talboon: _____

Jikin Ebbōk Meļeļe:

Ra eo an Shaken Baby Syndrome. (n.d.). Tōre in BIOLET Jañ. <https://www.dontshake.org/purple-crying>
Douluul an Jinen im Jemen (Parents Anonymous). (n.d.). National Parent & Youth Helpline. <https://nationalparentyouthhelpline.org/>