

አካላዊ ብቕዓት እንታይ እዩ?

ዑደት ህይወት አካላዊ ብቕዓት

አካላዊ ብቕዓት ናይ ምፅሓፍ ክእለት ቁልዑ ኣብ ምሉእ ህይወቶም አካላዊ ምውስዋስ ንኺገብሩ ኽእለትን ምትእምማንን ፍቕሪ ምንቅስቃስን ከማዕብሉ ኽለዉ እዩ ።

አካላዊ ብቕዓት ወለዲ ኽብ ሕፃንነቶም አትሒዞም ምንቅስቃስ ክተባብዑ ኽለዉ እዩ ዚጅምር ።...

ኣብ ምሉእ ህይወትና እነማዕብሉ...

... ኣብ መንጎ ወለዶታት ዚወገብ ውህብቶ እውን ክኸውን ይኽእል እዩ ።

<p>7-8% ዝለዓለ ዓመታዊ አታዊ</p>	<p>↓ ሕማም ልብን ወቕዕን መንኸሮን ሽኮርያን ከስዕብ ዝኽእል ሓደጋ ይገኪ</p>	<p>40% ዝለዓለ ነጥቢ ፈተና</p>	<p>↑ ርእስ ምትእምማንን ሓጎስን እናወሰኸ ይኸድ</p>	<p>አካላዊ ምውስዋስ ምግባር ዘለዎ ጥቕሚ *</p>
--------------------------------------	---	------------------------------------	---	---

* ካብ ኣስፕን ኢንቲቲቲቲ ስፖርት ንኹሉ - ንህይወት ዝኸውን መግዑቲ፡- ንነፍሲ ወከፍ ቆልዓ ኣብ ፀወታ እትወስዶ መግዑቲ መፅሓፍ

አካላዊ ብቕዓት ናይ ምጥራይ ክእለት ዝምዕብል ብኸመይ ኢዩ?

ቆልዑ ብእተፈላለዩ እተወደበን ዘይተወደበን ንጥፈታት ገይሮም ብብቕሩብ አካላዊ ብቕዓት የማዕብሉ ። ቆልዑ ብዕድመ እናዓበዩ ብዝኸዱ መጠን ባህርይ እዚ ንጥፈታት እዚ ይቕየሩ ኢዮም ።

<p>0-3 አመት አቕዲምካ/ባኣጋኡ ምንቅስቃስ አተባብዕ ።</p>	<p>3-5 አመት ነቲ ጸወታ ኣስፍሓዮ ባህ ከም ዝብለካ ድማ ግበሮ።</p>	<p>5-8 አመት ኣብ መሰረታዊ ኽእለት ምንቅስቃስ አተኩር ።</p>	<p>8-12 አመት ቆልዑ ድሉዋት ኣብ ዝኸውኑሉ እዋን ዝያዳ ሕልኽልኽ ዝበለ ኽእለት ኣፋልጥ ።</p>
---	---	---	--

