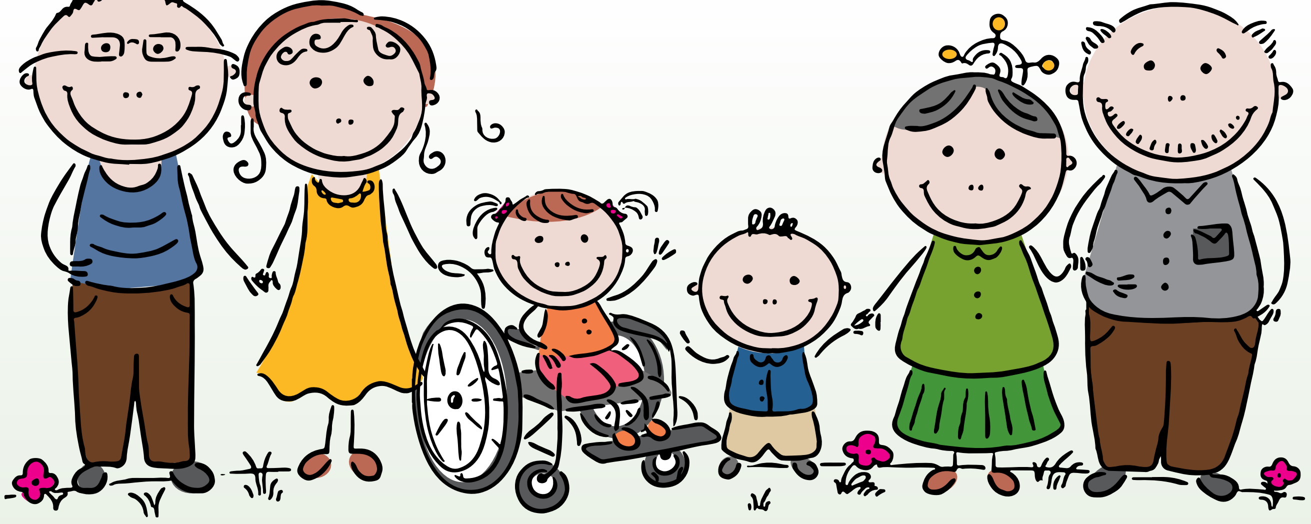
මස්තිෂ්ක ආඝාතය මම කැමතිම වචන

1

කරන දේවල්

මං කරන වැඩ ටිකක් වෙනස් විදියට කරාවි, නමුත් මට ඒ වැඩේ කරන්න පුලුවන්. වැදගත් වෙන්නේ මං ඒ වැඩේ කරන විදිය විතරයි. මට ඒක කරන්න අවස්ථාව දෙන්න.



2

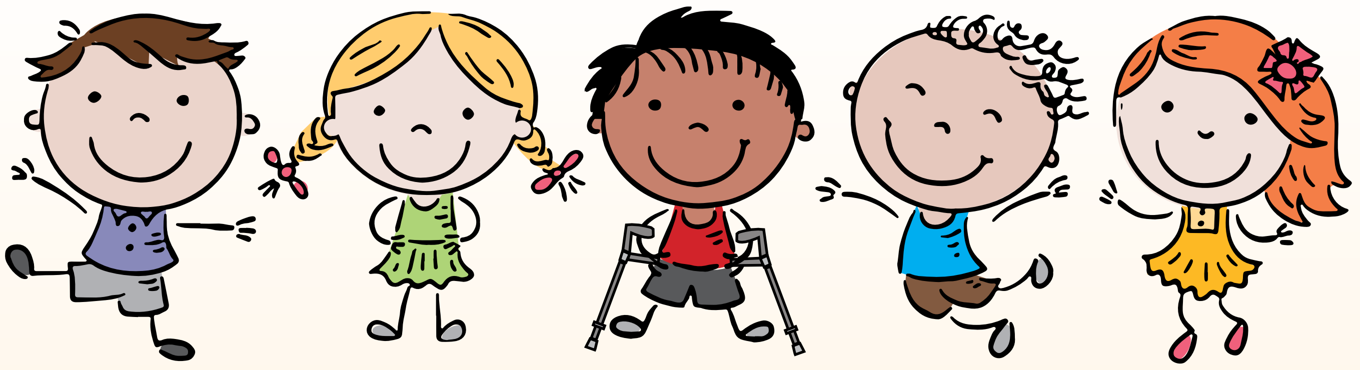
පවුල

මං ගැන හොඳටම දන්නේ එයාල තමයි මං විශ්වාස කරනවා එයාල කරන්නේ මට හොඳමදේ තමයි කියලා. ඔවුන්ට ඇහුම්කන් දෙන්න, ඔවුන්ට කතා කරන්න, ඔවුන්ගෙන් අහගන්න, ඔවුන්ට ගෞරව කරන්න.

3

යෝග්‍යතාවය

අනිත් හැමෝම වගේම
මමත් සෞඛ්‍යසම්පන්නව ඉන්න ඕන.
ඒක පවත්වාගෙන යන්න මට උදව් කරන්න.

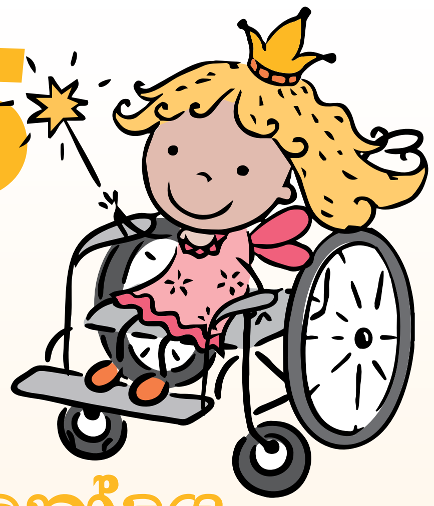


4

යහලුවෝ

ළමා කාලයේදී යහලුවෝ ඉන්නවා කියන එක ගොඩක් වැදගත්. මගේ වයසේ අයත් එක්ක මට යාලුවෙන්න අවස්ථාව හදල දෙන්න.

5



විනෝදය

ළමා කාලය කියන්නේ සෙල්ලමයි විනෝදයයි විතරමයි. ඒවයින් තමයි මං ඉගෙන ගෙන වර්ධනය වෙන්නේ. ඉතින් කරුණා කරල මට උදව් කරන්න ගොඩක් විනෝදයක් දෙන ක්‍රියාකාරකම් කරන්න.

6

අනාගතය

කවදා හරි දවසක මං වැඩිහිටියෙක් වේවි. ඉතින් මට මේ සමාජයට ඇතුල් වෙන්න තනියම මගේ වැඩ කරගන්න පුලුවන් විදි හොයාගන්න මට උදව්කරන්න.

World Cerebral Palsy Day
worldcpday.org

Proudly supported by The Allergan Foundation

Based on Rosenbaum, P. & Gorter, J.W (2012), The 'F-words' in childhood disability: I swear this is how we should think! Child: Care, Health and Development, (38) 4. Visit https://www.canchild.ca/en/research-in-practice/f-words-in-childhood-disability for more resources.

CanChild
www.canchild.ca

WORLD CEREBRAL PALSY DAY
OCTOBER 6