

# NDONDOMEKO YOSINTHIDWA YA RAS YA OZIPELEKA AZAUMOYO AKUMIDZI POLINGALILA ZA MLILI WA KOLONA

*Kolona Siimaoneka ngati imakhuza ana kweli kweli. Koma ana angaonese zizindikilo zofanana ndi za Kolona mumaso mwa anyanchito uthandizira azaumoyo muma dela. Anyanchito othandizira azaumoyo onse ayenera kulondola ziganizo izi.*

Sambani mumanja mosamala posewenzesa sopo ndi madzi.

Ana akhale ma mitala awiri patali ndi owasamala.

Valani choskela pa kamwa ndi mphuno ngati muli nacho.

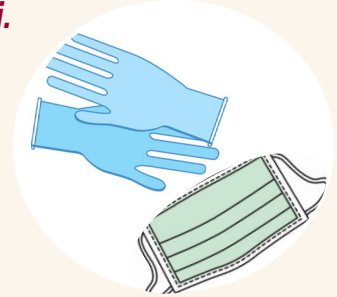
Kapena mangani pakamwa ndi pamphuno ndi kasalu.



Valani zochingiliza zamumanja.

Fusani makolo ngati pali zizindikilo zootsa zomwe aona.

Sopano onani mwana mwekha.



## ► Kodi mukuona zizindikilo ndi zisonyezo za malungo ooptsa?

### Zizindikilo ndi zisonyezo za malungo

Izi ndi tentha thupi komanso ndi chimodzi kapena zinanso mwa izi:

- Ukomoka
- Ukana zakudya ndi zakumwa
- Ukhunyuka
- Usanza zonse

Ngati pali zizindikilo za malungo ooptsa, pasani RAS ngati muli ndi zochingiliza mumanja.

Ngati mulibe zochingiliza mumanja, uzani owasamala momwe angapasile RAS.

Sopano mungapime Malungo.

## ► Ngati simukuona zizindikilo za malungo ooptsa, kodi pali zisanzo za Kolona?

### Zizindikilo ndi zisonyezo za Kolona

Zizindikilo za chiziwikile mwa ana ndi izi:

- Kukosomola kwa sopano kosalekeza
- Utentha thupi

Ngati mwana alindi zizindikilo izi, iye pamozi ndi omusamala ayenela ukhala paokha kwama sondo awiri.

Kulibe mankwala a Kolona.

Ana ambiri amachila kumatenda a Kolona.

Ngati mwana akulephela upuma bwino, pitani naye mwamusanga ku chipatala.

Ngati muli ndi zamayendedwe mudela, angathandizile muzamayendedwe.

## ► Ngati simukuona zizindikilo za Kolona, onani zizindikilo za tulaso.

### Zizindikilo za tulaso

Izi ndi:

- Upuma pafupi pafupi
- Nganga ulowa mukati

Ngati mwana ali ndi zizindikilo za tulaso, lembani kalata yoatumiza ku chipatala ukalandila thandizo.

Uzani osamala mwana kuti asachedwe.

Sambani mumanja mosamala posewenzesa sopo ndi madzi.