

Ba tö në luoi yic ku ba meth dhiac ke thuët meth

Ee röt loi ba lui ku ba dhiac ke yin ye menhdu thuëët të cïn lo bën të de luoi ka ye lo kuën. Diär juic yekenë nyiei loi piath. Ciek ke thiin ATHIËKIC të nõj Menhdu. Na ye kør ba dhuk në luoi yic, ye dhil juir ba ya nõj ajuer bin meth kan thuëët në kam cekic, ka ba ya thuëët në kaam cïin bën baai, yen ajuän të nõj menhdu awëer bë rëer abac.

Dhöl lëu bin ke lui në thuëëtë yin:

Menhthin kor ye (nõj wiik ke dhetem 6 agut cë pëi ke dhetem) — a lëu bë nõj ajuir ke diäk

- 1) Ye them ba dhil ya lx te; msnhdu ne:
 - Ye them ba meth ya laar të de luoi
 - Raan yenë muk menhdu alëu bë meth ya bëi të nõj yin ka ba yuöp be bën
 - Ye them ba ya köör në të thiäk ke tédun de luoi benë menhdu muk thïn
- 2) Na tö në luoi yic ke yin lëu lööm në caa muk në bitha yic ago raan muk meth löök ya cäm (Lõr caa athöör de lëk në *Të Lëu Bin Ciek De Thiin Cë Ke Raak Ya Tääu Thin ku Të lëu benë kek tääu thin*). Yin lëu ba rëer në kaam de thuët na rou. Akør ba meth kan cääm arot ke yin kën guo lo të de luoi ku dhiac ke came të le yin dhuk baai. Në kam tö yin të de luoi, ke ka kør ba röt kan ya raak na tök ka na rou. Ku yekëne eröt loi cë man de kaam yin tö në luoi yic ku ca tuu. Yekënë alëu ba loi në thaa cïn lääu ku muk ye ciek kë agut cë bik köldë deer bin ke ye bæer thuëët. Ku ye kek tööu në talaja yic në koth nõj kë yenë ye thiäk.
- 3) Ye juuir bë menhdu ya nõj bithaai ken yen ke thuat në kaam cïin lo të de luoi. Na tö wenë menhdu, ke them ba ya thuëët në niin kedhia.

Menh ye pëi dhetem 6 ku leer tuen

- Ye dhiac ke loi bë nõj ciek ca kek raak ba ke ya waan ku jol ya müth lëu meth bë kek löj cam.
- Ba menhdu nyueth amääth. Ke ciek tö në ye guöp aye röth lëu kenë guöpde ku jol ya müth ye tö baai bë kek ya cam të dhiac yin në yään ke luoi ku bäär ku thuëët ë të cïn bën baai.

Wël ye kek thiic në nyindhia

1. Ba meth cië ye thuëët ee yen nyuoth cë man nadë ke mendu acë thuëët bë nyic në bitha?

Mëer kök ke müth aye adier kek nõk cë man adë ke müthken thuëët cë lëu bik thuat në bitha ku cë man adë ke yekënë alëu bë rëec bëi të nõj meth të yenëke kek lo të de luoi.

- Them ba menhdu ya piöc në bë ya thuat në bithaa në nyindhia. Na cë nõn wiik diäk gøl në köl Ƴon dhiithë yen, ke them bay a yiën caa ke thiin ca kek raak në bithaa yic ka koth. Ye loi na tök në wiikic ka na rou.
- Ye them bë nõn raan ye thiic bë yin ya gãm bitha, ke yin rëer të thiök ke meth. Ku na lëu röt, ku ye lõm bë meth lõn muk ku yen bë yiën bitha de meth. Yekenë yen ke dhöl tõn yenë meth lõ ke nyic ka waar röth.
- Aye mëerkök ke miith yök ke kóc yic ba menhdu piöc bë ya dek në koth Të miith Ƴot ëë ke kor arëetic, ye kek cök dëk në konh ye röt thöõn ka në konh de gëlãth ku nõn kē yenë ye dãm. Miith cë nõn pëi ke dhetem 6 leer tueƳ ayekë nhia bık ya dek në kooth ke miithkök kuka tö thuuk.

2. Ye ciet ke riilic apec ba menh thuat yin waan?

- Miith ye thuat në thiin ace kóc ye nuan ku awëer miith ye thuat në bitha.
- Miith ye thuat në thiin aye kóc. Në ya alëu ba loi bë yic kóc cë man adë ke yin lëu ba jãl ku ye menhdu waan ke nõn ke cëm tö ke raan ye en muk në kaam tö yin të de luoi.

Tëdë lëu bin kuën thin

- Athöör de lëk në *Të lëu bin ciek ke thin raak thin*
- Athöör de lëk në *Të lëu bin ciek ke thiin töõu thin*

Ago yök në lëk kuötic ke yin yuöpë akutnom de cäär de pial de guöp ë miith ka akutnom de ajuer de thuët në Australia man ye Australian Breastfeeding Association (ABA).

Breastfeeding Helpline
1800 mum 2 mum

1800 686 268

Telepun de kuõny të nõn akutnom de ABA man ye Australian Breastfeeding Association ee tö ke lui në niin ke dhorou 7 në wiikic ku kóc ye lui thin aye kóc cë kek nyiei piöc në biãn de jiëm në thuët de meth.

Na kør kuõny në thaa cın ye tak ba jam në thoƳ de Legelith, ke yin yuöpë akutnom de wëer de wël yic ku wëer de kóc thook man ye cøl Translating and Interpreting Service (TIS) në 131 450.

Tuöcë yimël ago thiic në jiëm ku lëk kuötic ke yin neem webthayit në www.breastfeeding.asn.au

Ye wëlkë ake göör kek në kuõny ee bö të nõn

