

# Vitamin D Supplements



**FREE** Vitamin D supplements for breastfeeding women and children under 3 years old – available at your local pharmacy.

Ask your health visitor for more information, or visit: <https://www.nhsggc.scot/vitamind>



ጡት ለማያጠቡ ሴቶች እና ከ 3 ዓመት በታች ለሆኑ ሕፃናት  
**ነፃ** ቫይታሚን ዲ - በአካባቢዎ ፋርማሲ ውስጥ ይገኛል።

ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት የጤና ጎብኝዎን ይጠይቁ። ወይም  
<https://www.nhsggc.scot/vitamind> ን ይጎብኙ።



مكملات الفيتامين (د) المجانية للنساء المرضعات والأطفال  
دون سن الثالثة متوفرة في الصيدلية المحلية التابعة لك ،

اسأل الزائر الصحي لمزيد من المعلومات أو قم بزيارة:

<https://www.nhsggc.scot/vitamind>



বুকের দুধ খাওয়ান এমন মহিলা এবং 3 বছরের কম বয়সী বাচ্চাদের জন্য ভিটামিন ডি  
সাপ্লিমেন্ট **বিনামূল্যে** প্রদান করা হয়- আপনার স্থানীয় ফার্মেসিতে এটি পাবেন।

আরো তথ্যের জন্য আপনার হেলথ ভিজিটরকে জিজ্ঞাসা করুন।  
<https://www.nhsggc.scot/vitamind/>  
এ ভিজিট করুন



餵哺母乳的婦女和3歲以下兒童可**免費**獲得  
維他命D補充劑—在您的本地藥房提供。

詳情可向您的健康探訪員查詢，或瀏覽：

<https://www.nhsggc.scot/vitamind>



**مفت** ضمیمه اضافی ویتامین دی (D) برای زنان شیرده و  
کودکان زیر 3 سال - در داروخانه/درملتون محلی شما موجود  
است.

برای معلومات اضافی با بازدید کننده طبی تان در تماس شوید، یا  
بازدید کنید به:

<https://www.nhsggc.scot/vitamind>



مکمل های **رایگان** ویتامین D برای زنان شیرده و کودکان  
زیر 3 سال در داروخانه محل شما موجود است.

جهت کسب اطلاعات بیشتر از ویزیتر سلامت خود پرس  
وجو کنید یا به وبسایت زیر مراجعه نمایید:

<https://www.nhsggc.scot/vitamind>



Suppléments de vitamine D **GRATUITS** pour les  
femmes qui allaitent et les enfants jusqu'à 3 ans -  
disponibles en pharmacie.

Parlez-en à votre puéricultrice (*health visitor*) ou  
consultez <https://www.nhsggc.scot/vitamind>



स्तनपान कराने वाली महिलाओं और 3 साल से कम आयु के  
बच्चों के लिए **मुफ्त** विटामिन डी पूरक - स्थानीय फार्मसी में  
उपलब्ध हैं।

अधिक जानकारी के लिए अपनी हैल्थ विज़िटर पूछें या

<https://www.nhsggc.scot/vitamind> पर जाएं



ጡታዎን ለማቆይ ለሆኑ ሴቶች (D) **ብዙሃን** ቫይታሚን ዲ ለጡት ለማያጠቡ ሕፃናት  
3 ዓመት - ለደንበኞች ስጦታ ይሰጣል።

ጊዜያዊ ጥያቄ ለሆኑ ሴቶች ለጡት ለማያጠቡ ሕፃናት ለሆኑ ሴቶች  
<https://www.nhsggc.scot/vitamind> ላይ ይጎብኙ





**FREE** Vitamin D supplements for breastfeeding women and children under 3 years old – available at your local pharmacy.

Ask your health visitor for more information, or visit: <https://www.nhsggc.scot/vitamind>



为哺乳期妇女和 3 岁以下儿童提供的**免费**维生素 D 增补剂 – 可在您的当地药房领取。

请向您的健康家访员 (health visitor) 咨询更多信息, 或访问: <https://www.nhsggc.scot/vitamind>



**BEZPŁATNE** suplementy witaminy D dla kobiet karmiących piersią i dzieci do lat 3 – dostępne w miejscowej aptece.

Dalsze informacje można uzyskać od pielęgniarki środowiskowej lub na stronie: <https://www.nhsggc.scot/vitamind>



ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ 3 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ **ਮੁਫਤ** ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਪੂਰਕ - ਸਥਾਨਕ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਹੈਲਥ ਵਿਜ਼ਟਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਜਾਂ <https://www.nhsggc.scot/vitamind> 'ਤੇ ਜਾਓ



**GRATIS** Vitamina D pentru femeile care alăptează la sân, și pentru copiii până la 3 ani - disponibilă la farmacia locală.

Cereți informații la asistenta de comunitate, sau accesați: <https://www.nhsggc.scot/vitamind>



**ZDARMA** výživový doplnok vitamín D pre tehotné ženy a deti mladšie ako tri roky – dostupný vo vašej lekárni.

Požiadajte terénneho zdravotného pracovníka o viac informácií alebo navštívte: <https://www.nhsggc.scot/vitamind>



**BILAASH** Siyaadiyeyasha Fiitamin D ee loogu talagalay haweenka ilme naasnuujinaya iyo carruurta ka yar 3 jir – ka diyaar ah farmashiida xaafaddaada.

Macluumaad dheeraad ah weydii booqdaahaaga caafimaadka (health visitor), ama booqo: <https://www.nhsggc.scot/vitamind>



தாய்ப்பால் அளித்து வரும் பெண்கள் மற்றும் 3 வயதுக்கு கீழாக உள்ள

குழந்தைகளுக்கு **இலவச** வைட்டமின் டி சப்ளிமென்டுகள்-உங்கள் பார்மசியில் கிடைக்கின்றன.

மேலதிக தகவல்களுக்கு உங்கள் ஹெல்த் விசிட்டரிடம் கேளுங்கள், அல்லது இந்த இணையதளத்திற்கு வருகை தாருங்கள்: <https://www.nhsggc.scot/vitamind>



ንዜጉብዋ አንስትን ንትሕቲ 3 ዓመት ዝዕድሚኦም ቁልዑን ዚኸኸውን **ብናጻ** ቫይታሚን ዲ - ኣብ ኸባቢኻ/ኺ ኣብ ዝርከብ ፋርማሲ ክርከብ ይከኣል እዩ። ተወሳኺ ሓበሬታ ንምርካብ ንበጻሒ ጥዕናኻ/ኺ ሕተቶ/ትዮ። ወይ ን <https://www.nhsggc.scot/vitamind> ተወከሱ/ሱ።



سینے سے دودھ پلانے والی خواتین اور 3 سال سے کم عمر بچوں

کے لیے **مفت** وٹامن ڈی سپلیمنٹ [کمی پوری کرنے والی حیاتین] - آپ کی مقامی فارمیسی پر دستیاب ہیں۔

مزید معلومات اپنے ہیلتھ ویژٹر سے حاصل کریں <https://www.nhsggc.scot/vitamind>

