

في الحديقة



حين اللعب والتنقل والتجوال

- استعلمي قياد الأطفال المتجه إلى الأمام في السيارة إلى أن يكبر الطفل أو يصبح وزنه حوالي ١٨ كلغ. وإذا نقل إلى مقعد مرفوع حين بلوغه ١٤ كلغ، استعلمي المقعد في وسط مقعد السيارة الخلفي مع قيد بشكل حرف "H".
- لا تترك الطفل بمفرده أو دون إشراف داخل السيارة أبداً. خذي طفلك معك حتى وإن كنت ستغادري السيارة لبرهة قصيرة.
- تنهيه لأخطار المياه. فالنوافر، الجداول، السدود وأحواض السباحة تعرض الطفل لإحتمال خطر الغرق. يجب ألا يفارق الطفل عينيك حينما يلعب قريباً من الماء.
- أمسكي يد طفلك دائماً بالقرب من الطريق وإبدئي تعليمه بأن يقف، ينظر، يصغي ويفكر.

- دائماً قوموا بالإشراف على طفلكم وهو قرب الماء
- يستلزم القانون في ولاية فيكتوريا أن تكون كافة أحواض السباحة و spas الخاصة مسيجة حفاظاً على السلامة وتوصي مؤسسة كيدسايف (Kidsafe) بأن يكون هناك سياج عازل مع أقفال يمكن تعديل شدتها تقفل بشكل تلقائي مع مسكة أمانة مغناطيسية على البوابة لا يمكن أن يطالها الطفل.
- لبسوا الطفل قبعة وأكمام طويلة واستعملوا كريم واق من أشعة الشمس يناسب الأطفال الصغار. اطلبوا من الصيدلاني أن يساعدكم في هذا الأمر.
- راقبوا أطفالكم وهم يلعبون مع الكلاب.
- اشترتوا أو ابنوا أدوات اللعب التي تستوفي شروط المعايير الأسترالية والتي تناسب عمر الطفل وحجمه ومرحلة نموه.
- ضعوا مواد أو أشياء تحت مواد اللعب لكي تحمي الطفل إذا وقع وتخفف من إصابته بأذى.
- لبسوا الطفل ملابس يكون خطر احتراقها قليل من أجل تخفيف خطر التقاط النار والاشتعال.
- ضعوا أدوات رش الحشيش والنشارة ومواد التسميد وأدوات الحديقة في خشبية/مكان مقفل.
- أبعادوا كل الأشياء غير اللازمة من الحديقة.
- تأكدوا من أن يضع طفلكم حوزة الأمان عندما يركب على الدراجة الثلاثية العجلات أو اللوح المتزلق "سكوتر" أو الدراجة بعجلتين.
- تأكدوا من ألا يلعب الطفل في مدخل المنزل أو على الرصيف أو الطريق.



safe kids now إرشادات عامة حول السلامة

- ٨ دعوا الأطفال بعيداً عن الكلاب أثناء إطعامها.
- ٩ اشترتوا فقط الألعاب التي تناسب عمر الطفل ونموه.
- ١٠ كونوا قدوة حسنة لأطفالكم وامسكوا بأيديهم على الطريق وأطيعوا إشارات المرور وتحذروا عن الوقت المناسب لكي تعبروا الشارع وكيف ومتى تقرررون القيام بذلك.

للحصول على معلومات إضافية

ممرضة صحة الأمومة والطفولة في منطقتكم

خط صحة الأمومة والطفولة على مدى ٢٤ ساعة

١٣ ٢٢ ٢٩

٩٦٩٦ ٠٠٠٠

١٣٠٠ ٣٦٧ ٤٢٨

٨٨٤٣ ٢٠٠٠

٨٨٤٣ ٢٠٠٠

٨٨٤٣ ٢٠٠٠

- ١ احرصوا على معرفتكم بمهارات التنفس الاصطناعي لإنعاش القلب والرئتين.
- ٢ قوموا بإصاق بطاقة تحتوي على معلومات الإنعاش على سياج حوض السباحة.
- ٣ ضعوا أرقام الهواتف لخدمات الطوارئ قرب التلفزيون تحسباً لحالات الطوارئ.
- ٤ تأكدوا من أن تكون اجهزة الأمان ومقعد الطفل في سيارتكم مناسبة لحجمه ووزنه ودعوا إحدى محطات تركيب وتعديل جهاز الأمان في السيارة أن تتفحصها.
- ٥ ضعوا سياجاً حول المكان الذي يلعب فيه الطفل وليكن هذا المكان في الظل وبعيداً عن مدخل المنزل حيث تدخل السيارة.
- ٦ اشترتوا أو اصنعوا خزنة يمكن قفلها وقوموا بتخزين كافة المواد الكيميائية الخطرة لمنع الطفل من الوصول إليها.
- ٧ أسألوا البلدية عما إذا كان سياج حوض السباحة والبوابة التي تقفل لوحدها تفي بالشروط القانونية والأنظمة.

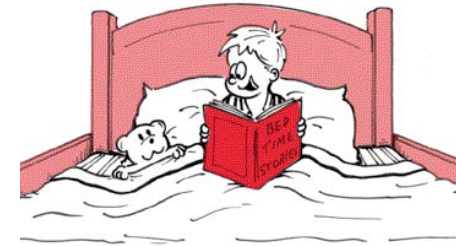
الإستحمام

- إفرضي حظراً على وجوده في الحمام أزاء عدم الإستعمال. أغلقي الباب.
- لا تتركي طفلك بمفرده دون إشراف في حوض الإستحمام.
- إحرصى دائماً على تعبئة الحوض بالماء البارد أولاً وأخيراً ثم امزجها بالماء الساخن للتأكد من حرارة معتدلة.
- إحرصى على عدم ترك أي تجهيزات كهربائية بمتناوله أو قريباً من حوض الإستحمام.



النوم

- سيبدأ طفلك بتسلق السرير للخروج منه. لربما أن الأوان كي تنزلي الجوانب المرفوعة أو نقل الطفل إلى سرير عادي.
- إن الأسرة التي تترك فوق بعضها غير مصممة للأطفال كي يلعبوا عليها ولا يوصى بها للأطفال دون ٨ سنوات من العمر.
- تفقدي بطاريات جهاز الإنذار ضد الدخان في غرفة النوم دورياً.
- قومي بتركيب إنارة ليلية تتيح لطفلك الذهاب إلى المراحيض بثقة خلال الليل.



في البيت

- اشترتي الألعاب المناسبة لعمر طفلك.
- إحرصى على إيداع كافة المواد السامة في مكان آمن - ويستحسن أن تكون في خزنة يقفل لا يستطيع الطفل فتحه ويكون على إرتفاع ١.٥ متر على الأقل.
- استعلمي زجاج الأمان في النوافذ المتدنية والأبواب أو استعلمي الرقاقة اللاصقة التي تمنع اندثار وتهشم الزجاج.
- قومي بوضع ضمامات واقية على الزوايا الحادة في المفروشات.
- إعلمي أن الأصابع الصغيرة قد تبتتر إذا علقت داخل مفاصل الأبواب - ضعي موانع غلق الأبواب أو استعلمي ما يردع دخول الأصابع في المفاصل.



مهارات يتعلمها طفلك

- إن طفلك ناشط الآن في إستكشاف بيئته ويريد القيام بكل شيء دون مساعدة أو تدخل من والديه. وسيبدأ طفلك بالعدو والقفز دون خوف من الإرتفاعات أو المخاطر. وستشغل رائحة ومذاق وأنسجة الأشياء هاجساً. وهذه هي المرحلة التي يتعرض ثلاثة من أصل كل أربعة أطفال للإصابة وكثيرين منهم للمكوث في المستشفى.

هجوم شائعة تتعلق بالسلامة

- إن الجزء العلوي من الجسم أثقل من بقية جسم الطفل وهذا ما يؤدي إلى عدم قدرته على التوازن والإخلال بسهولة.
- الدخول إلى الخزانات حيث توجد السموم والأدوية.
- تسلق المفروشات والقفز عنها والركض بإتجاه أشياء حادة تسبب الإصابة.
- إن إصابات حروق المياه الساخنة شائعة عند مجموعة العمر هذه جراء إمساك الطفل وسحبه لأواني طبخ أو أكواب ساخنة وإنسكاب محتويات الأواني عن الطباخ أو المنصة أو الطاولة.
- الوقوع من على تجهيزات الملاعب.
- الركض إلى الطريق خلف كرة أو ما شابه.

تناول الطعام

- استعلمي دائماً قيود الأطفال خماسية النقاط في الكرسي العالي.
- قومي بتحديد وإدراج سلوك ملائم لتناول الطعام لتهدئة طفلك أثناء تناول الطعام.
- يجب وضع الطفل قيد الإشراف حين تناوله الفشار (أبو شار)، السكاكر القاسية أو التشيبس.
- أما الفواكه الطازجة فيجب تقطيعها أو تشويرها إلى قطع صغيرة. لا يوصى بتناول المكسرات من قبل الأطفال دون ٥ سنوات من العمر.

