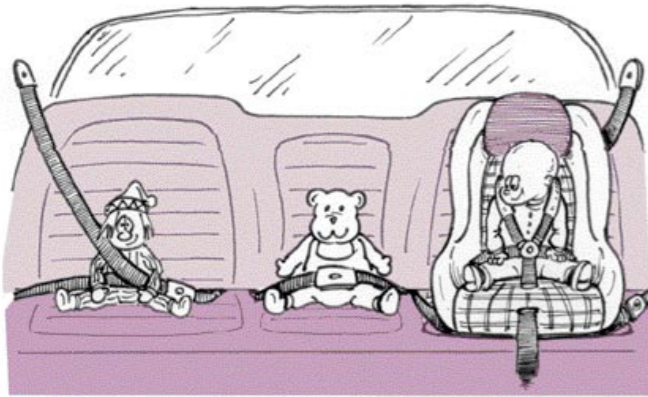


التجول والتنقل



في حديقة البيت الخلفية

- يجب تجنب التعرض المباشر للشمس ما بين ١١ صباحاً و٣ بعد الظهر حين يكون الخطر في أوجه. إستعملي مرهم الوقاية من الشمس وملابس خفيفة طويلة الأكمام وقبعة.
- إنصني منطقة مظلة سليمة للعب منفصلة عن حوض السباحة وممر السيارات أو مكامن الخطر الأخرى.
- تعرفي على النباتات السامة الموجودة في حديقتك وانزعها كلياً.
- قومي بوضع شبكة من الأسلاك على مواضع الزينة المائية كأحواض السمك مثلاً.
- أقفلي على كافة المبيدات الحشرية، وقود حصادة الحشيش والأعشاب، مبيدات الأعشاب الضارة بعيداً عن متناول الأطفال.
- عليك تشييد سوراً حول حوض السباحة مع بوابة تقفل ذاتياً تلي متطلبات المعايير الأسترالية. يمكن للبلدية المحلية إرشادك بهذا الخصوص.
- تفقدي سور حوض السباحة والبوابة دورياً وأبعدي أي شيء قد يكون مسنوداً على السور ويتيح لطفك أن يتسلق السور ليصل إلى حوض السباحة.
- عليك بتفريغ الأحواض الصغيرة كل مرة بعد الإستعمال وتخزينها بشكل قائم أو تفريغها من الهواء.



safe kids now

- ١ عليك وضع بطاقة تعليمات عن الإنعاش الرئوي القلبي (CPR) على سور حوض السباحة.
- ٢ إحصي على أن تكون قيود الطفل في السيارة مناسبة مع حجم ووزن طفلك. اطلبي من مهني متخصص تفقد عملية تركيب القيد.
- ٣ ضعي سوراً حول منطقة أمانة كي يلعب فيها طفلك الحابي على أن تكون مظلة ويعبده عن ممر السيارات.
- ٤ قومي بشراء أو تشييد خزانة يمكن قفلها وضعي كافة المواد الكيميائية الخطرة داخلها لتمنع وصول الطفل إليها.
- ٥ راجعي البلدية المحلية بخصوص سور حوض السباحة وبوابته للتأكد من أنها تلي متطلبات البناء.

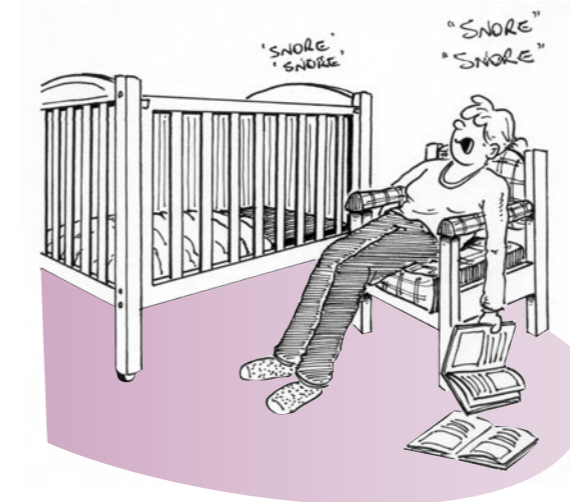
تناول الطعام

- إحصي دائماً على توثيق قيود الطفل في الكرسي العالي - يستحسن إستعمال قيد بخمس نقاط مزود برباط فوق الكتفين والخصر وما بين الرجلين.
- إسحقي أو اطيخي جيداً الأغذية القاسية. وتذكري إن الأطعمة الصغيرة القاسية قد تؤدي إلي إختناق الطفل الحابي.
- أشرفي دائماً على طفلك خلال تناوله الطعام.
- لا تحملي طفلك أبداً إذا كنت تمسكين شارباً ساخناً.
- فإنسكاب الشراب الساخن سيلحق أذى الحروق البالغة بالطفل



النوم

- يجب أن يرتدي الطفل ملابس متدنية إحتمال خطر الحريق. تفقدي وجود ملصقات خطر الحريق على ملابس النوم.
- يجب إزالة أي غرض قد يتيح لطفك أن يتسلق إلى خارج السرير.
- إنزعي الصدرية التي توضع تحت ذقن الطفل ورباط مصاصته قبل إستلقاء الطفل للنوم. قد تسبب هذه في الإختناق.



اثناء اللعب

- لا تتركي الطفل أبداً أن يلعب مع كلب العائلة بدون إشراف، خاصة خلال تناول الكلب الطعام.

الطفل الحابي يتعلم

سيصبح طفلك الآن أكثر قدرة على الحركة والتنقل وسيبدأ في المشي. كما إنه سيصبح كثير الفضول ويريد فتح الخزانات وتشغيل وإطفاء مفاتيح الكبس التفتيش عن أشياء موجودة لكن غير مرئية. ويريد طفلك في هذا السن «فحص» كل شيء عبر وضعه داخل فمه.

هموم شائعة تتعلق بالسلامة

- الإختناق بأطعمة غير ملائمة
- الوقوع من أعلى الكرسي العالي أو عربة التسوق أو عربة الأطفال الوقوع عن السلالم.
- الإصابة بحروق جراء فتح صنوبر المياه الساخنة في الحمام والإنزلاق فيه.
- سحب المقلاة إلى أدنى من على الطبخ.
- وصوله إلى السموم الخطيرة، الأدوية والمنظفات البيئية التي كانت بعيدة عن متناول يديه سابقاً.
- حروق ناتجة عن أجهزة التدفئة ومواقد التدفئة غير المزودة بحواجز السلامة والأمان.

الإستحمام

- قم بتركيب جهاز تسخين للمياه مع التحكم بالحرارة. يجب ألا تتعدى حرارة المياه الساخنة في الحمام ٥٠ درجة مئوية. تحدث إلى سمكري مرخص أو إلى جمعية السمكريين المعلمين للإرشادات.
- حين تعبئة الحوض، يجب تشغيل الماء البارد أولاً ثم الساخن ثم البارد مرة أخرى وامزج الماء للحصول على حرارة متساوية.
- لا تضع الطفل في الحوض بينما تقوم بتعبئة الحوض بالماء.
- عليك دائماً فحص حرارة المياه قبل إستحمام الطفل. يجب ألا تتجاوز حرارتها ٣٨ درجة مئوية.
- عليك دائماً البقاء مع الطفل حين الإستحمام. وإذا اضطرت إعادة الإنتباه إلى طبخة أو الرد على الهاتف أو على رنين جرس البيت، فعليك أن تأخذي طفلك معك.



- إستعمل قيود الطفل في السيارة في كل رحلة.
- لا تترك الطفل الحابي بمفرده في السيارة. إن الأعياء جراء الحرارة قد يترتب عنه عواقب غير محمودة.
- عليك إنزال الطفل من السيارة من جانب الرصيف.
- عليك الإشراف على الطفل أزاء إستعمال تجهيزات اللعب واللهو وإختيار الملائم منها نسبة لحجم ومستوى نمو الطفل.
- كن مدركاً لمكامن الخطر كأحواض السباحة غير المسيجة حين زيارة الأصدقاء.
- قد تعلق الأصابع الصغيرة داخل مفاصل عربات الأطفال وعربات (strollers).
- غالباً ما يسحب الأطفال الصغار الأدوية من محفظات اليد/الشنط - أبعدي محفظات يد الأخرى عن متناول أيديهم (خاصة شنطة جدة الطفل).

تلميحات عامة بخصوص السلامة:

- ٦ حددي بعض القوانين والأنظمة العائلية بشأن التواجد في حوض السباحة أو حواليه.
- ٧ أبعدي الأطفال الحباة عن الكلاب حين إطعام الكلاب.
- ٨ لا تشتري الألعاب إلا إذا كانت ملائمة لعمر ونمو طفلك.

للحصول على معلومات إضافية

ممرضة صحة الأمومة والطفولة في منطقتكم

خط صحة الأمومة والطفولة على مدى ٢٤ ساعة

بلديتكم المحلية للتعرف على أنظمة سياج حوض السباحة

الجمعية الملكية لإنقاذ الحياة في فكتوريا دورات تدريبية على الإنعاش

من خلال التنفس الاصطناعي والإشارات المتعلقة بحوض السباحة

٩٥٦٨ ٥٨٢٢

١٣٠٠ ٧٢٨ ٣٦٣

مركز السلامة في مستشفى الأطفال الملكي للمشورة المتعلقة

بالكلاب وتأثيرها على الأطفال

٩٣٤٥ ٥٠٨٥