

## Vještine koje dijete uči

Dijete vam postaje sve više samostalno i sve se više upušta u avanture. Dijete u ovoj dobi jako malo razumije što je strah. Najdraža stvar mu je penjati se. Najbolji način kako spriječiti ozljede je imati dijete stalno na oku.

## Česti razlozi za zabrinutost

- Pad s bicikla, romobila, penjalica na igralištu i u kući.
- Kod djece do pet godina starosti postoji velika opasnost od ugriza pasa i često im je u tom slučaju potrebno liječenje u bolnici.
- Bazen u vrtu je najveći krivac za smrt djece u dobi do pet godina.
- Opekotine zahtijevaju najduži boravak u bolnici i često ostavljaju ožiljke za cijeli život.
- Nesreće se često događaju kada djeca trče preko ceste ili se igraju pokraj ceste.

## Kod kuće

- Počnite učiti dijete kako treba paziti na svoju sigurnost kod kuće.
- Ne ostavljajte oko torbice i vrećice iz kupovine u kojima se nalaze proizvodi za osobnu higijenu, deterdženti i sredstva za čišćenje. Značajno dijete lako dođe do tih potencijalnih otrova.
- Držite lijekove visoko, izvan dohvata i pod ključem. Maloj djeci lijekovi izgledaju kao bombone. Šareni su i privlačni.
- Cigarete i upaljače držite izvan dohvata.
- Napravite plan evakuacije u slučaju opasnosti i redovito ga vježbajte.
- Naučite svoju djecu kako se treba **SPUSTITI NISKO** i **IĆI, IĆI, IĆI** ako se nađu u požaru i kako treba **STATI, SPUSTITI SE** i **VALJATI SE** ako im vatra uhvati odjeću.
- Koristite sigurnosno staklo na niskim prozorima i vratima ili film za sprječavanje rasprskavanja stakla.
- Zamijenite razbijena stakla sigurnosnim staklom.



## U igri

- Odaberite opremu za igru prema dobi, veličini i razvojnoj fazi vašeg djeteta.
- Trampolini mogu biti opasni! Postavite trampolin u zemlju i stavite štitnike preko opruga. Postavite pravilo: 'Jedno po jedno dijete'
- Kupite djetetu kacigu. Pobrinite se da kaciga bude pravilno postavljena i zahtijevajte da je dijete nosi svaki puta kada vozi bicikl, dasku ili romobil.
- Stavite ispod opreme za igru materijal koji dobro apsorbira udar.
- Uklonite niske grane u visini djetetovih očiju sa stabala i grmlja.
- Oblačite djetetu odjeću koja nije zapaljiva.
- Učite dijete kako se treba igrati s psom na siguran način. Pazite da djeca ne budu blizu pasa kada se psi hrane.



## Na ulici

- Uvijek držite dijete za ruku kada ste u blizini ceste i objasnite djetetu na što treba obratiti pozornost.
- Učite dijete da **ZASTANE, POGLEDA, POSLUŠA** i **RAZMISLI**.
- Nikada ne dopustite djetetu da po cesti vozi bicikl, romobil ili dasku.



## U autu

- Nikada ne ostavljajte dijete samo u autu. Temperatura u autu može narasti za više od 30°C u roku od 15 minuta. Kada izađete iz auta, povedite dijete sa sobom - čak i ako ste izašli samo na kratko.
- Koristite pravilnu opremu za vezivanje prilikom svake vožnje - oprema za vezivanje okrenuta prema naprijed je prikladna dok dijete ne izraste iz nje ili ne dostigne težinu od 18kg.
- Dobro provjerite odgovaraju li remeni za vezivanje vašem djetetu. Ako dijete ima na sebi laganu ljetnu odjeću, možda ćete morati pritegnuti remenje.
- Redovito dajte djetetu puno hladne tekućine kako bi se izbjegla dehidracija.
- Obucite prikladno djecu kako biste omogućili slobodno cirkuliranje zraka oko tijela.



## KORISNI SAVJETI PRILIKOM KUPOVINE DJEČJE KACIGE ZA BICIKL

Pripremio **ROSEBANK**. Uz potporu Kidsafe Kako ću znati koja veličina kacige odgovara mom djetetu?

- Izmjerite trakom ili krojačkim metrom obim djetetove glave iznad očiju i ušiju.
- Pogledajte koje su mjere kaciga i nađite onu koja ima odgovarajuće mjere.

Na što trebam obratiti pozornost kada kupujem djetetu kacigu?

- Kao najvažnije, potražite etiketu na kojoj, po australskom standardu, ima "5 kvačica". To se obično vidi na kutiji u kojoj je kaciga. Ta etiketa govori da je kaciga prošla rigorozno testiranje i ispunjava uvjete zaštite propisane Australijskim državnim zakonima na cestama. Sve kacige ne udovoljavaju tim standardima.
- Postoji li dodani dio za pokrivanje glave djeteta, osobito za malu djecu.
- Jako mala djeca, mlađa od godinu dana, možda nemaju dovoljno snage u vratnim mišićima da mogu nositi kacigu, zato za savjet pitajte pedijatra.
- Jarke boje povećavaju mogućnost da djete vide drugi biciklisti, pješaci i, što je najvažnije, vozači automobila.
- Savjetuje se također da kaciga ima dobru ventilaciju kako se glava ne bi pregirjavala.
- Korisni su dodatni jastučići za podstavu, osobito kako dijete raste, jer njima se može produžiti korisnost kacige.
- **VAŽNO!** - Nijedna kaciga ne može zaštititi od svih mogućih udara, zato, da bi se postigla maksimalna zaštita, kaciga mora dobro nalije-gati i mora biti dobro pričvršćena.



## safe kids now Opći savjeti za zaštitu sigurnosti

1. Podučite dijete osnovnim stvarima o vodi i naučite ga plivati. Upišite dijete na stručni tečaj plivanja.
2. Kupite kacigu, jastučice za laktove i koljena i štitnike za ruke u zglobovima da zaštitite dijete kada vozi male igračke s kotačićima.
3. Upišite se u neki od mnogobrojnih programa poduke o požarima koje vodi Melbourne Metropolitan Fire and Emergency Board.
4. Počnite raditi na uvođenju zdrave prakse i ponašanja na cestama.
5. Pripremite obiteljski plan u slučaju požara.
6. Provjerite u mjesnom općinskom uredu ispunjavaju li tražene uvjete ograda koju imate oko bazena i vrata na ogradbi koja se sama zatvaraju.
7. Postavite pravila za korištenje bazena i ponašanje oko bazena.
8. Postavite pravilo da djeca moraju biti podalje od pasa kada psi jedu.
9. Kupujte samo igračke koje odgovaraju dobi i razvoju vašeg djeteta.

## Za više obavijesti

Medicinska sestra iz Mjesnog službe za majku i dijete (Maternal and Child Health)	
24-satna telefonska služba za zdravlje majke i djeteta (Maternal and Child Health Line)	13 22 29
Centar za zaštitu u sklopu Dječje bolnice (The Royal Children's Hospital Safety Centre) za savjete o raznim proizvodima koji su sigurni za dijete	9345 5085
Centar za obavijesti o otrovima u hitnim slučajevima	13 11 26
VicRoads za savjete o odabiru i korištenju opreme za vezivanje	1300 360 745
Little's Child Restraint (za stručno postavljanje i servisiranje)	1300 728 363
Spasiteljska udruga (Royal Life Saving Society of Victoria) za tečajeve o pružanju umjetnog disanja i o znakovima za bazen	9568 5822
St John's Ambulance za niz raznih tečajeva prve pomoći	13 13 94