



### في البيت

- يتوجب أن يُبعد عن مُتناول الطفل:
- الأدوية والفيتامينات
- المواد الكيميائية ومواد التنظيف
- عيدان الثقاب والولاعات
- المشروبات الكحولية والمواد المسكرة/المخدرة الأخرى
- سجائر الدخان والسعوط والمنتجات البديلة للنيكوتين
- يتم الاحتفاظ مواد الغسيل والتنظيف والمواد الكيميائية الأخرى في علبيها أو مُغلفاتها الأصلية.
- نباتات الزينة المنزلية غير سامة.
- يوجد على الأدراج الداخلية:
- مانعات الانزلاق
- والأسوار (الدرابزينات) ذات الأعمدة القائمة والكثيفة بما فيه الكفاية.
- التدرج على الحركة على الأدراج، ولا يجوز الجري أو اللعب على الأدراج.
- يتوجب أن يكون في كل طابق جهاز إنذار الحريق واحد يعمل على الأقل، عن مساحة ٦٠ متر مربع.
- يتوجب التحقق من فعالية عمل جهاز إنذار الحريق مرة واحدة شهرياً.
- يتوجب أن تكون مقابس الكهرباء محمية بشكل آمن أو محمية بسدادات.
- يتوجب أن تكون أسلاك الكهرباء مربوطة وبعيدة عن متناول الأطفال، ويتوجب أن تكون الوصلات الكهربائية نظيفة من الغبار وألا تكون موصلة بالتوالي.

- يتوجب أن يكون على الشبابيك ماسك للوقاية من السقوط.
- توجد عوائق للانزلاق تحت السجادات.
- يوجد في الجهة الخارجية من باب المرحاض وباب غرفة الحمام قفل يجعل فتح الباب مُمكناً من الخارج.
- الصنابير منظم للحرارة وصنابير آمنة.
- توجد على أرضية الحمام وفي حوض الحمام موانع للانزلاق.
- يتوجب دائماً إفراغ حوض الحمام أو حوض حمام الجاكوزي بعد استعمالها، وتغطية حوض "برميل" أو بانيو الاستحمام بعد الاستعمال.
- يوجد حاجز للأمان حول جهاز تسخين الساونا، ولا يجوز تجفيف الملابس بجوار جهاز تسخين الساونا الحار.
- يتوجب التحقق من حالة الأجهزة الكهربائية للمنزل كالمصابيح، بحيث تكون آمنة (وجود علامة - CE عليها).
- يتوجب الاحتفاظ بالسكاكين والخناجر الحادة وكذلك أدوات العمل الأخرى بعيداً عن مُتناول الطفل.
- يتم التدرج معاً مع الشخص الكبير على التعامل مع اللهب وعلى استعمال الأجهزة الكهربائية وكذلك استعمال السكاكين ومعدات العمل.
- نركز على أن يكون تدريب الطفل للمهارات الجديدة في حضور الشخص الكبير فقط.

### في الفناء

- معدات اللعب الموجودة في الفناء كالمراجيح ومعدات التسلق آمنة، ويتم التحقق من أنها في حالة جيدة بانتظام.
- يتوجب حماية مكان لعب الأطفال من حركة المرور ومن أشعة الشمس الشديدة.
- يُحمى الطفل من أشعة الشمس من خلال الملابس المناسبة وبتحديد الموعد المُناسب للتجول في الهواء الطلق وبالكريمات الواقية.
- ألا تكون ملابس الطفل قابلة للتشبث بمعدات الألعاب (على سبيل المثال ألا تكون هناك خيوط في طاقية السترة).
- أن يقفز طفل واحد فقط في المرة الواحدة في المُنطَّة (ترامبولين)، وأن يكون حول المُنطَّة شبكة آمنة.
- الاتفاق مع الطفل بشأن الأماكن التي يجوز التجول فيها عندما يتجول في الهواء الطلق.
- يستعمل الطفل المعدات الواقية الملائمة أثناء ممارسة جميع الأصناف التي تتطلبها (على سبيل المثال التزلج على الجليد بحذاء التزلج والتزلج الإنداري وقيادة الدراجة والتزحلق على لوح التزحلق).
- يتوجب خلع خوذة الدراجة بعد استعمالها قبل الانتقال إلى الألعاب.
- يتوجب تغطية حوض "برميل"/بانيو الاستحمام وحاويات/أحواض المياه المُحتملة الأخرى مباشرةً بعد الاستعمال.

## الأمان لطفلك

قائمة التحقق للأطفال ٤ - ٦ سنوات

خبيرة الحوادث للمضمون مديرة التطوير أولّا كوربيلاهتي (Ulla Korpilahti)، مؤسسة الصحة والرفاهية.

برنامج الأمان للأطفال وللشباب: thl.fi/lastenturvallisuusohjelma

الرسومات أنتي ميتسارانتا (Antti Metsäranta)

تعلموا معاً على ملاحظة و التعرف على أماكن الخطر. فكروا في أطباع آمنة للعمل والفعاليات في الحالات الخطرة أو الحالات التي وقوع الخطر يكون وشيكاً أثناءها.

## ولي أمر الطفل والقريب

اعتني بقدرتك على الاستمرار وتحدث عن الأمور التي تُقلقك مع المقربين و/أو على سبيل المثال مع استشارات الأمومة والطفولة.

لفت الانتباه لاستعمالك الشخصي لوسائل الإعلام وللأجهزة الذكية في حضور الطفل.

إذا واجهت مواد أو حوار من خلال الإنترنت غير ملائم، فيمكنك الإبلاغ عن ذلك على سبيل المثال إلى الشرطة: [poliisi.fi/nettivinkki](http://poliisi.fi/nettivinkki)

إذا شعرت بعدم الأمان أو بالعنف، فتواصل مع رقم الطوارئ ١١٢ أو في الحالات غير المُستعجلة، مع الهواتف المُساعدة الأخرى، على سبيل المثال مع نولالينيا 080 005 005 (Nollalinja) أو مع هاتف الأزمات للجمعية الفنلندية للصحة النفسية 010 195 202.

- أن يكون لدى الطفل في مختلف الأحداث إسورة المعصم باسم الطفل وبيانات الوالدين أو ما شابه ذلك، حيث أن ذلك يزيد من الأمان.
- تعليم الطفل على أخذ الآخرين بعين الاعتبار، والاعتناء بأمنه وبأمن الآخرين أيضاً.
- أن يتم الاستماع إلى الطفل والاهتمام بمشاعره وأفكاره. تقبل الطفل كما هو، وتربيته من خلال تشجيعه.
- يتمكن الطفل من الاستماع بالتدليل الآمن، وبالألفة وبوجودكم معاً.



People only have one life  
KOTITAPATURMA.FI



## الإسعاف الأولي

- تم تخزين في جهاز الهاتف النقال:
  - رقم الطوارئ 112 أو تطبيق (112 Suomi)، إذا كان هناك هاتف ذكي مُتاح للاستعمال.
  - رقم الهاتف المجاني لمركز بيانات التسمم 0800 147 111 (مُتاح على مدار الساعة).
- يستطيع الطفل طلب مساعدة الشخص الكبير في حالة الطوارئ ويستطيع الاتصال برقم الطوارئ 112.
- التأكد من أن تجهيزات الإسعافات الأولية للبيت كافية (من الممكن الحصول على المساعدة من الصيدلية أو من استشارات الأمومة والطفولة).

## أمور أخرى:

- تم الاتفاق مع الطفل بخصوص الضوابط والنظم المشتركة المتعلقة باستعمال الأجهزة المعلوماتية (الكمبيوتر اللوحي، الهاتف الذكي، التلفزيون، الألعاب).
- تم تعليم الطفل الاستعمال الآمن للإنترنت، وتم إبلاغه عن طرق التعامل في حالة مواجهته هناك لمحتوى مُزعج.
- نشجع الطفل على التجول والحركة، ونعلمه مهارات الأمان: بما في ذلك قيادة الدراجة وضوابط ونظم السير وحركة المواصلات.
- أن يكون البيت على علم بتحركات الطفل وأماكن تواجده، وأن يكون قد تم الاتفاق معاً بشأنها.

## أثناء حركة المواصلات

- الطفل الذي يقل طوله عن 135 سم، يتجول بالسيارة دائماً وهو جالس في مقعد بحزام الأمان أو بالمقعد الرافع: مقعد حزام الأمان يحمي أيضاً من الجانب وهو خيار مُفضل عن المقعد الرافع.
- عندما يستخدم الطفل والشخص البالغ الدراجة، يتوجب أن يستعملوا خوذة الدراجة التي تم تثبيتها بشكل ملائم.
- توجد في ملابس الطفل وعلى دراجته عاكسات للضوء. تُحسن الرؤية عند اللزوم بالسترات العاكسة للضوء.
- استخدام مصباح الدراجة دائماً عند التجول في الظلام وعندما تكون الإضاءة خافتة.
- نُعلم الطفل كيفية السير أثناء حركة المرور بشكل آمن، ويتعامل الشخص الكبير كمثال يُقتدى به.
- تقييد السرعة في المنطقة السكنية يتوجب أن يكون مُنخفضاً بما فيه الكفاية.

## في الماء

- عند الحركة في الماء، يتوجب أن يستعمل الطفل والأشخاص الكبار سترات الإنقاذ دائماً.
- يتوجب مراقبة الطفل دائماً حول الماء: العوامات أو ألعاب دمي السباحة لا تُعتبر معدات للأمان.
- نُعرف الطفل على الماء ونعوده عليه من خلال اللعب.

يشب الصغار على ما هو عليه الكبار! تذكر أن تعلم المواقف والتوجهات يبدأ في سن مُبكرة.

تعلم مهارات الإسعاف الأولي في حالة الطوارئ، واحرص على أن تكون معدات الإسعاف الأولي مُعاصرة (جاهزة)! من الممكن أن يكون الوقت المُتاح للعمل بضع لحظات، لذلك من المهم معرفة ما يتوجب فعله.

اقترّب من مستوى الأرضية، وأنظر إلى ما يراه الطفل: ما هي الأشياء المثيرة للاهتمام التي في متناول الطفل؟