

## النوم وعربات الأطفال وحالات الرعاية

- يتم تنويم الطفل على ظهره للتقليل من خطر الموت المفاجئ.
- أسطح سرير الطفل الرضيع تكون قريبة بما فيه الكفاية من بعضها، بحيث لا يستطيع الطفل إخراج رأسه من بينها أو أن يتمكن من تسلق السرير للخروج منه.
- عندما يبدأ الطفل في تعلم الوقوف، يُبقى على الأجنحة الجانبية لسرير الطفل الرضيع إلى أعلى، وإنزال قاعدة سرير الطفل الرضيع إلى الأسفل.
- عدم وجود أي شيء على السرير أو على عربات الأطفال، بحيث يكون من الممكن أن يختنق منه الطفل أم يُشنق منه عند تقلبه (على سبيل المثال دمي الألعاب اللينة والوسادات والحبال).
- عدم إنزال سلة أو كيس حمل الطفل أو مقعد الأمان لحمل الطفل، على أي مكان آخر غير الأرضية.
- عندما ينام الطفل الرضيع في الخارج في عربة الأطفال، يتوجب وضعها في مكان بحيث لا تقع أو تتدرج فيه. تُستعمل في عربات جلوس ونوم الأطفال السُّيُور/أحزمة الأمان.
- يتوجب عند وضع عربات الأطفال في الخارج أن تكون في ظل مكان محمي، بحيث لا ترتفع درجة حرارتها في الداخل بقدر زائد عن الحد، ويتم حماية العربات في الخارج بالشاش أو بشبكة الحماية بسبب الحشرات والكائنات الأخرى.

- تتم مراقبة الطفل أثناء نومه في الخارج.
- لا يجوز ترك الطفل ولا للحظة واحدة بمفرده على طاولة الرعاية أو على الأريكة أو على مكان آخر، يكون مُعرض فيه للسقوط.
- يتوجب أن تكون طاولة الرعاية ثابتة ومحكمة وذات حافة مرتفعة.
- لا يجوز ترك الطفل حول التلفزيون: قد يؤدي فيض المُنبهات غير المُفلتر إلى الإضرار بتطور أعصاب الطفل.
- يتوجب التعامل مع الطفل بحذر وبلين وهدوء ولا يجوز هزه أبداً.

## المطبخ

- يتوجب إبعاد عن متناول الأطفال الأشياء الحارة والحادة والثقيلة وكذلك مواد الغسيل السامة الموجودة على أسطح المطبخ.
- يتوجب أن تكون هناك أغطية للأمان لصناديق المطبخ التي تحتوي على مواد حادة.
- يتوجب أن تكون مفاتيح الفرن والمواد محمية، وأن يُجعل وصول الطفل للنظر إلى الموقد ممنوعاً من خلال واقى الموقد.
- ألا يكون تسلق الطفل لطاولة المطبخ أو للأسطح الأخرى مُمكناً.
- الحمام والساونا
- الصنابير في الحمام يتوجب أن تكون دائماً صنابير بمنظم للحرارة وصنابير آمنة.
- يتم التحقق دائماً من درجة حرارة الماء الذي يستحم فيه الطفل قبل الاستحمام.
- لا يجوز مُطلقاً ترك الطفل في حوض الحمام أو حوض الجاكوزي بدون مُراقبة، ويتوجب دائماً إفراغ حوض الحمام أو حوض حمام الجاكوزي بعد الاستحمام.

- يتوجب التأكد من درجة حرارة الطعام والشراب قبل تقديمه للطفل ليتناوله. استعمال ملعقة مُختلفة عند التدوق، للوقاية من انتشار تسوس الأسنان.
- يُقدم الطعام للطفل الصغير على هيئة صوص (هريسة) أو في عبوات كبيرة وهو في وضعية قائمة ثابتة لمنع خطر الاختناق.
- يتوجب أن يكون الكرسي الذي يجلس عليه الطفل عند تناول الطعام ثابتاً بشكل قوي، بحيث لا يتمكن الطفل من الوقوف عليه.
- يتوجب مراقبة الطفل عندما يكون جالساً على كرسي تناول الطعام.
- لا يتوجب الإبقاء على الطفل في الحضان أو كيس أو شاش الحمل، في نفس الوقت الذي يتم التعامل أثناءه مع مشروبات أو طعام حار أو يتم استعمال السكين أو المقص.

- توجد على الأرضية وفي حوض الحمام موانع للانزلاق.
- يوجد حاجز للأمان حول جهاز تسخين الساونا، ولا يجوز تجفيف الملابس بجوار جهاز تسخين الساونا الحار.

## دمى الألعاب

- تم التحقق من ملائمة دمي الألعاب للطفل الذي يقل عمره عن سنة واحدة (1).
- لا يوجد في دمي الألعاب للطفل: أجزاء صغيرة قابلة للانفصال
- حبال أو أشرطة
- كرات أو خرزات صغيرة
- مغناطيسات و/أو بطاريات دائرية صغيرة
- التحقق من حال دمي الألعاب والنهاية
- (مصاصة الطفل الصغير) بانتظام، ويتوجب إزالة تلك المعطوية.
- التحقق من نظافة دمي الألعاب والنهاية وغسلها بانتظام.

# الأمان لطفلك الرضيع

قائمة التحقق للأطفال الذين تقل أعمارهم عن سنة واحدة (1)

خبيرة الحوادث للمضمون مديرة التطوير أّلا كوربيلاهتي (Ulla Korpilahti)، مؤسسة الصحة والرفاهية.  
برنامج الأمان للأطفال وللشباب: thl.fi/lastenturvallisuusohjelma  
الرسومات أنتي ميتسارانتا (Antti Metsäranta)



## يشكل عام في البيت

يتوجب أن يُبعد عن مُتناول الطفل:

- الأشياء الصغيرة التي تسد مسار الجهاز التنفسي
- أكياس البلاستيك
- الأدوية والفيتامينات
- المواد الكيميائية ومواد التنظيف
- سجائر الدخان والسعوط والمنتجات البديلة للنيكوتين
- عيدان الثقاب والولاعات
- المشروبات الكحولية والمواد المسكرة/المخدرة الأخرى
- دمي الألعاب وأمتعة الإخوة والأخوات الأكبر سناً
- لا يجوز تناول الأدوية على مَرَأى الطفل.
- يتم الاحتفاظ بمواد الغسيل والتنظيف في علبيها أو مغلقاتها الأصلية.
- نباتات الزينة المنزلية غير سامة.
- يوجد على الأدراج الداخلية:
- أدراج آمنة عالية بما في الكفاية في الأعلى والأسفل
- مانعات الانزلاق
- والأسوار (الدرابزينات) ذات الأعمدة القائمة والكثيفة بما فيه الكفاية.
- يتوجب أن يكون هناك جهاز إنذار الحريق في كل طابق، والتحقق شهرياً من عمل بطاريات أجهزة إنذار الحريق.
- 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 مماسك للوقاية من السقوط، ويتوجب الإبقاء على الشبابيك مغلقة طالما كان ذلك ممكناً.

## في الفناء

- لا يجوز ترك الطفل في الفناء بدون مراقبة.
- يتوجب إفراغ حاويات المياه وأحواض المياه من الماء بعد الاستعمال: من الممكن أن يغرق الطفل في ماء عمقه بضعة سنتيمترات، إذا كان وجهه في اتجاه الماء.
- يتوجب الإبقاء على حوض "برميل" أو بانينو الاستحمام مغطياً بعد الاستعمال.
- أثناء حركة المواصلات
- يتوجب أن يكون حزام الأمان مربوطاً دائماً في مقعد الأمان عندما يتجول الطفل بالسيارة، بحيث يكون:
- تتناسب مقاساته مع حجم ووزن الطفل
- تم تركيبه وفقاً للإرشادات وظهر الطفل في اتجاه السير.
- تم التأكد من القيود المتعلقة بالوسائد الهوائية للسيارة.
- تم التأكد من البائع بخصوص الاستعمال السابق لمقعد الأمان الذي تم شراؤه مُستعملاً (على سبيل المثال حالات حوادث السيارات والصدمات).
- لا يجوز ترك الطفل النائم بمفرده في السيارة.
- عندما يركب الطفل على الدراجة، يتوجب أن يكون مثبتاً في مقعد الأمان.
- عندما يستخدم الطفل والشخص البالغ الدراجة، يتوجب أن يستعملوا خوذة الدراجة التي تم تثبيتها بشكل ملائم. يتوجب استعمال مصباح الضوء عند السير بالدراجة عندما يكون الضوء خافتاً أو في الظلام.
- يتوجب أن يكون في عربات جلوس ونوم الأطفال وكذلك في ملابس الأطفال والأشخاص البالغين عاكسات للضوء، وعند اللزوم السترات العاكسة للضوء التي تُحسن الرؤية.
- يتوجب أن يستعمل الطفل والأشخاص الكبار سترات الإنقاذ دائماً عندما يتحركون على الماء.

## أمور أخرى:

- يتوجب أن يكون الطفل مُثبتاً في عربة الشراء في المكان الآمن أو المقعد الآمن المُخصص له.
- لا يجوز ترك الطفل ولو حتى للحظة بدون مراقبة، ويتوجب رصد مكان وجوده وتحركاته طوال الوقت.
- لا يجوز ترك الطفل بمفرده مع الحيوانات.
- يجوز للطفل الاستمتاع بالحضور الآمن لولي الأمر وحنانه وصحبته.
- تشجيع الطفل على الحركة لتقوية مهاراته الحركية، والسعادة عند زيادة المهارات.

## 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 والأجهزة الذكية في حضور الطفل.

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.



اقترُب من مستوى الأرضية،

وأُنظِر إلى ما يراه الطفل:

ما هي الأشياء المثيرة للاهتمام التي في متناول الطفل؟

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.

يشب الصغار

على ما هو عليه الكبار!

تذكر أن تعلم المواقف والتوجهات يبدأ في سن مُبكرة.