

نصائح لجعل منزلك أكثر أمانًا للأطفال الصغار



416.338.7600
toronto.ca/health

TORONTO
Public Health

كن مستعدًا

- اتصل على رقم **911** في حالة الطوارئ
- احفظ أرقام الهواتف المهمة بما فيها:
← مركز أونتاريو للسموم
1-800-268-9017
← برنامج الصحة عبر الهاتف في أونتاريو
1-866-797-0000
وضع TTY (الكتابة عن بُعد): 1-866-797-0007
- احصل على عدة إسعافات أولية واعرف مكانها وكيفية استخدامها
- خذ دورة تدريبية في الإسعافات الأولية وإنعاش القلب

لمزيد من المعلومات

مركز تورونتو للصحة العامة
416-338-7600
وضع TTY (الكتابة عن بُعد): 416-392-0658
toronto.ca/health

Parachute Canada
منع الإصابات. الحفاظ على الأرواح.
parachutecanada.org، انقر على
"موضوعات الإصابات" Injury Topics

Health Canada
استفسارات عامة عن سلامة المنتجات
1-866-225-0709
حالات سحب المنتج والتحذيرات الحديثة
(بما في ذلك ألعاب الأطفال)
healthycanadians.gc.ca

**Canadian Partnership for Children's
Health and Environment**
www.healthyenvironmentforkids.ca

بموجب تصريح من بلدية واترلو الإقليمية (خدمات الصحة العامة
والطوارئ). متاح بتنسيقات يمكن الحصول عليها عند الطلب.

PH1702SS1225
Arabic

سلامة المنزل العامة

استخدم قائمة مراجعة وتحقق للأشياء التي تقوم بعملها بالفعل وضع دائرة على الأشياء التي ترغب في تجربتها.

تجنب الحروق

- قم بتنشيط حاجز أو بوابة مستوفد أمام المدفأة/مدفأة الغاز

تجنب الاختناق/ عدم القدرة على التنفس

- لا تترك أبدًا رضيعًا بمفرده عند تناول الطعام
- دائمًا راقب الأطفال عند تناولهم الطعام
- تجنب المأكولات صغيرة الحجم ودائرية الشكل (مثل المكسرات والسجق والعنب الكامل والحلوى الصلبة والفشار)
- اجعل أحبال الستائر المخفية بعيدًا عن متناول الأطفال
- اجعل الأكياس البلاستيكية بعيدًا عن المتناول أو مربوطة بأنشطة وعقد

تجنب حالات السقوط

- ضع مقاعد الأطفال على الأرض وليس على أسطح مرتفعة
- اجعل الأثاث وغيره من مخاطر التسلق بعيدًا عن النوافذ
- استخدم حواجز على النوافذ لمنع فتحها بما يزيد على 10 سم (4 بوصات)
- قم بتنشيط التلفاز وقطع الأثاث الطويلة بالجدار (مثل خزانة الكتب وخزانات الملابس)
- اجعل السلالم وممرات الأبواب خالية من المخلفات والسجاد غير المثبت بإحكام
- قم بتنشيط بوابات سلامة على الجدار عند أعلى السلالم وأسفلها

تجنب اندلاع الحرائق

- قم بتنشيط أجهزة للكشف عن الدخان وأول أكسيد الكربون في كل طابق من طوابق المنزل
- اختبر أجهزة الكشف بصفة دورية واستبدل البطاريات كل 6 أشهر
- لا تترك أبدًا أي شموع موقدة بدون مراقبة ويجب أن تكون بعيدة عن متناول الأطفال والحيوانات الأليفة وقطع الأثاث والستائر
- ضع الولاعات والقذات بعيدًا عن متناول اليد

تجنب التعرض للتسمم

- اجعل المواد الكيميائية ومنتجات التجميل والأدوية والبطاريات والمغناط ومنتجات التنظيف بعيدًا عن متناول اليد
- اجعل نباتات المنزل بعيدًا عن متناول اليد
- تحقق من عدم وجود رصاص (في المياه والطلاء) والحديد الصخري (الإسبستوس) في المنازل القديمة

تجنب التعرض للخدمات الكهربائية

- قم بتنشيط أغطية على مقابس المخرج الكهربائية غير المستخدمة
- ضع الأسلاك الكهربائية بعيدًا عن الأنظار خلف قطع الأثاث

المنتجات المستعملة

- تحقق من عدم انتهاء صلاحية المنتجات أو حظرها أو استدعائها من جانب مصنعها أو تعرضها للتلف
- اتبع تعليمات الشركة المصنعة فيما يتعلق بجميع المنتجات
- لا تستخدم ولا تقم بشراء مقاعد سيارات ذات تاريخ غير معروف
- لا تقم بشراء أو تستخدم أسيرة الأطفال بجوانب تنزل لأسفل



اجعل أطفالك تحت الرقابة دومًا في منزلك للحفاظ على سلامتهم

ازحف على يديك وركبتيك في محاولة تمثيلية لتنتظر إلى المنطقة من منظور الطفل وتزيل المخاطر المحتملة • استخدم قائمة مراجعة وتحقق للأشياء التي تقوم بعملها بالفعل وضع دائرة على الأشياء التي ترغب في تجريدها.

من أين تبدأ؟

- تعلم كيف يمكن تعرض الطفل للإصابات مع نمو الأطفال
- قم بإيجاد أماكن أكثر أمانًا للأطفال
- راقب الأطفال عن قرب
- ضع قواعد سلامة للأسرة واحرص على اتباعها.

في المرحاض

تجنب التعرض للحروق واللفحات

- ❑ اجعل الأجهزة الكهربائية والأجسام الحادة (مثل شفرات الحلاقة) بعيدًا عن متناول اليد
- ❑ اضبط درجة حرارة خزان المياه الساخنة عند 49 درجة مئوية/ 120 درجة فهرنهايت وثبت أجهزة مقاومة للتعرض لغليان الماء اللافح إذا كنت تعيش في شقة
- ❑ احرص دائمًا على اختبار درجة حرارة المياه قبل وضع الطفل في بانيو الاستحمام
- ❑ فيما يتعلق بالمنازل التي يوجد بها صنبور للمياه الساخنة وصنابير للمياه الباردة، أغلق صنبور المياه الساخنة أولاً ثم صنبور المياه الباردة

تجنب حالات السقوط

- ❑ استعمل الفرشة الصغيرة المقاومة للانزلاق على الأرضيات وعند بانيو الاستحمام
- ❑ امسح أي سوائل مسكوبة على الأرض

تجنب التعرض للغرق

- ❑ أغلق غطاء مقعد المرحاض وأغلق باب الحمام عند عدم الاستخدام
- ❑ راقب الطفل وابق على مقربة بمسافة تساوي نطاق الذراع عندما يكون الطفل في الحمام أو في بانيو الاستحمام
- ❑ أفرغ المياه من بانيو الاستحمام بعد الاستخدام

في غرفة النوم

سلامة سرير الأطفال

- ❑ تحقق من توافر معايير السلامة في سرير الأطفال وأنه بحالة جيدة

تجنب الاختناق/ عدم القدرة على التنفس

- ❑ لا تستخدم أسيرة أطفال ذات جوانب تنخفض لأسفل
- ❑ ضع الطفل على ظهره عند النوم
- ❑ ضع الطفل على سطح منفصل للنوم بحيث يكون مسطحًا وثابتًا (كسرير أطفال على سبيل المثال)
- ❑ ضع الألعاب والوسائد أو أغطية السرير غير المثبتة أو حشوات الصد بعيدًا عن سرير الأطفال

تجنب حالات السقوط

- ❑ ضع إحدى يديك على الطفل عند استخدام منضدة تبديل الحفاظات
- ❑ ضع أسيرة الأطفال والأسيرة وغيرها من قطع الأثاث بعيدًا عن النوافذ والشرفات
- ❑ انقل الطفل إلى السرير العادي عند قدرة الطفل على التسلق أو عندما يزيد طوله عن 90 سم (35 بوصة)
- ❑ لا تترك الطفل دون 6 سنوات من عمره يستخدم الرف العلوي من السرير في حالة كون السرير بأرفف

في المطبخ

تجنب التعرض للحروق واللفحات

- ❑ ضع الطفل في مكان آمن عند الطبخ أو التعامل مع سائل ساخن و/ أو الطعام
- ❑ قم بالطبخ على عيون البوتجاز الخلفية واجعل ماسكات الأواني إلى الداخل
- ❑ ضع الأطعمة والسوائل الساخنة على الجزء الخلفي من المنضدة بعيدًا عن الحافة
- ❑ اختبر درجة حرارة الطعام قبل تقديمه لطفلك

تجنب التعرض للجروح والكدمات

- ❑ أغلق الدواليب/ الأدراج التي تحتوي على أدوات حادة أو ثقيلة أو خطيرة
- ❑ ضع الأدوات الثقيلة (مثل الأواني) في أسفل الدولاب
- ❑ ضع السكاكين والأواني الزجاجية بعيدًا عن المتناول

تجنب التعرض للتسمم

- ❑ قم بتخزين منتجات التنظيف بعيدًا عن المتناول في دولاب مغلق

أثناء اللعب

تجنب التعرض للعض من الحيوانات

- ❑ راقب طفلك عند الاقتراب من الحيوانات الأليفة

تجنب الاختناق/ عدم القدرة على التنفس

- ❑ تأكد من أن الألعاب مناسبة لفئة طفلك العمرية
- ❑ تأكد من خلو الألعاب من المخاطر مثل الأجزاء غير المثبتة أو القطع المكسورة أو الحواف الحادة
- ❑ اجعل الألعاب والأدوات الصغيرة بعيدًا عن المتناول (مثل البالونات والخرز والعملات المعدنية والبطاريات)

تجنب التعرض للتسمم

- ❑ استخدام أنواع غير سامة من أقلام الرصاص وأقلام التمييز والطلاء والغراء القائم على المياه
- ❑ تجنب الألعاب البلاستيكية التي تحتوي على البيسفينول (BPA) والفثالات
- ❑ اتبع تعليمات الشركة المصنعة لاستخدام المنتج استخدامًا آمنًا

