

# זיכערהייט און פארמיידונג פון שעדיגונגען

עצות פאר משפחות פון דעם נאציאנאלן צענטער פון פריע קינדהייט געזונטהייט און וואוילזיין

## זיכערהייט און פארמיידונג פון שעדיגונגען פאר קליינע קינדער הייסט:

- מאכן זיכער אז קינדער האבן זיכערע ערטער צו וואקסן און לערנען
- באשיצן קינדער פון געפאר
- לערנען קינדער וואס זיי זאלן טון צו זיין זיכער

### פארוואס איז עס וויכטיג?

קינדער האבן ליב אויסצופארשן אבער באדארפן:

- זיכערע ערטער צו שפילן
- ערוואקסענע וואס קוקן און הערן זיך צו כדי צו פארמיידן א שעדיגונג איידער זי פאסירט
- געלעגענהייטן צו פראקטיצירן וואס זיי האבן געלערנט

ווען קינדער זענען זיכער, האבן זיי בעסערע שאנסן צו:

- פארמיידן געשעדיגט צו ווערן
- זיך פאקוסירן אויפ'ן לערנען
- אויספארשן נייע סיטואציעס מיט קאנפידענץ



## וואס איר קענט טאן צו העלפן אייער קינד

- האלט קינדער פונדערווייטנס פון הייסע עסן און פליסיגקייטן.
- קערעוועט אויס העטלעך פון טעפ צו די הינטערשטע זייט פון די אויוון.
- שטעלט אן דעם וואסער-הייצער טערמאסטאט אויף 120 דיגריס אדער ווייניגער.
- האלט קינדער פונדערווייטנס פון הייצערס און פייערן.
- האט א רויך אלארם אויף יעדן פלאר. פארטוישט בעטעריס אין פרילינג און הערבסט.
- קריגט א קארבאן מאנאקסייד דעטעקטאר אויב איר האט אים נישט.
- פרעגט אן ביי די ארטיגע פייערלעשער סטאנציע צי זיי קענען אייך העלפן צו טרעפן א רויך אלארם אדער קארבאן מאנאקסייד דעטעקטאר.
- פרעגט אן ביים פעדיאטער איבער עסנווארג און קליינע אביעקטן וואס קענען גורם זיין אז א קינד זאל זיך אויף זיי דערווארגן, רח"ל.

### אינדערהיים:

- האלט אלע מעדיצינען, רייניגערס און שעדליכע פראדוקטן פונדערווייטנס פון קינדער.
- נוצט קעבינעט לאַקס און דעקלעך פאר עלעקטרישע סאַקעטס.
- נוצט סעיפעטי געיטס אויף די טרעפ.
- נוצט בעטלעך מיט פיקסירטע זייטן אנשטאט זייטן וואס לאזן זיך אראפ.
- האלט בעטלעך פונדערווייטנס פון פענסטער און פארהאנג שנורן.
- עס איז אמבעסטן צו נוצן פענסטער דעקן אן קיין שנורן אויב מעגליך. אויב נישט, האלט שנורן געבונדן אין דער הייך אזוי אז קינדער קענען זיי נישט דערגרייכן.
- לייגט בעיביס שלאפן אויפ'ן רוקן אין א בעטל אן קיין ווייכע קאלדרעס, קישנס אדער באמפערס.

# וואס איר קענט טון צו העלפן אייער קינד

פארגעזעצט פון די פאריגע זייט

- לערנט זיך קארדיאפולמאנארי רעסאסיטעישאן (CPR).
- **קאר און טראק זיכערהייט**
  - קלייבט אויס א קאר זיך וואס איז ריכטיג פאר דעם קינד'ס עלטער, וואוקס און וואג.
  - קלייבט אויס א זיך וואס פאסט אריין אין אייער קאר אדער טראק און נוצט עס כסדר.
  - פרעגט ביי די Head Start אנגעשטעלטע וואו איר קענט גיין אין אייער קאמיוניטי כדי זיך צו לערנען וויאזוי ריכטיג צו אינסטאלירן דעם קאר זיך.
  - מאכט זיכער אז קינדער אינגער פון 13 יאר זיצן נאר אויף דעם הינטערשטן זיך.
  - לאזט קיינמאל נישט איבער דאס קינד אין קיין קאר אן קיין ערוואקסענעם.
  - לערנט קינדער אז אויטאס זענען קיינמאל נישט קיין זיכערע ערטער זיך צו שפילן. אפילו אויב די פענסטער זענען אפן, קענען קליינע קינדער זיך געפערליך איבערווארעמען אין משך פון די ערשטע 10 מינוט.

- מאכט און אויספרובירט א רעטונג פלאן.
- **אינדרויסן**
  - נוצט זון באשיצונג שמיר.
  - לערנט דאס קינד צו האלטן זיך פונדערווייטנס פון די גאס.
  - זוכט שפיל פלעצער מיט ווייכע אויבערפלאכן אנשטאט ערד אדער גראז.
  - פאסט אויף פארזיכטיג אויפ'ן קינד אויפ'ן שפיל פלאץ.
  - נעמט שנורן ארויס פון מלבושים.
  - שוכבענדלעך זאלן זיין קורץ און געבונדן.
- **וואסער זיכערהייט**
  - געדענקט אז א קינד קען דערטרונקן ווערן אין סיי וועלכע כמות וואסער וואס דעקט אים צו די מויל און די נאז.
  - שטענדיג בלייבט אויף א מהלך פון אן ארעם פונעם קינד אויב ער איז אין אדער נעבן וואסער.
  - לערנט זיך צו שווימען און נעמט דאס קינד צו שוויים סעסיעס וואס זענען פראפעסיאנעל סופערווייזט.
  - נוצט פירזייטיגע צויעמען מיט טויערן וואס פארמאכן זיך פון זיך אליין ארום פולס.



NATIONAL CENTER ON  
Early Childhood Health and Wellness