

## مرحباً أيها الآباء والأمهات،

تعليم السلامة اليومية ستضمن لطفلك إمكانية الاستكشاف والمغامرة واللعب مع حماية نفسه. سيتعلم طفلك كيفية عبور الشارع، الوقاية من الحرائق، وغيرها من تدابير السلامة اليومية. مع نمو طفلك، سوف يتعلم التفكير في سلامته الشخصية داخل بيئته. من المهم أن يدرك طفلك أن هناك احتياطات يجب إتخاذها لضمان حمايته والبقاء صحيحاً وسعيداً. هذا مهم بشكل خاص إذا كان طفلك يمارس أنشطة المخاطرة بشكل متزايد. تعليم طفلك أن يكون استباقياً وأن يأخذ في عين الاعتبار المخاطر المحتملة سيساعده على أن يصبح أفضل المدافعين عن سلامته. في هذه النشرة سيتم تزويدك بالأنشطة التي ستعلم طفلك السلامة اليومية الأساسية.

### الأنشطة:

## الأطفال من ( ٣ أشهر - ١٨ شهراً )

### تغيير الحفاضات بأمان

#### التعليمات:

قد يكون تغيير حفاضة الرضيع مختلفاً في كل منزل، من المهم مراعاة هذه النصائح للمساعدة في ضمان سلامة طفلك عند تغيير حفاضته.

جهز جميع المستلزمات اللازمة لتغيير حفاضة طفلك. على سبيل المثال: حفاضات، ومناديل مبللة، وكريم، وما إلى ذلك. إبقِ المستلزمات في متناول يدك، فلا داعي لترك جانب طفلك للحصول عليها.

اختر طاولة تغيير متينة وثابتة لتغيير حفاضة طفلك، وغط الطاولة بالقميص.

الأطفال الأكبر سنّاً الذين بإمكانهم الدحرجة، يجب تغيير حفاضاتهم على الأرض. يمكنك وضع بطانية التغيير أو قطعة قماش على الأرض.

أشرك طفلك الأكبر سنّاً في عملية تغيير الحفاضة. على سبيل المثال، عندما يحين وقت تغيير الحفاضة، أعطه إياها ليحملها.

أثناء تغيير حفاضة طفلك، تحدث معه أو غنّ له.

عند الانتهاء من تغيير الحفاضة، اغسل يديه.

[اضغط هنا](#) للإستماع إلى "Pinkfong: Daily Safety Song".

## الأطفال من (١٩ شهراً - ٢.٥ سنة)

### ربط حزام الأمان! سلامة السيارة

#### التعليمات:

من المهم تعليم طفلك أنه أثناء تحرك السيارة، يجب تأمينه بشكل صحيح في مقعد السيارة.

دع طفلك يشارك في هذه العملية. شجعه على الصعود إلى مقعد السيارة.

أر طفلك كيفية ربط حزام الأمان. تدرب بشكل صحيح على وضع حزام الأمان وتثبيتته بمقعد السيارة.

دع طفلك يربط حزام الأمان بمقعد السيارة.

[اضغط هنا](#) لقراءة كتاب "Peppa Pig: Safety First".

## الأطفال من (٢.٥-٥ سنوات)

### قف، أنظر، وإستمع! سلامة الطريق

#### التعليمات:

من الضروري تعليم أطفالك أهمية سلامة الطريق. يجب أن يتعلموا النظر في كلا الاتجاهين قبل عبور الشارع.

إشرح لطفلك قاعدة "التوقف والنظر والإستماع والتفكير!"

قف: خذ خطوة واحدة إلى الوراء من حافة الطريق.

أنظر: تأكد من النظر في جميع اتجاهات حركة المرور.

إستمع: لحركة المرور التي تقترب، وأسأل طفلك هل تسمع أي سيارات قادمة.

فكر: فيما إذا كان عبور الطريق آمناً.

إذهب إلى الخارج ومارس عبور الشارع بأمان معاً.

[اضغط هنا](#) لأنشطة عن السلامة "Stop, Drop, and Roll".

## الأطفال من (٤-٦ سنوات)

### إركب في قطار الأمان

#### التعليمات:

من الضروري تعليم طفلك أهمية السلامة في المنزل. على سبيل المثال، ماذا سيفعل إذا أذى نفسه، رقم هاتف الشرطة (911)، وما إلى ذلك.

أخبر طفلك أنك ذاهب في رحلة. تظاهر أنك ستأخذ القطار، وقل "تشو، تشو! إركب في قطار الأمان!"

أثناء تجولك في منزلك في قطار الأمان، توقف في أماكن مختلفة للإشارة إلى عناصر الأمان داخل المنزل. على سبيل المثال:

أره مظفاً الحريق وأشرح له ما هي.

أره مكان وجود أنظمة إنذار الحريق وإنذار البيت. على سبيل المثال، تشغيل ونزع الكود لأنظمة الإنذار.

علم طفلك ألا يفتح الباب لأي شخص إلا إذا كنت معه.

علم طفلك ما يجب عمله أثناء حالة الطوارئ، على سبيل المثال، الإتصال بالشرطة على الرقم 911، وطريق الهروب في حالة نشوب حريق، وما إلى ذلك.

عند الإنتهاء من التجول في المنزل وشرح عناصر السلامة لطفلك، أطلب منه قيادة قطار الأمان ومحاولة تذكر عناصر السلامة التي ناقشتها.

[اضغط هنا](#) "It's an Emergency!" لأنشطة عن السلامة.

## الأطفال من (٦-١٢ سنة)

### سلامة الإنترنت

[إعلان الخدمة العامة، هي رسائل غالباً في شكل إعلانات تلفزيونية حول الصحة أو السلامة وفيما يتعلق بعامّة الناس.](#)

#### المواد:

ورق

قلم رصاص

#### التعليمات:

[اضغط هنا](#) لمشاهدة 5 نصائح حول سلامة الإنترنت.

أكتب على قطعة من الورق نصائح إضافية تعتقد أنها ستساعدك على البقاء بأمان أثناء إستخدام الإنترنت.

عند الإنتهاء، إجمع معلوماتك وأكتبها في نص لإعلان الخدمة العامة، على سبيل المثال، يمكن أن يكون فيديو معلومات أو مسرحية قصيرة.

بمجرد كتابة النص، قم بأدائه لعائلتك. يمكنك تسجيله فيديو وإرساله إلى الأقران والأصدقاء لتعليمهم أهمية سلامة الإنترنت.

[اضغط هنا](#) لمشاهدة "Protect Yourself Rules - Cyberbullying".

## نصائح السلامة اليومية لهذا اليوم

علم طفلك المعلومات الأساسية. على سبيل المثال، إسمه الكامل، وإسم والديه، وعنوانه، ورقم الهاتف. هذا سيكون مفيداً في أوقات الطوارئ.

يجب أن يتعلم طفلك ألا يتقاد من قبل شخص غريب، بغض النظر عن الظروف. علم طفلك طلب المساعدة إذا حدث ذلك.

علم طفلك عدم اللعب بمواد خطرة. مثل، أعواد الثقاب والولاعات والسكاكين وغيرها.

شجع طفلك إذا رأى نشاطاً خطيراً أو غير مناسب، فعليه ترك الموقف وإخبارك به.

علم طفلك أهمية سلامة الإنترنت، على سبيل المثال، لا ينبغي أبداً إعطاء الغرباء معلومات شخصية.

