

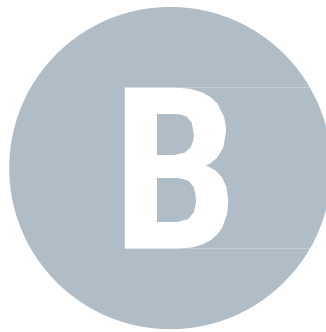


## ژړا عادي خبره ده

د نوي زيږيدلي ماشوم پالنه يو له هغو خورا گټورو او ننگونکو کارونو څخه دی چې تاسو به يې کله هم وکړئ. تقريباً هيڅوک د لومړي ځل لپاره د والدين کيدو لپاره ځان چمتو نه احساسوي، په ځانگړې توگه د نوي زيږيدلي ماشوم. لاندې معلومات ممکن د دې په پوهيدو کې مرسته وکړي چې د نوي زيږيدلي ماشومانو څخه څه طبيعي او تمه کيږي او والدين يا پالونکي څه کولی شي د دوی د سالم او پالنې په لاره کې پاملرنه وکړي. ژړل د ټولو ماشومانو لپاره يو عادي او تمه کيدونکی چلند دی. دا هغه لاره ده چې دوی ورته اړتيا لري. لاندې لنډيز په پام کې ونيسئ:



ژاري



ماشومان



تول

يوازې د دې لپاره چې موږ پوهيږو چې ټول ماشومان ژاري پدې معنی ندي چې دا به د والدينو يا پاملرنې کوونکو لپاره د مدیریت لپاره مايوسه کونکي يا حتی درنده خبره نه وي. دا لارښود د ټکان خوړلی ماشوم سندروم په پايله کې د ماشومانو د ناڅاپي ټپي کيدو يا حتی مړينې مخنيوي لپاره وړاندې کيږي.

د ټکان خوړلی ماشوم علایم / د سر ضرر ورکوونکی ضربه څه شی دی؟ د ماشوم د ټکان علایم/د سر ضرر ورکوونکی ضربه هغه وخت رامنځته کیږي کله چې ماشوم په زور سره وخوځول شي، چې د دماغ زیان، روندوالی، یا حتی مرګ په څیر جدي ټپونه رامینځته کوي. د 3 څخه تر 6 میاشتو پورې ماشومان ډیر په خطر کې دي.

### د ماشوم د ژړا د ارامولو لپاره لارښوونې

اساسي اړتیاوې: ډاډ ترلاسه کړئ چې ماشوم وری نه دی یا د ډایپر بدلولو ته اړتیا لري.

د روغتیا لیدل: که ماشوم ناروغ ښکاري، نو ډاکټر سره مشوره وکړئ.

حرکت: ماشوم په کادي یا موټر کې ګرځېدو ته بوځئ.

آرامه دریځونه: ماشوم په خپل اوږه باندې سیده ونیسئ.

څټل: ماشوم سره د چوشک یا ګوټي په چوسولو کې مرسته وکړئ.

ټکان ورکول: ماشوم په نرمۍ سره په خپلو بازوګانو کې وښورئ.

آرامونکي غږونه: په نرمۍ سره خبرې وکړئ، سندرې ووايست، یا آرامه موسیقي واورئ.

د ګاز مرسته: وګورئ چې ماشوم ګاز لري او هڅه وکړئ چې هغه کم کړئ.

### د خپل ځان پاملرنه وکړئ



• ژورې ساه واخلي.

• تمرین وکړئ یا له چا سره خبرې وکړئ.

• موسیقي واورئ، ولولئ، یا تلویزیون وګورئ. • له

هغه چا څخه وغواړئ چې باور پرې لري، ترڅو

مرسته درسته وکړي.

په رښتیا هم د ماشوم د لویولو لپاره "یو کلي ته اړتیا ده".

د ملاتړ سیستم جوړول چې ستاسو او ستاسو ماشوم ملاتړ وکړي خورا اړین دي. که امکان ولري، مخکې له مخکې پلان جوړ کړئ او هغه مهم خلک وپېژنئ چې تاسو پرې تکیه کولی شئ کله چې ستاسو د ماشوم سره شیان ډیر شي نو مرسته وکړئ. یو قوي فرد د اړتیا په وخت کې مرسته غواړي. ستاسو ماشوم به ستاسو څخه مننه وکړي!



- دا لارښود له نورو سره شریک کړئ.
- د ماشومانو پالنه کوونکو او پالونکو ته روزنه ورکړئ چې ممکن ستاسو د ماشوم پالنه وکړي.
- د ماشومانو په درلودلو سره د ملګرو او کورنۍ ملاتړ وکړئ.

### په یاد ولرئ:

ژړا ماشوم ته زیان نه رسوي... بلکې خوځول یې کوي! هیڅکله، هیڅکله ماشوم مه خوځوئ! که تاسو شک لرئ چې ماشوم ټکان خوړلی دی، نو سمډلاسه بیرنۍ خوځې ته لار شئ. د نورو معلوماتو لپاره، د Indiana د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې مخنیوي ادارې سره اړیکه ونیسئ. د پوهې شریکول د ماشومانو په ساتنه کې مرسته کوي.

## مخنیوی او سرچینې

مطالعات ښیې چې د کورنۍ زده کړې او ملاتړ پروګرامونو له لارې، د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت دوره بندیدلی شي. هغه پروګرامونه چې ملاتړ، معلومات او لومړني مداخلې چمتو کوي د ناوړه ګټه اخیستونکو والدینو او کورنیو سره د ناوړه ګټه اخیستنې په خطر کې د مرستې لپاره غوره لارې دي.

### معلومات او سرچینې

د مخنیوي او والدینو په اړه د نورو معلوماتو او سرچینو لپاره، زموږ ویب پاڼه وګورئ، [www.pcain.org](http://www.pcain.org) یا دې شمیرې ته زنگ ووهئ **1.800.244.5373 CHILDREN**، او یا **2-1-1** تلیفوني کرښه ته زنگ ووهئ.



### د ماشوم ناوړه ګټه اخیستنه راپور کړئ

د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت راپور ورکولو لپاره، مهرباني وکړئ دې شمیرې ته زنگ ووهئ **1.800.800.5555**



### زمونږ د هڅو ملاتړ وکړئ

د ماشومانو د لومړي لایسنس پلیټ په اخیستلو سره د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت مخنیوي لپاره زموږ د ایالت په کچه هڅو ملاتړ وکړئ. د نورو معلوماتو لپاره خپل سیمه ایز BMV یا [www.in.gov/dcs/2456.htm](http://www.in.gov/dcs/2456.htm) ته مراجعه وکړئ.





# خوندي خاي

هيڏوڪ اڀريا نلري ڇي ماشوم پريڊي. د **Indiana** د خوندي خاي قانون يو کس ته دا توان ورکوي ڇي يو ناغوبنل شوي ماشوم د نيول کيدو يا محاکمي له ويرې پرته په ٻي نومه توگه وسپاري.

والدين، د کورنۍ غړي، ملگري، وزير يا پادري، ٽولنيز ڪل ڪوونکي يا هر مسئل کس کولي شي د 30 ورځو څخه کم عمر لرونکي ماشوم ساتنه انڊيانا ته وسپاري...



روغتون



د قانون د ٻلي کولو مامور



ڊاڪٽر



اور وڙونکي يا په ڄانگرو اور وڙونکو خايونو  
کي موقعيت لرونکي "خوندي بکس" کي



نرس



پراميديک يا  
د بيرني طبي تخنيکين



يا بل کس ڇي  
بيرني طبي خدمات وړاندې کوي

تر هغه ڇي په ماشوم باندې د قصدي ناوړه گټه اخيستنې نښې نه وي، د هغه کس په اړه ڇي ماشوم پريڊي، هيڅ معلومات ته اړتيا نشته. د زيرون نيټي، نژاد، د والدين طبي تاريخ، د ماشوم روغتيا يا هر هغه څه ڇي د ماشوم پالونکي لپاره گټور وي، په اړه يې هر ډول پوهه به ډيره ستاينه وشي (لکه د شکر ناروغي، HIV يا د کورنۍ نوره طبي تاريخچه).

د جولای 1، 2018 پورې، نوی قانون تصویب شو چې د نوي زیږیدلي خوندیتوب وسایل شامل کړي. د دې قانون دننه تعریف شوي شیانو په اړه د نورو معلوماتو لپاره، مهرباني وکړئ له دې لینک څخه لیدنه وکړئ. <https://tinyurl.com/mvktk9vx> دلته یو څو لنډیزونه دي:

**A** د بېرني طبي خدماتو وړاندې کوونکي باید د محکمې له حکم پرته، د هغه ماشوم توقیف واخلي چې عمر یې له دېرشو (30) ورځو څخه زیات نه وي، که چېرې ماشوم په خپله خوښه د ماشوم د والدینو لخوا د چمتو کونکي سره پریښودل شوی وي، د نوي زیږیدلي ماشوم د خوندیتوب وسیله کې چې تصویب شوې وي، یا که والدین د بیرته راستنیدو اراده نه څرګندوي.

**B** د بېرني طبي خدماتو وړاندې کوونکي چې د دې برخې لاندې د ماشوم ساتنه کوي، باید د ماشوم د فزیکي روغتیا یا خوندیتوب د ساتنې لپاره اړین هر عمل ترسره کړي.

**C** هر هغه څوک چې په ښه نیت سره په خپله خوښه خپل ماشوم د بېرني طبي خدماتو چمتو کونکي سره یا د نوي زیږیدلي ماشوم د خوندیتوب په منظور شوي وسیله کې پریږدي، د مور او پلار/شخص(ګانو) نوم افشا کولو مکلف نه دی.

**D** هغه روغتون چې د نوي زیږیدلي ماشوم د خوندیتوب وسیلې عملیات تصویبوي، او ټاکل شوي اړتیاوې پوره کوي، د نوي زیږیدلي ماشوم د خوندیتوب وسیلې د عملیاتو پورې اړوند د عمل یا غفلت لپاره د مدني مسؤلیت څخه معاف دی، پرته لدې چې عمل یا غفلت جدي غفلت یا قصدي یا بې رحمه ناوړه چلند وي.

**E** د نوي زیږیدلي ماشوم د خوندیتوب وسیله چې په فرعي برخه (a)(1)(C) کې تشریح شوې، ممکن د فرعي برخې (a)(1)(B) کې ټاکل شوي شرایطو پوره کولو پرته خپل کار ته دوام ورکړي.

**نوټ:** کله چې ماشوم معاینه شي او طبي درملنه ورکړل شي (که اړتیا وي)، د Indiana د ماشومانو د خدماتو څانګه به ماشوم د ماشومانو د ساتنې خدماتو له لارې په توقیف کې واخلي چېرې چې دا به د باملرنې کونکي سره ځای په ځای شي.

نور معلومات په دې لینک کې شته دي: [www.nationalsafehavenalliance.org](http://www.nationalsafehavenalliance.org)

## زمونږ په اړه نور معلومات

د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې مخنیوی Indiana د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت مخنیوي ته وقف شوی دی. په دې کولو سره، موږ Indiana د خپلو ماشومانو لپاره یو خوندي او غوره ځای جوړوو.

### معلومات او سرچینې

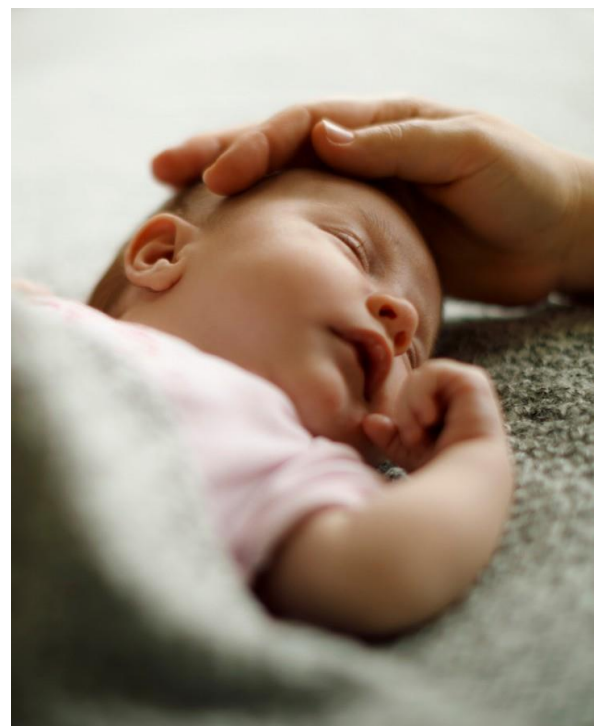
والدین کولی شي وړیا مشوره ترلاسه کړي او د خپل وضعیت په اړه د هر ډول انتخابونو په اړه بحث وکړي د ملي خوندي ځای تلفوني لاین 1-866-992-2291 ته زنگ ووهي یا آنلاین [www.SHBB.org](http://www.SHBB.org) ته زنگ ووهي. دوی کولی شي د 1-1-2 سرچینې کرښې یا 988 دماغي روغتیا تلفون ته هم زنگ ووهي.

### د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې راپور ورکړئ

د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت راپور ورکولو لپاره، مهرباني وکړئ دې شمیرې ته زنگ ووهئ  
**1.800.800.5556**

### زمونږ د هڅو ملاتړ وکړئ

د ماشومانو د لومړي لایسنس پلیټ په اخیستلو سره د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت مخنیوي لپاره زموږ د ایالت په کچه هڅو ملاتړ وکړئ. د نورو معلوماتو لپاره خپل سیمه ایز BMV یا [www.in.gov/dcs/2456.htm](http://www.in.gov/dcs/2456.htm) ته مراجعه وکړئ.





## د سختې دندې ترسره کول:

تاسو څو کسان پېژنئ چې لاندې غوښتل شوي اعلان ته به ځواب ووايي؟

## مرسته غواړئ!

د باکیفیته والدينو په لټه کې

د نرينه يا ښځينه لپاره رول

دوه چنده يا درې چنده بدلونونه

د اوڼۍ پای ورځې يا رخصتۍ نشته!

## له 0.00 ډالر/ساعت څخه پيل کېږي

📍 247 Anywhere St., Any City



18 کلن

اوږدمهاله ژمنتيا  
(لږ تر لږه 18 له)



لوړ برداشت

نامحدود فزیکي او احساساتي برداشت ته  
ړتیا ده

لږ معاش، لوړ رضایت!

هیڅ بشپړ والدين نشته! هرڅوک کله ناکله مرستې ته اړتیا لري. والدين کیدل په ژوند کې یو له خورا ستونزمنو رولونو څخه دی، مګر هغه رول چې موږ یې لپاره لږترلږه روزنه ترلاسه کوو. لکه څنګه چې د هر هغه څه سره چې تاسو غواړئ ښه ترسره کړئ، د والدين روزنه د دې کار د اغیزمن ترسره کولو لپاره د مختلفو لارو زده کولو ته اړتیا لري. د فشار د مدیریت لپاره دا نظرونه هڅه وکړئ ترڅو د والدينو په توګه له خپل ظرفیت څخه ډیره پورته کړئ.

### ځان لري کړئ

د هغو شیانو لیست جوړ کړئ چې تاسو یې کول خوښوئ او هغه وکړئ!! یو څو شیان غوره کړئ او د هغوی لپاره وخت ونیسئ. له کورنۍ او ملګرو غواړئ چې ستاسو سره مرسته وکړي. دا د فشار کمولو لپاره یوه ښه لاره ده.

### د ستونزو اټکل وکړئ

د ستونزمنو ستونزو اټکل وکړئ. که ستاسو کوچنی ماشوم د سټیریو سره لوبې کول خوښوي، او دا تاسو ځوروي، نو سټیریو حرکت ورکړئ. دا په زړه پورې او خوندي لوبو سره بدل کړئ. د خپل ماشوم لپاره د لوبې د ځانګړي ځای په جوړولو سره، تاسو کولی شئ د ستونزو د رامنځته کیدو دمخه مخنیوی وکړئ.

### د فشار په اړه خبرې وکړئ

د خپل فشار په اړه له یوه مشاور، باوري سلاکار یا ملګري سره خبرې وکړئ. ځینې وختونه دا ستاسو له سینې څخه د شیانو لرې کولو کې مرسته کوي.

### له فشار څخه پاک افسانه

له فشار څخه پاک والدين یوه افسانه ده -- مګر تاسو کولی شئ د خپلو احساساتو د مدیریت لپاره لارې ومومئ ترڅو یو ډیر اغیزمن والدين شئ.

### • یو لیست جوړ کړئ

ژورې ساه واخلي، ګرځېدو ته لار شئ، سترګې وتړئ او تر لسو پورې حساب کړئ، موسیقي واورئ، د لنډ وخت لپاره تلویزیون وګورئ یا تصور وکړئ چې ځان په یوه ښکلي ساحل کې د ګرم لمر او نرم باد سره آرام کوی - یوازې ځان له وضعیت څخه لرې کړئ. د لنډې ذهني رخصتۍ اخیستل یوازې د نوي لید سره د فشار سره د مخ کیدو لپاره ټکت کیدی شي.

### • ملاتړ ومومئ

د ملاتړ لپاره په کورنۍ او ملګرو تکیه وکړئ. د هغو خلکو سره اړیکه ونیسئ چې تاسو ته د ځان په اړه ښه احساس درکوي، هیله مندي درکوي، یا د مینې احساس درکوي. پروسه ورسره مبارزه کوي یا حتی د دوی لپاره وخت ټاکي ترڅو ستاسو ماشومان وڅاري ترڅو تاسو ته د والدينو څخه لنډ وقفه درکوي. د شیانو د مهم کیدو دمخه د وقفې مهالویش کول عاقلانه کار دی او ممکن هغه هدف چمتو کړي چې تاسو یې په تمه یاست.

### • روغ اوسئ

ځان روغ وساتئ. متوازن خواړه وخورئ، په منظم ډول تمرین وکړئ، ډیر خوب وکړئ، او خپل فزیکي هوساینې ته لومړیتوب ورکړئ. دا ممکن د ماشوم پاملرنې لپاره په کورنۍ یا ملګرو تکیه کولو معنی ولري - مګر دا مهمه ده چې خپل بدن د والدينو ننګونې ته چمتو وساتئ.

## زمونږ په اړه نور زیات معلومات

د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې مخنیوی Indiana د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت مخنیوي ته وقف شوی دی. په دې کولو سره، موږ Indiana د خپلو ماشومانو لپاره یو خوندي او غوره ځای جوړوو.

### معلومات او سرچینې

د مخنیوي او والدينو په اړه د نورو معلوماتو او سرچینو لپاره، زموږ ویب پاڼه وګورئ یا 1.800.244.5373، CHILDREN، 211 بېرني کرښه، یا 988 د ځان وژنې د اړیکې کرښې ته زنګ ووهئ.

### د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې راپور ورکړئ

د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت راپور ورکولو لپاره، مهرباني وکړئ دې شمیرې ته زنګ ووهئ  
1.800.800.5556

### زمونږ د هڅو څخه ملاتړ وکړئ

د ماشومانو د لومړي لایسنس پلټې په اخیستلو سره د ماشومانو د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت مخنیوي لپاره زموږ د ایالت په کچه هڅو ملاتړ وکړئ. د نورو معلوماتو لپاره خپل سیمه ایز BMV یا [www.in.gov/dcs/2456.htm](http://www.in.gov/dcs/2456.htm) ته مراجعه وکړئ.





# د اوبو خوندیتوب

## ځان ته روزنه ورکړئ

د ناروغیو کنټرول مرکز (CDC) راپور ورکوي چې په ملي کچه د 1-4 کلونو عمر لرونکي ماشومانو لپاره د ټپي کیدو مړینې لوی سبب دی. په متحده ایالاتو کې هره ورځ په اوسط ډول 11 غیر ارادي مړینې پیښیږي، چې په کلني ډول نږدې 4,000 مړینې لري. په Indiana کې، د 2018-2021 ترمینځ ټولټال 216 د ډوبیدو مړینې پیښې شوي.

### څارنه

ماشومان باید په دوامداره توګه تر څارنې لاندې وي کله چې شاوخوا اوبه وي، حتی که ماشوم لامبو وهي. ډاډ ترلاسه کړئ چې یو څوک تل د ماشوم د لاس په اندازه وي، په ځانګړې توګه هغه ماشومان چې عمر یې له پنځو کلونو څخه کم وي.

### داسو لوبګو ته اجازه نشته چې تر نظارت لاندې نه وي

هیڅکله هم لوبې په اوبو کې مه پرېږدئ، ځکه چې ماشومان ممکن د دوی وروسته دننه لاړ شي. که تاسو کوچني ماشومان لرئ، نو د کلورین لرونکي فلوټرونه چې د ښکلي څارویو / لوبو په څیر شکل لري باید له دې څخه هم ډډه وشي.

### اوبه لرې پرېږدئ

د اوبو حوضونه، تشنابونه، سطلونه، یا هر هغه څه چې اوبه پکې ځای پر ځای کېدای شي خالي کړئ او پورته یې کړئ.

### حوضونه

د حوض خوندیتوب پوښونه او الارمونه اضافي محافظت چمتو کوي. ټولو حوضونو ته وګورئ او ډاډ ترلاسه کړئ چې وربخې نه وي.

### د ټولنې حوضونه

که تاسو د ټولنې حوض لرئ، ډاډ ترلاسه کړئ چې د ژوند ساتونکي شتون لري، مګر د ژوند ساتونکي د ماشومانو ساتونکي نه دي!

### د ځمکې پورته حوضونه

زینې، د انګر فرنیچر او لوبې د ځمکې له پورته حوضونو څخه لرې وساتئ. کوچنيان ستاسو د فکر په پرتله ښه غره ختونکي دي.

### ګډوډی

د پام اړولو شیان (ګرځنده تلیفونونه، بریښنايي وسایل، د نورو سره لیدنه) کم کړئ.

### کتارې او دروازې

په عامه حوضونو، د ساتلو حوضونو یا د اوبو په هر ځای کې د کتارو او تړل شویو دروازو ملاتړ وکړئ. لویان باید یوازینی کس وي چې کیلي ولري. د څلور اړخیزه کتارې سپارښتنه کېږي چې لږترلږه څلور فوټه لوړ وي. په خنډ کې باید د ځان تړلو او ځان تړلو دروازه شامله وي چې د ماشومانو د لاسرسي څخه لرې وي. د حوض فرنیچر باید د کتارې څخه لرې وي نو د زینې د څوکۍ په توګه ونه کارول شي.

### د ماشومانو زده کړه

ماشومانو ته د اوبو د خطرونو، د ژوند د جاکټونو اهمیت او په کمو اوبو کې د ډوبېدو په اړه زده کړه ورکړئ. حتی لویو ماشومانو ته د مناسب څارنې یا د ژوند جاکټونو پرته سپندونو یا جهیلونو ته د تګ خطرونو په اړه درس ورکړئ. هغوی ته د اوبو په څنډو کې د ډوبېدو یا ټوپ وهلو په اړه یادونه وکړئ، په ځانګړې توګه که دوی لاندې نه شي لیدلی. ناامنه د آسونو لوبه هغه څه نه دي چې باید په اوبو کې ترسره شي.

### کنټرول شوي اوبه

په جهیلونو، حوضونو، ویالو او حوضونو کې د یخ وهلو څخه ډډه وکړئ. دا ستونزمنه ده چې یوه شوې یخ خومره موتی یا مستحکم دی. د یخ له لارې غورځېدل کولی شي د ډوبیدو، مړینې، یا نورو جدي روغتیايي پیچلتیاوو لکه هایپوترمیا لامل شي.

### له الکولو ډډه وکړئ

د اوبو شاوخوا د الکولو څښل یو لوی خطر کیدی شي. نشه کېدل کولی شي د قضاوت کمزورتیا، د خطر اخیستلو ډیر چلند، د همغږۍ نشتوالی، او د غبرګون وخت خرابیدو لامل شي.



## د تودوخي درجه

د کور د گرمو اوبو گرمۍ بايد په 120 درجې فارنهایت کې تنظيم شي. والدين او پالونکي ممکن د سوځيدنې ضد وسايل هم اضافه کړي ترڅو ډاډ ترلاسه کړي چې د کور گرمۍ اوبه د ماشومانو لپاره خوندي دي.

## د کوچنيانو خونديتوب

د تشاب څوکيو پوښونه د کوچنيانو شاوخوا ښکته وساتئ

## دا قانون دی

د Indiana قانون وايي چې د 13 کلونو څخه کم عمر لرونکي ماشومان بايد د کښتۍ د تيرولو پرمهال د متحده ايالاتو ساحل ساتونکي لخوا تصويب شوي ژوند جاکټ واغوندي. د ژوند جاکټونه د لويانو د څارنې ځای ناستی نه دی.

## د لامبو درسونه

خپل ماشوم او ځان د لامبو په کورس کې شامل کړئ. د لامبو زده کړه د ډويديو له امله د مړينې مخنيوي لپاره خورا مهمه ده.

## د ژغورنې زده کړه

د CPR زده کړه وکړئ او د ژغورنې وسايل، تليفون او بېړني شميرې ټولو حوضونو ته نږدې وساتئ.

## د ماشومانو ساتونکي او کورنۍ

هر هغه چا ته چې ستاسو ماشومان د اوبو د خونديتوب په شاوخوا کې کوري، روزنه ورکړئ. د دوی ملکيت معاینه کړئ او له هغوی څخه د اوبو شاوخوا ستاسو د ماشوم د شتون احتمال په اړه پوښتنه وکړئ.

## يو پلان جوړ کړئ

مور ټول اوبه خوښوو، او دا کولی شي ډير څه راورې، مگر دا کولی شي غميزه هم اړاندې ساده پلان جوړونې سره مور کولی شو د ټولو خونديتوب ډاډمن کولو کې مرسته وکړو.

PCAIN.ORG

## زمونږ په اړه نور ډير څه

د ماشومانو د ناوړه گټه اخيستنې مخنيوی Indiana د ماشومانو د ناوړه گټه اخيستنې او غفلت مخنيوي ته وقف شوی دی. په دې کولو سره، موږ Indiana د خپلو ماشومانو لپاره يو خوندي او غوره ځای جوړوو.

## معلومات او سرچينې

د مخنيوي او والدينو په اړه د نورو معلوماتو او سرچينو لپاره، زموږ ويب پاڼه وگورئ يا دې شميرې ته زنگ ووهئ 1.800.CHILDREN (1.800.244.5373)

## د ماشومانو ناوړه گټه اخيستنې راپور کړئ

د ماشومانو د ناوړه گټه اخيستنې او غفلت راپور ورکولو لپاره، مهرباني وکړئ دې شميرې ته زنگ ووهئ 1.800.800.5556

## زمونږ د هڅو ملاتړ وکړئ

د ماشومانو د لومړي پليټ په اخيستلو سره د ماشومانو د ناوړه گټه اخيستنې او غفلت مخنيوي لپاره زموږ د ايالت په کچه هڅو ملاتړ وکړئ. د نورو معلوماتو لپاره خپل سيمه ايز BMW يا [www.in.gov/dcs/2456.htm](http://www.in.gov/dcs/2456.htm) ته مراجعه وکړئ.





# خوک ستاسو ماشوم څلري؟

## ايا تاسي پوهيږي؟

کله چې خپل ماشوم د ملګري يا پالونکي سره پرېږدئ، نو تاسو تمه لری چې دوی به ورته پاملرنه وړاندې کوي لکه څرنگه چې تاسو یې ترسره کوی - مګر دا تل لپاره تضمین نه دی. ډیری خلک ممکن د پاملرنې سره مرسته وکړي پشمول د هغو کسانو چې د رواني روغتیا ستونزې، د موادو کارول، د غوسې ستونزې، یا کورني تاوتریخوالی لري چې د ناوړه ګټه اخیستنې او غفلت خطر زیاتوي. پالونکي ممکن تجربه ونلري یا د ماشومانو څخه غیر واقعي تمې ولري. دا خورا مهمه ده چې خپلې هیلې په روښانه توګه بیان کړی ترڅو ستاسو د ماشوم خوندیتوب ډاډمن شي ځکه چې دا یوازې د کنټرول له لاسه ورکولو یوه شیبه وخت نیسي ترڅو یو کوچني ماشوم ته جدي زیان ورسېږي.

تاسو ممکن یوه وژونکې تېروتنه کوئ. د خپل ماشوم سره د خپل ملګري/پالونکي د لیدلو لپاره وخت تیر کړی مخکې لدې چې دوی یوځای یوازې پرېږدئ. تعامل یې وګورئ. ډاډ ترلاسه کړئ چې تاسو او ستاسو ماشوم آرام یاست او تعامل مناسب دی.

## ايا ستاسو ملګري/پالونکی

- له خپل ماشوم څخه تمه لری چې هغه کارونه وکړي چې د هغه د عمر لپاره واقعیت نلري؟
- کله چې ستاسو ماشوم قوانین ماتوي یا لارښوونې نه تعقیبوي نو ډیر غبرګون وښایست؟
- کله چې ستاسو ماشوم ژاړي یا غوسه کوي نو غوسه یا بې صبري ښکاره کړئ؟
- خپل ماشوم ته بد نومونه ووايست یا خپل ماشوم ته بدې خبرې وکړئ؟
- فکر کوی چې ستاسو ماشوم ویډیو لوبې کوي؟
- خپل ماشوم ته زیان رسوئ؟
- ایا تاسو ډیر الکول څښي یا د خپل ماشوم شاوخوا مخدره توکي کاروئ؟

که تاسو د دې پوښتنو څخه یوې ته هم "هو" ځواب ورکړی وي، نو ستاسو ماشوم ممکن په خطر کې وي. سم کار ترسره کړئ. په احتیاط سره هغه څوک غوره کړئ چې ستاسو ماشوم وڅاري.

## پمپر/تشناب

- څنگه خپل ماشوم تشناب يا پمپر وراجوي. هغوى ته خبر ورکړى چې دا به سمه وي چې که ستاسو ماشوم حادثه لري .
- پاڼې جامې او پمپرونه په لاس کې ولرئ.

## خواره

- ستاسو ماشوم معمولا څومره خوري او دا سمه ده که ستاسو ماشوم هرڅه ونه خوري.
- د خوړو گډوډي سمه ده!

## د اوبو خونديتوب

- تل خپل ماشوم ته پام وکړئ کله چې په تشناب، لامبو حوض، د اوبو په ډنډونو يا نورو شيانو کې چې له اوبو ډک وي په شمول د تشنابونو کې.

## نظم

- هيڅکله په وهلو، چيغې وهلو، شيانو غورځولو، ښورولو يا وهل مه کوئ.

## د ژړا سره مقابله

- ستاسو د ماشوم د ژړا بندولو لپاره څه شي کار غوره کوي. خپل ملگري/پالونکي ته وښايست چې څنگه خپل ماشوم آرام کړي مخکې له دې چې تاسو لاړ شئ.
- ماشوم په خوندي ځاى کې کيږدى او که ستاسو ماشوم ژړا بند نه کړي نو سمدلاسه زنگ ووهئ.
- ستاسو ماشوم څه کول خوښوي او له کومو لوبو سره لوبې کول خوښوي. خپل ملگري/پالونکي ته وښايست چې تاسو او ستاسو ماشوم څنگه يوځاى لوبې کول خوښوي.

## خوندي خوب

- ستاسو ماشوم تل يوازې خوب کوي او هيڅکله بايد د لويانو يا بل ماشوم سره ویده نه شي.
- ستاسو ماشوم تل په خپل شا په يوه بستره/زانگو/تخت کې ویده کيږي او هيڅکله بايد په صوفه، څوکی، يا کوم نرم بستر کې ویده نه شي.

# تاسو څه کولى شي؟

## خپل ماشوم ته درس ورکړئ

- د کور سره نږدې د باوري گاونډي نوم چې دوى کولى شي زنگ ووهي يا لاړ شي که دوى فکر کوي چې دوى په خطر کې دي.
- په بېرني حالت کې "911" ته څنگه زنگ ووهي.
- دا سمه ده چې تاسو سره د هر هغه ستونزې يا انديښنې په اړه خبرې وکړئ چې دوى ممکن د ملگري / پاملرنې کونکي سره ولري.

## د ماشوم پاملرنې مرکز يا پاملرنې کونکي په لټه کې ياست

- ايا ستاسو پاملرنې کونکى يا د ماشومانو پاملرنې مرکز جواز لري يا تصديق شوى؟
- د لويانو او ماشومانو تناسب څه دى؟
- د دوى ملکيت څه ډول دى ... ايا پټ ځايونه شتون لري، د اوبو خطر ونه؟
- د خوب لپاره د خوندي کړنو په اړه خورا روښانه اوسئ.
- د ورځې په جريان کې ناڅاپي زنگ ووهي يا ليدنه وکړئ او پوښتنه وکړئ "زما ماشوم اوس چيرته دى؟"

## کله چې له کوره ووځئ

- خپل د تليفون شمېره او نور بېرني شمېرې پريږدئ.
- خپل ملگري/پالونکي ته خبر ورکړئ چې د مرستې لپاره تاسو ته زنگ وهل سم دي.
- کله چې تاسو لرې ياست د پاملرنې کونکي سره اړيکه ونيسئ.

## کله چې تاسو کور ته ورسېږئ

- له خپل ملگري/پالونکي څخه وپوښئ چې دوى ستاسو لرې کيدو پرمهال څه وکړل.
- له خپل ماشوم څخه وپوښئ چې ايا دوى ستاسو د ملگري/پالونکي سره ستاسو د وتلو وروسته مينه لري.
- د خپل ماشوم چلند وگورئ، په ځانگړي توگه يو ماشوم يا کوچنى ماشوم. ايا ستاسو ماشوم ارام او خوشحاله ښکاري؟
- که تاسو شک لرئ چې ستاسو په ماشوم کې يو څه غلط دى يا که دوى ټپي شوي وي، سمدلاسه مرسته ترلاسه کړئ.



- د والدينو د نورو لارښوونو او د سيمه ايزو سرچينو په اړه د معلوماتو لپاره، **1-800-CHILDREN** يا "211" ته زنگ ووهئ.
- د کورني تاوتریخوالي په اړه د وړيا، محرم معلوماتو او خدماتو لپاره د کورني تاوتریخوالي ملي تليفوني لاین **1.800.799.7233** ته زنگ ووهئ
- د رواني روغتيا پوښتنو لپاره "988" ته زنگ ووهئ.
- د شکمن ماشوم ناوړه گټه اخيستنې يا غفلت راپور ورکولو لپاره، د انډيانا د ماشومانو ناوړه گټه اخيستنې/غفلت تليفوني لاین **1.800.800.5556** ته زنگ ووهئ.

## زموږ په اړه نور معلومات

د ماشومانو د ناوړه گټه اخيستنې مخنيوی Indiana د ماشومانو د ناوړه گټه اخيستنې او غفلت مخنيوي ته وقف شوی دی. په دې کولو سره، موږ Indiana د خپلو ماشومانو لپاره يو خوندي او غوره ځای جوړوو.

### سرچینې او معلومات

د مخنيوي او والدينو په اړه د نورو معلوماتو او سرچينو لپاره، زموږ ويب پاڼه وگورئ يا **1.800.CHILDREN** (1.800.244.5373) ته زنگ ووهئ.



### د ماشومانو د ناوړه گټه اخيستنې راپور ورکړئ

د ماشومانو د ناوړه گټه اخيستنې او غفلت راپور ورکولو لپاره، مهرباني وکړئ **1.800.800.5556** ته زنگ ووهئ



### زموږ له هڅو ملاتړ وکړئ

د ماشومانو د لومړي پليټ په اخيستلو سره د ماشومانو د ناوړه گټه اخيستنې او غفلت مخنيوي لپاره زموږ د ايالت په کچه هڅو ملاتړ وکړئ. د نورو معلوماتو لپاره خپل سيمه ايز BMV يا [www.in.gov/dcs/2456.htm](http://www.in.gov/dcs/2456.htm) ته مراجعه وکړئ.

