



من  
يراقب  
طفلك؟

من المرجح أن يكون هناك أشخاص يساعدوننا في رعاية طفلنا. قد تكون لدى مقدمات الرعاية توقعات غير واقعية بشأن الأطفال أو قد يفتقرون إلى التدريب والخبرة في رعاية الأطفال. لا تفترض أن مقدمات الرعاية يعرفون توقعاتك، لأنه من مسؤوليتك إيصال ما تتوقعينه منهن بوضوح.

## الأمر التي تحتاج مقدمة الرعاية إلى معرفتها

### التعامل مع البكاء

- عرّف مقدمة الرعاية كيفية تهدئة طفلك.
- ضعي الطفل في مكان آمن واتصلي فوراً إذا لم يتوقف الطفل عن البكاء.
- ناقشي ما يحب الطفل فعله والألعاب التي يحبها.

### النوم الآمن

- يجب أن ينام الطفل دائماً بمفرده، وليس مع شخص بالغ أو طفل آخر.
- يجب أن ينام الطفل دائماً على ظهره في السرير المخصص له/المهد/السرير المتنقل، وليس في فراش ناعم أو بطانية أو وسائد.

### احتياطات السلامة المائية

- راقبي الطفل دائماً أثناء وجوده في حوض الاستحمام أو حمام السباحة أو المسطحات المائية أو أي مكان آخر مملوء بالماء، بما في ذلك المراحيض.

## ماذا يمكنك أن تفعلي؟

### عند مغادرة المنزل

- اتركي رقم هاتفك وأرقام الطوارئ الأخرى مع مقدمة الرعاية.
- أخبري مقدمة الرعاية أنه لا بأس من الاتصال بك طلباً للمساعدة. تواصل مع مقدمة الرعاية أثناء غيابك.

### عند العودة إلى المنزل

- اسألي مقدمة الرعاية عما تفعله أثناء غيابك.
- بعد مغادرة مقدمة الرعاية، اسألي الطفل إن كان يحبها.
- راقبي سلوك الطفل عند عودته إلى المنزل. هل يبدو الطفل مسالماً وسعيداً؟
- إذا كنت تشكين في وجود مشكلة أو إذا تعرض لأذى، فاطلبي المساعدة فوراً.

### تغيير الحفاضات/استخدام المرحاض

- من الطبيعي والمتوقع أن يلجأ الأطفال إلى المرحاض بكثرة.
- احتفظي بحفاضات إضافية وملابس نظيفة لتغييرها عند الحاجة.

### تناول الطعام

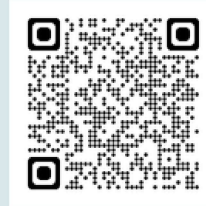
- ناقشي روتين التغذية، بما في ذلك كمية الطعام التي يتناولها عادةً.
- لا بأس بحدوث فوضى أثناء تناول الطعام، فهي أمر متوقع حدوثه. تأكدي من توفر أدوات التنظيف.

### التأديب

- لا تصغبي الطفل، أو تصرخي فيه، أو ترميه بالأشياء، أو تهذي، أو تضربيه أبداً.
- علم الأطفال السلوكيات المقبولة.

## تعرفي على المزيد

اطلعي على الكتيب الكامل عن طريق المسح الضوئي للرمز الورد أدناه.



### علمي طفلك

- اسم جارة موثوقة بها ليتصل بها أو يلجأ إليها إذا شعر أنه في خطر.
- طريقة الاتصال برقم الطوارئ "911" في حالات الطوارئ.
- أنه من الطبيعي التحدث معك لمناقشة المشاكل أو المخاوف التي قد تكون لديه مع مقدمة الرعاية.