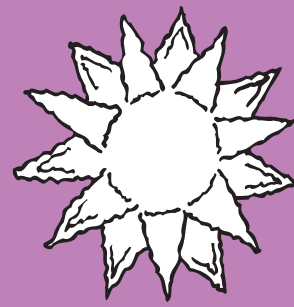


العمر من 12 إلى 14 شهراً

طفلك الذي ينمو

ملف العائلة



التعليم:

الاطفال الصغار في هذا السن:

- يبدأون بالتحدث ببعض الكلمات مثل إسمهم! وأيضاً سوف يقلدونك.
- يبدأون في الوقوف بأنفسهم ويمشون ويتسلقون — خارجاً عن سريرهم الخاص!
- يلوح باي باي ويلعب العاب مثل "إستغماية" أو "إختبأ وإبحث."
- قد يكونون خجولين حول الغرباء و يلتصقون بك عندما تغادر.
- يريد أن يكتشف كل شيء. حول إنتباهه وأبعد الأشياء التي لا تريد أن يلمسها. إجعل نفسك مثالا أعلى ودائماً أتني عليه.
- في بعض الأحيان يصبح محبطاً. قدم له أدوات لمساعدته في أوقات الإحباط- اللغة على شكل كلمات و تلميحات و طلب المساعدة، الخ.

الأطفال الصغار ينمون و يتغيرون ويتعلمون بطرق مختلفة. هذه عدة نصائح تساعدك على الاستمتاع والمحافظة على صحة وسلامة طفلك الصغير.

إتصل بعيادتك الطبية أو ممرض الصحة العامة أو المدرسة الخاصة بالمنطقة التي تعيش فيها إذا كانت لديك أية أسئلة أو أية إهتمامات بخصوص طفلك الصغير.

الصحة

الشهية تختلف حسب النمو والنشاط في هذا السن للاطفال الصغار:



- يحتاجون Child and Teen Checkups (الفحوصات الطبية للطفل والمراهق) في عمر 12 شهراً. الفحص الطبي المنتظم ضروري. إسأل عيادتك الطبية عن إستخدام الفلوريد. وإختبار تسمم الرصاص.
- يأكلون كثيراً مرة واحدة وليس كثيراً في المرة التالية. قدم 3 وجبات و 2-3 وجبات خفيفة صحية يوميا.
- يستخدمون الكوب و ملعقة و الأصابع لإطعام أنفسهم. لا تستخدم زجاجة الرضاعة! أعطي الحليب الكامل الدسم بدلا من اللبن الجاف.
- يحتاجون إلى تنظيف الأسنان واللثة يوميا باستخدام قماش ناعم أو فرشاة أسنان.
- يمكنهم أن يناموا 10-12 ساعة ليلا و يأخذون قيلولة مرة واحدة بالنهار.

الأمان:

- حافظ على الشنط البلاستيكية، دبائيس الأمان، الأشياء الصغيرة مثل العملات المعدنية وقطع الطعام الصلبة بعيدا عن طفلك الصغير.
- استخدم كواشف الدخان وإختبرها مرتين في السنة (مثل تغيير الوقت مرتين كل عام).
- الأطفال الصغار دائما فضوليين. أمن سلاحك بعيدا عن الرصاص. إنه القانون!
- الأطفال الصغار أحيانا يتجولون بعيدا إذا أغفلت عنهم. **راقب طفلك بحرص.**
- إجعل بيتك أمن للطفل أغلق على الأدوية والسموم والأشياء الحادة. إستخدم بوابات على السلالم وراجع قائمة الامان في البيت.

- دائما إستخدم مقعد السيارة الموافق عليه، أمن المقعد بطريقة صحيحة في المقعد الخلفي.
- إحتفظ بحرارة مائك الساخن تحت 120 درجة فهرنهايت. إختبر درجة حرارة الماء بساعدك قبل تحميم طفلك الصغير.
- يمكن للطفل الصغير أن يغرق في كمية ماء قليلة. لا تترك طفلك الصغير أبدا وحده في الحمام.
- لا تترك طفلك الصغير على مكان عالي مثل مكان تغيير الحفاضة أو على الأريكة أو الرف.
- لا تجعل **أحدا** يدخل حول طفلك الصغير.
- دائما إجعل جوانب السرير عالية والفرش أسفل ما يمكن.



يمكن الحصول على هذه المعلومات بأشكال مختلفة للأشخاص المعاقين وذلك هاتفياً على الرقم 431-2629 (651) (صوت) أو على الرقم المجاني 657-3756 (800).

مستخدموا TTY/TDD يمكنهم الإتصال ب Minnesota Relay على الرقم 711 أو 627-3529 (800) لخدمة التفسير و المساعدة الكلامية، إتصل على الرقم 627-3848 (877).

Minnesota Poison Information

معلومات عن التسمم بولاية مينيسوتا

1-800-222-1222

Minnesota Immunization Hotline

خط تليفون خاص بالتطعيمات بولاية مينيسوتا

1-800-657-3970

Home Safety Checklist

قائمة أمان المنزل

(651) 281-9857