

العمر من 18 إلى 23 شهراً

طفلك الذي ينمو

ملف العائلة



- يمكنهم أن يناموا 10-12 ساعة ليلاً و يأخذون قيلولة مرة واحدة بالنهار.
- يمكنهم أن يناموا بأنفسهم. ضع مواعيد منتظمة لوقت النوم.

التعليم:

الاطفال الصغار في هذا السن:

- يعرفون 15-20 كلمة. يحبون أن يقلدوا ما تقوله وما تفعله. اقرأ لهم كتب قصيرة تحتوي على صور ملونة.
- يمشيون جيداً و يبدأون في العدو.
- يحب أن يرمي الكرة و يبني أبراج بالمكعبات و يخرش بالأقلام الملونة.
- يبدأون في إعطاء قبلات ولكن ما يزالوا يخافون من الغرباء.
- يحب أن يتخذ قرارات بنفسه ويمكن أن يغضب. أعطه إختيارات — ”هل تريد الأحمر أم الأزرق؟“ وكن محافظاً وحاول أن تثني على طفلك الصغير دائماً!
- يمكن أن تنتابه نوبات غضب. ساعد طفلك الحابي على التعبير عن مشاعره بالكلمات “هل أنت محبط لأن برجك تهدم. لماذا لا نبني برجاً آخر؟“

الأطفال الصغار ينمون و يتغيرون و يتعلمون 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 الاطفال الصغار:



- يحتاجون Child and Teen Checkups (الفحوصات الطبية للطفل والمراهق) في عمر 18 شهراً. الفحص الطبي المنتظم ضروري. إسأل عيادتك الطبية عن إستخدام الفلوريد.
- يأكلون كثيراً مرة واحدة وليس كثيراً في المرة التالية. قدم 3 وجبات و 2-3 وجبات خفيفة صحية يوميا. أن يأكل مما ستحضره من طعام للجميع! عليك أن تقرر متى و أين ستقدم الطعام. دع طفلك الصغير يقرر الكمية التي يأكلها (إن كان سيأكل).
- يستخدمون الكوب و ملعقة و الأصابع لإطعام أنفسهم. لا تستخدم زجاجة الرضاعة! قدم لهم نفس الطعام الذي تحضره للآخرين وكذلك الحليب الكامل الدسم (16-12 ounces يوميا).
- يحتاجون إلى تنظيف الأسنان واللثة يوميا باستخدام قماش ناعم او فرشاة أسنان. إستخدم معجون أسنان بالفلوريد في حجم البازلاء.

الأمان:

- أبعد الأكياس البلاستيكية والبالونات ودبابيس الأمان والأشياء الصغيرة مثل العملات المعدنية وقطع الطعام الصلبة بعيدا عن طفلك الصغير. لا تسمح لطفلك بالمشي أو العدو أو ركوب السيارة في حالة وجود أي طعام في فمه.
- استخدم كواشف الدخان وإختبرها مرتين في السنة (مثل تغيير الوقت مرتين كل عام).
- الأطفال الصغار دائما فضوليين. أمن سلاحك في مكان و الرصاص في مكان آخر. إنه القانون!
- لقد أصبح طفلك الصغيرة مستقلا ومن الممكن أن يهرب بعيدا إذا أغفلت عنه. راقب طفلك الصغير بحرص.
- إجعل بيتك آمن 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 تحميل 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. غير السرير إلى سرير طفل إذا إستطاع طفلك الصغير تسلق السرير.



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