

السلامة

nobody's perfect

السلامة اليومية خارج المنزل

السلامة على الطريق

- تأكد من أن طفلك يلعب في منتزه أو ساحة مسيجة وليس بجانب الطريق أو قرب ممر السيارات، واحرص على وجود شخص يراقبه طوال الوقت.
- يمكنك البدء بتعليم الطفل ذي الثلاث أو أربع سنوات قواعد السلامة عند عبور الشارع، ولكن يجب مسك يده دائماً لدى عبور الشارع.
- كن قدوة حسنة، واحرص أنت نفسك على إتباع قواعد السلامة.

السلامة أثناء ركوب الدراجات الهوائية الثنائية أو الثلاثية العجلات

- تأكد من ارتداء طفلك لخوذة الدراجات الهوائية المطابقة لمواصفات السلامة في كل مرة يركب فيها الدراجة ثنائية أو ثلاثية العجلات، واحرص على إزالة خوذة قبل الانتقال إلى معدات الملعب.
- كن قدوة حسنة. احرص على ارتداء خوذة السلامة عند ركوب الدراجات الهوائية، فأنت أفضل معلم لطفلك.



السلامة في الملعب

- صُممت ألعاب الهواء الطلق وهياكل اللعب لأعمار مختلفة. ينبغي أن يلعب الطفل الذي لم يبلغ الخامسة من عمره بعد على الهياكل المنخفضة الارتفاع. كما يجب الحذر من الأشياء الحادة أو الفراغات التي قد يعلق بها رأس طفلك.
- تفحص الأسطح تحت الأراجيح والزحليقات وهياكل التسلق، يجب أن تكون عميقة وليئة دون تراب أو عشب.
- ابق قريباً من طفلك، وهذا يعني أن تكون بقربه تماماً في أثناء التزحلق أو التأرجح.
- تأكد من عدم ارتداء طفلك لخوذة أو وشاح أو أشرطة خلال اللعب على معدات الملعب.

For an electronic version of this EVERYDAY SAFETY OUTDOORS tipsheet, please contact: DCA.public.inquiries@phac-aspc.gc.ca. Pour recevoir une version électronique de la fiche de renseignements LA SÉCURITÉ AU QUOTIDIEN À L'EXTÉRIEUR, veuillez s'il vous plaît contacter : DEA.renseignements.publiques@phac-aspc.gc.ca.



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

Canada

أنشطة مسلية وبسيطة

ألعاب لتعليم قواعد السلامة

توقّف - سر

أناشيد قواعد السلامة

- أحياناً يكون من الصعب جعل الطفل يتوقف عن السير عندما نرغب في إيقافه. لذا يمكنك اختراع لعبة التوقف والسير لدى قول الكلمتين الخاصتين. يكون التدريب أولاً في المنزل من خلال المشي حول الغرفة معاً، ثم عند قولك "توقّف"، عليك التوقّف مع طفلك كتمثالين من جليد، وعند قول "سر" يمكنكما بدء السير مجدداً .

- سيتعلّم طفلك من خلال اللعبة سرعة الاستجابة، وعندما تمشيان سوياً في الخارج يمكنك قول كلمة "توقّف" لجعله يتوقّف. فإطاعة الأوامر تكون أكثر سهولة عندما يشعر طفلك أنه يلعب لعبة.



يمكنك تأليف أغان حول قواعد السلامة المرورية وغناؤها بنغمة مألوفة. فهذه طريقة بسيطة ومسلية لمساعدة طفلك على تذكّر تلك القواعد. فيما يلي مثالان يمكن غناؤهما على نغمة أنشودة "Frère Jacques":

أصفر يعني انتظر

أصفر يعني انتظر

أحمر يعني قف

أحمر يعني قف

أما اللون الأخضر

فيعني هيا نعب

يداً بيد، يدّاً بيد.

عند المنعطف

عند المنعطف

ننظر يساراً

وننظر يميناً

وننظر يساراً من جديد

ثم هيا نعب

يدّاً بيد، يدّاً بيد.

Space for local health care centre or practitioners' contact information:
Espace réservé pour inscrire les coordonnées de votre centre de soins de santé local ou d'un professionnel de la santé: