3-5 sano jir

Sida ilmahaaga looga ilaaliyo dhaawac ka soo gaaro guriga, wadada iyo marka ay ciyaarayaan

CHILDSAFETYLINK Here for you.

Walaacyada amaanka ee ugu waawayn e 3-5 sano jirka:

- Kasoo dhicida kursiyada, sariiraha iyo jaran jarada
- Wax ku istaaga ama ciijin
- Liqida sun sida dawada ama waxyaabaha wax lagu nadiifiyo
- In uu ku gubto biyo kulul ama inuu taabto wax kulul
- Inuu ku waxyeeloobo shil gaadhi
- In uu jiidho gaadhi marka uu lugaynayo ama ka talaabayo jidka
- Biyo ku harqan

Amaanka Guriga

- Ku dhaji gidaarka oo ku xidh wax alaabta guriga ee culus iyo talefiishinada.
- U jeedi gacanta diltida dhanka shoolada. Ka fogee dareeraha kulul iyo agabka.
- Alaabta guriga ka fogee daaqada.
- Xadhkaga ka fogee daaha daaqada oo daaha meel ku xidh oo ka fogee.
- Ka fogee dhamaan sunta, sida khamrida, mukhaadaraadka, dawooyinka, fiitaamiinada iyo waxyaabaha wax lagu nadiifiyo, oo ka saar meel sare ama kabadh qufulmaya.
- Liistiga telfoonkaaga ku qoro lambarada xakamaynta sunta deegaankaaga:
  - NB dhexdeeda, wac 811 ama 911.
  - NS dhexdeeda ama PEI, wac 1-800-565-8161.
  - NL dhexdeeda wac 1-844-POISONX

3-5 sano jir

Sida ilmahaaga looga ilaaliyo dhaawac ka soo gaaro guriga, wadada iyo marka ay ciyaarayaan

CHILDSAFETYLINK Here for you.

Amaanka Jidka

- Markasta isticmaal kursiga gaadhiga ama korsi kor u qaadaya, xataa marka aad saaran tahay tagsi.
- Isticmaal kursiga gaadhiga ee leh shanta suun ilaa inta ilmuhu uu noqonayo ugu yaraan 40 bowndhis (18kg) iyo 4 sano jir. Kuraasta gaawaadhida qaar ayaa hayn kara ilme ilaa 65 bowndhis (30 kg) ah.
- Sug inta uu ilmahaagu ka cuslaanayo 40 bowndhis (18 kg) ee uu ka waynayaayo 4 sano jir kahor inta aanad u bilaabin kursi dheereeyaha.
- Hay gacanta ilmahaaga inta aad ka talaabaysaan jidka ama marka aad gashaan baarkinka gaadiidka.

Amaanka Meesha Lagu Ciyaaro

- U dhawaw ilmahaaga oo u jirso meel aad ka gaadhayso inta ilmuhu uu ku jiro ama ku dhaw yahay biyaha, sida barkada maydhiga, barkada dabaasha iyo biyaha furan. Ilmahaagu wa inuu mar kasta xidhaa jaakeedka biyaha marka uu ku jiro ama u dhaw yahay biyaha banaanka.
- U door koofiyada adag ee ku haboon ilmahaaga isboortig iyo hawlaha uu wado. U noqo tusaale oo
- xidho koofiyada adag.
- U door garoon leh jay, ciid, loox la xoqy ama caag uu dhulka yaal.
- Ka saar shalmada iyo wixii madaxa ugu duuban ilmaha kahor inta aanu ciyaarta banaanka ka qayb gelin.
- Ilmahaagu ha qaado khatarta caafimaad oo ha firfircoonaado marka uu ciyaarayo.