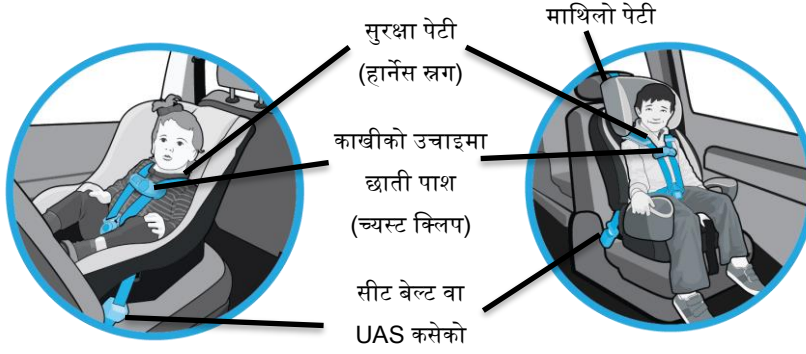


# के तपाईंको नानी उपयुक्त सीटमा छ?



टाउको र गर्दनलाई  
टेवा पुऱ्याउने  
व्यवस्था  
काख र काँधको  
बेल्ट



## पछाडिपट्टि फर्केको सीट

- पछाडिपट्टि फर्केको सीटले आकस्मिक रोकाइ वा टक्करमा तपाईंको नानीको टाउको, गर्दन र मेरुदण्डलाई सबैभन्दा राम्रो सुरक्षा प्रदान गर्दछ ।
- तपाईंको नानी जब शिशुको सीटमा बस्न सकिने भन्दा ठूलो हुन्छ, पछाडिपट्टि फर्केको अझै ठूलो सीटको उपयोग गर्नुहोस् ।
- 2 वर्ष, 3 वर्ष वा 4 वर्ष सम्म पनि भएसम्म तपाईंको नानी पछाडिपट्टि फर्केको सीटमा यात्रा गर्दा सबभन्दा अधिक सुरक्षित रहने छ ।
- यात्रा गर्दा, आफ्नो नानीलाई पछाडिपट्टि फर्केको ठूलो सीटमा तबसम्म राख्नुहोस् जबसम्म त्यो सीट उसको लागि सानो हुँदैन ।

## अगाडिपट्टि फर्केको सीट

- अगाडिपट्टि फर्केको सीटले त्यस नानीलाई सुरक्षा प्रदान गर्छ जसको लागि पछाडिपट्टि फर्केको ठूलो सीट पनि सानो हुन्छ ।
- तपाईंको नानी कम्तीमा 18 किलो (40 पाउण्ड) हुन्जेल र ठिक तरिकामा बस्न सक्ने नभएसम्म उसलाई 5-बुँदा सुरक्षा-पेटी (हार्नेस) मा राख्नुहोस् । यस्तो 4, 5 वा 6 वर्षको उमेर पुग्दा हुन सक्छ ।
- उपरोक्त सक्षमता प्राप्त गर्न भन्दा अघि नै यदि तपाईंको नानी त्यसतो सीटमा बस्न सकिने भन्दा ठूलो शरीर भएको हुन्छ भने, तपाईंलाई 5-बुँदा सुरक्षा-पेटी (हार्नेस) वाला सीट चाहिन्छ, जसमा अग्लो र अधिक तौलको नानी बस्न सक्छ ।

## बूस्टर सीट

- बूस्टर सीटले नानीलाई माथि उठाउँछ, जस मार्फत नानीका बलिया हाडहरूलाई वयस्क सीट बेल्टसँग मिलाएर बाँध्न सकिन्छ ।
- बूस्टर सीटको उपयोग गर्नको लागि तपाईंको नानी कम्तीमा 18 किलो (40 पाउण्ड) तौलको हुनु पर्छ ।
- यताउता तिर नधुमिकन वा खिप (buckle) नखोलिकन, तपाईंको नानी सीधा र मेरुदण्ड ठड्याएर बस्न सक्षम हुनु पर्छ ।
- तपाईंको नानी कम्तीमा 145 सेन्टिमीटर (4 फुट 9 इन्च) अग्लो नहुन्जेल र उसलाई सीट बेल्टमा ठिकसँग राख्न नसकिने बेलासम्म बूस्टर सीटको उपयोग गर्नुहोस् ।

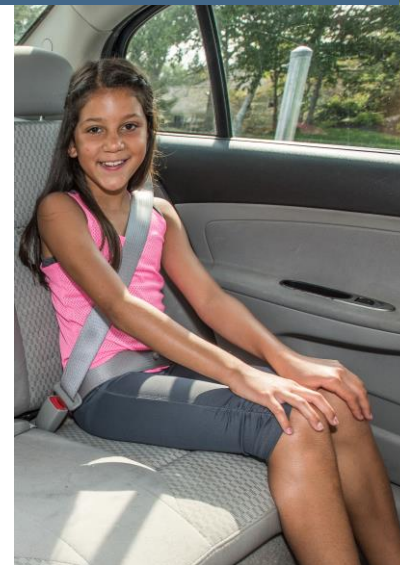
## आफ्नो सीटका लागि दिइएका निर्देशनहरूको सधैं पालना गर्नुहोस् ।

### के तपाईंको नानीले सुरक्षित रूपमा सीट बेल्ट उपयोग गर्न सक्छ?

- के तपाईंको नानी कम्तीमा 145 सेन्टिमीटर (4 फुट 9 इन्च) अग्लो छ?
- सीटको पछाडिको भागसँग हाडलाई अडेस दिएको अवस्थामा बस्दा खेरि के तपाईंको नानीका घुँडाहरू सीटको किनारमा सजिलोसँग मोडिन सक्छन्?
- के पेटमा लगाउने बेल्ट तल झर्छ अनि नितम्बका हाडहरूमा कस्छ?
- के काँधको बेल्ट छाती माथि धेरैग तपाईंको नानीको गर्दन र काँधको बीचमा रहन्छ?
- के तपाईंको नानीले सामान्य रूपमा मेरुदण्ड ठड्याएर अनियन्त्रित रूपमा ननिहुरीकन सम्पूर्ण यात्रा पूरा गर्न सक्छ ।

तपाईंको नानीले यी सबै 5 कुरा पूरा गर्न नसक्नेसम्म, हरेक सवारीमा बूस्टर सीट उपयोग गर्दै गर्नुहोस्

13 वर्ष भन्दा कम उमेरका नानीहरू पछाडिपट्टि फर्केको सीटमा सब भन्दा बढी सुरक्षित हुन्छन् ।

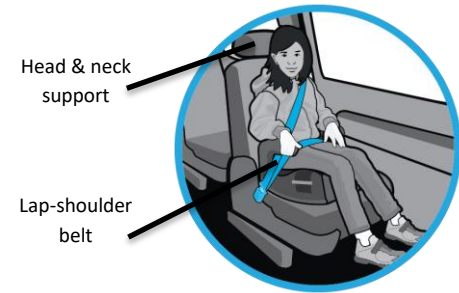
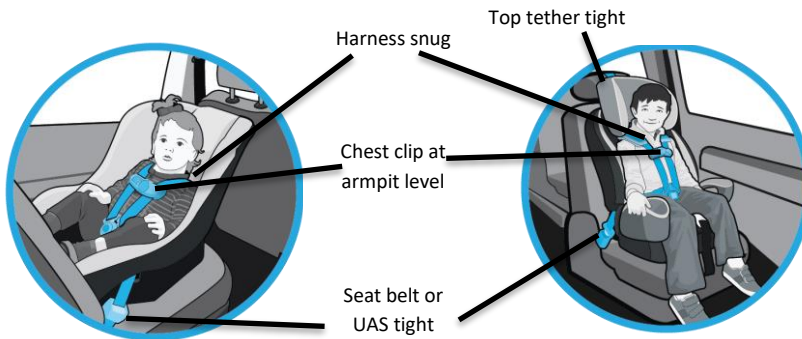


के कुनै प्रश्नहरू छन्? हामीलाई 1-866-288-1388 मा कल गर्नुहोस्

Chilfsafetylink.ca

IWK स्वास्थ्य केन्द्र (IWK Health Centre) को एक कार्यक्रम

# Is your child in the right seat?



## Rear-facing seat

- A rear-facing seat provides the best protection for your child's head, neck and spine in a sudden stop or crash.
- When your baby outgrows the infant seat, use a larger rear-facing seat.
- Your child is safest riding rear-facing until 2, 3 or even 4 years old.
- Keep your child rear facing for as long as he or she still fits the larger, rear-facing seat.

## Forward-facing seat

- A forward-facing seat protects a child who has outgrown his or her larger rear-facing seat.
- Keep your child in a 5-point harness until he or she weighs at least 18 kg (40 pounds) and is able to sit correctly. This may be at 4, 5 or even 6 years old.
- If your child outgrows this seat before he or she is ready, you will need a 5-point harness seat that will hold a taller, heavier child.

## Booster seat

- A booster seat lifts the child up so that the adult seat belt fits across the strongest bones.
- Your child must weigh at least 18 kg (40 pounds) to use a booster seat.
- Your child must be able to sit straight and tall without moving around or unbuckling.
- Use a booster seat until your child is at least 145 cm (4 feet 9 inches) tall and fits the seat belt correctly.

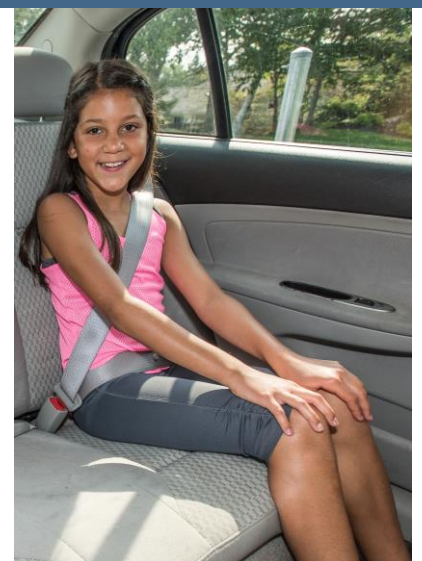
## Always follow the instructions for your seat.

### Can your child safely use a seat belt?

- Is your child at least 145 cm (4 feet 9 inches) tall?
- Do your child's knees bend comfortably at the edge of the seat when he or she is sitting all the way back?
- Does the lap belt stay low and snug across the hip bones?
- Does the shoulder belt cross the chest and stay between your child's neck and shoulder?
- Can your child sit like this for the whole trip without slouching?

**Until your child can meet all 5 steps, keep using a booster seat on every ride.**

Children under the age of 13 are safest in the back seat.



**Have questions?**  
**Call us at 1-866-288-1388**

[Childsafetylink.ca](http://Childsafetylink.ca)

A program of the IWK Health Centre