

باید در منزل به اندازه کافی کتاب و مطالب خواندنی مناسب فرزند خود را داشته باشید. لزومی ندارد که کتاب‌ها جدید یا گران باشند گاهی می‌توانید کتاب‌ها و مجلات ارزان قیمت هم در کتابفروشی‌ها پیدا کنید. می‌توانید از اقوام یا دوستان بخواهید که اگر کتابی دارند برای مطالعه به فرزند شما قرض یا به عنوان هدیه تولد یا مناسبت‌های دیگر به او کادو دهند. برای مطالعه زمان خاصی را در نظر بگیرید. بعضی از خانواده‌ها از خواندن کتاب با صدای بلند برای یکدیگر لذت می‌برند شما هم می‌توانید یک مطلب جذاب انتخاب کنید و آن را برای همه بخوانید. فرزند خود را تشویق کنید که از کتابخانه استفاده کند. او را به کتابخانه محل ببرید و کمکش کنید که عضو شود. از مسئولین کتابخانه بخواهید که کتاب‌ها را طرز استفاده از کتابخانه و نحوه پیدا کردن کتاب‌ها را به او یاد دهند. در مطالعه کردن برای فرزند خود یک الگو باشید. اجازه دهید فرزند شما ببیند که شما هم مانند کارهای روزمره زندگی از مطالعه کردن از هر نوع مثلاً نامه، نقشه، روزنامه، مجله، کتاب آشپزی، دستورالعمل استفاده از وسایل و غیره لذت می‌برید.

توصیه

این توصیه‌ها را جدی بگیرید

برق شمارا نگیرد!



فصل بهار در کنار آرامش ظاهری اش، گاهی بطور ناگهانی آدم را غافلگیر می‌کند. هوای آرام ناگهان به هم می‌ریزد و تندباد و رعد و برق و رگبارهای بهاری شروع می‌شود. حتی تا آخرین روزهای فصل بهار هم نباید فریب گرم شدن هوا را بخورید. برای ایمنی بیشتر بهتر است توصیه‌های زیر را در هنگام وقوع تند باد و رگبارهای همراه با رعدوبرق در نظر داشته باشید.

- انجام کارهای بیرون از خانه را بهتر است به تعویق انداخت.
- باید به داخل خانه یا خودرویی که سقف محکمی دارد پناه برد. هر چند که در صورت اصابت برق به خودرو ممکن است دچار آسیب شد اما در هر حال داخل خودرو از فضای با امن تر است.
- پوشیدن کفش یا لباس از جنس پلاستیک در مقابل آذرخش هیچگونه ایمنی به همراه ندارد. اما چارچوب فلزی یک خودرو (به شرط عدم تماس) می‌تواند ایمنی بیشتری داشته باشد.
- اشیای خارج از خانه را باید محکم کرد، زیرا ممکن است در برابر باد به اطراف پرتاب شده و موجب آسیب شوند
- پنجره‌ها و درهای خارجی ساختمان باید مسدود شوند. پرده‌ها را کشیده و سوراخ‌های موجود در خانه بسته شوند
- از رفتن به حمام و دوش گرفتن خودداری شود.
- از تلفن ثابت فقط برای موارد اضطراری استفاده شود، استفاده از تلفن‌های بی‌سیم و موبایل منعی ندارد.
- تمامی وسایل برقی موجود در خانه را باید از برق کشید.
- آخرین اخبار از طریق رادیو پیگیری شود. باید از انجام موارد زیر خودداری شود:
- رفتن به زیر تک درخت بلندی در فضای باز
- رفتن به نقاط مرتفع، فضای باز، ساحل دریا یا داخل قایق روی آب
- رفتن به آلونک‌ها یا سایر ساختمان‌های کوچک در فضاهای باز
- سوار شدن روی تراکتور، ماشین آلات کشاورزی، موتورسیکلت، دوچرخه، گاری و نظایر اینها

نکته
قانون ایمنی ۳۰/۳۰ چیست؟
همان‌طور که می‌دانید سرعت نور بیشتر از سرعت صوت است. بنابراین ما نور برق را زودتر می‌بینیم و صدای رعد را بعداً می‌شنویم. این بدان معناست که هر چه این دو فاصله زمانی کمتری داشته باشند، رعدوبرق به ما نزدیک‌تر است. به همین دلیل هم کارشناسان توصیه می‌کنند که باید ۳۰ ثانیه ایمنی ۳۰۰ متر راهنگام وقوع آذرخش به خاطر داشت. این برق تا شنیدن صدای رعد نتواند تا عدد ۳۰۰ متر بداید. فاصله داخل خانه رفت. اگر از شنیدن صدای آخرین رعد ۳۰ دقیقه بگذرد، می‌توان از خانه بیرون آمد. اطلاعات بیشتر در: www.khadem.ir

- اگر کسی در ناحیه جنگلی است، بهتر است به ناحیه‌ای کم ارتفاع در زیر درختان تنومند و کوتاه پناه ببرد.
- اگر کسی در فضای باز است، بهتر است به ناحیه‌ای کم ارتفاع مانند دره یا گودال پناه ببرد. با این حال باید مراقب سیل ناگهانی باشد.
- اگر کسی در داخل آب است، بهتر است فوراً به خشکی رفته و پناه بگیرد.
- اگر کسی در جایی است که موبایلش سیخ شده‌اند (به دلیل نزدیکی به برق)، باید فوراً چمباتمه زده، دست‌ها را روی گوش قرار داده و سر را در میان زانو‌ها بگذارد. تا آنجایی که امکان دارد، باید اندازه بدن را کوچک کرده و سطح تماس را با زمین به حداقل برساند. به هیچ وجه نباید روی زمین دراز بکشد.



پسر م ظاهر ایدم رفته بود بهت بگم چطور با ایداز آتیش خاموش کن استفاده کنی!

چطور از سوختگی پیشگیری کنیم؟

کنجکاوهای مثل فشفشه!

می‌دانید چقدر طول می‌کشد تا یک کودک ۹ ماهه طول یک اتاق را چهار دست و پا طی کند؟ اگر شما فرزندتان را این سن دارید می‌توانید آزمایش کنید. بسیار اتفاق افتاده است که تنها گذاشتن کودک، حتی به مدت چند ثانیه، آنها را دچار حادثه ناگواری کرده که گاهی منجر به مرگ شان شده است. مثلاً، رها کردن کودک برای چند لحظه در هنگام استحمام، به منظور انجام کاری فوری و یا تنها گذاشتن کودک در اتاق یا آشپزخانه، برای باز کردن در منزل می‌تواند حوادث جبران ناپذیری به بار آورد. آمار نشان می‌دهد که حوادث زمانی برای کودکان اتفاق می‌افتد که شما خسته یا سرگرم کاری هستید.

کنجکاو و پر تحرک اند

کنجکاوی و تحرک کودکان عامل آسیب‌پذیری بیشتر آنها می‌شود، از این رو، به مراقبت بیشتر نیاز دارند. آنها می‌خواهند اطراف خود را بشناسند و از هر چیزی سر در آورند. بنابراین برای شناختن هر چیز به آن دست می‌زنند. کودکان خیلی کوچک برای شناختن اشیای آنها را به دهان می‌برند، داخل قفسه‌ها را جست و جو می‌کنند و برای آنکه بدانند روی میز چیست از آن بالا می‌روند. همه اشیاء، به خصوص اشیای رنگی و قشنگ، آنها را به خود جلب می‌کند.

انقدر توانا هستند که خطر آفرین باشند

- کودکان زیر یک سال با چهار دست و پا راه رفتن در مدت بسیار کوتاهی می‌توانند خود را از اتاقی به اتاق دیگر و یا به آشپزخانه برسانند.
- کودکان یک ساله می‌دانند که در اطراف آنها چیزهایی وجود دارد که قادر به دیدن آنها نیستند، به همین دلیل، سعی می‌کنند در کمد یا کابینت را باز و داخل آن را جست‌وجو کنند.
- کودکان دو ساله می‌توانند با چرخاندن در قوطی‌ها یا بطری‌ها آنها را باز کنند.
- کودکان سه تا چهار ساله می‌توانند کبریت یا فندک را روشن کنند.
- کودکان ۵ ساله معمولاً می‌توانند در یک بطری یا ظرف در پوش مخصوص ایمنی را باز کنند.

چطور داغ سوختگی کودک، بر دل مان نماند

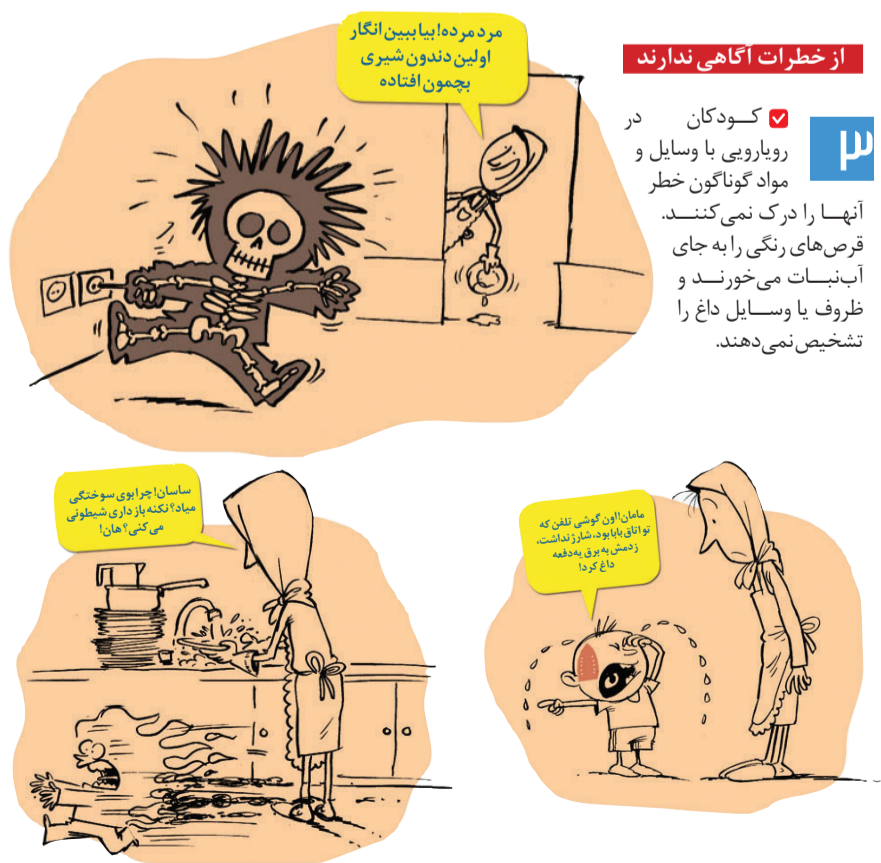
به او بگوئید چیز است

مراقبت از بچه‌ها در برابر سوختگی مسأله مهمی است که اغلب خانواده‌ها از آن غافل هستند در کشور ما طبق آمار، بیشترین گروه آسیب‌پذیر را کودکان زیر ۱۰ سال تشکیل می‌دهند

بعد از تصادف با خودرو، دومین عامل معلولیت در ایران سوختگی است. درست همان خطری که بیشتر از ما کودکانمان را تهدید می‌کند. چرا که آنها درک درستی از داغی و سوزندگی مواد مختلف، از بخاری بگیرد تا لیوان چایی که دست ما می‌بینند ندارند و در اثر حادثه‌ای که برایشان رخ می‌دهد، یا معلول می‌شوند یا جان‌شان را از دست می‌دهند. در کشور ما طبق آمار، بیشترین گروه آسیب‌پذیر را کودکان زیر ۱۰ سال تشکیل می‌دهند و به خصوص کودکان زیر ۵ سال بیش از بقیه در معرض سوختگی قرار دارند. شایع‌ترین نوع سوختگی در کودکان زیر ۳ سال، سوختگی با آب جوش و در کودکان ۳ تا ۴ سال آتش گرفتن لباس است. در این گروه سنی، سوختگی اغلب هنگام بازی با کبریت و فندک به وجود می‌آید. در سنین ۵ تا ۱۲ سال سوختگی با شعله و آتش بیشتر از سوختگی با حرارت (مثل آب جوش) است. موارد سوختگی در پسر بچه‌ها بیشتر از دختر بچه‌هاست. بی احتیاطی و غفلت والدین عامل ۹۰ درصد سوختگی‌های کودکان است. تعداد سوختگی در فصول سرد سال بیشتر می‌شود. ضمن اینکه احتمال سوختگی در خانواده‌های پر جمعیت و خانواده‌هایی که نظارت کمتری بر کودکان دارند، بیشتر است. همچنین کودکانی که از آموزش عملی کمتری برخوردارند، بیشتر در معرض خطر سوختگی قرار دارند.

سوختگی با برق

- با پریزهای برق بازی و حتی انگشت، میخ یا سنجاق به داخل آن فرو می‌کنند. در صورتی که پریزهای منزل شما در پوش محافظ ندارند، با قرار دادن اشیای سنگین جلوی پریزها، مانع دستکاری کودکان شوید.
- سیم‌های پوسیده و پریزهای شل را فوراً تعمیر کنید، زیرا در اثر تماس با آنها خطر سوختگی و برق‌گرفتگی برای افراد خانواده وجود دارد، به خصوص برای کودکان که این نوع خطرات را تشخیص نمی‌دهند.
- سیم‌های برق را از دسترس کودکان دور نگه دارید زیرا آنها با به دهان بردن سیم‌ها و گاز گرفتن آنها دچار سوختگی و برق‌گرفتگی می‌شوند.
- در هر پرز فقط از یک دوشاخه استفاده کنید. استفاده از یک پرز برای چند وسیله برقی خطرناک است و ممکن است منجر به سوختگی، برق‌گرفتگی و یا آتش‌سوزی شود.



مرد مرده! بیابین انگار اولین دندون شبری بچمون افتاده

ساسان چراوی سوختگی می‌کنی! اها! می‌کنی! اها!

مادان! اون کوشی تلفن که توانایی پناه بود. شارژ نداشت. زخمش به برق پدافه داغ کرد!

از خطرات آگاهی ندارند

● کودکان در روبرویی با وسایل و مواد گوناگون خطر آنها را درک نمی‌کنند. قرص‌های رنگی را به جای آب‌نبات می‌خورند و ظروف یا وسایل داغ را تشخیص نمی‌دهند.