

Farsi

# توصیه‌هایی برای والدین کودکان ۷ تا ۲۴ ماهه



## STRENGTHENING REFUGEE AND MIGRANT CHILDREN'S HEALTH STATUS

IN SOUTHERN AND SOUTH-EASTERN EUROPE

**unicef**   
for every child



Co-funded by  
the Health Programme  
of the European Union



COMMISSARIAT  
FOR REFUGEES AND MIGRATION  
REPUBLIC OF SERBIA

زندگی در سفر، به خستگی و ضربه روانی منجر می شود، و در این شرایط، بسیاری از والدین و کودکان، به مراقبت و محافظت از سلامت نیاز دارند.

به همین دلیل، این پرورشور آموزشی با توصیه کلیدی درباره سلامت، تغذیه و رشد کودک، و نیز اطلاعاتی درباره توانایی‌ها و مهارت‌های کلیدی که انتظار می‌رود در سنین مشخص در کودکان رشد یابند، در نظر است. تنها منبع مراجعه والدین برای پیشرفت کودکشان باشد. در صورت هرگونه مشکل در هنگام ورود به کشور یا در طول اقامت در آن، والدین باید از مراکز خدمات تخصصی کمک بگیرند.

## تفویم مصون‌سازی



زمان‌بندی	واکسن‌ها
هنگام تولد	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ علیه هپاتیت ب - دوز نخست؛</li> <li>▶ علیه سل؛</li> </ul>
در یک ماهگی	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ علیه هپاتیت ب - دوز دوم؛</li> </ul>
در دو ماهگی	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ علیه بیماری‌های دیفتتری، کزاز، سیامسرفه، فلج اطفال، آنفلوآنزای هموفیلوس نوع ب - دوز نخست؛</li> <li>▶ علیه سینه پهلوی - دوز نخست؛</li> </ul>
در ۳/۵ ماهگی	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ علیه بیماری‌های دیفتتری، کزاز، سیامسرفه، فلج اطفال، آنفلوآنزای هموفیلوس نوع ب - دوز دوم؛</li> <li>▶ علیه سینه پهلوی - دوز دوم؛</li> </ul>
در ۵ ماهگی	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ علیه بیماری‌های دیفتتری، کزاز، سیامسرفه، فلج اطفال، آنفلوآنزای هموفیلوس نوع ب - دوز سوم؛</li> <li>▶ علیه سینه پهلوی - دوز سوم؛</li> </ul>
در ۶ ماهگی	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ علیه هپاتیت ب - دوز سوم؛</li> </ul>
<b>در ۹ ماهگی (هیچ‌گونه مصون‌سازی در این سن وجود ندارد)</b>	
بین ۲۱ تا ۵۱ ماهگی	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ علیه سرخک، گوشک، سرخجه؛ علیه سینه پهلوی - واکسیناسیون دوباره؛</li> </ul>
در یک و نیم سالگی (۱۸ ماهگی)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ علیه بیماری‌های دیفتتری، کزاز، سیامسرفه، فلج اطفال، آنفلوآنزای هموفیلوس نوع ب - واکسیناسیون نخست؛</li> </ul>
<b>در سال سوم (بین ۲۴ تا ۳۶ ماهگی) (هیچ‌گونه مصون‌سازی در این سن وجود ندارد)</b>	
پیش از ورود به مدرسه ابتدایی (۶ تا ۷ سالگی)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ علیه سرخک، گوشک، سرخجه؛ واکسیناسیون دوباره؛</li> <li>▶ علیه بیماری‌های دیفتتری، کزاز، سیامسرفه، فلج اطفال - واکسیناسیون دوم؛</li> </ul>

زمان‌های معاینات پیشگیرانه و واکسیناسیون را مطابق با تقویم مصون‌سازی برنامه‌ریزی و تعیین کنید.

### پس از تولد (ماه نخست)

- ▶ معاینه نوزاد و زن زایمان‌کننده از سوی پرستار معاینه‌کننده (پنج بار برای همه کودکان، و بر اساس دستورات پزشک کودکان برای کودکان در معرض خطر)
- ▶ معاینه پیشگیرانه میدانی از سوی پزشک کودکان (یک بار در هر ۱۵ روز پس از تولد، فقط برای کودکان در معرض خطر)

### نوزاد (از ماه دوم تا پایان سال نخست)

- ▶ معاینه پیشگیرانه (شش بار برای همه کودکان، و بر اساس ارزیابی پزشک کودکان برای کودکان در معرض خطر)
- ▶ سونوگرافی برای تشخیص زودهنگام دیسپلازی مفصل ران
- ▶ تست عملکرد گفتار
- ▶ معاینه پیشگیرانه دندان‌ها
- ▶ معاینه خانواده از سوی پرستار معاینه‌کننده (دو بار برای همه بچه‌ها، و چهار بار برای بچه‌های دارای معلولیت)

### سال دوم زندگی

- ▶ معاینه پیشگیرانه (دو بار، در ۱۳ تا ۱۵ ماهگی و ۱۸ تا ۲۴ ماهگی)
- ▶ تست عملکرد شنوایی (یک بار، فقط برای کودکان در معرض خطر)
- ▶ معاینه دندان‌ها
- ▶ معاینه خانواده از سوی پرستار معاینه‌کننده (یک بار)

از فرصت استفاده کنید و با پزشک کودکان درباره رشد کودک، آمادگی برای بردن به مرکز نگهداری روزانه کودکان در صورت نیاز، و نیز هر نگرانی دیگری که ممکن است داشته باشید صحبت کنید. از او بخواهید از یک ابزار ارزیابی رشد استفاده کند.

### تغذیه

### از ماه ۷ تا ۹ ماه

دادن شیر سینه، دادن ویتامین D<sup>۳</sup> و دادن غذاهای جدید را به او ادامه دهید: سبزیجات، غلات، میوه، گوشت و زرده تخم‌مرغ. با توجه و صبر به کودک غذا بدهید، او را تشویق کنید مزه‌های جدید را امتحان کند ولی اجبار نکنید. در هنگام غذا خوردن، برای کودک کاملاً عادی است که کنیف‌کاری کند. غذاهای جدید را در ساعات صبح به کودک بدهید. با مقدار کم غذا شروع کنید، و سپس آن را به تدریج افزایش دهید. غذای جدید بعدی را ۳ تا ۵ روز پس از غذای قبلی بدهید. بعضی غذاها باید چند بار به کودک داده شوند (۱۰ تا ۱۵ بار)، تا ببینید کودک آنها می‌پذیرد یا نه. به کودک کمک کنید استفاده از لیوان را یاد بگیرد. کودک باید ۳ و عده غذای اصلی و ۱-۲ میان‌وعده داشته باشد. کودک را به خوردن و تمام کردن همه غذای آماده شده مجبور نکنید.

از ماه ۱۰ تا  
ماه ۱۲

وعده‌های غذایی مشترک را ترتیب دهید. غذا را خرد کنید تا کودک را به جویدن تشویق کنید. در زمانی که کودک یاد می‌گیرد با انگشتانش غذا بخورد بردبار باشید. اگر بخواهد با قاشق غذا بخورد، اجازه دهید این کار را انجام دهد، حتی اگر چرخه خیلی از غذا را بریزد.

از ماه ۱۳ تا  
ماه ۱۸

برای غذا خوردن، کودک را در کنار بزرگسالان پشت میز بنشانید. او باید سه وعده غذایی اصلی داشته باشد: صبحانه، نهار و شام، و دو میان‌وعده بین وعده‌های اصلی. به سرعت غذا خوردن کودک احترام بگذارید و او را به تند خوردن یا پایان همه غذایی که آماده کرده‌اید مجبور نکنید. اطمینان حاصل کنید که گروه‌های غذایی لازم در رژیم غذایی کودک موجودند: غلات، سبزیجات، میوه، گوشت، شیر و محصولات لبنی، ماهی، تخم‌مرغ و حبوبات. اجازه ندهید قطعات جامد غذا، مانند نخود، فندق، گردو، دانه‌ها، تکه پنیر سفت و گوشت‌های پرورده، به کودک داده شوند، چون ممکن است وارد مسیر تنفس او شوند.

از ماه ۱۹ تا  
ماه ۲۴

اجازه دهید کودک خودش غذا بخورد، ولی اجازه دهید غذا را با دست هم بردارد. این کار به او امکان می‌دهد کیفیت غذا، مزه، بو و غلظت غذا را کشف کند، با یک سرعت متناسب غذا بخورد و استقلال خود را رشد دهد. توجه داشته باشید که کودک از شما تقلید می‌کند.

## مراقبت و کمک به رشد - توصیه‌های عمومی

یک برنامه روزانه داشته باشید - این امر برای کودک بسیار مهم است.

فضای خانه را چنان طراحی کنید که برای حرکات کودک بی‌خطر باشد، تا کلمه «نه» را هر چه کمتر استفاده کنید. کلمه «نه» را تنها زمانی استفاده کنید که خطر آسیب زدن کودک به خود و یا دیگران وجود داشته باشد. به رفتار مطلوب استناد کنید (مثلاً بگویید «حالا وقت نشستن است»، به جای «سرپا نایست»).

شما الگوی کودک هستید، بنابراین طوری عمل کنید که دوست دارید کودک آن‌گونه رفتار کند. هنگام استفاده از کلمه «نه»، متناقض نباشید. سر کودک فریاد نزنید، او را نزنید یا توضیحات بیش از حد طولانی به او ندهید. یک استراحت ۳ ثانیه‌ای در هر دقیقه، می‌تواند توجه کودک را به فعالیت دیگر منتقل کند.

زمان پیش از خوابیدن باید صرف فعالیت‌های آرام‌بخش شود، مانند بغل کردن و گرما بخشیدن. هنگامی که کودک‌تان در طول شب بیدار می‌شود، نزدیکش بروید و تلاش کنید بدون بلند کردن جایش را راحت کنید و او آرام کنید. در حضور کودک، از تلویزیون، کامپیوتر، بازی‌های ویدیویی و تلفن همراه استفاده نکنید، به ویژه به عنوان وسایلی برای آرام کردن، پرت کردن حواس یا سرگرم کردن کودک.

اگر کودک را برای اتاق خواب آماده می‌کنید، به او فرصت بدهید به تدریج خود را هماهنگ کند. به او اجازه دهید اسباب‌بازی مورد علاقه خود را بردارد تا امنیت بیشتری به او بدهد. محیط بی‌خطری را با یک برنامه روزانه قابل پیش‌بینی برای کودک فراهم کنید تا به او اجازه دهید و آسانی از آدانه چیزها را ادامه دهد.

## مراقبت و کمک به رشد - والدین چگونه به رشد کودک کمک می‌کنند

### از ماه ۷ تا ماه ۹

توجه کنید که کودک چگونه به وضعیت‌ها و آدم‌های جدید واکنش نشان می‌دهد. اطمینان حاصل کنید که هماهنگی تدریجی است تا کودک احساس راحتی و شادی داشته باشد. نام احساساتی را که در کودک می‌بینید بگویید. هر روز با کودک صحبت کنید، برایش کتاب بخوانید و موسیقی پخش کنید. نام اشیایی را که کودک به آنها نگاه می‌کند یا به آنها اشاره می‌کند و نیز کارهایی را که با کودک خود انجام می‌دهید بگویید و آنها را شرح دهید. در رفتار خود تناقض نداشته باشید. صداهای تلفظ شده از سوی کودک را تکرار کنید. بازی‌های پنهان شدن، و پنهان شدن و پیدا کردن را با کودک انجام دهید. یک اسباب‌بازی به کودک بدهید تا آن را در داخل ظرفی بگذارد و از آن بردارد. کودک را نزدیک اشیایی بگذارید که او می‌تواند به صورت بی‌خطر بردارد. به کودک اجازه دهید از آدانه در اتاق حرکت کند و او را دنبال کنید، طوری که بداند نزدیکش هستید.

### از ماه ۱۰ تا ماه ۱۲

به خجالت کشیدن کودک در حضور غریبه‌ها احترام بگذارید و به او اجازه دهید به تدریج دیگران را بشناسد. به کودک اجازه دهید ببیند که شما نزدیکش هستید، حتی زمانی که در اطراف حرکت می‌کند. با کودک بازی‌های دادن و گرفتن انجام دهید. در همه وضعیت‌ها با کودک صحبت کنید: در هنگام غذا دادن، حمام کردن یا قدم زدن. کار بعدی را که می‌خواهید انجام دهید، به او اعلام کنید. کلمات و صداهایی را که کودک تلفظ می‌کند، تکرار کنید و از او بخواهید آنها را پس از شما تکرار کند. برای کودک کتاب بخوانید و برایش موسیقی یا آهنگ‌های کودکانه پخش کنید. به او اجازه دهید صفحات کتاب مصور را ورق بزند. به او یاد دهید به اعضای بدن اشاره کند. اسباب‌بازی کوچکی را پنهان کنید و کودک را تشویق کنید که آن را پیدا کند. به او اجازه دهید جنس متفاوت اشیاء را با دستانش کشف کند، اشیاء را به همدیگر بکوبد و آنها را در ظروف بگذارد و بردارد، و خرده‌های نان را از میز بردارد. یک مداد یا شمع را به کودک بدهید تا کاغذ را خط‌خطی کنید، یک شال یا پارچه که تکان دهد، یک قاشق و کاسه پلاستیک که با آن بازی کند. علت و معلول را به کودک یاد دهید: یک توپ را به سمت او بغلتانید و بگیرید، یک ماشین و کامیون اسباب‌بازی را هل دهید، بلوک‌هایی را در یک ظرف بگذارید و آنها را بردارید. به کودک اجازه دهید ایستادن، افتادن، نشستن، گرفتن چیزی و پریدن را به صورت مستقل امتحان کند.

نام احساسات کودک را بگویید و شرح دهید، مثلا: «تو وقتی بابا را می‌بینی که می‌آید خوشحالی.» همدردی را در کودک تشویق کنید، مثلا هنگامی که کودک دیگری غمگین است به او بگویید: «کودک غمگین است، برو بغلش کن.» هر روز کتابی برایش بخوانید و درباره تصاویر صحبت کنید.

هنگامی که صحبت می‌کنید، از جملات کوتاه و ساده استفاده کنید. پرسش‌های ساده بپرسید. کودک را تشویق کنید بازی‌های وانمود کردن بازی کند و اطمینان حاصل کنید که او اسباب‌بازی‌هایی برای این منظور دارد (عروسک، تلفن). با بلوک‌ها، توپ، پازل‌های قطعات پراکنده، کتاب‌ها و اسباب‌بازی‌هایی که علت و معلول را به او یاد خواهند داد بازی کنید (تا توانایی‌هایی حل مسئله را در خود رشد دهد). نام اعضای بدن و تصاویر شکل‌های کتاب‌ها، و نیز کارهایی را که باهم می‌کنید بگویید. درست کردن حباب‌های صابون، گرفتن آنها و ترکاندن آنها را با انگشت اشاره‌اش به کودک نشان دهید. باهم توپ‌بازی کنید. نخست به نوبت آن را بغلتانید و سپس از کودک بخواهید با پا به آن ضربه بزند یا آن را پرتاب کند. اسباب‌بازی‌هایی را که کودک می‌تواند بدون خطر هل دهد یا بکشد بسازید یا بخرید (اسباب‌بازی‌های تعاملی).

احساساتی را که کودک نشان می‌دهد یا شما هر روز در زندگی و داستان‌ها با آنها روبرو می‌شوید شرح دهید. هر روز برای کودک کتاب بخوانید و با استفاده از کلمات ساده درباره تصاویر صحبت کنید. از او پرسش‌های ساده بپرسید. به کودک یاد دهید نام اعضای بدن، حیوانات و لوازمی را که در زندگی روزمره استفاده می‌شوند بگوید. بازی‌های مربوط به صداهای حیوانات را انجام دهید. باهم آوازهای کودکانه بخوانید. کودک را تشویق کنید به جای حرکات، از کلمات استفاده کند. اگر همه کلمه را نمی‌تواند بگوید حرف نخست را به او بگویید. کودک را تشویق کنید با بلوک‌ها بازی کند و ساختمان بسازد و خراب کند. اسباب‌بازی‌هایی به او بدهید تا هل دهد و بکشد. به کودک کاغذ و مداد یا شمع بدهید تا استفاده کند. باهم نقاشی کنید و به او شرح دهید چه کار می‌کنید و چه چیز نقاشی می‌کنید. باهم توپ‌بازی کنید. نخست به نوبت آن را بغلتانید و سپس از کودک بخواهید با پا به آن ضربه بزند یا آن را پرتاب کند. کودک را به فضای بیرون ببرید تا روی چمن‌ها برود، راه برود و از چیزها بالا برود، ولی حتما نزدیک شما باشد.

### از ماه ۷ تا ماه ۹

اعضای خانه را می‌شناسد، با دیدن آنها شادی خود را نشان می‌دهد، و آنها را از غریبه‌ها تشخیص می‌دهد. ممکن است از غریبه‌ها بترسد. هنگامی که والدین اتاق را ترک می‌کنند سراسیمه می‌شود و هنگامی که والدین برمی‌گردند آرام می‌شود. با شنیدن نام خود واکنش نشان می‌دهد. فهمیدن معنی «نه» را آغاز می‌کند. کلمات نامفهوم و سیلاب‌هایی ادا می‌کند و صداهای متفاوتی از خود درمی‌آورد. تماس چشمی برقرار می‌کند. حرکات و صداهای بزرگسالان را تکرار و تقلید می‌کند (سرش را تکان می‌دهد، بازوهایش را دراز می‌کند تا در آغوش گرفته شود). اشاره کردن به اشیاء را با دستش آغاز می‌کند. یک شیء در حال افتادن را تعقیب می‌کند. اشیاء پنهان شده را جستجو می‌کند. همچنان اشیاء را در دهانش می‌گذارد. اشیاء را به راحتی از یک دست به دست دیگر می‌دهد و آنها را تکان می‌دهد. اشیاء کوچک را برمی‌دارد. می‌تواند بدون کمک بنشیند و بدون تکیه دادن در حالت نشسته بماند. به حالت خزیدن درمی‌آید. بعضی بچه‌ها از الان می‌خزند. خودش را هل می‌دهد و تلاش می‌کند بایستد.

### از ماه ۱۰ تا ماه ۱۲

خجالت و عصبیت در در ارتباط با غریبه‌ها نشان می‌دهد. هنگامی که از والدین جدا می‌شود گریه می‌کند. یک اسباب‌بازی دلخواه دارد. فوراً دوست دارد علائق و لذت‌های خود را با والدین در میان بگذارد و «من به تو، تو به من» بازی کند. نام خودش، نام‌های اشخاص آشنا، نام‌های اشیاء اطراف خود، فعالیت‌های روزمره و کلمه «نه» را می‌فهمد. سیلاب‌ها را تکرار می‌کند و بعضی بچه‌ها از الان می‌توانند کلمات بامعنی مانند مامان و بابا را تلفظ کنند. هنگامی که به او می‌گویید: «توپ را بیاور» می‌فهمد. حرکات را تقلید و استفاده می‌کند، می‌گوید «بای-بای»، سرش را به عنوان «نه» تکان می‌دهد. یک اسباب‌بازی کوچک پنهان شده را جستجو می‌کند. با دستش به شیئی که می‌خواهد اشاره می‌کند. با کنجکاوای اسباب‌بازی‌ها را و ارسی می‌کند: تکان می‌دهد، می‌کوبد، پرتاب می‌کند، به جزئیات توجه می‌کند. اشیاء کوچک را با انگشتانش برمی‌دارد، خودش با انگشتانش غذا می‌خورد. اشیاء را در یک جعبه می‌گذارد و از آن برمی‌دارد. بدون کمک می‌نشیند و در حالت نشسته تعادل خود را حفظ می‌کند. با گرفتن به مبلمان به حالت ایستاده درمی‌آید و شروع می‌کند به قدم زدن در کنار مبلمان. در لباس پوشیدن کمک می‌کند.

### از ماه ۱۳ تا ماه ۱۸

همچنان ممکن است از غریبه‌ها و وضعیت‌های ناشناخته بترسد. یک راهنمایی ساده را با کلمات و بدون اشاره کردن دنبال می‌کند. کلمات بامعنی را تلفظ می‌کند. چند کلمه را ادا می‌کند. تلاش می‌کند حرکات بزرگسالان و کلمات تلفظ شده از سوی آنها را تقلید کند. در پاسخ به یک درخواست از یک حرکت بامعنی استفاده می‌کند («نه»، «بای-بای»). لوازمی را که هر روز استفاده می‌شوند می‌شناسد: مسواک، قاشق، تلفن. با انگشت اشاره‌اش به چیزهای مورد علاقه‌اش اشاره می‌کند. چیزهایی را که به آنها علاقه دارد، به دیگران پیشنهاد می‌دهد تا به بازی اضافه شوند. می‌تواند حداقل به سه عضو بدن اشاره کند. بازی‌های وانمود کردن را بازی می‌کند (مثلاً به یک عروسک غذا می‌دهد). خودش با مواد یا شمع، روی کاغذ، سطح زمین و روی شن خط‌خطی می‌کند. کتاب‌های جلد سخت را باز می‌کند. اشیاء را در یک ظرف می‌گذارد و از آن برمی‌دارد. می‌ایستد، کنار میله‌ها حرکت می‌کند، خودش راه می‌رود. هنگام راه رفتن می‌تواند اسباب‌بازی‌ها را بکشد.

احساسات مختلف را نشان می‌دهد: ترس، خشم، گناه، شادی، همدردی. به صورت فزاینده مستقل می‌شود، در برابر دستورات مقاومت می‌کند، خشمگین می‌شود، می‌خواهد دیگران را کنترل کند، بحث می‌کند، دستور می‌دهد، از لوازم خودش دفاع می‌کند. رفتار بزرگسالان را تقلید می‌کند و به بچه‌ها دستور می‌دهد. در کنار بچه‌های دیگر بازی می‌کند و به تدریج آنها را به بازی اضافه می‌کند. نام‌های اعضای نزدیک خانواده و نام‌های لوازم روزمره را تشخیص می‌دهد. بیش از یک دستور ساده را می‌فهمد و دنبال می‌کند. در ارتباط با آدم‌ها، از ترکیبی از کلمات و حرکات استفاده می‌کند. جمله‌های متشکل از ۲ تا ۴ کلمه را ادا می‌کند. صداها را به حیوانات نسبت می‌دهد. بخش‌هایی از ارتباط کودک همچنین از سوی افرادی که هر روز با او نیستند درک می‌شود. بازی‌های ساده و انمود کردن را بازی می‌کند. اشیاء پنهان شده در زیر دو و سه لایه را پیدا می‌کند. اسباب‌بازی‌ها را به صورت هدفمند استفاده می‌کند. مرتب و جفت کردن اشیاء را آغاز می‌کند: حیوان با حیوان، جوراب با جوراب. خودش روی کاغذ خط‌خطی می‌کند، خط دایره می‌کشد. برج‌هایی با بلندی ۴ بلوک می‌سازد. از یک دستش بیشتر از دیگری استفاده می‌کند. می‌تواند روی پنجه‌های پا بایستد. می‌دود، می‌پرد، به توپ لگد می‌زد و آن را از بالای سرش پرتاب می‌کند. در حالی که چیزی را گرفته است، از پله‌ها بالا و پایین می‌رود.

## نشانه‌های هشداردهنده

هرگونه نگرانی درباره رشد کودک را با پرستار معاینه‌کننده یا پزشک کودکان در میان بگذارید. در صورت مشاهده موارد زیر، به آنها اطلاع دهید:

در حالی که چیزی را گرفته است، نمی‌تواند بایستد و وزن خود را تحمل کند؛ بدون کمک نمی‌نشیند؛ کلمات نامفهوم نمی‌گوید و صداها را تکرار نمی‌کند: بابا، ماما، دادا؛ به نام خود واکنش نشان نمی‌دهد؛ اعضای خانه را نمی‌شناسد؛ به سمتی که اشاره می‌کنید اشاره نمی‌کند؛ اسباب‌بازی را از یک دست به دست دیگر نمی‌دهد.

از ماه ۷ تا ماه ۹

نمی‌خزد؛ در حالی که چیزی را گرفته است نمی‌ایستد؛ چیزهایی را که پنهان کرده‌اید جستجو نمی‌کند؛ به اشیاء اشاره نمی‌کند؛ حرکات معمول را یاد نگرفته است؛ تکان دادن دست به نشانه «بای-بای»، تکان دادن سر به نشانه اعتراض.

از ماه ۱۰ تا

ماه ۱۲

اشیاء را به دیگران نشان نمی‌دهد؛ نمی‌تواند راه برود؛ موارد استفاده لوازم روزمره را نمی‌داند؛ بزرگسالان را تقلید نمی‌کند؛ دست‌کم ۶ کلمه را تلفظ نمی‌کند؛ اهمیتی نمی‌دهد که والدینش اتاق را ترک می‌کنند و برمی‌گردند؛ مهارت‌هایی را که قبلاً یاد گرفته است از یاد می‌برد.

از ماه ۱۳ تا

ماه ۱۸

نمی‌داند چگونه از لوازم روزمره استفاده کند؛ کلمات و فعالیت‌های بزرگسالان را تقلید نمی‌کند؛ دستورات ساده را انجام نمی‌دهد؛ از ترکیبات دو کلمه‌ای استفاده نمی‌کند؛ یکنواخت راه نمی‌رود؛ مهارت‌هایی را که قبلاً یاد گرفته است از یاد می‌برد.

از ماه ۱۹ تا

ماه ۲۴



## محیط و رفتار بی خطر

- ✓ همه اشیاء کوچک را که کوچکتر از ۲،۵ سانتیمتر هستند از دسترس کودک دور کنید، مثلا تپله‌ها، گیره‌های کاغذ، سوزن، سکه یا دارو‌ها.
- ✓ همه پریزهای برق را ببوشانید و مطمئن شوید که همه کابل‌ها به درستی عایق شده‌اند.
- ✓ اگر میز یک رومیزی دارد که کودک می‌تواند آن را بکشد، اشیاء سنگین یا داغ را روی میز نگذارید.
- ✓ همه مواد خطرناک (مواد تمیزکاری برای اشیاء و محل‌ها، دارو‌ها و سایر مواد شیمیایی سمی) را در مکان‌های بلند و قفل شده و دور از دسترس کودک قرار دهید.
- ✓ هرگز کودک را تنها رها نکنید، به ویژه نزدیک آب یا لوازم گرمایشی. کودک همیشه باید در نزدیکی شما، به فاصله یک بازو، باشد. کودک را هرگز نزدیک یک وان حمام پر، استخر، دریاچه یا سایر مکان‌های پر آب روباز قرار ندهید. همچنین، کودک را تنها و بدون نظارت در خانه یا در حیاط ترک نکنید، و به ویژه در نزدیکی اتومبیل‌ها یا دستگاه‌های متحرک قرار ندهید.
- ✓ مبلمان بزرگ را از پنجره‌ها دور کنید، تا کودک نتواند به پنجره دسترسی داشته باشد.
- ✓ نوشیدنی‌های الکلی را دور از دسترس کودک نگه دارید و مطمئن شوید که همه لیوان‌هایی را که باقیمانده نوشیدنی داشتند خالی کرده‌اید. همچنین، کبریت‌ها و فندک‌ها را دور از دسترس کودک قرار دهید.
- ✓ در خانه اسلحه نگه ندارید.
- ✓ اگر باید اسلحه داشته باشید، آن را مطابق با قوانین توصیه شده نگهداری کنید.
- ✓ کودکان تا سن سه سال باید در یک صندلی ایمن یا سید مناسب جابجا شوند، به جز در وسایل نقلیه عمومی.

این بروشور، نسخه تطبیق یافته مطالب اصلی است که با همکاری انجمن بیماری‌های کودکان صربستان تهیه شده است و از سوی وزارت بهداشت، وزارت آموزش، علوم و توسعه فن‌آوری و وزارت کار، اشتغال، کهنه‌سربازان و امور اجتماعی حمایت می‌شود.

مطالب این بروشور، تنها دیدگاه‌های نویسنده(ها) را بازتاب می‌دهند و مسئولیت آنها فقط با او/آنها است؛ این بروشور نمی‌تواند به عنوان بازتاب‌دهنده دیدگاه‌های کمیسیون اروپا و یا آژانس اجرایی مصرف‌کنندگان، سلامت، کشاورزی و غذا و یا هر نهاد دیگر اتحادیه اروپا در نظر گرفته شود. کمیسیون اروپا و آژانس مزبور هیچ مسئولیتی را درباره استفاده احتمالی از اطلاعات موجود در آن نمی‌پذیرند.

توصیه‌هایی  
برای والدین  
کودکان  
۷ تا ۲۴ ماهه