

- سريرك مع طفلك الرضيع
- لنوم طفلك الرضيع هو السرير الخاص به، في غرفة مقدم الرعاية، وذلك خلال الأشهر القليلة الأولى
- 
- فرط في تدفئة الرضيع، وخاصة عندما يكون مريضاً
- ضع الرضيع دائماً على ظهره أثناء النوم
- رأس/ وجه الرضيع مكشوفاً

- قد ينتج فرط التدفئة عن وضع كمية زائدة من الشراشف/ الملابس أو لأن الغرفة حارة جداً
- تبلغ درجة حرارة الغرفة المثالية 18 درجة مئوية أو 65 درجة فهرنهايت
- يجب أن يرتدي الرضيع رداء النوم مع بطانية إضافية واحدة خفيفة الطبقة أو بطانية يمكن ارتداؤها

- ضع الرضيع على مرتبة صلبة في سريره
- لا تقم بتغيير وضعية سرير الطفل
- تعليمات الشركة الصانعة لسرير الطفل
- 
- حافظ على الدمى والحيوانات المحشوة بعيداً عن سرير الطفل
- 1986، إذ أنها لا تلبى المتطلبات الحالية
- تأكد من أنه لم يتم سحب سرير الطفل من الأسواق قبل استخدامه- ق من الشركة المصنعة أو وزارة الصحة الكندية

### سرير

- ضع سرير الطفل بعيداً عن النوافذ بسبب تيارات الهواء وخطر السقوط
- سرير الطفل بعيداً
- اربط جميع حبال وسلاسل الستائر
- ضع الهواتف النقالة بعيداً عن متناول الرضيع؛ وأبعدها عندما يكون الرضيع جالساً
- ات الصدمات، والبطانيات والألحفة- وخاصة أغطية الفراش المخصصة للبالغين -

- إذا كانا ينامان معاً، ضع أحدهما عند إحدى نهايتي السرير مع توجيه القدمين إلى نهايتي السرير
- إذا كان بوسع التوأمة التحرك بحرية، افصل بينهما في سريرين منفصلين

- يجب أن تكون دائماً صلبة وضيقة لتجنب الفجوات ومخاطر الاختناق
- إذا كانت لديك - لا تستخدمها إذا وجدت أيًا
- مرتبه تلبى المعايير الحالية وأن قياسها مناسب تماماً لسرير الطفل
- مرتبه عند أدنى مستوى ممكن عندما يتمكن الطفل من الجلوس

## حديثي

- حديثي الولادة نفس متطلبات معايير السلامة الخاصة بأسرة الأطفال
- إذا كان سرير الوليد هو الخيار الوحيد، يجب التأكد مما يلي:
  - أنه جيد التهوية
  - أنه قد تم إزالة الحشو
  - مرتبه صلبة / ذات قياس مناسب؛ و
  - أنه خال من الفوضى

- أقفاص اللعب ليست آمنة للنوم؛ لا تستخدمها إلا في اللعب تحت إشرافك
- تأكد من كون قفص اللعب من أحدث طراز مع جانبين شبكيين من أجل تدفق الهواء
- حافظ على قفص اللعب خالياً
- لا تضع الرضيع في الجزء السفلي من قفص اللعب المثبت فيه سرير الوليد أو طاولة لتغيير الحفاضات

## السيارة

- ليست مقاعد السيارة آمنة للنوم
  - مقاعد السيارات سطحاً
  - تجنب الأغطية والبطانيات
  - إذا غفا طفلك في مقعد السيارة، انقله على الفور إلى سطح آمن للنوم
- \*\* للاطلاع على اللوائح الحالية، يرجى زيارة موقع وزارة الصحة الكندية على العنوان [www.hc-sc.gc.ca](http://www.hc-sc.gc.ca) \*\*

## إضافية / الرعاية

جمعية الكندية  
هاتف: 613.526.9397 | : 613.526.3332 | [www.cps.ca](http://www.cps.ca)

الكندية  
هاتف: 613.957.2991 | 613.941.5366 : | 1.866.225.0709 :  
البريد : [info@hc-sc.gc.ca](mailto:info@hc-sc.gc.ca) | [www.hc-sc.gc.ca](http://www.hc-sc.gc.ca)

الكندية وفيات  
هاتف: 905.688.8884 | 905.688.3300 : | 1.800.363.7437 :  
البريد : [sidsinfo@sidscanada.org](mailto:sidsinfo@sidscanada.org) | [www.sidscanada.org](http://www.sidscanada.org)

المعهد  
هاتف: 613.230.8838 | 613.230.6654 :  
البريد : [cich@cich.ca](mailto:cich@cich.ca) | [www.cich.ca](http://www.cich.ca)

جمعية هالتون  
هاتف: 905.333.4441 | 905.333.1844 : | 1.866.607.5437 (KIDS)  
[www.HaltonCAS.ca](http://www.HaltonCAS.ca)

يُجبُ ينام  
... بمفردهم، ظهورهم، سريره  
غاية