

مرحباً بك في نشاط مجموعة الوالدين
في غضون الرعاية الصحية للأطفال



Region Halland

لغة الأطفال واللعب



الطفل الماهر

- يتطور التوازن
- يسحب نفسه حتى الوقوف
- يفهم بعض الكلمات
- يستخدم قبضة الملقط، يستمتع بمحاولة تناول الطعام بنفسه
- "يتحدث" أكثر فأكثر
- يحب تقليد الأصوات



ال خوف والحذر

يختلف الأمر من طفل لآخر. يتأثر بعض الأطفال أكثر من غيرهم.

كيف تسير الأمور بالنسبة لكم؟

- الخوف من الأجانب

- القلق من الانفصال

قد يكون الأمر مجهدًا لكل من الأطفال والآباء



الغذاء والتغذية

العادات الغذائية

- يرغب في تناول الطعام بنفسه - يستمتع بوضع الطعام في فمه
- قطع صغيرة من الجبن أو المعكرونة أو قطع صغيرة من الخبز
- بطء حركة المعدة
- الأكل بنفسه (الطعام بقيادة الطفل)
- 2 وجبات مطبوخة/اليوم



سلامة الطفل

سلامة الطفل

- في بعض الأحيان يتطور الطفل وينمو بسرعة. من المهم مواكبة ذلك.
- مشايات الطفل - من الأفضل أن يُسمح للطفل بالاستلقاء على الأرض والتدريب والتدريج
- هناك العديد من الحوادث مع مشايات الأطفال
- سرير خاص بحواف عالية
- الحروق والمشروبات الساخنة
- الأشرطة الكهربائية على الأرض التي يمكن سحبها
- قم باختيار الألعاب حسب العمر



التطور اللغوي

التطور اللغوي

- اقرؤوا الكتب معًا
- انظر، وأشر واذكر أسماء الأشياء
- يمكن للطفل أن يشير إلى الأشياء، "أين المصباح؟"



الجلوس أمام الشاشة

- الجلوس أمام الشاشة: التلفزيون والكمبيوتر، برامج الأطفال لمختلف الأعمار، الهاتف الذكي
- فكر في الوقت الذي تقضيه بنفسك أمام الشاشات وعاداتك في استخدام الشاشات وكيف يؤثر ذلك على طفلك.
- لا يتم تحفيز نمو الدماغ من خلال الجلوس أمام الشاشة، بل يتم تحفيزه من خلال قضاء الوقت مع شخص بالغ أو قراءة كتاب أو الغناء أو اللعب.
- لا تدع طفلك يأكل أمام الشاشة، حيث يتأثر الشعور بالشبع



اللعب والتواصل الاجتماعي

اللعب بالقذور والمقالى

لىست هناك حاجة لشراء ألعاب باهظة الثمن. انظر ماذا
ىوجد فى مطبخك. على سبيل المثال:

- أغطية القذور
- صنادىق بلاستىكية
- ملاعق بلاستىكية، مكشط المطبخ، مقاسات دىسىلتر



اللعب في الهواء الطلق، اللعب في الرمل

- اخرج حتى لو كان الجو بارداً
- استخدم واقي الشمس
- لا تتردد في ترك الطفل ينام في الخارج
- يمكن اللعب بالسيارات والدلو والمجرفة في الرمال أو على الأرجوحة
- يمكن جمع المخاريط والحجارة
- من خلال اللعب مع الآخرين يتعلم الأطفال انتظار دورهم



معلومات ونصائح أخرى

التطعيمات أثناء السنوات الخمس الأولى من حياة الطفل

عمر الطفل	6-8 أسابيع	3 أشهر	5 أشهر	12 شهراً	18 شهراً	5 سنوات
الفيروس العجلي	الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3			
الديفتيريا		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		الجرعة 4
الكزاز		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		الجرعة 4
السعال الديكي		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		الجرعة 4
شلل الأطفال		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		الجرعة 4
المستدمية النزلية من النوع ب		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		
المكورات الرئوية		الجرعة 1	الجرعة 2	الجرعة 3		
الحصبة					الجرعة 1	
النكاف					الجرعة 1	
الحصبة الألمانية					الجرعة 1	

نصائح حول الرعاية على مدار الساعة

- يمكنك الاطلاع على الموقع الإلكتروني se/Halland.1177 لمعرفة المزيد حول الأمراض والعلاجات. يمكنك أيضًا العثور على مراكز الرعاية الصحية واستخدام الخدمات الإلكترونية للاتصال بنظام الرعاية الصحية
- 1177 هو أيضًا رقم هاتف يمكنك الاتصال به للحصول على المشورة الطبية، وهو متاح دائمًا، على مدار 24 ساعة في اليوم، على مدار السنة





من إنتاج المكتب الإقليمي للرعاية الصحية الاستراتيجية للأطفال 2023

جيرد ألكويست تانغن، خبير استراتيجي في صحة الطفل
المكتب الإقليمي، gerd.almquist-tangen@regionhalland.se