

تجهيز مهد الطفل

اجعلي الطفل ينام في مهد آمن في غرفة الوالدين لفترة
6-12 شهراً الأولى من عمره

❌ لا تستخدمى
الوسائد أو دونس
أو لعب لينة أو
مصدات السرير أو
صوف الماعز في
أي مكان في المهد

❌ لا تضعي طفلك
لينام على سرير
مائي أو كيس فول



استخدمي مهداً آمناً
يتطابق مع المعيار
الأسترالي الحالي
AS2172

استخدمي فراشاً
آمناً جامداً ونظيفاً و
مسطحاً (غير مائل
أو مرتفع)، بالحجم
المناسب للمهد

اجعلي الطفل ينام
على ظهره

حافظي على الرأس
والوجه مكشوفين

ضعي قدمي الطفل
في الجزء السفلي
من المهد

إثني البطانيات بحزم
أو استخدامي حقيبة
نوم اطفال آمنة

اجعلي بيئة نوم الطفل آمنة
ليلاً ونهاراً

اجعلي مكان نوم الطفل
خالياً من دخان السجائر

أرضعي طفلك من الثدي

للحصول على مزيد من المعلومات عن "النوم السليم" و"استخدام المهد المحمول"
وللتأكد من أن الفراش يفي بالمعيار الطوعي الجديد للفراش وفحص صلابتها

AS/NZS 8811.1.2013 Sleep Surfaces – Test for Firmness

راجعوا الموقع rednose.com.au

1300 998 698 | rednose.com.au

education@rednose.com.au

**red
nose**
saving little lives

