

ដែលចង់ដឹងចង់ឮ ហើយមិនព្រមចុះចាញ់

1½ - 3½ YEARS - KHMER

១ឆ្នាំកន្លះ - ៣ឆ្នាំកន្លះ



ជំនាញទាំងឡាយដែលកូនរបស់អ្នកកំពុងរៀន

ឥឡូវនេះកូនរបស់អ្នកកំពុងស្វែងយល់ពីបរិស្ថានជុំវិញខ្លួនយ៉ាងសកម្ម។ ពួកវាចង់ធ្វើអ្វីគ្រប់យ៉ាងដោយគ្មានជំនួយពីឪពុកម្តាយ! កូនរបស់អ្នកនឹងចាប់ផ្តើមរត់ និងលោតដោយពុករលួយខ្លួនឯង ឬគ្រោះថ្នាក់។ ក្លិន រសជាតិ និងផ្ទៃសាច់រន្ធតែងនឹងជាទីចាប់អារម្មណ៍ចំពោះវា។

គន្លឹះអំពីការបំបៅ

- ត្រូវប្រើកៅអីខ្ពស់ដែលមានខ្សែចងទប់៥ចំណុចជានិច្ច។
- ត្រូវពិនិត្យមើលកូនរបស់អ្នកជានិច្ច នៅពេលវាកំពុងញ៉ាំ។
- មិនត្រូវអនុញ្ញាតឱ្យកូនរបស់អ្នកញ៉ាំអាហារ នៅពេលវាកំពុងដើរ ឬរត់លេងជុំវិញ។
- ធ្វើជាគំរូនៃឥរិយាបថសមរម្យក្នុងការញ៉ាំអាហារ ដល់កូនរបស់អ្នក។

គន្លឹះអំពីការងូតទឹក

- យកកូនចេញពីបន្ទប់ទឹក លុះត្រាតែមាននរណានៅមើលពួកវា។
- មិនត្រូវទុកកូនរបស់អ្នកក្នុងអាងងូតទឹក ដោយគ្មាននរណានៅមើលវា។
- នៅពេលចាក់ទឹកបំពេញអាងងូតទឹក ត្រូវបើកទឹកត្រជាក់ជាមុនសិន បន្ទាប់មកបើកទឹកក្តៅ បន្ទាប់មកទឹកត្រជាក់ជាថ្មីម្តងទៀត ហើយលាយជាមួយគ្នាឱ្យសព្វដើម្បីរក្សាក្បាលម៉ាស៊ីនទឹកឱ្យត្រជាក់នឹងអាចប៉ះបាន និងដើម្បីឱ្យទឹកមានសីតុណ្ហភាពស្មើគ្នា។
- រក្សាទុកឧបករណ៍អគ្គិសនីឱ្យផុតពីដៃកុមារ។

គន្លឹះអំពីការដេក

- កូនរបស់អ្នកអាចចាប់ផ្តើមដើរឡើងចេញពីគ្រែ។ នេះមានន័យថា ប្រហែលជាដល់ពេលយកកូនរបស់អ្នក ទៅដាក់ឱ្យដេកលើគ្រែ ឬពួកវានៅលើកម្រាលឥដ្ឋហើយ។
- មិនគួរប្រើគ្រែច្រើនជាង សម្រាប់កុមារអាយុក្រោម៥ឆ្នាំទេ។
- ដំឡើងភ្លើងបំភ្លឺពេលយប់ ដើម្បីឱ្យកូនរបស់អ្នកអាចរកឃើញបង្គន់ដោយទំនុកចិត្ត។
- ចងខ្សែរ៉ែននន និងខ្សែព្រិលឱ្យផុតពីដៃកុមារ ជាមួយនឹងឧបករណ៍សុវត្ថិភាព។

បុព្វហេតុទូទៅនៃការរងរបួស

- ការរងរបួសជាអ្នកដំណើរ និងអ្នកថ្មើរជើង និងគ្រោះថ្នាក់របេយន្តកិនពីលើនៅតាមច្រកផ្លូវឡាន។
- ការលង់ទឹក ជាពិសេសនៅក្នុងអាងហែលទឹកក្រោយផ្ទះ។
- ការស្លាក់ និងថប់ដង្ហើមដោយសារវត្ថុតូចៗ ខ្សែរ៉ែននន និងខ្សែព្រិល។
- ការយកបានថ្នាំពុល និងថ្នាំពេទ្យ។
- ការធ្លាក់ពីឧបករណ៍លេង និងឧបករណ៍មានកង់ ដូចជាកង់ដិះ កង់ស្តូទ័រ និងគ្រឿងសង្ហារឹម។
- ការរត់បុកវត្ថុរឹង ឬជ្រុងមុតស្រួច។
- ការលោតពីអាហាររក្តៅ ភេសជ្ជៈក្តៅ ឬខ្វះក្តៅ។
- ការលោតពីការប៉ះវត្ថុក្តៅដូចជាចង្ក្រាន ឡឆាំងកម្តៅ ម៉ាស៊ីនកម្តៅ ឆ្នាំងអ៊ុត និងទឹកក្តៅ។
- ការមុត និងបុកទំលុះចូលស្បែកដោយកាំបិត កន្ត្រៃ កញ្ចក់ និងវត្ថុស្រួចផ្សេងទៀត។

នៅផ្ទះ

- ជ្រើសរើសប្រដាប់ក្នុងលេង ដែលសមស្របតាមវ័យរបស់កូនអ្នក។
- ត្រូវប្រាកដថាថ្នាំពុលទាំងអស់រួមទាំងផលិតផលលាងសម្អាត ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិត និងថ្នាំព្យាបាលត្រូវបានរក្សាទុកឱ្យផុតពីដៃ ជាពិសេសត្រូវនៅក្នុងទូចាក់សោការពារកុមារក្នុងកម្ពស់១.៥ម៉ែត្រពីកម្រាលឥដ្ឋ។
- ប្រើកញ្ចក់សុវត្ថិភាព ឬស្រទាប់បិទការពារការបែកបាក់នៅលើបង្អួច និងទ្វារទាប។ បង្កើនការបើលើញច្បាស់ដោយ បិទស្លាកស្តិតមានណាម៉ាត់នៅទីខ្ពស់ត្រឹមក្បាលរបស់កុមារនៅលើបន្ទះកញ្ចក់ ឬទ្វារអូស។
- ដាក់ទ្រាប់កន្លែងជ្រុងមុតស្រួចនៃគ្រឿងសង្ហារឹម។



ដែលចង់ដឹងចង់ឮ ហើយមិនព្រមចុះចាញ់ ១ឆ្នាំកន្លះ - ៣ឆ្នាំកន្លះ

នៅពេលលេង

- ទិញ ឬសង់បរិក្ខារលេងដែលបំពេញតាមស្តង់ដារអូស្ត្រាលី ហើយសមស្របតាមអាយុ ទំហំដងខ្លួន និងដំណាក់កាលនៃការលូតលាស់របស់កូនអ្នកតែប៉ុណ្ណោះ។
- ជំនឿនបរិក្ខារលេង និងបន្ទប់តូចឱ្យឆ្ងាយពីវត្ថុដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់រួមមានផ្លូវដើររឹង សម្ភារៈដាក់នៅតែមន្តស្រួចៗ និងដំបងចុងស្រួចៗ ជំនឿន និងរក្សាឱ្យមានកន្លែងដួលធ្លាក់ដែលទន់ (ឧ. សំបកកាងកាង) នៅក្រោម និងជុំវិញបរិក្ខារឱ្យមានជម្រៅអប្បបរមា៣០សង្កឹមម៉ែត្រ។
- កម្ពស់ការធ្លាក់ពីបរិក្ខារលេង គួរតែមានកម្ពស់តិចជាង១.៥ម៉ែត្រ។
- ឃ្នាំមើលកូនរបស់អ្នកនៅពេលពួកវាកំពុងលេង និងប្រាស្រ័យទាក់ទងជាមួយសត្វ។
- របាំងការងារសុវត្ថិភាពតម្រូវឱ្យមានសម្រាប់អាងហែលទឹក និងស្ប៉ាទាំងអស់ដែលមានជម្រៅជ្រៅជាង៣០សង្កឹមម៉ែត្រ។ ត្រូវពិនិត្យមើលហើយថែទាំរបាំង និងទ្វាររបស់អ្នកឱ្យបានទៀងទាត់ដើម្បីធានាថាវាដំណើរការត្រឹមត្រូវ។
- ពាក់អាវដែរវែង និងមួកឱ្យកូនរបស់អ្នក ហើយប្រើក្រមលាបការពារកម្ដៅថ្ងៃដែលសមស្របសម្រាប់កុមារ។
- ត្រូវប្រាកដថាកូនរបស់អ្នកពាក់មួកសុវត្ថិភាព ហើយចង់រឹតវាបានត្រឹមត្រូវជានិច្ចនៅពេលជិះត្រីចក្រយាន កង់ស្តូទ័រ កង់ ស្បែកជើងអ៊ែល ឬឧបករណ៍ដែលមានកង់ទៀត។
- ត្រូវប្រាកដថាកុមារមិនត្រូវលេងនៅលើច្រកផ្លូវឡាន ផ្លូវដើរ ឬក្នុងចំណតរថយន្ត។

ការធ្វើដំណើរចុះឡើង

- ប្រើប្រាស់កៅស៊ូសុវត្ថិភាពកុមារដែលអាចពង្រីកបាន ដែលបែរមុខទៅខាងក្រោយ ឬបែរមុខទៅខាងមុខនៅក្នុងរថយន្ត រហូតទាល់តែវាធំអង្គុយលែងចុះ។
- មិនត្រូវទុកកូនរបស់អ្នកចោលនៅក្នុងរថយន្តទេ - ត្រូវយកកូនទៅជាមួយអ្នកជានិច្ច ទោះបីជាត្រូវទៅបំពេញការងារតូចតាចក្តី។
- រកមើលកន្លែងគ្រោះថ្នាក់លង់ទឹក ដែលអាចផ្ទុកទឹកជម្រៅពីរបីសង់ទីម៉ែត្រ អាចបង្កគ្រោះថ្នាក់លង់ទឹករួមមានព្រែក ទំនប់ អាងហែលទឹក កន្លែងបាញ់ទឹក ស្រះត្រី ធុងទឹក បានគោមសម្រាប់សត្វចិញ្ចឹម និងធុងសំរាមមានកង់។ ត្រូវឃ្នាំមើលកុមារ ពេលណាពួកវាកំពុងលេងនៅក្បែរទឹក។
- ត្រូវកាន់ដៃរបស់កូនអ្នកនៅក្បែរផ្លូវ ហើយចាប់ផ្ដើមបង្រៀនកូនពីឥរិយាបថសុវត្ថិភាពរបស់អ្នកច្រើនជើង ដូចជា "ឈប់ មើល ស្ដាប់ ហើយគិត"។

គន្លឹះទូទៅអំពីសុវត្ថិភាព

1. ត្រូវប្រាកដថាអ្នកមានជំនាញ CPR /ការសង្គ្រោះបឋមបច្ចុប្បន្ន។
2. មានលេខទូរស័ព្ទសេវាសង្គ្រោះបន្ទាន់នៅក្នុងទូរស័ព្ទដៃរបស់អ្នកក្នុងករណីអាសន្ន។
3. បង្កើតកន្លែងលេងដែលមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់កូនរបស់អ្នក ដែលមានម្លប់ហើយមិនមានឧបសគ្គដែលបង្កគ្រោះថ្នាក់ណាមួយ ដូចជាច្រកផ្លូវឡាន ឬទីកន្លែងដែលមានប្រភពទឹក។
4. តែងតែឃ្នាំមើលកុមារឱ្យបានជិតដល់ ពេលណាមានសត្វនៅជុំវិញ។
5. ទិញតែប្រដាប់ក្មេងលេងដែលសមស្របតាមវ័យ និងការលូតលាស់របស់កូនអ្នកប៉ុណ្ណោះ។
6. ធ្វើជាគំរូល្អ។ គោរពសញ្ញាចរាចរណ៍ និងនិយាយអំពីរបៀបយ៉ាងណាដែលអ្នកត្រូវសម្រេចចិត្តថានៅពេលណា និងកន្លែងណាដែលត្រូវដើរឆ្លងផ្លូវ។
7. ដាក់គ្រឿងឱ្យសញ្ញាពេលមានផ្សែងនៅក្រៅតំបន់បន្ទប់គេង ធ្វើតេស្តវាជារៀងរាល់ខែដោយចុចប៊ូតុងធ្វើតេស្ត និងប្តូរថ្មីជារៀងរាល់ឆ្នាំ។ មានតែគ្រឿងឱ្យសញ្ញាពេលមានផ្សែងដែលដំណើរការប៉ុណ្ណោះ ជួយសង្គ្រោះជីវិត។



ចំពោះព័ត៌មានលម្អិតបន្ថែម អំពីប្រធានបទណាមួយដែលគ្រប ដណ្តប់នៅក្នុងសន្លឹកព័ត៌មាននេះ រួមទាំងកៅស៊ូសុវត្ថិភាព កុមារក្នុងរថយន្ត និងបទបញ្ញត្តិសម្រាប់របាំងការពារអាងហែលទឹក និងស្ប៉ា សូមចូលមើល www.kidsafevic.com.au

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម

Kidsafe Victoria	9251 7725	មជ្ឈមណ្ឌលផ្តល់ព័ត៌មានអំពីថ្នាំពុល	13 11 26
លេខទូរស័ព្ទសម្រាប់សុខភាពមាតា និងទារក ២៤ម៉ោង	13 22 29	St John Ambulance សម្រាប់វត្តសិក្សាសង្គ្រោះបឋម	1300 360 455
VicRoads សម្រាប់ការផ្តល់ការប្រឹក្សាអំពីការជ្រើសរើស និងការប្រើប្រាស់កៅស៊ូសុវត្ថិភាពកុមារក្នុងរថយន្ត	1300 360 745	បណ្តាញចិញ្ចឹមបីចាប់កុមារ www.raisingchildren.net.au	
លេខទូរស័ព្ទសម្រាប់កិច្ចការអ្នកប្រើប្រាស់ប្រដាប់ក្មេងលេង ផ្ទេរវិចិត្រវិយ៉ា និងលេខទូរស័ព្ទសុវត្ថិភាពនៃការថែទាំទារក	1300 364 894	លេខទូរស័ព្ទបន្ទាន់សម្រាប់មាតាបិតា ផ្ទេរវិចិត្រវិយ៉ា	132 289

គាំទ្រដោយ៖



Education and Training

