வ	வளர்ச்சிப் பண்புகள்	முக்கிய ஆபத்துக்கள்	முக்கிய அபாயங்கள்	சில ஆலோசனைகள்
1 வாரம் முதல் 1 மாதம் வரை		விழுதல்	• படுக்கை, குழந்தை எடைமேடை, துணிமாற்றும் மேசை	• துணிமாற்றும் மேசை மேல் குழந்தையைத் தனியாக விடாதீர்கள் • பக்கச் சட்டங்களோடுள்ள துணிமாற்றும் மேசையையே உபயோகியுங்கள், தரையில் துணிமாற்றுங்கள்
		தீக்காயம்	• பால் புட்டியின் வெப்பநிலை (மைக்ரோவேவ் அவன்களின் மறு உபயோகம்), சுடு தண்ணீர் புட்டி, குளியல்	• பாட்டில் ஹீட்டரின் வெப்பநிலை 50ºC க்கும் குறைவாக இருக்கட்டும், முழங்கையால் வெப்பநிலையைச் சரி பாருங்கள், திரவத்தின் வெப்ப நிலையைச் சரிபாருங்கள்
		மூழ்குதல்	• குளியல்	• பொருத்தமான குளியல் தொட்டி மற்றும் / அல்லது ஆதரவான இருக்கை. • குழந்தையைத் தனியாக விடாதீர்கள்
சுமார் 2 முதல் 3 மாதம் வரை	• தவளுதல் • தனது பக்கமாகத் திரும்ப முடியும	மூச்சுத் திணரல் / மூச்சு முட்டல்	• கயிறுகள், கழுத்திலுள்ள சிறிய சங்கிலிகள், படுக்கையிலுள்ள சட்டங்கள், சிறிய பொருட்கள்	• கூடியமட்டும் படுக்கையறையில் எந்தக் கயிறுகளும் மிருகங்களும் இருக்கக்கூடாது, படுக்கையில் சட்டங்களுக்கிடையில் 7.5 செமீ இடைவெளிகள், படுக்கையின் பக்கங்கள் துணியால் செய்யப்பட்டிருக்கட்டும், தலையணை வேண்டாம்.
		கார்	• அதன் வயதிற்கும் எடைக்கும் பொருத்தமான 'குழந்தைக் கார் இருக்கை'யோடு பிணைக்கப்படவில்லையானால் விழுகிறது / அலருகிறது	• குழந்தையின் கார் இருக்கையை ஒருபோதும் பயணி காற்றுப் பையோடுள்ள காரின் முன்பகுதியில் வைக்காதீர்கள் • பாதுகாப்பு நிலைகளைச் சந்திக்கிற, குழந்தையின் வயது மற்றும் எடைக்குப் பொருந்துகிற 'குழந்தை கார் இருக்கை' யையே உபயோகியுங்கள் • குழந்கையைக் காரில் தனியாக விடாதீர்கள்.
சுமார் 4 முதல் 6 மாதம் வரை	• கைக்கெட்டுகிற அனைத்தையும் தொடுகிறது. • பொருட்களை வாயில் போட்டுக் கொள்கிறது. • பின்பக்கத்திலிருந்து முதுகுப் பக்கமாகத் திரும்புகிறது.	விழுதல்	• துணிமாற்றும் மேசைகள், குழந்தை வண்டிகள், படிகள், மரச்சாமான்கள், படுக்கை, உயரமான இருக்கைகள்	• படிகளின் மேலும் கீழும் கதவுகள், குழந்தை வண்டிகளில், மேசை முனைகளில் குழந்தை இருக்கை பெல்ட்டுகள்
		தீக்காயம்	• சுடுநீர்க் குழாய்கள், மேசைவிரிப்புகள், குளிப்புத் தொட்டிகள், கா/பி மேசையின் மீது சூடான திரவங்கள், அவன் கதவுகள்	• துரைவிரிப்புகளைப் போடுங்கள், பாட்டில் ஹீட்டரின் வெப்பநிலை 50ழஊ க்கும் குறைவாக இருக்கட்டும்இ சூடான தண்ணீர்க் குழாயைத் திறப்பதற்கு முன் குளிரான தண்ணீர்க் குழாயைத் திறக்கவும்.
		மூழ்குதல்	• குளியல் தொட்டிகள், நீச்சல் குளங்கள், ஆறுகள், கடல், ஓடைகள், இதர	• குளியல் : ஆதாரக் கருவிகள், தண்ணீர் அதிக ஆழமாக இல்லாமல் இருந்தாலும் கூட குழந்தை ஒரு போதும் தனியாக இருக்கக் கூடாது, வழுக்காத தரை விரிப்பு
		மூச்சுத் திணரல் / மூச்சு முட்டல்	• கழுத்தைச் சுற்றி சங்கிலி, கயிறு, பிளாஸ்டிக் பைகள்	• குழந்தையின் கைக்கெட்டிய தூரத்தில் பொருட்கள் வைப்பதைத் தவிர்த்து விடுங்கள், பொருட்கள் டேபிள் டென்னிஸ் பந்தின் அளவிற்கு இருக்க வேண்டும்
சுமார் 9 முதல் 12 மாதம் வரை	• ஒரு ஆதாரத்தை உபயோகித்து நிற்க முடியும். • ஆதாரமில்லாமல் உட்கார முடியும். • சிறிய பொருட்களைக் கையில் பிடிக்க முடியும். • வேண்டுமென்றே பொருட்களைப் போக விடுகிறது. • எல்லாவற்றையும் தொடுகிறது • நிலையை மாற்றுகிறது: உட்காருதல், அனைத்து நான்கு பக்கங்களிலும், நிற்றல்.	மயக்கம் கொள்ளுதல்	• கா∴பி மேசையில் மது, மருத்துவம், சுத்தப்படுத்தும் பொருட்கள், பூச்சிமருந்துகள், மருத்துச் செடிகள்	• இந்த உருப்படிகளை தரையில் கிடக்க விடாதீர்கள்இ குழந்தையின் கைக்கெட்டாத தூரத்தில் அவைகளை வைத்திடுங்கள்
		மூழ்குதல்	• சிறிய பொருட்கள் (பொத்தான்கள், பெருவிரல் உறைகள், பொம்மைகள், இதர.) சிறிய-அளவிலான உணவுப் பொருட்கள் (கொட்டைகள், இதர)	• சிறிய பாகங்கள் கொண்ட எந்த பொம்மைகளும் வேண்டாம், அவைகளைக் குழந்தையின் கைக்கெட்டாத தூரத்தில் வைத்திடுங்கள்
		மின்சாரத்தால் பாதிக்கப்படுதல்	• சாக்கெட்டுகள், மின் சாதனங்கள் மற்றும் வயர்கள், எந்தச் சாதனத்தோடும் இணைக்கப்படாமல் மின் இணைப்போடு இணைக்கப்பட்ட நீட்டிப்பு முனைகள்	• பாதுகாப்பினைச் சொருகி விடுங்கள், பாதுகாப்பு சாக்கெட்டுகள, மின்சார வயர்கள் மற்றும் சாதனங்களைத் தூரத்தில் வையுங்கள்
		வெட்டுக்கள்	• உடையக்கூடிய பொருட்கள், கூரான பொருட்கள்	• ஆவைகளைக் குழந்தையின் கைக்கெட்டாத வகையில் வையுங்கள்
		கார்	• குழந்தையானது வயதிற்கும் எடைக்கும் பொருத்தமான 'குழந்தைக் கார் இருக்கை' யோடு பிணைக்கப்படவில்லையானால் விழுகிறது / அலருகிறது	• பின் இருக்கையில்இ பாதுகாப்பு நிலைகளைச் சந்திக்கிறஇ குழந்தையின் வயது மற்றும் எடைக்குப் பொருந்துகிற 'குழந்தைக் கார் இருக்கை'யையே உபயோகியுங்கள் • காரில் ஒருபோதும் குழந்தையைத் தனியாக விடாதீர்கள்
சுமார் 18 மாதங்கள்	• நடக்கிறது மேலும் படிகளில் தனியாக ஏறுகிறது, பின்பக்கமாக நடக்கிறது. • படிகளில் மேலும் கீழும் தன்னையே சுவர்கள் அல்லது கைப்பிடிகள் மீது ஆதரித்தக் கொண்டு போய் வருகிறது. • கோப்பைகள் மற்றும் கரண்டிகளை உபயோகிக்க ஆரம்பிக்கிறது. • எல்லாவற்றைப் பற்றியும் கவனமாக இருக்கிறது, அனைத்தையும் சுவைக்கவும் தொடவும் விரும்புகிறது.	விழுதல்	• படிகள், வண்டிகள், மரச்சாமான்கள், ஜன்னல்கள், பால்கணிகள், அடுக்குப் படுக்கைகள், வழுக்கலான விரிப்புகள் மற்றும் கம்பளிகள், பாலித்தீன் தரைகள்	• மாடிப்படிகளுக்கு கதவுகள் போடப்பட்டிருப்பது, ஜன்னல்களில் பாதுகாப்பு சாதனங்கள், பால்கனிகள் / ஜன்னல்களுக்கு முன்பாக இருக்கைகள் கூடாது, வழுக்காத விரிப்புகள் மற்றும் கம்பளிகள், நிலையான மரச்சாமான்கள்
		தீக்காயம்	• சுடு தண்ணீர்க் குழாய்கள், அவன்கள், சமையல் பாத்திரங்கள், இஸ்திரிப் பெட்டிகள், ஈரப்பத சாதனங்கள், சூடான திரவங்கள்	• குக்கர் / அவன் பாதுகாப்புச் சாதனங்கள், சமையல் பாத்திரக் கைப்பிடிகள் உள்பக்கமாகத் திருப்பி இருத்தல், சூடான உணவுகள் கைக்கெட்டாத தூரத்தில் இருக்கட்டும்
		மூழ்குதல்	• குளியல் தொட்டிகள், நீச்சல் குளங்கள், ஏரிகள், ஆறுகள், கடல், ஓடைகள், இதர	• ஒரு போதும் குழந்தையைத் தனியாக விடாதீர்கள்இ எப்போதும் அருகில் இருங்கள்
		மூச்சுத் திணரல் / மூச்சு முட்டல்	• பிளாஸ்டிக் பைகள	• பிளாஸ்டிக் பைகளைக் குழந்தையின் கைக்கெட்டாதவாறு வையுங்கள்
		வெளிப் பொருட்கள்	• உடல் திறப்புகளில் சிறிய பொருட்கள் - வாய், காதுகள், மூக்கு, இதர	• சிறிய பகுதிகளையுடைய பொம்மைகள் வேண்டாம், கைக்கெட்டாத தூரத்தில் வையுங்கள் (பொருட்கள் குறைந்த பட்சம் டேபிள் டென்னிஸ் பந்தளவிற்கு இருக்க வேண்டும்)
சுமார் 24 மாதங்கள்	• அதனைச் சுற்றியுள்ள மக்களைப் பின்பற்றுகிறது. • எளிமையான விளக்கங்களைப் புரிந்து கொள்கிறது.	மயக்கம் கொள்ளல்	• மருத்துப் பொருட்கள், அழகு சாதனப் பொருட்கள், சுத்தப்படுத்தும் பொருட்கள், பூச்சிக் கொல்லிகள், விஷமுள்ள பெர்ரிகள் மற்றும் செடிகள்	• இந்த உருப்படிகளைத் தரையில் கிடக்க விடாதீர்கள், இவைகளைக் குறைந்த பட்சம் 1.6 மீட்டர்கள் உயரத்தில் வையுங்கள்
		விஷக் கடிகள்	• உங்கள் சொந்த அல்லது மற்ற மக்களுடைய வளர்ப்புப் பிராணிகள்	• மிருகங்களோடு குழந்தைகளைத் தனியாக விடாதீர்கள்இ குறிப்பாக அவைகள் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருக்கும் போது மிருகங்களின் எல்லைகளை மதியுங்கள்
சுமார் 3 வயது	• மேசை அடிப்பெட்டிகள் மற்றும் கதவு-களைத் திறக்கிறது. • முடிந்தவைகளை கழற்றுகிறது. • மர முத்துக்களைப் போடுகிறது. • கேள்விகளைக் கேட்கிறது	மின்சாரத்தால் பாதிக்கப்படுதல்	• மின்னிணைப்பு கொடுக்கப்பட்ட சாதனங்கள் எந்த சாதனத்திலும் சொருகப்படாமல் மின்சாரத்தில் இணைக்கப்பட்ட நீட்டிப்பு முனைகள் / மின் வயர்கள்	• சாதனங்களைப் மின்னிணைப்பிலிருந்து பிடுங்கிவிடுங்கள்இ உபகரணங்களைத் தூரமாக வையுங்கள்
		வெட்டுக்கள்	• உடையக் கூடிய பொருட்கள், கூர்மையான பொருட்கள், புல்வெட்டும் எந்திரங்கள்	• அவைகளைக் குழந்தையின் கைக்கெட்டாதவாறு வையுங்கள், மேலிருந்து குழந்தைகள் மேல் விழும் வகையில் எந்தப் பொருளும் இல்லை என்பதை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள்
		கார்	• குழந்தையானது வயதிற்கும் எடைக்கும் பொருத்தமான 'குழந்தை கார் இருக்கை'யோடு பிணைக்கப்படவில்லையானால் விழுகிறது / அலருகிறது	• வயதிற்கேற்ற, வண்டியின் பின் இருக்கையோடு பொருத்தப்பட்ட, தரநிலைகளைச் சந்திக்கிற 'குழந்தைக் கார் இருக்கை'யையே உபயோகியுங்கள் • காரில் குழந்தையைத் தனியாக விட்டுச் செல்லாதீர்கள்
சுமார் 4 வயது	• ஆர்வமாக இருக்கிறது. பொருட்களைக் கண்டு கொள்கிறது. • பெரியவர்களை அடையாளங்கண்டு கொண்டு, அவர்களைப் பலித்துக் காட்டுகிறது. • சுயமாகக் காரியங்களைச் செய்ய விரும்புகிறது.	வீட்டிற்கு வெளியேயான ஆபத்துகள்	• லி∴ப்டுகள்இ வண்டி நிறுத்துமிடம், தெருக்கள், விளையாட்டுத் திடல், நீச்சல் குளங்கள்	• உங்கள் குழந்தையுடன் பேசுங்கள்: நீங்கள் அதற்கு ஆபத்துக்களை விவரிக்க இயலாது விளையாட்டுத்திடலின் தரை கடினமாக இருக்கிறதா என சரிபாருங்கள்இ தெருவில் இருக்கும் போது வெளிர் நிற ஆடைகளை அணிவியுங்கள்
		விழுதல்	• மாடிப்படிகள், ஜன்னல்கள், பால்கனிகள், அடுக்குப் படுக்கைகள் • மோட்டார் வாகனங்கள்	• மாடிப்படிகளுக்குக் கதவுகள் போடப்பட்டிருப்பது, ஜன்னல்களில் பாதுகாப்பு சாதனங்கள் பொருத்துங்கள், பால்கனிகள் / ஜன்னல்களுக்கு முன்பாக இருக்கைகள் வேண்டாம், வழுக்காத விரிப்புகள் மற்றும் கம்பளிகள், பாதுகாப்பாக எப்படி கீழிறங்குவது என்பதனை உங்கள் குழந்தைக்குச் சொல்லிக் கொடுங்கள் • சைக்கிளில் செல்லும் போது தலைக் கவசம்
		தீக்காயம்	• தீக்குச்சுகள், லைட்டர்கள், மெழுகுவர்த்திகள், மத்தாப்புகள், அவன்கள், சமையற் பாத்திரங்கள், சுற்றுலாச் சமையற் கூடங்கள்	• 3 வயதிலிருந்து, உங்கள் குழந்தைக்கு பொருட்களின் வெப்பத்தை உணரக் கற்றுக் கொடுங்கள், தீக்குச்சிகள் மற்றும் லைட்டர்களை குழந்தையின் கைக்கெட்டாத வகையில் வையுங்கள
		மூழ்குதல்	• நீச்சற் குளங்கள், ஏரிகள், ஆறுகள், கடல், ஒடைகள், இதர	• ஒருபோதும் குழந்தையைத் தனியாக விடாதீர்கள், 4 வயதிலிருந்து நீந்தக் கற்றுக் கொடுங்கள், வீட்டிற்கு வெளியேயுள்ள குளம், நீச்சல் குளம் இதரவற்றை மூடி வையுங்கள்
சுமார் 5/6 வயது	• அதிகம் சுயாதீனமாக இருப்பது. • ஒரு வாகனத்தின் வேகத்தை மதிப்பிட முடியாது. • பெரியவர்களை அடையாளங்கண்டு கொண்டு, அவர்களைப் போன்றே செய்து காட்டுகிறது.	மயக்கம் கொள்ளல்	• மருத்துப் பொருட்கள், அழகு சாதனப் பொருட்கள், சுத்தப்படுத்தும் பொருட்கள், பூச்சிக் கொல்லிகள், விஷமுள்ள பெர்ரிகள், காளான்கள் மற்றும் செடிகள்	• இந்த உருப்படிகள் தலையில் கிடக்க விடாதீர்கள், அவைகளைக் குறைந்த பட்சம் 1.6 மீட்டர்கள் உயரத்தில் வையுங்கள் • ஏன் இத்தகைய பொருடகளைச் சாப்பிடக் கூடாது என்பதனை உங்கள் குழந்தைக்கு விவரியுங்கள்.
		விஷக் கடிகள்	• உங்கள் சொந்த அல்லது மற்ற மக்களுடைய வளர்ப்புப் பிராணிகள்	• மிருகங்களின் எல்லையை மதித்து நடங்கள், அவைகளைக் கவனிக்கும் போது கவனமாயிருங்கள், சிறப்பாக அவைகள் சாப்பிடும் போது
		மின்சாரத்தால் பாதிக்கப்படுதல்	• முடி உலர வைக்கும் சாதனங்கள், துளையிடும் கருவிகள் மற்றும் மின்சார சாதனங்கள்	• ஈரப்பதமுள்ள சூழலில் மின் சாதனங்களை உபயோகப்படுத்த வேண்டாம் (குளியலறை, இதர....) பாதுகாப்புச் சாக்கெட்டுகளை உபயோகியுங்கள், உபயோகத்தில் இல்லாமல் இருக்கும் போது சாதனங்கள் மின்னிணைபிலிருந்து துண்டித்து வையுங்கள்.
		வெட்டுக்கள்	• கூரான பொருட்கள், உணவுக் கேன்கள், டை மற்றும் தோட்டக் கருவிகள்	• அவைகளை உங்கள் குழந்தையின் கைக்கெட்டாத வகையில் வையுங்கள்
		கார்	• குழந்தையானது வயதிற்கும் எடைக்கும் பொருத்தமான 'குழந்தைக் கார் இருக்கை' யோடு பிணைக்கப்படவில்லையானால் விழுகிறது / அலருகிறது	• பின் இருக்கையில், பாதுகாப்ப நிலைகளைச் சந்திக்கிற, குழந்தையின் வயதிற்குப் பொருந்துகிற ஒரு 'குழந்தைக் கார் இருக்கை' யையே உபயோகியுங்கள் • கார்களில் குழந்தையைத் தனியாக விட்டுச் செல்லாதீர்கள்

PIPAD'ES

- உங்கள் குழந்தையைத் தனியே விட்டுச் செல்வதைத் தவிர்த்து விடுங்கள்.
- ஒரு நல்ல முன்மாதிரியை அமையுங்கள்
- உங்கள் குழந்தை சரியாக நடத்து கொள்ளும் போது அதனை மெச்சிக் கொள்ளுங்கள்

விளையாட்டிற்காக அல்லது நீங்கள் கோபமாயிருக்கும் போது குழந்தை அழுமளவிற்கு அதனை உலுக்குவது என்பது ஒரு ஆபத்தான செயலாகும். அவ்வாறு செய்வது மூளையில் இரத்த உறைவுகளை உண்டாக்கக் கூடும் அது ஊனத்திலோ அல்லது மரணத்திலோ கூட முடியலாம்.

சுகாதார அவசரங்களுக்கு: 144 அழையுங்கள

2008

இந்த இலவசக் கையிதழை உங்களுக்கு வழங்கியோர்:

பிபாட்'ஸ்
ஜெனீவா, டெஸ்லின் மற்றும் வாட் கேண்டோன்ஸில் உள்ள பொதுச் சுகாதார அதிகாரிகளால் ஆதரிக்கப்பட்ட, குழந்தைகளுக்கு நேரும் விபத்துக்களைத் தவிர்ப்பதற்கான கண்டங்கடந்த திட்டம்.

PIPAD'ES
Les Ligues de la Santé
Av. de Provence 12
1007 Lausanne
தொலை: 021 623 37 57
மின்னஞ்சல்: info@pipades.ch
வலைப்பக்கம்: www.pipades.ch

ஃபவுண்டேஷன் பிளானேட்ஸ் என்ஃபேண்ட்ஸ் மாலாட்ஸ

ஃபிளானேட்ஸ் என்ஃபேண்ட்ஸ் மாலாண்ட்ஸ் ஒரு இலாப-நோக்கில்லா தனியார் அமைப்பு, நாங்கள் மேம்படுத்த விரும்புவது

- மருத்துவமனையிலுள்ள குழந்தைகளின் வாழ்க்கைத் தரம்
- பெற்றோர்களுக்குத் தரப்படும் ஆதரவு
- ஊனமுற்றவர்கள், குழந்தைகள் மற்றும் நீண்ட நாட்கள் சுகவீனமாயிருப்பவர்களுக்குத் தரப்படும் கவனிப்பு
- வலியின் சிகிச்சை
- நோவயுற்ற குழந்தைகளின் ஆரோக்கியம்

Fondation Planètes Enfants Malades
Ch. de Montétan 16
1000 Lausanne 7
தொலை: 021627 22 44
மின்னஞ்சல்: contact@fpem.ch
வலைப்பக்கம்: www.fpem.ch

ஆங்லஸை

tamoul

வீட்டிலிருக்க வேண்டிய உடனடிக் குறிப்புகள
0 முதல் 5 வயதிற்கு
இடைப்பட்ட குழந்தைகளுக்கான
விபத்து தவிர்ப்பு வழிகாட்டி

www.pipades.ch