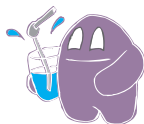
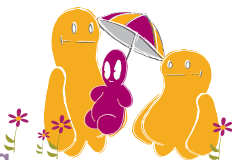


Những
Lời
Khuyến
Cho
Mùa
Hè



Một thời gian của sức nóng, vui
đùa và an toàn trong mùa hè!





An Toàn Trong Ánh Nắng

- Trẻ thơ dưới 6 tháng, tránh ánh nắng soi vào. Cách tốt nhất để tránh cho khỏi bị cháy nắng là mặc quần áo tay dài, mỏng và nón có vòng. Quý vị có thể xoa một chút ít kem chống nắng lên mặt và đằng sau bàn tay của các em.
- Trẻ em, xoa kem chống nắng ít nhất là trước 30 phút trước khi ra ngoài chơi ngay cả những ngày bị mây che. Lượng độ của kem xoa chống nắng ít nhất là 15 SPF.
- Nên cho trẻ em uống nước mỗi 20 phút để khỏi bị thiếu nước khi chơi ở ngoài.



An Toàn Trong Sân Chơi

- Nên coi những cầu trượt bằng thép không bị nóng trước khi cho các em chơi.
- Luôn luôn để ý con trẻ trong sân chơi và coi lại những đồ chơi để đảm bảo sự an toàn cho trẻ.
- Nên coi lại những thiết bị trong sân chơi và đừng để cho trẻ nhỏ với tay tới những bộ phận đang di động để khỏi bị kẹp vào.



An Toàn Trong Hồ Bơi

- Đừng bao giờ để trẻ em ở trong hoặc gần hồ bơi một mình dù chỉ trong chốc lát.
- Bất kể khi nào trẻ em trong hồ bơi, luôn luôn phải có người lớn ở bên cạnh trong khoảng cách một cánh tay.
- Nên tránh dùng những vật dụng để giúp bơi lội như “phao nổi”. Những vật dụng này không phải để thay thế cho những loại áo bơi đã được chấp thuận, hơn nữa những phao nổi này mang đến cho các trẻ em những cảm giác sai lầm về sự an toàn.



Để biết thêm thông tin về an toàn trong mùa hè, xin vào mạng lưới của hội American Academy of Pediatrics www.aap.org. Và muốn biết thêm chi tiết về các chương trình của FIRST 5 Hạt Santa Clara, xin lên mạng lưới www.first5kids.org hoặc liên lạc 408.260.3700.

