



Ministero del Lavoro della Salute  
e delle Politiche Sociali

www.ministerodellasalute.it  
www.genitoripiù.it

بدعم من :

ACP Associazione Culturale Pediatri

ASNAS Associazione Nazionale Assistenti Sanitari

FNCO Federazione Nazionale dei Collegi delle Ostetriche

IPASVI Federazione Nazionale Collegi Infermieri Professionali

Assistenti Sanitari, Vigilatrici d'Infanzia

SIGO Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia

SIN Società Italiana di Neonatologia

SIP Società Italiana di Pediatria

SITI Società Italiana di Igiene

7  
مواضيع من أجل طفلك  
الرقم الكامل من أجل الحياة

genit  ri più

prendiamoci più cura della loro vita

fimp  
Federazione Italiana Medici Pediatri

unicef

guadagnare  
salute  
rendere facili le scelte salutari



ماذا يعني ان تكونوا والدين وأكثر ?

COSA VUOL DIRE ESSERE GENITORIPÌÙ?

انتم الوالدين ابطال الصحة لأبنائكم: منذ اللحظة التي فكرتم بها في عملة الحمل أو الحبل، يوم بعد يوم وخلال الحمل أو الحبل، خطوة بعد خطوة في في سنواته الاولى. في كل لحظة من حياة طفلكم فإن العناية واللذين فقط الوالدين الواعين يمكنهم منحهم العناية لة. انه شيء ثمين للعناية. لذلك نظمتنا سبعة مواضيع فيما يتعلق في صحة وسلامة الطفل. سبعة مواضيع مهمة للعناية لكم وبشكل لة هو . كل موضوع من هذه المواضيع السبعة تحمية من أكثر من مشكلة. جميعها مجتمعة سويًا يمثلوا رأس مال الصحة لحياته المستقبلية. أنتم الوالدين يمكنكم ان تعملون فعلا الكثير : ان كل ما تفعلونه لة أكثر قوة وحيوية في حال ان كل شيء تفعلونه يكون مدعوم ومسند الفعال واعمال اخرى .

مثل مهم جدا! التلقيح أو التطعيم: انه بطريقة سهلة وفعاله ومضمونة لحماية ابنائكم، من الامراض الخطيرة والتي لا يوجد لها علاج ودواء فعال. تطعيم أو تلقيح ابنائكم معناه حماية صحة وسلامة جميع الاطفال، لكنة من الضروري الجهد والمثابرة من قبل الجميع لكي يتمتعون جميعا من حسنات هذا العمل أو الموضوع – أي التلقيح.

والدين واكثر معناه ان تكونوا والدين ابطال ومثاليين فيما يتعلق في صحة وسلامة ابنكم. ولكن معناه ايضا الاستعمال الافضل والاحسن لخدمات الصحة: نحن قمنا في مشروع سبعة مواضيع لكي نقدم ومعكم أكثر سلامة وصحة وحماية وأمان لاطفالكم ولجميع المواطنين بشكل عام.

تنظيم سبعة مواضيع من خلال موظفين الخدمات والذي هي ملتزمة – أي الخدمات منذ وقت لكي تضمن وتكفل لجميع الاطفال الحماية المقدمة من التطعيم أو التلقيح من خلال التعاون بين الخدمات وأطباء اطفال العائلة.

## 4 ضعة لينام على ظهره أي بطنة للاعلى

METTERLO A DORMIRE A PANCIA IN SU

ضعوا ابنكم لينام دائما على ظهره أي بطنة للاعلى : ان هذا الوضع الاكثر امانا . مع الترضيع والحماية من التدخين يساعد تجنب الموت في السريير (س ي د س). انة مهم ايضا المحافظة على درجة حرارة المنزل حوالي عشرون درجة مئوية ولا تغطونه كثيرا.

## 5 حماية في السيارة مع الكرسي

PROTEGGERLO IN AUTO CON IL SEGGIOLINO

في السارة استعملوا كرسي الامان، حتى خلال مسافات قصيرة. تاكدوا ان الكرسي هو حسب القوانون: مناسب وملاتم لوزنة ولحجمة وركبوا الكرسي بطريقة صحيحة وجيدة. تاكدوا انة عالية الماركا الاروبية التالية: ECE R44/03

## 6 اعملوا جميع التطعيم والتقيح التي ينصح بها

FARE TUTTE LE VACCINAZIONI CONSIGLIATE

تلقيح أو تطعيم طفلكم معنا حماية وحماية الاطفال الاخرين من الكثير من الامراض المعدية . بعضها خطير وبفض التلقيح أو التطعيم فانة اليوم .اصبحت تحت المراقبة. لمعرفة المزيد انظروا إلى دفتر التقيحات أو التطعيم اثناء الطفولة وتوجوا إلى طبيب الاطفال أو لموظفين خدمات التلقيح أو التطعيم.

## 7 اقرأوا لهم كتاب

LEGGERGHI UN LIBRO

كرسوا بعض الوقت للقراءة من ابنكم : عندما يسمعكم تقرأون كتاب وبصوت عالي سيجب ويعشق ذلك جدا وهذا يساعد على نمو المعرفة والعلاقات . يمكنكم البدء بذلك عندما يصل عمرة ستة شهور. أسألوا معلومات أولية لطبيب الاطفال فيما يتعلق في المسار الذي يجب اتباعة.

## لكي تكونوا والدين وأكثر يكفي فقط سبعة مواضيع أو

اعمال سهلة

سبعة مواضيع أو اعمال سهلة حيث انه تعادل حياة كاملة

PER ESSERE GENITORIPIÙ,

BASTANO SETTE SEMPLICI AZIONI. SETTE SEMPLICI

AZIONI CHE VALGONO UNA VITA INTERA

## 1 خذي حامض فوليكو في الوقت المناسب

PRENDERE PER TEMPO L'ACIDO FOLICO

فكروا في ابنكم قبل الحمل به : ان حامض فويكو هو فيتامين حيث اتخاذة قبل الحمل وخلال الثلاثة شهور الاولى من الحمل يمكن تجنب إعاقات مهمة. ان استهلاكة مضمون. يمكن ان تسألون طبيبك ذات الثقة.

## 2 عدم التدخين خلال الحبل أو الحمل وامام الطفل

NON FUMARE IN GRAVIDANZA E DAVANTI AL BAMBINO

احموا طفلكم من الدخان : التدخين خلال الحمل أو الحبل هو خط على صحنة . ايضا الدخان السلبي انة مضر بشكل خاص عند ما يكون الطفل صغير : لا تسمحون التدخين في المنزل وبالقرب مئة. اسألوا معلومات من طبيبك ذات الثقة أو للمرضة ذات الثقة.

## 3 الترضيع على الصدر أو الثدي

ALLATTARLO AL SENO

رضعن اطفالكن على الصدر أو الثدي. ان الترضيع على الصدر أو الثدي هو الطريقة الطبيعية الوحيد الموجود وان حليب الام هو الغذاء الكامل تماما: في الستة شهور الاولى من الحياة ان طفلكم ليس بحاجة لأي شئى اخر. واصلوا في ترضيعه حتى العام وبعد العام . ان حليب الام يحمي من الكثير من الامراض لا سيما وهو صغير وهو كبير ايضا . انة جيد ايضا بالنسبة للام . تكلموا في افراد عائلتكم ومع موظفي الصحة.