

Official Sponsor



Official Sponsor



KID'S Festival

مهرجان الطفل بمناسبة اليوم العالمي للطفل

١٧-١٨-١٩ نوفمبر ٢٠١٦ بمجمع الأفنيوز - الكويت

17- 18 -19 Nov. 2016 - The Avenues - Kuwait

برعاية معالي الشيخ محمد العبدالله المبارك الصباح
وزير الدولة لشؤون مجلس الوزراء
وحضور اليونسيف بالأمم المتحدة



يحتفل العالم باليوم العالمي للطفل بوصفه يوماً للتأخي والتفاهم و ترفيه الأطفال في العالم ويصادف هذا اليوم إقرار الجمعية العامة للأمم المتحدة إعلان إتفاقية حقوق الطفل عام ١٩٨٩.

ما هي حقوق الطفل؟

- الحق في الحياة
- الحق في الصحة
- الحق في التعليم
- الحق في السكن
- الحق في مستوى معيشي ملائم
- الحق في الغذاء
- الحق في اللعب واللعب

إعلان حقوق الطفل

والسلطات العامة تقديم عناية خاصة للأطفال المحرومين من الأسرة وأولئك المفترقين إلى كفاف العيش.

سابعاً:

للطفل حق في تلقي التعليم، الذي يجب أن يكون مجانياً وإلزامياً، في مرحلة الابتدائية على الأقل، وتقع هذه المسؤولية بالدرجة الأولى على أبويه. ويجب أن تتاح للطفل فرصة كاملة للعب واللعب، واللذين يجب أن يوجها نحو أهداف التعليم ذاتها. وعلى المجتمع والسلطات العامة السعي لتيسير التمتع بهذا الحق.

ثامناً:

يجب أن يكون الطفل، في جميع الظروف، بين أوائل المتمتعين بالحماية والإغاثة.

تاسعاً:

يجب أن يتمتع الطفل بالحماية من جميع صور الإهمال والقسوة والاستغلال. ولا يجوز استخدام الطفل قبل بلوغه سن الرشد. ويحظر في جميع الأحوال حمله على العمل أو تركه يعمل في أية مهنة أو صناعة تؤذي صحته أو تعليمه أو تعرقل نموه الجسمي أو العقلي أو الخلقية.

عاشراً:

يجب أن يحاط الطفل بالحماية من جميع الممارسات التي قد تدفع إلى التمييز العنصري أو الديني أو أي شكل آخر من أشكال التمييز، وأن يربى على روح التفهم والتسامح، والصداقة بين الشعوب، والسلام والأخوة العالمية.

أولاً:

لكل طفل بلا استثناء أن يتمتع بهذه الحقوق دون أي تفریق أو تمييز بسبب اللون أو الجنس أو الدين ، أو الأصل القومي أو الاجتماعي، أو الثروة أو النسب أو أي وضع آخر يكون له أو لأسرته.

ثانياً:

يجب أن يتمتع الطفل بحماية خاصة وأن تمنح له الفرص والتسهيلات اللازمة لنموه الجسمي والعقلي والخلقي والروحي والاجتماعي نمواً طبيعياً سليماً في جو من الحرية والكرامة.

ثالثاً:

للطفل منذ مولده حق في أن يكون له اسم وجنسية.

رابعاً:

يجب أن يتمتع الطفل بفوائد الضمان الاجتماعي وأن يكون مؤهلاً للنمو الصحي السليم. وعليه هذه الغاية، يجب أن يحاط هو وأمه بالعناية والحماية الخاصتين اللازمين قبل الوضع وبعده. وللطفل حق في قدر كاف من الغذاء والماوى واللعب والخدمات الطبية.

خامساً:

يجب أن يحاط الطفل المعوق جسمياً أو عقلياً أو اجتماعياً بالمعالجة والتربية والعناية الخاصة التي تقتضيها حالته.

سادساً:

يحتاج الطفل لكي ينعم بشخصية ، إلهي الحب والتفهم. ولذلك يجب أن تتم نشأته برعاية والديه وفي ظل مسؤوليتهم، في جو يسوده الحنان والأمن المعنوي والمادي فلا يجوز، إلا في بعض الظروف ، فصل الطفل الصغير عن أمه. ويجب على المجتمع



Novalac
Genio
3 PLUS

VS

COW'S
MILK



Novalac
Genio
3 PLUS

تفوق مع

www.novalac.me

GenioKids BabyGenie



Goodness of nature
in every spoon
خيرات الطبيعة في
كل ملعقة



100 %
طبيعي natural

NO Preservatives خالي من المواد الحافظة
NO Artificial Flavors خالي من النكهات الصناعية
NO Added Sugar بدون اضافة سكر

We provide
reliAble
insuRance for
theBRIGHTER
futureAHEAD

محتويات العدد



الطفل والحياة

- التعامل مع غضب الأطفال 64
- عندما يختار الطفل الصمت 68
- فنيات تعديل سلوك الطفل 70
- كيف يتحمل الطفل المسؤولية 71
- المحافظة على سلامة الطفل من الإساءة الجنسية 72
- كيف تربي طفلك! 74
- أناقة طفلك 78
- فريق حماية الطفل في دولة الكويت 80
- ديكورات غرفة الطفل والمراهق 82



64



78



68



82

الطفل والتعليم

- صعوبات التعلم عند الأطفال 88
- تتمية مهارات وهوايات طفلك 92
- 9 نصائح لإدارة وقت الأطفال المخصص للتكنولوجيا 96
- الرياضة وأهميتها للطفل 100



100



96



92



88

محتويات العدد

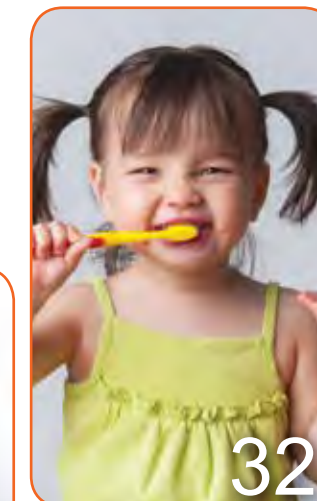


الطفل والصحة

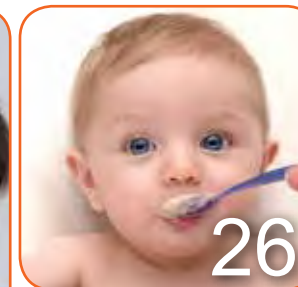
- صحة الطفل من الولادة إلى خمس سنوات 18
- تغذية الاطفال من الولادة إلى خمس سنوات 26
- الأسنان 32
- ارشادات سلامة طفلك في المنزل 34
- العناية بالطفل المريض 38
- الأطفال يتأذون إذا قمت بهزهم 40
- الإنعاش القلبي الرئوي 44
- ما هي الحساسية؟ 48
- أسباب الغصّة 52
- تغذية طفل المدرسة 56



18



32



26



34



56



48



44



40



38



Fun Filled Biscuits Treats

Biscuits with Chocolate Cream / Strawberry Cream

بسكويت ملي بالمرح

بسكويت مع كريمة الشوكولاته / كريمة الفراولة



Facebook.com/almunayestea @almunayestea
www.almunayes.com هاتف: 22050839 - 22050840

مؤسسة العنيس للتجارة العامة
Almunayes General Trading Est.

المرح



Facebook.com/almunayestea @almunayestea
www.almunayes.com هاتف: 22050839 - 22050840

مؤسسة العنيس للتجارة العامة
Almunayes General Trading Est.



KIDS
Festival

مهرجان الطفل
بمناسبة اليوم العالمي للطفل

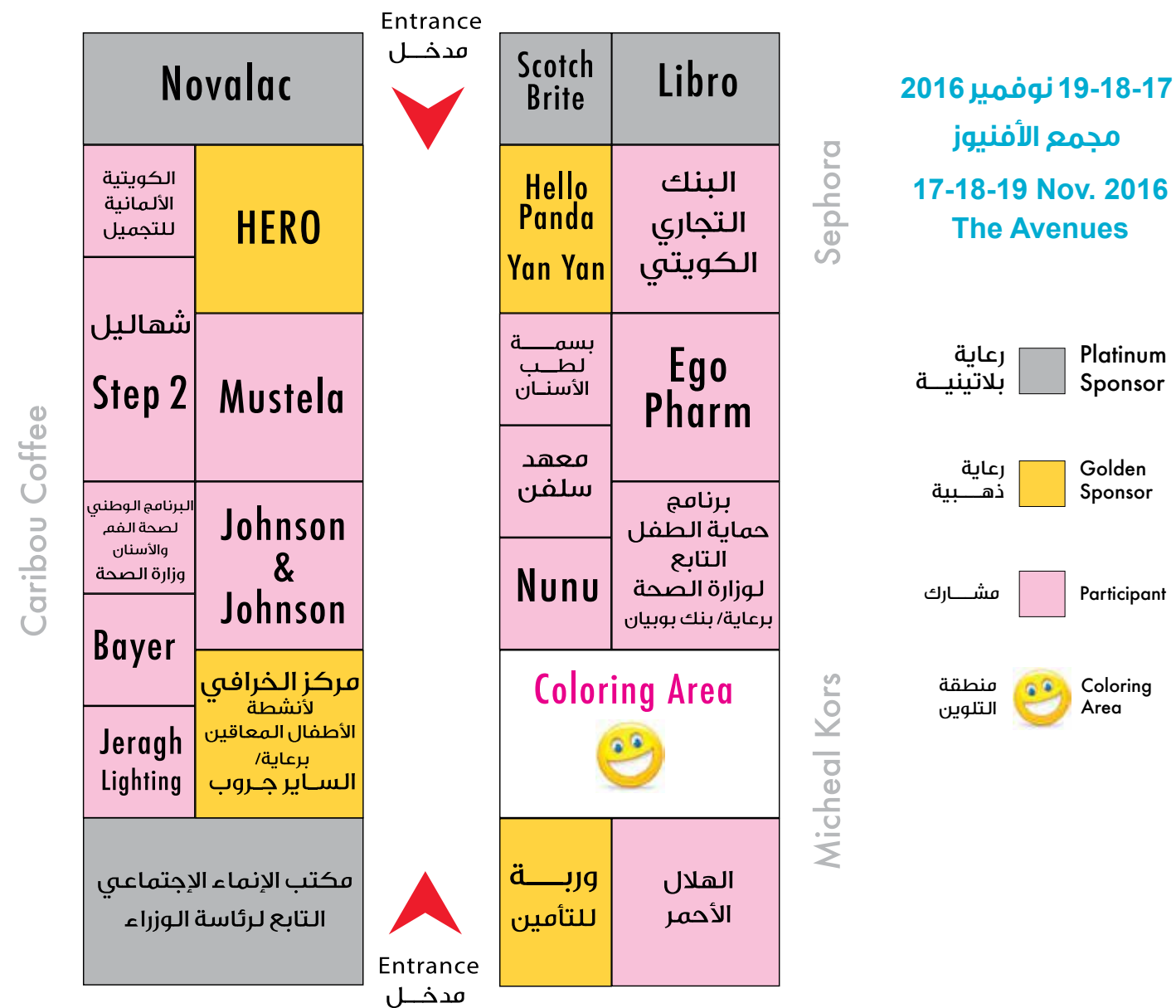
KIDS Festival 2016

10

المشاركون



خريطة المهرجان





مهرجان الطفل
بمناسبة اليوم العالمي للطفل

KIDS
Festival

KIDS
Festival

مهرجان الطفل
بمناسبة اليوم العالمي للطفل



فقرات وإستعراضات ترفيهية للأطفال



مع شخصيات افتح يا سمسم

يومياً علي مدار أيام المهرجان





العلاج ويتوجب على المكتب مواجعتها، كالتأخر في التحصيل الدراسي، نقص الإنتاجية في العمل، مظاهر العنف والعدوان وإيذاء الآخرين، والقيام ببعض السلوكيات الخارجة عن قيم المجتمع وغيرها من السلوكيات فقد لحق ذلك صدور المرسوم رقم ٢٠١١/٤٠٦ الذي أضاف مهام واهداف للمكتب واقراها في سبيل تحقيق أغراضه والتي تمثلت في:

الارتقاء بمفهوم الشراكة مع المؤسسات الرسمية ومؤسسات المجتمع والعمل على اتساع مداها وافاقها كي تصبح هيئات وأجهزة نوعية مشتركة رديفة للسلطتين تعينها على اتخاذ القرار على الوجه الصحيح يعد امرا في غاية الأهمية للمستقبل المنظور.

ان مكتب الانماء الاجتماعي يتطلع ضمن توجهاته وأهدافه الحديثة الى السير في هذا الاتجاه والتعامل مع مؤسسات المجتمع المدني بشفافية ايمانا منه ان هذا الطريق سيحقق الكثير للوطن وسيقدم لأصحاب القرار في السلطتين التشريعية والتنفيذية ما يتوقعونه من دور اجتماعي ورأي رديف بحكم كونه نابعا من حس شعبي يعرف معاناة المواطنين، ويتلمس عن قرب هواجسهم وتطلعاتهم المستقبلية .

ثانياً: آليات عمل مكتب الانماء الاجتماعي

يعد مكتب الانماء الاجتماعي من ضمن المؤسسات التي تتسم بالطابع العلمي الذي يعمل وفقا منهج علمي ومهني متعدد ومتنوع في مواجهة الازمات والظواهر الاجتماعية والنفسية

كما حرص المكتب على وضع مجموعة من الليات العمل العلمية والمهنية المناسبة وتتمحور هذه الآليات حول الأساليب الآتية: -

١- اجراء البحوث والدراسات الميدانية حول الظواهر والمشكلات الاجتماعية والقضايا المجتمعية التي تهم المجتمع الكويتي وأفراده

٢- تقديم خدمة الارشاد والمشورة النفسية والاجتماعية والتربوية عن طريق تحديد المشكلة ودراستها ومن ثم تقديم الحلول والبدائل المختلفة التي تمكن الشخص من التغلب على مشكلاته واستعادة ذاته وقدراته النفسية المنتجة

٣- تنظيم المؤتمرات والندوات العلمية المتخصصة والمشاركة في المؤتمرات والندوات المحلية والإقليمية والدولية ذات الصلة بمجالات عمل المكتب



مكتب الإنماء الاجتماعي

أولاً: رسالة مكتب الانماء الاجتماعي

الارشادي والعلاجي تمثل بالدفع به نحو الانخراط في التنمية الاجتماعية بمنهجها الواسع

فصدر المرسوم الاميري رقم ١٦٥ لسنة ٢٠١٠ م الذي رفع سقف اهداف المكتب ورسالته من هدف واحد الى اربع اهداف ومن بينها دعوة المكتب والقائمين عليه بمواكبة المشاريع الإنمائية للدولة من خلال حملات التوعية والعمل كشريك فاعل مع مؤسسات العمل المدني من اجل توضيح الأهداف الاجتماعية والإنمائية للمشاريع الحكومية، ودعوة القطاع الخاص والمشارك، والحركة التعاونية للمشاركة في هذه المشاريع بالإضافة الى الدعوة الى زيادة تكريس مفهوم الوحدة الوطنية بين المواطنين ..

بالإضافة الى ان هناك مظاهر سلوكية لا تزال في حاجة في حاجة الى

أنشئ مكتب الانماء الاجتماعي في ابريل عام ١٩٩٢ م ، بمبادرة من سمو امير دولة الكويت الراحل المغفور له الشيخ جابر الأحمد الصباح طيب الله ثراه ، من اجل التصدي لأثار العدوان والاحتلال العراقي لدولة الكويت في الثاني من أغسطس عام ١٩٩٠ م، والعمل على إعادة تأهيل الذات الكويتية وخلصها من شوائب المعاناة النفسية والاجتماعية والتربوية لتعود امانة مطمئنة ولتكون عنصرا فاعلا في المجتمع .

وبعد قيام المكتب بالدور المنوط وحصر الحالات المرضية جراء الاحتلال وتقديم الخدمات الارشادية لهم والتي تساعد في استرجاع الذات والقدرات النفسية، بدا التفكير الجدي بإعطاء دور إضافي جديد للمكتب بجانب دورة



مركز الإختبارات النفسية
الإختبارات النفسية طريقك لمعرفة ذاتك



مركز المعلومات الحيوية
التغيير يبدأ من ذاتك



مركز الإرشاد و التأهيل المهني
معرفة ميولك تسهل مسار حياتك



مركز الطفل والمراهقين
الطريق إلى تعديل مسار الطفل والمراهق



مركز السمع والنطق
طريقك للتواصل مع الآخرين



مركز الإستشارة عبر الهاتف
هاتف.... الإستشارة عبر الهاتف

خامساً: فروع مكتب الانماء الاجتماعي:

يباشر مكتب الانماء الاجتماعي عملة من خلال أفرع تكون صورة مصغرة للمقر الرئيسي للمكتب والموجود بالمرقاب في العاصمة حيث يقدم خدماته للمواطنين في محافظات متعددة

فرع المنصورية: ٢٠٧-٢٠٦-٢٠٥/٢٢٥٤٠٦٩٦

فرع اليرموك: ٣٦٢-١٨٤-١٦٢/٢٥٣٣٦٤٨٤

فرع الجهراء: ٢٤٥٦٨٤٥٢-٢٤٥٦٨٤٥٠



٤-اعداد وتقديم برامج تدريبية متخصصة ومتنوعة تهدف الى تنمية المعارف والمهارات الفنية والاجتماعية حول القضايا الاسرية وفن التعامل مع الآخرين وغيرها من القضايا المهمة في حياتنا.

٥-تخطيط وتنفيذ البرامج الإعلامية عبر وسائل الاعلام المختلفة لزيادة الوعي بالقضايا المجتمعية وتداعياتها الاجتماعية

٦-العمل كشريك فاعل مع مؤسسات المجتمع المدني في التصدي لمجمل القضايا الاجتماعية والمجتمعية موضع اهتمام عند صانعي القرار

٧-تقديم المشورة العلمية للهيئات والمؤسسات الحكومية وغير الحكومية في مجالات التنمية الاجتماعية والعلاقات الإنسانية وإدارة الأزمات وبخاصة في المجال الاسري ومجال العمل

ثالثاً: مجال عمل مكتب الانماء الاجتماعي

يقوم مكتب الانماء الاجتماعي بتقديم خدمات مجانية تطوعية متنوعة للمجتمع بكافة شرائحه تتمثل في المجالات الاجتماعية والنفسية، وهي خدمات توجه الى الفرد والاسرة والمجتمع يمكن ايجازها فيما يلي:

الافراد: بكل فئاتهم العمرية ومستوياتهم التعليمية، ولهذه المهمة حشد مكتب الانماء الاجتماعي نخبة من الخبراء والمتخصصين المؤهلين لتقديم خدمة الاستشارة للفرد

الاسرة: وهي الاسر التي اضطربت داخلها العلاقات الاجتماعية سواء بين الأزواج او بين الأبناء. فمن اجل هؤلاء اعد المكتب برامج ارشادية وتدريبية وإعلامية تهدف الى إعادة تأهيل تلك الاسر لتكون بيئة اجتماعية صالحة

المجتمع: وذلك من خلال العمل جنباً الى جنب مع مؤسسات المجتمع المدني والهيئات المماثلة من اجل الاسهام بخدمات المكتب المتخصصة وبحوثه ودراساته وبرامجه التدريبية والإعلامية لإيجاد المناخ الاجتماعي الصحي في المجتمع

رابعاً: مبادئ العمل في مكتب الانماء الاجتماعي:

يعمل مكتب الانماء الاجتماعي وفق اطر ومبادئ عمل متشعبة ومتعددة الجوانب والاهداف الإنسانية تتمثل في الأمور البحثية والاستشارية والتعاون مع المحيط المحلي كمؤسسات المجتمع المدني والجهات الخدمية ذات الصلة وجمعيات النفع العام ذات طبيعة العمل التطوعي



الطفل والصحة



الساير تدعوكم للمشاركة في:

مسابقة تويوتا الحادية عشر لرسم سيارة الأحلام 2017

احدى أكبر مسابقات الرسم العالمية للأطفال

شاركنا في رسم سيارة أحلامك - عبر عن إبداعك

يتم تنظيم مسابقة تويوتا لرسم سيارة الأحلام منذ عام 2004 كجزء من مبادرات المساهمة الاجتماعية الخاصة بتويوتا . و يتم تنظيم المسابقة لتحفيز خيال الأطفال و تعبيرهم الفني من خلال رسم أعمال فنية مميزة . في عام 2015 فحسب ، كان هناك 875,000 مشاركة من حوالي 81 دولة و منطقة حول العالم . و سوف تقوم المسابقة المحلية في الكويت ، التي تديرها مجموعة الساير القابضة ، بإختيار الفائزين النهائيين بالمسابقة الوطنية الذين سوف يقوموا بتمثيل الكويت في المسابقة العالمية في اليابان .

المتقدمين المستهدفين	الأطفال بعمر ١٥ عامًا و ما اصغر الذين يعيشون في الكويت
الفئات العمرية المتنافسة	(١) الفئة ١، أقل من ٨ سنوات (٢) الفئة ٢، ٨ - ١١ سنة (٣) الفئة ٣، ١٢ - ١٥ سنة

للمزيد من المعلومات عن المسابقة يرجى الاتصال بنا على :
تلفون : 1803803 داخلي : 1082 و 1085
البريد الإلكتروني : dreamcar@alsayergroup.com
الموقع الإلكتروني : www.alsayergroup-csr.com



مجموعة الساير القابضة



يتم اولا فحص الرضيع بعد وقت قصير من ولادته ، و لكن العديد من الاطفال الرضع بحاجة الى اجراء فحص ثاني في غضون اسابيع قليلة من الميلاد ، اذا كانت هناك حاجة الى هذا الاختبار الثاني فإن الاختبار الذي يجرى الاختبار الاول سيشرح لك كيف سيتم ذلك.

اما اذا كان طفلك متوعكا بعد الولادة فسيتم اجراء الفحص لاحقا . بعض الاطفال الرضع الذين هم اكثر عرضه من غيرهم لفقدان السمع يحولون مباشرة الى الطبيب الاختصاصي لاجراء فحص دقيق لهم ، سيتم تزويدك بمزيد من المعلومات عن هذه الاختبارات.

اذا كان اي من اقارب طفلك يعاني مشاكل في السمع في مرحلة الطفولة المبكرة يجب ابلاغ الطبيب.

عليك ابلاغ الطبيب ايضا اذا لاحظت اي مشكلة في السمع على الرغم من كون فحص السمع الاولي طبيعيا .

التطعيمات الأساسية دون خمس سنوات بدولة الكويت

التطعيمات عند بلوغ السن	عند الولادة	شهرين	ثلاثة اشهر	اربعة اشهر	سنة	سنة ونصف	سنتين	ثلاث سنوات	4 - 6 سنوات
الكبد الفيروسي HBN	0								
السداسي IPV, DTaP, HBV, Hib	0								
شلل الأطفال OPV			0	0	0	0	0	0	
الخماسي DTaP, HBV, Hib				0	0	0			
نيمو كوكل Pneumococcal				0	0	0			
الدرن BCG			0						
النكاف والحصبة والحصبة الألمانية MMR				0	0				
الحمى المخية الشوكية Meningitis				0					
الثلاثي DTaP								0	
الثنائي DT									
تطعيمات أخرى									

كيفية اجراء مسح المواليد:

يتم اخذ عينة من اسفل كعب الطفل، ثم توضع على كرت ورقي تدون به بيانات الطفل اهمها ارقام هواتف متعددة صحيحة، ويتم ارسال الكرت الى مختبر الامراض الوراثية لاجراء الفحص المخبري.

سوف تؤخذ العينة قبل خروج المولود من المستشفى . و في حال خروج الطفل قبل عمر ٢٤ ساعة يتم اعادة الفحص بين يومي الثالث و السابع (٣-٧ ايام) و سوف تستلمين طلب اعادة الفحص قبل خروجك و الطفل من المستشفى.

اذا كانت نتيجة الفحص ايجابية فسوف يتم الاتصال بعائلة الطفل لاختد عينة اخرى للتأكد و كذلك لتقييم حالة الطفل اكلينيكيًا و عمل الفحوصات التأكيديّة . و اذا كانت نتيجة الاختبار الثاني و الفحوصات التأكيديّة ايجابية ايضا فسوف يتم تحويل الطفل الى الطبيب المختص لبدء العلاج اللازم.

المسح السمعي لحديثي الولادة



ان فحص السمع للاطفال حديثي الولادة مهم و ذلك للكشف المبكر عن مشاكل السمع ، هناك نوعان من فحص السمع كلاهما غير مؤلم و يتم اجراؤه بصورة سريعة و سهلة.



تقدم وزارة الصحة الكويتية بالتعاون مع إدارة التغذية والإطعام موضوع خاص بصحة الطفل لمتابعة صحته من الولادة وحتى عمر خمس سنوات ويعتبر بمنزلة سجل طبي له و أداة تثقيف صحي للوالدين.

كما يهدف الموضوع إلى تعزيز صحة ونمو الطفل من خلال التغذية الصحية والعناية بتوفير بيئة صحية محيطة به وتقديم المشورة اللازمة للأهل حول رعاية الطفل.

ويهدف الموضوع أيضاً إلى التوعية من الأمراض والحوادث من خلال متابعة تطعيمات الأطفال، والتأكد من شروط السلامة في التعامل مع الطفل والبيئة المحيطة به، والكشف المبكر عن الأمراض وتأخر النمو والتطور والإعاقات من خلال الفحوصات الدورية، كما يراقب نمو الطفل وحالته الغذائية وتقييم تطوره وإجراء الفحوصات الطبية اللازمة.

ويحتوي الموضوع على منحنيات النمو الحديثة لمنظمة الصحة العالمية وذلك وفقاً لمعايير النمو الحديثة للرضع والأطفال الصغار.

مسح حديثي الولادة

تعريف مبسط:

يشمل برنامج مسح المواليد فحص جميع المواليد الجدد للتأكد من خلوصهم من بعض امراض التمثيل الغذائي و الغدد الصم التي قد تؤثر على نموهم و تطورهم العقلي و الجسدي، و بذلك يمكن معالجتها مبكرا لتفادي حدوث الاعاقة العقلية و الجسدية المصاحبة لهذه الامراض.

ان مرض قصور الغدة الدرقية الخلقي و مرض بيلة الفينيل كيتون من اهم الامراض الوراثية التي يشملها برنامج مسح المواليد، هذا بالاضافة الى امراض اخرى.



إشراف
د. منى الخواري
رئيس مجلس أقسام الأطفال
الخدج التخصصي
استشاري أطفال وغدد صماء
بوزارة الصحة
دولة الكويت

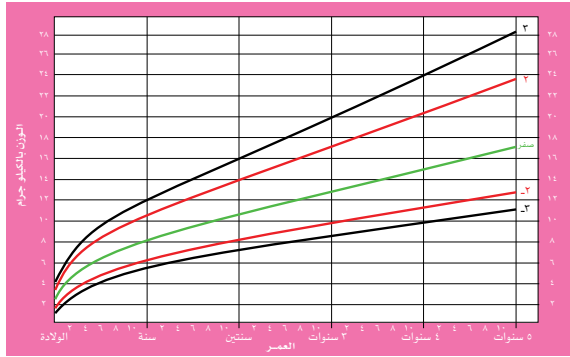


صحة الطفل من
الولادة
إلى
خمس
سنوات



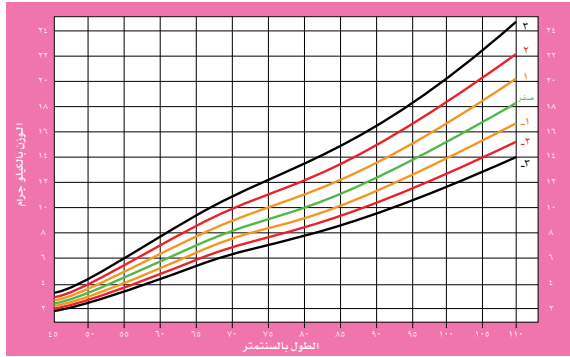
وزن البنت بالنسبة لعمرها

من الولادة حتى خمس سنوات



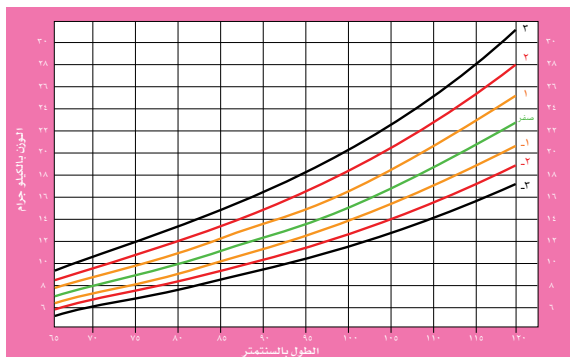
وزن البنت بالنسبة لطولها

من الولادة حتى عمر سنتين



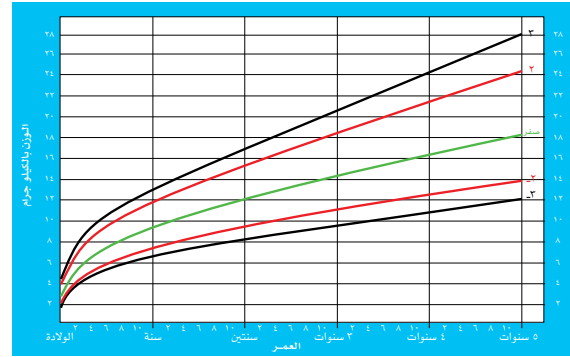
وزن البنت بالنسبة لطولها

من عمر سنتين حتى خمس سنوات



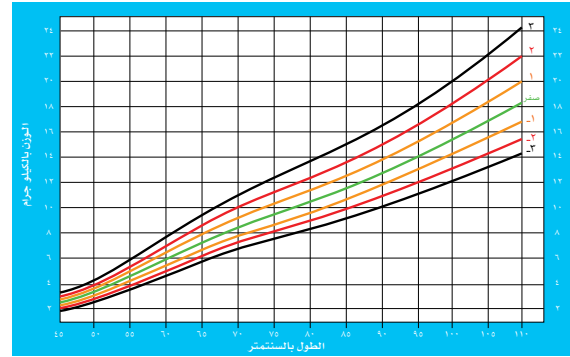
وزن الولد بالنسبة لعمره

من الولادة حتى خمس سنوات



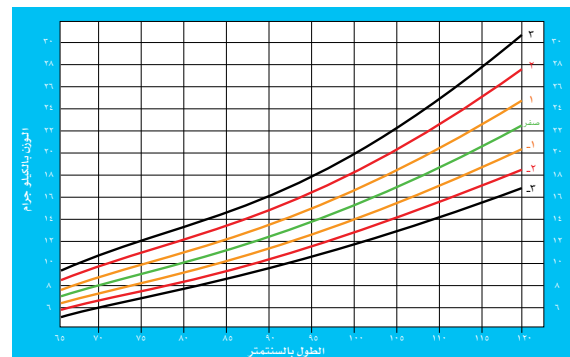
وزن الولد بالنسبة لطوله

من الولادة حتى عمر سنتين



وزن الولد بالنسبة لطوله

من عمر سنتين حتى خمس سنوات



■ المنحنى الأخضر هو المعدل الطبيعي



نمو وتطور الطفل

منحنيات النمو:

بمساعدة منحنيات النمو يستطيع الطبيب متابعة وتقييم نمو طفلك في المراحل العمرية المختلفة.

في حال كان طفلك مريضاً أو يعاني من مشاكل صحية فإن ذلك يؤثر سلباً على نمو الطفل وتطوره.

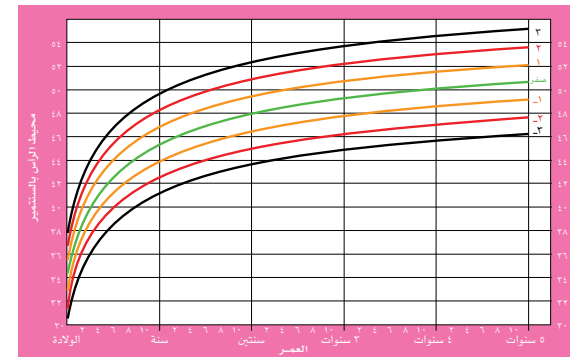
يمكنك استخدام مخططات النمو لمتابعة نمو طفلك في حال قيامك شخصياً بقياس الوزن وسوف تقوم الممرضة بمساعدتك في معرفة طريقة استخدام المخططات وفهم ما تعنيه.

إذا كان طفلك خديجاً فسوف تحتاجين إلى تصحيح عمره اخذة في الاعتبار عمره الرحمي والتي ان يكمل سنتين من عمره.



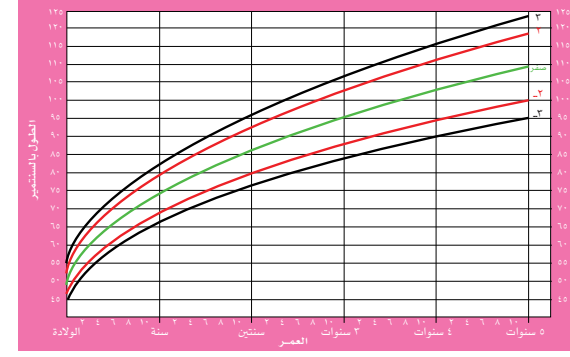
محيط الرأس بالنسبة لعمر البنت

من الولادة حتى خمس سنوات



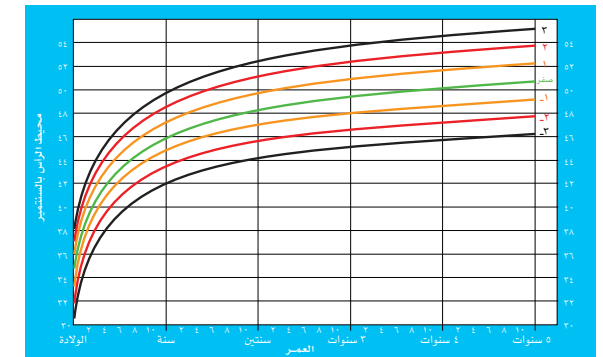
طول البنت بالنسبة لعمرها

من الولادة حتى خمس سنوات



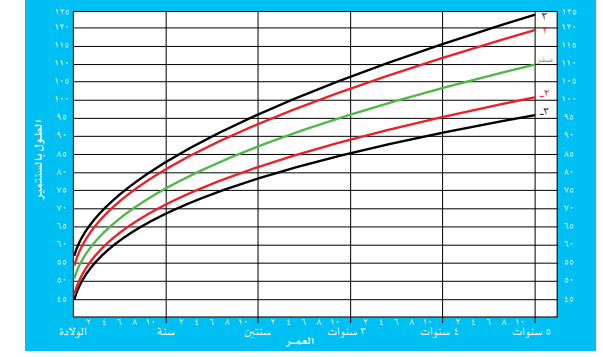
محيط الرأس بالنسبة لعمر الولد

من الولادة حتى خمس سنوات



طول الولد بالنسبة لعمره

من الولادة حتى خمس سنوات



■ المنحنى الأخضر هو المعدل الطبيعي



التدريب على استعمال المراض



التدريب على استعمال المراض او نونية الاطفال (وعاء خاص للاطفال للتبول والتبرز) هو عملية تعليم الاطفال السيطرة على الامعاء والمثانة. وهذا الحدث يجب التدريب عليه ما بين سن ٢ و ٤ سنوات، وذلك حسب نمو الطفل وسرعته في الادراك. وهذا يتطلب ممن يقوم على التدريب الى التحلي بالصبر، واعطاء الانتباه اليومي والتشجيع للطفل.

افضل وقت لبدء التدريب

❖ التدريب على استعمال المراض لا يعتمد فقط على سن الطفل ولكن يعتمد ايضا على مدى استعداده عقليا وعاطفيا وجسديا.
❖ الاطفال غالبا ما يحتاجون الى بضعة اشهر للسيطرة على الامعاء والمثانة خلال النهار. وتحتاج السيطرة الليلية في كثير من الاحيان الى وقت اطول قد يمتد احيانا الى عدة شهور أو حتى سنوات.

علامات تشير الى ان طفلك مستعد لبدء التدريب على استعمال المراض:

❖ قد يكون طفلك مستعد عندما:

- ❖ يمكن ان يبقى جافا لعدة ساعات.
- ❖ يتبع الارشادات المكونة من خطوة واحدة او خطوتين.
- ❖ يعرف انه يحتاج الى الذهاب الى المراض.

تعلم المشي



هل يجب ان اشترى مشايه لطفلي لتساعده على تعلم المشي؟

❖ يحتاج الطفل الى التدحرج والتقلب والحبو والجلوس واللعب على الارض حتى ينجز مهارة المشي الجوهريه. لن تساهم المشاية في تعليم صغيرك المشي في الواقع، وقد تؤخر كثرة استعمالها تطور هذه المهارة لدى طفلك قليلا.

❖ يعتقد الكثير من الناس انه عندما يكون الطفل منشغلا في «عربته» الصغيرة، معناه انه امن وممكن تركه دون مراقبة لفترات قصيرة. في الحقيقة تحتاجين الى اهتمام وانتباه اكبر عندما يكون صغيرك في المشاية ومن الامن اكثر لو تركت طفلك على الارض في غرفة خالية من الاخطار. تكثر نسبة الحوادث والاصابات في مشايات الاطفال اكثر من اي جهاز او غرض اخر خاص بالصغار. والسبب ان المشاية تزود الطفل بسرعة اضافيه (يمكن للطفل ان يصل الى متر واحد في اللحظة بانطلاقة واحدة)، وتعرضه لاطار متعددة. تحدث الاصابات غالبا عندما تتعثر مشاية الطفل فتسقط من اعلى الدرج (السلم) او ترتطم بالاثاث.

❖ كما تتيح المشاية للطفل الوصول الى اغراض المنزل التي قد تصيبه بالتسمم مثل العطور ووسائل تنظيف الفم مع انها تكون قد تركت في مكان امن سابقا.



تطور الطفل

رسائل هامة للعناية بالاطفال أثناء فترات نموهم

- ❖ يمكن مساعدة الطفل على تعلم مهارات التواصل وذلك من خلال التحدث والاستماع اليه و اللعب معه.
- ❖ للعب اهمية كبيرة في حياة الطفل فهو سيعطيه الفرصة للتعلم وتطوير قدراته على حل المشاكل واختيار المواقف ومحاكاة الآخرين.
- ❖ الامراض تؤثر على نمو الطفل لذا يجب تطعيم الطفل ومتابعة نموه وعرضه على الطبيب عند الحاجة.
- ❖ ان حماية الاطفال من الازدي النفسي والجسدي يساعدهم على كسب الثقة والتعلم والاستكشاف.

- ❖ يحتاج الاطفال في العامين الاولين من العمر الى الكثير من التشجيع على اللعب والحركة مع اقاربائهم واستكشاف محيطهم حيث ان النمو العقلي يكون في اقصى سرعته في هذه الفترة من العمر.
- ❖ ان الروتين اليومي الخاص بعادات الاكل والنوم والنظافة الخ يساعد الاطفال على اكتساب نمو سلوكي بصورة منتظمة والشعور بالامان والطمأنينة.

عزيزتي الأم راقبي طفلك مع ملاحظة ان هناك اختلاف في التطور بين الاطفال

عند الولادة:

- ❖ وهو مستلقى على بطنه يحرك رأسه من حين الى اخر.
- ❖ يركز نظره على امه و هي ترضعه.
- ❖ يفرغ او يسكت للصوت العالي.

٣ اشهر:

- ❖ يسكت او يدير رأسه عند سماع الاصوات.
- ❖ يتابع لعبه ملونه على بعد ١٥-٢٠ سم.
- ❖ وهو مستلقى على بطنه يحرك رأسه.
- ❖ يناغي و يبتسم للوجوه المحيطة.

٦ اشهر:

- ❖ وهو مستلقى على بطنه يرفع رأسه و صدره مرتكزا على يديه.
- ❖ اذا وضعت لعبة خرخشة في يده يمسكها لعدة دقائق.
- ❖ يلتفت نحو مصدر الصوت.

٩ شهور:

- ❖ يمسك لعبه في يديه و يضربها في بعضها.
- ❖ ينتبه للاغاني الصادرة من التلفزيون أو الراديو.
- ❖ يستطيع الجلوس لوحده و قد يستطيع الحبو.

١٢ شهرا:

- ❖ يفهم معنى لا.
- ❖ يحب ان يكتشف ما حوله.
- ❖ يبدأ خطواته الاولى.
- ❖ يلفظ ٢-٣ كلمات.

١٨ شهرا:

- ❖ يمشي لوحده.
- ❖ يمسك كأس بيديه الاثنتين.
- ❖ يساعد في لبسه مثل رفع اليدين الى اعلى.
- ❖ يشير الى بعض اجزاء جسمه.
- ❖ يعرف عددا من الكلمات من ٧ - ٢٠ كلمة.

٢٤ شهرا:

- ❖ يسمى صورة او شكل مأثوف مثل القطة.
- ❖ يصعد الدرج واقفا دون مساعدة.
- ❖ يغرف الطعام بمعلقة و يطعم نفسه.
- ❖ يحب اللعب لوحده.

٣٦ شهرا:

- ❖ يذهب الى الحمام وحده.
- ❖ يحكي قصص عما حدث خلال اليوم.
- ❖ يحب اللعب مع الآخرين.

حسابي الأول معاي من الأول



الآن من التجاري، جوائز وبرامج خاصة... ومفاجآت...

- هدية فورية عند فتح الحساب
- أنشطة ترفيهية وثقافية ورحلات مدهشة
- للأطفال لغاية عمر 14 سنة
- بطاقة السحب الآلي المميزة
- خصومات خاصة من أماكن مميزة

Commercial Bank of Kuwait

AltijariCBK



التجاري... هو إختياري

التجاري
1-888-225 cbk.com

KIDS Festival 2016



26

تحديات التدريب على استعمال المراض

❖ إذا كان طفلك يقاوم اتباع الارشادات أو استخدام نونية الاطفال ، فإنه على الأغلب ليس مستعدا للتدريب على فعل ذلك، لا تخبريه على استخدام نونية الاطفال وهذا يمكن ان يؤدي الى صراعات طويلة الامد بينك وبينه أو يبطئ التدريب على استعمال المراض . توقفي لفترة وحاولي مرة اخري عندما يكون طفلك مستعدا .

❖ إذا كان طفلك يعاني من الامسك، قد يقاوم التدريب على استعمال المراض .

❖ إذا كان طفلك لديه احتياجات خاصة ، قد تحتاجين الى مزيد من التوجيه من طبيبك لتقري ما اذا كان طفلك مستعدا لبدء التدريب على استعمال المراض .

متى يجب طلب المساعدة

❖ إذا كان طفلك لم يتعلم او يرفض التدريب على استعمال المراض بعد عدة اشهر، او اذا كان طفلك اكبر من 4 سنوات من العمر ، راجعي طبيب العائلة الخاص بك .

❖ يستخدم الفاظ او حركات او يقول لك او يظهر لك أنه يحتاج استخدام نونية الاطفال .

❖ يمشي الى كرسي نونية الاطفال و يجلس عليها .

❖ يمكنه سحب سرواله الى اعلى و الى اسفل .

أساليب التدريب على استعمال المراض

❖ **استعدي:** تأكدي ان لديك الوقت الكافي لتكريسه لتدريب طفلك على استعمال المراض . اختاري وقتا خاليا من التغيرات الكبرى . على سبيل المثال ، الانتقال الى منزل جديد، أو ولادة اخ جديد . قد تكون الاشهر الاكثر دفئا اسهل لان طفلك سوف يرتدي ملابس اقل .

❖ **جهزي طفلك:** شجعي طفلك ليخبرك ما اذا كان يحتاج الى الذهاب الى المراض و ذلك بتدريبه على استخدام الكلمات الصحيحة ألبسيه ملابس سهلة الخلع .

❖ **تجهيز نونية الاطفال:** تأكدي من ان تكون نونية الاطفال في وضع يجعل من السهل لطفلك ان يصعد عليها .

أبدأي الروتين الجديد خطوة خطوة:

- أري طفلك نونية الاطفال .
- اشرحي روتين الحمام الجديد بخطوات بسيطة .
- ادعي طفلك يجلس بكامل ملابسه على نونية الاطفال
- بعد ذلك شجعي طفلك على الجلوس على نونية الاطفال بعد ازالة حفاضه المبلل أو المتسخ
- بعد يوم او نحو ذلك خذي طفلك الى نونية الاطفال عدة مرات في اليوم
- و اخيرا ابدأي الروتين الجديد مع طفلك عن طريق تخصيص اوقات محددة كل يوم، يمكن ان تكون هذه الاوقات بعد ان يستيقظ طفلك، وبعد وجبات الطعام ، و قبل القيلولة و النوم .

❖ **امدحي التقدم:** شجعي طفلك ان يخبرك عندما يحتاج الى الذهاب الى الحمام، امدحيه على اخبارك، لا تعاقبي او تهددي بالمعاقبة ، التشجيع و الدعم سيشجعان طفلك على الاستمرار في المحاولة و اخذ الخطوة التالية .

❖ **سروال التدريب:** عندما يكون طفلك قد استخدم نونية الاطفال لمدة اسبوع أو اسبوعين بنجاح، يمكنك البدء باستخدام السراويل القطنية أو سراويل التدريب .





انتقالية ينتقل فيها الطفل من الاعتماد على السوائل (الحليب فقط) الى تعلم تناول الاطعمة الصلبة تدريجيا، فأبدئي بأعطاء طفلك الاطعمة الاخرى بالإضافة الى الرضاعة الطبيعية، وذلك بمراعاة ما يلي :

الاغذية التكميلية

- ١- الحبوب المطحونة المدعمة بالحديد مثل الارزو والشوفان هي اول ما يجب تقديمه للطفل من الاغذية.
- لا ينصح بتقديم القمح او خليط الحبوب المحتوي على القمح في البداية.
- ٢- بعد ان يتعود الطفل على الحبوب المطحونة ، قدمي له الخضروات المسلوقة (يفضل البخار) والمهروسة (مثل القرع والكوسا والبطاطس).
- ٣- ثم قدمي لطفلك الفواكه الناضجة المسلوقة والمهروسة (مثل التفاح و الكثرى و الموز) بعد ان يعتاد على الخضروات.
- لا ينصح بتقديم الفاكهة قبل الخضروات كي لا يرفض الطفل الخضروات لاعتياده على الطعم الحلو للفاكهة.
- ٤- لزيادة كمية البروتين اضيفي اللحوم المفرومة مثل لحم البقر أو الغنم أو الدجاج أو السمك.

مقدار ما يقدم للطفل

ابدئي باعطاء طفلك ٢-٣ ملاعق كبيرة من الاطعمة المهروسة جيدا ثم زيدي الكمية تدريجيا الى ان تصل الى ٨ ملاعق أو ما يعادل ½ كوب (١٢٥ مللتر) عند عمر ٨ شهور.

في هذه التوصيات مقياس الكوب الواحد = ٢٥٠ مل
او ٨ أونصات - وقياس المعلقة الكبيرة = ١٥ مل

ارشادات هامة:

- ١- اطعمي طفلك باستخدام المعلقة وتجنبي أي اطعمة الى زجاجة الرضاعة.
- ٢- في البداية حضري الارزو والشوفان ليكون لين القوام ثم زيدي كثافته تدريجيا.
- ٣- في بداية تقديم الاغذية التكميلية ارضعي طفلك اولا ثم قدمي له الطعام.
- ٤- عند عمر ال ٨ شهور قدمي الاطعمة مهروسة و غليظة القوام او قدمي الاطعمة على شكل اصابع قابلة للمضغ.

- وتحميها من الاصابة بأكتئاب ما بعد الولادة.
- ❖ تقلل احتمال اصابة الام بسرطان الثدي و المبيض كما تحميها من خطر الاصابة بهشاشة و كسر العظام عند انقطاع الطمث.
- ❖ الحليب الطبيعي متوفر دائما و غير مكلف.

لضمان رضاعة طبيعية ناجحة يجب عليك ان تراعي ما يلي:

- ١- وضع الطفل على الثدي مباشرة بعد الولادة لتقوية الارتباط العاطفي بينك و بين طفلك و لادرار الحليب.
- ٢- مراعاة الوضع الصحيح لكي و لطفلك اثناء الرضاعة (يمكنك استشارة المختصين للتعرف على ذلك).
- ٣- ارضاع طفلك حسب حاجته من كلا الثديين بالتبادل ليلا و نهارا على الاقل ٨ رضعات يوميا.
- ٤- احرص على افراغ الثدي في كل رضعة قبل الانتقال الى الثدي الاخر ليحصل طفلك على المغذيات الموجودة في حليب نهاية الرضعة.
- ٥- ارضعي طفلك كلما ظهرت عليه العلامات التي تدل على حاجته للرضاعة: مثلا يصدر اصوات، يلحق اصابعه، يحرك شفثيه و تجنبي وصوله لمرحلة البكاء.
- ٦- عدم اعطاء الطفل اي سائل او ماء او حليب صناعي او اطعمه غير حليبك لغاية ٦ شهور (يمكن اعطاء الدواء و المكملات كالحديد و الفيتامينات و الماء عندما يوصي بها الطبيب فقط).
- ٧- ينصح بعدم اعطاء الطفل اللهاية والحلمات الصناعية اثناء رضاعته رضاعة طبيعية.
- ٨- اذا مرض طفلك او اصاب باسهال استمري بارضاعه من ثديك و زيدي عدد مرات رضاعته لحاجته الى السوائل و المناعة المتوفرة في حليبك.
- ٩- اذا لم تتمكني من رضاعة طفلك من ثديك بسبب انشغالك او تواجهه في المستشفى يمكنك اعتصار حليبك و اعطاؤه لطفلك بالكوب بدلا من الزجاجات حتى لا يرفض الرضاعة من ثديك.

اذا كنت معتمدة في تغذية طفلك
على الرضاعة الطبيعية الخالصة
ابلغي الطبيب لتزويده بـفيتامين (د)

ثانيا : تغذية الطفل من ٦ الى ٨ شهور

عند بلوغ طفلك الشهر السادس تزداد حاجته الى المزيد من العناصر الغذائية و تسمى هذه الفترة بمرحلة بدء الاغذية التكميلية، و هي فترة



تغذية الاطفال من الولادة إلى خمس سنوات



إشراف
د. منى الخواري

بعض فوائد الرضاعة الطبيعية للام و الطفل

- ❖ رضاعة الطفل مباشرة خلال الساعة الاولى بعد الولادة مع التلامس الجسدي بين الام ووليدها لمدة ساعة يزود الطفل بالمناعة و الحماية من الامراض و يعزز الارتباط العاطفي بين الام وطفلها.
- ❖ الحرص على اعطاء المولود حليب اللبأ و الاستمرار بالرضاعة الطبيعية يقلل من اصابة الطفل بالاسهال و النزلات المعوية و الالتهابات التنفسية و حساسية الجهاز التنفسي و الاكزيما كذلك قد يحمي الطفل من الاصابة بداء السكري و السمنة مستقبلا.
- ❖ كما انها تساعد على انقباض رحم الام ليعود الى حجمه الطبيعي

أولا : تغذية الطفل من الولادة الى ٦ شهور

التغذية السليمة منذ البداية هي اساس صحة الطفل و نموه العقلي و البدني.

حليب الام افضل غذاء طبيعي للطفل

ارضعي طفلك منذ الولادة و لغاية ٦ شهور رضاعة طبيعية خالصة بدون اعطاء ماء او سائل اخري مثل (البابونج و اليانسون و غيرها من الاعشاب....) أو الحليب الصناعي ثم استمري بالرضاعة الطبيعية لمدة عامين مع ادخال الاغذية التكميلية عند اكمال الشهر السادس.



رابعاً : توصيات تغذية الطفل من ١-٢ سنة

- ❖ ارضعي طفلك طبيعياً كلما اراد ذلك الى عمر السنتين مع عدم زيادة عدد مرات الرضاعة عن ٣ مرات باليوم.
- ❖ زيدي كمية الطعام المقدم لطفلك لزيادة نشاطه بحيث لا تقل عدد الوجبات الى ٦ وجبات يوميا (٣ وجبات رئيسية و ٣ خفيفة).
- ❖ عودي لطفلك على ان يتناول غذاء متوازن و متنوع يحتوي على الحليب و مشتقاته و الفواكه و الخضروات و الحبوب و اللحوم و البقول و الزيوت.
- ❖ اطعميه من طبقه الخاص و ساعديه على تناول الطعام بمفرده.
- ❖ شجعي طفلك على تناول طعام العائله و الجلوس معكم على كرسي مناسب لسنه.
- ❖ لا تقدمي لطفلك اكثر من ٣ اكواب حليب باليوم.
- ❖ لا تقدمي اكثر من ١/٢ كوب عصير الفاكهة في اليوم.
- ❖ في عمر السنه يحتاج الطفل الى كمية طعام تعادل ٣/٤ - ١ كوب في كل وجبة.

لتجنب حساسية الطعام:

- ❖ قدمي لطفلك كل صنف طعام على حدة و انتظري من ٣-٤ ايام وراقبي مدى تقبل الطفل لهذا الطعام او ظهور أي علامات للحساسية على جسمه مثل (الاسهال - الطفح الجلدي - القئ) ثم قدمي نوع آخر.
- ❖ في حالة ظهور اعراض الحساسية على طفلك توقف عن تقديم هذا الطعام لمدة اسبوع ثم اعيدي تقديمه مره اخرى فاذا ظهرت عليه نفس اعراض الحساسية توقف عن تقديمه و استشيري الطبيب.

ثالثاً : تغذية الطفل من ٩ شهور الى سنه

- ❖ يمكن اضافة انواع جديدة من الطعام الى وجبات طفلك ، مثل الروب السادة أو بنكهة الفاكهة و اللبنه و صفار البيض و اللحوم المهروسة (لحم الغنم، لحم الدجاج، لحم العجل الصغير، كبد الدجاج، السمك) و البقوليات (الفول ، البزلاء ، الحمص) بعد الهرس بالاضافة الى حبوب مثل الهريس و الجريش.
- ❖ قدمي لطفلك ٥ وجبات (١ - ٢) وجبة خفيفة حسب شهيته و ٣ وجبات رئيسية)، بالاضافة الى الرضاعة الطبيعية.
- ❖ قدمي لطفلك الاطعمة المقطعة جيدا أو الاطعمة التي يمكن ان يلتقطها بيده، حوالي ١/٢ - ٣/٤ كوب.
- ❖ اضيفي كمية قليلة من الملح الى الطعمة.
- ❖ اطعميه من طبق خاص به و هو جالس على كرسي خاص لا طعام الطفل.
- ❖ حاولي بصبر مساعدته ليأكل بمفرده.
- ❖ تحدثي اليه بحب، انظري اليه و شجعيه على تناول الطعام بشكل تفاعلي، لا ترغمي على الاكل.
- ❖ اذا فقد الاهتمام خلال تناول وجبته ، ابعدي اي ملهيات من حوله و حاولي جذب انتباهه لوجبته و كرري المحاولة في وقت اخر.

للقاية من تسوس الاسنان :

- ❖ في حالة الرضاعة الصناعية توقف عن تقديم الحليب بالزجاجة عند بلوغ الطفل عمر سنة و استعملي الكوب فان الاستمرار في استعمال زجاجة الرضاعة يؤدي الى تسوس الاسنان و يسد شهية الطفل.
- ❖ لا تتركي طفلك ينام و قنينة الاضاعة في فمه لأن ذلك يؤدي الى تسوس الاسنان.

لتجنب الاختناق:

- ١- لا تتركي الطفل وحيدا اثناء تناول الطعام.
- ٢- اطعميه و هو جالس.
- ٣- تجنبني الاطعمة التي يمكن ان تسبب له الاختناق (مثل المكسرات، العنب، الجزر الغير مطبوخ، الذرة ، قطع الاطعمة كبيرة الحجم)



- ٥- في هذا العمر يمكن للطفل ان يأكل ٣ وجبات رئيسية بالاضافة الى الرضاعة الطبيعية. (مع مراعاة تفاوت تقبل كمية الاكل من طفل الى اخر).
- ٩- تذكر ان شرب الماء هو الاختيار الافضل دائما.
- ١٠- يجب تشجيع الاطفال على تناول الفاكهة كاملة بدلا من عصيرها.
- ١١- مع بدء الاغذية التكميلية ، يحتاج طفلك الى شرب الماء بالاضافة الى الحليب. و لمعرفة اذا كان طفلك مازال يشعر بالعطش بعد الاكل مباشرة قدمي له الماء (مع مراعاة غليان الماء ثم تبريده)
- ١٢- نحذر الامهات من اعطاء الاطفال العسل في السنة الاولى من العمر فقد يحتوي على بكتيريا تؤدي الى اصابة الطفل بتسمم خطير (البوتوليزم).
- ١٣- تجنبني اعطاء الشاي و القهوة و المشروبات الغازية للطفل.
- ١٤- في حالة رفض طفلك الطعام لا تجبريه على تناوله و لكن اعيدي تقديمه في وقت لاحق فقد يحتاج الامر الى محاولة تقديم الطعام عدة مرات بطرق مختلفة لكي يتقبله الطفل.

- ٦- يمكن اعطاء طفلك عصير الفاكهة عندما يبدأ باستخدام الكوب و ذلك بعد سن ٦ شهور بكمية لا تزيد عن ١/٢ كوب (٤ اونصات ، ١٢٥ مل) في اليوم علما بان الاستخدام المفرط لعصير الفاكهة يقلل من اخذ الطفل احتياجه من الحليب و من الممكن ان يسبب :
 - ❖ بطء النمو.
 - ❖ الاسهال.
 - ❖ اضطرابات في الجهاز الهضمي و انتفاخ البطن.
 - ❖ تسوس الاسنان.
- ٧- يجب مراعاة تقديم العصير في البداية مخففا باستخدام مقدار مساو من الماء.
- ٨- اختاري العصير الطازج أو الطبيعي بتركيز ١٠٠٪ و تجنبني اختيار الشراب



أفضل بنك إسلامي في الكويت



خامسا : توصيات تغذية الطفل ٢-٥ سنوات

هذه المرحلة العمرية هامة جدا في نمو و تطور الطفل فهو يمتاز فيها بكثرة الحركة و النشاط لذلك يعتبر الغذاء عنصرا اساسيا ، حيث يكون الطفل في هذا العمر قد تعود على تناول اطعمة العائلة.

- ❖ يجب ان تكون وجبته متوازنة و تشمل العناصر الغذائية الهامة للنمو و ذلك من خلال التنوع في مجموعات الغذاء الاساسية من اللحوم و الخضار و الفواكه و الحبوب و الحليب و مشتقاته.
- ❖ ننصح بتعويد الطفل الابتعاد عن المشروبات الغازية والشيكولاته والشيبس لتأثيرها السلبي على صحته.
- ❖ تشجيع الطفل على الجلوس على مائدة الطعام مع العائلة و الاعتماد على نفسه في تناول الطعام و ترغيبه في الاصناف المفيدة لصحته من خلال تقليد الاخرين.



إرشادات ونصائح هامة

إرشادات لتناول الطعام و مواعيد الوجبات:

- ❖ قدمي للطفل الوجبات في مواعيد منتظمة.
- ❖ السماح للطفل باللعب، أو ب اثناء تناول الطعام يساهم في جعل تناول الوجبات أوقاتا للمرح.
- ❖ يجب ان يجلس الطفل اثناء تناول الطعام في وضع مريح، و يجب ان يكون ارتفاع المقعد والطاولة مناسب لعمر و طول الطفل.
- ❖ من الضروري تقديم وجبات خفيفة للطفل بين الوجبات الرئيسية.
- ❖ عادة ما يفضل الاطفال الاغذية البسيطة «و غير المركبة» (و التي لا تتكون من اصناف عديدة) مثل تقديم السلطة على شكل اصابع بدل من خلطها مع بعض.
- ❖ من الممكن تقديم اغذية الاسرة الى الطفل مع مراعاة ان يناسب حجم وحدة التقديم عمر و احتياج الطفل.
- ❖ خصصي وقت كاف لوجبة الطفل على الا يزيد وقت الوجبة عن ٣٠ دقيقة.
- ❖ شجعي الطفل على تناول طعامه بنفسه كلما امكن، فقد يؤدي تكرار المساعدة في اطعام الطفل الى رفض الطعام.
- ❖ لا تستخدم مطلقا الميكروويف لاعادة تسخين الاطعمة ، لان الميكروويف يسخن الاطعمة بشكل غير متساوي و يمكن ان يتسبب ببقع ساخنه قد تحرق فم الطفل.

كيفية تنظيف و تعقيم و حفظ معدات الاطعام و التحضير:

- ❖ من المهم جدا تنظيف كافة المعدات المستخدمة لاطعام الرضع و تحضير طعامهم (كالاكواب و الزجاجات و الحلمات و الملاعق ...) و تعقيمها بعناية قبل الاستخدام.
- ❖ تنظيف الامعدات و تعقيمها جيدا يقضي على البكتيريا التي قد تتكاثر في الاطعمة و تؤدي الى اصابة الرضع بالمرض.
- ❖ كيفية تحضير طعام بالكوب أو زجاجة الرضاعة:
- ❖ أقرأ التعليمات الموجودة على غلاف المستحضر الغذائي لمعرفة كمية الماء و المسحوق الذي تحتاج اليها.
- ❖ اسكب الكمية المناسبة من الماء المغلي (الذي يسمح بتبريده ليصل الى درجة حرارة لا تقل عة ٧٠ درجة مئوية) في زجاجة الرضاعة أو كوب الاطعام على ان يكون نظيف و معقم مع اخذ الحيطه لتجنب الحروق.
- ❖ اضف الكمية المناسبة من المستحضر الغذائي الى الماء في زجاجة الرضاعة أو كوب الاطعام.
- ❖ اخلط جيدا المزيج.
- ❖ برد المزيج على الفور ليصل الى درجة حرارة مناسبة عبر تعريض زجاجة الرضاعة أو كوب الاطعام لماء الحنفيه البارد أو عبر وضعه في وعاء يحتوي على الماء البارد أو الثلج.
- ❖ تفحص درجة حرارة الاطعمة بتنقيط القليل من المزيج على الجهة الداخلية من معصم يدك يجب ان تشعر بانها فاترة و ليست ساخنه.

Mustela®

IT ALL STARTS
WITH SKIN,
IT ALL STARTS
WITH MUSTELA



OUR COMMITMENTS

PRIORITY GIVEN TO INGREDIENTS OF
NATURAL ORIGIN

0% PARABEN - PHTHALATE
PHENOXYETHANOL

DESIGNED TO MINIMIZE
ENVIRONMENTAL IMPACT



60 YEARS OF DERMATOLOGICAL RESEARCH

MUSTELA®, IT ALL STARTS WITH SKIN

EXPANSCIENCE®
LABORATOIRES

KIDS Festival 2016

34

الأسنان



إشراف
د. منى الخواري

ظهور الاسنان:

- استخدمي الصورة والجدول التالي لمتابعة ظهور اسنان طفلك و يمكنك سؤال طبيب الاسنان اذا كان لديك استفسار.
- الارقام الموجودة على الرسم تبين ترتيب ظهور الاسنان عند غالبية الاطفال. قد تظهر بترتيب مختلف عند بعض الاطفال و لا يشكل هذا مشكلة صحية.
- ❖ لا يسبب بزوغ الاسنان في ارتفاع حاد في درجة الحرارة، او الاسهال، او بعض الامراض كما يعتقد البعض.
 - ❖ المحافظة على الاسنان ضروري جداً، و يبدأ باستخدام الفرشاه و المعجون المناسب بعد العام الاول.
 - ❖ التقليل قدر الامكان من تناول المشروبات الغازية و الشيكولاته و السكر و الشيبس لتأثيراتها السلبية على صحة اسنان الطفل.

العمر التقريبي للطفل عند ظهور السن	اسم السن	ترتيب ظهور الاسنان
٦ - ١٢ شهر	القواطع	٤,٣,٢,١
١٢ - ٢٠ شهر	الطواحين الاولى	٦,٥
١٨ - ٢٤ شهر	الانياب	٨,٧
٢٤ - ٣٠ شهر	الطواحين الثانية	١٠,٩



السلامة في المطبخ

- ❖ لا تتركي طفلك لوحده في المطبخ.
- ❖ احرصي على عدم اقتراب طفلك من موقد الطبخ مهما كان نوعه.
- ❖ ابعدي الاواني الساخنة عن متناول يد الطفل و اجعلي مقابض الاواني المستعملة في الطهي الى الداخل حتى لا يتمكن من الامساك بها.
- ❖ افصلي التيار الكهربائي عن الاجهزة الكهربائية فور الانتهاء منها.

السلامة عند النوم

- ❖ على الرغم من انه لا توجد وسيلة مضمونة لمنع موت الرضيع الفجائي، لكن معرفة المخاطر بشكل جيد تساعد الام على تقليل فرص تعرض طفلها للموت الفجائي غير المفسر.
- ❖ من الافضل ان يكون طفلك مستلقي على ظهره اثناء النوم، حتى اذا كان الامر لا يتعدى قيلولة قصيرة. كما يجب تذكير المريبة وغيرها ممن يعتنون بالطفل وعدم افتراض انهم يعرفون ذلك من تلقاء أنفسهم، يوضع الطفل على بطنه فقط عندما يكون مستيقظا كي تقوي عضلات رقبته و الجزء العلوي من جسمه، و يقوم الشخص الراشد بمراقبته.
- ❖ يجب استخدام فراش ثابت متين لنوم الطفل كما يجب ان يتمشى سرير الطفل مع معايير السلامة المعتمدة ايضا.
- ❖ ينبغي تجنب استخدام الوسائد والحشوات وغيرها من الاشياء الطرية لنوم الطفل.
- ❖ قد يكون من الافضل وضع سرير الطفل في الغرفة التي تنام بها الام خلال الاشهر الستة الاولى من عمر الطفل و لكن يجب الامتناع عن وضع الطفل في سرير الام، فقد تتقلب الام في اثناء النوم مما يمكن ان يؤدي الى اختناق الطفل، كما ان الطفل ممكن ان يسقط من على الفراش أو قد ينحسر بين الفراش و الجدار.
- ❖ ينبغي عدم المبالغة في تدفئة الطفل والمحافظة على درجة حرارة الغرفة في الدرجة نفسها التي تناسب البالغين.



ارشادات سلامة طفلك في المنزل

الاطفال اكثر عرضه للحوادث، وذلك لوجود رغبة كبيرة لديهم في اكتشاف العالم المحيط بهم، ولعدم اكتمال غريزتي الاحساس بالخطر والحفاظة على النفس لديهم. ان للاهل دور الكبير في حماية الاطفال من التعرض للحوادث المنزلية وذلك باتباع ارشادات السلامة اللازمة.

إشراف
د. منى الخواري

- ❖ ابعدي الاطفال عن المطبخ اثناء اعداد الطعام، لتجنب انسكاب المياه والزيت الساخنة عليهم.
- ❖ **للقاية من التسمم:**
- ❖ احفظي المواد السامة مثل مواد التنظيف في مكان محكم الاغلاق، وبعيدا عن متناول الاطفال.
- ❖ عدم وضع بقايا المواد السامة مثل المبيدات والغاز والبنيزين في أوان أو أدوات تستخدم للاكل و الشرب.
- ❖ ضعي الادوية في مكان مخصص لها مثل خزانة الاسعافات الاولى في المنزل، على أن تكون محكمة الاغلاق و بعيدة عن متناول الاطفال.
- ❖ **للقاية من الاختناق:**
- ❖ احرصي على وجود تهوية جيدة للمنزل، و عدم ترك أدوات التدفئة مشتعلة اثناء النوم، و التأكد من اطفائها خارج غرفة النوم.

للقاية من الجروح:

- ❖ توضع السكاكين و الالآت الحادة بخزانة خاصة مرتفعة و محكمة الاغلاق بعيدا عن متناول الاطفال.

للقاية من السقوط أو الانزلاق:

- ❖ احرصي على وجود اضاءة كافية على السلالم، بحيث تكون الرؤية واضحة اثناء الصعود أو النزول.
- ❖ تأكدي من وجود وسائل للحماية مثل (الدراجين و الحواجز) على السلالم و النوافذ و احرصي على عدم ترك الاطفال يلعبون بالقرب منها.

للقاية من الحروق:

- ❖ عدم وضع وسائل التدفئة في الممرات، و ابعادها عن الاثاث تجنباً لسقوطها و احداث الحرائق.
- ❖ احفظي المواد القابلة للاشتعال في مكان آمن و مغلق.



لنظافة وترطيب أكثر مرحاً

- خال من الصابون والطور ومسببات تهيج الحاد
- مناسب للبشرة الحساسة الجافة و المهتهبه
- خضع لاختبارات الجلدية



السلامة في الحمام

- ❖ قومي باصلاح اي عطل في اللعبة خاصة اذا كانت على شكل جزء صغير يمكن ان ينتزعه الطفل.
- ❖ عند شرائك الالعاب:
- ❖ تجنبي شراء الالعاب التي تقذف اجزاء صغيرة كالمسدس أو البندقية و كذلك الالعاب التي تصدر اصواتا عالية.
- ❖ عند شرائك لدمية ما كالدب مثلا تأكدي من ثبات العينين و الانف لكي لا ينزعها الطفل.
- ❖ تجنبي شراء الالعاب ذات الحواف المعدنية الحادة خاصة للاطفال دون سن 5 سنوات.
- ❖ تجنبي الالعاب التي تحتوي على اجزاء صغيرة سهلة الفك يمكن أن يضعها الطفل في أنفه أو فمه.
- ❖ تجنبي الالعاب التي تحتوي على مواد سامة خاصة الرصاص.

سلامة الاطفال في السيارة

- ❖ قد يظن البعض ان حضن الام أو الاب هو اكثر امانا للطفل عند ركوب السيارة، ولكن على العكس فهو اكثر الاماكن خطورة لانه لا سمح الله عند وقوع حادث لن تكوني قادرة على حماية نفسك و حماية الطفل في نفس الوقت و سيكون الطفل اكثر تعرضا للاذى بسبب قربه من الزجاج الامامي للسيارة.
- ❖ يجب جلوس الرضع دون سن الثانية في مقاعد الاطفال الخاصة، حيث توضع على المقاعد الخلفية للسيارة، و التي يتوجه نظره فيها أثناء جلوسه الى الخلف.
- ❖ يجب الا يتجه نظر الطفل الرضيع اثناء ركوب السيارة الى الامام مطلقا، و السبب أنه في حال التوقف المفاجئ أو الحوادث قد تتسبب في وفاة الطفل.
- ❖ استخدام القفل السري للباب الخلفي بالنسبة للاطفال الاكبر سنا و عدم ترك الطفل الكبير يخرج رأسه من نوافذ السيارة.
- ❖ عدم ترك الاطفال وحدهم بالسيارة وأخذهم معكم عند النزول من السيارة.
- ❖ تأكدي قبل ركوب سيارتك أن احد الاطفال غير موجود تحت السيارة أو بالقرب منها.

- ❖ اقلي باب الحمام دائما حتى لا يدخل اليه الطفل في حال انشغال الاهل عنه.
- ❖ لا تتركي طفلك في الحمام بمفرده و تأكدي ان باب الحمام يمكن فتحه من الخارج.
- ❖ لا تتركي الطفل الصغير (اقل من 3 سنوات) لوحده في حوض الاستحمام و لو لثواني قليلة حيث انه من الممكن ان يغرق الطفل الصغير في بعض السنتيمترات من الماء.
- ❖ احرصى على افراغ كل وعاء من الماء فور الانتهاء من استخدامه و لا تتركي حوض الاستحمام مليئا بالماء.
- ❖ استعملي بساطا مانعا للانزلاق في قاع المغطس (حوض الاستحمام).
- ❖ لتجنب الحروق، يمكنك ضبط سخان الماء الساخن الخاص بك أقل من 50 درجة مئوية . عندما يبلغ طفلك من العمر ما يكفي لتحويل الحنفيات، علميه البدء بالماء البارد قبل الساخن.
- ❖ اختبري سخونة الماء في حوض الاستحمام قبل وضع الطفل فيه.
- ❖ احرصى على ابعاد مواد التنظيف عن الاطفال اثناء الاستحمام.
- ❖ اذا كنت تستخدمين الاجهزة الكهربائية في الحمام خاصة مجففات الشعر و شفرات الحلاقة ، تأكدي من فصلها عن الكهرباء و تخزينها في خزانة.

سلامة الطفل و الالعاب

- ❖ اقرأ تعليمات منتج اللعبة قبل ان تعطيتها لطفلك وغالبا ما توضع هذه التعليمات على علبة اللعبة، اهمها هو العمر المناسب لهذه اللعبة.
- ❖ تأكدي من ان هذه اللعبة تناسب مهارات طفلك ، فما يناسب طفل قد لا يناسب طفل آخر من نفس العمر.
- ❖ تأكدي من حجم قطع اللعبة اكبر من ان يدخلها الطفل الى فمه.
- ❖ راقبي الطفل دوما و هو يلعب و لا تتركي الاطفال ممن هم دون سن ال 5 سنوات يلعبون بالالعاب مكونة من اجزاء صغيرة و لا تتركي بالونات غير منفوخه بين يدي الطفل لان الطفل الصغير الذي يحاول نفخ البالون قد يبلعه او يستنشقه.
- ❖ لا تتركي الطفل يلعب قرب الدرج و قرب الطريق و قرب برك المياه أو احواض السباحة.



❖ عانى طفلك من الحمى أكثر من ٣ أيام.

❖ اختفت الحمى لأكثر من ٢٤ ساعة ثم عادت.

❖ كان طفلك يعاني من العدوى البكتيرية التي تم علاجها بالمضادات الحيوية، و لكن الحمى لم تختفي بعد يومين الى ثلاث ايام من بدء استخدام المضادات الحيوية.

❖ كان طفلك يبكي عند الذهاب الى الحمام أو اذا كان بول طفلك ذو رائحة كريهة.

في حالة الإصابة بالاسهال :

❖ الاسهال هو زيادة حركة الامعاء و عدد مرات التبرز ، و براز لين او مائي.

❖ الاسهال يمكن ان يسبب الجفاف الذي يمكن ان يكون خطيرا.

❖ علامات الجفاف تشمل جفاف الفم ، و العيون الغائرة ، و عدم التبول أو انخفاض معدل التبول ، و انخفاض في مستوى الطاقة.

❖ عندما يعاني طفلك من الاسهال استمري في نظامه الغذائي العادي . قدمي الكثير من السوائل.

❖ اذا كان طفلك رضيعا احرصي على زيادة عدد مرات و مدة الرضاعة الطبيعية.

❖ استمري في اعطاء الطفل مزيدا من السوائل بالاضافة الى الطعام حتى يتوقف الاسهال.

❖ لا تعطي الطفل اية ادوية الا باستشارة الطبيب.

في حالة الإصابة بالسعال :

❖ لا تعطي الطفل اية ادوية خاصة المضادات الحيوية الا باستشارة طبيب.

❖ اكثر من اعطاء السوائل.

يجب احضار طفلك الى الرعاية الصحية في الحالات التالية :

❖ اذا كان مريضا ولم يتحسن او ساءت حالته.

❖ قلة النشاط و الحركة ، قلة القدرة على الرضاعة.

❖ اذا اصبح لديه اسهال شديد و مع وجود دم في البراز.

❖ وجود كحة مع صعوبة و سرعة في التنفس.

❖ البكاء المستمر و التقيؤ المستمر و برودة الجسم.

❖ اذا كان يعاني من الجفاف و علاماته : جفاف الفم ، جفاف الجلد ، هبوط اليافوخ ، أو فقدان مرونة الجلد ، او قلة ابول أو ضعف أو هزال.

الدواء:

يمكن ان يساعد الدواء على خفض الحمى . و الادوية قد تخفض الحمى من درجة مئوية واحدة الى درجتين وربما لا تخفض درجة الحرارة الى وضعها الطبيعي.

يمكن ان يساعدك الطبيب أو الصيدلي على اتخاذ قرار بشأن التركيبة الانسب . ان الجرعة الصحيحة للطفل مبنية على وزن الجسم . و عادة ما تكون هناك جرعة مقدره مدونة على علبة الدواء .

ان هذه الادوية تستخدم للمساعدة على الاهتمام بالحمى و لتوفير راحة لطفلك و لكنها لا تعالج الاسباب الكامنه وراء الحمى .

اذا كان عمر طفلك اقل من ٣ شهور ، لا تعطيه ادوية الحمى الا بمشورة طبيب .

يجب احضار طفلك الى الرعاية الصحية في الحالات التالية :

❖ اذا كان طفلك يبلغ اقل من ٣ شهور من العمر .

❖ اذا كانت درجة حرارته اكثر من ٤٠ درجة مئوية.

❖ اذا اصيب طفلك بطفح جلدي يشبه نقاط ارجوانية صغيرة لا تختفي عندما تضغط عليها باصبعك .

❖ اذا كان طفلك غير قادر على حفظ اي سوائل و يبدو جافا .

❖ اذا كان يبدو جلد طفلك باهتا جدا أو رماديا ، او باردا او مبقعا .

❖ اذا كان طفلك يعاني من الم مستمر .

❖ اذا كان طفلك يعاني من السبات العميق (ضعيف جدا او كان من الصعب ايقاظه).

❖ اذا كان طفلك يعاني من تصلب الرقبة .

❖ اذا تشنج طفلك و صاحب ذلك ارتفاع في درجة الحرارة .

❖ اذا كان طفلك يبدو مرتبكا او مصابا بالهذيان .

❖ اذا كان طفلك باستمرار لا يستخدم الذراع او الساق بطريقة طبيعية او يرفض الوقوف .

❖ اذا كان لدى طفلك مشاكل في التنفس .

❖ اذا كان طفلك يبكي باستمرار و لا يمكن تهدئته .

راجعني في غضون ٢٤ ساعة اذا :

❖ كان طفلك بين ٣ و ٦ اشهر من العمر .

❖ كان طفلك يعاني من الم محدد، مثل الم في الاذن أو الم في الحلق.



العناية بالطفل المريض

قياس درجة حرارة الجسم

للتأكد من أن طفلك يعاني من الحمى، استخدم ميزان حرارة لقياس درجة حرارة جسمه.

❖ ان الطريقة الأكثر دقة لقياس درجة حرارة الطفل هي باستخدام ميزان الحرارة و ادخاله في فتحة الشرج و تعتبر درجة الحرارة اذا قيست من فتحة الشرج عالية اذا كانت اعلى من ٣٨ درجة مئوية.

❖ يمكن قياس درجة الحرارة للأطفال الأكبر سنا عن طريق الفم و ارتفاع درجة الحرارة عن ٣٧,٥ درجة مئوية تعني وجود حمى .

❖ وسائل اخرى لقياس درجات الحرارة قد تكون في بعض الاحيان مفيدة ، ولكن القياس قد يكون اقل دقة وتشمل ما يلي:

❖ استخدام ميزان الحرارة في الابط، اذا كانت اعلى من ٣٧,٢ درجة مئوية تعني وجود حمى .

❖ استخدام ميزان حرارة الاذن ، اذا كانت اعلى م ٣٨ درجة مئوية تعني وجود حمى .

ما الذي يسبب الحمى؟

يمكن للعديد من الالتهابات المختلفة أن تسبب الحمى . وقد تكون الحمى ناجمة عن حالات أخرى:

❖ ان ارتفاع طفيف في درجة حرارة الجسم يمكن ان يحدث من ممارسة التمارين أو لبس الكثير من الملابس ، و بعد الحمام الساخن ، او في الطقس الحار .

❖ اللقاحات قد تسبب حمى .

❖ يعتقد كثير من الناس ان التسنين يسبب حمى . تشير الادلة المتوافرة الى ان التسنين بالتأكيد لا يسبب الحمى العالية و لكنه قد يرتبط بحمى خفيفة جدا .

الاعتناء بطفلك المصاب بحمى

الملابس:

ان معظم حرارة الجسم تفقد عن طريق الجلد لذلك خفي ملابس طفلك، اذا كان طفلك يعاني من قشعريرة أو من الرعشات يمكن استخدام بطانية خفيفة.

السوائل الاضافية:

ستجعل الحمى جسم طفلك يفقد السوائل ، لذلك شجعي طفلك على شرب سوائل اضافية.

المسح بالاسفنج:

المسح بالاسفنج قد يبرد الجزء الخارجي من جسم طفلك و يجعله يرتجف، دون ان يؤثر على درجة حرارة الجسم الداخلية



إشراف

د. منى الخواري

عند الإصابة بالحمى

ان متوسط درجة حرارة الجسم الطبيعية هي ٣٧ درجو مئوية ، و اذا كانت درجة حرارة طفلك اعلى من المعتاد ، فهو يعاني من الحمى .

الحمى ليست مرضا أو المرض في حد ذاته و لكنها علامة على ان الجسم يكافح المرض . عندما يتم تنشيط نظام الدفاع (المناعي) للجسم من قبل جرثومة، تحدد ردود افعال كثيرة في الجسم. الحمى هي علامة واحدة من هذه التفاعلات.



أذا كان البكاء هو المشكلة الأساسية، فكيف يمكننا التعامل مع بكاء الطفل؟

- الاطفال الطبيعيون الذين ينعمون بصحة جيدة قد يقومون بالبكاء ساعتين أو ثلاثة في اليوم و بعض الاطفال يكون بدرجة أكثر. اذا كنت قلقت من بكاء طفلك يجب عليك التأكد من جميع الحاجات الأساسية للطفل قد قمت بتلبيتها تأكد اذا كان طفلك جائعاً.
- ❖ حاجة الى تغيير الحفاض.
- ❖ غير مرتاح.
- ❖ متألماً أو مريضاً.
- ❖ خائفاً أو منزعجاً.
- ❖ يشعر بالوحده أو يريد لفت الانتباه

لتهدئة الطفل بأماكنك أن تجرب:

- ❖ التحدث الى الطفل بهدوء.
- ❖ تهيئة صوت خلفي للطفل عن طريق تشغيل الموسيقى أو التلفزيون.
- ❖ حمل الطفل و ضمه للصدر مع تدليك لطيف لظهر الطفل و بطنه .
- ❖ اخذ الطفل في نزهة بالعربة في الهواء الطلق.
- ❖ اذا كنت لا تزال قلقت من بكاء طفلك يمكن أخذه الى الطبيب.

الحماية من متلازمة الطفل المهزوز

- عندما تشعر بالغضب و الاحباط عند الاعتناء بطفلك هناك قاعدة مهمة يجب ان تتذكرها دائماً .. لا تقم بهز الطفل أبداً.
- ضع طفلك في مكان آمن، كسريه المتحرك مثلاً، و اترك الغرفة، خذ وقتك حتى تهدأ و حاول الاسترخاء أو الاتصال بصديق أو قريب أو جار.

تذكر

لا تهز طفلك أبداً.

تأكد من أن جميع أولئك الذين يحيطون بالطفل علم علم بالمخاطر المحتملة الناجمة عن هز الطفل.

كل الاطفال يكون و هذا شئ طبيعي ، و لكن البكاء المستمر قد يسبب ارتباك شديد لدى الوالدين

ما الذي يحدث اذا تم هز الطفل؟

- هز الطفل يمكن أن يسبب تلفاً دماغياً دائماً و قد يؤدي الى الوفاة
- عندما يتم هز الطفل فإن الرأس تعاقب بشدة الى الامام و الخلف، الاطفال الاكثر عرضة للخطر هم الاطفال حتى عمر السنتين.
- أن رأس الطفل يعد ثقيلًا تقريبا مقارنة بحجم جسمه، و عضلات رقبته تكون ضعيفة جدا لتعطي الدعم الكامل للرأس.

هز الطفل يمكن أن يسبب:

- ❖ العمى.
- ❖ تلف في الدماغ.
- ❖ شللاً دماغياً.
- ❖ نوبات صرع صغرى و كبرى.
- ❖ فقدان السمع.
- ❖ صعوبات التعلم.
- ❖ مشكلات سلوكية.
- ❖ في اسوأ الحالات فإن الطفل ممكن أن يموت

ماذا لو كان هناك شخص اخر مكلف برعاية طفلي؟

- أذا كان هناك شخص اخر، سواء كان الزوج، أو المربية أو الخادمة، أو الجد أو الجدة هو من يقوم بالاهتمام بالطفل يجب التأكد من أنهم:
 - ❖ مدركين خطورة هز الطفل.
 - ❖ لديهم علم بكيفية الاستجابة لبكاء الطفل.
 - ❖ لديهم القدرة على ضبط أنفسهم عند الشعور بالاحباط و تهدئتها.
 - ❖ يدركون كيفية الاتصال بك في حالة احتاجوا اليك.

ما الذي يجب علينا عمله في حال ما تم هز الطفل؟

- أذا كنت قمت بهز الطفل أو تظن أن شخصاً آخر قد قام بذلك ، يجب عليك فورا البحث عن مساعدة طبية عاجلة ، لا تؤخر ذلك !! يجب أخذ الطفل الى اقرب طبيب أو طوارئ المستشفى ، ليتم فحصه و الاطمئنان عليه.
- أن دماغ الطفل أرق من البيضة ، و أن هز الطفل و لو لثواني قليلة يمكن أن يسبب ضرراً في الدماغ مهدداً لحياته.

ما هي متلازمة الطفل المهزوز؟

- متلازمة الطفل المهزوز ، هي مصطلح يستخدم لوصف الضرر الحاصل بعد هز الطفل.

لماذا يقوم البعض بهز الطفل؟

- الوالد أو من يتولى الطفل قد يقوم بهز الطفل عندما يشعر بالاحباط و الاستياء من محاولة تهدئة بكاء الطفل.



الأطفال يتأذون إذا قمت بهزهم



Kuwait National
Child Protection Program
برنامج الكويت الوطني لحماية الطفل

إعداد: د/ فطومة العبد الرزاق
استشارية حوادث الاطفال و السموم
قسم حوادث الاطفال بمستشفى الأميري
وزارة الصحة - الكويت



HOW TO FLY

Novalac
Genio
3 Plus

تفوق مع

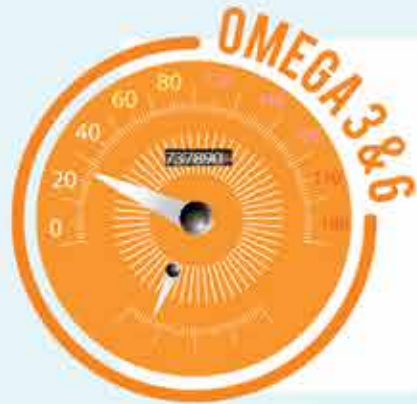


STEP 1



Just like a plane your Childs body needs 10 milligrams of Iron a day to make their bones and body strong enough to fly! 2 Cups of Genio Milk a day provides your children with 100% of their daily requirement.

STEP 2



Your Childs brain needs the right oils to function which would be omega 3&6. These oils help their brain development!

The required daily amount is:
Omega 6: 10grams per day
Omega 3: 0.9grams per day



A strong body and great engine could not achieve anything high up in the sky if it did not have the creativity and sense of direction to do so! And what better way to get this creativity than by getting all the beautiful sunshine Vitamin (Vitamin D) that it does while flying!

Well just like a plane you need the right amount of vitamin D to get your creativity flowing!



Genio 3 Plus is growth milk that contains plenty of hard to get essential nutrients your toddler needs to grow to his/her full potential! A Cup of Genio 3 Plus with moderate physical activity provides your children with all the nutrients they need for a healthy growth that will stimulate their abilities to excel!

STEP 3



Last but not least Creativity!

Where would a plane fly if it did not have the creativity to do so?!



www.novalac.me

GenioKids BabyGenio

Physical Development

Brain

development

Creative Development



كرر المحاولة

كرر الضغوطات الثلاثين والتنفس لمرتين كل دقيقتين حتى تصل سيارة الإسعاف أو يستعيد الطفل وعيه من جديد .



وضع الإنفاقة

عند تعافى طفلك وبدأ التنفس مرة أخرى من تلقاء نفسه، قد يتقيء الطفل ويجد صعوبة في التنفس. ببساطة ضع طفلك في وضع الإنفاقة، مع انخفاض وجهه قليلاً. تأكد من عدم وجود أي شيء يغطي فم طفلك وأنفه. وضع الإنفاقة يساعد على الحفاظ على ان يظل مجرى



الهواء مفتوح عند الطفل.

نقاط أساسية:

- ❖ يتضمن الإنعاش القلبي الرئوي الضغط على الصدر والتنفس الصناعي (التنفس والزفير من الفم إلى الفم)
- ❖ يتم الضغط على الصدر بشكل شديد وسريع.
- ❖ يساعد الإنعاش على دفع الأكسجين عبر الدم إلى المخ والأجهزة الحيوية الأخرى.
- ❖ إذا كان الطفل غائب عن الوعي ولا يستطيع التنفس، اتصل على رقم ١١٢ فوراً.
- ❖ بعد اجراء الإنعاش، ضع طفلك في وضع الإنفاقة، حيث سيساعده هذا على فتح مجرى الهواء.

الضغط على الصدر

يبدأ الإنعاش القلبي الرئوي بوضع طفلك على سطح مستوى وثابت. ضع اصبعين على عظمة الصدر أسفل الحلمة. اضغط على صدر طفلك ضغوطات سريعة ثلاثين ٣٠ مرة، اضغط بشدة لدرجة تكفي لكي يتحرك صدر الطفل لأسفل ١,٥



بوصة (٤ سم). سوف يعمل ذلك على دفع الدم إلى مخ طفلك والأجهزة الحيوية الأخرى.

التنفس الصناعي:

افتح مجرى الهواء

بعد الضغوطات الثلاثين الأولى، ضع راحة يدك على جبهة الطفل وضع اصبعين من اليد الأخرى تحت ذقن الطفل وقم بإمالة الرأس إلى الخلف برفق وارفع الذقن. سوف يعمل ذلك على فتح مجرى الهواء.



بدء التنفس الصناعي

خذ نفساً واتكئ على الطفل بحيث تكون شفثيك على فمه وقوم بتشكيل ختم محكم. تنفس بلطف مرتين في فم الطفل. إذا لم تشاهد الصدر يرتفع، قم بتغيير وضعية الرأس وتشكيل ختم أشد احكاماً. حاول مرة أخرى.



الإنعاش القلبي الرئوي

إعداد: د/ فطومة العبد الرزاق



ما هو الإنعاش القلبي الرئوي «CPR»؟

❖ رد فعل عكسي وخطير ينذر بالوفاة بسبب حساسية مفرطة. تتوفر الدورات التدريبية غالباً على الإنعاش القلبي الرئوي CPR من خلال برامج الأنشطة الترفيهية وبرامج السباحة المتقدمة وبرامج الإسعافات الأولية. المهارات الأساسية بسيطة وتستغرق بض ساعات فقط لتعلمها.

الإنعاش القلبي الرئوي للطفل أقل من سنة

طريقة عمل الإنعاش لطفلك

قم بالفحص لمعرفة إذا كان طفلك يستجيب لضرك صدره برفق. إذا كان طفلك لا يستجيب للمس، قم بالفحص أيضاً للتأكد مما إذا كانت هناك اصابات. إذا كان طفلك لا يتحرك أو يصدر صوتاً، اتصل على رقم ١١٢ فوراً. وفي حال لم تستطع الاتصال بنفسك، اطلب من أحدهم الاتصال عنك.

«CPR» هو اختصار لـ cardiopulmonary resuscitation ويعني «الإنعاش القلبي الرئوي»، وهي عملية اسعافية تتم في حالات الطوارئ بالضغط بشدة على الصدر والرئتين لمن توقف نبضه وسكنت أنفاسه بغرض دفع الهواء من فم المسعف إلى فم المصاب مباشرة. ويجب اجراء الإنعاش القلبي الرئوي بشكل صحيح حيث يساعد ذلك في دفع الأكسجين إلى القلب والدماغ والأجهزة الحيوية الأخرى لحين وصول الإسعاف أو استعادة المصاب وعيه. وتحدث النوبة القلبية للطفل عادة نتيجة لتعرض الطفل لاصابة أو اعتلال بشكل خطير بينما قلما تحدث النوبة القلبية نتيجة لمرض في القلب.

الأسباب الأخرى للنوبات القلبية:

- ❖ الغرق
- ❖ الاختناق
- ❖ الصعق الكهربائي
- ❖ التسمم

العاب وأدوات أمريكية

تخضع لمعايير السلامة والأمان لهيئة ASTM الأمريكية وأيضا لرقابة هيئة CPSIA
(CONSUMER PROTECTIVE SAFETY IMPROVEMENT ACT)

للمجمعات السكنية - للضلل والشاليهات - للمزارع والمطاعم الكبيرة



Heavy Duty

مستعدون
لتجهيز وتلبية
متطلبات الروضات والاضافات



أرضيات أمان

كتلوجات شهاليل
توزع بمعرضنا وتتضمن اضاءة اتركربوية



الوكيل:
شماليل لأدوات الأطفال والعباب الحدائق

الري - قرب سنتر بوينت 2474421 / 97944421 فاكس 24728048

Since 1992

Shahaleel@hotmail.com

www.shahaleel.net

تابعونا على



الإنعاش القلبي الرئوي للطفل عمر سنة فأكثر

القيام بالإنعاش للطفل

قم بالفحص لمعرفة إذا كان طفلك يستجيب من خلال الضغط على كتفه والصياح بصوت عال: «هل أنت بخيرة» إذا كان الطفل لا يستجيب اتصل بالطوارئ على ١١٢، فإن لم تتمكن من ذلك بنفسك، استدعي أحد المارة واطلب منه الاتصال بالطوارئ.

الضغط على الصدر



يبدأ الإنعاش بوضع الطفل مستلقياً على ظهره على سطح مستوي. ضع مؤخرة يدك على الثلث الأسفل من عظمة صدر الطفل وقم بالتنفس ثلاثين مرة بسرعة. تأكد من الضغط بشدة بما يكفي لتحريك الصدر بمقدار

٢ بوصة (٥ سم) لأسفل. سوف يسمح هذا الإجراء بدفع الدم إلى المخ والأجهزة الحيوية الأخرى.

التنفس الصناعي

افتح مجرى الهواء



بعد اجراء الضغوطات الثلاثين الأولى، ضع راحة يدك على جبهة الطفل وضع اصبعين من اليد الأخرى تحت ذقن الطفل وقم بإمالة الرأس إلى الخلف برفق وارفع الذقن. سوف يعمل ذلك على فتح مجرى الهواء.

بدء التنفس الصناعي



أغلق أنف الطفل وضع فمك على فمه وتنفس مرتين ببطء داخل فم الطفل. تأكد من مشاهدة صدر طفلك يرتفع مع كل نفس.

تكرار العملية

قم كل دقيقتين بتكرار هذه الدورة المؤلفة من ثلاثين ضغطة والتنفس مرتين إلى أن تصل سيارة الإسعاف أو حتى يستيق طفلك.



وضع الإفاقة

متى أفاق طفلك وأخذ في التنفس بشكل طبيعي دون مساعدة، قد تشاهده يتقيأ ويجد صعوبة في التنفس. في هذه الحالة قم ببساطة بوضع طفلك في وضع الإفاقة يجعل الطفل مستلقياً بشكل منبسط بحيث يكون الوجه إلى أسفل. تأكد من أنه لا



يوجد شئ يعوق أو يغطي فم أو أنف طفلك. سوف يساعد وضع الإفاقة هذا طفلك على فتح مجرى الهواء.

نقاط أساسية:

- ❖ يتم الضغط على الصدر بشكل شديد وسريع.
- ❖ يساعد الإنعاش في استئناف عملية التنفس ودفع الأكسجين عبر الدم إلى المخ والأجهزة الحيوية الأخرى.
- ❖ إذا كان الطفل فاقد الوعي ولا يستطيع التنفس، اتصل على رقم الطوارئ ١١٢ فوراً.
- ❖ بعد اجراء الإنعاش، ضع طفلك في وضع الإفاقة، حيث سيساعده هذا على فتح مجرى الهواء.



حتى كميات صغيرة من هذه الأطعمة يمكن أن تؤدي إلى نوبات حساسية خطيرة لدى بعض الأطفال المصابين بالحساسية. نوبة الحساسية هي أعنف نوع من رد فعل المرتبطة بالحساسية.

كذلك الأغذية المسببة للحساسية قد تتخفى في أطباق حلوى شائعة، مثل الكعك والكيك والحلويات أو ما شابه. لذا يجب دائماً أن تسأل الشيف/ الطباخ إذا كان الطعام يحتوي على أطعمة قد تتسبب في إثارة الحساسية لطفلك.

كثير من الأشخاص معروفون بعدم تحمل الطعام أكثر بكثير من حساسيتهم للطعام. فبعكس الحساسية الغذائية، لا ينطوي عدم تحمل الطعام على رد فعل مناعي. بل، ينشأ عن عدم احتمال الطعام أعراض غير حميدة عند هضم الطعام. وتظهر هذه الأعراض خلال ساعات قليلة وليس بمجرد ابتلاع الطعام أو استنشاقه.

مسببات حساسية شائعة أخرى

- ❖ لسعات الحشرات
- ❖ العقاقير

علامات وأعراض الحساسية

تختلف التفاعلات المرتبطة بالحساسية من طفل لآخر، ومن عامل لآخر من العوامل المسببة للحساسية. كذلك، البيئة التي تعيش بها قد تؤثر على مدى حساسيتك ونوع الحساسية. ويمكن أن تشمل أعراض الحساسية الشائعة ما يلي:

- ❖ مشكلات في التنفس
- ❖ حرقان أو تدمع أو حكة بالعين
- ❖ التهاب الملتحمة/باطن الجفن (احمرار وتورم العين)
- ❖ السعال
- ❖ طفح جلدي (احمرار الجلد وحكة)
- ❖ رشح الأنف
- ❖ صفير عند التنفس
- ❖ ورم حول الوجه أو الحنجرة
- ❖ صدمة

ما هي أسباب الحساسية؟

عندما تلامس مواد مثيرة للحساسية الجلد أو يتم استنشاقها أو أكلها أو أخذها بالحقن. وعندئذ يستشعر الجسم وجودها، فإنه يقوم بإرسال إشارة إلى الجهاز المناعي الذي ينتج أجسام مضادة تسمى اميونوجلوبولين إي (Immunoglobulin E). وهذه الأجسام المضادة تدفع بعض الخلايا في الجسم إلى إطلاق مواد كيميائية تسمى هيستامين (histamines). تنتقل مواد الهيستامين عبر مجرى الدم لمحاربة المادة المهاجمة أو مسببات الحساسية. يعتمد رد فعل طفلك لمسببات الحساسية على الجزء من الجسم الذي تعرض لهجوم مسببات الحساسية. وفي الغالب تؤثر تفاعلات الحساسية على العين وداخل الأنف والحنجرة والرئتين والجلد.

أنواع العوامل المسببة للحساسية

مسببات الحساسية الشائعة المحمولة بالهواء

إن سوس الغبار أحد مسببات الحساسية الشائعة المحمولة بالهواء. هذه الحشرات المتناهية في الصغر تعيش في الأجزاء الحارة والرطبة والمتربة في منزلك وتقتات على خلايا الجلد الميتة. وتعتبر نفاياتها سبب رئيسي لأمراض الحساسية والربو.

تشمل مسببات الحساسية الأخرى ما يلي:

- ❖ لقاح الزهور والنباتات الأخرى
- ❖ العفن
- ❖ سقطة الحيوانات الأليفة (خلايا الجلد الميتة من الحيوانات الأليفة)
- ❖ الصراصير.

أكثر الأطعمة المسببة للحساسية شيوعاً

تشمل الأطعمة المسببة للحساسية ما يلي:

- ❖ الفول السوداني
- ❖ شجرة الجوز مثل البندق، الجوز، واللوز والكاشيو
- ❖ البيض
- ❖ لبن الأبقار
- ❖ القمح
- ❖ فول الصويا
- ❖ الأسماك والمأكولات البحرية



ما هي الحساسية؟



Kuwait National
Child Protection Program
برنامج الكويت الوطني لحماية الطفل

إعداد: د/ فطومة العبد الرزاق



المسببة للحساسية بشكل عدائي ويتفاعل معها بصورة مبالغ. ويؤدي ذلك إلى أعراض مثل اضطرابات طفيفة وألم شديد. إن اضطرابات الحساسية، بما في ذلك الحساسية لبعض الأغذية شائعة في مرحلة الطفولة. فالكثير من الأطفال الذين يعانون من الحساسية معرضون أيضاً للإصابة بالربو.

يقوم الجهاز المناعي بحمايتنا من خلال مهاجمة المواد الضارة مثل الفيروسات والبكتيريا. الحساسية هي رد فعل الجهاز المناعي لمادة تسمى «العامل المسبب للحساسية».

العامل المسبب للحساسية ليس ضاراً لأغلب الناس. ولكن عندما يعاني الطفل من الحساسية فإن نظام المناعة يتعامل مع العوامل



الأعراض المرتبطة بمسببات الحساسية المحمولة بالهواء

عادة ما تؤدي العوامل المتسببة في الحساسية المحمولة بالهواء إلى الإصابة بالعطس أو حكة الأنف أو الحنجرة أو احتقان الأنف أو احمرار أو حكة العين والسعال. بعض الأطفال يصاب بالصفير عن النوم وضيق التنفس.

الأعراض المرتبطة بالحساسية من الأغذية وتسعات الحشرات:

الحكة بالفم والحلق عند ابتلاع الطعام

القئ

الاسهال

الرشح وحكة الأنف

ضيق في التنفس

تورم الوجه أو الحنجرة

الدخول في صدمة.

متى ينبغي استشارة الطبيب عند التعرض للحساسية؟

قم بالاتصال بالطوارئ رقم ١١٢ أو نقل طفلك إلى أقرب قسم طوارئ إذا

كان لديهم ما يلي:

ضيق في التنفس

❖ تورم سواء كان في الوجه أو الحنجرة أو الشفتين أو اللسان.

❖ هبوط حاد في ضغط الدم.

❖ اغماء

❖ فقدان الوعي

❖ طفح جلدي

❖ ضيق الحنجرة/الحلق

❖ خشونة في الصوت

❖ دوخة

كما يجب أن يعرض طفلك على أقرب قسم طوارئ حتى وإن تم إعطاء

عقار الـ إبينيفرين (EpiPen or Allerject)، حيث قد تبدأ الأعراض بعد

ساعات من تناول إبينيفرين.

حيوانات أليفة	٠,٣ - ١٠٠ ميكرون
سوس الغبار	١٠ - ٤٠ ميكرون
اللقاح	١٠ - ١٠٠ ميكرون
بذور النباتات	١٠ - ٧٠ ميكرون
البكتيريا	٠,٣ - ٣ ميكرون
الفطريات	٠,٥ - ٥ ميكرون
العفن	٢ - ٢٠ ميكرون
دخان التبغ/السجائر	٠,٠٣ - ٠,٠٤ ميكرون
❖ الميكرون يساوي جزء من ٢٥,٠٠٠ جزء من البوصة.	

مسببات الحساسية



الكرفس



الحبوب المحتوية على الجلوتين



القشريات البحرية



البيض



السماك



الترمس



الحليب/اللبن



الرخويات



الخرذل



الجوز



الفاول السوداني



السَّمسم



فاول الصويا



الكبريتات

Sylvan Learning™

معهد سلفن التعليمي للتدريب الأهلي
Sylvan Learning Center Kuwait

Learning feels good

Our personal learning approach will really connect with your child, combining engaging technology with amazing teachers, raising grades and confidence.

22651670/22651671

@sylvankuwait

@SylvanKuwait

Sylvan Learning Kuwait

www.sylvankuwait.com



كيف تقي طفلك من الاختناق؟

كلما نما الأطفال، كلما نما فضولهم لاستكشاف البيئة المحيطة بهم. غالباً ما يكون الاتصال الأولي للأطفال مع الأغراض غير المألوفة من خلال يديهم، ولكن في غضون لحظات يمكن أن يصبح الغرض في فمهم. لمنع هذا من الحدوث، قم الخطوات التالية:

❖ احفظ الأغراض الصغيرة والأطعمة بعيداً عن متناول الأطفال.

❖ إذا كان طفلك أصغر من 4 أعوام، لا تعطيه أطعمة مثل الفشار والعلكة والحلويات الصلبة. قطع الأطعمة الطرية مثل النقانق والهوت دوغ والعنب إلى قطع صغيرة.

❖ علم طفلك أن يمضغ الطعام جيداً قبل ابتلاعه.

❖ نظف مباشرة بعد الحفلات والولائم. لقد أصبح الاختناق بالبالونات المطاطية السبب الرئيسي لحالات الوفاة المرتبطة بالاختناق غير الناتج عن الطعام.



دفعات سريعة لأسفل

بالهواء المتبقي في صدره للخروج وتساعد على إخراج الجسم الغريب. افعل ذلك 10 مرات متتابة فوراً. وبالإمكان تنفيذ حركة هيمليك عبر تمديد الطفل على ظهره. ضع باطن إحدى يديك أسفل أضلاعه. ضع يدك الأخرى فوق اليد الأولى وابدأ في القيام بدفعات من الضغط.

إذا كان عمر طفلك أقل من سنة واحدة

ضع طفلك على ركبتيك أو على ذراعك ووجهه للأسفل. باستخدام باطن اليد، نفذ خمسة ضربات قوية بين لوح الكتف.

إذا كان طفلك لا يتنفس، مدده على ظهره وضع اصبعين أسفل عظمة الصدر السفلى، مباشرة تحت خط حلمة الثدي. باستخدام أصابعك، قم بالضغط على الصدر خمسة مرات سريعة.



ضع اصبعين في وسط عظمة صدر الطفل وقم بعمل خمسة ضغطات سريعة لأسفل.

❖ إذا كان طفلك يتنفس فإن مجرى الهواء ليس مسدوداً بالكامل. اقلب الطفل على جنبه لإبقاء مجرى الهواء مفتوحاً، والتقليل من خطر الانسداد الكامل لمجرى الهواء. ابقى مع طفلك إلى أن يتحسن تنفسه.

❖ إذا كان طفلك يعاني من حالة اختناق أكثر حدة، اتصل برقم الطوارئ 112 إذا كان معك أحد آخر، اطلب منه أن يقوم بالاتصال. يجب أن تتصرف بسرعة للتخفيف من الانسداد.

حركة هيمليك

تزيد حركة هيمليك الضغط على الصدر، مما يساعد في إخراج الجسم الغريب الذي يسد مجرى الهواء.

إذا عمر طفلك أكبر من سنة واحدة؟



يرتفع صدر الطفل ويرتد للخلف

قف أو اركع خلف طفلك. احضن طفلك بقوة، أسفل أضلاعه السفلى. ابدأ بدفعات سريعة للأعلى بزاوية 45 درجة. ستدفع هذه الحركة



يحدث الاختناق عندما يعلق شيء في الحلق، فيسد مجرى الهواء إلى الرئتين. وقد يكون هذا الانسداد جزئياً أو كلياً. مجرى الهواء هو طريق الهواء الداخل إلى الرئتين. تعالج معظم حالات الاختناق، مثل تلك الحاصلة بسبب السوائل، دون الحاجة إلى المساعدة. عند انسداد المجرى الهوائي، يطلق عليه اعتراض جسم غريب للمجرى الهوائي.

كيف تعرف أن طفلك يختنق؟

حالة اختناق خفيفة يمكن أن تجعل طفلك يسعل، أو يسد فمه أو يتقيأ. كما قد يتحول وجه الطفل إلى اللون الأحمر. إذا كان طفلك يعاني من حالة اختناق أكثر حدة، سيصبح غير قادر على التنفس أو البكاء أو التحدث. وسيتحول لون جلده وشفتاه وأظفاره إلى اللون الأزرق النيلي.

ماذا ينبغي أن تفعل إذا أصيب طفلك بالاختناق؟

تأكد من أن طفلك مدرك ويستجيب

❖ ريت على طفلك بلطف وأسأله بصوت مرتفع: «هل أنت بخير؟» إذا لم يجب، اطلب الإسعاف.

❖ إذا كان معك أحد آخر، اطلب منه أن يقوم بالاتصال.

❖ إذا رد طفلك، شجعه على أن يخرج الجسم الغريب عبر السعال. لا تقم بضرب الطفل على ظهره لإخراج الجسم الغريب. لا تعطي الطفل شيئاً ليشربه. فقد يؤدي ذلك إلى منع الهواء من الدخول إلى الرئتين.

افحص لتتأكد من أن الطفل يتنفس

❖ إذا كان طفلك لا يتنفس، اطلب الإسعاف. إذا كان معك أحد آخر، اطلب منه أن يقوم بالاتصال.

وما هي أسباب الغصة



Kuwait National
Child Protection Program
برنامج الكويت الوطني لحماية الطفل

إعداد: د/ فطومة العبد الرزاق

مشاركة جمعية الهلال الأحمر الكويتي في مهرجان الطفل الاول

جمعية الهلال الاحمر الكويتي جمعية انسانية تطوعية تقدم المساعدة والعون لأشد الحالات ضعفاً، من غير تفرقة بين دين او مذهب او جنس او لون ودون الالتفات الى المعتقدات السياسية والفكرية.

من اهداف الجمعية تحقيق ضمان الرعاية الاجتماعية والصحية للفئات المحتاجة، والمساهمة في عمليات الانقاذ من الكوارث وتوفير اسعافات اولية.

استعداداً لفصل الشتاء تتقدم جمعية الهلال الاحمر الكويتي بطرح حملتها، حملة (شتاء دافئ) وهي لدعم اللاجئين السوريين في لبنان والاردن للمحافظة على بقائهم دافئين وذلك عن طريق جمع التبرعات لتوفير مجموعة من الخيام المجهزة والمعزولة ❖ علماً بان مشروع الخيام المعزولة فاز بجائزة بالابداع من قبل اللجنة الدولية للصليب الاحمر، بالاضافة الى توفير مواد التدفئة المختلفة وملابس الشتاء الدافئه وبطانيات جديدة، وبهذا تهدف حملة (شتاء دافئ) الى توزيع المساعدات لأكبر عدد ممكن من النازحين السوريين لتجهيز ما قبل الشتاء ليكونوا على اتم الاستعداد للشتاء القارس والثلوج وبهذا تستقبل الجمعية التبرعات عن طريق الموقع الالكتروني krccs.org.kw او عن طريق مقر الجمعية.

قلوب_ نابضة



تبرع عبر الموقع

www.krccs.org.kw



@k.r.c.s

1814814

ساهم معنا

لنبض حياة جديدة في قلوب المنكوبين



مشروع مساعدات اللاجئين السوريين لشتاء 2016

بالتعاون مع

smart
work smart don't work hard



مثل الخيار - الخس - الطماطم.

مجموعة الفواكه

مثل أي فاكهه يحبها الطفل او عصائرها.

مجموعة اللحوم

تشمل البيض - المرتديلا - النخي - الفول أو الباجلا.

مجموعة الحليب

مثل الحليب - الجبن - القيمر - اللبنه - الروب.

والتقليل من تناول الدهون والزيوت وإستبدالها بزيت الزيتون أو تناول الزيتون

ويجب أن تحرص الأم على التنوع اليومي في الوجبه ولا تنسى مشاركة الطلاب هذه الوجبه مما يزيد من روح المحبه والألفه وتعطي دافعا أكبر لتناول الوجبه ولا تدعي هذه الوجبه مصدر إغراء للطلاب بحيث تساومينه على تناول الوجبه مقابل مبلغ مادي أو هديه رمزيه.

اتدري لماذا وجبة الفطور مهمة؟

خلال ساعات النوم الطويلة استهلك جسمك كل ما اكلت في وجبة العشاء لذلك انت تحتاج في الصباح الباكر طاقة جديدة لتبدأ يومك فالدماغ يحتاج الى طعام امساعدته على العمل بطريقة جيدة.

هل تعلم ان تناول الفطور لا يشعرك بالشبع فقط ولكن يجعل:

- ❖ تركيزك افضل.
- ❖ تحصيلك الدراسي اعلى.
- ❖ نشاطك اكثر.
- ❖ تعاملك مع الاصدقاء الطيف.



ماهي وجبه الفطور الصحيه

وجبه الفطور هي وجبه أساسيه يجب أن يتناولها داخل المنزل قبل الذهاب للمدرسه ويجب أن تمدد بكافه المغذيات الغذائيه اللازمه لبناء جسم وعقل سليم ولا بد أن تشمل هذه الوجبه على كافه المجموع الغذائيه وهي كالتالي:

مجموعة الخبز والحبوب

مثل الخبز - حبوب الإفطار - الصمون - التوست.

مجموعة الخضار

المدرسه هي نقله نوعيه جديده يتأثر بها سلوك الطفل بعد خروجه من المنزل إلى مجتمع أكبر من أسرته وهي المدرسه وقد تطرأ بعض التأثيرات السلوكيه على الطفل سواء بالسلب أو الإيجاب سواء من الناحيه الإجتماعيه أو النفسيه أو الصحيه وحتى الغذائيه وحيث تمثل هذه الفتره نمو للجسم والعقل وفرصه لاكتساب العديد من المهارات والمعلومات والعادات وأهمها العادات الغذائيه بحيث يعتبر طلبه المدارس من أكثر الفئات تعرضاً لأمراض سوء التغذية.

إن دور التغذية السليمه في هذه المرحله لبنه أساسيه لبناء الجسم وتأقلمه مع الوضع الجديد خصوصاً التركيز على أهميه تناول وجبه الفطور التي قد يهملها البعض وذلك لعدة أسباب منها:

العجله وضيق الوقت وعدم الإستقظا ميكرأ أو ظناً من بعض الطالبات على وجه الخصوص لمساعدتهن في نزول الوزن وكل هذه الإعتقادات خاطئه ولكن لا بد أن نتعرف على المنافع الصحيه أو المدخول من تناول هذه الوجبه إن تناول وجبه الفطور تزيد من قدره الطالب على التركيز والإنتباه وهم أكثر يقظه وتحصيلهم الدراسي أعلى كما أن الطلبة الذين يتناولون وجبه الفطور يحصلون على كميات كافيه من المغذيات الأساسيه كالمعادن مثل الكالسيوم الذي يقوي الاسنان والعظام و مجموعه فيتامينات بء الكامله والحديد المهم لحمايه الطلاب من فقر الدم الناتج من نقص الحديد وبما أن وجبه



تغذية طفل المدرسة



إعداد / دكتورة نوال الجزاف

أخصائيه تغذيه علاجيه
بإداره التغذيه والإطعام - قسم توعيه
المجتمع بوزاره الصحه - الكويت



- ❖ تضخم تلك الخلايا.
- ❖ علاجها يكون أصعب من سمنة البالغين.

عند الكبار:

- ❖ تضخم في حجم الخلايا الدهنية.
- ❖ لا تزيد عدد الخلايا الدهنية.
- ❖ علاجها أسهل من سمنة الأطفال.

التغذية السليمة للشباب:

التغذية في مرحلة المراهقة

تعتبر مرحلة المراهقة من أكثر المراحل التي يحدث فيها نمو جسدي و عقلي. فلا بد من الاهتمام بالتغذية في هذه المرحلة من حيث زيادة عدد الخلايا الدهنية عن مثيلاتها في النوعية والكمية لضمان نمو وتطور طبيعي للجسم والعقل.

مؤشر كتلة الجسم للبنات

العمر	الوزن الطبيعي	زيادة وزن	سمنه أولى	سمنه شديده
أقل من 5	راجع طبيب مختص بالأطفال			
5 سنوات	15-17	أكثر من 17	أكثر من 18	أكثر من 19

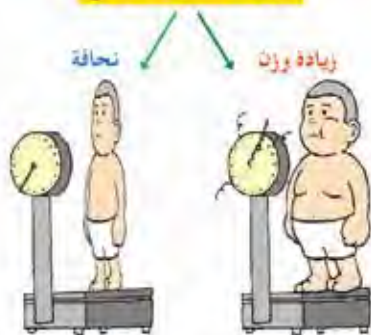
مؤشر كتلة الجسم للآولاد

العمر	الوزن الطبيعي	زيادة وزن	سمنه أولى	سمنه شديده
أقل من 5	راجع طبيب مختص بالأطفال			
5 سنوات	15-17	أكثر من 17	أكثر من 18	أكثر من 18

أسباب السمنة



سوء التغذية الكمي



أنواع السمنة:

عند الأطفال:

- ❖ زيادة عدد الخلايا الدهنية عن مثيلاتها في النوعية والكمية لضمان نمو وتطور طبيعي للأطفال الطبيعيين.

ثانياً: الكميات المتوازنة للغذاء

كلما زاد عدد السعرات الحرارية التي يتناولها الإنسان عن مقدار السعرات الحرارية التي يحتاجها جسمه كلما زاد وزنه.
كلما نقص عدد السعرات الحرارية التي يتناولها الإنسان عن مقدار السعرات الحرارية التي يحتاجها جسمه كلما نقص وزنه.

لتحديد حالة الفرد في الجدول التالي

عليك أولاً حساب كتلة جسم الفرد

كتلة الجسم = الوزن بالكيلوجرام / الطول بالمتراً

المستوى	مؤشر كتلة الجسم BMI
النحافة	أقل من 18,5
الوزن الطبيعي	18,5 - 24,9
زيادة الوزن	25 - 29,9
سمنة درجة أولى	30 - 34,9
سمنة درجة ثانية	35 - 39,9
سمنة مفرطة	من 40 فما فوق

ما هو

الغذاء الصحي

أولاً: المجموعات الغذائية

هناك 6 مجموعات غذائية.

لكل مجموعة فائدة على الجسم، ونقص توفرها في غذاء الطالب يؤدي لأعراض محددة، كما أن تناولها بكميات أكبر من الحاجة قد يؤدي لمشكلات صحية.

لا يوجد نوع واحد من الطعام يحتوي على جميع العناصر الغذائية التي يحتاجها الجسم ولذا لا بد من التنوع في الأطعمة من كل مجموعة خلال وجبات اليوم المختلفة.

الطبق الصحي المثالي

استخدام طبق الأكل الصحي يساعدك على تحقيق التوازن المطلوب لأنه يساعدك على معرفة ما يجب أن تأكله من كل مجموعة مواد غذائية



مجموعة الزيوت والدهون



زيت الزيتون
زيت الذرة
زيت عباد الشمس
الزبدة
زيت النخيل
المرجرين

مجموعة اللحوم



اللحم
السّمك
الدجاج
البيض

مجموعة الحليب



الحليب
اللبن
الجبن
الروب
اللبننة
القيمر

مجموعة الفواكه



التفاح
العنب
الموز
المانجو
البرتقال
الضراولة

مجموعة الخضروات



الطماطم
الخيار
الجزر
الخس
الفاصوليا

مجموعة الحبوب



الخبز
الأرز
الصمون
المعكرونة
كورن فليكس



نقص فيتامين (د)

من وظائف فيتامين د الرئيسية هي الحفاظ على مستوى الكالسيوم في الدم في المعدل العادي وهو يقوم بذلك بتحفيز الأمعاء لإمتصاص المزيد من الكالسيوم من الغذاء الذي تتناوله، فإذا لم تتناول ما يكفي من الكالسيوم يقوم فيتامين د بسحب الكالسيوم من العظام. ويحتفظ الجسم بالكالسيوم في الدم في المستوى العادي لأن الكالسيوم هام جداً في جعل المخ والرتين والعضلات والقلب تؤدي وظائفها.

أعراض نقص فيتامين (د)

الأطفال: الكساح - تأخر ظهور الأسنان
البالغين: نقص الكالسيوم - ترقق العظام - زيادة الوزن - الإكتئاب

سبب نقص فيتامين (د)

عدم تناول أطعمة تحتوي على كمية كافية من فيتامين د.
عدم التعرض لأشعة الشمس أو وضع واقي ضد الشمس.

مصادر فيتامين (د)

المصدر الرئيسي والفني بفيتامين د هو أشعة الشمس من الأغذية:
الأسماك (التونة - السلمون - السردين) - صفار البيض - الجبن - الأطعمة المدعمة كالليب - الكبدية - الفطر



للحصول على فيتامين (د)

يجب تعريض اليدين والوجه والذراعين لأشعة الشمس لمدة من ١٥ إلى ١٠ دقيقة (تعتمد على حساسية الجلد لحرقة الشمس وخط العرض وزمن التعرض أثناء اليوم) مرتين أو ثلاث مرات في الأسبوع.

كيف تجعلين طفلك يتمتع بالنشاط كل اسبوع

دعيه يعمل التالي

إذا كان لوحده،
ينطح الحبل، يطير طياره، الدراجة، كرة سلة.

هناك الأنشطة التي لا بد من التقليل منها
مشاهدة التلفزيون، ألعاب الكمبيوتر أو الجوليس لمدة تزيد عن ٢٠ دقيقة في المرة الواحدة.

إذا كان مع أصدقائه،
يلعب الألعاب الجماعية (مثل المطاردة أو المصيبة) الحركة مع الموسيقى المفضلة، يمارس رياضة جماعية مثل كرة القدم أو كرة السلة.

أنشطة تمارس ٢ - ٣ مرات اسبوعياً
تسلق الجبال كما يمكن استخدام الأرجوحة.

أنشطة تمارس ٣ - ٥ مرات اسبوعياً
عمل تمارين القوة، مثل الضغط ورفع الأثقال وتمارين شد البطن، الرقص.

أنشطة تمارس يوميا
اللعب بالخارج باستخدام السلالم بدل المصاعد، المساعدة في تنظيف المنزل ورفع العبء بنفسه، الذهاب للمسجد مشياً أو المشي في الحديقة.



الاحتياجات الغذائية للمراهقين

تزداد المتطلبات الغذائية للمراهقين فيحتاجون الى كمية اكبر من الطعام المتوازن لدعم النمو خلال هذه الفترة وتزداد الاحتياجات من اطعمة الطاقة بجانب ازدياد الحاجة الى بعض المغذيات الدقيقة مثل الكالسيوم، الحديد، الزنك، فيتامين أ، ب، ج، و حمض الفوليك و ايضاً تزداد الحاجة الى الألياف الغذائية.

العوامل التي تساعد على ظهور مشاكل التغذية في مرحلة المراهقة

- ❖ اتباع عادات غذائية خاطئة:
- ❖ زيادة تناول الوجبات السريعة عالية الدهون والطاقة و فقيرة بالقيمة الغذائية.
- ❖ قلة تناول الخضراوات و الفواكه يترتب عليها قلة تناول الألياف الغذائية مما يزيد فرص الإصابة بأمراض الجهاز الهضمي.
- ❖ اهمال وجبة الفطور والاعتماد على وجبة رئيسية واحدة في اليوم.
- ❖ قلة شرب الماء.

نمط الحياة الغير صحي:

- ❖ الجلوس على الكمبيوتر والانترنت والعب الفيديو لفترات طويلة.
- ❖ تناول الطعام أثناء مشاهدة التلفاز.
- ❖ قلة النوم والراحة
- ❖ اهمال وعدم التنوع في وجبة الفطور
- ❖ تناول أطعمة فقيرة في القيمة الغذائية بين الوجبات
- ❖ عدم تناول اللحوم الحمراء والخضراوات والفواكه (فقر الدم)
- ❖ عدم شرب الحليب واستبداله بالمشروبات الغازية (هشاشة العظام)
- ❖ الإكثار من تناول الوجبات السريعة
- ❖ تناول الطعام أثناء مشاهدة التلفاز
- ❖ شرب كميات كبيرة من القهوة والشاي ومشروبات الطاقة

لاتنس شرب الماء



- ❖ ينظم درجة حرارة الجسم.
- ❖ طارد للسموم والفضلات.
- ❖ ناقل للغذاء.
- ❖ يعطي حيوية ونشاط
- ❖ ويمنع الجفاف في الجو الحار.
- ❖ اشرب من ٦-٨ أكواب يومياً.

إذا كنت قليل الشرب للمياه، فتوقع ما يلي

- ❖ النسيان.
- ❖ جفاف العين والضم
- ❖ فقدان القدرة علي ضبط درجة حرارة الجسم.
- ❖ الإرهاق والتعب وقلة النشاط.
- ❖ الإمساك
- ❖ حصى الكلى.
- ❖ جفاف الجلد.
- ❖ فقدان التوازن.

١٠ نصائح لتغذية صحية

- ١- لتشكل الخضراوات و الفواكه الجزء الاساسي من الوجبه
- ٢- اقرأ بطاقة العبوة
- ٣- احرص على ازالة الشحوم من اللحم و نزع جلد الدجاج
- ٤- قلل من اضافة السكر و الملح
- ٥- تناول البقوليات مره واحده بالاسبوع على الاقل
- ٦- تناول الاسماك ٣ مرات بالاسبوع على الاقل
- ٧- تناول الحبوب الكاملة كالحبذ الاسمر
- ٨- اضيف زيت الزيتون بدلاً من الزبدة
- ٩- اختر الحليب و منتجاته قليلة او خالية الدسم
- ١٠- استخدم الشواء او الطهي بالبخار بدلاً من القلي بالزيت

ما الذي يوجد داخل علبة المشروب الغازي ؟





الطفل والحياة



برنامج الكويت الوطني لحماية المفل

اللجنة الوطنية العليا لحماية حقوق الطفل
وزارة الصحة

Sponsored by برعاية





نجد بعض الأطفال لا يظهر غضبه وتراه غير مستقر وكثير التدمر، في داخله بركان ينتهز أية فرصة حتى يثور، والبعض الآخر سريري الاستتار، الغضب، والهياج يطلق عليه في الأسرة أو المحيط بأنه « ولد عصبي » « راسه حار » وغيرها من الكلمات التي تعزز ذلك لديه، والطفل يصدق ذلك على نفسه ويتصرف على ذلك الأساس ويكون معذورا إذا شعر بالغضب وتصرف بشكل خاطئ فالأهل أعطوه العذر لذلك فهو «عصبي»، وأحيانا يستغل ذلك للحصول على مبتغاه أو ليكون لنفسه هيبه وحتى يخاف باقي الأطفال منه، ولا يعلم الأهل بأن هذا الطفل سيكبر مفتقرا إلى الأساليب الصحيحة والصحية في ضبط الغضب والتحكم به.

كيف تساعد طفلك على ضبط غضبه؟

❖ **أدرب الطفل على التمييز بين الغضب كشعور وبين السلوك الناتج عن الغضب.** علينا أن نعلم الطفل أن شعورك بالغضب طبيعي ومنطقي حسب الموقف، وأن ندرسه كيف يتصرف في الموقف الذي يثير غضبه وكيف يسيطر عليه دون التورط في عراك أو أذية نفسه والآخرين. الشخص الذي يشعر بالغضب يكون مندفعاً بالتصرف قبل أن يفكر بشكل إيجابي، لذلك علينا أن ندرّب الطفل كيف يفكر قبل أن يتصرف ، مثلا: إذا أوقع طفل زميله أثناء اللعب بدون قصد فسرعا ما سيقوم ذلك الطفل بالهجوم عليه وضربه أو شتمه، هنا علينا أن ندرّب الطفل على التفكير بعقلانية في التعامل مع الموقف، فقد لا يكون متعمداً،

من يبدأ اللعبة أو إذا خسر بها، إذا أحس بالاحباط كأن يواعده الأب بأخذه إلى نزهة أو السينما ثم يخلف، عدم قدرته على اصلاح لعبة، فقد أغراضه أو إتلافها من قبل الآخرين، إذا تعرض للمضايقة أو السخرية من قبل أقرانه، ، إذا أطلقوا عليه الألفاظ خاصة في المدرسة، إذا تعرض للضرب من قبل الوالدين أو المدرسين،

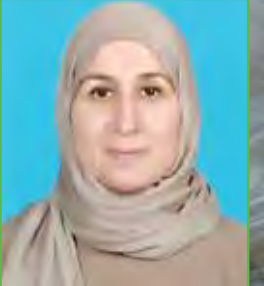
❖ بعض الأطفال تنقصهم المهارات الاجتماعية مثل الاستئذان عند أخذ الأشياء، الكلام بصوت منخفض، انتظار الدور، العمل ضمن مجموعات، تقبل الخسارة، طلب الأشياء بأسلوب مهذب... لذلك نجد الآخرين لا يتقبلون ذلك منهم ويوبخونهم وبالتالي يشعرون بالغضب.

❖ بعض الأطفال يشعرون بالخوف، القلق، الإحباط، الغيرة، الحزن، الإحساس بالجوع أو التعب، أو الحلة الصحية ...الخ ويعبرون عن ذلك بنوبات الغضب.

❖ تعرض بعض الأطفال لسوء المعاملة أو العنف سواء الجسدي، الانفعالي، الجنسي، أو الإهمال يجعلهم يتصرفون بعدوانية وسلوكيات خاطئة تعبيرا عن غضبهم.

كيف يتعلم الطفل العدوانية للتعبير عن الغضب؟

كثير من الأطفال تعلموا أنه ليس من حقهم التعبير عن الغضب وأنه ليس من حقه أن يغضب، وقد لا يعرف الأطفال كيف يعبرون عنه عن طريق الكلام فيلجأون إلى السلوكيات الخاطئة والتي تكون هي الأسهل بالنسبة إليهم وإن كانوا يعلمون



إعداد:
أ/ سوسن علي حاجيه
رئيس قسم الإرشاد
والتأهيل المهني
معالج نفسي للأطفال

التعامل مع غضب الأطفال

الغضب هو أحد المشاعر الطبيعية والصحية التي يشعر بها الطفل في جميع مراحل العمرية كسائر المشاعر الأخرى، شأنه في ذلك شأن الكبار، وهو من المشاعر الخطرة والقوية الذي يتدرج في شدته من هياج بسيط إلى غضب شديد.

ما الذي يسبب مشاعر الغضب لدى الأطفال؟

❖ الضغوط التي يتعرض لها وتكون في أحيان كثيرة من قبل أصدقاءه، أقرانه، أخوته بالمنزل، أو حتى والديه: عدم رغبة أصدقاءه بمشاركته

الغضب هو الطريقة التي يستجيب بها الأطفال للتهديدات من حولهم أيا كان سببها سواء داخلية ذاتية (أفكار سلبية، خبرات، وذكريات مؤلمة) أو خارجية من البيئة المحيطة به (أصدقاء، والدين، رغبات لم تلبى، أو أحداث يتعرض لها) للدفاع عن أنفسهم ورد الأذى عنهم، وتكون طريقة التعبير عن ذلك الغضب في أغلب الأحيان سلبية وغير صحيحة قد تؤذي وتؤذي المحيطين به كأن يقوم بالتكسير، التخريب، الشتم، الضرب والعنف على الآخرين...



نُونُو® Nunu



الاختيار الأمثل للعناية بطفلك
The Best Choice for Baby Care

متوفر في الجمعيات التعاونية والأسواق المركزية



اليدين، الإحساس بالحرارة...تعمل هذه الإشارات كمنبه، هنا ندرّب الطفل على التعرف عليها وملاحظتها حتى يستطيع السيطرة على غضبه في الوقت المناسب، وعلينا أن لا ننسى أن الغضب يتصاعد بشكل سريع. عندما يلاحظ الطفل تلك الإشارات عليه أن يقوم ببعض السلوكيات الأخرى التي تخفف من الغضب لديه مثل: العد، التنفس، القفز، القيام ببعض التمارين والحركات، الرسم، الغناء...وعليه أن يقوم بذلك في كل موقف يثير الغضب لديه.

فإنه من الأفضل إخبار الطفل بأني سأبتعد عن المكان ولن أستمع إليك أو أنفذ طلباتك حتى تهدأ، وبعد أن يهدأ أعطيه الفرصة للحديث عما يغضبه، ليتعلم أنه لا يستطيع السيطرة على الموقف والآخرين بالصراخ. ❖ **أساعد الطفل على تعلم طرق حل المشاكل والبحث عن البدائل لحلها.** لتساعده على التحكم بغضبه وعدم التسرع في رد الفعل والاندفاع في التصرف. لكل فرد إشارات تدل على إحساسه بالغضب، مثلاً: ارتفاع نبرة الصوت، صك الأسنان، قبض

وهذا من شأنه أن يجعل الطفل يرى الموقف من زاوية أخرى قد يخفف من حدة الغضب لديه، وندربه على كيفية نقل شعوره لذلك الزميل دون إيذاءه.

بداية يتعلم الوالدين كيفية التحكم بغضبهم والمحافظة على رباطة جأشهم، وإذا كان الوالدان من النوع الذي لا يتحكم بغضبهم ويصرخون، يشتمون، يضرّبون.... فإنهم سيقدمون نموذج سلبي للأطفال يتعلمون منه. مثلاً: على الأب أن يخبر الطفل بأنه يشعر بالاستياء أو الغضب لأنه قام بكسر زجاج النافذة ولكنه لن يصرخ عليه أو يضربه، بل يبتعد عن المكان حتى يهدأ ثم يتصرف معه بطريقة أخرى لما قام به من تصرف خاطئ. هنا يكون الأب قدّم نموذج صحي وإيجابي في التعامل مع الغضب ودرّب الطفل على إنه لا يستطيع إتخاذ القرار والتصرف بشكل سليم طالما إنك في حالة غضب وهياج. ❖ **عدم تجاهل غضب الطفل، بل الحديث معه عن الموقف وأبين له عواقب تصرفاته عند الغضب.**

نعلم الطفل كيف يعبر عن مشاعر الغضب لديه وكيف يختار الكلمات المناسبة التي تعبر عما يشعر به في ذلك الموقف، فقد يكون: مغتاضاً، محبطاً، غضباناً، في حالة هياج أو غضب شديد لسبب ما، وبعدها نساعد في التخلص من تلك المشاعر بالطرق السلمية.

❖ **نوضح للطفل ما هو المقبول وغير المقبول من التصرفات للتعبير عن الغضب.** فإذا كان من حقه أن يغضب فليس من حقه الاعتداء على الآخرين.

إذا كان الطفل في حالة هياج، صراخ، غضب





125 years of love
and science

Trusted by Parents and Healthcare
Professionals for Generations



Visit our baby senses clinic



- ❖ التواصل بالنظر الى عيني الطفل عند الحديث معه، الابتسامة بوجهه.
- ❖ لا أشعر الطفل إنني انتظر منه الكلام، يترك حتى يشعر بالراحة.
- ❖ عدم التطفل على الطفل عند الهمس أو الحديث مع طفل آخر.
- ❖ لا أتكلم نيابة عن الطفل أو أجيب على الأسئلة بدلاً عنه.
- ❖ لا أقول للآخرين عندما يتحدثون معه بأنه يستحي ولا يتكلم.

وإذا كان الطفل في المدرسة على المعلمة أن:

- ❖ تضي وقت مع الطفل في بداية اليوم ليخفف التوتر عنده.
- ❖ تشركه مع طفل آخر يكون مقرب أو يختاره هو، ويكون هو حلقة الوصل بين الطفل والمعلمة (حتى يشعر بالراحة).
- ❖ تشرك الطفل مع أطفال آخرين في اللعب والأنشطة ولا تعزله (جماعات صغيرة).
- ❖ تطلب منه المساعدة، الترتيب، التوزيع... من دون ضغط عليه.
- ❖ توضح للأطفال الآخرين أنه يحتاج لوقت حتى يتكلم ولا تنتقده.
- ❖ تقرن الصمت بشيء ايجابي وجيد يملكه الطفل تجعل الطفل يستخدم الكروت للتعبير عما يحتاج.
- ❖ تشجيع ومكافأة الطفل ومدحه على مشاركته ومحاولته بالتفاعل مع الآخرين.
- ❖ حكاية القصص ذات المغزى بالصمت ولعب الأدوار.
- ❖ تجنب جعل الصمت سبباً لسلوك الطفل مما يجعله يعزز الصمت عنده.
- ❖ التقليل من التنمر في الفصل.
- ❖ اللعب بالبالون، البوق، والفقاعات.

عندما يختار الطفل الصمت



إعداد:
أ/ سوسن حاجيه

ما هو الصمت الاختياري؟

المدرسة هي المكان الأصعب بالنسبة للطفل، تتوقع منه المعلمة الكلام، والجميع منتبه له وهو لا يرغب في جذب الانتباه اليه. لا يرجع السبب إلى نقص معرفة الطفل باللغة المتحدث بها أو إعاقة في التحصيل الدراسي أو التواصل الاجتماعي، بل نجده يزاول الأنشطة الأخرى ولكن من دون كلام.

كيفية التعامل مع الطفل الصامت:

- ❖ الصبر وعدم الاستياء منه.
- ❖ تفهم وتقبل الطفل الصامت من أهم الأشياء حتى يشعر بالراحة.
- ❖ مساعدة الطفل على مواجهة المواقف التي تستدعي القلق عنده وعدم تجنبها.
- ❖ عدم الضغط والاصرار على الطفل حتى يتكلم
- ❖ عدم القيام بتصريف أو قول يؤدي إلى احراج الطفل.

عدم القدرة على الكلام في مواقف إجتماعية معينة عندما يكون المتوقع منه أن يتكلم فيها (غالباً خارج حدود الأسرة) في حين إنه يتكلم في مواقف أخرى. فالطفل هنا يشعر بعدم الراحة في وجود الغرباء والكبار والمواقف الاجتماعية. يكون الطفل غير قادر على التواصل لفظياً مع الآخرين ولكنه يتواصل بطريقة غير لفظية (الإشارة، الإيماء بالرأس، التعبير بالوجه) وفي أشد الحالات ينعدم التواصل غير اللفظي. هؤلاء الأطفال لا يعانون عضوياً، ولا يكونون غير قادرين على الكلام، بل الكلام يشكل مصدر القلق لهم وهذه الحالة تعبر عن أقصى درجات الحياء والخجل عند الأطفال. قد يعاني بعض هؤلاء الأطفال بعض العيوب في الأسنان، اللثة، الفم، مخارج الحروف... ٩٠% من هؤلاء الأطفال نجدهم سيعانون من الخوف الاجتماعي في الكبر.



- ❖ الدراسة والواجبات المدرسية من مهامه هو، ودور الأهل يكون بالمتابعة.
- ❖ القيام بمهام خاصة به وتكون مناسبة لعمره (غسل الأسنان، ترتيب ألعابه، نظافة غرفته).
- ❖ تدريبه على العصف الذهني لإيجاد الحلول للمشاكل (لا أعطيه الحل جاهزاً).
- ❖ إعطائه مهام قليلة حتى لا يتعب أو يفضل وبالتالي يرفضها (ثم يبحث عن إنجازها بدلا عنه).
- ❖ تحديد وقت يناسب المهمة والجهد المطلوب.
- ❖ الالتزام بالمواعيد وتنظيم الوقت.
- ❖ احترام الآخرين، التعاطف معهم، ومساعدتهم.
- ❖ التعامل مع مصروف الجيب اليومي (تحديد المبلغ له مع الالتزام).
- ❖ الأمانة، قول الحقيقة، والاعتراف بالخطأ وتعديله.



إعداد:
أ/ سوسن حاجيه

كيف يتحمل الطفل المسؤولية

- ❖ تدريبه على اتخاذ القرار في الأمور الخاصة به وتحمل عواقبه، فالعواقب الإيجابية تؤدي إلى ثقة بالنفس، رضا عن الذات، وزيادة الخبرة عند الأطفال، في حين أن العواقب السلبية تكون دافع وحافز للتعلم أكثر وللتحدي.
- ❖ السيطرة على الذات: الانفعالات، التصرفات، التعبير عن المشاعر (خاصة مشاعر الغضب يكون مسؤول عن تصرفاته الناتجة عنها).
- ❖ أدربه على عواقب عدم تحمل المسؤولية (ماذا يحصل إذا لم يحافظ على حاجاته).
- ❖ مناقشته في بعض الأمور التي تخصه وتخص الأسرة والأخذ برأيه.
- ❖ إذا لم يستطع إنجاز المهمة، أعطيه فرصة ثانية للمحاولة وإن كان النجاح فيها بسيطا.
- ❖ تشجيع الطفل على إنجازاته مهما كانت بسيطة.

نفسه وعن البيئة المحيطة به، ويكون مسئولاً عن خياراته وعن عواقب تصرفاته. تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس تعلم الطفل التعاون مع الآخرين .. الاستغناء عنهم.... النضج.. تقدير عالي للذات وثقة بالنفس. هكذا يتعلم الأطفال.

كيف يتعلم الأطفال المسؤولية؟

- ❖ الثقة بأن الطفل قادر على إنجاز المهمة.. إذا لم أثق بقدرة طفلي فلن يثق هو بها وبالتالي لن يستطيع عمل شيء (تكفيه المحاولة).
- ❖ الاعتماد على الطفل في إنجاز أموره البسيطة يعلمه الاعتماد على نفسه.
- ❖ إعطائه فرصة للقيام بالمهام المطلوبة منه بشكل جيد قدر المستطاع (عدم البحث عن الكمال في إنجازه).

ما هي المسؤولية؟

هي سلوك ملزم يقوم به الفرد نابع من داخله في جميع الأحيان سواء كان بمفرده أو بوجود آخرين. المسؤولية ليست فطرية عند الأطفال بل تأتي بالتدريب من خلال التعلم، التدريب، المحاولات، والتشجيع آخذين بالاعتبار العمر، القدرات، الحاجات، الفروق بين الأطفال.

الهدف من تعليم الأطفال المسؤولية:

تعلم المسؤولية يعني بناء شخصية قوية وبناءة وناجحة في الحياة، يتعلمون معها مهارات الحياة والتحكم والسيطرة على الأمور، ويستفيدون من قدراتهم وإمكاناتهم، وتقوي الدافعية لديهم للتعلم والانجاز. كلما كان الطفل مسئولاً كان أكثر فعالية ورضاً عن



- ❖ مثال: لعبتك ضاعت لأنها لم تكن في خزانة الألعاب عليك البحث عنها / انت مهمل لا تحافظ على ألعابك.
- ❖ ضعي قوانين واضحة، سهلة وحازمة حتى يعرف ما هو المتوقع منه.
- ❖ مثال: الساعة الثامنة موعد النوم.
- ❖ حددي ما تريديه من الطفل لا ما لا تريديه.
- ❖ مثال: ضع ملابسك في الخزانة / لا ترمي ملابسك على الأرض.
- ❖ سمي التصرف وليس الطفل.
- ❖ مثال: قولي كان تصرفك كذا وكذا غير مقبول مزعج، ترتيبك للغرفة كان جيداً / انت كسلان، مزعج، ولد شاطر، ممتاز.
- ❖ كوني واقعية وموضوعية.
- ❖ مثال: أطلب من الطفل عمل شيء يكون بمقدوره القيام به وفقاً لعمره، قدراته، ميوله.
- ❖ كوني نموذجاً للطفل.
- ❖ مثال: الطفل يقلد ما يراه ويسمعه.
- ❖ حددي المتوقع من الطفل.

- ❖ مثال: الآن موعد النوم، الآن موعد السباحة / هل تريد النوم، هل تريد السباحة.
- ❖ تقديم الخيارات للطفل.
- ❖ مثال: ما الذي تريد عمله ... كذا أو كذا / ما الذي تريد لبسه ... كذا أو كذا
- ❖ اعطي وقت كافي للطفل ليقوم بالمهمة المطلوبة منه.

- ❖ علمي الطفل أن يطلب المساعدة للقيام بالعمل، بدلا من القيام بالعمل نيابة عنه.
- ❖ شجعي الطفل على السلوك الإيجابي الذي قام به وليس مدحه.
- ❖ شجعي الطفل على محاولته مهما كانت بسيطة وإن كانت غير ناجحة.
- ❖ التشجيع أو الجزاء مباشرة بعد التصرف.



إعداد:
أ/ سوسن حاجيه

فنيات تعديل سلوك الطفل

- ❖ ٢. سلوكيات مناسبة أكثر من غير المناسبة.
- ❖ ٣. فهم متبادل بين الوالدين والطفل.
- ❖ ٤. صراعات وتوتر أقل في المنزل.
- ❖ ٥. مساعدة الطفل على تحمل المسؤولية.
- ❖ ٦. مساعدة الطفل على السيطرة على نفسه.
- ❖ ٧. تدريب الطفل على أن يكون مسؤول عن تصرفاته.

ما هو السلوك؟

أي تصرف، فعل أو قول يقوم به الطفل.

ما هو تعديل السلوك؟

إعادة تشكيل الأفكار وتوجيه الأفعال والتصرفات من السلبية إلى الإيجابية.

الهدف من تعديل السلوك:

- ❖ ١. توقف السلوك غير المرغوب فيه وتشجع السلوك المرغوب فيه.

طرق تعديل السلوك

- ❖ أضمني أن الطفل قد فهم أين الخطأ في سلوكه.
- ❖ مثال: لعب الكرة في الصالة قد يكسر الزجاج / لا تلعب في الصالة.
- ❖ اشرحي للطفل لماذا يعتبر السلوك خطأ وما الذي يمكنه القيام به.



يخصني) (هذا الشيء ملكي) و هو يستخدم هذه العبارات للتعبير عن ما هو ملكه من الاشياء مثل الالعاب ، الدراجات ... الخ ، و بالتالي علينا تعليمهم منذ عمر مبكر ان يقرروا متى يسمحوا للاخرين بلمسهم و من هم الذين يسمح لهم بلمسهم.

٥- تعليم الاطفال الابتعاد عن الموقف غير المريح:

الاطفال قد يكونوا بحاجة للشعور بالامان ويجب تعليمهم كيفية ابعاد انفسهم بأقصى سرعة ممكنة عن أي شخص يشعرهم بالتهديد و عدم الارتياح.

٦- توعية الاطفال عن الاسرار الغير مناسبة: معظم الاساءات الجنسية تعتمد على اقناع الطفل أو تهديده أو الاكراه و ذلك في سبيل عدم اخبار أي شخص بالاساءة التي تعرض لها الاطفال يجب مساعدتهم لمعرفة ضرورة الافصاح عن الاسرار التي تهددهم.

٧- توعية الاطفال بالأشخاص الداعمين لهم: الاطفال يجب مساعدتهم لمعرفة عدد الاشخاص الذي يمكن أن يلجئوا اليهم عندما يتم لمسهم بطرق غير مناسبة. يجب ان يقتنعوا ان البالغين سوف يبادرون فوراً لحمايتهم و بأن عليهم الاستمرار بأخبار البالغين الى ان تتم مساعدتهم.

حقائق:

هناك العديد من الاطفال يتعرضون لنوع أو اكثر من الاساءة الجنسية وفي اغلب الحالات نجد بأن المعتدي هو شخص معروف و مقرب للطفل.

الاساءة الجنسية للطفل قد تحدث في كافة الطبقات الاجتماعية و يتعرض لها الاولاد والبنات من كافة الاعمار.

لمساعدة الاطفال على حماية انفسهم من الاساءة الجنسية ، فأنتهم بحاجة لمعرفة و فهم مبادئ السلامة الذاتية الشخصية ، معظم الاشخاص يجدون صعوبة في التحدث مع اطفالهم وبخاصة الاصغر عمرا عن كيفية حماية انفسهم من الاساءة الجنسية ، و يهدف التغلب على هذا الامر يجب الحديث عن هذا الامر ضمن مواضيع أخرى كالسلامة العامة، الشوارع، الحرائق، المياه.

عند الحديث مع الاطفال عن السلامة الذاتية يجب عليك استخدام الاسماء الصحيحة لاجزاء الجسم و هذا الشيء سيجعل الاطفال يشعرون براحة أكبر مع جسدكم.

الامور الاساسية الواجب العمل به لمن يقوم بحماية الطفل (من اسرته):

يحتاج الطفل الى معرفة المبادئ الاساسية للحماية الذاتية:

١- وعي الطفل بما يتعلق باللمس: معظم الاساءات الجنسية تكون متضمنة طريقة لمس غير لائقة أو ملاطفة للطفل من قبل شخص بالغ.

٢- تعليم الاطفال متى يقولون لا للبالغين: الاطفال يتم تدريبهم على ان يكونوا مهذبين و مطيعين للكبار و لكن يجب ان يسمح لهم بأن يقولوا (لا) لأي شخص بالغ عندما يشعرون بالحاجة لحماية انفسهم من موقف غير مريح.

٣- تعليم الاطفال بأن يتقوا بمشاعرهم: الاطفال لديهم حس طبيعي بالاشياء عندما تكون غير سليمة، يجب عليهم ان يتعلموا كيفية الوثوق في مشاعرهم سواء كانت جيدة أم سيئة أم مشوشة.

٤- افهام الاطفال بأن اجسادهم هي ملك لهم: الاطفال يتعلمون بسرعة كلمة (هذا الشيء

ماذا افعل اذا تعرض ابني للاساءة؟

- ❖ صدق طفلك و استجب له بهدوء.
- ❖ أكد على طفلك بأنه ليس خطاه و ليس له اي ذنب فيما حدث.
- ❖ اجعله يشعر بالامان و الاطمئنان عندما يبلغك بما تعرض له
- ❖ قم بأبلاغ الجهات المختصة ليتلقى طفلك المساعدة اللازمة.

تعريف الاساءة الجنسية للطفل:

هو أي موقف أو عمل أو اجراء جنسي يشاهده الطفل او يتعرض له فعليا و الذي قد يؤدي الطفل بشكل مباشر او غير مباشر يدمر شعورهم بالأمان و يؤثر على نموه السليم مستقبلا. يجب التأكيد على ان الاساءة الجنسية للطفل تعدو جريمة ..

وهي تحدث عندما يقوم الشخص البالغ أو الاكبر سنا بأشراك الطفل في نشاط جنسي و ذلك باستخدام قوته و سلطته على الطفل أو يستغل ثقة الطفل لصالحه.

الوسائل التي يستخدمها المعتدي جنسيا على الطفل:

الحيلة ، الرشوة أو التهديد و استغلال لالقوة الجسدية هي وسائل يتم استخدامها في العادة لجعل الطفل يشارك في النشاط الجنسي. و قد تشمل التعري ، الملاطفة ، ممارسة الجنس بالضم ، الاتصال الجنسي المباشر.

الوقاية المسبقة مهمة:

هناك حقيقة لا يمكن تجاهلها مثلا ان الوالدين لا يمكن حضورهم بشكل دائم ٢٤ ساعة في اليوم لحماية اطفالهم ، اضافة الى تحديد الوقت و من سيقوم بالاساءة ، انه من المهم اعطاء الاطفال معلومات صحيحة و أن يتم تعليمهم مهارات المحافظة على سلامة انفسهم.



المحافظة على سلامة الطفل من الإساءة الجنسية

إعداد: د/ فطومة العبد الرزاق





من عمر سنة ونصف إلى ٥ سنوات:

التشجيع، المكافأة على النجاح، الانتباه، حل المشكلات، الوجه الضاحك، الاهتمام بالطفل، الحزن، استخدام المصصات كالوجوه الضاحكة، تخصيص وقت للحديث لمشاهدة التلفزيون، اللعب مع طفلك.

علينا استخدام الثناء وإبراز إيجابيات الطفل بنسبة ٩ إلى ١ مقارنة بسلبياته، قم بمراقبة طفلك ليوم كامل وعزز إيجابياته وسوف تلاحظ الفرق.

من عمر ٦ سنوات إلى ١١ سنة:

التشجيع، النجاح، الانتباه، الاحترام، الثناء من الراشدين، تحليل الأسباب، الثناء مع الأقران، مصادقة الطفل، الإنجاز، الحديث مع الطفل مباشرة، كفاءة الطفل، استخدام الكمبيوتر، حل المشكلات، استخدام الفيديو والتلفزيون.

من عمر ١٢ سنة فما فوق:

التشجيع، الاحترام، الإهتمام بالأقران، المال، دعم الأقران، المواصلات، الإستقلالية، استخدام الفيديو والتلفزيون، التحصيل، إشراك الطفل ضمن مجموعة، الدعم والمؤازرة، وقت للكمبيوتر، الإعتراض الإيجابي، استخدام الإنترنت، المناقشة، الكفاءة الإجتماعية.

❖ عامل طفلك باحترام دون صراخ أو ضرب أو إهانة.

❖ كن ثابتاً في العبارات التي تحدث بها ابنك ونظراتك التي توجهها له وكل هدوء أن تكون عباراتك التوجيهية لابنك واضحة.

❖ كافئ طفلك على نجاحاته.

❖ كن ثابتاً في منع ما لا ترغب فيه وتحدث بكل وضوح.

❖ لا تقل على طفلك بتعليمه عدة قضايا في آن واحد.

❖ سيطرة الوالدين على أنفسهم من فورة الغضب، يتعلمها الطفل وتصبح جزءاً من سلوكه.

❖ يجب أن نعزز الثقة بنفس الطفل، ونمنحه فرصة تعلم مهارات جديدة إن فشل في غيرها.

المقترحات التي يجب الأخذ بها لتحسين مشاعر الطفل تجاه ذاته

أهمها التي تركز على الإيجابيات الآتية:

الرضع:

الوجه الباسم، الهمس، التشجيع، الحركة، الضم للصدر، اللعب الجسدي، الملاطفة، الحديث.

تربية الأطفال الناجحة هي تحدي بحد ذاتها، ولكنها مثمرة جداً وفي بعض الأحيان فإن جميع الآباء بحاجة إلى الدعم والنصيحة وتذكر أن من النصائح الذهبية لتربية الطفل:

❖ لتكن تربيتك لابنك تحقق أهدافاً.

❖ اجعل تربيتك هادفة، نحن نريد تعليم الطفل وليس تعذيبه.

❖ كن عقلانياً، قم بعمل لائحة بالأعمال المطلوبة منك والصقها على الثلاجة لتساعدك في تجنب التصرفات السخيفة التي من الممكن أن تصدر منك في حال الغضب، وتساعد في إنجاز أمورك الخاصة.

❖ إذا كانت الضوابط والعقوبات واضحة ومنصفة سوف يتقبل الطفل النتائج والعواقب لسلوكه.

❖ طبق العقاب بطريقة تحترم فيها طفلك، الإهانة والضرب تجعل الأطفال يفكرون بالانتقام وليس الإصلاح.

❖ طبق العقاب بشكل ملائم وثابت.

❖ أن يخلو عقابك لطفلك من الإهانة.

❖ أن تحقق تربيتك وتعليمك لطفلك الإصلاح.

❖ تعليم الطفل المعاقب الأسباب التي أدت إلى معاقبته ولتكن الأسباب مقنعة للعقاب.

❖ أن يتم العقاب للطفل بعيداً عن مشاهدة الآخرين حماية لمشاعر الطفل وإحساسه.

❖ لا يغب عن ذهن الأب الواجبات التي عليه تأديتها تجاه الطفل وأن تكون محددة وواضحة، ضمن جدول لا يتعارض مع مهامك كأب. إن من خلال التشجيع، التوجيه المستمر والثبات، يتعلم الأطفال السيطرة الذاتية والسلوك المناسب.



Kuwait National
Child Protection Program
برنامج الكويت الوطني لحماية الطفل



نصائح للآباء..

كيف تربي طفلك!

إعداد: د/ فطومة العبد الرزاق



زوروا في مهرجان الطفل في الأفينيوز
و استمتعوا بتجربة ممتعة و شيقة و جوائز و مسابقات رائعة



حياك

blink.com.kw
You blink. we think...

أكبر موقع للتسوق عبر الانترنت في الكويت
كل ما تريد , و المزيد

☎ 1800081 ☎ 96968488 📱 BlinkKuwait 📱 Blinkcomkw 📱 Blink.kw

ALHADAF Fun Learning for Little Ones

Junior



puzzles coloring games stories

🌐 alhadafjunior@hadafnet.com 📱 Al-Hadaf Junior 📱 alhadaf junior





١١ عليك مراعاة ألا تكون هناك أكثر من قصة في البنطلون، وأن تكون الجيوب خارجية واضحة؛ حتى لا تتسبب في إعاقة الحركة.

١٢ ألوان الوردية والأحمر والزهري والبرتقالي الفاتح تناسب الفتيات الصغيرات، فيما يليق اللون الأزرق والكحلي والبني والرمادي والبيج للأطفال الذكور.

١٣ بإمكانك شراء حقيبة صغيرة وأنيقة يعلقها طفلك على كتفه أو يمسكها بيديه.

١٤ اختاري الجوارب القطنية للجنسين ويفضل اختيار الأشكال المزركشة منها أو التي تحتوي على طبقات متتالية للفتيات ولعل اللون الأبيض أو السكري من أكثر الألوان ملائمة مع جميع الملابس لكليهما.

١٥ من الأفضل اختيار الألوان السادة للأولاد على أن تتناسب مع لون الطقم الذي يرتديه وأكثر الألوان المناسبة الرمادي والسكري والكحلي.

١٦ من الضروري أيضاً، أن تكون هناك بعض الأكسسورات لتكتمل أناقة الطفل، ويكون في أجمل صورة، فلبينات اختاري لونا واحداً أو ألواناً متناسبة لحبكات الشعر والبروش والعقود، وضعي حلقات وسواراً وعقداً صغيراً ناعماً، تتناسب ألوانهم مع لون الفستان.

١٧ أما اكسسورات الأولاد، فعليك اختيار حمالات ذات ألوان زاهية لسراويل الأولاد الصغار واختيار الأحزمة المميزة والساعات الجذابة.



١٨ يجب مراعاة شراء المراهق الصغير التوفيق بين ما يرتديه من لباس «كاجوال» ومعه الحذاء الرياضي، وما يرتديه من لباس «كلاسيكي» وحذاء جلدي؛ ليكي يكون دائماً أنيقاً.

١٩ خلال فصل الصيف في كثير من البلدان، تخيري سيدتي الدتي «شيرت» القطني للطفل، ويفضل أن يكون بلا أكمام.

٢٠ من الأفضل عدم اختيار «الكنزات» ذات القبة العالية للأطفال الصغار؛ لأن ذلك يسبب إزعاجاً لهم في حال طالت فترة ارتدائها.

٢١ بالنسبة للبنات، فقماس «التويد» يناسبهن بالدرجة الأولى وكذلك الجلد، كذلك كنزات «الموهير» يمكن اختيارها للبنات الأكبر من سن ٥ سنوات فما فوق، في حين بنطلونات الكشمير السميك تناسب الأولاد أكثر.

٢٢ كوني حريصة على عدم اختيار ملابس تحوي تعقيدات كثيرة كالأحزمة وغيرها لأنها تسبب إزعاجاً للطفل وتعوق حركته، مما تجعله غير مرتاح في الحركة.

٢٣ ضرورة اختيار الملابس المريحة، ذات الألوان الجميلة؛ المحلاة برسومات الحيوانات المحببة للطفل الصغير، أو الأبطال الذين ارتبط بهم على شاشة التلفزيون، الأمر الذي يجعل الملابس محببة لديه.

٢٤ احرصى عند شرائك قطعتين من الملابس أن تكون ألوانها مناسبة مع ألوان ملابس أخرى؛ كي يتمكن الطفل من الاستفادة في ارتدائها مع ملابسه الأخرى.

٢٥ إذا كان طفلك صغيراً جداً، كوني حريصة على أن لا تحتوي الملابس على أزرار أو قطع صغيرة يمكن الطفل أن ينزعها ويقوم ببلعها.

٢٦ إذا كان طفلك بلغ سنّاً كبيراً، وأصبح يختار بنفسه، احرصى على أهمية شراء طقمين من الملابس الأنيقة: واحداً على ذوقك، وآخر مختلفاً، يتماشى مع ذوقه وما يحبه؛ حتى تتركي له حق اختيار ما يفضل ارتدائه اليوم، وما ينويه في الغد.

٢٧ ناقشي طفلك المراهق في اختيار الملابس، وانصحيه بمراعاة نوعيتين من الملابس في اختياراته: واحدة معتدلة للزيارات العائلية، والأخرى تتميز بالحرية والطلاقة وصيحات الموضة، دون فرض منك عليه.



نصائح للحفاظ على

أناقة طفلك

تحتار بعض الأمهات في كيفية اختيار الملابس التي تتناسب مع أعمار أطفالهن حتى تبدو إطلالتهم أنيقة وجذابة، إليك سيدتي بعض النصائح والإرشادات في ذلك:



آلية تبليغ فرق حماية الطفل



مسئوليات وإجراءات التبليغ

يجب على المهنيين الأطباء والمرضيين والشرطة والمدرسين التبليغ عن أي حالة من حالات العنف مشتبه بها، وقد أُلزم قانون الطفل ٢٠١٥ التبليغ بلا تأخير، وقد القانون سرية المبلغ. نموذج التبليغ ينبغي عليه أن يكون سرياً يحفظ خصوصية الطفل وأسرته بالإضافة إلى ذلك، فإن أي شخص مسئول يعتقد بأن الطفل يحتاج حماية، فعليه التبليغ لمكتب حماية الطفل أو التبليغ عن طريق الاتصال بخط مساندة الطفل (١٤٧). في حالة الضرورة فإنه من مهام فريق حماية الطفل التحري ما إذا كان الطفل في خطر أو أذى والتدخل في الحالة الحرجة.



اللجنة الوطنية العليا لحماية الطفل

شكلت اللجنة الوطنية لحماية الطفل بقرار وزاري (١١٦) لسنة ٢٠١٣ في وزارة الصحة برئاسة وكيل وزارة الصحة وذلك الأسس والتدابير اللازمة لحماية الأطفال من سوء المعاملة والإهمال في الكويت.

الرؤية:

تحقيق الاستقرار الصحي والنفسي والاجتماعي للطفل والمراهق في المجتمع الكويتي والريادة في تعزيز أمنه.

الرسالة:

تقديم خدمات وقائية وعلاجية للطفل المراهق من خلال مشاريع وبرامج وخطمتمتوعة تهدف للوصول إلى استقرار صحي ونفسي واجتماعي للطفل والمراهق في الكويت.

فريق حماية الطفل:

هو فريق متعدد التخصصات يعنى بحالات عنف الأطفال ويتكون هذا الفريق من كفاءات عاملة في المستشفى وتقدم الرعاية ودعم وعمل استشارات نفسية وأسرية واجتماعية وفحوصات طبية للطفل المعنف ولأسرته ويتكون فريق حماية الطفل من: استشاريي أطفال، استشاريي باطنية، أخصائيات إجتماعيات من مكتب الخدمة الإجتماعية، ومعالجات نفسيات وممرضات وممثلين من إدارة الأحداث والمباحث الجنائية بوزارة الداخلية وممثلين متخصصين من مكتب الإنماء الإجتماعي. وتتوزع هذه الفرق لتشمل جميع مناطق الكويت الصحية (العاصمة - الأحمدية - حولي - الصباح - الجهراء - الفروانية).



Kuwait National Child Protection Program
برنامج الكويت الوطني لحماية الطفل

فريق حماية الطفل في دولة الكويت

إعداد: د/ فطومة العبد الرزاق

إساءة معاملة الأطفال من المشاكل العالمية التي تؤدي إلى عواقب وخيمة مدى الحياة لا تؤثر إساءة معاملة الطفل عليه فحسب، فناهيك عن الآثار البدنية والنفسية والاجتماعية والعواقب السلوكية التي تؤثر على العنف، فإن ذلك قد يؤدي إلى التأثير على الطفل المعنف، والتأثير على المجتمع وبالتالي الدولة، فالطفل نواة المجتمع وثروة الغد وحسن أمان الوطن.

- ❖ وعلى سبيل المثال لا الحصر كشفت الدراسات الدولية عن أن نحو ربع الأشخاص البالغين يبلغون عن تعرضهم للإيذاء الجسدي في مرحلة الطفولة وأن من بين كل امرأة من خمسة نساء ورجل من ١٣ رجل يبلغون عن تعرضهم للإيذاء الجنسي في مرحلة الطفولة، كما يتعرض الكثير من الأطفال للإيذاء العاطفي والإهمال.
- ❖ ويسجل كل عام مقتل نحو ٤١,٠٠٠ من الأطفال الذين تبلغ أعمارهم دون الـ ١٥ سنة، وهذا الرقم ينقص من الحجم الحقيقي للمشكلة لأنه قد يتم عزو نسبة كبيرة من وفيات الأطفال الناجمة عن إساءة معاملتهم إلى حالات السقوط والحروق وحالات الفرق وغير ذلك من الأسباب:
- ❖ ٢٢٪ تعرضوا إلى اللكم والضرب المبرح في صغرهم.
- ❖ ١٠٪ تعرضوا للرفس.
- ❖ ١٥٪ تعرضوا للضرب بعصاة أو حزام أو سوط.
- ❖ ٨٪ تعرضوا إلى خض أو هز الجسد المؤدي إلى إصابات جسمانية.
- ❖ ٨٪ تعرضوا للطنع أو لإصابات مختلفة في الجسد بواسطة السكين
- ❖ ٤٤٪ كانوا عرضة في صغرهم إلى ألقاب جارحة مثل « عديمي الفائدة أو أغبياء » أو سيئي الأخلاق.
- ❖ ١٢٪ نسبة الأطفال الذين يتعرض لهم الكبار بكشف سوءاتهم أمامهم.
- ❖ ٢٪ نسبة الأطفال الذين أجبرهم الكبار على التعري لا لتقاط صورة فيديو أو أمام كاميرا الانترنت.
- ❖ ١٣٪ تعرضوا للتحرش من قبل الكبار.
- ❖ ٢٪ الذين تعرضوا للاغتصاب (١٠٪ من هؤلاء لم يخبروا أحد عما تعرضوا له (تم جمع هذه الإحصائيات من قبل رابطة حقوق الطفل الكويتية بالتعاون مع جامعة الكويت).
- فلذا يتبين مما سبق بأن سوء معاملة الأطفال ظاهرة موجودة في مجتمعاتنا وتعد إساءة معاملة الأطفال من الظواهر التي انتشرت في الآونة الأخيرة، قد تأخذ الإساءة ضد الأطفال أشكالاً متعددة قد يكون عقاباً بدنياً يستهدف جسد الطفل كالضرب والإيذاء، وقد يكون نفسياً يهدد أمن الطفل النفسي وقد يكون معنوياً يهين كرامة وإنسانية الأطفال. تنامت الجهود العالمية والعربية
- بحقوق الطفل عامة، وبحماية الطفل من سوء المعاملة والإهمال خاصة، وهو ما استدعى اللجنة الدولية بحقوق الطفل إضافة بروتوكول بشأن الأطفال ضحايا الإساءة إلى اتفاقية حقوق الطفل وإصدار الإتفاقية الدولية لحماية حقوق الطفل بموجب قرار الجمعية العمومية للأمم المتحدة والذي صدقت عليه كثير من الدول ومنها دولة الكويت.
- لذا أهتمت وزارة الصحة بوضع الخطط والتدابير لحماية الأطفال وبعد تقييم الوضع لقضية سوء معاملة الأطفال والإهمال في دولة الكويت تبين أن هناك جهود متفرقة في المؤسسات الحكومية والغير حكومية تعمل على التصدي لظاهرة العنف ضد الأطفال ولحماية الطفل من سوء المعاملة أو الإهمال ولكنها لا تحقق الأهداف المرجوة، ويرجع السبب في ذلك لعدم وجود الألية الفعالة لحماية الطفل من الإساءة أو الإهمال. لذا بادرت وزارة الصحة بتشكيل لجنة وطنية مشتركة عليا عام ٢٠١٣، تضم اللجنة القطاعات الحكومية المعنية بالطفل والغير حكومية والمجتمع المدني وذلك لتجميع الجهود للتصدي للعنف ضد الأطفال.



والأشياء الثمينة والقابلة للكسر، يجب وضعها في غرفة أخرى غير غرفة الطفل، أما إذا كان من الضروري وضعها في نفس غرفته فوق أرفف عالية، فيجب توفير إحدى الدرجات الثابتة ليضع عليها الطفل قدمه أو مسند القدمين حتي يتسني للطفل الأكبر سنًا أن يصل إليها بطريقة آمنة.

وهناك مجموعة من الإرشادات العامة التي تساعد الوالدين في تصميم غرفة طفلهم الصغير الذي يتعلم المشي وتلخص في:

الحوائط

ينصح مصممو الديكور بعدم استخدام أوراق الجدران في غرف الأطفال وعدم صرف ميزانية كبيرة على اللمسات التكميلية فيها، فورق الحائط مهما كان جيداً فلن يتحمل أولى

ذات الأذراج أو أحد الأسرة أو المقاعد القديمة. تزويد الخزانات بأقفال خاصة لا يستطيع الطفل فتحها، وذلك للاحتفاظ بسلامة ما بداخلها من أغراض

❖ من الضروري وضع غطاء أمان فوق المقابس الكهربائية.

❖ وضع المزالج الخاصة بالنوافذ لتوفير الأمان للطفل حتي لا يتمكن من فتحها.

❖ مراعاة أن تكون كافة أغراض الطفل واحتياجاته في متناول يده ولا سينقلب إلي متسلق للجبال في محاولة منه للتغلب والانتصار علي الأرفف والخزانات عالية الارتفاع التي تمثل تحدياً له.

❖ في حالة الرغبة في الحفاظ علي الكتب

إن أشهر مصممي الديكور في العالم اتفقوا علي ضرورة مراعاة المراحل العمرية المختلفة لأطفالنا قبل وضع تصميم غرف نومهم، واختيار الأثاث الذي يناسب كل مرحلة من هذه المراحل، كما يتفقون أيضاً علي أن الألوان الجريئة والجذابة واستخدام المواد العملية مثل السجاد المقاوم للتلصاخ، والأرضيات المغطاة بمادة الفينيل المقاومة للتزحلق هي الأجل والأفضل لغرف نوم أطفالنا، كما يقدمون لنا بعض النصائح علي طريقة الوصول إلي غرفة نوم مثالية للطفل، من خلال استعراض كل ركن في غرفة الطفل وكيف ننسقه ونختار نوع الأثاث المناسب له. أن أنسب الأوقات لإعادة النظر في تحديد أهمية الترتيبات الخاصة بحجرة نوم الطفل، هي عندما يبلغ عامه الثاني ويكون مستعداً لأن ينتقل من سريره الصغير إلي آخر أكبر حجماً، خاصة إذا كانت غرفته وهو طفل رضيع لا تتسع لسرير كبير الحجم.

وقالوا خبراء الديكور إن الطفل في مرحلة الدرج يتمتع بجرأة شديدة ولا يخاف شيئاً ويسهل عليه إيذاء نفسه وتحويل الأدوات التي نستخدمها في حياتنا اليومية بصورة طبيعية إلي أدوات تحمل في داخلها مخاطر له، لذا يجب توخي الحذر حتي في انتقاء اللعب التي توفر الأمان للطفل، والألوان والأقلام غير السامة، ويمتد ذلك ليشمل اختيار الأثاث والمفروشات الخاصة بغرفته، وسردت مجموعة من النصائح قائلا:

❖ يجب أن يكون الأثاث ثقيلاً في الوزن أو مُبنيّاً في الحائط حتي يصعب سحبه أو جره، ولا يكون ذي أطراف حادة.

❖ يراعى اختيار الطلاء الخالي من مادة الرصاص عند إعادة طلاء وتجديد الخزانة



ديكورات غرفة الطفل والمراهق



وقد يرغب الناشئون الصغار في المساهمة بأفكارهم في تصميم ديكورات غرفهم، وذلك بإصرارهم علي أن يمثل الديكور قصة مفضلة لديهم أو شخصيات تليفزيونية يحبونها، ولكن مادامت أذواقهم تميل إلي التغيير فيستحسن أن نلتزم بتنفيذ رغباتهم تلك باستخدام أرخص العناصر «مثل الصور وظلال الأضواء» وذلك علي خلفية عادية تماماً علي أن تكون مشوقة.

و لكي نحقق التجانس في غرفة الصغير فإنها يجب أن تزخر بالأنشطة العديدة التي يحتمل أن يمتلكها بها البرنامج اليومي للصغير، لذلك فإن تخصيص مساحات منفصلة لوسائل التسلية المختلفة من شأنه أن يشجع الأطفال علي الانتقال بطريقة طبيعية من وسيلة إلي أخرى، ففي حين نجد أن الأنشطة الفوضوية محصورة أساساً في المطبخ، فالأطفال يحبون استعراض ملكاتهم بالرسم علي حائط مغطي بالفلين.

الإضاءة

الإضاءة المستديمة المثبتة في السقف أو علي الجدران هي بلا شك الأكثر أماناً في غرفة الطفل، أما لمبات المكتب والأضواء الليلية فيجب استخدامها فقط إذا أخفيها ذراعها المرن أو كانت مرتبطة بالحائط بطريقة مستديمة وثابتة وكان مقبضها من نوع مخصص لا يؤدي صغار الأطفال.

مكان اللعب

عندما يبدأ الأطفال الصغار في تكوين صداقات فإنهم بلا شك يكونون في منتهي السعادة عندما يقضون مع أصدقائهم أطول وقت ممكن حيث يلعبون معهم في غرفتهم، فإذا جعلنا غرفة الصغير مكاناً جميلاً وممتعاً للعب فسوف يكون ذلك بمثابة تشجيع لاستغلال هذه الشخصية التي نستكشفها حديثاً.

ويعتبر المقعد الآمن نعمة للطفل الصغير، فالمقعد الثابت خفيف الوزن يمكن أن يستخدمه الصغير لدخول البانيو وأن يساعده علي أن ينظف أسنانه علي الحوض بنفسه، وعلاوة علي ذلك فإن لهذا المقعد استخدامات كثيرة في أنحاء أخرى من البيت، مثل الجلوس عليه عندما يريد الرسم أو التلوين علي مكتب منخفض أو الجلوس عليه لمشاهدة التليفزيون كما يشجعه وجود مثل هذا المقعد الصغير علي وضع لعبه في الأدراج إذا كانت موجودة في مكان مرتفع من أجل التخزين

لا تنتظر من طفلك الذي يتعلم المشي أن يكون مرتباً ومنظماً في مثل هذه السن الصغيرة ولكن إذا زدنا الغرفة بأماكن واسعة مخصصة لوضع الأشياء وجعلناها في متناول يد الطفل فإن المكعبات المفتوحة والرفوف والسلال المصنوعة من البلاستيك أو الخوص أيضاً تعتبر وسيلة جيدة لتحقيق شيء من النظام.



تجارب طفلك المستمرة في الكتابة. ولن يتحمل تجاربك المستمرة في التنظيف من أجل إزالة هذه المحاولات، لذلك يمكنك الإكتفاء بوضع كنار من ورق الحائط اسفل السقف أو الكورنيش مباشرة.

الطلاء

الطفل في مراحل المختلفة يحتاج إلى الألوان المبهجة والمشرقة؛ لأنها تطلق لأحاسيسه العنان وتغلفها بجو من الفرحة والتفاؤل، ويؤكد التربويون أن الألوان تمثل جانباً مهماً في حياة الطفل، إذ لها تأثير كبير في جذب انتباه الأطفال وتمنحهم جواً من السعادة.

إلي جانب السحر الخاص الذي تضفيه الصور الزيتية الجدارية، فإن تلك الصور المرسومة باليد تثير خيال الطفل وتمثل نقطة البداية وانطلاقة الطفل نحو عالم الأساطير والقصص والألعاب المختلفة. وكذلك الطباعة بالاستنسل تعطي نفس تأثير الصور الزيتية الجدارية ولكنها لا تتمتع بنفس أصالتها.



الأثاث

تثبيت الأثاث يُعتبر أفضل استثمار، فهو ولاشك أكثر أماناً، كما أنه يتيح فرصة توفير مساحة خالية أكبر يتحرك فيها الصغير داخل غرفته، أما فيما يتصل بدولاب الملابس فإن دولاباً واحداً يرتفع حتي يصل إلي السقف يوفر المكان الكافي الذي يلزم لتعليق كل ملابس الصغير، ويمكن فيما بعد إزالة مجموعات من الأرفف التي تحتوي علي الأحذية واللعب كلما كبر الطفل وطالت ملابسه. فإذا كانت الميزانية لا تسمح بتكلفة تثبيت الأثاث، فلدينا البديل وهو أن نختار قطع أثاث متينة قائمة بذاتها يلحق بها أدراج ووسائل لتعليق الملابس، ولأن أثاث غرفة الرضيع قد لا يتناسب معه عندما يكبر، لذلك فمن الأفضل ادخال تعديلات علي أثاث قديم لاستخدامه في تلك الفترة، فالأثاث القديم عملي ورخيص.

الأرضية

من الأصح تغطية أرضية غرفة الصغير بموكيت أو سجاد يلصق فوق الأرضية، فذلك يضيء علي الغرفة دفناً ويجعلها مريحة أكثر، وذلك بالرغم من أن فرش أرضية غرفة الصغير بهذه الطريقة ليس الأفضل من حيث قوة الاحتمال، ولعل شراء إحدي السجاجيد الرخيصة - فضلة سجادة، مثلاً تكون علي مقياس الغرفة، تكون في نسيجها نسب عالية من الألياف الصناعية - يمكن أن تكون أكثر قوة واحتمالاً، كما أن بعض هذه الأنواع قد صُنعت بطريقة تجعلها تقاوم البقع، ومن ناحية أخرى فإن بلاطات الأرضية المصنوعة من الفلين أو الفينيل أو مشمع الفينيل عملية أكثر ويمكن تغطيتها بسجاجيد قابلة للغسيل بسهولة لتكون أكثر تدفئة للغرفة، كما يجب الحرص علي استخدام أنواع السجاد التي لا يكون ظهرها الملامس للأرضية ناعماً مصقولاً.



غرف المراهقين



مكان متسع لاستضافة أصدقائهم

المراهقة من الأمور التي يحتاجها المراهق في غرفته حيث يهتم بشكل كبير بمظهره الخارجي؛ الفتيات والصبيان على حد سواء، ويمكن أن يضاف للفتيات تسريحة لترتيب وتخزين أدواتها الخاصة بزینتها.

التخزين من الأمور التي تتطور أيضاً مع تقدم سن الأبناء؛ ففي مرحلة المراهقة تزداد الرغبة في اقتناء الأشياء بمختلف أنواعها من ملابس، وإكسسوارات، وكتب ومجلات... الخ، فلا بد من توفير مكان مناسب لتخزين كل ذلك بشكل جيد.

الهاتف والأجهزة الكهربائية الصوتية والمرئية من الأمور التي تثير اهتمام المراهقين خصوصاً الحديث منها، فعلى الأهل التوصل للجميع.

ولأن كسر الجمود والخروج عن التقليدية من أبرز سمات المراهقة ومطالبها، وهذا ينطبق بلا شك على غرف المراهقين، لذا يجب أن يشارك المراهق في اختيار ديكور غرفته بنفسه تحت توجيه وإشراف من والديه بحيث لا يضيقون عليه الخناق ولا يفلتونه تماماً بفعل مايشاء، وهنا بعض النقاط التي يجب أخذها بعين الاعتبار:

غرفة خاصة به. من أبرز مطالب هذا السن أن تكون لهم غرفة خاصة بهم، وفي حال توفر إمكانية ذلك فالغرفة الخاصة من حقهم لما يتطلبه هذا السن من خصوصية نتيجة للتغيرات العديدة التي يتعرض لها المراهق والتي جعلته يختلف عن سن الطفولة ولا بأس بدورة مياه خاصة بهم أيضاً. ويرفض المراهق أي شيء يشعره بأنه ما زال طفلاً، لذلك على الأهل عدم الإلحاح عليه باختيار تصميم طفولي زاهي الألوان كألعاب الأطفال أو الحيوانات أما إن أرادها بنفسه فلا تتعجب فكل يتسع لجهاز كمبيوتر خاص به.

ركن للدراسة. يحتاج المراهق في هذه المرحلة إلى مكتب كبير ومقعد مريح للدراسة كنتيجة طبيعية لتقدمه في مراحل الدراسة ومكان يتسع لجهاز كمبيوتر خاص به.





- ❖ يواجه مشكلة في سرد حكاية ما بالترتيب «قد يبدأ بالنهاية أو المنتصف».
- ❖ يواجه مشكلة في كيف يبدأ مهمة ما أو كيف يستمر.
- ❖ لا يستطيع دائماً فهم ما يقرأ.
- ❖ لديه مشكلة حقيقية مع الهجاء.
- ❖ سوء الخط بشكل كبير أو الإمساك بالقلم بشكل غريب.



صعوبات التعلم الأكثر شيوعاً

- ❖ يواجه مشكلة في التعبير عن الأفكار بالكتابة.
- ❖ كما ذكرنا يوجد العديد من أنواع صعوبات التعلم وربما أكثرهم شيوعاً:
- ❖ **الديسلكسيا:** هي صعوبات القراءة وتشمل مشاكل «القراءة، الكتابة، النطق، التحدث».
- ❖ **ديسكالكيولا:** هي صعوبات الحساب وتشمل مشاكل «إجراء العمليات الحسابية، فهم الوقت، استخدام النقود».
- ❖ **ديسجرافيا:** هي صعوبات الكتابة وتشمل مشاكل «الخط، الهجاء، وتنظيم الأفكار».
- ❖ يواجه مشكلة في تذكر نطق الحروف المختلفة.
- ❖ يواجه مشكلة في تحديد الاتجاهات المختلفة.
- ❖ قد ينطق الكلمات بشكل خاطئ أو يخلط بين الكلمات المتشابهة.
- ❖ يواجه مشكلة في تكوين جمل للتعبير عما يريد أو إيجاد الكلمات المناسبة.
- ❖ يخلط بين الرموز الحسابية المختلفة ويخطئ في قراءة الأرقام.

لأقربهم، لكن المشكلة أن طريقة تعامل المخ مع المعلومات لديهم تختلف عن الأشخاص الآخرين.

هل لصعوبات التعلم علاج؟

كما أوضحنا أن صعوبات التعلم ليست مرض، لكنها مشكلة في طريقة تعامل المخ مع المعلومات، لذا لا يوجد علاج نهائي لهذه المشكلة، لكن هناك برامج تأهيل تساعد في تحسن المشكلة وتمكن الطفل من التعلم بصورة جيدة، حيث توصل العلم الحديث إلى الوصول للطريقة التي يعمل بها المخ، والطفل الذي يعاني من صعوبات التعلم بإمكانه إكمال جميع المراحل التعليمية، وأن يكون شخصاً فاعلاً ومنتجاً.

حقائق عن صعوبات التعلم:

هل تعلمين أن صعوبات التعلم من الحالات الشائعة، حيث أظهرت الدراسات في الولايات المتحدة الأمريكية أن حوالي طفل من كل 5 أطفال يعاني من صعوبات التعلم، ويوجد في الولايات المتحدة حوالي 3 مليون طفل يعانون من صعوبات التعلم.

ما هي علامات صعوبات التعلم؟

- ❖ لا يوجد علامات محددة يمكن من خلالها اكتشاف صعوبات التعلم، لكن الخبراء عادة ما يستكشفونها عن طريق قياس ما يحققه الطفل بالمقارنة مع المتوقع منه بحسب مستوى ذكائه وعمره، لكن بصفة عامة هناك بعض المؤشرات التي يمكنك أخذها في الاعتبار إذا ما لاحظتها على أحد أطفالك أو اشتكى منها مدرسيه، قد يواجه الطفل أحد هذه الأعراض أو يجمع بين أكثر من واحدة.
- ❖ مشاكل في تعلم الأبجدية، نظم الكلمات، أو الربط بين الحرف وطريقة نطقه.
- ❖ تكرار الأخطاء عند القراءة بصوت، أو الوقوف كثيراً في الكلمات.



صعوبات التعلم عند الأطفال



ما هي صعوبات التعلم؟

وتختلف صعوبات التعلم من شخص لآخر، فقد يعاني طفل من أحد هذه المشاكل، وقد يجمع مجموعة محددة من مشاكل التعلم عند الأطفال، وصعوبات التعلم قد تتسبب للشخص في مواجهة مشكلة في تعلم أو استخدام أحد المهارات التعليمية، وأكثر المهارات التي تتأثر عادة هي:

هل صعوبات التعلم مرتبطة بالذكاء؟

أظهرت الدراسات أن الأطفال الذين يعانون من صعوبات التعلم، عادة ما يكون مستوى الذكاء لديهم إما في المتوسط أو أعلى قليلاً بالنسبة

من المشاكل الصعبة التي قد تواجه أي أسرة لديها أطفال في عمر المدرسة، هو انخفاض المستوى العلمي للأطفال، وعادة ما يذهب الظن أن هناك تقصيراً ما من ناحية الوالدين أو المدرسة أو الطالب نفسه، لكن أحياناً ما تكون المشكلة أعمق من ذلك، ويكون السبب أن الطفل لديه أحد مشكلات صعوبات التعلم، لتتعرفي أكثر على هذا الموضوع، تابعي معنا السطور القادمة.

القراءة - الكتابة - الاستماع - التحدث - إجراء العمليات الحسابية.



الطفل في المرحلة المتوسطة (9-14 سنة)

(سنة)

النمو الانفعالي:

ان لبلوغ المبكر في البنات، والبلوغ المتأخر في الأولاد مشكلات نفسية مصاحبة، حيث يشعر الولد أو البنت بحرج مركزه، بالنسبة لزملائه الذين في مثل سنه.

النمو العقلي والمعرفي:

تعتبر هذه المرحلة مرحلة تفتح المواهب وتبيز القدرات والميول الخاصة، الأمر الذي يستوجب العناية باهتمامات الطفل والكشف عن ميوله والتعرف على استعداداته المتميزة.

النمو الاجتماعي:

نظراً للانتقال السريع من مرحلة الطفولة الى مرحلة البلوغ، فإن الأولاد والبنات يفاجأون احياناً بهذا التغيير. ويعتريهم نوع من الدهشة ويجدون بعض الصعوبة في تفسير تطور حالتهم، وتكييف سلوكهم للتغيرات الجديدة، حيث يجد الفتى والفتاة انه قد اصبح كبيراً، ولا بد ان يتصرف تصرف الكبار، ولكنه في نفس الوقت لم ينضج النضج الكافي للقيام بهذا النوع من السلوك. لذا تمر به فترات من الحيرة والارتباك، لأنه يريد ان يعرف مكانه بين الكبار والصغار.

المتدفق. وهي مرحلة يعتمد فيها على الواقع اكثر من الخيال.. فهو يريد ان يتعلم بنفسه بواسطة النشاط الذاتي والتجريبي والمحاولة. وبزيادة قدرته على التفكير المنطقي يستطيع تعلم الحساب، ويدرك الأبعاد المكانية والزمانية، واكتساب الكثير من اساليب السلوك، بالمحاكاة والتقليد والامتصاص والتقمص.

تطبيقات تربوية:

- ❖ تعويد الطفل على النظام وتنظيم الوقت بين اللعب والعمل.
- ❖ يجب ان تدور المناهج التي يتعلمها التلميذ حول موضوعات تناسب مداركه وقدراته، وتقدم له المعلومات بطرق مبسطة تساعد على تنمية حب التعلم لديه.
- ❖ يُبنى التعلم في هذه المرحلة على النشاط والعمل، حيث يتعلم الاطفال عن طريق المشروعات التي يتعاونون فيها لتحقيق أهداف مشتركة.
- ❖ إتاحة الفرص للرحلات وإقامة المخيمات، كي ينمو عند الطلاب حب التعلم الذاتي والبحث.
- ❖ يجب احترام رغبات الطفل في تكوين الصداقات والعمل التعاوني.
- ❖ ينبغي ان يكون المدرس قدوة صالحة في صفاته الخلقية والاجتماعية، حتى يكتسب منه الطفل العادات الجيدة.

عن انفعالاته باللغة، بدلاً من التعبير الحركي. ونظراً لتمتعه بالمزيد من الحرية، فإن انفعالاته تكون في معظمها هادئة وسعيدة، فيما عدا ما يصادفه من احباط من جهة حاجاته ورغباته، أو ما يلقاه من متاعب الأخوة أو الزملاء المتمثلة بالمنافسة والغيرة والغضب. ويجد في اللعب مع اصدقائه وأقرانه متنفساً لدوافعه المختلفة، ويميل للألعاب التي تحتاج الى تفكير عقلي كمكعبات الفك والتركيب. وتتأثر حياته بما يلقاه من التقدير والتشجيع، وما يشعر به من النجاح، وما يغمره من الحب والعطف. وفي هذه المرحلة يقل بكاء الطفل، كما يتأثر كثيراً بالثواب والعقاب، وبخاصة العقاب المعنوي، ولا يقبل العقاب البدني. وفي سن العاشرة تظهر نزعة الطفل الى حب التملك والجمع والاقتناء.

النمو الاجتماعي:

في نهاية هذه المرحلة يظهر ميل الطفل الى تكوين الجماعات الصغيرة. غير ان تجمعهم لا يكون له صفة الدوام طويلاً. وهنا تظهر الكثير من الصفات الاجتماعية المميزة لبعض الاطفال، مثل حب الزعامة، أو الميل للانقياد والتبعية وحب التعاون والمنافسة والغيرة وحب العزلة. ويود الطفل في هذه المرحلة التخلص من التدليل والدلع، ولا يحب ان ينادى بأسماء الطفولة، ويود ان يكون له كيان ذاتي واستقلال، وتقل نزعته للتمركز حول نفسه، فلا يكون انايا ويستجيب للنصح والإرشاد وتقل نزعته للعناد. وعن طريق تجاربه مع اصدقائه وتعامله الاجتماعي تتكون عنده المبادئ الخلقية، كالصدق والأمانة والولاء للجماعة. كما يستطيع تعلم المبادئ الدينية والقيم الاخلاقية.

النمو العقلي والمعرفي:

تعتبر هذه المرحلة مرحلة النشاط العقلي



❖ ديسبراكسيا:

هي خلل الأداء أو اضطراب التكامل الحسي وتشمل مشاكل «الاتزان - التوافق بين أداء اليد والنظر».

❖ ديسفازيا:

هي خلل الكلام وتشمل مشاكل «فهم اللغة، وضعف قدرات القراءة».

❖ اضطراب السمع:

هي صعوبات في السمع لتمييز الفرق بين أصوات الحروف وتشمل مشاكل «القراءة، كتابة الجمل، تعلم اللغات».

❖ اضطراب المعلومات المرئية:

هي مشاكل في ترجمة المعلومات المرئية وتشمل مشكلات في «القراءة، المسائل الرياضية، قراءة الخرائط، تمييز الصور والرموز».

❖ بالإضافة إلى بعض الاضطرابات الأخرى التي ينتج عنها صعوبات تعلم مثل التوحد، واضطراب فرط الحركة والنشاط.

أخيراً إذا ما كان طفلك يواجه مشكلة حقيقية تشبه إلى حد ما ما سبق من مشاكل، فلا بأس من التوجه للمراكز المتخصصة لإجراء الفحوصات اللازمة، قد يكون الأمر لا يرقى لمستوى صعوبات التعلم، لكن في حال وجودها فالإكتشاف المبكر لها يسمح لطفلك بفرصة أفضل لتلقى التعليم بطريقة أكثر سهولة.

خصائص نمو الطفل في المراحل الدراسية.

لا ينمو الإنسان صفحة بيضاء، أو عجينة ليينة، بل يحمل معه كل ما زرع فيه في سنواته الأولى من طاقات وقدرات ومواهب. ويعتقد بعض العلماء إن الثلاث سنوات الأولى من عمر الطفل هي التي تحدّد شخصية الإنسان. والبعض الآخر



ويصبر على الجوع. لكن يلاحظ ان نشاط الاولاد يكون اكثر عنفا، ويعتمد على النمو العضلي اكثر من البنات، اللواتي يبدو نموهن في تكوين ذهنهن وتكون العابهن اكثر هدوءا واقل عنفا.

النمو الحركي:

تعتبر هذه المرحلة مرحلة النشاط الحركي العنيف، ويصحب ذلك عدم اهتمام الطفل بمظهره أو أناقته، وهو يقوم بالمخاطرات والتجارب. ولهذا يكون الطفل في هذه المرحلة اشبه «بالرجل البدائي» في حياته العملية البدائية.

النمو اللغوي:

تظهر في هذه المرحلة من عمره الطلاقة اللغوية، ويزداد المحصول اللفظي لديه ما يساعده على النمو اللغوي واتساع دائرة حياته الاجتماعية وكثرة تجاربه، ويميل لوصف مشاهداته والتعبير عن افكاره. ويكثر الطفل من القراءة، وبالأخص ما يتعلق بحياة النبات والحيوان واطفال الشعوب الأخرى.

النمو الانفعالي:

تتبلور في هذه المرحلة قدرة الطفل على التعبير

يفضل بها إلى 14 سنة. ومعروف أن النمو النفسي عند البشر ليس متجانساً ومتوازناً بل يختلف حسب شخصية الفرد («الأنا»). والمعادلة هذه تتوازن بين:

- ❖ الحاجات والدوافع («الهو»).
- ❖ التنازع بين غريزتي الحب (الEros) والكراهة (الThanatos).

❖ البيئة والمحيط والتربية والأخلاق («الأنا الأعلى»). وفي المقابل ليس العمر الجسدي مرافقاً دائماً للعمر النفسي.

لذا علينا معاملة كل إنسان انطلاقاً من ذاته، لأنه شخص مستقل في حريته وإمكانياته وردود فعله الخاصة. وهذه المعاملة تساعد الإنسان على النمو.

الطفل في المرحلة الابتدائية (6-10 سنوات)

النمو الجسمي:

يغلب على هذه المرحلة قوة الصحة الجسمية والتميز بقلّة القابلية للتعب، لذا يميل الطفل لقضاء اوقات طويلة في اللعب والجري والحركة





تنمية مواهب الاطفال:

بعد اكتشاف الموهبة التي يتميز بها الطفل يجب العمل على تنمية تلك الموهبة، وذلك من خلال توفير الجو المناسب للطفل لمساعدة الطفل على تنمية مهاراته، تقديم المساعدة للطفل من خلال توجيهه وإرشاده للأدوات اللازمة لتنمية مهاراته، مرافقة الطفل إلى الأماكن التي تساعده على تطوير موهبته مثل الذهاب إلى الحفلات الموسيقية أو معارض الفن، بث الثقة في الطفل وتشجيعه على القيام بالأعمال التي يحبها حتى ولو أخطأ يجب الوقوف بجانبه وحثه على المحاولة مرة أخرى وعدم السخرية أو الاستهزاء به لأن ذلك يجعله يشعر بالخجل والخوف، قد يمتلك الطفل في بعض الأحيان أكثر من موهبة وهنا يجب على الأم التركيز على الموهبة التي ينفرد بها الطفل خلال العطلات والأجازات يجب مساعدة الطفل في ممارسة الهواية التي يحبها لأن الممارسة الفعلية تكسبه خبرة وتزيد من حبه لهوايته، سرد قصص الموهوبين والناجحين في الحياة فذلك يزيد من رغبة الطفل في الوصول إلى ما وصل إليه الآخرون أو تحقيق ما عجز عنه الغير، فتلك القصص تمثل دافع هام للطفل تشجعه على العمل، اقتناء الكتب المفيدة التي

اكتشاف مواهب الأطفال:

يتمتع الطفل الموهوب بمجموعة من العلامات والدلائل التي تلفت انتباه من حوله، فالطفل الموهوب لديه حب استطلاع ورغبة ملحّة في معرفة كل ما يدور حوله لذلك تجده كثير الأسئلة والاستفسارات، وهذا دليل واضح على رغبته في اكتشاف ما يحدث حوله وفي بعض الأحيان تجد أسئلته تدور حول موضوع معين، كما أن الطفل الموهوب لديه طريق خاصة في حل المشاكل بصرف النظر عن نوع المشكلة، فهو يتميز بأسلوبه وطريقة معالجته للمشكلة ويمتلك وجهة نظر مختلفة تماماً عن الآخرين وينظر إلى المشكلة من زوايا مختلفة، تظهر مدى إبداعه وتميزه عن الآخرين، كما أنه يتمتع بملاحظة دقيقة وسريع البديهة فهو يلاحظ أدق التفاصيل، بالإضافة إلى أنه يتميز بالفضول الملفت للنظر خاصة في الأمور التي تتعلق بموهبته، فإذا كان الطفل موهوب بالرسم فتجده يهتم بالألوان وتنسيقها والأشكال المختلفة والصور واللوحات، أما إذا كان مهتم بالموسيقى فتحدده يحرص على سماع المقطوعات الموسيقية ويهتم بأدوات الموسيقى والأسطوانات، تمتع الطفل بذاكرة قوية تساعده في تخزين المعلومات الخاصة بموهبته يدل على أنه طفل موهوب



الموهبة

تعتبر نعمة من الله عز وجل يجب الحفاظ عليها والعمل على تنميتها، فقد أثبتت معظم الدراسات أن حوالي ٩٠٪ من الأطفال لديهم مواهب حتى سن الخامسة ولكن نتيجة عدم الاهتمام بتلك المواهب ومساعدة الطفل على تنميتها تقل نسبة المواهب إلى عشرة بالمائة عند سن السابعة وتظل تلك النسبة في انخفاض حتى تصل إلى ٢٪ في سن الثامنة وهذا دليل على عدم رعاية مواهب الاطفال بل أن الأهل والنظام التعليمي السائد يعمل على إجهاد المواهب عند الأطفال. مما لا شك فيه أن كل أسرة تريد أن يصبح طفلها شخص ناجح في المستقبل قادر على تحقيق طموحاته وأهدافه، فكل أسرة تحب أن يكون طفلها مبدع وناجح و متميز عن الآخرين لكي يفتخروا به، ولكن في معظم الأوقات يقف دور الأسرة على الرغبة والتمني دون أن يكون لها دور في مساعدة الطفل على أن يكون شخص مبدع قادر على إنجاز أهدافه، على الرغم من أن الأسرة يقع عليها عامل كبير في اكتشاف موهبة الطفل والعمل على تنميتها، وبالتالي يجب أن يكون لها دور هام في السعي الدائم لمعرفة الموهبة التي يتميز بها الطفل والبحث عن الأساليب التي يمكن من خلالها تنمية تلك الموهبة، فالأسرة يجب أن يكون لديها ثقة كبيرة بالطفل وتعمل على نقل تلك الثقة إليه حتى يكون واثق في نفسه، فالثقة تعطيه دافع قوي للوصول إلى أهدافه، كما يجب على الأسرة أن يكون لديها إرادة قوية لتربية الطفل على الإبداع والتميز مهما كانت الحالة الاقتصادية أو الاجتماعية التي يعيشون فيها، فمعظم العباقرة والناجحين في الحياة عاشوا في أسرة فقيرة ولكنهم تحدوا كل الظروف لأن لديهم رغبة في الوصول إلى أهدافهم.



تنمية مهارات وهوايات طفلك



دور الأسرة في تنمية مواهب الاطفال:

تلعب الأم دور هام وحيوي في تربية الأطفال، حيث تقع عليها مسؤولية تنشئة أطفال قادرين على العمل والارتقاء بالمجتمع الذي يعيشون فيه، ويأتي ذلك من خلال تربيتهم على المبادئ والقيم الحميدة، كما يأتي من خلال معرفة مواهب الطفل وقدراته وتنمية تلك القدرات لكي يكون في المستقبل شخص ناجح قادر على الإبداع في المجال الذي يحبه.

ظاهرة صحية على عكس ما يراه بعض الآباء. كل ما يفعله الطفل في سنواته الأولى في الحياة من ردود أفعال غريبة وأنشطة مختلفة، يحتم علينا مساعدته حتى ينمي مهاراته، حيث أننا أصبحنا في عصر ملئ بالتحديات يحتاج إلى العديد من المهارات والأليات والأفكار والأساليب الجديدة وكل ذلك يحتاج إلى إنسان مبتكر ومبدع وذلك من خلال تنميه مهارات الطفل منذ الصغر.

كيف تنمي مواهب طفلك وتهيئه ليصبح مكتشف صغير؟

منذ أن يطل الطفل على الحياة للمرة الأولى يبدأ بالتعرف على ما حوله من أشياء، قبل أن يبدأ في محاولات المشي من خلال الحبو ثم الاستناد على الأشياء، والتقاط كل ما يجده ليبدأ في فحصه، لذا نجد أن ظاهرة كسر الألعاب لدى الطفل -على سبيل المثال- هي

مركز الخرافي للأنشطة الأطفال المعاقين

أحد مشاريع جمعية مؤسسة سند الطفل المعاق الكويتية

نوع قطاع المؤسسة، خاص

مكان مقر المؤسسة، داخل الكويت

لغة نظام المؤسسة، عربي / انجليزي

الإعاقات التي تخدمها المؤسسة، جميع الإعاقات

الفئات العمرية التي تخدمها المؤسسة، من عمر ٤ - ١٣ سنة أولاد وبنات ضمن برنامج ما بعد الدراسة من عمر ١٣ - ٣٠ سنة ضمن برنامج تأهيل الفتيات.

الخدمات والأنشطة:

يقدم مركز الخرافي للأنشطة الأطفال المعاقين الخدمات والأنشطة التالية عن طريق اللعب والمرح تحت إشراف مختصين باللعب:

الخدمات الترفيهية:

حرف وقنون - أنشطة رياضية - مسرح - تمثيل - مهارات حياتية - مكتبة - كمبيوتر - الحديقة الخارجية - الطبخ والتأهيل المنزلي.

الخدمات التأهيلية:

العلاج الطبيعي - العلاج بالعمل - برنامج ماكتون للتواصل اللغوي - الغرف الحسية المضبوطة - المظلمة و الغرفة التفاعلية الخدمات النفسية.

الخدمات التدريبية:

محاضرات وورش عمل - دورات تدريبية متخصصة في اللعب - تدريب المتطوعين (أفراد - جهات) - تدريب ميداني للمختصين في المجال - توجيه وإرشاد أولياء الأمور.

تقدم تلك الخدمات للمدارس والمؤسسات المختصة بالأطفال المعاقين صباحاً وللاطفال المسجلين في المركز مساءً ويوم السبت، مع العلم إن المركز يعمل على مدار العام بما في ذلك عطلة نصف السنة والعطلة الصيفية.

شروط القبول:

- شهادة إثبات الإعاقة.
- أن يكون مسجلاً لدى إحدى مراكز أو مدارس الاحتياجات الخاصة.
- أن يكون خالياً من الأمراض المعدية.
- صورة البطاقة المدنية للطفل.
- صورة البطاقة المدنية للأب والأم.
- صورة شهادة الميلاد للطفل وصفحة التطعيمات.
- تقارير طبية للطفل.
- صورتين شخصية للطفل.

أرقام الهواتف: ٩٢٥٩٦٢٧٨/٩ (+٩٦٥)
رقم الفاكس: ٢٥٣٩٦٢٧١ (+٩٦٥)

العنوان: البلد: دولة الكويت
المنطقة: مبارك العبدالله الجابر
ص.ب: ٢١٥٠ الرمز البريدي: ٤٠١٧٢

الموقع الإلكتروني: info@kharafi-akc.org.kw

البريد الإلكتروني: kharafi2005@hotmail.com



والاستيقاظ مبكراً، فضلا عن العادات الصحية السليمة التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بأنواع الأغذية التي يتناولها الطفل بحيث يجب أن تكون غنية بالفيتامينات والمعادن وكافة المواد الغذائية التي يحتاجها الجسم.

المجتمع من خلال ذهابه إلى المكتبات العامة للقراءة والاطلاع، يضاف إلى ذلك قيامه بالعديد من الأعمال الفنية التي تنمي فكره كالقص واللصق، واستخدام الصلصال في تجسيد الأشياء وأيضا الرسم، بالإضافة إلى ممارسة الألعاب التي تنمي الذكاء كالشطرنج.

تنمي مهارة الابتكار والإبداع، فضلا عن الاهتمام بغذاء الطفل لأن الغذاء يساعد على النمو العقلي ويطور مهارات الطفل.

نصائح لتنمية مهارات طفلك:

- ١- لفت انتباه الطفل من خلال مشاهدته للمكتب الملونة التي تحتوي على صور للتعرف على الأشياء، من أجل تنمية قدراته الذهنية.
- ٢- ضرورة اقتناء الطفل للألعاب التي تنمي الذكاء كالمكعبات والعاب الألغاز التي تحتوي على صور كرتونية وصور حيوانات، لتوسيع أفاقه.
- ٣- تشجيع الطفل على الرسم والتلوين من خلال إعطاءه أوراق وأقلام ملونه وترك الحرية له في رسم ما يتخيله عقله.
- ٤- يجب أيضا إتاحة الفرصة للطفل لتجربة الأشياء من حوله من خلال الفك والتركيب وإتلاف الأشياء بغرض اكتشاف ما بداخلها، من أجل تنمية مهاراته العقلية.
- ٥- إتاحة الفرصة للطفل لمشاهدة التلفاز لتنمية أفكاره من خلال برامج الأطفال الهادفة مثل البرامج التعليمية لحروف الهجاء وأسماء الحيوانات والفاكهة.
- ٦- وقت الاستحمام يمكن أيضا استغلاله من خلال إعطاء الطفل أشياء خفيفة وأخرى ثقيلة حتى يدرك أن هناك ما يطفو وهناك ما يغوص.
- ٧- مع تقدم عمر الطفل سوف يبدأ بالكلام في هذه المرحلة لابد أن نتركه ينطلق بخياله من خلال ما يسرد من قصص لا علاقة لها بالواقع ذلك قد يجعل منه مبتكرا ومكتشفا فيما بعد.
- ٨- لابد من تشجيع الطفل على الاندماج في



- ٩- اخذ الطفل على أماكن التجمعات للعب مع أقرانه من الأطفال وذلك ليتعلم معنى المشاركة. - تدريب الطفل على قوة التحمل والصبر من خلال زيادة الجهد الواقع عليه.
- ١٠- لابد من تعويد الطفل على أنماط الحياة السليمة التي بالتأكد ستعكس على شخصيته وسلوكياته مثل النوم مبكرا



٤- اجعل التكنولوجيا نشاطاً جماعياً:

في حين أن التكنولوجيا مستخدمة غالباً فردياً إلا أن استخدام التكنولوجيا قد يتحول إلى نشاط جماعي، أثناء لعب لعبة على شبكة الإنترنت مثلاً.

٥- فكر في ما إذا كان الأطفال يحتاجون حقاً لأجهزتهم الخاصة:

من الطبيعي حصول الأطفال على أجهزتهم اللوحية أو قارئات ملفات الموسيقى الخاصة بهم. الكثير منها مصمم ومسوق خصيصاً للأطفال. يمكن أن يؤدي هذا إلى قضاء الأطفال المزيد من الوقت وحدهم مع التكنولوجيا خلال اليوم. من ناحية أخرى، غالباً ما تقدم الأجهزة المخصصة للأطفال ميزات إضافية تستميل الآباء، كالمحتوى المحدود (المناسب للأطفال) وخيارات الأمان الإضافية، وهذا جانب موازن يجب أن يأخذه الأهل في الحسبان.

٦- ضع حدوداً زمنية يومية:

يمكن أن يبرمج الأهل أجهزة معينة كي تطفئ بعد مدة معينة، لكن يمكنك أيضاً جعل الطفل يعرف الحد الزمني ويراقب نفسه.

٧- كن ثابتاً في تطبيق المعايير التي تضعها لاستخدام التكنولوجيا:

أشار استفتاء أجرته الجمعية الأمريكية للنطق والسمع ASHA إلى أن غالبية الأهل ذكروا بأنهم يضعون حدوداً على استخدام أطفالهم للتكنولوجيا. لكن حقيقة استخدام أطفالهم للتكنولوجيا لا يتوافق غالباً مع الأنظمة الموضوعية حسب ما ذكره الأهل. علاوة على ذلك، يبدو أن الالتزام غالباً ما يضعف عند عمر السابعة أو الثامنة على الرغم من القواعد التي ذكر الأهل أنهم وضعوها.



لتهدئة الملل:

وفقاً لاستفتاء أجرته الجمعية الأمريكية للنطق والسمع ASHA، خمسة وخمسون بالمئة من الأهل قلقون بشأن اعتمادهم على التكنولوجيا كثيراً لتسلية أطفالهم. يقول نصف الآباء تقريباً إنهم يستخدمون التكنولوجيا كوسيلة لإبقاء أطفالهم البالغين من العمر ٣-١٠ سنوات يتمتعون بالتسلية. تذكر أن أفضل فرص التحدث والتعلم تكون غالباً موجودة في أوضاع قد يُنظر إليها أنها مملة، مثلاً أثناء أداء المهام اليومية أو في رحلة طويلة بالسيارة، لا سيما بالنسبة للأطفال الأصغر سناً. حاول مقاومة الرغبة باللجوء فوراً إلى هذه الأجهزة كوسيلة للتسلية رغم كون ذلك مغرياً.

٣- لا تبالغ في تقدير قيمة التطبيقات التعليمية:

أفضل طريقة يتعلم الأطفال من خلالها في الكلام والمحادثة والقراءة. التكنولوجيا ليست أفضل طريقة للتعليم على الرغم من أنها قادرة على تعزيز ممارسة المهارات قيد التطوير والسماح بها.

يستخدم الطفل في متوسط عمر الثامنة وما دون في الولايات المتحدة الأمريكية أكثر من ثلاث أجهزة تكنولوجية كالكمبيوتر اللوحي أو الأجهزة الذكية أو أجهزة ألعاب الفيديو في المنزل وفقاً لاستفتاء جديد أجرته جمعية الجمعية الأمريكية للنطق والسمع ASHA على مجموعة من الأهالي. ومع "اتصال" الأطفال الأصغر عمراً عن طريق هذه التكنولوجيا أصبح من المهم تذكر إدارة الوقت المخصص للتكنولوجيا بحيث لا يأخذ من وقت التحدث مع الأطفال الآخرين.

يساهم التحدث مع الأطفال الآخرين في السنوات الأولى في التحضير للنجاح الأكاديمي المستقبلي. إن أسهل وأكثر الطرق فعالية لكي يتعلم الأطفال ببساطة هي الحديث. أثبتت الدراسات وجود رابط بين عدد وتنوع الكلمات التي يسمعها الطفل والإنجاز الأكاديمي لاحقاً.

٩ نصائح موجهة للأهل حول كيفية إدارة استخدام الأطفال للتكنولوجيا ليرقاء التواصل في الأولوية:

١- تخصيص أوقات بعيداً عن التكنولوجيا:

ينبغي إيجاد فرصة أو فرصتين على الأقل خلال اليوم- على العشاء مثلاً- لكي يوقف الجميع اتصالاتهم بالتكنولوجيا. أوقات الوجبات هي فرصة أساسية من أجل إجراء المحادثات. اصنع التزاماً واجعل الجميع يتركون أجهزتهم على باب المطبخ.

٢- قاوم الاعتماد المفرط على التكنولوجيا



نصائح لإدارة وقت الأطفال المخصص للتكنولوجيا



Bepanthen®

مرهم يعتني بجلد طفلك



بوفر الحماية اليومية
من التهاب الحفاضات



For further information, please contact,



Bayer (LLC) Saudi Arabia
Corporate & Business Services
P.O. Box 16207, Jeddah, 21464, Saudi Arabia,
Phone: +966(12)657-1675
Fax: +966(12)657-1085
Web: <http://www.bayer.com>
For Safety, Send to: pv.me@bayer.com
For Med-Info, Send to: med-info.me@bayer.com



KIDS Festival 2016

100



٨- مارس الاستماع الآمن دائماً وخاصة
عند استخدام سماعات الأذن أو
سماعات الرأس؛

إن إساءة استخدام هذه التكنولوجيا من شأنها أن تؤدي إلى فقدان السمع بسبب الضجيج. حتى فقدان السمع البسيط له تأثير كبير أكاديمياً واجتماعياً ومهنياً وغير ذلك، لذا تجنب ما يمكن تجنبه. علم الأطفال أن يبقوا الصوت منخفضاً (على المنتصف هو شيء جيد) وأن يأخذوا استراحات من الاستماع.

٩- تعلم إشارات اضطراب التواصل؛

هذا أمر مهم بالنسبة لجميع الآباء بغض النظر عن استخدام أطفالهم للتكنولوجيا. يمكن للعلاج المبكر أن يمنع أو يعكس الكثير من اضطرابات التواصل. يجب على الأهل ألا ينتظروا لكي يعاني الطفل من مشكلة متوقعة في الكلام أو السمع

نصائح تلخص طفلك من إدمان التكنولوجيا

- ❖ احرص على جدول ساعات استخدام الطفل لوسائل التكنولوجيا بحيث لا يزيد استخدام الطفل لهذه الوسائل عن ساعتين يومياً.
- ❖ عزّز علاقات طفلك الاجتماعية بتشجيعه على زيارة أصدقائه أو دعوتهم إلى المنزل.
- ❖ اشغلي وقته بأشياء أخرى محببة له كالرسم أو القراءة وغيرهما من الأمور المفيدة، وشجعيه على ذلك بتحديد مكافآت إذا استطاع إنجاز شيء مهم على هذا الصعيد.
- ❖ احرص أن تكوني ووالده قدوة له؛ واعلمي أن الآباء الذين يفرطون في استخدام التكنولوجيا الحديثة أو حتى مشاهدة التلفاز سيجدون صعوبة بالغة في إدمان الأطفال استخدام وسائل التكنولوجيا "التابليت والهاتف والآي باد وغيرها" أصبح من الشكاوى المتكررة لدى أغلب الأسر؛ خاصة في ظل تعدد الدراسات التي تحذر من خطورة استخدام الأطفال المفرط لهذه الوسائل؛ ومن أهمها إضعاف مهارات وقدرات الطفل الاجتماعية وجعله أكثر ميلاً للعزلة والانطواء؛ فضلاً على أن دورها في خفض مستوى ذكاء الطفل ونشاطه البدني ما يجعله أكثر عرضة للأمراض والسمنة. وتفاذي هذه الأخطار نقدم في سياق السطور التالية نصائح للأهل لتتمكنها من حماية طفلها من خطر إدمان التكنولوجيا.



أنواع الأنشطة التي يمكن ان يمارسها

الأطفال:

الانشطة التي يمكن للطفل ان يمارسها كثيرة جدا، فخلال كل مرحلة من مراحل النمو يتعلم ويكتسب حركات وانشطه جديدة. وكمثال على هذا فالطفل بعمر عامين يمكن ان يقفز، يجري، يمشي كما يستطيع التدرج بالاضافة الي الحركات الاخرى. الرياضة البدنيه لا تعني الرياضية المنتظمة، يمكن ان تكون مشي او جري، او سباحه، او التسلق او حتى مجرد لعب الألعاب مثل الاستغماية والعب الكرة. إن هذه الأنشطة ليست متعبة وتحسب فوائدها كثيرة جدا من اجل صحة الطفل.

أهمية ممارسة الرياضة:

التمارين البدنيه المنتظمة تقلل من مخاطر المرض، وكذلك زيادة متوسط العمر المتوقع.

بعض من الفوائد الاخرى من التمارين البدنيه:

- ❖ تقلل نسبة البدانة بين الاطفال
- ❖ تساعد في تحسن الحالة النفسية، بما في ذلك رفع الروح المعنوية وزيادة الثقة بالنفس والاعتداد بالذات. وأثبتت الدراسات أن الرياضة تساعد في افراز مواد كيميائية مثل الأندروفينات Endorphins التي تعطي شعور السعادة وتقلل الشعور بالألم.
- ❖ تقوي العضلات والعظام
- ❖ الطلاب الناشطون بدنيا يكونون اكثر حماسا للتفوق الاكاديمي، واكثر نباهة وتفوقا.



قلة النشاط البدني بين الاطفال اصبحت ظاهرة شائعة، لانهم يقضون معظم يومهم في مشاهدة التلفزيون ولعب ألعاب الكومبيوتر والتحدث بالهاتف. والمؤسف ان التطور التكنولوجي الهائل، ادى الى اثار جانبية سلبية، اذ ان المزيد والمزيد من الأطفال والكبار يفضلون الجلوس والاسترخاء، ولا يبذلون أي نشاط بدني يذكر. في دراسة اجرتها مؤسسة القلب البريطانية، اظهرت ان واحدا من كل ثلاثة اطفال تتراوح اعمارهم بين ٢ و ٧ سنوات لا يبذلون الحد الأدنى من المستويات الموصى بها من الرياضة البدنية، وعند ١٥ سنة، فان ثلثي عدد الفتيات لا يمارسن الرياضة البدنية.

ووفقا لأكاديميه طب الأطفال الأمريكية ، فإن الاطفال يشاهدون التلفزيون حوالي ٣ ساعات يوميا. اما في المملكة العربية السعودية، فإن نتائج الدراسة التي اجراها مختبر الرياضة البدنية بجامعة الملك سعود، حول ممارسة الرياضة بين الاولاد قبل سن المراهقة بينت ان ٥٧،١% منهم لا يمارسون الرياضة البدنية. والنتائج مماثلة في معظم دول منطقة الخليج.

كما تشير مؤسسة القلب الاميركية الي ان قلة النشاط البدني هو من اخطر مسببات الامراض غير المعدية، مثل مرض القلب وارتفاع ضغط الدم، وارتفاع مستويات الكولسترول ومرض السكري. ولذلك توصي بأن علي الاطفال والمراهقين القيام بما لا يقل عن ٦٠ دقيقة يوما من النشاط البدني بين معتدل الى شاق.



الرياضة وأهميتها للطفل

تشير منظمة الصحة العالمية الي ان مستويات الرياضة البدنية أخذت في التناقص في صفوف الشباب في مختلف بلدان العالم، ولا سيما في المناطق الحضرية الفقيرة. وتقدر ان اقل من ثلث الشباب يمارسون الرياضة البدنية بما يكفي لتحقيق الفائدة في الحاضر والمستقبل.





regularly. During the practice of these exercises, heart palpitations will increase and the child can breathe deeply. When exercises are done regularly, the breathing will become easier, because the heart has become stronger. Examples of such activities include: running and swimming.

❖ **Strength:** It is gained through the practicing of exercises such as pushing upwards, climbing, "turning up side down", wrestling and other exercises that help to promote and strengthen the muscles.

❖ **Flexibility:** It can be gained through exercises of flexibility. The simplest example for this is of when you stretch your body to take something which is far away from the reach of your hand, or the square and field games. The flexibility makes the muscles and joints move easily.



Some Advices to Motivate your Child to be Active

- ❖ It is natural that your child imitates you, so be active to become a good example for him.
- ❖ Reduce the time your child spends watching TV and using computers.
- ❖ Set a daily routine during which you and your child can exercise walking or sports together.
- ❖ Encourage activity, by playing with your child and spend enjoyable time with the family.
- ❖ Allow your child to help you in the routine daily tasks, because this will also teaches him the responsibility and makes him move inside the house.
- ❖ If your child has any special condition that can affect the physical exercises, you should first consult your doctor.
- ❖ Let your child practices sport at such frequency that suits him, do not speed him up or force him to do something if he is not willing to do.
- ❖ Encourage your child to participate in activities that suits his age.
- ❖ Make sure that your child is safe during exercises, and do not let him become close to any equipments, and also he must be under the supervision of an adult while swimming, and he must wear a helmet when he is riding a bicycle.
- ❖ Remember to make the exercise in a fun so that your child enjoys it.

How many Physical Exercises are Enough?

Dr. Joanne Willsmane, the Deputy Director of the Children Research Center and children's health expert at Britain's Exeter University, believes that inactive children are more susceptible to becoming inactive in old age, so the growing of the habit of activity at a young age is a vital and necessary thing. For this reason, you need to determine a certain time in order to practice sports with your child, and it is preferably every day. For children aged less than 5 years, irregular sports for a period of an hour or two would be quite enough.



اللياقة والمرونة

بالرياضة، يكتسب الاطفال لياقة وقوة ومرونة:

- ❖ **اللياقة:** يكتسبها الطفل عندما يمارس بانتظام الانشطة البدنية. وخلال ممارسة هذه التمارين، يزيد خفقان القلب ويتنفس الطفل بعمق. وعندما يتم التمرين بصورة منتظمة، فان التنفس يصبح اكثر سهولة وذلك لان القلب اصبح اقوى. مثال على هذه الانشطة تشمل الجري والسباحة.
- ❖ **القوة:** وهي تكتسب من خلال ممارسة تمارين مثل الدفع الي اعلي، التسلق، "الشقلبات"، والمصارعة وغيرها من التدريبات التي تساعد على تعزيز وتقوية العضلات.

❖ **المرونة:** وتكتسب من خلال تدريبات المرونة، كابسط مثال عند التمطي لتناول شيء بعيد عن متناول اليد، او ألعاب الساحة والميدان. والمرونة تجعل العضلات والمفاصل تتحرك بسهولة.



نصائح لتحفيز طفلك ليكون نشيطاً

- ١- من الطبيعي أن يقلدك طفلك، لذلك كن نشطاً لتصبح له قدوة حسنة.
- ٢- قلل الوقت الذي ينفقه طفلك في مشاهدة التلفزيون واستخدام اجهزة الكمبيوتر.
- ٣- ضع روتيناً يومياً لتمارس أنت وطفلك المشي أو ممارسة الرياضة معاً.
- ٤- شجع النشاط، من خلال اللعب مع طفلك وقضاء وقت ممتع مع الأسرة.
- ٥- اسمح لطفلك بمساعدتك في المهام الروتينية اليومية، فهذا يعلمه أيضاً المسؤولية ويجعله يتحرك داخل المنزل.
- ٦- إذا كانت لدي طفلك أي حالة يمكن أن تؤثر على التمارين البدنية، يجب عليك استشارة طبيبك أولاً.
- ٧- اسمح لطفلك بممارسة الرياضة بالتواتر التي تناسبه، لا تستعجله أو ترغمه على القيام بشيء إذا لم يكن على استعداد للقيام به.
- ٨- شجع طفلك في المشاركة في الانشطة التي تناسب عمره.
- ٩- تأكد من ان طفلك آمن اثناء التريض، لا تدعه يقترب من اية معدات، ولا بد ان يكون تحت اشراف شخص كبير اثناء السباحة، وان يرتدي خوذة عند ركوب الدراجة.
- ١٠- تذكر ان تجعل الرياضة مرحلة حتى يستمتع بها طفلك.

كم من التمارين البدنية يكفي؟

تعتقد الدكتورة جوان ويلزمان، نائبة مدير مركز بحوث الاطفال، وخبيرة صحة الاطفال في جامعة إكستر البريطانية ان الاطفال الخاملين هم اكثر عرضة ليصبحوا خاملين عند الكبر، ولذلك فان غرس عادة النشاط عند الصغر أمر حيوي وضروري. ولهذا السبب، عليك أن تحدد وقتاً لتمارس الرياضة مع طفلك، ويفضل كل يوم. للاطفال اقل من ٥ سنوات الرياضة غير النظامية لفترة ساعة او ساعتين ستكون كافية تماماً. فكما يقال "العقل السليم في الجسم السليم".



The importance of Sports for Children



The World Health Organization (WHO) states that the “levels of physical exercises decreasing among the young people in the various countries of the world, particularly in the urban poor areas. The WHO estimates that less than one third of the young people practice physical exercises in sufficient frequencies to achieve the intended benefit in the present and future, as well as gaining health and well-being”.

The infrequency of physical activity among children has become a common phenomenon, because they spend most of their day watching TV, playing computer games and talking on the phone. Regretfully, the enormous prevalent technological development has resulted in adverse side effects, because more and more children and the adults prefer seating and relaxing, and thereby they do not exert any material physical activity. In a study conducted by the British Heart Foundation, it showed that one out of every three children aged between 2 and 7 years are not performing the minimum recommended levels of physical sport, and at 15 years, two-thirds the number of girls do not engage in physical exercise. Also, according to the American Pediatrics Academy, the children watch TV for about three hours a day. However, in Saudi Arabia, the results of the study conducted by the Physical Exercises Laboratory at King Saud University, on the practice of sports



among the boys before adolescence showed that 57.1% of them do not perform physical exercises. Similar results have been reached in most countries of the Gulf region. Further, the American Heart Foundation indicates that the rarity of physical activity is one of the most serious causes of non-infectious diseases, such as heart disease, blood hypertension, high cholesterol levels and diabetes. Therefore, the study recommends that children and adolescents shall perform at least 60 minutes of physical activity daily between moderate to hard.

The Significance of the Exercises:

Regular physical exercises reduce the risks of being exposed to diseases as well as increase the average life expectancy.

Some other benefits of Physical Exercise for children include:

- ❖ Reduces the rate of obesity among children.

- ❖ Helps to improve the psychological status, including the raising of morale as well as increasing the self-confidence and self-esteem. Also, the conducted studies have shown that sports helps in the secretion of enzymes such as Endorphins, which gives a feeling of happiness and minimize pain.
- ❖ Strengthens the muscles and bones.
- ❖ The physically active students are more motivated to academic excellence, and more gumption and superior.

Child's Activities:

What are the types of activities which a child can exercise? The activities that the child can practice are too much, because during every stage of growth, the child learns and acquires new movements and activities. As an example of this, the two-year-old child can jump, run and walk. Also, he can trundle in addition to other movements. Physical exercise does not mean the regular sports, but it can be in the form of walking, running, swimming, climbing or even just playing games like hide and seek and ball games. These activities are not tiresome and have too many benefits for children's health,

Fitness and Flexibility.

Through exercises, the child acquires fitness, strength and flexibility:

- ❖ **Fitness:** The child acquires fitness when practices physical activities





Even the slight loss of hearing has its significant impact, academically, socially, professionally and otherwise. So try to avoid this as much as you can. Teach your children how to keep the sound low (in the middle is a good thing) and also they have to take breaks from listening.

9- Learn the communication disorder signals:

This is an important thing for all parents, regardless of the use of their children of technology. Early treatment can prevent or reflect many communication disorders. Parents should not wait until the child suffers from such an expected problem, in the speech or hearing.



Some advices that can make your child get rid of being technology addicted

The addiction by the children of the use of media technology "tablets, mobile phones, iPad... etc." has become a frequent complaint by most families; especially in light of the multiple studies that warn against the risks of the excessive use by the children of such means. Among these significant risks is the weakening of the child's skills and social capabilities as well as making him more inclined to isolation and solitude. In addition to that, the role of these risks in reducing the level of a child's intelligence and his physical activity makes him more susceptible to diseases and obesity.

In order to avoid these risks, we will provide in the context of the following lines, some tips for the mother so as to enable her to protect her child from the risk of the addiction of technology:

- ❖ Be quite keen to schedule the hours during which the child uses the means of technology so that the child's use of these tools shall not exceed two hours a day.
- ❖ Enhance your child's social relations by encouraging him to visit his friends or invites them to home.
- ❖ Engage his time with other things which are beloved to him such as drawing or reading and other useful things, and you have to encourage him to do this by determining certain rewards if he could accomplish something important in this regard.
- ❖ Be quite keen that you and his father should be a role model for him, be aware that those fathers who over indulge in the use of modern technology or even watching TV will find it very difficult to convince the child to reduce the use of technology means.
- ❖ You can set a password to open the tablet or the Laptop so as to make the child accustomed to refer to you before he uses the same. Also, this will enable you to calculate the time the child takes in using these tools.
- ❖ Provide your child with alternatives other than the browsing of Internet and playing computer games, by the allocation of joint activities between you and him together, such as playing together or doing exercises and other things.
- ❖ Grow the precautionary instinct in your child and always make him alerted to the risks of the excessive use of these tools so as to feel his responsibility towards himself and thereby he reduces his use thereof.

مقتطفات من فعاليات مهرجانات اكسبو-تاج للطفل والاسرة

Photos of ExpoTag's Kids and Family Festivals



مجمع ذا جيت / مارس 2016
The Gate Mall / March 2016



مجمع الأفيوز / مارس 2016
Avenues Mall / March 2016



مجمع ذا جيت / مارس 2016
The Gate Mall / March 2016



قاعة الشيخة سلوة الصباح - فندق المارينا / مارس 2015
Salwa Al Sobah Ballroom - Marina Hotel / March 2015



قاعة الشيخة سلوة الصباح - فندق المارينا / مارس 2015
Salwa Al Sobah Ballroom - Marina Hotel / March 2015



مجمع الأفيوز / مارس 2016
Avenues Mall / March 2016



9 ADVISES FOR MANAGING CHILDREN'S DEDICATED TIME FOR TECHNOLOGY

In the United States of America, while he is in the middle of age eight or even before that, the child uses more than three technological personal devices like the tablet or smart devices or video game devices at home. This is an outcome according to a new poll conducted by the American Speech and Hearing Association (ASHA) on a group of parents. Hence, with the "contact" by the younger children through this technology, it becomes important for us to remember to manage the dedicated time for technology in such a manner that it should not be at the account of the allocated time for talking with other children.



In the early years, the talking with other children will make the child well prepared for the future academic success. Simply, the easiest and most effective ways to educate children is talking or conversation. The studies have proven that there is a link between the number and the types or diversity of the words heard by the child and later on his academic achievement.

9 advices addressed to parents on how to manage the use of technology by the children in order to keep the intercommunication as a priority:

1- Allocation of times far away from the technology:

It is necessary to find at least one or two opportunities during the day - for example at dinner time - so that all the family members shall stop their contact with technology, because the meal time is a significant opportunity to make conversations. Make a commitment and let everyone leaves his devices at the kitchen's door.

2- Resist the excessive reliance on technology to cool down the boredom:

According to the poll conducted by the American Speech and Hearing Association (ASHA), fifty five percent (55%) of the parents are concerned about their too much dependence on technology to entertain their children. Almost half of the parents say that they use the technology as a means to keep their children aged 0-3 years to enjoy the entertainment. It is mentioned that the best chances

for talking and learning are often found in such situations that may be perceived as boring. For example, during the performance of the daily tasks or during a long journey by the car, especially for younger children, try to resist the desire to resort immediately to this kind of devices as a means for entertainment, despite the fact that it is so tempting.

3- Do not overestimate the value of educational applications:

The best method to educate children is speaking, talking and reading. Technology is not the best way for education although it is able to enhance the practice of skills which are under development and allows for the same.

4- Make technology a collective activity:

While we find that technology is often used individually but the use of technology may be converted into a collective activity while playing a game on the internet, for example!



5- Think out whether the children really need their personal devices:

It is natural that the children obtain their own tablets or their music file readers because many of them are designed and marketed specifically for children. This may cause the children to spend more time alone with the technology during the day. On the other hand, the manufactured devices for the children often provide additional features that induce parents, such as the limited content (which is appropriate for children) and the additional safety options, and this is a parallel aspect which the parents should take into their consideration.

6- Set daily time limits:

Parents can program specific devices so that they can be automatically switched off after a certain time period, but you can also make the child becomes aware of the time limit and monitors himself.

7- Be firm in applying the criteria which you set for the use of technology:

A poll conducted by the American Speech and Hearing Association (ASHA) indicated that most of the parents said that they are setting limits on their children's use of technology, however, and actually, the children's use of technology often do not comply with the set regulations, as stated by the parents. Moreover, it seems that this obligation may often becomes weak at the age of seven or eight in spite of the rules that the parents reported that they have set.

8- Always practice the safe listening, especially when using earphones or headphones:

The misuse of this technology may lead to the loss of the hearing due to noise.



objectives. Also, the family must have a strong will to raise the child on the values of creativity and excellence, whatever the economic or social condition in which they live, because most of the genius and successful persons in their life have grown in poor families, but they have defeated all challenges and circumstances because they have a desire to attain their goals.

Discovery of Children's Talents:

The talented or gifted child has a number of signs and evidences that draw the attention of those who are around him, because a gifted child has a sense of curiosity and an urgent desire to know whatever is going on around him, that is why we find him raises many questions and inquiries, and this is a clear evidence on his desire to discover what is happening around him. Sometimes, you will find his questions revolves around a particular subject. Also, the gifted child has a special way in solving the problems regardless of the type of the problem. He is characterized by his style and his handling of the problem and has a completely different perspective from that of the others because he looks at the problem from different angles that show the extent of his creativity and distinction from the others. Also, he enjoys an accurate observation and quick-witted because he notices the finest details. In addition to that, he is featured with striking curiosity, especially in such matters which are related to his talent. So, if the child is a gifted of drawing, you will find him interested in the colors and their coordination as well as the various



shapes, images and paintings. But if he is interested in music, you will find him quite keen to hear the musical concerts and cares for musical instruments and drums. So, the enjoying of a strong memory by the child will help him in storing the information related to his talent and indicates that he is a gifted children

Developing Children's Talents:

After the discovery of talent that characterizes your child, we must for work for developing that talent, by providing the suitable atmosphere for the child in order to help the child in the development of his skills, and providing the assistance to the child by guiding and directing him towards the necessary tools for the development of his skills. In addition to that, you shall accompany the child to

such places that help him to develop his talent such as going to music concerts or art exhibitions, as well as inspiring the confidence in the child and encouraging him to do the work he loves, and even if he commits a mistake, you must support him and urge him to try again, and you must not be mockery or ridiculous of him because this will make him feel shameful and fearful. The child may, sometimes, have more than one talent. Here, the mother should concern with the talent that distinguishes the child and focus on it. Also, during holidays and vacations, we must help the child to practice the hobby that he loves because the actual practice will make him gain experience and increases is love to his hobby. Further, you have to tell the child the stories of talented and successful persons in their



life because this will increase the child's desire to arrive at what the others have achieved, even to realize what the others were not able to achieve. So, such stories represent an important incentive for the child and encourages him to work hard. In addition to that, the acquisition of useful books will develop the child's skills and encourages his innovation and creativity, as well as paying the necessary interest to the child's diet because the food helps the mental development of the child and grows his skills.

Some advices for developing your child's skills:

- 1- Drawing the child's attention by making him see the colorful books that contain pictures in order to get him know things, for developing his mental abilities.
- 2- It is necessary that the child must acquire such games that develop his intelligence such as the cubes games and puzzles that contain cartoon pictures and pictures of animals, so as to expand its horizons.
- 3- Encourage the child to drawing and coloring by giving him colorful papers and pens and give his freedom to draw whatever his mind imagines.
- 4- You must also provide an opportunity for the child to experience the things around him through the dismantling, installation and damaging things in order to discover what's inside, for the development of his mental skills.
- 5- Give an opportunity for children to watch the television for the

development of his ideas through targeted children programs such as child education programs for the letters of the alphabet and the names of animals and fruits.

- 6- You can also use the bathing time, by giving the child light things and others heavy in order to realize that there are objects that float and there are others that sink.
- 7- With advancing age of the child he will begin to speak. At this stage we must leave him free imagination through the narration of stories that have nothing to do with reality, and that may make him an innovative person and inventor in future.
- 8- You must encourage the child to integrate into the society through going to the public libraries to read and see. In addition to that, he can carry out many artistic works that develop his thought such as cut and paste, and the use of clay in the embodiment of things and also drawing, in addition to playing games that develop intelligence such as chess.
- 9- Take the child to the places of gatherings to play with his peer children in order to learn the meaning of participation. Also, train the child on endurance and patience by increasing the effort exerted by him.
- 10- It is necessary to make the child accustomed to the sound lifestyles which certainly will be reflected on his personality and behaviors such as sleeping early and waking up

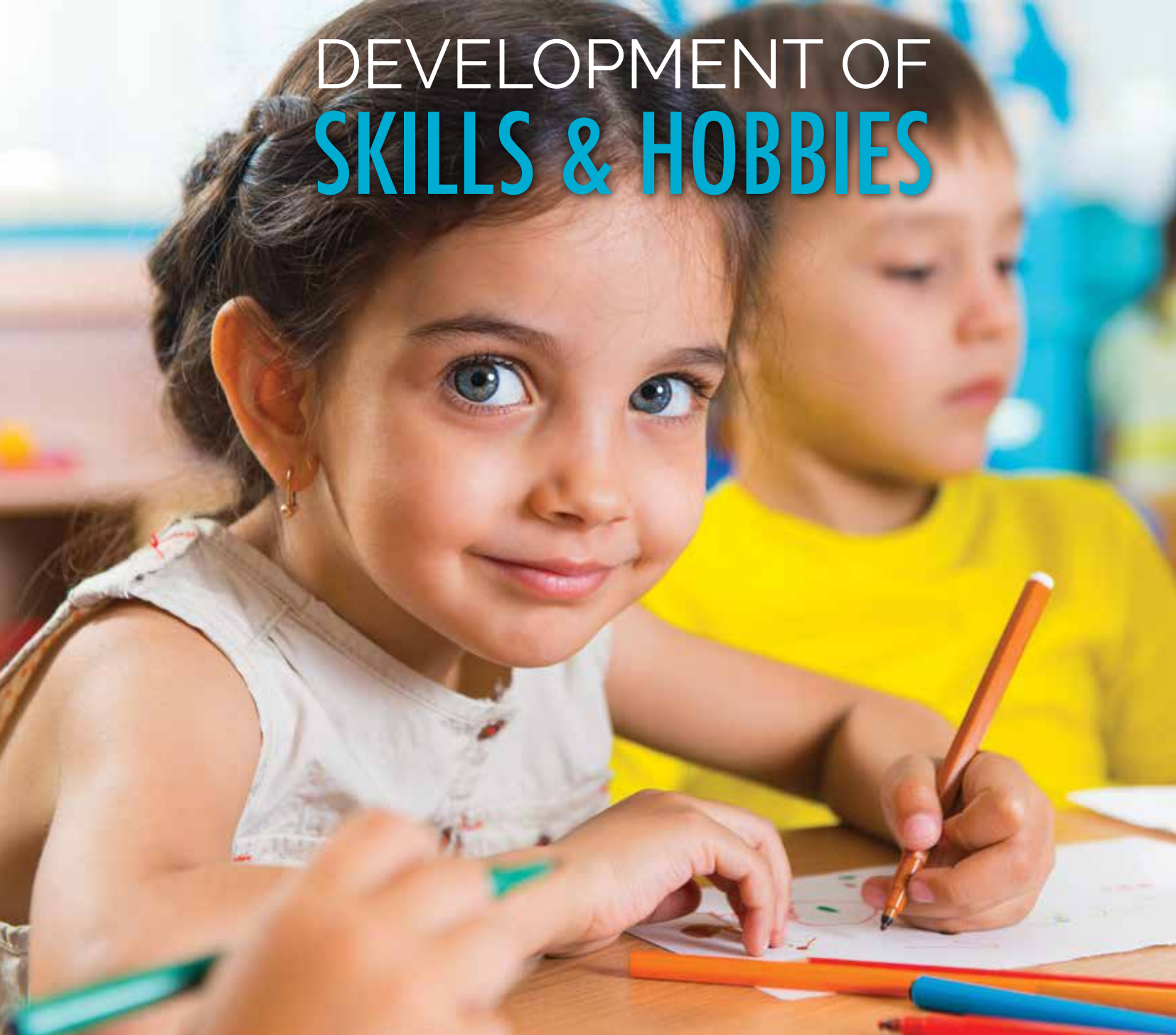
early, as well as the good health habits, which are closely linked to food taken by the child so that these foods must be rich in vitamins and minerals and all other nutrients that the body needs.

All the abovementioned is directly dependent on the family because its role comes in the first place. So, you should pay attention to the child since birth and do not ignore anything that may be deemed important, as well as giving the chance to the child to interact largely in the society so as to be an innovative character. After the role of the family comes the role of the school in the formation of a suitable environment for the child as well utilizing his powers and abilities positively.





DEVELOPMENT OF SKILLS & HOBBIES



How can you develop the talents of your child and prepare him so as to become a small inventor/discoverer?

Since the child comes to life for the first time, he begins to identify the things surrounding him, before he starts his attempts to walk through crawling and then supports himself by things, and picks up everything he finds around him and begins to check it. That is why we find that the phenomenon of breaking the games by the child, for example, is a healthy phenomenon, in contrary to what some parents believe.

All the strange reactions and various activities that the child does in his early years of life requires us to help him so as to develop his skills, because we have become in such an era which is full of challenges and needs many skills, tools, mechanisms, new ideas & methods, and all this is in need of an innovative and creative mankind, which can be developed through the development of the child's skills, since childhood.

Family role in developing children's talents:

The mother plays an important and vital role in raising her children, because she shoulders the responsibility of bringing up such children who are able to work and improve the society in which they live. This can be achieved by breeding them on the good principles and values. Also, this can be attained through the knowledge of the child's talents and abilities as well as the development of those capabilities in order to be in the future a successful person who is capable of creativity in the field he loves.

Talent:

The talent is a gift from Almighty Allah which we must preserve and work for its development. Most of the studies have proven that about 90% of the children have talents until the age of five, but as a result of the lack of looking after these talents as well as not providing the necessary help to the child in order to develop it, the rate of talents is reduced to ten percent at the age of seven, and this percentage remains declining up to 2% at the age of eight. This is an evidence that the talents of the children do not find due care, and even the parents and the prevailing educational system work for the abortion of talents in children.

There is no doubt that every family wants its child to become a successful person in the future, who is able to achieve his aspirations and objectives. Also, every

family likes its child to be creative, successful and distinguished from the others so as to be proud of him. However, in most of the times, the role of the family is restricted only to just the desire and wishful thinking without having any role in helping the child to become a creative person who is able to accomplish his objectives, despite the fact that the family is a big factor in the discovery of the child's talent and working for its development. Therefore, the family must have an important role in the ongoing endeavors to know the talent that characterized their child and to search for the methods through which it can develop that talent. Hence, the family must have a great confidence in the child and it shall work for transferring that confidence to him in order to be confident in himself, because this confidence will give him a strong motivation so as to achieve his





Educational applications:

- ❖ The child should be trained to become accustomed to the organization and regulating the time between play and work.
- ❖ The curriculum which the student have to learned must be concentrated on such subjects that are suitable to cognition and abilities, and shall provide him with information through simplified methods that help to develop his desire of learning.
- ❖ During this stage, the learning is built on the activity and work, where the children will learn through the projects that they are cooperating in order to achieve the common goals.
- ❖ Providing the necessary opportunities for organizing tours and camps so as to grow in the students the desire of self-learning and research.
- ❖ The child's desires in the formation of his friendships and collaborative work must be respected.
- ❖ The teacher should be a good example for the child in his moral and social qualities, so that the child can acquire from him the good habits.

The child in the intermediate school (9-14 years)

Emotional growth:

The early puberty in the girls and the delayed puberty in the boys has its accompanying or associated psychological problems, where the boy or the girl will feel that he is in an

embarrassing or awkward position before his colleagues who are in his age.

Mental and cognitive growth:

This stage is the stage during which the talents will be manifested as well as the distinction of the capabilities and the particular tendencies. That is why this stage requires that special care and attention should be given to the child's interests, the detection of his tendencies & inclinations as well as the identification of his distinct preparedness.

Social growth:

Due to the rapid transition from the childhood to adulthood, both the boys and girls will sometimes be surprised

by this change. That is why they will be stroked by some kind of surprise and thus they will find some difficulty to explain the evolution of their situation, and thus they will wonder how to adapt their behavior to the new changes. Here, both the boy and the girl will find himself/herself that he/she becomes adult, and thus he / she must act like adults, but at the same time he/she is not yet mature enough to perform this kind of behavior. So, during this time he/she will feel confused and embarrassed because he/she wants to know his/her position among the adults and children.



“ مع بسمة بسمتك تحلى ”



خدمات بسمة المتكاملة لطب الأسنان

نوفر الخدمات الطبية التالية للسادة المراجعين

- تقويم الأسنان المبكر للأطفال
- تقويم الأسنان السريع و المظفي
- علاج الأطفال و ذوي الاحتياجات الخاصة
- ايتسامة هوليوود و تجميل الأسنان
- التركيبات الثابتة و المتحركة
- توريد و علاج اللثة
- الخلع الجراحي
- جراحة الفكين و الوجه
- العلاج تحت البنج العام
- علاج العصب و الحشوات
- الحشوات التجميلية
- طب الأسنان العام
- تنظيف و تبييض الأسنان

فروعنا:

ميدان حولي

قطعة 9، شارع عبداللّه الفضالة، الدور الثامن
تلفون: +965 25656010 +965 25656012

بنيد القار

قطعة واحد، شارع محمد رافي معرفي، برج شاكر
روبال، الدور الثاني

تلفون: +965 22525122 +965 22525722



of the letters, including problems of "reading, writing sentences and learning languages".

- ❖ **Visual information disorder:** These are problems in the translation of the visual information, and include problems in "reading, mathematical problems, reading maps, images and symbols identification".
- ❖ This is in addition to certain other disorders that result in learning disabilities, such as autism, hyperactivity disorder and activity.

Finally, if your child is facing a real problem which is somewhat similar to the abovementioned problems, do not bother to go the specialized centers to conduct the necessary investigations, because the matter may not be a case of learning difficulties. However, if the problem exists, then an early discovery thereof will give your child a better chance to receive education in an easier manner.

Characteristics of child growth in education stages

A human kind cannot grow just like a blank page or a soft dough, but he carries with him all the abilities, capabilities and talents that have been planted in him during his early years. Some scientists believe that the first three years of a child's life are the ones that determine the human character while others jump out up to 14 years.



It is well known that the psychological development in humans is not homogeneous and balanced, but it varies depending on an individual's personality (The "Ego"). So, the below equation balances between:

- ❖ Needs and motivations (the "id").
- ❖ The conflict between the instincts of "Love" (the "Eros") and "Hatred" (The "Thanatos").
- ❖ The Environment, the surrounding, the education and ethics (The "Superego"). In contrast, the physical age is not always accompanied with the psychological age.

So, we should treat every human being from the aspects of himself, because he is an independent person in his freedom,

capabilities and his own reactions. This kind of dealing treatment helps the human being to grow.

A child in the primary school (from 6-10 years)

Physical growth:

This stage is dominated with the strength of physical health and it is characterized with little susceptibility to fatigue. That is why, in this stage, the child tends to spend long times in playing, running, movement and endures hunger. But it is noticed that the activity of the boys will be more violent, because it depends on muscles growth, than the girls whose growth seems to be in the formation of their brains and thus their games will be calmer and less violent.



Dynamic growth:

This stage is the stage of violent dynamic activity which is accompanied by the fact that the child will not care for his appearance or elegance, and also tends to venture and practice experiences. That is why in this stage the child will be like a "primitive man" in his practical primitive life.

Language development:

During this stage of his age, the child will manifest fluency in language, and the verbal outcome will be increasing in him which will help him in the language development, the widening of the circle of his social life, the large number of his experiments and he tends to describe his observations and expresses his ideas. Also, in this stage, the child will tend to reading frequently, especially those topics which are related to the life of plants, animals and the children of other nations.

Emotional growth:

During this stage, the child's ability to express his emotions through the language will be shaped in, rather than the dynamic expression. Due to the fact that he will be enjoying more freedom, most of his emotions will be quiet and happy, except with regard to the frustration which he may encounter as a result of his needs and desires, or the sufferings he may face from his brothers or colleagues which are represented by the competition, jealousy and anger.

The child, while playing with his friends

and peers, will find an outlet for his different motives, and thus he tends towards such games that require mental thinking such as the arrangement, re-arrangement and installation of cubes. Hence, his life will be affected by the appreciation and encouragement, and also by the success he that feels as well as the love and affection that overwhelms him. At this stage, the child's crying will be less, and also he will be too much affected by the reward and punishment, in particular the moral punishment, and he will not tend to accept the physical punishment. At the age of ten, the child's tendency towards the desire to own properties, collection and acquisition will appear.

Social growth:

At the end of this stage, the child's tendency to form small groups will be shown. However, the grouping or gathering of the children during this stage will not always lasts for a long time. Here, a lot of distinctive social qualities will appear in some children, such as the desire to become leader, or the tendency to be guided and to follow others as well as the desire in cooperation, competition, jealousy and the desire to be alone or isolated.

The child, at this stage, would like to get rid of pampering and receiving a special kind of care, and also he does not like to be called by the names of childhood. Rather, he would like to have his own self-identity, independence, and his tendency

to centralize about himself will be less, and thus he will no longer be selfish, and will respond to the advice and guidance and his tendency towards stubbornness will be less.

Hence, through his experiences with his friends and his social dealing, his moral principles will be shaped, such as sincerity, honesty and loyalty to the group. Also, he will be able to learn religious principles and moral values.

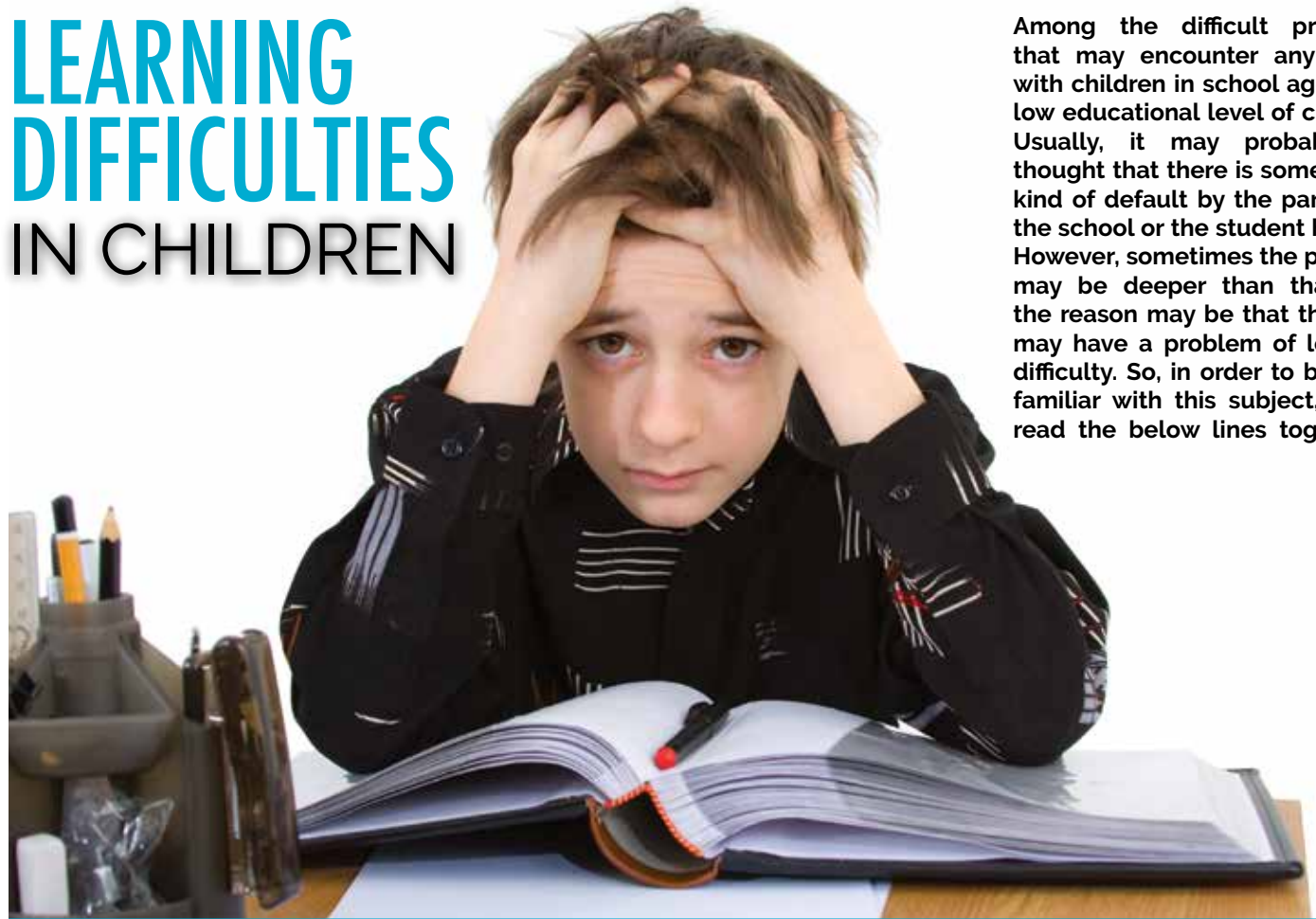
Mental and cognitive development:

This stage is the stage of the flowing mental activity. During this stage, the child will depend on reality more than fiction. That is why he will be desirous to learn by himself through his own activity, experiments, trials and attempts. And by the increase of his ability to think logically, the child can be able to learn calculation and realizes the spatial and temporal dimensions, and thus he will acquire many methods of behavior via simulation, imitation, absorption and reincarnation.





LEARNING DIFFICULTIES IN CHILDREN



Among the difficult problems that may encounter any family with children in school age is the low educational level of children. Usually, it may probably be thought that there is somewhat a kind of default by the parents or the school or the student himself. However, sometimes the problem may be deeper than that, and the reason may be that the child may have a problem of learning difficulty. So, in order to be more familiar with this subject, let us read the below lines together.

What is dyslexia or learning difficulties?

Learning difficulties or dyslexia is a general term that describes a specific set of learning problems in children, and such learning difficulties may cause a person to face a problem in learning or how to use one of the educational skills. Usually, the most affected skills are the following:

Reading - Writing - listening - Talking - Conducting calculations

Learning difficulties vary from one person to another, because a child may suffer of one of these problems, and another child may combines two of them, and a third one may perhaps have problems with all of them, but there is no established rule in this context.

Are Learning Difficulties connected with intelligence?

Studies have shown that those children who suffer from Learning Difficulties, their level of intelligence will usually either be in the average level or slightly higher compared to their peers. But the problem is that the way the brain deals with the dyslexic children's information is different from other people.



Are Learning Difficulties curable?

As we have made it clear in the previous paragraph, Learning Difficulties are not a disease, but the problem is in the way in which the brain deals with the information of dyslexic children. So, there is no final treatment for this problem, but there are rehabilitation programs that help to improve the problem and enable the child to learn properly, because the modern science has arrived at the way in which the brain operates, and that the child who suffers from learning disabilities can complete all his educational stages, and that he can become an efficient and productive person.

Facts about Learning Difficulties

Do you know that learning difficulties are among the common cases? The recent studies conducted in the United States of America showed that about one out of every five children suffers from Learning Difficulties, and that there are in the United States about three million children who suffer from learning difficulties.

What are the signs or symptoms of Learning Difficulties?

There are no specific markers through which we can discover Learning Difficulties, but the experts usually can detect them by measuring the child's achievements compared to what is expected from him, according to the level

of his intelligence and his age. However, in general, there are certain indicators that can be taken into consideration, and should you notice them in one of your children or if his teachers complained of, the child may face one of these symptoms or he may combines more than one of them, namely:

- ❖ Problems in learning the alphabets, organization of words or wording, or the linking between the letter and the way of its pronunciation.
- ❖ Repeated mistakes when reading loudly or pausing a lot in words.
- ❖ He cannot always understand what he reads.
- ❖ Has a real problem with spelling.
- ❖ Too much worse handwriting or holding a pen strangely.
- ❖ Faces a problem in expressing his ideas in writing.
- ❖ Delay in language learning "speech pronunciation" with a limited number of vocabulary.
- ❖ Faces a problem in remembering the pronunciation of the different letters.
- ❖ Faces a problem in identifying the different directions.
- ❖ He may utters the words wrongly or confuses between similar words.
- ❖ Faces a problem in the formation of sentences to express what he wants or ❖ having a problem in find the right words.
- ❖ Confuses different mathematical symbols and makes mistakes in

reading the numbers.

- ❖ Faces a problem in the narration of a story orderly "he may starts with the end or from the middle».
- ❖ Faces a problem in how to commence a task or how to continue.

The most common learning disabilities:

As we mentioned earlier, there are many types of learning difficulties and perhaps the most common of which are:

- ❖ **Dyslexia:** Which means the reading difficulties including the problems of "reading, writing, pronunciation and speaking".
- ❖ **Dyscalcula:** These are calculation difficulties, including the problems of "conducting calculations, time understanding, the use of money".
- ❖ **Dysgraphia:** These are the writing difficulties which include the problems of "handwriting, spelling and organization of ideas".
- ❖ **Dyspraxia:** These are the performance defects or sensory integration disorders, including the problems of "balancing, the harmony between the performance of the hand and the looking".
- ❖ **Dysphasia:** It is the defect of talking which includes the problems of "understanding the language and poor reading abilities".
- ❖ **Hearing disorder:** These are hearing difficulties regarding how to distinguish the difference between the sounds



Teenagers rooms



Because the breaking of the routine and getting out from the traditional ways are the most significant aspects of adolescence and its demands. So, undoubtedly, this is true with regard to teenagers rooms. That is why the teenager must be involved in choosing the decor of his room by himself under the guidance and supervision of his parents so as not to put pressures on him and not to quit him totally to do what he wants. Hereunder are some points that must be taken into consideration:

A Separate Room:

Among the most frequent demands in this age is that they demand to have their own rooms, and if this is possible, then this separate room is their own right due to the privacy required by this age of as a result of the many changes experienced by the teenager which made him different from childhood, and that there is nothing wrong in providing them with a separate water closet.

The teenager refuses anything that makes him feel that he is still a child. So, the parents should not insist on him to choose a childlike bright colorful design such as children toys or animals. But if he is willful himself to have them, do not be surprised because everything is reasonable at this age.

The girls often and mainly tend to romantic behavior, and this will affect the selected colors by the girl as well as the shapes of her room, where she will be selecting colors like the pink or violet, and decorations forms in shapes like hearts and flowers. Also, the girl tends to such a kind of bed with curtains like those of princesses. A girl may demand a room which is exactly opposite to the foregoing, where there are no characteristics of femininity, only as a kind of mutiny.

The teenager may demand strange ideas for his room, like asking to do the paint by himself and in a strange color, or he may

choose a hanging bed or oddly shaped sofa or even he may demand such an accessory which you did not see like it before. But as long as his request falls within the reasonable limits, there is no problem to respond to it together with reassuring him that he is responsible for his choice if he discovered later on that it is not suitable.

A Corner for Study:

The teenager at this stage needs a large desk and a comfortable seat for study, this is as a natural result for his advancement in the stages of his study as well as location to accommodate his own computer.

A place to host their Friends.

The mirror is among the things needed by the teenager in his room where he cares greatly for his appearance, both the girls and boys alike. However, we can add that the girls need a hairstyle place to sort and store their tools for their own ornamentation.

Storage is among the things that also develop with the advancing of age by the children. In adolescence, the desire to acquire objects of various kinds increases, such as clothing, accessories, books and magazines ... etc. Therefore, we must provide a suitable place to store all these things properly.

The phone and Electrical Audio-Visual Appliances are among the matters that concern the teenagers, especially the modern ones. So, the parents must reach an appropriate agreement in this regard, which is satisfactory and convincing for everyone.





There is a set of the general guidelines that can help the parents how to design the room of their small child who is still learning how to walk, and these are summarized in the following:

The Walls

The decoration designers advise that we shall not use wallpaper in the children's rooms and also we shall not spend a big budget on the complementary touches in this room, because the wallpaper, no matter how it is of good quality, will not afford the first continuing experiences of the child in writing. Also, it will not bear your ongoing experiments in the cleaning process for the removal of these attempts. Therefore, you can just be satisfied by putting a tape of the wallpaper below the ceiling or directly on the Corniche.

Painting

The child, during his various stages, is in need of the cheerful and bright colors, because they launch his open feelings and casts them with an atmosphere of joy and optimism. Hence, educationalists reassure that the colors represent an important aspect of a child's life, for they have a significant impact in attracting the attention of the children and give them an atmosphere of happiness.

Besides special glamour given to the place by the wall painting pictures, that kind of hand-drawn images excite a child's imagination and represent the starting point as well as a springboard for the child towards the world of legends, stories and various games. As well the printing mimeographed give the same effect of the wall painting pictures but they do not have the same originality.



The Floor

It is the fittest thing to cover the floor of the small child room with carpet or mats to be stick on the floor, because this will casts a kind of a warm atmosphere to the room and makes it more comfortable, despite the fact that the floor of a small child's room in this way is not the best in terms of affordability, and perhaps the buying of a cheap rug "a part of an old rug", for example, to be at size of the room and in whose fabric there is a high proportion of industrial fibers, can be stronger and more durable. Also, some of these kinds have been manufactured in such a way that makes them resist the stains. On the other hand, the slab of the floor made of sponge or vinyl or linoleum vinyl is more practical and can be covered with easily washable carpets or rugs so as to be more warming for the

room. Further, we should be keen to use such kinds of carpet whose outer part that touches the floor should be soft and polished.

Furniture

The installation or fixing of the furniture is the best investment, because this process is safer, and it also provides an opportunity for providing a free larger space where the small shall move inside his room. In connection with the cupboard, the existence of only one cupboard that rises up to the ceiling provides enough place that is necessary to put all the clothes of the child. Thereafter, we can remove a set of shelves that contain shoes and toys whenever the child grows bigger and his clothes become longer.

If the budget does is not enough for the cost of installation or fixing the furniture,



we have an alternative, namely, we can choose solid furniture pieces to stand-alone to be connected with drawers and tools for hanging the clothes. Because the furniture of the baby's room may not be suitable for him when he grows up, so it is better to conduct amendments to the old furniture to be used during that period, for the old furniture is practical and cheap.

The safe seat is a grace for the young child, because the fixed seat is of lightweight and it can be used by the child to enter the bathtub and it will also helps him to clean his teeth on the sink by himself. Moreover, this seat has many uses in other parts of the house, such as that the child can sit on it when he wants to do drawing or coloring at a low desktop or he can sit on it to watch TV. Further, the presence of such a small seat will encourage the child to keep a toy in the drawers if they are located in a high place For storage.

Do not expect that your child who is learning how to walk to be tidy and organized in such a young age, but if we provided the room with wide areas dedicated for keeping things and made them accessible to the child's hand, then the open cubes, shelves and baskets made of plastic or wicker are also deemed as a good way to achieve some of organization.

Lighting

The sustainable lighting installed in the ceiling or on the walls is undoubtedly the safest in the child's room. As for the bulbs of the office and the night lights should be used only if we have hidden their flexible arm or were linked to the wall in



a sustainable and steady manner, and whose handle is of such a dedicated type that does not harm the young children.

Playing place

When the young children begin to make friends, no doubt they will be very delighted when they spend with their friends as long time as possible because they will be playing with them in their rooms. So, if we make a child's room a beautiful and enjoying place for playing, this will be as an encouragement for the exploitation of this personality which we will discover.

The small youngsters may wish to contribute their ideas in the design of the decorations of their rooms, this is by insisting that the decoration shall

represent a preferred story to them or such television characters which they like. However, as long as their tastes tend to change, it is better for us to commit to implement their desires by using the cheapest elements "such as images and shadows of the spotlight" to be made on a quite usual interesting background.

In order to achieve the required uniformity in the child's room, this room must be full of many activities that are likely to fill the daily program of the child. So, the allocation of separate spaces for different means of entertainment would encourage children to move in a natural way from one means to the other. While we find that the chaotic activities are mainly confined to the kitchen, the children love to explore their talents by drawing on a wall covered with sponge.



Child & Teenager's ROOM DECOR



The most famous decoration designers in the world have agreed on the necessity to observe the different life stages of our children before setting forth the design of their bedrooms, and choosing the furniture that suits each of these stages, and they also agree that the bright and attractive colors as well as the use of practical materials such as dirt resistant carpet, slippery resistant vinyl covered floors which the most beautiful and best suited to the bedrooms of our children. Also, they give us some advices in order to arrive at a model child's bedroom, through the review of every corner in the child's room and how to make it the necessary landscaping and how to choose the suitable kind of furniture for the room.

The most appropriate times to reconsider the importance of identifying the arrangements related to the child's bedroom are when the child attains the second year of his age and will be prepared to move from his baby bed to another larger bed, especially if his room, while he was a breastfed baby can not accommodate a large-sized bed.

The decoration experts say that the child in the cradle stage enjoys very bold courage and is not afraid of anything, and thereby it is easy for him to hurt himself by converting the tools that we naturally use in our daily life to such tools that involve risks to him. So, we must be careful even in the selection of toys that provide safety to the child, as well as the non-toxic colors and pens; and this also extends to include the selection of the furniture and furnishings for the child's room. The said experts have pointed out a set of advices, as follows:

- ❖ The furniture must be of heavy weight or inbuilt in the wall so that it shall be difficult to withdraw or drag, nor shall it be with severe edges.
- ❖ We shall observe and choose unleaded material paint when repainting and renovation of the cabinet with drawers or one of the beds or the old seats.
- ❖ The cabinets should be supplied special locks so that the child can not be able to open, so as to maintain the safety of the objects inside the cabinet.
- ❖ It is necessary to keep a safety cover on the electrical plugs.
- ❖ Putting special sliding latches for the windows in order to provide the necessary safety for the child so as not to be able to open it.
- ❖ It should be taken into construction that all the belongings and requirements of the child should be at easy reach of his hand, otherwise, he will turn into a climber of mountains in an attempt by him to overcome and thus be triumphant over the high elevation shelves, cabinets, which represent a challenge for him.
- ❖ In case that there is a desire to maintain the books and precious & breakable objects, they must be kept in a room other than that of the child's room. However, if it is necessary to keep them in the same room of the child, they should be kept above the overhead shelves, and one of the fixed stairs should be maintained on which the child can put his foot or footrest so that the older age child can have access to them in a safe manner.





Child Protection Team in Kuwait

Prepared by:
Dr. Fatoumah Alabdulrazzaq



Child abuse is a global problem that leads to catastrophic consequences for life. Child abuse does not affect the child alone, in addition to physical, psychological, social, and behavioral consequences, it leads to affecting the abused child, and affect the society and country; as the child is the kernel of society, fortune of the future, and the basic of the country's safety and security.

For example, international studies unveiled that almost one fourth of adults report suffering from physical abuse during childhood, and that one of every five women, and one of every thirteen men report suffering from physical abuse during childhood, and many children struggle with emotional abuse and negligence. Every year the death of nearly 41,000 children under 15 years old is recorded. This figure is detracting from the real size of the problem since a large percentage of the children deaths resulting from abuse are attributed to cases of fall, burns, drowning, and other reasons:

- ❖ 22% have been subjected to severe beating and punching in their young age.
- ❖ 10% were kicked.
- ❖ 15% were beaten by a stick, belt, or whip.
- ❖ 8% were subjected to rough shake of the body leading to bodily injury.
- ❖ 8% were stabbed or were subjected to various bodily injuries inflicted by knife.
- ❖ 44% have been subjected during their childhood to offensive name calling

such as "useless or stupid" or bad manners.

- ❖ 12% of children had been exposed to naked adults.
- ❖ 2% of children were forced to strip naked by adults to record them on video or internet camera.
- ❖ 13% were sexually molested by adults.
- ❖ 2% were raped (10% of those did not inform anybody about it) (these statistics are collected by Kuwait Child Rights Association in cooperation with Kuwait University).

From the foregoing we can see that child abuse as a phenomenon does exist in our society. Child abuse has been spreading lately. Child abuse may take various forms, it could be physical punishment targeting the child's body such as beating and hurting or it could be psychological threatening the child's psychological security, or moral offending the dignity and humanity of children.

International and Arabic calls for the children rights in general grew, for the protection of children from abuse and negligence in specific. This necessitated that the International Committee of

Children Right adds a protocol regarding victims of child abuse to the Convention on the Rights of the Children and issue the International Convention for the Protection of Children's Rights, pursuant to the United Nations General Assembly decision, ratified by many countries including State of Kuwait.

Hence, Ministry of Health was keen on setting plans and arrangements for the protection of children. After assessment of child abuse and negligence issue in Kuwait, it was found that there are scattered efforts in governmental and non-governmental organizations seeking to address the phenomenon of violence against children and to protect children from abuse and negligence, but it did not achieve the desired objectives. Which was due to lack of suitable mechanism for protection of children from abuse and negligence. Therefore, the Ministry of Health took the initiative to create a higher joint national committee in 2013. The committee comprising of governmental, non-governmental, and civil society sectors concerned with children, in an effort to unite all efforts to address violence against children.



Higher National Committee for Protection of Children:

The National Committee for Protection of Children was established by a ministerial decision No. (116) for year 2013 in the Ministry of Health headed by the Undersecretary, and laid the foundations and necessary measures to protect children from abuse and neglect in the State of Kuwait.

Vision:

Achieve health, psychological and social stability of children and adolescents in the Kuwaiti society and pioneering in promoting their security.

Mission:

Provide preventive and treatment services for children and adolescents through diversified projects, programs, and plans aiming at reaching health, psychological and social stability of children and adolescents in Kuwait.

Child Protection Team

Is a multidisciplinary team addressing child violence cases, composing of competencies working to provide care and support and give psychological, family, social counseling, and medical exams for the abused children and the family. Child Protection Team is made of pediatric Consultants, Internal Medicine consultants, social workers from the Social Service Office, psychologists, nurses, and representatives from law enforcement in Ministry of Interior, specialists and representatives from the Office of Social Development.

These teams are spread to include all Health areas of Kuwait (Capital – Ahmadi – Hawalli – Sabah – Jahra – Farwaniya).

Child Protection Teams Report Mechanism



Responsibilities and Procedures Reporting:

Doctors, nurses, policemen, and teachers must report any case of suspected violence. Child Law 2015 has stipulated immediate reporting, guaranteeing the confidentiality of informers.

Reporting Form must be confidential, maintaining privacy of child and family. In addition, any responsible person suspecting a child who is in need of protection, must inform Child Protection Office or call Child Support line (147). In case of necessity, the Child Protection Team job is to investigate if the child is in any danger, harm, or risk, and interfere in critical situations.



Certain advices in order to keep up

Your Baby's Style

Some mothers wonder how to choose the kind of clothes that suit the ages of their children so their appearance looks stylish and attractive. In this regard, dear lady, here are some guidance and instructions:



1 Be careful not to choose such clothes that contain many complications like belts and others because they cause a nuisance to the child and hinder his movement, which will make him uncomfortable in motion.

2 It is necessary to choose comfortable clothes, with beautiful colors; and ornamented with the pictures of favorite animals for a young child, or those of the heroes whom he becomes familiar with them on TV, which makes clothing beloved to him.

3 Make sure that when you buy two pieces of clothing that their colors should be appropriate with those of other clothes; so the child could benefit from wearing them with his other clothes.

4 If your child is very young, be careful that the clothes do not contain buttons or small pieces that the child can pull out and swallows.

5 If your child has reached a bigger age and became able to choose his clothes by himself, be quite keen to buy two sets of elegant stylish clothes: one on your taste, and another different, which is in line with his tastes and wishes, so that you leave him the right to choose what he prefers to wear today, and what he intends to wear tomorrow.

6 Discuss with your teenager child the selection of his clothing, and advice him in his choices: one moderate for family visits, and the other is characterized by freedom, openness and the latest fashion, without forcing him to wear anything.



7 You should observe while buying for a young teenager to reconcile between the clothing he wears «Casual» and his sports shoes, and the «Classic» clothes he wears and leather shoes; so as to always be elegant.

8 During summer season in many countries, you have to select, a cotton «T-Shirt» for the child, preferably sleeveless.

9 It is better not to choose "High neck T-Shirts" for young children; because it is causing a nuisance to them in the event of long-term wear.

10 For girls, "TWEED" fabrics is suitable for them, and also the leather as well as High neck T-Shirts of "mohair" can be selected for girls of the age of 5 years and older, while the thick cashmere trousers are more suitable for the boys.

11 Observe that there should be no more than one style in a trouser, and the pockets external should be external and clear; so as not to cause the hindering of movement.

12 The pink, red, rosy and light orange colors are suitable for young girls, while the blue, navy blue, brown, gray and beige colors are suitable for baby boys.

13 You can buy a small and elegant bag which your child can hold on his shoulder or may be maintained by him in his hands.

14 Choose cotton socks for both genders, and it is preferred to choose ornamented shapes or those containing successive layers for girls; and perhaps the white or the sugar white color are the most suitable colors which are appropriate for the clothing of both.

15 It is better to choose plain colors for boys provided that they should match the color of the worn set, and the most appropriate colors are the gray, sugar white and navy blue.

16 It is also necessary that there shall be some accessories to complete the elegance of the child, and to be in the most beautiful image. For girls, choose one color or matching colors for the hair styles and necklaces, and put ear rings and bracelets and as well as a small soft necklace whose colors shall be suitable for the color of the dress.

17 As for the boys accessories, you should choose brightly colored suspenders young boys trousers and select distinctive belts, and attractive watches.



Kuwait National
Child Protection Program
برنامج الكويت الوطني لحماية الطفل

Tips for Parents

How to Raise your Child!!

Successful upbringing of children is a challenge in itself, but a very fruitful challenge. Sometimes, all parents need support, advice, and be aware of the golden directions for child upbringing:



- ❖ Raising your child should be purposeful. it will hurt their feelings and damage their sense of self-respect.
 - ❖ Set a purpose/objective for child-upbringing; the objective should be to teach our children, not to torture them.
 - ❖ Be reasonable. Prepare a schedule of the tasks required from you and stick it on the refrigerator so that you will be reminded of the objective. This will help avoid trivial, unplanned acts you may demonstrate when you are angry. It will also help achieve your personal stuff.
 - ❖ If the child can observe clear and fair regularities and penalties, they will accept the consequences and results of their behavior.
 - ❖ Apply the punishment in a manner that does not underestimate or disrespect the child. Don't resort to beating as a way of punishment. This will make the child think of taking revenge and, as a result, demonstrates disruptive behavior rather than repairing their conduct.
 - ❖ Apply punishment in a sound, regular manner.
 - ❖ Do not show discourtesy or insult toward your child.
 - ❖ Upbringing and learning of child should be planned for achieving improvement and rehabilitation.
 - ❖ Teaching the punished child why he or she was caused to be punished; it must be for reasonable justification.
 - ❖ Punishment of child must NOT be in front of the sight of others. Otherwise,
- ❖ Parents should always remember and comply with their specific, clear duties towards their children, among a schedule that is not contradicting with your duties as a parent. It is by continuous encouragement, direction, and perseverance that Children learn self-control and proper conduct.
 - ❖ Treat your child respectfully. Don't scream or beat or insult them.
 - ❖ Use constant, unchanged words and statements when you talk to and direct your child. Talk to your child calmly and clearly.
 - ❖ Reward your child on their success and good behavior.
 - ❖ Be firm when you would like to stop any unwanted behavior and make it clear for your child that a specific behavior is NOT acceptable.
 - ❖ Do not make it heavy for your child by teaching them several matters at the same time.
 - ❖ Develop self-control against your furious anger. Anger is transferred to your child as part of its personality.
 - ❖ You should develop and enhance your child's self-confidence, and give them opportunities to learn alternative skills if failed to develop others.
- Suggestions to be observed to develop child's sense of self:**
This includes recognition of the following positive attitudes:

Infants:

Smiling face, whispering, encouragement, movement, hugging, physical play, caress, talk.

Children aging between 1,5 - 5 years old:

Encouragement, rewarding for success, paying attention, problem solving, smiling face, caring for children, cuddling, the use of posters and labels like smiling faces, devotion of time for dialogue/talk ... for watching TV with children, or playing with children.

We must praise our children and highlight their positive attitudes compared to the negative attitudes at a percentage of 9 - 1 respectively. Supervise and observe your child for a whole day and enhance their positive behavior, and you will see how they improved.

Children aging between 6 - 11 years old:

Encouragement, success, paying attention, showing respect, praise from adults, explaining reasons, praise from peers, child friendliness, achievement, talking with children directly, child efficiency, the use of computer, problem solving, the use of videos and television.

Children aging 12 years old and above:

Encouragement, showing respect, caring for peers, money, peer-support, transportation, independence, the use of videos and television, and achievement, grouping children, support and solidarity, devotion of time for using computer, social recognition, the use of the Internet, discussion, social efficiency.



Maintaining Child Safety from Sexual Abuse

Prepared by:
Dr. Fatoumah Alabdulrazzaq

What Do I Do if My Child is Sexually Abused?

- ❖ **Believe your child and respond to him / her calmly.**
- ❖ **Assure your child that it is not his fault, and he/she is not responsible for what happened.**
- ❖ **Make your child feel safe and secure when he/she tell you of the incident: inform the competent authorities so that your child would receive the necessary help.**

Definition of Child Abuse:

Any situation, act, or sexual procedure watched by the child or is actually exposed to, which may harm the child directly or indirectly, and destroy their sense of security and affect their proper development in the future.

It is important to assert that sexual child abuse is a crime that occurs when and adult or an older person involve the child in a sexual act using his power and authority over the child or taking advantage of the child's trust.

Methods used by the child sexual abuser:

Deception, bribery, threats and exploitation of physical force are all methods utilized usually to make the child participate in sexual activity. It may include nudity, fondling, oral sex, and direct sexual contact.

The importance of prevention:

There is an undeniable fact such as that parents cannot be around 24 hour a



day to protect their children, in addition to determining the time the identity of the abuser. It is vital to give children the correct information and to teach them the skills needed to protect themselves.

To help children protect themselves from sexual abuse, they need to know and understand the principles of personal safety. Most people find it difficult to talk with their children, especially the younger ones, about how to protect themselves from sexual abuse, to overcome this you must:

Talk about this subject within other subjects such as public safety, streets, fires, and water.

When talking with children about personal safety, you must use the right names for body parts which will make them feel more comfortable with their bodies.

Basic things must be implemented by individuals protecting children (their family):

The child needs to know the basic principles of personal protection:

- 1- Child awareness of touching.

Most abuses include improper touching or child foundling by an adult.

- 2- Teach children when to say "No" to adults:

Children are training to be polite and obedient with adults, but they need to be allowed to say "No" to any adult when they feel the need to protect themselves from an awkward situation.

- 3- Teach children to trust their feelings:

Children have natural sense of improper things; they must learn how to trust their feelings whether it is good, bad, or confused.

- 4- Communicate to children that their bodies are theirs:

Children learn quickly the phrase "this is mine", "this is for me" etc. and they used such phrases to express what is his like goys, bicycles, etc., hence we need to teach them from an early stage to decide when to allow others to touch them and who is allowed to touch them.

- 5- Teach children to stay away from uncomfortable situations:

Children may need to feel safe and must be taught how to distant

themselves as fast as possible from any person that makes them feel threatened or uncomfortable.

- 6- Educate children about inappropriate secrets:

Most sexual abuses depend on persuading, threatening, or forcing the child not to tell any one of the abuse he/she is suffering. Children must be helped to know the need to expose the secrets that threaten them.

- 7- Educate children about supporting people:

Children must be helped to know a number of people whom they can resort to when they are touched in inappropriate way.

They should be convinced that adults will immediately protect them and that they should continue to inform adults until they receive assistance.

Facts:

Many children are suffering from one or more types of sexual abuses, and in most of the cases we find that the abuser is a known and close person to the child.

Sexual child abuse can happen in all social classes, and are faced by boys and girls of all ages.





Behavior Modification Technique by the Child



Prepared by: Ms. Sawsan a. Hajeiah

There are certain negative behaviors the child performs which he learns from his surrounding environment that cause disturbance to his parents and those who are around him, and then their impact will be bad for him and they punish and scold him for that.

What is behavior?

It is any conduct, act or saying by the child.

What is the modification of behavior?

It is the process of re-formulation of ideas, direction of acts and conducts by converting them from negative to positive.

The aim of behavior modification:

- 1- Stopping the unwanted behavior and encouraging the desirable behavior.
- 2- Adopting the suitable instead of inappropriate behaviors.
- 3- Mutual understanding between the child and his parents.

- 4- Less disputes and tensions at home.
- 5- Assist the child to control himself
- 6- Teach the child how to be responsible for his behaviors.

Methods of modification of behavior:

- ❖ Make sure that the child understood where the error in his conduct.
For example: Playing football in the hall may break the glass vs. Do not play inside the hall.
- ❖ Explain to the child why this behavior is wrong and what he should do.
For example: Your toy is lost because it was not kept in the toys cabinet vs. You must look for it. You are negligent and you do not maintain your toys.
- ❖ Set clear, easy and strict rules so that the child can know what is expected from him.
For example: 8:00 pm is the time to sleep or go to bed.
- ❖ Specify what you want from the child, and

not what you do not want from him.

For example: Put your clothes in the cupboard vs. Do not throw your clothes on the ground.

- ❖ Name the behavior and not the child.
For example: Say this or that behavior was not acceptable and disturbing. Your way of tidying the room was good vs. you are lazy, troublemaker, a smart or excellent child. .
- ❖ Be realistic and objective.
Ask the child to do something which he can do according to his age, abilities and attitudes.

- ❖ Be a good model for the child.

The child imitates what he watches and hears.

- ❖ Determine what you expect from the child but don't ask him.
For example: say: It is time to go to bed, it is time to swim vs. Do you want to sleep? Do you want to swim?

- ❖ Give the child several options.

For example: What do you want to do? This or that? What do you want to wear? This or that?

- ❖ Give the child enough time so as to carry out the task assigned to him.
- ❖ Teach the child how to ask help in order to do the work, rather than doing it instead of him.
- ❖ Encourage the child regarding the positive conduct he behaves and rather than praising him.
- ❖ Encourage the child on his attempt even if it is small or unsuccessful.
- ❖ Encourage or punish the child directly after his conduct.



How Can the Children Bear Responsibility

Prepared by: Ms. Sawsan a. Hajeiah

What is the responsibility?

It is a binding behavior which is performed by an individual and emerging from his inner side at all times, whether individually or in the presence of others.

Responsibility is not instinctive in the children. Rather it comes gradually through the education, training, attempts and encouragement, taking into consideration the age, abilities, needs and the differences between children.

The aim of teaching the children the responsibility:

Learning the responsibility means the building of a strong, constructive and successful personality in life, and along with it they will learn the skills of the life as well as controlling things by benefiting from their capabilities as well as strengthening their motivation for education and achievement.

So, whenever a child becomes responsible he will be more effective and satisfactory of himself and his surrounding environment as well liable for his options and consequences.

Bearing the responsibility and self-dependence teaches a child how to

(brain storming) do not give him ready solutions.

- ❖ Assign him simple tasks so as not to feel tired or fails and thereby rejects the same (and thus he will look for another person to do it on his behalf).
- ❖ Give the time that suits the required task and effort.
- ❖ Abiding by the dates and time organization.
- ❖ Respecting, assisting and sympathizing with others.
- ❖ Dealing with daily petit-cash (fix a sum for him and let him abide by that)
- ❖ Teach him honesty, saying the truth, admitting his mistakes and rectify them.
- ❖ Teach him how to make the decision on his own affairs and how to bear the consequences, because positive results will make the child to be self-confident, self-satisfied and will enhance his experience whereas the bad results will motivate him to learn more and be up to challenges.
- ❖ Self-control: He will be able to control his emotions, behaviors and express his feelings (especially angry feelings and thus he will be responsible for his acts arising thereof).
- ❖ Teach him the consequences of not taking the responsibility (what will happen if he did not safeguard his things).
- ❖ Discuss with him certain matters that concerns him and the family, and consider his opinion.
- ❖ If he cannot complete the assignment, give him another chance to try even if he achieved little success.
- ❖ Encourage the child's achievements, even if they are quite simple.

cooperate with others, how to behave without them, he will be mature, high self-appreciation and self-confidence. By this way the child will learn many things.

How can the children learn the responsibility:

- ❖ Trust that the child is able to complete the task because if I am not trusting on my child's abilities, he will not trust on them and thus he can do nothing (he will just be satisfied by attempts).
- ❖ Depending on the child to complete his own simple affairs will teach him how to depend on himself.
- ❖ Give the child a chance to properly perform the tasks assigned to him as good as he can (do not expect perfection from him).
- ❖ The studying and school homework is his own duties and the family role remains just following him up.
- ❖ Let him perform the assigned tasks to him according to his age (cleans his teeth, arranges his toys, cleans his room).
- ❖ Teach him how to solve for problems



to the position, and we have to teach him how to behave in any position which may stir his anger and how to control it without being involved in a struggle or harms himself and others. A person who feels anger will not be able to control himself and cannot behave positively. That is why we have to teach a child how to think before he acts. E. g.: If your child causes his mate to fall down unintentionally while they are playing, that child will immediately attack him and insults or hits him. Here, we have to teach the child how to think rationally while dealing with such a situation because that child might have behaved so unintentionally, and this can make the child look at such situation from another angle and thus this may reduce the severity of his anger. Also, we have to train the child on how to convey his feeling to that mate without harming him.

In the beginning, the parents learn how to control their anger and maintain their coolness. If the parents are of such people who cannot control their anger but they shout, insult and hit and thereby they present a passive model for their children. For instance, the father should make the child feel that he is displeased or angry because he broke the window's glass but he must not shout on him or hit him. Rather, he shall be away from the place until he calms down and then deals with him in another way due to the wrong behavior

he manifested. By this the father would provide a healthy and positive example for dealing with anger and thereby teach the child that he cannot take the right and sound decision so long as you are in a state of anger and agitation.

- ❖ **Do not ignore the child's anger but talk to him about the situation and show him the consequences of his behaviors when he becomes angry.**

We have to teach the child how to express his angry feelings and how to select the suitable words that express his feelings at that specific situation. So, the child may be frustrated or angry or agitated or in a status of severe anger for some reason, and thereafter we help him to get rid of those feelings through peaceful means.

- ❖ **We must explain to the child what are the acceptable and not acceptable acts in order to express his anger.**

So, if he has the right to be angry, he has no right to attack others.

If the child is in a status of agitation or shouting or anger, it is better to tell the child that we will leave the place and will not listen to him or respond to his demands until he calms down. So, when he cools down, give him the chance to talk about what makes him angry. Let him understand that he cannot be able to control the situation and others by just shouting.



Prepared by: Ms. Sawsan a. Hajeiah

When a Child Chooses to Keep Silent

What is selective mutism? It is the inability to talk in certain social situations at such positions when the child is expected to talk (which mostly take place outside family sessions) whereas we find him speak in other situations. Here, the child feels that he is uncomfortable in the presence of strangers and adults as well as social situations. The child may not be able to communicate verbally with others but he can communicate non-verbally (through signals, gesture by the head and facial expressions).

But in most complicated cases, there is no non-verbal communication. Those children do not suffer organically and they are not unable to talk but, for them, speech is a source of anxiety. This status expresses the maximum grades of shyness and embarrassment in children. Some of those children may suffer certain defects in their teeth, gums, mouth and articulation organs. Also, we will find that 90% of those children will suffer from the social fear when they become adults. The school is the most

difficult place for the child where his teachers expect him to talk and all will direct their attention to him while he does not like the looks to be directed to him. Here, the reason is not attributed to a lack of knowledge by the child of the spoken language or a disability in academic conception or social communication. Rather, we find him practice other activities but without talking.

How can I deal with a silent child?

- ❖ Be patient and do not feel resentful of him.
- ❖ Understanding and accepting the silent child is quite important so that he can feel comfortable.
- ❖ Assist the child to face such positions that causes him anxiety and which he cannot avoid.
- ❖ Do not press and insist on the child so as to talk.
- ❖ Do not act or say anything that may make a child feel embarrassed
- ❖ Communicate with the child by looking directly to his eyes while talking to him and smile to him

- ❖ Do not make the child feel that you expect him to talk but leave him until he becomes comfortable
- ❖ Do not be curious towards the child while he is whispering or talking to another child.
- ❖ Do not talk on behalf the child or answer questions instead of him
- ❖ Do not tell others while they talk to him that he feels shy and not speaks.

If the child is in the school, the teacher should:

- ❖ Spends some time with the child in the beginning of the day so as to reduce his stress.
- ❖ Lets him share with another closer child or to be selected by him while he acts as a link between the child and the teacher (to feel comfortable).
- ❖ Lets the child share games and activities with other children and do not isolate him (small groups).
- ❖ Asks him to help, to be tidy, to distribute things ... without any pressures on him.
- ❖ Explains to other children that he needs time so as to talk. She must not criticize him.
- ❖ Works for making silence accompanied with a positive and good thing held by the child.
- ❖ Lets the child use cards to express himself.
- ❖ Encourages, praises and awards the child for his participation and his attempt to interact with others.
- ❖ Tells him tales of good meaning on the silence and role playing.
- ❖ Avoids to make silence as a reason for the child's behavior because this will enhance silence on him.
- ❖ Lets him play with balloons, sirens and bubbles.



Dealing with Children Anger



Prepared by:

Ms. Sawsan a. Hajeiah

Head of Counseling and Vocational Rehabilitation Department at the Social Development Office

Anger is one of the natural and healthy feelings which the child feels throughout all his age phases such as the other feelings, just like adults. Also, anger is one of the dangerous and strong feelings whose severity gradually develops from a simple agitation into a severe anger.

Further, anger is the method through which children respond to the threads surrounding them, whatever their cause – whether internal (e.g. negative ideas, experiences and painful memories) or external from his surrounding environment (e.g.: friends, parents, unsatisfied desires or events to which

he may be exposed) – in order to defend themselves and confront any harm. In most cases, the method of expressing this anger is negative, incorrect which may harm him or harm those who are around him, such as: he may break things, do sabotage acts, insults, hitting and violence against others.

What causes angry feelings among children?

❖ Among the reasons that makes a child angry are such pressures which he may be exposed to and which in many cases be practiced by his friends, peers, his brothers at home or even by his parents.



Also, a child may be angry when his friends do not want him to share them their games, or who shall begin the game, or if he fails in the game, or if he feels frustrated such as when his father promises to take him in an entertainment tour or to the cinema but breaks his promise. Further, a child may be angry when he becomes unable to repair a toy or loses some of his things or when they are damaged by others, or if he is exposed to annoyance or bully by his peers when they call him words in the school, if he is being lashed by his parents or teachers.

- ❖ Some children lack certain social skills such as getting permission when they take things, they talk in a low voice, wait for their chance in the queue, work within groups, accept the loss and claims for things politely, that is why we find others do not accept this from them, scold them and thus they become angry.
- ❖ Some other children feel fear, anxiety, frustration, jealousy, sadness, feeling hungry or tired or bad health ... etc. and express their feelings as temper tantrums.
- ❖ Some children when they are exposed to abuse or violence, whether physically, emotionally, sexually or negligence, this will make them behave aggressively and in a bad conduct so as to express their anger.

How can a child learn aggressive conducts to express his anger:

Many children learn that they have no right to express their anger; and that they have no right to be angry. However,

children may not know how to express their anger through talking. That is why they resort to erroneous behaviors which are easier for them even if they are aware of their consequences on them.

When you ask many children about what anger is, their reply will not be that it is a kind of feelings. Rather, a child may answer that it is an act performed by him such as: kicking, insulting, hitting, joining the teeth tightly together or grasping the fist tightly to be ready for hitting ... etc.

Many children might have learnt the way of expressing their anger from their parents or the adults because they imitate them in this regard. Here, a child does not believe that it is a wrong way but he thinks that it is right because he practices it.

For example: A dispute may occur between brothers, then one of them becomes angry of the other and hits him, and the latter goes directly to complain to one of the parents and then goes to the other child shouts on him and insults him as a punishment, and the other child feels angry of his parent and his brother, keeping such anger in his heart and waiting for any chance to express his anger, mostly in an aggressive manner. However, if he learned to express his anger positively against his brother, he will avoid committing this mistake.

Since his early stages of life, the child will learn that power and prestige will be attained through aggressiveness towards others. Then, when he grows up, he will think that this is the ideal method to defend himself and makes others afraid

of him and consider him.

We must teach children that it is healthy and natural to feel angry, and we have to behave in such a manner that helps us to get rid of such feelings and thereby defend ourselves, while failing to express the same negatively may result in bad consequences against us, healthily, socially and emotionally.

We find that some children do not express their anger, and such a child is instable and too much frustrated and tries to find any chance to express his anger, and some children can be irritated and angered very soon. Such a child will be called in his family or surroundings as a "nervous child" or "an easy to anger child" and many other similar descriptions that enhance this feeling on him. And such a child will believe this on him and he will act accordingly. Thus he will be excused if he acted angrily or wrongly because the family will excuse him for he is "nervous". Sometimes, the child will utilize this so as to get what he wants or to make a prestige of himself so that other children can be afraid of him, but his family is not aware that will grow while lacking the healthy and sound methods of controlling himself.

How can you help your child to control himself?

❖ **I can train the child on how to differentiate between anger as a feeling and the behavior resulting from the anger.**

We must teach the child that his feeling of anger is natural and logical according

JERAGH
LIGHTING



Disney
**Winnie
the
Pooh**

presents

17th, 18th & 19th of November 2016
The Avenues Mall - KIDS Festival Area

- Meet & Greet with Winnie
- Foto Shooting
- Face Painting
- Free Balloons
- Colouring Pictures
- Competitions & Prizes
- Fun & Education

Find us
opposite
Caribou Coffee
at the
KIDS FESTIVAL
area.

KIDS

Festival

Al Solajan General Trading & Contracting Co. • P.O. Box Safat 5688 Kuwait • Tel: 25720809 • www.alsolajan.com



Child & Life



The food needs of adolescents:

Nutritive needs of adolescents increased which requires to consume a bigger quantity of balanced food to support growth during this period. The need to energy increases beside the increased need for some micronutrients, such as calcium, iron, zinc, vitamin A/D/B6, and the folic acid. Also, the need for food fiber increased.

The factors contributing to the emergence of nutritional problems in adolescence:

- ❖ Much eating of snacks with high fats, energy, but low nutritional value .
- ❖ Little eating of vegetables and fruit leading to little consumption of food fiber, which increases the chances vulnerability to digestive system diseases.
- ❖ Skipping the breakfast meal and reliance on one main course a day .
- ❖ Little drinking of water.

Unhealthy lifestyle:

- ❖ Sitting on the computer, the Internet and video games for long periods
- ❖ Eating food while watching TV
- ❖ Little sleep and comfort.
- ❖ Negligence and lack of diversification in the breakfast.
- ❖ Eating snacks with poor nutritional value between meals.
- ❖ not eating red meat, vegetables and fruits (anemia).
- ❖ not drinking milk and replacing it with soft drinks (osteoporosis).
- ❖ Eating junk food.
- ❖ Dining while watching TV.
- ❖ Drinking a big deal of coffee, tea and energy drinks.

What is energy drinks?

An energy drink is a carbonated drinks added to stimulants, such as caffeine and some vitamins, herbs or guarana extracts which contain caffeine.

What are the effects of energy drinks?

High concentrations of caffeine results in mental attention and increases physical performance; but the motivation is different from the increased activity resulting from burning calories stored in food, like in regular nutrition. Caffeine leads to the increase of heart beats, high blood pressure, increase of sugar, increase of urination rate, and a temporary stimulant impact.

What is unhealthy food?

Unhealthy food is that which lacks nutrients needed for the body (nutritive groups). It contains harmful materials to the body

(e.g. colors, salts, saturated fats, etc.). Its content of energy is not commensurate with the needs of the body (less/more).

The importance of drinking water

Water is one of the most important nutritive elements needed by the body. Man needs between 6-8 glasses of water a day at least; and water holds great

- importance for several reasons:
- 1- It gives the body moisture
 - 2- It revives body cells
 - 3- It helps to release poison from the blood
 - 4- It activates the digestive system
 - 5- It dilutes fluids in the body
 - 6- It moisten the joints
 - 7- It balances the body temperature
 - 8- It provides the body with the lost fluids produced in the urine and stool.

What does a soda drink contain?



Don't forget drink water

- ❖ Organizes body temperature.
- ❖ Repels poison and waste.
- ❖ Transports food.
- ❖ Gives vitality and energy and prevents the drought in hot weather.
- ❖ Drink between 6-8 glasses of water per day.



If you usually drink little water, it is expected that you suffer from:

- ❖ Oblivion,
- ❖ Inability to control body temperature,
- ❖ Accumulation of stones in the kidney,
- ❖ Balance loss
- ❖ Eye and mouth dehydration
- ❖ Stress
- ❖ Reduced physical activity
- ❖ Indigestion / constipation

Deficiency of Vitamin (D)



One of the important functions of vitamin (D) is that it maintains the level of calcium in the blood at the normal rate. It does so by stimulating the intestines to absorb more calcium from food we ate. However, if we do not eat enough calcium, Vitamin (D) will withdraw the necessary calcium from our bones. So, the body maintains the level of calcium in blood at the normal level as calcium is very important to help our brains, lungs, muscles and hearts function properly.

Symptoms of the deficiency in Vitamin D

Children: rickets; delayed teeth eruption.
Adults: deficiency of calcium; osteoporosis (decreased bone density); overweight; depression.

Reason for deficiency in Vitamin D

- ❖ Not eating enough foods and drinks with sufficient amount of Vitamin D.
- ❖ Lack of exposure to the sun rays or putting on sun protective substances.

To get Vitamin (D)

Hands, face and arms must be exposed to sun rays for 10-15 minutes (depending on the sensitivity of the skin to sun burning, the latitude, and time of exposure per day) for two or three times per week.



Sources of Vitamin (D)

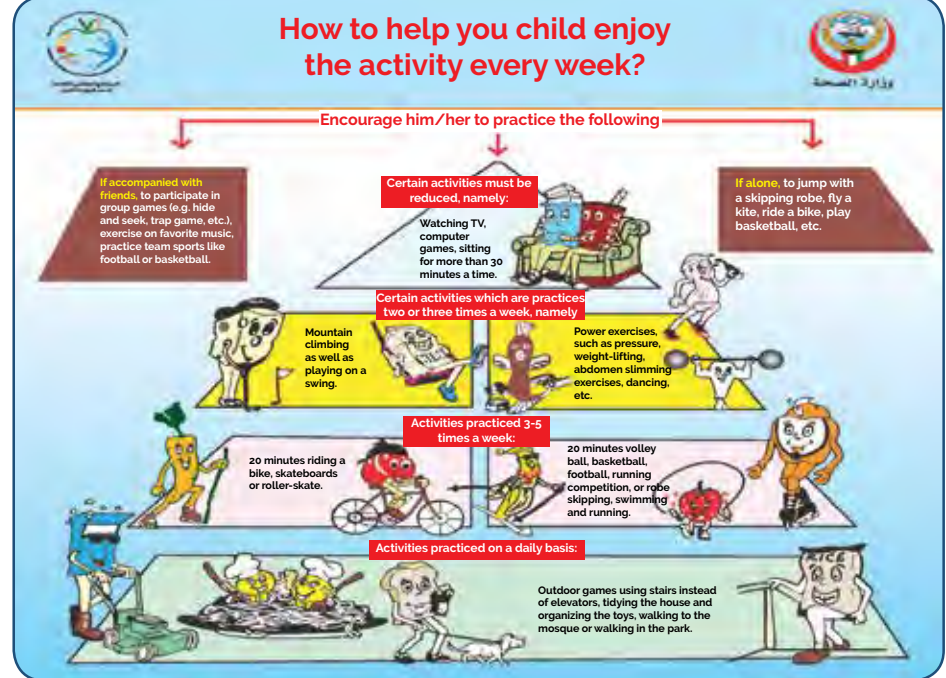
- ❖ The main and rich source of vitamin D is sun rays.
- ❖ Foods rich in Vitamin D: fish (tuna, salmon, sardine), egg yolk, cheese, dairy foods, liver, mushroom.



10 tips for healthy nutrition

- 1- Ensure that vegetables and fruit comprise the main ingredients of your meal.
- 2- Read carefully the container's label
- 3- Be sure to remove fat from meat and take chicken skin off.
- 4- Reduce the addition of sugar and salt in food.
- 5- Eat glumes at least once per week.
- 6- Eat fish 3 times at least per week
- 7- Eat full cereals like black bread.
- 8- Add olive oil instead of butter to your food.
- 9- Select milk and its low-fat or fat-free products.
- 10- Use grilled (barbecue) or steamed cooking instead of oil frying.

How to help you child enjoy the activity every week?





What is healthy food?

First: Food groups

Six food groups

Each food group can benefit the body. Deficiency of any food group in the child's nutrition will lead to specific symptoms; also, eating more than necessary can lead to health problems.

There is no one type of food that contains all the elements of food needed by the body. Hence, a meal must be diversified in its nutritive value throughout the day meals.

Perfect, healthy dish

Eating the perfect healthy dish will help you achieve the required balance in your nutrition because it guides you to recognize the most suitable component in each food group as indicated below.

<h3>Grains</h3> <p>Provide us with Energy and Vitality</p> <p>Bread Rice Summon Macaroni Cornflakes</p>	<h3>Vegetables</h3> <p>For the protection against diseases</p> <p>Tomatoes Cucumber Carrot Lettuce Soya bean</p>	<h3>Fruit Group</h3> <p>Protection from Disease</p> <p>Apple Grape Banana Mango Orange Strawberry</p>	<h3>Milk group</h3> <p>Useful for the growth of bones and teeth</p> <p>Milk Baban Cheese Yughurt Labena Qemar</p>	<h3>Meat</h3> <p>For the growth of muscles</p> <p>Meat Fish Chicken Eggs</p>	<h3>Oil and fat</h3> <p>Olive oil Maize oil Sunflower oil Butter Palm oil Margarine</p>
---	--	---	---	--	---



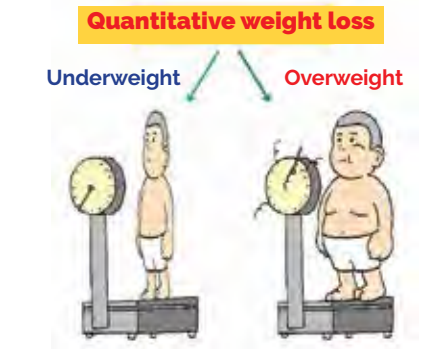
Second: balanced quantities

As the number of calories absorbed by human exceeds the number of calories needed by the body, the body gains weight. As the number of calories absorbed by human is less than the number of calories needed by the body, the body loses weight.

To Determine the status of a person in the following table, you first calculate the body mass of the person

BMI = weight in kilograms / height in meters²

Level	BMI
Underweight	Less than 18.5; be sure to address healthy food so as not to get diseases resulting from lack of nutrition.
Natural weight	18.5 - 24.9; you are not exposed to disease; so, try to maintain your weight to keep stable healthy condition.
Overweight	25 - 29.9; you are in a critical situation; you are more vulnerable to diseases. Start now to follow up a treatment program to treat your excess weight.
Obesity no 1	30 - 34.9; you need to help yourself by taking a quick step toward treating your obesity.
Obesity no 2	35-39.9; your life is at risk!
Morbid obesity	40 and above: (your life is at risk); contact your doctor and nutrition specialist to help you overcome this danger.



Types of obesity

Children

- ❖ The number of fat cells are more in natural children
- ❖ Inflation of these cells

❖ Cure is harder than adult obesity

Adults

- ❖ Inflation in the size of fat cells
- ❖ Fat cells do not increase
- ❖ Cure is easier than child obesity

Healthy nutrition for youth

Malnutrition in adolescence:

Adolescence is deemed one of the most important stages undertaking physical and mental growth. Hence, nutrition must be highly considered in this stage in terms of taking good care of the quality and quantity of food to ensure natural growth and development of both the body and mind.

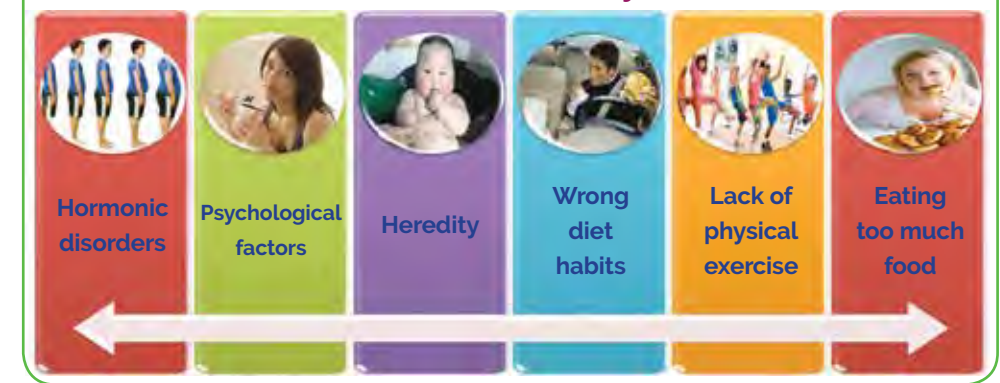
Body mass indicator for girls

Age	Normal wgt.	overweight	Initial obesity	Morbid obesity
Less than 5	See a pediatricist!			
5 yrs	15-17	Above 17 yrs	Above 18 yrs	Above 19 yrs

Body mass indicator for Boys

Age	Normal wgt.	overweight	Initial obesity	Morbid obesity
Less than 5	See a pediatricist!			
5 yrs	15-17	Above 17 yrs	Above 18 yrs	Above 18 yrs

Causes of obesity?





Nutrition of Students



Prepared by:
Dr. Nawal Al-Jazzaf
Dietitian Therapist
Community Awareness Section
Food & Nutrition Department
Ministry of Health - Kuwait



A school is considered to be a new quality transition influencing children behavior when they leave their home to engage in the larger school community, which poses some behavioral impacts on the child either positively or negatively, socially, psychologically, healthily or even on their nutrition and this stage represents physical growth of the body and an opportunity to acquire several skills, information, and customs, most important of which are their food habits whereas school children are deemed to be the most vulnerable groups to malnutrition.

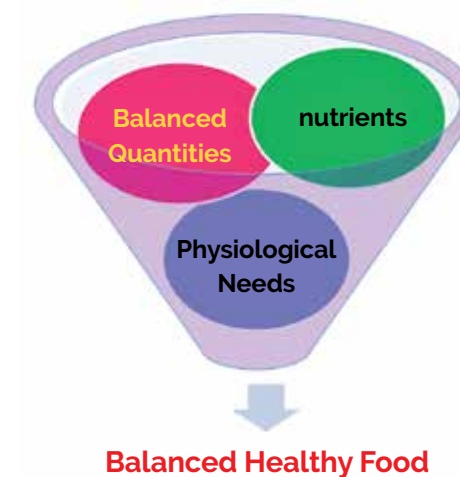
The role of the proper nutrition at this stage is a foundation for building and adaptation of the body with the new situation, especially the focus on the importance of eating the breakfast meal which may be ignored by many for several reasons, including:

hastiness, limited time, not waking up early, or particularly when some female students think that skipping breakfast will help them lose weight. All such beliefs are groundless, but we should recognize the health benefits or the outcome of having breakfast. Eating breakfast increases the student's ability to concentrate more cautiously and to fulfill higher academic achievement. In addition, students who have the breakfast meal absorb large quantities of essential nutrients, e.g. minerals, such as calcium, which strengthens the bones and teeth, and all groups of vitamin B and iron which

is important to protect students from anemia resulting from iron deficiency. Since breakfast meal comes after a long time of fasting during sleep, it leads to the decline of sugar level in blood and its intensity may vary from a student to the other resulting in a reduction in the child's vitality and activity inside the class, and causing headache, dizziness and fainting, along with appetite disorder whereas it increases the voracity for eating the following meal.

What is the healthy breakfast?

Breakfast is a basic meal that must be eaten at home before going to school. For breakfast to be healthy, it must provide all nutrient products necessary for build a sound body and mind. This meal must include all food products inspired from the food pyramid, namely:



A variety of bread, cereals, such as bread, breakfast grains, Iraqi bread "sammon" and toast.

A variety of vegetables, such as lettuce, tomato and cucumber.

A variety of fruits, such as any fruit loved by the child or its juice.

A variety of meat, including eggs, Mortadella, Bajla, Nky and Beans

A variety of milk, such as milk, cheese, labena,

And to reduce eating fats and oils and replaced them with olive oil or olives.

Mothers must ensure the daily diversity of the child's meal, and invite the child to prepare together the meal which will increase the spirit of affection and gives greater impetus to eat the meal, and do not return the mean to a source of temptation in the sense that the child is bargained to eat the mean in return for a token gift or money.

Do you know why breakfast is important?

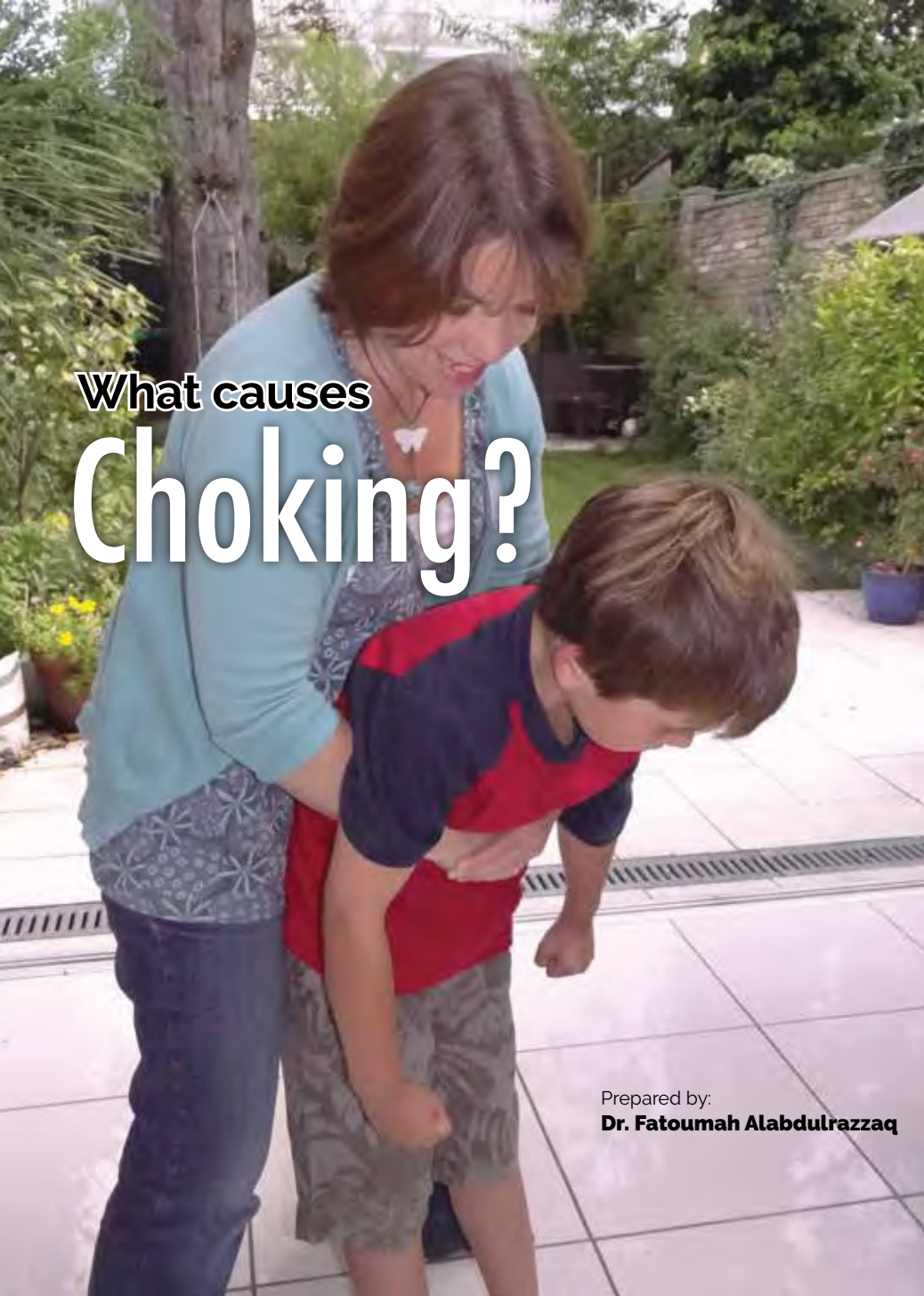
During long hour sleeping, the body consumes all the eaten dinner. So, you need in the early morning new energy to start your day. The Brain needs food to help it work properly.

Do you know that breakfast not only makes you feel full but helps you:

- ❖ To concentrate better,
- ❖ To achieve higher,
- ❖ To be more active and energetic,
- ❖ To deal more tenderly with friends.



What causes Choking?



Prepared by:
Dr. Fatoumah Alabdulrazzaq

Choking occurs when something is stuck in the throat, blocking the airway to the lungs. This blockage can be partial or complete. The airway is the path air travels down to get to the lungs. Most choking episodes, such as those caused by liquids, clear without a need for assistance. When the airway is blocked, this is called foreign body airway obstruction.

How to tell if your child is choking

A mild choking episode may cause your child to cough, gag, or vomit. Your child's face may also turn very red. If your child is having a more severe choking episode, he/she will not be able to breathe, cry, or speak. His/Her skin, lips, and nails may turn a purplish-blue colour.

What to do if your child is choking

Check to see if your child is responsive

- ❖ Tap your child gently and ask loudly, "Are you OK?" If he/she does not answer, call an ambulance
- ❖ If you are not alone, get someone else to call for you.
- ❖ If your child answers, encourage him/her to cough up the object on his/her own.
- ❖ Do not hit your child on the back to remove the object. Do not give your child anything to drink. This can block air from getting to the lungs.



Check to see if your child is breathing

- ❖ If your child is not breathing, call an ambulance. If you are not alone, get someone to call for you.
- ❖ If your child is breathing, his/her airway is not completely blocked. Turn your child onto his/her side to keep the airway open and reduce the risk of a complete obstruction of the airway. Stay with your child until his/her breathing improves.
- ❖ If your child is having a more severe choking episode, call 112. If you are not alone, get someone to call for you. You must act right away to relieve the blockage.

The Heimlich maneuver

The Heimlich maneuver increases the pressure in the chest, which helps to force out the object that is blocking the airway.



If your child is over 1 year old

Stand or kneel behind your child. Hug your child tightly, just below his/her lower ribs. Begin quick upward thrusts at a 45-degree angle. This will force out the remaining air in his/her chest and help bring up the object. Do this 10 more times right away.

The Heimlich maneuver can also be performed by laying your child on his/her back. Place the heel of one of your hands just below his/her ribs. Put your other hand on top of the first and begin applying bursts of pressure

If your child is under 1 year old

Place your child face-down on your knees or over your forearm. Using the heel of your hand, give five firm back blows between the shoulder blades.

If your child is still not breathing, lay him/



Place two fingers in the middle of the infant's breastbone and give five

her on his/her back and place two fingers over the lower breast bone, just below the nipple-line. Using your fingers, perform five quick chest compressions

How to prevent my child from choking

As children grow, so does their curiosity for the environment around them. Children often make initial contact with an unfamiliar object with their hands, but in a matter of seconds it can end up in their mouth. To prevent this from happening, take the following steps:

- ❖ Keep small objects and foods out of your child's reach.
- ❖ If your child is under 4 years old, do not give foods like popcorn, gum and hard candies. Chop soft foods like hotdogs, sausages and grapes into small pieces.
- ❖ Teach your child to chew all foods thoroughly before swallowing.
- ❖ Clean up right away after parties. Choking on rubber balloons has become the leading cause of choking-related deaths from objects other than food.



quick downward thrusts.



Types of allergens

Common airborne allergens

Dust mites are common airborne allergens. These tiny bugs live in warm, damp, dusty places in your home and survive by eating dead skin cells. Their waste is a major cause of allergies and asthma.

Other common airborne allergens include:

- ❖ Pollen from flowers and other plants
- ❖ Mould
- ❖ Pet dander (dead skin cells from pets)
- ❖ Cockroaches.

Common food allergens

The most common food allergens include:

- ❖ Peanuts
- ❖ Tree nuts such as hazelnuts, walnuts, almonds, and cashews
- ❖ Eggs
- ❖ Cow's milk
- ❖ Wheat
- ❖ Soy
- ❖ Fish
- ❖ Seafood.

Even small amounts of these foods can trigger anaphylaxis in some allergic children. Anaphylaxis is the most severe type of allergic reaction.

Food allergens can also be hidden in common party dishes such as cookies, cakes, candies or other foods. Always ask the cook or the host if dishes contain foods your child is allergic to.

Far more people have a food intolerance than a food allergy. Unlike a food allergy, a food intolerance does not involve an immune reaction. Rather, it produces unpleasant symptoms as food is digested. These symptoms appear over a few hours rather than as soon as the food is swallowed or inhaled.

Other common allergens

- ❖ Insect stings
- ❖ Medicines

Signs and symptoms of allergies

Allergic reactions will vary from child to child and from allergen to allergen. Where you live can also affect the type and severity of the allergy.

Common allergy symptoms may include:

- ❖ Breathing problems
- ❖ Burning, tearing or itchy eyes
- ❖ Conjunctivitis (red, swollen eyes)
- ❖ Coughing
- ❖ Hives (raised, red, itchy bumps)
- ❖ Runny nose
- ❖ Skin rashes
- ❖ Wheezing
- ❖ Swelling around the face or throat
- ❖ Shock.

Symptoms for airborne allergens

Airborne allergens usually cause sneezing, itchy nose or throat, nasal congestion, red and itchy eyes and coughing. Some children also have wheezing and shortness of breath.

Symptoms for food allergens and insect bites

Your child's response to a food allergy or insect bite will depend on how sensitive they are to that food or bug. Symptoms can include:

- ❖ Itchy mouth and throat when food is swallowed
- ❖ Hives
- ❖ Vomiting
- ❖ Diarrhea
- ❖ Runny, itchy nose
- ❖ Difficulty breathing
- ❖ Swelling around the face or throat
- ❖ Going into shock.



When to get medical help for an allergic reaction

Call 112 or take your child to the nearest emergency department if they have:

- ❖ Breathing difficulties
- ❖ Swelling, particularly of the face, throat, lips or tongue
- ❖ A rapid drop in blood pressure
- ❖ Dizziness






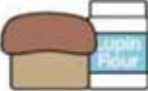








- ❖ Loss of consciousness
- ❖ Hives
- ❖ Tightness of the throat
- ❖ Hoarse voice
- ❖ Tightheadedness.

Your child should also go to the nearest emergency department even if they have received epinephrine (EpiPen or Allerject), as the symptoms can start again hours after the epinephrine is given.

Pet Allergen	0.3 - 100 microns*
Dust Mite Allergen	10 - 40 microns
Pollen	10 - 100 microns
Plant Spores	10 - 70 microns
Bacteria	0.3 - 3 microns
Fungi	0.5 - 5 microns
Mold	2 - 20 microns
Tobacco Smoke	0.003 - 0.04 microns

*A micron is 1/25,000 of an inch.

The 14 ALLERGENS

 Celery	 Cereals Containing Gluten	 Crustaceans	 Egg
 Fish	 Lupin	 Milk	 Molluscs
 Nuts	 Peanuts	 Sesame	 Mustard
		 Soya	 Sulphites



(CPR) Cardiopulmonary Resuscitation in a Child

(1 Year and Older) First Aid

Giving CPR to your child

Check to see if your child is responsive by tapping him/her on the shoulder and asking loudly, "Are you OK?" If your child does not answer, call 112 right away. If you are not alone, have someone else call for you.

Chest compressions

Begin CPR by laying your child down on a firm, flat surface. Place the heel of your hand over the lower third of your child's breastbone and give him/her 30 quick chest compressions. Be sure to push hard enough so his/her chest moves approximately 2 inches (5 cm) down. This will get the blood flowing to your child's brain and other vital organs.



Rescue breaths

Open the airway

After the first 30 chest compressions, place the palm of your hand on your child's forehead. Place two fingers under the tip of his/her chin and gently tilt the neck back. This will open your child's airway.



Begin rescue breathing

Pinch your child's nose and place your mouth over his/her mouth and give two slow breaths. Make sure you see your child's chest rise with each breath.



Repeat

Repeat this cycle of 30 chest compressions and two breaths every two minutes until the ambulance arrives or your child starts breathing again.



Recovery position

Once your child has recovered and started breathing again on their own, your child may vomit and find it difficult to breathe. Simply put your child in the recovery position, with his/her face pointing slightly down.



Make sure nothing is blocking or covering his/her mouth and nose. The recovery position will help keep your child's airway open.

Key points

- ❖ Chest compression should be delivered hard and fast.
- ❖ CPR helps restore breathing and blood flow to the brain and other vital organs.
- ❖ If your child is unconscious and not breathing, call 112 right away.
- ❖ After CPR, put your child the recovery position. This will keep his/her airway open



**Kuwait National
Child Protection Program**
برنامج الكويت الوطني لحماية الطفل

Prepared by:

Dr. Fatoumah Alabdulrazzaq

What is an Allergy?

The immune system protects us by attacking harmful substances such as viruses and bacteria. An allergy is the immune system's response to a substance called an allergen.

The allergen is not harmful for most people. However, when a child has an allergy, the immune system treats the allergen as an invader and overreacts to it. This results in symptoms from mild discomfort to severe distress.

Allergic disorders, including food allergies, are common in childhood. Many children with allergies also have asthma.

What causes an allergic reaction?

Allergens may come in contact with the skin or be breathed in, eaten or injected.

When the body detects an allergen, it sends a signal to the immune system to produce antibodies called immunoglobulin E (IgE). Those antibodies cause certain cells in the body to release chemicals called histamines. Histamines travel through the bloodstream to fight the invading substance or allergen.

Your child's allergic reaction depends on which part of their body has been exposed to the allergen. Most commonly, allergic reactions affect the eyes, inside of the nose, throat, lungs or skin.





Cardiopulmonary Resuscitation

Prepared by:
Dr. Fatoumah Alabdulrazzaq

CPR in a Child who is younger than year of age

What is CPR?

CPR stands for cardiopulmonary resuscitation. CPR is an emergency procedure that involves chest compressions and rescue breaths (mouth-to-mouth resuscitation). When given properly, CPR can help deliver oxygen to the heart, brain and other organs until help arrives or until your baby recovers. Causes of cardiac arrest in babies are usually a result of a major injury or illness and rarely from underlying heart disease.

Other causes may include:

- ❖ drowning
- ❖ suffocation
- ❖ electrocution

- ❖ poisoning or intoxication
- ❖ life-threatening (anaphylactic) allergic reactions

CPR courses are often available through local recreation programs, advanced swim programs, and first aid programs. The basic skills are simple and usually take a few hours to learn.

Giving CPR to your baby

Check to see if your baby is responsive by gently rubbing his/her chest. If your baby does not respond to your touch, check to see if there are any injuries. If your baby does not move or make a sound, call 112 right away. If you are not alone, have someone else call for you.



Chest compressions



Begin CPR by laying your baby down on a firm, flat surface. Place your two fingers on the breastbone, just below the nipple line. Give your baby 30 quick chest compressions, pressing hard enough so their chest

moves approximately 1.5 inches (4 cm) down. This will get the blood flowing to your baby's brain and other vital organs.

Rescue breaths

Open the airway



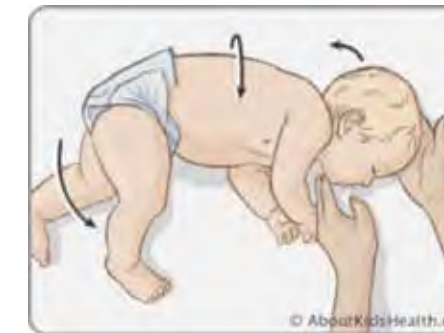
After the first 30 chest compressions, place the palm of your hand on your baby's forehead. Place two fingers under the tip of his/her chin and gently tilt his/her head back. This will open the airway.

Begin rescue breathing



Place your mouth over your baby's nose and mouth, forming a tight seal, and give two slow breaths. If your baby's chest does not rise, reposition his/her head, form a tighter seal, and try again.

Repeat



Repeat this cycle of 30 chest compressions and two breaths every two minutes until the ambulance arrives or your baby starts breathing again.

Recovery position

Once your baby has recovered and started breathing again on his/her own, your baby may vomit and find it difficult to breathe. Simply put your baby in the recovery position, with his/her face pointing slightly down. Make sure nothing is blocking or covering your baby's mouth and nose. The recovery position will help keep your baby's airway open.

Key points

- ❖ CPR involves both chest compressions and rescue breathing (mouth-to-mouth resuscitation).
- ❖ Chest compression should be delivered hard and fast.
- ❖ CPR helps deliver oxygen and blood flow to the brain and other vital organs.
- ❖ If your baby is unconscious and not breathing, call 112 right away.
- ❖ After CPR, put your baby in the recovery position. This will keep his/her airway open.



A Child is Injured if Shaken



Prepared by:
Dr. Fatoumah Alabdulrazzaq
 MD, FRCPC, FAAP, PEM(C)
 Pediatric Emergency Medicine Specialist,
 Clinical pharmacologist & Toxicologist
 Consultan in Child Abuse Team
 Amiri Hospital - Ministry Of Health - Kuwait



What if your child is been attended by another person?

If your child is been attended by another person, such as your spouse, housemaid, nanny, grandfather, or grandmother, you must ensure the following:

- ❖ That they are aware of the risks of child shaking.
- ❖ That they are aware of how to respond to a crying child.
- ❖ That they are self-controllable if felt angry or frustrated, and can calm down.
- ❖ That they know how to contact you if necessary.

What should be done if a child is shaken?

If the child was vulnerable to shaking, or you think that the child was shaken, you must immediately seek for emergency medical assistance. Do not delay this procedure. The shaken child must be taken to the nearest pediatrician or emergency department in the hospital to examine the child and ensure safety.

The child's brain is softer than an egg. If shaken, even for a few seconds, The brain can be damaged which threatens the life of the Child.

What is a Shaken Baby Syndrome?

A Shaken Baby Syndrome is an expression used to describe the injury caused if a child is shaken.

Why some people shake their children?

A child is being shaken by parent or attendant when they feel frustrated at

being unable to pacify their child.

Naturally, every child cries. But continuous crying may cause strong discomfort to parents or attendants.

What happens if a child is shaken?

Shaking a child may cause irreversibl damage to its brain, possibly leading to death.

When a child is shaken, the head is moved severely forward & backward. The most vulnerable children are those aging less than tow years of age.

The child's head is relatively heavy compared to its body, and its cervical muscles are normally too weak to provide full support to the head.

Shaking a child may result in the following consequences:

- ❖ Blindness
- ❖ Brain damage
- ❖ Major and minor epileptic fits
- ❖ Hearing loss
- ❖ Learning difficulties
- ❖ Behavioral disorders, and
- ❖ Death in the worst cases.

Remember
Never shake your child.
Ensure that all those attending the child are aware of the potential consequences arising from child shaking.

How to deal with child crying if it is the main issue?

A normal child who enjoys good health usually cries for two or three hours a day. However, some children cry at a more rate. If you are concerned about the cry of your child, you must ensure that all the basic needs of your child have been satisfied, and verify if your child is:

- ❖ hungry
- ❖ Needs to change the diaper
- ❖ Feels unsatisfied
- ❖ Feels pain or sick
- ❖ Afraid or disturbed
- ❖ Feels lonely or wants to draw attention

To pacify your child, you can:

- ❖ Speak to the child quietly
- ❖ Create background sound through playing music or the TV
- ❖ Hug the child and rub nicely his/her back and belly.
- ❖ Take the child for a public outing in the car.

If you feel worried about the crying of your child, consult a pediatrician.

Protection from Shaken Baby Syndrome
 When you feel angry or frustrated when you care for your baby, there is an important rule you must always remember: Never shake the baby.

Place the child in a secure place, such as a moving bed, and leave the room.

Take your time until you completely calm down. Then, try to relax or contact a friend, a relative or a neighbor.



Care for a Sick child

When he has a fever:

The average normal body temperature is 37°C degrees. So, if your child's temperature is higher than usual, he is suffering from a fever.

Fever is not a disease or illness in itself but it is a sign that the body is fighting the disease. When the defense system (immune) of the body is activated by a microbe, many reactions will occur in the body. Fever is one sign of these interactions.

Measuring the body temperature

- ❖ To make sure that your child has a fever, use a thermometer to measure his body temperature.
- ❖ The most accurate way to measure the baby's temperature is by using a thermometer and insert into the anus. The temperature measured from the anus is deemed high if it is higher than 38°C degrees.
- ❖ You can measure the temperature of the older children through the mouth, and if the temperature is higher than 38°C degrees, it means that there is a fever.
- ❖ Other ways to measure the temperatures may be in some cases beneficial, but the measurement may be less accurate, they include the following:
- ❖ Use the thermometer in the armpit, and if it is higher than 37.2°C this means there is a fever.
- ❖ Use the ear thermometer, and if it is higher than 38°C, this means that there is a fever.

What causes fever?

Many of the different infections can cause fever, but the fever may be caused by other cases:



Supervised by:
Dr. Mona Al-Khawari

- ❖ A slight rise in body temperature can occur from practicing the exercises or wearing a lot of clothes, and also after a hot bath, or in a hot weather.
- ❖ Vaccines may cause fever.
- ❖ Many people believe that teething causes fever. The available evidences suggest that teething certainly does not cause high fever, but it may be associated with a very mild fever.

Look after your child who is affected with fever:

Clothing:

Most of the body temperature is lost through the skin, that is why you should dress your baby with light clothes, and if your child is suffering from chills or shivers you can use a light blanket.

Extra fluids:

Fever will make your child's body loses fluids, so encourage your child to drink extra fluids.

Massaging with sponge:

The massage with a sponge may cool the outer part of your baby's body and makes him trembling, without affecting the degree of the internal body temperature.



Medicine:

Medicine could help to reduce fever. And the medication may reduce the fever from one to two degrees and may not reduce the temperature to its normal position.

Your doctor or pharmacist can help you to decide on the most appropriate composition. The correct dose for the child is based on the body weight. Usually, there may be an estimated dose written on the medication box.

These drugs are used to help to pay attention to fever and to provide comfort for your child, but they do not cure the underlying causes of fever.

If your child is less than 3 months old, do not give him fever medication unless you get the advice of a doctor.

You must bring your child to the health care in the following cases:

- ❖ If your child has a less than 3 months of age.
- ❖ If his temperature is more than 40°C degrees.
- ❖ If your child is suffering from a rash that looks like a small purple points that do not disappear when you press on them with your finger.
- ❖ If your child is not able to save any fluids and appears to be dry.
- ❖ If your baby's skin seems to be very pale or gray, or cold, or patchy.
- ❖ If your child suffers from a constant pain.
- ❖ If your child suffers from a lethargic (very weak or it was hard to wake him up).
- ❖ If your child is suffering from a stiff neck.
- ❖ If your child is in spasm and this is accompanied by high temperature.
- ❖ If your child seems confused or suffering from delirium.
- ❖ If your child consistently does not use the arm or leg in a natural way, or refuses to stand up.
- ❖ If your child has a trouble in breathing.
- ❖ If your child is constantly crying and could not calm down.

You have to contact with within 24 hours:

- ❖ If your child is between 3 and 6 months of age.
- ❖ If your child is suffering from a specific pain, such as an earache or pain in the throat.

❖ Your child suffered from a fever for more than 3 days. The fever disappeared for more than 24 hours and then returned.

- ❖ If your child is suffering from a bacterial infection that has been treated with antibiotics, but the fever did not disappear after two to three days from the start of the use of antibiotics.
- ❖ If your child cries when going to the bathroom or if your child's urine is of a bad smell.

In the case of diarrhea:

- ❖ Diarrhea is the increase in the bowel movement and the number of times of secretion as well as a soft or watery stool.
- ❖ Diarrhea can cause dehydration, which could be dangerous.
- ❖ Signs of dehydration include dry mouth and sunken eyes, and not to urinate or urinate lower in rates, and a decrease in energy level.
- ❖ When your child suffers from diarrhea, keep up his normal food system. Give him a lot of fluids.
- ❖ If your child is an infant make sure to increase the number of times and duration of breastfeeding.
- ❖ Continue to give your baby extra liquids as well as food until the diarrhea stops.
- ❖ Do not give the child any medications unless you consult your doctor.

In the case of cough:

- ❖ Do not give the child any special antibiotic drugs, but you consult a doctor.
- ❖ Give him multiply fluids.

You must bring your child to the primary health care in the following cases:

- ❖ If he is sick and his condition is not improved or worsened.
- ❖ Little activity and movement, lack of ability to breast-feeding.
- ❖ If he has severe diarrhea, and with the existence of blood in the stool.
- ❖ The presence of cough with difficulty and rapid breathing.
- ❖ Constant crying and vomiting and cooler body.
- ❖ If he is suffering from dehydration and signs: dry mouth, dry skin, collapse of the crown of the head or lack of skin flexibility, or little urine or weakness or leanness.



Child safety and Games:

- ❖ Always read the game product instructions before giving the game to your child, these instructions are often placed on the game box, and the most important of which is the right age for this game.
- ❖ Make sure that this game fits your child's skills, because what fits one child may not be suitable for another child of the same age.
- ❖ Be sure that the size of the game pieces is bigger than to be entered by the child in his mouth.
- ❖ Always monitor your child while he is playing and do not leave your children under the age of 5 years to play with games consisting of small parts and do not leave un-inflated balloons in the hands of your child because the little child who is trying to inflate the balloon may swallow or inhale it.
- ❖ Do not leave a child playing near the stairs and near the road and near the water pools or swimming pools.
- ❖ Repair any malfunction in the game, especially if it is in the form of a small part which can be snapped by the child.

When you purchase games:

- ❖ Avoid buying games that throw small parts such as the fire gun or pistol, as well as the games that make high noises.
- ❖ When you buy a doll like a bear, for example, make sure that the eyes and nose are fixed properly so that the child cannot take them out.
- ❖ Avoid buying games with sharp metal edges especially for children under the age of 5 years.
- ❖ Avoid games that contain small parts easy to dismantle which the child can put in his nose or mouth.
- ❖ Avoid games that contain toxic materials, specially lead.

The safety of children in the car:

Some people may think that the lap of the mother or father is safer for a child when riding a car, but on the contrary, it is more dangerous places because, God forbids, when an accident takes place, you will not be able to protect yourself and the child at the same time, and the child will be more vulnerable because of proximity to the windscreen.

- ❖ You must sit infants under the age of two years in the special



seats for the children, which are placed on the rear seats of the car, which leaves their vision while sitting back.

- ❖ The sight of the breastfed child during riding a car should never be toward the front at all, and the reason is that in the event of a sudden stop or accident could cause the death of the child.
- ❖ Use the secret lock for the back door for those children who are older and do not leave the big child to exit his head out of the car windows.
- ❖ Do not leave children alone in the car and take them with you when you get down from the car.
- ❖ Make sure before riding the car that one of your children is not under the wheels of the car or near it.



الكويتية الألمانية للتجميل
Kuwaiti German Cosmetics

تجدونها في
الصيدليات

(+965) 22652608

www.kg-cosmetics.com

Kuwaiti_german

Kuwaiti German





Safety guidelines at home

Children are more vulnerable to accidents, due to their large desire to discover their surrounding world, and also due to the non-completion of the instincts the feeling of the danger and self-preservation.

The family has a great role in protecting the children from being exposed to domestic accidents by following the necessary safety guidelines.

Supervised by:

Dr. Mona Al-Khawari



For the prevention of injuries:

- ❖ Knives and sharp instruments should be placed in a special overhead cabinet which is tightly closed out of reach by the children.

To prevent falling down or slipping:

- ❖ Be keen of the existence of adequate lighting in the stairs, so that the visibility should be clear during the ascent or descent.

- ❖ Make sure that there are a means of protection (such as handrails and barriers) in the stairs and be keen not to leave the children play nearby.

For the prevention of burns:

- ❖ Do not keep the heating equipments in the corridors, but you should keep them away from the furniture in order to avoid their falling down and cause fire events.
- ❖ Keep the flammable materials in a safe and locked place.



For the prevention of poisoning:

- ❖ Keep toxic substances such as cleaning agents in a properly closed place and out of reach of the children.
- ❖ Do not keep the remnants of toxic substances such as pesticides, gas and gasoline in those utensils or the tools used for eating and drinking.
- ❖ Keep the medicines in a specially allocated place dedicated for them, like the first aid kit at home, provided that it should be properly closed and out of the reach of the children.

For the prevention of choking:

- ❖ Make sure that there is a good ventilation in the house, and do not leave the heating tools on while you are sleeping, and make sure that you put them off outside the bedroom.

Safety in the kitchen:

- ❖ Keep your children away from the kitchen during the preparation of the food, to avoid the spills of water and hot oil on them.
- ❖ Do not leave your child alone in the kitchen.
- ❖ Be careful that your child should not come near the cooking stove, whatsoever.
- ❖ Remove hot pots out of reach of the child's hand and make the handles of the pots and pans used in cooking inwards so that the child can not be able to catch.
- ❖ Disconnect the power current from the electrical appliances as soon as you finish cooking.

Safety at bedtime:

- ❖ Although there is no guaranteed method to prevent the sudden death of the infant, but the good knowledge of the risks will help the mother to reduce the chances of her child being exposed to the sudden unexplained death of an infant.
- ❖ It is better that your baby should be lying in his back during sleep, even if it's no more than a short nap. Also, you should remind the nanny and the others who care for the child and not to assume that they know this on their own. The baby is to be placed on his stomach only when it is awake so as to strengthen the muscles of his neck and the upper part of his body, and the adult should monitor him.

- ❖ You must use a fixed strong bed for the sleeping of the child; and also the child bed should also be in line with the adopted safety standards as well.
- ❖ You should avoid the use of pillows, fillers and other soft things for baby sleeping.
- ❖ It may be better to put the baby's bed in the room where his mother sleeps during the first six months of a child's life, but you should refrain from putting the child in his mother's bed, because the mother may turn this side and that side during her sleeping, which can lead to the suffocation of the child, and also the child may possibly fall from the bed or he may be trapped between the bed and the wall.
- ❖ You should not be exaggerated in the child's heating but you maintain the room temperature at the same level that fit adults.

Safety in the bathroom:

- ❖ Always close the bathroom door so that the child cannot enter there one his parents are busy to notice him.
- ❖ Do not leave your child alone in the bath and make sure that the bathroom door can be opened from outside.
- ❖ Do not leave a young child (less than 3 years) alone in the bathtub, even if for few seconds because the child may possibly be drowned in some small centimeters of water.
- ❖ Make sure to empty all the vessels of water immediately after use and do not leave the bathtub full of water.
- ❖ Use a non-sliding pad in the bottom of the bath (shower) basin.
- ❖ To avoid burns, you can adjust your hot water heater is into a less than 50°C degrees. When your baby is old enough to turn the faucets, teach him to start with cold water before the hot.
- ❖ Test the water hotness in the bathtub before you put the child therein.
- ❖ Be careful to remove the cleaning materials far away from the children during bathing.
- ❖ If you are using electrical appliances in the bathroom, specially hair dryers and razors, be sure to disconnect them from the electricity and store them in a cabinet.



Fifth: Recommendations for feeding a child from 2-5 years old:

This age group is very important in the growth and development of the child, because in this stage he will be characterized by the abundance of movement and activity. So, the food is an essential element, where the child at this age will be accustomed to eating the foods of the family.

- ❖ His meal must be a balanced meal and includes the

important nutrient elements for his growth. This can be attained through the diversity in the core groups of food such as meat, vegetables, fruits, grains, milk and dairy products.

- ❖ We recommend that you have to accustom the child to stay away from soft drinks, chocolate and the chips, due to their negative impact on his health.
- ❖ Encourage the child to sit at the dining table with family and to rely on his own while eating and encourage him to take useful items for his health through the imitation of others.

Guidelines on how to take food and the time of meals:

Give the child his meals at regular intervals.

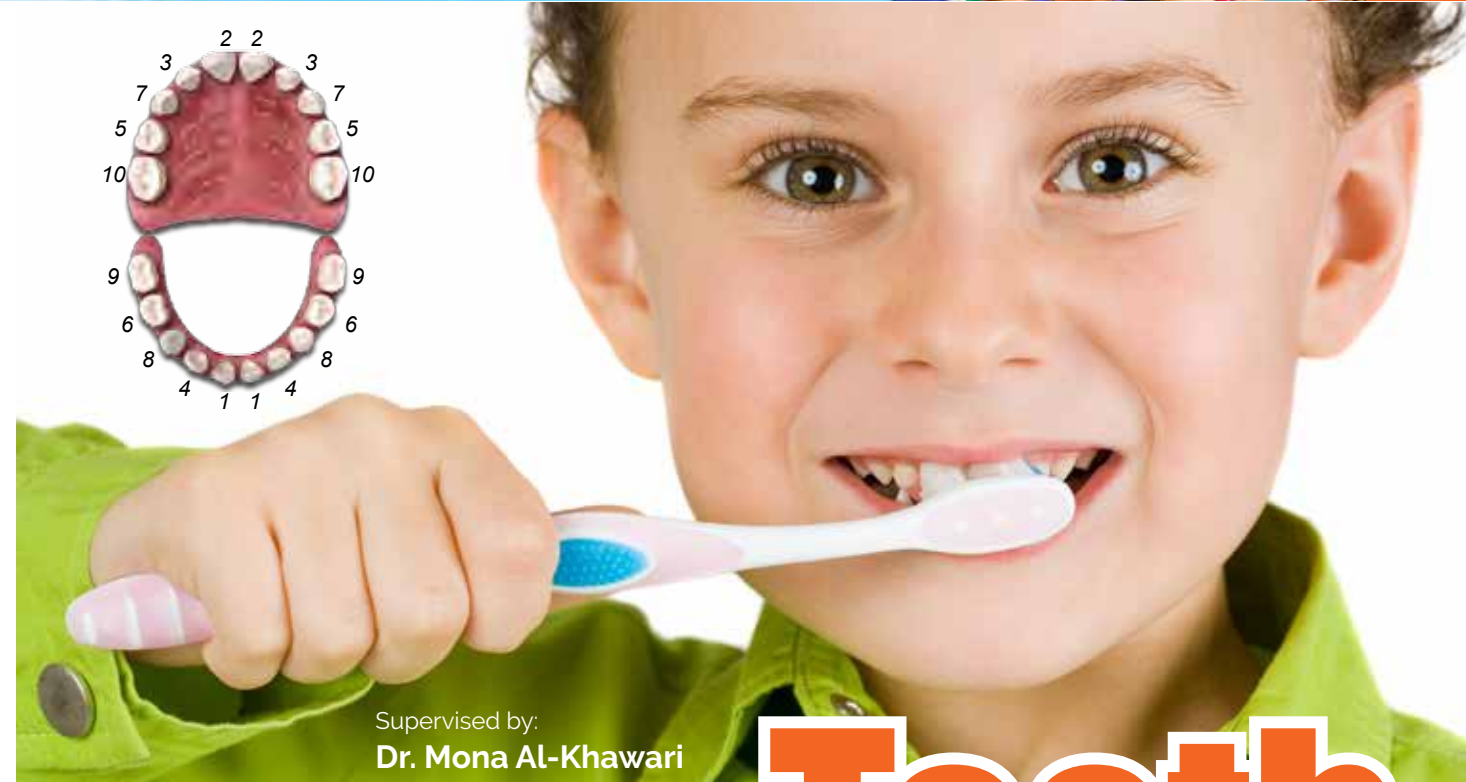
- ❖ Allow the child to play while taking his food because this will contribute to making the meals as times for fun.
- ❖ The child must be seated while eating in a comfortable position, and the height of the seat and the table should be suitable for the age and the length of the child.
- ❖ It is necessary to provide snacks for children between the main meals.
- ❖ Usually, the children prefer simple and uncomplicated foods (which do not consist of many varieties), such as providing salad in the form of fingers instead of mixing them together.
- ❖ It is possible to provide family food to the child, taking into consideration that the size of the unit presentation should be fit for the age and needs of the child.
- ❖ Allocate enough time for the meal of the child, but the time of the meal shall not exceed 30 minutes.
- ❖ Encourage your child to eat his food by himself whenever possible, because the repeated assistance could lead in feeding the child could lead to refusing the food.
- ❖ Do not ever use the microwave for reheating foods, because the microwave will heat foods unevenly and it can cause hot spots that may burn the baby's mouth.

How to clean, sterilize and keep the feeding and preparation equipment:

- ❖ It is very important that all the equipments used to feed the children and preparing their foods should be clean (such as cups, bottles, teats and spoons ...) and should be carefully sterilized before use.
- ❖ The proper cleaning and well disinfection of the equipments eliminates the bacteria that may proliferate in foods and causes diseases to the children.

How to prepare food in a cup or bottle-feeding:

- ❖ Read the instructions available on the cover of the food preparation to know the amount of water and powder, which you need.
 - ❖ Pour the appropriate amount of boiling water (which allows its cooling for up to a temperature of not less than 70 C) in the bottle of feeding or the feeding cup, provided that it must be clean and sterile, while taking care to avoid burns.
 - ❖ Add the proper amount of nutrient composition to the water in a bottle or the feeding cup.
 - ❖ Mix the mixture thoroughly.
- Immediately cool down the mixture until it reaches a suitable temperature degree through exposing the feeding bottle or feeding cup to the cold water of the tap or by putting it in a container that contains cold water or ice.
- ❖ Check the temperature of the food by dripping a little of the mixture towards the inside part of your wrist but you must feel that it is lukewarm, not hot.



Supervised by:
Dr. Mona Al-Khawari

Teeth

The appearance of the teeth:

Use the following table and drawing to follow up the appearance of your child's teeth, and you can ask the dentist if you have queries.

The numbers in the drawing indicate the order of the appearance of the teeth for the majority of children. However, they may appear in a different order for some of the kids but this is not a health problem.

- ❖ The emergence of the teeth does not cause a sharp rise in temperature degrees, or diarrhea, or certain diseases, as some people believe.
- ❖ Maintaining the teeth is very important, and the child shall begin using the tooth brush and the appropriate tooth paste after the first year.
- ❖ Minimizing, as much as possible, the taking of soft drinks, chocolate, sweets and chips due to their negative impact on the health of the child's teeth.

Teeth Appearance Order	Name of Tooth	Approximate age of child upon appearance of a tooth
1, 2, 3, 4	Incisors	6 – 12 Months
5, 6	First Grinders	12 – 20 Months
7, 8	Canines	18 – 24 Months
9, 10	Second Grinders	24 – 30 Months



Important Instructions:

- 1- Feed your child by using the spoon and avoid any foods to bottle-feeding.
- 2- Initially, prepare the rice and oat until it becomes quite soft and then increase its intensity gradually.
- 3- In the beginning of the provision of supplementary foods, first breastfeed your child and then give food.
- 4- At the age of 8 months, provide him with mashed thick foods or give him the foods in the form of chewable fingers.
- 5- At this age, the child can eat three main meals in addition to breastfeeding (Taking into account the difference of accepting the amount of food from one child to another).
- 6- You can give your child fruit juice when he starts using the cup after the age of 6 months in such a quantity of not more than ½ a cup (4 ounces, 125 ml) in the day, noting that the extreme use of fruit juice reduces the child's taking his need of milk and this could cause:
 - ❖ Slow growth.
 - ❖ Diarrhea.
 - ❖ Disorders in the digestive tract and abdominal distension.
 - ❖ Tooth decay.

- 7- You must observe that you have to provide the juice initially diluted by using an equal amount of water.
- 8- Choose fresh or natural juice at concentration rate of 100% and avoid choosing a drink or fruit nectar for they include a high concentration of added sugar and a small amount of necessary nutrients.
- 9- Remember that drinking water is always the best choice.
- 10 Children should be encouraged to eat whole fruit instead of juice.
- 11- With the start of giving him complementary foods, your child needs to drink water in addition to milk. To find out whether your child still feels thirsty or not immediately after eating, provided him with water (taking into consideration the boiling and then cooling down the water)
- 12- We warn mothers not to give children honey in the first year because it may contain a bacteria that may cause the child serious poisoning (botulism).
- 13- Avoid giving the child tea, coffee and soft drinks.
- 14- In the case of your baby refuses food, do not force him to take it, but re-provide it to him later because the matter may require an attempt to provide food several times in different ways so that the child accepts it.



To avoid food allergy:

- ❖ Provide your child with each class of food separately; wait for 3-4 days and watch to what extent the child accepts this food or there is appearance of any signs of allergy on his body (such as diarrhea - rash - vomiting) and then give him another type of food.
- ❖ In the case of the emergence of the symptoms of allergy on your child, stop providing him with this food for a week, and then give it to him once again. If he showed the same symptoms of allergy, stop giving him this food and consult your doctor.

Third: Feeding the child from 9 months to one year

- ❖ You can add new types of food to the meals of your child, such as plain yoghurt or fruit-flavored in addition to Labna, egg yolk and mashed meat (lamb, chicken, small veal, chicken liver, fish) and legumes (beans, peas, chickpeas), after mashing, in addition to grains such as mash and cereal.
- ❖ Give your child 5 meals (1-2 snacks, according to his appetite, and 3 major meals) in addition to breastfeeding.
- ❖ Provide your child with well chopped foods or such foods that he can pick up in his hand, about ½ - ¾ cup.
- ❖ Add a small amount of salt to his food.
- ❖ Give him his food from his own dish while he is sitting on a special chair for feeding the baby.
- ❖ Try patiently to help him to eat alone.
- ❖ Talk to him with love, look at him and encourage him to eat interactively, but do not force him to eat.
- ❖ If he lost interest while eating his meal, remove away any distractions around him and try to attract his attention to his meal and repeat this attempt again in another time.

For prevention of tooth decay:

- ❖ In the case of artificial feeding, stop providing him milk in the bottle when the child reaches the age of one year and use a cup because the continuing use of bottle-feeding leads to tooth decay and suspends the child's appetite.
- ❖ Do not leave your baby sleep and the feeding bottle is in his mouth because this will cause tooth decay.



To avoid choking:

- 1- Do not leave the child alone while eating.
- 2- Feed him while he is sitting
- 3- Avoid such foods that can cause him choking (such as nuts, grapes, non-cooked carrots, corn, oversize cut foods)

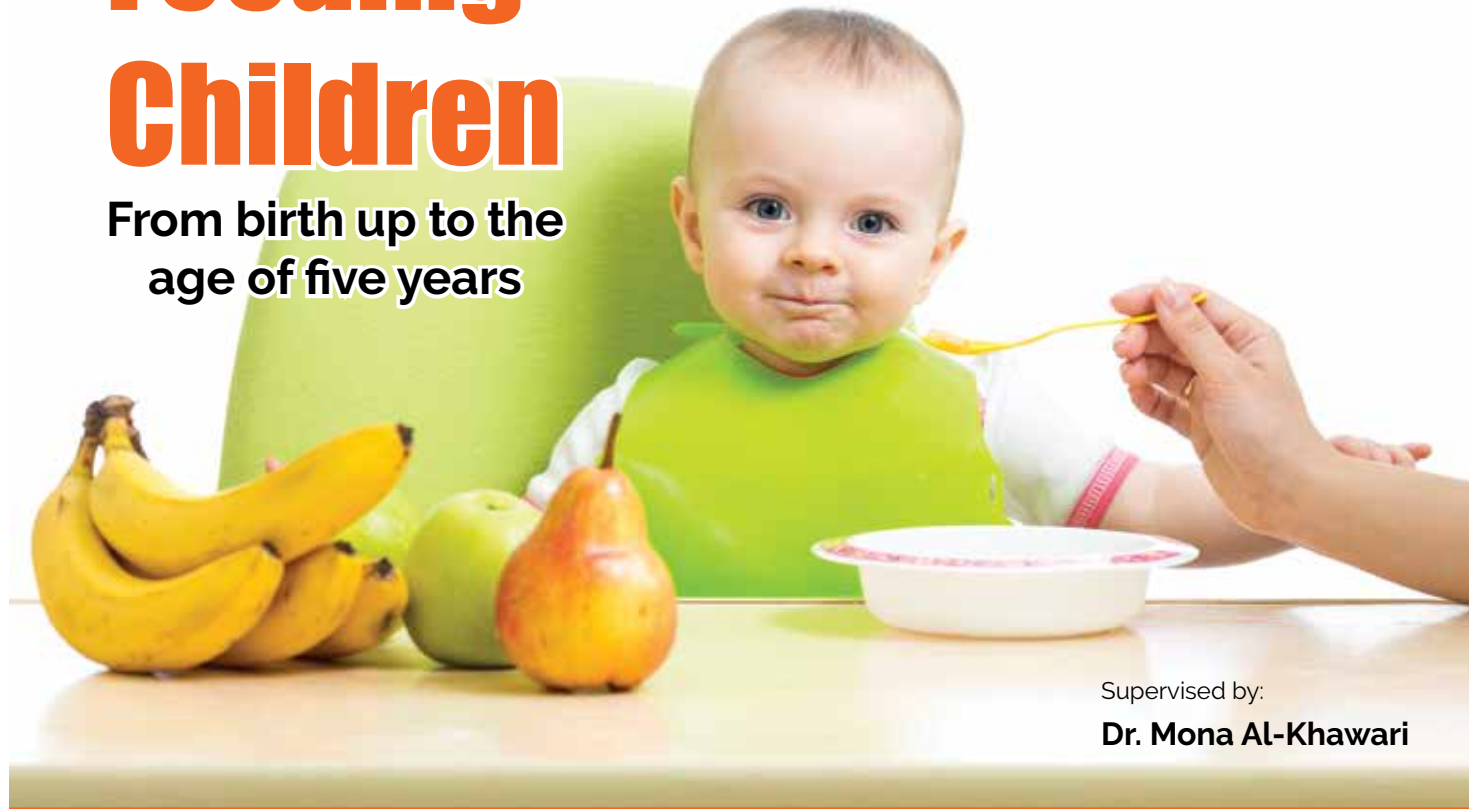
Fourth: Recommendations for child feeding from 1-2 years old:

- ❖ Breastfeed your child whenever he wants to, up to the age of two years old together with not to increase the number of breast-feedings for three times a day.
- ❖ Increase the quantity of food provided for your child in order to increase his activity so that the number of meals shall be not less than six meals a day (3 main meals and 3 snacks).
- ❖ Always teach your child to take varied and balanced diet containing milk and dairy products, fruits, vegetables, grains, meat, legumes and oils.
- ❖ Feed him from his private dish and help him to eat alone.
- ❖ Encourage your child to eat family food and to sit with you on a suitable chair for his age.
- ❖ Do not give your child more than three cups of milk per day.
- ❖ Do not give him more than ½ a cup of fruit juice a day.
- ❖ In the age of one year, the child needs an amount of food equivalent to ¾ - 1 a cup at each meal.



Feeding Children

From birth up to the age of five years



Supervised by:
Dr. Mona Al-Khawari

First: child feeding from birth to 6 months:

The proper nutrition, since the beginning, is the basis of the child's mental development and physical health.

Mother's milk is the best natural food for the baby:

Breast feed your child from his birth up to the age of 6 months, exclusive breastfeeding, without giving him water or other liquids (such as chamomile, anise and other herbs ...) or the artificial milk and then continue natural breastfeeding for two years together with the introduction of complementary foods at the completion of the sixth month.

Some of the benefits of breastfeeding for the mother and the child:

- ❖ Breastfeeding the child directly during the first hour after birth with the physical contact between the mother and her newborn for an hour provides the child with the necessary immunity and protection against diseases and strengthens the emotional bond between the mother and her child.
- ❖ The keenness to give the baby the colostrum milk and continuous breastfeeding will reduce the child's exposure to diarrhea, gastroenteritis, respiratory infections, respiratory



allergy and eczema also may protect the child from diabetes and obesity in the future.

- ❖ Breastfeeding also helps to constrict the womb to return to its normal size, and protects the mother from injury or post-natal depression.
- ❖ Breastfeeding reduces the probability of the mother being exposed to breast and ovarian cancer, and also protects her from the risk of osteoporosis and bone fractures when menopause.
- ❖ Natural milk is always available and inexpensive.

To ensure a successful breastfeeding, you should take the following into consideration:

- 1- You have to put the baby on the breast immediately after birth to strengthen the emotional bond between you and your child and for milk yield.
- 2- To take into account the right position for you and your baby while breastfeeding (you can consult specialists to learn about it).
- 3- Feed your baby according to his needs from both breasts alternately, day and night, at least eight feedings a day.
- 4- Make sure you empty the breast at each feed before moving on to the other breast so that your baby can get the nutrients found in the milk of the end of the feed.
- 5- Breastfeed your child whenever he shows signs of his need for breastfeeding: for example, issues voices, licks his fingers, moves his lips and you should avoid him arriving to the stage of crying.
- 6- Do not give the child any fluids or water or artificial milk or foods or any milk other than yours up to the age of 6 months (he may be given medication and food supplements, such as iron and vitamins and water, only when the doctor so recommends).
- 7- You are advised not to give the baby a pacifier and artificial nipples during breast feeding.
- 8- If your child is ill or suffers a diarrhea, continue to feed him from your breasts and increase the frequencies of his breastfeeding as well as increasing the frequencies his breastfeeding due to his need for the fluids and immunity available in your milk.
- 9- If you could not feed your baby from your breasts because you are busy or he was in the hospital, you can squeeze

your milk for your baby and be given to him in a cup instead of a bottle so as not to refuse feeding from your breast.

If you depend in feeding your baby on the pure natural breastfeeding, tell the doctor so as to provide him with vitamin D

Second: Feeding the child from 6 to 8 months feeds:

When your child reached the age of sixth month, his need for more nutrient elements will increase. This period is called the start-up phase of complementary foods, which is a transitional period where the child moves from relying on fluids (milk only) to the stage of learning how to gradually take solid foods. So, start by giving your baby other foods in addition to breastfeeding, by observing the following:

Supplementary foods:

- 1- Milled iron-fortified grains such as rice and oats are the first thing that must be provided to the child from the foods. It is not advisable to provide wheat or the mixture of seeds containing wheat, at the beginning.
- 2- After the child gets used to milled grains, provide him with boiled vegetables (preferably cooked in steam) and mashed ones (such as pumpkins, squash and potatoes).
- 3- Then provide your child with boiled and mashed ripe fruits (such as apples, pears and bananas) after he gets used to the vegetables. It is not advisable to provide him with fruits before vegetables so that the child does not reject the vegetables for being accustomed to the sweet taste of the fruit.
- 4- To increase the amount of protein, add the chopped meat such as beef or lamb, chicken or fish.

The quantity to be given to the child:

Start by giving your baby 2-3 large spoons of the well mashed foods and then increase the quantity gradually until to reach up to 8 large spoons or about ½ a cup (125 ml) at the age of 8 months.

In these recommendations, the size of each cup = 250 ml Or 8 ounces - and the measure of the large spoon = 15 ml

- ❖ Uses words or movements or tells you or shows you that it needs to use the children potty.
- ❖ Walks to the seat of children potty and sits on it.
- ❖ He can pull his pants up and down

Toilet Training Methods:

- ❖ **Get ready:** Make sure that you have enough time to devote to the training of your child on how to use the toilet. Choose a time free of major changes, for example, moving to a new house or the birth of a new brother. The warmer months may be easier because your child will be wearing fewer clothes.
- ❖ **Prepare your child:** Encourage your child to tell you if he needs to go to the toilet and then train him how to use the right words. Dress him easy taken out clothes.
- ❖ **Preparation of a child's potty:** Make sure that children's potty is in a position that makes it easy for your child to climb on it.
- ❖ **Start the new routine step by step:**
 - Show where is the children's potty.
 - Explain the new bathroom routine with simple steps.
 - Let your child sit fully dressed on the children potty.
 - Thereafter, encourage your child to sit on the children potty after removing his wet or dirty diaper.
 - After a day or so, take your child to the children potty several times a day
 - Finally, begin the new routine with your child by allocating specific times each day, and these times could be after your child wakes up, after meals, and before the afternoon nap or sleep.
- ❖ **Praise the progress:** Encourage your child to tell you when he needs to go to the bathroom, praise him when he tells you, do not punish him or threaten him with punishment, because the encouragement and support will encourage your child to continue to try and takes the next step.
- ❖ **Training clothes:** When your child has used the children potty for a week or two weeks successfully, you can start using cotton pants or training pants.

Challenges of how to train him to use the toilet:

- ❖ If your child resists following the instructions or the use of children potty, this most likely means that he is not ready to be trained to do so, do not give him the option to use the children potty or not because this can lead to long-term conflicts between you and him or slows down the toilet training. Stop for some time and try again when your child is ready.
- ❖ If your child suffers from constipation, he may resist toilet training.
- ❖ If your child has special needs, you may need further guidance from your doctor to decide whether your child is ready to begin toilet training.

When should you seek help:

If your child has not learned or refuses to toilet training after several months, or if your child is older than 4 years of age, check with your family doctor.






معرض الصناعات والبناء السادس
Industries & Construction 6th Exhibition
بفندق الجميرا - الكويت
Jumeirah Messilah Hotel
٥ - ٨ ديسمبر 2016 5 - 8 December 2016



Organizing & Managing **50186286**
Tel.: (+965) 22417037 / 8
(+965) 22468645
Fax: (+965) 22468646
www.expo-tag.com

Expotagkw
Expotagq8
Expo-tag

مهرجان خصومات مواد البناء والتشطيبات والديكور
والآثاث ومكاتب التصميمات والاستشارات الهندسية
Building, Finishing, Decorating Materials, Furniture,
Engineering & Architectural Consultants Discount Festival



Child Development

Important messages for looking after children during the periods of their growth:

- ❖ Children, in the first two years of their age, need a lot of encouragement to play and do movements with their relatives and explore their surroundings, because the mental growth will be in its maximum speed during this period of age.
- ❖ The daily routine related to the habits of eating, sleeping and cleanliness ... etc. helps the children to acquire a behavioral growth on a regular basis and the feeling of safety and peace of mind.
- ❖ The child can be assisted to learn the skills of communication

- through talking and listening to him as well as playing with him.
- ❖ Playing has great importance in a child's life because it will give him the opportunity to learn and develop the abilities to solve problems, choose positions and imitate others.
- ❖ Diseases affect the growth of the child, so the child must be vaccinated and his development should be followed up as well as presenting him to the doctor when there is a need for that.
- ❖ The protection of children against the physical and psychological harms will help them to gain confidence, learning and exploration.

Dear mother, please monitor your child and at the same time note that there is a difference in development between children:

At birth:

- ❖ While he is lying on his stomach, he will move his head from time to time.
- ❖ He focuses his looking on his mother while she breast feed him.
- ❖ He will be afraid or keeps silent when he hears a loud voice.

3 months:

- ❖ He keeps silent or turns his head when he hears voices.
- ❖ He will trace a colored toy at the distance of 15-20 cm.
- ❖ While he is lying on his stomach, he will move his head.
- ❖ He woos and smiles for the surrounding faces.

6 months:

- ❖ While he is lying on his stomach, he will lift his head and chest while being supported on his hands.
- ❖ If you put a shaking toy in his hand he will hold it for several minutes.
- ❖ Turns towards the sound source.

9 months:

- ❖ He will hold toys in his hands and hits them by each other.
- ❖ Pays attention to the music of the TV or the radio.
- ❖ He can sit alone and may be able to crawl.

12 months:

- ❖ He understands the meaning of "No".
- ❖ Likes to discover what is around him.
- ❖ Begins his first steps.
- ❖ Pronounces 2-3 words.

18 months:

- ❖ Walks alone.
- ❖ Holds a cup in his hands.
- ❖ He helps you while you dress him, such as raising his hands up.
- ❖ Points out to some of his body parts.
- ❖ Knows a number of words from 7-20 words.

24 months:

- ❖ He names a familiar image or shape such as a cat.
- ❖ He climbs the stairs while standing up without assistance.
- ❖ Takes food with a spoon and feeds himself.
- ❖ Likes to play alone.

36 months:

- Goes to the bathroom alone.
- Tells stories about what happened during the day.
- Likes to play with others.



Walk Learning



Should I buy a walker for my child to help him learn how to walk?

- ❖ The child needs to be rolling over, turning up, crawling, sitting and playing on the ground so as to perform the essential skill of walking. In reality, the walker will not contribute to teaching your child how to walk, and the frequent use of it may delay a little bit the development of this skill in your child.
- ❖ Many people believe that when a child is being engaged in his small "wagon", this means that he is safe and can possibly be left unattended for short periods. In fact, you need a bigger attention when your child is in the walker and it is more secure if you leave your child on the ground in a room free of dangers, because the rate of accidents and injuries will increase in the walkers more than any other device or other special purpose of small children. The reason is that the walker will supply the child with additional speed (the child can reach up to one meter in the moment at one pace), and this will make him be subjected to multiple dangers. Injuries often occur when a child's walker stumble and fall from the top of the stairs or hits the furniture.
- ❖ Also, the walker allows the child to have access to the objects of the house which may cause him poisoning such as perfumes and the tools of cleaning although they may be left in a safe place previously.

Training on how to use the toilet



Training on how to use the toilet or children's potty (a special vessel for children to urinate and defecate in) is teaching the kids how to control the bowel and the bladder. The training on this event must be made between the ages of 2 and 4 years old, and according to the type of child and the speed of cognitive growth. This requires those who are in charge of the training process to be patient, and to give the child daily attention and encouragement.

The best time to start training:

- ❖ Training on how to use the toilet depends not only on the child's age, but also on how he is ready mentally, emotionally and physically.
- ❖ Children often need to some months to control their bowel and bladder during the day. And most often, the control during the night needs a longer time which may sometimes extends to several months or even years.

Signs to indicate that your child is ready to begin toilet training:

Your child may be ready when:

- ❖ He can stay dry for several hours.
- ❖ Follows the instructions consisting of one or two steps.
- ❖ Knows he needs to go to the toilet.



Child's Growth and Development:

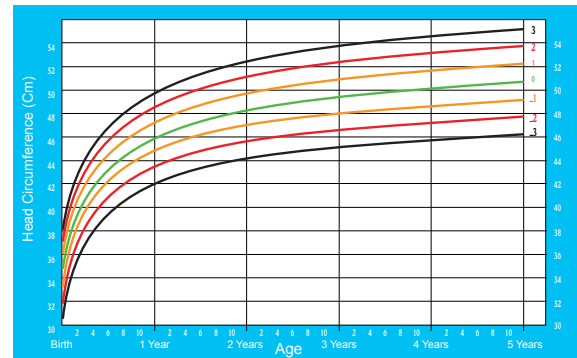
Growth curves:

Through growth curves, the doctor can follow up and assess your child's growth during his different stages. If your child is sick or is suffering from health problems, this would negatively affect the child's growth and development. You can use growth charts in order to monitor your child's growth if you personally measures the weight, and the nurse will help you to know how to use the charts and understand what they mean. If your child is immature, you will need to correct his age, taking into account his age in the uterus until he completes two years of his age.



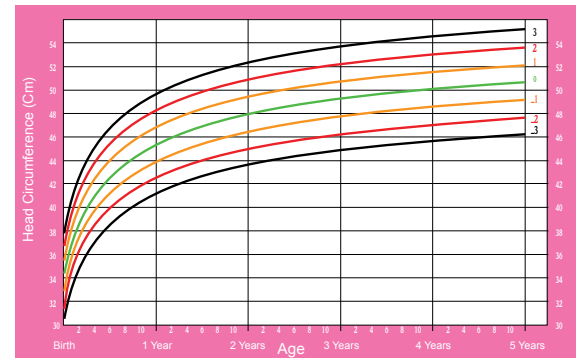
Head Circumference-for-Age (Boys)

Birth to 5 years (z-scores)



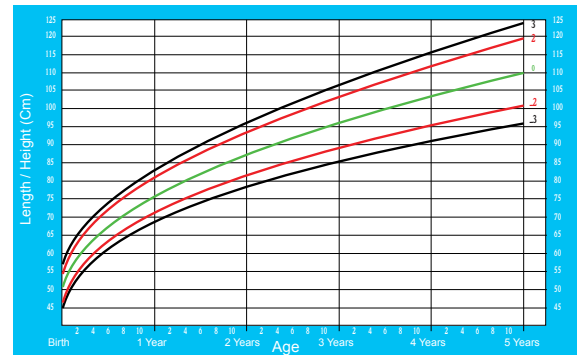
Head Circumference-for-Age (Girls)

Birth to 5 years (z-scores)



Length / Height-for-Age (Boys)

Birth to 5 years (z-scores)



Length / Height-for-Age (Girls)

Birth to 5 years (z-scores)

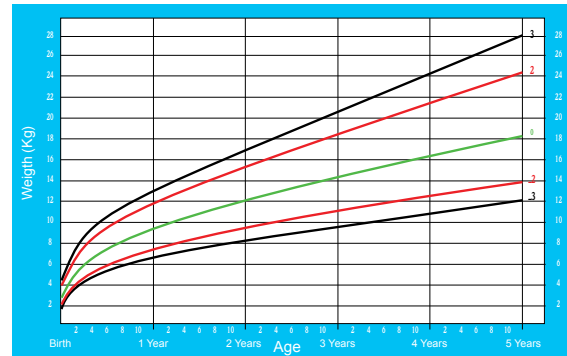


■ The green curve is the normal range



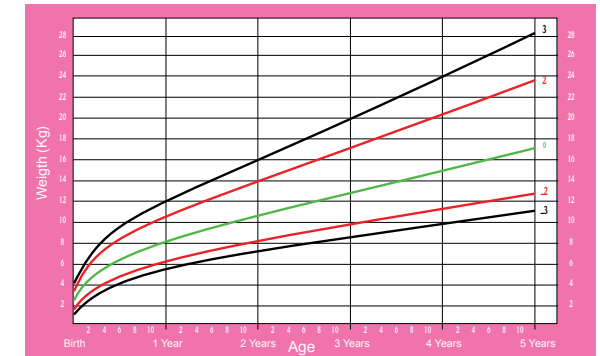
Weigh-for-Age (Boys)

Birth to 5 years (z-scores)



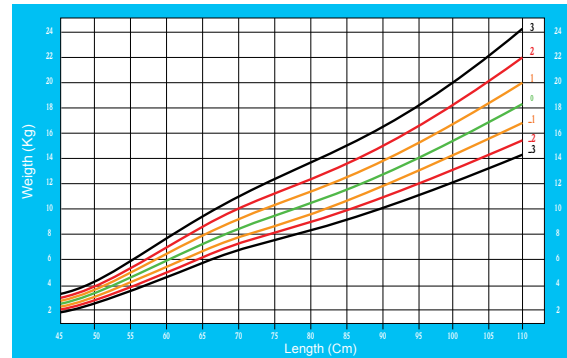
Weigh-for-Age (Girls)

Birth to 5 years (z-scores)



Weigh-for-Length (Boys)

Birth to 2 years (z-scores)



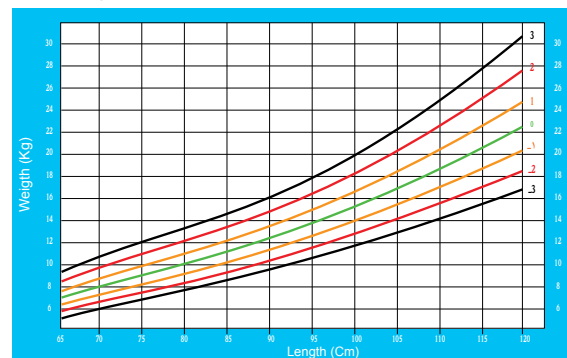
Weigh-for-Length (Girls)

Birth to 2 years (z-scores)



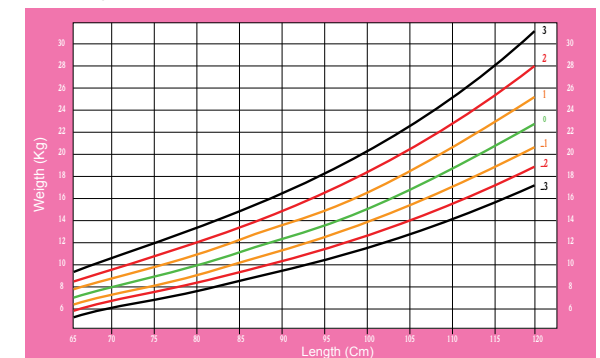
Weigh-for-Length (Boys)

2 to 5 years (z-scores)



Weigh-for-Length (Girls)

2 to 5 years (z-scores)



■ The green curve is the normal range



Kuwait Red Crescent Society Participates In the First Kids Festival

The Kuwait Red Crescent Society is a humanitarian voluntary society which provides the necessary assistance and aid to the weakest cases without segregation between any religion, sect, gender or colour, disregarding the political and intellectual beliefs.

One of the society's objectives is to ensure the realization of the social and health care for the needy classes as well as contributing to the disaster recovery operations and provision of first aid services.

Within its preparatory activities for the winter season, the Kuwait Red Crescent Society intends to launch its campaign titled "Warm Winter Campaign" for supporting the Syrian refugees in Lebanon and Jordan in order to keep them warm by raising donations for providing them with a set of the properly equipped and insulated tents, bearing in mind that the Insulated Tents Project was awarded the Creativity Prize by the International Red Cross Committee.

In addition to that, the campaign aims at providing the different warming materials such as the warm winter clothes and new blankets. The objective of the Warm Winter Campaign is to distribute the necessary assistances and aids to the largest possible number from the Syrian refugees, before the arrival of the winter season, so that they can be quite ready to the hard winter and the snow.

Accordingly, the Kuwait Red Crescent Society receives donations through its website: krccs.org.kw or at its headquarters.



هدايا
ومسابقات
وجوائز وترفيه

2017

إدارة وتنظيم
Managing & Organizing



إكسبو تاغ
للتظيم المعارض والمؤتمرات

المهرجان الخامس «أحبك يا أمي»

5th Festival «Love You Mom»

love you,
Allom
HAPPY MOTHER'S
DAY

9-10-11 March 2017 - The Avenues - بمجمع الأفنيوز ٢٠١٧ مارس ٩-١٠-١١

Tel.: (+965) 50186286 - 22417037 / 8 - 22468645
Fax: (+965) 22468646
info@expo-tag.com www.expo-tag.com
Expotagkw Expotagq8 Expo-tag



Al Sayer Invites Entries For

The 11th Toyota Dream Car Art Contest 2017

One of the largest global art contests for children

Draw your Dream Car Express Your Creativity



Since 2004, the Toyota Dream Car Art Contest has been conducted as part of Toyota's social contribution initiatives. The contest is held to cultivate children's imagination and artistic expression through the creation of artworks. In 2015 alone, there were 875,000 entries from approximately 81 countries and regions around the globe.

The "Local Contest in Kuwait" managed by Al-Sayer Group Holding will announce National Contest Winners who will be representing Kuwait entering into the "World Contest," which will be held in Japan.

Target Applicant	15 years old and younger, and who live in Kuwait.
Contesting Age Groups	Category 1: Under 8 years old Category 2: 8-11 years old Category 3: 12-15 years old



AL-SAYER GROUP HOLDING

For more information please contact:
Tel: 1803803 EXT 1085 and 1082
Email: dreamcar@alsayergroup.com
URL: www.alsayergroup-csr.com

Preparation and delivery of specialized & diversified training courses that aim at developing the technical & social skills and knowledge about family issues and the art of dealing with others in addition to other important issues for our life. Planning and implementation of media programs via different mass media in order to enhance the people's awareness of societal issues and their social impacts.

Working as an active partner with NGOs in order to encounter the challenges resulting from the different social & societal matters that concern the decision-makers.

Rendering scientific consultancy to governmental and non-governmental institutions & authorities in the fields of social development, human relations and crisis management, particularly in the family field work field.

Third: Social Development Office's Field of Work

The Social Development Office provides various free volunteering services to the different classes of the society represented by the psychological and social fields. These services are rendered to individuals, families and the society as a whole. These services can be briefed in the following:
Individuals: The office deals with the different age groups of individuals with their educational levels. For this task, the Social Development Office allocated a selected staff of qualified experts and specialists in order to provide consultancy and advice to individuals.

Family: The service is provided to such families where social relations are disturbed whether among spouses or children. For those people, the Social Development Office prepared guiding, training and informational programs that aim at rehabilitating such families so as to become a valid and healthy social environment.

Community: The service is rendered through working closely with NGOs and similar institutions in order to contribute to the specialized services of the office as well as its researches, studies, training & media programs so as to find a healthy social environment in the society.

Fourth: Work Principles in Social Development Office

The Social Development Office works according to various and diversified principles and frameworks of multiple aspects and human goals represented by research and consultancy matters as well as the due cooperation with the surrounding environment such as NGOs and the related service authorities besides the public utility societies with a volunteering work nature.

Fifth: Branches of Social Development Office

The Social Development Office practices its activity through such branches that represent a small symbolic model of the office headquarters available in Mirghab Area, Kuwait City, where it renders its services to citizens at the different Governorates.

Mansouriya Branch: Tel. No.: 225406996 Ext.: 205/206/207

Yarmouk Branch: Tel. No.: 25336484 Ext.: 162/184/362

Jahra Branch: Tel. No.: 24568450 / 24568452



Psychological Tests Center
 Psychological Tests Your Way to Know Yourself



Vital Information Center
 Change Begins from You



Guidance & Vocational Rehabilitation Center
 Know Your Tendencies.. To Facilitate The Route of Your Life



Children & Teenagers Center
 The Road to Modify Child & Teenager Route



Audio & Pronunciation Center
 Your Road to Communicate with others



Telephone Consultancy Center
 Contact... For Telephone Consultation



Social Development Office

First: Social Development Office's Message:

The Social Development Office was established in April 1992 under an imitative by His Highness The Ex-Amir of Kuwait, the late/ Sheikh Jaber AL-Ahmed AL-Jaber AL-Sabah, for the purpose of overcoming and confronting the impacts & challenges posed by the Iraqi invasion and occupation to the State of Kuwait, that had occurred in the 2nd of August 1990, as well as working for rehabilitation of the Kuwaiti personality by refining it from the resultant residuals of the psychological, social and educational sufferings so that it can restore its security, tranquility and reassurance and thereby it can be an effective & efficient member of the community.

Having properly carried out and played its entrusted role by identifying the pathological cases that resulted from the occupation as well as providing them with the necessary guiding services so that they can restore their psychological capabilities, the Social Development Office began to think

seriously in assuming an additional new role besides its guiding & therapeutic role. This new role is represented by working for involving the office in the wide range of the social development.

Hence, the Amiri Order No. 165 of 2010 was issued and raised the ceiling of the office objectives as well as its respective message from focusing on an only one to four objectives, including the call upon the office, and those who are in charge of it, to cope with the State's development projects by participating in the awareness campaigns and working as an active partner with the other civil work organizations for the clarification of the social and developmental aims of the governmental projects, in addition to inviting both the private, joint and cooperative sectors as well so as to participate in these projects, besides the call for increasing and enhancing the concept of national unity among the citizens.

In addition to the foregoing, there are certain behavioral aspects that are still in need of treatment and rectification

which the office has to face, such as the late attainment of educational studies, low work productivity, aspects of violence, aggression and causing harm to others, in addition to certain other behaviors & conducts which are out of the well known values of our community.

Thereafter, the Amiri Order No. 406 of 2011 was issued and added new tasks and objectives to the Social Development Office in order to achieve its intended and prescribed goals, which are represented by the following:

Promote the concept of partnership with the official institutions and NGOs as well as working for widening their ranges & dimensions so as to become joint quality entities & bodies that can help both the executive & legislative authorities in the decision making process in a proper manner, because this will be a very important matter in the near future.

Therefore, the Social Development Office, within its recent tends & goals, is looking for proceeding on with this direction as well as for dealing with NGOs with transparency for it believes that this path will realize many good things to the nation, and it will also provides the decision-makers in the executive & legislative authorities with the expected social role and corresponding opinion by virtue of that it is originated from such a popular sense which is well aware of the sufferings of the people and thus better deals with their concerns and future ambitions.

Second: Work Mechanisms of Social Development Office

The Social Development Office is one of those institutions which are characterized by their scientific nature and thereby work according to a multi-purpose scientific & profession methodology and adopt various ways for confronting the psychological and social crisis & aspects.

Hence, the Office is quite keen to lay down a set of the appropriate diversified practical, scientific & professional work mechanisms that focus on the following reasons:

Conduction of field researches & studies about the social phenomena & problems as well as the societal issues that concern the Kuwaiti community and its individuals.

Rendering the psychological, social and educational guidance & advice by identifying the problem, examining it and then providing the various solutions & alternatives that enable the person to overcome his problems, restore his self-confidence as well as his productive psychological abilities.

Organization of specialized scientific conferences & seminars and participating in the local, regional and international conferences & seminars related to the fields of work of the office.





KIDS
Festival

مهرجان الطفل
بمناسبة اليوم العالمي للطفل



مجموعة السايير القابضة
Al Sayer Group Holding

Participants



**AL Kharafi Activity Kids Center
Sanad Kuwaiti Foundation
for Disabled Children**



مركز الكرافى لأنشطة الأطفال المعاقين
AL-KHARAFI ACTIVITY KIDS CENTER

Sector: Private
Language: Arabic / English
Ages: From 4 to 13 years old (males and females) post school program,
and from 13 to 30 years old (females) rehabilitation program.
Curriculum: Arabic / English

Services and Activates

- 1 – Entertainment services:
 - Art & handcraft activates, P.E., Theatre acting, life skills, library, computer, outside gardening, cooking & housekeeping.
- 2 – Rehabilitation Services:
 - Physiotherapy & Occupational therapy-SL therapy Makaton linguistic Communication program, sensory rooms, psychological services
- 3 – Training services:
 - Lectures, workshops, specialized training courses in playing, training of volunteers (individual or institutions), field training for specialists in guiding & advising parents.

Admission Requirements:

- 1- A certificate that confirms the child's disability.
- 2- Applicant must be registered at a school or any special needs institution.
- 3-Should be free from contagious diseases.

Address: Kwt, Mobarak Abdullah Al-Jaber B.6, St,1
Tel.: (+965) 25396278/9 **Fax:** (+965) 25396271

Website: info@kharafi-akc.org.k.w
Email: kharafi2005@hotmail.com



@Kharafi_Kids

@Kharafikidscenter
مركز الكرافى لأنشطة الأطفال المعاقين

@Kharafi_Kids

@Kharafi_Kids

25396278



Daily Kids Activities in the Festival

Thursday
17/11/2016
5 pm - 8:30 pm

Fri. 18/11 2 pm - 8 pm

Saturday
19/11/2016
11 am - 8 pm

Entertainment Shows for kids

Thursday
17/11/2016
7 pm - 9 pm



Open Sesame

Friday
18/11/2016



INDEX

Child & Health

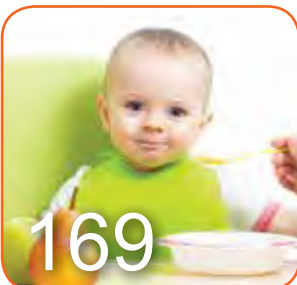
- 177 A Child's Health from Birth to Five Years.
- 169 Feeding Children from Birth to Five Years.
- 164 Teeth.
- 163 Safety guidelines at home.
- 159 Care for a Sick child.
- 157 A Child is Injured if Shaken.
- 155 Cardiopulmonary Resuscitation.
- 152 What is an Allergy?
- 149 What causes Choking?
- 147 Nutrition of Students.



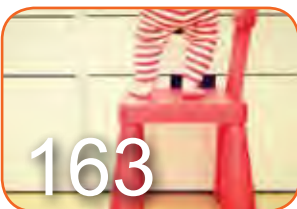
177



164



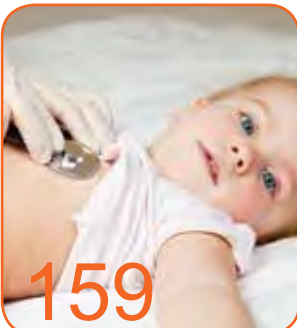
169



163



157



159



147



152



155

INDEX

Child & Life

- 139 Dealing with Children Anger.
- 136 When a Child Chooses to Keep Silent.
- 135 Behavior Modification Technique by the Child.
- 134 How Can the Children Bear Responsibility.
- 133 Maintaining Child Safety from Sexual Abuse.
- 131 How to Raise your Child!!
- 129 The Elegance of Your Child.
- 127 Child Protection Team in Kuwait.
- 125 Child & Teenager's Room Decor.



139



129



136



125



119



113



109



105

Child & Education

- 119 Learning Difficulties in Children.
- 113 Development of Skills & Hobbies.
- 109 9 Advices for managing Children's Dedicated Time for Technology.
- 105 The Importance of Sports for Children.



Novalac
Genio
ON BOARD

Genio plane is landing in Kuwait
Join us at Avenues Mall
November 17 - 19



			
FUELED WITH OMEGA 3, 6 & 9 مغذية بأوميغا 3 و 6 و 9	MAXIMUM IRON غنية بالحديد	HIGH IN VITAMIN D عالية بالفيتامين د	100% EXCELLENCE متفوقة 100%

Novalac
Genio
3 PLUS

تفوق مع

www.novalac.me

GenioKids BabyGenio



Complete nutrition
for your baby
الغذاء المتكامل
لطفلك



100%
طبيعي natural

- NO Preservatives خالي من المواد الحافظة
- NO Artificial Flavors خالي من النكهات الصناعية
- NO Added Sugar بدون اضافة سكر



خطة "التعليم بلس" لضمان مستقبل أبنائنا

تنمو تكاليف التعليم بمعدلات متسارعة... لذلك باتت الحاجة إلى تخطيط مالي سليم يضمن الوفاء بهذه المتطلبات، ومن خلال خطة "التعليم بلس" يمكننا أن نعمل معاً على تحقيق طموحات أبنائنا.

The world celebrates the **Universal Children's Day** being a day for brotherliness, mutual understanding and the amusement of children all over the world. This **day** coincides with the adoption by the United Nations` General Assembly of the Declaration on Child`s Rights Convention in 1989.

WHAT ARE THE CHILD`S RIGHTS?

- THE RIGHT TO LIFE
- THE RIGHT TO HEALTH
- THE RIGHT TO EDUCATION
- THE RIGHT TO HOUSING
- THE RIGHT TO A SUITABLE STANDARD OF LIVING
- THE RIGHT TO FOOD
- THE RIGHT TO AMUSEMENT AND PLAYING

DECLARATION ON CHILD`S RIGHTS:

First:

Every child, without exception, has the right to enjoy these rights, without any differentiation or discrimination by the reason of his color, gender, religion, national or social origin, wealth, lineage or other position, whether of himself or his family.

Second:

The child shall enjoy a kind of special protection, and he shall be granted the necessary chances and facilities for his physical, mental, moral, spiritual and social growth, a natural and proper growth within an atmosphere of freedom and dignity.

Third:

The child, since his birth, has the right to have a name and a nationality.

Fourth:

The child shall enjoy the benefits of social security and shall be entitled to the proper healthy growth. To this end, he and his mother should be given the necessary special care and protection before and after his birth. Also, the child has the right to a sufficient portion of food, shelter, recreation and medical services.

Fifth:

The child who is physically, mentally or socially disabled should be given a special kind of treatment, education and care as his condition needs.

Sixth:

A child, in order to build his own personality, needs love and understanding. That is why he must be growing up under the care of his parents and at their own responsibility, within such

an atmosphere where affection, moral and material security are prevalent. Hence, it is not permissible, except in certain circumstances, to separate a child from his mother. Further, both the community and the public authorities should provide a special care to those children who are deprived of their families as well as to those who lack adequate means of living.

Seventh:

The child is entitled to free and compulsory education, at least in the elementary school stage, and this responsibility lies primarily on his parents. Furthermore, the child must have the full opportunity to playing and recreation which should be directed towards the same objectives of education. Both the society and the public authorities shall endeavor to facilitate the enjoyment of this right.

Eighth:

The child, in all circumstances, shall be among the first to receive protection and relief.

Ninth:

The child shall be protected against all forms of negligence, cruelty and exploitation. A child may not be employed before he attains the legal age. Hence, in all circumstances, it is prohibited to force him to work or allowing him to be engaged in any profession or employment which would harm his health or affect his education, or interferes with his physical, mental or moral development.

Tenth:

The child must be protected against all kinds of practices that may lead to racial or religious discrimination or any other form of discrimination. Rather, a child must be grown up or raised on the spirit of understanding, tolerance, and friendship with peoples, peace and universal brotherhood.

Libero®

الحنان في كل لحظة
LOVE EVERY MOMENT



منطقة الشويخ، بلك 73، شارع 67، الشويخ، الكويت
تلفون: 1807777 / 2483 1000 (+965) • فاكس: 2483 4029 (+965) • Email: mnh@hajery.com
Shuwaikh Area D, Block 73, Street 67, Shuwaikh, Kuwait.
Tel: (+965) 2483 1000 / 1807777 • Fax: (+965) 2483 4029 • Email: mnh@hajery.com

Al-Hajery
since 1946

Platinum Sponsorship الراعي البلاتيني



Libero
LOVE EVERY MOMENT

**Novalac
Genio
3 PLUS**

Golden Sponsorship الراعي الذهبي



مجموعة السابر القابضة
Al Sayer Group Holding



مركز الخرافي لأشغال الأطفال المحاكين
AL-KHARAFI ACTIVITY KIDS CENTER



WARBA INSURANCE
وربة للتأمين



Participant

مشارك



بنك بوبيان
Boubyan Bank

**نونو
Nunu**



**Sylvan
Learning**

**Johnson's
Science
of the Senses**

**التجاري
Al-Tijari**



مراقبة صحة الفم والأسنان



وزارة الصحة
إدارة طب الأسنان



Kuwait National
Child Protection Program

**JERAGH
LIGHTING**



BASMA DENTAL CENTER
مركز الأسنان التخصصي لطب الأسنان

ego the science
of healthy skin



Media Sponsorship

رعاية إعلامية



الجريدة

البحر

الانباء

الواي



إدارة وتنظيم
Organizing & Managing
إكسبو تاغ
لتنظيم المعارض والمؤتمرات

Tel.: (+965) 50186286 - 22417037 / 8 - 22468645 Fax: (+965) 22468646

info@expo-tag.com www.expo-tag.com

Expotagkw Expotagq8 Expo-tag