

# DOKIMAN BRIGHT FUTURES ► PARAN

## VIZIT 18 MWA

Men kèk lide ekspè Bright Futures yo genyen ki ka gen anpil valè pou fanmi ou.

### ✓ KONPÒTMAN PITIT OU A

- Atann pou pitit ou rete kole ak ou nan nouvo sitiyasyon oswa ke li pap alez ak etranje.
- Jwe ak pitit ou chak jou nan fè bagay li renmen.
- Se pou w regilye nan disiplin ak fikse limit pou pitit ou.
- Planifye davans pou sitiyasyon difisil epi eseye bagay ki ka fè li pi fasil.
- Reflechi sou jounen ou ak sou enèji ak imè pitit ou.
- Rete tann jiskaske pitit ou pare pou li apran ale nan twalet pou kont li. Siy ke li pare pou fòmasyon pou twalèt gen ladan yo.
  - Rete sèk pou 2 èdtan.
  - Konnen si li mouye oswa sèk.
  - Ka rale pantalon desann ak monte.
  - Vle aprann.
  - Kapab di ou si li pral tata.
- Li liv sou fòmasyon twalèt ak pitit ou.
- Fè lwanj lè li chita sou po oswa twalèt.
- Si w ap tann yon nouvo tibebe, ou ka li liv sou jan pou li aji antan ke gran fre ou gran se.
- Rekonèt sa pitit ou kapab fè. Pa mande l pou l fè bagay li pa pare pou l fè nan laj sa a.

### ✓ PALE AK TANDE

- Li epi chante pou pitit ou souvan.
- Pale sou foto yo epi dekri foto yo nan liv yo.
- Sèvi ak mo senp ak pitit ou.
- Sigjere mo ki dekri emosyon pou ede pitit ou aprann langaj santiman yo.
- Poze pitit ou kesyon senp, bay lwanj pou repons yo, epi eksplike l senpleman.
- Sèvi ak mo senp ak klè pou di pitit ou sa ou vle li fè.

### ✓ BON KALITE MANJE

- Ofri pitit ou bon kalite manke ak snack, espesyalman legim, fwi, ak pwoteyin.
- Bay yon gwo repa ak kèk ti snack chak jou.
- Kite pitit ou decide ki kantite pou l manje.
- Bay pitit ou 16 a 24 ons lèt chak jou.
- Konnen ke ou pa bezwen bay pitit ou ji. Si w fè sa, pa bay plis pase 4 ons ji 100% pa jou epi sèvi li ak manje.
- Bay timoun pitit ou anpil chans pou l eseye yon nouvo manje. Pèmèt li manyen epi mete nouvo manje nan bouch li pou li ka aprann sou yo.

### ✓ PITIT OU AK TELEVIZYON

- Fè aktivite ak pitit ou tankou lekti, jwe jwèt, ak chante.
- Se pou nou aktif ansanm an fanmi. Asire w ke pitit ou aktif nan kay la, nan gadri, epi ak bebisitè yo.
- Si w chwazi prezante medya kounye a:
  - Chwazi bon jan kalite pwogram ak aplikasyon.
  - Sèvi ak yo ansanm.
  - Pa kite li gade plis ke 1èdtan televizyon pa jou.
- Evite itilize televizyon, tablèt, oswa smafòn pou kenbe pitit ou okipe.
- Ou dwe konnen ki kantite medya ou menm.

**Resous Itil:** Lij Èd Pwazon: 800-222-1222

Enfòmasyon Sou Syèj Sekirite Machin: [www.safercar.gov/parents](http://www.safercar.gov/parents) | Lij Dirèk san frè sou Sekirite Oto: 888-327-4236

# VIZIT 18 MWA—PARAN



## SEKIRITE

- Asire w ke chèz sekirite machin pitit ou ap fè fas ak dèyè jiskaskè li rive nan pi gwo pwa oswa wotè fabrikan chèz sekirite machin lan otorize. Sa pral pwobableman apre dezyèm anivèsè nesans lan.
- Pa janm mete pitit ou sou chèz devan yon machin. Se chez deye machin la ki genyen plis sekirite.
- Tout moun ta dwe mete yon senti sekirite nan machin nan.
- Kenbe pwazon, medikaman, ak gazon ak founiti pou netwaye nan kabinèt ki fèmen akle, kote pitit ou pa ka we yo ni rive manyen yo.
- Mete nimewo Èd Pwazon nan tout telefòn, tankou telefòn selilè. Rele si ou enkyete pitit ou vale yon bagay danjere. Pa fè pitit ou vomir.
- Lè ou soti, mete yon chapo sou pitit ou, fè l mete rad pwoteksyon solèy, epi aplike krèm pwotèj kont solèy ak SPF nan 15 oswa pi wo sou po ekspeze l' yo. Limite tan deyò lè solèy la pi fò (11:00 am–3:00 pm).
- Si li nesèsè kenbe yon zam nan kay ou, sere li dechaje avek bal you a pa .

## KI SA OU DWE ATANN NAN PITIT OU NAN VIZIT 2 ANE

### Nou pral pale avek ou sou:

- Ki jan pou prna swen pitit ou, fanmi ou, ak tèt ou
- Jere konpòtman pitit ou
- Apran pitit ou a pale
- Aprna li ale nan twalet pou kont li
- Kenbe pitit ou an sekirite lakay ou, deyò, ak nan machin nan

Bagay ki konsistan ak *Bright Futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents, 4th Edition*

Pou jwenn plis enfòmasyon, ale nan <https://brightfutures.aap.org>.

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



Enfòmasyon ki nan dokiman sa a pa dwe itilize kòm yon ranplasan pou swen medikal ak konsèy pedyat ou. Ka gen varyasyon nan tretman ke pedyat ou ka rekòmande ki baze sou reyalyte ak sikonstans endividyèl. Dokiman orijinal enkli kòm yon pati nan *Bright Futures Tool and Resource Kit, 2nd Edition*.

Enklizyon nan dokiman sa a pa vle di yon andòsman de American Academy of Pediatrics (AAP). AAP pa responsab pou kontni resous ki masyone nan dokiman sa a. Adrès sit entènèt ki pibliye yo aktyèl, men yo ka chanje a nenpòt ki lè.

American Academy of Pediatrics (AAP) pa revize oswa andose okenn modifikasyon ki fèt nan dokiman sa a epi nan okenn ka AAP a pa dwe responsab pou nenpòt ki chanjman sa yo.

Tradiksyon sa a te posib gras ak gwo sipò manm yo, anplwaye yo, ak biznis ki fè don pou AAP Friends of Children Fund.

Haitian Creole translation of *Bright Futures Parent Handout: 18 Month Visit*. © 2019 American Academy of Pediatrics.

© 2022 American Academy of Pediatrics. Tout dwa rezève a otè a.