

DOKIMAN BRIGHT FUTURES ► PARAN

VIZIT 9 MWA

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

✓ KIJAN FANMI OU YE

- Si ou santi ou pa an sekirite nan kay ou oswa yon moun te frape'w, fè nou konnen. Liy dirèk ak ajans kominotè yo ka bay èd konfidansyèl tou.
- Kenbe kontak ak zanmi ak fanmi.
- Envite zanmi oswa antre nan yon gwoup paran.
- Pran tan pou tèt ou avèk patnè ou.

✓ TIBEBE W LA K AP CHANJE AK DEVLOPE

- Kenbe menm program chak jou pou tibebe w la.
- Kite tibebe ou explore anndan ak andeyò kay la. Rete avèk li pou kenbe l an sekirite epi santi l an sekirite.
- Konnen bien sa ti bebe'w ka fe ak sa'l pa ka fe nan laj sa a.
- Rekonèt ke tibebe w lan anvi kominike avèk lòt moun, men li pral enkyete tou lè li separe de ou. Li se nomal pou li kriye le li pa we'w. Rete ke pose.
- Sipòte aprantisaj tibebe w la, bay boul tibebe li yo, jwèt ki woule, blòk, ak resipyan pou jwe avèk li.
- Ede tibebe w la lè li bezwen li.
- Pale, chante, epi li chak jou.
- Pa pèmèt tibebe w la gade televizyon oswa itilize òdinatè, tablèt, oswa telefòn mobile.
- Konsidere fè yon plan medya fanmi an. Li ede ou fè règ pou itilize medya ak tan ekran balans ak lòt aktivite, ki gen ladan fè egzèsis.

✓ DISIPLIN

- Di tibebe w la nan yon bèl fason kisa li dwe fè ("Li le pou manje"), olye sa pou li pa fè.
- Rete konsistan.
- Sèvi ak distraksyon nan laj sa a. Pafwa ou ka chanje sa tibebe w la ap fè lè ou ofri yon lòt bagay tankou yon jwèt li pi renmen.
- Fè bagay yo jan ou vle tibebe w la fè yo—ou se modèl pou tibebe w la.
- Sèvi ak "Non!" sèlman lè tibebe w la pral blese oswa blese lòt moun.

✓ NOURI TIBEBE OU

- Pran pasyans ak tibebe w la pandan l ap aprann manje san èd.
- Konnen ke manje sal nomal.
- Mete aksan sou manje ki bon pou tibebe w la. Ba li 3 manje ak 2 a 3 ti goute chak jou.
- Kòmanse bay plis manje tab. Pa gen manje yo dwe kenbe eksepte siwo myèl kri ak gwo moso ki ka kroke nan goj li e fe'l toufe.
- Pa bal manje ki pwes menm jan an oswa ki gen menm kantite an chak jou.
- Pa bay tibebe w bwason gazez, te, kafe, ak bwason awomatize.
- Evite bay tibebe w twòp manje. Kite l deside kilè li plen e li vle sispann manje.
- Kontinye eseye nouvo manje. Tibebe yo ka di non pou yon manje 10 a 15 fwa anvan yo eseye li.
- Ede tibebe w la aprann sèvi ak yon tas.
- Kontinye bay tete toutotan ou kapab epi tibebe ou vle. Pale avèk nou si ou gen enkyetid sou sevraj.
- Kontinye ofri lèt tete oswa let bebe ranfòse ak fè jiska laj 1 ane. Pa chanje al nan lèt bèf jouk lè sa.

VIZIT 9 MWA—PARAN



SEKIRITE

- Sèvi ak yon chèz bebe ki vire gade dèyè sou chèz dèyè a nan tout machin.
- Fè chèz sekirite machin tibebe ou a ap fè fas ak dèyè jiskaske li rive nan pi gwo pwa oswa wotè fabrikasyon chèz sekirite machin lan otorize. Nan pifò ka yo, sa a pral byen pase dezyèm anivèsè nesans la.
- Pa janm mete tibebe w la sou chèz devan yon machin ki gen yon èbag pasaje.
- Sekirite tibebe w la depann de ou. Toujou mete senti sekirite pou janm ak zepòl ou. Pa janm kondwi apre ou fin bwè alkòl oswa lè ou itilize dwòg. Pa janm voye tèks oswa itilize yon telefòn selilè pandan w ap kondwi.
- Pa janm kite tibebe w la pou kont li nan machin nan. Kòmanse abidid ki anpeche ou bliye tibebe a nan machin nan, tankou mete telefòn selilè ou sou chèz dèyè a.
- Si li nesèsè kenbe yon zam nan kay ou, estoke li dechaje ak fèmèn ak minisyon an fèmèn separeman.
- Mete pòtay sou tèt ak anba mach eskalye yo.
- Pa kite bagay lou oswa cho sou nap ke tibebe w la ka rale.
- Mete baryè bo kote aparèy chofaj espas yo epi pa kite kòd elektrik kote tibebe w la ka rive.
- Pa janm kite tibebe w la pou kont li nan dlo oswa toupre dlo, menm sou yon chèz oswa yon ano pou benyen. Se pou ou toujou nan distans bra ou.
- Kenbe pwazon, medikaman, ak pwodui netwayaj yo fèmèn epi kote tibebe w la pa ka wè yo ni rive jwenn yo.
- Mete nimewo liy Pwazon Èd la nan tout telefòn, tankou telefòn selilè. Rele si ou enkyete tibebe w la vale yon bagay danjere.
- Enstale gad fenèt ki fonksyone byen sou fenèt nan dezyèm etaj la ak pi wo. Fonksyone byen vle di ke, nan yon ijans, yon granmoun ka louvri fenèt la.
- Kenbe mèb lwen fenèt yo.
- Kenbe tibebe w la sou yon chèz wo oswa nan yon pak lè w nan kwizin nan.

KISA POU KAP VINI NAN VIZIT 12 MWA TIMOUN OU AN

Nou pral pale avek ou sou:

- Pran swen pitit ou, fanmi ou, ak tèt ou
- Kreye woutin chak jou
- Nouri pitit ou
- Pran swen dan pitit ou
- 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 reyalye ak sikonstans endividyèl. Dokiman orijinal enklè 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 mansyone 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: 9 Month Visit*. © 2019 American Academy of Pediatrics.

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