

# ټولګي او پروګرامونه

ستاسې د ماشوم خوندي ساتلو کې مرستې لپاره د سنوهوميش کاونټي وړيا سرچينې.



## د موټر سيټونه

زده کړې چې څنگه په خوندي ډول خپل د موټر يا بوستر سيټونه د زيربڼو تر د لوبانو د سيټ کمربند پورې وکاروئ. د وړيا ټولګي لپاره نوم ليکنه وکړئ: [www.southsnofire.org/carseats](http://www.southsnofire.org/carseats)

د ماشوم سپرلۍ د خونديتوب تصديق لرونکي تکنيشين سره خپل د موټر سيټ وړيا چيک کړئ: [cert.safekids.org/find-tech](http://cert.safekids.org/find-tech)



## د موټرسايکل يا بايک هيلميت

د ټولو ويل لرونکي فعاليتونو پرمهال بايد هيلميت واغوستل شي پشمول د بايک، سکوټر، سڪيټبورډ او سڪيټ. د بايک هيلميت ته اړتيا لرئ مګر اخيستلی يې نشئ؟ مور سره په اړيکه ونيسئ، مور ممکن وکړي [outreach@southsnofire.org](mailto:outreach@southsnofire.org) شو چې مرسته وکړو. مهرباني وکړئ په ياد ولرئ چې اکمالات محدود دي.



## د ماشوم خونديتوب

زده کړې چې څنگه خپل ماشوم خوندي وساتئ هغه که په کور کې، په لوبو کې يا هم په سړک کې وي. د وړيا ټولګي لپاره نوم ليکنه وکړئ: [www.southsnofire.org/classes](http://www.southsnofire.org/classes). مور د ماشوم خونديتوب وسيلو محدود اکمالات هم لرو لکه د کړکۍ کولپونه د کړکۍ څخه لويډو مخنيوي لپاره، د المارۍ کولپونه د مسموميت مخنيوي لپاره او د لوګي الارمونه. مور سره په د نورو معلوماتو لپاره اړيکه [outreach@southsnofire.org](mailto:outreach@southsnofire.org) ونيسئ.



## د ژوند جاکټونه

په ټول سنوهوميش کاونټي کې په ګډون کونکي موقعيتونو کې د ورځې استعمال وړيا د ژوند جاکټونو اګمال کولو لپاره Safe Kids Snohomish County (د خوندي ماشومانو سنوهوميش کاونټي) د Snohomish County Parks (د سنوهوميش کاونټي پارکونو) او د ولسوال دفتر سره مشارکت کړي. کابينونه د ميموريل ورځې د اونۍ پای څخه تر د کارګر ورځ پورې پرانيستي دي. د نورو معلوماتو لپاره، ليدنه وکړئ: **د ژوند جاکټ د پور پروګرام**

<https://parks.state.wa.us/956/Life-Jacket-Loaner-Program>

مهرباني وکړئ په ياد ولري، پروګرامونه او خدمتونه بدلیدي شي.





# ستاسې د کورنۍ خوندي ساتلو لپاره د خونديتوب لارښوونې

## د موټر سیتونه

- تاسې باید دواړه د موټر سیت او د موټر د مالک جزوه ولولئ او تعقیب کړئ.
- خپل د موټر سیت ټیټو لنگرونو یا هم د سیت کمربند کې نصب کړئ.
- هرڅومره پورې چې ممکن وي ماشومان په موټر کې داسې وساتئ چې مخ یې شا لوري ته وي، لږترلږه عمر 2 کلونه ده. دا قانون دی!
- بوستر سیتونه د 4 فټ 9 انچ پورې لوړو ماشومانو لپاره.



## د اور خونديتوب

- د خوب هرځای کې دننه او بهر د لوګي الارمونه نصب کړئ.
- کله چې د الارمونو 10 کلونه پوره شي نو بدل یې کړئ.
- خپل د کور اور څخه د تینبټې پلان تمرین کړئ.
- خپلو ماشومانو ته د لوګي د الارم غږ ورزده کړئ، د لوګي لاندې ټیټ تیر شئ او بهر د راټولیدو ځای ته لاړ شئ.



## د پیاده تلونکو خونديتوب

- د 10 کلونو څخه کم عمر ماشومان باید د لوی فرد سره د سړک څخه تیر شي.
- ماشومانو ته ورزده کړئ چې د سړک څخه د تیریدو نه مخکې کین، نښې و بیا کین لوري ته وګوري. تل د ډرایورانو سره سترګې په سترګو شئ.
- د اړخ پلي لارې او په څنډو کې د تیریدو لارې وکاروئ، د ترافیک اشارو او د سړک څخه تیریدو لارو په کارولو سره.



## خوندي خوب

- ماشوم د لومړي کال لپاره یوازې، په خپله زانګو کې، مګر تاسې سره په یوه خونه کې ویده کيږي.
- ماشومان د خوب کولو پرمهال ستونی ستغ ویده کيږي.
- ماشومان په زانګو کې د کمپلو، بمپرو، بالبنټونو او نانځکو پرته ویده کيږي.
- هیڅکله ورسره بوتل مه تکیه کوئ.



## د اوبو خونديتوب

- یو لوی فرد د اوبو د څارونکي په توګه وټاکئ، کوم داسې څوک چې وکولی شي د پام اوبنتو پرته ماشومان په اوبو کې وڅاري.
- په کښتۍ کې ګرځیدو یا په آزادو اوبو کې د لامبو پرمهال تل د ژوند جاکټ واغونډئ.
- هیڅکله یوازې لامبو مه کوئ، CPR او د لامبو خونديتوب مهارتونه زده کړئ.



## د ویل لرونکي وسیلو د سپورت خونديتوب

- د ټولو ویل لرونکي وسیلو سپورت لپاره هیلمیت واغونډئ.
- روښانه یا انعکاس کونکي کالي واغونډئ چې ډریوران مو ولیدلی شي.
- تر هغه وخت پورې تاسې د خپلو ماشومانو سره وګرځئ چې هغوی پخپله چلول زده کړي.
- د وړاندوینې وړ اوسئ، په مستقیم لیکه کې چلول وکړئ او د موټرو مینځ کې مه اوړئ. د ترافیک ټول قوانین تعقیب کړئ.

