



CHILDREN'S  
HOME  
SOCIETY OF  
CALIFORNIA  
[www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org)

Để có thêm tài liệu về Chương Trình Giáo Dục Gia Đình CHS, vui lòng gọi số (714) 712-7888. Để biết thêm thông tin về Các Chương Trình Học Tập và Giáo Dục Sớm CHS, gọi (888) CHS-4KIDS.

Cũng có thể tìm thấy các tài liệu và Máy truyền tin, và thông tin về các chương trình CHS trên trang mạng của chúng tôi tại địa chỉ [www.chs-ca.org](http://www.chs-ca.org).



#### Corporate Headquarters

1300 West Fourth Street  
Los Angeles, CA 90017  
(213) 240-5900  
(213) 240-5945 Fax

©2017 Children's Home Society of California

C H I L D R E N ' S H O M E S O C I E T Y O F C A L I F O R N I A

# AN TOÀN

BẢO VỆ TRẺ EM BẰNG CÁCH PHÒNG NGỪA



Khi trẻ em vui chơi và khám phá thế giới của mình, trẻ có thể bị tổn thương. Cho dù là ở nhà, nơi giữ trẻ, ở trường, hay ở ngoài trời, các bậc cha mẹ và những người chăm sóc không phải lúc nào cũng có thể bảo vệ được các em. Tuy nhiên, quý vị có thể áp dụng các biện pháp để giảm bớt nguy cơ bị tổn thương. Quý vị cũng có thể dạy cho các em những thói quen và thái độ an toàn để các em tự bảo vệ bản thân tránh những tình huống nguy hiểm.



Tờ thông tin này có những lời khuyên về việc bảo vệ an toàn cho trẻ em. Qua việc kiểm tra ngôi nhà của quý vị và tiến hành những thay đổi cần thiết, quý vị có thể giúp các em tránh bị thương tích. Xin nhớ rằng khi các em khôn lớn và phát triển, các mối nguy hiểm cũng thay đổi theo, vì vậy nên thường xuyên lưu ý tới những nguy hiểm mới.

## XE CỘ

Nếu đứa trẻ mới 12 tuổi hoặc nhỏ hơn, không nên cho em ngồi ở hàng ghế phía trước. Túi khí dành cho hành khách có thể gây thương tích cho em. Nơi an toàn nhất cho đứa trẻ là ở phần giữa hàng ghế phía sau.

Khi đi xe, không nên để trẻ em dùng chung dây đeo an toàn với người khác, không thắt dây đeo an toàn hoặc ngồi trên lòng người khác.

Trẻ em từ 8 tới 12 tuổi, và cao ít nhất bốn feet, chín in-sơ bao giờ cũng nên đeo dây an toàn vắt qua vai/dùi. Dây lưng đó phải chòang qua phần hông, chứ không phải là bụng của em, và chòang qua phần giữa vai.

### Sử Dụng Ghế Xe Dành Cho Trẻ Em Một Cách An Toàn

- Sử dụng các loại ghế ngồi đã đáp ứng được hoặc hơn Các Tiêu Chuẩn của Liên Bang về An Toàn Khi Đi Xe Gắn Máy (Federal Motor Vehicle Safety Standards). Để biết thông tin về loại ghế an toàn nào nên sử dụng, theo tuổi, chiều cao và trọng lượng của một đứa trẻ, xin liên lạc với Cơ quan Quản lý An toàn Giao thông Đường bộ Quốc gia (National Highway Traffic Safety Administration). Để biết thêm chi tiết về các điều luật liên quan tới ghế xe an toàn tại tiểu bang quý vị, xin liên lạc với cơ quan thi hành luật pháp tại địa phương.
- Để biết thêm chi tiết về Ghế Xe An Toàn Theo Dõi các sự kiện hoặc các loại ghế xe an toàn dành cho các gia đình có lợi tức thấp, xin liên lạc với National SAFE KIDS Campaign.
- Luôn sử dụng ghế xe an toàn, ngay cả khi chỉ đi một quãng đường ngắn.
- Trước khi lắp ghế xe an toàn, xin đọc cả phần hướng dẫn về ghế xe an toàn mà hãng sản xuất cung cấp và tài liệu hướng dẫn sử dụng cho chiếc xe của quý vị.
- Để biết loại ghế xe của con quý vị có bị tháo rời hay không, xin liên lạc với Sở An Toàn Giao Thông Xa Lộ Quốc Gia (National Highway Transportation Safety Administration).
- Nếu ghế xe của trẻ đã gặp tai nạn xe cộ, xin thay ghế mới.
- Đối với những trẻ em có nhu cầu đặc biệt, nên liên lạc với bác sĩ của các em để biết loại ghế xe thích hợp.

Không bao giờ để con quý vị một mình trong xe, dù chỉ trong một phút. Nhiệt độ có thể quá nóng hoặc con quý vị có thể tự gây thương tích cho mình ở bên trong xe.



## ★ MÔI TRƯỜNG TRONG NHÀ

Chuẩn bị sẵn một bộ đồ sơ cứu đầy đủ trong nhà và xe của quý vị. Bảo đảm là nơi cung cấp dịch vụ giữ trẻ của quý vị hoặc trường của đứa trẻ cũng có bộ đồ sơ cứu này. Để biết bộ đồ sơ cứu nên có những vật dụng gì, hãy liên lạc với Hội Hồng Thập Tự Hoa Kỳ (American Red Cross).

Giữ một danh sách các số điện thoại liên lạc trong trường hợp khẩn cấp gần máy điện thoại: 911 (dạy những trẻ em lớn về cách quay số và khi nào cần gọi số đó), nha sĩ, những người liên lạc trong trường hợp khẩn cấp, số điện thoại nhà/địa chỉ của người gọi, bệnh viện, Trung Tâm Kiểm Soát Chất Độc Địa Phương (local Poison Control Center), bác sĩ nhi khoa, cảnh sát.

Sử dụng các loại chốt khóa an toàn trong nhà vệ sinh, phòng ngủ, và bếp để trẻ nhỏ không thể mở được tủ và ngăn kéo.

### Đồ Điện Gia Dụng

- Che các ổ cắm điện không sử dụng tới.
- Không sử dụng các loại máy móc chạy điện (máy sấy tóc, đài radio) gần nước.
- Không cắm dây điện khi tay đang ướt hoặc khi đứng trên sàn ướt.
- Để dây điện ở nơi xa tầm với. Trẻ em có thể té vấp hoặc kéo dây điện, làm rơi đồ vật.

### Tê Ngã

- Luôn bật đèn đêm trong phòng ngủ và trong lối hành lang.
- Dùng một miếng thảm cao su trong phòng tắm vòi sen hoặc buồng tắm.
- Đối với trẻ em dưới bốn tuổi, nên lắp cổng chắn an toàn ở đầu và cuối cầu thang.

### Bếp

- Trên bếp, xoay tay cầm của chảo và nồi về phía sau để trẻ em không thể kéo xuống được.
- Dạy trẻ em rằng bếp lò và bếp lò nướng rất nóng nên không được chạm vào.
- Cất dao ở nơi ngoài tầm với của trẻ em.
- Nói chuyện với trẻ em về các mối nguy hiểm của máy xay rác trong chậu rửa chén.

**Không bao giờ lắc mạnh em bé.**

**Không bao giờ để em bé một mình trên giường, trên bàn thay tã, hoặc trong bồn tắm, dù chỉ trong một giây.**

## ★ CÁC MÔI TRƯỜNG BÊN NGOÀI

Kiểm tra sân chơi để bảo đảm an toàn (các bề mặt nóng, đồ vật sắc nhọn, vật cứng).

### Phanh Thắng An Toàn

- Xe đạp: Trẻ em cần mang nón bảo hiểm và mang tấm bảo vệ cùi chỏ.
- Trượt patanh bánh thẳng/trượt ván: Trẻ em nên mang nón bảo hiểm, đệm bảo vệ đầu gối và khuỷu tay, và tấm chắn cổ tay.

### Đường Phố

Dạy trẻ em:

- Nắm tay người lớn và quan sát cả hai hướng trước khi qua đường.
- Tuân theo luật lệ giao thông.
- Không chạy xuống đường để bắt bóng.
- Đi xe đạp ở phía bên phải đường cùng chiều với hướng giao thông.
- Dùng tay xin sang đường khi đi xe.
- Chú ý tới xe đang lùi ra từ các đường lái xe vào nhà.

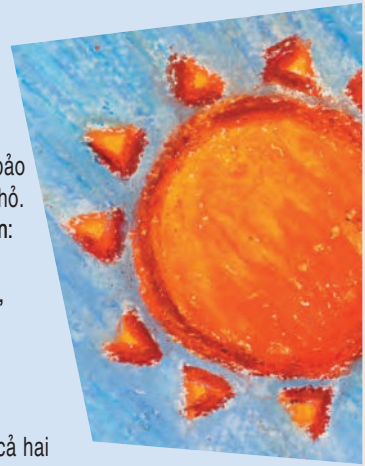
### Nắng

- Tránh để các em bé dưới sáu tháng tuổi tiếp xúc trực tiếp với ánh nắng mặt trời.
- Tia nắng mặt trời mạnh nhất là vào khoảng từ 10 giờ sáng tới 4 giờ chiều và có thể gây nguy hiểm, ngay cả khi trời nhiều mây.
- Ba mươi phút trước khi đi ra ngoài, trẻ em nên thoa kem chống nắng có SPF ở mức tối thiểu là 15, trừ trẻ sơ sinh dưới sáu tháng tuổi. Khi ở ngoài trời cả ngày, thoa kem chống nắng lại cho trẻ em nếu cần thiết sau khi bơi hoặc ra mồ hôi.

**Tham gia các lớp hướng dẫn hồi sức tim phổi và sơ cứu cho trẻ sơ sinh/trẻ em tại Hội Hồng Thập Tự Hoa Kỳ hoặc các chương trình có chứng nhận khác.**

## ★ NƯỚC

- Không bao giờ để trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ một mình ở gần nước. Các em có thể chết đuối trong bồn tắm, xô nước, hoặc bồn vệ sinh.
- Dạy bơi cho trẻ em từ bốn tuổi trở lên.
- Khi trẻ em bơi, người lớn phải luôn có mặt ở đó. Kiểm tra dụng cụ ứng phó khẩn cấp bên hồ bơi.
- Nếu nhà quý vị có hồ bơi hoặc bồn tắm nước nóng, phải có hàng rào có khóa (cao ít nhất bốn feet, các thanh hàng rào cách nhau chưa tới bốn in-sơ).
- Các đồ chơi dành cho bãi biển và hồ bơi không phải là phao bơi thích hợp.



## ★ CHẤT ĐỘC ★

- Khi dùng các chất chùi rửa, mở cửa sổ để không khí lưu thông.
- Giữ các loại hóa chất, chất chùi rửa, mỹ phẩm, dầu gội đầu, và xà bông ở nơi ngoài tầm với của trẻ em hoặc trong tủ có khóa.
- Một số loại cây trồng trong nhà có thể gây ngộ độc khi ăn hoặc chạm vào. Tránh để trẻ em chạm vào các cây này.
- Dạy trẻ em không ăn, uống, hoặc mở đồ ăn nếu không biết đó là gì.
- Không dùng lò nướng thịt hoặc dụng cụ khác ở bên ngoài nhà để sưởi. Vì các dụng cụ này có thể gây nhiễm độc khí carbon monoxide.
- Các dấu hiệu cảnh báo về ngộ độc: Hơi thở có mùi bất thường, bông rớt vùng xung quanh miệng, ra mồ hôi, nôn nao bao tử hoặc ói mửa, chóng mặt, hoặc co giật. Nếu con quý vị có các triệu chứng này, hãy gọi Đường Dây Trợ Giúp Chống Độc tại số (800) 222-1222. Đừng cố tìm cách làm cho con quý vị ói mửa.
- Nếu con quý vị khó thở hoặc quy ngã, hãy gọi 911 ngay.

### Chì

#### Các Nguồn Gây Nhiễm Độc Chì:

- Bụi, chia khóa, các mảnh sơn bong ra, chơi cát làm bằng sỏi hoặc đá cẩm thạch, đất, nước, đồ chơi sơn và đồ chơi nhựa.

#### Ngăn Ngừa Nhiễm Độc Chì:

- Sử dụng các loại sơn và hóa chất “không có chì.”
- Rửa tay thường xuyên và ăn uống lành mạnh để giảm nguy cơ chất chì ngấm vào trong cơ thể.
- Kiểm tra các bề mặt sơn.

#### Kiểm Tra và Loại Bỏ:

- Việc kiểm tra nên do người có chuyên môn thực hiện, đặc biệt là đối với những căn nhà được xây trước năm 1978.
- Nếu trẻ em có nguy cơ nhiễm độc chì, nên cho các em đi xét nghiệm vào năm 1, 2, và 6 tuổi.
- Các cơ quan sau đây có thể trợ giúp xét nghiệm và loại bỏ chì:
  - Sở y tế địa phương hoặc bác sĩ gia đình
  - Trung Tâm Tin Tức Quốc Gia về Chì (National Lead Information Center) tại số (800) 424-LEAD (5323)
  - Quý vị có thể xét nghiệm nguồn nước của nhà mình bằng cách gọi Đường Dây Khẩn về Nước Uống An Toàn (Safe Drinking Water Hotline) của Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường (Environmental Protection Agency) tại số (800) 426-4791

### Thuốc Men

- Đậy chặt nắp các lọ thuốc và cất ở ngoài tầm với của trẻ em.
- Luôn hỏi ý kiến bác sĩ trước khi cho trẻ em dùng thuốc.
- Không gọi thuốc là “kẹo.”
- Đọc và tuân theo tất cả các hướng dẫn và cảnh báo.
- Chỉ sử dụng thuốc theo toa cho đứa trẻ và cho căn bệnh mà thuốc đó được kê toa.



## ★ SỰ AN TOÀN INTERNET ★

### Luật Bảo Vệ An Toàn khi Sử Dụng Internet

Đạo Luật Bảo Vệ Sự Riêng Tư Trên Mạng Trực Tuyến của Trẻ Em (COPPA) qui định các trang web phải thông báo các chính sách bảo vệ sự riêng tư ngay trên trang web của họ và phải có sự chấp thuận của phụ huynh trước khi đề nghị trẻ em dưới 13 tuổi cung cấp thông tin về các em, ví dụ như tên, địa chỉ, số điện thoại, hoặc số An Sinh Xã Hội.

### Bảo Vệ và Dạy Con Quý Vị:

- Về các hành vi và cách bảo vệ an toàn khi sử dụng mạng trực tuyến trước khi các em bắt đầu sử dụng máy điện toán.
- Về các mối nguy hiểm có thể xảy ra, trong đó bao gồm thông tin giả mạo, những kẻ xấu lợi dụng trên mạng, ức hiếp trên mạng (hành động ức hiếp trên mạng trực tuyến bao gồm những hình ảnh gây khó chịu hoặc những lời nhận xét tàn nhẫn), và mạo danh (những kẻ gửi thư giả mạo là bạn bè, cơ quan chính phủ, hoặc ngân hàng vì các mục đích bất hợp pháp).
- Các qui định hạn chế lượng thời gian các em được sử dụng máy điện toán, được phép tiếp xúc với ai, có thể truy cập các dạng trang web hay chơi những trò chơi nào, và khi nào thì được phép sử dụng máy điện toán.
- Tìm đến quý vị nếu gặp bất cứ vấn đề gì trên mạng điện toán.
- Không bao giờ thu xếp gặp gỡ người lạ hoặc cung cấp các thông tin cá nhân, kể cả mật khẩu.
- Chỉ tiếp xúc với những người đã gặp ngoài đời.
- Các em vẫn chịu trách nhiệm về các hành động của mình ngay cả trên mạng trực tuyến.



### Các Biện Pháp Bảo Vệ An Toàn Khác

- Đặt máy tính ở trong phòng thường hay sử dụng trong nhà, nơi có thể giám sát dễ dàng.
- Đánh dấu các trang web mà con quý vị có thể truy cập.
- Sử dụng các chương trình cha mẹ kiểm soát. Các chương trình này giúp quý vị chặn, theo dõi, lọc và đánh giá các trang web có nội dung không phù hợp.
- Tìm thêm các nguồn trợ giúp về bảo vệ an toàn khi sử dụng Internet trên trang mạng điện toán [www.onguardonline.gov](http://www.onguardonline.gov) và [www.cybertipline.com](http://www.cybertipline.com) (để báo cáo các trường hợp lạm dụng tình dục trẻ em).

## ★ HỎA HOẠN ★

- Dạy trẻ em không chơi với nến, queet ga, và diêm queet.
- Quá nhiều phích cắm trong một ổ cắm và để dây điện dưới thảm có thể gây hỏa hoạn.
- Bảo đảm là có máy báo động khói ở bên ngoài mỗi phòng ngủ, trong mỗi tầng, và trong nhà đậu xe. Kiểm tra chuông báo động sáu tháng một lần và thay pin hàng năm.
- Trong nhà phải có đèn pin và các bình dập lửa. Biết cách sử dụng các dụng cụ này.
- Nếu cửa sổ nhà quý vị có các thanh chắn bảo vệ an toàn, bảo đảm rằng các chốt khóa và thanh chắn an toàn mở được.
- Có kế hoạch thoát hiểm trong trường hợp có hỏa hoạn và tập thực hiện kế hoạch này.
- Trong trường hợp có hỏa hoạn, bò trên sàn vì khói và hơi nóng thường bay lên cao.
- Dạy con quý vị không chạy nếu quần áo của các em bén lửa mà áp dụng cách “dừng lại, ngồi xuống, và lăn tròn.” Các em nên ở nguyên vị trí đó, nằm xuống sàn, và lăn tròn trong khi dùng tay che mặt.



Trẻ em cần các nguyên tắc để biết giới hạn. Các nguyên tắc đặt ra cần phải cụ thể.

### ĐỂ TÌM HIỂU THÊM

#### SÁCH DÀNH CHO TRẺ EM

#### NO DRAGONS FOR TEA: FIRE SAFETY FOR KIDS (AND DRAGONS)

Jean Pendziwol, minh họa bằng Martine Goubault  
IT'S TIME TO CALL 911  
Penton Overseas

#### I CAN BE SAFE

Pat Thomas, minh họa bằng Lesley Harker

#### CÁC TỔ CHỨC

#### THE AMERICAN ACADEMY OF PEDIATRICS

(847) 434-4000 hoặc [www.aap.org](http://www.aap.org)

#### SAFE KIDS

(202) 662-0600 hoặc [www.safekids.org](http://www.safekids.org)

#### CHILDREN'S SAFETY NETWORK

(617) 618-2918 hoặc [www.childrensafetynetwork.org](http://www.childrensafetynetwork.org)