



CHILDREN'S
HOME
SOCIETY OF
CALIFORNIA
www.chs-ca.org

Để biết thêm thông tin, vui lòng gọi
(888) CHS-4KIDS (888-247-4543).
Nếu bạn quan tâm đến việc tìm hiểu thêm
về các chương trình và dịch vụ của chúng
tôi, vui lòng truy cập www.chs-ca.org



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

©2025 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

BAO VỆ TRẺ EM THÔNG QUA PHÒNG NGỪA



Khi trẻ em khám phá và vui chơi trong môi trường xung quanh, chúng có thể bị thương. Dù ở nhà, tại cơ sở chăm sóc trẻ, ở trường hay ngoài trời, cha mẹ và người chăm sóc trẻ có thể không bảo vệ được trẻ em mọi lúc. Tuy nhiên, bạn có thể thực hiện các biện pháp để giảm nguy cơ chấn thương xảy ra. Bạn cũng có thể dạy trẻ những thói quen và thái độ an toàn để chúng có thể tự bảo vệ mình khỏi những tình huống nguy hiểm.



Tờ rơi này bao gồm các mẹo phòng ngừa để giúp giữ an toàn cho trẻ em. Bằng cách đánh giá ngôi nhà của bạn và thực hiện những thay đổi cần thiết, bạn có thể giúp ngăn ngừa thương tích xảy ra. Hãy nhớ rằng các mối nguy hiểm thay đổi khi trẻ em lớn lên và phát triển, vì vậy hãy tiếp tục để ý đến những nguy cơ mới.

★ Ô TÔ

Có rất nhiều loại ghế ô tô để bạn lựa chọn. Để biết thêm thông tin về cách chọn loại ghế ô tô phù hợp nhất với nhu cầu của con bạn (ghế quay về phía sau, ghế quay về phía trước, ghế nâng, dây an toàn), vui lòng liên hệ với Cục Quản lý An toàn Giao thông Đường bộ Quốc gia (NHTSA).

An toàn ghế ô tô

- Nhìn chung, trẻ em 12 tuổi trở xuống nên ngồi ở ghế sau
- Trẻ em không nên dùng chung dây an toàn hoặc đi xe không thắt dây an toàn (bao gồm cả việc ngồi trên đùi)
- Chọn ghế ô tô dựa trên độ tuổi, chiều cao và cân nặng của con bạn
- Trước khi lắp đặt ghế ô tô cho trẻ em, hãy đọc kỹ hướng dẫn sử dụng của cả ghế ô tô và hướng dẫn sử dụng xe ô tô về cách lắp đặt ghế ô tô
- Đăng ký ghế an toàn cho trẻ em của bạn và đăng ký nhận thông báo triệu hồi để nhận cập nhật về an toàn
- Để biết thông tin về các sự kiện Kiểm Tra Ghế Ngồi An Toàn cho

trẻ em hoặc các nguồn hỗ trợ dành cho các gia đình có thu nhập thấp, vui lòng liên hệ với Chiến Dịch SAFE KIDS Quốc Gia.

- Không bao giờ để trẻ em một mình trong xe, dù chỉ một phút. Nhiệt độ có thể trở nên nguy hiểm vì quá nóng
- Thắt dây an toàn mỗi khi xe đang di chuyển
- Đặt lời nhắc nhở kiểm tra hàng ghế sau, ví dụ như để đồ chơi của trẻ em ở ghế hành khách như một lời nhắc nhở về hành khách ở hàng ghế sau.



MÔI TRƯỜNG TRONG NHÀ

Chuẩn bị đầy đủ hộp sơ cứu trong nhà và trên xe. Hãy đảm bảo rằng nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc trẻ hoặc trường học của con bạn có bộ sơ cứu. Để tìm hiểu những gì cần có trong bộ sơ cứu, hãy truy cập trang web www.ready.gov.

Có kế hoạch ứng phó khẩn cấp rõ ràng cho gia đình và thực hành theo kế hoạch đó. Giữ một danh sách các số điện thoại khẩn cấp ở nơi dễ thấy (dạy trẻ đủ lớn cách và khi nào nên gọi): 911, nha sĩ, số điện thoại liên lạc khẩn cấp, số điện thoại/địa chỉ chính của hộ gia đình, bệnh viện, Trung tâm Kiểm soát Ngộ độc địa phương, bác sĩ nhi khoa và cảnh sát.

Thiết bị điện

- Biết vị trí của cầu dao điện
- Không cắm điện (máy sấy tóc, lò nướng bánh mì) gần nước
- Không cắm dây điện khi tay ướt hoặc khi đang đứng trên sàn ướt
- Sử dụng nắp ổ cắm an toàn cho trẻ em (nắp trượt, nắp cắm)
- Cố định tất cả các dây điện (kẹp, dây giữ dây) vì trẻ em có thể vấp ngã hoặc kéo dây, khiến đồ vật rơi xuống

Té ngã

- Hãy bật đèn ngủ ở phòng ngủ và hành lang
- Sử dụng thảm cao su trong phòng tắm hoặc bồn tắm
- Sử dụng cổng an toàn ở đầu và cuối cầu thang cho trẻ em dưới bốn tuổi

Nội thất

- Cố định kệ và các đồ nội thất cao
- Sử dụng chốt hoặc khóa an toàn để giúp ngăn chặn việc tiếp cận các vật dụng nguy hiểm (nước giặt, chất tẩy rửa, vật sắc nhọn, thuốc men)
- Sử dụng rèm cửa sổ không dây và/hoặc thanh chắn cửa sổ và lưới an toàn

Phòng bếp

- Trên bếp, hãy xoay tay cầm của nồi và chảo vào phía trong để trẻ em không thể với lấy hoặc làm đổ
- Dạy trẻ em rằng bếp và lò nướng rất nóng và không được chạm vào
- Để dao xa tầm tay trẻ em
- Hãy nói chuyện với trẻ em về sự nguy hiểm của máy nghiền rác
- Sử dụng nắp an toàn cho các núm vặn bếp ở phía trước và dễ với tới
- Sử dụng chốt an toàn để giữ cửa tủ lạnh, tủ đông và lò nướng đóng lại để trẻ em không thể trèo vào bên trong

bác sĩ	555-582
nha sĩ	555-215
cảnh sát	911
công việc của bố	555-230
tế bào gốc	555-30
bà ngoại	555-56
trường học	555-43
bệnh viện	555-10

MÔI TRƯỜNG NGOÀI TRỜI

Kiểm tra sân chơi để đảm bảo an toàn (bề mặt nóng, vật sắc nhọn, độ vững chắc).

Thiết bị an toàn

- Xe đạp: Trẻ em nên đội mũ bảo hiểm và miếng đệm khuỷu tay
- Trượt patin và trượt ván: Trẻ em nên đội mũ bảo hiểm, miếng đệm đầu gối, khuỷu tay và miếng bảo vệ cổ tay

Đường phố

Dạy trẻ em:

- Nắm tay người lớn và nhìn cả hai hướng trước khi băng qua đường
- Không chạy ra đường đuổi theo bóng
- Sử dụng tín hiệu tay khi đi xe đạp
- Chú ý đến những chiếc xe đang lùi ra khỏi đường lái xe
- Tuân thủ luật lệ giao thông
- Đi xe đạp bên phải đường và đi theo chiều giao thông

Mặt trời

- Hạn chế tiếp xúc trực tiếp với ánh nắng mặt trời từ 10:00 sáng đến 4:00 chiều khi tia UV mạnh nhất, ngay cả trong những ngày nhiều mây
- Đội mũ, đeo kính râm và mặc quần áo thoải mái, mát mẻ
- Sử dụng và làm theo hướng dẫn sử dụng kem chống nắng
- Uống đủ nước



Tham gia khóa học sơ cứu/hồi sức tim phổi cho người lớn và trẻ em. Nó có thể cứu sống bạn trong trường hợp khẩn cấp.

NƯỚC

- Không bao giờ để trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ ở một mình gần nước. Chúng có thể chết đuối chỉ với một inch nước. Điều này có thể bao gồm bồn tắm, xô chất lỏng hoặc bồn cầu
- Dạy trẻ em từ bốn tuổi trở lên học bơi
- Khi trẻ em đi bơi, phải luôn có người lớn ở đó. Kiểm tra xem thiết bị khẩn cấp ở hồ bơi có đầy đủ và trong tình trạng hoạt động tốt hay không
- Nếu bạn có hồ bơi hoặc bồn tắm nước nóng, biện pháp an toàn tốt nhất để ngăn ngừa đuối nước là sử dụng hàng rào có khóa (cao ít nhất bốn feet với các thanh cách nhau chưa đến bốn inch) bao quanh hồ bơi hoặc bồn tắm nước nóng. Cũng có thể sử dụng tấm che an toàn cho hồ bơi được chứng nhận
- Đồ chơi bãi biển và hồ bơi không phải là thiết bị nổi phù hợp và sẽ không ngăn ngừa chết đuối

★ CHẤT ĐỘC

- Khi sử dụng các sản phẩm tẩy rửa, hãy mở cửa sổ để có sự thông thoáng thích hợp
- Không sử dụng bếp nướng hoặc các thiết bị ngoài trời khác làm nguồn nhiệt. Chúng có thể gây ngộ độc khí carbon monoxide



- Để hóa chất, sản phẩm tẩy rửa, mỹ phẩm, dầu gội và xà phòng xa tầm tay trẻ em hoặc trong tủ có khóa
- Nghiên cứu cây trồng trong nhà của bạn. Một số loại cây có thể gây kích ứng hoặc có thể gây độc khi ăn hoặc chạm vào
- Dạy trẻ em không ăn, uống hoặc mở sản phẩm nếu chúng không biết chúng là gì
- Dấu hiệu cảnh báo ngộ độc: Hơi thở có mùi lạ, bồng quanh miệng, đổ mồ hôi, đau bụng hoặc nôn mửa, chóng mặt, hoặc co giật. Nếu con bạn có những triệu chứng này, hãy gọi Đường dây nóng Kiểm soát Ngộ độc theo số (800) 222-1222. Không cố gắng làm cho trẻ nôn
- Nếu con bạn khó thở hoặc bị ngất, hãy gọi 911 ngay lập tức

Chì

Nguồn gây ngộ độc chì:

- Bụi, chia khóa, mảnh sơn, cát chơi làm từ đá hoặc đá cẩm thạch, đất, nước, đồ chơi sơn và đồ chơi bằng nhựa

Phòng ngừa ngộ độc chì:

- Sử dụng sơn và hóa chất không chứa chì
- Rửa tay thường xuyên và ăn thực phẩm lành mạnh để giảm nguy cơ chì hấp thụ vào cơ thể
- Kiểm tra bề mặt sơn

Kiểm tra và gỡ bỏ:

- Việc kiểm tra nên được thực hiện bởi chuyên gia, đặc biệt đối với những ngôi nhà được xây dựng trước năm 1978
- Trẻ em có nguy cơ nên được xét nghiệm ở độ tuổi 1, 2 và 6
- Các cơ quan sau đây có thể hỗ trợ kiểm tra và loại bỏ chì:
 - Sở y tế địa phương hoặc bác sĩ gia đình
 - Trung Tâm Thông Tin Quốc Gia về Chì theo số (800) 424-LEAD (5323)
 - Bạn có thể kiểm tra nước của mình bằng cách liên hệ với Đường dây nóng Nước uống An toàn của Cơ quan Bảo vệ Môi trường theo số (800) 426-4791

Thuốc

- Cất thuốc trong tủ có khóa, xa tầm tay trẻ em
- Luôn luôn hỏi ý kiến bác sĩ trước khi cho trẻ uống thuốc
- Đọc và làm theo tất cả các hướng dẫn và cảnh báo
- Thuốc kê đơn chỉ nên được sử dụng cho đúng người bệnh và đúng bệnh đã được kê đơn
- Ghi lại thời gian và liều lượng đã cho

★ AN TOÀN INTERNET

Luật an toàn Internet

Đạo luật Bảo vệ Quyền riêng tư Trực tuyến của Trẻ em (COPPA) yêu cầu các trang web phải giải thích chính sách quyền riêng tư trên trang web và phải có sự đồng ý của phụ huynh trước khi yêu cầu trẻ em từ 13 tuổi trở xuống cung cấp thông tin, chẳng hạn như tên, địa chỉ, số điện thoại hoặc Số An sinh Xã hội.

Bảo vệ và dạy con bạn:

- Về hành vi và an toàn trực tuyến trước khi trẻ bắt đầu sử dụng máy tính
- Tìm đến bạn nếu họ gặp bất kỳ vấn đề nào trên mạng
- Chỉ giao tiếp với những người mà trẻ quen biết trực tiếp
- Không bao giờ hẹn gặp người lạ hoặc cung cấp thông tin cá nhân, bao gồm mật khẩu
- Về những nguy cơ tiềm ẩn, bao gồm thông tin sai lệch, kẻ săn mồi trực tuyến, bắt nạt trên mạng (bắt nạt trực tuyến bao gồm những bức ảnh gây xấu hổ hoặc những bình luận không hay) và lừa đảo (người gửi giả danh bạn bè, cơ quan chính phủ hoặc ngân hàng cho mục đích bất hợp pháp)
- Các quy tắc giới hạn thời gian họ có thể sử dụng máy tính, những người họ được phép tương tác, loại trang web và trò chơi họ có thể truy cập và thời điểm họ được phép sử dụng máy tính
- Họ vẫn phải chịu trách nhiệm cho hành động của mình ngay cả trong thế giới trực tuyến



Các biện pháp bảo vệ bổ sung

- Thiết lập các giới hạn sử dụng điện thoại, máy tính bảng và máy tính để bạn có thể theo dõi hoạt động của con bạn
- Sử dụng quyền kiểm soát của phụ huynh cho phép bạn chặn, giám sát, lọc, giới hạn thời gian và đánh giá các trang web có nội dung không phù hợp
- Tìm thêm các nguồn tài nguyên an toàn Internet tại www.onguardonline.gov và www.cyber.tipline.com (để báo cáo tình trạng lạm dụng tình dục trẻ em)



★ LỬA

- Nói chuyện với trẻ em về việc không chơi với nến, bật lửa và diêm
- Cắm quá nhiều phích cắm vào một ổ điện và đặt dây điện dưới thảm có thể gây ra hỏa hoạn
- Đảm bảo có thiết bị báo khói và báo khí carbon monoxide bên ngoài mỗi phòng ngủ, ở mọi tầng trong nhà và trong nhà để xe. Kiểm tra báo động sáu tháng một lần và thay pin hàng năm
- Luôn có đèn pin và bình chữa cháy trong nhà. Biết cách sử dụng chúng
- Nếu cửa sổ của bạn có thanh chắn an toàn, đảm bảo chốt an toàn và thanh chắn mở
- Có kế hoạch thoát hiểm khi hỏa hoạn và thực hành nó
- Trong đám cháy, hãy bò trên sàn vì khói và nhiệt bốc lên cao
- Dạy trẻ không được chạy khi quần áo đang cháy mà phải "dừng lại, nằm xuống và lăn". Trẻ phải DỪNG LẠI tại chỗ, NGẢ xuống đất và LĂN, che mặt bằng tay



Hãy đến thăm trạm cứu hỏa địa phương của bạn; các chức năng tham quan được tổ chức theo yêu cầu. Vừa mang tính giáo dục vừa thú vị!



ĐỂ TÌM HIỂU THÊM

SÁCH CHO TRẺ EM
KHÔNG MỜI RỒNG UỐNG TRÀ: AN TOÀN CHÁY NỔ CHO TRẺ EM (VÀ CẢ RỒNG)
Jean E. Pendziwol, minh họa bởi Martine Gourbault

ĐẾN LÚC GỌI 911: CẦN LÀM GÌ TRONG TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP
Penton Overseas

CON CÓ THỂ AN TOÀN: BƯỚC ĐẦU TÌM HIỂU VỀ AN TOÀN
Pat Thomas, minh họa bởi Lesley Harker

TỔ CHỨC
HIỆP HỘI NHIADAMY OF PED KHOA HOA KỲ
(847) 434-4000 hoặc www.aap.org

TRẺ EM AN TOÀN
(202) 662-0600 hoặc www.safekids.org

AN TOÀN CHO TRẺ EM MẠNG
(617) 618-2918 hoặc www.childrensafetynetwork.org