

زندگی با نوزاد شما

یافتن مراقبت از کودکان

مراقبت از کودکان دارای گواهی

حتی اگر برای مدتی به یک ارائه‌دهنده مراقبت از کودکان دارای گواهی نیاز ندارید، بهتر است زودتر جستجو برای یک نفر را آغاز کنید. این کار به شما فرصت می‌دهد گزینه‌ای را پیدا کنید که برای شما و خانواده‌تان مفید است.

برای کسب اطلاعات بیشتر، تماس بگیرید:

- مرکز خدمات مراقبت از کودکان (the Child Care Service Centre)
(تلفن رایگان به شماره 1-888-338-6622)
 - مراکز منابع و ارجاع مراقبت از کودک (Child Care Resource and Referral Centres)
(ccrr.bc.ca)
 - مکان‌های خدمات‌رسانی بریتیش کلمبیا (Service BC locations)
(تلفن رایگان به شماره 1-800-663-7876)
 - آژانس‌های خدمات اسکان مهاجران (Immigrant Settlement Service Agencies)
(issbc.org)
- به قسمت مراقبت از کودکان در بخش منابع مراجعه کنید.

حساسیت پولی



اگر به استفاده از یک فرد ارائه‌دهنده مراقبت از کودکان دارای گواهی فکر می‌کنید، ممکن است بتوانید برای پرداخت هزینه‌های مراقبت از کودک کمک دریافت کنید. به مزایای مقرون به صرفه مراقبت از کودک (Affordable Child Care (ACC) Benefit)، که تا سقف \$1,250 در ماه برای پوشش هزینه مراقبت از کودکان کمک می‌کند، نگاهی بیندازید. می‌توانید مبلغ بودجه خود را با تخمین‌زننده آنلاین به آدرس gov.bc.ca/s/estimator تخمین بزنید. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره نحوه ارائه درخواست به وب‌سایت ACCB مراجعه کنید.

- از جمله فهرست شماره‌های اضطراری - را به او نشان بدهید. به او بگویید کجا می‌روید، چه زمانی بر می‌گردید و چطور می‌توان با شما تماس گرفت.

امتحان کنید



- یک فهرست از شماره‌های مطمئن تهیه کنید و آن را نزدیک تلفن قرار بدهید. از جمله:
 - شماره‌های اضطراری:
 - 1-1-9 (آتش‌نشانی، پلیس، مسمومیت، آمبولانس)
 - شماره‌های غیراضطراری:
 - شماره تلفن همراه شما
 - پزشک
 - همسایه‌هایی که می‌توانند کمک کنند
 - نزدیک‌ترین خویشاوندان
 - تاکسی
 - HealthLink BC - 8-1-1
- در بالای این فهرست، این موارد را بنویسید:
 - نام کامل شما و فرزند شما
 - شماره تلفن منزل شما
 - آدرس شما
 - شماره کارت خدمات BC فرزند شما

داستان خانوادگی



بعد از اینکه جاکوب وارد زندگی ما شد، من و همسر من مثل زامبی‌ها از کنار هم رد می‌شدیم. با کمک گرفتن گاه و بی‌گاه از یک پرستار بچه، توانستیم دوباره به عنوان یک زوج با هم صمیمی شویم.

آموخته‌های کلیدی



مطمئن شوید با کسی که فرزندتان را نزد او می‌گذارید احساس راحتی می‌کنید - حتی اگر قرار است فقط برای چند دقیقه باشد.

پرستاران کودک

- پیش از اینکه فرزندتان را پیش یک پرستار جدید بگذارید - چه دوست، چه عضو خانواده و چه یک پرستار بچه - به این شکل آماده شوید:
- ببینید چطور فرزندتان را نگر می‌دارند و با او بازی می‌کنند
- بپرسید در صورت گریه و بی‌قراری کودک، چه کار می‌کنند
- نگاه کنید چطور به فرزندتان غذا می‌دهند و پوشک او را تعویض می‌کنند
- عادت‌های خودتان برای خوابیدن ایمن‌تر را توضیح بدهید (به [خواب](#) مراجعه کنید)
- بپرسید که آیا دوره پرستاری بچه و کمک‌های اولیه را گذرانده‌اند یا خیر
- درباره بایدها و نبایدها کاملاً صریح باشید:
- ✓ همیشه کودک را برای خواب به پشت قرار بدهند.
- ✓ وقتی کودک خواب است به طور مکرر وضعیتش را بررسی کنند.
- ✓ اگر مشکلی وجود داشته با شما تماس بگیرند.
- ✗ هرگز کودک را تنبیه نکنند یا تکان ندهند.
- ✗ هرگز کودک را روی میز تعویض، کاناپه، تختخواب بزرگسالان یا کانتینر تنها نگذارند.
- ✗ هرگز شیشه شیر بچه را در ماکروویو یا روی اجاق گاز گرم نکنند. به جای این کار از یک ظرف حاوی آب لوله‌کشی گرم استفاده کنند.
- وقتی پرستار به محل رسید، محل نگهداری وسایل