

宝宝需要...



best start
meilleur départ

by/par health **nexus** santé



宝宝需要...

你的孩子需要很多的关怀。你为宝宝做的所有的哪怕是很小的事情都会影响他的发展。即使你的宝宝还很小，他也照样有需要，在这方面，“宝宝需要...”这本手册就能帮上忙。



宝宝需要... 被安慰

每当宝宝生病了、累了或者只是脾气不好的时候，都需要你去安慰她。当宝宝哭的时候，其实是在告诉你她们需要你。把宝宝抱起来，对她说些轻柔的话，好好抱抱她。你这样做并不会宠坏宝宝。你安慰宝宝的时候，即使没有马上令宝宝停止哭泣，你也是在告诉她，你听到她的哭声了，她对你很重要，你会在那里安慰她。这样能培养宝宝的安全感和信任感。



宝宝需要... 玩

你的宝宝通过玩儿来学习各种东西。宝宝通过玩儿了解他们周围的世界，并了解他们自己。

你不需要拥有电视或杂志上所看到的各种各样的玩具。最简单的游戏往往是最有趣的。宝宝喜欢玩塑料容器、罐子和木勺。给宝宝唱一支歌，或者玩“躲猫猫”的游戏，对孩子和父母来讲都是有趣的事情，你们俩都会开怀大笑的！



宝宝需要... 有人给他读书

你可以从孩子很小的时候，甚至是新生儿的时候，就开始读书给他们听，或者给他们讲故事。你可以在孩子睡觉前或其它时间给他们读书，或者看图说话，这应当成为宝宝的日常活动。

那些听故事的新生儿，他们的大脑已经开始准备学习单词和句子了！另外，宝宝喜欢用手摸带图画的书，书上的图画能让他们很兴奋。



宝宝需要... 有人给他唱歌

不论是在家里或在车里，你都可以带着动作给宝宝唱儿歌。你的宝宝肯定会喜欢!你也不需要一副好嗓子。宝宝就是喜欢听到你的声音。有很多书是专门给孩子的，里面有童谣和儿歌，其中有些内容我们大多数人童年时都已经知道。你可以问问其他父母有哪些他们喜爱的儿歌，也可以从图书馆借CD，你甚至还可以自己创作歌曲。



宝宝需要... 学说话

宝宝在听人们说话的时候，已经在学习声音、词汇和句子了。把你手中正在做的事情讲给你的宝宝听：

- “妈妈正在削土豆皮。”
- “爸爸正在给你换尿布，换完你就干干净净了。”
- “看，你的叔叔和婶婶来了！”
- “把球接住，”等等。

当你去食品店购物时，把你所看到的讲给你的宝宝听。对宝宝讲话是一种积极的方式，有助于给宝宝一个良好的开端。学说话能为宝宝将来在学校的成功学习打下良好基础！



宝宝需要... 学习你的语言

宝宝可能一出生就开始学两门语言。学习两种或两种以上的语言，不仅使宝宝日后有一技之长，而且也可以帮助宝宝与自己的家庭、本族文化以及其它文化密切相连。宝宝开始学说话的时候可能将两种语言混在一起，这是正常的。时间长了，宝宝们就能学会他们所接触到的语言，就能讲得很好。要给宝宝提供大量的机会来接触两种语言，这点很重要。

这里有一些建议，可以帮助你的宝宝在日常生活中使用两种语言：

- 到当地的图书馆找一些书或者磁带，这些书或磁带所用的语言是你们在家里所用的语言。把这些书读给你的宝宝听。
- 在互联网上寻找一些与你的母语相关的资料。有些社区会举办一些活动，庆祝你所使用的语言以及你们民族的文化遗产，你可以参加这样的活动。许多安省家庭育儿早教中心 (Ontario Early Years Centres) 和家庭资源中心 (Family Resource Centres) 使用多种语言提供各种资源，并提供机会，使你能够接触到一些来自同一社区的与你说同一语言的其他人。
- 你可以加入那些说你母语的家长小组，或者创立你自己的小组。

记住，为了帮助宝宝学习两种语言，你能做的最好的事情就是使用自己最擅长的语言交谈、唱歌、阅读和做游戏。你能帮助宝宝培养对本族语言和文化的自豪感。



宝宝需要... 照顾

- 时刻看护你的宝宝，把危险物品拿开，这样才能确保宝宝的安全。教宝宝这样一些话，如“停止”、“那是烫的”、“抓住爸爸的手”。
- 你在日常活动中需要注意的地方：
 - 饭前洗手，并帮宝宝把手洗干净。
 - 确保正确使用汽车安全座椅
 - 吃饭的时候要让宝宝坐在一起，因为这是宝宝和全家人互相交流的好时候
 - 一有机会就带你的宝宝到外面去转转。
 - 不要在宝宝周围吸烟，也不要让别人在宝宝周围吸烟，等等。
- 有关你宝宝的健康问题，可以与社区保健护士、你的家庭医生或药剂师谈谈。他们可以给你一些建议。

最重要的是，你的宝宝需要你以各种方式帮助他健康成长。每个宝宝的生长发育情况都不一样，你需要密切关注自己的宝宝，充分了解他的情况，这样你就可以更好地满足他的需要。

宝宝希望父母爱他!

如果需要更多信息，请联系：

安大略省家庭育儿早教中心 (Ontario Early Years Centres)

www.gov.on.ca/children/oeyc

健康宝宝健康儿童计划 (Healthy Babies Healthy Children Program)

这是一种预防和干预计划

安大略省所有的公共卫生服务处均有提供

咨询热线：1-866-532-3161

www.gov.on.ca/children/english/programs/beststart/health/index.html

学龄前儿童的言语和语言计划

(Preschool Speech and Language Program)

www.gov.on.ca/children/english/programs/beststart/speech/index.html

**best start
meilleur départ**

by/par health **nexus** santé

www.healthnexus.ca | www.beststart.org

最好的开始：安大略省产妇、新生儿和早期儿童发展资源中心

Health Nexus (健康联结)

180 Dundas Street W., Suite 301, Toronto, ON M5G 1Z8 • 1-800-397-9567

本文件的编写由安大略省政府提供资金。

改编、翻译和印刷费用由加拿大政府通过加拿大公民及移民部提供支持。



Citizenship and
Immigration Canada

Citoyenneté et
Immigration Canada