

更多提示.....



玩耍

- 当您给孩子穿衣服的时候，跟她说话或唱歌给她听
- 与孩子一起画画、涂彩
- 一起散步
- 与孩子一起玩积木、数积木块



保护

- 在您过马路时教导孩子交通规则
- 保证孩子玩耍区域的安全
- 确保您的孩子正确地固定在汽车婴儿座椅上
- 教导您的孩子在运动中佩戴安全头盔

我们提供免费英文资源 **Great Beginnings** 工具包，它为促进儿童大脑的健康发育提供了有用的每日提示。

如果您想获取这个工具包，请致电
Region of Peel – Public Health
(电话: 905-799-7700)
或访问我们的网站 peelregion.ca

B-07-108 Chinese 06/06

SUCCESS BY 6
Peel

Love • Feed • Play • Protect

Great Beginnings
Build your child's brain • Build your child's future

中文



Region of Peel
Working for you
Public Health

Ontario

Chinese

您知道吗？

- 您孩子的大脑在您怀孕期间就开始发育，一直持续到他/她十几岁。最初的六年是大脑健康发育的最重要时期。
- 您每天的经历影响着您孩子的大脑健康发育。
- 拥抱、交谈、微笑和您孩子对新事物的体验都有助于大脑细胞之间的相互联系。这些体验重复的越多，联系就越强。
- 当联系在大脑中建立时，您的孩子就学会了阅读、交谈、如何积极主动、如何表达感情和与人相处。

为了在孩子的大脑中建立最好的联系，您的孩子需要…



感受到被爱



摄取多种食物



以与年龄相当的方式玩耍



随时受到保护
以免受伤害



为促进孩子大脑的健康发育，这里有几个每日小提示：



爱

- 当孩子哭泣时安慰他
- 唱一首歌或童谣
- 陪孩子读书
- 制作一本你们一起做事的相册



喂食

- 对小于六个月大的孩子来说，母乳是最好的食物
- 当孩子足够大时 给他们吃其他健康食物
- 让孩子自己决定其食量
- 一起在餐桌上吃饭