




**Dagiti  
Kangrunaan nga  
Aramid iti  
Salun-at ken  
Kinatalged**

---

Tarabay ti Agtartaripato  
iti Ubing

 **Learning to Grow**  
MAKING A DIFFERENCE TOGETHER





# Dagiti Kangrunaan nga Aramid iti Salun-at ken Kinatalged

---

## Tarabay ti Agtartaripato iti Ubing

### DEVELOPMENT TEAM

Grace F. Fong, EdD  
Mary Ann Nemoto, MEd  
Angela Choy, MEd  
Ann Tom, Ed.M  
Dana Senaha, PhD  
Genee DeMello, MEd  
Annalynn Macabantad, BS  
Marianne Berry, PhD

### ACKNOWLEDGEMENTS

We extend our thanks to the following individuals who helped us with the development of  
*Basic Health and Safety Practices: Child Care Provider's Guide.*

Gail Omoto  
Frederika Bain  
Denise Low-Liu  
Gina Lewis  
Dr. Ardis Eschenberg

### SUGGESTED CITATION:

Choy, A., Nemoto, M., Fong, G., Tom A., Senaha, D., Macabantad, A., et al. (2017).  
*Basic health and safety practices: Child care provider's guide* (3rd ed.).  
University of Hawai'i, Windward Community College, Learning to Grow Project.

The development of this Health and Safety Guide is supported by funding from the  
Hawai'i State Department of Human Services through a contract with the Learning to Grow Project,  
University of Hawai'i, Windward Community College

©2014, revised 2015, 2017



# Linaonna

<b>PAKAUNA</b> .....	<b>.iv</b>
<b>SALUN-AT</b> .....	<b>.1</b>
<b>PANAMAGTALINAED KADAGITI UBBING A NASALUN-AT</b> .....	<b>.2</b>
<i>Inaldaw a Panangamiris iti Salun-at Dagiti Ubbing</i> .....	<b>.3</b>
<i>Imunisasion</i> .....	<b>.5</b>
<i>Kasano ti Panangisina Kadagiti Ubbing a Kinapet Dagiti Gagangay a Sakit</i> .....	<b>.6</b>
<i>Panangipaay iti Agas</i> .....	<b>.8</b>
<i>Nutrision ken Aramid a Pisikal</i> .....	<b>.9</b>
<b>KINAMANAGDALDALUS</b> .....	<b>.11</b>
<i>Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima</i> .....	<b>.12</b>
<i>Kasano ti Agusar iti Guantes</i> .....	<b>.14</b>
<i>Kasano ti Panangsukat iti Lampin</i> .....	<b>.16</b>
<i>Kasano ti Panagdalus, Panagsanitario, ken Panagdis-impektar</i> .....	<b>.18</b>
<b>KINATALGED</b> .....	<b>.21</b>
<b>KINATALGED ITI KARRO</b> .....	<b>.22</b>
<i>Kinatalged iti Tugaw iti Karro</i> .....	<b>.23</b>
<i>Kasano ti Panagbiahe Babaen ti Lugan</i> .....	<b>.25</b>
<i>Pananglapped iti Atake iti Pudot (Heat Stroke)</i> .....	<b>.27</b>
<b>KINATALGED KEN PANNAKAIIDULIN TI TARAON</b> .....	<b>.28</b>
<i>Kinatalged ti Taraon</i> .....	<b>.29</b>
<i>Dagiti Alerdyi a Maala iti Taraon</i> .....	<b>.30</b>
<i>Natalged a Pannakaidulin ti Gatas ti Ina</i> .....	<b>.32</b>
<b>PANAMAGBALIN ITI LUGAR A NATALGED KADAGITI UBBING</b> .....	<b>.33</b>
<i>Dagiti Wagas Tapno Agbalin ti Lugar a Pagtaripatuan a Natalged Kadagiti Ubbing</i> .....	<b>.34</b>
<i>Tarabay iti Pannakalapped ti Pannakasabidong</i> .....	<b>.36</b>
<i>Kinatalged Bayat ti Kaadda iti Danum</i> .....	<b>.37</b>
<b>KINATALGED DAGITI ABALBALAY KEN GAMIGAM A PARA ITI RUAR</b> .....	<b>.38</b>
<i>Kinatalged Dagiti Abalbalay</i> .....	<b>.39</b>
<i>Kinatalged Dagiti Gamigam a Maaramat iti Pagay-ayaman</i> .....	<b>.41</b>
<b>PANNAKAABUSO KEN PANNAKABAYBAY-A TI UBING</b> .....	<b>.43</b>
<i>Panangireport iti Maatap a Pannakaabusu ken/wenno Pannakabaybay-a ti Ubing</i> .....	<b>.44</b>
<i>Pananglapped iti Shaken Baby Syndrome</i> .....	<b>.45</b>
<b>NATALGED A PANNATUROG</b> .....	<b>.47</b>
<i>Dagiti Aramiden Tapno Natalged ti Pannaturog</i> .....	<b>.48</b>
<i>Kinatalged iti Kona</i> .....	<b>.50</b>
<b>KASANO NO ADDA EMERHENSIA</b> .....	<b>.52</b>
<i>Kasano ti Panangipakat iti Umuna a Panagagas (First Aid)/CPR</i> .....	<b>.53</b>
<i>Kinamanagsagana iti Dumteng nga Emerhensia</i> .....	<b>.55</b>
<b>DAGITI REPERENSIA</b> .....	<b>.57</b>
<b>DAGITI NAYON</b> .....	<b>.61</b>

# Pakauna

Nayanak dagiti ubbing nga addaan iti adu a kabaelan ken nakaisigudan a regget nga agsursuro, tuman-ay, ken dumur-as. Agsammakedda kadagiti nagannak ken kadagiti mangmangted-pannaripato iti pannakaipaay kadakuada ti natalged, nasalun-at, ken nasayaat nga aglawlaw tapno dumur-as ken agsantakda.

Naisagana para kenka daytoy Dagiti Kangrunaan nga Aramid iti Salun-at ken Kinatalged: Tarabay ti Agtartaripato iti Ubing a kas tarabay iti panangipatumngpalmo kadagiti kasasayaatan nga aramid iti salun-at ken kinatalged. Nabingay daytoy iti dua a paset: 1) Salun-at ken 2) Kinatalged. Ilawlawag ti tunggal paset dagiti aramid ken no kasano a mabalin nga iwayatmo iti lugar a pangtartaripatuam iti ubing tapno agtalinaed a nasalun-at ken natalged dagiti ubbing nga adda iti pannaripatom, a pakaigunamgunaman no apay a napateg dagitoy a wagas. Kas nayonna, adda dagiti rekursos wenno makatulong nga impormasion ken pormulario a nainayon iti Dagiti Nayon (Appendices) iti udi daytoy a pagbasaan. Agpaay a reperensia daytoy a pagbasaan ti Department of Human Services Hawai'i Administrative Rules (HAR) for Infant and Toddler Child Care Centers (IT Chapter §17-895), Family Child Care Homes (FCC Chapter §17.891), Group Child Care Centers and Group Child Care Homes (GCC/GCCH Chapter §17.892.1), Before and After School Care Child Care Facilities (BAS Chapter §17-896), ken Child Care Services (CCS Chapter §17-798.3), kas nailanad babaen ti listababa (footnote) kadagiti maseknan a panid.

Iti daytoy sibubukel a pagbasaan, maaramat dagiti balikas nga “agipapaay-pannaripato” (caregiver), “agtartaripato iti ubing” (child care provider), wenno “mangmangted-pannaripato” (care provider) ken “lugar a pakataripatuan ti ubing” (child care environment) “lugar-taripato” (care environment). Dagiti balikas nga “agipapaay-pannaripato,” “agtartaripato iti ubing,” wenno “mangmangted-pannaripato” ket isu ‘tay tao a mangipapaay iti pannaripato iti bassit pay nga ubing manipud kayanak agingga iti agtawen iti lima. Dagiti balikas a “lugar a pakataripatuan ti ubing” (child care environment) wenno “lugar-taripato” (care environment) ket isu ‘tay disso a pakaipaayan ti pannaripato, kas koma ti sentro (center) a pakataraknan ti ubing, balay ti pamilia a mangtartaripato iti ubing, pagtaengan ti mangmangted-pannaripato, wenno ti pagtaengan ti ubing. Kas nayonna, mausar met dagiti balikas a “nagannak” wenno “dagiti nagannak.” Kayat a sawen dagitoy ti asino man a kameng ti pamilia wenno agay-aywan a responsable iti ubing.

Babaen ti panangammo, panangawat, ken panangaramat kadagitoy nga aramid iti salun-at ken kinatalged, matulongam dagiti ubbing nga adda iti pannaripatom nga agbalin a natalged, nasalun-at, ken sisasagana nga agballigi!



# Salun-at

Managtakuat dagiti ubbing ket us-usarenda dagiti pagriknada tapno ad-adu pay ti maammuanda maipanggep iti lubongda. Nayanakda nga addaan iti gagar nga agtakuat ken mangammo iti aglawlawda ken makipaset para iti bukodda a panagsursuro. Iti daytoy a proseso, a maawagan iti panagadal babaen ti panagrikna, sagiden, ramanan, dilpatan, wenna kagaten dagiti ubbing dagiti banag a maiggamanda iti panggepda a mangammo pay iti ad-adu maipanggep kadagitoy. Nupay napateg daytoy a proseso iti panagsursuro dagiti ubbing, mabalin met a mayasidegda kadagiti mikrobio ken makaakar a sakit.

Kas mangmangted-pannaripato, napateg ti akemmo iti pannakapataud ken iti pannakapagtalinaed a natalged dagiti lugar a pagdakiwasan ken pagsursuruan dagiti ubbing. No agbalinka a pagwadan iti kinadalus ken nasalun-at a wagas ti panagbiag, dakdakkel ti gundaway a tuladendaka dagiti ubbing. No makaparnuayka kadagiti adu a wagas a mabalin a pagsasaritaan dagiti ubbing wenna panangipakat dagiti ubbing kadagitoy nga aramid ken ammo maipanggep iti salun-at, makatulongka iti pannakasursuroda kadagiti napateg a wagas a mamagbalin kadakuada a nasalun-at iti unos ti panagbiagda.

***Ti paset a Salun-at ket iramanna dagitoy nga impormasion:***

- **PANAMAGTALINAED KADAGITI UBBING A NASALUN-AT**
  - *Inaldaw a Panangamiris iti Salun-at Dagiti Ubbing*
  - *Imunisasion*
  - *Kasano ti Panangisina Kadagiti Ubbing a Kinapet Dagiti Gagangay a Sakit*
  - *Panangipaay iti Agas*
  - *Nutrision ken Aramid a Pisikal*
- **KINAMANAGDALDALUS**
  - *Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima*
  - *Kasano ti Agusar iti Guantes*
  - *Kasano ti Panangsukat iti Lampin*
  - *Kasano ti Panagdalus, Panagsanitario ken Panagdis-impektar*

## SALUN-AT

# Panamagtalinaed Kadagiti Ubbing a Nasalun-at

Napateg ti nasayaat a salun-at iti idudur-as ken pannakapatan-ay ti ubing. Dagiti nasalun-at nga ubbing, nalaklaka a makasursuro ken makaaddangda kadagiti napapateg a “sumaruno nga addang” iti pannakapatan-ayda. Gapu ta ti naturalesada—a makatulong kadakuada a manggubat kadagiti sakit ken impeksion—ket di pay unay nadebelop agingga iti edadda a pito wenno walo, maysa a karit, no dadduma, ti panamagtalinaed kadagiti ubbing a nasalun-at. Ti di pay unay natangkenan a naturalesada mabalin nga ibungana ti pannakapataud dagiti sakit a mabalin a mangibayag iti pannakapatan-ay ken panagsursuroda. Napateg ngarud ti imunisasion iti pannakapagtalinaed a nasalun-at dagiti ubbing; daytoy ti kapatgan a mabalin a maaramid dagiti nagannak tapno masalakniban dagiti annakda kadagiti nakaro a makaakar a sakit ken kadagiti komplikasion dagitoy.

Maysa kadagiti wagas tapno maipanamna ti kinasalun-at dagiti ubbing nga adda iti pannaripatom ti inaldaw a panangkita iti kasasaad ti salun-at ti tunggal ubing. Makatulong ti regular a panangamiris iti salun-at (health check) a mangiruum kenka iti normal a langa ken tigtignayda, ngarud, nalaka laeng no kua a madlawmo no adda nagbaliwan ti ubing. Maysa pay a sabali a napateg a wagas para kenka, kas mangmangted-pannaripato, tapno agtalinaed a nasalun-at dagiti ubbing ket isu ti panangammo iti maipanggep kadagiti gagangay a sakit dagiti ubbing ken no kaano a nasken nga isinam dagiti masakit nga ubbing kadagiti dadduma, ken ti panangsuot kadagiti umno a wagas ti panangipaay iti agas. Kamaudiananna, ti panangallukoy ken panagbalinmo a pagwadan iti umno a pannangan ken panagwatwat ket makatulong tapno masuruan dagiti ubbing iti nasalun-at a wagas ti panagbiag ken mabalin a makalapped daytoy iti nalabes a kinalukmeg dagiti ubbing ken kadagiti sakit a maigapu iti daytoy. Ti kinasalun-at dagiti ubbing, agbatay met iti ammom ken iti kinamanagsaganam, kas mangmangted-pannaripato.



## INALDAW A PANANGAMIRIS ITI SALUN-AT DAGITI UBBING

### Apay a Napateg?

- Ti nasapa a pannakaammo no ania ti sakit dagiti ubbing ket makatulong iti mangmangted-pannaripato tapno makaaramid kadagiti maitutop a tignay tapno maited iti ubing dagiti kasapulan a pangpasayaat iti salun-atna ken tapno maliklikan ti pannakayakar ti an-annayen wenno sakit kadagiti sabsabali.

### Dagiti Pamay-an:

1. Ipakat ti Inaldaw a Panangamiris iti Salun-at apaman a sumangpet ti ubing iti lugar a pakataripatuan ken no adda pay laeng ti/dagiti nagannak. Ti Panangamiris iti Salun-at (Health Check) ket mabalina a maulit iti uneg ti maysa nga aldaw, no nasken.
2. Mangrugi iti batog dagiti mata ti ubing.
3. **SAPULEN** dagiti pagilasinan ken sintoma dagiti sakit:
  - Panagbaliw ti gagangay a templada wenno galad
  - Panagbaliw ti kinaregta, di pannakaidna, wenno panagpakarigat nga aggaraw
  - Panagbuteg; adda rumrummuar kadagiti mata, lapayag, wenno kaadda ti sugat
  - Panagbaliw ti kudil kas koma kaadda ti binatlag, limteg, bukol, ken panaglabaga
  - Panagkudkod, panangtengngel iti paset ti bagi wenno panangiggem iti paset ti bagi
  - Panagbakuar wenno panagtakki
4. **DENGGEN** ti ibingbinglay ti/dagiti nagannak nga impormasion maipanggep iti ubing wenno dadduma pay a sakit iti pamilia. Denggen ti ania man a reklamo ken/wenno di gagangay nga uni manipud iti ubing a mabalina a pagilasinan a madmadi ti riknana:
  - Areng-eng
  - Agtultuloy a panagsangit ken di mailawlawag a garaw
  - Kasla agsagawisiw a panaganges, panagbaeng, panagpakarigat nga umanges
  - Panagpaparaw
  - Panaguyek



## INALDAW A PANANGAMIRIS ITI SALUN-AT DAGITI UBBING

*continued from previous page*

5. **RIKNAEN** no adda nagbaliw iti kudil a mabalin a pagilasinan ti gurigor wenno pannakaparkag (dehydration):
  - *Panagbabasa*
  - *Di gagangay a kinabara*
  - *Lumnek ken di agsubli iti dati ti kudil no pisen*
  
6. **ANGOTEN** amangan no adda naidumduma nga angotna a mabalin a pagilasinan ti sakit:
  - *Agatprutas ken nasam-it a sang-aw*
  - *Nabangsit a sang-aw*
  - *Di gagangay a yisbo wenno naangot unay a takki*
  
7. **Isurat dagiti paliwmo iti Inaldaw a Lista-amiris ti Salun-at (kitaen ti Nayon A). No adda madlawmo nga adda uray maysa laeng kadagiti nailanad a sintoma iti ngato, mabalin a masakit ti ubing ken mabalin a nasken nga aggunayka, kas mayannatup:**
  - *Iti rugrugí pay laeng ti aldaw no adda pay laeng ti/dagiti nagannak: kaduam ida a mangikeddeng no kasano a maaywanan ti salun-at ti ubing. No nasken a maisina ti ubing kadagiti padana nga ubbing, nasken ngarud a yawid ti/dagiti nagannak daytoy tapno isuda ti mangaywan iti salun-at ti ubing (kitaen ti rekursos iti Kasano ti Panangisina Kadagiti Ubbing a Kinapet Dagiti Gagangay a Sakit).*
  - *No agsakit ti ubing iti uneg dayta nga aldaw, pakaammuan ti/dagiti nagannak ti ubing ket agtinnulongkayo a mangikeddeng no kasano a mataripato ti ubing. Isina ti ubing a masakit wenno addaan iti sakit a mabalin a makaakar iti sabali tapno maikabassit ti gundaway a maalisan dagiti padana nga ubbing. Balakadan ti/dagiti nagannak no nasken nga ipakitada ti ubing iti mangngagas wenno iti mangay-aywan iti salun-at (health care provider) daytoy sakbay a maisubli iti pagtaripatuan.*
  - *Iti ania man a kanito nga atapem a maab-abuso wenno mabaybay-an ti ubing, ireportmo iti Department of Human Services, kas mayataday iti Dagiti Rebisado a Paglintegan ti Hawai'i (Hawai'i Revised Statutes) §350-1.1. (kitaen ti rekursos iti Panangireport iti Pannakaabuso ken Pannakabaybay-a ti Ubing).*

HAR §17-891.1-21 (4), §17-891.1-23, §17-892.1-21 (3), §17-892.1-23, §17-895-22 (d), §17-895-23, §17-896-20 (c), §17-896-22 (b) (c)

## PANAMAGTALINAED KADAGITI UBBING A NASALUN-AT

# IMUNISASION

### Apay a Napateg?

- Tumulong ti imunisasion a mangsalaknib iti ubing kadagiti makaakar a sakit.
- Ti panagpabakuna ti katalgedan a naibatay iti siensia a wagas a panglapped iti panagwaras dagiti adu a makapapatay a sakit.
- Tapno agbalin nga epektibo dagiti bakuna, nasken a mabakunaan ti tao, kas maibatay iti iskediul ti panagpabakuna nga intuding ti Centers for Disease Control (CDC).

### Dagiti Pamay-an:

1. Ammuen ti Dagiti Rekomendasion iti Nailian nga Imunisasion (National Immunization Recommendations) ken Dagiti Rekisito ti Estado iti Imunisasion (State Immunization Requirements). Mapan kadagiti sumaganad a websites para iti impormasion:
  - *Centers for Disease Control and Prevention Guide, Dagiti Mairekomendar nga Imunisasion a Para Kadagiti Ubbing Manipud Kayanak Agingga iti Edad 6* <http://www.cdc.gov/vaccines/parents/downloads/parent-ver-sch-0-6yrs.pdf>
  - *Napateg a Pakaammo Kadagiti Nagannak: Dagiti Rekisito iti Salun-at iti Pagadalan ti Estado ti Hawa'i* <http://health.hawaii.gov/docd/requirements-by-grade/school-health-requirements-brochures/>
2. Siguraduen a dagiti rekisito iti imunisasion a para iti programam ket mayayon kadagiti regulasion ti estado.
3. Siguraduen a ti/dagiti nagannak ti ubing ket ammoda ti iggemmo a pagannurotan iti rekord ti salun-at weno health record policy (kas iti imunisasion, pannakaamiris ti kaadda ti TB weno sarut, ken eksaminasion pisikal) sakbay a yawatda kenka ti anakda tapno taripatuem ken kas pangsurot met kadagiti bukodmo a rekisito.
4. Mapan iti rekursos iti *Inaldaw a Panangamiris iti Salun-at Dagiti Ubbing* tapno maiwayatmo ti panangamiris iti salun-at ti ubing nga adda iti pannaripatom.
5. Mapan iti *Kasano ti Panangisina Kadagiti Ubbing a Kinapet Dagiti Gagangay a Sakit* tapno maammuum ti aramidem iti ubing a posible nayasideg weno nakaala iti sakit a mabalin a malapdan babaen ti bakuna.



HAR §17-891.1-20 (1), §17-892.1-9 (6), §17-892.1-20, §17-895-8 (6), §17-895-20 (3), §17-896-19 (a)

## KASANO TI PANANGISINA KADAGITI UBBING A KINAPET DAGITI GAGANGAY A SAKIT

### Apay a Napateg?

- Makatulong ti panangisina kadagiti ubbing a masakit kadagiti sabsabali iti pannakaikabassit ti panagwaras ti an-annayen wenno sakit.
- Makatulong ti pannakaammo kadagiti sintoma dagiti gagangay a sakit iti panangipaaymo iti umno a pannaripato iti ubing.

### Dagiti Pamay-an:

1. Mapan iti rekursos iti *Inaldaw a Panangamiris iti Salun-at Dagiti Ubbing* tapno maiwayatmo ti panangamirismo iti salun-at (health check) dagiti ubbing nga adda iti pannaripatom.
2. Sapulen dagiti pagilasinan ti kaadda ti sakit. Para iti nayon nga impormasion, mapan kadagiti pagbasaan a pakaammuan iti maipanggep kadagiti gagangay a sakit dagiti ubbing iti <http://health.hawaii.gov/docd/dib/disease/#C>
3. No adda dagiti pagilasinan ti kaadda ti sakit, ammuen no ti sakit ket:
  - *Lapdanna ti ubing a makipartisipar a nasayaat kadagiti aktibidad*
  - *Kasapulanna ti pannaripato a dakdakkal ngem ti mabalinmo nga ited a di maigasanggasat ti salun-at ken kinatalged dagiti dadduma nga ubbing ken sika*
  - *Mabalin a mangyakar iti sakit kadagiti dadduma*

No adda uray maysa laeng kadagito y a pagrukodan, masapul a maisina ti ubing kadagiti padana nga ubbing nga adda iti pannaripatom, ania man ti klase dayta a sakit.

4. Ipan ti ubing iti lugar a nadalus ken natalged, a pakakitkitaam ken pakangkangnegam kenkuana, agingga a dumteng ti/dagiti nagannak kenkuana.
5. Pakaammuan ti/dagiti nagannak ti ubing maipanggep kadagiti sintoma ti sakit ken surotem dagiti pagalagadam iti salun-at (kas iti panangkiddawmo nga umayda sukonen ti ubing).



## KASANO TI PANANGISINA KADAGITI UBBING A KINAPET DAGITI GAGANGAY A SAKIT

*continued from previous page*

6. No addan ti/dagiti nagannak ti ubing, ibalakadmo a makiumanda iti mangngagas wenno iti mangay-aywan iti salun-at ti ubing sakbay nga isublida ti ubing iti pannaripatom. No mabalin, ikkam iti surat ti/dagiti nagannak a maited iti mangay-aywan iti salun-at ti ubing. Mailanad iti surat ti oras a pannakakitam kadagiti sintoma, dagiti pammaliwmo maipanggep iti ubing, dagiti kangrunaan a pagilasinan (vital signs) ken oras (kas iti temperatura a 101.5°F iti 10:30 AM) ken ti ania man nga inaramidmo ken ti oras a panangaramidmo. .
7. Siguraduen nga amin a rabaw, ramit, ken abalbalay nga inaramat ti ubing ket madalusan ken madis-impektar sakbay nga usaren dagiti sabsabali (kitaen ti rekursos iti *Kasano ti Panagdalus, Panagsanitario ken Panagdis-impektar*).

HAR §17-891.1-23 (d), §17-891.1 (10), §17-891.1-21, §17-892.1-6 (15), §17-892.1-23, §17-892.1-24, §17-895-21 (d), §17-895-23 (a), §17-896-20, §17-896-22

## PANANGIPAAY ITI AGAS

### Apay a Napateg?

- Napateg iti salun-at ti agas (naipreskribir wenno di naipreskribir) ngem napeggad met no di umno ti pannakaaramatna
- Idulin dagiti agas iti lugar a di maserrek dagiti ubbing.

### Dagiti Pamay-an:

#### 1. **SAKBAY** nga ipaay ti agas:

- Siguraduen a ti/dagiti nagannak, nakompletoda ti Pormulario ti Pammalubos iti Pannakaipaay ti Agas (kitaen ti Nayon B).
- Amirisem amin nga impormasion iti pormulario ti pammalubos tapno masigurado a husto amin.
- Alaen ti agas iti lugar a pagidulinan a di mastrek dagiti ubbing.
- Bugguam a nasayaat dagiti imam (kitaen ti Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima).
- Agusar iti guantes nga awanan iti latex iti panangipaay kadagiti agas a maisapsapo wenno maipatedted iti mata ken lapayag.
- Baliwan nga amirisen ken siguraduen a nailanad iti agas ti nagan ti ubing, ti petsa a panagpaso ti agas, oras, nagan ti agas, dosis, ken ti bilin ti doktor.
- Ipaay ti agas iti ubing a kas naipreskribir.



#### 2. **KALPASAN** a maipaay ti agas:

- Isurat ti oras ken petsa a pannakaipaay ti agas ken ti kaadu daytoy.
- Isubli ti agas iti lugar a pagidulinan a di mastrek dagiti ubbing.
- Bugguam a nasayaat dagiti imam (Kitaen ti rekursos a Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima para iti nayon nga impormasion).
- Paliwen ti pagbaliwan ti ubing gapu iti agas. No adda mapasamakna gapu iti agas, isurat ken awagan/pakaammuan a dagus ti/dagiti nagannak ti ubing ken no nasken, awagan ti 911.

HAR §17-891.1-23 (b)(1), §17-892.1-23, §17-895-23 (c), §17-896-22

## NUTRISION KEN ARAMID A PISIKAL

### Apay a Napateg?

- Ti nakaro unay a panaglukmeg dagiti ubbing (childhood obesity) ket nasursurok payen ngem iti doble iti napalabas a 30 a tawen. Idi 2012, 10.2% kadagiti dua akingga iti uppat ti tawenna nga ubbing manipud kadagiti nababa-ti-sapulna a pamilya iti Hawai'i ket nakaro la unay ti kinalukmegda (obese) idinto a ti 12.8% ket sobra ti kinalukmegda (overweight).
- Ti nakaro unay ti kinalukmegda nga ubbing ket masansan nga agtalinaed a kasta akingga iti nataenganda ken agsagabada kadagiti parikut iti salun-at a pakairamanan ti type 2 diabetes, parikut iti tulang ken nagsusuopan, sakit ti puso, ken sumagmamano a kita ti kanser.

### Dagiti Pamay-an:

#### 1. Ipakat dagiti nasayaat ken wagas ti panagpakan a mangipanamna iti nasayaat a salun-at ti maladaga

- Ikalikagum ti pannakapasuso dagiti maladaga akingga iti ag-6 a bulanda ken agusar kadagiti umno a wagas ti panagsuso iti botelia a pannakaaramat ti gatas ti ina wenno panagusar iti napabaknang-iti-yero a polbos a gatas a para maladaga (iron-fortified infant formula).



#### 2. Agidasar laeng kadagiti nasustansia a makan ken mainum

- Ibasar dagiti taraon ken merienda iti pagrukodan nga impaulog ti Child and Adult Care Food Program (CACFP).
- Liklikan dagiti makan ken mainum a nanayonan iti asukar, asin, wenno preserbatibo.

#### 3. Itandudo ti aramid a pisikal babaen ti inaldaw nga ay-ayam a para iti amin nga ubbing, agraman dagiti maladaga ken ubbing nga agkasapulan iti espesial a pannaripato.

- Ipan dagiti maladaga iti lugar a pakaay-aywanda nga aggaraw, kas iti panagpakleb (tummy time), panaglagto, panagtulid, panagkugtar, panagkarayam. Bassit la koma nga oras ti ited kadakuada wenno liklikan ti panangipan kadakuada kadagiti lugar a pagtugtugawan wenno pagkuyakoyanda laeng.
- Masapul a maikkan dagiti babassit nga ubbing (toddlers) iti 60-90 a minuto iti kada 8-oras nga aldaw iti manipud kalalainganna akingga kadagiti makabannog nga ay-ayam.
- Dagiti dandanin sumrek nga agbasa (preschoolers), nasken a maikkanda iti 90-120 a minuto a manipud kalalainganna akingga kadagiti makabannog nga ay-ayam.

continued on next page

## NUTRISION KEN ARAMID A PISIKAL

*continued from previous page*

- *Dagiti aktibo nga ay-ayam iramanna dagiti maaramid iti uneg ken ruar ti pagtaripatuan, naplano (kas koma adda pagannurotanna), ken nawaya a panagay-ayamda.*
- *Mangituding met iti oras a pannaturog wenno panaginana, ta ti kurang a turog, mainanaig iti di nasayaat a pannakanayon ti dagsen ti ubing.*

#### 4. Limitaran ti oras iti sango ti iskrin (kas iti television, kompiuter, ay-ayam a video, smartphone/tablet).

- *Dagiti ubbing nga agedad iti nakurkurang ngem 2, bassit wenno awan koma ti maited nga orasda iti sango ti iskrin.*
- *No maikkan dagiti ubbing iti oras iti sango ti iskrin, maaramat koma daytoy a para iti dekalidad nga interaksion, panagsursuro, wenno pangitantudo iti aramid a pisikal.*
- *Liklikan ti iskrin bayat ti pannangan wenno panagmerienda.*



#### 5. Idiaya dagiti padas a mainaig iti nutrision a pakasursuruan dagiti ubbing iti unos ti agmalem, a pakairamanan iti panawen ti pannangan ken panagmerienda

- *Agiparang kadagiti mensahe a mainaig iti nasalun-at a pannangan. Liklikan dagiti materiales nga agpanggep a mangallukoy iti igagatang ken dagiti edukasional a materiales a mangyanunsio kadagiti saan a makapasalun-at a taraon.*
- *Gutigoten ti pannakipartisipar kadagiti aramid, kas iti panangisagana iti makan, panaggarden, panangraman kadagiti taraon, ken ibibisita iti talon.*

#### 6. Igullo dagiti pamilia a mangsuportar kadagiti nadumaduma a makapasalun-at nga aramid iti panagbiag dagiti nadumaduma a kultura ken puli.

- *Makikadua iti/kadagiti nagannak iti pannakaaramid dagiti plano ken pagalagadan iti nutrision ken aramid a pisikal. Ibilang ti kabaelan, kayat, ken naggapuan a kultura ti ubing no planuen ti ipakan.*
- *Ipaay a regular kadagiti pamilia dagiti mabasa a materiales a mangisuro iti nasalun-at a panagbiag.*

Naadaw manipud iti *Wellness Guidelines for Nutrition and Physical Activity in Hawai'i's Early Care and Education Settings*

HAR §17-891.1-25, §17-891.1-13, §17-892.1-26, §17.892.1-13, §17-895-25, §17-895-12, §17-896-24, §17-896-13



## SALUN-AT

# Kinamanagdaldalus

Ti kinamanagdaldalus ti tulbek ti pananglapped iti panagwaras dagiti makadangran a mikroorganismo—makaakar a bakteria, bayrus, kdp. – a mabalin a makapataud iti makaakar a sakit. Nasken a malapdan ti pannakayakar dagiti kakastoy a makadangran a mikroorganismo. Ket ti umno a kinamanagdaldalus ti mangpukaw kadagitoy sakbay nga ad-adda pay nga agwarasda.

## Gagangay a paggapuan dagiti sakit:

- TATTAO a naimpektaran wenno addaan iti sakit
- TARAON nangruna dagiti di naluto wenno di umno ti pannakaisagana wenno pannakaidulinna
- DANUM ken/wenno disso a pakaummongan ti narugit a danum, kas koma lababo, kasilia, ramit a pagdalu. labakara
- AYUP

Kas maysa a mangmangted-pannaripato, addaka iti asideg dagiti ubbing a tartaripatuem, ket naipabaklay kenka ti pannakaipanamna ti kinadalu ken kinasalun-at ti aglawlaw para iti amin. Ti kinamanagdaldalus, makatulong iti pannakapagtalinaed dagiti ubbing a nasalun-at, naregta, ken sisasagana nga agsursuro.

Napateg ti panangtaginayon iti galad a kinamanagdaldalus iti unos ti agmalem. Sursurotem man ti umno a panangsukat iti lampin, panangbuggo kadagiti ima, ken panangusar iti guantes tapno malapdan dagiti mikrobio, wenno ti kanayon a panagdalu, panagsanitario, ken panangdis-impektar kadagiti rabaw ken abalbalay a maiggaman dagiti ubbing, saan laeng a ti salun-at dagiti ubbing (ken salun-atmo) ti salsalaknibam; sursuruam pay ida kadagiti ugali a makapasalun-at nga agbalin a tarabayda iti panamagtalinaedda iti napintas a salun-atda agingga iti sibibiagda.

## KINAMANAGDALDALUS

## KASANO TI PANANGBUGGO KADAGITI IMA

### *Apay a Napateg?*

- Ti panangbuggo kadagiti ima ti umuna a depensa kontra iti panagwaras dagiti mikrobio a makapataud kadagiti makaakar a sakit; daytoy ti kakaisuna a kasamayan a panglapped kadagiti sakit, ken ti kalakaan ti bayadna.

### *Dagiti Pamay-an:*

1. Luktan ti gripo.
2. Babasaen dagiti ima iti danum.
3. Ikkan iti sabon dagiti ima.
4. Agbuggo ken sabonan a nasayaat dagiti ima iti uneg ti 20 a segundo (kas kapaut ti mamindua a panangkanta iti kanta a *“Happy Birthday”*). Siguraduen a radradan ti bukot ti ima ken dakulap, uneg dagiti kuko, ken nagbabaetan dagiti ramay.
5. Balnawan dagiti ima iti silulukat a gripo iti di nakurkurang ngem sangapulo a segundo.
6. Pamagaan dagiti ima iti nadalus a paper towel.
7. Iserra ti gripo babaen ti panagusar iti paper towel.
8. Ibelleng ti paper towel iti plastik a supot iti uneg ti makaluban a pagbasuraan.



*continued on next page*

## KASANO TI PANANGBUGGO KADAGITI IMA

*continued from previous page*

### **Mamin-ano:**

- *Apaman a sumangpet*
- *Sakbay ken kalpasan a mangan, panagiggem iti taraon, wenno panangpakan iti ubing*
- *Kalpasan ti panagusar iti kasilia/ panangsukat iti lampin wenno panangtulong iti ubing a mangusar iti kasilia*
- *Kalpasan nga aguyek, agbaeng, wenno iti pannakaisagid iti ania man a likido manipud iti bagi (buteg, dara, sarua)*
- *Sakbay ken kalpasan ti panagusar ti nasursurok ngem maysa a tao iti lamisaan a yan dagiti abalbalay (water table)*
- *Kalpasan ti panagay-ayam iti ruar*
- *Kalpasan ti panagiggem iti taraken nga ayup wenno rugit daytoy*
- *Tunggal ,marugitan dagiti ima*
- *Sakbay nga agawid*



HAR §17-891.1-34, §17-892.1-35, §17-895-31, §17-896-33

## KASANO TI AGUSAR ITI GUANTES

*Apay a napateg?*

- Agpaay ti guantes a kas salaknib kontra kadagiti mikrobio a makaigapu kadagiti sakit.

**Dagiti Pamay-an:**

1. Bugguan dagiti ima sakbay nga isuot dagiti guantes (kitaen ti *Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima* para iti nayon nga impormasion).
2. Isuot ti nadalus a sangaparis a guantes. Liklikan ti “kontaminasion gapu iti panangsagid”: Di sagiden dagiti banag iti aglawlaw (kas iti pagsindian ti silaw, seradura ti kabinet) wenno sika (kas iti panangkudkod iti agong wenno panangipuesto iti anteohos) a mabalin a mangkontaminar iti nadalus a guantes a mabalin a mangyakar kadagiti mikrobio iti sabsabali.
3. Bayat a maar-aramat, suktan ti guantes no addan pigisna wenno narugit unayen
4. Siaannad, saggaysa nga ikkaten dagiti guantes nga awan ti masagsagidmo a nakontaminaran a banag:
  - Gammatan ti umuna a guantes iti dakulap daytoy sa uksoten.
  - Babaen ti nabati a guantes, lukoten ti narugit a guantes.
  - Babaen ti di naguantesan (nadalus) nga ima, uksoten ti guantes iti uneg ti pungopunguan a maballusong ti guantes.



*continued on next page*

## KASANO TI AGUSAR ITI GUANTES

*continued from previous page*

5. Ibelleng a dagus dagiti narugit a guantes iti plastik a supot iti uneg ti makaluban a pagbasuraan. Saan a labaan wenno usaren manen dagiti disposable gloves wenno dagitay maminsan laeng nga aramaten a guantes.
6. Bugguan dagiti ima kalpasan nga usaren dagiti disposable gloves (kitaen ti Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima para iti nayon nga impormasion).

### ***Mairekomendar ti panagaramat kadagiti guantes no:***

- *No manamnama ti pannakaisagid iti dara wenno addaan dara a likido manipud iti ubing, nangruna no ti imam ket adda sugatna (kas koma panangipakat iti umuna a panagagas (first aid) iti sugat ti ubing, wenno suktam ti lampin nga addaan iti dara ti buris)*
- *Agdalu kadagiti rabaw wenno agiggem kadagiti bado ken suplay a narugitan iti dara wenno nakontaminaran kadagiti likido manipud iti bagi, kas koma iti sarua, isbo, wenno takki*
- *Taripatueng dagiti agnannana a radrad ti kudil wenno sakit ti kudil*
- *Ikkang iti pannaripato ti ngiwat wenno ti mata ken no ipaay dagiti espesial a panagamiris a kas iti panangtudok iti ramay para iti blood glucose test, kdp.*

## KINAMANAGDALDALUS

# KASANO TI PANANGSUKAT ITI LAMPIN

## Apay a Napateg?

- Ti panagsukat iti lampin iti umno a wagas ket isu ti maysa kadagiti kangrunaan a wagas a panglapped iti panagwaras ti bakteria ken dadduma pay a makaparnuay iti sakit nga organismo nga adda iti takki ken isbo.
- Ti masansan a panagsukat iti lampin ken umdas a panangtaripato iti kudil ket salaknibanna ti ubing kadagiti iritasion ti kudil a mabalin a maigapu iti mabayag a pannakayuper iti isbo ken takki.

## Procedures:

1. Bugguam dagiti imam (kitaen ti Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima para iti nayon nga impormasion).
2. Isagana dagiti amin a nasken a kasapulan iti nalaka a magaw-atmo iti lugar a pagsukatan iti lampin. Iraman dagitoy a kasapulan:
  - Di nausar a lampin
  - Agaramat iti non-absorbent paper liner a mangarpaw iti pagsukatan iti lampin manipud iti abaga ti ubing agingga iti labes dagiti sakana wenno agusar iti pangiparabawan iti ubing a di agagsep iti danum, nalinis, saan nga agurnong iti rugit ken nalaka a madis-impektaran.
  - Pagpunas (wipes), nababasa a lupot, wenno nababasa a paper towels
  - Maysa a bag a plastik a para iti ania man a marugitan a bado
  - Ania man a maisapsapo iti lampin (diaper ointment) wenno produkto a para iti kudil, a maaramat laeng no adda pammalubos ti/dagiti nagannak para iti pannakalapped ken pannakaagas ti radrad ti kudil, a mayaon iti nagananna babaen ti ania man a maibellig a banag a kas iti non-absorbent paper liner wenno tisyu a para iti rupa wenno iti kasilia
3. Idisso ti ubing iti nadalus a disso a pagsukatan iti lampin, adayo iti panganan wenno iti pakaisaganaan ti taraon. Kanayon nga iggaman ti ubing bayat ti kaaddana iti pagsukatan iti lampin.
4. Dalusan ti ubing:
  - Luktan ti lampin, ngem bay-an ti narugit a lampin a nayap-ap iti ubing.
  - Ingato dagiti saka ti ubing, kas kasapulan, tapno madalusan ti sango ken likud ti ubing babaen ti maibelleng a pagpunas (disposable wipes).
  - Agusar iti baro a maibelleng a pagpunas tunggal punasan ti ubing.
  - Ipan dagiti narugitan a pagpunas ken lampin iti plastik a supot iti makaluban a pagbasuraan.



continued on next page

## KINAMANAGDALDALUS

## KASANO TI PANANGSUKAT ITI LAMPIN

*continued from previous page*

### 5. Ikkaten ti narugit a lampin ken bado:

- *Kupinen ti narugitan a paset ti lampin a pauneg.*
- *No narugitan ti bado ti ubing, iserrek iti bag a plastik a pagipanan iti bado sa sigloten a nasayaat sa ipan iti lugar a di mastrek dagiti ubbing ken ited iti/kadagiti nagannak inton umayda alaen ti ubing.*

### 6. Pananglampin iti baro iti ubing.

- *Ipuesto ti nadalus ken di nausar a lampin iti baba ti ubing.*
- *Agusar iti tisyu a pangyapros iti ania man a nasken a cream a para iti lampin, sa ibelleng ti naaramat a tisyu iti plastik a supot iti makaluban a pagbasuraan.*
- *Iserra ti lampin.*
- *Punasam dagiti imam ken dagiti ima ti ubing iti agsabali a maibelleng a pagpunas.*
- *Ileppas a baduan ti ubing.*

### 7. Bugguan dagiti imam ken dagiti ima ti ubing (kitaen ti rekursos iti *Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima*).

### 8. Dalusan ken dis-impektaran ti rabaw ti pagsukatan iti lampin.

- *Ibelleng ti paper liner iti plastik a supot iti makaluban a pagbasuraan.*
- *Ikkaten ti ania man a rugit ket dalusan ken dis-impektaran ti rabaw (mapan iti rekursos iti Panagdalus, Panagsanitario, ken Panagdis-impektar).*

### 9. Bugguam dagiti imam (kitaen ti rekursos iti *Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima*).

### 10. Irekord ti ania man a di gagangay a langa ti kudil wenna takki (radrad; naidumduma ti kinalukneng wenna kinatangken ti takki, maris, angot, wenna no mamin-ano a tumakki) iti pagilistaan a para iti ubing a maipakita iti/kadagiti nagannak ti ubing iti inaldaw.

**Palagip iti kita ti mausar a lampin:** *Kadagiti lugar a pakataripatuan ti ubing, mairekomendar ti panagusar laeng iti maibelleng a lampin (disposable diapers) nga addaan iti agsagepsep a material (kas iti polymers) malaksid no gapu iti medikal a rason, saan a mabalin nga agaramat ti ubing iti kastoy (kas koma gapu iti alerdyi). No lupot a lampin ti maaramat, adda koma pagagsep ti lampin iti unegna ket ti akinrabaw a paset, masapul a di agagsep iti danum. Maysa a pagpilian ti panagusar kadagiti lupot a lampin a nairanta a di agapsep iti danum ti akinruar a pasetna. No agusar iti lupot a lampin nga addaan iti naisina a pagagsep, ti akin-uneg ken akiruar a paset ti lampin ket masapul a masuktan nga aggiddan a kas maymaysa a paset ken saanen a mabalin a mausar manen iti pagtaripatuan iti ubing. Saan a maipalubos ti pananglaba wenna panangibati iti rugit iti pagtaraknan iti ubing. Amin a narugitan a lampin, masapul a mabungon a nasayaat iti saan nga agagsep a pagipanan, ken maidulin iti lugar a di mastrek dagiti ubbing, ken maited iti/kadagiti nagannak apaman nga umayda alaen ti ubing.*

HAR §17-895-30

## KINAMANAGDALDALUS

# KASANO TI PANAGDALUS, PANAGSANITAR-IO, KEN PANAGDIS-IMPEKTAR

## Apay a Napateg?

- Ti panagdalus, panagsanitario, ken/wenno panagdis-impektar kadagiti rabaw ken abalbalay ket maysa kadagiti kapapatgan nga addang a pangikabassit iti panagwaras dagiti makaakar a sakit iti yan ti pagtaripatuan iti ubing.
- Ti panangipakat kaagiti umno a wagas ti panagdalus, panagsanitario, ken panagdis-impektar lapdanna dagiti ubbing ken dagiti mangmangted-pannaripato a makalang-ab kadagiti mabalin a makasabidong nga angot.
- Dagiti laeng koma produkto a nairehistro iti U.S. Environmental Protection Agency (EPA) ti maaramat. Dagitoy a produkto ket napaneknekan ti kinasamayda iti pannakaikabassit wenno panagmagbalinda kadagiti mikrobio nga inutil ken di makapadakes iti salun-at ken iti aglawlaw no maaramat la ketdi a kas nailanad iti etiketa.

## Dagiti Pamay-an:

### 1. Kitaen no ti rabaw wenno ti abalbalay ket masapul a madalusan, masanitario, ken/wenno madis-impektar.

- *Ammuem dagiti termino:*
  - **PANAGDALUS** kayatna a sawen ti pisikal a panangikkat kadagiti amin a rugit ken kontaminasion. Ti panagagusugos iti panagdalus ikkatenna ti kaaduanna kadagiti mikrobio ken iruarna dagiti nabatbati a mikrobio tapno nalaka a maikkat dagitoy babaen ti sanitario (sanitizer) wenno pagdis-impektar (disinfectant).
  - **PANAGSANITARIO** kayatna a sawen ti panagusar iti produkto a mangikabassit kadagiti mikrobio iti agpang a maibilang a natalged iti babaen dagiti linteg wenno regulasion iti salun-at ti publiko ngem dina ida pukawen amin. Ti pagsanitario ket mabalin a maaramat kadagiti banag a pakaisagidan ti taraon (lunglongan, ramit iti kosina, langdet, nangato a tugaw a panganan ti ubing), dagiti abalbalay dagiti ubbing a maballin nga isuboda, ken pacifiers.



continued on next page



## KASANO TI PANAGDALUS, PANAGSANI-TARIO, KEN PANAGDIS-IMPEKTAR

*continued from previous page*

- **PANAGDIS-IMPEKTAR** kayatna a sawen ti panagusar iti produkto a mangpapatay wenno mamagbalin nga inutil kadagiti mikrobio. Ti pagdis-impektar ket mabalin a maaramat kadagiti natangken, di agagsep a banag a kas kadagiti lamisaan a pagsukatan iti lampin, pagiparabawan, seradura ken pagiggaman iti kabinet, ken iti kasilia ken banio.

2. Mapan iti Maibalakad nga Iskediul ti Panagdalus, Panagsanitario, ken Panagdis-impektar (kitaen ti Nayon C) tapno maammuan no kaano nga agdalous, agsanitario ken/wenno agdis-impektar kadagiti banag.



3. Isagana ti solusion para iti panagsanitario wenno panagdis-impektar:

- Amirisen ti etiketa ti produkto no addaan met laeng iti numero ti rehistrasion ti EPA.
- Iserrek ti numero ti rehistrasion ti EPA iti <http://iaspub.epa.gov/apex/pesticides/f?p=PPLS:1>
- Rumbeng a makitam ditoy dagiti detalye maipanggep iti produkto ken iti baba daytoy, ti PDF document file a mangipakita kadagiti petsa ti pannakairehistro ti produkto iti EPA. I-click ti PDF document file nga adda iti ngatuen ti listaan, a mangited iti kaudian a naaprobaran a pagannurotan iti panangusar iti produkto a kas pagsanitario wenno pagdis-impektar.
- No isagana ti bleach solution:
  - Pilien ti botelia a di makita ti nagunegna (kas iti saan a nalawag ti unegna a pagpasuyot a botelia)
  - Agusar iti guantes ken pangsalaknib iti mata.
  - Agusar iti embudo.
  - Inayon ti bleach iti danum saan ket a ti danum iti bleach tapno maikabassit ti alibungabong.
  - Siguraduen a napintas ti bentilasion ti kuarto.
  - Iti kaano man, saan a paglimogen wenno idulin iti maymaysa a disso ti ammonia ken bleach wenno dagiti produkto nga addan iti bleach.
  - Agaramid iti baro a solusion ti bleach iti inaldaw; ikkan iti etiketa ti botelia nga adda nagyanna a solusion ken ipan ti petsa ti pannakaaramidna.

*continued on next page*

## KASANO TI PANAGDALUS, PANAGSANI-TARIO, KEN PANAGDIS-IMPEKTAR

*continued from previous page*

### 4. Agannad iti panagusar iti bleach wenna dadduma pay a solusion nga inaprobaran ti EPA:

- *No adda makita a rugit, dalusan ti rabaw iti sabon sa balnawan iti danum sakbay nga usaren ti solusion.*
- *No agusar iti pagpasuyot a botelia, baliwan ti templa ti abutna tapno makaparnuay iti napigsa a pasuyot a saan ket a kasla sapri laeng.*
- *Ikkkan iti naan-anay a panawen ti naipasuyot nga agtalinaed kadagiti banag a kas nailanad iti etiketa ti produkto.*
- *Usaren laeng daytoy no awan dagiti ubbing iti nasao a disso.*
- *Luktan dagiti tawa tapno nawaya ti panagrikus ti angin ken bay-an a mamagaan dagiti banag kalpasan ti kasapulan a kapaut sakbay a pagsublien dagiti ubbing iti lugar.*
- *Idulin amin a kemikal ken pagdalu a materiales iti wagas a di matuang ken maisuyat dagito, iti kabinet a matulbegan wenna di maluktan ti ubing, ken di magaw-at dagiti ubbing.*

HAR §17-891.1-34 (6), §17-891.1-36 (c), §17-892.1-35 (6), §17-892.1-38, §17-895-14 (d), §17-895-30 (a) (4), §17-895-32 (a) (c), §17-896-35



# Kinatalged

Ti panamagtalinaed kadagiti ubbing a natalged—ti panangparnuay iti natalged nga aglawlaw ken pananglapped wenna panangikabassit iti panagpeggad kadagiti di naigagara a pannakadunor—ket iti amin nga oras, pagrebengan daytoy dagiti nataengan a nakaipabaklayan ti pannakataripatoda. Bayat ti panagdakkel dagiti ubbing, patinayon nga ipadpadasda dagiti baro a kabaelanda, ageksperimentoda kadagiti baro a wagas a pangusaranda kadagiti bambanag, ken iti pannakaipasangoda kadagiti baro a situasion. Ti kuriosidad ken ti kinadarasudosda ti mangidurduron iti panagsursuroda. Daytoy met no dadduma ti mangikursong kadakuada kadagiti napeggad a situasion, a mangikadakkel iti peggad ti pannakadangranda. Gapu ta managtakuat dagiti ubbing, adda kadagiti nataengan a mangipanamna iti kinatalgedda bayat ti panangallukoyda kadagitoy nga agsursuro. Ti panangikabassit ti gundaway a mabalin a pannakadangran ken pannakaaksidente ket napateg iti pannakapagtalined dagiti ubbing a natalged.

Dagiti aksidente ti kangrunaan a makaigapu iti pannakadunor ken pannakatay dagiti babassit pay nga ubbing, ngem kaaduan met kadagitoy nga aksidente ti mabalin a malapdan. Dagiti panagannad a maipatungpal tapno agbalin a natalged dagiti maladaga ket maisabali kadagiti maipakat tapno agtalinaed a natalged dagiti di pay agbasa nga ubbing (preschoolers). Napateg para kadagiti mangmangted-pannaripato ti patinayon a panangpaliwda kadagiti ubbing ken iti aglawlawda, panangipakatda kadagiti umno a panagannad, ken panangaywanda kadagiti ubbing iti amin a kanito.

Kas mangmangted-pannaripato, responsableka kadagiti adu dagiti aspekto iti panagaywan ken pananglapped. Mairaman dagitoy, ngem saan ketdi a malimitaran, iti pannakasiput dagiti pagilasinan iti pannakaabusu ken/wenna pannakabaybay-a ti ubbing; mangipasigurado a dagiti ubbing ket adda natalged a pagtugawanda no agbiaheda; panangammo ken panangidulin kadagiti sabidong ken pestisidio iti ruar ken iti uneg ti lugar a pagtarakan; naan-anay a panangamiris kadagiti abalbalay ken dagiti gamigam a maaramat a pagay-ayam dagiti ubbing tapno maipasigurado a natalged dagitoy ken maitutop iti edad ken kabaelanda; ken mangpaadda iti napanunot-a-naibag nga aramiden no adda emerhensia; ken pannakasurot ti umno a pannaturog.

**Daytoy a paset ti Kinatalged ket iramanna dagiti impormasion maipanggep kadagiti sumaganad:**

- **KINATALGED ITI KARRO**
  - Kinatalged iti Tugaw iti Karro
  - Kasano ti Panagbiahe Babaen ti Lugan
  - Pananglapped iti Atake iti Pudot (Heat Stroke)
- **KINATALGED TI TARAON KEN PANAGIDULIN**
  - Kinatalged ti Taraon
  - Dagiti Alerdyi a Maala iti Taraon
  - Kinatalged ti Gatas ti Ina
- **PANAMAGBALIN ITI LUGAR A NATALGED KADAGITI UBBING**
  - Dagiti Wagas Tapno Agbalin ti Lugar a Pagtaripatuan a Natalged Kadagiti Ubbing
  - Tarabay iti Pannakalapped ti Pannakasabidong
  - Kinatalged Bayat ti Kaadda iti Danum
- **KINATALGED TI ABALBALAY KEN DAGITI GAMIGAM A MAARAMAT ITI RUAR**
  - Kinatalged Dagiti Abalbalay
  - Kinatalged Dagiti Gamigam a Maaramat iti Pagay-ayaman
- **PANNAKAABUSO KEN PANNAKABAYBAY-A TI UBBING**
  - Panangireport iti Maatap a Pannakaabusu ken/wenna Pannakabaybay-a ti Ubbing
  - Pananglapped iti Shaken Baby Syndrome
- **NATALGED A PANNATUROG**
  - Dagiti Aramiden Tapno Natalged ti Pannaturog
  - Kinatalged iti Kona
- **KASANO NO ADDA EMERHENSIA**
  - Kasano ti Panangipakat iti Umuna a Panagagas (First Aid) /CPR
  - Kinamanagsagana iti Dumteng nga Emerhensia

## KINATALGED

# Kinatalged Iti Karro

Napateg ti panangipanamna it i kinatalged dagiti ubbing it i uneg dagiti lugan (kas it i karro, SUVs, trak). Dagiti babassit pay nga ubbing ti delikado unay kadagiti kellaat a panagsardeng/panagpreno wenno dinnungpar. Nakaro man wenno saan ti dinnungpar, kasla maipasayagda a bala no saanda a nakagalut it i aprubado a tugaw it i karro. Maitedmo kadagiti ubbing ti kasayaatan a pannalaknib babaen ti panangpili it i natalged a tugaw it i karro (care safety seat) nga apagisu unay it i ubing ken it i lugan ken kanayon nga usaren ti ubing it i tunggal biahe. Dagiti tugaw it i karro ken ti posision a pakaipasanguanda ket agbaliw bayat ti idadakkel ti ubing. Ti pannakibagaymo kadagitoy a panagbalbaliw ket ipanamnamana ti kangatuan a pannalaknib bayat ti kaadda it i luganmo dagitoy ubbing nga adda it i pannaripatom. Malaksid it i daytoy, masursuruan dagiti ubbing nga agan-annad bayat ti kaaddada it i agtartaray a lugan ken mairuamda ti agusar kadagiti pannalaknib it i uneg ti lugan no ammoda a namnamaentayo nga aramatenda dagitoy.

Aggunggunay man wenno saan dagiti lugan, mabalin a pagpeggadenda dagiti ubbing. Mabalin nga agsagabada it i atake it i pudot (heat stroke) ken pannakatay no mabatida nga agmaymaysa kadagiti lugan. It i aldaw, ti temperatura it i uneg ti lugan ket mabalin nga agbalin a nakapudpudot unay it i apagbiit laeng a tiempo. Nalaklaka nga agsagaba dagiti ubbing kadagiti sakit ken pannakadangran gapu it i pudot ta nalaklaka a serken ti pudot ti bassit pay a bagida ken saan pay a napatanay a nalang ti pannakapalamiis ti bagida babaen ti panagling-et a kas kadagiti nataengan. Dagiti umno a wagas a maipakat no kasta nga agbiahe babaen ti lugan ket makatulong a mamagtalinaed kadagiti ubbing a natalged bayat ti biahe. Ti panamagtalinaed kadagiti ubbing a natalged ket iramanna ti panangamiris it i karro sakbay a panawam daytoy tapno masigurado nga awan ti ubing a nabati it i uneg. Kas nayonna, it i kaano man, saan nga ibatbati ti ubing nga agmaymaysa it i uneg ti lugan uray apagbiit laeng, ken di ibatbati ti lugan a di nakatulbek ken nawaya a serken dagiti ubbing nga awan kaduada a nataengan. Agpannuray dagiti ubbing kadagiti nataengan kadagiti rumbeng a maaramid a panagannad it i amin a kanito bayat ti kaaddada it i lugan.

## KINATALGED ITI KARRO

# KINATALGED ITI TUGAW ITI KARRO

### Apay a Napateg?

- Ti kanayon a panagusar iti maitutop a natalged a tugaw/tengngel a para ubing a naipuesto a nasayaat kadagiti lugan a pagluganan ti ubing ket salaknibanna ti ubing iti pannakadunor (wenna pannakatay) iti kanito ti kellaat a panagsardeng/panagpreno, aksidente bayat ti nainayad a taray ti lugan, ken aksidente bayat ti napardas a taray ti lugan. .

### Dagiti Pamay-an:

1. Pilien ti maitutop a kita ti tugaw iti karro (car seat) wenna booster seat nga apagisu la unay iti dagsen, kadakkel, ken edad ti ubing, agraman ti lugan a a paglugananna (kitaen ti *Mairekomendar a Tugaw iti Karro a Para Ubbing* iti Nayon D wenna [www.safercar.gov](http://www.safercar.gov) para iti nayon nga impormasion).
  - Nasken nga adda ti ubing iti natalged a tugaw a para ubing (child safety seat).
  - Saan nga agusar iti tugaw a nadadaan ngem 6 a tawen wenna iti tugaw a naala iti nadesgrasia a lugan (uray pay aglanglanga nga OK, mabalin a saanen a nalagda). No adda panagduadua iti tugaw, no addaan rikki, wenna paglasinan iti kinadaan, dimo us-usaren.
2. Adalen no kasano ti umno a panangipuesto iti natalged a tugaw iti karro:
  - Basaen a nasayaat ti pagbasaan maipanggep iti produkto. No kasapulam ti tulong iti pannakaipuesto ti safety seat wenna kayatmo nga amirisenti teknisian no husto met laeng ti panangipuestom, mapan iti child car seat inspection station ket kiddawen ti tulong ti sertipikado a child passenger safety technician. Adda dagitoy nga inspection stations iti amin nga estado kadagiti nadumaduma a sentro ti pakataripatuan ti salun-at, ospital, ken estasion ti bombero.
  - Dagiti natalged a tugaw a para ubing ket masapul a maipuesto iti akinlikud a tugaw, kasayaatan iti tengnga. Ti maladaga wenna bassit nga ubing ket masapul a nakasango iti likudan ti lugan agingga iti agtawen iti dua wenna agingga iti madanonna ti kangatuan a dagsen ken tayag nga inrekomentar ti nangpartuat iti tugaw.
    - No awan pagpiliam ket masapul nga ipuestom ti ubing iti tugaw iti sango (no dua laeng ti tugaw ti karrom wenna saan a makaanay ti tugaw iti likud), ipasanudmo ti tugaw a para pasahero agingga iti pagpatinggaanna (Kitaen met ti #4).
  - Basaen ken surotan dagiti annuroten nga adda iti owner's manual ti lugan tapno maammuam no kasano ti panagusar iti seat belt ti lugan wenna iti sistema ti LATCH (Lower Anchors and Tethers for Children) ti natalged a tugaw a para.
3. Basaen a sibubukel ti pagbasaan maipanggep iti natalged a tugaw a para ubing. Siguraduen a maamiris ti rekomendado a pagliadan ti para iti tugaw no sumango iti sango wenna sumango iti likud.



continued on next page

## KINATALGED ITI TUGAW ITI KARRO

*continued from previous page*

**4. Saan nga ipuesto ti tugaw a nakasango iti likud iti akingsango a tugaw a para pasahero iti lugan nga addaan iti airbag.**

- *Irekomentar ti National Highway Traffic Safety Administration a no nasken nga ipuestom ti ubing iti tugaw iti akingsango a tugaw ti lugan ket ti luganmo, addaan iti manual cut-off switch a temporario a di mangpaandar iti airbag iti batog ti pasahero, i-switch off ti airbag bayat ti biahe. Siguraduen nga i-switch met laeng ti airbag inton ikkatem ti tugaw ti ubing.*



**5. Siguraduen nga amirisen ti pannakaipuesto ti safety belt sakbay ti tunggal panangusar.**

**6. Kitaen nga umno ti pannakaigalut ti ubing iti tunggal ken amin a biahe.**

- Ti ulo ti ubing ket masapul a di nakurkurang ngem 2 a pulgada (6 a sentimetro) iti baba ti ngato ti safety belt.
- Siguraduen a dagiti galut ket kanayon a naipuesto kadagiti rumbeng a pakaipananda (slots) ken wenno adda iti baba ti abaga ti ubing.
- Kitaen amin a galut nga straps ket apagisu ti irtengna, nangruna iti abaga ken kadagiti luppo. Dagiti straps ket masapul a nakadaplat, saan a natiritir. No mapiritmo ti galut iti nagbaetan dagiti ramaymo, nalukay unay.
- Pillien ti ibado iti ubing tapno nawaya ti strap iti sellangna (latch crotch strap) a mai-buckle iti nagbaetan dagiti gurongna. No nalamiis iti ruar, igalut nga umuna ti ubing sa arpawan iti ules (saan nga abbongan ti ulo ti ubing). Saan nga i-buckle ti ules iti baba wenno iti likud ti ubing.
- No agtingig ti maladaga iti maysa a bangir ti tugaw (gagangay kadagiti kayanak), mangipan iti nalukot a lupot a lampin wenno nalukot a labakara iti agsumbangir nga abagana. Saan a mangip-ipan iti ania man a napuskol nga ap-ap wenno ules iti baba ti maladaga – mabalin a makaapekto iti kabaelan ti galut a mangtengngel iti ubing.
- No agtamed a pasango iti maladaga (gagangay met kadagiti kayanak), amirisen ti anggulo ti tugaw. Agusar iti tualia wenno ules a pangiliad iti apagapaman iti tugaw (30 agingga iti 40 a degree nga anggulo ti kasayaatan).
- Ibagay dagiti galut nga straps bayat ti panagdakkel ti ubing.

**7. Limitaran ti kaadu ti kanito nga adda ti maladaga iti tugaw iti karro, nangruna no awan ti maladaga iti uneg ti karro. No mabayag unay ti kaaddana iti tugaw iti karro, malimitaran met ti panaggunayna ken ti gundawayna a maig-iggaman, a napateg iti pannakapatan-ay ti kabaelanna a mangrikna ken agtignay.**

HAR §17-891.1-12 (4), §17-892.1-12, §17-895-11, §17-895-17

## KINATALGED ITI KARRO

# KASANO TI AGBIAHE BABAEN TI LUGAN

## Apay a Napateg?

- Iti Estados Unidos, dagiti aksidente iti lugan ti kangrunaan a makaigapu iti pannakatay dagiti ubbing manipud iti edad a maysa agingga iti sangapulo ket uppat. Dagiti pagalagadan iti panagbiahe ken no kasano ti panagbiahe, iti man uneg wenno ruar ti lugan, ikabassitna ti peggad iti pannakadunor dagiti ubbing.

## Dagiti Pamay-an:

### SAKBAY NGA IBIAHE DAGITI UBBING:

1. Masapul nga adda nakasurat a pagalagadan nga adda iti ikutmo ken iti ikut ti nagannak ken pinirmaan ti nagannak a mangipanamna iti natalged a pannakaibiahe ti ubing iti lugan bayat ti kaadda ti ubing iti pannaripatom. Kitaen ti *Kasano ti Kinatalged iti Tugaw iti Karro* para iti nayon nga impormasion. Ti pagalagadan ket nasken nga iramanna dagiti sumaganad:
  - Kaadu ti ubing a maidilig iti kaadu ti agtartaripato bayat ti biahe
  - Adda reserba a lugan iti kanito nga adda dagiti emerhensia
  - Panagusar iti seat belt ken natalged a tugaw iti karro agraman booster seats kas ibilin ti linteg ti estado (<http://hidot.hawaii.gov/highways/safety-communities/child-passenger-safety/>)
  - Kaadda ti kit para iti umuna a panagagas (first aid kit), emerhensia a pakakontakan ken impormasion maipanggep iti salun-at dagiti ubbing, ken selpon
  - Pannakalisensia, rehistrasion, ken seguro dagiti lugan ken dagiti drayber
  - Kabayagan a kapaut ti panagbiahe
  - Dagiti pamay-an tapno masigurado nga awan ti ubing a mabati iti lugan iti panaggibus ti biahe wenno mabati nga awan kaduana a nataengan iti uneg wenno iti ruar ti lugan bayat ti pannakailugan wenno pannakaidissaag dagiti ubbing (kitaen ti rekursos iti *Pananglapped iti Atake iti Pudot [Heat Stroke]* para iti nayon nga impormasion)
2. Siguraduen a ti lugan a mausar ket natalged, awan dadaelna, umno ti pannakairehistrana, ken naiseguro. Review with children safe transportation practices as appropriate for age and stage of development.
3. Kadua dagiti ubbing a mangrepaso kadagiti aramid iti panagbiahe a kas maitutop iti edad ken iti kasasaad ti panagdakkel dagitoy.



continued on next page

## KASANO TI AGBIAHE BABAEN TI LUGAN

*continued from previous page*

### ITI ALDAW TI BIAHE:

1. Amirisen dagiti metal a paset dagiti tugaw ti karro, seat belts, ken plastik nga arpaw a salaknib kontra iti pannakasinit. No napudot ti panawen, salakniban dagitoy a paset kadagiti ules wenno tualia no di maar-aramat ti lugan.
2. Iserrek ti ubing iti lugan iti disso nga adayo iti trapiko.
3. Agaramat iti para-iti-umno nga edad a gamigam a pangtengngel iti ubing nga umno ti pannakaigalut ken pannakaikapetna (kitaen ti *Kinatalged iti Tugaw iti Karro* para iti nayon nga impormasion).
4. Ipaay ti maitutop a panangaywan dagiti nataengan kadagiti ubbing bayat ti kaaddada kadagiti lugan.
5. Amirisen iti listaan ti nagan ti ubing ken ti rupana no sumrek iti lugan.
6. Pagtalinaeden a komportable ti temperatura para iti ubing.
7. No nakadanonkayon iti papananyo, idissaag ti ubing iti adayo ti lugan nga adayo iti trapiko, iti mismo nga abay ti kalsada ti papanan a lugar.
8. Amirisen iti listaan ti nagan ti ubing ken ti rupana no dumsaag ti ubing iti lugan.
9. Amirisen a nasayaat ti lugan tapno masigurado a nakadissaag ti amin.
10. Saan a pampanawan ti ubing iti lugan iti uray ania a kanito, uray pay agan-andar ti air conditioner wenno nakalukat ti tawa.



HAR §17-891.1-6 (8), §17-891.1-12, §17-892.1-5 (12), §17-892.1-12, §17-895-11, §17-895-17, §17-896-12



## KINATALGED ITI KARRO

## PANANGLAPPED ITI ATAKE ITI PUDOT

### Apay a Napateg?

- Delikado a kombinasion ti napudot a temperatura iti lugan ken ubbing ta makaparnuay daytoy iti pannakadangran wenno ipapatay.
- Mabalín a malapdan ti atake iti pudot (heat stroke) ken pannakatay gapu iti atake iti pudot.

### Dagiti Pamay-an:

1. Saan a pampanawan ti ubing iti lugan iti uray ania a kanito, uray pay agan-andar ti air conditioner wenno nakalukat ti tawa.
2. Ipatat dagiti addang tapno maliklikan ti di naigagara a pannakaibati ti ubing iti karro:
  - Mangisurat iti palagip ket ibatim iti mabalín a pakakitaam iti daytoy sakbay a panawam ti lugan.
  - Ipanmo ti petakam, porpolio, kdp. iti akinlikud a tugaw tapno maamirismo ti akinlikud a tugaw sakbay a panawam ti lugan.
3. Di liplipatan nga itulbek dagiti ridaw ken ti pagikargaan iti likud sakbay a rummuarka iti lugan, ken di ipalubos a maiggaman dagiti ubbing ti tulbek.
4. Di ipalubos nga agay-ayam ti ubing iti uneg ti karro, wenno ikurikorna ti tulbek iti ignision.
5. No adda mapukpukaw nga ubing, amirisen amin a lugan, agraman dagiti pagikargaan iti likud dagitoy.



**PALAGIP:** Kas nasyon ti panagannad, makitulag iti/kadagiti nagannak dagiti ubbing nga adda iti pannaripatom nga awagam ida no dimo makita ti anakda iti naituding nga oras iti lugar a pagtaripatuan ken no dika napakaammuan nga immun-una iti pannakabaliw ti isasangpet ti ubing.

HAR §17-891.1-31, §17-892.1-32, §17-895-34, §17-896-30

## KINATALGED

# Kinatalged Ken Pannakaidulin Ti Taraon

Inaldaw a maar-aramid ti panagisagana ken panagidasar iti taraon iti lugar a pakataripatuan ti ubing, ken napateg iti salun-at ken kinatalged dagiti ubbing ti panangisigurado a natalged ti taraon ti idasarmo.

Nupay mabalin nga agsakit ti asino man gapu iti di naigagara a pannakaipaunegna kadagiti nakontaminaran-iti-bakteria a taraon, dakdakkal ti panagpeggad dagiti ubbing gapu ta nakapkapsut pay laeng ti panagtunaw ken ti kabaelan ti bagida a mangsaranget kadagiti bakteria. Gapu itoy, saan laeng a maikabassit dagiti kita ti taraon a maipasango kadakuada; maapektaran pay ti kabaelanda a manglaban kadagiti impeksion ken sakit a maigapu iti nakontaminaran a tarao ken mabalin a maipasangoda iti mabalin-a-makapatay nga alerdyi.

No sika, kas mangmangted-pannaripato, ket maawatam ken kanayon nga ipakpakatmo dagiti panagannad iti panagidulin, panagisagana, ken panagidasar iti taraon, agraman iti gatas ti ina, malapdam ti kontaminasion, pannakadadael, ken ti mabalin a panagwaras dagiti sakit a maigapu iti taraon. Kas nayonna, no maammuam manipud iti familia ti ubing no adda ketdi taraon a makaipaay kenkuana iti alerdyi ket dimo it-ited iti ubing daytoy a taraon, makatulongka a manglapped iti panagsagaba ti ubing iti delikado nga alerdyi.

## KINATALGED KEN PANNAKAIIDULIN TI TARAON

# KINATALGED TI TARAON

### Apay a Napateg?

- Ti umno a pannakaisagana ken pannakaidulin ti taraon, ikabassitna ti gundaway ti pannakasabidong iti taraon gapu iti pannangan iti nadadael a taraon.
- Napeggad, ken makapatay pay ketdi, kadagiti babassit pay nga ubbing, ti pannakaipaunegda iti nakontaminaran-iti-bakteria a taraon.

### Dagiti Pamay-an:

#### 1. Pagtalinaeden a nadalus ti wagas ti panangisagana iti taraon ken ti pagisaganaan iti taraon :

- Bugguan dagiti ima sakbay nga agiggem iti taraon, masansan no bayat ti panangisagana iti taraon, ken kalpasanna (kitaen ti rekursos iti Kasano ti Panangbuggo Kadagiti Ima para iti nayon nga impormasion).
- Bugguan ken isanitario amin a rabaw ken ramit a nausar iti panangisagana iti taraon (kitaen ti rekursos iti Panagdalus, Panagsanitario, ken Panagdis-impektar para iti nayon nga impormasion).
- Salakniban dagiti lugar a pagisaganaan iti taraon manipud kadagiti insekto, peste, ken dadduma pay nga ayup.



#### 2. Pagsinaen dagiti di naluto ken dagiti naluto a taraon:

- Isina dagiti di naluto a karne, poltri, ken taraon-baybay kadagiti dadduma a taraon.
- Agusar kadagiti sabali a ramit ken aramaten iti kosina a kas kadagiti kutsilio ken langdet iti panangisagana kadagiti di naluto a taraon.
- Idulin dagiti taraon kadagiti di agubo a pagikkan tapno maliklikan ti pannakaisagidda kadagiti di naluto ken naisaganaan a taraon.

#### 3. Lutuen a nasayaat:

- Lutuen a nasayaat dagiti taraon, nangruna dagiti karne, poltri, itlog, ken taraon-baybay, iti nairekomendar a temperatura.

#### 4. Pagtalinaeden dagiti taraon iti natalged a temperatura:

- Pagtalinaeden a napudot dagiti taraon a napudot ken nalamiis dagiti nalamiis.
- Saan a pagtalinaeden dagiti naluto a taraon iti kas iti temperatura ti kuarto iti nalablaves ngem dua nga oras.

#### 5. Agusar iti nadalus, natalged a danum ken di pay naluto a taraon:

- Agusar iti nadalus, natalged a danum a pangbuggo ken pangluto kadagiti taraon.
- Bugguan dagiti prutas ken nateng, nangruna no kanen a di naluto.
- Saan nga agusar iti taraon iti labes ti petsa ti panagpaso daytoy.

HAR §17-891.1-35, §17-892.1-36, §17-892.1-37, §17-895-38, §17-895-39 (a) (b), §17-896-34

## KINATALGED KEN PANNAK AidULIN TI TARAON

**ALERDYI A MAALA ITI TARAON***Apay a Napateg?*

- Ti nakaro nga alerdyi a maala iti taraon ket mabalin a mangibunga iti narigat a panaganges, supotsupot, pannakaulaw, panagsarua, ken uray pay iti kellaat a panagbaba ti presion ti dara ken ipapatay, no di madagdagus a maagasan.
- Mabalin a mapadasan dagiti ubbing iti umuna a gundaway ti alerdyi a maala iti taraon bayat ti kaaddada iti pagtaripatuan, isu a napateg para iti mangipapaay-pannaripato nga ammona dagiti gagangay a pagilasinan ti alerdyi ken no kasano a matamingna dagitoy.

**Dagiti Pamay-an:****1. No irehistrom ti maysa a baro nga ubing iti programam:**

- Alaen amin nga impormasion manipud iti familia maipanggep iti ammoda nga alerdyi iti taraon ti ubing.
- Kiddawen iti familia a mangitedda iti plano ti panangtaripato (care plan) nga isagana ti mangay-aywan iti salun-at ti ubing a pakailanadan dagiti sumaganad:
  - Ti/Dagiti taraon a makapaalerdyi iti ubing.
  - Dagiti espesipiko a pagilasinan a mabalin a mangipalnaad a nasken nga ipaayan ti ubing iti agas
  - Dagiti nagan, dosis, ken no kasano nga ipaay iti ubing ti ania man kadagitoy nga agas
- No ti familia ket ikkannakayo iti EpiPen a para iti panangipaay iti agas iti ubing, kiddawen iti/dagiti nagannak nga isuroda no kasano nga aramaten:
- Kiddawen iti familia a kompletuenda ti Pormulario a Para iti Panangipaay iti Medikasion (kitaen ti pagarigan iti Nasyon B).

**2. Dagiti addang iti pananglapped iti panagsagaba kadagiti makapaalerdyi:**

- Ipaskil ti taraon a makapaalerdyi iti tunggal ubing iti lugar a pakaisaganaan ti taraon tapno makita dagiti para isagana ken/wenno no iti kanito a maidasar ti taraon.
- Kitaen no mabalin a saanen nga isagsagana ti taraon a makapaalerdyi tapno maikabassit ti peggad.
- Ipakaammo kadagiti familia iti ania man a taraon a makapaalerdyi kadagiti ubbing nga adda iti pannaripatom ken kiddawem kadakuada a didan agitugtugot iti kasta a taraon iti pagtaripatuan.

## KINATALGED KEN PANNAKAIIDULIN TI TARAON

# ALERDYI A MAALA ITI TARAON

*continued from previous page*

### 3. Pannakabigbig kadagiti pagilasinan iti alerdyi:

- *Katugaw ti ubing bayat ti pannangan. Paliwen no adda pagilasinan iti alerdyi, kas iti pagammuan a panagbabaeng, panaglabaga, panagsupotsupot, nagatel a kudil, limteg wenno umasul a kudil wenno bibig, kasla pannakabekkel, wenno di makasao.*
- *Denggen ken siputan ti ania man a sabali a madlaw ti ubing iti bagina. Mabalín nga ibagana:*
  - *Kasla adda marikriknak a sabali iti ngiwatko*
  - *Adda mangtutudok iti dilak*
  - *Nabudo (wenno maur-uram) ti dilak (wenno ngiwatko)*
  - *Napudot ti dilak*
  - *Adda naisullat iti karabukobko*
  - *Napuskol ti dilak*
  - *Adda agkutkuti iti uneg ti lapayagko.*

### 4. Panangagas iti alerdyi:

- *Dagdagusen nga ipaay ti agas, kas mainugot iti plano ti panangtaripato (care plan).*
- *Pakaammuan a dagus ti/dagiti nagannak ti ubing no adda ania man a maatap a panagalerdyi wenno pannakaisagid ti ubing iti makapaalerdyi, uray pay saan met a nagalerdyi daytoy.*
- *No naipaay iti ubing ti epinephrine, awagan a dagus ti 911.*
- *Itugot ti naisurat a plano ti panangtaripato, numero dagiti telepono nga awagan no adda emerhensia, ken dagiti agas no mapankayo agpasiar iti ruar wenno agbiahekayo.*
- *Awagan ti 911, no kasapulan.*

HAR §17-891.1-25 (e), §17-892.1-26 (f), §17-895-25 (f)(g), §17-896-24 (h)

## KINATALGED KEN PANNAK AidULIN TI TARAON

## NATALGED A PANNAK AidULIN TI GATAS TI INA

*Apay a Napateg?*

- Ti umno a pannakaidulin ti gatas ti ina, ikabassitna ti posibilidad ti kontaminasion ken panagsakit dagiti maladaga ken babassit nga ubbing.

**Dagiti Pamay-an:**

1. Siguraduen a naikkan iti petsa amin a pagikkan iti gatas ti ina.

2. Panangidulin iti karuruarna a gatas ti ina iti repriheradora:

- *Ipuesto dagiti pagikkan iti gatas ti ina iti tengnga ti repriheradora, saan nga iti rikep.*
- *Usaren ti gatas iti uneg ti 5-8 nga aldaw.*

3. Temporario a panangidulin iti ruar ti repriheradora:

- *Ipan dagiti pagikkan iti gatas ti ina iti cooler nga addaan iti yelo; agtalinaed a natalged agingga iti uppat nga oras no ti temperatura ket mapagtalinaed a di nababbaba ngem 100 degrees.*

4. Panangidulin iti freezer.

- *Idulin ti natangken ti lamiisna (frozen) a gatas ti ina iti freezer compartment iti uneg ti repriheradora iti agingga iti 2 a lawas.*
- *Idulin ti natangken ti lamiisna a gatas ti ina iti freezer compartment nga addaan iti bukod a rikep iti agingga iti 3-4 a bulan.*

5. Panangtunaw (defrost) iti natangken ti lamiisna a gatas ti ina:

- *Tunawen ti natangken ti lamiisna a gatas iti repriheradora wenno babaen ti nakalukat a gripo a nabara ti danumna.*
- *Saan a tunawen ti natangken ti lamiisna a gatas iti microwave wenno paburken iti dalikan.*
- *Usaren ti gatas ti ina a natunaw iti repriheradora iti uneg ti 24 nga oras kalpasan ti pannakatunawna.*
- *Usaren ti natunaw a gatas nga adda iti kuarto iti uneg ti 1 nga oras.*
- *Saan nga iserrek iti freezer tapno maipalamiis manen ti natunaw a gatas.*



HAR §17-895-39(a)(b)

## KINATALGED

# Panamagbalin Iti Lugar A Natalged Kadagiti Ubbing

Nakayanakan dagiti ubbing ti kinaarisgarda nga agsursuro, ket dagiti napateg a wagas ti panagsursuroda ket isu ti panangsawar ken panangtakuatda iti aglawlawda. Nupay kasta, no maminsan, daytoy a kinaarisgar ken kinamanagsawarda ti mangikadakkel iti panagpeggadda iti aksidente. Kasapulan ngarud ti kaadda dagiti nataengan a mangipaay kadakuada iti natalged a lugar a pagsawaranda—lugar a pakaikabassitan ti risgo ti pannakaaksidente ken panangbaliwda iti daytoy tapno maibagay iti kasapulanda ken iti kabaelanda bayat ti panagdakkelda.

Gapu ta ti pisikal a kabaelan dagiti ubbing ket nadurdur-as ngem ti pannakaawat ken laingda nga agpanunot, mabalin a dida pay unay maawatan no kasano a dagiti nadumaduma a bambanag ken situasion ket makadangran kadakuada. Kas mangmangted-pannaripato, mabalin a maliklikan dagiti adu nga aksidente babaen ti panangammo no ania dagiti kabaelan nga aramiden dagiti ubbing bayat ti kaaddada iti nadumaduma nga agpang ti panagdakkelda, panangammo kadagiti bambanag ken siuasion iti lugar a pagtaraknan a mabalin a pagpeggadanda, ken panangiranta a panangbaliw iti aglawlawda tapno maikabassit dagiti peggad.

Pagbalinen ti lugar a pagtaripatuan ken ti aglawlawna a natalged babaen ti panangsuot kadagiti kangrunaan a pagannurotan iti panamagbalin iti daytoy a natalged a pagyanan dagiti ubbing. Amirisen ti lugar a pagtaripatuan iti man uneg ken ruarna tapno masigurado a natalged a para iti amin. Buyaen dagiti ubbing bayat ti panagay-ayamda ket kitaen no ania dagiti mabalin a pagpeggadanda. Agkaradap met iti datar wenno iti daga tapno makitam no ania ti lubong iti panagkita dagiti babassit pay a kas kadakuada. Ikkaten wenno paritan dagiti ubbing a mapan kadagiti banag a mabalin a pakadangranda. Siputan a kanayon dagiti ubbing iti amin a gundaway addada man wenno iti ruar ti danum. Laglagipen a mabalin a malmes ti ubing iti uray sumagmamamo laeng a pulgada ti kaadalemna a danum.

Kangrunaanna, ti kapintasan a panglapped ket isu ti panangaywan. Kasapulan laeng ti sumagmamano a kanito tapno mapasamak dagiti aksidente. Ti pananglapped ken panangaywan ket isuda dagiti tulbek iti pannakaipanamnana iti kinatalged dagiti ubbing.

## PANAMAGBALIN ITI LUGAR A NATALGED KADAGITI UBBING

# DAGITI WAGAS TAPNO AGBALIN TI LUGAR A PAGTARIPATUAN A NATALGED ITI UBBING

### *Apay a Napateg?*

- Ti panagaramat kadagiti naaprobaran a ramit a pangpatalged kadagiti banag kadagiti ubbing (child-safety devices) ken ti panangsurot kadagiti dadduma pay a panagan-annad, ikabassitna ti risgo iti panakadunor ti ubbing.

### **Dagiti Pamay-an:**

1. Kitaen ti lugar a pakataripatuan ti ubbing ket ammuken dagiti disso a mabalin a pagpeggadan ti ubbing. Sawaren ti tunggal disso a kas iti panagkita ti ubbing—babaen ti panagkarayam ken panangsawar iti kada kuarto. Saludsodem iti bagim no ania dagiti aglanglanga a makaguyugoy ken no ania ti mabalin a magaw-at ti ubbing (agarup 40 a pulgada ti kangatona manipud iti datar).
2. Ikkaten wenno igalut iti ania man a banag a mamagpeggad iti ubbing. Siguraduen nga ania man a paltog wenno armas (imuko, pana, BB guns, Airsoft guns ken kapadada) ken addada iti matulbekan a pagipanan ken dagiti bala, addada met iti sabali a pagidulinan a matulbekan.
3. Siguraduen nga amin a pagserkan ken pagruaran ket naiserra ken awan ti makabangen kadagiti pagruaran no adda ebakuasion.
4. Kaptan iti ramit a pangpatalged dagiti gamigam, aplayanses, ken muebles tapno saan a makadangran. Kas pagarigan, usaren dagiti sumaganad:
  - **NATALGED A KAWIT KEN TUTULBEKAN** para kadagiti kabinet ken alud kadagiti kosina, banio, ken dadduma pay a disso. Kumita kadagiti natalged a kawit ken tutulbekan a nalaka nga ikapet ken usaren dagiti nataengan ngem nalagda tapno saanda a madadael no guyodguyoden dagiti ubbing.
  - **NATALGED A RIKEP DAGITI RUANGAN** kadagiti agdan ken kadagiti kuarto a mabalin a pagpeggadan dagiti ubbing. Agsapul kadagiti natalged a rikep dagiti ruangan a saan a basta maluktan ngem a nalaka a luktan ken irikep dagiti nataengan.
  - **KALUB DAGITI SERADURA KEN MATUKBEKAN A SERADURA** kadagiti ridaw. Siguraduen a dagiti seradura ket nalagda, ngem nalaka met a luktan ti maysa a nataengan no adda emerhensia.



continued on next page



## PANAMAGBALIN ITI LUGAR A NATALGED KADAGITI UBBING

# DAGITI WAGAS TAPNO AGBALIN TI LUGAR A PAGTARIPATUAN A NATALGED ITI UBBING

*continued from previous page*

- **RAMIT A PANGLAPPED ITI PANNAKADILNAK** para kadagiti gripo ken shower heads. Ipan ti temperatura ti water heater iti 120°F tapno maliklikan ti pannakadilnak iti napudot a danum.
  - **ALARMA ITI ASUK KEN CARBON MONOXIDE** iti amin a kadsaaran ken iti amin a kuarto ti lugar a pakataripatuan ti ubing. Amirisen dagiti bateria iti di nakurkurang ngem maminsan iti kada tawen.
  - **SARIPDA DAGITI TAWA KEN PANGPATALGED** kadagiti tawa, balkonahe, pagtatakderan ken pagbabaan. Ikabassit ti awang ti pannakalukat dagiti tawa iti uppat a pulgada wenno basbassit pay, agraman ti espasio iti nagbaetan dagiti tawa ken dagiti saripda dagiti tawa (guard bars).
  - **SALUAD ITI PANNAKADUNGPAR KADAGITI SULI KEN SIKIGAN** dagiti muebles. Siguraduen ti panagusar kadagiti saluad iti pannakaidungpar (bumpers) a maikapet a nasayaat kadagiti muebles.
  - **KALUB DAGITI PAGSAKSAKAN KEN PLATES DAGITI PAGSAKSAKAN** kadagiti pagsaksakan iti koriente. Siguraduen a dagiti salaknib dagiti pagsaksakan ket saan a nalaka a maikkat dagiti ubbing ken dadakkel tapno saanda a matilmon no isuboda.
  - **AWAN KORDONNA NGA ABBONG DAGITI TAWA** para kadagiti tawa (wenno kordon a di magaw-at dagiti ubbing).
  - **ANGKLA** para kadagiti muebles ken aplayanses (kas koma iti pakaipuestuan ti television, pagipanan iti gamigam, pagipanan iti libro, tokador, tugaw, lakasa, ken paglutuan) tapno mairakedda iti datar wenno iti diding.
  - **ADU A SALAKNIB ITI AGLAWLAW DAGITI PAGDIGOSAN (POOLS) WENNO DADDUMA PAY A BAGI TI DANUM.** Mangipan iti lapped iti aglawlaw ti pool wenno ti ania man a bagi a danum, agraman ti 4-kadapan ti katayagna nga alad nga agserra nga is-isuna wenno addaan iti rikep a maikawit nga is-isuna.
5. Amirisen nga inaldaw ti lugar a pakataripatuan ti ubing tapno masigurado nga amin a ramit ket adda iti umno a puesto ken/wenno mapasayaat wenno tapno maikapet dagiti baro a pangsaluad a maibagay iti pannakasalaknib ti ubing bayat ti idadakkel wenno ipipigsana.

HAR §17-891.1-31, §17-891.1-32, §17-891.1-36, §17-892.1-32, §17-892.1-33, §17-895-34 (1), §17-895-32, §17-895-35, §17-896-30, §17-896-31

## PANAMAGBALIN ITI LUGAR A NATALGED KADAGITI UBBING

# TARABAY ITI PANNAKALAPPED TI PANNAKASABIDONG

### *Apay a Napateg?*

- **Ti kinatalged iti sabidong ken pannakaaywan dagiti ubbing ti kasamayan a wagas ti panangikabassit iti pagtaudan ti peggad ti di maigagara a pannakasabidong dagiti ubbing.**

### **Dagiti Pamay-an:**

#### **1. AMMUEM KOMA:**

- *Siguraduen nga amin a produkto a para iti balay ken dagiti agas ket di makitkita dagiti ubbing isu nga idulin dagitoy iti kabinet nga adda tulbekna wenno addaan kawit a di kabaelan ti ubing a guyoden.*
- *Siguraduen nga amin nga agas ken produkto a para iti balay ket agtalinaed iti orihinal a nagyananda.*
- *Agkiddaw ken agusar kadagiti produkto a para iti balay ken agas a naipalaon iti di maluktan dagiti ubbing.*
- *No agidulin kdagiti produkto a para iti baly, pumili iti disso a pangidulinan a saan nga iti yan dagiti taraon ken agas.*
- *Liklikan ti agtomar iti agas no makitkitanaka ti ubing ta adda ugali dagiti ubbing a mangtulad kadagiti nataengan.*
- *Dakamaten dagiti agas babaen ti pudno a naganda. Saan a “kendi” dagiti agas.*
- *Siguraduen a nabasam ti etiketa sakbay nga usarem ti produkto.*



#### **2. Usaren ti Pagbalinen a Natalged ti Balay iti Sabidong: Maysa a Kuarto iti Maminsan, Lista-amiris ti Pananglapped iti Pannakasabidong iti Pestisidio (kitaen ti Nayon E) iti panangsaggaysa a pananginspeksion kadagiti kuarto kadagiti mabalin a paggapuan ti peggad a produkto a para iti balay. (Ibagay kas kasapulan iti lugar.)**

- *Aggunay a kas iti ubing iti panagsapulmo, iti kasta awan ti malabsam a mabalin a paggapuan ti peggad.*

#### **3. Bayat ti pananginspeksionmo iti tunggal kuarto, tsekam ti umno a kahon nga adda iti lista-amiris (checklist).**

- *No adda sungbatmo a “saan” iti ania man a saludsod iti lista-amiris, suroten dagiti addang nga adda iti kanawan tapno mapasayaatmo ti kinatalged ti ubing.*

#### **4. Masansan nga usaren daytoy a lista-amiris a pangammo kadagiti makapeggad a produkto a mabalin a maiggaman ti ubing.**

#### **5. No atapem nga adda nasabidongan, dagus nga awagan ti Poison Help Hotline iti 1-800-222-1222 wenno awagan ti 911. Adda latta koma dagitoy a numero iti asideg ti teleponom.**

HAR §17-891.1-32 (6), §17-891.1-23, §17-891.1-29, §17-891.1-36, §17-892.1-33, §17-892.1-23, §17-892.1-30, §17-892.1-32, §17-895-32 (b), §17-895-23, §17-895-35 (9)(10), §17-896-22, §17-896-30, §17-896-31

## PANAMAGBALIN ITI LUGAR A NATALGED KADAGITI UBBING

# KINATALGED BAYAT TI KAADDA ITI DANUM

### Apay a Napateg?

- **Dagiti babassit nga ubbing, mabalin a malmes iti sumagmamano la a pulgada a danum, uray pay nasuruanda nga aglangoy.**

### Dagiti Pamay-an:

- 1. Di ibatbati nga agmaymaysa ti ubing iti danum wenno iti aglawlaw ti danum.**
- 2. Ammuem dagiti mabalin a pagpeggadan ti ubing iti danum:**
  - *Ipan dagiti batia, coolers, ken timba iti disso a di magaw-at ti ubing ken ikkaten a dagus ti danum a kargada kalpasan ti pannakaaramatda.*
  - *Pagtalinaeden a nakakalub ti inodoro ken agusar iti adda tulbekna a tugaw ti inodoro.*
  - *Mangipan iti lapped iti aglawlaw ti pool wenno ti ania man a bagi a danum, agraman ti 4-kadapan ti katayagna nga alad nga agserra nga is-isuna wenno addaan iti rikep a maikawit nga is-isuna.*
- 3. No ti ubing ket adda iti asideg/iti danum, suroten dagitoy a pagannurotan iti kinatalged:**
  - *Dagiti agaywan a nataengan ket masapul koma a nasanay iti CPR ken adda koma telepono iti asideg ti pool wenno yan ti danum iti amin a kanito.*
  - *Ipakat dagiti pagannurotan iti kinatalged, kas iti awan agtaraytaray.*
  - *Asino man nga ubing nga aglanglangoy, uray pay iti yan dagiti babassit nga ubbing, ket magawgaw-at koma ti nataengan a mangipapaay iti “masagsagid a panangaywan.” Ti “masagsagid a panangaywan” (touch supervision) ket isu ti kaadda laeng dagiti ubbing iti magawgaw-at ken makitkita ida iti amin a kanito.*
  - *No mausar ti life jacket, siguraduen nga umsek a nasayaat (kas koma ti diaket ket saan a mauksot manipud iti ulo ti ubing kalpasan a maikapet daytoy iti ubing). Kadagiti ubbing a 5 ti tawenda wenno naub-ubing, addaan koma iti kuelio a pagpatapaw tapno nakatakder latta ti ulo ti ubing ken nakaruar ti ulona iti danum no aglangoy.*
  - *Amirisen dagiti pagruaran ti danum kadagiti pools tapno masigurado a natalgedda ken awananda iti rikki, ken addaanda kadagiti pannalaknib a kas iti kalub a pangontra iti pannakapupok ken sistema ti natalged a panangruk-atna iti mapupok (safety vacuum-release system).*
  - *Kasapulan ti maysa a sertipikado a bantay iti danum (lifeguard) para iti:*
    - *Ania man nga aplaya wenno aktibidad iti swimming pool.*
    - *Pagnapagnaan a danum (wading pools) nga aguneg iti 24 a pulgada wenno ad-adu pay iti kaunegan a pasetna.*



HAR §17-891.1-37, §17-892.1-39, §17-895-40, §17-896-36

## KINATALGED

# Kinatalged Dagiti Abalbalay Ken Gamigam A Para Iti Ruar

Napateg ti panagay-ayam iti idadakkel ken idudur-as dagiti ubbing. Kasapulan dagiti ubbing dagiti adu a gundaway a makapagay-ayam, ken nadumaduma a napipintas-ti-kalidadna, natalged nga abalbalay ken materiales a mangsungrod iti imahinasionda. Napateg dagiti abalbalay iti paset ti biag ti tunggal ubing, ngem ti panangay-ayam kadagitoy, saan a kankanayon a natalged.

Nupay kaaduan kadagiti agparpartuat kadagiti abalbalay ket ilistada dagiti impormasion iti kinatalged kadagiti pagbungonda, ti panangipanamnama iti kinatalged ti abalbalay ket saan laeng a ti panangibagay iti daytoy iti edad ti ubing. Kas mangipapaay-pannaripato, ti naannad a panangpili kadagiti natalged nga abalbalay ken gamigam a para iti panagay-ayam iti uneg ken iti ruar ti pagtaripatuan ket isu ti umuna nga addang iti pannakasalaknib dagiti ubbing nga adda iti pannaripatom. Nupay kasta, ti umno a pannakausar ken pannakataripato dagitoy a materiales, ken nainget a panangaywan kadagiti ubbing bayat ti panagay-ayamda ket kasapulan met iti pannakasalaknib dagiti ubbing iti pannakadangran mainaig iti abalbalay ken iti panagay-ayam iti ruar. Ti pannakaammo iti kitaen no gumatangka kadagiti abalbalay ken gamigam iti panagay-ayam, pannakaammo no kasano ti pannakamantener ken pannakaidulin dagitoy, ken umno a panangaywan kadagiti ubbing ket napapateg a wagas ti panamagtalinaed kadagiti ubbing a naragsak ken natalged bayat ti panagay-ayamda.

## KINATALGED DAGITI ABALBALAY KEN GAMIGAM A PARA ITI RUAR

# KINATALGED DAGITI ABALBALAY

### Apay a Napateg?

- Ti naannad a panagpili iti abalbalay, umno a pannakamantener dagiti abalbalay, ken responsible a panangaywan kadagiti ubbing bayat ti panagay-ayamda ket isu dagiti kapipintasan a wagas a pangsalaknib kadagiti ubbing kadagiti pannakadunor a mainaig iti abalbalay..

### Dagiti Pamay-an:

#### 1. No gumatang iti abalbalay:

- Pilien a siaannad dagiti abalbalay. Panunotem ti edad, pagínteresan, ken kabaelan ti ubing (kitaen ti Para iti Pagsayaatan ti Ubing: Panunoten ti Kinatalged ti Abalbalay Babaen ti Panangammo Kadagiti Peggad nga Ipaay ti Abalbalay manipud iti US Consumer Product Safety Commission iti listaan dagiti reperensia para iti nayon nga impormasion).
- Kitaen nga addaan iti dekalidad a desinio ken nalagda ti pannakaaramid dagiti amin nga abalbalay a para iti ania man nga edad.
- Siguraduen nga amin a direksion, ballaag, wenno annuroten ket nalawag—para kenka, ken, no maikanatad, iti ubing.
- Managbasaka koma iti etiketa. Kitaen ti rekomendasion a para iti edad kas koma “Not recommended for children under three” (Saan a mairekomendar para kadagiti ubbing nga agtawen iti nababbaba ngem tallo). Kitaen met dagiti dadduma pay nga etiketa ti kinatalged a pakairamanan ti “Flame retardant/Flame resistant” (Saan a mauram) ken “Washable hygienic materials” (Di makadangran iti salun-at a materiales a mabalin a labaan)
- Ibelleng ti ania man a bag a plastik wenno pagbungon iti abalbalay apaman a maluktan.



#### 2. No manteneren dagiti abalbalay:

- Kanayon nga amirisen dagiti abalbalay amangan no adda buongna wenno peggad a mabalin nga itedna. Masapul a matarimaan a dagus ti nadadael nga abalbalay wenno, no saan a posible ti pannakatarimaanna, ibelleng laengen.
- Lihaen ken palinisen amin nga iking dagiti abalbalay a naaramid manipud iti kayo a mabalin nga agbalin a natadem wenno dagiti rabaw dagitoy nga adda rusangerna.
- Patinayon met nga amirisen dagiti abalbalay a para iti ruar amangan no addan lati wenno nakapsuten a partesna a mabalin a makapeggad.
- Suruan ti ubing nga ibagana kenka no adda makitana nga adda dadael ti abalbalay.
- Ibagam kenkuana a dagiti adda dadaelna nga abalbalay ket mabalin a saan a natalged nga ay-ayamen.
- Saan a paaramat dagiti adda dadaelna nga abalbalay ken gamigam.

continued on next page

## KINATALGED DAGITI ABALBALAY

*continued from previous page*

### 3. No idulin dagiti abalbalay:

- *Suruan ti ubing a no malpasen nga agay-ayam, ipanna ti abalbalayna iti pagikkan wenna iti lakasa a para iti abalbalay tapno malapdan ti pannakasikkarudna kadagitoy a pakaigapuan ti pannakadalebna.*
- *Amirisen dagiti kahon/lakasa dagiti abalbalay para kadagiti kinatalgedda. Agusar iti lakasa a para abalbalay a ti kalubna agtalinaed a nakangato no nakalukat ken saan nga agrikep lattan a pakaipitan ti ubing. Para iti nayon a kinatalged, addaan koma iti abut ti bentilasion para iti sadiwa nga angin.*
- *Dalusan ken isanitario dagiti abalbalay sakbay nga idulin (kitaen ti rekursos iti Panagdalous, Panagsanitario, ken Panagdis-impektar para iti nayon nga impormasion).*
- *Masansan nga amirisen dagiti abalbalay a nausar ken naidulin iti ruar. Ti tudo ken linnaaw mabalin a paglatien ken dadaelenna dagiti abalbalay wenna partesda a mangigapu iti mabalin a pataudenda a peggad.*



### 4. Ti responsable, kanayon a panangaywan iti ubing nga agay-ayam ket napateg iti pannakaipanamna ti kinatalgedna ken pannakailiklikna kadagiti aksidente.

- *Siputan no kasano ti panangay-ayam ti ubing kadagiti abalbalay ken dadduma pay ket makibiang no kasapulan tapno malapdan dagiti pannakadunor.*
- *Paliwen no ania kadagiti abalbalay wenna materiales ti pagaayat ti ubing nga abalbalayen ken no kasano nga usarena, ken tarabayen maipanggep iti umno (ken di umno) nga usarna no kasapulan.*

HAR §17-891.1-32 (10), §17-891.1-15, §17-892.1, §17-892.1-33 (8), §17-892.1-15, §17-895-14 (d), §17-895-35 (8), §17-896-31 (7), §17-896-15

## KINATALGED DAGITI ABALBALAY KEN GAMIGAM A PARA ITI RUAR

# KINATALGED DAGITI GAMIGAM A MAARAMAT ITI PAGAY-AYAMAN

### *Apay a Napateg?*

- Ti pananginspeksion kadagiti maaramat a gamigam iti pagay-ayaman (playground equipment) tapno masigurado a nalagda ken nasayaat ti pannakamantenerda ket ikabassitna dagiti pannakadunor ti ubing a mainaig iti pagay-ayaman.

### **Dagiti Pamay-an:**

1. Siaannad nga aywanan ti ubing no adda iti pagay-ayaman tapno masigurado a natalged isuna ket agay-ayam kadagiti gamigam a maikanatad iti edadna.
2. Amirisen tapno masigurado a nasayaat ti amin a mabaddekan iti baba ken iti aglawlaw dagiti maaramat a gamigam iti pagay-ayaman.
  - *Dagiti arpaw, darat, ken ikamen a goma, ipaayda ti pangsippaw iti pannakadaleb. Ti material iti rabaw ket masapul a di nakurkurang ngem 12 a pulgada ti kapuskolna ken aglawaw iti 6 a kadapan iti aglawlaw ti tunggal gamigam.*
3. Sakbay ti panagay-ayam dagiti ubbing iti ruar, inaldaw nga amirisen ti kinatalged ti pagay-ayaman iti ruar, agraman dagiti gamigam.
  - **DAGITI PALPALLAYOG** ket masapul nga apagisu ti kinaadayoda ladagiti dadduma a gamigam tapno awan ti madungpar ti agkutkuti a palpallayog (swing). Dua laeng nga indayon ti ipan iti tunggal maysa a pagibitinan, ket agaddayoda iti di
  - **DAGITI PAGKARUSKOSAN** ket masapul a nayangkla a nasayaat ken addaan kadagiti natibker a pagiggaman ken di pakaigalisan dagiti pangalna. Awan koma met ti awang iti nagbaetan ti pagkaruskosan ken ti pagulian. Adda koma met pagiggaman iti tuktok ti pagkaruskosan (slide) tapno makapagtugaw ti ubing sakbay nga agkaruskos.
  - **DAGITI BUABOBUABO** a paggunayen ti spring ti kapintasan a para iti bassit nga ubing. Addaan koma met dagiti tradisional a buabobuabo iti goma a ligay wenno umasping a banag iti baba ti pagtugawan tapno mailiklik ti pannakaitupa ti kutit iti daga.
  - **DAGITI PAGRIKUSRIKUSAN (MERRY-GO-ROUNDS)** ket masapul nga addaan iti natibker a pagiggaman, ken planada, awanan iti natadem nga iking ken umdas ti kalawa ti agtintinek a pasetna.



continued on next page

## KINATALGED DAGITI GAMIGAM A MAARAMAT ITI PAGAY-AYAMAN

*continued from previous page*

- **TI GAMIGAM A PAGULIAN** ket saan a nangatngato ngem 32" para kadagiti babassit nga ubbing (toddlers). Dagiti paidda nga agdan ket saan a nasursurok ngem 60" para kadagiti ubbing nga agtawen iti 4 ken 5. Amirisen a dagiti pangal ken pagiggaman ket adda iti nasayaat a kasasaad ken siguraduen nga adda alad wenno lapped a manglawlaw kadagiti naipangato a pagbatayan.
- 4. Amirisen no adda ketdi dagiti natadem nga iking ken makadangran a naaramat iti pannakaaramid dagitoy a kas iti nakalukat nga "S" a kawit wenno agtutunnal a tornilio. No adda ania man a pagpeggadan, di ipalubos ti panagay-ayam ti ubing kadagitoy agingga a di natarimaan dagiti estruktura.
  - *Tarimaanen dagiti rumbeng a matarimaan wenno ireport dagiti di natalged a kondision iti tao/ organisasion a mangmanmantener iti gamigam.*
- 5. Baduan ti ubing iti maibagay iti panagay-ayamna iti ruar. Ikkaten dagiti abbong wenno siglot iti bado a mabalín a maisirut iti gamigam. Siguraduen a saan a sobra ti panagkainitan ti ubing bayat ti panagay-ayamna.

HAR §17-891.1-15 (e), §17-891.1-32 (2), §17-892.1-15 (e), §17-892.1-33 (2), §17-895-14 (e), §17-895-35 (2), §17-896-31 (2)



## KINATALGED

# Pannakaabuso Ken Pannakabaybay-A Ti Ubing

Kasapulan dagiti ubbing a marikna a natalged ken masalaknibanda iti pannakadangran tapno makadakkel ken makasursuroda. Dumur-as ti ubing no dagiti nataengan a mangtartaripato kadakuada ket positibo, patpatibkerenda ti nakemda, ken maitedda dagiti kasapulanda. Nupay kasta, no dagiti ubbing ket maab-abuso wenno mamalmaltrato a pisikal, emosional, wenno seksual, ti kasupadina ti mariknada. Ket dagiti negatibo nga epekto ket mabalin nga agpaut iti tungpal biagda.

Ti nakaro a pannakaabuso, kas makita iti Shaken Baby Syndrome (nakaro a pannakayugyog ti maladaga) ket mabalin a makaigapu iti permanente a pannakadadael ti utek ken/wenno ipapatay. Ania man a kita ti pannakamaltrato ti ubing ket addaan iti negatibo nga epekto iti pisikal ken emosional a salun-atna. Ti maulit-ulit ken kanayon a pannakamaltrato ibungana ti makasabidong a pannakaburibor ti ubing a mabalin a mangdangran iti naturalesana ken pengdanna ti nasapa a pannakapatan-ay ti utekna. Kas resulta, dagiti ubbing a naab-abuso ken nabaybay-an ket dakdakkel ti risgoda a maaddaan kadagiti parikut iti salun-at inton naladaw a paset ti kinaagtutubo ken iti kinanataenganda. Mairaman kadagitoy a parikut ti alkoholismo, panagusar iti maiparit nga agas, di umno a pannangan, sobra a panaglukmeg, narisgo a pannakiseks, panagsigarilio, panagkamatay, ken sumagmamano a di pumampanaw a sakit.

Ti pannakasalaknib ken pannakaipanamna a natalged ti ubing manipud iti pannakaabuso ken pannakabaybay-a ket pagrebbengan ti amin. Asino man nga ubing iti ania man nga edad ket mabalin nga agsagaba iti ania man a kita ti pannakaabuso. Nupay dagiti mangipapaay-pannaripato ket saanda a maekspektar a mangammo wenno mangimbestigar iti pannakaabuso ken pannakabaybay-a ti ubing, napateg a maammuum dagiti gagangay a pagilasinan ken sintoma a pisikal ken emosional ti mamalmaltrato nga ubing, gapu ta kasapulan nga ireportmo daytoy iti Department of Human Services kas sagudayen Dagiti Rebisado a Paglintegan ti Hawai'i (Hawai'i Revised Statutes) §350-1.1, no adda atapem nga ubing a maab-abuso wenno mabaybay-an.

## PANANGIREPORT ITI MAATAP A PANNAKAA-BUSO KEN/WENNO PANNAKABAYBAY-A TI UBING

### *Apay a Napateg?*

- Masapul nga ireport dagiti mangipapaay-pannaripato dagiti posible a pannakaabusu ken pannakabaybay-a ti ubing, kas sagudayen ti Dagiti Rebisado a Paglintegan ti Hawai'i §350-1.1.
- Ti pannakabigbig kadagiti pagilasinan ken sintoma ti pannakaabusu ti ubing ken ti panangireport iti pannakaabusu ken pannakabaybay-a ket napateg iti pannakapagtalinaed dagiti ubbing a natalged ken masalsalakniban.

### *Dagiti Pamay-an:*

1. No adda makitam nga ania man a pagilasinan ti posible a pisikal, seksual, emosional a pannakaabusu wenno pannakabaybay-a, wenno ti ubing ket imbagana kenka ti maipanggep iti naaramid kenkuana a pannakadangran, isurat ti espesipiko nga impormasion tapno maidukomento dagiti paliwmo wenno ti kinuna ti ubing; ilanad ti petsa ken oras. (para iti nayon nga impormasion kadagiti pagilasinan ken sintoma ti maatap a pannakaabusu ken pannakabaybay-a ti ubing, kitaen ti *Pannakaawat iti Pannakamaltrato ti Ubing* babaen ti Centers for Disease Control and Prevention ken ti National Center for Injury Prevention and Control iti listaan ti reperensia).
2. No agatapka a ti ubing ket naabusu wenno nabaybay-an, ireport a dagus iti tumutop nga ahensia. Tapno makaireport, awagan ti Department of Human Services ti Estado ti Hawai'i:
  - *manipud iti O'ahu: 832-5300 (silulukat iti 24 nga oras)*
  - *manipud iti kaarruba nga isla: 1-800-494-3991 (libre ken silulukat iti 24 nga oras).*
3. Kadagiti kaso ti emerhenisa wenno no adda pangta wenno panagandangran, awagan ti **911**.

HAR §17-891.1-13 (3)(E), §17.892.1-13 (4)(E), §17-895-12 (2)(F), §17-896-13 (2)(E)

## PANANGLAPPED ITI SHAKEN BABY SYNDROME

### Apay a Napateg?

- Ti Shaken Baby Syndrome (SBS) ket maysa a MALAPDAN a kita ti pisikal a pannakaabusu ti ubing; ti pannakaawat no apay a mapaspasamak ti SBS, no kasano a malapdan, ken kadagiti nakaro nga ibunga ti panangyugyog iti maladaga ket mabalin nga ikabassitna ti peggad ti SBS.
- Agsangit amin a maladaga, gagangay a maysa-dua nga oras iti maysa nga aldaw, nupay adda met dagiti di managsangit ken adda met dagiti managsangit. Agsangitda gapu ta adda rason: adda kasapulanda (kas koma iti pannakapakanda, pannakapaturogda, wenno pannakasukat ti lampinda).

### Dagiti Pamay-an:

1. No agsangit ti ubing, siguraduen a maitedmo ti kasapulanna, amirisen no mabisin wenno narugit ti lampinna.
2. Sapulen ti ania man a pagilasinan ti sakit wenno pannakadangran nga agkasapulan iti atension.
3. Padasen dagiti nadumaduma a wagas ti pangpakalma iti maladaga:
  - Panangilili wenno panagpagnapana a kadua ti maladaga
  - Panangdigos iti apagenem-em ti barana a danum
  - Panangited iti ubing iti abalbalay tapno mayaw-awan ti panagsangitna
  - Panangipasiar iti ubing iti duronduron (stroller) wenno iti karro
  - Panangkanta wenno pannakisarita iti ubing
  - Panagusar iti pagpakalma (pacifier)
  - Panangpikpik wenno panangapros iti bukotna



## PANANGLAPPED ITI SHAKEN BABY SYNDROME

*continued from previous page*

**No awan kadagito a pamuspusan ti mangpakalma iti maladaga ket makasuron wenno makapungtotka, laglagipen nga iti kaano man DIMO yugyogen ti maladaga.**

- *Ipaidda ti ubing a padata iti natalged a disso a kas iti kona.*
- *Aginana sangkabassit—naaramidmon ti amin ken naitedmon dagiti kasapulan ti ubing.*
- *Amirisen ti ubing iti kada 10-15 a minuto.*
- *Laglagipen, saan a makapadakes kadagiti maladaga ti agsangit—normal daytoy ken saan a makadangran kadakuada.*
- *No makasuron wenno makapungtotka latta, agkiddaw iti tulong! Awagan ti nagannak ti ubing, maysa a gayyem, wenno kameng ti pamilia ket kiddawen ti suporta wenno tulongda iti pannakataripato ti ubing tapno makapaginanaka.*
- *Makisarita iti/kadagiti nagannak ti ubing ket ammuen no adda met umasping a padasda iti di mapulsot a panagsangangit ti ubing. No wen, mabalin nga isingasingmo nga ikonsultarda daytoy iti mangas-asikaso iti salun-at ti ubing amangan no adda ketdi rikriknaenna a gapu ti kinamangitna.*



## KINATALGED

# Natalged A Pannaturog

Ar-aramaten dagiti maladaga ken babassit nga ubbing ti kaaduan nga orasda iti pannaturog. Napateg daytoy iti nasalun-at a panagdakkel ken panagdur-asda. Ti panangammo no kasano a natalged dagiti ubbing bayat ti pannaturogda ket napateg para kadagiti mangipapaay-pannaripato, aglalo kadagiti agtartaripato kadagiti maladaga.

Dagiti di natalged a posision iti pannaturog (kas iti panagpakleb wenno panagsikig) ket ikadakkelta ti peggad ti pannakapasamak ti kellaat nga ipapatay ti maladaga a maawagan iti Sudden Infant Death Syndrome (SIDS) wenno napeggad nga aksidente a mainaig iti pannaturog. Ti panangpaturog iti ubing a padata ket ikabassitna ti peggad iti SIDS.

Dagiti mangipapaay-pannaripato ket maitedda met ti natalged a pagturogan babaen ti panangikkatda kadagiti nalamuyot nga aramaten iti pannaturog a kas kadagiti pungan, stuffed toys, comforters, ken dagiti bumper guards iti lugar a pagturogan, panangisiguradoda nga awan asuk iti lugar a pagtaripatuan ken iti ania man a lugan a yan ti ubing, panangpaturog kadagiti maladaga iti naaprobaran-ti-kinatalgedna a kona wenno play yard, ken ti saan a panangikaidda iti ubing kadagiti sabsabali iti maymaysa a katre. Dagitoy nga aramid ket wagas a panangipanamna iti nasalun-at nga aglawlaw a para iti pannaturog dagiti maladaga ken mangikabassit iti peggad a pannakapasamak ti aksidente a mainaig iti pannaturog gapu iti pannakaangsan, di pannakaanges, wenno pannakabekkel.

## NATALGED A PANNATUROG

## DAGITI ARAMIDEN TAPNO NATALGED TI PANNATUROG

### Apay a Napateg?

- Ti saan a natalged a posision ti pannaturog ket ikadakkeln a ti peggad ti maladaga iti pannakatay.
- Dagiti simple nga ipatungpal nga aramid ket dakkel ti maaramidanna iti pannakaikabassit ti pannakapasamak ti Sudden Infant Death Syndrome (SIDS) ken dadduma pay nga ipapatay ti maladaga a mainaig iti pannaturog.

### Dagiti Pamay-an:

1. Patinayon nga ipaidda a padata ti maladaga (nababbaba ngem 12 a bulanna) tapno maturog—para iti iriridep ken iti rabii. Ti padata a posision ti pannaturog ti katalgedan.
  - *Dagiti maladaga a maturog a padata ket basbassit ti gundawayda a matay iti SIDS ngem dagiti maladaga a maturog a nakapakleb wenno nakasikig.*
  - *Napateg ti amin a kanito a pannaturog. Dagiti maladaga a narua a maturog a padata sa mapaturogda a nakapakleb wenno nakasikig, kas koma iti iriridep daytoy, ket nakadakkkel ti panagpeggada iti SIDS.*
2. Ipaidda ti maladaga iti natibker ti rabawna a pagturogan, kas iti mattress ti kona a naabngan iti di magaraw a lupot, iti naaprobaran-ti-kinatalgedna a kona (kitaen rekursos iti Kinatalged iti Kona para iti nayon nga impormasion) tapno maikabassit ti peggad ti SIDS ken dadduma pay nga ipapatay ti maladaga a mainaig iti pannaturog.
  - *Dagiti natibker ti rabawna a pagturogan iramanna dagiti naaprobaran-ti-kinatalgedna a kona, ken playpens (kas iti pack and play, portable play yards).*
  - *Saan nga agaramat iti tugaw ti karro, 'tay mabitbit, palpallayog, wenno umasping a produkto a para iti inaldaw a pagturogan ti maladaga.*
  - *Iti kaano man, saan a patpaturogen ti ubing kadagiti nalamuyot ti rabawna a pagturogan, a kas iti couches wenno sofa, pungan, quilts/futons, dutdot ti karnero, wenno ules.*
3. Yadayo amin a nalamuyot a banag, abalbalay, ken nalaka a magunay nga aramaten iti pannaturog iti pagturogan ti maladaga. Mairaman ditoy dagiti pungan, ules, quilts/futons, dutdot ti karnero, wenno kasla pungan a crib bumpers. Yadayo amin a banag iti rupa ti ubing a mabalin a makalapped iti panagangesna.
4. Maiparit ti agsigarilio bayat ti panangtaripato kadagiti ubbing. Dagiti maladaga a makalang-ab iti asuk wenno maturog a kaduana ti agsigarilio ket dakkel ti panagpeggadna iti kellaat nga ipapatay.
5. Yasideg ti pagturogan ti maladaga, ngem maisina ketdi, iti pagturogan dagiti dadduma. Maysa laeng a maladaga ti ipan iti tunggal kona wenno playpen. Tapno malapdan ti aksidente a pannakaangsan wenno pannakapandag, saan a maturog ti maladaga iti katre a kaduana dagiti nataengan wenno sabsabali nga ubbing.



continued on next page

## DAGITI ARAMIDEN TAPNO NATALGED TI PANNATUROG

*continued from previous page*

6. **Ikkan ti maladaga (nasursurok ngem makabulanna) iti namaga a pacifier – saan a nasingdanan – para iti iriridep daytoy ken iti rabii tapno maliklikan ti peggad ti SIDS.**
  - *Di piliten ti maladaga no dina kayat ti pacifier.*
  - *No matinnag ti pacifier nga ammal ti maladaga bayat ti pannaturogna, saan a nasken a suktam.*
7. **Di ipalubos a mapudotan unay ti maladaga bayat ti pannaturogna. No mapudotan unay ti ubing, dakdakkel ti panagpeggadna iti di ninamnama a pannakatay.**
  - *Baduan ti maladaga iti naingpis a pagturog (saan nga ad-adu iti uray maysa laeng a karutap a kas iti aramaten ti nataengan tapno komportable) ken pagtalinaeden ti kuarto a komportable a para iti nataengan. Ti maysa-pedaso a pagturog (sleeper) wenno sleep sack ket mabalin a maaramat a kas bado a pagturog ti maladaga. No madlawmo nga aglingling-et ti maladaga wenno napardas ti panagangesna, mabalin a mapudotan.*
8. **Liklikan dagiti produkto nga agkunkuna nga ikabassitda ti panagpeggad iti SIDS. Kaaduanna kadagitoy a produkto ti saan a naipadas ti kinasamay wenno kinatalgedda.**
9. **Ti maladaga ket nasken a direkta a mapaliw babaen ti panangkita ken panangdengngeg iti amin a kanito, mairaman ditoy no mapanen maturog, no matmaturog, wenno no agriingen. Saan nga agpannurray iti/panagusar iti home monitors a pangikabassit iti risgo ti SIDS. Makiuman koma dagiti nagannak iti mangay-aywan iti salun-at ti anakda maipanggep iti panagusar kadagiti monitors ken dadduma pay a kasasaad.**
10. **Mangipaay iti – “tiempo a panagpakleb” (tummy time) ti maladaga bayat a siririing ken adda magsipsiput a mangisigurado a makaanges a nasayaat daytoy. Makapasayaat iti maladaga ti manipud dua agingga iti tallo a sesion ti tummy time iti kada aldaw para iti ababa a kanito (3 agingga iti 5 a minuto). Bayat ti panagdakkel ti ubing ken panangipakitana a magustuanna daytoy, mabalin nga ibayayagmo dagiti sesion. Ballaag: Di ipalubos a makaturog ti maladaga a nakapakleb.**

Ti TIEMPO TI PANAGPAKLEB ket napateg gapu ta:

  - Makatulong a manglapped iti kaadda ti daplat iti akinlikud a paset ti ulo ti maladaga
  - Papigsaenna dagiti piskel ti tengnged ken ti abaga ti maladaga tapno mabalinton a makatugaw, makapagkarayam, ken makapagna.
  - Pasayaatenna dagiti motor skills ti maladaga (panangaramat kadagiti piskel tapno makapaggunay ken mangkompleto iti tignay)
11. **Dagiti aramaten iti pannaturog ket masapul a masuktan sakbay nga usaren ti sabali nga ubing. No adda mausar nga ikamen, masapul a madalusan daytoy sakbay a maaramat manen (kitaen ti rekursos iti Panagdalus, Panagsanitario, ken Panagdis-impektar para iti nayon nga impormasion).**

HAR §17-891.1-15, §17-891.1-41, §17-891.1-42, §17-895-14, §17-895-45, §17-895-46

## NATALGED A PANNATUROG

# KINATALGED ITI KONA

## Apay a Napateg?

- **Dagiti kona a saan a pasado kadagiti baro ken napasayaat a pagbatayan iti kinatalged ti pederal ket mabalin a makaipaayda iti peggad a pakatayan dagiti babassit nga ubbing. Dagiti kona a di nasayaat ti pannakaaramidda wenno addaan iti kurang, nalukay, wenno dadael a paset wenno natukkol a gisla ti datar ket mabalin a mangigapu iti pannakapupok, di pannakaanges, wenno pannakabekkel no maipisok dagiti maladaga kadagiti awang.**

## Dagiti Pamayan:

### 1. Kanayon nga amirisen ti kona para iti kinatalged, agraman dagiti sumaganad a kasasaad:

- *Addaan iti natibker, di magaraw a mattress tapno di mapupok ti maladaga iti nagbaetan ti mattress ken ti kona*
- *Awanan iti kurang, nalukay, natukkol wenno biddut ti pannakaikapetna a roskas, brackets, wenno dadduma pay a pangpalagda iti kona wenno pangsuporta iti mattress.*
- *Awanan iti nagbirri ken maleklekkab a pintura*
- *Di nasursurok ngem 2-3/8 a pulgada (agarup kaakaba ti lata ti soda) ti nagbaetan dagiti gisla ti datar ti kona.*
- *Di nasursurok ngem dua a ramay ti umsek iti nagbaetan ti mattress ken ti igid ti kona iti kababaan a posision daytoy.*
- *Awan ti kurang wenno nagrikki a gisla*
- *Awan ti poste kadagiti nagsulian a nasursurok ngem 1/16 ti pulgada ti agdawadaw a pasetna a mabalin a pakaigawidan ti bado ti maladaga*
- *Awan ti awang iti paguluanan wenno iti kusayan a mabalin a pakaipupokan ti ulo ti maladaga*
- *Awan ti kona nga aglukat-ti-igidna, malaksid no addaan daytoy iti pangtengngel a ramit a manglapped iti pannakausar ti aglukat nga igid, kas sagudayen ti Consumer Product Safety Commission (CPSC).*



*continued on next page*



## KINATALGED ITI KONA

*continued from previous page*

2. **Mapan iti website ti Consumer Product Safety Commission (CPSC) para iti kaudian a pagbatayan ti kalidad ti kona: [www.cpsc.gov](http://www.cpsc.gov).**
3. **Tapno maliklikan dagiti aksidente:**
  - *Agusar laeng iti umsek nga akimbaba a crib sheet a naaramid para laeng iti kona.*
  - *Iti kaano man, saan nga ipuesto ti kona iti asideg dagiti kordon dagiti naibitin a pannakarikep ti tawa (window blinds), kortina, wenno abbong. Mabalín a magammatan dagiti malada dagiti kordon a pakai gapuan ti pannakabekkelda.*
  - *Di agíp-ipan iti indayon ken dadduma pay nga agtillayon a ramit iti kona ta mabalín a pakai gapuan daytoy ti pannakabekkel ti maladaga.*
  - *Ibaba ti mattress ti kona sakbay a makapagtugaw ti maladaga a bukbukodna. Maipuesto met ti mattress iti kababaan a puestona sakbay a makatakder ti maladaga.*
  - *Ipuesto dagiti maibitin nga abalbalay a para iti kona (mobiles, crib gymns) iti di magaw-at ti maladaga.*
  - *Ikkaten ti ania man nga abalbalay a para iti kona no mangrugín nga ikuti nga ipangato ti maladaga dagiti ima ken tumengna (wenno sakbay a magteng ti ubing ti 5 a bulan nga edad). Mabalín a pakabekkelan ti ubing dagitoy nga ay-ayam.*
  - *Isardeng ti pannakausar it kona no agtayagen ti ubing iti 35 a pulgada, wenno kabaelannan a gaw-aten dagiti kawit ti kona wenno mabalín a kabaelannan ti umuli a tumapuak manipud iti kona. Iti daytoy a gundaway, masapul a mayalisen iti sabali a lugar a pagturogan, kas koma iti katre wenno ikamen a pagturogan.*

HAR §17-891.1-41, §17-891.1-42, §17-895-45, §17-895-46

## KINATALGED

# Kasano No Adda Emerhensia

Kas mangipapaay-pannaripato iti ubing, ammom a ti kangrunaan a kapatgan a trabahom ket isu ti panangsalaknibmo kadagiti ubbing nga adda iti pannaripatom. Nupay kasta, uray pay ipakatmo aminen nga addang a nasken iti pannakapataud ti natalged nga aglawlaw, mabalin a mapasamak latta dagiti emerhensia, kas koma iti di naigagara a pannakadunor wenno didigra nga aramid ti nakaparsuaan ken ti tao. Iti ania man nga emerhensia, mabalin a di maawatan dagiti ubbing ti mapasasamak ket mabalin a dida maaywanan a bukukodda ti bagida. Kadagiti kastoy a situasion, ti panangisagana iti bagi ken ti kaadda ti plano ket mabalin nga ikabassitna ti dakes nga ibunga ti didigra ken makatulong iti pannakapagtalinaed ti natalinaay ken natalged nga aglawlaw a para kadagiti ubbing.

Ti panangparnuay, panangrepaso, ken panangsanay kadagiti plano/pamay-an, sakbay a mapasamak ti emerhensia, ikkannaka iti gundaway a mangisagana kadagiti suplay a kasapulan, addang nga ipakat tapno agtalinaedka ken dagiti ubbing a natalged, ken dagiti pamay-an tapno makasaritam a nasayaat dagiti pamilia dagiti ubbing nga adda iti pannaripatom. Ti pannakaammo no ania ti aramiden ikkannaka iti gundaway a makapagkuti a dagus ken di agpugpugto, a napateg iti maysa nga emerhensia.

## KASANO NO ADDA EMERHENSIA

# KASANO TI PANANGIPAKAT ITI UMUNA A PANAGAGAS (FIRST AID)/CPR

## Apay a Napateg?

- Ti pannakabigbig kadagiti pagilasinan iti panagpakarigat ken ti pannakabael a mangipakat iti Umuna a Panagagas (First Aid) ken CPR iti ubing ket mabalin a mangsalbar iti biag.

## Dagiti Pamay-an:

### 1. Masapul ti umuna a panagagas kadagiti sumaganad a sagsagabaen:

- Dunor iti mata
- Pannakablo ken nables
- Pannakasilud ken pannakakagat
- Pannakasinit
- Sugat ti kudil
- Panagkissiw
- Dunor iti ulo
- Pannakasabidong
- Pannakatalimudaw
- Panagdaringungo
- Dunor iti ngipen
- Gurigor

### 2. Amirisen a dagus ti kondision ti agsagsagaba nga ubing.

- Aramaten ti ammo a nasursuro iti panagsanaymo iti First Aid ken CPR tapno matingiting ken/wenno maagasam ti nadunor nga ubing.
- Agusar iti maminsan laeng nga aramaten a guantes (disposable gloves) no agdardara ti ubing. Mapan iti rekursos iti Kasano ti Agusar iti Guantes.
- Usaren ti iggemmo a first aid kit a pangipakat iti umuna a panagagas. Mapan iti Lista-amiris ti Umuna a Panagagas (kitaen ti Nayon F tapno ammom no ania ti rumbeng a linaon ti first aid kit).

### 3. Bayat nga as-asikasuen ti agsagsagaba nga ubing, siguraduen a natalged dagiti dadduma pay nga ubbing nga adda iti pannaripatom.



continued on next page

## KASANO TI PANANGIPAKAT ITI UMUNA A PANAGAGAS (FIRST AID)/CPR

*continued from previous page*

4. Awagan ti 911 no ti kasasaad ti ubing ket kasapulanna ti pannaripato ti doktor.
5. Pakaammuan ti/dagiti nagannak ti ubing maipanggep iti sagsagabaenna ken ibaga kadakuada dagiti addang nga inaramidmo tapno mataripatom ti ubing.
6. Awagan ti kaduam nga agtataripato iti ubing no kasapulam ti tulong iti pannakataripato dagiti ubbing.

### **DAGITI IMPORMASION ITI APRUBADO A PANAGSANAY ITI FIRST AID/CPR:**

- <http://www.redcross.org/take-a-class>
- <http://www.heart.org/HEARTORG/>

HAR §17-891.1 (6), §17-891.1-21, §17-891.1-22 (i), §17-892.1-6 (9), §17-892.1-21, §17-892.1-22, §17-895-6 (12), §17-895-21 (a), §17-895-22

## KASANO NO ADDA EMERHENSIA

# KINAMANAGSAGANA ITI DUMTENG NGA EMERHENSIA

### *Apay a Napateg?*

- Dagiti didigra ti nakaparsuaan ken dagiti emerhensia ket mabalin a parukmaenda ti panunottayo, dadaelenda dagiti sanikua, ken pagpeggadendaka ken dagiti ubbing nga adda iti pannaripatom. Ti kaadda dagiti plano nga aramiden no adda emerhensia ket makatulong tapno maipanamna a sisasaganaka nga mangsango a dagus iti maysa nga emerhensia.

### *Dagiti Pamay-an:*

1. Adalen ti lugar a nakaipatakderan ti pasilidadyo ken ammuen no ania dagiti pagtaudan ti peggad, dagiti didigra ti nakaparsuaan ken emerhensia a mabalin a mangbiang iti partikular a programam (kas koma, tsunami, ginggined, bagyo, layus, ken aramid ti biolensia). Mapan kadagiti sumaganad a websites para iti impormasion:
  - *Department of Emergency Management*  
<http://www.oahudem.org>
  - *Federal Emergency Management Agency*  
<http://www.fema.gov/>
  - *Emergency Preparedness from the U.S. Department of Homeland Security*  
<http://www.ready.gov/>
  - *Hawai'i State Chapter of the American Red Cross*  
<http://www.redcross.org/>
2. Ammuen no ti pasilidadyo ket kabelanna dagitoy a didigra wenno emerhensia.
3. Mangparnuay iti Plano iti Emerhensia (Emergency Plan) a mangrisut kadagiti paggapuan ti peggad, didigra ti nakaparsuaan, ken emerhensia a naitudom iti Addang 1 (Kitaen ti Nayon G para iti Pagarigan ti Plano iti Kinamanagsagana iti Emerhensia).
4. Mangaramid iti agtipon nga Emergency/Evacuation Kit a pangsuportar iti planom (kitaen ti Nayon H para iti Emergency Supply Tool Kit).



*continued on next page*

## KINAMANAGSAGANA ITI DUMTENG NGA EMERHENSIA

*continued from previous page*

5. Pakaammuan dagiti pamilia maipanggep iti planom iti handbook dagiti nagannak ken/wenno iti maysa a surat wenno iti babasaen a pakaimpormaran (informational flyer). Siguraduen a ti tunggal pamilia, makaawat iti kopia ti planom.
6. Mangidulin iti bukodmo a kopia ti Plano iti Emerhensia a kas reperensia ken mangipaskil iti kopia daytoy iti nalaka a makita ti/dagiti nagannak ti ubing.
7. Sanayen dagiti aramiden no adda dumteng nga emerhensia maminsan iti kada bulan a kaduam dagiti ubbing nga adda iti pannaripatom tapno mairuamda.



HAR §17-891.1-30, §17-892.1-31, §17-895-33, §17-896-29



# Dagiti Reperensia

# Dagiti Reperensia

- Adesman, A. (2010). *Heat waves, hypothermia and hot cars* (2010). Retrieved from <http://blogs.webmd.com/parenting-myths/2010/07/heat-waves-hyperthermia-and-hot-cars.html>
- Administration for Children and Families Office of Child Care (2014). *Resource guide: emergency preparedness and response resources for child care programs*. Retrieved from <https://childcareta.acf.hhs.gov/resource/resource-guide-emergency-preparedness-and-response-resources-child-care-programs>
- American Academy of Pediatrics (2007). *Emergency guidelines for schools*. Retrieved from <http://www2.aap.org/sections/schoolhealth/emergencyguidelines2007.pdf>
- American Academy of Pediatrics (2004). *First aid*. Retrieved from <http://www.pediatricspec.com/resources/FirstAid.pdf>.
- American Academy of Pediatrics (2016). *Media and Young Minds: Council on Communications and Media*. Retrieved from <http://pediatrics.aappublications.org/content/138/5/e20162591>
- American Academy of Pediatrics, American Public Health Association, National Resource Center for Health and Safety in Child Care and Early Education (2011). *Caring for our children: National health and safety performance standards; Guidelines for early care and education programs*. 3rd edition. Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics; Washington, DC: American Public Health Association.
- American Heart Association (2014). *Obesity in infants to preschoolers [infographic]*. Retrieved from [http://www.heart.org/HEARTORG/HealthyLiving/HealthyKids/ChildhoodObesity/Obesity-in-Infants-and-Preschoolers-Infographic\\_UCM\\_467593\\_SubHomePage.jsp](http://www.heart.org/HEARTORG/HealthyLiving/HealthyKids/ChildhoodObesity/Obesity-in-Infants-and-Preschoolers-Infographic_UCM_467593_SubHomePage.jsp)
- American Heart Association (2014). *Preventing childhood obesity: Tips for parents and caretakers*. Retrieved from [http://www.heart.org/HEARTORG/HealthyLiving/HealthyKids/ChildhoodObesity/Preventing-Childhood-Obesity-Tips-for-Parents-and-Caretakers\\_UCM\\_456118\\_Article.jsp#.WKy1UzsrKUK](http://www.heart.org/HEARTORG/HealthyLiving/HealthyKids/ChildhoodObesity/Preventing-Childhood-Obesity-Tips-for-Parents-and-Caretakers_UCM_456118_Article.jsp#.WKy1UzsrKUK)
- Aronson, S.S. & Shope, T.R., ed. (2009). *Managing infectious diseases in child care and schools: A quick reference guide*. 2nd ed. Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.
- California Child Care Health Program (2009). *Disposable gloves*. Retrieved from [http://www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/chinese/disposable\\_gloves\\_en.pdf](http://www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/chinese/disposable_gloves_en.pdf)
- California Child Care Health Program (2003). *Morning health check*. Retrieved from [www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/posters/BWMorningCheckEN.pdf](http://www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/posters/BWMorningCheckEN.pdf)
- Centers for Disease Control and Prevention (2014). *Childhood obesity facts*. Retrieved from <http://www.cdc.gov/healthyyouth/obesity/facts.htm>
- Center for Disease Control and Prevention (2004). *Guidance for the selection and use of personal protective equipment (PPE) in healthcare settings*. Retrieved from [http://www.cdc.gov/hai/pdfs/ppe/ppe\\_slides6-29-04.pdf](http://www.cdc.gov/hai/pdfs/ppe/ppe_slides6-29-04.pdf)
- Centers for Disease Control and Prevention (2013). *Infectious disease information: Infants' and children's topics*. Retrieved from <http://www.cdc.gov/ncidod/diseases/children/symptoms.htm>
- Centers for Disease Control and Prevention (2015). *Vaccines and immunizations*. Retrieved from <http://www.cdc.gov/vaccines/default.htm>
- Centers for Disease Control and Prevention (2013). *Voluntary guidelines for managing food allergies in schools and early care and education programs*. Washington, DC: US Department of Health and Human Services.
- Centers for Disease Control and Prevention & National Center for Injury Prevention and Control (2010). *Understanding child maltreatment*. Retrieved from <http://www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/cm-factsheet-a.pdf>
- Center on the Developing Child (2015). *Key concepts: Toxic stress*. Retrieved from [http://developingchild.harvard.edu/key\\_concepts/toxic\\_stress\\_response/](http://developingchild.harvard.edu/key_concepts/toxic_stress_response/)
- The Children's Trust of Massachusetts (2015). *All babies cry*. Retrieved from [http://www.allbabiescry.com/assets/docs/ABC\\_Booklet\\_English.pdf](http://www.allbabiescry.com/assets/docs/ABC_Booklet_English.pdf)
- Division of Child Development and Early Education, North Carolina Department of Health and Human Services (2012). *Get ready, get set, go! Field trip and transportation safety: A handbook for North Carolina's early care and education workforce*. Retrieved from [http://ncchildcare.dhhs.state.nc.us/pdf\\_forms/ready\\_set\\_go\\_training\\_module.pdf](http://ncchildcare.dhhs.state.nc.us/pdf_forms/ready_set_go_training_module.pdf)
- Esquivel, M. (n.d.). *Childcare Center Wellness Policy Best Practices Checklist*. Retrieved from <http://www.chl-pacific.org/community-connections/resource-material>
- Federal Emergency Management Agency (2001). *Sample childcare emergency action plan*. Retrieved from [http://www.training.fema.gov/EMIWeb/IS/IS36/Handouts%20-Sample%20Plans/EAP\\_Sample.pdf](http://www.training.fema.gov/EMIWeb/IS/IS36/Handouts%20-Sample%20Plans/EAP_Sample.pdf)



# Dagiti Reperensia

- Fong, G., Tom, A., Gorecki, D., Nemoto, M.A., Hisatake, T., Furoyama, L., & Yuen, S. (2006). *Learning to Grow developmental guidelines for infants, toddlers and young preschoolers*. Honolulu, HI: University of Hawai'i at Mānoa Center on the Family.
- Food Safety World Health Organization (2012). *Five keys to safer food*. Retrieved from [http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/en/5keys\\_en.pdf?ua=1](http://www.who.int/foodsafety/publications/consumer/en/5keys_en.pdf?ua=1)
- Harms, T., Cryer, D., & Clifford, R. (2007). *Family child care environmental rating scale-Revised edition*. New York, NY: Teachers College Press.
- Hawai'i State Department of Health (2010). *Diseases and conditions*. Retrieved from <http://health.hawaii.gov/docd/dib/disease/#C>
- Hawai'i State Department of Health, Safe Sleep Hawai'i & Keiki Injury Prevention Coalition (2008). *Keep me safe while I sleep*. Retrieved from <http://www.safesleephawaii.org/PDFs/Keep%20Me%20Safe%20While%20I%20Sleep%202008.pdf>
- Keiki Injury Prevention Coalition (2012). *Car seat safety*. Retrieved from <http://kipchawaii.org/the-coalition/car-seat-safety/>
- Keiki Injury Prevention Coalition (2014). *Inspection stations*. Retrieved from <http://kipchawaii.org/the-coalition/car-seat-safety/inspection-stations/>
- Kids Health (2015). *Abusive Head Trauma (Shaken Baby Syndrome)*. Retrieved from <http://kidshealth.org/parent/medical/brain/shaken.html>
- Kyono, M. (2013). *Hot topics: Health and safety cards*. Retrieved from [http://health.hawaii.gov/cshcn/files/2013/05/Hot\\_Topics\\_Health\\_Safety.pdf](http://health.hawaii.gov/cshcn/files/2013/05/Hot_Topics_Health_Safety.pdf)
- National Association of Child Care Resource & Referral Agencies & Save the Children (2010). *Protecting children in child care during emergencies*. Retrieved from [http://www.naccrra.org/sites/default/files/publications/naccrra\\_publications/2012/protectingchildreninchildcareemergencies.pdf](http://www.naccrra.org/sites/default/files/publications/naccrra_publications/2012/protectingchildreninchildcareemergencies.pdf)
- National Association for Family Child Care (2006). *Health standards for NAFCC accreditation*. Salt Lake City: National Association for Family Child Care.
- National Association for Sport and Physical Education (2009). *Active Start: a statement of physical activity guidelines for children birth to five years*. 2nd ed. Reston, VA: NASPE Publications.
- National Center on Shaken Baby Syndrome (2015). *All about SBS/AHT*. Retrieved from <https://www.dontshake.org/learn-more>
- National Safety Council (2009). *Playground safety*. Retrieved from [http://www.nsc.org/news\\_resources/Resources/Pages/PlaygroundSafety.aspx#.U014bIdV8E](http://www.nsc.org/news_resources/Resources/Pages/PlaygroundSafety.aspx#.U014bIdV8E)
- Nemours Center for Children's Health Media (2013). *Baby basics: Diapering your baby*. Retrieved from [http://kidshealth.org/parent/pregnancy\\_center/newborn\\_care/diapering.html#](http://kidshealth.org/parent/pregnancy_center/newborn_care/diapering.html#)
- Nemours Center for Children's Health Media (2011). *Keeping kids safe and secure*. Retrieved from [http://kidshealth.org/parent/firstaid\\_safe/outdoor/auto\\_baby\\_toddler.html#](http://kidshealth.org/parent/firstaid_safe/outdoor/auto_baby_toddler.html#)
- New Hampshire Child Development Bureau, Child Care Licensing Unit, Child Care Resource and Referral Network, NH Emergency Management of Department of Safety and Easter Seals NH. (n.d.). *Family child care emergency preparedness guide*. Retrieved February 27, 2015, from <http://www.dhhs.nh.gov/dcyf/cdb/documents/famcareprepguide.pdf>
- North Carolina Child Care Health & Safety Resource Center (2011). *Daily health check*. Retrieved from [http://www.healthychildcarenc.org/PDFs/daily\\_health\\_check.pdf](http://www.healthychildcarenc.org/PDFs/daily_health_check.pdf)
- North Carolina Child Care Health and Safety Resource Center (2011). *Steps to administering medication*. Retrieved from <http://www.healthychildcarenc.org>
- Parents Central (2017). *Car seat recommendations for children*. Retrieved from <https://www.safercar.gov/parents/CarSeats/Right-Seat-Age-And-Size-Recommendations.htm?view=full>
- Parents Central (2013). *Children in cars heatstroke prevention tips for parents and caregivers*. Retrieved from <https://www.safercar.gov/parents/>
- Penn State Extension (2015). *Taking the fear out of food allergies*. Retrieved from [https://bkcmhost.psu.edu/documents/HO\\_FoodAllergies-article.pdf](https://bkcmhost.psu.edu/documents/HO_FoodAllergies-article.pdf)
- Prevent Child Abuse Hawaii (2015). *Never shake a keiki (child)*. Retrieved from <http://www.preventchildabusehawaii.org/brochures-and-tips.html>
- Sachs, M. & Tombrello, S. (2000). *Car seat safety: When buckling up isn't always enough*. Retrieved from [http://www.carseat.org/Resources/Sachs\\_CSS.pdf](http://www.carseat.org/Resources/Sachs_CSS.pdf)
- Safe Kids Worldwide (2014). *Poison*. Retrieved from [http://www.safekids.org/safetytips/field\\_risks/poison?gclid=Ci71mq\\_P4L0CFY6Rfgode2UAvQ](http://www.safekids.org/safetytips/field_risks/poison?gclid=Ci71mq_P4L0CFY6Rfgode2UAvQ)
- Safe Kids Worldwide (2014). *Safety tips*. Retrieved from <https://www.safekids.org/safetytips/>

# Dagiti Reperensia

- Safe Kids Worldwide (2013). *Swimming safety tips*. Retrieved from [http://www.safekids.org/sites/default/files/documents/swimming\\_safety\\_tips2\\_0.pdf](http://www.safekids.org/sites/default/files/documents/swimming_safety_tips2_0.pdf)
- Safe Kids Worldwide (2013). *Water safety at home*. Retrieved from [http://www.safekids.org/sites/default/files/documents/water\\_safety\\_tips.pdf](http://www.safekids.org/sites/default/files/documents/water_safety_tips.pdf)
- Safe to Sleep Public Education Campaign (2013). *What does a safe sleep environment look like?* Retrieved from [http://www.nichd.nih.gov/sts/about/environment/room/Pages/text\\_alternative.aspx](http://www.nichd.nih.gov/sts/about/environment/room/Pages/text_alternative.aspx)
- Strasburger V.C. (2011). *Children, adolescents, obesity, and the media*. *Pediatrics*. Jul 2011; 128(1):201-208
- South Los Angeles Health Projects (2004). *How to store breast milk*. Retrieved from: [http://breastfeedla.org/wp-content/uploads/sites/2/2013/11/p9e\\_How\\_to\\_Store\\_Breastmilk.pdf](http://breastfeedla.org/wp-content/uploads/sites/2/2013/11/p9e_How_to_Store_Breastmilk.pdf)
- State of Hawai'i Department of Health (DOH) Immunization Branch (2015). *Important Notice to Parents: School Health Requirements*. Retrieved from <http://health.hawaii.gov/docd/requirements-by-grade/school-health-requirements-brochures/>
- Trust for America's Health and the Robert Wood Johnson Foundation (2014). *The state of obesity: Better policies for a better America*. Retrieved from <http://stateofobesity.org/states/hi/>
- U.S. Consumer Product Safety Commission, Office of Information and Public Affairs (2011). *Lock up poisons*. Retrieved from <http://www.cpsc.gov/PageFiles/114224/382.pdf>
- U.S. Consumer Product Safety Commission (2008). *Childproofing your home: 12 safety devices to protect your children*. Retrieved from <https://www.cpsc.gov/safety-education/safety-guides/kids-and-babies/childproofing-your-home-12-safety-devices-protect>
- U.S. Consumer Product Safety Commission (2012). *For kids' sake: Think toy safety by knowing toy dangers*. Retrieved from [https://www.cpsc.gov/s3fs-public/281\(1\).pdf](https://www.cpsc.gov/s3fs-public/281(1).pdf)
- U.S. Consumer Product Safety Commission (2012). *Toy-related deaths and injuries: Calendar year 2012*. Retrieved from <https://www.cpsc.gov/Research--Statistics/Injury-Statistics/>
- U.S. Consumer Product Safety Commission & Kaboom (2001). *Is your home playground a safe place to play?* Retrieved from <https://www.cpsc.gov/s3fs-public/pg1.pdf>
- U.S. Department of Agriculture (2015). *ChooseMyPlate.gov*. Retrieved from <http://www.choosemyplate.gov/>
- U.S. Department of Agriculture and U.S. Department of Health and Human Services (2013). *Nutrition and wellness tips for young children: Provider handbook for the child and adult care food program*. Alexandria, VA. Retrieved from <http://www.fns.usda.gov/tn/nutrition-and-wellness-tips-young-children-provider-handbook-child-and-adult-care-food-program>
- U.S. Department of Health and Human Services (HHS) (2015). *Vaccines.gov*. Retrieved from <http://www.vaccines.gov/>
- U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention (CDC), National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Division of Nutrition, Physical Activity and Obesity (2015). *Nutrition, Physical Activity and Obesity Data, Trends and Maps web site*. Retrieved from <http://www.cdc.gov/nccdphp/DNPAO/index.html>.
- U.S. Department of Health and Human Services, National Institutes of Health & Eunice Kennedy Shriver National Institute of Child Health and Human Development (2007). *Infant sleep position and SIDS: Questions and answers for health care providers*. Retrieved from [http://www.nichd.nih.gov/publications/pubs/Documents/SIDS\\_QA-508-rev.pdf](http://www.nichd.nih.gov/publications/pubs/Documents/SIDS_QA-508-rev.pdf)
- U.S. Environmental Protection Agency, Poison Control Center (2012). *Poison proof your home: One room at a time*. Retrieved from <https://www.epa.gov/sites/production/files/2015-10/documents/roombyroom-checklist.pdf>
- Yuen, S., Fong, G.F., & Nielsen, S. (Eds.) (1998). *Family Resource Kit. Food Safety*. Honolulu, HI: University of Hawai'i at Mānoa, Center on the Family.
- Yuen, S., Fong, G.F., & Nielsen, S. (Eds.) (1998). *Family Resource Kit. Indoor safety*. Honolulu, HI: University of Hawai'i at Mānoa, Center on the Family.
- Yuen, S., Fong, G.F., & Nielsen, S. (Eds.) (1998). *Family Resource Kit. Outdoor safety*. Honolulu, HI: University of Hawai'i at Mānoa, Center on the Family.
- Yuen, S., Fong, G.F., & Nielsen, S. (Eds.) (1998). *Family Resource Kit. Safe healthy home*. Honolulu, HI: University of Hawai'i at Mānoa, Center on the Family.

A decorative border surrounds the page, composed of six colored segments: blue (top-left), red (top-middle), yellow (top-right), pink (right), purple (bottom-right), and green (bottom-middle).

**Dagiti Nayon**

# Appendix A

## SAMPLE DAILY HEALTH CHECKLIST

CHECKLIST FOR A HEAD TO TOE CHECK	NO	YES, COMMENTS
Shows a change in behavior or mood: less active, less energy, more sleepy, easily irritated		
Looks different from normal		
Complains of not feeling well		
Has itchy skin or scalp		
Is pulling at ear		
Has drainage from the eyes		
Has a runny nose		
Is coughing severely		
Has skin rash or discoloration		
Has drainage from an open sore		
Has unusually warm or flushed (red) skin		
Eating or drinking more or less than usual		
Is vomiting		
Has abnormal stools: white bowel movement, gray bowel movement, diarrhea, or unusual odor		
Is not urinating		
Is off balance or walks unevenly		

*Adapted from North Carolina Child Care Health & Safety Resource Center*

# Appendix B

## SAMPLE CONSENT FORM FOR THE ADMINISTRATION OF MEDICATION

I, (print name) \_\_\_\_\_, authorize \_\_\_\_\_ to give my child \_\_\_\_\_ the prescribed dose of medication as follows:

Name of Medication: \_\_\_\_\_ Dose: \_\_\_\_\_

At the following time(s): \_\_\_\_\_

On the following date(s): \_\_\_\_\_

Prescribed by Dr. \_\_\_\_\_

Further, I agree to hold harmless and indemnify \_\_\_\_\_ (name of care provider or center) \_\_\_\_\_ for any charges or damages not covered by insurance, arising out of mistakes in administering the medication.

Parent (signature): \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

Date of prescription: \_\_\_\_\_ Name of prescription: \_\_\_\_\_

**Medication must be in its original container.**

*Long term medication must be renewed every 3 months.*

Possible side effects if any: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Physician's Name: \_\_\_\_\_

Physician's Signature: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

**For Care Provider to Complete**

Date prescription was filled (must be current): \_\_\_\_\_

Physician's directions for use: \_\_\_\_\_

Child's own name on label: \_\_\_\_\_

Record of Dispensation

DATE	DAY OF THE WEEK	AUTHORIZED STAFF'S SIGNATURE	TIME ADMINISTERED
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

# Appendix C

## ROUTINE SCHEDULE FOR CLEANING, SANITIZING, AND DISINFECTING

AREAS	BEFORE EACH USE	AFTER EACH USE	DAILY (At the End of the Day)	WEEKLY	MONTHLY	COMMENTS
<b>FOOD AREAS</b>						
Food preparation surfaces	Clean, Sanitize	Clean, Sanitize				Use a sanitizer safe for food contact
Eating utensils & dishes		Clean, Sanitize				If washing the dishes and utensils by hand, use a sanitizer safe for food contact as the final step in the process; Use of an automated dishwasher will sanitize
Tables & highchair trays	Clean, Sanitize	Clean, Sanitize				
Countertops		Clean	Clean, Sanitize			Use a sanitizer safe for food contact
Food preparation appliances		Clean	Clean, Sanitize			
Mixed use tables	Clean, Sanitize					Before serving food
Refrigerator					Clean	
<b>CHILD CARE AREAS</b>						
Plastic mouthed toys		Clean	Clean, Sanitize			
Pacifiers		Clean	Clean, Sanitize			Reserve for use by only one child; Use dishwasher or boil for one minute
Hats			Clean			Clean after each use if head lice present
Door & cabinet handles			Clean, Disinfect			
Floors			Clean			Sweep or vacuum, then damp mop, (consider micro fiber damp mop to pick up most particles)
Machine washable cloth toys				Clean		Launder
Dress-up clothes				Clean		Launder
Play activity centers				Clean		
Drinking Fountains			Clean, Disinfect			
Computer keyboards		Clean, Sanitize				Use sanitizing wipes, do not use spray
Phone receivers			Clean			

*continued on next page*

# Appendix C

## ROUTINE SCHEDULE FOR CLEANING, SANITIZING, AND DISINFECTING

*continued from previous page*

AREAS	BEFORE EACH USE	AFTER EACH USE	DAILY (At the End of the Day)	WEEKLY	MONTHLY	COMMENTS
<b>TOILET &amp; DIAPERING AREAS</b>						
Changing tables		Clean, Disinfect				Clean with detergent, rinse, disinfect
Potty chairs		Clean, Disinfect				
Hand washing sinks & faucets			Clean, Disinfect			
Countertops			Clean, Disinfect			
Toilets			Clean, Disinfect			
Diaper pails			Clean, Disinfect			
Floors			Clean, Disinfect			Damp mop with a floor cleaner/ disinfectant
<b>SLEEPING AREAS</b>						
<b>Bed sheets &amp; pillow cases</b>				Clean		Clean before use by another child
<b>Cribs, cots, &amp; mats</b>				Clean		Clean before use by another child
<b>Blankets</b>					Clean	

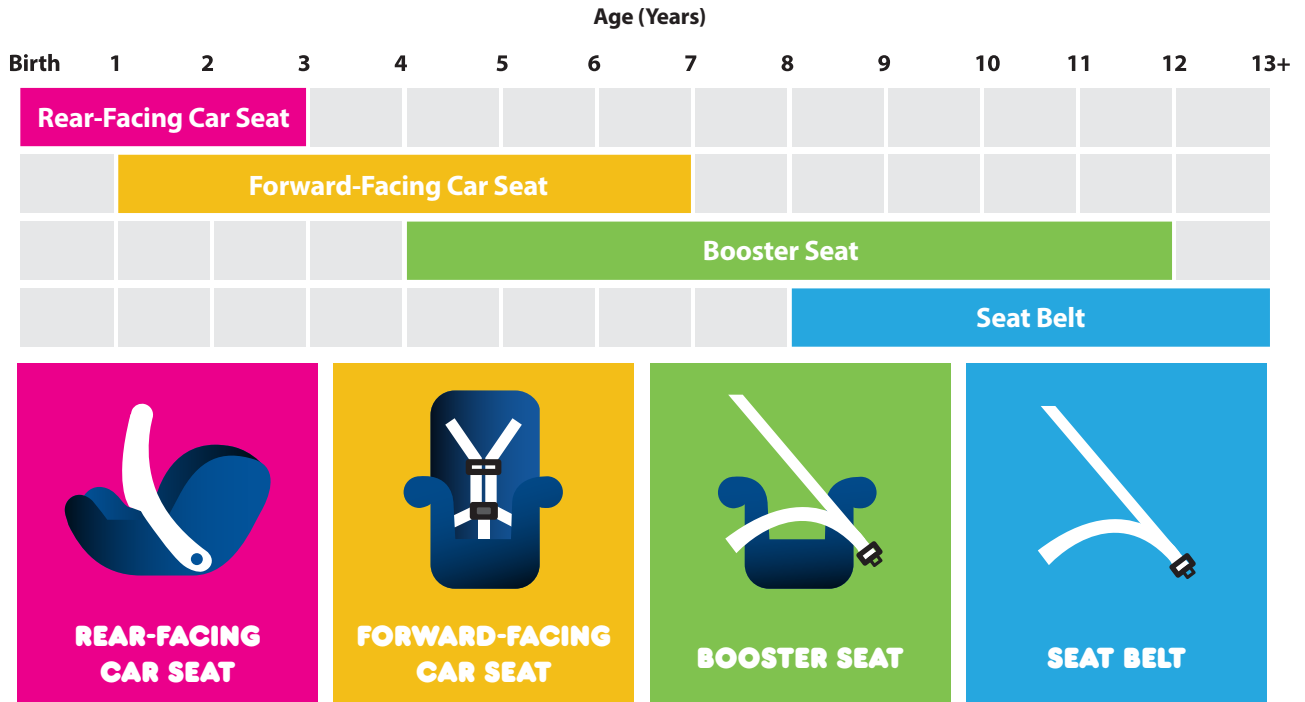
*Adapted from Caring for Our Children: National Health and Safety Performance Standards; Guidelines for Early Care and Education Programs, Third Edition*

# Appendix D

## CAR SEAT RECOMMENDATIONS

### Car Seat Recommendations for Children

There are many car seat choices on the market. Use the information below to help you choose the type of car seat that best meets your child’s needs.



- Select a car seat based on your child’s age and size, choose a seat that fits in your vehicle, and use it every time.
- Always refer to your specific car seat manufacturer’s instructions (check height and weight limits) and read the vehicle owner’s manual on how to install the car seat using the seat belt or lower anchors and a tether, if available.
- To maximize safety, keep your child in the car seat for as long as possible, as long as the child fits within the manufacturer’s height and weight requirements.
- Keep your child in the back seat at least through age 12.

Adapted from [www.safercar.gov](http://www.safercar.gov)



# Appendix E

## POISON PROOF YOUR HOME: ONE ROOM AT A TIME PESTICIDE POISON PREVENTION CHECKLIST

Pesticide Poison Prevention Checklist	
Questions	Action Steps
<b>Bathroom</b>	
Did you inspect the bathroom and move toilet bowl cleaners, medicine, cosmetics, tile cleaners, bathroom deodorizers, mouthwash, and other personal hygiene products out of reach from small children in a high, locked cabinet?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Re-close containers if interrupted during an application (e.g. phone call or doorbell). Make sure all harmful containers are fully sealed and out of a child's reach during temporary absence.</li> </ul>
Are all medications and pesticide products, such as bathroom cleansers and mouthwashes, tightly sealed with child-resistant caps?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Read the Label First. Follow all directions exactly as they are written on the label, including any noted precautions and product restrictions.</li> </ul>
<b>Bedroom</b>	
Did you store items like mothballs, cosmetics, hair sprays, colognes, nail polish remover, and medicine products in a locked cabinet away from a child's reach?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Mothballs should be hung in containers. If such products are used in closets or chests, they should be stored out of children's reach.</li> </ul>
<b>Living Room</b>	
Have you placed all ant or roach baits and rodent pellets out of children's reach?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Place roach and rodent baits in areas where children can not touch them. If possible, place rodent bait in a tamper-resistant bait station.</li> </ul>
<b>Kitchen</b>	
Did you store hazardous products like bleach, bug spray, drain cleaners, ammonia, floor wax, furniture polish, and disinfectants up high in a locked cabinet?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ If items cannot be moved up high, install safety latches on lower cabinets to keep children out.</li> </ul>
Did you store household cleaning products, such as dishwashing detergent, disinfectants, oven and window cleansers, and drain cleaners in a place away from food?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Pesticides and foods should never be stored on the same shelf as pesticides may be mistaken for food.</li> </ul>
Are all kitchen cleanser, drain opener, and ammonia substances in their original containers?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Keep all substances in their original containers. Using beverage bottles or cans for storing cleaning liquids and other household mixtures is very dangerous and may be mistaken for a drink. Plus, labels on original containers give first-aid information in case of accidental poisoning.</li> </ul>
Are all cleaning liquids and medicines properly sealed?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Keep potentially hazardous cleaning products and medicines properly closed while using, even if a container is briefly left unattended.</li> </ul>
<b>Garage</b>	
Did you store gasoline, kerosene, car wax and soaps, weed killers, pesticide sprays, paint, windshield washer fluid, and anti-freeze substances up high out of the reach of young children?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Poisonous anti-freeze tastes sweet to dogs and cats—clean up spills and leaks immediately.</li> </ul>
Have you stored all hazardous fluids and pesticides high in a locked cabinet where children can't gain access?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Store all hazardous fluids and pesticides high in locked cabinets where children can't gain access.</li> </ul>
<b>Laundry Room</b>	
Are chemicals and laundry detergents or softeners out of the reach of young children?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Using bottles and cans for storing detergents can be dangerous. Also, labels on original containers provide critical first-aid instruction in case of accidental poisoning.</li> </ul>
Is the bleach container closed properly?	<input type="checkbox"/> Yes <input type="checkbox"/> No <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Keep all laundry and cleaning substances in their original containers.</li> </ul>
<p><b>For more information on pesticides or pesticide poisoning prevention, refer to EPA's Pesticides Program Web site at <a href="http://www.epa.gov/pesticides">www.epa.gov/pesticides</a>, or call the National Pesticide Information Center at 1-800-858-7378.</b></p>	

# Appendix F

## FIRST AID CHECKLIST

*Your first aid kit should contain:*

- 1. Disposable nonporous gloves (latex free recommended)
- 2. Scissors
- 3. Tweezers
- 4. A non-glass thermometer, “baby safe” version if infants are being cared for
- 5. Bandage tape (latex free)
- 6. Sterile gauze pads
- 7. Flexible roller gauze
- 8. Triangular bandages
- 9. Safety pins
- 10. Pen/pencil and notepad
- 11. Cold pack
- 12. Current first aid guide
- 13. Liquid soap (to be used with water) or moist towelettes for cleaning wounds
- 14. Hand sanitizer (not to be used on children under the age of 24 months) to be used if no water is available
- 15. Adhesive strip bandages
- 16. Plastic bags for disposal of cloth, gauze, and other materials used in handling bodily fluids
- 17. Emergency phone numbers, including phone numbers for parents and legal guardians

# Appendix G

## SAMPLE EMERGENCY PREPAREDNESS PLAN

**PURPOSE:** This plan establishes emergency procedures to be followed during the time I am in charge of individuals under my care. The plan covers fire, tsunami, flooding, earthquake, hurricane/tropical storm, and other hazards as deemed appropriate.

### 1. FIRE:

- a. The signal for fire is:

---

We will leave according to the posted evacuation plan and proceed to:

---

We will return to the facility when given permission by the Fire Department.

- b. Should the facility be damaged by fire, we will be housed temporarily at:

---

We will call all families for further information and action.

- c. Drills will be held periodically.

### 2. TSUNAMI:

I will take the following actions based on the Tsunami Evacuation Zone Maps.

The facility IS NOT in the Evacuation Zone. We will not evacuate when a tsunami watch or warning is issued.

The facility IS in the Evacuation Zone. The following procedures have been adopted:

- a. TSUNAMI WATCH - We will immediately begin preparing for the issuance of a Tsunami Warning and evacuation.
- b. TSUNAMI WARNING - When we hear the sirens, we will begin to evacuate and continue to monitor official emergency broadcasts.
- c. If a Tsunami Warning is issued, we will evacuate to:
- 
- d. We have prepared survival kits and will take them with us when we evacuate. We will attempt to call all families once the official "All Clear" is announced.

### 3. HURRICANE/TROPICAL STORM:

- a. WATCH: We will monitor the storm and make preparations to evacuate in the event a Warning is issued. Watches are typically issued far enough in advance to allow time to close the facility in an orderly manner, or to remain closed if we are not yet open for the day.

- b. The Hurricane/Tropical Storm public evacuation shelter closest to this facility is:

---

*continued on next page*

# Appendix G

## SAMPLE EMERGENCY PREPAREDNESS PLAN

*continued from previous page*

### 4. EARTHQUAKE:

- a. If we are inside when an earthquake occurs, we will stay inside and immediately take cover under desks or tables, in supported doorways, etc.
- b. If outdoors, we will stay outdoors and move toward the open field that is away from electrical lines, tall buildings, and trees.
- c. If the facility is not damaged, we will remain in place and listen for official emergency instructions. I have made necessary preparations for us to survive in place for up to 72 hours without outside assistance.
- d. If the facility is damaged, we will gather our survival kits and attempt to move to shelter at:
 

---

### 5. FLOODING:

- a. If instructed by civil authorities to evacuate or if water begins to rise around the facility, we plan to gather the survival kits and immediately move to higher ground at:
 

---

### 6. OTHER HAZARDS:

- a. If instructed to shelter in place (e.g., due to airborne hazardous materials, terrorist threat, or other community emergencies), I will close and lock all windows and doors, and evacuate everyone to a room in the center of the site farthest from the outside and keep a low profile. I will await further instructions from authorities.
- b. If necessary to evacuate the facility, we will use the following evacuation plan and move to the designated shelter or another shelter as directed by civil authorities. I will attempt to contact the families as soon as possible. In the meantime, I urge families to listen to official emergency broadcasts for more information.

### EVACUATION PLAN:

<b>Evacuation routes/exits:</b>	_____ # of doors on ground level _____ # of windows on ground level _____ Exit over stairs will be required
<b>Evacuation infants/toddlers:</b>	State how you will get non-mobile infants out safely
<b>Notification:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Once all children are evacuated:</li> <li>▫ 911 will be called</li> <li>▫ Parents will be notified</li> </ul>
<b>Emergency kits/Information:</b>	State where the kit and family contact information is stored
<b>Evacuation sites:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ In neighborhood: _____</li> <li>▫ Out of neighborhood: _____</li> </ul>
<b>Transportation to evacuation locations:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▫ By car with (#) _____ car safety seats</li> <li>▫ On Foot</li> </ul>

*Adapted from Hawai'i Department of Emergency Management*

# Appendix H

## EMERGENCY SUPPLY TOOL KIT

### Emergency Supply Tool Kit

	Short Term Emergency	72-Hour Emergency
<b>8 Basic Supplies</b>	<b>Evacuation Backpack</b>	<b>Sturdy, waterproof, covered container with a cover</b>
Important Papers	<input type="checkbox"/> Emergency information on each child in a small notebook or on child identification cards <input type="checkbox"/> Emergency plans and number <input type="checkbox"/> Medical Releases <input type="checkbox"/> Relocation site agreements and Maps	<input type="checkbox"/> Emergency Transportation Permission
Water	<input type="checkbox"/> One gallon of water for every four children/staff	<input type="checkbox"/> ½ gallon of water per child and 1 gallon per adult
Food	<input type="checkbox"/> Non-perishable food items such as granola bars and crackers <input type="checkbox"/> Formula for infants <input type="checkbox"/> Disposable cups	<input type="checkbox"/> Non-perishable food items such as canned fruit and meat <input type="checkbox"/> Appropriate eating utensils <input type="checkbox"/> Special food for infants <input type="checkbox"/> Non-electric can opener
Clothing& Bedding	<input type="checkbox"/> Aluminum safety blankets <input type="checkbox"/> Pair of work gloves	<input type="checkbox"/> Change of clothes per person, especially socks <input type="checkbox"/> Extra bedding/blankets
First Aid	<input type="checkbox"/> Small First Aid kit <input type="checkbox"/> Any needed medications	<input type="checkbox"/> Large First Aid kit <input type="checkbox"/> Any needed medications
Sanitation	<input type="checkbox"/> Diapers and wipes <input type="checkbox"/> Toilet paper <input type="checkbox"/> Hand sanitizer	<input type="checkbox"/> Additional diapers and wipes <input type="checkbox"/> Additional toilet paper and emergency toilet facilities, if possible <input type="checkbox"/> Hand soap <input type="checkbox"/> Paper towels <input type="checkbox"/> Plastic bags (varied sizes) <input type="checkbox"/> Feminine supplies
Comfort and Safety	<input type="checkbox"/> At least one age appropriate play activity <input type="checkbox"/> Flashlight with batteries <input type="checkbox"/> Pencils <input type="checkbox"/> Blank paper or notebook	<input type="checkbox"/> Several age appropriate play activities to rotate <input type="checkbox"/> Extra keys <input type="checkbox"/> Matches and candles <input type="checkbox"/> Duct tape and plastic sheeting (for sheltering-in-place) <input type="checkbox"/> Utility knife
Communication	<input type="checkbox"/> Weather radio and extra batteries <input type="checkbox"/> Charged cell phone or calling card	<input type="checkbox"/> Walkie-talkie <input type="checkbox"/> Cell phone <input type="checkbox"/> Signal/flare

- Decide which supplies are a priority. Request donation from families and community. Date your supplies and keep an inventory.
- Yearly or every six months: Rotate your food, water, and medical supplies in your daily operations before expiration date. Update important papers; check sizes of clothing and age appropriateness of activity.

Adapted from Family Child Care Emergency Preparedness Guide

# Learning to Grow Project

## **Windward Community College**

45-720 Kea'ahala Road

Kāne'ohe, HI 96744

(808) 462-4700

[www.learningtogrowhawaii.org](http://www.learningtogrowhawaii.org)





# Learning to Grow Project

**Windward Community College**

45-720 Kea'ahala Road

Kāne'ohe, HI 96744

(808) 462-4700

[www.learningtogrowhawaii.org](http://www.learningtogrowhawaii.org)