

Sovrum och barnvagn

- Spjälarna i spjälängan ska vara placerade tillräckligt nära varandra, så att barnets huvud inte rymms mellan dem och så att barnet inte kommer åt att klättra ur sängen.
- Barnsängen ska ha kanter på sidorna.
- I barnvagnen ska säkerhetssele/-rem användas.
- Barnet får inte lämnas obevakat i barnvagnen.
- Hjulen på barnvagnen ska alltid låsas, även för korta stunder.

Köket

- Temperaturen på mat och dryck ska kontrolleras innan barnet matas.
- För att smaka av maten ska en skild sked användas för att förhindra spridning av karies.
- Barnstolen ska vara stabil så att barnet inte kommer åt att ställa sig upp.
- Barnet ska hållas under uppsikt när det sitter i barnstolen.
- Heta, vassa och tunga föremål och giftiga tvättmedel ska förvaras utom räckhåll för barnet.
- Lådor som innehåller vassa föremål ska vara försedda med säkerhetsspärrar.
- Spisknappar ska vara skyddade och barnet ska hindras från att sträcka sig över spisen, till exempel med ett spisskydd.

Badrum och bastu

- Temperaturen på badvattnet ska alltid kontrolleras innan barnet badas.
- Barn får aldrig lämnas obevakade i badkaret och bad- eller bubbelbadkar ska alltid tömmas direkt efter badet.
- Kranarna i badrummet ska vara termostat- och säkerhetskranar.
- På golvet och i badkaret ska det finnas halkskydd.
- Dörrarna till toaletten och badrummet ska ha lås som kan öppnas utifrån.
- I bastun ska det finnas ett skyddsräcke runt aggregatet och kläder får inte torkas i närheten av ett hett aggregat.

Leksaker

- Leksakerna ska kontrolleras så att de är lämpliga för åldern. Barnets leksaker får inte innehålla:
 - små delar som kan lossna
 - snören eller remmar
 - små kulor eller bollar
 - magneter/knappcells batterier.
- Skicket på leksakerna ska kontrolleras regelbundet och trasiga leksaker ska tas ur bruk.
- Leksakernas renhet ska kontrolleras och de ska rengöras regelbundet.

På gården

- Uteleksakerna, såsom gungorna och klätterställningarna, ska vara säkra och inspekteras regelbundet.
- Barnens lekplats är skyddad mot biltrafik och gassande solsken.
- Barnet ska skyddas mot solen med lämpliga kläder, tidpunkten för utevistelsen och solkräm.
- Barnet ska ha kläder som inte kan fastna i lekutrustningen (t.ex. ska luvan inte ha några snören).
- Endast en person åt gången får hoppa på trampolinen och runt trampolinen ska det finnas ett skyddsnet.
- Barnet får inte ha cykelhjälm på sig när hen leker i lekutrustningen.
- Vattenbehållare och pooler på gården ska tömmas efter användning. Barn kan drunkna i bara några centimeter djupt vatten.
- Badtunnor/-baljor ska täckas över genast efter användningen.
- Växterna på gården ska vara giftfria.
- Barnet och dess lek på gården ska övervakas.



Trygghet för ditt barn

CHECKLISTA 1–3-ÅRINGAR

Olycksexpert i innehållet: utvecklingschef Ulla Korpilahti, Institutet för hälsa och välfärd
Programmet för främjande av barns och ungas trygghet: thl.fi/lastenturvallisuusohjelma
Teckning: Antti Metsäranta

Lär er tillsammans att observera och känna igen farorna i hemmet. Fundera ut trygga sätt att agera i risksituationer och nära ögat-situationer.

Allmänt hemma

- Håll följande saker utom räckhåll för barn:
 - små föremål som kan täppa igen luftvägarna
 - äldre syskons leksaker och saker
 - plastpåsar
 - mediciner och vitaminer
 - kemikalier och rengöringsmedel
 - tobak, snus och nikotiner-sättningsprodukter
 - tändstickor och tändare
 - alkohol och övriga berusningsmedel.
- Mediciner ska inte tas inför barnet.
- Tvätt- och rengöringsmedel ska förvaras i sina respektive ursprungliga förpackningar.
- Krukväxter ska vara giftfria.
- Trappor inomhus ska ha:
 - tillräckligt höga säkerhetsgrindar både upptill och nedtill
 - halkskydd
 - räcken med vertikala spjälkar tillräckligt tätt.
- Gå i trappor över man på tillsammans och man ska inte springa eller leka i trappor.
- Varje våning ska ha minst en fungerande brandvarnare för varje påbörjad 60 kvadratmeter. Brandvarnarens funktion ska kontrolleras varje månad.
- Väggtuggen ska vara barnsäkra eller försedda med skyddsproppar.
- Elsladdarna ska vara fästa och utom räckhåll för barnet och

förlängningssladdar ska vara rena från damm och får inte vara seriekopplade.

- Alla fönster ska ha fönsterhakar, vilka förhindrar fall ut från fönstret, och fönstren ska hållas stängda alltid när det är möjligt.
 - Snören på rullgardiner och jalousier ska vara fästa så att barnet inte kan strypas av dem.
 - Balkongdörren och ytterdörren ska ha säkerhetslås, så att barnet inte kan öppna dem.
 - Skicket på hemmets elapparater, såsom lampor, ska kontrolleras, och att de är säkra (CE-märkta).
 - Kantskydd ska användas på möblers vassa kanter.
 - Halkskydd ska finnas under mattorna.
 - Följande nummer ska finnas sparade i mobiltelefonen:
 - **nödnumret 112** eller
 - **appen 112 Finland**, om man använder en smart telefon
 - **Giftinformationscentralens** avgiftsfria telefonnummer **0800 147 111** (fungerar dygnet runt)
 - Hemmets utrustning för första hjälpen ska vara tillräcklig. Hjälp med detta fås av apoteket och rådgivningsbyrån.
- ### I trafiken
- Barnet ska under resor alltid ha på sig säkerhetsbältena i bilbarnstolen, som:
 - har rätt mått i förhållande till barnets storlek och vikt

- är rätt monterad och har ryggen i färdriktningen.
- Kontrollera begränsningarna för bilens krockkuddar.
- Vid köp av en begagnad bilbarnstol, ska skicket på den kontrolleras med säljaren (t.ex. krocksituationer, stötar).
- Vid cykling ska både barnet och den vuxna använda cykelhjälm, som är erforderligt fästa.
- När det är dunkelt eller mörkt, ska cykeln vara utrustad med lampa.
- Barnets kläder är försedda med reflexer och vid behov ska synligheten förbättras med en reflexväst.

På vatten

- Barnet och vuxna ska alltid bära flytväst.
- Barnet får inte lämnas obevakad i närheten av vatten.



Människan har bara ett liv
KOTITAPATURMA.FI



Barnets vårdnadshavare och närstående, se till din egen ork och prata om dina orosmoment med din närkrets och/eller till exempel på rådgivningsbyrån.

Tänk på din egen användning av media- och smartenheter i närheten av barnet.

Om du upplever otrygghet eller våld, ska du kontakta **nödnumret 112** eller i icke-brådskande fall andra hjälptelefonnummer, till exempel **Nollinjen 080 005 005** eller **Föreningen För Mental Hälsa i Finlands Kristelefon 010 195 202**.

Uppmuntra barnet till att röra sig för att stärka sina motoriska färdigheter.

Var observant på nya faror i takt med att barnet lär sig nya färdigheter.

Var medveten om var barnet är och vad det gör, och lämna inte hen obevakad ens för en liten stund.

Se till att barnet får åtnjuta trygg omhet, närhet och samvaro.

Lyssna på barnet och visa intresse för dess känslor och tankar.

Acceptera barnet som det är och uppfostra hen på ett uppmuntrande sätt.

Sänk dig till golvnivå och se efter själv vad som hamnar i barnets synfält: vad för intressant finns inom barnets räckhåll?

Lär dig första hjälpen och se till att utrustningen för första hjälpen i hemmet är aktuell och uppdaterad! Det kan hända att du endast har en kort stund på dig att agera och då är det viktigt att veta vad som behöver göras.

Det vuxna gör, härmar de små! Kom ihåg att barn lär sig attityder tidigt.