

Die Sicher Schloof Richtlinie*

Folgselle 8 Schritte um dei Bobbli sicher un gesund zu halde.

- 1.** Schtell dei Bobbli uff ihre Rick zu schloofe bis ihre aerschde Gebortsdaag.
- 2.** En Bobbli soll in der selwe Schtubb wie en Uffgewaxner schloofe, awwer in seiner eegne Gribb. Nimmi leg dei Bobbli zu schloofe uff en Couch, Schtuhl, Wasserbett, odder annere weiche Blatz.
- 3.** Schtell ken Gribb Bumpers, Decke, Kisse odder Schpieldinge in dei Bobblis Gribb.
- 4.** Es eenzigschde Ding in en Bobblis Gribb soll en feste Matratze & en angepasstes Leintuch sei.
- 5.** Nimmi schtell dei Bobbli zu schloofe in en Gribb was meh ass 10 Yaahre zerick gemacht waar odder was Deele fehle odder gebroche sin.
- 6.** Mach es Schtubb in wu dei Bobbli schlooft zu hees. Duh dei Bobbli aa in net wie en Layer meh ass was du aahoscht.
- 7.** Allsfatt duh dei Bobbli uff ihr Rick in es Gribb nooch Essezeit.**
- 8.** Halb dei Bobbli weg vun Schmok, Alkohol, & Unrechte Droge.

* Empfiehlt vun de American Amerikanisch Akademie fer Kinnerheilkunde (American Academy of Pediatrics, AAP)

** Bruschtfiedere hot gezeigt, dass es Risiko vun SIDS kann verringert wäre.

Wu waerrscht du dei Bobbli fiedere, wann du schlaefrig bischt? Es sichereschte Blatz iss dei Bett mit Kisse un Decke weg. Du settscht nimmi schloofe mit dei Bobbli, awwer wann du versehentlich eischloofscht beim Fiedere, iss dei Bobbli meh sicher in dei Bett ass uff en Schtuhl. Schtell dei Bobbli zerick in de Gribb nooch fiedere.



Des Project iss unnerschutzt, unnich en Contract mit die Pennsylvania Department vun Health zamme mit Penn Medicine un Maternity Care Coalition.



Fer meh Information, find uns online:
www.PASafeSleep.org

Bobbl Lischt Basics

Was Eldere
wirklich brauche
um ihre neie
Bobbli sicher un
hallich zu bhalde



Du brauchst net viel Geld ausgäwe,
um en gross Eldere zu sei!
Konzentrier dich uff Sicherheit!

Die Grundlagen

Jeder Bobbli braucht:

✓ Sicher gemachte Gribb odder Gribblei/
Schpielgribb für jeden Bobbli

✓ Firm Gribb Matratze (wann du en traditionelle
Gribb benutzt)

✓ Fitted Schiet - wennichschde 2

✓ Schloof Gleeder - waervolle Decke, Deckeschloofer,
Schloofgleeder, Unnerhemmer/Onesies

✓ Gleeder in verschiddliche Greese

✓ Windel in verschiddliche Greese

✓ Bobbli Lumpe

✓ Bruschtbump, Flasche, Nippeln

✓ Bauchzeit Zeit Mat/Deck

✓ Thermometer

✓ Hochschtuhl

✓ Autositz

✓ Bicher

✓ Schtroller



Schee zu habe

Es iss helfvoll zu habe:

✓ Windeldutt

✓ Wechseldisch

✓ Bassinet

✓ Bobbli Schtubb Hausrod

✓ Bobbli-Proofing Dinge

✓ Schetz, Rilpsegleeder

✓ Weissgeräusch Maschien

✓ Bobbli Baadeschtaaner

✓ Kareper Wasch un Lotion (vermeide Bobbli Pulwer un Eel)

✓ Fiedere Kiss (nimmi yuus ass en Schloof Positioner)

✓ Kindgeburts Klaesse

✓ Doula Service (proof dei Inschurance)

✓ Lactation Bsuche (proof dei Inschurance)

✓ Gschenkkaarde - Prenatal/Infant Massage, Butze
Services, Essblatt, Yoga, usw.

Gschenke ohne Preis

Eldere brauche besonders:



✓ Mahlzeite

✓ Babysitting

✓ Moral Hilfe -
abbadich in die Mitt vun
de Nacht

✓ Respite Kummere -
en katze Break vun
Bobbli ab un zu

✓ Hilfe mit Butze un
Wesche

Was NET zu kriege

✗ Products gemarickde
ass "Schloofer" die en
Schtrapp brauche

✗ Im Bett Schloofer
(Bettseitige Schloofer sin
net gschtudied)

✗ Positioners

✗ Kisse

✗ Gribb Bumbers

✗ Matratze Toppers

✗ Gleeder mit Kappe odder Schrick

✗ Lutscher mit Plusch Schpieling, Deck, odder
Schrick dabei

✗ Oxygen Monitors mache dei Bobbli net meh
sicher im Schloof



Gib Acht!

Die mehshde Products saage, dass sie
sicher sin. Viele sin net! Gib Acht vun
Products, die saage, sie kenne dich un
dei Bobbli helfe schloofe. 'Sis normal fer
Bobbli darrich die Nacht zu wackere. Slings
un Duchhalde solle mit extremer Vorsicht
geyuust sei, um Verschtickung zu vermeide.
Alle Products solle gemäß die Herstellers
Anweisungen un Labels geyuust sei.

Die ABCs vum Sichere Schloof

Setz dei Bobbli immer zum Schloofe
Allein uff seini Beck in en Crib

www.PASafeSleep.org