

## على الرحب والسعة في أي وقت

إذا كانت لديك أي أسئلة، أو ترغب في تحديد موعد لفحص أو محادثة أو تغيير موعد، لا تتردد في التواصل معنا.

- يمكنك زيارة الموقع الإلكتروني: [ggdbzo.nl/mijnkind](http://ggdbzo.nl/mijnkind)
- يمكنك تسجيل الدخول باستخدام كود تعريف هوية للدخول إلى المواقع الحكومية على الإنترنت (DigiD) الخاص بك إلى بوابة مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ) الإلكترونية عبر الرابط: [jgzportaal.ggdbzo.nl](http://jgzportaal.ggdbzo.nl) (حتى سن 11 عامًا)
- إذا كنت تفضل الاتصال الهاتفي، يمكنك الاتصال على الرقم 088 0031 414 من الاثنين إلى الجمعة بين الساعة 8:30 صباحًا إلى 05:00 مساءً.

## الخصوصية

نحن ملتزمون بسرية المعلومات الطبية. يمكنك الاطلاع على كيفية تعاملنا مع خصوصيتك على الرابط التالي: [ggdbzo.nl/privacy](http://ggdbzo.nl/privacy).

**GGD Brabant-Zuidoost**

Jeugdgezondheidszorg

414 0031 088



[ggdbzo.nl/mijnkind](http://ggdbzo.nl/mijnkind)

@ggdbzo

## بوابة مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ) الإلكترونية

هل ترغب في:

- الاطلاع على مواعيد طفلك وتغييرها؟
- متابعة نمو وتطور طفلك؟
- تحديد التوافر للمواعيد؟
- تحديث بيانات الاتصال الخاصة بك؟
- التواصل مع مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ)؟

من خلال بوابة مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ) الإلكترونية، يمكنك دائماً الوصول إلى بيانات طفلك عبر الإنترنت (حتى سن 11 عاماً). انتقل إلى [jgzportaal.ggdbzo.nl](http://jgzportaal.ggdbzo.nl) ثم سجل الدخول باستخدام كود تعريف هوية للدخول إلى المواقع الحكومية على الإنترنت (DigiD) الخاص بك.

# طفلك من الحمل وحتى الطفولة المبكرة

## نصيحة



يمكنك أيضًا الاطلاع على تطبيق دليل النمو Groeigids. يوفر هذا التطبيق معلومات حول التربية والنمو. كما يتيح لك هذا التطبيق متابعة تطور طفلك من فترة الحمل وحتى سن البلوغ.



## الدورات التدريبية وندوات عبر

### الإنترنت والاجتماعات المواضيعية

تقدم لك مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ) بشكل منتظم دورات تدريبية وندوات عبر الإنترنت واجتماعات مواضيعية لدعمك كوالد أو والدة بتقديم النصائح والإرشادات. على سبيل المثال، حول الرضاعة الطبيعية وأولى الوجبات لطفلك الرضيع والانتقال إلى المدرسة الثانوية وفترة المراهقة.

يمكنك الاطلاع على هذه الدورات على [ggdbzo.nl/cursussen](http://ggdbzo.nl/cursussen) ومتابعتنا على

وسائل التواصل الاجتماعي @ggdbzo.

## اللقاحات

يتلقى جميع الأطفال في هولندا اللقاحات المُقررة في البرنامج الوطني للقاحات (المعروف اختصارًا باسم RVP). تعمل هذه اللقاحات على تقليل احتمالية الإصابة بعدد من الأمراض المعدية. توفر مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ) هذه اللقاحات في مواقع قريبة منك. عندما يحين دور طفلك، سوف تتلقين تلقائيًا معلومات ودعوة.

## المساعدة في الأسئلة والمخاوف

### والشكوك المتعلقة بالنمو والتربية

طفلي يبكي كثيرًا. هل نوبات الغضب عند طفلي الصغير أمر طبيعي؟ وكيف أتعامل معها؟ ابنتي في الصف الثالث ولا تزال غير مستقلة في الذهاب إلى الحمام. طفلي لا يحب الأكل. يواجه ابني الذي يبلغ من العمر تسع سنوات صعوبة في اللعب مع الأطفال الآخرين. أعتقد أن ابنتي تتعرض للتنمر. ابني المراهق يعاني من الاكتئاب...

لجميع الأسئلة أو المخاوف المتعلقة بالنمو والتربية، يمكنك دائمًا الاستعانة بفريق مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ). غالبًا ما يقدم الحديث مع متخصص رؤى جديدة ويساعدك على المضي قدمًا. نحن نستمتع إليك بعناية ونسعى لتقديم المساعدة والنصائح والمعلومات المفيدة لك. وإذا اقتضت الحاجة، سنحيلك إلى الجهة المناسبة.

# عندما يذهب طفلك إلى المدرسة

عندما يبدأ طفلك في الذهاب إلى المدرسة، يمكنك أيضاً زيارتنا مع طفلك في ذلك الوقت. سوف نلتقي بكم في أوقات محددة لإجراء فحص صحي أو لإجراء محادثة. ويمكنكم أيضاً زيارتنا متى شئتم.

## التوعية والنصائح عند وجود شكوك أو مخاوف

هل ينمو طفلي بشكل جيد؟ لدي شكوك حول سلوك طفلي أو نموه. طفلي غير واثق من نفسه، ماذا يمكنني أن أفعل؟ بجانب اللقاءات المنتظمة، يمكنك دائماً التواصل مع فريق مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (IGZ) لطرح مثل هذه الأسئلة. سوف نُقدم لك النصائح ونتعاون معك لتحديد ما إذا كان من الضروري إجراء فحوصات إضافية.



## في المدرسة الابتدائية

في الصفوف الدنيا والعليا، نوجه لك دعوة أنت وطفلك لإجراء فحص طبي. سنناقش معاً صحة طفلك وتطوره. كما نقوم أيضاً بإجراء اختبار للعين والأذن، بالإضافة إلى وزن طفلك وقياسه. وإذا كان لديك أي أسئلة، يمكنك طرحها أثناء الفحص.



## في مرحلة التعليم الثانوي

ندعو طفلك لإجراء فحص صحي في مناسبتين. سوف نناقش معاً كيف تسير الأمور؛ في المدرسة، وفي المنزل، وفي أوقات الفراغ. سيكون الفحص عبارة عن استبيان عبر الإنترنت. سيتم تزويد طفلك بمعلومات ونصائح موجهة خصيصاً له بناءً على إجاباته. إذا ظهرت أي أسئلة أو مخاوف من الاستبيان، ستدعو ممرضة الأطفال طفلك لمناقشتها في المدرسة.



### ساعات الاستشارة المفتوحة

إذا كانت لديك أسئلة أو مخاوف أو شكوك بشأن صحة طفلك أو سلوكه، فلا تتردد في زيارتنا خلال ساعات الاستشارة المفتوحة. يمكنك معرفة مواعيد ساعات الاستشارة الحالية من خلال موقعنا الإلكتروني.



### الزيارة المنزلية

أثناء فترة النفاس، سيأتي أحد موظفي مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ) إلى منزلك لإجراء اختبار السمع وفحص وخر الكعب. في الأسبوع الذي يلي فترة النفاس، ستقوم ممرضة أطفال من عيادة صحة الطفل بزيارتك في المنزل. يمكنك حينها التعرف عليها ومناقشة رعاية طفلك وفموه وتغذيته وتطوره.



### عيادة صحة الطفل

خلال هذه السنوات الأولى من حياة طفلك، ستزورين مركز تقديم المشورة ورعاية الأطفال بانتظام مع طفلك. ستقوم معاً بمتابعة نمو وتطور طفلك. وبذلك يمكننا اكتشاف المشاكل في وقت مبكر ومناقشتها. يمكنك أيضاً التوجه إلى مركز تقديم المشورة ورعاية الأطفال للحصول على المعلومات والمشورة. ويمكنك أيضاً إعطاء طفلك اللقاحات هناك.

### نصيحة



في عيادة الأطفال في آيندهوفن، يمكنك الحصول على الخدمات التي تقدمها مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ) والتي تأخذ في اعتبارها نمو طفلك وصحته ومرضه من منظور إنساني شامل. بالإضافة إلى الرؤى التقليدية، نستمد إلهامنا من أفكار مثل فلسفة العرفان البشري.

[ggdbzo.nl/mijn-kind/kinderspreekuur-eindhoven](http://ggdbzo.nl/mijn-kind/kinderspreekuur-eindhoven)

# بدءًا من الحمل وحتى مرحلة الطفولة المبكرة

أنت حامل في الوقت الحالي. وهذه فترة فريدة في حياتك. بعد ولادة طفلك، يبدأ بسرعة في النمو إلى مرحلة الطفولة المبكرة. خلال هذه المرحلة، يمكنك الاعتماد علينا بشكل أكبر. صحة ورفاهية طفلك تأتيان على رأس أولوياتنا.



## حقنة الأسبوع 22

حقنة الأسبوع الـ 22 هي عبارة عن لقاح مضاد للسعال الديكي. يُمكنك الحصول على هذا اللقاح مجانًا من مركز تقديم المشورة ورعاية الأطفال. هذا اللقاح يوفر لك ولطفلك الحماية من السعال الديكي خلال الأسابيع الأولى بعد الولادة. في معظم الحالات، تساعد هذه الجرعة من اللقاح طفلك في الحصول على جرعة واحدة أقل في المستقبل ضمن البرنامج الوطني للقاحات.

## لقاح الانفلونزا

بدءًا من 16 أكتوبر إلى 1 مارس، يمكنك الحصول على لقاح الإنفلونزا إذا كانت مدة حملك قد تجاوزت 22 أسبوعًا. إذا كنت تعيشين في جنوب شرق برابانت، وتجاوزت مدة حملك 22 أسبوعًا وليس لديك أي توجيهات طبية معينة، فيمكنك الحصول على حقنة اللقاح في عيادة صحة الطفل.



## الزيارة المنزلية قبل الولادة

إن فترة الحمل هي فترة مثيرة وتشهد الكثير من التغييرات. ليس جسمك فقط هو ما يتغير، بل قد تواجهين أيضًا تساؤلات عاطفية. هل سأكون أمًا جيدة؟ كيف ستتغير حياتي؟ كما أن هناك العديد من الأمور التي يجب ترتيبها أيضًا. مثل ترتيب رعاية النفاس وشراء مُستلزمات الرضيع. يمكن لممرضة الأطفال لدينا مساعدتك وزيارتك في منزلك. حيث ستساعدك على الاستعداد بشكل جيد للولادة ولقدوم طفلك. وبذلك ستبدئين أنت وطفلك بداية جيدة.

## اللقاحات أثناء الحمل

أثناء الحمل، يمكنك الحصول على اللقاحات لحماية نفسك وطفلك من بعض الأمراض. وبذلك يُصبح طفلك محميًا منذ اليوم الأول للحصول على اللقاح. يمكنك الحصول على هذه اللقاحات مجانًا في عيادة صحة الطفل.

# ما الذي يمكننا أن نقدمه لك ولطفلك؟

بدءاً من حملك، ومروراً بمولودك الجديد، ثم طفلك وهو ينمو، وطفلك عندما يذهب إلى المدرسة، ووصولاً إلى ابنك المراهق المستقل... كم هو سريع نمو الأطفال والشباب. ومن الطبيعي أن ترغب في ما هو أفضل لطفلك. لكي يتمكن من النمو بصحة جيدة في بيئة آمنة. لكن نمو الأطفال وتربيتهم قد يثيران بعض الشكوك والأسئلة والمخاوف. كل الآباء والأمهات يواجهون ذلك، وهذا أمر طبيعي للغاية. هنا يأتي دور مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (المعروفة اختصاراً بـ JGZ).

تتابع مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ) نمو طفلك من مرحلة الحمل حتى بلوغه سن الثامنة عشرة. نحن نستمع إليك ونشاركك التفكير ونوجهك نحو الطريق الصحيح ونقدم لك المشورة. نحن نقدم خدماتنا لجميع الآباء والأمهات والأطفال والمراهقين.

يتكون فريق مؤسسة الرعاية الصحية للأطفال والشباب (JGZ) لدينا من طبيب أطفال وممرضة أطفال وأخصائيي تربية ومساعد للفريق وطبيب وأخصائي سلوكيات. وهم يعملون بتعاون وثيق مع مسؤولي التوعية الصحية لدينا.





ننمو معًا بالتعاون مع  
مؤسسة الرعاية الصحية  
للأطفال والشباب



Brabant-Zuidoost