ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု

ရည်မှန်းချက်များ

သင့်မိသားစု ကျန်းမာစွာနေနိုင်ရန် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ ရည်မှန်းချက်များ ချမှတ်ထားပါ။

- အိမ်အပြင်ဘက်တွင် ဆော့ကစားခြင်းကို အားပေးပြီး ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်မှုပေးပါ။
- နေ့စဉ်ကိုယ်လက် လှုပ်ရှားချိန် တစ်နာရီ သို့မဟုတ် ထို့ထက်ပိုပါစေ။
- သင့်ကလေးနှင့် လမ်းအတူလျှောက်ခြင်း၊ စက်ဘီးအတူစီးခြင်းဖြင့် ဟိုနားဒီနားသွားခြင်းကိုလုပ်ပါ သို့မဟုတ် ပုံမှန် ခရီးစဉ်တစ်ခု အနေဖြင့်ဖြစ်စေ ပြုလုပ်ပေးပါ။
- ပတ်ဝန်းကျင်လူ့အဖွဲ့အစည်း၏ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု အစီအစဉ်များတွင် ပါဝင်ဆင်နွဲပေးပါ။
- မိသားစုလိုက် အပြင်ထွက်ချိန်များကို ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုများကို အခြေပြုပါ။
- ကြိုးခုန်သည့်ကြိုး ကဲ့သို့သော ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုကို အားပေးသည့် ပစ္စည်းများကို လက်ဆောင်အဖြစ်ပေးပါ။
- တီဗီနှင့် အခြားဖန်သားပြင်ဖြင့်အပန်းဖြေခြင်းများကို တစ်နေ့နှစ်နာရီအောက် ကန့်သတ်ထားပါ။
- ကလေးအိပ်ခန်းတွင် တီဗီမထားပါနှင့်။
- ဆုကြေး၊ ဒဏ်ကြေးအဖြစ် အစားအသောက်ပစ္စည်းများကို သုံးစွဲခြင်းမှ ရှောင်ပါ။

သင့်ကလေးများအတွက် စံပြုတိုက်သူ ဖြစ်ပါစေ။

Fit WIC MISSOURI