

准备阅读



上学倒计时！

健康与安全要求

我的孩子知道：

- 自己的名字和姓氏
- 父母的名字和姓氏
- 电话号码
- 要遵守安全规则
- 不要和陌生人说话
- 过马路前要向两边都看看

个人要求：

我的孩子自己是否能？

- 刷牙
- 洗手
- 上厕所
- 用纸巾擤鼻涕
- 给裤子和衬衣扣上纽扣和拉上拉链
- 穿上和脱下外套
- 系鞋带

我的孩子已经完成了：

- 要求的疫苗注射
- 牙科检查
- 视力检查



查看更多 ▶

睡觉惯例

- 🧘‍♀️ 儿童每晚需要至少 11 小时的睡眠。养成睡觉好习惯将有助于孩子更容易上床睡觉。
- 🕒 看钟表。让您的孩子坚持按照固定的时间睡觉。提前 30 分钟和 10 分钟让孩子知道他们很快就要开始准备睡觉了。
- 🧘‍♀️ 睡前放松休息。通过读故事、洗热水澡或听轻音乐，帮助您的孩子在漫长的一天后平静下来。
- 🧘‍♀️ 保持一致是关键！即使遭遇抵抗，坚持一贯做法非常重要。孩子会慢慢适应。
- 🧘‍♀️ 尽可能提供一些选择。儿童都喜欢有控制感。让他们选择睡觉时穿哪件睡衣，或者抱着哪个毛绒玩具睡觉。



社区资源

Shots 4 Tots N Teens

学前班入学要求的疫苗接种。
仅限预约就诊。

635 N. Erie | 419.213.2013

Sight Center

仅限预约就诊

1002 Garden Lake Pkwy
419.720.3937

Tooth Towne

学前班入学要求的牙科检查

2130 Madison Avenue | 419.241.6215

United Way

各种转介项目

424 Jackson Street | dial 211

如需了解更多信息，或者有任何疑问，请联系准备阅读项目 (Ready to Read) 图书管理员：

📞 419.259.5253 ✉️ readytoread@toledolibrary.org



2022 年 5 月