

— be smart. be healthy. —  
**right** FROM THE **start**

Pou plis konsèy sou sante w:

Esklizyon responsablite:

Enfòmasyon sa a pa ranplase konsèy founisè swen medikal  
ou a. Mande l pou plis enfòmasyon sou sijè sa a.

Atribisyon:

Se Depatman Sante Florid ki bay finansman, sipòte an pati pa pwojè H5MMC10873  
nan Depatman Sante ak Sèvis Imen, Administrasyon pou Sèvis ak Resous  
Sante, Biwo Sante Matènèl ak Timoun Etazini (Tit V, Lwa Sekirite Sosyal).



## FÈ FAS A KRIYE

*Ki sa pou fè lè tibebe w la  
pa vle sispann kriye*



Tibebe yo kriye pou plizyè rezon. Yo ka grangou, twò cho oswa twò frèt. Yo ka bezwen pou chanje kouchèt yo, oswa yo ka santi doulè akòz lafyèv, maladi, dantisyon oswa kolik. Yo ka jwenn twòp estimilasyon oswa senpleman yo ka anniyè. Kèlkanswa rezon an, genyen kèk fason ou ka fè fas a kriye a.

— be smart. be healthy. —

right FROM THE start

## Konprann tibebe w lan

Okipe tibebe w lan gendwa amizan e agreyab. Men, lè tibebe a pa vle sispann kriye, sa kapab penib pou oumenm ak lòt moun k ap okipe l. Toudabò, li nòmal pou tibebe w la kriye. Yon tibebe kapab kriye pandan de a twa èdtan pa jou - e pafwa plis! Kriye san rete se yon bagay ki difisil pou tout paran sipòte.

- ✧ Tibebe yo kriye pi souvan nan aswè
- ✧ Tibebe yo ka kòmanse epi sispann kriye san ankenn rezon ki vizib
- ✧ Tibebe yo ka pa sispann kriye kèlkanswa sa w fè
- ✧ Kriye a p ap fè tibebe w la mal



## Kèk fason pou kalme tibebe w la

Li gendwa bay enpresyon tibebe w lan kriye plis pase lòt yo, men tout tibebe kriye e kèk nan yo kriye anpil! Ou kapab fè sa ki site anba a pou eseye kalme tibebe w la.

- ✧ Tyeke rezon ki fè tibebe w lan ka ap kriye. Apresa, eseye kalme tibebe w la.
- ✧ Tyeke bezwen debaz tibebe w lan: grangou, gaz, kouchèt sal, rad ki enkonfòtab, twò cho oswa twò frèt.
- ✧ Bay tibebe a yon sison.



Pote tibebe a sou lestomak ou epi fè masaj pou li, mache avèk li oswa bèse l.

- ✧ Chante, fredone oswa pale avèk tibebe a.
- ✧ Mennen tibebe a fè yon pwomnad nan yon pousèt oswa yon flann nan machin nan chèn pou machin tibebe a.
- ✧ Kontakte doktè tibebe w la si w panse tibebe w lan ap kriye twòp.



## Kèk fason pou jere fristrasyon lè tibebe w la ap kriye

- ✧ Mete tibebe a nan kote ki gen sekirite (pa egzanp nan bèso l), epi kite l kriye. Tyeke li chak 5 a 10 minit pou asire w li byen.



Pou detann ou, pran yon beny oswa yon douch, fè egzèsis oswa pase mizik.

- ✧ Rele yon zanmi, paran oswa vwazen ou ka fè konfyans, epi mande yo pou siveye tibebe a pou ou pou w ka pran yon poz.
- ✧ Chita, fèmen je w epi respire afon 20 fwa.
- ✧ Reflechi sou valè lanmou ou genyen pou tibebe w la.
- ✧ Pale avèk yon moun. Rele yon nimewo asistans pou sitiyasyon kriz tankou 1-800-FLA-LOVE.

Kèlkanswa sa  
w fè, pa pase  
fristrasyon w lan  
sou tibebe w la.



**Epi piga janm souke tibebe w la.**

— be smart. be healthy. —

**right** FROM THE **start**