

Hringtu Nu le Ngakchia Ngandamnak lei Riantuanpiaknak:

A himmi Ihnak lei Zohfelnak Cazin



Zaangfahnak te'n Zohfel:



Cathanhmi he aa tlak



Aa tlak lo



Aa pehtlai lo

- ☐ Ngakchia cu a lu le hmai khuh lo in ih ding ah a keng lei in chiah a si (lu chinh, lu thuam, angki luchinh tel loin).
- ☐ Ngakchia ihnak cu a tang bik ah ngakchia ii a ke chiahnak pungsan he ser a si.
- ☐ Ihnak, puan, puan chahmi, chantling, ihnak a khatmi, tuu hmul, a nemmi lentecelhnak pawl silole bu/tuamnak pawl ngakchia ihnak chung ah chiah an si lo.
- ☐ Ngakchia ihnak (a thar silole hmancia) nih Australian Humhimnak Tahfung (AS/NZS 2172:2003) a tlinh.
- ☐ Australian Humhimnak Tahfung (AS/NZS 2195:2010) he aa tlakmi thial khawhmi ngakchia ihnak.
- ☐ Ngakchia cu a mah lawng in chiah tak a si paoh ah a fekfuanmi ihnak chung ah fek tein hrenhnak fung cu chiah a si.
- ☐ Ihphah cu a fek, a thiang, tha tein aa rop ii a phei (sanh silole bil a si lo), a laifang ah chiah a si tik ah ihphah le ihnak kam le a donghnak pawl kar lak ah 20mm nak tam lawng lo in chiah a si.
- ☐ Plastic funnak cu hman a si hlaan ah ihphah in laak a si.
- ☐ Puanzar, innka zar, electric hmanmi pawl in aa thlaimi hri pawl cu aa tlakmi himnak a ngeih nak hnga tha tein chiah ding a si ii ihnak chung ah ngakchia nih a banh khawh nak leng ah chiah ding a si.
- ☐ A hlei in linhnak hrial ding ah mei peknak silole electric thil pawl cu ngakchia ihnak he a hlat ah chiah an si. Lektrik puanbu, a linmi ti thawl silole facang bag pawl chiah an si lo.

Chingchiah: Ngakchia ihnak thilri a thar pahnih cu 19 January 2026 ah zulh hrimding tahfung pawl ah hmual an ngei lai. Ngakchia pawl an ih lio ah an tlak ruang ah thihnak le hliamhma tuarnak a cang khomi tam deuh zawr ter ding ah tahfung thar nih aa tinh. Chawlehtlawl rian pawl caah a herhmi a thar pawl phak ding ah an i timhtuah caan karlak a um. 19 January 2026 hlaan ah cawhmi thil pawl nih mah tahfung pawl hi an tlinh kho lo men: <<https://www.productsafety.gov.au/business/search-mandatory-standards/infant-sleep-products-mandatory-standards>>

Na fa kha a zungzal in ih tik ah a keng lei in ih ter

Ngakchia cu a keng lei ih ternak nih an thli luh chuanak tuan ter ii an humhimnak tha tein riantuan ding a feh ter. Keng lei in ihnak nih thawpihnak, a hleihluak in lihnak le i haknak pawl a cang khomi a zawr ter.

Ruah lo piin ngakchia pawl thihnak le i ruahchan lo tukmi pawl cu an paw lei silole a sir lei in an ih caan ah a cang kho deuh.

Paw lei in bawhnak cu an i hlah caan ah le upa pawl nih an zoh caan hna ah ngakchia pawl caah a him ii a biapi.

Red Nose sin in konglam tam deuh ca ah a tang lei QR code pawl hi scan tuah:



Keng lei ihnak



Paw in bawh caan



Khel leh hramthoknak

Ngakchia cu a lu le a hmai huh lo in ih ter

Ngakchia pawl nih an kih lum cu an hmai le an lu in an chuah-canter, cu ruang ah ih lio ah an hmai le an lu khuh lo in chiah cu a biapi tuk. Cu nih cun thli luh chuahnak zong a onh caah thawpihnak a cang khomi a zawr ter. Mah ah hin luchinh le lukhuh laak piaknak zong aa tel.

Ngakchia cu a chuah hlaan le a chuah hnu ah kuak khu he aa hlatnak ah chia

Nau pawl lio kuak zuknak le ngakchia pawng hrawng ah kuak zuknak nih ruah lo piin ngakchia thihnak a cang khomi sining a karh ter. Nangmah silole na kawp nih kuak nan zuk a si ahcun, ngakchia pawng hrawng ah le ngakchia a ihnak ah zei tik hmanh ah kuak zu hlah uh.

Vape pawl ah cigarettes tluk in a hliam khomi chemical cheukhat pawl an i tel. Mah ah hin nicotine dat aa tel, nicotine a um lo tiah ca aa kenhmi vape pawl chung hmanh ah a caan cun aa tel thiam. Shisha (ti khu in dawpmi) zong ah khuhsi hnah le nicotine aa tel thiam ve.

Na fa cu kuak le a khu aa tongh lo ding in ruahnak pek a si. Konglam tam deuh caah a tang lei QR code pawl hi scan tuah:



Pahnihnak le pathumnak kuak le a khu



Shisha zuknak sining catlap

Hnuk dinhmi ngakchia pawl

Hnuk dinhnak nih ngakchia ruah lo pin thihnak a zawr ter timi langh ter a si. Hnuk dinh cu a zungzal in a si kho lo, cu ruang ah an fa le hnuk dip a dinhmi nulepa le zohkhenhtu pawl nih a him deuhmi ihnak caah fehternak-hrambunh ruahnak pekmi pawl an zulh khawh.

Mah cahren cu Red Nose he pehtlaihnak chung ah chuah a si. A himmi ihnak biahalnak pawl caah, zaangfahnak te'n 1300 998 698 ah Red Nose ii a Himmi Ihnak Bawmhnak Line kha pehtlai, Zinglei 9 in Zaanlei 5 Nikhatni in Ningani (AEST) tiang a ngah, silole na biahalnak pawl cu education@rednose.org.au ah email kua

A himmi ihnak pawngkam, chun le zaan

Ngakchia caah a him bikmi hmun cu an mah ii a himmi hmun ah a himmi ih phah, le a himmi ihnak pawl ah khan a si. Ngakchia cu an ih tik ah a hnu lei in, an ke nih ihnak ke lei tawnghter in chiah zungzal ding an si.

A himmi ihnak - Australian tahfung tlinh AS/NZS 2172:2003.

A himmi ihphah - A fekmi, a pheimi, na ihnak a himmi caah aa tlakmi hmetngan, nih Australian tahfung a tlinh (AS/NZS 8811:2013).

A himmi ihnak - A zaangmi ihnak kokek fibre pawl, a ki pathum in fek tein a ummi le a tang in laak mi lawng.

A himmi ihnak zal - A hngawng le ngakchia ii a kut in kut chuahnak pawl ah tha tein aa ropmi, le a luchinh a um lo mi.

A himmi ihnak hmun - Ngakchia cu a tlawm bik thla 6 a si tiang an nu le pa silole zohkhenhnak petu he aa khatmi khaan chung ah an mah ii a himmi ihnak hmun ah ih ter.

Ih-tinak

Ngakchia caah a him bikmi hmun cu anmah ii a himmi ihnak hmun kha a si. Na fa he hmun khat ah ih ding ah na thim a si ahcun, zeitindah a si khawh chung a him bik in kan ih lai timi na hngalh ding kha a biapi tuk.

Konglam tam deuh ca ah QR code kha scan tuah:



Nu le pa hna caah Red Nose ii Hmunkhat Ihnak Lam Hmuhsaknak

A him lomi ihnak hmun pawl

Mah pawl hi a nemmi, a kuarmi, a tolhmi, a feklomi pawl an si. Mah pawl an i tel:

- meheh phaw silole tu phaw ihphah pawl
- thutdan pawl, minung pakhat khat um bu silole um lo
- chikhat ihnak, chantling, pe bag pawl le ti ihnak pawl an i tel
- Ngakchia lengnamnak pawl
- puakpuan, beinak le hlawnak
- ngakchia mawtaw thutnak pawl.

Ngakchia mawtaw thutnak pawl nih ngakchia cu mawtaw i lehnak pawl chung ah hliamhma tuarnak in a khamh hna, asinain zau nawn in ihnak nih ngakchia pawl cu thaw chuahnak harnak a ton ter khawh hna. Caan sau mawtaw mawnghnak pawl caan ah na fa ii thaw chuahnak zohfelnak le a tu le tu i dinhnak cu a tha bikmi a si.

A dang zohkhenhtu pawl

Ngakchia a zohkhenhtu (chungkhar, hawikom le ngakchia zokhenhtu pawl) paoh nih a himmi ihnak ruahnak pe hna law a himmi ihnak hmun an ser khawh ding feh ter.

Mei humhimnak

Ngakchia ihnak hmun ah kum 10 a luan lo mi a khu tleihnak (smoke alarm) a nungmi a um ding feh ter. Mei cu a nungmi a khu tleihnak tel lo in cun **a let li tiang tih a nung kho deuh.**