

ਆਉ
ਮਿਲ
ਕੇ ਗੱਲ



ਸੁਆਗਤ ਹੈ

ਸੰਚਾਰ ਅਨੁਕੂਲ ਘਰ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਬੋਲੀ, ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਅਤੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵੀ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ ਜੋ ਪਿਆਰ, ਨਿੱਘੇ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਰਿਸ਼ਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਵਿਆਪਕ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਘਰ ਵਿੱਚ ਅਰਥਪੂਰਨ ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ; ਉਹ ਨਵੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਦੇ ਅਤੇ ਵਧਦੇ-ਫੁੱਲਦੇ ਹਨ ਜੋ ਹਰੇਕ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਘਰ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਲਈ ਵੱਖਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਵਿਕਾਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਅਨੁਕੂਲ ਸੈਟਿੰਗ ਸਥਿਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੈ।

- ਬਰਗੋਏਨ ਹਾਈਟਸ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ
 - ਕੈਂਟਰਬਰੀ ਡੇ ਨਰਸਰੀ
 - ਹਾਲਸਟੇਡ ਨਰਸਰੀ
- ਹੈਕਸਟੇਬਲ ਵਿਲੇਜ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲ
- ਸੇਂਟ ਮਾਰਗਰੇਟ ਦੀ ਨਰਸਰੀ
 - ਸਟੈਪਿੰਗ ਸਟੋਨ
 - ਟਰਰੀ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ
- ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਨਗ ਬੱਗ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਲਪੇਟੇ।

ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਗਿਆਨ ਨੇ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨੇ ਇਸ ਗਾਈਡ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਹਾਰਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੈ।

ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਘਿਰਿਆ ਇੱਕ ਹੁਨਰਮੰਦ ਸੰਚਾਰਕ ਬਣਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਨੁਭਵ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਲਈ ਬਿਲਡਿੰਗ ਬਲਾਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕਹਿਣ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਗਾਈਡ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਮਸਤੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਕੱਠੇ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨਗੀਆਂ।



ਸੰਚਾਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ, ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੈ।

ਸੰਚਾਰ ਸਿਰਫ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਸੰਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਗੈਰ-ਮੌਖਿਕ ਹਨ।



ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਚਾਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ?
ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸੰਚਾਰ ਦਾ ਕੋਈ ਪਸੰਦੀਦਾ ਸਾਧਨ ਹੈ?
ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ
ਗੱਲ ਕਰਨ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ?

ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਯਾਤਰਾ

ਖੇਡ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਕੇ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ।

ਪੀਕਾਬੂ ਖੇਡਣਾ ਜਾਂ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਪੱਤਿਆਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨਾ, ਖਿਡੌਣੇ ਦੀ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣਾ



ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ, ਨਕਲ ਕਰਨਾ, ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਬਣਾਉਣਾ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਨਾ ਸਿੱਖਣਾ, ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ ਹੁਨਰ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕਿਸੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕਰਨਾ, ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਸਵਾਰੀ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਜਾਂ ਸਲਾਈਡ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਜਾਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਦੀ ਉਡੀਕ ਬੱਸ ਜਾਂ ਰੇਲਗੱਡੀ ਨੂੰ ਆਉਂਦੀ ਦੇਖਣ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਨੂੰ ਦੇਖਦਾ ਹਾਂ ਤਾਂ 'ਹੈਲੋ' ਕਹਿਣਾ। ਦੁਕਾਨ ਵਿੱਚ ਪੀਣ ਜਾਂ ਖਾਣ ਲਈ ਪੁੱਛਣਾ।

ਬੱਚੇ ਦੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਬੈਠਣ, ਦੇਖਣ, ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੜਕ ਪਾਰ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਸੁਣਨਾ



ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਖੇਡਣ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਦੇ ਹੁਨਰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਲਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰਨਾ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਮਾਪੇ ਰੁਕਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ

ਜਾਂ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਲਈ ਕਹੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਜੁੱਤੇ ਹਿਨਦੇ ਹਨ।



ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਸੰਚਾਰਕ ਬਣਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲੇਗੀ।

ਉਹ ਠੋਕਰ ਖਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਗਲਤ ਉਚਾਰਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਬੋਲੀ ਨਾਲ ਗਲਤੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਠੀਕ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦੁਹਰਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।



ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਕੇਤ ਹਨ



ਰੁਕੋ - ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਖੋ, ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਖੇਡਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕਿਹੜੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।
ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੌਲੇ, ਸ਼ਬਦਾਂ, ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰੋ।



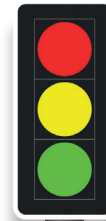
ਰਾਹ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਖਾਉਣ ਦਿਓ ਕਿ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਖੇਡਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੁਨੀਆ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਦਮ ਰੱਖੋ।
ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਨਪਸੰਦ ਕਿਰਦਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਪਤਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦਿਓ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਕਿਸੇ ਕਿਤਾਬ, ਟੀਵੀ ਜਾਂ ਫ਼ਿਲਮ ਤੋਂ ਹੋਵੇ।



ਦੁਹਰਾਓ, ਦੁਹਰਾਓ, ਦੁਹਰਾਓ!
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸ਼ਬਦਾਂ, ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਗੀਤਾਂ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ।



ਰੁਕਣ ਵਾਲੀ ਹੌਲੀ। ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਿਹਾ ਹੈ, ਆਦਰਸ਼ਕ ਤੌਰ 'ਤੇ 10 ਸਕਿੰਟ।
ਜੁੱਤੀ, ਕੋਟ, ਡਰਿੰਕ, ਗੋਦ ਵਰਗੇ ਇੱਕਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਜੋੜੋ।



ਰੈਂਡੀ, ਸਟੈਂਡੀ, ਗਾਉ। ਹਰ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਖੇਡੋ।
ਰੈਂਡੀ, ਸਟੈਂਡੀ, ਗਾਉ ਜਿਵੇਂ ਇਸ਼ਨਾਨ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਪਾਉਣ ਵੇਲੇ, ਖੇਤ ਦੇ ਪਾਰ ਦੌੜਦੇ ਸਮੇਂ, ਜਾਂ ਸੜਕ ਪਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਬਟਨ ਦਬਾਉਂਦੇ ਹੋਏ।



ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਖੇਡੋ।

ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਅੱਗੇ-ਅੱਗੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ, ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਰੌਲਾ-ਰੱਪਾ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਬੱਚੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਆਵਾਜ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਵਾਲੀ ਗਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ; ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਜਾਣਗੇ।



ਸੰਚਾਰ ਲਈ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸੂਝਾਅ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਉਤਰੋ

ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ - ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੋ ਅਤੇ, ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਚਿਹਰਾ ਦੇਖ ਸਕਣ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਣ ਲਈ ਉਸ ਦਾ ਨਾਮ **ਬੁਲਾਓ**

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਸੰਚਾਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦਾ **ਜਵਾਬ** ਦਿਓ

ਸਹੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਵਿਆਕਰਣ ਨੂੰ **ਦੁਹਰਾਓ** ਅਤੇ ਮਾਡਲ ਬਣਾਓ

ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਕਰੇ ਸ਼ਬਦ ਜਾਂ ਸਵਾਲ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 10 ਸਕਿੰਟ **ਉਡੀਕ** ਕਰੋ

ਖੇਡ ਵਿੱਚ **ਵਿਰਾਮ**; ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ

ਲੇਬਲ ਲਗਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੀ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਆਪਣੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ **ਵੇਖੋ**. ਕੀ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋ?



ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਵਧਾਓ!

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਜ਼ੂਅਲ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।

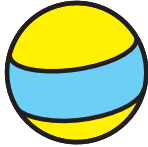
ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ, ਗਤੀਵਿਧੀ, ਜਾਂ ਇੱਕ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਲਈ ਸਕਾਰਫ਼ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੇਸਤ ਲਈ ਬਰੈਸਲੇਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸੰਦਰਭ ਦੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣਾ ਹੈ:

- ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹੀ ਵਰਤੋਂ ਜਿੰਨਾ ਤੁਸੀਂ ਬੋਲੇ ਗਏ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ
- ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਕੁਝ ਵਸਤੂਆਂ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਜੋ ਅਕਸਰ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਹਨ
- ਹਰ ਗਤੀਵਿਧੀ, ਘਟਨਾ, ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਰੱਖੋ
- ਇਹਨਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਜਾਂ ਕਿਤੇ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਵਰਤੋ



ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਘਰ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣ ਲਈ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਿਤ ਉਦਾਹਰਣਾਂ

ਪਿਆਲਾ = ਪੀਣਾ	ਡਾਇਪਰ = ਤਬਦੀਲੀ	ਬਾਲ = ਬਾਹਰੀ ਖੇਡ	ਸਪੰਜ = ਇਸ਼ਨਾਨ ਵੇਲੇ	ਟੇਡੀ = ਸੈਣ ਦਾ ਸਮਾਂ	ਬੈਗ = ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਨ	ਕਟਲਰੀ = ਰਾਤ ਦਾ ਖਾਣਾ
						

ਸੈਨਤ ਭਾਸ਼ਾ/ਮਕਾਟਨ

ਸੰਕੇਤਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਸਮਝ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਗੈਰ-ਮੌਖਿਕ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਵੀ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਸੰਚਾਰ ਸਿਰਫ਼ ਬੋਲੇ ਗਏ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ।

ਮਕਾਟਨ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਚਿੰਨ੍ਹ, ਸੰਕੇਤਾਂ ਅਤੇ ਬੋਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸੰਚਾਰ ਹੁਨਰਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਧਿਆਨ ਅਤੇ ਸੁਣਨਾ, ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ, ਸਮਝ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਮਕਾਟਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਖੋਜ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਵਧੀਆ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਹਨ।

ਮਕਾਟਨ

ਮੁਫ਼ਤ ਸਰੋਤਾਂ, ਗਾਈਡਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਲੀ ਚੈਰਿਟੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ



ਮਿਸਟਰ ਟੰਬਲ ਅਤੇ ਦੋਸਤ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਲਈ ਮਜ਼ੇਦਾਰ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਵੀਡੀਓ



ਗਾਉਣ ਦੇ ਹੱਥ

ਸੰਗੀਤ, ਗੀਤਾਂ, ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਮਕਾਟਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ



ਡਮੀ ਅਤੇ ਬੋਤਲਾਂ

ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖੋਜ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਡਮੀ ਜਾਂ ਬੋਤਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਘੱਟ ਬੋਲਦੇ ਹਨ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਹੈ?

ਡਮੀਆਂ ਅਤੇ ਬੋਤਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੌਣ ਵੇਲੇ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਉਹ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਨਿਯਮਤ ਅਤੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਵਰਤੋਂ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਸੰਚਾਰ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਬੋਲਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਗੁੰਦ ਕੰਨ ਵਰਗੀਆਂ ਸੁਣਨ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋਖਮ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ

ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਉੱਤੇ ਗੌਰ ਕਰੋ

- ✓ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਡਮੀ ਅਤੇ ਬੋਤਲਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ
- ✓ ਸਿੱਪੀ ਕੱਪ ਜਾਂ ਸਟ੍ਰਾ ਕੱਪ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ
- ✓ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚੋਂ ਡਮੀ ਕੱਢਣ ਲਈ ਕਹੋ
- ✓ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਬਾਕਸ ਜਾਂ ਜਗ੍ਹਾ ਬਣਾਓ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਡਮੀ ਸਟੋਰ ਕਰ ਸਕਣ, ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ
- ✓ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਡਮੀ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਓ; ਦੋ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚੇ ਪਰਵਾਹ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ
- ✓ ਜੂਸ ਜਾਂ ਸਕੂਐਸ ਲਈ ਬੋਤਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚੋ



ਦੇਭਾਸ਼ੀਵਾਦ

ਦੇਭਾਸ਼ੀਵਾਦ ਦੇ ਜਾਂ ਦੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਅਦਭੁਤ ਯੋਗਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਅਦੁੱਤੀ ਸੰਪਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਜਸ਼ਨ ਅਤੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

“ਇਹ ਗਲਤ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਿਰਫ਼ ਉਸੇ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਿਖਾਈ ਜਾਵੇਗੀ।

ਸਬੂਤ ਇਹ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੋਲਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਤੋਂ ਛੇਤੀ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ” (ਬੀਬੀਸੀ, ਟਿਨੀ ਹੈਪੀ ਪੀਪਲ)

- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਣਾ ਖੁਆਉਣਾ, ਡਾਇਪਰ ਬਦਲਣਾ, ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਅਰਾਮਦੇਹ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਉਦਾਹਰਣ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ।
- ਉਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ।
- ਆਪਣੀ ਘਰੇਲੂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗਾਓ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਓ।
- ਬੋਲਣ ਵੇਲੇ ਸੰਕੇਤ ਅਤੇ ਇਸ਼ਾਰੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਨਰਸਰੀ, ਚਾਈਲਡ ਮਾਈਡਰ, ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਘਰੇਲੂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਸ਼ਬਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ‘ਤੇ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।

ਦੇਭਾਸ਼ੀ ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ
ਇੱਕ ਚੁੱਪ ਪੀਰੀਅਡ ਵਿੱਚੋਂ
ਗੁਜ਼ਰਦੇ ਹਨ

ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ
ਭਾਸ਼ਾ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦੇ
ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ
‘ਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵੀ ਚੰਗੀ
ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੋਲਦੇ ਹਨ

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਦੋ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ
ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ

Tiny Happy People

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ 10 ਬਹੁ-ਭਾਸ਼ਾਈ
ਖੇਡਾਂ



ਨਰਸਰੀ ਰਾਈਮਸ

ਇਹ ਇੱਕ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸਿੱਖਣ ਸਰੋਤ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬੋਲੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਰਸਰੀ ਰਾਈਮਸ ਘਰ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਅਤੇ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਨਰਸਰੀ ਦੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਾ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਗੁੱਡੀਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਬਣਾਓ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭੂਮਿਕਾਵਾਂ ਲਈ ਜੁਰਾਬਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ, ਬੀਟ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਬਰਤਨ ਅਤੇ ਪੈਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਈਟਮਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦਿਓ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਦੁਹਰਾ ਸਕਣ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਨਰਸਰੀ ਤੁਕਾਂਤ ਅਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਗਾਏ ਗਏ ਗੀਤ ਸੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਧੁਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਬੇਬੀ ਸ਼ਾਰਕ ਨੂੰ 'ਹੱਥ ਧੋਵੋ' ਦੀ ਧੁਨ 'ਤੇ ਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗਾ ਰਹੇ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬੈਠਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਚਿਹਰਾ ਦੇਖ ਸਕਣਗੇ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖ ਸਕਣਗੇ, ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਦੇਖਣਗੇ।

ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਚੁੱਕ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਇੱਕ ਵਾਧੂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਜੋਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਿੱਖ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਦਾ ਇੱਕ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਅਤੇ ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਤਰੀਕਾ ਮਿਲੇਗਾ।

ਨਰਸਰੀ ਤੁਕਾਂਤ ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਾਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਕਸਰ ਸਮਝ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਨਾਲ।

“

“ਸਾਖਰਤਾ ਅਤੇ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਮਾਹਰਾਂ ਨੇ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਬੱਚੇ ਚਾਰ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਦੁਆਰਾ ਅੱਠ ਨਰਸਰੀ ਤੁਕਾਂਤ ਜਾਣਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅੱਠ ਸਾਲ ਦੇ ਹੋਣ ਤੱਕ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਪਾਠਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

Mem Fox, Reading Magic

”

Oh, the grand old Duke of York
 He had ten thousand men
 He marched them up to the top of the hill
 And he marched them down again
 And when they were up they were up
 And when they were down they were down
 And when they were only halfway up
 They were neither up nor down.

Top Tip!

Bounce baby gently on your knee or in your arms. Hold them facing you and lift them up and down to the words of the song.

Older children, get them to march on the spot, raising up or down to the words of the song.

I had a little turtle,

His name was Tiny Tim

I put him in the bathtub to see if he could swim **(make swimming action)**

He drank up all the water **(make drinking actions)**

He ate a bar of soap **(make eating actions)**

And now he's lying in his bed **(stretch and yawn)**

With bubbles in his throat

Bubble, bubble, bubble,

Bubble, bubble, bubble,

Bubble, bubble, bubble,

Bubble, bubble, pop! **(Clap hands together and say Pop!)**

Top Tip!

Wrap one hand round the other and leave thumb free to create a turtle.



Row, row, row your boat
Gently down the stream
Merrily, merrily, merrily, merrily
Life is but a dream.

Row, row, row your boat
Gently down the stream
If you see a crocodile
Don't forget to scream!
Aaaah!

Top Tip!

Sit opposite your child and hold their hands or put your baby on your lap facing you.

“Row” back and forwards in time with the music
Don't forget to scream when you see the crocodile!

Wind the bobbin up,
Wind the bobbin up,
Pull, pull, clap, clap, clap.

Wind it back again,
Wind it back again,
Pull, pull, clap, clap, clap.

Point to the ceiling,
Point to the floor,
Point to the window,
Point to the door.

Clap your hands together, 1, 2, 3,
And put your hands upon your knee.

Top Tip!

Stretch your child's listening skills and teach them body parts by changing the last line of the song, for example:

And put your hands upon your nose, or
And put your hands upon your tummy.

Pat a cake, pat a cake, baker's man,
Bake me a cake as fast as you can,
Pat it and prick it and mark it with 'B',
And put it in the oven for baby and me.

Pat a cake, pat a cake, baker's man,
Bake me a cake as fast as you can,
Mix it and roll it and mark it with 'B',
And put it in the oven for baby and me.

Pat a cake, pat a cake, baker's man,
Bake me a cake as fast as you can,
Slice the cake up, ready for our tea
What a lovely treat for baby and me.

Top Tip!

Pat your palms together or on your legs to the beat of the song.
See if your baby will clap along with you and praise them if they do.

Twinkle, twinkle, little star, **(open and close your hands)**
How I wonder what you are **(open up your hands and shrug).**

Up above the world so high, **(point at the sky)**
Like a diamond in the sky **(make a diamond shape with your fingers).**

Twinkle, twinkle, little star, **(open and close your hands)**
How I wonder what you are **(open up your hands and shrug).**



Incy Wincy spider climbing up the spout, (join the thumb and index finger on each hand, make a twisting motion as you raise your hands)

Down came the rain and washed the spider out, (sprinkle fingers down for the rain and make a sweeping motion)

Out came the sunshine and dried up all the rain, (make a big circle with your arms)

And Incy Wincy spider climbed up the spout again (join the thumb and index finger on each hand, make a twisting motion as you raise your hands).



The wheels on the bus go round and round, (move your hands around in a circle)

round and round,

round and round,

The wheels on the bus go round and round,
all day long

The wipers on the bus go swish, swish, swish, (move your arms back and forth)

Swish, swish, swish,

Swish, swish, swish

The wipers on the bus go swish, swish, swish,
all day long

The horn on the bus goes beep, beep, beep, (press an imaginary horn)

Beep, beep, beep,

Beep, beep, beep

The horn on the bus goes beep, beep, beep,
all day long..

ਕਹਾਣੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਹਾਣੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਹੋਵੇਗਾ, ਸਗੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ, ਕਲਪਨਾ, ਸਵੈ-ਮਾਣ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਨੀਂਦ ਦੇ ਪੈਟਰਨ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਹ ਕਹਾਣੀ ਚੁਣਨ ਦਿਓ ਜੋ ਉਹ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਕਿਤਾਬ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਫੜੀ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇਸਨੂੰ ਦੇਖ ਸਕੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬ ਫੜਨ ਦਿਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੰਨੇ ਮੋੜਨ ਦਿਓ।
- ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭੋ ਜੋ ਬੈਠਣ ਲਈ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਹੋਵੇ।
- ਟੀਵੀ, ਰੇਡੀਓ, ਫੋਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਯੰਤਰ ਬੰਦ ਕਰੋ ਜੋ ਧਿਆਨ ਭਟਕ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਕਹਾਣੀ ਵਿਚ ਤਸਵੀਰਾਂ, ਕਵਰ, ਭੂਮਿਕਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਅੱਖਰਾਂ ਅਤੇ ਧੁਨੀ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਲਈ ਵੱਖੇ ਵੱਖਰੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਰ ਦੇ ਹਾਰਨ ਦੀ ਬੀਪਿੰਗ।
- ਖੋਜ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿਓ; ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ, ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ, ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿਓ।
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪੁੱਛੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਵਾਲ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਅਤੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿਓ।
- ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਪਾਠਕ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਲਓ, ਬੈਚ 'ਤੇ ਬੈਠੋ ਅਤੇ ਇਕੱਠੇ ਆਨੰਦ ਲਓ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਕਹਾਣੀਆਂ ਲੱਭਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਸੌਣ ਦੇ ਰੁਟੀਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ; ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਪਟਾਉਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।
- ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ, ਦੋਸਤਾਂ, ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਪਾਤਰ ਅਤੇ ਸਥਾਨਾਂ ਵਜੋਂ ਵਰਤ ਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਬਣਾਓ।
- ਮੌਜ-ਮਸਤੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਕੱਠੇ ਸਮਾਂ ਬਤੀਤ ਕਰੋ।

ਤਿਆਰ ਰਹੋ - ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹੀ ਕਹਾਣੀ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਪੜ੍ਹੇ।



ਪ੍ਰੇਮ ਅਤੇ ਕਠਪੁਤਲੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੇਡਣ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਰਚਨਾਤਮਕ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰੇਮ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਚਨਾਤਮਕ ਬਣੋ.

A collection of five wooden spoons, each with a different animal face painted on its head. From left to right: an owl with brown feathers and large yellow eyes; a green tiger with black stripes and a red mouth; a brown werewolf with white fangs and orange eyes; a red fox with white fur on its chest and muzzle; and a yellow cat with orange stripes and a pink nose. The spoons are arranged in a slightly overlapping row on a grey, textured surface.

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਕਹਾਣੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੋਕੜ ਦੇ ਚਮਚੇ, ਚਿੱਤਰਕਾਰੀ ਜਾਂ ਪਾਤਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਪਾਤਰਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੱਥਾਂ ਦੀਆਂ ਪੁਤਲੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ
ਆਪਣੀਆਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਜੁਰਾਬਾਂ ਦੀ ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ
ਕਰੋ। ਅੱਖਾਂ, ਵਾਲ, ਕੰਨ ਵਰਗੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ
'ਤੇ ਸੀਵ ਕਰੋ ਜਾਂ ਚਿਪਕਾਓ।

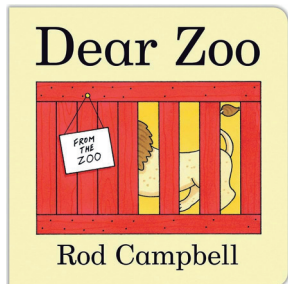
*ਚੇਤਾਵਨੀ, ਛੋਟੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸੰਭਾਵੀ ਦਮ ਘੁਟਣ ਦਾ ਖਤਰਾ। ਬਾਲਗ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਘਰੇਲੂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲੱਭੋ।

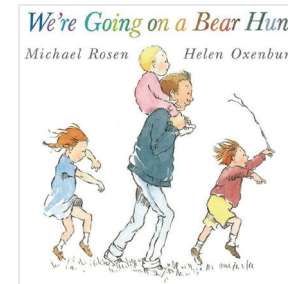
A collection of 'Dear Zoo' themed toys and books. It includes a red drawstring bag, a board book titled 'Dear Zoo' with a zebra illustration, a box set of 24 pieces of a 'Dear Zoo' puzzle, and a variety of small stuffed animals like a giraffe, elephant, lion, and zebra.

ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਬੈਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਰੱਖੋ। ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹੈਰਾਨ ਕਰੋ।

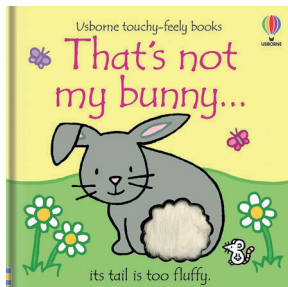
ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕਿਤਾਬਾਂ



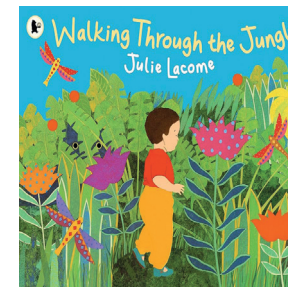
Dear Zoo - ਵੱਖ-ਵੱਖ ਫਲੈਪਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕੋ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਲੁਕਵੇਂ ਭਾਗਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰੋ।



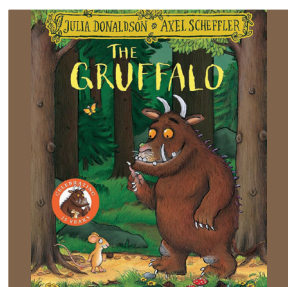
We're Going on a Bear Hunt - ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸਥਾਨਕ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਕਹਾਣੀ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਸੁਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਰੁਕਾਵਟ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਵਾਕਾਂਸ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ 'We can't go over it'।



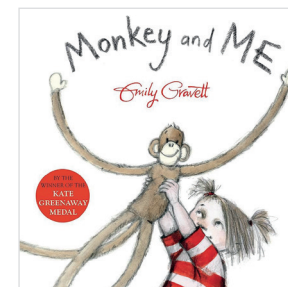
That's not my...ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਿਰਲੇਖਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ, ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਛੂਹਣ ਅਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਹਨ।



Walking Through the Jungle - ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਨਾਲ ਗਾਓ।



The Gruffalo - ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਾਕਾਂਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਤਸਵੀਰ ਕਿਤਾਬ।



Monkey and Me - ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੀ ਕਿਤਾਬ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਓ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਹੱਸ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਨਾਲ ਉਤਸੁਕ ਹਨ।

ਸੰਚਾਰ ਲਈ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਮਾਂ

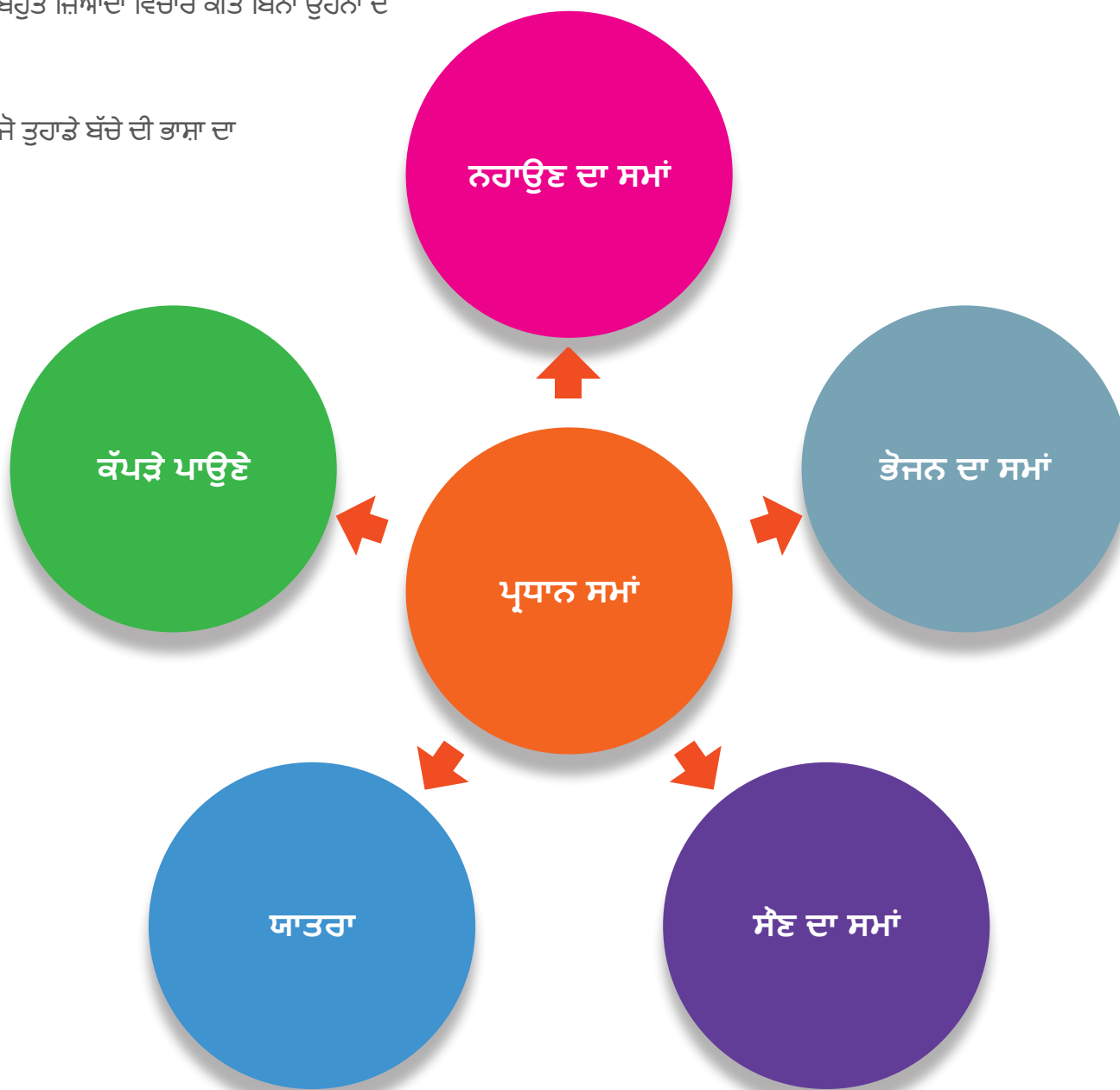
ਅਸੀਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਬਾਲਗ ਬਿਨਾਂ ਸੋਚੇ ਸਮਝੇ ਵਰਤਦੇ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ, ਦਿਨ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੌਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਦਾ ਚਿੱਤਰ ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਰੁਟੀਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ; ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਿਹੜੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕਿਹੜੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ?
- ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਕਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?



ਦਾ ਸਮਾਂ

ਸੁਣਨਾ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ

- ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ।
- ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ।
- mmm, yum, ahh ਵਰਗੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਕੱਢਣੀਆਂ।

ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਚਾਰ

- ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਨਾ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਹੱਥ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਤੱਕ ਲਿਆਉਂਦੇ।
- ਉਹ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਨਾ।
- ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਜਾਂ ਤਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨਾਲ ਜਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵੇਲੇ।
- ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਦੇਖਣਾ।

ਖੇਡੇ

- ਭਾਂਡਿਆਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨਾ।
- ਕੱਪ ਅਤੇ ਪਲੇਟਾਂ ਰੱਖਣੀਆਂ।
- ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਣਾ।
- ਮੂੰਹ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨਾ।

ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ

- ਲੇਬਲਿੰਗ ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੱਪ, ਕਟੋਰਾ, ਚਮਚ।
- ਬੱਚੇ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਨਵਾਂ ਜੋੜਨਾ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਲਾਲ ਚਮਚ।

ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ

- ਪੀਣ ਲਈ ਪੁੱਛਣਾ।
- ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ।
- ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ।

ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ

- ✓ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੇਜ਼ ਰੱਖਣ ਜਾਂ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਿਓ।
- ✓ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਕੱਟਣਾ, ਰਾਤ ਦੇ ਖਾਣੇ ਨੂੰ ਚਮਚ ਨਾਲ ਮਿਲਾਉਣਾ।
- ✓ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਵਾਂਗ ਇਕੱਠੇ ਬੈਠੋ।
- ✓ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬੈਕਗ੍ਰਾਊਂਡ ਵਿੱਚ ਭਟਕਣ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੀਵੀ।



ਨਹਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ

ਖੇਡੋ

- ਬੁਲਬੁਲੇ ਉਡਾਉਂਦੇ ਹਨ।
- ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹਾਉਣ ਵਾਲੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਸਮਝ

- ਸਪਲੀਸ਼, ਸਪਲੈਸ਼ ਵਰਗੇ ਸ਼ਬਦ ਸੁਣਨਾ।
- ਲੇਬਲਿੰਗ ਵਸਤੂਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਪੰਜ, ਕੱਪ, ਤੌਲੀਆ, ਬੁਲਬੁਲੇ।

ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਚਾਰ

- ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਦੇਖਣਾ।
- ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਛਿੱਟੇ ਪਾਉਣ ਲਈ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਲੈਣਾ।

ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ

- ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਦੇਖਣਾ।
- ਉਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਸੁਣਿਆ ਹੈ।
- ਬੁਲਬੁਲੇ ਛਿੜਕਣ ਜਾਂ ਉਡਾਉਣ ਵੇਲੇ 'ਹੋਰ' ਮੰਗਣਾ।

ਸੁਣਨਾ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ

- ਤਿਆਰ, ਸਥਿਰ, ਗੋ ਗੋਮਾਂ।
- ਗੀਤ ਗਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇਸ਼ਾਰੇ ਕਰਨਾ।

Top Tips

- ✓ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕੱਪ ਜਾਂ ਕਟੋਰੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।
- ✓ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਇਸ਼ਾਰਿਆਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰੋ।
- ✓ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਛਿੜਕਾਅ।
- ✓ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਨ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਕਾਉਣ ਲਈ ਤੌਲੀਆ ਲਓ।
- ✓ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਇਸ਼ਨਾਨ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਜਾਂ ਖਿਡੌਣੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।
- ✓ ਮੌਜਾ ਕਰੋ!



ਸੌਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ

- ਸੌਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਹਿਮਤ ਸਮਾਂ ਲਓ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹੋ; ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕਦੋਂ ਬੰਦ ਹੋਣਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਸਮਾਂ ਸ਼ਾਂਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ; ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਛਾਲ ਮਾਰਨ ਤੋਂ ਬਚੋ।
- ਹਰ ਰੋਜ਼ ਉਸੇ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਇਕਸਾਰ ਰੱਖੋ।
- ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਲੱਭੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਹੋਵੇ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਲੇਟਣਾ ਜਾਂ ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਬੈਠਣਾ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਹਾਣੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ।
- ਸਰੀਰਕ ਸੰਪਰਕ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੇਗਾ। ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।



ਯਾਤਰਾ ਲਈ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ

ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਪੈਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਕਿਸੇ ਮੰਜ਼ਿਲ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਬੱਸ ਜਾਂ ਰੇਲਗੱਡੀ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਸਾਰੇ ਸੰਚਾਰ ਦਾ ਮੌਕਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

- ਸਮਾਂ ਲਓ; ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜੋ ਕੁਝ ਉਹ ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਜਜ਼ਬਾ ਕਰਨ ਦੇਣ ਲਈ ਇੱਕ ਵਾਧੂ 15 ਮਿੰਟ ਛੱਡੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਉਸਨੂੰ ਲੇਬਲ ਦਿਓ: ਕਾਰ, ਕੁੱਤਾ, ਬੱਸ, ਪਾਰਕ।
- ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ; ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੁਣਨ ਦੇ ਹੁਨਰ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰੇਗਾ।
- ਆਪਣੇ ਮੋਬਾਈਲ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖੋ; ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਸਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਹੋਵੇਗਾ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਪਿਛਲੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਦੱਸੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਤੋਂ ਲੰਘਦੇ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗਏ ਹੋ। “ਯਾਦ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਲਾਈਡ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹੇਠਾਂ ਚਲੇ ਗਏ ਸੀ?”



ਸਕ੍ਰੀਨ ਸਮਾਂ

ਅੱਜ ਦੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਹਰ ਥਾਂ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਸਾਨੂੰ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਕੁਨੈਕਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਪਰਸਪਰ ਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਦਲਦਾ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

World Health Organisation (2019) ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਕ੍ਰੀਨ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ:

- ਦੋ ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ - ਸਕ੍ਰੀਨ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ
- ਦੋ ਤੋਂ ਚਾਰ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ - ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ
- ਪੰਜ ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ - ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੋ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ।

ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸੁਝਾਅ:

- ✓ ਸੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਖਾਣੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਸਕ੍ਰੀਨ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
 - ✓ ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਵਰਤੋ।
 - ✓ ਸਕ੍ਰੀਨ 'ਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ Libby ਐਪ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ।
 - ✓ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਐਪਾਂ ਅਤੇ ਗੇਮਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਖੇਡ ਰਿਹਾ ਹੈ।
 - ✓ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ
- ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਗੱਲਬਾਤ ਐਨਲਾਈਨ ਗੱਲਬਾਤ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

NSPCC ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼

ਐਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਆ



ਸਪੀਚ ਐਂਡ ਲੈਂਗੂਏਜ ਯੂ.ਕੇ

Myth Buster



Libby App

<https://www.overdrive.com/apps/libby>



ਉਪਯੋਗੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ

ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

Speech and
Language UK

ਸਪੀਚ ਐਂਡ ਲੈਂਗੂਏਜ ਯੂ.ਕੇ

<https://speechandlanguage.org.uk/>



ਬੁੱਕ ਟਰਸਟ ਤੋਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਕਾਂਤ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਬੁੱਕਸਟਾਰਟ ਪੈਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ 'ਤੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੇਹਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

<https://www.booktrust.org.uk/what-we-do/programmes-and-campaigns/bookstart/>

National
Literacy
Trust

ਨੈਸ਼ਨਲ ਲਿਟਰੇਸੀ ਟਰੱਸਟ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਾਖਰਤਾ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਰੋਤ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਦੇਹਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

<https://literacytrust.org.uk/>



ਜੀਵਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦ - ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ।

<https://wordsforlife.org.uk/>

the pod

NHS ਦਾ ਪੋਡ.

ਭਾਸ਼ਣ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਵੀਡੀਓ ਅਤੇ ਪਰਚੇ।

<https://www.kentcht.nhs.uk/childrens-therapies-the-pod/speech-and-language-therapy/>

Better
Health
Start
for Life

ਬਿਹਤਰ ਸ਼ੁਰੂਆਤ- ਜੀਵਨ ਲਈ ਸਿਹਤ: ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਿਖਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ

NHS ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੰਚਾਰ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਬੰਧਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਲੱਭੋ।

<https://www.nhs.uk/start-for-life/early-learning-development/>

ਮਾਨਤਾਵਾਂ

ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦਨ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜ਼ਿਕਰ ਅਤੇ ਵਧਾਈਆਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਵਿਕਾਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਸੰਚਾਰ ਅਨੁਕੂਲ ਸੈਟਿੰਗ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਸਫਲਤਾਪੂਰਵਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੈ।

- ਬਰਗੇਏਨ ਹਾਈਟਸ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ
- ਕੈਂਟਰਬਰੀ ਡੇ ਨਰਸਰੀ
- ਹਾਲਸਟੇਡ ਨਰਸਰੀ
- ਹੈਕਸਟੇਬਲ ਵਿਲੇਜ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲ
- ਸੇਂਟ ਮਾਰਗਰੇਟ ਦੀ ਨਰਸਰੀ
- ਸਟੈਪਿੰਗ ਸਟੋਨ
- ਟਰਰੀ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ
- ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਨਗ ਬੱਗ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਲਪੇਟੇ।

ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪੀਪਲ ਦੀ ਬੌਧਿਕ ਸੰਪੱਤੀ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ, ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਵਿੱਕਰੀ ਜਾਂ ਨਕਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਨਿੱਜੀ ਜਾਂ ਵਪਾਰਕ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਹੋਵੇ, ਅੰਸ਼ਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਪੂਰੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ, ਦਿ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪੀਪਲ ਦੀ ਪੂਰਵ ਲਿਖਤੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ। ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਪੀਪਲ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸੰਸਥਾ ਅਧੀਨ ਬ੍ਰਾਂਡ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਲਿਖਤੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ।



Printed onto paper made
from recycled material

