

# ਹੋਮ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ



# ਵਸ਼ਿਾ - ਸੂਚੀ

01

ਤੁਹਾਡਾ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਹੋਮ

---

02

ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਡੇ

---

03

ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ

---

04

ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਰਹਿਾ ਹੈ

---

05

ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ

---

# ਧੰਨਵਾਦ

ਹੋਮ ਕੇਅਰ ਮਾਹਰਿਾਂ ਅਤੇ ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਜਨਿ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮੂਲ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਹੈਡਬੁੱਕ ਔਨ ਫੈਮਲੀ ਕੇਅਰ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਸਰੋਤ ਦੇ ਵਕਿਾਸ ਵੱਚਿ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਸਰੋਤ ਲਈ ਇੱਕ ਸੰਦਰਭ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਈਬੁੱਕ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਕਮਿ ਟਾਈਟਲਰ ਦੇ ਦੁਆਰਾ ਸੰਪਾਦਤਿ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਸਰੋਤ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਰੋਬਿਨਿ ਮੈਕਮਲਿਨ ਅਤੇ ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਮਾਹਰਿਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਟੀਮ ਦੁਆਰਾ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਜਸਿ ਵੱਚਿ ਸੁਜੈਨਿ ਸ਼ਲੋਚਟੇ ਅਤੇ ਐਡਰਾਊ ਫਲੇਕ ਚਲਿਡਰਨਜ਼ ਸਰਵਸਿਜ਼ਿ ਦੇ ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਟੀਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਸ ਸਰੋਤ ਦੇ ਸੁਰੁਆਤੀ ਵਕਿਾਸ ਲਈ ਫੰਡ ਦੇਣ ਲਈ CUPW ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਫੰਡ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ।

ਜਨਤਕ ਵਦਿਅਿਕ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਇਸ ਸਰੋਤ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਸਰੋਤ ਦੀ ਕੋਈ ਕਾਪੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਇਸ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਵੇਚੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਲਾਇਸੈਂਸ ਅਤੇ ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਈਮੇਲ: [info@cccf-fcsge.ca](mailto:info@cccf-fcsge.ca).

ਵੈੱਬਸਾਈਟ: [www.cccf-fcsge.ca](http://www.cccf-fcsge.ca)

© CCCF 2022.





CCCF-FCSGE

ਸਾਡੀ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸੁਆਗਤ ਹੈ

# ਸਾਡੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ

CCCF ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਸੁਰੂਆਤੀ ਬਚਪਨ ਦੀ ਸਖਿਆ ਦੇ ਸਖਿਅਕ (ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ) ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਸੁਰੂਆਤੀ ਬਚਪਨ ਦੀ ਸਖਿਆ ਵੱਲੋਂ ਵਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵੱਚਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਹੱਸਿ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਸੁਰੂਆਤੀ ਬਚਪਨ ਦੀ ਸਖਿਆ ਦੇ ਵਸ਼ਿ 'ਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ, ਸਬੂਤ-ਆਧਾਰਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਦਾ ਸਥਾਨ ਵੀ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੇਖਾਂ, ਨਵੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ, ਵੈਬਨਿਰਾਂ, ਕੋਰਸਾਂ, ਕਤਿਬਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੀਖਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਲਾਈਵ ਇਵੈਂਟਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਾਂ।

ਮੈਂਬਰ ਅਤੇ ਪਾਠਕ ਇੱਥੇ ਆਪਣਾ ਗਿਆਨ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਸ਼ਿਤਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਮੈਂਬਰ ਭਾਵੁਕ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਵੱਚਾਰਵਾਨ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਸਾਡਾ ਭਾਈਚਾਰਾ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵੱਲੋਂ, ਤੱਟ ਤੋਂ ਤੱਟ ਤੱਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਸਾਡਾ ਮਸ਼ਿਨ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਓਨਾ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜਿੰਨਾ ਇਹ ਸਾਡੇ ਲਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਆਨਲਾਈਨ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਾਂਗੇ। ਇਸ ਈਬੁੱਕ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਧੰਨਵਾਦ। ਅਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਵੱਡੇ ਵੱਲੋਂ ਮਦਦ ਕਰਕੇ ਖੁਸ਼ ਹਾਂ।

## ਵਸ਼ਿਸ਼ ਪੇਸ਼ਕਸ਼

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਾਡੀਆਂ ਐਫੀਲੀਏਟ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ CCCF ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਮੁਫ਼ਤ ਹ



# 01

## ਤੁਹਾਡਾ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਹੋਮ

ਸਖਿਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼

### ਇਕਾਈ 1 ਵੱਚਿ ਤੁਸੀ ਸਖਿਗੇ:

ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਸਪੇਸ ਵੱਚਿ ਵੱਚਿਰੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਦੀ ਵੱਚਿਨਿਤਾ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ;

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰਕ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਘਰ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਵੱਚਿਸਥਿਤਿ ਕਰਨ ਲਈ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ;

ਅਤੇ

ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸਾਜੋ-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨਾ

## ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਕੁਆਲਿਟੀ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਾਹੌਲ ਹੈ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਵਕੀਸ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਚੰਗੇ ਘਰੇਲੂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸਾਰੇ ਆਕਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਅਪਾਰਟਮੈਂਟਸ ਅਤੇ ਟਾਊਨਹਾਊਸਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਵੱਡੇ ਸਰਿਲ-ਫੈਮਲੀ ਘਰਾਂ ਤੱਕ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਚੀਜ਼ ਸਾਂਝੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰਾਂ ਦੇਵਾਂ ਲਈ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਹਨ।

ਹਰ ਕਸਿ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਚੁਣੌਤੀ ਹੈ। ਪਰ ਸੋਚਣ, ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਕਲਪਨਾ ਅਤੇ ਕੁਝ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨਾਲ, ਕੋਈ ਵੀ ਪਰਵਾਰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਧੀਆ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵੱਲੋਂ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਗਠਿਤ ਅਤੇ ਚਲਾਉਣ ਲਈ ਚੁਣੌਤੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੁਸ਼ਲ ਅਤੇ ਆਨੰਦਦਾਇਕ ਹੋਵੇ।

ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ (ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ) ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣੇ ਸਮੇਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੱਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

### A. ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਲੋਂ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਵਾਰ:

- ਮਊਸਪਲ ਅਤੇ ਸੂਬਾਈ ਨਯਿਮਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ (ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਸਮੇਤ) ਵੱਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਣਿਤੀ, ਉਮਰ ਅਤੇ ਕੋਈ ਵਸਿਸ਼ ਲੋੜਾਂ;
- ਲੋੜੀਂਦੇ ਖਡਿੱਏ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਉਪਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਡਸਿਪਲੇ ਅਤੇ ਸਟੋਰੇਜ਼;
- ਦੇਖਭਾਲ ਉਪਕਰਨ ਜਵਿ ਕੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸੀਟਾਂ, ਉੱਚੀਆਂ ਕੁਰਸੀਆਂ, ਪੰਘੂੜੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਟੋਰੇਜ਼।

### B. ਸਪੇਸ, ਫਰਨੀਚਰ ਅਤੇ ਉਪਕਰਣ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਥਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ;
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਥਾਂ ਦੀ ਢੁਕਵੀਂਤਾ/ ਅਨੁਕੂਲਤਾ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਖੇਡ (ਸਰਗਰਮ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤ, ਵਯਿਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮੂਹ, ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਖੇਡ ਸਮੇਤ), ਸੌਣਾ/ਝਪਕੀ ਲੈਣਾ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ, ਨਜਿੀ ਦੇਖਭਾਲ (ਟੋਆਇਲਟ, ਧੋਣਾ, ਡਾਇਪਰ ਬਦਲਣਾ);
- ਖਡਿੱਏਆਂ, ਕਤਿਬਾਂ, ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈ ਲਈ ਸਟੋਰੇਜ਼ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲਤਾ;
- ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਮਾਰਗ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਅਤੇ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਾਹੌਲ, ਦੋਵੇਂ ਬਾਹਰੀ ਥਾਂ (ਪਾਰਕਿੰਗ ਲਈ) ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਥਾਂ (ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੋਟ, ਜੁੱਤੀਆਂ ਜਾਂ ਬੂਟ, ਡਾਇਪਰ ਬੈਗ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਜਿੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ)।

### C. ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰ ਦੇ ਮੈਬਰਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ;
- ਨਜਿੀ ਥਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਲੋੜ;
- ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰ ਲਈ ਸਹਇਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲਤਾ।

## ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ

ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢੋ ਜਾਂ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਫਾਈਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਮ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ੀ ਸਖਿਲਾਈ ਅਤੇ ਵਕੀਸ ਲਈ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਪਰਵਿਰ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਰਸਰੀ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਅਤੇ ਖਡਿੱਠੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ? ਜਾਂ ਕੀ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ? ਜੇ ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ, ਕੀ ਉਹ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਕੀ ਉਹ ਆਪਣਾ ਸਾਂਤ ਸਮਾਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ? ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਤਰਜੀਹਾਂ ਨੂੰ ਕਵਿ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ/ਸਾਥੀ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਚਿਾਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ? ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਇੱਕ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਜੋ ਸੁਫਿਟਾਂ ਵਚਿ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦੇ ਦਨਿ ਦੌਰਾਨ ਸੌਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਂਤ, ਵੱਖਰੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਸੰਗਠਤਿ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਕਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਸਿ ਵੀ ਕਾਰਕ 'ਤੇ ਵਚਿਾਰ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ। ਸੰਤੁਲਨ ਲੱਭੋ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਿਰ ਲਈ ਕੁਝ ਨਜ਼ਿਤਾ ਅਤੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ; ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵਚਿਾਰਕ ਹੈ, ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਚੁਣੌਤੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

### 1. ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ (ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ) ਲਈ ਆਪਣੇ ਪਰਵਿਰ ਨੂੰ ਸੰਗਠਤਿ ਕਰੋ

ਨਮਿਨਲਖਿਤ ਖੇਤਰ ਪਰਵਿਾਰਕ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਸਿ ਹਨ:

#### A. ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਮਾਰਗ

ਤੁਹਾਡਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਮਾਰਗ ਸਵਾਗਤਯੋਗ ਅਤੇ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦਾ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਉਹ ਥਾਂ ਹੈ ਜਥਿ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਸਵੇਰ ਅਤੇ ਦਨਿ ਦੇ ਅੰਤ ਵਚਿ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਵਿਰਾਂ ਨੂੰ ਨਮਸਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੁੱਤੀਆਂ, ਬੂਟਾਂ, ਕੋਟਾਂ, ਟੋਪੀਆਂ, ਮਟਿਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਜ਼ੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵਚਿਸਥਤਿ ਕਰਨ ਦੇ



ਮੌਸਮੀ ਪੋਸਟਰ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਲਾਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸਪੇਸ ਲਈ ਇੱਕ ਦੋਸਤਾਨਾ, ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਬਣਾਵੇਗੀ।

ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਚਿ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਡਾਇਪਰ ਬੈਗ ਅਤੇ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲ ਬੈਗ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਮੌਸਮੀ ਪੋਸਟਰ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਡਰਾਇੰਗ ਤੁਹਾਡੇ ਕਡਿਰਗਾਰਟਨ ਵਚਿ ਇੱਕ ਦੋਸਤਾਨਾ ਅਤੇ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਮਾਰੈਲ ਪੈਦਾ ਕਰਨਗੇ।

ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਟੋਰੇਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜਮ੍ਹਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਗੜਬੜ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਚਿ ਮਦਦ ਮਲਿੰਗੀ। ਕੋਟ ਲਟਕਾਉਣ ਲਈ ਕੱਪ ਦੇ ਹੁੱਕਾਂ ਜਾਂ ਹੈਗਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ; ਨਜ਼ੀ ਵਸਤੂਆਂ ਲਈ ਨਜ਼ੀ ਕਉਬੀਜ਼ ਜਾਂ ਸਟੈਕੇਬਲ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਡੱਬੇ; ਜੁੱਤੀਆਂ ਅਤੇ ਬੂਟਾਂ ਲਈ ਬੂਟ ਟ੍ਰੇ; ਅਤੇ ਧੋਣਯੋਗ ਮੈਟ (ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਗਲਿੱ ਜਾਂ ਬਰਫ਼ਬਾਰੀ ਸਵੇਰ ਵੇਲੇ ਲਾਭਦਾਇਕ)।

ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਨਿ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ «ਘਰ ਤੋਂ ਦੂਰ» ਦਾ ਹਸਿ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੂੰ ਸਮਾਗਮਾਂ ਜਥਿ ਕੀ ਵਸਿਸ ਸਮਾਗਮਾਂ ਜਾਂ ਆਉਟਰਿੰਗਾਂ, ਜਾਂ ਦਨਿ ਲਈ ਭੇਜਨ ਸੂਚੀ ਬਾਰੇ ਸੂਚਤਿ ਕਰਨ ਲਈ ਕੱਪਾਂ 'ਤੇ ਬੁਲੇਟਨਿ ਬੋਰਡ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਚਿ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਵਾਧੂ ਕੱਪੜੇ, ਡਾਇਪਰ, ਜਾਂ ਸਨਸਕ੍ਰੀਨ ਲਈ ਰੀਮਾਈਡਰ ਪੋਸਟ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਥਾਂ ਹੈ।

ਮੌਸਮੀ ਪੋਸਟਰ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਲਾਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸਪੇਸ ਲਈ ਇੱਕ ਦੋਸਤਾਨਾ, ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਬਣਾਵੇਗੀ।



## B. ਖਾਣ ਦੀ ਥਾਂ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਮੇਜ਼ ਅਤੇ ਕੁਰਸੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਨਿਆਇਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬੇਬੀ ਚੇਅਰ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਕੁਰਸੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਬੁਸਟਰ ਸੀਟ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਨਿਯਮਤ ਡੈਸਕ ਕੁਰਸੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੀ ਡੈਸਕ ਕੁਰਸੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਇੱਕ ਧੋਣ ਯੋਗ ਫਰਸ਼ ਦੀ ਸਤਹ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਲਈ ਇੱਕ ਨੇੜਲੇ ਸਕਿ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਰਸੋਈ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ ਲਈ ਸਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ, ਪਰ ਹੋਰ ਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਖਾਣੇ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਾਧੂ ਵੱਚਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਪਲੇਟਾਂ, ਕੱਪ ਅਤੇ ਬਰਤਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

## C. ਟੇਆਇਲਟ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ

ਟੇਆਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਧੋਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਡਾਇਪਰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਜਗ੍ਹਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਟੇਆਇਲਟ, ਆਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਸਕਿ, ਅਤੇ ਕਸਿ ਵੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਪਾਟੀ ਸੀਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜੇਕਰ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬਾਥਰੂਮ ਹੀ ਡਾਇਪਰ ਬਦਲਣ ਦੇ ਆਦਰਸ਼ ਖੇਤਰ ਹਨ ਅਤੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਫਾਈ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਟੇਆਇਲਟ ਦੇ ਉੱਪਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਦੇ ਨਾਲ ਮਾਊਟ ਕੀਤੀ ਸ਼ੈਲਫ ਡਾਇਪਰ ਅਤੇ ਬਦਲਦੀ ਸਪਲਾਈ, ਨਿੱਜੀ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਤੌਲੀਏ, ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਲਾਂਡਰੀ ਸਟੋਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਸਿ ਵੀ ਸਫਾਈ ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।

ਵਾਧੂ ਸਪਲਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ: ਇੱਕ ਗੈਰ-ਸਲਪਿ ਸਟੂਲ ਤਾਂ ਜੋ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਸਕਿ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਣ, ਇੱਕ ਸਾਬਣ ਡਿਸਪੈਂਸਰ, ਵਯਿਕਤੀਗਤ ਚਹਿਰੇ ਦੇ ਕੱਪੜੇ, ਵਯਿਕਤੀਗਤ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਤੌਲੀਏ, ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਸਪਲਾਈ (ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀ ਗਈ)।

ਤੁਸੀਂ ਪਾਣੀ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਪ੍ਰਣਾਲੀ 'ਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਡਿਵਾਈਸ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵੱਚਿਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਸਿਸ਼ 'ਸਥਰਿ' ਟੇਆਇਲਟ ਸੀਟਾਂ, ਛੋਟੀਆਂ ਅਤੇ ਵੱਡੀਆਂ ਸੀਟਾਂ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਬਾਥਰੂਮਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇਵਾਂ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਪਾਟੀ ਕੁਰਸੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਆਸਾਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

## D. ਸੌਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ

ਸੌਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਜਗ੍ਹਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜਿਥੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨੀਂਦ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਸ਼ਖਸੀਅਤ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗੀ, ਪਰ ਸਾਰੇ ਸੌਣ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ ਸ਼ਾਂਤ, ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਾਲੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸਥਿ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਖੜਕੀਆਂ 'ਤੇ ਛਾਂ)।

ਬੱਚੇ ਦਿਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਸੌਂਦੇ ਹਨ; ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣਾ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖੇਡਣ ਦੇ ਰੌਲੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਬੈੱਡਰੂਮ ਵੱਚਿ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇੰਨਾ ਨੇੜੇ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਕਸਰ ਚੈੱਕ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਬੇਬੀ ਮਾਨੀਟਰ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਾਗਣ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਬਹੁਤ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਮੈਟ, ਪਾਲਣਾ ਜਾਂ ਬਸਿਤਰੇ 'ਤੇ ਝੁਪਕੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਫਾਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ, ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਦਾ ਆਪਣਾ ਬਸਿਤਰਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਿੱਜੀ ਬਸਿਤਰੇ ਨੂੰ ਬਸਿਤਰੇ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਫਟਿ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਬਕਸੇ ਵੱਚਿ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਘਰ-ਅਧਾਰਤ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਸੌਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਨਗਰਪਾਲਕਿ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਂਤ ਦੀਆਂ ਲਾਇਸੈਂਸ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।

ਟੇਆਇਲਟ ਜਾਣ ਅਤੇ ਧੋਣ ਜਾਂ ਡਾਇਪਰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਜਗ੍ਹਾ ਹੋਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ



ਟੇਆਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਧੋਣ ਲਈ, ਜਾਂ ਡਾਇਪਰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਜਗ੍ਹਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਟੇਆਇਲਟ, ਆਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਸਕਿ, ਅਤੇ ਕਸਿ ਵੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਪਾਟੀ ਸੀਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।



ਇੱਕ ਟੋਆਇਲਟ, ਇੱਕ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਸਕਿ, ਅਤੇ ਕਸਿ ਵੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਪਾਟੀ ਸੀਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

## E. ਇਨਡੋਰ ਅਤੇ ਆਊਟਡੋਰ ਪਲੇ ਸਪੇਸ

ਖੇਡ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਸਤੀ ਕਰਨ, ਸਖਿਣ ਅਤੇ ਵਕਿਸ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨਗਿਰਾਨੀ ਹੇਠ, ਬੱਚੇ ਆਪਣਾ ਜੁਆਇਆ ਸਮਾਂ ਖੇਡਣ ਵੱਲ ਬਤਿਉਦੇ ਹਨ। ਪੜ੍ਹਨਾ, ਬਲਾਕ ਬਣਾਉਣਾ, ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਸਰਿਜਣਾਤਮਕ ਕੰਮ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਕਿਪਕ ਡੇਅ ਕੇਅਰ ਦੇ ਕੁਝ ਮੁੱਖ ਭਾਗ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਖੇਡ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਕਿਚਾਰ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦਾ ਆਕਾਰ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਿਚਾਰ ਦਾ ਆਕਾਰ, ਇਹ ਨਰਿਧਾਰਤਿ ਕਰਨ ਵਕਿਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਖੇਡ ਖੇਤਰ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਪਲੇਰੂਮ ਵਕਿਚ ਹੋਵੇਗਾ ਜਾਂ ਕੀ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਿਚਾਰ ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ, ਜਵਿ ਕਿ ਇੱਕ ਪਰਵਿਚਾਰ ਜਾਂ ਲਵਿਗਿ ਰੂਮ ਵਕਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਤੁਸੀਂ ਭਾਵੇਂ ਇੱਕ ਕਮਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਰਿਫ਼ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਪਰਵਿਚਾਰਕ ਥਾਂ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਕਸਿਮਾਂ 'ਤੇ ਵਕਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਡ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਰਭਿਸ਼ਤਿ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਨਾਟਕ ਅਤੇ ਪਲੇ ਸਪਲਾਈ ਦੇਵੇ ਵਧੇਰੇ ਸੰਗਠਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਖਡਿੱਣਿਆਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕੱਠਾ ਕਰਨਾ ਜੋ ਇੱਕ ਖਾਸ ਕਸਿਮ ਦੇ ਖੇਡ ਦਾ ਹਸਿ ਹਨ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਿਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਸਫਾਈ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸੌਖਾ ਬਣਾਉਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਨਡੋਰ ਖੇਡਣ ਲਈ ਇੱਕ ਕਮਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਅਲਮਾਰੀਆਂ, ਮੇਜ਼ਾਂ, ਫਰਨੀਚਰ, ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋਨਾਂ ਵਕਿਚ ਵੰਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਵਿਗਿ ਰੂਮ ਵਕਿਚ ਇੱਕ ਖੇਡ ਖੇਤਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਮਰੇ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਸਿਮਾਂ ਵਕਿਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ ਕੰਧ ਤੋਂ ਦੂਰ ਵੀ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਦੇ ਪਛਿ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਖੇਡਣ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਟੋਰੇਜ ਲਈ ਵਰਤ ਕੇ। ਆਪਣੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਦੇ ਖਡਿੱਣਿਆਂ ਲਈ ਢੱਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਾਂਡਰੀ ਟੇਕਰੀਆਂ ਅਤੇ ਟੇਕਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਦਨਿ ਦੇ ਅੰਤ ਵਕਿਚ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸੰਗਠਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਕੁਰਸੀ ਦੇ ਪਛਿ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਕਿਚਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਖੇਡਣ ਲਈ ਇੱਕ ਆਦਰਸ਼ ਸਥਾਨ ਵਜੋਂ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲਗਭਗ ਕੋਈ ਵੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਬਾਹਰ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਸਮਾਂ ਬਤਿਉਣ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਆਪਣੀ ਆਊਟਡੋਰ ਪਲੇ ਸਪੇਸ ਨੂੰ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਮੌਸਮ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਸਿਮਾਂ ਅਤੇ ਬਦਲਦੇ ਮੌਸਮਾਂ 'ਤੇ ਵਕਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਸੰਭਾਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਖਤਰਿਆਂ ਲਈ ਅਕਸਰ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਕੁਝ ਬੁਨਿਆਦੀ ਬਾਹਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਸੂਚੂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫਰਿ ਹੋਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਕੁਦਰਤ ਵਕਿਚ ਮਲਿੀਆਂ ਕੁਦਰਤੀ ਵਸਤੂਆਂ ਖੇਡਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਅਤੇ ਸਸਤੇ ਜੋੜ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਢਲਿੇ ਹਸਿ ਇੱਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖੇਡ ਵਕਿਚ ਢਲਿੇ ਹਸਿ [ਇੱਕ ਵੈਬਸਾਈਟ ਦਾ ਲਕਿ]

## 2. ਸੁਰੱਖਿਆ

ਫਰਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਚਾਰ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤਣ ਲਈ ਵਕਿਸਥਤਿ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਅਤੇ ਇਸ ਵਕਿਚ ਛੋਟੇ ਟੁਕੜੇ ਦੇ ਖਡਿੱਣੇ ਅਤੇ ਕਲਾ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਹੋਵੇਗੀ) ਅਤੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਨਿਆਣਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਜੋ ਅਜੇ ਵੀ ਫਰਸ 'ਤੇ ਘੁੰਮ ਰਹੇ ਹਨ (ਅਤੇ ਲਗਭਗ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਕਿਚ ਪਾ ਰਹੇ ਹਨ)।

ਸਾਰੇ ਸਫਾਈ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਖਡਿੱਣਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਬਾਰੇ ਪੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਯਾਦ ਕਰੋ।

## 3. ਖੇਡ ਦੀਆਂ ਕਸਿਮਾਂ

A. ਰਚਨਾਤਮਕ ਖੇਡ ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਹੱਥੀ ਹੁਨਰ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਡਰਾਇੰਗ, ਪੇਂਟਿੰਗ, ਮਾਡਲਿੰਗ ਪਲੇ- ਆਟੇ, ਅਤੇ ਕੋਲਾਜ ਬਣਾਉਣਾ ਰਚਨਾਤਮਕ ਖੇਡ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਹਨ।

ਰਚਨਾਤਮਕ ਖੇਡ ਲਈ ਕ੍ਰੇਅਨ, ਮਾਰਕਰ, ਪੈਨਸਲਿ, ਸਟੈਸਲਿ, ਕੈਚੀ, ਹੋਲ ਪੰਚਰ, ਗ੍ਰਿੰਦ, ਸਟੈਕਿਰ, ਪੇਪਰ, ਪੇਟ, ਪੇਟ ਬੁਰਸ਼, ਸਟੈਪ ਪੈਡ ਅਤੇ ਸਟੈਪਰ, ਕਪਾਹ ਦੀਆਂ ਗੋਦਾਂ, ਪੌਪਸੀਕਲ ਸਟੈਕਿਸ, ਫੈਬਰਿਕ ਦੇ ਬਟਿ, ਲੇਸ ਅਤੇ ਰਬਿਨ, ਡਾਇਲ, ਆਦਿ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਰਚਨਾਤਮਕ ਖੇਡ ਰੀਸਾਈਕਲਗਿ ਬਾਰੇ ਸਖਿਣ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਦੇ ਵਧੀਆ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਰਸਾਲੇ, ਟੈਆਇਲਟ ਅਤੇ ਪੇਪਰ ਤੋਲੀਏ ਰੋਲ, ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਤੋਂ ਗੱਤੇ, ਹਰ ਕਸਿਮ ਦੇ ਬਕਸੇ, ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਬੈਗ ਅਤੇ ਵਰਤੇ ਹੋਏ ਰੈਪਿਗਿ ਪੇਪਰ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਲਾ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਵੱਚਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਕਸਿਮਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਤੇ ਉਹ ਮੁਫਤ ਹਨ!

ਹੈਂਡਸ-ਆਨ ਸਮੱਗਰੀ ਜਵਿੰ ਕਪਿਲੇ ਡੇ, ਮਾਡਲਗਿ ਕਲੇ, ਅਤੇ ਗੂਪ ਸਾਰੀਆਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਚਨਾਤਮਕ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਆਪਣੇ ਆਪ ਜਾਂ ਰੇਲਰ, ਕੈਚੀ ਅਤੇ ਕੁਕੀ ਕਟਰ ਵਰਗੀਆਂ ਸਹਾਇਕ ਉਪਕਰਣਾਂ ਨਾਲ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵੱਡੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਲਾ ਹੀ ਸਮਾਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਦੇਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਸਮੱਗਰੀਆਂ

ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਚੋਣ ਲਈ ਛੱਡ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਕੁਝ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਜਾਂ ਕਰਾਫਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਸਮੱਗਰੀ ਰਾਖਵੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਲਾ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਡੱਬਿਆਂ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਟੱਬਾਂ, ਬਕਸਿਆਂ ਅਤੇ ਟੇਕਰੀਆਂ ਵੱਚਿ ਸਟੋਰ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਪਲਾਈ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਡਸਿਪਲੇ ਕਰਨ ਲਈ ਸੈਲਫ ਜਾਂ ਅਲਮਾਰੀ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਰਸੇਈ ਦੀ ਮੇਜ਼ ਕਲਾ ਅਤੇ ਸਲਿਪਕਾਰੀ ਲਈ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਥਾਂ ਹੈ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਹਨ ਜਨਿਹਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਗਿਰਾਨੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਜਗ੍ਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮੇਜ਼, ਜੋ ਰਚਨਾਤਮਕ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਲਈ ਰਾਖਵੀ ਹੈ, ਦਾ ਬੱਚੇ ਕਸਿੰ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਨੰਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਵੀ ਖੇਤਰ ਚੁਣਦੇ ਹੋ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਮੇਜ਼, ਕੁਰਸੀਆਂ, ਅਤੇ ਫਰਸ਼ ਦੇ ਢੱਕਣ ਦੀ ਇੱਕ ਧੋਣਯੋਗ ਸਤਹ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਹ ਸਕਿ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਆਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋਵੇ।

“ਮੈਂ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਸਖਿਆ ਹੈ ਕਿ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੰਸਾਧਨ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਕਸਿਮਤ ਖਰਚ ਕੀਤੇ ਬਨਿੰ ਵਧੀਆ ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦੀ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੈ।”



# ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੰਸਾਧਨ ਵਾਲੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਕਸਿਮਤ ਖਰਚ ਕੀਤੇ ਬਨਿੰ ਵਧੀਆ ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦੀ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੈ।

ਚੈਟਰਬਾਕਸ [ਇੱਕ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਦੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਕਸਿਮਤ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼]

ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਬਣਾਓ!

ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦੀ ਖੇਡ ਸਮੱਗਰੀ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬਜਟ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਪਛਿਲੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸੰਖਿਆ ਹੈ ਕਿ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੰਸਾਧਨ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਕਸਿਮਤ ਖਰਚ ਕੀਤੇ ਬਨਿੰ ਵਧੀਆ ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦੀ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਨਾਟਕ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਰੀਸਾਈਕਲ ਕਰਨ ਯੋਗ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਮੈਂ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਕਹਿੰ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ ਸਨ ਅਤੇ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਹਸੂਸ ਕੀਤਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਵੀ ਬਣਾਈਆਂ, ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ। ਤੁਸੀਂ ਪਲੇ ਡੇ, ਪੇਂਟ, ਗੁਪ ਅਤੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਪਕਵਾਨਾਂ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਸਭ ਹੁਣ ਐਨਲਾਈਨ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ 50 ਸਰੋਤ ਕਤਿਬਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਅਲਮਾਰੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਮੈਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਸੀ!

**B.** ਬਲਾਕ ਪਲੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬਲਾਕ ਕਸਿਮਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡੁਪਲੇ, ਲੱਕੜ ਦੇ ਬਲਾਕ, ਫੇਮ, ਘਰੇਲੂ ਬਕਸੇ, ਆਦਿ।

ਬਲਿਡਗਿ ਬਲਾਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਲਾਕਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲੱਕੜ ਦੇ ਇਕਾਈ ਬਲਾਕ, ਇੰਟਰਲਾਕਿੰਗ ਬਲਾਕ ਅਤੇ ਲੋਗੋ/ਡੁਪਲੇ ਸਟਾਈਲ ਬਲਾਕ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਲੋਕ, ਛੋਟੀਆਂ ਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਰਗੇ ਉਪਕਰਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਸਿਮ ਦੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਚੰਗੀ ਥਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਰਜੀਹੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਾਰਪੇਟ 'ਤੇ ਕਉਕਿ ਨਾਟਕ ਵਾਇਸਟ ਅਤੇ ਰੌਲੇ-ਰੱਪੇ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਲਾਕਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਉਪਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰਨ ਲਈ ਘੱਟ ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਡੱਬੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।

**C.** ਹੇਰਾਫੇਰੀ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਦੇ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫਟਿ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਲਿਉਣ, ਮੇੜਨ, ਪੇਚ ਕਰਨ ਜਾਂ ਆਰਡਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਹੇਲੀਆਂ ਅਤੇ ਆਕਾਰ ਛਾਂਟਣ ਵਾਲੇ।

ਹੇਰਾਫੇਰੀ ਵਾਲੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਪਹੇਲੀਆਂ, ਪੈਂਗ ਬੋਰਡ, ਸਟਰਗਿਗਿ ਲਈ ਮਣਕੇ, ਆਕਾਰ ਛਾਂਟਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਮੈਚਗਿ ਗੇਮਾਂ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੇਜ਼ 'ਤੇ ਬੈਠ ਕੇ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਦੂਸਰੇ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਲੋਰ ਪਹੇਲੀ, ਨੂੰ ਇੱਕ ਗਲੀਚੇ 'ਤੇ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

**D.** ਨਾਟਕੀ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਕਲਪਨਾ ਅਤੇ ਦਖਿਵਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਰੈਸ-ਅੱਪ ਖੇਡਣਾ, ਰਸੋਈ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣਾ ਜਾਂ ਵਚਿਰਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਅੰਦੋਲਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।

ਨਾਟਕੀ ਖੇਡ ਲਈ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਸਪੇਸ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਲਪਨਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੁੱਤੇ, ਪਰਸ, ਸਕਾਰਫ, ਪੁਸ਼ਾਕ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦਲਿਚਸਪ ਪਹਿਰਾਵੇ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ; ਗੱਤੇ ਦੇ ਬਕਸੇ ਜੋ ਇੱਕ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਇੱਕ ਸਪੇਸਸਪਿ ਤੱਕ ਸਭ ਕੁਝ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ; ਇੱਕ ਪੁਰਾਣਾ ਕੰਪਿਊਟਰ ਜਾਂ ਸੈਲਫੋਨ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੀਆਂ ਘਰੇਲੂ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਝਾੜੂ, ਡਸਟਰ, ਬਰਤਨ ਅਤੇ ਪੈਨ) ਸਭ ਕਲਪਨਾਤਮਕ ਖੇਡ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨਾਟਕੀ ਨਾਟਕ 'ਪ੍ਰੋਪਸ' ਨੂੰ ਬਕਸੇ ਜਾਂ ਲਾਂਡਰੀ ਟੇਕਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੰਧ 'ਤੇ ਹੁੱਕਾਂ' ਤੇ ਟੰਗਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕੋਟ ਰੈਕ 'ਤੇ, ਜਾਂ ਡਰੈਸਰ ਵਿੱਚ। ਕੰਧ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਸੀਸੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬੰਨ੍ਹਣਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ "ਪ੍ਰੋਪਸ" ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਵੇਗਾ।

**E.** ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਾਖਰਤਾ ਖੇਡ ਅਜਹੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਨਾ, ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੇਖਣਾ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਣਾ, ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ।



ਬਲਾਕ ਪਲੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬਲਾਕ ਕਸਿਮਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡੁਪਲੇ, ਲੱਕੜ ਦੇ ਬਲਾਕ, ਫੇਮ, ਘਰੇਲੂ ਬਕਸੇ, ਆਦਿ।

ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸਾਖਰਤਾ ਖੇਡ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕਹਿਾਣੀਆਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਰਸਾਲੇ, ਸੰਗੀਤ ਵਜਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਪੀਕਰ, ਮਹਸੂਸ ਕੀਤੇ ਕਹਾਣੀ ਦੇ ਪਾਤਰਾਂ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਫਲੈਨਲ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਕਠਪੁਤਲੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਰੌਲੇ-ਰੱਪੇ ਵਾਲੇ ਨਾਟਕ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਲਾਕ ਬਲਿਡਗਿ ਜਾਂ ਨਾਟਕੀ ਨਾਟਕ) ਦੀ ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਬੈਠਣ ਲਈ ਇੱਕ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਜਗ੍ਹਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

**F.** ਸਰਗਰਮ ਪਲੇ ਲਈ ਅੰਦੋਲਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੌੜਨਾ, ਜੰਪ ਕਰਨਾ, ਰੋਲਗਿ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਛੱਡਣਾ।

ਸਰਗਰਮ ਖੇਡ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਾਹਰ ਲਈ ਅਨੁਕੂਲ ਹੈ। ਦੌੜਨਾ, ਛਾਲ ਮਾਰਨਾ, ਚੜ੍ਹਨਾ, ਅਤੇ ਕੈਚ ਜਾਂ ਫੁਟਬਾਲ ਵਰਗੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਣਾ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਕਿਅਤ ਅਤੇ ਵਕਿਅਤ ਲਈ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਗਰਾਜ, ਸੈਂਡ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਅਲਮਾਰੀ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰੀ ਖੇਡ ਦਾ ਸਾਮਾਨ ਸਟੋਰ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵੱਡੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਢਾਂਚਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟਾਰਪਸ, ਬਾਰਬੇਕੂ ਕਵਰ ਅਤੇ ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਯੋਗ ਬੈਗਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੰਦਰਲੇ ਸਾਜ਼ੋ-ਸਾਮਾਨ ਦੇ ਨਾਲ, ਖਡਿੰਘਿਆਂ ਨੂੰ ਘੁੰਮਾਉਣਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਮੁਰੰਮਤ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਰਿਆਸੀਲ ਖੇਡਣ ਦੀਆਂ ਸਫ਼ਿਰਸਾਂ [ <https://caringforkids.cps.ca/active-kids/active-actifs> ]

ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਥਰਫਿਟ ਸਟੋਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਆਈਟਮਾਂ (ਖਡਿੰਏ, ਢਲਿ ਹਸਿ, ਸਟੋਰੇਜ ਇਕਾਈ ਆਦਿ) ਲੱਭਣ ਲਈ ਵਧੀਆ ਸਥਾਨ ਹਨ। ਬਸ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਹੀ ਕਾਰਜਕਰਮ ਵਿੱਚ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਸਫ਼ਾਈ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ

*ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਸਰਗਰਮ ਇਨਡੋਰ ਪਲੇ ਨੂੰ ਕਵਿ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਕਹਿ ਜਹਿੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਕੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਅਜ਼ਮਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ? ਸੰਭਾਵਿਤ ਸਰਗਰਮ ਇਨਡੋਰ ਪਲੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬਰਸਾਤੀ/ਠੰਡੇ/ਬਰਫੀਲੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੱਢ ਸਕਦੇ ਹੋ।*

## 4. ਸਟੋਰੇਜ

ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਖਡਿੰਏਆਂ, ਸਾਜੇ-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈਆਂ ਲਈ ਸਟੋਰੇਜ ਸਪੇਸ ਲੱਭਣਾ ਅਤੇ ਵਕਿਸਥਤਿ ਕਰਨਾ ਜਨਿਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ, ਇੱਕ ਚੁਣੌਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡਾ ਪਹਿਲਾ ਸਟੋਰੇਜ ਖੇਤਰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਜਾਂ ਨੇੜੇ ਹੋਵੇਗਾ। ਵਕਿਸਤਿਗਤ ਟੈਕਰੀਆਂ, ਡੱਬੇ, ਦੁੱਧ ਦੇ ਬਕਸੇ ਜਾਂ ਹੁੱਕਾਂ 'ਤੇ ਲਟਕਦੇ ਬੈਗ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚੱਪਲਾਂ, ਵਾਧੂ ਕੱਪੜੇ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਜ਼ੀ ਸਮਾਨ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧੀਆ ਸਥਾਨ ਹਨ। ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਟੋਰੇਜ ਕੰਟੇਨਰ ਨੂੰ ਲੇਬਲ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਕਸਿ ਵੀ ਉਲਝਣ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਲਿਗੀ।

ਨਜ਼ੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਲਈ ਸਪਲਾਈ ਜਵਿ ਕੀ ਡਾਇਪਰ, ਗਲਿ ਪੂੰਝੇ, ਚਹਿਰੇ ਦੇ ਕੱਪੜੇ, ਤੌਲੀਏ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਬੁਰਸ਼ ਨੂੰ ਟੋਆਇਲਟ ਦੇ ਉੱਪਰ ਕੰਧ 'ਤੇ ਲਾਈਆਂ ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਕਿਲਪਕ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਡਿੰ ਦੇ ਨਾਲ, ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਸਕਿ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਕਿਸਤਿਗਤ ਬਸਿਤਰੇ ਨੂੰ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਸਿਤਰੇ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਫਟਿ ਕਰਨ ਲਈ ਬਣਾਏ ਗਏ ਗੱਤੇ ਦੇ ਬਕਸੇ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨੈਪਟਾਈਮ ਲਈ ਆਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਗੈਰੇਜ, ਬਾਹਰੀ ਸੈਂਡ ਜਾਂ ਬੇਸਮੈਂਟ ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਮੌਸਮੀ ਉਪਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਚੰਗੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਹਨ। ਧਾਤੂ ਦੀਆਂ ਸੈਲਵਰਿ ਇਕਾਈਆਂ ਜੋ ਕੰਧਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਭਰੀਆਂ ਢੱਕਣਾਂ ਵਾਲੇ ਵੱਡੇ ਬਕਸੇ ਲਈ ਆਦਰਸ਼ ਹਨ ਜੋ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਕੰਟੇਨਰਾਂ ਨੂੰ ਲੇਬਲ ਕਰੋ ("ਬਾਲਾਂ," "ਰੋੜ ਦੇ ਖਡਿੰਏ," "ਪਤੰਗ," ਅਤੇ ਹੋਰ) ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ

ਪਹੁੰਚ ਲਈ ਸੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ। ਬਾਹਰੀ ਰਾਈਡਰਿ ਖਡਿੰਏਆਂ ਨੂੰ ਲਟਕਾਉਣ ਲਈ ਕੰਧਾਂ ਦੇ ਲੱਕੜ ਦੇ ਜੋਇਸਟਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਹੁੱਕਾਂ ਨੂੰ ਪੇਚ ਕਰੋ। ਇਹ ਸੈਲਫਾਂ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਖਡਿੰਏਆਂ ਲਈ ਵਧੀਆ ਸਟੋਰੇਜ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਾਸਕਿ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਖਡਿੰਏਆਂ ਨੂੰ ਘੁੰਮਾਉਣ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਦਲਿਚਸਪੀ ਵਧਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸੁਵਧਿਜਨਕ ਸਟੋਰੇਜ ਆਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਬਣਾਉਦੀ ਹੈ।

ਬੇਸਮੈਂਟ ਜਾਂ ਲਾਂਡਰੀ ਰੂਮ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕੰਧ ਦੇ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਣ ਬੋਰਡ ਦੀਆਂ ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਮੌਸਮੀ ਖਡਿੰਏਆਂ ਜਾਂ ਖਡਿੰਏਆਂ ਅਤੇ ਨਾ ਵਰਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਉਪਕਰਣਾਂ ਲਈ ਵਧੀਆ ਸਟੋਰੇਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹਨਾਂ ਵਸਤੂਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ਕਮਰਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ "ਮੁੜ ਖੋਜਣ" ਬਾਰੇ ਚਤਿਤਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੈਲਫਾਂ ਨਯਿਮਤ ਪਲੇ ਰੂਮ ਦਾ ਹਸਿ ਹਨ, ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਰਦੇ ਸਟੋਰੇਜ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਚਮਕਦਾਰ ਛੇਰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਸਟੋਰ ਕੀਤੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਸਖਿਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਦਿਆਂ ਦੇ ਸਖਿਰ 'ਤੇ ਵੇਲਕਰੇ ਸਟਰਪਿ ਨੂੰ ਗਰਮ ਗੁੰਦ ਲਗਾਓ। ਜਦੋਂ ਗੁੰਦ ਸੈੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਸਖਿਰ 'ਤੇ ਪਰਦੇ ਲਗਾਓ।

ਕਤਿਬਾਂ ਨੂੰ ਸੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਲ ਦੇ ਮੌਸਮਾਂ ਅਤੇ ਜਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਵਸਿ ਅਨੁਸਾਰ ਸਮੂਹ ਕਤਿਬਾਂ। ਆਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਲਈ ਕਤਿਬਾਂ ਨੂੰ ਲੇਬਲ ਵਾਲੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕਰੋ। ਜਦੋਂ ਕਤਿਬਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੇਸਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰੇਜ ਸੈਲਫਾਂ 'ਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਲਾ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਸਿਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸੁਲਿਪਕਾਰੀ ਵਸਤੂਆਂ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਕਾਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਮੌਸਮੀ ਅਤੇ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਪਲਾਈਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਸਮੂਹ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਪਲਾਈਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬਨਿ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨਾ। ਸਰੋਤ ਕਤਿਬਾਂ ਜਨਿਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਲਈ ਸੁਝਾਏ ਗਏ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਪਲਾਈ ਦੇ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਟੋਰੇਜ ਲਈ ਮੌਜੂਦਾ ਥਾਂ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧ ਕੰਟੇਨਰਾਂ, ਜਵਿ ਕੀ ਗੱਤੇ ਦੇ ਬਕਸੇ, ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਮਲਿਣਗੇ। ਲਾਂਡਰੀ ਡਟਿਰਜੈਂਟ ਬਕਸੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅਨਾਜ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਅਤੇ ਕੱਚ ਦੇ ਖਾਲੀ ਜਾਰ ਤੱਕ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰੇਲੂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਗੇ। ਪੁਰਾਣੇ ਡਰੈਸਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਡਰੈਸ-ਅੱਪ ਪ੍ਰੋਪਸ, ਆਰਟ ਪੇਪਰ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਗਏ ਸੈਲਫਾਂ

ਨੂੰ ਗੈਰੇਜ ਦੀ ਵਕੀਰੀ ਜਾਂ ਚੈਰਟੀ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਤੋਂ ਖਰੀਦਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਘਰ ਵੱਚਿ ਸਟੋਰੇਜ ਲਈ ਰਚਨਾਤਮਕ ਵਕੀਲਪਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਵੱਚਿ ਰਹੇ।

### 5. ਸਾਰ

ਘਰੇਲੂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਵਾਤਾਵਰਨ ਬਣਾਉਣਾ ਇੱਕ ਨਰਿੰਤਰ ਪ੍ਰਕਰਿਠਿਆ ਹੈ, ਜੋ ਲਗਾਤਾਰ ਵਕੀਸਤਿ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਵਿ-ਜਵਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਤਰਜੀਹਾਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਵਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਿਚਰ ਦੀ ਥਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਬਦਲਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜਵਿ-ਜਵਿ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਵਿਤੀ ਅਤੇ ਉਮਰ ਬਦਲਦੀ ਹੈ, ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਸੰਗਠਤਿ ਕਰਨ ਅਤੇ ਚਲਾਉਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਵੀ ਬਦਲਦਾ ਹੈ। ਪਛਾਣੋ ਕੀ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸ਼ੋਧਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਖਾਸ ਸੈਟ-ਅੱਪ ਉਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਜਵਿ ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਤਾਂ ਬਸ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਵੱਚਿ ਸੁਧਾਰ ਕਰੋ।

ਹੋਰ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਚਿਰਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਖੁਸ਼ੀ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨਾਲ ਹੀ, ਐਨਲਾਈਨ ਕਤਿਬਾਂ ਅਤੇ ਰਸਾਲੇ ਅਤੇ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਸਾਈਟਾਂ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਚੰਗੇ ਸਰੋਤ ਹਨ। ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਵੱਚਿ ਇੱਕ ਇਹ ਹੈ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਅਜਹਾ ਮਾਹੋਲ ਬਣਾ ਸਕਦੇ

ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਮਿਨਲਖਿਤ ਚੈਕਲਸਿਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਜਾਂਚਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਹੁਣ ਕਨਿ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹਿਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿਣੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### 6. ਸਰੋਤ

ਅਰਲੀ ਚਾਈਲਡਹੁੱਡ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਕੇਅਰ [CCCF ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਨਾਲ ਲਕਿ]





# ਇੱਕ ਤਬਦੀਲੀ ਛੁੱਟੀ ਜਨਿੰ ਚੰਗੀ ਹੈ।

ਰੈਟਰਬਾਕਸ [ਇੱਕ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਦੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਕਸਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼]

## ਤਬਦੀਲੀ ਚੰਗੀ ਹੈ

ਇੱਕ ਪਰਵਿਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੇਰੇ 26 ਸਾਲਾਂ ਵਚਿ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਵਵਿਸਥਤਿ ਅਤੇ ਪੁਨਰਗਠਿਤਿ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ, ਪਰਵਿਰਤਨ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਉਸ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਆ ਰਹੀ ਸੀ ਜਾਂ ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਚਿ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸੀ। ਹੋਰ ਵਾਰ, ਇਹ ਕੇਵਲ ਇੱਕ ਮੌਜੂਦਾ ਸਪੇਸ ਵਚਿ ਨਵੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਭੁੱਲਾਂਗਾ ਕਿ ਮੇਰੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਹਿਾ, ਇੱਕ ਦਿਨ ਜਵਿ ਕਿ ਉਸਨੇ ਨੋਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਸਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕਹਿਾ, "ਇੱਕ ਤਬਦੀਲੀ ਛੁੱਟੀ ਜਨਿੰ ਚੰਗੀ ਹੈ।" ਮੈਨੂੰ ਅਹਸਿਸ ਹੋਇਆ ਕਿ ਇਹ ਕਨਿ ਸੱਚ ਸੀ। ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਸੰਗਠਿਤਿ ਅਤੇ ਪੁਨਰ-ਵਵਿਸਥਤਿ ਜਗ੍ਹਾ ਵਚਿ ਆਉਣਾ ਬਲਿਕੁਲ ਛੁੱਟੀ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਵਾਂਗ ਸੀ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਮੈਨੂੰ ਪਕਿ-ਮੀ-ਅੱਪ ਦੀ ਲੋੜ ਮਹਸਿਸ ਹੁੰਦੀ ਸੀ, ਮੈਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਦਿੰਦਾ ਸੀ, ਅਤੇ ਅਚਾਨਕ ਸਭ ਕੁਝ ਦੁਬਾਰਾ ਨਵਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਂ ਦੁਬਾਰਾ ਉਰਜਾਵਾਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਿਤਿ ਮਹਸਿਸ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਅਗਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਵਧੇਰੇ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਹੋਣਗੇ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਵਧੇਰੇ ਉਤਸੁਕਤਾ ਅਤੇ ਦਲਿਚਸਪੀ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ। ਇਹ ਬਲਿਕੁਲ ਅਜਹਿਾ ਸੀ ਜਵਿ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਛੁੱਟੀ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਆਏ ਸੀ।

## ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਧਿ

ਮੁਲਾਂਕਣ ਚੈਕਲਿਸਟ ਨੂੰ ਸੁਰੂਆਤੀ ਬਣਿ ਵਜੋਂ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ, ਉਹਨਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਵਕਿਸਤ ਕਰੋ ਜਹਿਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸੀਟ ਦੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਵਕਿਲਪ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਕੀ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਭੀੜ-ਭੜਕੇ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਗੰਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਅਜਹਿਿਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜੋ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਲਜਿਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ? ਕੀ ਕੋਟ ਨੂੰ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਰੁੱਖ 'ਤੇ ਲਟਕਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਖੇਡ ਖੇਤਰ ਵਚਿ ਹੁੱਕਾਂ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਵਕਿਲਪਕਿ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ (ਜਵਿ ਕਿ ਪਾਸੇ ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ) ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੀ ਖਡਿੱਏ ਅਤੇ ਖਡਿੱਏ ਦੇ ਟੁਕੜੇ ਸਾਰੇ ਥਾਂ 'ਤੇ ਖਤਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ? ਕੀ ਬੱਚੇ ਉਹਨਾਂ ਖਡਿੱਏਆਂ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਬਾਅਦ ਵਚਿ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਹੈ? ਕੀ ਨੀਵੀਆਂ ਅਲਮਾਰੀਆਂ, ਬਲਾਕਾਂ, ਲੋਕਾਂ, ਕਾਰਾਂ ਆਦਿ ਲਈ ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਨਿਹਿਤਿ ਕੰਟੇਨਰ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ? ਕੀ ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖਡਿੱਏ ਹਨ? ਸਾਇਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਖਡਿੱਏ ਸਟੋਰ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹਰ ਦੇ ਮਹਿਨੇ ਰੋਟੇਸ਼ਨ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਬਾਹਰ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜਗ੍ਹਾ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਗਠਿਤਿ ਹੈ ਪਰ ਬੇਰਗਿ ਹੈ? ਕੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਲਾਕਾਰੀ, ਚਮਕਦਾਰ ਪੋਸਟਰ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਸਪੇਸ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨਗੀਆਂ?

ਤਰਜੀਹਾਂ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰੋ - ਸਪਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਤੁਰੰਤ ਨਜਿਠਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਦੇ ਲਈ, ਲਾਗਤ, ਸ਼ਾਮਲ ਸਮੇਂ, ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਕਨਿ ਨਰਿਸ਼ਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਰਹਿਾ ਹੈ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਕੈਲੰਡਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਰੀਮਾਈਡਰ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਹਰੇਕ ਬਦਲਾਅ ਨੂੰ ਕਦੇ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਲਈ ਟੀਚੇ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਟੀਚਿਆਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਵਿ ਤਰੱਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।



# 02

## ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਡੇ

### ਸਖਿਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼

#### ਇਕਾਈ 2 ਵਿਚ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਸਖਿਰੋ:

ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਅਤੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ, ਲੋੜੀਂਦੇ, ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਢੁਕਵੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸੀਮਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ;

- ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਵਿਕਸਤਿ ਕਰੋ ਜੋ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਾਰੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਸੀਮਾ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ; ਅਤੇ
- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਰੁਟੀਨ ਤਿਆਰ ਕਰੋ ਜੋ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਾਲਾਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

### ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਦਿਨੀਂ ਵਧਿਅਤ ਦਿਨੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦਿਨੀਂ ਦੇ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਵਧਿਅਤ ਸਮੇਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਵੱਲ ਰੁੱਝੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਵਧੇਰੇ ਰੁਝੇਵੇਂ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਹਨ, ਹਰ ਕਸਿ ਨੂੰ ਪਾਰਕ ਵੱਲ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਜਾਂ ਪਕਿ-ਅੱਪ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ, ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਦਰਸ਼ਿ ਦਾ ਹਸਿਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਡੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਤਰੀਕਾ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਹਰ ਦਿਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਹ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿ ਹਫ਼ਤਾ-ਦਫ਼ਤੀ ਜਿਤਿ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ। ਦੂਸਰਾ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕਸਿ ਖਾਸ ਅਨੁਸੂਚੀ 'ਤੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬਨਿਾਂ ਕਸਿ ਵਵਿਸਥਾ ਦੇ ਇਸ 'ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਬਣੇ ਰਹਿਣਾ। ਤੀਸਰੀ ਰਣਨੀਤੀ, ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸਫਲ, ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਲਈ ਇੱਕ ਲਚਕਦਾਰ ਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰੋ, ਹਰ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵੱਲ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਵਵਿਹਾਰ ਕਦੇ ਵੀ ਅਨੁਮਾਨਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਨਾ ਹੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਹਨ। ਪਰ ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਦੀਆਂ ਆਮ ਰੁਟੀਨਾਂ ਅਤੇ ਆਦਤਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਫਲ ਦਿਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇਵੇਗਾ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਵਵਿਹਾਰ ਕਦੇ ਵੀ ਅਨੁਮਾਨਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਨਾ ਹੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਹਨ। ਪਰ ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਦੀਆਂ ਆਮ ਰੁਟੀਨਾਂ ਅਤੇ ਆਦਤਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਫਲ ਦਿਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇਵੇਗਾ।



ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਵਵਿਹਾਰ ਕਦੇ ਵੀ ਅਨੁਮਾਨਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਨਾ ਹੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਹਨ। ਪਰ ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਦੀਆਂ ਆਮ ਰੁਟੀਨਾਂ ਅਤੇ ਆਦਤਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਫਲ ਦਿਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇਵੇਗਾ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਵਵਿਹਾਰ ਕਦੇ ਵੀ ਅਨੁਮਾਨਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਨਾ ਹੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਹਨ। ਪਰ ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਦੀਆਂ ਆਮ ਰੁਟੀਨਾਂ ਅਤੇ ਆਦਤਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਫਲ ਦਿਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇਵੇਗਾ।



# ਅਸੀਂ ਹਰੇਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ ਸਹੀ ਸਮਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਕ੍ਰਮ ਵੱਚਿ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਜਨਿ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨਹੀ ਸੀ

ਚੈਟਰਬਾਕਸ [ਇੱਕ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਦੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੇ ਇੱਕ ਕਸਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ]

## ਰੁਟੀਨ 'ਤੇ ਨਰਿਮਾਣ

ਮੈ ਆਪਣੇ ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਦੀ ਰੀਡਰ ਦੀ ਹੱਡੀ ਸਮਝਦਾ ਸੀ। ਜਨਿਹਾਂ ਦਨਿਾਂ ਵੱਚਿ ਮੈ 100% 'ਤੇ ਕੰਮ ਨਹੀ ਕਰ ਰਹਿਾ ਸੀ, ਇਹ ਅਕਸਰ ਰੁਟੀਨ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਜੇ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਾ ਦਨਿ ਖਚਿ ਲੈਂਦਾ ਸੀ। ਬੱਚੇ ਜਾਣਦੇ ਸਨ ਕੀ ਅਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਸਨ, ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ, ਅਤੇ ਇਸਲਈ ਉਹ ਅੱਗੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਚੱਲੇ। ਅਸੀਂ ਹਰੇਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ ਸਹੀ ਸਮਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਕ੍ਰਮ ਵੱਚਿ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨ ਜਨਿ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨਹੀ ਸੀ।

### 1. ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ

ਵਚਿਾਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਪੱਧਰ ਅਤੇ ਉਮਰ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਚਾਰ ਵਿਕਾਸ ਸਮੂਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵੰਡਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:

- 1) ਨਿਆਏ (ਜਨਮ ਤੋਂ 1 ਸਾਲ ਤੱਕ)
- 2) ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ (1 ਸਾਲ ਤੋਂ 2.5 ਸਾਲ)
- 3) ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਰ (2.5 ਸਾਲ ਤੋਂ 5 ਸਾਲ), ਅਤੇ
- 4) ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ (5 ਸਾਲ ਤੋਂ 12 ਸਾਲ)

ਹਰੇਕ ਸਮੂਹ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਮਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਚੁਣੌਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਚੁਣੌਤੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਵਿਕਾਸ ਸੰਬੰਧੀ ਮੀਲ ਪੱਥਰ ਸਮੇਤ, ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਜਨਿੰ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਸਾਥਿ। ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕਿ ਹਰ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਗਤੀ ਨਾਲ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਕੁਝ ਮੀਲ ਪੱਥਰ ਵੀ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮੂਹ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਗਿਆਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।

#### A. ਨਿਆਏ (ਜਨਮ ਤੋਂ 1 ਸਾਲ ਤੱਕ)

ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦਾ ਹੋਣਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇਵਾਂ ਦੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁੰਦਰ ਫੋਕਸ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਨਿਆਏ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਹਨ:

- ਨਿਆਏ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਲਿਊਏ, ਡਾਇਪਰਗਿ, ਬਦਲਣਾ, ਫੜਨ ਅਤੇ ਗਲੇ ਲਗਾਉਣ ਸਮੇਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸੌਣ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਦਾ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਮਿ ਵੀ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਪੀਣ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਲੇਬਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਨਿਆਏ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਤੁਰੰਤ ਹਨ! ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਭੁੱਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਹੁਣ! ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਭੁੱਖੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਦੋਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਗਿਆਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੀ ਰੁਟੀਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਰੋ।
- ਨਿਆਏ ਜਦੋਂ ਅਤੇ ਜਨਿੰ ਦੇਰ ਤੱਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਸੌਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਝਪਕੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਜਾਂ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਪਹਿਲੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ, ਵੀ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਪੈਟਰਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਗੇ।
- ਨਿਆਏ ਸਭ ਕੁਝ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਛੋਟੇ ਖੜੋਏ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਜੋ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦੀਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਦਿਓ।
- ਨਿਆਏ ਨੂੰ ਵੀ ਕਸਰਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸਲਈ ਉਹਨਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਖਚਿਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਤ ਸਥਾਨ ਬਣਾਓ। ਸਮੂਹ ਦੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

### B. ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ (1 ਸਾਲ ਤੋਂ 2.5 ਸਾਲ)

ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਸਖਿਣਾ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਜਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਉਹ ਅਜੇ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਵੱਚਿ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਹਨ:

- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਸਰਲ ਅਤੇ ਇਕਸਾਰ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਮਲਿਗੀ।
- ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਖੋਜੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਵੀ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸੰਭਾਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹਨ।
- ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਚੜ੍ਹਨਾ, ਦੌੜਨਾ, ਛਾਲ ਮਾਰਨਾ, ਲੱਤ ਮਾਰਨਾ ਅਤੇ ਗੇਦਾਂ ਸੁੱਟਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਅਤੇ ਹੋਰ ਜੇ ਵੀ ਸੌਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ)। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਰਜਾ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਆਊਟਲੈਟ ਦੇਣ ਲਈ ਹਰ ਦਿਨ ਦੇ ਹਸਿ ਵਜੋਂ, ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਸਰਗਰਮ ਖੇਡਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਅਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰੋ। ਟੁੱਟਣ ਵਾਲੀ ਜਾਂ ਕੀਮਤੀ ਚੀਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਕਸਿ ਵੀ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਹਟਾਓ, ਜਵਿ ਕਿ ਤਿੱਖੀ-ਧਾਰੀ ਕੈਫੀ ਟੇਬਲ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਉੱਪਰ ਟਪਿਗਿ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸੈਲਫਾਂ ਨੂੰ ਕੰਧ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਬਹੁਤ ਦਲਿਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਉਤਸੁਕਤਾ ਨੂੰ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕਾਰਜਕਰਮ ਵੱਚਿ ਲਚਕਤਾ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਓ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਇੱਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੋਂ ਅਗਲੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵੱਚਿ ਕਾਹਲੀ ਨਾ ਹੋਣ।
- ਬੱਚੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਿਆਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਸਹਾਇਤਾ ਹੁਨਰਾਂ ਸਮੇਤ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨਵੇਂ ਹੁਨਰ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਸਮੱਗਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਉਭਰਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਸਖਿਣ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

- ਇਸ ਪੜਾਅ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਭਾਸ਼ਾ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਕਿਸ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਹੀ ਵਕਿਕਰਣ ਦਾ ਮਾਡਲਗਿ ਅਤੇ ਉਚਿਤ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਕੀ ਹੈ ਲੇਬਲ ਲਗਾ ਕੇ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।
- ਦੋ ਅਤੇ ਤਿਨ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਵਕਿਕਾਰ, ਬੱਚੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟੈਆਇਲਟ ਸਖਿਲਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦਿਨ ਭਰ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਣੀ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਵਿ ਤੁਹਾਡਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਾਰਜਕਰਮ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ, ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਬਰੇਕਾਂ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦਾ ਹੈ।
- ਇਸ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫਤ ਖੇਡਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਦਰਸ਼ਿਟੀ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣਾ ਪਏਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਕਦਮ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੋ।

### C. ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਵਾਲੇ (2.5 ਸਾਲ ਤੋਂ 5 ਸਾਲ)

ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਵਾਲੇ ਖੇਡਣ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਦੁਨੀਆ ਬਾਰੇ ਸਖਿਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਖਡਿੱਏ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕਲਪਨਾਤਮਕ ਖੇਡ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਲਈ ਚੁਣਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਗੇ। ਇੱਕ ਕੰਬਲ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਕਾਰਡ ਟੇਬਲ ਇੱਕ ਘਰ ਜਾਂ ਇੱਕ ਲੁਕਣ-ਬਾਹਰ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਰਾਵੇ ਲਈ ਪੁਰਾਣੇ ਕੱਪੜੇ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਗੁੱਡੀਆਂ, ਭਰੇ ਹੋਏ ਖਡਿੱਏ, ਖੇਡਣ ਦੇ ਪਕਵਾਨ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਡਾਇਨੇਸੈਂਸ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰ, ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਬਲਾਕ (ਕਾਗਜ਼ ਨਾਲ ਲਪੇਟੀਆਂ ਜੁੱਤੀਆਂ ਦੇ ਬਕਸੇ ਜਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਾਗਜ਼ ਨਾਲ ਢੱਕੇ ਦੁੱਧ ਦੇ ਡੱਬਿਆਂ ਤੋਂ ਬਣਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ) ਇਹ ਸਭ ਖੇਡਾਂ ਵੱਚਿ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣਗੇ ਜੋ ਬੱਚੇ ਕਾਢ. ਖੇਡਣਾ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਸਿ ਹੈ; ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਨੁਸੂਚੀ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਹਸਿ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਵਾਲੇ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਧਿਆਨ ਵੱਚਿ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਹਨ:

- ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਆਪਣੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਚੁਣਨਾ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਕਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਲਈ ਦਿਨ ਵੱਚਿ ਕਾਢੀ ਸਮਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ ਬੱਚੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਉਤਸੁਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਾਂਝੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਨੁਸੂਚੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸਮਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਜਵਿ ਕਿ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨਾ, ਪਹੇਲੀਆਂ ਬਣਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ

ਕਸਿ ਵੀ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਆਰਾਮਦੇਹ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪਲੇ ਆਟੋ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ।

- ਬੱਚੇ ਕਰ ਕੇ ਸਖਿਦੇ ਹਨ। ਇਕੱਠੇ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ, ਬਾਗਬਾਨੀ, ਕਲਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੇਂਟਿੰਗ ਜਾਂ ਕਾਗਜ਼ ਦੀ ਮਸ਼ੀਨ, ਘਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਨਾ, ਪੰਛੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ, ਜਾਂ ਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦਲਿਚਸਪੀ ਹੈ, ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਲਖਿਣ ਵਾਲੇ ਭਾਂਡੇ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਕੈਚੀ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ 2-3 ਕਦਮ ਨਰਿਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਤਨਿ ਤੋਂ ਛੇ ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਜਹਿ ਹੁਨਰ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰਨ ਲਈ ਤਅਿਅਰ ਹਨ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਦਨਿ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਜਥਿ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਰ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਨ ਲਈ ਚੁੱਪ-ਚਾਪ ਬੈਠਦੇ ਹਨ, ਨਬਰ, ਅੱਖਰ, ਰੰਗ ਅਤੇ ਆਕਾਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਸਮਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਨਰਿਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਜਵਿ ਇੱਕ ਰੁਕਾਵਟ ਕੋਰਸ) ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਲਈ ਤਅਿਅਰ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।
- ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਰ ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਉਰਜਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੋਜਾਨਾ ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਤਾਜੀ ਹਵਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਸ ਉਰਜਾ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਆਊਟਲੈੱਟ ਦੱਤਿ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

### D. ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ (5 ਸਾਲ ਤੋਂ 12 ਸਾਲ)

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰੋਜਾਨਾ ਸਮਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਦਨਿਾਂ ਅਤੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦਾ ਹੈ।

ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਧਅਿਅਨ ਵੱਚਿ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਹਨ:

- ਸਵੇਰੇ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਗਠਤਿ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਅਲਵਦਿਾ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਭੇਜੋ। ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਦਨਿ ਦੇ ਅੰਤ ਵੱਚਿ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਘਰ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਨਅਿਅ ਸੁਆਗਤ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਜਹਿ ਥਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਥਿ ਉਹ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਅਤੇ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਸੂਸ ਕਰ ਸਕਣ, ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ, ਇੱਕ ਦਲਿਕਸ਼ ਸਨੈਕ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜਠਿ ਰਹੋ ਹੋ, ਤਾਂ ਦਨਿ ਭਰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ। ਇਸਨੂੰ ਫਰਜ਼ਿ (ਤੇ ਪੇਸਟ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਅੱਖੇ ਪਲਾਂ ਵੱਚਿ, ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੀ ਲਖਿਤੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਵੱਚਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮਿਆਂ (ਤੇ ਪੜ੍ਹ ਰਹੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ।

- ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਪਹਲਿਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਦੇ ਸਮੂਹ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜੈਕਟਾਂ ਲਟਕਾਉਣ, ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਬੈਗ ਰੱਖਣ, ਨਜਿੀ ਸਮਾਨ ਸਟੋਰ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਨੂੰ ਛੋਟੇ, ਉਤਸੁਕ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸੁਰੱਖਅਿਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਵਧਿਅਜਨਕ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

- ਰੋਜਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰੋ ਜਵਿ ਕਃ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਵੱਚਿ, ਜਲਦੀ ਸਵਾਗਤ ਕਰਨਾ, ਜੈਕਟਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ, ਟੋਆਇਲਟ ਅਤੇ ਹੱਥ ਧੋਣਾ, ਅਤੇ ਰਸੋਈ ਦੇ ਮੇਜ਼ (ਤੇ ਬੈਠਣਾ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਹਰ ਕੋਈ ਬੈਠ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਨੈਕ ਪਰੋਸਅਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਹੋਮਵਰਕ, ਕੰਪਊਟਰ ਦਾ ਸਮਾਂ, ਕਲਾ ਅਤੇ ਸਲਿਪਕਾਰੀ, ਬਾਹਰ ਦਾ ਸਮਾਂ - ਜੇ ਵੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮੂਹ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਸਿ ਗਤੀਵਿਧੀ ਵੱਚਿ ਰੁੱਝੇ ਰੱਖੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਜਿੀ ਸਮਾਂ ਦੇ ਸਕੋ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਦਨਿ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਖਬਰਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁਣ ਇਸਲਈ ਇਸਦਾ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।
- ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਜਗ੍ਹਾ ਦਓ ਜਥਿ ਉਹ ਨਾਟਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਸੰਗੀਤ (ਤੇ ਡਾਂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਕਸਰ, ਉਹ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ “ਮਨੋਰੰਜਨ” ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਦੀ ਬਣਤਰ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਸਾਰਾ ਦਿਨ, ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਗਰਮੀਆਂ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਨੁਸੂਚੀ ਵੱਚਿ ਕੁਝ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ 'ਤੇ ਵੱਚਿਾਰ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰੇਲੂ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਹੱਸਿਾ ਹਨ। ਕੁਝ ਖਾਸ ਉਮਰਾਂ ਅਤੇ ਪੜਾਵਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਵੱਕਿਾਸ ਦੀ ਸਮਝ ਹੋਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਯੋਗ ਰੁਟੀਨ ਬਣਾਉਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਮਲਿੰਗੀ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰੇਗੀ।

## 2. ਇਹ ਸਭ ਇਕੱਠੇ ਪਾ ਕੇ

### A. ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਅਤੇ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ

ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਸਖਿਣਾ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਜਨਿੰਹਾਂ ਲਈ ਉਹ ਅਜੇ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਆਦਰਸ਼ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਨੁਸੂਚੀ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਨਾ ਸਰਿਫ਼ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੀ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ - ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਮੇਂ (ਤੇ ਇੱਕ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਟੀਚਾ)। ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਕਲਪਨਾਤਮਕ ਖੇਡ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਵੱਚਿ ਸੈਰ ਕਰਨ ਤੱਕ, ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਕਿਾਸ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਮਰਾਂ ਅਤੇ ਪੜਾਵਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ; ਸਰਿਫ਼ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲਭੋ। ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਸੁਝਾਅ ਹਨ:

ਆਪਣੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਰਲ ਰੱਖੋ। ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਚਕਤਾ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਪੂਰੇ ਦਿਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ। ਆਪਣੀਆਂ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਤਹਿ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਇਕੱਠੇ ਫਿਟਿ ਹੋਣ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸ਼ਾਂਤ, ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਸਮਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਡਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸੌਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਜਾਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰੋ।

ਤਿਆਰੀ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਵੱਚਿਕਾਰ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਦਿਓ।

ਸੋਚੋ, ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਵੇਰੇ ਪਲੇ ਗਰੁੱਪ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੁਪਹਿਰ ਦਾ ਖਾਣਾ

ਤਿਆਰ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਭੁੱਖੇ ਅਤੇ ਥੱਕੇ ਹੋਏ ਸਵੇਰ ਤੋਂ ਵਾਪਸ ਪਰਤਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਕੁਝ ਮਿਟਿਾਂ ਵੱਚਿ ਤਿਆਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਵੱਚਿ ਵਰਤਣ ਲਈ ਕੁਝ ਆਸਾਨ ਤਿਆਰ ਭੋਜਨ ਰੱਖੋ। ਭੋਜਨ ਸਟੋਰੇਜ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਲਾਇਸੈਂਸ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਵੱਚਿ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਭੋਜਨ ਕਵਿੰ ਤਿਆਰ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਇਕਸਾਰ ਰੁਟੀਨ ਵੱਕਿਸਤਿ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਜਾਣ ਸਕਣ ਕਿ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵੱਚਿ ਵਧੇਰੇ ਅਰਾਮਦੇਹ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਉਹ ਨਿਯਮਤ ਦਿਨ ਦਾ ਹੱਸਿਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੈਪ ਟਾਈਮ ਜਾਂ ਕਲੀਨ-ਅੱਪ ਟਾਈਮ ਵਰਗੇ ਰੁਟੀਨ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਸਹਮਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤਸਵੀਰ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਗੀਤ ਅਤੇ ਹਲਕੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਬਣਨਾ ਇੱਕ ਫੁੱਲ-ਟਾਈਮ ਨੌਕਰੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਨ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਨਰਿਸ਼ਾਸ਼ਨਕ ਹੋਣਗੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਜਾਂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਡੇ ਦੌਰਾਨ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰਨਾ ਪਵੇ ਤਾਂ "ਨਹੀਂ" ਕਰੋ, ਅਤੇ, ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਦਵਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਤਿਾ ਹੋ।

ਸੂਚੀਆਂ ਬਣਾਓ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ 'ਕਰਨ ਲਈ' ਸੂਚੀ ਬਹੁਤ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ, ਦਿਨ ਲਈ ਵੱਸਿਸ਼ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਦਵਾਈ ਬਾਰੇ ਰੀਮਾਈਡਰ ਵਰਗੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਾਂ ਉਸ ਦਿਨ ਵੱਖਰਾ ਚੁੱਕਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਰੋ।

ਇੱਕ ਕੈਲੰਡਰ ਲਟਕਾਓ। ਇਸਨੂੰ ਬਾਥਰੂਮ ਜਾਂ ਰਸੋਈ ਵੱਚਿ ਲਟਕਾਓ (ਦੋ ਕਮਰੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਵੱਚਿ ਅਕਸਰ ਆਉਂਦੇ ਹੋ) ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮਾਗਮਾਂ, ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ, ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵੱਸਿਸ਼ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ। ਇਹਨਾਂ ਰੀਮਾਈਡਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਦੇ ਦਰਸ਼ਿ ਵੱਚਿ ਪੋਸਟ ਕਰੋ, ਸ਼ਾਇਦ ਫਰਜ਼ਿ ਉੱਤੇ ਜਾਂ ਬਾਥਰੂਮ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਪਛਿਲੇ ਪਾਸੇ।

ਸੰਤੁਲਨ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ। ਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਖੇਡ ਦੇ ਮਸ਼ਿਰਫ਼ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ; ਢਾਂਚਾਗਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਮੁਫਤ ਖੇਡ, ਅਤੇ ਵੱਕਿਤੀਗਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਖੇਡ, ਅੰਦਰੂਨੀ ਖੇਡ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਖੇਡ।

ਤਾਲਮੇਲ। ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਤਹਿ ਕਰੋ ਜਿਹਨਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਧਿਆਨ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਲਈ ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਇਕਾਗਰਤਾ ਹੋਵੇ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਸੀਂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੋਈ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਸੌ ਰਹਿਾ ਹੋਵੇ।



### B. ਲਚਕਤਾ

ਕਸਿ ਵੀ ਕਾਰਜਕਰਮ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਅਕਸਰ ਇਸਦੀ ਲਚਕਤਾ 'ਤੇ ਨਰਿਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਗਲੀ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਨਰਿਮਾਣ ਕਰਮਚਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਕੀਤੀ ਗਈ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨਾਲੋਂ ਬਲਿਕੁਲ ਵਦਿਅਿਕ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਦਲਿਚਸਪ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾਓ ਜਵਿੰ ਹੀ ਉਹ ਆਉਦੇ ਹਨ। ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਚਿ ਰੱਖੋ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ "ਪਲ ਵਚਿ" ਹੋਣ ਨੂੰ ਨਾ ਭੁੱਲੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦਨਿ ਦਾ ਕੋਈ ਖਾਸ ਸਮਾਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਜਦੋਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੱਥੋਂ ਨਕਿਲਦੀਆਂ ਜਾਪਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਬਦਲਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਸਵੇਰ ਦਾ ਪਹਲਿਾਂ ਦਾ ਸਨੈਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਨ੍ਹਿਾਂ ਦੀ ਦਨਿ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਚਿ ਘੱਟ ਉਰਜਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਘਰ ਵਚਿ ਨਾਸ਼ਤਾ ਨਾ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ)।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਕੋਤਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਓ। ਦਨਿ ਬਾਲ-ਕੇਦਰਤਿ ਅਤੇ ਖੇਡ-ਆਧਾਰਤਿ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਉਹ ਬੇਚੈਨੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਦਖਿਓਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦਸਿ ਬਦਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਅਗਵਾਈ ਲਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਵਾਧੂ ਸਮਾਂ ਦਓ ਜਨ੍ਹਿਾਂ ਦਾ ਉਹ ਆਨੰਦ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਖਲ ਨਾ ਦੇਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਬਣਾਓ ਜਹਿਨਾਂ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹੋ ਆਪਣੇ ਆਮ ਰੁਟੀਨ ਦਾ ਹਸਿ। ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਸੈਰ, ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ, ਬੇਕਿੰਗ, ਪਹੋਲੀਆਂ, ਸਲਿਏ, ਸੰਗੀਤ, ਬਾਗਬਾਨੀ, ਜਾਂ ਲੱਕੜ ਦੇ ਕੰਮ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁਝ ਖਾਸ ਮਨੋਰੰਜਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦਲਿਚਸਪੀ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰੇਗਾ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਬਤਿਏ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਸੈਂਕ ਵੀ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਖਿਣ ਨੂੰ ਘਰੇਲੂ ਕੰਮਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜੋ। ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ "ਵੱਡੇ ਹੋ ਕੇ ਚੀਜ਼ਾਂ" ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਲਾਂਡਰੀ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਬੱਚੇ ਲਾਂਡਰੀ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਵਚਿ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸਨੂੰ ਰੰਗ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕਰਮਬੱਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸਨੂੰ ਵਾਸਰ ਅਤੇ ਡ੍ਰਾਇਰ ਵਚਿ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਲੋਡ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਫੋਲਡ ਕਰਨਾ ਸਖਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਰੰਗਾਂ, ਗਠਤ, ਆਕਾਰ, ਗਲਿੰ ਜਾਂ ਸੁੱਕੇ, ਅਤੇ ਜੇ ਵੀ ਵਸਿ ਆਉਦੇ ਹਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ ਇਹ ਪਛਾਣ ਲੈਣਗੇ ਕਿ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੇ ਕੁਝ ਵਸਤੂ ਕਸਿ ਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ

ਹਨ ਕਿ ਪਲੇਡ ਕਮੀਜ਼ ਕੌਣ ਹੈ ਜਾਂ ਗੁਲਾਬੀ ਬੇਬੀ ਜੁਰਾਬਾਂ ਦਾ ਮਾਲਕ ਕੌਣ ਹੈ। ਉਹ ਕੱਪੜੇ ਨੂੰ ਢੁਕਵੇਂ ਬੈਂਡਰੂਮਾਂ ਵਚਿ ਰੱਖਣ ਵਚਿ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਪੂਰਨਤਾ ਦੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇਣਾ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਵਚਿ ਟਾਈ ਕਰੋ, ਜਵਿੰ ਕਿ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨੂੰ ਧੋਣਾ, ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੇਜ਼ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ, ਆਦਿ।

ਆਪਣਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ। ਹਰ ਦਨਿ ਲਈ ਕੁਝ ਨਜ਼ਿ ਸਮਾਂ ਬਣਾਓ। ਸਵੇਰੇ ਇੱਕ ਕੋਫੀ ਬਰੇਕ ਅਤੇ ਹਰ ਦੁਪਹਰਿ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਾਂਤ ਸਮਾਂ ਤਰਹਿ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਕਸਰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਉਹ ਅਜੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਰੁਟੀਨ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ।

### 3. ਪਰਵਿਰਤਨ

ਹਰ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਡੇਅ ਦੌਰਾਨ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਆਉਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਦਨਿ ਵਚਿ ਇੱਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਵਚਿ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਈ ਪਰਵਿਰਤਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਲਈ ਕਵਿ ਤਿਆਰੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਜਦੋਂ ਗਤੀਵਿਧੀ ਜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਚਿ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਨਰਿਧਾਰਤਿ ਕਰਨ ਵਚਿ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤਬਦੀਲੀ ਕਨਿ ਸੁਚਾਰੂ ਢੰਗ ਨਾਲ ਚੱਲੇਗੀ।

ਡੇਅ ਕੇਅਰ ਡੇਅ ਨੂੰ ਸਰਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਆਮ ਸੁਝਾਅ ਹਨ:

- ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ। ਦਨਿ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰੋ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਜੇ ਵੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਦਓ ਅਤੇ ਫਰਿ 5 ਮਿਟਿ ਦਾ ਨੋਟਸਿ ਦਓ ਕਿ ਇਹ ਸਮਾਂ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦਾ ਹੈ।
- ਇਸ ਤੱਥ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ ਕਿ ਦਨਿ ਦੇ ਕੁਝ ਖਾਸ ਸਮੇਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰੁਝੇਵੇਂ ਭਰੇ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਨਿ ਤੁਸੀਂ

ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲੋ। ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋਗੇ।

- ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਪਰਵਿਰਤਨ ਸਮੇਂ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਝਪਕੀ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਅਤੇ ਆਉਣ ਅਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਬਲਾਕਾਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿਓ, ਜਿਥੇ ਹਰ ਕੋਈ ਆਰਾਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਚਾਹੇ ਸਮਾਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਜੋ ਵੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਦਿਓ ਅਤੇ ਫਰਿ 5-ਮਿਟਿ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਦਿਓ ਕਿ ਇਹ ਸਮਾਂ ਸੁਥਰਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦਾ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਜ਼ੂਅਲ ਏਡਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਪੇਸਟ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।
- ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕੀ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕਾਰਜਕਰਮ ਵਿੱਚ ਕਵਿ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਲੋੜੀਂਦੇ ਪਰਵਿਰਤਨ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਦੇਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕਵਿ ਫਟਿ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

### ਆਗਮਨ

ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਵਿਰਤਨ ਸਵੇਰੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਈਨ ਇਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਨਾਮ ਸਵਾਗਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਬਾਰੇ

ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਪਹੁੰਚਣ 'ਤੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਪਰਵਿਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦੇਣ।

ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਮੇਜ਼ ਉੱਤੇ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਬੁਝਾਰਤਾਂ, ਲੋਟੋ ਗੇਮਾਂ, ਕਤਿਬਾਂ, ਜਾਂ ਰੰਗ) ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹਰੇਕ ਪਰਵਿਰਤਨ ਨੂੰ ਨਮਸਕਾਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਧਿਸਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਸ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਗੇਅਰ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਬਤਿਓ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤਾਂ ਉਹ ਕੀ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਲਈ ਸਭ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਛੁੱਟੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਬੱਸ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਬਣਨਾ ਪਸੰਦ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਕਸਿ ਨੂੰ ਅਲਵਦਿਆ ਕਹਿਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮਿਟਿ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

### ਸਮੂਹ ਸਮਾਂ

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਕੂਲੀ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਦਿਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਟੇਆਇਲਟ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਲਈ ਕਹੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਸਵੇਰ ਦੇ ਸਨੈਕ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਦਿਨ ਦੇ ਕਸਿ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖੇਡ ਅਤੇ ਬਾਲ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਨਿਰੀਖਣਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਿਖਿਆ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੱਲ੍ਹ ਕੀ ਕੀਤਾ ਸੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੱਜ ਲਈ ਕੀ ਵਿਚਾਰ ਹਨ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਸਮੂਹਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸੁਹਾਵਣਾ ਮਾਹੌਲ ਸਥਾਪਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਚੁਣੀ ਹੋਈ



ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਦਿਓ ਅਤੇ ਫਰਿ 5 ਮਿਟਿ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਦਿਓ ਕਿ ਇਹ ਸਮਾਂ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦਾ ਹੈ

ਗਤੀਵਿਧੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਕਵਿ ਵਕੀਸ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।

ਦੇਖੋ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ: ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕੀ ਦਲਿਚਸਪੀ ਹੈ, ਉਹ ਕੀ ਜਾਣਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਖਿਆ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰੋ।

### ਬਾਹਰੀ ਸਮਾਂ

ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਾ ਔਖਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਿਆਇਆਂ, ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਰਾਂ ਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ, ਸਨਬਲੈਕ ਲਗਾਉਣ, ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਯਾਤਰਾ ਲਈ 'ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ' ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੇ ਰਸਤੇ ਨੂੰ ਵੇਖੋ ਕਿ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਹਰ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਜੁੱਤੇ/ਬੂਟ ਅਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਤੱਕ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚ ਸਕੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਮਾਨ ਵਾਪਸ ਲੈਣ ਲਈ ਕਹੋ ਅਤੇ ਫਰਸ 'ਤੇ ਬੈਠਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਚੁਣੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਜਵਿੱ ਕਿ ਹਰ ਬੱਚਾ ਤਿਆਰ ਹੈ, ਇੱਕ ਜਗ੍ਹਾ ਰੱਖੋ ਜਿਥੇ ਉਹ ਬੈਠ ਸਕੇ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਕੋਲ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਕਰ ਸਕੇ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਹਰ ਕੋਈ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। (ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਰ ਕਸਿ ਨੂੰ ਬਾਥਰੂਮ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾਣਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਵਿਚਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।) ਆਪਣੀ ਫਸਟ ਏਡ ਕਿੱਟ (ਦਸਤਾਨੇ ਅਤੇ ਪੂੰਝਿਆਂ ਸਮੇਤ), ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰ ਲਿਆਓ।

### ਦੁਪਹਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਦਾ ਸਮਾਂ

ਦੁਪਹਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਚੁਟੀਨ ਨੂੰ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਵੇਗਾ। ਦੁਪਹਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਲਗਭਗ ਅੱਧਾ ਘੰਟਾ ਪਹਿਲਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਰੱਖਣ, ਟੇਆਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣ ਲਈ ਕਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਦੁਪਹਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਮੇਜ਼ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨਗਿਰਾਨੀ ਕਰੋ, ਭੁੱਖੇ ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਕੁਝ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਖਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਬੈਠਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੁਪਹਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜਿਥੇ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਉਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਉੱਚੀਆਂ

ਕੁਰਸੀਆਂ ਵਿੱਚ ਬਠਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੁਪਹਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਵੇਲੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦੇ ਸਕੋ।

ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਣ ਲਈ ਬੁਲਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟੇਬਲ ਸੈੱਟ ਅਤੇ ਤਿਆਰ ਰੱਖਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇਕ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਪਹਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ, ਟੇਬਲ ਸੈੱਟ ਕਰਨ, ਦੁਪਹਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨ, ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ (ਛੋਟੇ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ!) ਡੋਲ੍ਹਣ ਅਤੇ ਟੇਬਲ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਖਾਣਾ ਖਰਾਬ ਕਾਰੋਬਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੁਪਹਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਚਹਿਰੇ ਵੀ ਧੋਣੇ ਪੈਣਗੇ। ਖਾਣਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ, ਨਮੂਨੇ ਦੇ ਵਿਹਾਰ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦਾ ਵਧੀਆ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਦੁਪਹਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਦਿਨ ਭਰ ਉਪਲਬਧ ਰੱਖੋ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਐਲਰਜੀ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਉਸਦੀ ਫੋਟੋ ਦੇ ਨਾਲ ਪੇਸਟ ਕਰੋ।

ਆਪਣੀ ਭੋਜਨ ਸੂਚੀ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ, ਕੈਨੇਡਾ ਫੂਡ ਗਾਈਡ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

### ਨੀਂਦ ਦਾ ਸਮਾਂ

ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ ਦੁਪਹਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਹੀ ਆਪਣੀ ਝਪਕੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਲਿਊਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਸੈੱਟ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੁਝ ਸ਼ਾਂਤ ਮੁਫਤ ਖੇਡੋ, ਇੱਕ ਪਸੰਦੀਦਾ ਕਤਾਬ ਦੀ ਇੱਕ ਸਾਂਝੀ ਕਹਾਣੀ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਹ ਝਪਕੀ ਲਈ ਬੰਦ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਖੇਡ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਝਪਕੀ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਲੇ-ਗੀਅਰ ਤੋਂ ਰੈਸਟ-ਗੀਅਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਬਦਲੋ।

ਬਸਤਰੇ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਰੱਖਣਾ, ਨਰਮ ਸੰਗੀਤ ਜਾਂ ਕੁਦਰਤ ਦੀਆਂ ਆਵਾਜ਼ਾਂ ਵਜਾਉਣਾ, ਅਤੇ ਲਾਈਟਾਂ ਨੂੰ ਮੱਧਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਨੀਂਦ ਦਾ ਮੂਡ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਹੁਣ ਸੌਂਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਕਬਜ਼ਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਸ਼ਾਂਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਿਓ।

### ਜਾਗਣਾ

ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਵੇਰੇ ਉੱਠਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਕਵਿ ਮਹਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰਫਤਾਰ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਲਈ ਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨੀਂਦ ਤੋਂ ਜਾਗਣ ਲਈ ਇਹ ਕੋਈ ਵੱਖਰਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹਰ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜੱਫੀ ਪਾ ਕੇ ਅਤੇ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਨਾਲ ਉਠਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਦੇਰ ਲਈ ਚੁੱਪਚਾਪ ਬੈਠਣ ਦਿਓ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਉਹ ਟੇਆਇਲਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਧੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਖੇਡਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ

ਜਾਣਗੇ। ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਮੂਡ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਇੱਕ ਕੋਮਲ ਜਾਗਣ ਹੈ।

### ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਵਧਿਅਤ ਆਗਮਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ, ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਥਾਪਤਿ ਰੁਟੀਨ ਰੱਖੋ ਜਿਥੇ ਬੱਚੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ: ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਭਕਾਮਨਾਵਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਫਰਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੋਟ ਲਟਕਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਆਪਣਾ ਸਮਾਨ ਇੱਕ ਬਨਿ ਜਾਂ ਟੇਕਰੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਨੈਕ ਲਈ ਮੇਜ਼ ਤੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਰੀਮਾਈਡਰ ਤੋਂ ਬਚਾਏਗਾ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਉਲਝਣ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਸ ਨੂੰ ਮਲਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਰ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਜਲਦਬਾਜ਼ੀ ਨਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ। ਇੱਕ ਸਨੈਕ ਲਿਆਓ ਅਤੇ ਪਕਿਅੱਪ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਰਕ ਦੀ ਫੇਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਜਾਣ ਦਾ ਸਮਾਂ

ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਆਖਰੀ ਸਮਾਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਵਧਿਅਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪੱਟੇ-ਪੱਟ ਅੱਧਾ ਘੰਟਾ ਪਹਿਲਾਂ ਰਵਾਨਗੀ ਰੁਟੀਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਖਡਿੱਏਆਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ ਕਿ ਘਰ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਤੇ ਵਵਿਸਥਿਤ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਆਉਣ ਦੇ ਰੁਟੀਨ ਵਾਂਗ, ਅਜਿਹੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਰੁੱਝੇ ਰੱਖਣਗੀਆਂ (ਪਹੇਲੀਆਂ, ਕਤਿਬਾਂ, ਖੇਡਾਂ) ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਛੱਡੋ। ਜੇ ਮੌਸਮ ਚੰਗਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੇ ਆਉਣ ਤੱਕ ਕੁਝ ਤਾਜ਼ੀ ਹਵਾ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ (ਛੱਡਣਾ, ਵੇਹੜੇ 'ਤੇ ਚਾਕ-ਡਰਾਇੰਗ, ਖਡਿੱਏ ਚਲਾਉਣਾ) ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਜਾਓ।

ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਨਾਘਿ ਸਵਾਗਤ ਕਰੋ। ਕੁਝ ਚੰਗਾ, ਮਜ਼ਾਕੀਆ, ਮਠਿ ਜਾਂ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਅੱਜ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪਲ ਬਤਿਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੱਲ੍ਹ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਹਰੇਕ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਾਈਨ ਆਊਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਆਖਰੀ ਬੱਚਾ ਚਲਾ ਗਿਆ ਹੈ - ਆਰਾਮ ਕਰੋ!



ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਨਾਘਿ ਸਵਾਗਤ ਕਰੋ। ਕੁਝ ਚੰਗਾ, ਮਜ਼ਾਕੀਆ, ਮਠਿ ਜਾਂ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਅੱਜ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਇੱਕ ਪਲ ਬਤਿਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੱਲ੍ਹ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

### ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ

ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਕੱਢੋ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਫਾਈਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਿਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਜਮ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਪਰ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ੀ ਸਖਿਲਾਈ ਅਤੇ ਵਕਿਸ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਨਾਘਿ ਸਵਾਗਤ ਕਰੋ। ਕੁਝ ਚੰਗਾ, ਮਜ਼ਾਕੀਆ, ਮਠਿ ਜਾਂ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਅੱਜ ਕੀਤਾ ਹੈ।

1. ਆਪਣੀ ਆਮ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਨੁਸੂਚੀ ਲਿਖੋ। ਜੇ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਵਿਤੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਦਿਨ-ਪ੍ਰਤੀ-ਦਿਨ ਬਦਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਰਤਣ ਲਈ ਹਫ਼ਤੇ ਦਾ ਆਪਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧਿਅਤ ਦਿਨ ਚੁਣੋ। ਆਪਣੇ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ:

- ਛੱਡਣ ਦਾ ਸਮਾਂ
- ਪਕਿ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ
- ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕ ਦੇ ਸਮੇਂ
- ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਰਵਾਨਗੀ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਸਮਾਂ
- ਝਪਕੀ ਦਾ ਸਮਾਂ

- ਬਾਹਰ ਖੇਡਣ ਦਾ ਸਮਾਂ
  - ਫ੍ਰੀ ਪਲੇ ਟਾਈਮ
  - ਸੰਗਠਿਤ ਖੇਡਣ ਦਾ ਸਮਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਕਹਾਣੀ ਦਾ ਸਮਾਂ, ਚੱਕਰ ਦਾ ਸਮਾਂ)
  - ਵਕੀਲ ਸੰਬੰਧੀ ਡੋਮੇਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨਾ
2. ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡਾ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿਓ:
- ਤੁਹਾਡਾ ਸਮਾਂ ਕੌਣ ਕੀ ਕਰਨਾ ਕਰਨਾ ਚੰਗਾ ਨਾਲ ਬਤੀਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?
  - ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਦਿਨ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਮਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵੱਲ ਬੀਤਦਾ ਹੈ?
  - ਜਾਂ ਕੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ ਵੱਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?
  - ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਕੱਢਦੇ ਹੋ?
  - ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦਿਨ ਦੇ ਖਾਸ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਜਲਦਬਾਜ਼ੀ/ਦਬਾਅ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ?
  - ਕੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਰੁਟੀਨ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਵੱਲ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ? ਕੀ ਬਦਲਾਅ?
  - ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਰੁਟੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਕੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ?
  - ਕੀ ਭੋਜਨ, ਸਨੈਕਸ, ਝਪਕੀ ਦਾ ਸਮਾਂ, ਟਾਇਲਟਿੰਗ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਡਾਇਪਰਿੰਗ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਡਰਾਪ-ਆਫ ਅਤੇ ਪਕਿ-ਅੱਪ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਾਜਬ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਰਾਮਦੇਹ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਗਠਿਤ ਹਨ?
  - ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਰੁਟੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵਕੀਲ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਕੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ?
  - ਕੀ ਮੁਫਤ ਖੇਡਣ, ਸਰਗਰਮ ਖੇਡ, ਵਕੀਲਤੀਗਤ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਕਲਪਨਾਤਮਕ ਖੇਡ, ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਵਕੀਲਤੀਗਤ ਸਮਾਂ, ਆਦਿ ਲਈ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਹੈ?
  - ਕੀ ਬੱਚੇ ਦਿਨ ਦੇ ਖਾਸ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਕਾਹਲੀ/ਤਣਾਅ ਵਾਲੇ ਲੱਗਦੇ ਹਨ?
  - ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਰੁਟੀਨ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ? ਕੀ ਕੋਈ ਬਦਲਾਅ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ? ਕੀ ਬਦਲਾਅ?
3. ਉਹਨਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਾਰਜਕਰਮ ਵੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।
- ਆਪਣੀ ਤਰੱਕੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵੱਲ ਸੂਚੀ 'ਤੇ ਮੁੜ ਜਾਓ।
  - ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ, ਪਾਰਕ ਵੱਲ ਸੈਰ ਕਰਨਾ, ਖੇਡ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨਾ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਮਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵੱਲ ਕੌਣ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਵਕੀਲ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੜਾਵਾਂ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਕੀ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਆਪਣੇ ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਜਰਨਲ ਵੱਲ ਆਪਣੇ ਵਰਿਚਾਰ ਅਤੇ ਨਰੀਖਣ ਰਕਿਰਡ ਕਰੋ।
  - ਦਿਨ ਦਾ ਕਹਿੜਾ ਸਮਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਰੁਝੇਵੇ ਵਾਲਾ ਸਮਾਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ?
    - ਆਪਣੇ ਦਿਨ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਕੀਲਤ ਸਮਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸੁਚਾਰੂ ਢੰਗ ਦੇ ਨਾਲ ਲੰਘਾਉਣ ਲਈ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
    - ਆਪਣੇ ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਜਰਨਲ ਵੱਲ ਆਪਣੇ ਨਰੀਖਣਾਂ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਰਕਿਰਡ ਕਰੋ।



# ਆਖਰਕਾਰ ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਵਾਪਰਿਆ ਕਿ ਮੇਰਾ ਸੰਪੂਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਸਧਿਾਂਤ ਵਚਿ, ਅਭਿਆਸ ਵਚਿ ਸੰਪੂਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ

## ਚੈਟਰਬਾਕਸ [ਇੱਕ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਕਸਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਚਿ]

“ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਚਿ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਲਾਂ ਸੱਤ ਸਾਲ ਇੱਕ ਡੇ ਕੇਅਰ ਸੈਟਰ ਵਚਿ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਸੀ ਅਤੇ ਸੋਚਿਆ ਕਿ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਸਾਰੇ ਜਵਾਬ ਹਨ, ਸਹੀ - ਗਲਤ! ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪਹਲੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਪਹਲਾਂ ਆਪਣਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ (ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ) ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਸੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਸੀ ਕਿ ਅਸੀਂ ਦਿਨ ਦੇ ਕਸਿ ਵੀ ਪਲ ਕੀ ਕਰਨ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਫਰਿ ਅਸਲੀਅਤ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਅਸਲ ਵਚਿ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਪਹਲੇ ਤਨਿ ਜਾਂ ਚਾਰ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਮੂਰਖ ਸੀ, ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਇਹ ਨਹੀਂ ਸਮਝ ਸਕਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਕਉ ਥੱਕ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਲਗਭਗ ਓਨੇ ਰੋਮਾਂਚਿਤ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦੇ ਸਨ ਜਨਿ ਮੈਂ ਸੋਚਿਆ ਸੀ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅੰਤ ਵਚਿ ਇਹ ਮੇਰੇ ਲਈ ਵਾਪਰਿਆ ਕਿ ਮੇਰਾ ਸੰਪੂਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਸਧਿਾਂਤ ਵਚਿ, ਅਭਿਆਸ ਵਚਿ ਸੰਪੂਰਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਸਬਕ ਨੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਸਖਿਣ ਲਈ ਲਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਚਾਰ ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ, ਮੈਂ ਕੁਝ ਯਕੀਨ ਨਾਲ ਕਹਾਂ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵਫਿਕਤੀਗਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਰੁਚੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਸੇਧਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਹਿਨਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਮਿਵਾਰੀਆਂ, ਲਚਕੀਲੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਤੁਹਾਡੀ ਹਾਸੇ-ਮਜ਼ਾਕ ਦੀ ਭਾਵਨਾ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਇਦ, ਇੱਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।”

«ਜਦੋਂ ਮੇਰੇ ਕੋਲ «ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨਾਂ ਵਚਿ ਇੱਕ ਦਿਨ» ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਹਾਰ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦਾ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਕੱਪ ਚਾਹ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹਾਂ, ਬੈਠਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਕਸਿ ਵੀ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਜਾਂ ਸਖ਼ਤ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਨੂੰ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਤੱਕ ਮੁਲਤਵੀ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਖਾਣੇ ਲਈ ਸੈਡਵਚਿ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਕਲਾਸਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮੂਵੀ ਪਾਉਂਦਾ ਹਾਂ। ਇਹ ਮਜ਼ਾਕੀਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਅਸਫਲਤਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਚਿ ਸੋਚਦਾ ਸੀ, ਪਰ ਬੱਚੇ ਅਜੀਬ ਘੱਟ-ਕੁੰਜੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।”

“ਸੰਗੀਤ ਸਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਡੇਅ ਦਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਸਿ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਗਾਉਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਘਰ-ਬਣੇ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਖਰੀਦੇ ਗਏ ਸੰਗੀਤ ਯੰਤਰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਵਰਤੇ ਵਚਿ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਸੰਗੀਤ ਨੂੰ ਵੀ ਦਿਨ ਵਚਿ ਹੀ ਸ਼ਾਮਲਿ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਹਰ ਕਸਿਮ ਦੇ ਮੂਰਖ ਗਾਣੇ ਹਨ ਜੋ ਅਸੀਂ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੇ ਸਮੇਂ (ਤੇ ਗਾਉਂਦੇ ਹਾਂ, ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਝਪਕੀ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਪਾ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਕਾਰ ਵਚਿ ਸਫ਼ਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਮੈਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਗਤੀਵਧੀ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਗਤੀਵਧੀ ਵਚਿ ਜਾਣ ਵਚਿ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਹੋਰ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਸੰਗੀਤ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਸਿਮਾਂ ਦੀਆਂ ਟੇਪਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਸੰਗ੍ਰਹ ਵੀ ਹੈ। ਨੈਪ-ਟਾਈਮ ਲਈ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਕਲਾਸੀਕਲ, ਕੁਝ ਵਧੀਆ ਜੈਜ਼ ਜਸਿ (ਤੇ ਅਸੀਂ ਡਾਂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਗਾਉਣ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਟੇਪਾਂ। ਮੈਂ ਹਾਲ ਹੀ ਵਚਿ ਇੱਕ ਅਧਿਐਨ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਲੇਖ ਪੜ੍ਹਿਆ ਜਸਿ ਵਚਿ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਕਿ ਸੰਗੀਤ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਅਸਲ ਵਚਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਖਿਣ ਵਚਿ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਈ ਕਿ ਜਸਿ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਸਾਡੇ ਲਈ ਵੀ ਚੰਗਾ ਹੈ।”

“ਮੈਂ ਹੁਣ ਤੱਕ ਸਭ ਤੋਂ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਕਸਿਰ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ (ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਸੀ। ਇੱਕ ਵਫਿਸਤ ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਤ ਵਚਿ, ਨਕੀ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਲਈ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਵਾਧੂ ਜੋੜੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੱਚਮੁੱਚ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹਾਂ।”



### 4. ਸਾਰ

ਇੱਕ ਅਨੁਸੂਚੀ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਜਾਂ ਅਣਚਾਹੇ ਵਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਘਟਾ ਦੇਵੇਗੀ। ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਸਪਲਾਈ, ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਖਡਿੱਛੇ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਓ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦਲਿਚਸਪੀ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵਕਿਲਪ ਤੁਹਾਡੇ ਨਰਿਖਣਾਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ (ਤਸਵੀਰਾਂ, ਨੋਟਸ, ਆਦਿ) 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਪ੍ਰਤੀਬਬਿਤ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਅਨੁਸੂਚੀ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਨਿ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਆਸਾਨ ਪ੍ਰਵਾਹ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ ਦਾ ਦਨਿ ਹਰ ਕਸਿ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸੁਹਾਵਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਕਸਰ ਆਪਣੇ ਦਨਿ ਨਾਲ ਦੱਬੇ-ਕੁਚਲੇ ਮਹਸੂਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਦਾ ਮੁੜ-ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਮੇਤ, ਇਸ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਤਿ ਹਰ ਕਸਿ ਦੀਆਂ ਲਗਾਤਾਰ ਬਦਲਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕਾਰਜਕ੍ਰਮ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਨਾ ਡਰੋ!



ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦਨਿ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਆਸਾਨ ਪ੍ਰਵਾਹ ਹੋਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੰਮ ਦਾ ਦਨਿ ਹਰ ਕਸਿ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸੁਹਾਵਣਾ ਹੋਵੇਗਾ।



# 03

## ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ

ਸਖਿਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼

ਇਕਾਈ 3, ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ  
ਵੱਚ, ਤੁਸੀਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖੋਗੇ:

- ਇੱਕ ਸਫਲ ਪਰਿਵਾਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਵੱਚ ਵਧੀਆ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਪ੍ਰਥਾ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ;
- ਅਧਿਐਸ਼ਿਕ ਅਤੇ ਕਨੂੰਨੀ ਲੋੜਾਂ, ਜਿਸ ਵੱਚ ਟੈਕਸ ਮਕਸਦਾਂ ਵਾਸਤੇ ਆਮਦਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ;
- ਮੁਵੱਕਲ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਲਿਖਤੀ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਇਕਰਾਰਨਾਮਿਆਂ ਅਤੇ ਸਬੰਧਿਤ ਫਾਰਮਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ;
- ਢੁਕਵੇਂ ਬਾਲ-ਸਬੰਧਿਤ, ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਅਤੇ ਵੱਤੀ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ;
- ਢੁਕਵੇਂ ਦੇਣਦਾਰੀ ਬੀਮੇ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ;
- ਫੀਸਾਂ ਦੀ ਸੈਟਿੰਗ ਲਈ ਆਮਦਨ ਅਤੇ ਖਰਚਿਆਂ ਦੀ ਗਣਨਾ ਅਤੇ ਆਮਦਨ ਕਰ ਰਿਟਰਨਾਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ; ਅਤੇ
- ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਖਾਲੀ ਅਸਾਮੀਆਂ ਨੂੰ ਭਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ।

## ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਇੱਕ ਪਰਵਿਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਵਜੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਵੈ-ਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਛੋਟੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਆਪਰੇਟਰ ਹੋ। ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਪੱਖਾਂ ਦਾ ਅਸਰਦਾਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਬਹਿਤਰ ਵੱਤੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਸ਼ੁੱਧ ਕਮਾਈ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਟੈਕਸ ਕਟੌਤੀਆਂ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰ ਸਕੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤੁਸੀਂ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ।
- ਦੋਵਾਂ ਧਰਿੰ ਦੀਆਂ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸਪਸ਼ਟੀਕਰਨ, ਸਮਝ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਮਤੀ ਰਾਹੀਂ ਮਾਪਿਆਂ/ਗਾਹਕਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ।
- ਢੁਕਵੇਂ ਰੂਪਾਂ, ਰਕਿਾਰਡਾਂ, ਰਸੀਦਾਂ ਅਤੇ ਫਾਈਲਾਂ ਨੂੰ ਵਕਿਸਤ ਕਰਨ, ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰਨ ਅਤੇ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੁਆਰਾ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਤਿ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸਮਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕੀ ਕਾਰਜਾਂ 'ਤੇ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਬਤਿਉਣਾ।
- ਸਾਰੀਆਂ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਭੂਤ-ਪ੍ਰੇਤ ਦੁਆਰਾ ਪਰਵਿਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਅਕਸ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ - ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਿਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੇ ਸੰਚਾਲਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਰਵੱਈਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ।
- ਵਕਿਸ ਨੂੰ ਮਾਪਣਾ, ਰਕਿਾਰਡ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਟਰੈਕ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖ ਸਕੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਥਿ ਸਫਲ ਹੋ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਟੀਚੇ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰ ਸਕੋ।

## ਪਰਵਿਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤਿ ਅਧਨਿਯਮ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ, ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸੂਬਾਈ/ਖੇਤਰੀ ਅਧਕਿਾਰ ਖੇਤਰ ਦਾ ਇੱਕ ਖੇਤਰ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਾਂਤ ਅਤੇ ਖੇਤਰ ਸਮੂਹ ਜਾਂ ਘਰੇਲੂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਟਰਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਨਯਿਮ ਤੈਅ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਰੈਗੂਲੇਟਡਿ ਹੋਮ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੇ ਦੋ ਮਾਡਲ ਹਨ। ਕੁਝ ਪ੍ਰੋਵਿਸਿ ਅਤੇ ਟੈਰੀਟਰੀ ਨਯਿਮਤਿ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਲਾਇਸੰਸ ਜਾਂ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੂਸਰੇ ਸਥਿ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਕਿਕਤਿਗਤ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਇਸੰਸ ਦਦਿ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਾਂਤਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਨਯਿੰਤ੍ਰਤਿ ਘਰੇਲੂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀ ਕੁਝ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੈ, ਉਹ ਨਯਿੰਤ੍ਰਤਿ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸਿਸਟਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਇੱਕ ਨਯਿੰਚਤਿ ਅਧਕਿਤਮ ਸੰਖਿਆ ਲਈ ਘਰੇਲੂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੀ ਵੀ ਆਗਿਆ ਦਦਿ ਹਨ। ਅਧਕਿਾਰ ਖੇਤਰ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਤਿ ਗਏ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗਣਿਤੀ ਅਲਗ-ਅਲਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਧਕਿਾਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਨਯਿੰਤ੍ਰਤਿ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸਿਸਟਮ (ਅਰਥਾਤ ਇੱਕ ਪਰਵਿਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਏਜੰਸੀ) ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਵਕਿਲਪ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਵਿਰਕਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫਾਇਦੇ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਸਿ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਵੱਤੀ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ – ਕੁਝ ਅਧਕਿਾਰ-ਖੇਤਰ ਲਾਇਸੰਸਸੁਦਾ ਪਰਵਿਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਚਾਲਨ, ਸਾਜੋ-ਸਮਾਨ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਗਰਾਂਟਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ; ਉਹ ਪਰਵਿਰਕ ਜੋ ਵੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਸਬਸਿਡੀਆਂ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਅਧਕਿਾਰ-ਖੇਤਰਾਂ ਲਈ ਇਹ ਲੋੜਦਾ



ਇੱਕ ਪਰਵਿਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਵਜੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਵੈ-ਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਛੋਟੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਆਪਰੇਟਰ ਹੋ। ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਪੱਖਾਂ ਦਾ ਅਸਰਦਾਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੈ ਕਿ ਸਬਸਤੀ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋਣ ਲਈ ਸੰਭਾਲ ਕਸਿ ਲਾਇਸੈਂਸਸੁਦਾ/ਨਯਿਮਤਿ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਸੁਵਧਿ ਵਚਿ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ)।

- ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕੀ ਸਹਾਇਤਾ – ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਮੰਤਰਾਲੇ/ਵਭਿਗ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪਰਵਿਾਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਅਦਾਰੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ, ਫਾਰਮ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸੰਕਟਕਾਲੀਨ ਸੰਪਰਕ, ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦੀ ਆਗਿਆ), ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਸਰੋਤ, ਸਖਿਲਾਈ, ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ – ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਅਧਿਕਾਰ-ਖੇਤਰਾਂ ਵਚਿ ਆਪਣੀ ਨਯਿੰਤਰਤਿ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਰਾਹੀ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਸਰੋਤ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਨਿਹਾਂ ਵਚਿ ਦਸ਼ਿਆਮਾਨ ਸੈਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸਟਾਰਟ-ਅੱਪ ਸਹਾਇਤਾ, ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਕੋਰਸ, ਖਡਿੰਣਾ ਅਤੇ ਸਾਜੇ-ਸਾਮਾਨ ਦੇ ਕਰਜੇ, ਘਰ ਵਚਿ ਫੇਰੀਆਂ, ਵਚਿਲਗਰਿ, ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆ-ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਚਿ ਸਹਾਇਤਾ, ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਡ੍ਰੈਪ-ਇਨਜ਼ ਜਾਂ ਪਲੇ-ਗਰੁੱਪ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲੇ ਪਰਵਿਾਰਾਂ ਨਾਲ ਲਕਿ – ਨਯਿਮਤਿ ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਅਦਾਰਾ ਅਕਸਰ ਉਹਨਾਂ ਪਰਵਿਾਰਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਸਬੰਧ ਜੋੜਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ ਜੋ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਸਿਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਭਰਨ ਲਈ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀ ਪਵੇਗੀ।

ਪ੍ਰਾਂਤਕੀ ਅਧਿਨਿਯਿਮਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਕੁਝ ਕੁ ਨਗਰਪਾਲਕਿਕਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰਾਂ ਕੋਲ ਘਰ ਵਚਿ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਨੂੰ ਸੰਚਾਲਤਿ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਨੂੰਨ ਵੀ ਸਥਾਪਤ ਹਨ। ਕੁਝ ਕੁ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਚਿ, ਘਰੇਲੂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਲਾਇਸੈਂਸ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਦੀ ਹੈ। ਹੋਰਨਾਂ ਵਚਿ, ਕਸਿ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਵਚਿ ਆਗਿਆ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਉਮਰਾਂ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵਰਤਮਾਨ ਅਧਿਨਿਯਿਮਾਂ ਤੋਂ ਨਵੀਨਤਮ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅਤੇ ਸੂਬੇ/ਖਤਿ ਵਚਿ ਪਰਵਿਾਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਤਾਮੀਲ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਏਥੇ ਵਸਿਸ਼ ਸੂਬਿਆਂ ਅਤੇ ਖਤਿਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਅਧਿਨਿਯਿਮਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤਿ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਧੀਕ ਲਕਿ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਆਮਦਨ

ਪਰਵਿਾਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਮਾਈਆਂ ਕਈ ਕਾਰਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਤਿ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ: ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਚਿ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਮੰਗ, ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ 'ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਦਰਾਂ', ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਉਮਰਾਂ ਜਨਿਹਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਤਜਰਬਾ ਅਤੇ ਸਖਿਲਾਈ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਚਿ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਮੰਗ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਨਵੇਂ-ਨਵੇਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਚਿ ਪਰਵਿਾਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਮੰਗ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਜੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਆਬਾਦੀ ਵਾਲਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬਜ਼ੁਰਗ ਪਰਵਿਾਰਾਂ ਦੀ ਆਬਾਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਚਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਜੇਕਰ ਇਹ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਘਣੀ ਆਬਾਦੀ ਵਾਲਾ ਖੇਤਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੇ ਘਰ-ਅਧਾਰਤ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਉੱਚ ਮੰਗ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਥਾਨਕ ਅਖਬਾਰਾਂ ਵਚਿ ਇਸ਼ਤਹਿਰਾਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਔਨਲਾਈਨ ਪੋਸਟਰਿੰਗਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਦੇਸਤਾਂ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮੰਗਣ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਟਕਿਊ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀ, ਦੂਜੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ, ਚਰਚ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਸਟਾਫ ਜਾਂ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਮਾਲਕਾਂ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੋਤ ਵਭਿਗਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਸਵਾਲ:

- ਕੀ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਚਿ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਮੰਗ ਹੈ?
- ਕਹਿਤੀਆਂ ਉਮਰਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
- ਕੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਅਤੇ ਦਨਿਆਂ ਦੀਆਂ ਮਦਾਂ ਵਚਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਵਸਿਸ਼ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਲੋੜਾਂ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਕਸਿ ਸ੍ਰਿਟਿ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਕ-ਸਮੇ ਦੇ ਕਾਮਿਆਂ ਵਾਸਤੇ)?

- ਕੀ ਉਹ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇੱਕ ਗੁਣਵੱਤਾ ਭਰਪੂਰ ਘਰੇਲੂ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਆਕਰਸ਼ਤਿ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਉਤਸ਼ਾਹਜਨਕ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਸਿ ਘਰੇਲੂ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਛੱਡਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਜੇ ਇਹ ਉਹ ਕੰਮ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਗੁਣਵੱਤਾ ਭਰਪੂਰ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਦਰਤਿ ਸੰਕਲਪ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਰਗਰਮ ਅਤੇ ਅਸਰਦਾਰ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਵੋਗੇ। ਪਰ ਇਸ ਮਾਪ ਵਜੋਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਮੰਗ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਰਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਕਨਿ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਵਿ ਕੀ ਜਕਿਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਨਯਿਮਤਿ ਪਰਵਿਾਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਅਦਾਰੇ ਦੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਅਕਸਰ ਤੁਹਾਡੇ ਖੱਬਿਆਂ ਨੂੰ ਭਰ ਦੇਣਗੇ, ਜਸਿਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲੇ ਪਰਵਿਾਰਾਂ ਦੀ ਮਸ਼ਹੂਰੀ ਕਰਨ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

### ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਮਾਈਆਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਉਮਰਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਤਿ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਨਿਹਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਅਤੇ ਦਨਿ, ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਉਠਾਏ ਜਾਂਦੇ ਖਰਚਿਆਂ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਲਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਤਿ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਉਮਰਾਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਅਤੇ ਦਨਿ ਦਾ ਨਰਿਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਕੁਝ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਦੀ ਹੈ।

ਆਪਣੀਆਂ ਖੁਦ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਿਾਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਮੰਗ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕ ਉੱਚ ਮੰਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਾਰਟ-ਟਾਈਮ ਦੇਖਭਾਲ, ਜੇ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਦੋ ਜਾਂ ਤਨਿ ਦਨਿ ਜਾਂ ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਦਨਿ ਅੰਸ਼ਕ ਦਨਿ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਪਹਲਿ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੀ ਮੰਗ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਉੱਚ ਹੈ। ਸਫਿਟਾਂ ਜਾਂ ਅਸਾਧਾਰਨ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ ਵੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਦੋ ਤੋਂ ਚਾਰ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਪੂਰੇ-ਦਨਿ ਦੀਆਂ ਖਾਲੀ ਥਾਂਵਾਂ ਨੂੰ ਭਰਨਾ ਕੁਝ ਐੱਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਕਿ ਇਸ ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਲਈ ਨਰਸਰੀ ਸਕੂਲਾਂ, ਡੇ-ਕੇਅਰ ਸੈਟਰਾਂ, ਅਤੇ ਕਡਿਰਗਾਰਟਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਜੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਰ ਮੁਕਾਬਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

### ਆਪਣੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਤੈਅ ਕਰਨਾ

ਬੇਸ਼ੱਕ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਾਈ ਉਹਨਾਂ ਦਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਤਿ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਰਾਂ ਉਸ ਸਸਿਟਮ ਦੇ ਦੁਆਰਾ ਨਰਿਧਾਰਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਸਿ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਬਦਲਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਆਪਣੀਆਂ ਦਰਾਂ ਨੂੰ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਈ ਕਾਰਕਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਸਿ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਖਿਲਾਈ, ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਕਸਿਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜਸਿ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਖੁਦ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਨੂੰ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਾਰਕ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਿਊਨਟਿ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੁਆਰਾ ਚਾਰਜ ਕੀਤੇ ਗਏ ਰੇਟ ਹੋਣਗੇ।

ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਲਈ ਦਰਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੈ। ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਦਰਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਸਿ ਹੋਰ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰੇਟਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਕਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰੇਟਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ ਲਈ ਕਸਿ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਟਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਇਹ ਚਤਿਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੀਮਤ ਨਰਿਧਾਰਨ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਸ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕੀਤੇ ਬਨਿ ਹੋਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਕੀ ਚਾਰਜ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਰਸਿਰਸ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਜਾਂ ਸਪੋਰਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਫੈਮਲਿ ਰਸਿਰਸ ਸੈਟਰ ਜਾਂ ਹੋਰ ਚਾਈਲਡ ਏਜੰਸੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਐਸਤ ਦਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। ਪੋਸਟ ਕੀਤੀਆਂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦਰਾਂ ਲਈ ਸਰੇਗਲਸਿਟ ਵਰਗੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਆਨਲਾਈਨ ਵਰਗੀਕ੍ਰਤਿ ਵਗਿਆਪਨ ਦੇਖੋ। ਆਪਣੀਆਂ ਦਰਾਂ ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਕਰਨਾ ਠੀਕ ਹੈ, ਪਰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਦਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਕੀ ਹਨ, ਜਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣਗੇ। ਮਾਪੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰਤੀਯੋਗੀ ਨਹੀਂ ਹਨ ਇਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣਾ ਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਦਰਾਂ ਐਸਤਨ ਹੋਈਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਵਾਸਤਵ ਵਿੱਚ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਖਿਲਾਈ, ਅਨੁਭਵ, ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪੇਸ਼

ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਐਸਤ ਤੋਂ ਉੱਚੀ ਦਰਾਂ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹਨ, ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਫੈਸਲਾ ਹੈ। ਐਸਤ ਦਰ ਬਾਰੇ ਸੁਚੇਤ ਹੋਣ ਨਾਲ, ਹਾਲਾਂਕਿ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਮਲਿੰਗੀ ਕੀ ਸੰਭਾਵੀ ਗਾਹਕ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਕੀ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਲਾਇਸੈਂਸਸ਼ੁਦਾ ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਲਈ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਦਰਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ।

### ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਨੀਤੀਆਂ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਿ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕਮਾਈ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਵਚਿਾਰੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ:

- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦਾਖਲੇ ਦੁਆਰਾ ਚਾਰਜ ਕਰੋਗੇ? (ਯਾਨੀ ਕੀ, ਕੀ ਮਾਪੇ ਉਹਨਾਂ ਖਾਲੀ ਦਿਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਗੇ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਤੋਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਚਾਹੇ ਬੱਚਾ ਹਾਜ਼ਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ?)
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਨਮਿਨਲਖਿਤ ਲਈ ਖਰਚਾ ਲਵੋਗੇ:
  - ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ?
  - ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਬਮਿਾਰੀ?
  - ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਮਿਾਰੀ?
  - ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ?
  - ਬਮਿਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਬੰਦ ਹੋਣਾ?
  - ਕਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀਆਂ?
- ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਪਰਵਿਾਰ ਤੋਂ ਇੱਕ ਵਾਧੂ ਬੱਚੇ ਲਈ ਆਪਣੀ ਦਰ ਨੂੰ ਘਟਾਓਗੇ?

ਨੋਟ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਅਦਾਰੇ ਨਾਲ ਭਾਗ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਲਾਇਸੈਂਸਸ਼ੁਦਾ ਆਪਰੇਟਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਸਿਟਮ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਅਧਨਿਯਿਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਸਿਟਮ ਕੋਲੋਂ ਪੜਤਾਲ ਕਰੋ।

### ਪ੍ਰਤੀਬਥਿਤ ਸਰਗਰਮੀ

ਪਰਾਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਕਰਿਆ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਕੱਢੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਇਲੈਕਟਰਾਨਿਕ ਫਾਈਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਨੋਟ ਕਰੋ ਕੀ ਇਹਨਾਂ ਪਰਾਵਰਤਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਸਪੁਰਦ ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਸਗੋਂ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਖਿਣ ਅਤੇ ਵਾਧੇ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਮਾਈਆਂ ਉਹਨਾਂ ਦਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਲੈਂਦੇ ਹੋ।

ਦਾਖਲੇ ਦੁਆਰਾ ਭੁਗਤਾਨ, ਛੁੱਟੀਆਂ ਜਾਂ ਬਮਿਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, ਅਤੇ ਇੱਕੋ ਪਰਵਿਾਰ ਦੇ ਵਧੀਕ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੇ ਸਵਾਲਾਂ 'ਤੇ ਵਚਿਾਰ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਹਿੰਦੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਵਾਜਬ ਸਮਝਦੇ ਹੋ? ਕੁਝ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਖਰਚਾ ਵਸੂਲਣ ਜਾਂ ਨਾ ਲੈਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਕਰੋਗੇ?

### ਆਮਦਨ ਕਰ ਅਤੇ ਰਕਿਾਰਡ ਰੱਖਣਾ

ਕਸਿ ਕਾਰੋਬਾਰ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜ਼ਮਿੰਵਾਰੀ ਹੈ ਟੈਕਸ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਸਹੀ ਅਤੇ ਪੂਰੇ ਇਨ-ਆਵਰ ਅਤੇ ਖਰਚੇ ਦੇ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ। ਅਜਹਿ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਇਹ ਵੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਆਮਦਨ ਵਿੱਚੋਂ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਕਟੌਤੀਆਂ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ ਜਨਿੰਹਾਂ ਦੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਵੈ-ਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਵਖਿਕਤੀ ਵਜੋਂ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਮਿਨਲਖਿਤ ਵਾਸਤੇ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨਕਾਰੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ (ਰਸੀਦਾਂ, ਬਲਿੰ, ਬਲਿੰ, ਆਦਿ) ਨੂੰ ਸਾਂਭ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੋਬਾਰ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਆਮਦਨ;
- ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿਚਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਵਾਸਤੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਦੇ ਰਕਿਾਰਡ;
- ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੋਬਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਵੀ ਖਰਚੇ।

- ਕਟੌਤੀਯੋਗ ਖਰਚੇ ਜੋ ਕਿ ਟੈਕਸ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕਟੌਤੀਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਸੀਦਾਂ, ਬਲਿੰ, ਇਨਵੋਇਸਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:
  - ਲੇਖਾਕਾਰੀ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਖਰਚੇ
  - ਆਟੋਮੋਬਾਈਲ ਖਰਚੇ
  - ਬੈਂਕ ਖਰਚੇ
  - ਪੂੰਜੀਗਤ ਲਾਗਤ ਭੱਤਾ (ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਵਿੱ ਕੀ ਫਰਜਿ ਜਾਂ ਖੇਡ ਢਾਂਚੇ ਲਈ ਸੰਪੂਰਨ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਅੰਸ਼ਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਖਰੀਦੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਆਈਟਮਾਂ ਲਈ ਘਸਾਈ)
  - ਫੀਲਡ ਟਰੇਪਿ ਦੀ ਲਾਗਤ
  - ਖਾਦਅਿ ਪਦਾਰਥ
  - ਘਰੇਲੂ ਸਪਲਾਈਆਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਉਤਪਾਦ)
  - ਘਰ ਦੇ ਖਰਚੇ (ਜਵਿੱ ਕੀ ਗਰਮੀ, ਰੋਸ਼ਨੀ, ਗੈਸ, ਗਰਿਵੀਨਾਮੇ ਦਾ ਵਅਿਅਜ ਅਤੇ ਟੈਕਸ, ਕਰਿਅਿਆ)
  - ਬੀਮਾ
  - ਖੇਡਣ ਦਾ ਸਮਾਨ
  - ਡਾਕ ਅਤੇ ਸਟੇਸ਼ਨਰੀ
  - ਘਰ ਅਤੇ ਸਾਜੇ-ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਅਤੇ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ, ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੇਬਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤਿ ਟੈਲੀਫੋਨ ਖਰਚੇ
  - ਸਖਿਲਾਈ/ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਨਾ ਵਕਿਅਸ
  - ਕਸਿ ਸਹਾਇਕ ਨੂੰ, ਵਕਿਲਪਕ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤੀ ਉਜਰਤ ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਸਖਿਲਾਈ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰਦੇ ਹੋ, ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੇਬਾਰ ਵਾਸਤੇ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਆਦਿ

ਨੋਟ: ਇਹ ਸੂਚੀ ਸੰਪੂਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੋਰ ਖਰਚੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੈਕਸ ਦੇ ਮਕਸਦਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕੱਟਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ ਖਰਚਾ ਕਟੌਤੀਯੋਗ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਭ ਕੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਿਊ ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

### ਬੀਮਾ

ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਕਾਰੇਬਾਰੀ ਆਪਰੇਟਰ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਣਦਾਰੀ ਬੀਮੇ ਦੁਆਰਾ ਢੁੱਕਵੇਂ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਬੀਮਾ ਉਸ ਸਮੇਂ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੇਬਾਰ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਬੱਚਾ, ਮਾਪਾ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੇਬਾਰ ਵਿੱਚ

ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਅਿਕਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ, ਜਾਂ ਕਸਿ ਸਹਾਇਕ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਵਕਿਲਪਕ ਜਖ਼ਮੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਰਵਿਾਰਕ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਕਾਰੇਬਾਰੀ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਲਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਆਮ ਹਾਊਸ-ਹੋਲਡਰ ਦੀ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਪਾਲਸਿ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਨਾ ਕਰੇ। ਪਰਵਿਾਰਕ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਦੇਣਦਾਰੀ ਬੀਮਾ ਆਮ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਦੋ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੌਜੂਦਾ ਘਰੇਲੂ ਪਾਲਸਿ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਰਾਈਡਰ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ, ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੇਬਾਰ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਦੇਣਦਾਰੀ ਨੀਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਵੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਪਾਲਸਿ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਕਿਲਪਾਂ, ਜਾਂ ਸਹਾਇਕਾਂ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਜਾ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਇੰਸ਼ੂਰੈਂਸ ਬ੍ਰੇਕਰ ਜਾਂ ਏਜੰਟ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਢੁੱਕਵੀਂ ਬੀਮਾ ਸੂਰੱਖਿਆ ਦੀ ਰਕਮ ਦੀ ਸਫਿਰਸ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲਜਿਅਉਣ ਲਈ ਕਸਿ ਵਾਹਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਮੋਟਰ-ਗੱਡੀ ਬੀਮਾ ਕਸਿ ਹਾਦਸੇ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੇਗਾ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਪੰਗਤਾ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵੀ ਵਚਿਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸੱਟ ਲੱਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਬਮਿਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਵੈ-ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਵਅਿਕਤੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਤ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਬੀਮਾ (EI) ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਅਜਹਿ ਸਾਥੀ ਦੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ ਜੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਬੀਮਾ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸੰਸਥਾ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਗਰੁੱਪ ਪਲਾਨ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਬਹਿਤਰ ਬਜਿਨਸ ਬਠਿਉਰੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਇੱਥੇ ਕੋਈ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਜਾਂ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀ ਕਾਰੇਬਾਰੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਉਹ ਸਮੂਹ ਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਨੀਤੀ ਲਈ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸੰਭਾਵੀ ਰਾਹ ਹਨ।



ਇਹ ਸੁਨਸ਼ਿਚਤਿ ਕਰੋ ਕਿ ਗਲਤਫਹਿਮੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਏਜੰਟ (ਏਜੰਟਾਂ) ਜਾਂ ਬ੍ਰੋਕਰ ਨਾਲ ਬੀਮਾ ਕਵਰੇਜ ਸਬੰਧੀ ਸਾਰੇ ਸੰਚਾਰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ (ਜਵਿ ਕੀ ਈਮੇਲ)।

## ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਫਾਰਮ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਇਸ ਖੰਡ ਵਿੱਚ, ਅਸੀਂ ਕਈ ਸਾਰੀਆਂ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਕਸਿਮਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਾਂਗੇ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਿਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਾਸਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਫਾਰਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਕੁ, ਜਵਿ ਕੀ ਲਿਖਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰੀ ਇਤਹਿਾਸ ਅਤੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀਨ ਸੰਪਰਕ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਦੇ ਅਖਤਿਆਰਕਰਨ ਫਾਰਮ ਅਤੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਹੋਰ ਫਾਰਮ, ਜਵਿ ਕੀ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਨੀਤੀ ਬਿਆਨ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਸਹਮਿਤੀ ਫਾਰਮ, ਉਹ ਔਜ਼ਾਰ ਹਨ ਜਨ੍ਹਿਹਾਂ ਨੂੰ ਤਜ਼ਰਬੇਕਾਰ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਮੁੱਲਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

## ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ

ਤੁਹਾਡਾ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਅਦਾਰਾ ਜਾਂ ਲਾਇਸੈਂਸ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਦਫਤਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਅਧਨਿਯਿਮ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

## ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਨੀਤੀ ਬਿਆਨ

ਨਮਿਨਲਿਖਿਤ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਨੀਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲਿਖੋ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਫਲਸਫਾ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ
- ਵੱਤੀ ਮਸਲੇ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦਾਖਲੇ ਦੁਆਰਾ, ਛੁੱਟੀਆਂ, ਬਮਿਾਰੀ ਦੇ ਦਨਿਾਂ, ਆਦਿ ਵਾਸਤੇ ਖਰਚਾ ਲਵੋਗੇ)
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਬਮਿਾਰੀ; ਯਾਨੀ ਕੀ, ਕਨ੍ਹਿਹਾ ਕੁ ਬਮਿਾਰ ਏਨਾ ਬਮਿਾਰ ਹੈ ਕੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦਾ
- ਕਹਿਣੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ, ਜੇ ਕੋਈ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇਵੋਗੇ (ਉਦਾਹਰਨ

ਲਈ "ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੂਲ ਕੰਟੇਨਰ ਵਿੱਚ ਕੇਵਲ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਹੀ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਲਿਖਤੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ")?

- ਵਕਿਲਪਕ ਸੰਭਾਲ ਲੱਭਣ ਲਈ ਕੌਣ ਜੁੰਮੇਵਾਰ ਹੈ ਜੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ (ਦੂਜੇ ਸਬਦਾਂ ਵਿੱਚ, ਕੀ ਇਹ ਮਾਪੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ)?
- ਟੇਆਇਲਟ ਸਖਿਲਾਈ, ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ, ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮਹੱਤਵ ਦੇ ਹੋਰ ਮੁੱਦੇ

## ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਕੰਟਰੈਕਟ

ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਲਿਖਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦੇ ਉਲਟ, ਜੇ ਬੱਸ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਇਹ ਬਿਆਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪਰਵਿਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਨੂੰ ਕਵਿ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ/ ਲਿਖਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਵਿਚਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਨ੍ਹਿਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਮਾਪੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਪਰਸਪਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਹਮਿਤੀ ਹੋਇਆ ਕਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ:

- ਬੱਚੇ, ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਪਤਾ
- ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੀ ਮਦ/ਲੰਬਾਈ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਲ)
- ਉਹ ਘੰਟੇ ਅਤੇ ਦਨਿ ਜਨ੍ਹਿਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ
- ਭੁਗਤਾਨ ਦੀ ਦਰ ਅਤੇ ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ
- ਕੋਈ ਵੀ ਵਧੀਕ ਵੱਤੀ ਵਵਿਸਥਾਵਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਵਧਿਅਨਕ ਛੁੱਟੀਆਂ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਗੈਰ-ਹਾਜ਼ਰੀ, ਓਵਰਟਾਈਮ ਭੁਗਤਾਨ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ/ਹੈ)
- ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ/ਲਿਖਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਵਿਚਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਨ੍ਹਿਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਮਾਪੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ,



ਦੇ ਸਬੰਧ ਵੱਚਿ ਇੱਕ ਪਰਸਪਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਹਮਿਤੀ ਵਾਲਾ ਕਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੈ।

- ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ
- ਕੋਈ ਹੋਰ ਮੁੱਦੇ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ) ਜਨ੍ਹਿਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ
- ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਦੋਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਦਸਤਖਤ ਅਤੇ ਤਾਰੀਖ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ

### ਡਾਕਟਰੀ ਇਤਹਿਾਸ ਅਤੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀਨ ਸੰਪਰਕ ਫਾਰਮ

ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮਾਪਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਇੱਕ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਡਾਕਟਰੀ ਇਤਹਿਾਸ ਅਤੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀਨ ਸੰਪਰਕ ਫਾਰਮ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਹਿਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰਕਿਾਰਡ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਉਸ ਵੱਚਿ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:

- ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਨਾਮ, ਘਰ, ਅਤੇ ਕੰਮ ਦੇ ਪਤੇ, ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ
- ਜੇ ਕਸਿ ਸੰਕਟਕਾਲ ਵੱਚਿ ਮਾਪਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਤਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਸੰਕਟਕਾਲੀਨ ਸੰਪਰਕ ਦਾ ਨਾਮ, ਘਰ ਅਤੇ ਕਾਰਜ-ਸਥਾਨ ਦੇ ਪਤੇ, ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ
- ਬੱਚੇ:
  - ਨਾਮ, ਪਤਾ ਅਤੇ ਜਨਮ ਤਾਰੀਖ
  - ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਰਕਿਾਰਡ
  - ਗਿਆਤ ਐਲਰਜੀਆਂ (ਜਸਿ ਵੱਚਿ ਦਵਾਈਆਂ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਐਲਰਜੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ)
  - ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਤਾਂ

- ਬਚਪਨ ਦੀਆਂ ਬਮਿਾਰੀਆਂ ਦਾ ਅਤੀਤ
- ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵੱਚਿ ਜਾਣਕਾਰੀ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਕੰਨ ਵੱਚਿ ਦਰਦ, ਸਰਿ ਦਰਦ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ)

ਗੁਪਤਤਾ ਕਰਕੇ, ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਲਾਮਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

### ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ

ਪਰਾਵਰਤਨਸ਼ੀਲ ਕਰਿਆ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਕੱਢੋ ਜਾਂ ਕੋਈ ਇਲੈਕਟਰਾਨਿਕ ਫਾਈਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਨੋਟ ਕਰੋ ਕੀ ਇਹਨਾਂ ਪਰਾਵਰਤਕ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਸਪੁਰਦ ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਸਗੋਂ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਸਖਿਣ ਅਤੇ ਵਾਧੇ ਵਾਸਤੇ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਉਸ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕੀ, ਸਹਮਿਤੀ, ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਫਾਰਮਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ ਜਸਿ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਜਨ੍ਹਿਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਤੁਸੀਂ ਲਾਇਸੰਸਸੁਦਾ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੁਤੰਤਰ ਰੂਪ ਵੱਚਿ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਫਾਰਮਾਂ ਦੇ ਕੁਝ ਸੰਭਾਵੀ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਜਨ੍ਹਿਹਾਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

### ਦਵਾਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਕਤਾ ਫਾਰਮ

ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਵਚਿਲੇ ਕਸਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਕਸਿ ਵੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਇਸ਼ਤਹਿਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਸਹਮਿਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਅਜਹਿ ਫਾਰਮ ਨੂੰ ਭਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪ੍ਰਥਾ ਹੈ ਜਸਿ ਵੱਚਿ ਨਮਿਨਲਖਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ:

- ਬੱਚੇ ਦਾ ਨਾਮ



ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪਰਵਿਾਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਨੂੰ ਕਵਿੰ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ/ਲਖਿਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਵਚਿਕਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਨ੍ਹਿਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਮਾਪੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਦੇ ਸਬੰਧ ਵੱਚਿ ਪਰਸਪਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਹਮਿਤੀ ਹੋਇਆ ਕਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਮਾਤਰਾ
- ਖੁਰਾਕ ਦਾ ਸਮਾਂ
- ਟੀਕਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਵਸ਼ਿਸ਼ ਹਦਾਇਤਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਕਸਿ ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵੱਚਿ)
- ਸੰਭਾਵਤਿ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜਨਿਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
- ਉਹ ਤਾਰੀਖ ਜਦੋਂ ਦਵਾਈ ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਅਤੇ ਖਤਮ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

### ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਸਹਮਿਤੀ

ਆਉਟਰਿਗਿ ਸਹਮਿਤੀ ਫਾਰਮਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਦੋ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵੱਚਿ ਕਸਿ ਇੱਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਕੁ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਹਰੇਕ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਜਾਂ ਸਰਗਰਮੀ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਵਸ਼ਿਸ਼ ਸਹਮਿਤੀ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਫਾਰਮ ਇਹ ਬਿਆਨ ਕਰਨਗੇ:

- ਬੱਚੇ ਦਾ ਨਾਮ
- ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਦਸਤਖਤ
- ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦੀ ਮਤਿਤੀ
- ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦਾ ਟਕਿਾਣਾ
- ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਅਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਤਰੀਕਾ
- ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਦਾਖਲਾ ਫੀਸ, ਜਾਂ ਵਸ਼ਿਸ਼ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦਨਿ ਲੈ ਕੇ ਆਉਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ)

ਕੁਝ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਆਮ ਸਹਮਿਤੀ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕਰਵਾਉਣ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਹਿਾ ਫਾਰਮ ਇਹ ਬਿਆਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫੀਲਡ ਟਰਿਪਿੰਗ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਿਆਂ 'ਤੇ, ਆਟੋਮੋਬਾਈਲ, ਬੱਸ ਰਾਹੀਂ, ਜਾਂ ਪੈਦਲ ਯਾਤਰਾ 'ਤੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਹਮਿਤੀ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸਹਮਿਤੀ ਫਾਰਮਾਂ ਵੱਚਿ ਅਜਹਿੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਵਿੱ ਕ ਬੱਚੇ ਦਾ ਨਾਮ, ਮਾਪੇ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਦਸਤਖਤ, ਅਤੇ ਉਹ ਤਾਰੀਖ ਜਸਿ ਤਾਰੀਖ ਨੂੰ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਦਸਤਖਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

### ਤਤਕਾਲ ਹਵਾਲਾ ਕਾਰਡ

ਤੁਰੰਤ ਹਵਾਲੇ ਲਈ, ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਇੱਕ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਇੰਡੈਕਸ ਕਾਰਡ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੋ ਜਸਿ ਵੱਚਿ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ:

- ਬੱਚੇ ਦਾ ਨਾਮ
- ਜਨਮ ਦੀ ਤਾਰੀਖ
- ਐਡਰੈੱਸ
- ਹੋਮ ਫੋਨ #
- ਸਹਿਤ ਬੀਮਾ #
- ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਨਾਮ
- ਡਾਕਟਰ ਦਾ ਫੋਨ #
- ਐਲਰਜੀਆਂ
- ਮੈਂਜੂਦਾ ਮੈਡੀਕਲ ਹਾਲਤਾਂ
- ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਨਾਮ
- ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਸਥਾਨ
- ਕੰਮ 'ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਫੋਨ #
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਪਰਕ ਦਾ ਨਾਮ
- ਆਪਾਤਕਾਲੀਨ ਸੰਪਰਕ ਫੋਨ #

ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕਸਿ ਵੀ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਮੌਕੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਜਿਾਣ ਲਈ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਡੁਪਲੀਕੇਟ ਕਾਰਡ ਬਣਾਓ (ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਦਸਤਾਨੇ ਦੇ ਖਾਨੇ ਵੱਚਿ ਰੱਖੋ)।

### ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕੀ ਅਤੇ ਵੱਤੀ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਕਰਨਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹਸਿਾ ਫਾਈਲਾਂ ਅਤੇ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਹੈ। ਜਸਿ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਵਵਿਸਥਤਿ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰੱਖਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

### A. ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਫਾਇਲ

ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਫਾਈਲ ਬਣਾਕੇ ਰੱਖੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ:

- ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ
- ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ/ਇਤਹਿਾਸ ਫਾਰਮ
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਪਰਕ ਫਾਰਮ
- ਸਥਾਪਨਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਬਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਫਾਰਮ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ, ਤਰਜੀਹਾਂ, ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਤਜਰਬੇ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਨੋਟ-ਕਥਨ
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਬਾਰੇ ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗਾਂ/ਇੰਟਰਵਿਊਆਂ ਦੇ ਨੋਟ-ਕਥਨ
- ਦਵਾਈ ਦੇ ਅਖਤਿਆਰਕਰਨ ਲਈ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਫਾਰਮ
- ਭਰੇ ਹੋਏ ਆਊਟਗਿ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਫਾਰਮ
- ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਦੁਰਘਟਨਾ/ਬੀਮਾਰੀ ਦੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ

### B. ਵੱਡੀ ਫਾਇਲਾਂ

- ਰਸੀਦਾਂ, ਇਨਵੋਇਸ, ਬਲਿ
- ਐਕਸਪੈਸਮੈਂਟ ਜਰਨਲ (ਖਰਚਿਆਂ ਦੀ ਹਰੇਕ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਫਾਈਲ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੋ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਭੋਜਨ, ਖੇਡ ਸਪਲਾਈਆਂ, ਘਰੇਲੂ ਖਰਚੇ, ਆਟੋਮੋਬਾਈਲ ਖਰਚੇ)
- ਹਾਜ਼ਰੀ ਜਰਨਲ
- ਆਮਦਨ ਜਰਨਲ
- ਬੈਂਕ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਅਤੇ ਰੱਦ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਚੈੱਕ
- ਬਜਟ
- ਪਛਿਲੇ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਆਮਦਨੀ ਅਤੇ ਖਰਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਟੇਟਮੈਂਟਾਂ



ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹਿੱਸਾ ਫਾਈਲਾਂ ਅਤੇ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਹੈ।

### C. ਵਪਾਰਕ ਫਾਇਲਾਂ

- ਬੀਮਾ ਰਕਿਾਰਡ
- ਰਕਿਾਰਡਾਂ/ਏਜੰਸੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਈਸੈਂਸ ਦੇਣਾ
- ਲਿਖਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੇ ਫਾਰਮ
- ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ/ਇਤਹਿਾਸ ਫਾਰਮ
- ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੰਪਰਕ ਫਾਰਮ
- ਦਵਾਈ ਦੇ ਅਖਤਿਆਰਕਰਨ ਦੇ ਫਾਰਮ
- ਆਊਟਗਿਜ਼ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਫਾਰਮ
- ਰਸੀਦ ਫਾਰਮ

### D. ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਫਾਇਲਾਂ

- ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਲੇਖਾਂ ਲਈ ਨਿਊਜ਼ਲੈਟਰ/ਰਸਾਲਾ/ਜਰਨਲ/ਐਨਲਾਈਨ ਲਿਕਿ

- ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹਿਤ, ਸੁਰੱਖਿਆ, ਪੇਸ਼ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਬਰੋਸ਼ਰ, ਕਤਿਬਚੇ, ਆਦਿ
- ਕਲਾਵਾਂ, ਸਲਿਪਕਲਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਸਰਗਰਮੀ ਬਾਰੇ ਵਚਿਾਰ
- ਭੋਜਨ ਸੂਚੀ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪਕਵਾਨ-ਵਧੀਆਂ
- ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਰੋਤਾਂ, ਦੇਖਣ ਲਈ ਸਥਾਨਾਂ, ਅਤੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

## E. ਨਜ਼ੀ ਫਾਇਲਾਂ

- ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ
- ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ
- ਡਪਿਲੋਮਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ, ਡਗਿਰੀਆਂ, ਕੋਰਸਾਂ, ਸੈਮੀਨਾਰਾਂ, ਕਾਨਫਰੰਸਾਂ, ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ, ਆਦਿ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ਡਪਿਲੋਮਾ, ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਬੂਤ।
- ਹਵਾਲੇ ਦੇ ਪੱਤਰ, ਗਾਹਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਪੱਤਰ
- ਸੰਸਥਾ ਦੀਆਂ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪਾਂ
- ਨਊਜ਼ਲੈਟਰ
- ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਾਨਫਰੰਸਾਂ, ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ, ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

## ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਨੁਕਤਾ...

ਆਪਣੇ ਫਾਇਲ ਫੋਲਡਰਾਂ ਨੂੰ ਸਪਸ਼ਟ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲੇਬਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੁਝ ਫਾਇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਛੋਟੀਆਂ ਆਈਟਮਾਂ ਹਨ (ਖੇਡਣ ਦੀਆਂ ਸਪਲਾਈਆਂ ਵਾਸਤੇ ਕੈਸ਼ ਰਜਿਸਟਰ ਟੇਪਾਂ, ਆਦਿ) ਟੇਪ ਲਗਾਓ ਜਾਂ ਬੰਦ ਕੀਤੀਆਂ ਫਾਇਲਾਂ ਦੇ ਪਾਸਿਆਂ ਨੂੰ ਸਟੈਪਲ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਆਈਟਮਾਂ ਬਾਹਰ ਨਾ ਖਸਿਕ ਜਾਣ। ਹਫਤਾਵਰੀ ਜਾਂ ਮਾਸਿਕ ਛਾਟੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਰਟਿਰਨ ਭਰਨ ਵਾਸਤੇ ਕਸਿ ਵੀ ਅਜਹੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਕਸਿ ਫਾਇਲ ਟੈਕਰੀ ਜਾਂ ਵੱਡੇ ਲਫਿਫੇ ਵਿੱਚ ਪਾਕੇ ਰੱਖੋ ਜਿਸਨੂੰ ਫਾਇਲ ਕਰਨਾ ਪੈਦਾ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਾਇਲਾਂ ਨੂੰ ਕਨਿ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਇਹ ਫਾਇਲ ਦੀ ਕਸਿਮ ਅਤੇ ਹਾਲਾਤਾਂ 'ਤੇ ਨਰਿਭਰ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਡੇ-

ਕੇਅਰ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਫਾਇਲਾਂ ਨੂੰ ਤਦ ਤੱਕ ਸਾਂਭ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦ ਤੱਕ ਬੱਚਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿੱਚ ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਸਮਾਪਤ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਅਦ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੱਕ। ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਰਟਿਰਨ ਭਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਰਕਿਾਰਡ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਛੇ ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਰੱਖੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਨਜ਼ੀ ਫਾਇਲਾਂ ਨੂੰ ਸਾਲ-ਦਰ-ਸਾਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੋਗੇ।

## ਇਸਤਹਿਾਰਬਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰ

### ਮੂੰਹ ਦੇ ਸ਼ਬਦ

ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਸਰਦਾਰ, ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਮਹਿੰਗੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਮੂੰਹ-ਜੁਬਾਨੀ ਬੋਲਣਾ। ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਮਾਪੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਵਧੇਰੇ ਸਹਿਜ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਸਿ ਦੀ ਸਫਿਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਦੋਸਤਾਂ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ, ਪਰਵਿਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਫਿਾਰਸ਼ਾਂ ਵਾਸਤੇ ਪੁੱਛਕੇ ਆਪਣੀ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਤਲਾਸ਼ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਗੁਣਵਤਾ ਭਰਪੂਰ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਗਾਹਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਫਿਾਰਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂ ਨਵਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਹੋ ਜੋ ਗਾਹਕਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ ਰਹਿ ਹੈ, ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਉਹ ਹੈ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ, ਜਨ੍ਹਿਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਪਰਵਿਾਰ
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਦੇ ਦੋਸਤਾਂ, ਅਤੇ ਮਾਪੇ
- ਗੁਆਂਢੀ
- ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਥੀ ਦੇ ਸਹਕਿਰਮੀ
- ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ
- ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਦੇ ਸਕੂਲ
- ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਦੇ ਚਰਚ
- ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਮਾਲਕ (ਕਰਮਚਾਰੀ ਵਭਿਾਗ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ)

- ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ (ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ)
- ਐਨਲਾਈਨ ਨੈੱਟਵਰਕ ਜਿਵੇਂ ਕਿ Facebook (ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਵਸ਼ਿਸ਼ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ)

## ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਰੋਤ

ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਰੈਫਰਲ ਦੇਵਾਂ ਲਈ, ਅਤੇ ਕਈ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧ ਸਰੋਤਾਂ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸਰੋਤ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਰਜਿਸਟਰੀਆਂ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਸੇਵਾਵਾਂ
- ਪਰਿਵਾਰ/ਘਰ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਏਜੰਸੀਆਂ
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਰੋਤ ਕੇਂਦਰ/ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
- ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਂਟਰ, ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੂਚਨਾ ਦਫ਼ਤਰ
- ਕੇਅਰਗਵਿਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਾਂ

## ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ

ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਕੱਢੋ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਫਾਈਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਜਮ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਪਰ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਤੁਹਾਡੀ ਨੀਜੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਵਕੀਲ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਗਾਹਕ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸਾਧਨ ਕੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ? ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਕਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ?

## ਇਸ਼ਤਹਿਰਾਬਾਜ਼ੀ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਪਰਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਚਿਤ ਹੁੰਗਾਰਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਿਹਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਕਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਅਜ਼ਮਾਉਣਾ ਚਾਹੋਗੇ। ਆਪਣੇ ਵਾਸਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਮਹਿੰਗੇ ਪਰ

ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਹਿਾਰਕ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰੋ, ਫੇਰ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਰ ਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਅਜ਼ਮਾਓ। ਪਰਿਵਾਰਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ: ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਹੀ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਬੁਲੇਟਿਨ ਬੋਰਡਾਂ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੰਬਰਾਂ 'ਤੇ ਨੋਟਿਸ ਪੋਸਟ ਕਰੋ:

- ਲੋਕਲ ਲਾਇਬਰੇਰੀਆਂ
- ਭਾਈਚਾਰਕ ਕੇਂਦਰ
- ਵੱਡੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰਦਾਤਾ
- ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਲਾਬੀ
- ਸੁਪਰਮਾਰਕੀਟ
- ਲੈਨਡ੍ਰੋਮੈਟਸ
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਰੋਤ ਕੇਂਦਰ
- ਡ੍ਰੋਪ-ਇਨ, ਪਲੇਅ-ਗਰੁੱਪ

ਐਨਲਾਈਨ ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ ਸਾਈਟਾਂ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਫੇਸ-ਬੁੱਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਪੋਸਟਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚਲੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨੋਟਿਸਾਂ/ਫਲਾਇਰਾਂ ਨੂੰ ਵੰਡਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

## ਤੁਹਾਡੇ ਇਸ਼ਤਹਿਰਾ/ਨੋਟਿਸ ਨੂੰ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰਨਾ

ਆਪਣੇ ਇਸ਼ਤਹਿਰਾ ਅਤੇ ਨੋਟਿਸਾਂ ਨੂੰ ਸੰਖੇਪ, ਰਚਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਆਕਰਸ਼ਕ ਬਣਾਓ। ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹੋਰਨਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਇਸ਼ਤਹਿਰਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਇਸ਼ਤਹਿਰਾ ਜਾਂ ਉਡਾਨਾਂ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਨੁਕਤਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨ, ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਅਤੇ ਦਿਨਾਂ ਸਮੇਤ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਕੁਝ ਕੁ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਇਸ਼ਤਹਿਰਾ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਨਾ ਰੱਖਣ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ

## ਇਕਾਈ 03

ਦਿੱਤੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਬੱਸ ਇੱਕ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਕਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕਰਦੇ ਹਨ।

- ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਕਥਨਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, “ਕੋਈ ਬਾਲ ਨਾ ਹੋਣ” ਦੀ ਬਜਾਏ, “ਦੋ ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਾਂਗੇ” ਕਹੋ।
- ਏਥੇ ਤੱਕ ਕਿ ਕਿਸੇ ਛੋਟੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਵੱਜ ਵੀ, ਅਜਿਹੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਵਾਕਾਂਸ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਦੱਸਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਨਾਐ,)

ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਸਰਗਰਮ, ਦੋਸਤਾਨਾ, ਗੁਣਵਤਾ ਭਰਪੂਰ ਘਰੇਲੂ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ, ਘਰ-ਤੋਂ-ਦੂਰ-ਘਰ)।

- ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਣ ਲਈ ਨੋਟਸਿੰਗ ਅਤੇ ਫਲਾਇੰਗ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਕਸਿ ਬੱਚੇ ਦੀ ਡਰਾਇੰਗ ਨੂੰ ਫਲਾਇਰ ਦੇ ਸਖਿਰ ‘ਤੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤਹਿਤ ਰੱਖੋ। ਫਲਾਇਰ ਦੀ ਫੋਟੋਕਾਪੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗ ਕਰਨ ਵੱਜ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ।
- ਨੋਟਸਿੰਗ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਟੀਅਰ-ਆਫ ਸੈਕਸ਼ਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵੱਜ ਤੁਹਾਡਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।



ਧਿਆਨ ਖਿੱਚਣ ਲਈ ਨੋਟਸਿੰਗ ਅਤੇ ਫਲਾਇੰਗ ‘ਤੇ ਕਸਿ ਚਿੱਤਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਕਸਿ ਬੱਚੇ ਦੀ ਡਰਾਇੰਗ ਨੂੰ ਫਲਾਇਰ ਦੇ ਸਖਿਰ ‘ਤੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਉਦਾਹਰਨ ਦੇ ਤਹਿਤ ਰੱਖੋ। ਫਲਾਇਰ ਦੀ ਫੋਟੋਕਾਪੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗ ਕਰਨ ਵੱਜ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ।



# ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰਨ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇਸ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਬਤਾਉਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਵਧੇਰੇ ਸਮਾਂ ਬਤਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਇਆ ਹੈ।

**ਚੈਟਰਬਾਕਸ |ਕਮਿੰ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਕੋਲੋ ਇੱਕ ਆਵਾਜ਼ੀ ਕਸਿਯ**

“ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਜ਼ਿਨਸ ਪੱਖ ਨੂੰ ਨਾਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਬੱਸ ਇਸ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਕਰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਨਤੀਜਾ, ਬੇਸ਼ੱਕ, ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਹਰ ਵਾਰ ਜਦ ਵੀ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਸੰਭਾਲ ਵੱਚਿ ਕੋਈ ਨਵਾਂ ਪਰਵਾਰ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਇੱਕ ਲਿਖਿਤੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਵੱਚਿ ਹਰ ਥਾਂ ਖੁਦਾਈ ਕਰ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਇਸਨੂੰ ਬਣਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ਸੀ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਇੱਕ ਮਾਪੇ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵੱਚਿ ਮੈਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਇਸਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਛੱਡ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਦੀ ਰੁੱਤ ਇੱਕ ਡਰਾਉਣਾ ਸੁਪਨਾ ਸੀ, ਮੈਨੂੰ ਅੱਧੀਆਂ ਕਟੌਤੀਆਂ ਨਹੀਂ ਮਲੀਆਂ ਜਨਿਹਾਂ ਦੇ ਮੈਂ ਹੱਕਦਾਰ ਸੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਸਾਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਭੁਗਤਾਨ-ਵਾਪਸੀ ਮਲਿ ਰਹੀ ਸੀ, ਪਰ ਅਸੀਂ ਆਖਰੀ ਮਟਿ ਤੱਕ ਕਦੇ ਵੀ ਰਟਿਰਨ ਭਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋਏ ਕਉਕਿ ਮੈਂ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਰਸੀਦਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵੱਚਿ ਬਤਾਇਏ ਜਨਿਹਾਂ ਦੀ ਮੈਨੂੰ ਲੋੜ ਸੀ (ਅਤੇ ਸਫਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੀ)। ਸੰਖੇਪ ਰੂਪ ਵੱਚਿ, ਮੈਂ ਸ਼ਾਇਦ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦੁੱਗਣਾ ਸਮਾਂ ਬਤਾਇਆ ਜਨਿ ਕਾ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਹਸਿੰ ਵੱਚਿ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੀ ਜੇ ਮੈਨੂੰ ਘੱਟ ਪਸੰਦ ਸੀ। ਮੈਂ ਅੰਤ ਵੱਚਿ ਆਪਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਐਕਟ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਸਾਲ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਲਿਆ। ਮੈਂ ਕੁਝ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ 'ਤੇ ਗਿਆ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਨੇ ਇੱਕ ਫਾਈਲਿਗ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜੋ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਮੈਂ ਹੁਣ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਵਪਾਰਕ ਪੱਖ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ? ਨਹੀਂ। ਅਜੇ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਅਸਲ ਵੱਚਿ ਨਾਪਸੰਦ ਕਰੇ। ਪਰ ਮੈਂ ਹੁਣ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਬਤਾਉਂਦਾ ਹਾਂ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮੈਂ ਇਸ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਬਤਾਉਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਇਆ ਹੈ।

“ਜਦ ਮੈਂ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਚੀਜ਼ ਜੋ ਮੈਂ ਕੀਤੀ ਉਹ ਸੀ ਕੁਝ ਹੋਰ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਲਿਣਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਬਤਾਉਣਾ। ਇੱਕ ਦੋਸਤ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇੱਕ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਕੋਲ ਭੇਜਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਂ ਹੁਣੇ ਹੁਣੇ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਅਖਬਾਰ ਤੋਂ ਇੱਕ ਵਗਿਆਪਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਮੈਨੂੰ ਵਸਿਵਾਸ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ ਕਿ ਦੋਵੇਂ ਮੈਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਦਿਨ ਬਤਾਉਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਸਨ ਕਿ ਨੌਕਰੀ ਕਹਿ ਜਹਿੰ ਸੀ। ਦੋਨੋਂ ਹੀ ਮੇਰੇ ਵਾਸਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਰੋਤ ਸਾਬਤ ਹੋਏ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਮੇਰੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਪਹਲਿੰ ਸਾਲ ਵੱਚਿ। ਮੈਂ ਅਜਹਿ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਕਸਿੰ ਵੀ ਵਕਿਸਤਿ ਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਲਿਣ ਦੀ ਪੁਰਜੋਰ ਸਫਿਰਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਇਹ ਵੀ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਹੋਰਨਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬਕਾਇਦਾ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਣਾ ਹਰ ਉਸ ਵਕਿਸਤਿ ਵਾਸਤੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਜੋ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।”

“ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀਆਂ ਫਾਈਲਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪਛਿਲੇ ਸਾਲ ਦੇ ਨਵੇਂ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੂ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਤਨਿੰ ਸਾਲ ਪਹਲਿੰ ਦੀਆਂ ਫਾਈਲਾਂ ਪੁੱਟੀਆਂ ਸਨ ਜਦੋਂ ਮੇਰੇ ਸਕੂਲ-ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲਰ ਸਨ। ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਫਰਨਿਆਂ, ਪਕਵਾਨ-ਵਧੀਆਂ, ਅਤੇ ਕਰਿਆਵਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵੱਚਿ ਆਉਣਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸੀ – ਬਲਿਕੁਲ ਇੱਕ ਰਫਿਰੈਸ਼ਰ ਕੋਰਸ ਕਰਨ ਵਾਂਗ! ਮੇਰੇ ਸਕੂਲ-ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵੱਚਿ ਇੱਕ ਨੇ ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਉਗਲ-ਨਾਟਕ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਿਆ (ਉਹ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਇੱਕ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਨਾ ਵਕਿਸ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਵਾਸਤੇ ਘਰ ਸੀ)। ਅਖੀਰ ਵੱਚਿ, ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਕੂਹਣੀਆਂ 'ਤੇ ਬੈਠ ਗਿਆ ਅਤੇ ਬੋਲਿਆ, “ਇਹ ਮੈਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੁਰਾਣੇ ਦਿਨਾਂ ਵੱਚਿ ਵਾਪਸ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਜਵਾਨ ਸੀ। ਅਤੇ ਹੁਣ ਉਹ ਸਾਰੇ ਛੇ ਸਾਲ ਦਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।”



### ਸਾਰ

ਚੰਗੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਅਭਿਆਸ ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਫਲ ਹੋਣ ਵੱਲ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਥੇ ਦੂਸਰੇ ਅਸਫਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਹੀ, ਅੱਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਫਾਈਲ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਦਦ ਲਈ ਪੁੱਛੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ ਦੇ ਲਾਇਸੈਂਸ ਨਯਮਾਂ ਅਤੇ ਨਯਮਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅਪਡੇਟਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਰਹੋ। ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ, ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਪਛਿਲੇ ਰਕਿਾਰਡਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸਥਿਤੀ ਪਛਿਲੇ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਕਵੀਂ ਤੁਲਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਭਵਿੱਖ ਵੱਲ ਆਪਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਲਈ ਰੁਝਾਨਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵੱਲ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਟੀਚੇ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਸਰੋਤ [ਫਾਰਮਾਂ ਦੇ ਲਿਕਿ, ਵਸ਼ਿਸ਼ ਸੂਬੇ/ਖਤਿੰ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰੀ ਅਧਨਿਯਮ ਸਾਈਟਾਂ, ਆਦਿ]

ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ - (ਕੈਨੇਡਾ ਰੈਵੇਨਊ ਏਜੰਸੀ)

ਹੋਰ ਮਦਦਗਾਰੀ ਸਰੋਤ:

- ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਜਮਿਵਾਰ ਸੂਬਾਈ ਮੰਤਰਾਲੇ
- ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਪਰਵਿਾਰ/ਘਰ ਵੱਲ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਅਦਾਰੇ
- ਪਰਵਿਾਰਕ ਸਰੋਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
- ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਅਤੇ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ

# 04

## ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ

ਸਖਿਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼

ਇਕਾਈ 4 ਵਿੱਚ, ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ,  
ਤੁਸੀਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖੋਗੇ:

- ਉਹਨਾਂ ਕਾਰਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਜੋ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵਧੀਆ ਰਸ਼ਿਤੇ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ;
- ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਕਿ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਬਾਰੇ ਲੋੜਾਂ, ਇੱਛਾਵਾਂ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਹਨ;
- ਕਸਿ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਕਿ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ;
- ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸੰਪਰਕਾਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਸਥਾਪਨਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀਆਂ ਇੰਟਰਵਿਊਆਂ ਵਾਸਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ; ਅਤੇ
- ਸੰਭਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵਾਧ-ਘਾਟ ਨੂੰ ਅਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋ

### ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਤੁਹਾਡੇ ਵਸ਼ਿਵਾਸ, ਫਲਸਫੇ, ਤਜਰਬੇ, ਅਤੇ ਵਯਿਕਤੀਗਤ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਉਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਝਲਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਵਿਾਰਕ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਰਿਆਵਾਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਵਿਹਾਰ ਦਾ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਤੱਕ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ, ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਵਚਿਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਵੀ ਆਪਣੀਆਂ ਖੁਦ ਦੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਦਾ ਸੈੱਟ ਲੈਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀ ਵਚਿ ਦਰਸ਼ਨ, ਤਜਰਬੇ, ਅਤੇ ਉਮੀਦਾਂ। ਹੇਮ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਵਚਿ ਆਦਰਸ਼ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਅ ਅਤੇ ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦਾ ਰਸ਼ਿਤਾ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਅ ਅਤੇ ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਵਚਿਕਾਰ ਇੱਕ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਦਾ ਫੇਕਸ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਹੈ। ਇਸ ਰਸ਼ਿਤੇ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਦ੍ਰਸ਼ਿਟੀਕੋਣ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਇਸਤੇ ਪਹਲਿਾਂ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੇ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਵਚਿ ਦਾਖਲ ਹੋਵੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾਪੇ ਕੋਲੋਂ ਉਸਦੇ ਬੱਚੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਸੰਕਿਆਂ, ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਉਸ ਕਸਿਮ ਬਾਰੇ ਸਖ਼ਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਸਿਦੀ ਉਹ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ

ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ, ਆਪਣੇ ਘਰ ਅਤੇ ਪਰਵਿਾਰ ਬਾਰੇ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਕਸਿਮ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੇ ਵਪਾਰਕ ਹਸਿ, ਜਵਿ ਕੀ ਫੀਸਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਘੰਟੇ, 'ਤੇ ਸਹਮਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਕਸਿ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੇ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਦੇ ਸੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਵਾਂ ਵਚਿ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਸੰਚਾਰ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਰਸ਼ਿਤੇ ਦਾ ਇੱਕ ਅਹਮਿ ਭਾਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਾਂ ਫਰਿ, ਕੁਝ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਕਹਿਤੀਆਂ ਹਨ ਜਨ੍ਹਿਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਕਨੈਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ? ਉਹਨਾਂ ਸਾਧਾਰਨ ਕਦਮਾਂ 'ਤੇ ਵਚਿਾਰ ਕਰੋ ਜੋ ਕਸਿ ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਭਾਲ ਵਚਿ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਲਿਾਂ ਆਉਂਦੇ ਹਨ: ਸੁਰੂਆਤੀ ਸੰਪਰਕ, ਇੰਟਰਵਯੂ, ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਲਿਣਾ। ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਰਾਬਤਾ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਰੁਟੀਨਾਂ ਦਾ ਵਕਿਅਸ ਕਰੋ ਜਨ੍ਹਿਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਪੜਾਵਾਂ ਵਚਿ ਹਰੇਕ 'ਤੇ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਪਰਵਿਾਰ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਪਹਲਿੇ ਕੁਝ ਦਨਿਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਵਿ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਇਹ ਵੀ ਓਨਾ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਜਸਿਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ, ਇੱਕ ਖੁਸ਼ਹਾਲ, ਲੰਬੀ-ਮਆਿਦ ਦੇ ਰਸ਼ਿਤੇ ਵਾਸਤੇ ਪੜਾਅ ਤੈਅ ਕਰਦਾ ਹੈ।

”

ਜਵਿੱ ਤੁਸੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।

**ਚੈਟਰਬਾਕਸ [ਕਸਿ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਕੋਲੋ ਇੱਕ ਕਸਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਚਿ]**

“ਮੇਰੀ ਦਾਦੀ ਦਾ ਹਾਵ-ਭਾਵ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ “ਜਿਉ ਦਾ ਤਉ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ ਜਵਿੱ ਤੁਸੀ ਅੱਗੋ ਵਧਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ” ਦੀ ਵਰਤੋ ਕਰਦੀ ਸੀ,” ਅਤੇ ਜਦ ਵੀ ਮੈ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਜਗਹ ਭਰ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਸ ਸਮੀਕਰਨ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹਾਂ। ਜਿਨੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਤੱਕ ਮੈ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਰਹਿੰਦੀ ਹਾਂ, ਓਨਾ ਹੀ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਮਾਂ, ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਸੋਚਣ ਦੀ ਅਹਮੀਅਤ ਦਾ ਅਹਸਾਸ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਮੈਚ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋ ਪਹਲਿੰ ਹੀ ਇਸਦੇ ਸਫਲ ਹੋਣ ਦਾ ਵਧੀਆ ਮੈਕਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਫੇਰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਦਮ ਉਠਾਏ ਜਾਣ ਕਿ ਇਹ ਸਫਲ ਹੋਵੇ।”

## 1. ਸੁਰੂਆਤੀ ਸੰਪਰਕ

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਕਸਿ ਗੁਆਂਢੀ ਕੋਲੋਂ ਸੁਣਿਆ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਇਸ਼ਤਹਾਰ ਦਾ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਿਆ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਕਸਿ ਅਦਾਰੇ ਜਾਂ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਸਫ਼ਿਰਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸਫ਼ਿਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਪਹਲਿੰ ਸੰਪਰਕ ਵਚਿ, ਅਕਸਰ ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਲਖਿਤੀ ਸੰਦੇਸ਼ ਰਾਹੀਂ, ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਵਟਾਂਦਰਾ ਇਹ ਨਰਿਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਕੀ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਕੁਝ ਮਾਪੇ ਬਹੁਤ ਤਜ਼ਰਬੇਕਾਰ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਸ਼ਿਵਾਸੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕੁਝ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ ਕਿਕਹਿੜੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਹਿੜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਦੋਸਤਾਨਾ, ਮਦਦਗਾਰੀ, ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੂਚਤਿ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਨ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਗਤਾ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹਜਿ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨ ਵਚਿ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਤੋਂ ਪਹਲਿੰ ਕੀ ਕਸਿ ਅਸਲ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਇੰਤਜ਼ਾਮ 'ਤੇ ਵਚਿਰਾਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ, ਉਸ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜਸਿਦਾ ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਕਸਿ ਮਾਪੇ ਦੀਆਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਤਅਿਅਾਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਅਜਹਿ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤਿ ਹਨ।

ਇਸਤੋਂ ਪਹਲਿੰ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਦੋਨੋਂ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕੋ ਕਿਕੀ ਕੋਈ ਇੰਟਰਵਊ ਉਚਤਿ ਹੈ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਨਮਿਨਲਖਿਤ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦਾ ਟਕਿਾਣਾ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਉਹਨਾਂ ਘੰਟਿਆਂ ਅਤੇ ਦਨਿੰ ਨੂੰ ਧਅਿਅਾਨ ਵਚਿ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਵਾਸਤੇ ਜਗਰ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਨਿੰਹਾਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਤੁਹਾਡੀ ਫੀਸ। ਕੁਝ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਜਨਿੰਹਾਂ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਜਅਿਅਾਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਕਾਫ਼ੀ ਜਅਿਅਾਦਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਫੋਨ 'ਤੇ ਫੀਸਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ, ਉਹ ਇੰਟਰਵਊ ਮੌਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਵਧੇਰੇ ਫੀਸਾਂ ਵਾਸਤੇ ਉਚਤਿਤਾ ਦਖਿਅਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਚਿ ਹੋਰਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੰਖਅਿਅਾ ਅਤੇ ਉਮਰਾਂ, ਜਸਿ ਵਚਿ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਵੀ ਸਮਲ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੀ ਸਕੂਲਾਂ ਨਾਲ ਨੇੜਤਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਕੂਲਾਂ ਵਚਿ ਬੱਸਗਿ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

ਬੱਚੇ ਦਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਉਮਰ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਵਾਸਤੇ ਕੋਈ ਵਸਿਸ਼ ਲੋੜਾਂ/ਲੋੜਾਂ (ਐਲਰਜੀਆਂ, ਖੁਰਾਕ ਸਬੰਧੀ ਵਸਿਸ਼ ਲੋੜਾਂ)।

- ਉਹ ਦਨਿ ਅਤੇ ਘੰਟੇ ਜਨਿੰਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਸੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਤ ਤਾਰੀਖ।
- ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ।

ਇਹ ਸੁਰੂਆਤੀ ਸੰਚਾਰ ਇਹ ਸਥਾਪਤ ਕਰੇਗਾ ਕਿਕੀ ਬੱਚੇ/ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਜੇ ਅਜਹਿ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੁਣ ਸਮਾਂ ਆ ਗਅਿਅਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਵਧੇਰੇ ਰਸਮੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਵਟਾਂਦਰੇ ਵੱਲ ਵਧਅਿਅਾ ਜਾਵੇ – ਇੰਟਰਵਊ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਇੰਟਰਵਊ ਸਮੇਂ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਵਊ ਤੋਂ ਪਹਲਿੰ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ



ਕਸਿ ਮਾਪੇ ਦੀਆਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਤਅਿਅਾਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਅਜਹਿ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤਿ ਹਨ

ਆਪਣੇ ਕੁਝ ਹਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੇ ਵਕਿਲਪ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਅਜਹਾ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢੁਕਵੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਸਿ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਰਜਿਸਟਰੀ ਜਾਂ ਸਰੋਤ ਅਤੇ ਸਫ਼ਿਰਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਜਾਂ ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਹੋਰ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਕਸਿ ਮਾਪੇ ਦੀਆਂ ਪੁੱਛਗਿਛੀ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ ਅਤੇ ਅਜਹਿ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤਿ ਹਨ।

### ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਨੁਕਤਾ...

ਫੋਨ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ "ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ" ਨੋਟਬੁੱਕ ਰੱਖੋ। ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਦਸ ਪੀਸ, ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਜਾਣ ਦੇ ਨਰਿਦੇਸ਼, ਅਤੇ ਨੇੜਲੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਲਿਖਿ ਜੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਸਿ ਵੀ ਅਜਹਿ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕੋਈ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾਪਾ ਪੁੱਛ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਵੱਚਿ ਉਹਨਾਂ ਸਵਾਲਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ ਸੂਚੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਸਿ ਅਜਹਿ ਮਾਪੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਸਿਥਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਦਾ ਇਹ ਇੱਕ ਆਸਾਨ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਫ਼ਿਰਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ, ਉਹਨਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰਾਂ ਨੂੰ ਰਕਿਰਡ ਕਰੋ ਜੋ ਇਸ ਕਤਿਬ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਨਾਲ ਹੋਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਰਕਿਰਡ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਗੈਰ-ਹਾਜ਼ਰੀ ਵੱਚਿ ਪਰਵਿਰ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਬਰ ਫੋਨ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣਗੇ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਖਿਓ ਕਿ ਜਵਾਬ ਕਵਿ ਦੇਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸੁਨੇਹੇ ਕਵਿ ਲੈਣੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੁਨਸ਼ਿਚਤਿ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਨੇਹੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਾਲਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਵਾਪਸ ਕਰ ਸਕੋ।





# ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਸੂਸ ਕਰਾਉਣ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨੀ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀ

**ਚੈਟਰਬਾਕਸ/ਇੱਕ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਕਸਿਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਜੋਂ**

«ਮੈਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਵੇਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਇੰਨਾ ਘਬਰਾਇਆ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇੱਕ ਦੇਸਤ (ਜੋ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ) ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕਹਿ, “ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਸਿ ਬਾਰੇ ਘਬਰਾਹਟ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਈ ਵਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ. ਇਹ ਮਾਪੇ ਹਨ ਜੋ ਘਬਰਾਏ ਹੋਏ ਹਨ।” ਖੈਰ, ਇਸਨੇ ਮੈਨੂੰ ਸੱਚਮੁੱਚ ਸੋਚਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕੀਤਾ. ਇੱਕ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਵਜੋਂ ਮੈਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਦਰਜਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਇੰਟਰਵਿਊਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਜਨ੍ਹਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਮਲਿਆਂ ਹਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਜੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੋਲ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕਰਨ ਦਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ, ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਅਨੁਭਵ ਸੀ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਕੇ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨੀ ਛੱਡ ਦਿੱਤੀ। ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਮਲਿਆਂ ਹਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਤਮ-ਵਸ਼ਿਵਾਸ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।”

## 2. ਇੰਟਰਵਿਊ

ਜਦੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮਲਿਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਥੋੜਾ ਘਬਰਾਹਟ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਦੋਵੇਂ ਹੈਰਾਨ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਪਸੰਦ ਕਰੋਗੇ, ਇਕੱਠੇ ਸਮਝਦਾਰੀ ਕਰੋਗੇ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਠੋਸ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਰਸ਼ਿਤੇ ਵੱਲ ਵਧੋਗੇ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਟੀਚਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਇਸ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਹੀ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਸਥਿਤੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਦੋਵੇਂ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਇਹ ਬੱਚਾ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਲਈ ਵਧੀਆ ਮੇਲ ਹੈ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਵੇਰਵੇ ਇੱਕ ਸੰਗਠਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਵਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਕੁਝ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਬਨਿਾਂ ਕਸਿ ਰੁਕਾਵਟ ਦੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਲਈ ਬੱਚੇ ਤੋਂ ਬਨਿਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਪਹਿਲੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਬੱਚਾ ਮੌਜੂਦ ਹੈ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੈਰ ਰਸਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਬਣਾਓ, ਫਰਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੇੜੇ-ਤੇੜੇ ਕੁਝ ਸ਼ਾਂਤ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਗੈਰ ਰਸਮੀ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲੈਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਥੇ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਫਰਿ, ਤੁਸੀਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨੂੰ ਲਿਖਿਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ/ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਇਕਰਾਰਨਾਮਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ, ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲਿਖਿਤੀ ਸਮਝੌਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖਿਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਜੇ ਵੀ ਤਰੀਕਾ ਚੁਣਦੇ ਹੋ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਮੂਲ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚਾਰ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਮੇਲ ਖਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਦੋਵੇਂ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰ ਸਕੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰਵੋਤਮ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਟੀਮ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੋਗੇ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਇੰਟਰਵਿਊ ਵਿੱਚ ਕਵਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਚਾਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਖੇਤਰ ਹਨ:

- 1) ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ
- 2) ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨਾ



ਕਸਿ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਰਾਈਟਿੰਗ ਪੈਡ ਅਤੇ ਪੈਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।

- 3) ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ
- 4) ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਦੱਖਾਉਣਾ

### 1) ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਉਹ ਲੋਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗੀ ਸਮਝ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਵਿਲੱਖਣ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁਣਗੇ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਲਿਣ ਵਾਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੁਣਗੇ।

- ਮੁਢਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਸਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:
- ਬੱਚੇ ਦਾ ਪੂਰਾ ਨਾਮ, ਉਮਰ, ਪਤਾ
- ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਦਾ ਨਾਂ, ਪਤਾ, ਘਰ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ
- ਮੈਡੀਕਲ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਸਹਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਹੋਰ ਮਦਦਗਾਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਆਮ ਰੁਟੀਨ, ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਤਰਜੀਹਾਂ ਬਾਰੇ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਨਾਲ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਪਰਵਿਰ ਦੇ ਹੋਰ ਕਹਿੜੇ ਮੈਬਰ ਜਾਂ ਵਅਕਤੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ? ਕੀ ਕੋਈ ਪਰਵਿਰਕ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਹਨ?
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਹਿ ਜਹੀਆਂ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਆਉਂਦਾ ਹੈ? ਮਨਪਸੰਦ ਖੇਡਾਂ, ਕਤਾਬਾਂ, ਭੋਜਨ, ਖਡਿੱਏ?
- ਕੀ ਉਹ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ/ਰਹਿਣ ਦੇ ਆਦੀ ਹਨ?
- ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਆਮ ਸੁਭਾਅ ਕੀ ਹੈ?
- ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਆਮ ਸਹਿਤ ਸਥਿਤੀ ਕੀ ਹੈ? ਜੁਕਾਮ, ਕੰਨ ਦੀ ਲਾਗ ਦਾ ਸਕਿਾਰ?
- ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਸੌਣ/ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਕੀ ਹਨ?
- ਕੀ ਬੱਚੇ ਨੇ ਪਹਲਾਂ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਹੈ?
- ਜੇਕਰ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਕੀ ਇਹ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਸੀ?
- ਕੀ ਉਹ ਇਸ ਸਮੇਂ ਕਸਿ ਖਾਸ ਵਕਿਸ ਕਾਰਜ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ (ਜਵਿ ਕਕੱਪ ਤੋਂ ਪੀਣਾ ਸਖਿਣਾ ਜਾਂ ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸਖਿਣਾ)

ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਲਈ:

- ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਅਤੇ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਲਈ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਕੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?
- ਬੱਚਾ ਕਹਿੜੀਆਂ ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਜਾਂ ਕਮਊਨਟੀ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਵਚਿ ਹਸਿ ਲੈਂਦਾ ਹੈ?
- ਬੱਚਾ ਇਹਨਾਂ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਨੂੰ ਕਵਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਕਵਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇਗਾ?
- ਕਨਿ ਨਗਿਰਾਨੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ? ਕੀ ਉਹ ਬੱਸ ਸਟਾਪ ਤੋਂ ਇੱਥੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੈਦਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ?
- ਕੀ ਹਾਲ ਹੀ ਵਚਿ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਪਰਵਿਰ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਚਿ ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਤਬਦੀਲੀ ਆਈ ਹੈ?
- ਕੀ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਖਾਸ ਲੋੜਾਂ ਜਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤਿ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ? ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਵਸਿਸ਼ ਲੋੜਾਂ ਜਾਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕੀ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ/ਵਅਕਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ (ਜਵਿ ਕੀ ਥੈਰੇਪਸਿਟ, ਡਾਕਟਰ) ਜਨਿਹਾਂ

ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਚੇਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਸਰੋਤ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੂੰ ਇਹ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤਿ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸੈਟਗਿ ਵਚਿ ਕੀ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹਨ।

- ਆਮ ਦਨਿ ਅਤੇ ਘੰਟੇ ਕਹਿੜੇ ਹਨ ਜਨਿਹਾਂ ਲਈ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
- ਕੀ ਸਾਧਾਰਨ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ/ਅਕਸਰ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
- ਜੇਕਰ ਬੱਚਾ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਚਿ ਰਹਿਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਇਹ ਇੱਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸਥਿਤੀ ਸੀ? ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਚਤਿਾ ਸੀ?
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਹਿ ਜਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਨ ਦਾ ਆਨੰਦ ਆਉਂਦਾ ਹੈ?
- ਕੀ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਪਰਵਿਰ ਵਰਗਾ ਮਾਹੌਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?
- ਕੀ ਗਤੀਵਧੀਆਂ, ਜਵਿ ਕੀ ਕਲਾ ਅਤੇ ਸਲਿਪਕਾਰੀ, ਸਕੂਲ ਦੀ ਤਅਿਾਰੀ, ਖੇਤਰੀ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ?
- ਉਹ ਕਹਿ ਜਹੀਆਂ ਬਾਲ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਪਹੁੰਚ ਵਰਤਦੇ ਹਨ?
- ਟੈਲੀਵਜ਼ਿਨ ਦੇਖਣ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੀ ਵਚਿਾਰ ਹਨ? ਟਾਇਲਟ ਸਖਿਲਾਈ? (ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ 'ਤੇ ਨਰਿਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ)
- ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਕਹਿੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਅਸਲ ਵਚਿ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ?

ਕੁਝ ਪਰਵਿਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੱਭਅਿਚਾਰ ਜਾਂ ਵਸਿਵਾਸਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਚਤਿਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਇੱਕ ਸੱਭਅਿਚਾਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੇ ਵਸਿਵਾਸ ਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਦਲਿਚਸਪੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਖਿਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਦਖਿਓ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਤਰਜੀਹਾਂ ਜਾਂ ਚਤਿਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਵਚਿ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਵਿ ਮਲਿ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਥਿ ਬੱਚਾ ਸਵੀਕ੍ਰਤਿ ਅਤੇ ਸਬੰਧਤ ਹੋਣ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੁਝ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨੀਜੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਵਸਿਸ਼ ਲੋੜਾਂ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਹਾਲ ਹੀ ਵੱਚਿ ਹੋਇਆ ਤਲਾਕ ਜਾਂ ਵੱਖ ਹੋਣਾ। ਕੀ ਹਰਿਸਤ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹਨ? ਉਹ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀ ਹਨ? ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਵਾਓ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਬਹਿਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਹਰ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਵੱਚਿ ਯਥਾਰਥਵਾਦੀ ਬਣੋ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਤਲਾ ਕਰਨਾ ਆਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਇਮਾਨਦਾਰ ਰਹੋ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਨ ਦੇ ਇੱਛੁਕ ਅਤੇ ਯੋਗ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੋਗੇ। ਜਦੋਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੀਆਂ ਬੇਨਤੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਨੁਕੂਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਉ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜਵਿ ਤੁਸੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਨਵੇਂ ਗਾਹਕਾਂ ਨਾਲ ਵਾਅਦਿਆਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਯਥਾਰਥਵਾਦੀ ਉਮੀਦਾਂ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਰਸ਼ਿਤਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਬਹਿਤਰ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਨਹੀਂ ਰੱਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### 2) ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨਾ

ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਕਸਿਮ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਸ ਵੱਚਿਕਤੀ ਦਾ ਵਸਿਥਾਰ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ, ਅਨੁਭਵ, ਵਸਿਵਾਸ, ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਦਾ ਫਲਸਫਾ ਸਭ ਤੁਹਾਡੀ ਘਰੇਲੂ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਵੱਚਿ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਚਾਹੁਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੌਣ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ

ਕਸਿ ਵੱਚਿ ਵਸਿਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਸ ਵੱਚਿਕਤੀ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਸਹਜਿ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੇਗਾ।

ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ, ਜਵਿ ਕੀ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਤਜਰਬਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਸਮੇਤ
- ਹੋਮ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰਨ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ (ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ)
- ਨਿਆਏ / ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ (ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ, ਕੋਰਸ, ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ, ਡਿਪਲੋਮਾ ਜਾਂ ਡਗਿਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਫਸਟ ਏਡ ਟਰੇਨਿੰਗ, ਆਦਿ) ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਈ ਵੀ ਸਖਿਲਾਈ ਜਾਂ ਸਖਿਆ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਫਲਸਫਾ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਪ੍ਰਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਪਹੁੰਚ (ਤੁਹਾਡੇ ਖਿਆਲ ਵੱਚਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਤੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਸਿ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਚਿ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਹਿਣੇ ਗੁਣ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਮਝਦੇ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਤੋਂ ਕੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਗੇ?)
- ਕਸਿ ਵੀ ਸਹਾਇਕ, ਸਹਿ-ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਵਕਿਲਪਕ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਨ੍ਹਿਰਾਂ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਨਯਿਮਤ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦੇ ਹਨ।



ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ, ਜਵਿ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਅਨੁਭਵ, ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।



# ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅਸਲ ਵਿਚਿ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੇ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਈਮਾਨਦਾਰ ਰਹੋ

**ਚੈਟਰਬਾਕਸ/ਇੱਕ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਕਸਿਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿਚਿ**

«ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅਸਲ ਵਿਚਿ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੇ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਈਮਾਨਦਾਰ ਰਹੋ। ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਲਈ ਆਪਣਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਪਰ ਮੈਂ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਇਹ ਜਾਣਨ ਕਿ ਮੇਰਾ ਘਰ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਤ 'ਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਕਿ ਬੇਸਬਾਲ, ਬ੍ਰਾਊਨੀਜ਼, ਫੁਟਬਾਲ ਅਤੇ ਹਾਕੀ ਵਿਚਿ ਮੇਰੇ ਆਪਣੇ ਤਨਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ; ਮੈਂ ਓਵਰਟਾਈਮ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ - ਮਿਆਦ! ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਇੱਕ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੰਦਾ ਘਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਾਗਲ ਬਣਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਉਹ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿਚਿ ਦੋ ਰਾਤਾਂ ਦੇਰ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਰਾਤਾਂ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।»

ਆਪਣੀ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ, ਜਵਿ ਕੀ:

- ਤੁਸੀਂ ਕਨਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ
- ਤੁਹਾਡੇ ਆਮ ਰੁਟੀਨ ਅਤੇ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਸਨੈਕ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਕਹਾਣੀ ਜਾਂ ਕਲਾ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਬਾਹਰੀ ਖੇਡ, ਝਪਕੀ/ਸ਼ਾਂਤ ਸਮਾਂ, ਆਉਟਗਿ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਕਸਿਮ ਦੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਜੋ ਮਾਪੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਖਾਣੇ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਨੀਤੀਆਂ/ਲੋੜਾਂ।
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸਹਿਤ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ, ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਟੀਕਾਕਰਨ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ, ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਬਮਿਾਰੀਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਨੀਤੀਆਂ, ਸਹਿਤ ਅਭਿਆਸਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵਰਤਦੇ ਹੋ।
- ਮੌਜੂਦਾ ਜਾਂ ਪਛਿਲੇ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੇ ਪਰਵਿਰਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ (ਜਾਂ ਹੋਰ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਚਰਿਤਰ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਤਸਦੀਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਨਵੇਂ ਹੋ)

### 3) ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਪ੍ਰਬੰਧ

ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸਮਝ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਸਮਝੌਤਾ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਦੀਆਂ ਜ਼ਮਿਵਾਰੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਰਸ਼ਿਤੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾਉਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਰਸ਼ਿਤੇ ਵੱਚਿ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣਗੀਆਂ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਇੰਟਰਵਿਊ 'ਤੇ ਲਖਿਤੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਅਸਲ ਵੱਚਿ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਸਿ ਹੋਰ ਸਮੇਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਮਿਵਾਰੀਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲਖਿਤੀ ਸਮਝੌਤੇ ਬਾਰੇ ਲਖਿਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਦੋਵੇਂ ਧਰਿਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੋਣ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਮਿਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ।

ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਮਿਵਾਰੀਆਂ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਫੀਸਾਂ, ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਮੂਲ ਫੀਸ, ਭੁਗਤਾਨ ਦੀ ਵਧੀ ਅਤੇ ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ, ਓਵਰਟਾਈਮ ਫੀਸਾਂ (ਜੇਕਰ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇ) ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਓਵਰਟਾਈਮ ਦਾ ਨੋਟਸਿ), ਭੁਗਤਾਨ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਦੇਖਭਾਲ ਤੋਂ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਭੁਗਤਾਨ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਜਦੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵਕਿਲਪਕਿ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ।

- ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਘੰਟੇ ਅਤੇ ਦਨਿ ਜਦੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ
- ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ (ਜਵਿ ਕੀ ਡਾਇਪਰ, ਭੋਜਨ, ਸਾਜੇ-ਸਾਮਾਨ ਜਵਿ ਕੀ ਕਾਰ ਸੀਟ, ਕੱਪੜੇ ਬਦਲਣਾ, ਆਦਿ)
- ਵਸਤੂਆਂ/ਸਾਮਾਨ ਜੋ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ (ਜਵਿ ਕੀ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ, ਖਡਿੱਏ, ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਉਪਕਰਣ)
- ਜਦੋਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਉਪਲਬਧ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵਕਿਲਪਕਿ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵਕਿਲਪਕਿ ਦੇਖਭਾਲ ਲੱਭਣ ਲਈ ਜ਼ਮਿਵਾਰ ਹੋ? ਕੀ ਮਾਪੇ ਹਨ? ਕੀ ਵਕਿਲਪਕਿ ਦੇਖਭਾਲ ਏਜੰਸੀ ਜਾਂ ਸਸਿਟਮ ਦੁਆਰਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ?)
- ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਮਿਾਰੀ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ (ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਆਉਣ ਲਈ ਕਨਿ ਬਮਿਾਰ ਹੈ? ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚਾ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵੱਚਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ?, ਆਦਿ)

### 4) ਪਹਿਲੀ ਵਜਿਟਿ

ਮਾਪੇ ਦੇਖਣਾ ਚਾਹੁਣਗੇ ਕੀ ਬੱਚੇ ਕਥਿ ਖੇਡਣਗੇ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਕੁਝ ਖਡਿੱਏ, ਕਤਿਾਬਾਂ ਅਤੇ ਸਾਜੇ-ਸਾਮਾਨ ਜੋ ਉਹ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਵਰਤਣਗੇ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਮਾਪੇ ਇੱਕ ਸੁੰਦਰ ਘਰ ਜਾਂ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰ ਨਹੀਂ ਲੱਭ ਰਹੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਇੱਕ ਆਰਾਮਦਾਇਕ, ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜੋ ਕਹਿਦਾ ਹੈ ਕੀ «ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਇੱਥੇ ਸੁਆਗਤ ਹੈ», ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਜਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਜਥਿ ਉਹ ਨਥਿਆ ਸੁਆਗਤ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣਾ ਟੂਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕੀ ਕਹਿਤੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਥਿ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਗੋਮਾਂ ਜਨਿਹਾਂ ਦਾ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹੋ। ਪਰਵਿਰਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਖੇਤਰ ਦਖਿਓ ਜਥਿ ਬੱਚੇ ਖੇਡਦੇ, ਖਾਂਦੇ, ਸੈਂਦੇ ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਬਾਹਰ ਜਾਂ ਪਛਿਲੇ ਵਹਿੜੇ ਵੱਚਿ ਖੇਡਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਖੇਤਰ ਦਖਿਓ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਸਿ ਵਸਿਸ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਦਾ ਇਹ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਜਾਂ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਵਸਿਸ਼ ਉਪਕਰਨ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਲੋੜਾਂ ਕੀ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਪਕਰਨਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਅਨੁਕੂਲਨ ਲਈ ਕੌਣ ਜ਼ਮਿਵਾਰ ਹੋਵੇਗਾ?



### 3. ਫੈਸਲਾ ਲੈਣਾ

ਇੰਟਰਵਿਊ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਲੈਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅੰਤਿਮ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਕੇਂਦਰਾਂ ਨੂੰ ਮਲਿਣ ਅਤੇ ਇੰਟਰਵਿਊ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਕਿ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਫੈਸਲਾ ਹੈ, ਇਹ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਫੈਸਲਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵੱਚਿ ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਉਹ ਹੈ ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਉਹ ਬਹੁਤ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭਾਵ 'ਤੇ ਵੱਚਿਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਇਹ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰ ਸਕੋਗੇ? ਕੀ ਬੱਚਾ ਤੁਹਾਡੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੂਹ ਦੇ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫਿੱਟ ਹੋਵੇਗਾ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਬੰਧ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਚੰਗੇ ਰਸ਼ਿਤੇ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਦੇਖਦੇ ਹੋ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਲਗਾਤਾਰ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਤਰਜੀਹਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਕਸਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਫੈਮਲਿ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਵਾਈਡਰ ਕੁਦਰਤ ਦੁਆਰਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ 'ਦੇਣ' ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਪਲ ਦਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਕਸਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅੰਤਿਮ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਅਸਮਰੱਥ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵੱਚਿ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਰੈਫਰਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਅਜਹਿ ਕਰਨਾ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਤਾ ਦੀ ਇੱਕ ਡਗਿਰੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਰਸਮੀ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਰੈਫਰਲ ਜਾਂ ਰਜਿਸਟਰੀ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਦੂਜੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵੱਚਿ ਇੱਕ ਗੈਰ ਰਸਮੀ ਰੈਫਰਲ ਸਿਸਟਮ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਅੱਜ ਕਸਿ ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕਸਿ ਹੋਰ ਸਮੇਂ ਉਸ ਤੋਂ ਰੈਫਰਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਨਜ਼ੀ ਰੈਫਰਲ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਰਹੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

ਜੇ ਅਜਹਿ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੈਚ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਮਲਿਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ, ਬੱਚੇ ਨਾਲ, ਅਤੇ ਉਸ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਅੰਤਿਮ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ।

### 4. ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਲਿਣਾ - ਪਹਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ

ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨਾਲ ਪਹਲੀ ਇੰਟਰਵਿਊ 'ਤੇ ਮਲਿਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਕਸਿ ਹੋਰ ਸਮੇਂ, ਉਹ ਪਹਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਇੱਕ ਸੁਆਗਤ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਨਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਨਯਿਮਤ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਮਲਿਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਹਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ 'ਤੇ ਆਪਣਾ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਦੇਵੇਗਾ। ਇਹ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵੱਚਿਰ ਅਤੇ ਬੱਚੇ-ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਆਪਸੀ ਤਾਲਮੇਲ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਵੀ ਦੇਵੇਗੀ। ਆਪਣੇ ਨਜ਼ੀਖਣਾਂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਦੀ ਇੱਕ ਮੁਢਲੀ ਛਾਪ ਨੂੰ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਪਹਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ 'ਤੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

ਕਮਰੇ ਵੱਚਿ ਸਮਾਂ ਬਤਿਓ ਜਿਥੇ ਬੱਚੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਡੇ ਕੇਅਰ ਮਾਹੌਲ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਖੇਡਦੇ ਹਨ।

ਨਜ਼ੀਖਣ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ ਮੰਮੀ ਜਾਂ ਡੈਡੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਰਹਿਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬਾਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੌਕ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਫੜਨ ਲਈ ਕਾਹਲੀ ਨਾ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਬੱਚਾ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੋਵੇਂ ਅਰਾਮਦੇਹ ਨਾ ਹੋਣ।

ਕੁਝ ਉਮਰ-ਮੁਤਾਬਕ ਖਡਿੰਏ ਜਾਂ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਬੱਚਾ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਸਿ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਚੀਜ਼ ਵੱਚਿ ਰੁੱਝ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਜਹਿ ਦੌਰੇ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾਓ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਖਿਓ ਕਿ ਉਹ ਕਥਿ ਖੇਡਣਗੇ, ਕਥਿ ਖਾਣਾ ਖਾਣਗੇ, ਉਹ ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਕਥਿ ਵਰਤਣਗੇ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਪਹੁੰਚਣਗੇ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬਾਹਰੀ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਜੁੱਤੇ ਕਥਿ ਰੱਖਣਗੇ।

ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਉਹ ਕੀ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਅਤੇ ਕੁਝ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਜੋ ਉਹ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਸਟਿਕੀ ਟੈਗ 'ਤੇ ਲਗਾਓ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੋਟ ਹੁੱਕ, ਟੇਕਰੀ ਆਦਿ 'ਤੇ ਲੇਬਲ ਲਗਾਓ।

ਕੁਝ ਕਤਿਬਾਂ ਖਰੀਦੋ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਜਾਂ ਪਲੇ ਗਰੁੱਪਾਂ ਵੱਚਿ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਘਰ ਭੇਜੋ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪਹਲਿ ਦਿਨ ਇਸਦੀ ਵਾਪਸੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ।

ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪਹਲਿ ਦਿਨ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਮਨਪਸੰਦ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਖਡਿੱਣਾ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿਓ। ਦੇਖਭਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਲਿ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

## 5. ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਦਾਖਲਾ

ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ, ਤਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਸਥਿਤਿ ਵੱਚਿ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਇਹ ਵਸਿਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਹਲਿ ਵਾਰੀ (ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ) ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਥੋੜਾ ਹੋਰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਕੁਝ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਕਿ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਦੇ ਰੁਟੀਨ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਹ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿੱਕੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਵਾਧੂ ਰੁਟੀਨ ਜੋੜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਇਹ ਸਹੀ ਸਮਾਂ ਹੈ।

- ਪਹਲਿ ਦਿਨ, ਬੱਚਾ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਇੱਕੱਠੇ ਮਲਿਣ ਆਉਦੇ ਹਨ। ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਾਤਾਵਰਨ, ਰੁਟੀਨ, ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ, ਉੱਥੇ ਮਾਂ ਜਾਂ ਡੈਡੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਨਾਲ। ਇੱਕ ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦਾ ਬੱਚਾ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਦੁਪਹਰਿ ਦੇ ਸਨੈਕ ਲਈ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਅਗਲੇ ਦਿਨ, ਬੱਚਾ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ (ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਘੰਟੇ) ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਉਦਾ ਹੈ। ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨੂੰ ਇਸ ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਲਵਦਿਾ ਕਹਿਣ ਲਈ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਜਲਦੀ ਹੀ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨੂੰ ਸਮਝਾਓ ਕਿ ਛੁਪ ਜਾਣਾ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵਾਧੂ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਪੈਦਾ ਕਰੇਗਾ, ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵੱਚਿ ਛੱਡਣ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਬਣਾ ਦੇਵੇਗਾ।



ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨਾਲ ਪਹਲਿ ਇੰਟਰਵਿਊ 'ਤੇ ਮਲਿਣੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਕਸਿ ਹੋਰ ਸਮੇਂ, ਉਹ ਪਹਲਿ ਮੁਲਾਕਾਤ ਇੱਕ ਸੁਆਗਤ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਨਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

- ਅਗਲੇ ਦਿਨ, ਬੱਚਾ ਅੱਧੇ ਦਿਨ ਲਈ ਆਉਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਦੁਪਹਰਿ ਦਾ ਭੋਜਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਬਾਰੇ ਸਭ ਕੁਝ ਸਖਿਣ ਵੱਚਿ ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਬੱਚੇ ਸਾਰੇ ਖਡਿੱਣਿਆਂ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ, ਪਰਵਿਾਰਕ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ, ਰੁਟੀਨ, ਅਤੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਯਿਮਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਅੰਤਮ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਦਾਖਲੇ ਵਾਲੇ ਦਿਨ, ਬੱਚਾ ਪੂਰਾ ਦਿਨ ਛੋਟੇ ਘੰਟੇ ਲਈ ਆਉਦਾ ਹੈ। ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਪਹਲਿ ਤੋ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਕੇ ਇਸ ਦਿਨ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇ ਸਕੋ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਬੰਧ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕੋ। ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਮਨਪਸੰਦ ਕਤਿਬਾਂ, ਖਡਿੱਣੇ, ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਦਿਨ ਵੱਚਿ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।
- ਮਸਤੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਤਸਵੀਰਾਂ ਲਓ! ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਤ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਵੀ ਮਦਦ ਮਲਿੇਗੀ। ਜਦੋਂ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਬਾਰੇ ਭਰੋਸਾ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੀ ਬਣਾਉਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤਸਵੀਰਾਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ-ਬੱਚੇ ਦੇ ਬੰਧਨ ਵੱਚਿ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦਿਨ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਿੰਦੂ ਵਜੋਂ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

## 6. ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪਹਲੀ ਦਿਨ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਵੇਂ ਮਾਹੌਲ ਅਤੇ ਇਸ ਵੱਚਿ ਮੌਜੂਦ ਲੋਕਾਂ ਬਾਰੇ ਸਾਖਿਣ, ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਤਬਦੀਲੀ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਵੱਚਿ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਭਾਉਂਦੇ ਹੋ।

ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸੁਰੂਆਤੀ ਸਮਾਯੋਜਨ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਨਾ ਕੁਦਰਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੈਟਲ-ਇਨ ਪੜਾਅ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੋ ਤੋਂ ਚਾਰ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਕਦੇ-ਕਦੇ ਅੱਥਰੂ ਅਤੇ ਝੁਜਿਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਜੋ ਚਤਿਤ ਅਤੇ ਚਤਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਗਰੁੱਪ ਵੱਚਿ ਨਵੇਂ ਜੋੜਨ ਲਈ ਅਨੁਕੂਲ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਇਸ ਤੱਥ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਸਦੇ/ਉਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ। ਇੱਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਰਵੱਈਆ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸਵੀਕਰਤਿ ਅਤੇ ਧੀਰਜ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ ਰੁਟੀਨ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਦੇਖਭਾਲ ਸੁਰੂ ਕਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਇੱਕ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮਾਹੌਲ ਜਿਸ ਵੱਚਿ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਆਪਣਾ ਸਮਾਨ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇੱਕ ਵਸਿਸ਼ ਸਥਾਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਮੇਨੂ ਅਤੇ ਦਿਨ ਦੀਆਂ ਗਤਿਵਧਿੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦਾ ਬੁਲੇਟਿਨ ਬੋਰਡ।
- ਆਪਣੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਛੱਡਣ ਅਤੇ ਚੁੱਕਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਲਈ ਸੁਤੰਤਰ ਹੋਵੋ। (ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਕੁਝ ਵਾਧੂ ਸਮਾਂ ਦੇਣਾ)
- ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦਿਨ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਦੱਸਣਾ। ਮਾਪੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਦਿਨ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਲਈ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਇਸ ਖੁਸ਼ਖਬਰੀ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਸਮੇਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ।

ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲੀ ਦਿਨਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਨਵੇਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੂੰ ਤਸੱਲੀਬਖਸ਼ ਕਾਲ, ਟੈਕਸਟ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਸਮੇਤ ਈਮੇਲ ਦੇਣ ਲਈ ਦੁਪਹਿਰ ਦੀ ਨੀਂਦ ਦੌਰਾਨ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਲਓ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਕੰਮ 'ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰੋ ਜੋ ਵਾਪਰਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਨੋਟ ਨੂੰ ਚੁੱਕਣ ਦੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ।
- ਨਵੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਡਜਸਟ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਰੱਖੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਹਿਲੀ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਕਸਿ ਵੀ ਵੱਡੀ ਸੈਰ ਜਾਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਨੁਸੂਚੀ ਵੱਚਿ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਨਾ ਬਣਾਓ।
- ਨਾਘਿ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨ ਲਈ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਵਸਿਸ਼ ਮਤਿਰ ਬਣਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।
- ਹੌਲੀ ਅਤੇ ਆਸਾਨੀ ਦੇ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧੋ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਵਾਬਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਬਾਰੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੀ ਮਦਦ ਦੀ ਸੂਚੀ ਬਣਾਓ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਚਿ ਹਮੇਸ਼ਾ ਚੰਗੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨਵੇਂ ਗਰੁੱਪ ਮੈਂਬਰ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਹਰ ਕਸਿ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

ਦੇਖਭਾਲ ਸੁਰੂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮਾਯੋਜਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਰਣਨੀਤੀਆਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਵੇਗੀ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਹਰੇਕ ਉਮਰ ਸਮੂਹ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

## 7. ਨਾਘਿਣ

ਨਾਘਿਣਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਫੜਨ ਅਤੇ ਗਲੇ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਵਸਿਸ਼ਤ ਮਾਹੌਲ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਸਮਿਆਂ ਲਈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਫੜ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ, ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਗ੍ਹਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਲੇਪੇਨ

ਜਾਂ ਨਜ਼ਰ ਵੱਚਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਉਛਾਲ ਵਾਲੀ ਸੀਟ, ਉਤਸੁਕ ਚਹਿਰਿਆਂ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਉਸਦੇ ਨਵੇਂ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨਾਲ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ। ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਕਿਲਪਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਗਿਰਾਨੀ ਦੇ ਬਦਲ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਹੈ।

ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੂੰ ਕੁਝ ਮਨਪਸੰਦ ਖਡੀਏ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੇ ਬੱਚਾ ਕਸਿ ਜਾਣੀ-ਪਛਾਣੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਦੇਖ, ਛੂਹ ਅਤੇ ਸੁੰਘ ਸਕੇ। ਧਿਆਨ ਦਿਓ ਕਿ ਸੌਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਖਡੀਏਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ; ਇਸ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੂਬਾਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਦਮ ਘੁੱਟਣ ਵਾਲਾ ਖਤਰਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਹਲੀ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਆਮ ਆਦਤਾਂ ਅਤੇ ਰੁਟੀਨ ਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪਾਲਣ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ, ਸੌਣ, ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਮੂਡ ਬਾਰੇ ਮੌਖਿਕ ਜਾਂ ਲਿਖਤੀ ਅੱਪਡੇਟ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।

## 8. ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ

ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਮੰਮੀ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਇੱਕ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਆਮ ਦਿਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਛੋਟੇ ਦਿਨ ਹੋਣਗੇ।

ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਸਬੰਧ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪਲੇਅਮੈਟ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ।

ਕਿਉਂਕਿ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਰਡਰ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇੱਕ ਨਿਯਮਤ ਰੁਟੀਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਲਚਕਤਾ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਥਕਾਵਟ ਜਾਂ ਭੁੱਖ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਰਿਧਾਰਤ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਘਰ ਦਾ ਇੱਕ ਖਾਸ ਸਾਂਤ-ਸਮੇਂ ਦਾ ਖਡੀਏ ਜਾਂ ਕੰਬਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵਾਧੂ ਆਰਾਮ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿਓ ਪਰ ਮੁੱਦੇ ਨੂੰ ਮਜਬੂਰ ਨਾ ਕਰੋ।

## 9. ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਰ

ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਰ ਸਮੂਹ 'ਤੇ ਵੀ ਬਰਾਬਰ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੀਸਕੂਲਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਆਮ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਰੁਟੀਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਜਾਣ ਸਕਣ ਕਿ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਇਹ ਸੁਨਸ਼ਿਚਤਿ ਕਰੋ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਮੌਕੇ ਹਨ ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲਰ ਕੋਲ ਵਕਿਲਪ ਹਨ। ਉਹ ਨਿਯੰਤਰਣ ਵਿੱਚ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਖੁਦ ਲੈਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਪਹਲੀ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਗਾਮੀ ਤਬਦੀਲੀ ਬਾਰੇ ਪੰਜ ਮਿੰਟ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਦਿਓ। ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰੋ। ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਦੇਖ ਕੇ ਮਜ਼ਾ ਆਵੇਗਾ ਕਿ ਦਿਨ ਕਿਵੇਂ ਲੰਘੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਰੁਟੀਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਰ ਸ਼ਾਮ, ਮੰਮੀ ਅਤੇ ਡੈਡੀ ਨੂੰ ਉਸ ਦਿਨ ਦੀ ਕਸਿ ਗਤੀਵਿਧੀ ਜਾਂ ਘਟਨਾ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਣ।

## 10. ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ

ਸਕੂਲੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਹੋਣਗੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੁਟੀਨ ਅਤੇ ਉਮੀਦਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਉਹ ਖੇਤਰ ਦੱਖਾਓ ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਉਹ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਗੇ (ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਜੈਕਟਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਬੈਗ ਕੱਥੇ ਲਟਕਾਉਣੇ ਹਨ)। ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਮਨਪਸੰਦ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

ਪਹਲੀ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਧੂ ਸਮਾਂ ਬਤਿਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਬਿੰਦੂ ਬਣਾਓ।

## ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ

ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਕੱਢੋ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਫਾਈਲ ਸੁਰੂ ਕਰੋ। ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬਿਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਜਮ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਪਰ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿੱਜੀ ਸਫਿਲਾਈ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਨਵੇਂ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਖਾਸ ਗੱਲਾਂ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹੋ?

ਆਪਣਾ ਨਜ਼ੀ ਪੋਰਟਫੋਲੀਓ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਨਜ਼ੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਫੋਲਡਰ, ਬਾਈਡਰ ਜਾਂ ਡਿਜਿਟਲ ਫਾਈਲ ਜਾਂ ਸਲਾਈਡਸ਼ੇ ਨੂੰ ਵਵਿਸਥਤਿ ਕਰੋ। ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਫ਼ਲਸਫ਼ੇ ਦਾ ਇੱਕ ਸੰਖੇਪ ਵਰਣਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਰੈਜ਼ਿਊਮੇ ਵੱਚਿ ਸੰਬੰਧਤਿ ਅਨੁਭਵ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ (ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਦੀ ਗਣਿਤੀ ਵੀ!);
- ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਕੇਰਸਾਂ ਜਾਂ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ ਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜਸਿ ਸਖਿਲਾਈ ਵੱਚਿ ਭਾਗ ਲਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰਟੀਫਿਕਟ ਜਾਂ ਡਿਪਲੋਮੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ,
- ਮੌਜੂਦਾ ਜਾਂ ਪਛਿਲੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪਰਵਿਾਰਾਂ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹਵਾਲੇ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਅਪਰਾਧਕਿ ਰਕਿਰਡ ਦੀ ਜਾਂਚ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ;
- ਘਰ ਵੱਚਿ ਬਾਹਰ ਘੁੰਮਣ ਅਤੇ ਆਮ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ।

### ਸਾਰ

ਸਹੀ ਸੁਰੂਆਤ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਰਸ਼ਿਤਾ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਤੁਹਾਡਾ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਜਨਿ ਵਧੀਆ ਰਸ਼ਿਤਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਓਨਾ ਹੀ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ। ਕੁਝ ਰਸ਼ਿਤੇ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਆਸਾਨ ਹੋਣਗੇ, ਜਦੋਂ ਕੀ ਦੂਸਰੇ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਰਸ਼ਿਤਿਆਂ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਰਸ਼ਿਤਿਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਯਤਨਾਂ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ। ਸੰਚਾਰ ਕੁੰਜੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਹੁਨਰ ਹੈ ਜਸਿਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵ ਨਾਲ ਸੁਧਾਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕੀ ਅਜਹਿ ਮੌਕੇ ਹਨ ਜਨਿਹਾਂ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲਰ ਕੋਲ ਵਕਿਲਪ ਹਨ। ਉਹ ਨਯਿੰਤਰਣ ਵੱਚਿ ਮਹਸ਼ਿਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਖੁਦ ਲੈਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।

# 05

## ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ

ਸਖਿਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼

**ਇਕਾਈ 5 ਵੱਚ: ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ, ਤੁਸੀਂ:**

- ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ-ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਦੇ ਲਾਭਾਂ 'ਤੇ ਵਚਿਰ ਕਰੋ;
- ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣ ਵੱਚਿ ਸੰਚਾਰ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ;
- ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ-ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕਾਂ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰੋ;
- ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ; ਅਤੇ
- ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ।

### ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨਜਨਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਲੋਕ ਇੱਕ ਸਾਂਝੇ ਟੀਚੇ ਲਈ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਭਾਈਵਾਲ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਰਸ਼ਿਤਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੁਚਾਰੂ ਸਮੁੰਦਰੀ ਸਫ਼ਰ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣੇਗਾ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨਗੇ ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਹਿੱਤ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ।

ਮਾਤਾ-ਪਤਿ-ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦਾ ਰਸ਼ਿਤਾ ਕਈ ਵਾਰ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਦਰਸ਼ਕ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਸਤਕਾਰ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਹਿਤਮੰਦ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ - ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਵਜੋਂ - ਚਰਚਾ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋਗੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੀ ਤਰੱਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਂਝਾ ਟੀਚਾ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਈਵਾਲ, ਹਾਲਾਂਕਿ, ਤੁਹਾਡੇ ਗਾਹਕ ਵੀ ਹਨ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਮਾਪੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਜੋ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ ਉਸ ਦਾ ਸਤਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਗਾਹਕਾਂ ਵਜੋਂ ਆਦਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਜਾਇਜ਼ ਉਮੀਦਾਂ

ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਨਿ ਵੀ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹੋਣ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ ਪ੍ਰਤੀ ਸਵੈਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਤਕਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਇਸ ਸਖਿਲਾਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਸੂਚੂਆਤੀ ਸਹੀ ਮਾਡਿਊਲ ਇੰਟਰਵਿਊ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ, ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਰਸ਼ਿਤੇ ਦੇ ਸੂਚੂਆਤੀ ਦਿਨਾਂ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੂਚੂ ਤੋਂ ਹੀ ਚੰਗੇ ਰਸ਼ਿਤੇ ਨੂੰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਲਈ ਚੰਗੀ ਨੀਂਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇਗਾ।

ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਸੂਚੂਆਤ ਸਰਿਫ਼ ਸੂਚੂਆਤ ਹੈ। ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਰਸ਼ਿਤਾ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕਸਿ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰਸ਼ਿਤੇ ਵਾਂਗ ਹੈ: ਇਹ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਨ ਅਤੇ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸਮਾਂ, ਸੋਚ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਸਹਯੋਗੀ ਰਸ਼ਿਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਕਰੇਗਾ, ਅਤੇ, ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ, ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਕਰੇਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ।





# ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਐੱਖਾ ਕੰਮ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਵੀ ਹੈ

**ਚੈਟਰਬਾਕਸ/ਇੱਕ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਕਸਿਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਜੋਂ**

“ਮੈਂ ਲਗਭਗ ਸੱਤ ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵੱਚਿ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਫਰਿ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ, ਮੈਂ ਇਸ ਵਾਰ ਸਥਾਈ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ - ਇਹ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਮੈਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ। ਮੈਂ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵੱਚਿ ਮੇਰੇ ਸਾਲ ਵੱਚਿ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੀ ਬਦਲਿਆ, ਇਹ ਮੇਰੀ ਸਮਝ ਸੀ ਕਿ ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵੱਚਿ ਕੀ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮੈਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੀਤੀ, ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਰਸ਼ਿਤੇ ਵੀ ਸਨ, ਪਰ ਕੀ ਮੈਂ ਹੁਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਚਿ ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹਾਂਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹਾਂਗਾ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦੇ ਦਬਾਅ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਨਾ ਸਮਝਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਅਫ਼ਸੋਸ ਹੈ? ਹੁਣ ਮੇਰੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨਾਲ ਮੇਰੇ ਬਹੁਤ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਬਹਿਤਰ ਰਸ਼ਿਤੇ ਹਨ। ਅੰਸ਼ਕ ਤੌਰ ‘ਤੇ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ, ਕਉਕਿ ਮੈਂ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਐੱਖਾ ਕੰਮ ਹੈ, ਪਰ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਵੀ ਅਜਹਿਾ ਹੀ ਹੈ।”

## 1. ਅਭਿਆਸ ਵੱਚਿ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ

ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਵੱਚਿਕਾਰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵੱਚਿ ਹਰ ਕੋਈ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

*ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫਾਇਦਾ...*

ਜਵਿੱ ਕਿ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਵੱਚਿ ਬਹਿਤਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਕੋਸਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਖਿਅਿ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਲਾਸਰੂਮ ਵੱਚਿ ਸਵੈਸੇਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ-ਅਧਿਆਪਕ ਇੰਟਰਵਿਊਆਂ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਲਾਸ ਪਾਰਟੀ ਲਈ ਕੂਕੀਜ਼ ਪਕਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵੱਚਿ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕੇਅਰ ਹੋਮ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਹੋਵੇਗਾ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਇਸ ਵੱਚਿ ਦਲਿਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਦੇਖਣਗੇ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਉਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਕਵਿ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ, ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨਗੇ।

*ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਫਾਇਦਾ...*

ਮਾਪੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰਗਵਿਰ ਵਜੋਂ ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵੱਚਿ ਆਤਮ-ਵਸ਼ਿਵਾਸ ਅਤੇ ਸਤਕਿਾਰ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨਗੇ।

ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਕੋਲ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਕਿਅ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਵੀ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਰੋਤ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਮੁਹਾਰਤ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਰਾਹੀਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰਵਿਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਵਕੀਲ ਬਣ ਜਾਣ।

*ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲਾਭ...*

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਾਧੂ ਸਰੋਤਾਂ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮੁਹਾਰਤ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਹੋਣਗੇ ਕਿਉਂਕਿ ਮਾਪੇ ਆਪਣਾ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨਾਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਰਾਹੀਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਨਾਲ ਆਤਮ-ਵਸ਼ਿਵਾਸ, ਮਾਣ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ।



ਮਾਪੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰਗਵਿਰ ਵਜੋਂ ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵੱਚਿ ਆਤਮ-ਵਸ਼ਿਵਾਸ ਅਤੇ ਸਤਕਿਾਰ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨਗੇ।

## 2. ਸਫਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਦੇ ਬਲਿਡਗਿ ਬਲਾਕ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਚਿ ਸਹਯੋਗੀ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਬਤਿਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਖਿਅਿ ਦੇ ਹੋ ਕੀ ਕਵਿ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਦੂਜਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਕਵਿ ਸੁਣਨਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਵਿ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਦੂਜਿਆਂ ਵੱਚਿ ਅੰਤਰ ਦੀ ਕਦਰ ਕਵਿ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਠੋਸ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਤੋਂ ਕਵਿ ਬਚਣਾ ਹੈ। ਵਾਕਸ਼: «ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਵਿ ਮਹਸੂਸ ਕਰੇਗਾ ਜੇ ਕੋਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਜਹਿਾ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ?» ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀ ਹੋਵੋ। ਉਹੀ ਹੁਨਰ, ਰਵੱਈਏ, ਵਹਿਾਰ ਅਤੇ ਗੁਣ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ।

### ਭਰੋਸਾ

ਟਰੱਸਟ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਵਚਿਾਰਾਂ, ਟੀਚਿਆਂ ਅਤੇ ਵਚਿਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਦੋਵਾਂ ਧਰਿਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਿਤ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਸ਼ਿਵਾਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਆਪਸੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ

ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਚਿਰਾਂ 'ਤੇ ਵਚਿਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਰਸ਼ਿਤੇ ਵਚਿਰ, ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

- ਭਰੋਸਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਚਿਰ, ਵਚਿਰ, ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਪਾਲਣ ਦੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਅਤੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਸੁਣੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਸਮਝੀ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਦਰ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ;
- ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ (ਬੱਚਿਆਂ) ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਨਿਘੋ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ;
- ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹਮਿਤ ਹੋਏ ਘੰਟਿਆਂ ਅਤੇ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੋਗੇ;
- ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪਰਵਿਰ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜੋ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਰਿਫ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਚਿਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਖਤੀ ਨਾਲ ਗੁਪਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਹਿਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ:

- ਕਿ ਮਾਪੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਦਾ ਆਦਰ ਕਰਨਗੇ;
- ਇਹ ਕਿ ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਵਚਿਰ ਆਪਣੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਭਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਗੇ;
- ਇਹ ਕਿ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਹਯੋਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਗੇ; ਅਤੇ ਉਹ ਮਾਪੇ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਪਰਵਿਰ ਲਈ ਧਿਆਨ ਦਿਖਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪਰਵਿਰ ਜਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ।

### ਆਦਰ

ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ, ਵਚਿਰਾਂ, ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਸਤਕਾਰ ਕਰਨਾ ਸਖਿਣਾ, ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਚਿਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ

ਅਭਿਆਸਾਂ ਵਚਿਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਮਨਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਾਡੇ ਅੰਤਰ ਹਨ ਜੋ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਅਮੀਰ ਅਤੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਥਾਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਦੂਸਰੇ ਅਕਸਰ ਸਾਡੇ ਆਪਣੇ ਵਹਿਰ ਅਤੇ ਰਵੱਈਏ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਸਤਕਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਲਈ ਆਦਰ ਰੱਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਵਹਿਰ ਦੀ ਕਸਿਮ ਦਾ ਮਾਡਲ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿਸਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਉਮੀਦ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਵਭਿਨਿਤਾ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਸੰਸਾਰ ਵਚਿਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਵਿਰ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਭਾਸ਼ਾ, ਅਤੇ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਅੰਤਰਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ। ਆਪਣੀ ਦਲਿਚਸਪੀ ਅਤੇ ਸਖਿਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਦਿਖਾਓ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਪੱਸ਼ਟ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਹਰ ਬੱਚਾ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਆਪਣੇ ਪਰਵਿਰਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਸਿਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ, ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਸਖਿਣਾ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੁਝ ਨਵੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਚਿਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਉਸ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੰਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

### ਹਮਦਰਦੀ

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਸਿ ਹੋਰ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਣਾ, 'ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਜੁੱਤੀਆਂ ਵਚਿਰ ਇੱਕ ਮੀਲ ਚੱਲਣਾ' ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰਨ ਵਚਿਰ ਬੁਨਿਆਦੀ ਹੈ। ਕਸਿ ਸਥਿਤਿ ਤੋਂ ਪਛਿ ਹਟਣਾ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਦੂਜੇ ਵਕਿਕਤੀ ਦੀਆਂ ਨਜ਼ਰਾਂ ਤੋਂ ਵੇਖਣਾ, ਅਕਸਰ ਕਸਿ ਮੁੱਦੇ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵੱਖਰਾ ਦ੍ਰਸ਼ਿਟੀਕੋਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ «ਮੈਂ» ਸੁਨੇਹੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਵਚਿਰ ਇੰਨੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਉ ਹਨ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਦ੍ਰਸ਼ਿਟੀਕੋਣ ਤੋਂ ਮੁੱਦੇ ਜਾਂ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਵਚਿਰ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਕਸਰ ਅਸਪਸ਼ਟ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਚੰਗੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਰਸ਼ਿਤਾ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਕਸਿ ਹੋਰ ਵਕਿਕਤੀ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜੁੱਤੀਆਂ ਵਚਿਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਭਾਉਂਦੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਦੇਖਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਚਿਰ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਹਮਦਰਦੀ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਪਹੁੰਚ ਅਪਣਾਓ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ

ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਕਸਰ ਅਸਪਸ਼ਟ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਚੰਗੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਰਸ਼ਿਤਾ ਹੋਵੇ, ਪਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਕਸਿ ਹੋਰ ਵਧਿਕਤੀ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਦੇਖਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਹਮਦਰਦੀ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਪਹੁੰਚ ਅਪਣਾਓ।

## ਸੰਚਾਰ

ਸੂਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਸੰਚਾਰ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਠੋਸ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਅੱਗੇ ਜਾਵੇਗਾ। ਕੁਝ ਪਰਵਿਚਾਰਕ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੁਝ ਮਾਪੇ, ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਦੂਸਰੇ ਸ਼ਰਮੀਲੇ ਅਤੇ ਰਾਖਵੇਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਦਾਤਾ-ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖਰੇ ਸੰਜੋਗ ਸੰਚਾਰ ਦੀ ਸੈੱਖ, ਗੁਣਵੱਤਾ ਅਤੇ ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ 'ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਣਗੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸ਼ਖਸੀਅਤ ਅਤੇ ਵਿਵਹਾਰ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਬਦਲਿਆ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਰੇਕ ਨਾਲ ਜੋ ਸਬੰਧ ਤੁਸੀਂ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਵੱਖਰਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਕਉਕਿ ਉਹ ਵੱਖਰੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਦੇਵਾਂ ਲਈ ਅਰਾਮਦਾਇਕ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਲੋਕ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਸੰਕੇਤ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਮਿਰ, ਸਤਕਿਾਰਯੋਗ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਰਹੋ। ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਕਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਰਮੀਲੇ ਹੋ, ਮੁਸਕਰਾਉਣ ਵਾਲੇ, ਨਰੀਖਣ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਣ ਵਾਲੇ ਪਹਿਲੇ ਵਧਿਕਤੀ ਬਣੋ।

ਇਸਨੂੰ ਆਪਣਾ ਅਭਿਆਸ ਬਣਾਓ:

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਇੱਕ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸੁਹਾਵਣਾ ਸੁਭਕਾਮਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮਲਿੰ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਹੋ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਕੀ ਉਹ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੈਂ ਗਏ? ਅੱਜ ਸਵੇਰੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਭੁੱਖ ਕਹਿ ਜਿਹੀ ਸੀ?

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਪਕਿ-ਅੱਪ ਸਮੇਂ (ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਐੱਖਾ ਦਨਿ ਕਉਿ ਨਾ ਹੋਵੇ) ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਨਰੀਖਣ ਪੇਸ਼ ਕਰੋ। ਇੱਕ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਕਹਾਣੀ, ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀ, ਜਾਂ ਇੱਕ ਆਮ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਨਰੀਖਣ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ ਕਿ ਬੱਚਾ ਕਵਿ ਵਧ ਰਹਿਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਕਿਸ ਕਰ ਰਹਿਾ ਹੈ। ਬਾਲ ਦਵਿਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ

ਕਰੋ। ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਚੰਗੀ ਨੀਂਦ ਲਈ? ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਭੁੱਖ ਚੰਗੀ ਸੀ? ਕੋਈ ਵਸ਼ਿਸ਼ ਗਤੀਵਧੀਆਂ, ਸਮਾਗਮ ਜਾਂ ਆਉਟਰਿਗ?

ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਇੱਕ ਬੁਲੇਟਨਿ ਬੋਰਡ ਲਗਾਓ ਜਿਥੇ ਤੁਸੀਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜਾਂ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਭੋਜਨ ਸੂਚੀ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ; ਸਮਾਗਮਾਂ, ਗਤੀਵਧੀਆਂ, ਜਨਮਦਨਿ (ਭੁਗਤਾਨ ਦਨਿ ਵੀ) ਦਾ ਇੱਕ ਕੈਲੰਡਰ; ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਲਾ ਦਾ ਕੰਮ; ਰੀਮਾਈਡਰ ਅਤੇ ਨੋਟਸ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਿਆਣਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਸ ਦਨਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਸੌਣ, ਪਖਾਨੇ ਅਤੇ ਆਮ ਸੁਭਾਅ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਨੋਟ ਦੇ ਨਾਲ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜਰਨਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।

ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ ਦੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਨੋਟਬੁੱਕ ਰੱਖੋ (ਜਾਂ ਬੁਲੇਟਨਿ ਬੋਰਡ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸ਼ੀਟ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ) ਜਿਥੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਮਾਪੇ ਕੋਈ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਤਾਰੀਖਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ, ਛੁੱਟੀਆਂ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ, ਦਾਦੀ ਦੀ ਫੇਰੀ) ਨੂੰ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਫੀਡਬੈਕ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੁਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਨਤਾ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਲੋੜਾਂ ਹਨ।

ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਇੱਕ ਟੈਕਸਟ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਭੇਜੋ, ਫੋਟੋਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋ (ਜੇ ਉਚਿਤ ਹੋਵੇ) ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਨਿ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ, ਜਾਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਕੋਲ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੁੱਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਫੋਨ ਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਵਧਿਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ (ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਬਨਿ) ਆਪਸੀ ਸੁਵਧਿਜਨਕ ਸਮੇਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ। ਘਰ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ 'ਤੇ ਗੰਭੀਰ ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ ਨਰਿਸ਼ ਕਰੋ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਤੁਰੰਤ ਚਤਿਾ ਦਾ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਫੋਨ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਕੰਮ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ (ਸ਼ਾਇਦ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨੈਪਟਾਈਮ 'ਤੇ) ਜਾਂ ਕੰਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਾਲਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਬੇਸ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸੰਖੇਪ ਕਾਲ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਸਮਾਂ ਅਜਹਿਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ ਜਦੋਂ ਡਰਾਪ-ਆਫ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਪਕਿ-ਅੱਪ ਸਮਾਂ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਧਿਸਤ ਰਹਿਾ ਹੋਵੇ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਕਿਸ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਲੇਖ, ਕਤਿਾਬ, ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਰੈਡਆਉਟ,

ਜਾਂ ਐਨਲਾਈਨ ਸਰੋਤ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਲਿਚਸਪ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਕੀਲ ਦੇ ਪੜ੍ਹਾਅ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਉਧਾਰ ਦਿਓ ਜਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤਰੱਕੀ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਤੋਂ ਬਨਿੱ, ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਲ ਵੱਚਿ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਵਾਰ ਮਲਿਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।

ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਤਾ ਨੂੰ ਕਸਿ ਵੀ ਚੁਣੌਤੀ ਬਾਰੇ ਸੂਚਤਿ ਕਰਦੇ ਰਹੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਵਿ ਹੱਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸਧਿ ਬਣੇ ਪਰ ਨਾਟਕੀ ਨਹੀਂ। ਤੁਹਾਡਾ ਆਤਮ ਵਸ਼ਿਵਾਸ ਅਤੇ ਸਾਂਤ ਪਹੁੰਚ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਤਾ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਵਿਉਣ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਦੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੀਲੇਅ ਕਰਨ ਲਈ ਵਧੇਰੇ ਝੁਕਾਅ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਸਲ ਵੱਚਿ, ਗੈਰ-ਨਰਿਣਾਇਕ ਸਾਂਝਾਕਰਨ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਲਿ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁਭਾਵਕ ਮੌਕਾ ਪੈਦਾ ਕਰੇਗਾ ਜੇ ਹਰ ਬੱਚਾ ਕਸਿ ਨਾ ਕਸਿ ਸਮੇਂ ਪੇਸ਼ ਕਰੇਗਾ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਦੀ ਇਕਸਾਰਤਾ ਤੋਂ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਅਤੇ ਪਰਵਿਾਰਕ ਘਰ ਵੱਚਿ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹਿ ਰਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਟਾਇਲਟ ਸਖਿਲਾਈ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਂਝੀ ਪਹੁੰਚ ਸਫਲਤਾ ਦੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰੋ ਕਿ ਨਾ ਸਰਿਫ਼ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਿਆਰ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਰਿਧੀ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਵਿਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ, ਭੈਣ-ਭਰਾ, ਦਾਦਾ-ਦਾਦੀ ਅਤੇ ਵਸਿਤਰਤਿ ਪਰਵਿਾਰ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ

ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਕੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਰਸ਼ਿਤੇ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਉਤਸ਼ਾਹਤਿ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਕਰੇਗੇ। ਮੈਬਰ।

ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ, ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ-ਗ੍ਰਾਹਕਾਂ ਵੱਚਿ ਕੁਝ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਨਜਿ ਮਾਮਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਉਤਸੁਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ - ਕੁਝ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ, ਅਤੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਦਵਿਅਲੂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਉਪਲਬਧ ਹਮਦਰਦ ਕੰਨ ਦੇ ਰੂਪ ਵੱਚਿ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਹ ਸੋਚਣ ਦੀ ਅਸਹਜਿ ਸਥਿਤੀ ਵੱਚਿ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ «ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਨਿ ਰਾ ਹੈ?» ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਬੰਧਨ ਨੂੰ ਨਰਿਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਹਰ ਕਸਿ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨਰਿਧਾਰਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਤਾ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੂਲੀਅਤ ਦਾ ਪੱਧਰ ਤੁਹਾਡੇ (ਤੇ ਬੋਝ ਬਣਾਉਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਨਰਿਪੱਖਤਾ ਨੂੰ ਧੁੰਦਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਤਾ ਵੱਚਿ ਉਮੀਦਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਜਿ ਸਲਾਹਕਾਰ ਹੋ।

ਕਮਊਨਿਟੀ ਵੱਚਿ ਏਜੰਸੀਆਂ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਰੈਫਰਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ ਜੇ ਕਸਿ ਅਜਹਿ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਤਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੇ ਨਜਿ ਮੁੱਦਿਆਂ, ਪਰਵਿਾਰਕ ਮਾਮਲਿਆਂ, ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆਦਿ ਨਾਲ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਪਰਵਿਾਰਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰੋਸੇ ਵੱਚਿ, ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਦਾ ਨਦਿਅਨ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਹੱਲ ਕੱਢਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਨਰਿਖਿਕ ਵਜੋਂ ਇੱਕ ਮਹਾਨ ਸਰੋਤ ਵਜੋਂ ਸੇਵਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇ ਫਰਿ ਉਹਨਾਂ ਵਾਧੂ ਸਰੋਤਾਂ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਜੁੜ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵੱਚਿ ਉਪਲਬਧ ਸਰੋਤਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਖਿਅਿਤ ਕਰੋ ਜੇ ਪਰਵਿਾਰਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਭਰੋਸੇ ਵੱਚਿ, ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

## ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ

ਹਰ ਕਸਿ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ, ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ, ਉਹ ਹਨ ਜਿਥੇ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਅਰਥਪੂਰਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਸਰਿਫ਼ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਲਾਨਾ ਪਕਿਨਕਿ ਲਈ ਬੁਲਾਉਣ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਲਿਪਕਾਰੀ ਲਈ ਸਪਲਾਈ ਵੱਚਿ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ (ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਜਹਿਾ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਵੀ ਕੋਈ ਗਲਤ ਨਹੀਂ ਹੈ!)

ਅਰਥਪੂਰਨ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਹੈ:

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਅਭਿਆਸ ਵੱਚਿ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਵੱਚਿਰਾਂ ਅਤੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣਾ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ। ਕਰਿਆਵਾਂ, ਕਤਿਾਬਾਂ, ਸੰਗੀਤ, ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ ਬਾਰੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਮੰਗੋ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਪਕਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਸੂਚੀ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿਓ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਵੱਚਿ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਨੰਦ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਸੂਚੀ ਦੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਜਨ੍ਹਾਂ ਵੱਚਿ ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦਲਿਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ, ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਵੱਚਿਰ ਮੰਗੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਸਵੀਰਾਂ, ਕਤਿਾਬਾਂ, ਸੰਗੀਤ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿਓ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾ ਜਾਂ ਰੁਚੀਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਬਦ, ਸਧਾਰਨ ਵਾਕਾਂਸ਼, ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਗੀਤ ਸਖਿਾਉਣ ਜੋ ਉਹ ਘਰ ਵੱਚਿ ਵਰਤਦੇ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਜਾਂ ਵਕਿਾਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪਾਲਿਸੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਰਿਆਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਘਰੇਲੂ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਨੂੰ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਹਨ। ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਹੋਮ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਸਰਵਿਸ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋਣ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਵਕਿਾਸ ਜਾਂ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਆਵਾਜ਼ ਦੇਣ ਦਿਓ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵੱਚਿਰ ਪੁੱਛੋ: ਕੀ ਉਹ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਨਰਿਪੱਖ ਸਮਝਦੇ ਹਨ? ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨੀਤੀ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਚਤਿਾ ਹੈ? ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਵੱਚਿਰਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਵੱਚਿਰੋ।

## ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ

ਰਫਿਲੈਕਟਿਵ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨੋਟਬੁੱਕ ਕੱਢੋ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਕਿ ਫਾਈਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਤੀਬਿਬਿਤ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਜਮ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਪਰ ਇਸਦੀ ਬਜਾਏ ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਿੀ ਸਖਿਲਾਈ ਅਤੇ ਵਕਿਾਸ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਉਹਨਾਂ ਵਕਿਕਤੀਗਤ ਮਾਪਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਹੁਣ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਦਾ ਮੌਜੂਦਾ ਪੱਧਰ ਕੀ ਹੈ? ਕੀ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਕੋਈ ਥਾਂ ਹੈ? ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਕੀ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹੋਰ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?





# ਮਸਿਾਟੇ ਉਸ ਦਨਿ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਸੀ ਜਦੋਂ ਉਸਦੀ ਮੰਮੀ ਨੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸਵੇਰ ਬਤਿਆਈ, ਕੁਝ ਜਾਪਾਨੀ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ, ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਦੁਪਹਰਿ ਦੇ ਖਾਣੇ ਲਈ ਜਾਪਾਨੀ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ।

**ਚੈਟਰਬਾਕਸ[ਇੱਕ ਤਜਰਬੇਕਾਰ FCC ਦੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਕਸਿਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ]**

“ਮਸਿਾਟੇ ਉਸ ਦਨਿ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਸੀ ਜਦੋਂ ਉਸਦੀ ਮੰਮੀ ਨੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸਵੇਰ ਬਤਿਆਈ, ਕੁਝ ਜਾਪਾਨੀ ਪਰੰਪਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ, ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਦੁਪਹਰਿ ਦੇ ਖਾਣੇ ਲਈ ਜਾਪਾਨੀ ਭੋਜਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ। ਮਸਿਾਟੇ (ਜੋ ਉਸ ਸਮੇਂ ਸਰਿਫ਼ ਤਨਿ ਸਨ) ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਚੋਪਸਟਕਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਵੀ ਦਖਿਾਇਆ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਵੱਚਿ ਹਰੇਕ ਨੂੰ ਚੋਪਸਟਕਿਸ ਦਾ ਤੋਹਫ਼ਾ ਦਿਤਾ। ਹਰ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਦੁਪਹਰਿ ਦੇ ਖਾਣੇ ਦੀ ਮੇਜ਼ ‘ਤੇ ਚੌਲ ਦੇਖਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਜੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਟਲਰੀ ਨੂੰ ਦੂਰ ਰੱਖ ਦੇਈਏ ਅਤੇ ਕੱਟੇ ਹੋਏ ਸਟਕਿਸ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢੀਏ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਅੱਗੇ ਝੁਕੀਏ। ਗਰੀਬ ਮਸਿਾਟੇ ਅਜੇ ਵੀ ਚੋਪਸਟਕਿਸ ਨਾਲ ਵਧੇਰੇ ਮਾਹਰ ਬਣਨ ਵੱਚਿ ਮੇਰੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹਿਾ ਹੈ। ”

ਠੋਸ ਤਰੀਕੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਜਸਿ ਨਾਲ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਹਸਿਾ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ‘ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ’ ਨੀਤੀ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾਉਣ ਵੱਚਿ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਸੂਸ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਉਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। (ਖਾਸ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਪਰਵਿਾਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਨਵਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨੂੰ ਇਹ ਭਰੋਸਾ ਦਵਿਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਡੇ-ਕੇਅਰ ਡੇ ਦੌਰਾਨ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।) ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਪਕਿਨਕਿ ਦੁਪਹਰਿ ਦੇ ਖਾਣੇ, ਇੱਕ ਵਸਿਸ਼ ਜਸ਼ਨ, ਜਾਂ ਸੈਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿਓ। ਕੁਝ ਮਾਪੇ ਇੱਕ ਖਾਸ ਜਸ਼ਨ ਲਈ ਬੇਕਡ ਸਮਾਨ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੂਸਰੇ ਕਲਾ ਅਤੇ ਸਲਿਪਕਾਰੀ ਗਤੀਵਧੀਆਂ ਲਈ ਕੰਮ ਤੋਂ ਸਕ੍ਰੈਪ ਪੇਪਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ‘ਖਜ਼ਾਨੇ’ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦਨਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵਸਿਸ਼ ਹੁਨਰ ਜਾਂ ਪ੍ਰਤਭਿਾ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿਓ ਜਾਂ ਆ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨੌਕਰੀ ਜਾਂ ਸੌਕ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਰਥਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਮੰਗ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਾ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਾਰੇ ਮਾਪੇ ਇੱਕੋ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ, ਜਾਂ ਇੱਕੋ ਡਗਿਰੀ ਲਈ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ। ਹਰੇਕ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ, ਹਰੇਕ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਇੱਕ ਵਖਿਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਸਿ ਵੱਚਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ, ਹੁਨਰ, ਯੋਗਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਮਾਤਾ-ਪਤਿਾ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਵੱਚਿ ਲਚਕਤਾ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸਰੋਤ, ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ। ਤੁਹਾਡੀ ਚੁਣੌਤੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ, ਰੁਚੀਆਂ ਅਤੇ ਉਪਲਬਧਤਾ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਣ ਦੀ ਹੈ।



### 3. ਜਦੋਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ

ਸੰਸਾਰ ਨਾਮੁਕੰਮਲ ਹੈ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਕਿ ਇਹ ਇਸ ਨੂੰ ਰਹਿਣ ਲਈ ਇੱਕ ਦਲਿਚਸਪ ਜਗ੍ਹਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਇਹ ਵੀ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਸੜਕ ਵੱਚਿ ਹੁਣ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵੱਚਿ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਰੁਕਾਵਟ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਹੈ - ਅਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਮੰਨ ਲਓ ਕਿ ਇਕੱਠੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਇਸਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ, ਰਚਨਾਤਮਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਦਰ ਅਤੇ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਮਲਿ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### 4 ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਚਤਿਵਾਂ ਦੇ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਸਿ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ, ਜਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਬਾਰੇ ਚਤਿਵਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ:

ਇਸ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਰ ਤੱਕ ਨਾ ਬਣਨ ਦਓ। ਮਾਤਾ-ਪਤਿ(ਮਾਂ) ਨੂੰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਮੌਕਾ ਦਓ, ਪਰ ਫਰਿ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰੋ।

ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਸਮੇਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ, ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਨਾਰਾਜ਼ ਜਾਂ ਗੁੱਸੇ ਮਹਸੂਸ ਨਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਮੌਜੂਦ ਨਾ ਹੋਣ।

ਇਮਾਨਦਾਰ ਰਹੋ, ਪਰ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ ਕਿ ਅਜਹਿ ਸ਼ਬਦਾਂ ਜਾਂ ਟੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ ਜਸਿ ਨਾਲ ਮਾਪੇ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨ। ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਦੇ ਹੋਏ, ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਜੁੱਤੀਆਂ ਵੱਚਿ ਕਲਪਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਓ ਕੀ ਹੋਵੇਗੀ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਸਿ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਹਲਿ ਵਾਰ ਹਲਕੀ ਛੇਹਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਵਯਿੰਗ ਤੋਂ ਬਚੋ।

ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਦੇਰ ਨਾਲ ਪਕਿ-ਅੱਪ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ, "ਬਸ ਇੱਕ ਯਾਦ ਦਵਿਉਣ ਲਈ ਕਪਿਕਿ-ਅੱਪ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸ਼ਾਮ 5:30 ਵਜੇ ਹੈ - ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਾਂ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਵਸਿਸ਼ ਬੋਨਤੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਲਿ ਕਾਲ ਕਰੋ - ਕੱਲ੍ਹ ਮਲਿਦੇ ਹਾਂ।»

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਥਤਿ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਚਰਚਾ ਦੀ ਵਾਰੰਟੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਥਤਿ ਦੱਸਣ ਲਈ «ਆਈ» ਸੰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, "ਮੈਨੂੰ ਬੋੜਾ ਨਾਰਾਜ਼

ਮਹਸੂਸ ਹੋ ਰਹਿ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਦਨਿ ਲੈਣ ਲਈ 20 ਮਟਿ ਲੇਟ ਹੋ ਗਏ ਹੋ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲਚਕਦਾਰ ਬਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਸਿਸ਼ ਮੌਕਿਆਂ 'ਤੇ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਸੁਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਦੇਰ ਨਾਲ ਹੋਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਮੈਨੂੰ ਡਰ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਹਾਂਗਾ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮੰਨ ਲਓਗੇ ਕਿ ਅਭਿਆਸ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਠੀਕ ਹੈ, ਅਤੇ ਮੈਂ ਇਸ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾਇਆ ਮਹਸੂਸ ਕਰਾਂਗਾ। ਕੀ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਜਸਿ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹਾਂ? ਮੈਂ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹਾਂਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੀ ਸੋਚਦੇ ਹੋ।"

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਮੱਸਿਆ ਦੱਸ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਨੂੰ ਸੁਣੋ। ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਵਯਿਖਿਆ ਅਤੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮਾਣਕਿ ਹੈ। (ਕਰਿਓ ਦੇ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਨਰਿਮਾਣ ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇਰ ਨਾਲ ਹਰ ਕਸਿ ਨੂੰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।) ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਜਾਇਜ਼ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਨ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਹੱਲ ਲਓ। ਜੇਕਰ ਅਜਹਿ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਰਿਫ਼ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਦਵਿਓ ਕਿ ਭਵਯਿ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਉਮੀਦਾਂ ਕੀ ਹਨ।

ਚਰਚਾ ਨੂੰ ਪਾਸੇ ਨਾ ਹੋਣ ਦਓ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹੋਰ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਉਠਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਸਮਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਉਠਾਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਦਾ ਹੈ (ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਸਧਿ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਬੰਧਤ ਮੁੱਦੇ ਨਹੀਂ ਹਨ)। ਜੇਕਰ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਸਾਈਡ-ਟ੍ਰੈਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਬਸ ਇਹ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਸਿ ਹੋਰ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਖੁਸ਼ ਹੋਵੋਗੇ।

ਇੱਕ ਦੇਸਤਾਨਾ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਨੋਟ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਇਸ ਚਤਿਵਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਗਏ ਹੋ ਅਤੇ ਮਲਿ ਕੇ ਇੱਕ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਏ ਹੋ। ਸਮਲ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕਸਿ ਵੀ ਚਤਿਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਵੱਚਿ ਅਰਾਮ ਮਹਸੂਸ ਕਰਨਗੇ।

ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਦੇਰੀ, ਭੁਗਤਾਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਚਿਰ-ਵਟਾਂਦਰੇ ਵੱਚਿ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ, ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਸਮਝੋਤੇ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੀਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਦਵਿਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ (ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਲਖਿਤੀ ਰੂਪ ਵੱਚਿ ਦੇਣਾ ਇੰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਓ ਹੈ)। ਸੁਰੂਆਤ ਵੱਚਿ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਨਿਨੀਆਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਤਿ ਕਰਨਾ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਦੇਖਣਾ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ।

## 5. ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੀਆਂ ਚਤਿਵਾਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਾ

ਕੋਈ ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਤਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਕਸਿ ਚਤਿ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦੇ ਹਨ:

ਇੱਕ ਡੂੰਘਾ ਸਾਹ ਲਓ ਅਤੇ ਸਾਂਤ ਰਹੋ।

ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਜਾਂ ਤੁਰੰਤ ਜਵਾਬ ਨਾ ਦਓ। ਜੇਕਰ ਇਹ ਚਰਚਾ ਲਈ ਸਹੀ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਮੁੱਦੇ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਨਜ਼ੀ ਚਰਚਾ ਲਈ ਜਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਇੱਕ ਸੁਵਧਿਜਨਕ ਸਮੇਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ।

ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਓ, ਅਤੇ ਇਹ ਸੁਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਅਸਲ ਚਤਿ ਕੀ ਹੈ।

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਕਵਿ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਚਤਿਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਨਿ, ਨਰਿਪੱਖ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਲਤੀ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਮੁਆਫੀ ਮੰਗੋ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਗਲਤਫਹਿਮੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਸਥਿਤਿ ਜਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿ ਕਰੋ।

ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਮੁੱਦੇ/ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਦੇਵਾਂ ਧਰਿਾਂ ਦੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਲਈ ਕਵਿ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਦੋਸਤਾਨਾ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਨੋਟ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰੋ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਖੁਸ਼ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮੁੱਦੇ/ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਸਨ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਅਜਹਿ ਕਰਨਾ ਕਨਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਰਹਿ ਹੋਵੇਗਾ।

### ਸੁਝਾਈ ਗਈ ਗਤਿਵਧਿ

ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੀ ਸਮੂਲੀਅਤ ਨੀਤੀ ਵਕਿਸਤਿ ਕਰੋ। ਲਖਿ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੀ ਸਮੂਲੀਅਤ ਬਾਰੇ ਕਵਿ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਉ ਮਹਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਰਦੇ



ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੀ ਸਮੂਲੀਅਤ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਤਿ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਧਨ ਕਾਫੀ ਲਚਕਦਾਰ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਨੁਸੂਚੀਆਂ, ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਅਤੇ ਰੁਚੀਆਂ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਹੋ/ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੀ ਸਮੂਲੀਅਤ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਤਿ ਕਰੋਗੇ।

ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇ ਵਰਤਮਾਨ ਵਚਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਚਿ ਹਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਨੀਤੀ ਵਚਿ ਸਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੁਝਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਸਿ ਸਾਥੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ (ਜਾਂ ਦੋ) ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਾਲਸਿ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਲਈ ਕਰੋ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ, ਮਾਤਾ-ਪਤਿ ਦੀ ਸਮੂਲੀਅਤ ਨੂੰ ਉਤਸਾਹਤਿ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਧਨ ਇੰਨੇ ਲਚਕਦਾਰ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਨੁਸੂਚੀਆਂ, ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਅਤੇ ਰੁਚੀਆਂ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

### ਸਾਰ

ਜਵਿ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਕਾਈ 4 ਵਚਿ ਸਖਿਆ ਹੈ: ਸੱਜੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਸੁਰੂ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਇਸ ਇਕਾਈ ਵਚਿ, ਚੰਗੇ ਰਸਿਤੇ ਪਰਵਿਾਰਾਂ

ਨਾਲ ਚੰਗੇ ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਰੁਝੇਵੇ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੂਝ ਦਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਸਰੋਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਸਤਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੰਭਵ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਰਸ਼ਿਤਾ ਕੋਸ਼ਿ ਕਰੇਗਾ, ਪਰ ਇਨਾਮ ਬੱਚੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਲਈ ਅਨਮੋਲ ਹਨ। ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਏ, ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਨਿੰ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲੀ ਬਾਲ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

### ਸਰੋਤ

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਰਸਿਰਸ ਸੀਟ: ਪਰਵਿਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਬਣਾਉਣਾ