Punjabi

ਤੁਹਾਡਾ 3 ਸਾਲ ਦਾ ਬੱਚਾ

(Your 3 Year Old)

ਬੋਲੀ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸੁਝਾਅ

(Speech and Language Tips)

3 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਰਦਆਂ ਧਮਾਕਾ ਕਰਦੇ ਹਨ!

(3 year olds have an explosion of language!)

ਤੁਹਾਡੇ 3 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬੋਲੀ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਬਦਲਾਅ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਗਿਣਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ਬਦ ਵਰਤਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ 3 ਸਾਲ ਦਾ ਬੱਚਾ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਵਾਕਾਂ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 3 ਤੋਂ 4 ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਦੇਖਦੇ ਹਨ, ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਅੱਗੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਲਗਾਤਾਰ "ਕਿਉਂ?" ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ

ਬੱਚੇ ਭਾਸ਼ਾ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ

(3 year olds have an explosion of language!)

ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀ ਆਸਪਾਸ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂਨੂੰਦੇਖ ਕੇ, ਛੂਹ ਕੇ, ਸੁਣ ਕੇ, ਚੱਖ ਕੇ ਅਤੇ ਕਰ ਕੇ ਸਿੱਖਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਗਤੀਵਿਧੀ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਇੱਕ ਮੌਕਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਗਾਓ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਵਰਤਦੇ ਹੋ।

ਇੱਕ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਨਾਲ ਫ਼ਰਕ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ। ਨਹਾਉਣ, ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ, ਪਾਰਕ ਜਾਣ, ਖੇਡਣ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਵਾਕਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇਸ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਜਾਓ: ahs.ca/talkbox

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬੋਲੀ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਕਦੇ ਵੀ ਜਲਦੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਇਸ ਮਿੱਤੀ ਅਨੁਸਾਰ: ਜਨਵਰੀ 22, 2025
(Current as of: January 22, 2025)

Alberta Health Services

ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਫਰਕ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

(Parents and caregivers make the difference.)

ਇਹਨਾਂ ਸੁਝਾਵਾਂਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਅਜ਼ਮਾਓ

(Try these tips in your language)

ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ

- **ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜੋ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ।** ਸਹੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਜਾਂ ਧੁਨੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ, "ਉਹ ਕਾਨ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।" ਤੁਸੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ, "ਹਾਂ, ਉਹ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।"
- **ਉਹ ਜੋ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਸ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।** ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਅਰਥ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਕੋਈ ਵੱਡੀ ਚੀਜ਼ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਉੱਚਾ ਬੋਲੋ। "ਉਹ ਬੱਸ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਹੈ।"
- **ਅਜਿਹੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ 1 ਜਾਂ 2 ਸ਼ਬਦਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਨ।** "ਕੀ ਉਹ ਸੌਣ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ?" ਦੀ ਬਜਾਏ, "ਉਹ ਕੀ ਕਰਨ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ?" ਪੁੱਛੋ।
- **ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਆਹਮੋ-ਸਾਹਮਣੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।** ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਬੈਠ ਕੇ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਝੁਕ ਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਵੀ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ

- **ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਗੂ ਬਣਨ ਦਿਓ।** ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਦਿਓ। ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਖੇਡੋ। ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- **ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲ ਨਾ ਪੁੱਛੋ।** ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਾਰੀ ਆਉਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰੋ।

ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ

- **ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਓ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹੋ।** ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਸੁਣਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਬਣਾਓ।** ਪੰਨੇ ਤੇ ਲਿਖੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਵੀ ਦੱਸੋ।
- **ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਇੱਕ ਪੰਨਾ ਪੜ੍ਹੋ।** ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਕਹੋ।
- **ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦਿਓ।** ਇੱਕ ਜਾਣੀ-ਪਛਾਣੀ ਕਹਾਣੀ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ ਰੁਕੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਾਕ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦਿਓ।

ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਉਣ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਚੰਗੀ ਭਾਸ਼ਾਈ ਮੁਹਾਰਤ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨਾ ਅਤੇ ਲਿਖਣਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

ਗਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ

- **ਗਾਣੇ ਬਣਾਓ।** ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਗੀਤ ਵਿੱਚ ਬਦਲੋ।
- **ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਗਾਓ।** ਹੌਲੀ ਗਾਓ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਰਾਮ ਲਓ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦ ਸੁਣ ਸਕੇ ਅਤੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਗਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕੇ।
- **ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।** ਗਾਣੇ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰੋ।
- **ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ, ਜਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗਾਣੇ ਗਾਓ, ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੋਲਦੇ ਹੋ।**

ਬੱਚੇ ਕਰ ਕੇ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ

(Children learn by doing)

ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ

(Activities to try)

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਕਹੋ, "ਹਿਲਾਓ, ਹਿਲਾਓ," ਜਾਂ "ਪਾਣੀ ਪਾਓ।"
- ਇਕੱਠੇ ਫੁੱਲ ਲਗਾਓ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ: ਇੱਕ ਬੇਲਚਾ, ਮਿੱਟੀ, ਇੱਕ ਗਮਲਾ ਅਤੇ ਪਾਣੀ। ਹਰ ਕਦਮ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ, "ਪਹਿਲਾਂ, ਅਸੀਂ ਮਿੱਟੀ ਪਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।" ਦੱਸੋ ਕਿ ਮਿੱਟੀ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਪੂਰਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ ਕੰਮ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਦੱਸਣ ਦਿਓ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੈਂਡਵਿਚ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। "ਪਹਿਲਾਂ, ਅਸੀਂ ਪੀਨਟ ਬਟਰ ਲਗਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?"
- ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਵੀਂ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉੱਥੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ।
- ਨਵੇਂ ਸ਼ਬਦ ਸਿਖਾਉਣ ਲਈ ਦਿਲਚਸਪ ਪਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਉਣਾ, ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਣਾ, ਟੁੱਟਿਆ ਹੋਇਆ ਖਿਡੌਣਾ ਦੇਖਣਾ, ਜਾਂ ਡੁੱਲਿਆ ਹੋਇਆ ਜੂਸ ਦੇਖਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਕ੍ਰੀਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ

(Screens and your child)

ਬੱਚੇ ਵਾਰੀ-ਵਾਰੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਵਧੀਆ ਰੂਪ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਸਕ੍ਰੀਨ ਤੇ ਬਿਤਾਇਆ ਸਮਾਂ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮੌਕਾ ਗੁਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਕ੍ਰੀਨ ਟਾਈਮ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰੋ। ਸਕ੍ਰੀਨ ਟਾਈਮ ਕਿਸੇ ਟੈਬਲੇਟ, ਫ਼ੋਨ, ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਕ੍ਰੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਸਕ੍ਰੀਨ ਟਾਈਮ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਜਾਂ ਜਾਓ caringforkids.cps.ca

ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਐਪਸ ਜਾਂ ਡਿਵਾਈਸਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸਨੂੰ ਔਗਮੈਂਟੇਟਿਵ ਅਤੇ ਅਲਟਰਨੇਟਿਵ ਕਮਿਊਨੀਕੇਸ਼ਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਕ੍ਰੀਨ ਟਾਈਮ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ।

ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ

(What to expect)

ਹਰੇਕ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਆਪਣੀ ਬੋਲੀ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਲੱਖਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। Talk Box ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹਨੂੰ ਬੋਲਣ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਦੀ ਚੈੱਕਲਿਸਟ ਵਿੱਚ ਇੱਥੇ ਪਤਾ ਕਰੋ ahs.ca/talkbox

ਮਦਦ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

(When to get help)

ਮਦਦ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ:

- ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਪਾਉਂਦਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸ਼ਬਦਾਂ ਜਾਂ ਵਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।
- ਉਸਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਜਾਂ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਉਹ ਨਿਰਾਸ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਮਦਦ ਕਿੱਥੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

(Where to get help)

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬੋਲੀ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ?
ਸਪੀਚ-ਲੈਂਗਵੇਜ ਪੈਥੋਲੋਜਿਸਟ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ ahs.ca/pedrehab

24/7 ਨਰਸ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਆਮ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਿਹਤ ਲਿੰਕ ਨੂੰ 811 ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਲੋੜੀਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲੋ।

ਵਧੇਰੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਲਈ

(For more ideas)

- hanen.org
- firstwords.ca

ਇਹ ਸਮੱਗਰੀ ਕਿਸੇ ਯੋਗਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਫੇਰ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੱਗਰੀ ਦਾ ਉੱਦੇਸ਼ ਸਿਰਫ਼ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਹੈ ਅਤੇ "ਜਿਵੇਂ ਹੈ", "ਜਿੱਥੇ ਹੈ" ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸਟੀਕਤਾ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਨਾਸਿਬ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ, Alberta Health Services ਅਜਿਹੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਇਸਦੀ ਸਟੀਕਤਾ, ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ, ਸੰਪੂਰਨਤਾ, ਉੱਚਤਤਾ ਅਤੇ ਅਨੁਕੂਲਤਾ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸਪਸ਼ਟ, ਅਪ੍ਰਤੱਖ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕੋਈ ਵੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਜਾਂ ਵਾਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। Alberta Health Services ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਅਤੇ ਅਜਿਹੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦਾਅਵਿਆਂ, ਕਾਰਵਾਈਆਂ, ਮੰਗਾਂ ਜਾਂ ਮੁਕੱਦਮਿਆਂ ਲਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ ਤੇ ਸਾਰੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।