Punjabi

ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖਣਾ

(Learning more than one language)

ਬੋਲੀ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸੁਝਾਅ

(Speech and Language Tips)

ਬੱਚੇ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ।

(Children can learn more than one language at the same time.)

ਕੋਈ ਵੀ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖਣ ਨਾਲ ਬੋਲੀ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬੋਲਣ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਉਸੇ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਉਸੇ ਸਮੇਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰੇਗਾ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਭਾਸਾ ਬੋਲਣਾ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬੋਲਣ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਫਾਇਦੇ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਦੋ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਕੁਝ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ।
- ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਭਾਸ਼ਾ। ਇਸਨੂੰ ਘਰੇਲੂ ਭਾਸ਼ਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਚ ਲ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਘਰੇਲੂ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਧੇਰੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣਾ ਆਸਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਘਰੇਲੂ ਭਾਸ਼ਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ਫਾਇਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖਣ ਵੇਲੇ, ਇੱਕ ਬੱਚਾ ਸਿੱਖ ਰਹੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਅਤੇ ਮਿਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਕੋਡ ਸਵਿਚਿੰਗ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਉਲਝਣ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇੱਕ ਭਾਸ਼ਾ ਜਾਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ ਭਾਸ਼ਾ ਤੁਰੰਤ ਨਾ ਵਰਤੇ। ਇਸਨੂੰ ਚੁੱਪ ਸਮਾਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚੇ ਭਾਸ਼ਾ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ

(How children learn language)

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। 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।

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

ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖਣ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਗਤੀ ਹੌਲੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।

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

Alberta Health Services

Punjabi

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

(Parents and caregivers make the difference)

ਕੋਈ ਵੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਲਈ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਨੂੰ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਵਿਚਾਰ ਹਨ:

- **ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।** ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਉਲਝਣ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- **ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।**
  - ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਜਸ਼ਨ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਇਕੱਠ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਨਾਲ ਭਾਸ਼ਾ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਮਿਲਣਗੇ।
  - ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਖੇਡ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਹੈ। ਸਕ੍ਰੀਨ ਤੇ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣਾ, ਜਿਵੇਂ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਦੇਖਣਾ, ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- **ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਓ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਗਾਓ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।** ਇਹ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਰੋ।
  - ਕਹਾਣੀਆਂ ਸੁਣਾਓ ਅਤੇ ਗਾਣੇ ਅਤੇ ਰਾਈਮਸ ਗਾਓ। ਰਵਾਇਤੀ ਵਰਤੋਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੋ।
  - ਆਪਣੀ ਸਥਾਨਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਜਾਓ। ਆਪਣੀ ਘਰੇਲੂ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਕਿਤਾਬਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।
  - ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਬਣਾਓ।
- **ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਬੋਲ ਕੇ, ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਰਤ ਕੇ, ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਅਤੇ ਵਾਕਾਂਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਦਿਖਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।** ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਹਾਉਣ, ਸੌਣ, ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ, ਪਾਰਕ ਜਾਣ ਜਾਂ ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਬਣਾਓ।

ਮਦਦ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

(When to get help)

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਸਿੱਖਣ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਬੋਲਣ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਦੀ ਚੈੱਕਲਿਸਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਚੈੱਕਲਿਸਟ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਿੱਖ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਹੁਨਰ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਮਦਦ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਭਾਸਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਉਹ ਅਕਸਰ ਵਰਤਦੇ ਹਨ।
- ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਉਸ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਉਹ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਜੋ ਉਸਦੀ ਉਮਰ ਲਈ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਉਹ ਅਕਸਰ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ।

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।

  ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਬੱਸ ਉਹ ਭਾਸ਼ਾ ਕਹੋ ਜਿਸਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ।

ਸਕ੍ਰੀਨ ਤੇ ਬਿਤਾਏ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰੋ। ਸਕ੍ਰੀਨ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨ ਲਈ, ਕਿਸੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਜਾਂ ਜਾਓ caringforkids.cps.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।