

ਇਸ ਪੜਾਅ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਗਤੀਸ਼ੀਲ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਉਹ ਬਹੁਤ ਜਗਿਆਸੂ ਵੀ ਹੋ ਜਾਣਗੇ - ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨਾ, ਸਵਿੱਚਾਂ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਅਤੇ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਕਰਨਾ ਜੋ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਨਜ਼ਰ ਤੋਂ ਲੁਕੀਆਂ ਹੋਣ! ਇਸ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ 'ਜਾਂਚਣਾ' ਚਾਹੇਗਾ। ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਉਦਾਹਰਣ ਬਣਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।



ਘਰ ਵਿਚ

ਨਹਾਉਣ ਵੇਲੇ ਜਲਣ ਅਤੇ ਡੁੱਬਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਓ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਹਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਾਣੀ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਪਾਣੀ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 38 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਬਾਥ-ਟੱਬ ਨੂੰ ਭਰੋ, ਫਿਰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪਾਓ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਿਲਾਓ। ਟੂਟੀ ਰਾਹੀਂ ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰੀ ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਚਲਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਟੂਟੀ ਗਰਮ ਨਾ ਰਹੇ।
- ਨਵਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹੋ ਅਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਹਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਲਈ ਨਾ ਛੱਡੋ। ਜੇਕਰ ਧਿਆਨ ਭੰਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੋਨ ਜਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਘੰਟੀ ਵੱਜਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ।

ਖੁਆਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਜਲਣ, ਸਾਹ ਘੁੱਟਣ ਅਤੇ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਓ:

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ 5 ਪੁਆਇੰਟ ਹਾਰਨੈੱਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ।
- ਸਖ਼ਤ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਕੱਢਕੱਢ ਕਰੋ ਜਾਂ ਪਕਾਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੱਕੀ ਦੇ ਫੁੱਲੇ (ਪੌਪਕੌਰਨ), ਗਿਰੀਆਂ (ਨਟਸ), ਸਬੂਤ ਅੰਗੂਰ ਅਤੇ ਮੱਕੀ ਦੇ ਚਿਪਸ।
- ਗਰਮ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਕਦੇ ਵੀ ਗਰਮ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਨਾ ਫੜ੍ਹੋ। ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਦੇਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੁੱਧ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਬੋਤਲ ਜਾਂ ਕੱਪ ਰਾਹੀਂ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਹੋ।
- ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਲੇਬਲ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹੋ।

ਸੌਣ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉਣ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ

- ਅਜਿਹੇ ਕੱਪੜੇ ਚੁਣੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਘੱਟ ਅੱਗ ਦੇ ਖਤਰੇ ਦਾ ਲੇਬਲ ਲੱਗਾ ਹੋਵੇ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਮਰੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ - ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਨਿੱਘੇ, ਨਾ ਹੀ ਬਹੁਤ ਗਰਮ, ਨਾ ਹੀ ਬਹੁਤ ਠੰਡੇ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਿਥ, ਬੀਨੀ ਅਤੇ ਡੱਮੀ ਦੇ ਰਿਬਨ ਹਟਾਓ। ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਮੰਜੀ ਜਾਂ ਪਾਲਣਾ ਪਰਦੇ ਅਤੇ ਪਰਦਿਆਂ ਦੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੈ।
- ਮੰਜੀ ਦੇ ਗੱਦੇ ਨੂੰ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਹੇਠਲੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੋਵੇ।

ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨਾ

- ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਤੋਂ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਘਰ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮੋ, ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਮ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੀ **ਘਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਜਾਂਚ-ਸੂਚੀ** ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਘਰ ਵਿੱਚ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਰਵਾਜ਼ੇ, ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਪਲੱਗਾਂ ਲਈ ਛੱਕਣ ਅਤੇ ਸਟੇਵ ਗਾਰਡ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਉਹ ਡੱਬੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬਟਨਾਂ ਦੀਆਂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਉੱਚੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਬੈਟਰੀ ਦੇ ਕੰਪਾਰਟਮੈਂਟ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ੱਕ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੇ ਬਟਨ ਵਾਲੀ ਬੈਟਰੀ ਅੰਦਰ ਲੰਘਾਅ ਲਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ **13 11 26 'ਤੇ ਜ਼ਹਿਰ ਸੂਚਨਾ ਕੇਂਦਰ** ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।
- ਜ਼ਹਿਰਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਫਾਈ ਉਤਪਾਦ, ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ, ਦਵਾਈਆਂ, ਈ-ਸਿਗਰੇਟ ਯੰਤਰ ਅਤੇ ਈ-ਤਰਲ) ਅਤੇ ਹੈਂਡਬੈਗ, ਉੱਚੀ ਜਗ੍ਹਾ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸਟੋਰ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੇ ਜ਼ਹਿਰ ਨਿਗਲਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਜ਼ਹਿਰ ਸੂਚਨਾ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ **13 11 26 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ**।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਥਰੂਮ ਦੀਆਂ ਟੂਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 50 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ 'ਤੇ ਸੈੱਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸਮੇਕ ਅਲਾਰਮ ਲਗਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਭੋਜਨ ਪਕਾਉਣ ਵਾਲੇ ਗਰਮ ਬਰਤਨਾਂ, ਕੋਤਲੀਆਂ ਜਾਂ ਹੀਟਰਾਂ ਤੱਕ ਨਾ ਪਹੁੰਚ ਸਕੇ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਝੁਲਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਨੈਪੀਆਂ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿਓ ਅਤੇ ਤੁਰੰਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਖੇਤਰ ਨੂੰ 20 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਚਲਦੇ ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖੋ। ਜਲੀ ਹੋਈ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਬਰਫ਼, ਮੱਖਣ ਜਾਂ ਤੇਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ।
- CPR ਅਤੇ ਮੁੱਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ (ਫਸਟ ਏਡ) ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਪੂਰੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਵਿਆਉਣ/ਫਸਟ ਏਡ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **kidsafevic.com.au** 'ਤੇ ਜਾਓ।



ਖੇਡਦੇ ਸਮੇਂ

ਜ਼ਹਿਰ, ਜਲਣ, ਡਿੱਗਣ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵਵੇਅ ਵਿੱਚ ਥੱਲੇ ਆਉਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਓ

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਗੀਟਰ, ਪੌੜੀਆਂ, ਡਰਾਈਵ-ਵੇਅ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੇਡ ਖੇਤਰ ਬਣਾਓ। ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਘੇਰਾ (ਪਲੇਪੈਨ) ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖਤਰਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਕਾਰਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰੋ - ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਰ ਸਮੇਂ ਕੌਣ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਅਜਿਹੇ ਖਿਡੌਣੇ ਚੁਣੋ ਜੋ ਉਮਰ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ, ਟਿਕਾਊ ਅਤੇ ਧੋਣ ਯੋਗ ਹੋਣ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਟੁੱਟੇ ਜਾਂ ਗੁੰਮ ਹੋਏ ਹਿੱਸੇ ਨਾ ਹੋਣ। ਬਟਨ ਵਾਲੀਆਂ ਬੈਟਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਜਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਬੈਟਰੀਆਂ ਪਹੁੰਚਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਖੇਡਣ ਦੇ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਪੱਧਰ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਉਪਕਰਣ ਚੁਣੋ।
- ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਦੇ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਜਾਂ ਖੇਡਣ ਲਈ ਬਣਾਏ ਘਰ ਨੂੰ ਖਤਰਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਖ਼ਤ ਰਸਤੇ ਅਤੇ ਬਾਗ ਦੇ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰੋ। ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਰੁੱਖ ਦੇ ਸੱਕਾਂ ਵਾਂਗ ਨਰਮ ਡਿੱਗਣ ਵਾਲੀ ਜ਼ਮੀਨ ਨੂੰ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ 30 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਡੂੰਘਾਈ ਤੱਕ ਵਿਛਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪੌਦਿਆਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬਾਗ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਓ, ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਲਟਕਾਈ ਹੋਈ ਟੋਕਰੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।
- ਸੂਰਜ ਬਾਰੇ ਸਿਆਣਾ ਹੋਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ **ਸਲਿੱਪ (ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ), ਸਲੇਪ (ਸਨਸਕ੍ਰੀਨ ਲਗਾਓ), ਸਲਾਪ (ਟੋਪ ਪਹਿਨੋ), ਸੀਕ (ਛਾਂ ਲੱਭੋ) ਅਤੇ ਸਲਾਈਡ (ਚਸ਼ਮਾ ਪਹਿਨੋ) ਕਰੋ।**
- ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਢੁਕਵੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਨਾਲ ਵੱਖ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਡੁੱਬਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਓ

- ਕੋਈ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਡੂੰਘਾ ਪਾਣੀ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਡੁੱਬਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਅੰਦਰ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰੋ। ਹਰ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੈਡਲ ਪੂਲ, ਬਾਲਟੀਆਂ, ਕੂੜੇਦਾਨ ਅਤੇ ਟੱਬ ਖਾਲੀ ਕਰੋ।
- 30 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਡੂੰਘਾਈ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਪੂਲਾਂ ਅਤੇ ਸਪਾਵਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਵਾੜ (ਬੈਰੀਅਰ) ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਨਿਜਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਉਹ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।



ਬਾਹਰਵਾਰ ਅਤੇ ਇਸ ਬਾਰੇ

ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ

- ਇੱਕ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਜਾਂ ਅੱਗੇ-ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰਦੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜੋ ਗੱਡੀ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲਗਾਈ ਗਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਿਠਾਉਣ ਲਈ ਠੀਕ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰਦੀ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਦੀ ਸੀਟ ਵਿੱਚ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪਿਛਾਂਹ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਕਰਦੀ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੀ ਸੀਟਾਂ (ਲਗਭਗ 2-3 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਵੱਲ) ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।
- ਕਿਸੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਲਗਵਾਓ ਜਾਂ ਉਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਾਓ। ਸਾਡਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੀਟਾਂ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਡਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੂਰੇ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਮੁਫਤ ਲਗਵਾਉਣ ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਦੇ ਦਿਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਜਰਬੇਕਾਰ, ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ - ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਬੁੱਕ ਕਰਨ ਲਈ safeseatssafekids.com.au 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਨਾ ਛੱਡੋ - ਕਾਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਬਾਹਰਲੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨਾਲੋਂ 20-30 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਗਰਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਰਸਰੀ ਉਪਕਰਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਓ

- ਇੱਕ ਪ੍ਰੈਮ ਜਾਂ ਸਟਰੋਲਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਜੋ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਅਨ ਮਿਆਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਉਲਟਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਾਰੇ ਝੋਲਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੈਮ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਰੱਖੋ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹਾਰਨੈੱਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਂਗਲਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ ਜੋ ਕਿ ਕਬਜ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫਸ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੇਬੀ ਸਲਿੰਗ ਜਾਂ ਕੈਰੀਅਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ **TICKS** ਨਿਯਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ - **ਕੱਸਿਆ**, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਹਰ ਸਮੇਂ **ਨਜ਼ਰ** ਵਿੱਚ ਹੈ ਅਤੇ ਉਂਮਣ ਲਈ **ਕਾਫੀ ਨੇੜੇ ਹੈ**, ਬੱਚੇ ਦੀ ਠੋਡੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਛਾਤੀ ਤੋਂ ਦੂਰ **ਰੱਖੋ**, ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਿੱਠ ਨੂੰ **ਸਹਾਰਾ** ਦਿਓ।

ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਦੇ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਜਾਂ ਖੇਡਣ ਲਈ ਬਣਾਏ ਗਏ ਘਰ ਨੂੰ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰੋ



ਵੱਲੋਂ ਮਾਣ ਨਾਲ ਸਮਰਥਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ