Vancouver CoastalHealth
Promoting wellness. Ensuring care.

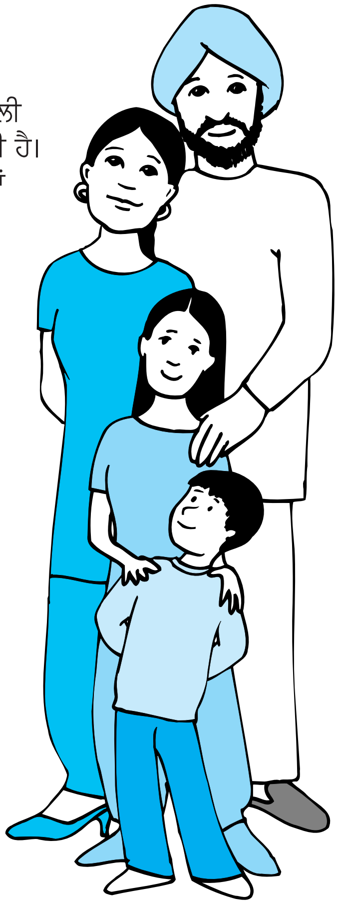
ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਕਾਇਮ ਰੱਖੋ
Keep Your First Language

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਬੋਲੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿਚ ਮਦਦ ਹੋਵੇਗੀ:

- ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਵਿਚ
- ਆਪਣੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਵਿਚ
- ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ

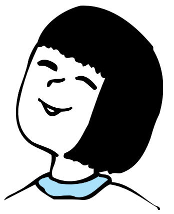
ਖੋਜ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਲੀਆਂ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ:

- ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਜਾਣੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀਆਂ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ
- ਲਿਖਣ ਅਤੇ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬੋਲੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ

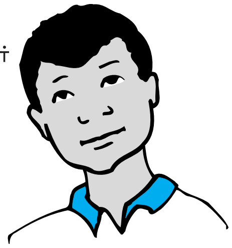


ਖੋਜ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬਚਪਨ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਇਕ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੋਲੀਆਂ ਜਾਣਨ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਮਦਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਾਪੇ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ...



- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਸ ਬੋਲੀ ਵਿਚ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜਿਹੜੀ ਤੁਸੀਂ ਬਿਹਤਰ ਜਾਣਦੇ ਹੋ
- ਗੱਲਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਟੀ ਵੀ ਘੱਟ ਦੇਖੋ
- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਾਰਜਾਂ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰੋ (ਖਾਣ ਵੇਲੇ, ਨਹਾਉਣ ਵੇਲੇ)
- ਜਿਹੜੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਵਿਚ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਾਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਜੋੜੋ
- ਬੋਲੀਆਂ ਨੂੰ ਅਲੱਗ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਕ ਵਾਕ ਵਿਚ ਹਰ ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਰਲਾਏ ਬਿਨਾਂ ਬੋਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਕਿਤਾਬਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਇਹ ਚੰਗਾ ਸਮਾਂ ਹੈ।



ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਕਮਿਊਨਟੀ ਹੈਲਥ ਆਫਿਸ/ ਸੈਂਟਰ ਜਾਂ http://vch.eduhealth.ca ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਹਨ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵੈਨਕੂਵਰ ਕੋਸਟਲ ਹੈਲਥ ਵਿਖੇ ਕਿਸੇ ਸਪੀਚ ਲੈਂਗੂਏਜ ਪੈਥੋਲੋਜਿਸਟ ਜਾਂ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਨਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
www.vch.ca

ਹੋਰ ਕਾਪੀਆਂ ਲੈਣ ਲਈ **http://vch.eduhealth.ca** ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਉ ਜਾਂ **phem@vch.ca** 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕੈਟਾਲੌਗ ਨੰਬਰ **GK.600.K44.PU** ਦੱਸੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਲਿਖਤ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਚਾਰ feedback@vch.ca 'ਤੇ ਭੇਜੋ। ਕਾਪੀਰਾਈਟ: ਵੈਨਕੂਵਰ ਕੋਸਟਲ ਹੈਲਥ ਫਰਵਰੀ 2016

ਇਸ ਲਿਖਤ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਟੀਮ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ।
www.vch.ca