



Health
Canada Santé
Canada

Your health and
safety... our priority.

Votre santé et votre
sécurité... notre priorité.

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?



Canada

ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ, ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਤੁੰਦਰਸਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਧੀਆ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਾ ਜ਼ੁੰਮੇਵਾਰ ਕੇਂਦਰੀ ਵਿਭਾਗ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਕਈ ਖਪਤ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਂਚਦੇ, ਖਾਣੇ ਨੂੰ ਜਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਇਥੋਂ ਦੇ ਮੁਲਵਾਸੀ ਅਤੇ ਆਦਿਵਾਸੀ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਅਸੀਂ ਸੂਬਿਆਂ ਨਾਲ ਰਲਕੇ ਇਹ ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰੇ।

ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਦੀ ਇਜ਼ਾਜਤ ਨਾਲ ਛਾਪਿਆ ਗਿਆ।

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਇਸ ਪਤੇ 'ਤੇ ਇੰਟਰਨੈਟ ਉੱਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ: www.health.gc.ca/cps

Également disponible en français sous le titre :

Votre enfant est-il en sécurité?

ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਰ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਾਪੀਆਂ ਲੈਣ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨਜ਼

Publications

ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ

Health Canada

ਔਟਵਾ, ਓਨਟਾਰੀਓ K1A 0K9

Ottawa, Ontario K1A 0K9

ਟੈਲੀਫੋਨ: (613) 954-5995

Tel.: (613) 954-5995

ਫੈਕਸ: (613) 941-5366

Fax: (613) 941-5366

ਈਮੇਲ: info@hc-sc.gc.ca

Email: info@hc-sc.gc.ca

© Her Majesty the Queen in Right of Canada, represented by the Minister of Health, 2013

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਨੂੰ ਇਜ਼ਾਜਤ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਛਾਪਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਗਰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਐਕਟ ਦੀ ਉਚਿਤ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਘੇਰੇ ਥੱਲੇ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਇਹ ਸਿਰਫ ਸਿਖਿਆ, ਖੋਜ, ਆਲੋਚਨਾ, ਜਾਂਚਣ ਜਾਂ ਅਖਬਾਰੀ ਸਾਰ ਦੇ ਮਕਸਦ ਲਈ ਹੀ ਹੋਵੇ। ਸਰੋਤ ਦੀ ਪੂਰੀ ਮਾਨਤਾ ਜ਼ਰੂਰ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਪਰ ਵੇਚਣ ਜਾਂ ਮੁੜ ਵੰਡਣ ਦੇ ਮਕਸਦ ਨਾਲ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੀ ਪੂਰੀ ਜਾਂ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਨਕਲ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਵਰਕਸ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਮੰਤਰੀ (Minister of Public Works and Government Services Canada), Ottawa, Ontario K1A 0S5 ਜਾਂ copyright.droitdauteur@pwgsc.gc.ca ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲਿਖਤੀ ਇਜ਼ਾਜਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

HC Pub.: 120151

Cat.: H128-1/06-461-1Pu

ISBN: 978-0-662-03769-9

ਮੁੱਖਬੰਧ

ਬੱਚੇ ਕੁਦਰਤੀ ਹੀ ਜਗਿਆਸੂ ਹਨ ਅਤੇ ਖਤਰਿਆਂ ਦੀ ਸੌਖਿਆਂ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬਚਾਅ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ; ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਾਖੀ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਆਲਾ-ਦੁਆਲਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਣ ਨਾਲ ਕਈ ਸੱਟਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਪਰਾਡਕਟ ਸੇਫਟੀ ਐਕਟ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਵਲੋਂ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮਕਸਦ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ ਆਉਂਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਲਿਆਉਣ ਅਤੇ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈਜ਼ਰਡਜ਼ ਪਰਾਡਕਟ ਐਕਟ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਨਿਯਮ ਇਕ ਨੂੰ ਬਦਲਦਾ ਹੈ।

ਕੈਨੇਡਾ ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਪਰਾਡਕਟ ਸੇਫਟੀ ਐਕਟ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਨਿਯਮ ਨਵੀਆਂ ਜਾਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਨਿਯਮ ਪੂਰੇ ਨਾ ਕਰਦਾ ਹੋਇਆ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮਾਨ ਵੇਚਦਾ, ਵੰਡਦਾ ਜਾਂ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਕੈਨੇਡਾ ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਪਰਾਡਕਟ ਸੇਫਟੀ ਐਕਟ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਸ 'ਤੇ ਪਾਲਣਾ ਅਤੇ ਅਮਲ ਸਬੰਧੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰੇਗਾ।

ਤਤਕਰਾ

ਮੁੱਖਬੰਧ.....	i
ਘਰ ਦੇ ਦੁਆਲੇ	1
ਬਲਾਇੰਡ ਅਤੇ ਪਰਦੇ ਦੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ	1
ਲਾਇਟਰ, ਮਾਰਿਸ ਅਤੇ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ	1
ਵਰਤਿਆ ਹੋਇਆ ਸਮਾਨ	2
ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ.....	2
ਜ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਬਚਾਅ	3
ਘਰੇਲੂ ਰਸਾਇਣ	3
ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਮਾਨ.....	4
ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਝੋਲੀ ਅਤੇ ਪਿੱਠੂ	4
ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਾਕਰ	4
ਨਹਾਉਣ ਵੇਲੇ ਸੁੱਚਿਆ	5
ਨਹਾਉਣ ਲਈ ਸੀਟ	5
ਕਾਰ ਸੀਟ ਅਤੇ ਬੂਸਟਰ ਸੀਟਾਂ.....	6
ਕਪੜੇ ਬਦਲਣ ਵਾਲੇ ਮੇਜ਼.....	6
ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕਪੜੇ.....	6
ਚੁੰਘਣੀਆਂ	7
ਖੇਡਣ ਵਾਲਾ ਹਾਤਾ	8
ਰਾਖੀ ਲਈ ਗੇਟ	8
ਸਟਰੋਲਰ	9
ਟੰਗੇ ਹੋਏ ਬੂਲੇ	10
ਸ਼ਿੰਗਾਰ-ਸਮੱਗਰੀ	11
ਸੌਣ ਦੇ ਸਮੇਂ	12
ਬੰਕ ਬੈਡ	13
ਕਰਿੱਬ, ਪੰਘੂੜੇ ਅਤੇ ਬੈਸੀਨੈਟਸ.....	14
ਚੁੱਕਵੇਂ ਮੰਜੇ ਦੀਆਂ ਬਾਹੀਆਂ	15
ਖੇਡਣ ਦਾ ਸਮਾਂ	16
ਖਿਡਾਉਣਿਆਂ ਵਾਲੇ ਡੱਬੇ	16
ਉਤੇ ਚੜਣ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ	17
ਗੁਬਾਰੇ	17
ਸੈਲਾਂ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ	18
ਚੁੰਬਕ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣ	18
ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ	19
ਆਮ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੁਕਤੇ	20
ਵਾਪਿਸ ਸੱਦਾ	22
ਘਟਨਾ ਦੀ ਇਤਲਾਹ.....	22
ਹੋਰ ਵਸੀਲੇ.....	22

ਘਰ ਦੇ ਦੁਆਲੇ

ਬਲਾਇੰਡ ਅਤੇ ਪਰਦੇ ਦੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ

ਜਿਹੜੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਲਾਇੰਡ ਅਤੇ ਪਰਦੇ ਦੀਆਂ ਗੰਢ ਮਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਲੰਬੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹੈ ਉਸ ਵਿਚ ਫਸਣ ਜਾਂ ਗੱਲ ਘੁਟਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੁਰਘਟਨਾ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਕਦਮ ਚੁਕ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਭਾਂਵੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬਲਾਇੰਡ ਜਾਂ ਪਰਦੇ ਨਵੇਂ ਜਾਂ ਪੁਰਾਣੇ ਹਨ, ਰੱਸੀਆਂ ਲਮਕਦੀਆਂ ਨਾ ਛੱਡੋ। ਰੱਸੀਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਅਤੇ ਉਪਰ ਰੱਖੋ।

- ♦ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੌਣ ਜਾਂ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਅਤੇ ਜਿਸ ਘਰ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਥੇ ਬਾਰੀਆਂ ਉੱਤੇ ਰੱਸੀ ਰਹਿਤ ਪਰਦੇ ਲਾਓ।
- ♦ ਬਾਰੀਆਂ ਲਈ ਪਰਦੇ ਉਹੋ ਜਿਹੇ ਚੁਣੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਗਰਲੇ ਪਾਸੇ ਰੱਸੀਆਂ ਨਾ ਹੋਣ।
- ♦ ਕਦੀ ਵੀ ਕਰਿੱਬ, ਮੰਜਾ, ਉਚੀ ਕੁਰਸੀ ਜਾਂ ਖੇਡਣ ਵਾਲਾ ਹਾਤਾ ਬਾਰੀ ਜਾਂ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਲਾਗੇ ਨਾ ਰਖੋ, ਜਿਥੇ ਬੱਚਾ ਬਲਾਇੰਡ, ਜਾਂ ਪਰਦੇ ਦੀ ਰੱਸੀ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕੇ। ਸੋਫੇ, ਕੁਰਸੀਆਂ, ਮੇਜ਼, ਸ਼ੈਲਫਾਂ ਜਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀ ਅਲਮਾਰੀ ਬਾਰੀ ਲਾਗੇ ਨਾ ਰਖੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਉਪਰ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਬਲਾਇੰਡ ਜਾਂ ਪਰਦੇ ਦੀ ਰੱਸੀ ਨੂੰ ਫੜਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਰਹੇਗਾ।
- ♦ ਪਰਦੇ ਭਾਂਵੇ ਉਪਰ ਹਨ ਜਾਂ ਥੱਲੇ, ਰੱਸੀਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।

- ♦ ਰੱਸੀ ਦੀਆਂ ਗੰਢਾਂ ਨੂੰ ਅੱਧ ਵਿਚੋਂ ਕੱਟ ਦਿਓ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਬਲਾਇੰਡ ਬਿਲਕੁਲ ਥੱਲੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪਰਦੇ ਪੂਰੇ ਬੰਦ ਹਨ, ਰੱਸੀਆਂ ਨੂੰ ਛੋਟੀਆਂ ਕਰਕੇ ਕੱਟ ਦਿਓ।
- ♦ ਰੱਸੀ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਬਲਾਇੰਡ ਦੇ ਉਪਰ ਵੱਲ ਕਿੱਲੀ ਜਾਂ ਕੰਧ ਵਿਚ ਦੋ ਮੋਖਾਂ ਦੁਆਲੇ ਲਪੇਟ ਦਿਓ।
- ♦ ਰੱਸੀਆਂ ਨੂੰ ਉਚਾ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਲਿਪ ਜਾਂ ਚੁੰਡੀ ਵਰਤੇ, ਜਾਂ ਵੱਡੀ ਮਰੋਤੀ ਗੱਠ ਦੇ ਦਿਓ।
- ♦ ਲੰਮੇਦਾਰ ਬਲਾਇੰਡਾਂ ਲਈ ਨਾਲ ਕੁੰਡੀ ਲਾ ਦਿਓ। ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਮਾਨ ਨਾਲ ਆਈਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਬੰਨਣ ਲਈ ਕੁੰਡੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲੱਗੀ ਹੈ।

ਲਾਇਟਰ, ਮਾਚਿਸ ਅਤੇ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ

ਲਾਇਟਰ ਅਤੇ ਮਾਚਿਸ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਉਹਲੇ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੀ ਰੱਖੋ।

- ♦ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਬੱਚਾ-ਰੋਕੂ ਲਾਇਟਰ ਚਲਾਉਣੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਅੱਖੇ ਹਨ ਪਰ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ।
- ♦ ਬਲਦੀਆਂ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੀ ਰੱਖੋ। ਬਲਦੀ ਮੋਮਬਤੀ ਕੋਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਕੋਈ ਸਿਆਣਾ ਵਿਅਕਤੀ ਰਹੇ।
- ♦ ਕਦੀ ਵੀ ਬਲਦੀ ਮੋਮਬਤੀ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਲਾਗੇ ਜਾਂ ਉਪਰ ਨਾ ਰੱਖੋ ਜੋ ਅੱਗ ਫੜ ਸਕੇ।



ਵਰਤਿਆ ਹੋਇਆ ਸਮਾਨ

ਪੁਰਾਣਾ ਸਮਾਨ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਨਾਲ ਵਾਪਿਸ ਸੱਦੇ ਸਮਾਨ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਕਰੋ। (www.healthcanada.gc.ca/cps-recalls)

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਿਆ ਹੋਇਆ ਕਰਿੱਬ, ਖੇਡਣ ਵਾਲਾ ਹਾਤਾ, ਸਟਰੋਲਰ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਹੋਰ ਸਮਾਨ ਖਰੀਦ ਜਾਂ ਉੱਝ ਹੀ ਲੈ ਰਹੇ ਹੋ, ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ:
 - ਸਮਾਨ ਠੀਕ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜੋਕੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਨਿਯਮ ਪੂਰੇ ਕਰਦਾ ਹੈ।
 - ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਲੋਂ ਸਹੀ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਨਾਲ ਹਨ।
 - ਲੇਬਲ ਲਗੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹਨ ਕਿ ਪੜ੍ਹੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
 - ਸਮਾਨ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਾਰੇ ਪੁਰਜ਼ੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਚਲਦੇ ਹਨ।
 - ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ 10 ਸਾਲ ਤੋਂ ਪੁਰਾਣੇ ਕਰਿੱਬ ਵਰਤਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਟੁੱਟੇ, ਘਸੇ ਜਾਂ ਗੁਆਚੇ, ਅਤੇ ਚਿਤਾਵਨੀ ਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਗੁਆਚੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।



- ਕਦੀ ਵੀ ਪੁਰਾਣੇ ਬੇਬੀ ਵਾਕਰ ਨਾ ਖਰੀਦੋ ਜਾਂ ਲਓ।
- ਕਦੀ ਵੀ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਨਾ ਵਰਤੋ, ਜਿਸ ‘ਤੇ ਚਿਤਾਵਨੀ ਅਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਗਾਇਬ ਹੋਣ।
- ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਨਹਾਉਣ ਲਈ ਸੀਟ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ

ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ

ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ ਨੂੰ ਖਿਡਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ; ਇਹ ਵਰਤਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੱਟ ਦਾ ਕਾਫ਼ੀ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੱਟਾਂ ਆਮ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਲਗਦੀਆਂ ਹਨ, ਆਮਤੌਰ ‘ਤੇ ਵੱਡੀ ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ ਉੱਤੇ ਪਿਛਵਾੜੇ ‘ਚ। ਜਿਹੜੇ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਸੱਟਾਂ ਅਤੇ ਮੌਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ ਉੱਤੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਜਾਣਾ, ਛਾਲ ਮਾਰਦਿਆਂ ਜਾਂ ਤਮਾਸ਼ੇ ਕਰਦਿਆਂ ਗਲਤ ਡਿਗਣਾ, ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ ਉੱਤੇ ਡਿਗ ਪੈਣਾ ਜਾਂ ਛਾਲ ਮਾਰ ਦੇਣੀ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਸਪਰਿੰਗ ਅਤੇ ਫ਼ਰੇਮ ਵਿਚ ਡਿਗ ਪੈਣਾ।

- ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ ‘ਤੇ ਖੇਡ ਰਹੇ ਹਨ, ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੋ।
- 6 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ ਤੋਂ ਪੜ੍ਹੇ ਰਖੋ, ਭਾਵੇਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੈ।
- ਟਰੈਂਪੋਲੀਨ ਉੱਤੇ ਇਕ ਵੇਲੇ ਇਕ ਜਣੇ ਨੂੰ ਹੀ ਚੜਣ ਦਿਓ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਉ ਕਿ ਉਹ ਪੁਠੀਆਂ ਛਾਲਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਤਮਾਸ਼ੇ ਨਾ ਕਰਨ।

ਜ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਬਚਾਓ

ਘਰੇਲੂ ਰਸਾਇਣ

ਘਰੇਲੂ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਲੀਚ, ਪੇਂਟ ਬਿਨਰ, ਅਮੋਨੀਆ ਅਤੇ ਖੁਰਚਣ ਲਈ ਬਣੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਰਸਾਇਣ 5 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਮੌਤਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਉਪਰ ਹਨ। ਥੋੜੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿਚ ਵੀ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥ ਬੱਚੇ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭੈੜਾ ਸਵਾਦ ਅਤੇ ਮੁਸ਼ਕ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ। ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ, ਬਲਣਯੋਗ, ਖੋਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਅੱਗ ਲਾਗੇ ਕੀਤੀਆਂ ਡੱਬੇ ਵੀ ਵਿਸਫੋਟਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਓ ਕਿ ਖਤਰੇ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ **ਖਤਰਾ! ਹੱਥ ਨਾ ਲਾਓ!**
- ਸਾਰੇ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕੈਬਨਟ ਵਿਚ ਜਿੰਦਾ ਲਾ ਕੇ ਰੱਖੋ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਲੀ ਡੱਬਿਆਂ ਨਾਲ ਕਦੀ ਨਾ ਖੇਡਣ ਦਿਓ।
- ਘਰੇਲੂ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਸਲੀ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿਚ ਹੀ ਰੱਖੋ। ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਡੱਬਿਆਂ ਵਿਚ ਨਾ ਪਾਓ ਜਾਂ ਰੱਖੋ। ਲੇਬਲ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਢੱਕੋ ਜਾਂ ਲਾਹੋ ਨਾ। ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖੋ।
- ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਲਾਏ ਢੱਕਣ/ਕੁੰਢੀਆਂ ਸਹੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ਚੇਤੇ ਰੱਖੋ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਢੱਕਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਖੋਲਣੇ ਅਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹਨ।

- ਭਾਂਵੇ ਤੁਸੀਂ ਡੱਬੀ ਨੂੰ ਛਿਣ ਲਈ ਹੀ ਖੋਲ੍ਹੇ ਰੱਖਿਆ ਹੈ ਢੱਕਣ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਬੰਦ ਜਰੂਰ ਕਰੋ।
- ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਹਰ ਵਾਰ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲੇਬਲ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
- ਕਦੀ ਵੀ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਰਲਾਓ ਨਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਕੁਝ ਖਤਰਨਾਕ ਲਪਟਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜ਼ਹਿਰ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਫੋਨ ਦੇ ਲਾਗੇ ਰੱਖੋ।
- ਹੋਰ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਪਦਾਰਥ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ਼ਿੰਗਾਰ-ਸਮੱਗਰੀ, ਦਵਾਈਆਂ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਅਤੇ ਮੁਢਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਸਮਾਨ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨਿਗਾਹ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੀ ਰੱਖੋ।



ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਵੈਬ-ਸਾਇਟ www.healthcanada.gc.ca/staysafe 'ਤੇ ਖਤਰਨਾਕ ਨਿਸ਼ਾਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ - ਸਟੇਅ ਸੇਫ਼ ਦੇਖੋ



ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਮਾਨ

ਬੱਚੇ ਲਈ ਝੋਲੀ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਪਿੱਠੂ

ਬੱਚੇ ਲਈ ਝੋਲੀ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਪਿੱਠੂ (ਜੋ ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲਾ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ) ਨਾਲ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟਾਂ ਲਗੀਆਂ ਹਨ, ਤੇ ਕਈ ਵਾਰੀ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਝੋਲੀ ਅਤੇ ਪਿੱਠੂ ਨਾਲ ਕਾਫੀ ਖ਼ਤਰਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੰਮੇ, 4 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਕਸਰ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੁਕਾਮ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਾਹ ਘੁਟਣ ਦਾ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜੰਮੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਝੋਲੀ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਮਾਹਿਰ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲਓ।

- ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦਾ ਮੂੰਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦਿਸਦਾ ਰਹੇ, ਰੁਕਾਵਟ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਝੋਲੀ ਦੇ ਕਪੜੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਵੇ।
- ਬੱਚੇ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਝੋਲੀ ਜਾਂ ਪਿੱਠੂ ਚੁਣੋ, ਜੋ:
 - ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਅਕਾਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਦਾ ਹੋਵੇ।
 - ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਲਿਜਾਅ ਰਹੇ ਬਾਲਗ ਦੇ ਅਕਾਰ ਲਈ ਵੀ ਠੀਕ ਹੈ।
 - ਵਿਸਥਾਰ ਅਤੇ ਸੌਖਿਆਂ ਸਮਝ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਨਾਲ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਸਾਂਭ ਲਓ।
 - ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਲੱਤਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਮੋਰੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਡਿੱਗਣ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ ਜਾਂ ਉਪਰੋਂ ਨਹੀਂ ਡਿੱਗਣ ਦੇਵੇਗਾ।

- ਸੁਰੱਖਿਆ ਪਟੇ ਜਾਂ ਵੱਧਰੀਆਂ ਨਾਲ ਹੀ ਹਨ। ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਬੰਨੀਆਂ ਹੋਣ।
- ਹਰ ਵਾਰ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਪੜੀਆਂ ਸੀਣਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਘਾਸਣ ਦੇ ਲੱਛਣ ਦੇਖੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਹ ਵਰਤਣ ਲਈ ਅਣ-ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਾ ਹੋ ਜਾਵੇ।
- ਥੱਲੇ ਨੂੰ ਝੁਕਦੇ ਸਮੇਂ ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਰਤੋ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਕ ਹੱਥ ਨਾਲ ਫੜ ਲਵੋ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਝੋਲੀ ਜਾਂ ਪਿੱਠੂ ਵਿਚੋਂ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਗੋਠੇ ਮੋੜੋ।
- ਕਦੀ ਵੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਿੱਘਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਝੋਲੀ ਜਾਂ ਨਰਮ ਪਿੱਠੂ ਵਿਚਲੇ ਬੱਚੇ ਦੁਆਲੇ ਕੋਟ ਨੂੰ ਬੰਦ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਾਹ ਘੁੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਾਰ-ਬਾਰ ਦੇਖਦੇ ਰਹੋ।
- ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਬੱਚਾ ਥੋੜਾ ਜਿਹਾ ਟੇਢਾ ਜਾਂ ਉਪਰ ਨੂੰ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਹ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਕੱਠਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਦੀ ਠੋਡੀ ਛਾਤੀ ਉਪਰ ਦਬਾਅ ਪਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਨੱਕ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਢੱਕਿਆ ਨਹੀਂ ਵੀ ਹੋਇਆ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਾਕਰ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਾਕਰ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਮਨਾਹੀ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣੇ ਬੇਬੀ ਵਾਕਰ ਬਣਾਉਣੇ, ਵੇਚਣੇ, ਪ੍ਰਚਾਰਨੇ ਜਾਂ ਬਾਹਰੋਂ ਵੀ ਲਿਆਉਣੇ ਜੁਰਮ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਆਪਣੇ ਵਰਤਣ ਲਈ ਹੀ ਹੋਣ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੇਣੇ ਵੀ ਜੁਰਮ ਹਨ।

ਨਹਾਉਣ ਵੇਲੇ ਸੁਰੱਖਿਆ

ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਟੂਟੀ ਤੋਂ ਨਿਕਲਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 49°ਸੈਂ (120°ਫਾ) ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੇ ਟੈਂਕ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 49°ਸੈਂ (120°ਫਾ) ਜਾਂ ਘੱਟ 'ਤੇ ਹੀ ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰ ਦਿਓ।

- ਟੱਬ ਭਰਨ ਵੇਲੇ ਪਹਿਲਾਂ ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਫਿਰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਚਲਾਓ। ਜਦੋਂ ਟੱਬ ਭਰ ਜਾਵੇ ਪਹਿਲਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਫਿਰ ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ ਬੰਦ ਕਰੋ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਟੱਬ ਵਿਚ ਬਠਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਪਰਖ ਜ਼ਰੂਰ ਲਓ।

ਨਹਾਉਣ ਲਈ ਸੀਟ

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਡੁੱਬ ਕੇ ਮਰ ਜਾਣ ਦਾ ਸਬੰਧ ਨਹਾਉਣ ਵੇਲੇ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸੀਟਾਂ ਅਤੇ ਗੋਲ ਘੇਰਿਆਂ ਦੇ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਉਦੋਂ ਡੁੱਬੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਨਹਾਉਣ ਲਈ ਸੀਟ ਦੇ ਥੱਲੇ ਲੱਗੇ ਖਿੱਚ ਵਾਲੇ ਖਾਨੇ ਢਿੱਲੇ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਸੀਟ ਟੇਡੀ ਹੋ ਗਈ, ਬੱਚਾ ਲੱਤਾਂ ਵਾਲੇ ਰਾਹ ਵਿਚੋਂ ਤਿਲਕ ਗਿਆ, ਜਾਂ ਬੱਚਾ ਸੀਟ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲਣ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਹ ਮੌਤਾਂ ਉਦੋਂ ਹੋਈਆਂ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਕੁਝ ਛਿਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਵਾਲੇ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਸਨ। ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।

- ਟੱਬ ਵਿਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਗਾਹ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਵਿਚ ਰਖੋ।
- ਟੱਬ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਕਦੀ ਵੀ ਨਹਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸੀਟ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਾ ਹੋਵੋ।
- ਜੇ ਕਿਸੇ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਰੇ ਚੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਪਵੇ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ।



ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਅਤੇ ਬੁਸਟਰ ਸੀਟਾਂ

ਸਾਰੀਆਂ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ 'ਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਸ਼ਾਨ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਵੇ ਜੋ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੈਨੇਡਾ 'ਚ ਲਾਗੂ ਅਤੇ ਅਜੋਕੇ ਕਾਰ ਗੱਡੀ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਿਆਰ ਪੂਰੇ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਸੀਟ ਨਾ ਖਰੀਦੋ ਜਿਸ 'ਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਾਰ ਸੀਟਾਂ ਅਤੇ ਬੁਸਟਰ ਸੀਟਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਕੈਨੇਡਾ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: ਟੈਲੀਫੋਨ 1-800-333-0371 ਵੈਬ ਐਡਰੈਸ: www.tc.gc.ca/roadsafety

ਕੱਪੜੇ ਬਦਲਣ ਵਾਲੇ ਮੇਜ਼

ਚੋੜੇ ਰਖੋ ਕਿ ਜਿੰਨਾਂ ਚਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਚੁਕਣ ਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ, ਬੱਚਾ ਰੁੜਕੇ ਡਿੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਡਿੱਗਣ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਬਦਲਣ ਲਈ ਮੇਜ਼ ਦੀ ਥਾਂ ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਗੱਦਾ ਚੁਣੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਦਲਣ ਲਈ ਮੇਜ਼ ਵਰਤਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖੋ:

- ♦ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੱਦਰੀਆਂ ਵਾਲਾ ਮੇਜ਼ ਬਦਲਣ ਲਈ ਚੁਣੋ।
- ♦ ਜੇ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਰੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਪੈ ਗਿਆ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਾਲ ਹੀ ਲੈ ਜਾਓ।
- ♦ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਹਾਤੇ ਜਾਂ ਕਰਿੱਬ ਵਿਚ ਨਾ ਪਾਓ ਜੇ ਕਰ ਬਦਲਣ ਵਾਲੇ ਮੇਜ਼ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਅਜੇ ਵੀ ਨਾਲ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।
- ♦ ਜਦੋਂ ਬਦਲਣ ਵਾਲਾ ਮੇਜ਼ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਹਾਤੇ ਨਾਲ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਸਥਿਰਤਾ ਦੇਖ ਲਓ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕੱਪੜੇ

ਸੂਤੀ ਅਤੇ ਵਿਚ ਸੂਤੀ ਧਾਗਾ ਮਿਲਿਆ ਕੱਪੜਾ ਮਿਲਾਵਟੀ ਨਕਲੀ ਕੱਪੜੇ ਨਾਲੋਂ ਜਲਦੀ ਅੱਗ ਫੜਦਾ ਅਤੇ ਸੜਦਾ ਹੈ। ਨਾਇਲਨ ਅਤੇ ਪੋਲਿਸਟਰ ਅੱਗ ਜਿਆਦਾ ਔਖਿਆਂ ਫੜਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਆਦਾ ਹੌਲੀ ਬਲਦੇ ਹਨ।

ਵਿੱਲੋ-ਖੁੱਲੇ ਸੂਤੀ ਅਤੇ ਸੂਤੀ ਧਾਗੇ ਰਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੌਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਬਲਣਯੋਗਤਾ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੂਤੀ ਅਤੇ ਸੂਤੀ ਧਾਗੇ ਰਲੇ ਕੱਪੜੇ ਹੀ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਫ਼ਸਵੇਂ-ਕੱਸੇ ਢੰਗ ਦੇ ਹੋਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੋਲੋ ਪਜ਼ਾਮੇ ਜਾਂ ਸਲੀਪਰ। **ਫ਼ਸਵੇਂ-ਕੱਸੇ** ਕੱਪੜੇ ਖੁੱਲੀਆਂ ਸਕੱਰਟਾਂ, ਖੁੱਲੀਆਂ ਬਾਹਾਂ ਜਾਂ ਵੱਡੀਆਂ ਝਾਲਰਾਂ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਅੱਗ ਫੜਦੇ ਹਨ।



- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਹੋਰ ਗਲਾਂ:

- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਮੰਜੇ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਵੇਲੇ ਟੀ ਸ਼ਰਟਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਦਿਨ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਦੀ ਥਾਂ ਅਸਲ ਸੌਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਓ। ਦਿਨ ਵੇਲ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਸੌਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਵਾਂਗ ਬਲਣਯੋਗਤਾ ਸ਼ਰਟਾਂ ਸਖਤੀ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਨਾਲੇ ਅਤੇ ਰੱਸੀਆਂ ਕੱਢ ਲਓ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਨਾਲੇ ਅਤੇ ਰੱਸੀਆਂ ਨਾਲ ਗਲਾ ਘੁਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗਲੇ ਦੁਆਲੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਣ।
- ਪੱਕਾ ਦੇਖ ਲਓ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਚੋਗੇ ਦੀਆਂ ਬੈਲਟਾਂ, ਰੱਸੀਆਂ ਜਾਂ ਕਮਰਕਸੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਵਿਚਕਾਰ ਪੱਕੇ ਸੀਤੇ ਹੋਣ। ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰਾਂ ਦੀ ਰੱਸੀ ਤੋਂ ਗਲ ਘੁੱਟ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕੱਪੜੇ ਤੋਂ ਅੱਡ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੋਵੇ।
- ਢਿੱਲੇ ਬਟਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਛੋਟੇ ਹਿੱਸੇ ਦੇਖ ਲਓ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਗਲ ਵਿਚ ਫਸਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ।
- ਕੰਬਲ ਅਤੇ ਰਜਾਈਆਂ ਨੂੰ ਉਧੜੇ ਧਾਗਿਆਂ ਲਈ ਜਾਂਝਦੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਇਕਦਮ ਠੀਕ ਕਰ ਦਿਉ, ਕਿਉਂਕਿ ਧਾਗੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਂਗਲ ਜਾਂ ਸੰਘੀ ਦੁਆਲੇ ਲਪੇਟ ਹੋ ਕੇ ਠੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚੁੰਘਣੀਆਂ

ਚੁੰਘਣੀਆਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਨਿਪਲ ਨੂੰ ਬਣਤਰ, ਚੀਰੇ ਜਾਂ ਮੋਰੀਆਂ ਲਈ ਦੇਖੋ। ਅਜਿਹਾ ਪੁਰਾਣਾ ਹੋ ਕੇ ਜਾਂ ਸੇਕ ਲਗਕੇ, ਕੁਝ ਖਾਣਿਆਂ ਨਾਲ, ਜਾਂ ਧੁੱਪ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਧਿਆਨ ਰਖੋ ਕਿ ਜ਼ੋਰ ਲਾ ਕੇ ਖਿਚਿਆਂ ਵੀ ਨਿਪਲ ਅਤੇ ਘੇਰਾ ਜਾਂ ਦਸਤਾ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

- ਕਦੀ ਵੀ ਚੁੰਘਣੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਛੋਟੇ ਨਿਆਣੇ ਦੇ ਗਲ ਦੁਆਲੇ ਨਾ ਪਾਓ ਜਾਂ ਬੰਨੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਗਲ ਘੁੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਖ਼ਰਾਬੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਉਡੀਕਣ ਦੀ ਥਾਂ ਚੁੰਘਣੀ ਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਹਰ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਬਦਲ ਦਿਓ।
- ਖ਼ਰਾਬੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਦਿਸਦਿਆਂ ਚੁੰਘਣੀ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਹੀ ਸੁੱਟ ਦਿਓ ਕਿਉਂਕਿ ਟੁੱਟੇ ਜਾਂ ਢਿੱਲੇ ਹਿੱਸੇ ਗਲ ਵਿਚ ਫਸਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹਨ।
- ਦੰਦ ਕੱਢਦਿਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਚੁੰਘਣੀ ਚਿੱਬਣ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦੰਦੀਆਂ ਲਈ ਬਣੇ ਕੜੇ ਚੁਣੋ।
- ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੰਦੀਆਂ ਵੇਲੇ ਦਰਦ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਹਾਰ ਵਗੈਰਾ ਪਾਉਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।
- ਚੁੰਘਣੀਆਂ ਲਈ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਕਵਰ ਗਲ ਵਿਚ ਫਸਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਦੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਓ। ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਓ: “ਕੁਕੋ, ਲੇਟੋ ਅਤੇ ਕੁੜੋ”।



ਖੇਡਣ ਦੇ ਹਾਤੇ

ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਹਾਤੇ ਵਿਚ ਖੇਡ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੋ।

- ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਰ ਅਤੇ ਉਮਰ ਬਾਰੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਹਾਤੇ ਵਿਚ ਬਾਹੀ ਥੱਲੇ ਕਰਕੇ ਨਾ ਛੱਡੋ, ਬੱਚੇ ਦਾ ਗੱਦੇ ਅਤੇ ਜਾਲੀ ਵਿਚਾਲੇ ਰੁੜ੍ਹਕੇ ਸਾਹ ਘੁੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਕਦੀ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਹਾਤੇ ਨਾ ਵਰਤੋ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਤਿੱਖੀਆਂ ਨੁਕਰਾਂ ਜਾਂ ਕਬਜ਼ੇ ਹੋਣ ਜੋ ਉਂਗਲਾਂ ਨੂੰ ਨੱਪ, ਰਗੜ ਜਾਂ ਟੱਕ ਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋਣ।
- ਜਦੋਂ ਖੇਡਣ ਵਾਲਾ ਹਾਤਾ ਤਿਆਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਪਾਸੇ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁੰਡੀਆਂ ਪੂਰੀਆਂ ਲਗੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਜੇ ਕਰ ਬਾਹੀਆਂ ਦੇ ਕੁੰਡੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇ ਹੋਏ "V" ਅਕਾਰ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਬੱਚਾ ਫਸ ਕਸਦਾ ਹੈ।
- ਕਦੀ ਵੀ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਹਾਤੇ ਵਿਚ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਧੌਣ ਦੁਆਲੇ ਸਕਾਰਫ, ਹਾਰ ਜਾਂ ਰੱਸੀ ਨਾ ਪਾਓ। ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਾਤੇ ਵਿਚ ਫਸਕੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਗਲ ਘੁੱਟ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਗੋਡਿਆਂ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਪਾਉਣ ਲੱਗ ਜਾਵੇ, ਲੱਥਣ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਡੰਡੇ ਲਾਹ ਲਓ।
- ਜੇ ਜਾਲੀ ਦੇ ਪਾਸਿਆਂ ਵਾਲਾ ਮਾਡਲ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ, ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਜਾਲੀ ਵਿਚ ਛੋਟੀਆਂ ਮੋਰੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇ ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਹਾਤੇ ਨਾਲ ਬਦਲਣ ਲਈ ਮੇਜ਼ ਅਤੇ ਟੋਕਰੀ ਲਗਵੀਂ ਮਿਲੀ ਹੈ, ਕਦੀ ਵੀ ਮੇਜ਼ ਜਾਂ ਟੋਕਰੀ ਨਾਲ ਲਗੀ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਹਾਤੇ ਵਿਚ ਨਾ ਪਾਓ। ਖੇਡਣ ਵਾਲੇ ਹਾਤੇ ਦੇ ਢਾਂਚੇ ਨਾਲ ਲੱਗੇ ਸਮਾਨ ਦੀ ਸਥਿਰਤਾ ਜ਼ਰੂਰ ਪੱਕੀ ਕਰ ਲਓ। ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਰਾਖੀ ਲਈ ਗੇਟ

1990 ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਣੇ ਕੁਝ ਗੇਟਾਂ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਪਾਸੇ ਚੌੜਾ V ਅਕਾਰ ਦਾ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਮੋਰਾ ਜਾਂ ਪਾਸਿਆਂ 'ਤੇ ਵੱਡਾ ਚੌਰਸ ਖ਼ਾਨਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਉਹ ਅਜੋਕੇ ਨਿਯਮਾਂ 'ਤੇ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਉਤਰਦੇ। ਇਹ ਗੇਟ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਖ਼ਤਰਾ ਹਨ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ। ਗੇਟ ਵਿਚਲੀ ਮੋਰੀ ਐਨੀ ਛੋਟੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਿਰ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਨਾ ਵੜ ਸਕੇ।

- ਅਜਿਹਾ ਗੇਟ ਚੁਣੇ ਜਿਸਦੀ ਸਲਾਹ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਮੁਤਾਬਕ ਦਿਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿਚ ਜਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਲਾਇਆ ਜਾਣਾ ਹੈ, ਉਸ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਹੋਵੇ।
- ਰਾਖੀ ਲਈ ਗੇਟ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਹੀ ਲਾਓ।
- ਪੌੜੀਆਂ ਦੇ ਉਪਰ ਵੱਲ ਪੱਕਾ ਗੇਟ ਅਤੇ ਪੌੜੀਆਂ ਦੇ ਥੱਲੇ ਵੱਲ ਤੇ ਲਾੰਘਿਆਂ ਵਿਚ ਦਾਬ ਵਾਲਾ ਗੇਟ ਲਾਓ।
- ਹਰ ਵਾਰ ਗੇਟ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆਂ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਇਹ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਲੱਗਿਆ ਹੈ।
- ਮੋਰੀਆਂ ਵਾਲੇ ਗੇਟ ਨਾ ਵਰਤੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤ ਕੇ ਬੱਚੇ ਗੇਟ ਦੇ ਉਪਰਦੀ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋਣ।

ਸਟਰੋਲਰ

ਸਟਰੋਲਰ ਚੁਣਨ ਅਤੇ ਵਰਤਣ ਸਮੇਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖੋ:

- ♦ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਸਟਰੋਲਰ ਵਿਚ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰਖੋ।
- ♦ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਟਰੋਲਰ ਚੁਣੋ ਅਤੇ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਭਾਰ ਅਤੇ ਕੱਦ ਸਬੰਧੀ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
- ♦ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੱਧਰੀਆਂ ਅਤੇ ਗੋਦੀ ਵਾਲੀ ਬੈਲਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਬੱਚਾ ਸਟਰੋਲਰ ਵਿਚ ਸਹੀ ਬੈਠਾ ਹੈ।
- ♦ ਜਦੋਂ ਰੁਕੇ ਹੋਏ ਹੋ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਟਰੋਲਰ ਵਿਚ ਬਿਠਾਅ ਜਾਂ ਕੱਢ ਰਹੇ ਹੋ, ਬਰੇਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ♦ ਸਟਰੋਲਰ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੱਥ-ਪੈਰ ਵਿਚ ਨਾ ਹੋਣ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਟਰੋਲਰ ਨੂੰ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ ਜਾਂ ਖੋਲਣ ਵੇਲੇ।
- ♦ ਸਟਰੋਲਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਜਾਂਚਦੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰਦੇ ਰਹੋ ਕਿ ਚੱਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਲੱਗੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬਰੇਕਾਂ ਸਹੀ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।
- ♦ ਕਦੀ ਵੀ ਸਰੂਾਣੇ ਅਤੇ ਕੰਬਲ ਗਦੇਲੇ ਲਈ ਨਾ ਵਰਤੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸਾਹ ਘੁੱਟਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ।
- ♦ ਕਦੀ ਵੀ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਵਿਚਲੀ ਸਲਾਹ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਵਾਧੂ ਬੱਚੇ, ਸਮਾਨ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕੁਝ ਸਟਰੋਲਰ ਵਿਚ ਜਾਂ ਦੁਆਲੇ ਨਾ ਰੱਖੋ।
- ♦ ਚਲਦੀਆਂ ਪੌੜੀਆਂ ਉਪਰ ਸਟਰੋਲਰ ਨਾ ਵਰਤੋ।
- ♦ ਕਦੀ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਟਰੋਲਰ ਵਿਚ ਸੌਣ ਲਈ ਇਕੱਲਿਆਂ ਨਾ ਛੱਡੋ।



ਟੰਗੇ ਹੋਏ ਬੇਬੀ ਝੂਲ

ਜਦੋਂ ਝੂਲੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਢਾਂਚੇ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਲਾਏ ਹੁੰਦੇ ਤਾਂ ਡਿੱਗ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੱਟਾਂ ਲਗੀਆਂ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਵਾਲੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਢਾਂਚੇ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਸੀ ਜਾਂ ਝੂਲੇ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੀ ਟੁੱਟ ਗਿਆ।

- ♦ ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਬੇਬੀ ਜੰਪਰ ਵਿਚ ਹੈ, ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕਮਰੇ ਤੋਂ ਜਾਣਾ ਪਿਆ ਹੈ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਜਾਓ।
- ♦ ਅਜਿਹਾ ਮਾਡਲ ਲੱਭੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿਚ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਹੋਣ। ਜੇ ਇਸ ਨੂੰ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਵਿਚ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਲਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਨਾ ਵਰਤੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਵਿਖ ਲਈ ਵੀ ਸਾਂਭ ਲਓ।
- ♦ ਜਦੋਂ ਵਰਤਣਾ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਜੰਪਰ ਨੂੰ ਲਾਹ ਕੇ ਸੰਭਾਲ ਲਓ।
- ♦ ਜੰਪਰ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰਾਂ ਲਾਓ ਕਿ ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਛਾਲਾਂ ਨਹੀਂ ਮਾਰ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਜਮੀਨ ਨੂੰ ਲੱਗ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

- ♦ ਜਦੋਂ ਜੰਪਰ ਲਾ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ, ਸਮੇਤ:

ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼:

- ♦ ਉਮਰ, ਭਾਰ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਯੋਗਤਾਵਾਂ।
- ♦ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਢਾਂਚੇ ਦਾ ਅਕਾਰ ਅਤੇ ਤਾਕਤ
- ♦ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਜੰਪਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪੁਰਜ਼ੇ ਦੇਖਦੇ ਰਹੋ।

ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਸਮੱਗਰੀ

ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਸਮੱਗਰੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੇਲ ਪਾਲਿਸ਼ ਲਾਹੁਣ ਵਾਲੇ, ਡਾਇਪਰ ਕਰੀਮਾਂ, ਮਾਉਥਵਾਸ਼ ਅਤੇ ਖੂਸ਼ਬੋਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ। ਕਈ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਦਾ ਸਮਾਨ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅੰਦਰ ਲੰਘਾਇਆ ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਪਾਉਡਰ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੈਲਕਮ ਜਾਂ ਕੋਰਨਸਟਾਰਚ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਰੱਖੋ ਤਾਂ ਕਿ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਅੰਦਰ ਨਾ ਲੰਘਾ ਸਕਣ, ਜੋ ਸਾਹ ਦੀ ਤਕਲੀਫ਼ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਝੱਗ ਅਤੇ ਤੇਲ ਵਾਲਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੰਬਾ ਨਹਾਉਣ ਤੋਂ ਸੰਕੋਚ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਜਲਣ, ਲਾਲੀ ਜਾਂ ਖੁਰਕ ਹੋਵੇ, ਮੁੜ ਨਾ ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਦੇਖੋ। ਨਹਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸਮੱਗਰੀ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਦੀ ਖੁਰਕ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੀ ਲਾਗ ਦੀ ਕਸਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਹੀ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਸਮੱਗਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਿੱਜੀ ਸਮਾਨ ਵਰਤੋ। ਕੁਝ ਸਮਾਨ ਸਿਰਫ਼ ਬਾਲਗਾਂ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਿਸ ਵਿਚ ਅਲਫ਼ਾ-ਹਾਈਡਰੋਕਸੀ ਤੇਜ਼ਾਬ (ਏ ਟੈਚ ਏ) ਹੋਵੇ, ਵਾਲ ਲਾਹੁਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ (ਡੈਪੀਲੈਟੋਰੀਸ ਜਾਂ ਵੈਕਸ ਵਗੈਰਾ) ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਰੰਗ ਅਤੇ ਦੰਦ ਚਿੱਟੇ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ।



ਸੌਣ ਸਮੇਂ

ਬੱਚੇ ਲਈ ਸੌਣ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਪਿੱਠ ਪਰਨੇ ਕਰਿੱਬ, ਪੰਝੂੜੇ ਜਾਂ ਬੈਸਿਨੈਟ ਵਿਚ ਹੀ ਹੈ। ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ 6 ਮਹੀਨੇ ਉਸ ਨਾਲ ਇਕ ਹੀ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਸੌਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੌਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਜੋ ਵੱਡਿਆਂ ਦੇ ਮੰਜਿਆਂ ਵਿਚ ਲਾਉਣ ਜਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਜੁੜਣ ਲਈ ਬਣੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਮਾਨ ਸਾਹ ਘੁੱਟ ਹੋਣ ਜਾਂ ਵਿਚ ਫਸਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਮੰਜੇ ਦੇ ਨਾਲ ਕਰਿੱਬ, ਪੰਝੂੜਾ ਜਾਂ ਬੈਸਿਨੈਟ ਵਰਤੋਂ। ਪਾਸੇ ਨੀਵੇਂ ਕਰਕੇ ਮੰਜੇ ਨਾਲ ਲਾਕੇ ਬਿਸਤਰਾ ਨਾ ਵਰਤੋਂ।

ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਸੌਣ ਲਈ ਆਮ ਮੰਜੇ, ਪਾਣੀ ਵਾਲੇ ਮੰਜੇ, ਹਵਾ ਭਰਕੇ ਗੱਦੇ, ਸੋਫੇ, ਫੂਟੋਨ ਜਾਂ ਕੁਰਸੀ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਸੁੱਤੇ ਹੋਏ ਦਾ ਸਾਹ ਘੁੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਨੂੰ ਐਥੇ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤੀਆਂ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਲਤ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਲੱਗੀਆਂ ਸੱਟਾਂ ਅਤੇ ਮੌਤਾਂ ਦੀਆਂ ਇਤਲਾਹ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਲੱਗੀਆਂ ਸੱਟਾਂ ਅਤੇ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਦਸੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੁਕਤਿਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

♦ ਕਦੀ ਵੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੌਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਬਾਲਗ ਜਾਂ ਹੋਰ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਉਸੇ ਸੌਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਨਾ ਪਾਓ।

- ♦ ਕਦੀ ਵੀ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਨਿਆਣਿਆਂ ਨੂੰ ਝੁਲਣੇ ਵਿਚ ਨਾ ਪਾਓ। ਝੁਲਣੇ ਅਤੇ ਨਰਮ ਬਿਸਤਰੇ ਵਿਚ ਪਏ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਟੇਢੇ ਹੋ ਕੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਫਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।
- ♦ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਰਿੱਬ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਵਰਤਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਟੁੱਟ-ਭੱਜ ਦੇਖ ਲਉ ਅਤੇ ਸੰਭਾਵੀ ਵਾਪਿਸ ਮੋੜਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਵੀ।
- ♦ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੌਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਉਹ ਪਵਾਓ ਜੋ ਬਲਣਯੋਗਤਾ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਦੇ ਹੋਣ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿਨ ਵੇਲੇ ਪਾਉਣ ਜਾਂ ਰੱਸੀਆਂ ਅਤੇ ਢਿੱਲੀਆਂ ਬੈਲਟਾਂ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾ ਕੇ ਮੰਜੇ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਸੰਕੋਚ ਕਰੋ।
- ♦ ਸੈਲਾਂ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਮੰਜੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ।

ਬੰਕ ਬੈਡ

1985 ਤੋਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਕਈ ਮੌਤਾਂ ਦੀ ਇਤਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜਦੋਂ 6 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਪਰਲੇ ਬੰਕ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੰਘ ਘੁੱਟ ਹੋ ਗਿਆ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਡਿਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਬੰਨ੍ਹੀ ਅਤੇ ਗੱਦੇ ਵਿਚ ਫਸ ਗਿਆ।

- ਆਮ ਹੀ ਜਾਂਝਏ ਰਹੇ ਕਿ ਮੰਜੇ ਦਾ ਢਾਂਚਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੀ ਹੈ।
- ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਪਰਲੇ ਮੰਜੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਾਸੇ ਬਚਾਅ ਲਈ ਬਾਹੀਆਂ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ, ਭਾਂਵੇ ਮੰਜਾ ਕੰਧ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਲੱਗਿਆ ਹੈ।
- ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਬਚਾਅ ਲਈ ਲੱਗੀਆਂ ਬਾਹੀਆਂ ਵਿਚ ਥਾਂ ਐਨ੍ਹਾਂ ਥੋੜਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਾ ਵਿਚਦੀ ਲੰਘ ਨਾ ਸਕੇ।

- ਦੇਖ ਲਓ ਕਿ ਗੱਦੇ ਅਤੇ ਮੰਜੇ ਦੀਆਂ ਬਾਹੀਆਂ ਵਿਚ ਥਾਂ ਛੱਡੋ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਗੱਦਾ ਸਾਰੇ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ ਪੂਰਾ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।
- ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਿਰਫ ਉਹੀ ਬੰਕ ਬੈਡ ਵਰਤੋ ਜੋ ਅਜੋਕੇ ਏ ਐਸ ਟੀ ਐਮ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਐਫ 1427 ਬੰਕ ਬੈਡ ਮਿਆਰ 'ਤੇ ਪੂਰਾ ਉਤਰਦੇ ਹਨ। ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਣੋ। ਲੇਬਲ ਦੇਖੋ, ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਵੈਬ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ, ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪੁਛੋ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਬੰਕ ਬੈਡ ਤੁਸੀਂ ਪਸੰਦ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਿਆਰਾਂ 'ਤੇ ਪੂਰਾ ਉਤਰਦਾ ਹੈ।

6 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਬੰਕ ਬੈਡ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਮੰਜੇ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਸੌਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।



ਸਤੰਬਰ 1986 ਤੋਂ
 ਪਹਿਲਾਂ ਦਾ ਬਣਿਆਂ
 ਕਰਿੱਬ ਨਾ ਖਰੀਦੋ
 ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਅਜੋਕੇ
 ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ
 ਨਹੀਂ। ਹੈਲਥ
 ਕੈਨੇਡਾ 10 ਸਾਲ ਤੋਂ
 ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਕਰਿੱਬਾਂ
 ਵਰਤਣ ਦੀ ਸਲਾਹ
 ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ
 ਕਾਫੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ
 ਕਿ ਉਹ ਟੁੱਟੀਆਂ,
 ਘਸੀਆਂ, ਢਿੱਲੀਆਂ ਜਾਂ
 ਗੁਆਚੇ ਪੁਰਜ਼ੇ ਵਾਲੀਆਂ
 ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ
 ਚਿਤਾਵਨੀਆਂ ਅਤੇ
 ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਵੀ ਗਾਇਬ
 ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਰਿੱਬ, ਪੰਘੂੜੇ ਅਤੇ ਬੈਸੀਨੈਟਸ

ਬੱਚੇ ਲਈ ਸੌਣ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਇਕੱਲਿਆਂ ਕਰਿੱਬ ਵਿਚ ਹੀ ਹੈ। ਕਰਿੱਬ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਵਰਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਬੱਚਾ ਆਪੇ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਉਸਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਆ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਉਹ 90 ਸੈ.ਮੀ. ਤੋਂ ਲੰਬਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਉਸ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਰਿੱਬ ਨਾ ਵਰਤੋ ਜੋ ਉਸਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਸਕੇ ਅਤੇ ਜੋ 90 ਸੈ.ਮੀ. ਤੋਂ ਲੰਬਾ ਹੈ। ਪੰਘੂੜਾ ਵੀ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੌਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਗੋਡਿਆਂ ਨਾਲ ਧੱਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਕੀਤੇ ਭਾਰ ਦੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ। ਬੈਸੀਨੈਟ ਟੋਕਰੀ ਵੀ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੌਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਰੁੜ੍ਹ ਕੇ ਟੱਪ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ ਜਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਸੁਝਾਅ ਕੀਤੇ ਭਾਰ ਦੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ। ਕਰਿੱਬ, ਪੰਘੂੜੇ ਜਾਂ ਬੈਸੀਨੈਟ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੌਣ ਲਈ ਹੋਰ ਕਿਤੇ ਪਾਉਣ ਨਾਲ ਸਾਹ ਘੁੱਟਣ ਜਾਂ ਫਸਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਹੈ।

- ਕਦੀ ਵੀ ਕਰਿੱਬ, ਪੰਘੂੜੇ ਜਾਂ ਬੈਸੀਨੈਟ ਵਿਚ ਕੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਨਾ ਕਰੋ। ਕਰਿੱਬ, ਪੰਘੂੜੇ ਜਾਂ ਬੈਸੀਨੈਟ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।
- ਕਰਿੱਬ ਨੂੰ ਆਸੇ-ਪਾਸੇ ਹਿਲਾਓ, ਗੱਦੇ ਨੂੰ ਉਪਰੋਂ ਨੱਪੋ, ਅਤੇ ਕਰਿੱਬ ਦੇ ਗੱਦੇ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਵਾਲੀ ਬਣਤਰ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਕਰਿੱਬ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਤੋਂ ਗੱਦੇ ਦੇ ਥੱਲੇ ਵਾਲੀ ਬਣਤਰ ਨੂੰ ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਧੱਕੋ। ਗੱਦੇ ਦੇ ਥੱਲੇ ਵਾਲੀ ਬਣਤਰ ਗੱਦੇ ਨੂੰ ਥਾਂ-ਟਿਕਾਣੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਬਣੀ ਹੈ।
- ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਗੱਦਾ ਕਰਿੱਬ ਦੇ ਸਾਰੇ ਪਾਸਿਆਂ ਤੋਂ ਫਸਵਾਂ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਕਰਿੱਬ ਦੇ ਇਕ ਪਾਸੇ ਧੱਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ 3 ਸੈ.ਮੀ. (1 3/16 ਇੰਚ) ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਹਲ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਕਰਿੱਬ ਦਾ ਗੱਦਾ 15 ਸੈ.ਮੀ. (6 ਇੰਚ) ਤੋਂ ਮੋਟਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਪੰਘੂੜੇ ਜਾਂ ਬੈਸੀਨੈਟ ਟੋਕਰੀ ਦਾ ਗੱਦਾ 3.8 ਸੈ.ਮੀ. (1 1/2 ਇੰਚ) ਤੋਂ ਮੋਟਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।
- ਦੇਖ ਲਓ ਕਿ ਗੱਦਾ ਸਖ਼ਤ ਹੋਵੇ। ਜਿਹੜੇ ਗੱਦੇ ਬਹੁਤ ਨਰਮ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਘਸੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਉਥੇ ਵਿਹਲ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਥੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਿਰ ਫਸ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਾਹ ਘੁੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਗੋਡਿਆਂ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਗੱਦੇ ਦੇ ਥੱਲੇ ਵਾਲਾ ਹਿੱਸਾ ਸਭ ਤੋਂ ਨੀਵਾਂ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।



- ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਗੋਡਿਆਂ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਪਾਉਣ ਲਗ ਜਾਵੇ ਉਦੋਂ ਲੱਥਣ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ ਆਦਿ ਲਾਹ ਲਓ।
- ਬੱਚੇ ਦੇ ਕਰਿੱਬ, ਪੰਘੂੜੇ ਜਾਂ ਬੈਸੀਨੈਟ ਵਿਚ ਸਰਾਹਣੇ, ਰਜ਼ਾਈਆਂ, ਆਸਰੇ ਲਈ ਗੱਦੀਆਂ, ਭਰੇ ਹੋਏ ਖਿਡਾਉਣੇ ਅਤੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਪੈਡ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਾਹ ਘੁੱਟਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਕਰ ਪਾਸਾ ਲੱਥਣ ਵਾਲਾ ਕਰਿੱਬ ਵਰਤਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਰਿੱਬ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਪਾਸਾ ਦੁਬਾਰਾ ਲਾਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬੰਦ ਹੈ।
- ਕਦੀ ਵੀ ਕਰਿੱਬ, ਪੰਘੂੜੇ ਜਾਂ ਬੈਸੀਨੈਟ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਰੱਸੀ ਜਾਂ ਵੱਧਰੀ ਨਾਲ ਨਾ ਬੰਨੋ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਰਿੱਬ, ਪੰਘੂੜੇ ਜਾਂ ਬੈਸੀਨੈਟ ਵਿਚ ਹਾਰ, ਇਲਾਸਟਿਕ, ਮਫਲਰ ਜਾਂ ਲੰਬੀ ਤਾਰ ਵਾਲੀ ਚੁੰਘਣੀ ਨਾਲ ਨਾ ਛੱਡੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਘੁੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਕਰਿੱਬ, ਪੰਘੂੜੇ ਜਾਂ ਬੈਸੀਨੈਟ ਨੂੰ ਪਰਦਿਆਂ ਦੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ, ਲੈੱਪ, ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕੁਝ ਵੀ ਜੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ, ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਰੱਖੋ।

ਚੁਕਵੀਆਂ ਬਾਹੀਆਂ

- ਚੁਕਵੀਆਂ ਬਾਹੀਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਆਮ ਮੰਜਿਆਂ ਦੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਲਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਇਹ ਫ਼ਸਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਕਦੀ ਵੀ 2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੁਕਵੀਆਂ ਬਾਹੀਆਂ ਲੱਗੇ ਮੰਜੇ 'ਤੇ ਨਾ ਪਾਉ।
 - ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਚੁਕਵੀਆਂ ਬਾਹੀਆਂ ਮੰਜੇ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਜੁੜੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਗੱਦੇ ਤੇ ਬਾਹੀ ਵਿਚਾਲੇ ਕੋਈ ਵਿਹਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।
 - ਉਹੀ ਚੁਕਵੀਆਂ ਬਾਹੀਆਂ ਵਰਤੋ ਜੋ ਹੁਣ ਦੇ ਮੰਜਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚੁਕਵੀਆਂ ਬਾਹੀਆਂ ਬਾਰੇ ਏ ਐਸ ਟੀ ਐਮ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਐਫ 2085 ਮਿਆਰ 'ਤੇ ਪੂਰਾ ਉਤਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਖੇਡਣ ਦਾ ਸਮਾਂ

ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਨੁਸਾਰ ਢੁਕਵੇਂ ਖਿਡਾਉਣੇ ਹੀ ਚੁਣੋ, ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੁਨੇਹੇ ਅਤੇ ਖਿਡਾਉਣੇ ਨਾਲ ਆਈਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਪੜ੍ਹੋ ਅਤੇ ਮੰਨੋ।

♦ **ਖੇਡਦਿਆਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰਖੋ ਅਤੇ ਖਿਡਾਉਣਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤਣਾ ਵੀ ਸਿਖਾਓ।**

- ♦ 3 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਅਜੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਖਿਡਾਉਣੇ ਪਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਛੋਟੇ ਖਿਡਾਉਣੇ, ਜਾਂ ਛੋਟੀਆਂ ਗੋਂਦਾਂ ਜਾਂ ਖਿਡਾਉਣਿਆਂ ਦੇ ਨਿੱਕੇ ਹਿੱਸੇ ਦੂਰ ਹੀ ਰੱਖੋ। ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਸੰਘ ਵਿਚ ਫਸਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ।
- ♦ ਮਾੜੇ ਜਾਂ ਟੁੱਟੇ ਖਿਡਾਉਣਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਜਾਂ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰ ਦਿਓ - ਹਿਲਦੇ ਜਾਂ ਟੁੱਟੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਜਾਂ ਤਿੱਖੀਆਂ ਨੁਕਰਾਂ ਵਰਗੇ ਖਤਰਿਆਂ ਲਈ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਦੇਖਦੇ ਰਹੋ।

- ♦ ਮਾੜੇ ਜਾਂ ਟੁੱਟੇ ਖਿਡਾਉਣਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਜਾਂ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰ ਦਿਓ - ਹਿਲਦੇ ਜਾਂ ਟੁੱਟੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਜਾਂ ਤਿੱਖੀਆਂ ਨੁਕਰਾਂ ਵਰਗੇ ਖਤਰਿਆਂ ਲਈ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਦੇਖਦੇ ਰਹੋ।
- ♦ ਸਾਰੇ ਖਿਡਾਉਣੇ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਭਰੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਨਰਮ ਖਿਡਾਉਣੇ, ਸੇਕ ਵਾਲੀਆਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੁਲ੍ਹਾ, ਭੱਠੀ ਅਤੇ ਹੀਟਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ♦ ਰੱਸੀਆਂ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਰੱਖੋ, ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਖੁਲਦੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪੌਣ ਦੁਆਲੇ ਲਪੇਟਣ ਜੋਗੀਆਂ ਲੰਬੀਆਂ ਹੋਣ।
- ♦ ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣਿਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਰੌਲਾ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਸੁਣਾਉਣ ਲਈ ਖਿਡਾਉਣੇ ਦੇ ਰੌਲੇ ਤੋਂ ਉਚਾ ਬੋਲਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਬੱਚੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਉਚਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਰਤਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।



ਖਿਡਾਉਣੇ ਡੱਬੇ

- ♦ ਢੱਕਣ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਖਿਡਾਉਣਾ ਡੱਬਾ ਵਰਤਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ - ਭਾਰੇ ਢੱਕਣ ਵਾਲੇ ਡੱਬੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿਰ ਜਾਂ ਪੌਣ 'ਤੇ ਡਿੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ ਜਾਂ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ♦ ਹਵਾਬੰਦ ਬਿੰਨ, ਟਰੰਕ ਜਾਂ ਡੱਬੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਬੱਚਾ ਵਿਚ ਵੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੇ ਸਮਾਨ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਡੱਬਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਹ ਘੁੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਉਪਰ ਚੜਣ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ

ਧਿਆਨ ਰਖੋ ਕਿ ਪਹੀਆਂ ਵਾਲੇ ਉਤੇ ਚੜਣ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ ਬੜੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਚੱਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਖਿਡਾਉਣਿਆਂ ਨੂੰ ਲੈਪ, ਤਾਰਾਂ, ਸਜਾਵਟ ਜਾਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਡਿੱਗ ਜਾਂ ਖਿਚੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹੋਣ, ਤੋਂ ਦੂਰ ਚਲਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

- ਅਜਿਹਾ ਉਤੇ ਚੜਣ ਵਾਲਾ ਖਿਡਾਉਣਾ ਚੁਣੋ ਜੋ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ, ਅਕਾਰ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਵੇ।
- ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਉਤੇ ਚੜਣ ਵਾਲਾ ਖਿਡਾਉਣਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਰਤਣ ਸਮੇਂ ਉਲਟੇਗਾ ਨਹੀਂ।
- ਉਤੇ ਚੜਣ ਵਾਲਾ ਖਿਡਾਉਣਾ ਪੌੜੀਆਂ, ਆਵਾਜਾਈ, ਤੈਰਨ ਵਾਲੇ ਪੂਲ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖਤਰਨਾਕ ਥਾਂਵਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਵਰਤਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਗੁਬਾਰੇ

ਗੁਬਾਰੇ ਕਈ ਮੌਤਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਬਣ ਚੁਕੇ ਹਨ। ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਨੂੰ ਇਸ ਨਾਲ 9 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਬਾਰੇ ਵੀ ਪਤਾ ਹੈ। ਗੁਬਾਰੇ ਜਾਂ ਫੁਟੇ ਭੁਕਾਨੇ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਅੰਦਰ ਲੰਘ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਾਹ ਨਾਲੀ ਬੰਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਗੁਬਾਰੇ ਸਜਾਵਟ ਲਈ ਵਰਤੋ, ਖੇਡਣ ਲਈ ਨਹੀਂ।
- ਭਰੇ ਹੋਏ ਅਤੇ ਖਾਲੀ ਭੁਕਾਨੇ, ਅਤੇ ਭੁਕਾਨੇ ਦੇ ਟੁੱਟੇ ਹਿੱਸੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ਗੁਬਾਰੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਵੱਡਿਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਫੁਲਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਸੈੱਲਾਂ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ

ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਖਿਡਾਉਣਿਆਂ ਵਿਚਲੇ ਸੈੱਲ ਬੱਚੇ ਕੱਢ ਨਾ ਸਕਣ।

- ♦ ਵੱਡਿਆਂ ਨੂੰ ਸੈੱਲ ਪਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਗਲਤ ਪਾਉਣ ਜਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਰਲਾਉਣ ਨਾਲ ਬੈਟਰੀਆਂ ਚੋਅ ਜਾਂ ਗਰਮ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ♦ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੈੱਲਾਂ ਵਾਲਾ ਖਿਡਾਉਣਾ ਮੰਜੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਲੈ ਕੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਲੀਕ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂ ਬੈਟਰੀ ਗਰਮ ਹੋ ਕੇ ਸਾੜ ਪੈ ਜਾਂ ਸੱਟਾਂ ਲਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
- ♦ ਜੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਸੈੱਲ ਲੰਘਾ ਲਿਆ ਹੈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਜ਼ਹਿਰ ਕੰਟਰੋਲ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਇਕਦਮ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਸੈੱਲ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ♦ ਛੋਟੀਆਂ ਡਿਸਕ ਬੈਟਰੀਆਂ (ਬਟਨ ਸੈੱਲ) ਵੀ ਅੰਦਰ ਲੰਘਾਇਆਂ ਗੰਭੀਰ ਅੰਦਰੂਨੀ ਨੁਕਸਾਨ ਕਰ ਜਾਂ ਮਾਰ ਵੀ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਦੋਂ ਹੀ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਓ ਜੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਲਿਥੀਅਮ ਬਟਨ ਸੈੱਲ ਲੰਘਾ ਲਿਆ ਹੈ।

ਜੇ ਕਰ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਸੈੱਲ ਬੈਟਰੀ ਜਾਂ ਇਕ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਕਤਵਰ ਚੁੰਬਕ ਅੰਦਰ ਲੰਘਾ ਲਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਲੰਘਾਉਣ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਕਦਮ ਡਾਕਟਰੀ ਮਦਦ ਲਓ।

ਚੁੰਬਕ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ

ਢਿਲ੍ਹੇ ਛੋਟੇ ਤਾਕਤਵਰ ਚੁੰਬਕ ਵਾਲਾ ਸਮਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। **ਪੁਰਾਣੇ ਚੁੰਬਕਾਂ ਵਾਂਗ ਨਹੀਂ, ਹੁਣ ਛੋਟੇ ਤਾਕਤਵਰ ਚੁੰਬਕ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁਰਲੱਭ ਜ਼ਮੀਨੀ ਚੁੰਬਕ, ਦੀ ਬਹੁਤ ਤਾਕਤ ਵਾਲੀ ਚੁੰਬਕੀ ਖਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਅਜੀਬ ਖ਼ਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।** ਇਹ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਗਹਿਣੇ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ, ਕਪੜਿਆਂ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਤੱਕ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੋੜਣ ਵਾਲੇ ਖਿਡਾਉਣੇ ਜਾਂ ਸਾਇੰਸ ਕਿਟਾਂ ਵਿਚ। ਛੋਟੇ ਤਾਕਤਵਰ ਚੁੰਬਕ ਜੇ ਨਿਕਲ ਜਾਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਛੋਟੀ ਚੀਜ਼ ਵਿਚ ਹੋਣ ਤਾਂ ਸੋਖਿਆਂ ਲੰਘਾਉਣ ਕਰਕੇ ਖਤਰਨਾਕ ਹਨ।

ਜੇ ਇਕ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੁੰਬਕ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਹੀ ਲੰਘਾ ਲਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਅੰਤੜੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਖਿਚ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਅੰਤੜੀਆਂ ਵਿਚਦੀ ਪਾੜ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨਤੀਜਾ ਘਾਤਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਵੱਡੇ ਬੱਚੇ ਕਈ ਵਾਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਛੋਟੇ ਤਾਕਤਵਰ ਚੁੰਬਕਾਂ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਪਾ ਕੇ ਖੇਡਦੇ ਹਨ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜੀਭ ਜਾਂ ਗੱਲੂ ਵਿੰਨ੍ਹਣ ਵਰਗਾ ਪਖੰਡ ਕਰਨ ਲਈ, ਬਰੇਸ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਾਕਤਵਰ ਚੁੰਬਕਾਂ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣਾ ਸਿਖਾਓ।

ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ

ਬੱਚੇ ਮਰੇ ਵੀ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਨਾਲੇ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚਲੇ ਸਮਾਨ ਵਿਚ ਜਾਂ ਚਾਰਦਵਾਰੀ ਵਿਚ ਫਸ ਗਏ। ਬੱਚੇ ਉਦੋਂ ਵੀ ਮਰੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚਲੇ ਸਮਾਨ ਨਾਲ ਬੰਨੇ ਰੱਸਿਆਂ ਜਾਂ ਟੱਪਣ ਵਾਲੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ ਨਾਲ ਫਸ ਗਏ।

- ਹਮੇਸ਼ਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵਰਤਣ ਬਾਰੇ ਸਿਖਾਓ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਹੁੱਡੀਆਂ, ਟੋਪੀਆਂ ਅਤੇ ਜੈਕਟਾਂ ਵਿਚੋਂ ਰੱਸੀਆਂ ਅਤੇ ਨਾਲੇ ਕੱਢ ਲਓ।
- ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚਲੇ ਸਮਾਨ ਵਿਚ ਫਸਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਚ ਟੁੰਗ ਲਓ।
- ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚਲਾ ਸਮਾਨ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਇਕਲ ਵਾਲਾ ਹੈਲਮਟ ਲਾਹ ਲਓ। ਸਾਇਕਲ ਵਾਲਾ ਹੈਲਮਟ ਹੋਰ ਸਮਾਨ ਵਿਚ ਫਸਕੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਗਲਾ ਘੁੱਟ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚਲਾ ਸਮਾਨ ਰੱਸਿਆਂ ਲਈ ਦੇਖੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚਲੇ ਸਮਾਨ ਨਾਲ ਰੱਸੇ ਅਤੇ ਟੱਪਣ ਵਾਲੀਆਂ ਰੱਸੀਆਂ ਨਾ ਬੰਨਣ ਦਿਓ।



ਆਮ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੁਕਤੇ

- ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਪਲੱਗਾਂ ਉਤੇ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ ਕਵਰ ਚੜਾਅ ਦਿਓ ਤਾਂ ਕਿ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਉਂਗਲਾਂ ਜਾਂ ਧਾਤ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਨਾ ਪਾ ਸਕਣ। ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਸੰਘ ਵਿਚ ਫ਼ਸਾਉਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇਹ ਕਵਰ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਲਗੇ ਹੋਣ।
- ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਸਾਹ ਘੁੱਟ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ ਹਨ।
- ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।
- ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਰੋਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਵਾਲਾ ਟੱਬ, ਤਲਾਬ ਅਤੇ ਸਪਾਅ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਹਨ।
- ਪੱਕਾ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕਰੋ ਕਿ ਫਰਨੀਚਰ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੰਧ ਨਾਲ ਅਲਮਾਰੀਆਂ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ੈਲਫਾਂ ਜਾਂ ਭਾਂਡਿਆਂ ਵਾਲੀ ਕੈਬਿਨਟਾਂ ਕੰਧ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਜੁੜੀਆਂ ਹਨ। ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਨੀਵੇਂ ਫਰਨੀਚਰ 'ਤੇ ਜਿੰਨਾ ਵੀ ਹੋਵੇ ਪਿਛੇ ਨੂੰ ਕਰਕੇ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ ਕੰਧ ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਟੇਢੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ ਜਾਂ ਕੁੰਡੀਆਂ ਲਾਓ। ਬੱਚੇ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਸਮਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਡਿਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਤੋਂ ਦੇਖੋ, ਸੰਭਾਵੀ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਗੋਡਿਆਂ ਪਰਨੇ ਰੁੜੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿਓ।
- ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਨਹੀਂ ਵਰਤੇਗਾ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਲਾਗਿਉਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੋ।

- ♦ ਗਰੋਸਰੀ ਵਾਲੀ ਬੱਘੀ ਵਿਚ ਬਿਠਾਏ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡਿੱਗਣ, ਚੀਰਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੱਟਾਂ ਲਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਉਹ ਗਰੋਸਰੀ ਵਾਲੀ ਬੱਘੀ ਵਿਚ ਹੈ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਬੈਲਟ ਲਾਕੇ ਬੈਠਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ♦ ਘਰ ਵਿਚ ਧੂਆਂ ਦੱਸਣ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ ਲਾਓ ਅਤੇ ਕਾਇਮ ਰੱਖੋ। ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਅਨੁਸਾਰ ਦੇਖਦੇ ਰਹੋ ਕਿ ਉਹ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।
- ♦ ਬਿਜਲੀ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡੀਪ ਫਰਾਇਰ, ਕੇਤਲੀਆਂ, ਭਾਫ਼ ਵਾਲੀ ਪਰੈਸ ਜਾਂ ਟੋਸਟਰ ਦੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸੱਟ ਲੱਗ ਜਾਂ ਸਾੜ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਾਉਂਟਰ ਤੋਂ ਮਸ਼ੀਨ ਖਿਚ ਲਈ।
- ♦ ਪਤੀਲਿਆਂ ਦੇ ਹੈਂਡਲ ਸਟੇਵ 'ਤੇ ਅੰਦਰ ਨੂੰ ਰੱਖੋ।
- ♦ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਸਤ੍ਹਾ 'ਤੇ ਹੱਥ ਲਾ ਕੇ ਸੜ੍ਹਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਗੈਸ ਜਾਂ ਲੱਕੜਾਂ ਵਾਲੇ ਫਾਇਰਪਲੇਸ ਜਾਂ ਲੱਕੜਾਂ ਵਾਲੀ ਭੱਠੀ ਦੁਆਲੇ ਜੰਗਲਾ ਲਾ ਦਿਓ। ਫਾਇਰਪਲੇਸ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਅਤੇ ਲੱਕੜਾਂ ਵਾਲੀ ਭੱਠੀਆਂ ਤੇ ਸਟੇਵ ਵਰਤਣ ਵੇਲੇ ਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਵੀ ਕਾਫੀ ਗਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ♦ ਵਰਤਣ ਵੇਲੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰਬੀਕਿਊ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ।

ਵਾਪਿਸ ਸੱਦਾ

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਮਾਨ ਬਾਰੇ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵਾਪਿਸ ਸੱਦਾ ਦੇਖਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਜਾਂ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਕਦੀ-ਕਦਾਈਂ ਪਤਾ ਕਰਦੇ ਰਹੋ ਅਤੇ ਈ-ਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੀ ਸੂਚੀ ਸੇਵਾ 'ਤੇ ਨਾਂ ਦਰਜ ਕਰੋ।

www.healthcanada.gc.ca/cps-recalls

ਘਟਨਾ ਦੀ ਇਤਲਾਹ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖਪਤਕਾਰੀ ਸਮਾਨ ਜਾਂ ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਘਟਨਾ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਸੱਟ ਲਗ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ) ਤੁਸੀਂ ਇਥੇ ਘਟਨਾ ਦੀ ਇਤਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ:

www.healthcanada.gc.ca/reportaproduct

ਹੋਰ ਵਸੀਲੇ

ਕੈਨੇਡਾ ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਪਰਾਡਕਟ ਸੇਫਟੀ ਐਕਟ
www.healthcanada.gc.ca/productsafety

ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਕੈਨੇਡਾ
www.tc.gc.ca
1-800-333-0371

ਪੈਸਟ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਰੈਗੂਲੇਟਰੀ ਏਜੰਸੀ
www.pmr-arla.gc.ca
1-800-267-6315

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੀਡੀਆਟਰਿਕ ਸੋਸਾਇਟੀ
www.cps.ca
613-526-9397

ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਫਾਰ ਦਾ ਸਟੱਡੀ ਆਫ ਇਨਫੈਂਟ ਡੈਥਸ (ਐੱਸ ਆਈ ਡੀ ਐੱਸ)
www.sidscanada.org
1-800-END-SIDS
1-800-363-7437

ਪ੍ਰੋਆਇਜ਼ਨ ਕੰਟਰੋਲ
ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਟੈਲੀਫੋਨ ਬੁੱਕ ਵਿਚ ਪਹਿਲੇ ਸਫ਼ੇ 'ਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਨੰਬਰਾਂ
ਥੱਲੇ ਦੇਖੋ: www.capcc.ca/provcentres/centres.html



ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਪਰਾਡਕਟ ਸੇਫਟੀ ਡਾਇਰੈਕਟੋਰੇਟ ਨੇ, ਸਨਅਤ, ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਮਸ਼ਵਰੇ ਨਾਲ, ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਖਿਡਾਉਣੇ, ਸਟਰੋਲਰ, ਕਰਿੱਬ, ਖੇਡਣ ਲਈ ਹਾਤੇ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਗੇਟ ਸਮੇਤ, ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਸ਼ਰਤਾਂ ਅਤੇ ਮਿਆਰ ਨਿਸ਼ਚਤ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਆਊਟਰੀਚ ਯੂਨਿਟ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਵਾਲਿਆਂ, ਡੇ-ਕੇਅਰ ਸੈਂਟਰਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਮਾਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਮੁਹਿੰਮਾਂ, ਕਿਤਾਬਚੇ ਅਤੇ ਸਿਖਿਆ ਸੂਚਨਾਵਾਂ ਵਰਗੇ ਉਦਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸੱਟਾਂ ਦੇ ਬਚਾਅ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
ਕੰਜ਼ਿਊਮਰ ਪਰਾਡਕਟ ਸੇਫਟੀ ਆਊਟਰੀਚ ਯੂਨਿਟ
ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ
ਐਡਰੈਸ ਲੋਕੇਟਰ: 3504 ਡੀ
ਔਟਵਾ, ਓਨਟਾਰੀਓ ਕੇ1ਏ 0ਕੇ9

Consumer Product Safety Outreach Unit

Health Canada

Address Locator: 3504D

Ottawa, Ontario K1A 0K9

ਈ-ਮੇਲ: **E-mail: CPS-SPC@hc-sc.gc.ca**

ਟਾਲ ਫਰੀ: **Toll-free: 1-866-662-0666**

ਖਪਤਕਾਰੀ ਸਮਾਨ ਬਾਰੇ ਪੁਛ-ਗਿਛ ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਲਾਗੇ ਦੇ ਪਰਾਡਕਟ ਸੇਫਟੀ ਦਫ਼ਤਰ ਨੂੰ ਉਪਰ ਲਿਖੇ ਟਾਲ ਫਰੀ ਫੋਨ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।