ਘਰ ਵਿੱਚ
ਇਕੱਲਿਆਂ ਰਹਿਣਾ

ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਕਦੋਂ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇਕੱਲੇ ਹੋਣ

ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੋਣ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਚਾਇਲਡ ਐਂਡ ਫ਼ੈਮਲੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਐਕਟ (*The Child and Family Services Act*) ਅਧੀਨ 10 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਛੱਡਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। 10 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਸਬੰਧੀ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਕਨੂੰਨੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਦਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ। ਛੋਟੇ ਬੇਬੀ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹਰ ਸਮੇਂ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਫ਼ਿਰ ਵੀ, ਪੀਲ ਚਿਲਡਰਨਜ਼ ਏਡ (*Peel Children's Aid*) ਵਿਖੇ ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਡਾਕ ਲੈਣ ਲਈ ਉਪਰਲੀ ਮਨਜ਼ਲ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਦੌੜ ਕੇ ਗਲੀਉਂ ਪਾਰ ਸਟੋਰ ਤੇ ਜਾਣਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ 8 ਤੇ 9 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਇਕੱਲਿਆਂ ਛੱਡ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮਾਪਿਆਂ ਤੋਂ ਆਸ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਮਰਜੰਸੀ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਵੀ ਬੱਚੇ ਇਕੱਲੇ ਹੋਣ ਉਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਰਪੱਕਤਾ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਧਿਆਣ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ।

10 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਹੋ ਜਾਣ ਪਿੱਛੋਂ, ਜਦੋਂ ਤਕ ਬੱਚੇ 16 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਨਾ ਹੋ ਜਾਣ, ਓਦੋਂ ਤਕ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਲਈ ਉਚਿਤ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਕਨੂੰਨੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਆਸ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਸਬੰਧੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਸਦਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਰਿਪੱਕਤਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੀ ਪੱਧਰ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਕਈ 10 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਸੇ ਹੀ ਉਮਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਇਸ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਕੱਲਿਆਂ ਛੱਡਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ।

ਇਸ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿੱਚ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਕੱਲਾ ਛੱਡਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਸਮੇਂ, ਧਿਆਣ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਯੋਗਤਾਵਾਂ

ਕੀ ਬੱਚਾ ਜਾਂ ਬੱਚੀ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਰੱਖਦਾ (ਦੀ) ਹੈ? ਕੀ ਉਹ ਆਪ ਕਪੜੇ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚੇਤੇ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਆਦਿ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਉਸ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਕੀ ਬੱਚਾ ਸੂਝਵਾਨ ਨਿਰਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਕੋਲ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੈ?

ਕੀ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲੋੜਾਂ ਹਨ ਜੋ ਉਸ ਲਈ ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਜਾਣ, ਮਦਦ ਲਈ ਸੱਦਣ ਜਾਂ ਅਮਰਜੰਸੀ ਸਮੇਂ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਕਠਨਾਈ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹੋਣ?

ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ, ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਰਤਾਉ ਸਬੰਧੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਕੱਲੇ ਛੱਡਣਾ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਹੋਵੇ? ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ, ਜੇ ਬੱਚਾ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਹਾਨੀ ਪਚਾਉਂਦਾ, ਲੜਦਾ, ਅੱਗ ਲਾਉਂਦਾ, ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ, ਘਰ ਆਦਿ ਵਿਨਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਧਿਆਨ ਟਿਕਾਉਣ ਤੇ ਹਦਾਇਤਾ ਦੀ ਪਾਲਨਾ ਕਰਨ ਦੇ ਅਯੋਗ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਿਨਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੇ ਇਕੱਲੇ ਛੱਡਣ ਨਾਲ ਉਹ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਲਈ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਖ਼ਤਰਾ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਪੋਰਟ ਵਰਕਰ (ਸਹਾਇਕ ਕਰਮਚਾਰੀ) ਜਾਂ ਟੀਚਿੰਗ ਐਸਿਸਟੈਂਟ ਵੱਲੋਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਧਿਆਣ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਿਨਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੇ ਘਰ ਇਕੱਲੇ ਛੱਡਣਾ ਸਿਆਣੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ।

ਬੱਚੇ ਨੇ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਇਕੱਲਿਆਂ ਰਹਿਣਾ ਹੈ, ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਧਿਆਣ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਲੰਮੇਂ ਸਮੇਂ ਲਈ ਇਕੱਲਿਆਂ ਰਹਿਣ ਦਾ ਭਾਵ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਉਣੀ ਪੈਣੀ ਹੈ ਜਿਸ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਰਪੱਕਤਾ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਉਚੇਰੀ ਪੱਧਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। 14 ਤੋਂ 16 ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ, ਕਿਸੇ ਨਿਸ਼ਚਤ ਪਲੈਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ, ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸੰਭਾਲ ਆਪ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕੱਲਿਆਂ ਨਹੀਂ ਛੱਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।

PEEL CHILDREN'S AID
PROTECTING CHILDREN AND SUPPORTING FAMILIES
6860 CENTURY AVENUE WEST TOWER MISSISSAUGA ON L5N 2W5 T 905 363 6131 WWW.PEELCAS.ORG

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਪ੍ਰਤਿਕਰਮ

ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਕੱਲਿਆਂ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰ ਲਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਤੋਂ ਡਰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਉਸ ਅੰਦਰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ।

ਇਹ ਗੱਲ ਵੀ ਧਿਆਣ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ ਕਿ ਤਣਾਉ ਵਾਲੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਪ੍ਰਤਿਕਰਮ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਤਕ, ਉਸ ਬੱਚੇ ਨੇ ਭਿਆਣਕ ਜਾਂ ਕਠਨ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਝਿਆ ਹੈ। ਕੀ ਜਦੋਂ ਉਹ ਇਕੱਲਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਮੁੜ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦਾ ਪ੍ਰਤਿਕਰਮ ਵੱਖਰਾ ਹੋਵੇਗਾ?

ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਬੱਧਤਾ

ਜਦੋਂ ਤਕ ਬੱਚੇ 16 ਸਾਲ ਦੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਉਦੋਂ ਤਕ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਉਸ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਇਕੱਲਿਆਂ ਛੱਡਣਾ ਹੈ ਸਬੰਧੀ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਹੀ ਸਭ ਤੋਂ ਯੋਗ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਇਕੱਲਾ ਹੋਵੇ, ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਢੰਗ ਦਾ ਪਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਮਰਜੰਸੀ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਜਾਂ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਤੁਰਤ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹੋਵੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬਾਲਗ਼ ਦੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਬੱਚਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸੁਖੀ ਹੈ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਵਕਤ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਾਇਮ ਰੱਖੋ, ਬਾਕਾਇਦਗੀ ਨਾਲ ਉਸ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਦੇ ਰਹੋ।

ਤੁਸੀਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਬੱਚਾ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਇਕੱਲਾ ਹੋਵੇ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਮਰਜੰਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅੱਗ ਲੱਗਣੀ, ਯੰਤਰ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਭਰ ਜਾਣਾ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਸਿੱਝਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੜਕਾਉਂਦਾ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਸਬੰਧੀ ਉਸ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਿਯਮ ਕਾਇਮ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੀ ਤੇ ਕਦੋਂ ਉਸ ਦੇ ਮਿੱਤਰ ਘਰ ਸੱਦੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਤਣਾਉ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਦੀ ਅਲਹਿਦਗੀ, ਘਰ ਬਦਲੀ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਮੌਤ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਇਕੱਲੇ ਛੱਡਣ ਲਈ ਠੀਕ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਵਾਤਾਵਰਣ

ਆਪਣੀ ਕਮਿਯੂਨਿਟੀ ਉੱਤੇ ਝਾਤ ਪਾਉ। ਕੀ ਆਂਢ ਗੁਆਂਢ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ? ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਹਿੰਸਾ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਤੇ ਨਹੀਂ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ? ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਪੈਣ ਤੇ ਉਹ ਸੱਦ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ? ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੋਣ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਿਨਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੇ ਇਕੱਲਿਆਂ ਛੱਡਣਾ ਠੀਕ ਫੈਸਲਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ? ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਖ-ਭਾਲ ਲਈ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਉੱਤੇ ਛੱਡਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਪਾਸ ਅਮਰਜੰਸੀ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ, ਜੋ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਸਕਣ, ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕਾਰਬਨ ਮਾਨਕਸਾਈਡ ਅਤੇ ਸਮੋਕ- ਡਿਟੈਕਟਰ ਅਤੇ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿੱਚ ਬਚਾਅ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਵਿਧੀ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਯੋਜਣਾ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜ਼ਹਿਰ, ਖੁੱਲ੍ਹਾ (ਸਾਵਧਾਨੀ ਰਹਿਤ) ਅੱਸਲਾ ਜਾਂ ਨੰਗੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਮੁਕਤ ਰੱਖੋ।

ਅਪਲਾਇਐਂਸਾਂ (ਯੰਤਰਾਂ) ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਬਾਰੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਿਯਮ ਬਣਾਉ। ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰ ਲਉ ਕਿ ਕਿਸ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਸਟੋਵ, ਪ੍ਰੈੱਸ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਗਰਮ ਯੰਤਰ, ਬਿਨਾ ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੇ, ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਬੱਚਾ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਅ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਉਹ ਖਾਣਾ ਪਕਾਉਣ ਜਾਂ ਮਾਇਕਿਰੋਵੇਵ ਵਰਤਣ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਵੀ ਨਿਭਾਅ ਸਕਦਾ ਹੈ।