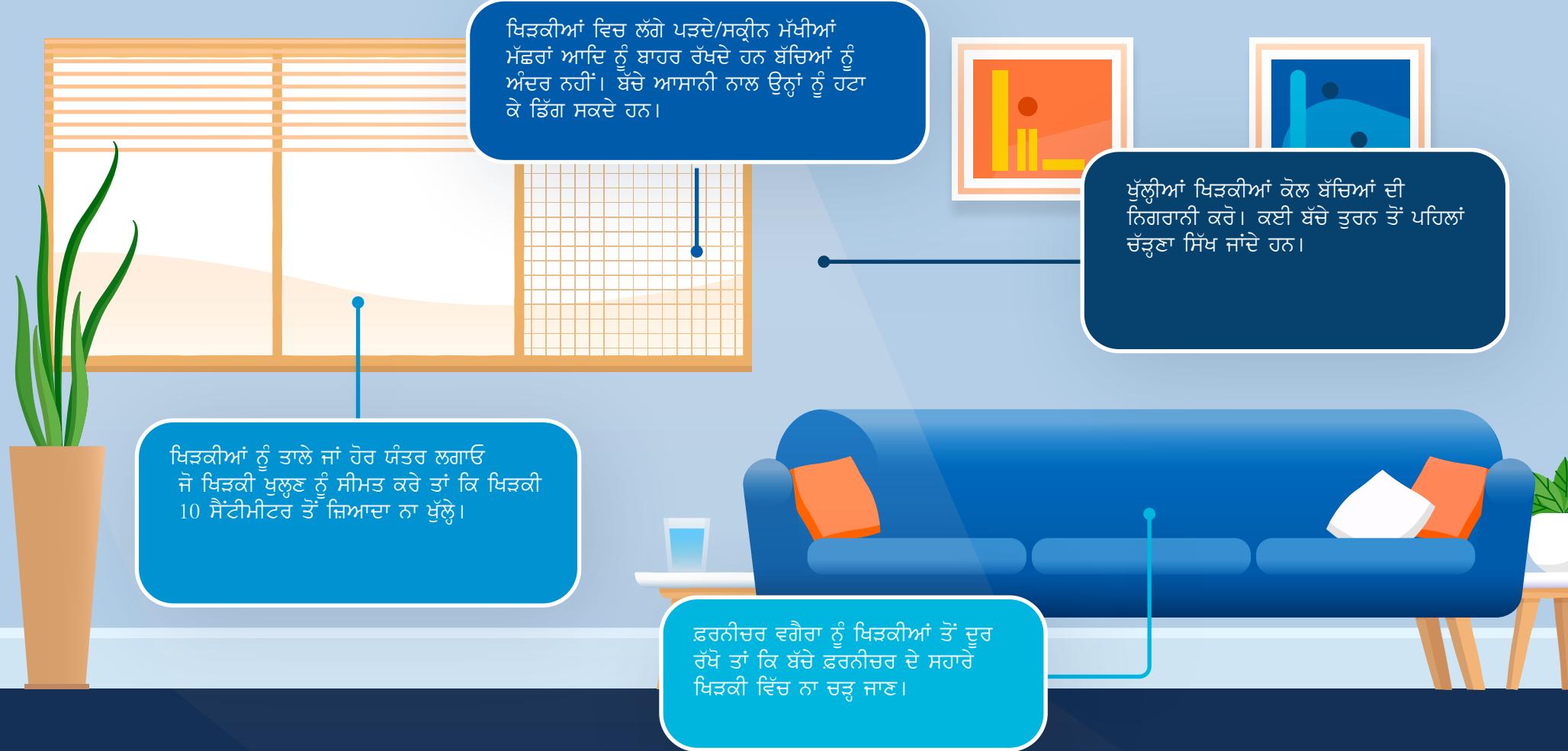


# ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਿੜਕੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਸੁਝਾਅ



Window safety tips to protect kids from falls - Punjabi  
[fraserhealth.ca/WindowSafety](http://fraserhealth.ca/WindowSafety)

 **fraserhealth**  
Better health. Best in health care.

  
**BC Children's Hospital™**  
Provincial Health Services Authority

# ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਿੜਕੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਡਿੱਗਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ

ਖਿੜਕੀਆਂ ਅਤੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਤਾਲੇ ਲਗਾਓ। ਇਹ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਯੰਤਰ ਖਿੜਕੀ ਨੂੰ 10 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (4 ਇੰਚ) ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਖੁਲ੍ਹਣ ਦਿੰਦੇ। ਬੱਚੇ ਛੋਟੀ ਤੋਂ ਛੋਟੀ 12 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (5 ਇੰਚ) ਚੌੜੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਘਰ ਵਿਚ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਖੁਲ੍ਹਣ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਹੈ।

ਫਰਨੀਚਰ ਨੂੰ ਖਿੜਕੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰ ਦਿਓ। ਐਸਾ ਕਰਨਾ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨਿਆਣਿਆਂ ਨੂੰ ਫਰਨੀਚਰ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਉੱਪਰ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਖਿੜਕੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਦੇਖਣ ਤੋਂ ਰੋਕੇਗਾ।

ਖਿੜਕੀਆਂ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਪੜਦੇ/ਸਕ੍ਰੀਨ ਮੱਖੀਆਂ ਮੱਛਰਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਨਹੀਂ। ਜਾਅਦਾਤਰ ਪੜਦੇ/ਸਕ੍ਰੀਨ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਡਿੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ ਨਿਆਣੇ ਜੋ ਸਕ੍ਰੀਨ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲੈ ਕੇ ਬਾਹਰ ਝੁਕਣਗੇ ਤਾਂ ਸਿਰਭਾਰ ਡਿੱਗਣਗੇ।



ਫਰਸ਼ ਦੇ ਲੈਵਲ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਖਿੜਕੀਆਂ ਤੇ ਵਿੰਡੇ ਗਾਰਡ ਲਗਾਓ। ਇਹ ਇੱਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖਿੜਕੀ ਦੇ ਗੇਟ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ ਤੁਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚੜ੍ਹਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਲਕੋਨੀ ਜਾਂ ਡੈਂਕ ਤੇ ਇਕੱਲਿਆਂ ਨਾ ਛੱਡੋ। ਫਰਨੀਚਰ ਜਾਂ ਪੌਦਿਆਂ ਦੇ ਗਮਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖ ਦਿਓ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਡਿੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਖਿੜਕੀਆਂ ਖੋਲ੍ਹੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇੜੇ ਖੇਡਣ ਦੇ ਝਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰੋ ਖਾਸਕਰ ਘਰ ਦੀਆਂ ਉੱਪਰਲੀਆਂ ਮੰਜ਼ਲਾਂ ਤੇ।



Tips to make your home more secure for children and prevent devastating falls - Punjabi  
[fraserhealth.ca/WindowSafety](http://fraserhealth.ca/WindowSafety)



Catalogue #268100 (June 2023)

