1. ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਹਾਇਤਾ

ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਸ ਸਮੇਂ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਦ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਅੰਨ੍ਹੇਪਣ ਜਾਂ ਘੱਟ ਨਜ਼ਰ ਦੀ ਤਸ਼ਖ਼ੀਸ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਹਾਇਤਾ ਵਰਕਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਗਰੈਜੂਏਟ-ਪੱਧਰ ਦੇ ਸਮਾਜਕ ਕਾਰਜ-ਕਰਤਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਵਿਕਾਰ ਦੇ ਅਸਰ ਬਾਬਤ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸਿਖਲਾਈ ਮਿਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਹਾਇਤਾ ਵਰਕਰ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਤਸ਼ਖ਼ੀਸ ਦੀਆਂ ਉਲਝਣਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਜ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਫੈਸਲੇ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

2. ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਵਿਕਾਰ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਵਾਸਤੇ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਵਾਸਤੇ ਛੋਹ, ਸੁਣਨਾ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਬਚੀ ਜਾਂ ਰਹਿੰਦੀ-ਖੂੰਹਦੀ ਨਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਬੇਹੱਦ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਵਿਕਾਰ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਸਰਵੋਤਮ ਯੋਗਤਾ ਤੱਕ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ, ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਅੰਨ੍ਹੇਪਣ/ਘੱਟ ਨਜ਼ਰ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਲਾਹਕਾਰ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ

- ਇਰਾਦਤਨ ਹਿੱਲਜੁੱਲ (ਦਿਸ਼ਾਮਾਨ ਅਤੇ ਚੱਲਣ-ਫਿਰਨ ਯੋਗਤਾ)
- ਮੋਟਰ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਪਲਟੀ ਮਾਰਨਾ, ਵਸਤੂਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ, ਰਿੜ੍ਹਨਾ, ਚੱਲਣਾ, ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਅਤੇ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ)
- ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਬਸਰ ਕਰਨ ਦੇ ਹੁਨਰ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ, ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣਾ, ਟੋਆਇਲਟ ਜਾਣਾ)
- ਸਿਧਾਂਤਕ ਵਿਕਾਸ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਵਸਤੂ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਕਾਰਜ, ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ)
- ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ
- ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ ਦਾ ਵਿਕਾਸ
- ਬਚੀ ਹੋਈ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਹਾ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਹੈ
- ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ

3. ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜਦ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਜਾਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਿੱਖਿਆ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ ਦਾਖ਼ਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਬਲਾਈਂਡ – ਲੋਅ ਵਿਜ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਅਮਲਾ ਉਸ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਚਪਨ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੜ੍ਹਾਉਣਾ ਕਿਵੇਂ ਹੈ।

ਖੇਤਰੀ ਬਲਾਈਂਡ - ਲੋਅ ਵਿਜ਼ਨ ਅਰਲੀ ਇੰਟਰਵੈਨਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਓਨਟੈਰੀਓ ਦਾ ਬਲਾਈਂਡ – ਲੋਅ ਵਿਜ਼ਨ ਅਰਲੀ ਇੰਟਰਵੈਨਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਖੇਤਰੀ ਦਫਤਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ:

Windsor-Essex and Kent-Chatham
contact "Talk 2 Me"
(519) 252-0636
www.connectwithus.ca

Southwest Region
Elgin-St. Thomas, Grey Bruce Owen Sound, Huron, Lambton, Middlesex-London, Oxford, Perth
(519) 663-0273 or 1-877-818-8255

Central South Region
Hamilton, Niagara, Brant and Haldimand-Norfolk
(905) 385-7927 ext. 228 or
1-866-826-4327 ext. 228
www.earlywords.ca

Central West
Halton, Peel, Waterloo and Wellington-Dufferin contact Erinoak
(905) 855-3557 or 1-877-374-6625
TTY 905-855-4925
www.erinoakkids.ca

Toronto
Toronto Preschool Speech and Language Services
416-338-8255
TTY 416-338-0025
www.tpsls.on.ca

Simcoe County and Muskoka-Parry Sound
Children's Development Services
(705) 739-5696
or 1-800-675-1979

Tri-Region
York Region, Durham Region, Peterborough, Northumberland, Haliburton Counties and City of Kawartha Lakes
1-888-703-5437
www.childdevelopmentprograms.ca

Southeastern Region
Kingston and counties of Frontenac, Lennox & Addington, Leeds, Grenville, Lanark, Hastings and Prince Edward Counties
(613) 549-1232 ext. 1145
or 1-800-267-7875 ext. 1145
TTY (613) 549-7692
or 1-866-299-1136
www.kflapublichealth.ca

Ottawa
Ottawa, Renfrew County and District and Eastern Ontario contact "FirstWords"
(613) 688-3979 or 1-866-432-7447
TTY 613-820-7427
www.pqhcs.com

Northeast region
Manitoulin-Sudbury, Algoma, Cochrane and Nipissing-Timiskaming contact "Wordplay Jeux de Mots"
(705) 522-6655
1-877-522-6655

Thunder Bay
Children's Centre Thunder Bay
(807) 343-5000
1-866-343-5020 ext. 5018
www.childrenscentre.ca

Northwest Region
Kenora Rainy River
Northwestern Health Unit
1-877-553-7122
www.nwhu.on.ca

To order by phone:
1-800-668-9938
TTY: 1-800-268-7095

Or visit:
www.serviceontario.ca/publications
Publication # 019654

Learn more: www.ontario.ca/children

Nov/2014 © Queen's Printer for Ontario

PUNJABI

ਬਲਾਈਂਡ – ਲੋਅ ਵਿਜ਼ਨ ਅਰਲੀ ਇੰਟਰਵੈਨਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ
(Blind – Low Vision Early Intervention Program)

ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜੋ ਅੰਨ੍ਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਘੱਟ ਹੈ

Ontario

ਓਨਟੈਰੀਓ ਦਾ ਬਲਾਈਂਡ – ਲੋਅ ਵਿਜ਼ਨ ਅਰਲੀ ਇੰਟਰਵੈਨਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Blind – Low Vision Early Intervention Program) ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੰਭਵ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇਣ ਲਈ ਵਿਉਂਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਅੰਨ੍ਹੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਲੈਕੇ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੀਕਿਰਤ ਪਰਿਵਾਰ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੂਬੇ ਵੱਲੋਂ ਫ਼ੰਡ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਜਨਮ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਗਰੇਡ 1 ਤੱਕ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਮਾਪਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰ ਸਕਣ। ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਉਹ ਮੁਹਾਰਤਾਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਖੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਸਥਾਪਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਬਿਨਾਂ, ਅੰਨ੍ਹੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਣ, ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦ ਉਹ ਸਕੂਲ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਦਾ/ਦੀ ਹੈ। ਅੰਨ੍ਹੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ
- ਸੂਖਮ ਅਤੇ ਮੋਟੇ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਮੋਟਰ ਮੁਹਾਰਤਾਂ
- ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ
- ਸਮਾਜਕ ਮੁਹਾਰਤਾਂ
- ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ
- ਸਵੈ ਮਦਦ

ਹੁਨਰਮੰਦ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਕੋਲੋਂ ਸਹੀ ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਦੇ ਨਾਲ, ਮਾਪੇ ਇਹ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਮੁਹਾਰਤਾਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜਦ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅੰਨ੍ਹੇਪਣ ਜਾਂ ਘੱਟ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੀ ਤਸ਼ਖ਼ੀਸ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਡਾਕਟਰ, ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ, ਔਪਟੋਮੀਟਰਿਸਟ (optometrist), ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਦੁਆਰਾ ਸਥਾਨਕ ਬਲਾਈਂਡ – ਲੋਅ ਵਿਜ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Blind – Low Vision Program) ਕੋਲ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਇਸ ਬਰੌਸ਼ਰ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਦੇਖੋ।

ਬਲਾਈਂਡ-ਲੋਅ ਵਿਜ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤਿੰਨ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ:

1. ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਹਾਇਤਾ
2. ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਸੇਵਾਵਾਂ
3. ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਇਹ ਵਿਕਾਸ ਸਬੰਧੀ ਮੀਲ-ਪੱਥਰ, ਉਹਨਾਂ ਮੀਲ-ਪੱਥਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਨੂੰ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਦ ਉਹ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਦੇਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬਾਲ ਇਹਨਾਂ ਮੀਲ-ਪੱਥਰਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸ਼ੰਕੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਜੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸ਼ੰਕੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਡੀਕ ਨਾ ਕਰੋ। ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਓਨੀ ਹੀ ਜਲਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਹ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸਦੀ ਉਸਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਕਾਸ ਵਾਸਤੇ ਸਰਵੋਤਮ ਮੌਕੇ ਲਈ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਵਿਕਾਸ ਸਬੰਧੀ ਮੀਲ-ਪੱਥਰ

6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ

- ਜਦ ਜਾਗਦਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵੱਲ ਟਿਕਟਿਕੀ ਲਗਾਕੇ ਦੇਖਦਾ ਹੈ
- ਤੇਜ਼ ਰੋਸ਼ਨੀਆਂ/ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਦੇਖਦਾ ਹੈ
- ਰੋਸ਼ਨੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਵਜੋਂ ਪਲਕਾਂ ਝਪਕਦਾ ਹੈ
- ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਸਿਰ ਇਕੱਠੇ ਹਰਕਤ ਕਰਦੇ ਹਨ

3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ

- ਅੱਖਾਂ ਇੱਕ ਵਸਤੂ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਵਸਤੂ ਤੱਕ ਝਾਤ ਮਾਰਦੀਆਂ ਹਨ
- ਅੱਖਾਂ ਕਿਸੇ ਚੱਲ ਰਹੀ ਵਸਤੂ/ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ
- ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਦੇ ਚੇਹਰੇ 'ਤੇ ਟਿਕਟਿਕੀ ਲਗਾਕੇ ਦੇਖਦਾ ਹੈ
- ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ

6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ

- ਅੱਖਾਂ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰਕਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ
- ਅੱਖਾਂ ਧੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰਕਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ
- ਵਸਤੂਆਂ 'ਤੇ ਝਪਟਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਵਧੇਰੇ ਦੂਰ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਮੁਸਕਰਾਉਂਦਾ ਅਤੇ ਹੱਸਦਾ ਹੈ ਜਦ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦੇ ਜਾਂ ਹੱਸਦੇ ਦੇਖਦਾ ਹੈ

12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ

- ਜਦ ਵਸਤੂਆਂ ਨੱਕ ਦੇ ਕੋਲ ਨੂੰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਅੱਖਾਂ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਮੁੜ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ
- ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਿਚਲੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਲੰਬੀਆਂ ਸਮਾਂ-ਮਿਆਦਾਂ ਵਾਸਤੇ ਦੇਖਦਾ ਹੈ
- ਡੇਗੇ ਹੋਏ ਖਿਡੌਣੇ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨਾਲ ਵਸਤੂਆਂ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਪਸੰਦੀਦਾ ਖਿਡੌਣੇ ਵੱਲ ਰੀਂਗਦਾ ਹੈ

2 ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ

- ਨਜ਼ਰ ਦੇ ਨਾਲ ਵਸਤੂਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਕੜਨ ਲਈ ਸੇਧ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
- ਕਿਸੇ ਕਿਤਾਬ ਵਿੱਚ ਸਰਲ ਤਸਵੀਰਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰਦਾ ਹੈ
- ਵਸਤੂਆਂ ਜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਕਿਤਾਬਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵੱਲ ਸੰਕੇਤ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਪੈਦਲ ਚੱਲਦੇ ਜਾਂ ਉੱਪਰ ਚੜ੍ਹਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇਖਦਾ/ਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿੱਧਰ ਜਾ ਰਿਹਾ ਜਾਂ ਰਹੀ ਹੈ

ਜਦ ਬਾਲਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਮਜ਼ਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ:

6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ

- ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਦੇਖਣਾ ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕਦੇ ਹੋ
- ਚਮਕੀਲੇ ਰੰਗਾਂ ਵਾਲੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਵੱਲ ਦੇਖਣਾ
- ਪਰਾਵਰਤਿਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਦੇਖਣਾ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ਼ੀਸ਼ੇ)
- ਸਰਲ ਕਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਸਫੈਦ ਸ਼ਕਲਾਂ ਵਾਲੇ ਮੋਬਾਈਲਾਂ ਨੂੰ ਗਹੁ ਨਾਲ ਦੇਖਣਾ
- ਚੱਲ ਰਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਗਹੁ ਨਾਲ ਦੇਖਣਾ

3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ

- ਤੁਹਾਡੇ ਚਿਹਰੇ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕਰਨਾ
- ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੇ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨੂੰ ਗਹੁ ਨਾਲ ਦੇਖਣਾ
- ਆਪਣੇ ਪੰਘੂੜਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਟਕ ਰਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੱਲ ਦੇਖਣਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣਾ
- ਚਮਕੀਲੇ ਰੰਗਾਂ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪ ਵੰਨਗੀਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਦਾ ਹੈ
- ਆਪਣੇ ਕਮਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਾਤ ਨੂੰ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ

6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ

- ਕਿਸੇ ਸ਼ੀਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਅਕਸ ਵੱਲ ਦੇਖਣਾ
- ਦੋ ਪਸੰਦੀਦਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਅੱਗੇ ਅਤੇ ਪਿੱਛੇ ਦੇਖਣਾ
- ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਵਿਭਿੰਨ ਸਥਿਤੀਆਂ ਤੋਂ ਦੇਖਣਾ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਉੱਚੀ ਕੁਰਸੀ, ਫਰਸ਼, ਹੋਰ ਫਰਨੀਚਰ)
- ਉਹ ਖਿਡੌਣੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਵੰਨਗੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਖਿਡੌਣੇ ਜੋ ਹਰਕਤ ਕਰਦੇ ਹਨ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, “ਜੈਕ ਇਨ ਦਾ ਬਾਕਸ”)
- “ਪੀਕ-ਆ-ਬੂ” ਗੇਮਾਂ ਖੇਡਣਾ

12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ

- ਡੱਬਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਉਣਾ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣਾ (ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ)
- ਵਿਭਿੰਨ ਆਕਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਇੱਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਸਟੈਕਿੰਗ ਰਿੰਗਜ਼, ਨੈਸਟਿੰਗ ਕੱਪ, ਬਲਾਕ)
- ਮੋਟੇ ਗੱਤੇ ਦੇ ਪੰਨਿਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਬੋਰਡ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਸਰਲ ਰੰਗਦਾਰ ਤਸਵੀਰਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰਨੀ
- ਖਿਡੌਣਿਆਂ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਕਰਨ ਲਈ ਬਟਨਾਂ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣਾ ਜਾਂ ਚਾਬੀਆਂ ਘੁੰਮਾਉਣਾ
- ਕਿਸੇ ਖਿੜਕੀ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਗਹੁ ਨਾਲ ਦੇਖਣਾ

2 ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ

- ਸਰਲ ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਵਸਤੂਆਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨਾ
- ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਫੋਟੋਗਰਾਫ ਦੇਖਣਾ
- ਸਰਲ ਬੋਰਡ ਪਹੇਲੀਆਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣਾ
- ਖੇਡਣ ਲਈ ਅਤੇ ਟਾਵਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਬਲਾਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
- ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਗਹੁ ਨਾਲ ਦੇਖਣ ਲਈ ਬਾਹਰ ਸਟੋਰ, ਪਾਰਕ, ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਵੱਲ ਚੱਕਰ ਲਾਉਣੇ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਕਿਸੇ ਸਮੱਸਿਆ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਕਈ ਵਾਰੀ ਲੰਬੀ-ਮਿਆਦ ਦੀਆਂ ਉਲਝਣਾਂ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਖਤਮ ਜਾਂ ਘੱਟ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਤੁਰੰਤ ਗੱਲ ਕਰੋ:

- ਸੁੱਜੀਆਂ ਜਾਂ ਪੇਪੜੀਦਾਰ ਪਲਕਾਂ
- ਪਲਕਾਂ ਦੇ ਉੱਤੇ ਜਾਂ ਇਰਦ-ਗਿਰਦ ਗੰਢਾਂ, ਫੋੜੇ ਜਾਂ ਗੁਹਾਰਨੀ
- ਲਟਕਦੀਆਂ ਪਲਕਾਂ
- ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅੱਖ ਨਹੀਂ ਮਿਲਾਉਂਦਾ
- ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦੇਖਦਾ ਜਾਂ ਪਿੱਛਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ
- ਪੁਤਲੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਧੁੰਦਲਾਪਣ ਜਾਂ ਸਫੈਦ ਦਿੱਖ
- ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਬਾਰ-ਬਾਰ “ਘੁੰਮਾਉਣਾ” “ਫੇਰਨਾ” ਜਾਂ “ਝਟਕੇਦਾਰ” ਹਰਕਤਾਂ
  ਅੱਖਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਬੇ-ਮੇਲਤਾ (ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਪਲਟਣਾ ਜਾਂ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਕਰਾਸ ਕਰਨਾ)
- ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਤਾਲਮੇਲ-ਯੁਕਤ ਹਰਕਤਾਂ ਦੀ ਕਮੀ
- ਵਸਤੂਆਂ ਵੱਲ ਦੇਖਦੇ ਸਮੇਂ ਇੱਕ ਅੱਖ ਦਾ ਖਿਸਕ ਜਾਣਾ
- ਵਸਤੂਆਂ ਵੱਲ ਦੇਖਦੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਨੂੰ ਘੁੰਮਾਉਣਾ ਜਾਂ ਟੇਢਾ ਕਰਨਾ
- ਵਸਤੂਆਂ ਵੱਲ ਦੇਖਦੇ ਸਮੇਂ ਟੀਰਾ ਝਾਕਣਾ, ਇੱਕ ਅੱਖ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਢਕ ਲੈਣਾ
- ਨਾ ਰੋਂਦੇ ਸਮੇਂ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਹੰਝੂ ਨਿਕਲਣੇ
- ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਪਲਕਾਂ ਝਪਕਣਾ ਜਾਂ ਟੀਰ ਕੱਢਣਾ
- ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਰਗੜਨਾ ਜਾਂ ਛੂਹਣਾ
- ਚਮਕਦਾਰ ਰੋਸ਼ਨੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ