

ائے نشو و نمائی تاخیر

کی معلوماتی شیٹ

5
فیصد
10
سے

کینیڈا میں نشو و نمائی تاخیر کا سامنا کرنے والے بچے شاذ و نادر نہیں ہیں، تقریباً 5-10 فیصد بچوں کو کسی نہ کسی قسم کی نشو و نمائی تاخیر کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔



نشو و نمائی تاخیر کیا ہے / اس کی تعریف

نشو و نما میں تاخیر اس وقت ہوتی ہے جب ایک بچہ متوقع عمر کی حد میں رینگنا، چلنا اور بات کرنے جیسے نشو و نمائی سنگ میل تک نہیں پہنچ پاتا ہے۔

نشائیاں/علامات



بچوں میں نشو و نمائی تاخیر مختلف ہوتی ہے اور اس میں شامل ہو سکتی ہیں:

بول چال اور زبان میں تاخیر: بات کرنے، سمجھنے، یا الفاظ کا استعمال کرنے میں دشواری۔

حرکاتی مہارت میں تاخیر: رینگنے، چلنے، یا چمچ پکڑنے جیسی سرگرمیوں کے لئے ہاتھوں کا استعمال کرنے میں دشواریاں۔



ادراکی تاخیر: سوچنے، سمجھنے، یا مسئلہ حل کرنے میں دشواری۔



سماجی، جذباتی، اور طرز عمل کے مسائل: دوسرے بچوں کے ساتھ کھیلنے، جذبات کا اشتراک یا انہیں منظم کرنے میں دشواری۔



یہ نوٹ کرنا ضروری ہے کہ تمام بچے مختلف رفتار سے نشو و نما پاتے ہیں اور معمول کی تاخیر ہو سکتی ہے۔ تاہم، اگر آپ کا بچہ ان شعبوں میں سنگ میل حاصل کرنے میں مسلسل پیچھے ہے تو، نشو و نمائی تاخیر ہو سکتی ہے۔

کیا کیا جائے / کس سے بات کی جائے

اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کے بچے کی نشو و نمائی تاخیر ہے: تو کچھ اقدامات ہیں جو آپ اٹھا سکتی / سکتے ہیں:



اپنے بچے کے اسکول سے رابطہ کریں: اپنے خدشات کے بارے میں اساتذہ، اسکول کے مشیروں، یا خصوصی تعلیم کے کوآرڈینیٹرز سے بات کریں۔ وہ آپ کے بچے کی بہتر مدد کرنے کے لئے اسکول میں معاونت فراہم کر سکتے ہیں۔

اپنے خاندانی ڈاکٹر سے بات کریں: اگر آپ کی خاندانی ڈاکٹر تک رسائی ہو سکتی ہے، تو وہ آپ کے خدشات کے بارے میں رہنمائی فراہم کر سکتا ہے اور آپ کے بچے کی تشخیص میں مدد کے لئے آپ کو ماہرین کے پاس بھیجا سکتا ہے۔



واک ان کلینک جائیں: کلینک اور علاقائی مراکز صحت واک ان تشخیص اور حوالہ جات کے لئے دستیاب ہو سکتے ہیں جب آپ کی خاندانی معالج سے ملاقات آسانی سے نہیں ہو پاتی۔

ابتدائی مداخلت کے پروگرام تلاش کریں: آنٹییریو بچوں کی نشو و نما میں مدد کے پروگرام پیش کرتا ہے۔ بچوں کی نشو و نما کی خدمات اور پروگراموں کے بارے میں مزید معلومات کے لئے ٹورانٹو پبلک ہیلتھ (TPH) یونٹ سے رابطہ کریں۔ اسکول پر مبنی وسائل کے بارے میں معلومات کے لئے آپ ٹورانٹو ڈسٹرکٹ اسکول بورڈ (TDSB) سے رابطہ کر سکتی / سکتے ہیں۔ ایٹوبیکو (Etobicoke) کے اطراف میں آنٹییریو ارلی ایئرز سینٹرز (Ontario Early Years Centers) بھی آپ کے بچے کی نشو و نما میں معاونت کے پروگرام اور وسائل پیش کرتے ہیں۔





ساتھی والدین کے ساتھ رابطہ کریں:
معاونتی گروپوں اور والدین کے آن لائن نیٹ ورکس / فورمز کی تلاش، اسی طرح کے تجربات سے گزرنے والے دوسرے والدین کے ساتھ بات کرنے کے قابل ہونے اور مددگار سفارشات اور تجاویز حاصل کرنے کا ایک طریقہ ہے۔

اپنے بچے کے ساتھ جڑے رہیں: اپنے بچے کی نشو و نما میں مدد کرنے کے لئے آپ چھوٹی چھوٹی چیزیں کر سکتی / سکتے ہیں: اپنے بچے کے ساتھ تفریحی سرگرمیوں اور کھیلوں میں شامل رہیں۔ اپنے بچے کا روزانہ کا ایک طے شدہ معمول تیار کرنے میں مدد سے ایک ترتیب فراہم کرنے میں مدد مل سکتی ہے جو ان کی نشو و نما میں مدد دے سکتی ہے۔



ہر بچہ اپنے سفر میں، مشکلات کا سامنا کرے گا، لیکن وہ آپ کی مدد اور صحیح وسائل کے ساتھ ان کا انتظام کرنا سیکھ سکتا ہے۔

اضافی معلومات کے لئے کہاں جایا جائے

• لومینس کی ذہنی صحت، نشو و نما اور علاقائی خدمات (Lumenus Mental Health, Developmental & Community Services)

◦ www.lumenus.ca

- ٹورانٹو کے علاقے میں ایک مرکز جو ذہنی تندرستی، بچوں کی نشو و نما، آٹزم اور ابتدائی سالوں کی مداخلت پر توجہ مرکوز کرنے والے بچوں اور خاندانوں کو معاون دیکھ بھال فراہم کرتا ہے۔ مرکز میں ترجمہ کی خدمات بھی دستیاب ہیں۔

• آباؤ کڈز ہیلتھ ویب سائٹ (AboutKidsHealth Website)

◦ www.aboutkidshealth.ca

- یہ ویب سائٹ ہاسپٹل فار سک چلڈرن (Hospital for Sick Children) کی جانب سے ترتیب دی گئی ہے اور والدین، نوعمر اور بچوں کے لئے مفید معلومات پیش کرتی ہے۔ یہ معلومات متعدد زبانوں میں بھی دستیاب ہیں۔

• لک سی چیک لسٹ (Looksee Checklist)

◦ <https://lookseechecklist.com/en/learn-more>

- ایک ایسا وسیلہ جو مفت چیک لسٹ پیش کرتا ہے جو آپ کو بچوں کی نشو و نما اور نشو و نمائی سنگ میل کا بہتر اندازہ حاصل کرنے میں مدد کرسکتی ہے۔

• ارلی ایئرز چیک ان کا سوالنامہ (Early Years Check-In Questionnaire)

◦ <https://eyci.healthhq.ca/en>

- ایک ایسا ذریعہ جو والدین کی اپنے بچے کی نشو و نما کے بارے میں خدشات کی نشاندہی کرنے میں مدد کرتا ہے۔

• ایٹوبیکو برائٹر فیوچرز کولیشن (Etobicoke Brighter Futures Coalition) (EBFC)

◦ <https://www.ebfc.ca/resources-for-families>

- ایٹوبیکو میں علاقائی ایجنسیوں کا ایک گروپ جو مفت پروگرام اور وسائل فراہم کرتا ہے جو بچوں کی نشو و نما اور خاندانوں کی فلاح و بہبود میں مدد کر سکتے ہیں۔

• ریکسڈیل ویمن سینٹر (Rexdale Women's Centre)

◦ <https://www.rexdalewomen.org/index.php?cat=programs&content=parenting-support>

- ایک تنظیم جو رو بہ رو ملاقات، انعکاسی ملاقات اور ملی جلی طرز کی خدمات پیش کرتی ہے۔ جو ایٹوبیکو کے خطے میں والدین اور خاندانوں کی مدد کرتی ہے۔

• آباؤ کڈز ہیلتھ ویب سائٹ (AboutKidsHealth Website)

- یہ ویب سائٹ ہاسپٹل فار سک چلڈرن (Hospital for Sick Children) کی جانب سے ترتیب دی گئی ہے اور والدین، نوعمر اور بچوں کے لئے مفید معلومات پیش کرتی ہے۔ یہ معلومات متعدد زبانوں میں بھی دستیاب ہیں۔
- اس ویب پیج میں 03 سال کی عمر کے بچوں میں بولنے اور زبان کی نشو و نما کے بارے میں والدین کے لئے معلومات موجود ہے
<https://www.aboutkidshealth.ca/Article?contentid=732&language=English>
- اس ویب پیج میں والدین کے لئے ان چیزوں کے بارے میں معلومات موجود ہیں جو آپ کے بچے کی بصری حرکاتی مہارتوں پر نظر رکھنے کے لئے ہیں جیسے پنسل پکڑنا یا تحریری مواد اسکین کرنا
<https://www.aboutkidshealth.ca/Article?contentid=1880&language=English>

• پلے اینڈ لرن (کھیلنا اور سیکھنا)

- <https://playandlearn.healthhq.ca/en>
- پلے اینڈ لرن (کھیلنا اور سیکھنا) کی ویب سائٹ تفریحی کھیل اور سرگرمیاں فراہم کرتی ہے جو بچے کی نشو و نما میں مدد کرسکتی ہیں۔

• ٹورانٹو سینٹرل ہیلتھ لائن ویب سائٹ (Toronto Central Healthline Website)

- <https://www.torontocentralhealthline.ca>
- ایک ایسا وسیلہ جو والدین کے لئے مفت یا سستے، ہم عمر کے معاونتی گروپس، کلاسوں اور تعلیمی مواقع کی فہرست دیتا ہے۔ "ایٹوبیکو" اور "آپ کی صحت - بچے اور پرورش" ("Your Health - Children and Etobicoke" and "Parenting") کے تحت تلاش کریں۔

• LAMP کمیونٹی صحت کا مرکز

- <http://www.lampchc.org>
- ایک متعدد خدمتوں والا مرکز جو صحت اور کمیونٹیکے وسیع شعبے کی خدمات فراہم کرتا ہے اور دوسری
<https://lampchc.org/programs-services/community-health-/programs/ask-community-information/newcomer-services>
- ASK! کمیونٹی معلومات پروگرام - بسوسیلہ مشاورین نئے افراد کو مختلف کمیونٹی خدمات کی طرف راہنمائی اور حوالہ دے سکتے ہیں۔

• ایٹوبائیکو واک ان کلینک | <http://etobicokewalkin.ca>