

اپنے بچوں کے ماحول میں تنوع، مساوات، شمولیت، اور  
**DIVERSITY, EQUITY, INCLUSION, (** رسانی  
**AND ACCESSIBILITY, DEIA)** آئیڈیاز شامل کرنا



**Office of Children  
 and Family Services**

- نگہداشت اطفال کے پروگراموں کو پروگرام کے منصوبے تیار کرتے وقت اور پروگرام کے مواد کی خریداری کرتے وقت تنوع، مساوات، شمولیت اور رسائی کے بہترین طریقوں کو باضابطہ طور پر شامل کرنا چاہیے۔
- ان مواد کو تیار کرنے کے عمل میں تمام عملہ (اور عمر/ترقی کے لحاظ سے موزوں بچوں) کا شامل ہونا ضروری ہے۔
- ان اشیاء کو عملہ کی میٹنگ میں شامل تمام افراد (اور/یا بڑے بچوں کے ساتھ) کے ساتھ بنانے پر غور کریں، پھر ان کو محفوظ رکھنے اور ہر ایک کے لیے دستیاب کرانے پر غور کریں تاکہ انہیں روٹیٹ اور شیئر کیا جا سکے۔
- عملہ کو اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ بچوں کو ان کے اختلافات کی وجہ سے الگ نہ کریں اور/یا بچوں کے بارے میں دقیانوسی تصورات نہ کریں۔
- یہ سبھی کو شامل مکمل فہرست نہیں ہے۔
- تمام ریاستی ضوابط کے تقاضے قابل اطلاق رہتے ہیں۔

### سرگرمیاں موسیقی/رقص



- ◀ مختلف زبانوں میں گانے/لوریاں سنیں۔
- ◀ والدین/سرپرستوں سے ان کی ثقافتوں کی لولیاں سنانے کو کہیں۔
- ◀ انٹرنیٹ پر مختلف ثقافتوں کی لوریاں تلاش کریں۔
- ◀ مختلف ثقافتوں کی موسیقی کے ساتھ رقص کو بھی متعارف کروائیں۔
- ❖ متنوع ہاتھ کی کٹھ پتلیاں شامل کریں۔
- ❖ رنگ بھرنے کی وہ سرگرمیاں شامل کریں جو مختلف ثقافتوں، خاندانی حرکیات اور ظاہری شکلوں کے نمائندگی کرتی ہوں۔
- ❖ نئی زبان سیکھیں۔ نگہداشت فراہم کنندگان بچوں اور ان کے اہل خانہ کی بولی جانے والی زبانوں کو سیکھنے کو فروغ دے سکتے ہیں۔ وہ مختلف ملکوں میں بولی جانے والی زبانیں بھی سیکھ سکتے ہیں۔ یہ عمل بچوں کے ساتھ کیا جا سکتا ہے۔
- ❖ گیمز کھیلیں! مختلف ثقافتوں کی گیمز کھیلیں۔ اہل خانہ سے پوچھیں کہ وہ بڑے ہونے کے بعد کون سے کھیل کھیلتے تھے۔

### کھانے اور چائے ناشتہ کے اوقات

- ◀ متنوع مینو فراہم کریں (بچوں کی الرجی کو مدنظر رکھتے ہوئے والدین/سرپرستوں کی طرف سے پہلے سے منظور شدہ عمر کے مطابق کھانا)۔ متنوع کھانے پیش کرنے کے لیے صرف ایک "مخصوص دن" کا لیبل لگانے سے گریز کریں تاکہ متنوع کھانے پیش کرنا ایک عام عمل بن جائے۔
- ◀ والدین/سرپرستوں سے ان کھانوں کے بارے میں پوچھیں جو ان کا بچہ عام طور پر کھاتا ہے۔

### ماحول

- ◀ متنوع ثقافتوں، صنفوں، خاندانی حرکیات، اور مختلف صلاحیتوں کے مسکراتے بچوں کی لیمینیٹڈ تصویریں جنہیں اندر اور باہر روٹیٹ کیا جا سکتا ہے۔
- ◀ متنوع ثقافتوں، صنفوں، خاندانی حرکیات اور مختلف صلاحیتوں کے لوگوں کی نمائندگی کرنے والی کتابیں۔ آپ کی مقامی لائبریری کا لائبریرین ایک مفید ذریعہ ہو سکتا ہے۔
- ◀ ڈے کیئر ماحول میں مختلف ثقافتوں کے لوگوں کی موجودگی کو شامل کریں (صحت اور حفاظتی احتیاطی تدابیر کو مدنظر رکھتے ہوئے)۔
- ❖ والدین/خاندان کے اراکین کو سرگرمیوں میں شرکت کے لیے مدعو کریں جیسے کہ کہانی کا وقت؛ فنون اور دستکاری؛ رقص/ورزش وغیرہ
- ❖ سالانہ/دو سالہ/ریگولر تقریبات منعقد کریں جن میں والدین/سرپرستوں (یقیناً مدعو کیے گئے بچوں) کے درمیان بات چیت کی ترغیب دیں۔ بچوں کے لیے یہ بات مفید ہے کہ وہ اپنے والدین/سرپرستوں کو مختلف پس منظر کے لوگوں کے ساتھ بات چیت کرتے ہوئے دیکھیں۔ نقالی سیکھنے کا ایک بڑا حصہ ہے اور شمولیت جلدی شروع ہو جاتی ہے۔

❖ ورجوئل پریزنٹیشنز دینے کے لیے پروگرام کے باہر سے متنوع پس منظر کے لوگوں سے ان کا تعارف کروائیں۔

## انتظامیہ/اندراج

- والدین/سرپرستوں سے پوچھیں کہ یہ پروگرام ان کے بچوں کی تعلیم اور نشوونما میں کس طرح مفید ہو سکتا ہے۔ والدین/سرپرستوں سے ان کے عقائد/اقدار کے بارے میں معلومات حاصل کریں۔ والدین/سرپرستوں کی باتیں مستعدی سے سنیں اور عملہ کے ساتھ معلومات کا اشتراک کریں کہ خاندانوں کے تنوع کو بہترین طریقے سے کیسے شامل کیا جائے۔
- متنوع عملہ کی خدمات حاصل کرنے کی حوصلہ افزائی کریں۔
- عملہ کی تربیت میں DEIA پر مبنی اقدامات کو شامل کریں تاکہ یہ یقینی بنایا جا سکے کہ وہ پورے پروگرام میں شامل ہیں۔

## شیر خوار بچوں کے کمرے کے سامان کی فہرست

- ذیل میں بچوں کے پروگراموں کے لیے سامان اور وسائل کی تجویز کردہ فہرست ہے۔
- یہ سبھی کو شامل مکمل فہرست نہیں ہے۔
- تمام ریاستی ضوابط کے تقاضے قابل اطلاق رہتے ہیں۔
- براہ کرم یقینی بنائیں کہ تمام سامان اور مواد ان کے استعمال کرنے والے عمر کے گروپ کے لیے موزوں ہوں۔
- مواد خریدتے وقت DEIA پر غور کریں۔

## عام

کیمرہ	دنیا بھر کے لوگوں، مقامات، عمارتوں، خاندانوں، رسوم و رواج وغیرہ کی تصاویر/پوسٹر
بچوں کے کوٹ اور ذاتی سامان کے لیے کیویز یا اسٹوریج ایریا	پلیکسی گلاس
چمکدار بنیادی رنگوں میں بڑے نان ٹاکسک کریون	چھوٹے آبجیکٹ ٹیسٹر (یا ٹوائلٹ پیپر ٹیوب)
کنٹر اسٹ پیٹرن والے موبائل/نیچر موبائل (بچے سے "14" سے زیادہ نہیں ہونا چاہیے - چوڑائی میں 6 سے "18" کے درمیان - موسیقی بھی ہو سکتی ہے)	ٹاپس (صاف) کے ساتھ اسٹوریج کے ڈبے (اسٹوریج وال یونٹ اور کھلونوں کے لیے)
کھلی الماریاں	حسی اشیاء (مثال کے طور پر شور منسوخ کرنے والے آلات، فجیٹ کھلونے)

## آرام دہ علاقہ (خاموشی کے اوقات اور نہ چلنے والے)

قالین	نیسٹ پول
باؤنسی سیٹیں	پاپ اپ موسیقی باکسز
چٹائیاں	ریکارڈنگ ڈیوائس/میوزک ڈیوائس (مثال کے طور پر، سی ڈی پلیئر، ٹیلیٹ)
موسیقی کی قسم - کلاسیکی، جاز، ثقافتی	کچھ تجویز کردہ موسیقی: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ بیبی بیلوگا</li> <li>▪ کلاسیکی اپنے بچے کے دماغ کو مضبوط بنائیں</li> <li>▪ کلاسیکی سویٹ ڈریمز</li> <li>▪ تھمبکن کہاں ہے</li> <li>▪ ڈے ڈریمز</li> <li>▪ EC گانے</li> </ul>

## کھانے کا علاقہ

ببس	اونچی/انچلی کرسیاں
بوٹل گرم کرنے والا	اسپرے کی بوتلیں
ریفریجریٹر	واش کلاتھ/وائپس

## ڈائپرنگ ایریا

سطح کو تبدیل کرنا	ڈائپر کو پھینکنا
واش کلاتھ/وائپس	اسپرے کی بوتلیں

## کتابیں

لیمینیٹ کردہ تصویروں کے ساتھ ڈش پین	پوسٹرز
سخت صفحہ والی کتاب (متعدد کتابیں/بچہ)	دھوئی جا سکنے والی کتابیں
لیمینیٹ کردہ تصاویر	دھوئی جا سکنے والی کٹھ پتلیاں
نان ٹاکسک پودے (گندگی بچوں کے سامنے نہیں آنی چاہیے)	

## سونے کا علاقہ

پالکی	جیبر پیڈ کے ساتھ اڈلٹ راکر (صرف بالغوں کے استعمال کے لیے)
-------	---

## گڑیا

گڑیا نرم یا چیتھڑے والی گڑیا، ڈیزائن میں سادہ اور چہرے کی خصوصیات پر مشتمل ہونی چاہیے۔ چہرے کی خصوصیات کو بغیر کسی حرکت پذیر آنکھوں کے (بال سمیت) پینٹ یا مولڈ کیا جانا چاہیے۔ سالم جسم جس کے حرکت پذیر اعضاء نہ ہوں۔ ان کے پاس کوئی لوازمات یا الگ کرنے کے قابل پرزے یا کپڑے نہیں ہونے چاہئیں، جن کی لمبائی 8 سے 13 انچ ہو۔ ان کے چہرے کی خصوصیات بہت متضاد ہونی چاہئیں۔ گڑیا میں شیکرز/ریٹلرز ہو سکتے ہیں، اور وہ دھونے کے قابل ہونی چاہیے۔
مرد، عورت، صنفی غیر جانبدار، معذور، متنوع نسلیں اور قومیں، متنوع پینر اسٹائل، لباس وغیرہ شامل کریں۔

## کھلونے

سرگرمی کے مراکز	چھوٹے بچے کے آئینے
مصروف باکسز	نرم بلاکس
ڈراپ ان گیمز	نرم/دھونے کے قابل کھلونے
نوب والی پہیلیاں	نچوڑنے والے کھلونے
مرر بال	تیتھنگ رنگز
ریٹلرز	ٹیکسچر پیڈ
ریٹل بل	پانی سے بھرے پیڈز
حسی گیندیں	

## کھیلنے کا ایریا

اکٹیوٹی واکرز	کم نرم بولڈ چڑھنے کا ڈھانچہ	نرم ڈسکوری سیٹس
گیندیں - ٹیکسچر/ایکشن	نہیںنگ بلاکس	چھانٹنے والا
قالین اور چٹانیاں	برتن اور پینز	ٹیلیفونز
فارم - شیر خوار بچوں کے لیے	بغیر چھڑیوں والے پش اینڈ پل کھلونے - سادہ کاریں، بڑے پہیوں یا رولرز پر جانور	مختلف اقسام کی بچے کی ہیرا پھیری
بچوں والی فیملی کی اسکول بس	پش موور	ہینڈل کے ساتھ دیوار کا آئینہ
بڑے پاپ اپ موتیوں کی مالا	راک اے اسٹیک	
لرننگ بلاکس	سیلف اسٹارٹر آئینہ	

## باہر

ابتدائی طبی امداد کے سامان کے ساتھ بیگ پیک	سایہ کے تحفظ کے ساتھ 4 نشست والے اسٹرولرز
--	---

## بڑے شیرخوار / کم عمر کے چھوٹے بچے

بیلنس بورڈ (منزل کے لیے چوڑا)	کم سلائیڈ
گیندیں	وہ اشیاء جو کھلتی/ بند ہوتی ہیں
بچوں کے سائز کی شاپنگ کارٹس	جھانکنے والے کھلونے
صاف ستھرے پلاسٹک کے تیل اور پانی کی بوتلیں	پلاسٹک کی پلیٹیں
صاف ستھرا موزے، بغیر انگلی والے دستائے	سواری والے کھلونے
گتے کے خالی ڈبے/ دودھ کے کارٹونز	رولی پولی کھلونے
کھانے سے خالی کنٹینر	ٹرانپوسرٹیشن کھلونے
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ بڑے پہیوں یا رولرز والا ایک ٹکڑا</li> <li>▪ چمکدار رنگ والے</li> <li>▪ 6 سے 8 انچ لمبے</li> <li>▪ جب آپ انہیں دھکا دیں گے تب ان میں تیز آواز ہو سکتی ہے</li> </ul>
گھریلو آلات	شیکر بوتلیں
بڑی کلیدی انگوٹھیاں	واٹر پلے - سادہ تیرتی اشیاء