

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

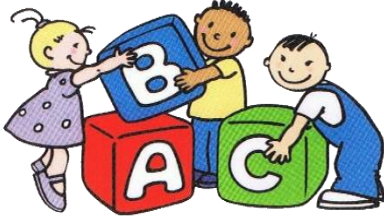


**Office of Children  
 and Family Services**

- 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۔
- یہ جامع 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 لوریاں 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۔ والدین/سرپرستوں سے پوچھیں کہ وہ بڑے ہونے کے بعد کونسا کھیل کھیلتے تھے۔

### کھانے اور چائے ناشتہ کے اوقات

- ◀ متنوع مینو فراہم کریں (بچوں کی الرجی کو مدنظر رکھتے ہوئے والدین/سرپرستوں کے ذریعہ 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۔

### ماحول

- ◀ متنوع ثقافتوں، صنفوں، خاندانی حرکیات، اور مختلف صلاحیتوں کے مسکراتے بچوں کی پرتدار 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۔
- ◀ 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، جیسے کہ کہانی کا وقت؛ فنون اور دستکاری؛ رقص/ورزش وغیرہ میں حصہ لینے کے لیے مدعو کریں
- ❖ سالانہ/دوسالہ/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۔
- ❖ ورچوئل 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 کے ساتھ سنیں اور عملہ کے ساتھ معلومات شیئر کریں کہ خاندانوں کی ثقافتوں اور روایات 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۔

## چھوٹے بچوں کے لیے مواد کی فہرست

- ذیل میں چھوٹے بچوں کے پروگراموں کے لیے مواد کی تجویز کردہ فہرست درج ہے۔
- یہ سبھی کو شامل مکمل فہرست نہیں ہے۔
- 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۔
- تمام ریاستی ضوابط کے تقاضے قابل اطلاق رہتے ہیں۔

## عام

بڑوں کی کرسی (اسٹیک ایبل اور مضبوط)	بوٹل گرم کرنے والا	اسمال آبجیکٹ ٹیسٹر
کیمرہ	کیوبیز	نونہال کی کرسیاں
قالین	ڈائپر پیل	نونہال کا کوٹ
وال اسٹوریج کے ساتھ میز کو تبدیل کرنا	کھانے/سرگرمی کی میزیں	نونہال کی شیلفنگ
صاف اسٹوریج کنتینرز	ریکارڈنگ اور موسیقی چلانے کا آلہ	حسی اشیاء/کھلونے (مثال کے طور پر، شور منسوخ کرنے والا آلہ، فچیٹ کھلونے)

## پرسکون علاقہ

- کثیر ثقافتی کہانیاں، مہم جوئی، ایجادات، رسم و رواج وغیرہ شامل کریں۔
- ایسے کھلونے شامل کریں جو مرد، عورت، صنفی غیر جانبدار، معذور، متنوع نسلوں اور قوموں، متنوع بالوں کے انداز، لباس وغیرہ سبھی کے لیے موزوں ہوں۔
- ایسے کھلونے شامل کریں جو رنگین ہوں، نہ کہ صرف نیلے اور گلابی۔
- متنوع گیمز اور پہیلیاں شامل کریں۔
- ملٹی کلچرل اسکن ٹونز کرافٹ پیگنز شامل کریں۔
- چھوٹے موٹے کنتینرز بچوں کو یہ محسوس کرنے میں مدد کرتے ہیں کہ جیسے کہ وہ ان کے اپنے ہی "کھلونوں کا سیٹ" ہو۔ ایک بار جب وہ کھلونوں کے مالک بن جائیں، تو وہ شیئر کرنے کے تصور کو سمجھنا شروع کرنے کے قابل ہو جائیں گے۔

کتابوں کی الماری (نونہال)	لیمنیٹ کردہ تصاویر جو بچوں کے جانی پہچانی ہوں	راک اے اسٹیک
کیڑا/پلاسٹک/گتے کی کتابیں	تار لگانے کے لیے بڑی موتیوں کی مالا	اسنیپ لاک موتیوں کی مالا
ایریا کے لیے کور (چھت سے لٹکا ہوا جسے دیکھنا کافی آسان ہو)	فارمز کے ساتھ مقناطیسی بورڈز	چھانٹنے والے کھلونے
آسانی سے صاف کیے جانے والے چھوٹے صوفے یا گدے	جوڑ توڑ	حسی - مجھے چھوئیں کتابیں
محسوس کیا جانے والا بیگ/باکس (چھوٹے برتن)	بورڈ والے پیگنز	نونہال (بغیر کٹڈی والی) پہیلیاں
تصویروں والے فلائین بورڈز	پلاسٹک کی موتیوں کی مالا (بڑی)	موسیقی کے مختلف اقسام کے آلات/موسیقی
نوب والی پہیلیاں	کٹھ پتلیاں	

## گروس موٹر

ہوائی جہاز	ڈمپ ٹرک	پاؤنڈ اے بالز	اسٹیکنگ آجیکٹس
بڑے بلاکس (بر بچے کے لیے 10 کافی ہے)	فارمز	چھوٹی تاروں والے کھینچے جانے والے کھلونے	سادہ ٹربینیں - بچوں کے دھکا دینے سے چلنے والی
بلاکس - نرم اور گتے	فائر ٹرک	چھڑیوں والے پُل/پیش کھلونے	کھلونا والے لوگ
برسٹل بلاکس	فوم بلاکس	فرش پر پُل/پیش کیے جانے والے کھلونے - سادہ کاریں/جانور	سادہ جیومیٹرک شکلوں والے یونٹ بلاکس
کاریں/ٹرک/ہوائی جہاز/کشتیاں 6 سے 8 انچ نرم پلاسٹک یا سخت ربڑ، لکڑی ٹھیک ہے اگر وہ زیادہ بھاری نہ ہوں	گیراج - بڑا	ایک ساتھ رکھیں بلاکس	چوڑا بیئنس بورڈ - چھوٹے بچوں کے گروپ سے تھوڑا سا تنگ - بڑی عمر کے بچوں کو زمین سے تھوڑا اوپر اٹھایا جا سکتا ہے
تاروں پر کاریں/ٹرک (تار 12 انچ سے زیادہ نہیں)	آپس میں جڑی ہوئی پلاسٹک کی عمارت کی اینٹیں - بڑی	اسکول بسیں	
2 سال سے زیادہ عمر کے بچوں کے لیے ڈائل/سوئچ/سرپرائز یا پاپ اپ مواد	لوٹرز	خاندانوں کا سیٹ	
ڈسکوری سیٹ	نیسٹنگ بلاکس	چھوٹا - لو کلانہنگ ڈھانچہ	

## ڈرامائی کھیل

■ جراثیم کشی کریں اور پروپس کو باقاعدگی سے دھویں

سادہ لباس میں ملبوس ملٹی کلچرل گڑیا	ٹریس اپ کپڑے	برتن	میز اور کرسی کا سیٹ (بچوں کا سائز)
بچے کی گاڑی	کھانے سے خالی ڈبے	پلاسٹک کیریئر ٹوپیاں - روٹیٹ کرنے کے سیٹس	ٹیلیفونز
بینرز ٹول سیٹ	دھوپ کے چشمے	پلاسٹک کا سامان (نا ٹوٹنے والا) - سیٹ	نونہال کے کچن کا سیٹ (چولہا، ریفریجریٹر، سنک)
گڑیا کے لیے بوتلیں	ہینڈی ورکر ورک بنچ	پُل/پیش کھلونے ماڈلنگ بالغ شخص کا سامان (ویکیوم کلیئر، لان کاتنے والے، شاپنگ کارٹس)	
گڑیا کے کپڑے	کڑھائی	جوتے	
گڑیا کا جھولا	تصویریں	بلی/کتے کا بھرا ہوا جانور	
ٹول اسٹروولر	پاکٹ باکسز	مضبوط چھوٹے پچرز	

## گندا علاقہ

ایکویریم	"فیلی" کارڈز	لوگوں کو کشتیوں میں ڈالنے کے لیے پیگ	اسپر نکل ٹاپ کے ساتھ چھڑکنے والی کین/واٹرنگ کین
برڈ فیڈر	تیرتی ہوئی مچھلی	گند دانتوں والی ریک	ملانے اور گنتی کرنے والی چیزیں
بالٹیاں (ایک ہی رنگ کی)	چکھنے کے لیے کھانے	محفوظ کنتینرز	سونگھی جانے والی چیزیں
صاف پانی کی میز	چمنیاں	گھر کے محفوظ پودے	کھلونا جانور
کولنڈرز	انفرادی ٹیز اس عمر کے لیے بہترین ہیں	ریت اور پانی	
کپ	انٹمز میں دروازے/بٹنوں کو دھکیانے کے لیے/سادہ لیورز ہو سکتے ہیں (حصے تقریباً 204 انچ)	چھوٹی (4 سے 6 انچ) اشیاء جو تیرتی ہیں - مانوس، پہچانی جانے والی اشیاء	
"فیلی" باکس	فطرت کی تصاویر	آواز بنانے والے کھلونے	

## گندا علاقہ - قدرتی دنیا

■ درج ذیل کے بشمول لیکن بلا تحدید:

ایڈجسٹ کی جا سکنے والی نقاش نپائی	گندے ساتھی	اسکریپ پیپر*
چاک	مارکرز (دھونے کے قابل)	گوند کے چھوٹے کنتینر 1/8 مکمل بھرنے کے لیے

اسموکس	کاغذ (قسم)	چاک بورڈ
اسٹڈی کریون	پلے آٹا (قسم - کھانے کے قابل - گروپ کے لحاظ سے)	فنگر پینٹ/ٹیمپرا پینٹ اور ٹرے/کپ - نان ٹوکسک
نونہال بیس	پیسٹ	فوڈ کلرنگ
	محفوظ قینچی (صرف 2 سال سے زیادہ عمر کے بچوں کے لیے)	بڑے پینٹ والے برس

\*چھوٹے بچوں کے لیے چیزوں کی شکلیں کاٹنا اور ان کی تخلیقی صلاحیتوں کو روکنا۔ مناسب مواد کے پیش نظر یہ بہتر ہے کہ چھوٹے بچے کو کوئی بھی سرگرمی کرنے دیں جو وہ کرنا چاہے۔ عملہ وہاں گائیڈ کے طور پر موجود ہے۔ طریقہ پروڈکٹ سے کہیں زیادہ اہم ہے۔ (پروڈکٹ بمقابلہ طریقہ کی اہمیت کے بارے میں اندراج پر والدین کو تعلیم دیں۔ مقصد یہ ہے کہ عملہ اور والدین اس طریقے کے بارے میں وہی توقع رکھتے ہیں جو ایک چھوٹا بچہ حقیقت میں کرتا ہے اس سے زیادہ اہم ہے)۔ مثال کے طور پر، چھوٹے بچوں کو مواد کے ساتھ محفوظ طریقے سے تجربہ کرنے دیں۔ ایک چھوٹے بچے کے لیے یہ زیادہ دلچسپ اور فائدہ مند ہے کہ وہ اپنی آنکھوں کو جہاں چاہیں لگا دے بجائے اس کے کہ جہاں آنکھیں "جانی چاہئیں"، ناک کو ناک کی "جگہ" میں وغیرہ۔

### پاپر

نرم، ہلکی گیندیں - چھوٹے بچوں کے لیے 2 سے 3 مختلف رنگ	پیڈلز کے ساتھ سواری والے کھلونے	اکٹیوٹی واکرز
سرنگیں (ترجیحی طور پر شفاف)	ریت اور پانی کے کھلونے اور میز	ہولا ہویس
	سادہ ویگونز - کم - بچوں کے اندر جانے کے لیے کھلی ہیں	کم سلائڈ