

बच्चे से बात करें और उसकी बातें सुनें

जब आप बच्चे की बात सुनते हैं, तो उन्हें लगता है कि आप उनकी परवाह करते हैं और उन्हें समझते हैं। बात करने से बच्चों को घुलने-मिलने में मदद मिलती है।



बच्चे की एक दिनचर्या बनाएं

जागने, नहाने, खाने, सोने और अन्य गतिविधियों के लिए नियमित समय बनाएं...



unicef 

बच्चे के साथ खेलें और मस्ती करें

गाना गाएं...
कहानी सुनाएं...
उनके साथ थोड़ा-सा नाचें...



परवारिश के चैंपियन!

बच्चे को शौचालय का उपयोग करना सिखाएं



उनको सिखाएं कि जब उन्हें शौचालय जाना हो, तो वो आपको आकर बताएं... उन्हें शौचालय का उपयोग करने के बाद साबुन से हाथ धोना सिखाएं...

बच्चे के लिए सीमाएं बनाएं



अजनबियों से बात करने, सुरक्षित और असुरक्षित स्पर्श और अकेले बाहर जाने के खतरों के बारे में उन्हें बताएं...

2-4 साल के बच्चों के लिए

बच्चे को डिजिटल गैजेट्स से दूर रखें

बच्चे जब गैजेट्स का उपयोग करें तब माता पिता उनके साथ रहें और उन्हें स्क्रीन पर आधे घंटे से ज्यादा समय ना बिताने दें... जब आप बच्चे के साथ बातें करें तो किसी गैजेट का उपयोग न करें...



अधिक जानकारी और चर्चा के लिए, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता से संपर्क करें।