

## தமது திறன்களை வளர்த்துக்கொள்ள உங்கள் குழந்தைக்கு உதவுங்கள்

முதல் காலடி எடுத்து வைப்பது, முதல் முறையாகப் புன்னகைப்பது மற்றும் "பை-பை" காட்டுவது போன்ற செயல்கள் 'வளர்ச்சி மைல்கர்கள்' என்று சொல்லப்படுகின்றன.

பிறப்பிலிருந்து 5 வயது வரை, விளையாட்டு, கற்றல், பேச்சு, செயல்கள் மற்றும் உடலியக்க முறைகள் ஆகியவற்றில் உங்கள் குழந்தை அடையவேண்டிய மைல்கர்களை அடைந்தாக வேண்டும்.

உங்கள் குழந்தையின் ஒவ்வொரு வயதிலும் அதனுடன் நீங்கள் சேர்ந்து செய்யக்கூடிய சாதாரண அன்றாட விடயங்களைப் பற்றிய மேலதிகத் தகவல்களுக்குப் பின் வரும் வலைத்தளத்திலிருந்து Love, talk, sing, read, play என்ற இலவசப் பயன்பாட்டினை இறக்கம் செய்யுங்கள்.

[www.lovetalksingreadplay.com.au](http://www.lovetalksingreadplay.com.au)

## உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியை அவதானித்து வாருங்கள்

உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி சரியான பாதையில் சென்றுகொண்டிருக்கிறதா என்று பார்க்க 'என் உடல் நலப் பதிவே' (நீலப் புத்தகம்) டீடில் உள்ள 'அறிகுறிகளைத் தெரிந்துகொள்ளுங்கள். முன்கூட்டியே துரிதமாய்ச் செயல்படுங்கள்' என்ற தலைப்பின் கீழுள்ள கேள்விகளுக்குப் பதிலளியுங்கள்.

உடல் நலம் மற்றும் வளர்ச்சி சோதனைகளுக்காக உங்கள் குழந்தையைத் தவறாமல் 'குழந்தை மற்றும் குடும்ப நலத் தாதி' அல்லது உங்களுடைய பொது மருத்துவரிடம் அழைத்துச் செல்லுங்கள்.



## காத்திருக்க வேண்டாம். துரிதமாய்ச் செயல்படுங்கள்

தமது வயதிற்கு ஏற்ற வளர்ச்சி மைல்கர்களை உங்கள் குழந்தை அடையவில்லை என்றால், உங்கள் கவலைகளை மற்றவர்களுக்குத் தெரியப்படுத்துங்கள்.

உங்களது 'குழந்தை மற்றும் குடும்ப நலத் தாதி' அல்லது பொது மருத்துவருடன் பேசுங்கள்.

குழந்தையின் திறன்கள் வளர்ந்துவரும் காலத்தில் துரிதமாய்ச் செயல்படுங்கள். உங்கள் குழந்தை அதன் முழுத் திறன்களை அடைய குழந்தைக்கு உதவுங்கள்.

## மேலதிகமாய்த் தெரிந்துகொள்ளுங்கள்

ஆகியவற்றைப் மற்றும் உபயோகமான வலைத்தளங்கள் ஆகியவற்றிப் பற்றிய மேலதிகத் தகவல்கள் என் உடல்நலப் பதிவே' டீடில் (நீலப் புத்தகம்) உள்ளன

உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியில்  
மைல்கர்களாகக் கருதப்படும்  
முக்கியமான கட்டங்களை நீங்கள்  
அவதானித்துவர வேண்டும்



உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியை  
அவதானியுங்கள். கவலைகள்  
ஏதும் இருந்தால், முன்கூட்டியே  
துரிதமாய்ச் செயல்படுங்கள்.

உங்கள் உள்ளூர்ப் பகுதியிலுள்ள 'குழந்தை மற்றும் குடும்ப நல சேவை' யை பின்வரும் வலைத்தளத்திலிருந்து தெரிந்துகொள்ளுங்கள்:  
[www.health.nsw.gov.au/child-family-health-services](http://www.health.nsw.gov.au/child-family-health-services)

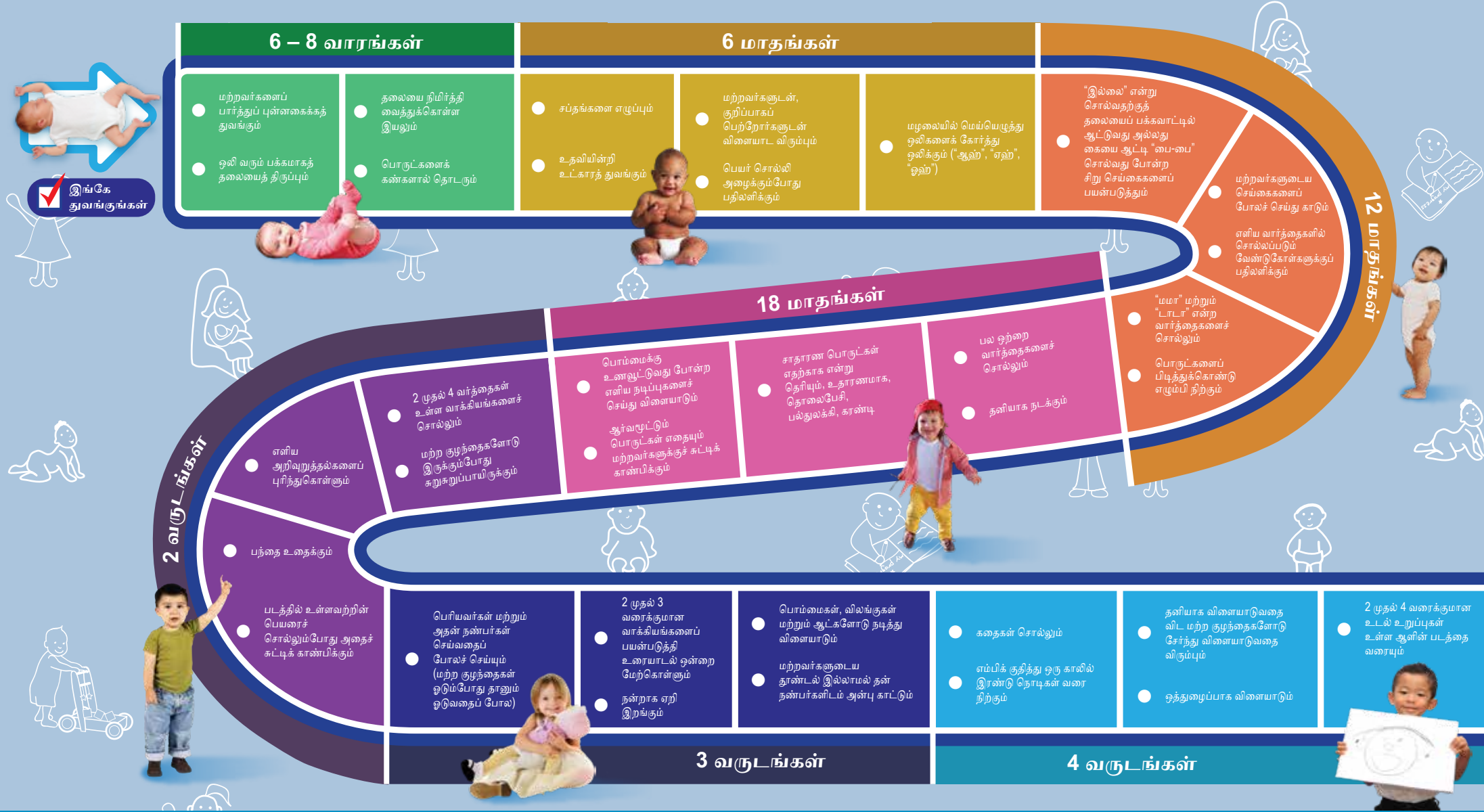
தொடர்பு விபரங்கள்

Tamil - Milestones Matter



# அறிஞரிகள் யாவை என்பதைத் தெரிந்துகொள்ளுங்கள். முன்கூட்டியே துரிதமாய்ச் செயல்படுங்கள்.

உங்கள் குழந்தையின் ஆரம்பகால வளர்ச்சி என்பது ஒரு பயணத்தைப் போன்றது.



உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சியில் உள்ள மைல்கற்களைப் பற்றிய மேலதிகத் தகவல்களை "என் உடல் நலப் பதிவேடு" கொண்டுள்ளது. உங்களுடைய குழந்தை மற்றும் குடும்ப நலத் தாதி அல்லது பொது மருத்துவரிடம் ஒவ்வொரு முறை செல்லும்போதும் உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி மற்றும் உங்களுக்குள்ள கவலைகள் ஆகியவற்றைப் பற்றிப் பேசுங்கள். காத்திருக்க வேண்டாம்! முன்கூட்டியே துரிதமாய்ச் செயல்படுவது நல்ல விளைவைத் தரும்! உங்களுடைய உள்ளூர் குழந்தை மற்றும் குடும்ப நல மையம் இருக்கும் இடத்தினைத் தெரிந்துகொள்ள [www.health.nsw.gov.au/child-family-health-services](http://www.health.nsw.gov.au/child-family-health-services) எனும் வலைத்தளத்திற்குச் செல்லுங்கள்.

மூல உள்ளடக்கங்களை வழங்கியோர்: U.S. Centers for Disease Control and Prevention's *Learn the Signs. Act Early.* program <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/>; June 2017. Adapted by NSW Ministry of Health. SPHN (HSP) 180408.

உங்கள் குழந்தையுடன் நேரம் செலவுசெய்வதைப் பற்றிய மேலதிகத் தகவல்களுக்கு "Love, talk, sing, read, play"- க்குச் செல்லுங்கள். <http://itsrp.resourcingparents.nsw.gov.au/>

