

# प्रारम्भिक मद्दतले

फरक पार्छ नै!

अभिभावकहरूले कहाँ  
मद्दत प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ?

कुन मद्दत  
उपलब्ध हुन्छ?

कस्ता बच्चाहरूलाई  
प्रारम्भिक मद्दत  
आवश्यक पर्छ?

मैले कसलाई  
फोन गर्ने?

आफ्नो काउन्टीमा रहेको प्रारम्भिक हस्तक्षेप कार्यक्रम (Early Intervention Program) लाई फोन गर्नुहोस्। तपाईंको बच्चाको विकासको मूल्याङ्कन गर्न कसैलाई तपाईंलाई सम्पर्क गर्न लगाइनेछ। त्यसपछि, तपाईंको बच्चा योग्य भएमा प्रारम्भिक हस्तक्षेप कार्यक्रमसँग मिलेर तपाईंले परिवार केन्द्रित योजना बनाउनुहुनेछ।

प्रारम्भिक हस्तक्षेप सेवाहरूलाई तपाईंको बच्चालाई हुर्किन तथा विकास गर्नमा मद्दत गर्न र तपाईंको बच्चाको विकासमा सहायता गर्न र विकासलाई बढाउनमा तपाईंलाई मद्दत गर्न उपलब्ध गराइन्छ। यी सेवाहरूमा मूल्याङ्कन सेवाहरू (जस्तै कि श्रवण तथा दृष्टिसम्बन्धी स्क्रिनिङ); घरमा भेटहरू; स्पीच (बोली), शारीरिक तथा अन्य थेरापीहरू; बाल विकास समूहहरू, परिवारलाई परामर्शका साथसाथै कहिलेकाहीँ यातायातमा मद्दत पनि पर्दछन्। यी सेवाहरू तपाईंले आफैँ कुनै शुल्क तिर्नु नपर्नेगरी उपलब्ध गराइन्छ।

विकाससम्बन्धी ढिलाइ, अपाङ्गता वा विकासलाई प्रभावित गर्ने स्वास्थ्य समस्या भएको जन्मदेखि तीन वर्षसम्मको कुनै पनि बच्चालाई मद्दत आवश्यक पर्न सक्छ।

आफ्नो काउन्टीको कार्यक्रमको फोन नम्बरका लागि  
न्यूयोर्क राज्यको “Growing Up Healthy”  
को 24-घण्टे हटलाइनलाई यहाँ फोन गर्नुहोस्: **1-800-522-5006**

न्यूयोर्क सिटीमा यहाँ फोन गर्नुहोस्: **311**

यदि तपाईं न्यूयोर्क सिटीभन्दा बाहिरबाट  
न्यूयोर्क सिटीको प्रारम्भिक हस्तक्षेप कार्यक्रम  
लाई फोन गर्दै हुनुहुन्छ भने यहाँ फोन गर्नुहोस्: **212-639-9675**

वा तपाईंले New York Parent and Kin Connection  
हेल्पलाइन (1-800-345-5437) **1-800-345-KIDS**

लाई सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म बिहान 9:00 बजेदेखि साँझ  
5:00 बजेसम्म बच्चासम्बन्धी यस र अन्य सेवाहरूका बारेमा  
फोन गर्न सक्नुहुन्छ।

वा न्यूयोर्क राज्यको स्वास्थ्य विभाग को निम्न वेबपेज हेर्नुहोस्:

[www.health.ny.gov/community/infants\\_children/early\\_intervention/](http://www.health.ny.gov/community/infants_children/early_intervention/)

न्यूयोर्क राज्यको स्वास्थ्य विभाग  
प्रारम्भिक हस्तक्षेप कार्यक्रम

# प्रारम्भिक मद्दतले

फरक पार्छ नै!

Growing Up Healthy  
24-घण्टे हटलाइन  
**1-800-522-5006**

न्यूयोर्क सिटी  
**311**  
वा 212-639-9675

New York Parent and Kin  
Connection हेल्पलाइन  
**1-800-345-KIDS**  
(1-800-345-5437)

न्यूयोर्क राज्यको स्वास्थ्य विभाग  
पारिवारिक स्वास्थ्य महाशाखा  
प्रारम्भिक हस्तक्षेप ब्यूरो

[https://www.health.ny.gov/community/infants\\_children/early\\_intervention/](https://www.health.ny.gov/community/infants_children/early_intervention/)

थप जानकारीका लागि आफ्नो  
स्थानीय प्रारम्भिक हस्तक्षेप  
अधिकारीलाई यहाँ सम्पर्क गर्नुहोस्:



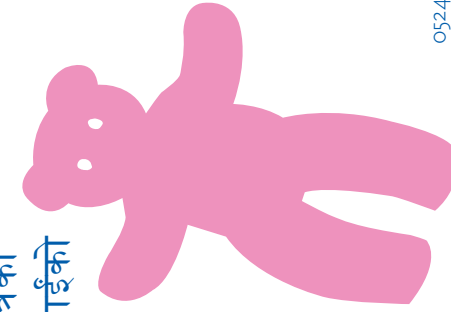
Department  
of Health

# प्रारम्भिक मद्दतले

फरक पार्छ नै!

साना बालबालिकाको सिकाइ  
र विकास फरक-फरक तरिकामा  
हुने गर्छ। कुनै एक बच्चा अर्को  
बच्चाभन्दा पहिले हिँड्न सक्छन्  
भने अर्को बच्चा पहिले बोल्ने हुन  
सक्छन्। प्रायः यी भिन्नताहरू  
पछि हराउँदै जान्छन्।

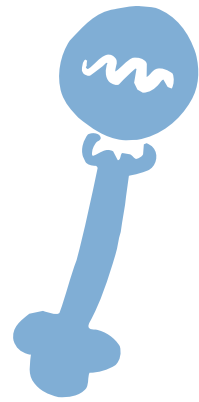
तपाईंको शिशु वा सानो बच्चालाई  
थप मद्दत आवश्यक पर्न सक्छ कि  
भनेर चिन्तहरूका लागि भित्रको  
जाँचसूची हेर्नुहोस्। यदि तपाईंको  
आफ्नो शिशुको विकासको  
सम्बन्धमा चिन्ताहरू छन्  
भने तपाईंले जतिसक्दो  
चाँडो मद्दत प्राप्त गर्नु राम्रो  
हुन्छ। प्रारम्भिक मद्दतले  
फरक पार्छ नै!



अभिभावकहरूले कहाँ मद्दत  
प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ?  
कुन मद्दत उपलब्ध हुन्छ?  
कस्ता बच्चाहरूलाई प्रारम्भिक  
मद्दत आवश्यक पर्छ?  
मैले कसलाई फोन गर्ने?

# हुर्किदै गरेका बच्चाहरूका लागि जाँचसूची

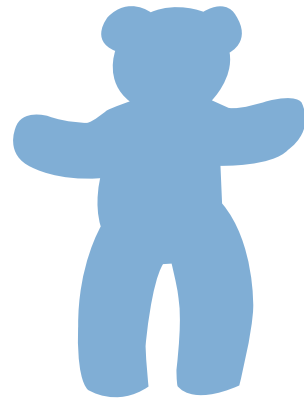
यहाँ तपाईंको बच्चाले जन्मदेखि तीन वर्षको हुँदासम्म के-के गर्नुपर्छ भनेर तपाईंले अपेक्षा गर्नुपर्ने कुराहरू दिइएका छन्। यदि तपाईंको आफ्नो शिशुको विकासको सम्बन्धमा चिन्ताहरू छन् भने आफ्नो स्थानीय प्रारम्भिक हस्तक्षेप कार्यक्रमलाई फोन गर्नुहोस्।



## 3 महिना

तीन महिनाको हुँदा अधिकांश शिशुहरूले निम्न गर्छन्:

- चम्किला रङ र बत्ति वा उज्यालोतिर आफ्नो टाउको फर्काउन
- कुनै कुरामा ध्यान केन्द्रित गर्दा "आँखाहरूले छड्के वा डेढो गरेर" हेर्न छोड्छन्। उनीहरूले आफ्ना दुवै आँखालाई एकचोटि एकै दिशातिर लैजान्छन्।
- बोतल वा स्तन चिन्न
- आमाको आवाजमा प्रतिक्रिया जनाउन
- प्रेमपूर्वक मसिना आवाजहरू निकाल्न
- आफ्ना हातहरूलाई एकैसाथ लैजान
- असन्तुलित तरिकाले आफ्ना हातखुट्टाहरू छिटोछिटो यताउता चलाउन
- उत्तानो परेको बेला टाउको माथि उठाउन
- विशेषगरी बोलीलगायत आवाजको प्रतिक्रियास्वरूप शान्त हुन
- मुस्कुराउन



## 6 महिना

छ महिनाको हुँदा अधिकांश शिशुहरूले निम्न गर्छन्:

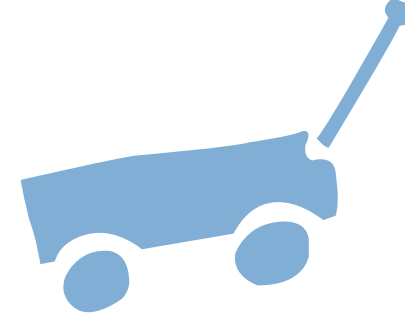
- आफ्ना आँखाहरूले चलिरहेका वस्तुहरूलाई पछ्याउन
- सामान्य आवाजको स्रोततिर फर्किन
- वस्तुहरूसम्म पुग्न र तिनीहरूलाई समातेर उठाउन
- खेलौनाहरूलाई एक हातबाट अर्को हातमा लैजान
- आफ्ना खुट्टाका औंलाहरूसँग खेल्न
- बोतलबाट दुध पिउँदा बोतल समात्रमा मद्दत गर्न
- परिचित अनुहारहरूलाई चिन्न
- बोलीका आवाजहरूको नक्कल गर्न
- विशेषगरी बोल्दाखेरि नरम आवाजहरूमा प्रतिक्रिया जनाउन
- ढाडतिरबाट पेटतिर र पेटतिरबाट ढाडतिर पल्टिन



## 12 महिना

12 महिनाको हुँदा अधिकांश शिशुहरूले निम्न गर्छन्:

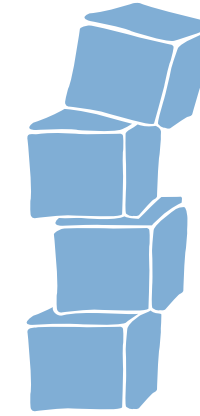
- भुइँमा बस्न
- आफू उभिनका लागि तान्न
- सहाराबिना थोरै समयका लागि आफैं उभिन
- बामे सर्न
- वयस्कहरूले कप वा फोन समातेको नक्कल गर्न
- देखियो-देखियो देखिएन तथा प्याटी-केक खेल्न
- बाइबाइ गर्न
- भाँडामा वस्तुहरू राख्न
- कम्तीमा पनि एउटा शब्द भन्न
- "मा-मा" वा "दा-दा" आवाजहरू निकाल्न



## 18 महिना

18 महिनाको हुँदा अधिकांश बच्चाहरूले निम्न गर्छन्:

- वस्तुहरू धकेल्न वा तान्न खोज्न
- कम्तीमा पनि छवटा शब्दहरू भन्न
- सरल निर्देशनहरू मात्र ("बल ल्याउ")
- आफ्नो जुत्ता, मोजा र पन्जाहरू बाहिर निकाल्न
- किताबमा तपाईंले नाम लिएको तस्वीरलाई औंलाले देखाउन
- आफैं खानेकुरा खान
- रङ्गीन पेन्सिलले कागजमा कोर्न
- मद्दतबिना हिँड्न
- उल्टो हिँड्न
- कुराहरू मात्रका लागि औंलाले देखाउन, आवाजहरू निकाल्न वा शब्दहरू प्रयोग गर्न प्रयास गर्न
- आफूले नचाहेको कुरालाई "नाइँ" भन्न, टाउको हल्लाउन वा धकेल्न



## 2 वर्ष

दुई वर्षको हुँदा अधिकांश बच्चाहरूले निम्न गर्छन्:

- दुईदेखि तीनवटा शब्दहरू भएका वाक्यहरू प्रयोग गर्न
- करिब 50 वटा शब्दहरू भन्न
- परिचित तस्वीरहरूलाई चिन्न
- लात्ताले बललाई अगाडितिर हान्न
- आफैं चम्चाले खान
- तपाईंको धेरै ध्यान खोज्न
- एकैचोटि दुई वा तीनवटा पानाहरू पल्टाउन
- आफ्नो आमाबुबाको नक्कल गर्न खोज्न
- औंलाले देखाएर आफ्नो कपाल, आँखा, कान र नाक चिन्न
- चारवटा ब्लकहरूको टावर बनाउन
- स्नेह देखाउन



## 3 वर्ष

तीन वर्षको हुँदा अधिकांश बच्चाहरूले निम्न गर्छन्:

- बललाई हातमाथि उठाएर फाल्न
- ट्राइसाइकल चढ्न
- आफ्नो जुत्ता लगाउन
- ढोका खोल्न
- एकपटकमा एउटा पाना पल्टाउन
- केही मिनेटका लागि अरू बच्चाहरूसँग खेल्न
- सामान्य बाल गीत (राइम) हरूलाई दोहोराउन
- तीनदेखि पाँचवटा शब्दहरू भएका वाक्यहरू प्रयोग गर्न
- कम्तीमा पनि एउटा रङको नाम सही भन्न

यदि तपाईंको बच्चालाई यीमध्ये केही कुराहरू गर्नमा कठिनाई भइरहेको छ भने कसैसँग कुरा गर्दा तपाईंलाई सहज महसुस हुन सक्छ। प्रारम्भिक मद्दतले फरक पार्छ नै! आफ्नो चिकित्सकसँग कुरा गर्नुहोस् वा आफ्नो स्थानीय प्रारम्भिक हस्तक्षेप कार्यक्रमलाई फोन गर्नुहोस्।