

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਹਿਣਾ: ਬਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮ

Keeping Safe: Child Protection Curriculum

Punjabi / ਪੰਜਾਬੀ

ਮਾਪਿਆਂ / ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਹਿਣਾ: ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪਾਠਕ੍ਰਮ (ਕੇ ਐਸ: ਸੀ ਪੀ ਸੀ) ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰੀ, ਸਥੂਤ ਅਧਾਰਿਤ ਬਾਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ, ਇੱਕ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਚੁਣਨ, ਸਹੀ ਅਤੇ ਅਣਉਚਿਤ ਛੂਹਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਸਮਝਣ ਲਈ ਸਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੇ ਐਸ: ਸੀ ਪੀ ਸੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵਲੋਂ ਸਿਖਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਿਖਲਾਈ ਕੋਰਸ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ੇ

ਪਾਠਕ੍ਰਮ ਦੋ ਮੁੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ:

- ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਹਿਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ।
- ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭਰੋਸੇ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ

ਵਿਸ਼ੇ ਚਾਰ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ:

1. ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਦਾ ਹੱਕ
2. ਰਿਸ਼ਤੇ
3. ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ
4. ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਣਨੀਤੀਆਂ

ਸੰਕਲਪ

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਾ ਚਾਰਟ, ਹਰ ਸਾਲ ਦੇ ਪੱਧਰ ਦੇ ਸੰਕਲਪਾਂ ਵਲ ਸੰਕੇਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਉਮਰ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਢੁੱਕਵੇਂ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

	ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲ: ਉਮਰ 3-5 ਸਾਲ	ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲ: ਉਮਰ 5-7 ਸਾਲ	ਮੁਢਲੇ ਸਾਲ: 8-10 ਸਾਲ	ਦਰਮਿਆਨੇ ਸਾਲ: 11-14 ਸਾਲ	ਸੀਨੀਅਰ ਸਾਲ: 15-17 ਸਾਲ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ
ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ ਦਾ ਹੱਕ	ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ	ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜੋਖਮ-ਲੈਣਾ	ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜੋਖਮ-ਲੈਣਾ ਸਿਖਲਾਈ	ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਜੋਖਮ-ਲੈਣਾ ਸਿਖਲਾਈ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਦਬਾਅ ਅਤੇ ਹੋਰਫੋਰੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ	ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਜੋਖਮ-ਲੈਣਾ ਸਿਖਲਾਈ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਦਬਾਅ ਅਤੇ ਹੋਰਫੋਰੀ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ
ਰਿਸ਼ਤੇ	ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਇਛਾਵਾਂ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਮੂਹ	ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਇਛਾਵਾਂ ਸਹੀ ਅਤੇ ਗਲਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਧੌਸ ਤਾਕਤ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਮੂਹ	ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਲਿੰਗ ਰੂੜੀਵਾਦੀ ਧੌਸ ਸਾਈਬਰ ਧੌਸ ਤਾਕਤ ਚਲਾਕੀ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਮੂਹ	ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਸਹਿਮਤੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਲਿੰਗ ਰੂੜੀਵਾਦੀ ਧੌਸ ਸਾਈਬਰ ਧੌਸ ਤਾਕਤ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਮੂਹ	ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਸਹਿਮਤੀ ਚੰਗੇ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਰਿਸ਼ਤੇ ਲਿੰਗ ਰੂੜੀਵਾਦੀ ਧੌਸ ਤਾਕਤ ਜਿਨਸੀ ਛੇੜ - ਛਾੜ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਮੂਹ
ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਅਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ	ਸਰੀਰ ਦੇ ਸ਼ਾਰੀਰਕ ਨਾਂ ਜਨਤਕ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਛੂਹਣਾ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭੇਦ ਧਮਕੀਆਂ	ਸਰੀਰ ਦੇ ਸ਼ਾਰੀਰਕ ਨਾਂ ਜਨਤਕ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਛੂਹਣਾ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭੇਦ ਚਲਾਕੀ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ	ਸਰੀਰ ਦੇ ਸ਼ਾਰੀਰਕ ਨਾਂ ਜਨਤਕ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਛੂਹਣਾ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭੇਦ ਸਾਈਬਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਔਨਲਾਈਨ ਸਿਖਲਾਈ ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ	ਸਰੀਰ ਦੇ ਸ਼ਾਰੀਰਕ ਨਾਂ ਜਨਤਕ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਮਿਲਣ ਲਗੇ ਹਿੰਸਾ ਸਾਈਬਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਸਲੀਲ ਮੇਸੇਜ ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਦਖਲ	ਇਕਾਂਤ ਨਿੱਜੀ ਸਿਹਤ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਤੇ ਅਣਗਹਿਲੀ ਸਿਖਲਾਈ ਮਿਲਣ ਲਗੇ ਹਿੰਸਾ ਸਾਈਬਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਅਸਲੀਲ ਮੇਸੇਜ ਘਰੇਲੂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਦਖਲ
ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਣਨੀਤੀਆਂ	ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦਰਿੜ ਹੋਣਾ ਲਚਕੀਲਾ ਹੋਣਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਸਮੂਹ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ	ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦਰਿੜ ਹੋਣਾ ਲਚਕੀਲਾ ਹੋਣਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਸਮੂਹ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ	ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦਰਿੜ ਹੋਣਾ ਲਚਕੀਲਾ ਹੋਣਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਸਮੂਹ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮੂਹ	ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਲਚਕੀਲਾ ਹੋਣਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਸਮੂਹ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮੂਹ	ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਲਚਕੀਲਾ ਹੋਣਾ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਸਮੂਹ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮੂਹ