

ਕੀ ਕਰੀਏ ਜਦੋਂ ਜੁਆ ਪੈ ਜਾਣ

ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ

- ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਡਰਵੱਟੋ ਦੇਖੋ ਕਿ ਜੁਆ ਧੱਖਾ ਜਾ ਲੀਖਾ ਤਾਂ ਨਹੀਂ। (ਜਿਆਦਾ ਤਰ ਜੁਆ ਗਿੱਚੀ ਤੇ ਕੰਨਾ ਪਿੱਛੇ ਤੇ ਪੁੜਪੁੜੀਆਂ ਤੇ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।)

ਕੀ ਵਰਤੀਏ ਸ਼ੈਪੂ, ਜੈਲ, ਸਕੀਊਮਾ ਇਹ ਸਭ ਵਰਤਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੇ ਕੰਗੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੀ ਵੱਖਰੀ ਵਰਤਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਰੀਕ। ਜੁਆ ਕੰਡਣ ਵਾਸਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਸਿਰਕਾ ਅਤੇ ਮੀਸ਼ੈਲਾ (MISCELA) ਪਾ ਕੇ ਸਿਰ ਧੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਹਫਤੇ ਵਿੱਚ 2-3 ਵਾਰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

- ਜੁਆ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਮਸ਼ੀਨ ਵਿੱਚ (60°C) ਤੇ ਜਾ ਹੱਥ ਨਾਲ ਧੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਕੰਗੀਆ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਂਫ ਹੋਣੀਆ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਧੋਣੀਆ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਜਿਥੇ ਬੱਚੇ ਖੇਡਦੇ ਹੋਣ ਉਸ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਂਫ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰ ਦੇ ਸੌਫੇ ਚਟਾਈਆ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਸ਼ੀਨ ਨਾਲ ਸਾਂਫ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜੁਆ ਪੈ ਜਾਣ ਤਾਂ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜੁਆ ਵਾਸਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕੋਈ ਵੀ ਮਹਿੰਗੀ ਚੀਜ਼ ਵਰਤਨੀ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਦੇ ਵਾਲ ਕੱਟਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਜੋਗ

- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਦੀ ਵੀ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਬਦਲਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਜਿਵੇਂ ਟੋਪੀ; ਸ਼ਾਖਾਣ
- ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਾ ਜਦੋਂ ਸਕੂਲੋਂ ਆਵੇ ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਦੇਖਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

Le traduzioni sono curate dalla mediatrici culturali del Centro Multifunzionale Accoglienza Immigrati del comune di Sondrio gestito della Cooperativa Ippogrifo .