Washington-இன் ஆரம்பகால இடையீட்டு சேவைகள், Department of Children, Youth & Families (குழந்தைகள், இளைஞர்கள் & குடும்பங்கள் துறை), Office of Superintendent of Public Instruction (பொதுக்கல்வி கண்காணிப்பாளர் அலுவலகம்), Department of Social and Health Services (சமூக மற்றும் சுகாதார சேவைகள் துறை), Department of Health (சுகாதாரத் துறை) மற்றும் Department of Services for the Blind (பார்வையற்றோருக்கான சேவைத் துறை) ஆகிய துறைகளின் ஒருங்கிணைந்த முயற்சியாகும்.

தொடர்புக்கு:

Washington மாநில Department of Children, Youth & Families Early Support for Infants and Toddlers (குழந்தைகள், இளைஞர்கள் & குடும்பங்கள் துறை-இன் குழந்தைகள் மற்றும் மழலையர்களுக்கான ஆரம்பகால ஆதரவுத்) திட்டம்

PO Box 40970
Olympia, Washington
98504-0970

esit@dcyf.wa.gov

www.dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit

ஹெல்ப் மி குரோ Washington
தொலைபேசி: 1-800-322-2588
www.parenthelp123.org

DCYF இனம், நிறம், பாலினம், மதம், நெறி, திருமண நிலை, தேசியம், பாலியல் நோக்குநிலை, வயது, அனுபவமுள்ள நபர் என்ற நிலை அல்லது உடல், உணர்ச்சிகள் அல்லது மனநல குறைபாடு போன்றவற்றைப் பொருட்படுத்தாமல் அனைத்து நபர்களுக்கும் அதன் திட்டங்களுக்கும் சேவைகளுக்கும் பாகுபாடு காட்டாது, அதோடு சமமான அணுகலை வழங்குகிறது.

மாற்று வடிவம் அல்லது மாற்று மொழியில் இந்த வெளியீட்டின் இலவச நகல்களை நீங்கள் விரும்பினால், DCYF Constituent Relations (DCYF அமைவுறு வாடிக்கையாளர் உறவு)-களை 1-800-723-4831 என்ற எண்ணில் தொடர்பு கொள்ளவும் அல்லது **communications@dcyf.wa.gov** *மின்னஞ்சல் செய்யவும்.*

DCYF PUBLICATION FS_0032 | DEL 11-003 TM (07-2023) Tamil

தயவுசெய்து கேளுங்கள். குழந்தைகள் காத்திருக்க முடியாது.

பிறந்தது முதல் மூன்று வயது வரை உள்ள குழந்தைகள் எப்படி வளர்ந்து மேம்படுகின்றன என்பது பற்றியும் அதில் உங்களுக்கு ஏதேனும் கவலை இருந்தால் அப்போது என்ன செய்யவேண்டும் என்பது பற்றிய தகவல்களும் கிடைக்கின்றன.

Washington State Department of
CHILDREN, YOUTH & FAMILIES

உங்கள் குழந்தையின் வாழ்க்கையில் ஒரு பெற்றோராக நீங்கள் தான் மிக முக்கியமான நபர்.

குழந்தைகள் முதல் மூன்று வருடங்களில் வேகமாக வளர்ந்து மாறுகிறார்கள். உங்கள் குழந்தை மற்றும் அவர்கள் எப்படி வளர்கிறார்கள் என்பதைப் பற்றி சிந்தியுங்கள். உங்கள் குழந்தையைப் பற்றி நீங்கள் நன்றாக அறிவீர்கள். உங்கள் குழந்தை எப்படி, எப்போது சிரிக்கிறது, உட்காருகிறது, நடக்கிறது, பேசுகிறது அல்லது கப்பை வைத்திருக்கும் போன்ற விஷயங்களை நீங்கள் கவனிக்கிறீர்கள். உங்கள் குழந்தை பல்வேறு வளர்ச்சி நிலைகளில் எப்படி வளர்கிறது என்பதை நீங்கள் பார்க்கிறீர்கள். குழந்தை வளர்ச்சியில் தாமதம் ஏதும் ஏற்பட்டால், அதற்கான சேவைகள் மாநிலம் முழுவதும் கிடைக்கின்றன. **Washington மாநில Early Support for Infants and Toddlers (குழந்தை மற்றும் மழலையர்களுக்கான ஆரம்பகால ஆதரவு) திட்டம்** குடும்பங்களுக்குத் தேவையான சேவைகளைப் பெறுவதற்கு மாநிலம் தழுவிய முயற்சியை ஒருங்கிணைக்கிறது.

என் குழந்தையின் வளர்ச்சி பற்றி எனக்கு கேள்விகள் இருந்தால் என்ன செய்வது?

உங்கள் பகுதியில் உள்ள Family Resources Coordinator (குடும்ப வள ஒருங்கிணைப்பாளர், FRC)-இன் பெயருக்கு **1-800-322-2588 என்ற எண்ணில் ஹெல்ப் மி குரோ Washington-ஐஅழையுங்கள். ஒவ்வொரு மாவட்டத்திலும் அல்லது பிரதேசத்திலும் FRC-கள் உள்ளன.** உங்கள் குழந்தைக்குத் தேவையான ஆரம்பகால இடையீட்டுச் சேவைகளைப் பெற அவர்கள்உங்களுக்கு உதவுவார்கள். உங்கள் உள்ளூர் சுகாதாரத் துறை அல்லது பள்ளி மாவட்டத்தையும் நீங்கள் அழைக்கலாம்.

உங்கள் கவலைகளைப் பற்றி உங்கள் சுகாதார வழங்குநரிடம் பேசுங்கள். அவர்கள் ஒரு முதற்கட்ட பரிசோதனையை வழங்கலாம் அல்லது பிற உதவிவளகளைப் பரிந்துரைக்கலாம். உங்களிடம் உடல்நலக் காப்பீடு இல்லையெனில் கூடுதல் தகவல் அல்லது உதவி தேவைப்பட்டால், மேலே பட்டியலிடப்பட்டுள்ள எண்ணில் **ஹெல்ப் மி குரோ Washington**-ஐ அழைக்கவும். Early Support for Infants and Toddlers (குழந்தைகள் மற்றும் மழலையர்களுக்கான ஆரம்பகால ஆதரவு) இணையதளத்திலிருந்தும் நீங்கள் கூடுதல் தகவல்களைப் பெறலாம்: **www.dcyf.wa.gov/services/child-development-supports/esit**.

உங்கள் குழந்தையின் வளர்ச்சி மற்றும் மேம்பாட்டை உள்ளே சரிபார்க்கவும்.

பார்வை

உங்கள் குழந்தை...

- ☐ கண்ணோடு கண் தொடர்பு கொள்கிறதா (உங்கள் கண்களைப் பார்க்கிறதா)
- ☐ அவர்களின் கண்களால் நகரும் பொருளைப் பின்தொடர்கிறதா
- ☐ பொருட்களின் மேல் அடிக்கடி மோதாமல் நடந்து ஊர்ந்து செல்கிறார்களா
- ☐ இரு கண்களையும் பயன்படுத்தி மனிதர்களையும் பொருட்களையும் பார்க்கிறார்களா
- ☐ பொருட்களை இயல்பான தூரத்தில் வைத்திருக்கிறார்களா (6 மாதங்களுக்குப் பிறகு)
- ☐ நிழல்கள் அல்லது வித்தியாசமாகத் தோற்றமளிக்கும் பகுதிகளில் (கம்பளம், தரை ஓடு) சுமூகமாக நடந்து ஊர்ந்து செல்கிறார்களா
- ☐ (9 மாதங்களுக்குப் பிறகு) மாறுகண் பார்வை அல்லது ஒருக்கணிப்புப் பார்வை இல்லாமல் மனிதர்களையும் பொருட்களையும் பார்க்கிறார்களா
- ☐ சிவந்த கண்களாகவோ அல்லது கண்ணீர் கட்டியிருப்பது போன்று இல்லாமல் தெளிவான கண்களைக் கொண்டிருக்கிறதா

செவித்திறன்

உங்கள் குழந்தை...

- ☐ வீட்டில் ஏற்படும் சத்தங்கள் பற்றிய விழிப்புணர்வை காட்டுகிறார்களா (தொலைபேசி, கதவை தட்டுதல், தொலைக்காட்சி)
- ☐ மிகவும் சத்தமாகவோ அல்லது மிகவும் மென்மையாகவோ இல்லாத ஒரு குரலை பயன்படுத்துகிறதா
- ☐ சத்தத்தை உருவாக்குகிற பொம்மைகளை வைத்து விளையாடுகிறார்களா (கிலிகிலிப்புகள், மணிகள்)
- ☐ சத்தங்களை கேட்டு அதைப்போலவே சத்தம் எழுப்புகிறதா(1 வருடத்திற்குப் பிறகு)
- ☐ இரண்டு வயதுக்குப் பிறகு ("ஸ்" அல்லது "ங்க்")-ல் முடிவடையும் சில வார்த்தைகளை பயன்படுத்துகிறார்களா
- ☐ வாய்மொழி உத்தரவுகளை பின்பற்றுகிறார்களா
- ☐ தொலைக்காட்சி அல்லது வானொலியில் மிதமான ஒலியை பராமரிக்கிறார்களா
- ☐ சிரமமின்றி கதைகள், ஒலிநாடாக்கள் அல்லது தொலைக்காட்சியை கேட்கிறார்களா
- ☐ பெரும்பாலானவர்கள் புரிந்துகொள்ளும்படி பேசுகிறார்களா (2-1/2 வயதுக்கு மேலிருந்தால்)
- ☐ மற்றொரு அறையிலிருந்து கூப்பிட்டால் உங்களிடம் வருகிறார்களா (2 வருடங்களுக்கு பிறகு)

பிறந்ததிலிருந்து மூன்று வயது வரை – வளர்ச்சி மற்றும் மேம்பாடு

பிறந்ததிலிருந்து 3 மாதங்கள் வரை

உங்கள் குழந்தை...

- ☐ குப்புறப் படுத்துக்கொண்டு அவர்களது தலையையும், மார்பையும் தூக்குகிறார்களா
- ☐ அவர்களது கைகளையும், கால்களையும் எளிதாக நகர்த்துகிறார்களா
- ☐ அவர்களது தலையை பக்கவாட்டில் திருப்புவதன் மூலம் நீங்கள் செய்வதை பின்பற்றுகிறார்களா
- ☐ ஒரு பாட்டிலையோ அல்லது மார்பகத்தையோ எளிதாக எடுத்து நன்றாக உறிஞ்சுகிறார்களா
- ☐ திடீரென ஏற்படும் உரத்த சத்தங்களில் திடுக்கிடவோ அல்லது அழவோ செய்கிறார்களா
- ☐ உங்களைப் பார்க்கிறார்களா, உங்கள் முகத்தை உற்றுநோக்குகிறார்களா
- ☐ கொப்பலிப்பு அல்லது கொஞ்சும் ஒலிகளை உருவாக்குகிறார்களா
- ☐ நீங்கள் சிரிப்பதையோ அல்லது பேசுவதையோ பார்த்து பதிலுக்கு சிரிக்கிறார்களா
- ☐ சௌகரியமாக இருக்கும்போது அமைதியாக இருக்கிறார்களா

3 - 6 மாதங்கள்

உங்கள் குழந்தை...

- ☐ மல்லாக்க படுத்துக்கொண்டிருக்கும்போது கால்களைக் கொண்டு விளையாடுகிறார்களா
- ☐ குப்புறப் படுத்துக்கொண்டிருக்கும்போது கைகளை உந்தி அவர்களது தலை மற்றும் மார்பை உயர்த்துகிறார்களா
- ☐ ஆதரவு ஏதுமின்றி அவர்களது தலையை நேராகவும் மற்றும் நிலையாகவும் வைத்திருக்கிறார்களா
- ☐ குப்புறப் படுத்ததிலிருந்து மல்லாக்கவும், மல்லாக்கப் படுத்ததிலிருந்து குப்புறவும் உருளுகிறார்களா
- ☐ அவர்களின் இரண்டு கைகளையும் தட்டி விளையாடுகிறார்களா
- ☐ ஒரு பொம்மையை எட்டி எடுக்கிறார்களா
- ☐ அவர்களின் எல்லைக்குள் வைத்துள்ள பொம்மையை எடுக்கிறார்களா
- ☐ சத்தம் வரும் திசை நோக்கி அவர்களது தலையை திருப்புகிறார்களா
- ☐ நிறைய மாறுபட்ட சத்தங்களை எழுப்புகிறார்களா
- ☐ சத்தமாக சிரிக்கிறார்களா
- ☐ விருப்பங்கள், வெறுப்புகளைக் காட்ட முயற்சி செய்கிறார்களா

6 - 12 மாதங்கள்

உங்கள் குழந்தை...

- ☐ கொஞ்சம் உதவி செய்தால் அவர்களே எழுந்து நிற்கிறார்களா
- ☐ பொம்மைகளுடன் விளையாடும்போது உதவியின்றி உட்காருகிறார்களா
- ☐ ஒரு கையிலிருந்து மற்றொரு கைக்கு பொருட்களை மாற்றுகிறார்களா
- ☐ விரல்களைக் கொண்டு அவர்களே சாப்பிடுகிறார்களா
- ☐ பாய்-பாய் என்று கைகளை ஆட்டுகிறார்களா
- ☐ அசைவுகள் மற்றும் சத்தங்களைக் கொண்டு அவர்களது தேவைகளை உங்களுக்கு தெரிவிக்கிறார்களா
- ☐ பேசும் ஒலிகளை காப்பியடிக்கிறார்களா ("பா-பா", "கா-கா")
- ☐ வயது வந்தவர்களுடன் விளையாடும்போது மாறி மாறி விளையாடுகிறார்களா (செயல்கள், சத்தங்கள் அல்லது முகபாவனைகள்)
- ☐ ஒரு சாதாரண கேள்வியை அவர்கள் புரிந்துகொண்டதை உங்களுக்கு தெரிவிக்கிறார்களா ("இன்னும் உங்களுக்கு வேண்டுமா?")
- ☐ அந்நியர்களிலிருந்து பெற்றோர்களை அறிகிறார்களா

12 - 18 மாதங்கள்

உங்கள் குழந்தை...

- ☐ தனியாக நடக்கிறார்களா
- ☐ சிறிய பொருட்களை எடுக்கிறார்களா (திராட்சை அளவு)
- ☐ பொருட்களை கொள்கலன்களில் போட்டு அடைக்கிறார்களா
- ☐ ஒரு பொருளை மற்றொரு பொருளின் மேல் வைக்கிறார்களா
- ☐ ஸ்பூனைக் கொண்டு தாமாகவே சாப்பிடுகிறார்களா
- ☐ "மாமா" அல்லது "டாடா"-வுடன் சேர்த்து இரண்டு அல்லது மூன்று வெவ்வேறு வார்த்தைகளை சொல்கிறார்களா
- ☐ வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்தி பொருட்களை கேட்கிறார்களா
- ☐ சிறிது சிந்தி கோப்பையைப் பிடித்து குடிக்கிறார்களா
- ☐ பெயர் சொன்னால் பல்வேறு பொருட்கள் அல்லது படங்களைக் காட்டுகிறார்களா

18 மாதங்கள் - 2 வருடங்கள்

உங்கள் குழந்தை...

- ☐ அவர்களது கையால் பிடித்துக்கொண்டு மாடிப்படிகளில் மேலும் கீழும் நடக்கிறார்களா
- ☐ கிறுக்குகிறார்களா
- ☐ இசைக்கேற்றவாறு அவர்களது உடலை அசைக்கிறார்களா
- ☐ இரண்டு வார்த்தைகளை ஒன்றாக சொல்கிறார்களா ("இன்னும் ஜூஸ்")
- ☐ கேள்வி கேட்க ஆரம்பிக்கிறார்களா ("ஜூஸ்", "பாய்-பாய்")
- ☐ தாமாகவே சாண்ட்விச் எடுத்துக் கொள்கிறார்களா, கடித்து சாப்பிடுகிறார்களா
- ☐ காலணிகள் மற்றும் காலணி உறைகளை எடுக்கிறார்களா
- ☐ ஒரு வயது வந்தவருடன் உட்கார்ந்து கதைப்புத்தக படங்களை பார்க்கிறார்களா
- ☐ பொம்மைகளுக்குள் சாதாரண தேர்வுகளை செய்கிறார்களா (புதிர்கள் அல்லது வாகனங்கள்)
- ☐ மற்றொரு குழந்தை விளையாடுவதை காப்பியடிக்கிறார்களா (மண்ணைப் போடுதல், பந்தை எறிதல்)

2 - 3 வருடங்கள்

உங்கள் குழந்தை...

- ☐ நன்றாக நடக்கிறார்களா, ஓடுகிறார்களா, நிற்கிறார்களா, ஏறுகிறார்களா மற்றும் கீழே குந்துகிறார்களா
- ☐ மூன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட பொருட்களை அடுக்கி வைக்கிறார்களா
- ☐ தாமாகவே கப் மற்றும் ஸ்பூனை பயன்படுத்துகிறார்களா
- ☐ ஒரே நேரத்தில் இரண்டு அறிவுறுத்தங்களை பின்பற்றுகிறார்களா ("அந்தப் புத்தகத்தை எடுத்து மேஜைமீது வைக்கவும்")
- ☐ ஐந்து முதல் ஆறு வரையிலான அவர்களது உடல் பாகங்களின் பெயர்களை சொல்கிறார்களா
- ☐ சிறு உரையாடல்களில் கலந்துகொள்கிறார்களா
- ☐ சாதாரணமான "என்ன" மற்றும் "என்ன செய்கிறீர்கள்" போன்ற கேள்விகளுக்கு பதிலளிக்கிறார்களா ("மதிய உணவுக்கு உங்களுக்கு என்ன வேண்டும்?")
- ☐ பொருட்களின் பயன்பாட்டைப் பற்றி கூறும்போது, அவற்றை காட்டுகிறார்களா அல்லது அவற்றின் பெயரைச் சொல்கிறார்களா ("நீங்கள் என்ன குடிக்கிறீர்கள்?")
- ☐ சாதாரண பணிகளில் உதவி செய்கிறார்களா (பொம்மைகளை எடுத்தல்)
- ☐ 2-3 வார்த்தைகள் கொண்ட வாக்கியங்களை வழக்கமாக பயன்படுத்துகிறார்களா

"எல்லா உதவிகளையும் கொண்டு என் குழந்தை மேம்பட்டு வருகிறார் மற்றும் அவருடன் என்னால் கற்றுக்கொள்ள முடிகிறது."

உங்கள் குழந்தையின் மேம்பாட்டைப் பற்றிய கவலை உங்களுக்கு இருந்தால், ஹெல்ப் மி குரோ Washington என்கிற இந்த அமைப்பை 1-800-322-2588 என்ற எண்ணில் அழையுங்கள்.