ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਰਤਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਚੈੱਕਲਿਸਟਾਂ (ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ) ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਲਈ ਚੈੱਕਲਿਸਟ

- ☐ ਗੱਡੀ ਅਤੇ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੀਟ ਬਾਰੇ ਮੈਨੂਅਲ ਪੜ੍ਹੋ
- ☐ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਗੱਡੀ ਦੀ ਸਾਹਮਣੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਢੁੱਕਵੀਂ ਸੀਟ ’ਤੇ ਰੱਖੀ ਗਈ ਹੈ
  - ਐਕਟਿਵ ਏਅਰ ਬੈਗ ਦੇ ਅੱਗੇ ਨਹੀਂ
  - ਪਿੱਛਲੀ ਸੀਟ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖਣੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ
- ☐ ਸੀਟ ਬੈਲਟ ਜਾਂ ਯੂ ਏ ਐੱਸ (ਯੂਨੀਵਰਸਲ ਐਂਕਰੇਜ ਸਿਸਟਮ) ਬੈਲਟ ਦੇ ਸਹੀ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਹੈ (ਗੱਡੀ ਦੀ ਸੀਟ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ)
- ☐ ਸੀਟ ਬੈਲਟ ਲਾਕ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ
- ☐ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਨੂੰ ਸੀਟ ਬੈਲਟ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਕੱਸ ਕੇ ਬੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ (ਹਿਲਜੁਲ ਕਰ ਸਕਣ ਲਈ ਇਕ ਇੰਚ ਜਾਂ ਘੱਟ ਦੀ ਥਾਂ)
- ☐ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ 45° ’ਤੇ ਟੇਢਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ
- ☐ ਬੱਧਰ ਬੰਨਣ ਲਈ ਝੀਥ (ਸਲੌਟ) ਬੱਚੇ ਦੇ ਮੋਢੇ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਹੈ
- ☐ ਬੱਧਰ ਨੂੰ ਬੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ (ਦੋਵੇਂ ਕੁੰਡੀਆਂ -ਲੈਚਜ਼- ਅੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ)
- ☐ ਬੱਧਰ ਕੱਸੀ ਹੋਈ ਹੈ (ਹੰਸ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਇਕ ਉਂਗਲ ਪੈਣ ਦੀ ਜਾਂ ਘੱਟ ਥਾਂ)
- ☐ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕਲਿੱਪ (ਚੈਸਟ ਕਲਿੱਪ) ਕੱਛ ਦੇ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਹੈ
- ☐ ਹੈਂਡਲ ਦੀ ਥਾਂ ਚੈੱਕ ਕਰੋ

ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਲਈ ਚੈੱਕਲਿਸਟ

- ☐ ਗੱਡੀ ਅਤੇ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੀਟ ਬਾਰੇ ਮੈਨੂਅਲ ਪੜ੍ਹੋ
- ☐ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਗੱਡੀ ਦੀ ਸਾਹਮਣੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਢੁੱਕਵੀਂ ਸੀਟ ’ਤੇ ਰੱਖੀ ਗਈ ਹੈ (ਪਿਛਲੀ ਸੀਟ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖਣੀ ਬਿਹਤਰ ਹੈ)
- ☐ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਉੱਪਰ ਨੂੰ ਸਿੱਧੀ ਹੈ (ਟੇਢਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਲੱਤ-ਰਿਕਲਾਈਨ ਲੈੱਗ- ਠੀਕ ਥਾਂ ’ਤੇ ਹੈ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੀਟ ਹੇਠਾਂ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਹੈ)
- ☐ ਸੀਟ ਬੈਲਟ ਜਾਂ ਯੂ ਏ ਐੱਸ (ਯੂਨੀਵਰਸਲ ਐਂਕਰੇਜ ਸਿਸਟਮ) ਬੈਲਟ ਦੇ ਸਹੀ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਹੈ (ਗੱਡੀ ਦੀ ਸੀਟ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ)
- ☐ ਸੀਟ ਬੈਲਟ ਲਾਕ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ
- ☐ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਨੂੰ ਸੀਟ ਬੈਲਟ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਕੱਸ ਕੇ ਬੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ (ਹਿਲਜੁਲ ਕਰ ਸਕਣ ਲਈ ਇਕ ਇੰਚ ਜਾਂ ਘੱਟ ਦੀ ਥਾਂ)
- ☐ ਬੱਧਰ (ਟੈਥਰ) ਸਹੀ ਐਂਕਰ ਵਿੱਚ ਅੜਾਈ ਗਈ ਹੈ
- ☐ ਬੱਧਰ ਕੱਸੀ ਹੋਈ ਹੈ
- ☐ ਬੱਧਰ ਬੰਨਣ ਲਈ ਝੀਥ (ਸਲੌਟ) ਬੱਚੇ ਦੇ ਮੋਢੇ ਤੋਂ ਹੇਠਾਂ ਹੈ
- ☐ ਬੱਧਰ ਨੂੰ ਬੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ (ਦੋਵੇਂ ਕੁੰਡੀਆਂ -ਲੈਚਜ਼- ਅੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ)
- ☐ ਬੱਧਰ ਕੱਸੀ ਹੋਈ ਹੈ (ਹੰਸ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਇਕ ਉਂਗਲ ਪੈਣ ਦੀ ਜਾਂ ਘੱਟ ਥਾਂ)
- ☐ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕਲਿੱਪ (ਚੈਸਟ ਕਲਿੱਪ) ਕੱਛ ਦੇ ਪੱਧਰ ’ਤੇ ਹੈ

ਅਸੀਂ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹਾਂ

ਬੀ ਸੀ ਏ ਏ ਦਾ ਬੱਚੇ-ਸਵਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਬੀ ਸੀ ਦੀਆਂ ਸੜਕਾਂ ’ਤੇ ਸਫਰ ਕਰਦੇ ਵਕਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣ।

ਕਲਿੱਕ
bcaa.com/carseatsafety

ਫੋਨ ਕਰੋ (ਮੁਫਤ)
1.877.247.5551

ਈਮੇਲ
roadsafety@bcaa.com

bcaa.com ’ਤੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਸਰਲ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਿਖੀ ਗਈ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਵਰਤਣ ਲਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦਾ ਮਕਸਦ ਸਿਰਫ ਆਮ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਕਾਨੂੰਨੀ ਜਾਂ ਮਾਹਰ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਦਾ ਕੋਈ ਯਤਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਸੇ ਝਗੜੇ, ਦਾਅਵੇ, ਮੰਗ ਜਾਂ ਕਾਰਵਾਈ ਸਮੇਂ ਇਸ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਦੇ ਮਕਸਦ ਨਾਲ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਲਿਖਤ ਵਿੱਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ’ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋਣ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵੱਜੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਸੱਟ ਲਈ ਬੀ ਸੀ ਏ ਏ ਦੀ ਕੋਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

08/20 184-20 [Punjabi]

ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ

ਬੀ ਸੀ ਏ ਏ ਦਾ ਬੱਚੇ-ਸਵਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

BCAA

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਸਹੀ ਹੈ?

ਜਨਮ ਤੋਂ ਇਕ ਸਾਲ ਤੱਕ

ਇਕ ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ 10 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (22 ਪੌਂਡ) ਭਾਰ ਦੇ ਹੋਣ ਤੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਗੱਡੀ ਵਿੱਚ ਸਫਰ ਕਰਦੇ ਵਕਤ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬੱਧਰਾਂ ਵਾਲੀ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ (ਹਾਰਨੈਸਡ ਰੀਅਰ-ਫੇਸਿੰਗ) ਕਾਰ ਸੀਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੇ:

- ਟੱਕਰ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿਰ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਆਸਰਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।
- **ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਕਦੇ ਵੀ ਐਕਟਿਵ ਏਅਰ ਬੈਗ ਵਾਲੀ ਮੂਹਰਲੀ ਪੈਸੈਂਜਰ ਸੀਟ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਵਰਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ**
- ਸੀਟ ਨੂੰ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਲਾਉਣ (ਇਨਸਟਾਲ ਕਰਨ) ਅਤੇ ਬੱਧਰਾਂ ਬੰਨਣ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਇਸ ਬ੍ਰੋਸ਼ਰ ਦੇ ਪਿੱਛਲੇ ਪਾਸੇ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਬਾਰੇ ਚੈਕਲਿਸਟ (ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ) ਦੇਖੋ।

ਇਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਉੱਪਰ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਭਾਰ ਘੱਟੋਘੱਟ 10 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (22 ਪੌਂਡ) ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਵਰਤਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇ। **ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੀਟ (ਚਾਇਲਡ ਸੀਟ) ਦੇ ਮੈਨੂਅਲ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੇਖੋ।**

ਨੋਟ: ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਤੱਕ ਉਸ ਦਾ ਭਾਰ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਦੀ ਭਾਰ ਦੀ ਹੱਦ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਉਂਦਾ ਹੋਵੇ। ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਦੀ ਭਾਰ ਦੀ ਹੱਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੀਟ ਦਾ ਮੈਨੂਅਲ ਦੇਖੋ।

- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਦੇ ਭਾਰ ਅਤੇ ਕੱਦ ਦੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਿਰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸੀਟ ਦੇ ਸਿਰੇ ਤੋਂ 2.5 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (1 ਇੰਚ) ਦੇ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਵਰਤਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਵੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਿਰਫ ਬਾਲਾਂ ਲਈ ਸੀਟ (ਇਨਫੈਂਟ ਓਨਲੀ ਸੀਟ) ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਬਾਲਾਂ/ਬੱਚਿਆਂ (ਇਨਫੈਂਟ/ਚਾਇਲਡ) ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਵਰਤਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਦੇ ਭਾਰ ਅਤੇ ਕੱਦ ਦੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਤੱਕ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਕਾਰ ਸੀਟ ਵਰਤਣੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖੇ, ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਤੱਕ ਉਸ ਦਾ ਭਾਰ 18 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (40 ਪੌਂਡ) ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ।
- ਸੀਟ ਨੂੰ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਲਾਉਣ (ਇਨਸਟਾਲ ਕਰਨ) ਅਤੇ ਬੱਧਰਾਂ ਬੰਨਣ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਲਈ ਇਸ ਬ੍ਰੋਸ਼ਰ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਦਿੱਤੀ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਸੀਟ ਬਾਰੇ ਚੈਕਲਿਸਟ (ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ) ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਨੌਂ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ 18 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (40 ਪੌਂਡ) ਦਾ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜਾਂ ਤਾਂ ਉਹ ਬੱਚੇ ਦੀ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਬੱਧਰਾਂ ਵਾਲੀ ਸੀਟ (ਹਾਰਨੈਸਡ ਫਾਰਵਰਡ-ਫੇਸਿੰਗ ਸੀਟ) ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਬੂਸਟਰ ਸੀਟ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨੋਟ: ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਚਾਰ ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਮੂੰਹ ਵਾਲੀ ਬੱਧਰਾਂ ਵਾਲੀ ਸੀਟ (ਹਾਰਨੈਸਡ ਫਾਰਵਰਡ-ਫੇਸਿੰਗ ਸੀਟ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ।

- ਬੂਸਟਰ ਸੀਟਾਂ 18 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (40 ਪੌਂਡ) ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਰ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਨੌਂ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੱਦ 145 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ (4 ਫੁੱਟ 9 ਇੰਚ) ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ।
- ਬੂਸਟਰ ਸੀਟ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਸ ਸਹੀ ਥਾਂ ਤੱਕ ਉੱਚਾ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਥਾਂ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮੋਢੇ, ਛਾਤੀ ਅਤੇ ਚੂਲਿਆਂ ਦੇ ਉੱਪਰ ਦੀ ਸੀਟ ਬੈਲਟ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।
- ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਬੂਸਟਰ ਸੀਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸ਼ੋਲਡਰ/ਲੈਪ ਸੀਟ ਬੈਲਟ ਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।