

# 11ਵੀਂ ਅਤੇ 12ਵੀਂ ਸਾਲ ਵਾਸਤੇ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ

**1** ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ – ਵੱਖ ਵੱਖ ਰਸਤੇ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਵੀ ਸੀ ਈ ਇਕੱਲਾ ਵਿਕਲਪ ਨਹੀਂ ਹੈ।

**6** ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀਆਂ ਵਧੀਆ ਆਦਤਾਂ ਬਨਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ – ਨਿਯਮਤ ਅੰਤਰਾਲਾਂ ਸਮੇਤ।

**2** ਸਕੂਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋ ਜਾਵੇ।

**7** ਸੰਤੁਲਿਤ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਚੋਖਾ ਅਰਾਮ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹਨ।

**3** ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਖਾਸ ਤਰੀਕਾਂ ਵਾਲਾ ਇਕ ਕੈਲੰਡਰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ।

**8** ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੈ – ਸਕੂਲ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਟੀਮ, ਕਿਡਜ਼ ਹੈਲਪਲਾਈਨ, ਲਾਈਫਲਾਈਨ, ਹੈਡਸਪੇਸ ਅਤੇ ਬਿਓਂਡ ਬਲਿਊ।

**4** ਸਕੂਲ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹੋਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ – ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਓ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਨਮਾਨ ਦੀ ਇਜ਼ਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਤੁਸੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ।

**9** ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਾਂ ਇਮਤਿਹਾਨਾਂ ਕਰਕੇ ਬੇਚੈਨ ਹੈ, ਸ਼ਾਂਤ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣੋ।

**5** ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ।

**10** ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਟੇਫਸ ਦੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਨਾਂ ਉੱਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਥੇ ਜਾਣ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ 12ਵੀਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ [www.education.vic.gov.au/parents/going-to-school](http://www.education.vic.gov.au/parents/going-to-school) ਉਪਰ ਜਾਓ