Vision Australia

ਆਪਣੇ ਲੌਕਰ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਾਲਣਾ ਅਤੇ ਵਰਤਣਾ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲੌਕਰ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਟੱਬ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਕਸਦ? ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਸੌਖਾ ਬਣਾਉਣਾ।



ਆਪਣਾ ਲੌਕਰ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰਾ ਰੱਖਣ ਦੇ ਸੌਖੇ ਤਰੀਕੇ

- ਜੋ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਵਰਤਦੇ ਹੋ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ
- ਜੋ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਨਹੀਂ ਵਰਤਦੇ, ਜਿਵੇਂ ਵਾਧੂ ਪੈਨਸਿਲਾਂ ਜਾਂ ਆਪਣਾ ਲੰਚਬਾਕਸ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਭਰਨ ਤੋਂ ਬਚੋ
- ਚੀਜ਼ਾਂ ਘੱਟ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਸੌਖਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਆਪਣੀ ਨਜ਼ਰ ਮੁਤਾਬਕ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਸੌਖਾ ਬਣਾਓ

- ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬਣਤਰਾਂ ਜਾਂ ਲੇਬਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਲਈ ਉੱਭਰੇ ਹੋਏ ਸਟਿੱਕਰ, ਵੱਡੇ ਅੱਖਰਾਂ ਵਾਲੇ ਲੇਬਲ ਜਾਂ ਬੰਪ ਡੌਟਸ ਵਰਤੋ।
- ਇੱਕੋ ਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਰੱਖੋ (ਸਾਰੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਇੱਕ ਥਾਂ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਟੈਕਸਟਾ ਨੂੰ ਇੱਕ ਥਾਂ)।
- ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਚਮਕਦਾਰ ਰੰਗ ਵਰਤੋ।



ਇਸਨੂੰ ਸੌਖਾ ਰੱਖੋ

- ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਆਪਣੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ
- ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਛੇਤੀ-ਛੇਤੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਲਓ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਵੋ
- ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੱਡਾ ਪੈਨਸਿਲ ਕੇਸ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਲਈ ਨਵੀਂ ਥਾਂ ਲੱਭੋ।

ਤੁਹਾਡੇ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਕੰਮ

ਇਸ ਹਫ਼ਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਪੈਨਸਿਲ ਕੇਸ ਜਾਂ ਲੰਚਬਾਕਸ ਲਈ ਇੱਕ ਥਾਂ ਚੁਣੋ, ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਵਾਪਸ ਉਸੇ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।

ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਜੇਕਰ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਥੋੜ੍ਹਾ ਔਖਾ ਲੱਗੇ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਗੱਲ ਨਹੀਂ। ਜਦੋਂ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਮਦਦ ਮੰਗੋ, ਜਲਦਬਾਜ਼ੀ ਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਨਵੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਰੋਜ਼ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣਾ ਸੌਖਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

