



ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਜਾਂਚ ਸੂਚੀ

ਇੱਕਮਾਪੇ/ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਵਜੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਜਾਣ ਲਓਗੇ ਕਿ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਉਹ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸਿੱਖਣ, ਖੇਡਣ, ਸਮਾਜੀਕਰਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਫੋਟੋਆਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ, ਬਲੌਗਿੰਗ ਕਰਨ, ਗੋਮਿੰਗ ਕਰਨ ਜਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਆਪਣੀਆਂ ਐਪਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਮੌਕਿਆਂ ਦਾ ਸਥਾਨ ਹੈ।

ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਜੇ ਤਕਨੀਕ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੁੰਡਾਗਰਦੀ, ਅਜਨਬੀਆਂ ਤੋਂ ਸੰਪਰਕ, ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਅਣਉਚਿਤ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਕਨੂੰਨੀ ਸਮੱਗਰੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ, ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਸਰਲ ਜਾਂਚ ਸੂਚੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ, ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- **ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੈ** – ਅਜਿਹਾ ਕਰਕੇ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਔਨਲਾਈਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਸਰਗਰਮੀ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਦਿਲਚਸਪੀ ਦਿਖਾਓ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ ਸਾਈਟਾਂ ਦੇ ਨਾਵਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦਿਓ। ਫੇਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ **ਦੁਬਾਰਾ ਦੇਖ** ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਲਓ **ਅਤੇ ਜਗਹ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੋ**, ਇਹ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਆਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੈੱਟ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਿੱਖੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦੀ ਸਿੱਧੀ ਸਾਈਟ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ।
- **ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ** - ਸੋਸ਼ਲ ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ ਸਾਈਟਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫੇਸਬੁੱਕ, ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ, ਵਾਟਸ ਐਪ, ਸਨੈਪਚੈਟ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਫੋਟੋਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ **ਪਰਦੇਦਾਰੀ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ** ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੈੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਹ ਔਨਲਾਈਨ ਪੇਸਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸਦੀ ਨਕਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਤੇ ਵੀ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਆਗਿਆ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਪੇਸਟ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਗਲਤ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਆ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਇਸ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਸਲ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਲੱਭਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਲਿੰਕ ਤੁਹਾਡੀ ਪਰਦੇਦਾਰੀ ਸੈਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ: [ਪਰਦੇਦਾਰੀ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕਿਸੇ ਮਾਪੇ ਦੀ ਗਾਈਡ \(thinkuknow.co.uk\)](http://thinkuknow.co.uk)
- **ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਔਨਲਾਈਨ ਦੇਸਤਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ ਹੈ** – ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਲੋਕ ਇਸ ਬਾਰੇ ਔਨਲਾਈਨ ਝੂਠ ਬੋਲਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕੌਣ ਹਨ ਅਤੇ ਫਰਜ਼ੀ ਪਛਾਣਾਂ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚੇ ਇਸਨੂੰ ਸਮਝਣ। ਚਾਹੇ ਉਹ ਕਿਸੇ ਸੋਸ਼ਲ ਨੈੱਟਵਰਕ 'ਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਗੋਮਿੰਗ ਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋਣ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਦੇਸ਼ ਇੱਕੋ ਜਿਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਨਿੱਜੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਅਤੇ ਕੇਵਲ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ **ਦੇਸਤ** ਬਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸਲ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਔਨਲਾਈਨ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਤਜਰਬਾ ਇਹ ਦਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ 13 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਉਮਰ ਬਾਰੇ ਝੂਠ ਬੋਲਦੇ ਹਨ ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ ਕੋਈ 11 ਸਾਲ ਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਉਮਰ 25 ਸਾਲ ਾਂ ਦੇ ਹੋਣ। ਇਸ ਲਈ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

- **ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੰਪਿਊਟਰ, ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਗੇਮਾਂ ਦੇ ਕੰਸੋਲ 'ਤੇ ਉਚਿਤ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਕੰਟਰੋਲ ਸੈੱਟ ਕੀਤੇ ਹਨ** – ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ ਅਤੇ ਮੋਬਾਈਲਾਂ ਅਤੇ ਗੇਮ ਕੰਸੋਲ 'ਤੇ ਫਿਲਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਣਉਚਿਤ ਅਤੇ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੈਰ-ਕਨੂੰਨੀ ਸਮੱਗਰੀ ਦੇਖਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾਵਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨ ਅਨੁਸਾਰ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਜਾਂ ਗੇਮਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਵੀ ਤੈਅ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਔਨਲਾਈਨ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨਯੋਗ ਸੰਸਕਰਣ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ BT, ਟਾਕ ਟਾਕ, ਸਕਾਈ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ CEOP ਦੀ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸਾਈਟ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ [ਚਾਈਲਡਨੈੱਟ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਵੈੱਬਸਾਈਟ](#) ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ ਹੋਣਗੇ।

ਘੱਟੋ-ਘੱਟ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਖੋਜ ਇੰਜਣਾਂ, YouTube ਖਾਤੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ 'ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਕੰਟਰੋਲ ਸੈੱਟ ਕਰੋ। ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸਰਚ ਇੰਜਣਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ ਗੂਗਲ। ਤੁਸੀਂ **ਸਰਲ** ਕਦਮ-ਦਰ-ਕਦਮ ਗਾਈਡਾਂ ਵਾਸਤੇ Google ਦੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਰਪੂਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੇਂਦਰ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ –

www.google.com/familysafety/tools

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਹ ਵਰਣਨ ਕਰੋ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਕੰਟਰੋਲ ਕਿਉਂ ਸੈੱਟ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।

- **ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਇਹ ਦੱਸਣ ਲਈ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਔਨਲਾਈਨ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹਨ** – ਕਈ ਵਾਰ ਬੱਚੇ ਔਨਲਾਈਨ ਅਜਿਹੀਆਂ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਉਹ **ਸਹਿਜ** ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਦੇਖਦੇ ਜੋ ਉਹ ਨਹੀਂ ਦੇਖਣਾ **ਚਾਹੁੰਦੇ**। ਸੰਚਾਰ ਚੈਨਲਾਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੁਆਰਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ **ਇੰਟਰਨੈੱਟ**, ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ **ਮਨਪਸੰਦ ਸਾਈਟਾਂ** ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ **ਸਾਹਮਣਾ** ਕਰਨ **ਵਾਲੇ ਖਤਰਿਆਂ** ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ **ਦੁਆਰਾ**, ਉਹਨਾਂ ਦੇ **ਤੁਹਾਡੇ ਵੱਲ ਮੁੜਨ** ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਉਹ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹਨ।
- **ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਮਦਦ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨੀ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ** – CEOP ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੇਂਦਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਲੜੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ **ਚਿੰਤਤ** ਹੋ ਕਿ ਕਿਸੇ ਬਾਲਗ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ **ਅਣਉਚਿਤ** ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ **CEOP** ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੁੰਡਾਗਰਦੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਕੋਈ ਅਜਿਹੀ ਚੀਜ਼ ਦੇਖਾਰੇ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ ਜਿਸਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਹ **ਗੈਰ-ਕਨੂੰਨੀ** ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਵੀ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਸੀਂ www.ceop.police.uk/safety-centre ਵਿਖੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕੇਂਦਰ ਵਿਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਜਾਂ ਮਦਦ ਜਾਂ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ IR ਸਾਈਟ 'ਤੇ



ਇਸ ਬਟਨ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ।

ਉਕਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਰੇ ਅਗਲੇਰੀ ਮਦਦ ਅਤੇ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਵਾਸਤੇ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਦੇਖੋ

www.thinkuknow.co.uk/parents

ਜਾਂ

www.childnet.com/parents-and-carers

ਕੰਪਨੀ: 7697618

ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕ: ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਕ੍ਰਿਸਟੀਨ ਮੈਕਲਿਨਟੋਕ

ਰੋਜ਼ ਐਵੇਨਿਊ, ਹੇਜ਼ਲਮਰ, ਹਾਈ ਵਾਈਕੋਬ, ਬੱਕਸ ਐਚਪੀ15 7ਯੂਬੀ ਟੀ: 01494 815211 E: office@swr. ਸਕੂਲ www.swr.school