# ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸੰਤੁਲਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ

## ਅਸੀਂ ਇੱਥੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹਾਂ

**ਮਾਪਿਆਂ ਵਜੋਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਿਭਾਉਣ ਦੇ ਸੋਹਣੇ ਤਜਰਬੇ ਲਈ, ਸੰਤੁਲਨ ਬਣਾਉਣਾ ਅਹਿਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ - ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਕੰਮ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।**

ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਚੁਆਇਸਿਜ਼ ਵਿਆਪਕ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇੱਥੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹੈ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇਣ ਅਤੇ ਇਸ ਕੰਮ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਸਕਦੇ ਹਨ।

HM Government

Childcare Choices

# ਸੋਚੋ ਕਿ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਸਹਾਇਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ

**ਪਰਵਿਾਰਕ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਤਿ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਕੰਮ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਅਸੀਂ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦਾ ਵਸਿਤਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਤਾਂਕਿ ਹੋਰ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਪਰਵਿਾਰ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਣ।**

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮਕਾਜੀ ਮਾਪੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ 9 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ 3 ਸਾਲ ਦੇ ਵਚਿਕਾਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ 38 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ, ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ 15 ਘੰਟੇ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਤੰਬਰ 2025 ਤੋਂ, ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ 9 ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ 38 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ, ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਦਾ ਸਮਾਂ ਵੱਧ ਕੇ, 30 ਘੰਟੇ ਪ੍ਰਤੀ ਹਫ਼ਤਾ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

## ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੇਕਰ:

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ **9 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ 3 ਸਾਲ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ।**
- ਤੁਸੀਂ **ਇੰਗਲੈਂਡ** ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਵਨਸਾਥੀ (ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹੈ) **ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਨਿਮਨਤਮ ਜਾਂ ਘਰ ਦੇ ਗੁਜਾਰੇ ਯੋਗ ਆਮਦਨ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹਰ ਹਫਤੇ 16 ਘੰਟੇ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹੋ** ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਲ £100,000 ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਮਾਉਂਦੇ ਹੋ (ਐਡਜਸਟਡ ਸ਼ੁੱਧ ਆਮਦਨ)। ਜੇਕਰ ਮਾਤਾ ਜਾਂ ਪਿਤਾ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਇੱਕ, ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਦੂਜਾ ਕੁਝ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਹ ਨਾ ਭੁੱਲੋ ਕਿ **ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ 3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮਾਪੇ{/1}** ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ 15 ਘੰਟੇ ਦੀ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮਕਾਜੀ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ 15 ਘੰਟਿਆਂ ਨਾਲ ਜੋੜ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ **3 ਅਤੇ 4 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ 30 ਘੰਟੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ।**

## "ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ, ਸਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਗੇਮ ਚੇਂਜਰ ਸਾਬਿਤ ਹੋਇਆ ਹੈ।"

"ਇਹ ਜਾਣ ਕੇ ਬਹੁਤ ਰਾਹਤ ਮਿਲੀ ਕਿ ਮੇਰੀਆਂ ਧੀਆਂ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਪਿਆਰ ਭਰੇ ਅਤੇ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਮੇਰਾ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਪੁੱਤਰ ਦੂਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ-ਜੁਲਣਾ ਅਤੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਰੋਤਾਂ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਐਕਟੀਵਿਟੀਜ਼ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਰਹਿਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।"

**ਸ਼ੈਰਲ ਡੀ** ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਦੇ 30 ਘੰਟੇ ਵਰਤਦੀ ਹੈ ਅਤੇ Tax-Free Childcare ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀ ਹੈ

# ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ

- ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਹੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਲੋੜੀਂਦਾ ਮਾਪਦੰਡ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, **ਆਪਣੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ**। ਇਹ ਅਵਧੀਆਂ 1 ਜਨਵਰੀ, 1 ਅਪ੍ਰੈਲ ਅਤੇ 1 ਸਤੰਬਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਗੀਆਂ।
- **ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਦੇ ਘੰਟੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਹਰ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ** 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਵੇਰਵੇ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਜਾਂ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰੋ। ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ, ਸਮਾਂ ਆਉਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰਿਮਾਈਂਡਰ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ 2 ਸਾਲ ਦਾ ਬੱਚਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੰਮਕਾਜੀ ਮਾਪਿਆਂ ਲਈ 15 ਘੰਟੇ ਵਰਤ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜਦੋਂ ਉਹ 3 ਸਾਲ ਦਾ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਵਾਂਗ **ਦੁਬਾਰਾ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੋ** ਅਤੇ ਕੋਡ 30 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਆਫਰ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ।
- **ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਕਈ ਹੋਰ ਸਕੀਮਾਂ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ** ਜਿਵੇਂ ਕਿ Tax-Free Childcare ਜਾਂ Universal Credit Childcare ਤੁਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਕ, ਨਰਸਰੀਜ਼, ਚਾਈਲਡਮਾਈਂਡਰਸ, ਪ੍ਰੀ-ਸਕੂਲਸ ਅਤੇ ਪਲੇਗਰੁੱਪਸ ਲਈ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- **ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਕੁਝ ਕਵਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।** ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਵਾਧੂ ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਖਾਣੇ ਵਰਗੇ ਖਰਚਿਆਂ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਾਧੂ ਸ਼ੁਲਕ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੋ।
- **ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਦੇ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਦੇ ਘੰਟਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ** ਆਪਣੇ ਨਿਯਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਚੈੱਕ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘੰਟੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਉਪਯੋਗੀ ਹਨ।

## ਆਪਣਾ ਕੋਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ

**1 ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਲਈ** ChildcareChoices.gov.uk 'ਤੇ ਜਾਓ।

**2 ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ** ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਅਤੇ ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

**3 ਆਪਣੇ ਕੋਡ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਅਪਲਾਈ ਕਰੋ।** ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ National Insurance Number (ਜਾਂ ਸਵੈ-ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਯੂਨੀਕ ਟੈਕਸਪੇਅਰ ਰੈਫਰੈਂਸ), ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਮਿਤੀ ਜਾਂ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਮਿਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਰਕਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਲਾਭਾਂ ਦੇ ਵੇਰਵੇ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਯੂਕੇ ਦਾ ਬਰਥ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਰੈਫਰੈਂਸ ਨੰਬਰ (ਜੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ)।

**4 ਆਪਣਾ ਕੋਡ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨੂੰ ਦਿਓ।** ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਇਸ ਲਈ 7 ਦਿਨ ਤੱਕ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।

**5 ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਖਾਤੇ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਵੇਰਵਿਆਂ** ਦੀ ਹਰ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ 'ਤੇ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰੋ।

## ਮੈਂ ਕਦੋਂ ਤੱਕ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

**31 ਮਾਰਚ 2025**
1 ਅਪ੍ਰੈਲ 2025 ਤੋਂ ਵਰਤਣ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣਾ 15 ਜਾਂ 30 ਘੰਟੇ ਦਾ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਕੋਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।

**31 ਅਗਸਤ 2025**
1 ਸਤੰਬਰ 2025 ਤੋਂ ਵਰਤਣ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣਾ 30 ਘੰਟੇ ਦਾ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਕੋਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।

**31 ਦਸੰਬਰ 2025**
1 ਜਨਵਰੀ 2026 ਤੋਂ ਵਰਤਣ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣਾ 30 ਘੰਟੇ ਦਾ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਕੋਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।

# ਵਾਧੂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਮਦਦ

ਤੁਹਾਡੇ 2 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਫੰਡ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਇੰਗਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਕੁਝ ਵਾਧੂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ Universal Credit ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਕੋਲ ਸਿੱਖਿਆ, ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ (EHC) ਹੈ, ਉਸਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਆਪਣੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਟੇਟਸ ਦੇ ਕਾਰਨ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- ਇਹ ਸਕੀਮ ਕੰਮਕਾਜੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ 15 ਅਤੇ 30 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀ ਹੈ।
- ਇਹ ਦੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀ ਯੋਗ ਹੋ, ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਚੁਆਇਸਜ਼ਿ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀ ਯੋਗ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਕੌਂਸਲ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਅਥਾਰਟੀ ਦੀ ਪਰਵਿਾਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

## ਜਾਣੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਹਿੜੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਤੁਸੀ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਟੂਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਲਦੀ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਸ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ 'ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਚੁਆਇਸਜ਼' ਖੋਜੋ।