# Everyday Words: Comfort and sensory words

14 picture cards with English and Hindi labels · आराम और एहसास के शब्द



## How to use these cards

1. **Show and name.**
   Hold up one card and say the word once, clearly. Then pause. No quiz, no "what is this?"

2. **Find it.**
   Put two or three cards down. "Where is quiet?" A look, a reach, a point or handing you the card all count.

3. **Use it in real life.**
   Keep the cards where the words happen. At the right moment, tap the card, say the word, and wait for your child's turn.

> **Help, break and stop are always available.** Keep those three cards within your child's reach all day, and honor them every time. A child who trusts that "stop" works will try more words.

कार्ड कैसे इस्तेमाल करें: एक कार्ड दिखाएँ और शब्द एक बार साफ़ बोलें, फिर रुकें। अगली बार दो या तीन कार्ड रखकर पूछें, "रोटी कहाँ है?" बच्चा देखे, इशारा करे या कार्ड उठाए, सब सही है। सबसे ज़रूरी: असली ज़िंदगी में उसी पल कार्ड दिखाएँ और शब्द बोलें। बोलना, इशारा, कार्ड या डिवाइस, बात करने का हर तरीका गिना जाता है।

**Inside:** 14 cards on 4 pages, 4 per page, then a progress checklist on the last page. Cut along the dashed lines. Prints well in black and white. On US Letter paper choose "Fit to page".



## Quiet (shaant)

शांत



## Too bright

बहुत रोशनी



## Soft (naram)

नरम



## Scratchy (chubhta hai)

चुभता है



**Headphones (ear defenders)**

हेडफ़ोन



**Break (I need a break)**

ब्रेक



**Hug (gale lago)**

गले लगो



**Swing (jhoola)**

झूला



**Deep breath (gehri saans)**

गहरी साँस



**Calm corner (shaant kona)**

शांत कोना



**Blanket (kambal)**

कंबल



**Hot (garam)**

गरम



## Cold (thanda)

ठंडा



## Water play (paani se khelo)

पानी से खेलो

# Our progress: Comfort and sensory words

Checklist

Tick a box when you see it on most days. Showing a word counts as much as saying it.

| Word | Shows it<br>दिखाना | Says it<br>बोलना | Uses it at home<br>घर पर इस्तेमाल |
|---|---|---|---|
| **Quiet (shaant)** शांत | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Too bright** बहुत रोशनी | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Soft (naram)** नरम | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Scratchy (chubhta hai)** चुभता है | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Headphones (ear defenders)** हेडफ़ोन | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Break (I need a break)** ब्रेक | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Hug (gale lago)** गले लगो | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Swing (jhoola)** झूला | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Deep breath (gehri saans)** गहरी साँस | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Calm corner (shaant kona)** शांत कोना | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Blanket (kambal)** कंबल | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Hot (garam)** गरम | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Cold (thanda)** ठंडा | ☐ | ☐ | ☐ |
| **Water play (paani se khelo)** पानी से खेलो | ☐ | ☐ | ☐ |

जब बच्चा ज़्यादातर दिनों में ऐसा करे, तब टिक लगाएँ। दिखाना (इशारा, कार्ड उठाना, साइन, टैप) बोलने जितना ही गिना जाता है।

"Shows it" means any clear signal: a look, a reach, a point, a sign, handing over the card or tapping it on a device. "Uses it at home" means your child started it, without being asked. Dates and notes on the back are welcome.