AUSCO

अष्ट्रेलियन सांस्कृतिक अभिमुखीकरण कार्यक्रम

अभ्यास पुस्तिका - Nepali

सजिलोसंग पढ्ने

Australian Government
Department of Social Services

अष्ट्रेलियन सामाजिक सेवा विभागको तर्फबाट अन्तर्राष्ट्रिय आप्रवासन संगठन द्वारा प्रदान गरिएको

IOM • OIM

यस अभ्यास पुस्तिकाको प्रयोग कसरी गर्ने

यो जानकारीहरु पढ्नलाई सजिको हुने गरि लेखिएको छ । हामी बिचारहरु व्याख्या गर्न तस्वीरको प्रयोग गर्दछौं ।

IOM • OIM

Australian Government
Department of Social Services

यो जानकारी अष्ट्रेलियन सामाजिक सेवा विभाग (Australian Department of Social Services - DSS) को तर्फबाट अन्तर्राष्ट्रिय आप्रवासन संगठन (International Organization for Migration - IOM) द्वारा प्रदान गरिएको हो।

यस फोल्डरमा के छ भनेर तपाईंले पढ्नकोलागि मद्दत माग्न सक्नुहुनेछ । एउटा साथी, परिवारका सदस्य वा टेवा दिने व्यक्तिले तपाईंलाई मद्दत गर्न सक्नेछन् ।

विषय सूची

शुरू गर्ने 2

यूनिट १ अष्ट्रेलिया – एक परिचय 6

यूनिट २ बसोबास 13

यूनिट ३ आवास 17

यूनिट ४ स्वास्थ्य 22

यूनिट ५ पैसा 26

यूनिट ६ शिक्षा 33

यूनिट ७ रोजगारी 39

यूनिट ८ कानून 44

बसोबासका कथाहरु 48

सफलताका रेकर्डहरु 51

शुरू गर्ने

AUSCO
अष्ट्रेलियाली सांस्कृतिक परिचय कार्यक्रम

अष्ट्रेलियन सांस्कृतिक अभिमुखीकरण कार्यक्रम (Australian Cultural Orientation Program - AUSCO) मा स्वागत छ।

AUSCO को निम्न उदेश्यहरु छन्

- तपाईंलाई तपाईं अष्ट्रेलिया जाने यात्राको बारेमा जानकारी दिन्छ

- तपाईंको अष्ट्रेलिया सम्बन्धी प्रश्नहरुको जवाफ दिने

तपाईंले अष्ट्रेलियाको बारेमा के जान्न चाहानुहुन्छ भन्ने पत्ता लगाएर शुरु गरौं।

तलको तालिकामा 'प्रश्न' लेखिएको ठाऊँ तल तपाईंको प्रश्न लेख्नुहोला।

AUSCO ले धेरै जानकारीहरु दिनेछ।

AUSCO को बेला तपाईंले आफ्नो प्रश्नहरुको जवाफ पनि सुन्न सक्नुहुनेछ।

सबैनै सम्झन भने गाह्रो पनि हुन सक्छ।

तपाईंको जवाफहरु तलको तालिकामा ‘उत्तर’ लेखेको मुनि लेख्नुहोला।

तपाईंको अष्ट्रेलियाको बारेमा प्रश्नहरू

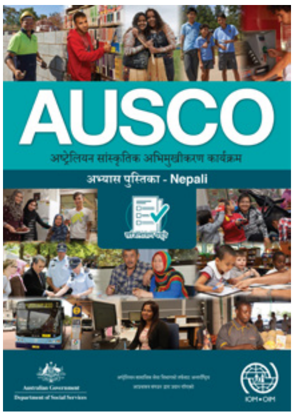
प्रश्नहरु	उत्तरहरू

AUSCO सकिएपछि निम्न कुराहरु गर्नुहोला:

- तपाईंको प्रश्नहरूलाई फेरी हेर्नुहोला।

- यदि तपाईंले खोज्नु भएको सबै उत्तरहरु छन् वा छैनन् जाँच गर्नुहोला।

जब तपाईं अष्ट्रेलियामा हुनुहुन्छ केही प्रश्नहरु सजिलो हुन सक्दछ।



तपाईंले आफ्नो AUSCO फोल्डर अष्ट्रेलिया जानुहुँदा साथैमा लिएर जानुहोला।

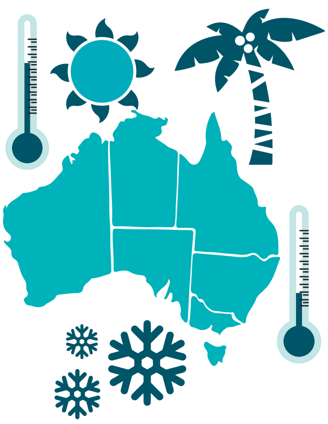
यूनिट १ अष्ट्रेलिया – एक परिचय

अष्ट्रेलिया निम्न कुराहरुले भरिपूर्ण छन्

- अवसरहरु
- नयाँ अनुभवहरु

यो एकदमै ठुलो देश हो – विश्वको छैटौं ठुलो देश हो।

यसले अष्ट्रेलियाको हरेको भाग फरक फरक बनाईदिन्छ।

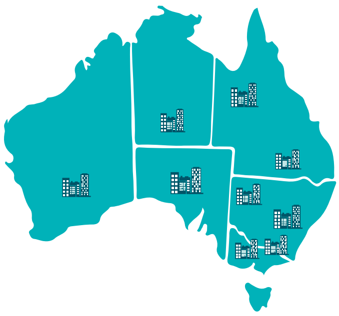


उत्तरी भागको मौसम र अवस्था शमसितोष्ण छ।

दक्षिणी भागमा मौसम र अवस्था अलिक सितल छ।

यो ठूलो देश भएतापनि, अष्ट्रेलियाको जनसंख्या ठुलो छैन – करिव २ करोड ३० लाख मात्र छ।

प्रायजसो मानिसहरु शहर र सामुन्द्रिक तटमा बसोबास गर्दछन्।



सामुन्द्रिक तट भन्दा टाढा – त्यहाँ शहरहरू र गाउँहरु पनि छन्।

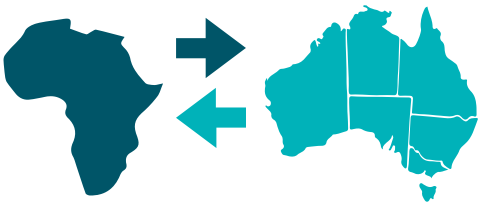
क्यानबेरा (Canberra) अष्ट्रेलियाको राजधानी शहर हो।

जब तपाईं अष्ट्रेलियामा नयाँ जीवन यापन गर्न थाल्नुहुन्छ त्यसपछि तपाईंले अष्ट्रेलियाको अलग अलग क्षेत्रहरुबारे थप जानकारीहरु हासिल गर्नुहुनेछ।

कृयाकलाप

अन्य देशहरूसित अष्ट्रेलियाको तुलना

तपाईँ अष्ट्रेलियामा आइपुगेपछि कहाँ बसोबास गर्ने भन्ने कुरा देखाउन तलको नक्साको प्रयोग गर्नुहोस् ।

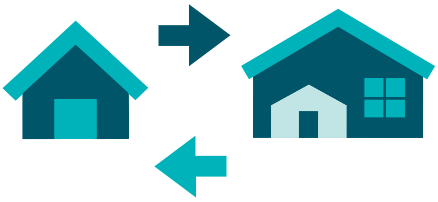


अष्ट्रेलियाको दाँजोमा तपाईंको घरेलु देश कत्रो छ ?

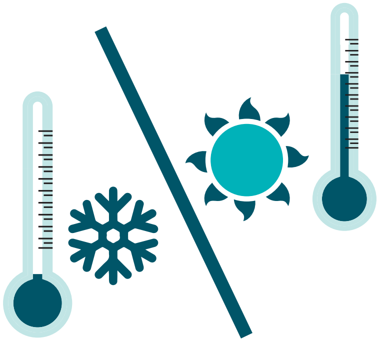
के तपाईं यसलाई नक्सामा उतार्न सक्नुहुन्छ ?

Darwin
Northern Territory
Queensland
Western Australia
South Australia
Brisbane
New South Wales
Perth
Sydney
ACT
Adelaide
Canberra
Victoria
Melbourne
Tasmania
Hobart

के कुरा उस्तै र फरक छ:



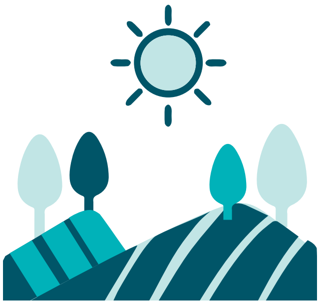
- तपाईं अहिले बसिरहनु भएको स्थान देखि तपाईं अहिले बस्नुभएको स्थान, अथवा तपाईं पहिला बस्नु भएको स्थान ?



- मौसम र अवस्थाहरु ?

- जनसंख्या – मानिसहरु जो त्यहाँ बसिरहेका छन् ?

- उद्योगहरु – मानिसहरुले गर्ने काम र मानिसहरुको नोकरी ?



- भौगोलिक स्वरुप ?

अष्ट्रेलियनहरू विश्वभरबाट आएका छन्।

करिव करिव आधा भन्दा बढी अष्ट्रेलियालीहरु:

- विदेशमा जन्मेकाहरु
- विदेशमा जन्मेका आमा बुबाहरु

उनीहरुले आफुसंग फरक-फरक रितिरिवाजहरु लिएर आएका हुन्छन्।

जवसम्म कानूनको उलंघन गर्दैनन् उनीहरुले आफ्नो रितिरिवाजको अभ्यास गर्न पाऊँदछन ।

तपाईँ परिचित हुनुभएको भन्दा अलग खालको व्यवहार, चालचलन वा परम्परा तपाईँले अध्ययन गर्नु भएको छ ?

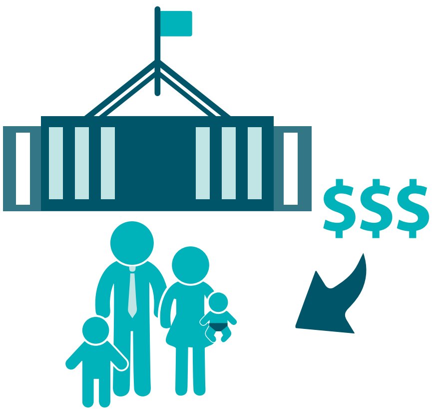
ती भिन्नताहरूबारे तपाईँको सोचाई कस्तो छ ?

यूनिट २ बसोबास

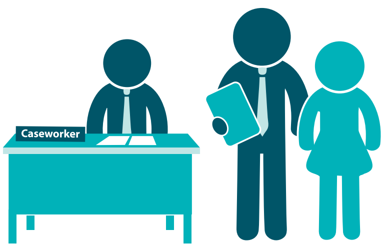
तपाईंले अष्ट्रेलियामा सजिलै जिवन स्थायित्व गर्न:

- काम पाउनु पर्छ
- अंग्रेजी अध्ययन गर्नुपर्छ

यसको लागि केहि समय लाग्न सक्छ।



तपाईंको नयाँ जिवन स्थायित्व गर्ने मद्दतको लागि तपाईंले सरकारबाट सेवा हासिल गर्न सक्नुहुनेछ।



तपाईंले सरकारी सेवाहरुको पहुँचको लागि निम्न व्यक्तिलाई सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ:

- केसवर्कर
- प्रस्तावक

कृयाकलाप

निम्न तालिका भर्नुहोला।

तपाईंले अष्ट्रेलिया पुग्नुहुँदा के सेवाहरु प्राप्त गर्ने सोच्नुभएको छ लेख्नुहोला।

त्यसको साथ ति जानकारीहरु कहाँ प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ पनि लेख्नुहोला।

अन्तमा, तपाईंले लेखेका कुराहरू पुनः हेर्ने छौ र केहि परिवर्तन गर्नु पर्छ कि हेर्ने छौं।

मलाई लाग्छ मैले यो सहायता अष्ट्रेलियामा आइपुगेपछि प्राप्त गर्नेछु ।	मैले यो जानकारीहरु कहाँबाट पाउन सक्छु ?	के म सही थिएँ ?
विमानस्थलमा		
आवास		
पैसा		
शिक्षा		
स्वास्थ्य सेवा		
घरायसी सामानहरू – फर्निचरहरु		
भत्ताहरु – सरकारबाट प्राप्त गर्ने भुक्तानीहरु		
खानेकुरा		
रोजगारी – काम र नोकरी		
बाल हेरचाह		

कृयाकलाप

यि प्रदायकहरुले उपलब्ध गराउने सेवा कुनचाहिं हो तपाईं जोडा मिलाउन सक्नुहुन्छ?

यी कृयाकलापहरुको लागि स्थायित्व पर्चाले मद्दत सर्न सक्छ।

Caseworker	निम्न भुक्तानीको लागि: • बालहेरचाह • वाँच्नको लागि सहयोग
Centrelink	अंग्रेजी अध्ययनको लागि कक्षा
Medicare	सार्वजनिक पुस्तकालय (meaning Public Library)
Adult Migrant English Program (AMEP)	तपाईंलाई मद्दत गर्ने व्यक्ति • बसोवास • सेवाहरु पत्ता लगाउने र सेवाहरु प्रयोग गर्ने
Translating and Interpreting Service (TIS National)	औषधी उपचारको शुल्क: तिर्नको लागि मद्दत
Special Broadcasting Service (SBS)	तपाईंलाई आफ्नै भाषामा बुझ्न सक्नेगरी अनुवाद गरेर दिने जानकारी
Public library	रेडियो र टेलिभिजन समाचाहरु धैरै भाषाहरुमा

यूनिट ३ आवास

अष्ट्रेलियामा तपाईंलाई बस्नको लागि धेरै विभिन्न प्रकारका आवासहरू हुन्छन्

शहरहरूका आवास निम्न भेगको भन्दा बेग्लै खाले हुन्छन्:

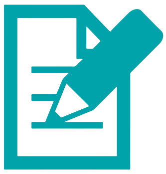
- ग्रामिण

- क्षेत्रिय नगरहरु

तपाईंको आफ्नो अनुभवभन्दा घरहरू सम्भवतः अलग खालका हुन्छन्।

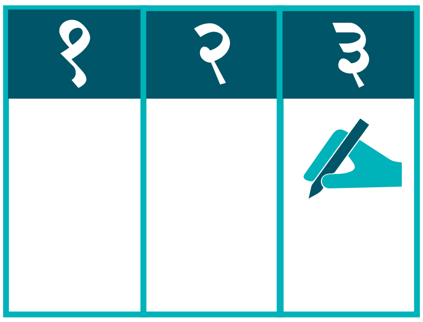
अष्ट्रेलियामा घर भाडामा लिन र किन्न निकै महङ्गो पर्छ।

तपाईँ पहिलो पटक आउँदा तपाईंले भाडामा बस्नुपर्ने हुन्छ।



कृयाकलाप

तपाईँ अहिले जहाँ बस्नुहुन्छ त्यो ठाउँसित अष्ट्रेलियामा तपाईँ बस्नुहुने ठाउँको तुलना गर्नुहोस्।



तेश्रो लहर तपाईँ अष्ट्रेलियामा पुग्नु भएपछि भर्नुहोस्।

अहिले	अहिले	१२ महिनामा
अहिले तपाईँ बस्नु भएको ठाउँमा कति रकम तिर्नुहुन्छ ?	तपाईँ अष्ट्रेलिया पुग्नु भएपछि तपाईंले बस्ने ठाऊँको कति रकम तिर्न पर्ने सक्छ ?	तपाईँ कति तिर्नुहुन्छ ?
तपाईँको हालको आवासमा कतिवटा कोठाहरू छन् ?	तपाईँ अष्ट्रेलिया पुग्नु भएपछि तपाईंले बस्ने ठाऊँको आवासमा कतिवटा कोठाहरू छन् ?	तपाईँका कतिवटा कोठाहरू छन् ?
तपाईँको अहिलेको आवासमा के के सुविधाहरू छन् ?	तपाईँ अष्ट्रेलिया पुग्नु भएपछि तपाईंले बस्ने ठाऊँको आवासमा के के सुविधाहरू छन् ?	तपाईँको घरमा सुविधाहरू के के छन् ?
तपाईंले आफ्नो आगामी आवास राम्रो वा उस्तै वा त्योभन्दा नराम्रो मध्ये कस्तो होला भन्ने अपेक्षा गर्नु भएको छ? कुन कुन आधारमा?		के तपाईंको अष्ट्रेलियामा घर सोचे भन्दा राम्रो छ ?

कृयाकलाप

तपाईंले त्यहाँ केहि महत्वपूर्ण शब्दहरु सिक्नु पर्दछ।

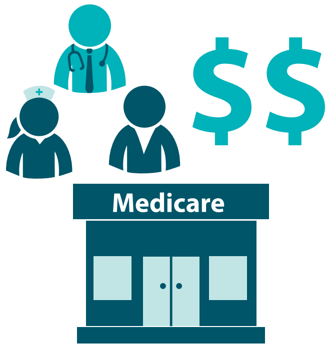
जब तपाईंले घर भाडामा लिनु पर्छ त्यतिबेला सजिलो हुन्छ।

यी शब्दहरु तपाईंको भाषामा उल्थाउनु होला ताकी जब तपाईंअष्ट्रेलिया पुग्नुहुन्छ प्रयोगमा आउने शब्दहरुको तालिका हुनेछ।

आवास पर्चाले तपाईंलाई यी कृयाकलापहरुमा मद्दत पुग्नेछ।

अंग्रेजी	**आफ्नो भाषामा**
Lease	
Landlord	
Tenant	
Real estate agent	
Bond	
Utilities	
Condition report	
Inspection	
Accommodation	
Rent	

यूनिट ४ स्वास्थ्य

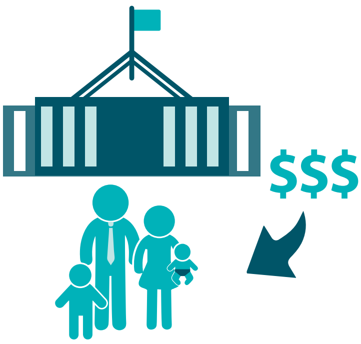


अष्ट्रेलियामा एक असल स्वास्थ्य सेवा प्रणाली छ यसलाई मेडिकेयर भनिन्छ (Medicare)।

तपाईँ अभ्यस्त हुनुभएको भन्दा बेग्लै तरिकाले सञ्चालन हुनसक्छ।

Medicare स्वास्थ्य सेवा निम्न रुपमा दिन्छ:

- नि:शुल्क



- आंशिक रुपमा सरकारले तिरिदिन्छ

तपाईंले केही निम्न सेवाहरुको लागि भने अझै पैसा तिर्नु पर्दछ:

- दाँत

- चश्मा

तपाईंको प्रायः जसो औषधी उपचारको लागि डाक्टर भेट्नुहुनेछ।

अष्ट्रेलियामा डाक्टरलाई साधारण चिकित्सक (General Practitioners - GPs) भनिन्छ।

यदि तपाईँको समस्यालाई थप विशेषज्ञले हेर्नुपर्ने भएमा उनीहरूले तपाईँलाई विषेशज्ञसमक्ष सिफारिश गर्नेछन्।

अर्को पानामा एउटा फ्लो चार्ट छ जसले चिकित्सकसित भेट्न जाँदा चाल्नुपर्ने बेग्लाबेग्लै कदमको व्याख्या गरेको छ।

कदमहरु पालना गर्नुहोला।

तपाईंको आफ्नो अनुभवमा डाक्टर भेट्दाको अनुभव कस्तो छ विचार गर्ने र पत्ता लगाउनुहोला।

तपाईंले डाक्टर भेट्ने पहिलो कदम निम्न छन्:

- बिरामी हुँदा
- स्वास्थ्य समस्या भएमा

१. भेट्ने दिन र समय तय गर्न – तपाईँको डाक्टर लाई फोन गर्नुहोस् ।

२. डाक्टरले निम्न कुराहरुमा मद्दत गर्न सक्छ:

- तपाईंको समस्या समाधान गर्न
- तपाईंको सरोकार वा प्रश्नको जवाफ दिने
- उनीहरुले औषधीको लागि पर्चा पनि लेखिदिन सक्छ

३. तपाईंको पर्चा औषधी पसले समक्ष लानुहोला ।

औषधी पसले ले औषधी ल्याउने बेला सम्म केहि समय कुर्नुपर्ने हुन सक्छ ।

यसको लागि १५ मिनेट सम्म पनि लाग्न सक्नेछ ।

४.औषधी खाने प्रयोग गर्ने निर्देशनहरु निम्न रुपमा छापिएको हुन्छ:

- बट्टामा
- बोतलमा

५. यदि डाक्टरले तपाईँको विमारीको बारेमा थप जानकारी लिन चाहेमा डाक्टरले तपाईँलाई थप परिक्षणका गर्न पठाउन सक्दछन्

उनीहरुले:

- तपाईँको थप परिक्षणका गर्न क्लिनिकमा पठाउने छन्

६. उक्त सिफारिस पत्र क्लिनिकलाई दिनुहोस् र परिक्षण गराउनुहोस् ।

क्लिनिकले तपाईंको परिक्षणको नतिजा डाक्टरलाई पठाई दिन्छ ।

७. तपाईँले फेरि पनि आफ्नो डाक्टरलाई पुनःभेट गर्नुपर्ने हुनसक्छ ।

यो सबै तपाईंको परिक्षणको नतिजामा नर्भर गर्दछ ।

८. यदि डाक्टरले तपाईँको समस्या निको पार्न वा निदान गर्न नसके तपाईँलाई एकजना विशेषज्ञ चिकित्सक समक्ष सिफारिश गरिनसक्छ ।

उनीहरुले तपाईंलाई सिफारिसको पत्र दिनेछ ।

९. भेट्ने समय तय गर्न विशेषज्ञ चिकित्सकलाई टेलिफोन गर्नुहोस्

आफ्नो साथमा सिफारिसपत्र लिएर जानुहोस् ।

कृयाकलाप

यी स्वास्थ्य सम्बन्धि मुख्य शब्दहरु आफ्नो भाषामा लेख्नुहोला।

स्वास्थ्य सूचना पर्चामा उल्लेख गरिएका शब्दहरूले तपाईँलाई केही सहयोग दिनेछ।

अंग्रेजी	आफ्नो भाषामा
doctor	
the health care system	
specialist	
chemist	
prescription	
hospital	
emergency	
dentist	
appointment	
medicine	

यूनिट ५ पैसा

तपाईं पहिलो पटक अष्ट्रेलिया पुग्नु भएपछि निम्न कुराहरु गर्नुपर्नेछ:

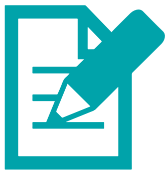
- बैंङ्कमा खाता खोल्ने

- आफुले पाउने सहयोग रकम भुक्तानी हासिल गर्नको लागि सेन्टरलिंङ्क (Centrelink) मा दर्ता गर्नुहोला।

त्यसपछि तपाईंले निम्न कुराहरुको बारे सिक्न सक्नुहुनेछ:

- मुद्रा – अष्ट्रेलियामा प्रयोग गरिने पैसा – डलर र सेन्टस्

- बजेटिङ्ग – तपाईंको पैसा व्यवस्थापन



कृयाकलाप

निम्न बारेमा केही अंग्रेजी शब्दहरु सिक्नुहोला:

- बैङ्कीङ्ग

- अष्ट्रेलियामा प्रयोग हुने पैसा

यी प्रचलित बैङ्कीङ्ग शर्तहरुको अंग्रेजी शब्द लेख्नुहोला।

पैसाको पर्चाले यी कृयाकलापहरु संग मद्दत गर्न सक्दछ।

	अंग्रेजी
यस खाताले तपाईंको पैसा निम्न कुराहरुबाट बचाऊँदछ: • चोरी • हराउने	
बैंङ्क कार्ड प्रयोगको लागि पासवर्ड: • अटोमेटिक टेलर मेशिन (Automatic Teller Machines - ATMs) • EFTPOS यी पासवर्ड अपरिचित व्यक्ति देखी सुरक्षित राख्नु जरुरी छ।	
ऋण लिएको पैसाले कार्डबाट सामनहरु वा सेवाहरुको पैसा तिर्न मिल्दछ।	
एउटा मेशिन जसले तपाईंको बैङ्क खाताबाट पैसा निकाल्न दिन्छ। तपाईंले आफ्नो व्यक्तिगत परिचय नम्बर (Personal Identification Number - PIN) प्रयोग गर्नु पर्छ।	
तपाईंको बैंक खातामा भएको पैसाले कार्डबाट प्राय पसलहरुमा सामनहरु वा सेवाहरुको पैसा तिर्न मिल्दछ। तपाईंले नगदको सट्टा बैंक कार्ड प्रयोग गर्नुहुनेछ।	

अष्ट्रेलियन मुद्रा

अष्ट्रेलियन पाँच डलर नोटको ($5) को नोटको अगाडिपट्टी कसको तस्वीर हुन्छ ?

अष्ट्रेलियन एक डलरको सिक्काको ($1) को सिक्कामा रहेको जनावरको नाम भन्नुहोस्।

अष्ट्रेलियामा तपाईँलाई बसोबास गर्न केसवर्कर वा प्रस्तावकले सघाउने छन्।

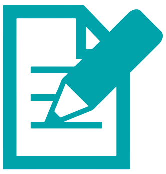
तपाईंले पैसा कसरी व्यवस्थापन गर्नु पर्छ पत्ता लगाउनु पर्छ।

अष्ट्रेलियाको बसाई ज्यादैनै महङ्गो हुनपनि सक्दछ

बजेट भित्रै रहनाले तपाईंलाई मद्दत पुग्नेछ।

- तपाईंको आवश्यकता पुरा गर्न
- तपाईंको लक्ष्य हासिल गर्न

अष्ट्रेलियामा आइपुगेपछि तपाईँलाई के कुरा किन्न मन लाग्नेछ जस्तो लाग्छ ?



कृयाकलाप

बजेटिङ् अर्थात खर्चको हिसाब

यहाँ खर्चको हिसाबको बारेमा सोचविचार गर्ने एक तरिका उल्लेख छ।

हरेक खण्डमा केही कुराहरू सूचिकृत गरिएको छ। आगामी दुई महिनामा स्थिति अलग्गै हुनसक्छ।

यो २ महिनामा फरक हुन सक्छ।

तपाईंको नयाँ घरमा स्थापित हुनुभए पछि फेरी प्रयास गर्नुहोला।

अहिले	१२ महिनामा
तोकिएको खर्च – तपाईंले तिर्नुपर्ने कुराहरु तिर्नै पर्दछ ता की तपाईंको परिवारमा समस्या आई पर्दैन।	
लचिलो खर्चहरु – तपाईंले तिर्ने बेलामा कसरी तिर्ने छनौट गर्न पाईन्छ। तपाईंलाई सामन र सेवाहरु चाहिन्छ तर तपाईंले कति भनेर निर्णय गर्न सक्नुनेछ: • खरिद • सेवाको प्रयोग	
थप – खर्च गर्ने कि नगर्ने भन्ने कुरामा तपाईंको पूर्ण नियन्त्रण रहेका खर्चहरु। तपाईंले ती सामानहरु किन्नुपर्छ भन्ने छैन तर तपाईंलाई किन्न मन लागेका कुराहरु।	

यूनिट ६ शिक्षा

जब तपाईँ अष्ट्रेलियामा सर्ने योजना बनाउनु हुन्छ, तपाईंले निम्न कुराहरु पनि सोच्न सक्नुहुन्छ:

- आफूले चाहेजस्तो जीवन जिउने सोचाइ

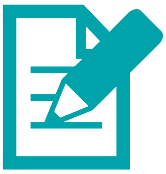
- आफूले चाहेजस्तो नोकरीको सोचाइ

- नयाँ समुदायमा परिवार कसरी स्थायी हुन्छन्

तपाईं कत्तिको राम्रो संग स्थायी हुनुहुन्छ त्यो तपाईंले निम्न कुराहरु कत्तिको प्रयास गर्नुहुन्छ त्यसमा निर्भर गर्दछ:

- अंग्रेजी सिक्ने

- नयाँ कुरा सिक्ने अवसर लिने

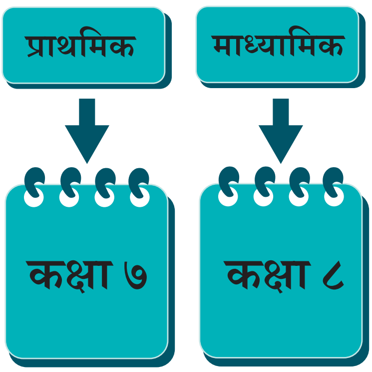


कृयाकलाप

विद्यालय शिक्षा पर्चाले यी कृयाकलापहरु संग मद्दत गर्न सक्दछ।

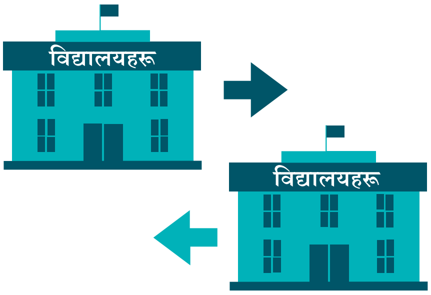
अष्ट्रेलियामा विद्यालय

तह	अन्दाजी उमेर	तह
विद्यालय जानुपूर्व	३ – ५	
शिशु कक्षा	५ – ६	
प्राथमिक विद्यालय	६ – १२	१ – ६
उच्च स्कुल/माध्यमिक स्कूल	१२ – १८	७ – १२



केही राज्यहरूमा प्राथमिक विद्यालय सात कक्षामा पुरा हुन्छ र माध्यमिक विद्यालय ८ कक्षामा शुरू हुन्छ।

तपाईँको प्रस्तावक वा केसवर्करसित थप जानकारी लिनुहोस्।



निम्न आधारमा अष्ट्रेलियामा विद्यालय कसरी उस्तै वा फरक छन्:

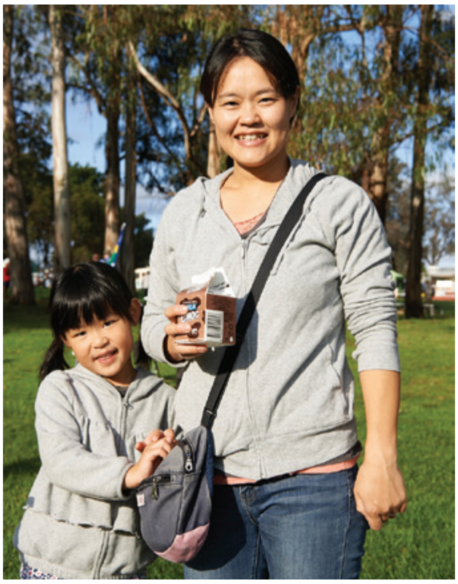
- तपाईं हालसाल कहाँ बस्दै हुनुहुन्छ
- तपाईं पहिला कहाँ बस्नुहुन्थ्यो

बालबालिकाको लागि निःशुल्क सरकारी शिक्षा।

४ बर्षका बालबालिकाहरुको लागि प्रीस्कूल।

५ देखी १७ बर्षका बालबालिकाहरु कानुनी रुपमै विद्यालय जानुपर्ने हुन्छ।

केटा र केटी दुबै एकैसाथ विद्यालय जानुपर्छ ।



अविभावकहरु निम्न कुराहरुमा सहभागी हुनुपर्दछ:

- विद्यालयको समारोहहरु
- उनीहरुको बालबालिकाको शिक्षा

अष्ट्रेलियामा निम्न कुराहरुको निकटतम सम्बन्ध छन्:

- शिक्षा
- रोजगारी अवसर – काम र नोकरी

तपाईं अष्ट्रेलियामा बस्न तयार हुदै गर्दा, तपाईंले शैक्षिक आवश्यकताहरु पुरा गर्ने योजना गर्नु पर्दछ ।

कृयाकलाप

भविष्यमा अध्ययन र काम गर्ने योजना

वयस्क शिक्षा पर्चाले यी कृयाकलापहरु बारे मद्दत गर्न सक्दछ।

तपाईंको लागि महत्वपूर्ण हुने सेवाहरुमा ठिक चिन्ह लगाउनुहोला।

सेवा	निकै महत्वपूर्ण	थोरै महत्वपूर्ण	त्यति महत्वपूर्ण छैन
वयस्क आप्रवासी अङ्ग्रेजी कार्यक्रम (Adult Migrant English Program - AMEP) कक्षामा सरिक हुन			
प्राविधिक र थप शिक्षा अर्थात टेफ (Technical and Further Education - TAFE) मा माध्यमिक विद्यालयको प्रमाणपत्र पुरा गर्न			
TAFE मा सीप वा दक्षताको पढाई पुरा गर्न			
विश्वविद्यालयको स्नातक तहमा भर्ना हुन			
विश्वविद्यालयमा स्नातकोत्तर तहमा भर्ना हुन			
सामुदायिक शिक्षाको पढाइमा सरिक हुन			

तपाईंको (केशवर्कर) वा प्रस्तावकले तपाईंलाई वयस्क शिक्षा सेवाहरू खोज्न र प्रयोग गर्न मद्दत गर्नेछ।

- तपाईं कुन योजनाहरू बनाउन सक्नुहुन्छ जसले मद्दत गर्नेछ ?
- तपाईंसँग कस्ता कागजातहरू लैजानु पर्नेछ ?

तपाईं अष्ट्रेलियामा आइपुगेपछि शिक्षाको बारेमा जवाफ खोज्न चाहनु भएको छ भने ति के के हुन् ?

यूनिट ७ रोजगारी

अष्ट्रेलियामा धेरै व्यक्तिले प्रयास गर्दछन् र त्यहि काम प्राप्त गर्दछन् ।

जागिरहरू निम्न कुरा भएका मानिसहरूका लागि दिइन्छ:

- दक्षताहरु
- योग्यताहरू

तपाईंकति राम्रो अंग्रेजी बोल्नु हुन्छ भन्ने कुरा धेरै महत्त्वपूर्ण हुन सक्छ ।

धेरै व्यक्ति जसले दक्ष काम गर्छन , उनीहरुले काम नपाउञ्जेल सम्म अकुशल कार्यहरू गर्नु पर्ने हुन सक्छ, जब सम्म उनीहरूले:

- अंग्रेजी सिक्दैन
- उनीहरूको योग्यता मान्य हुदैन वा शिक्षास्तर थप बढाउदैन

याद गर्नुहोस्:

- यसको लागि समय लाग्नेछ

- त्यहाँ मानिसहरुको लागि मद्दत गर्नको लागि सरकारी सेवाहरु छन्
  - अंग्रेजी सिक्नुको लागि
  - काम वा प्रशिक्षण खोज्नका लागि

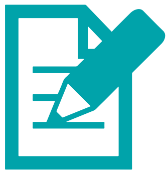
कृयाकलाप

रोजगार पर्चाले यो गतिविधिमा मद्दत गर्न सक्छ।

सही **गलत**

तलको भनाइ पढ्नुहोस् र त्यो सही वा गलत के हो मार्क गर्नुहोस्।

विवरण	सही	गलत
जबएक्टिभ (jobactive) ले मलाई रोजगारी फेला पार्न मद्दत गर्न सक्छ।	सही	गलत
म अष्ट्रेलियामा आइपुगेपछि मैले आम्दानी सहायता पाउनेछु।	सही	गलत
मेरो केसवर्करले मलाई रोजगारी फेला पारिदिनै पर्छ।	सही	गलत
रोजगारी पाउनका लागि अङ्ग्रेजी भाषामा दक्षता हासिल गर्नु महत्वपूर्ण छ।	सही	गलत
स्वयमसेवकहरूले रकम भुक्तानी पाउँछन्।	सही	गलत
अष्ट्रेलियामा तपाईंले करहरू तिर्नु पर्दैन।	सही	गलत
काम गर्ने ठाउँमा पुरूष र महिलालाई बराबर व्यवहार गरिन्छ।	सही	गलत
तपाईंले रोजगारी पाएपछि Centrelink लाई त्यसको जानकारी गराउनु पर्छ।	सही	गलत
कामका लागि समयमा पुग्नु जरूरी हुन्छ।	सही	गलत
साना केटाकेटीहरू विद्यालय जानुको सट्टा काम गर्न जान सक्छन्।	सही	गलत



कृयाकलाप

केही अङ्ग्रेजी शब्दहरू जान्नुहोस्

यी शब्दहरूले तपाईंले अष्ट्रेलियामा रोजगारीको बारेमा जान्न आवश्यक कुरा बुझ्न मद्दत गर्न सिक्नु हुन्छ।

यी शब्दहरू तपाईंको भाषामा अनुवाद गर्नुहोस् त्यसैले तपाईंसँग अष्ट्रेलियामा आइपुगेको उपयोगी सूची हुनेछ।

अंग्रेजी	आफ्नो भाषामा
Tax File Number	
Bank account	
Work experience	
Interview	
Reference	
Qualifications	
Volunteer	

कृयाकलाप

अष्ट्रेलियामा रोजगारीको लागि योजना

अष्ट्रेलियामा तपाईँलाई कस्तो खालको रोजगारी पाउन मन छ ?

काम कसरी प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने योजना बनाउनुहोस् ।

तलको तालिकामा हो वा हैन स्तम्भमा ठिक चिन्ह लगाउनुहोस् ।

म सित ती कुराहरू छन् ?	**हो**	**होइन**
अङ्ग्रेजी भाषा क्षमता		
यसप्रकारको कामका लागि योग्यता		
यस प्रकारको काम गरिरहेको अनुभव वा दक्षताहरू		
आफ्नो बारेमा जानकारी दिने मानिसहरू (रिफरेन्स)		
व्यक्तिगत योग्यता र अनुभवको विवरण		
अन्तरवार्ता क्षमता		
चुनौतीहरु र बिफलता स्वीकार गर्ने क्षमता		
काम कसरी प्राप्त गर्ने भन्ने जानकारी		

तपाईं अष्ट्रेलियामा हुँदा के को बारेमा थप जान्न चाहानुहुन्छ टिप्पणीहरू बनाउनुहोस् ।

यूनिट ८ कानून

तपाईंको विश्वास र संस्कृतिले तपाईंले हेर्ने तरिका र संसारसँग अन्तरक्रियालाई असर गर्छ।

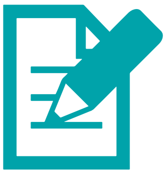
तपाईं अष्ट्रेलियामा बस्दै गर्दा, तपाईं जीवन र विश्वासका विभिन्न तरिकाहरू सामना गर्नुहुनेछ।

यो चुनौतीपूर्ण हुन सक्छ, विशेष गरी यदि मानिसहरू र विश्वासहरू तपाईंको लागि फरक छ भने।

यो सम्झन महत्त्वपूर्ण छ कि अष्ट्रेलिया एक धर्मनिरपेक्ष कानुनी प्रणाली हो – एक कानुनी प्रणाली जुन एक धर्म संग जोडिएको छैन।

यसको मतलब अष्ट्रेलिया एक सुरक्षित समाज हो जहाँ मान्छे:

- समान रूपमा व्यवहार गरिन्छ
- आफ्नो कार्य र व्यवहार को लागी जिम्मेवारी लिनुहोस्



कृयाकलाप

अष्ट्रेलियामा कानूनहरू निम्नतरिका बाट फरक हुन सक्छन्:

- तपाईंको देश
- तपाई बस्नु भएका अन्य देशहरू

यदि अस्ट्रेलियन कानुनहरु उस्तै वा फरक देखाउन अर्को पृष्ठमा रहेको चार्टमा टिक चिन्ह लगाउनुहोस

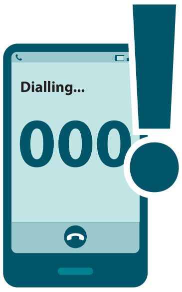
आफ्ना चुनौतीहरूलाई चिन्ह लगाउनुहोस्:

- संस्कृति
- विश्वासहरू

अष्ट्रेलियन कानून पर्चाले यो गतिविधिलाई सहयोग गर्न सक्छ।

कानूनको बारेमा:	उस्तै	फरक	मेरो संस्कृति र विश्वासविपरित
• सरकारी अधिकारीहरूलाई पैसा दिने			
• पुलिसको काम			
• धर्मनिरपेक्ष वा सेक्युलर कानूनहरू, धार्मिक कानूनहरू होइन			
• घरेलू र पारिवारिक हिंसा			
• हिंसा सजायको रूपमा			
• सार्वजनिक ठाउँहरूमा चक्कु वा अन्य हतियारहरू बोक्ने			
• विवाह			
• अनुमतिको उमेर			
• रक्सी र धूम्रपान			
• लागुपदार्थ, ड्रग्स (लागुऔषध)			
• महिलाहरुको लागि समान अधिकार			
• गाडी चलाउनेबारे कानून			

तपाईं अष्ट्रेलियामा आइपुगेपछि जान्न मन लागेका कुराहरुको बारेम तल लेख्नुहोस् । आपतकालिन अवस्थामा



जस्तै:

- आपतकालिन अवस्थामा कल गर्ने नंबर

- सबभन्दा नजिकको पुलिस स्टेशन

- कानूनको बारेमा जानकारी

- गाडी चलाउने बारे जानकारी

- अष्ट्रेलियन कानूनमा तपाईंको बच्चाहरूलाई कसरी अनुशासनमा राख्ने बारेमा जानकारी

बसोबासका कथाहरु

दोस्रो विश्वयुद्ध देखि अष्ट्रेलियामा शरणार्थीहरू बसोबास गरिरहेका छन् ।

तिनीहरू अष्ट्रेलियाका एक महत्त्वपूर्ण भाग भएका छन्:

- समाज

- संस्कृति

- अर्थतन्त्र

प्रत्येक शरणार्थीसँग तिनीहरूको यात्राको बारेमा कथा छ । हुन्छ ।

कृयाकलाप

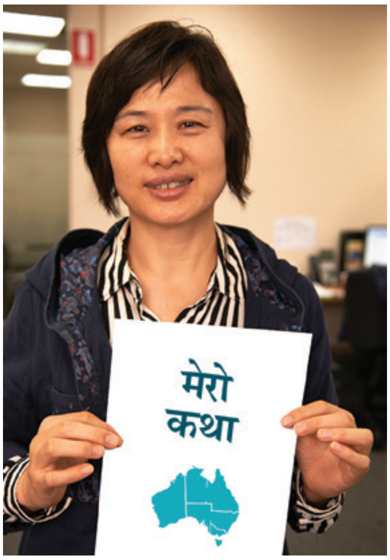
तपाईंको AUSCO प्रशिक्षकले दिएको कथा पढ्नुहोस् ।

तपाईंको कक्षाको साथ कथामा यात्रा बारे कुरा गर्नुहोस् ।

कथामा उनीहरुले सामना गरेका चुनौतिहरु के के हुन्?

कथामा चुनौतिहरुबाट पार पाऊन उनीहरुले के गरेका थिए?

कुन तरिकामा तपाई व्यक्ति जस्तै कथामा हुनुहुन्छ ?



तपाईंको सम्झौता कथा हुनेछ के तपाई सोच्नुहुन्छ तल लेख्नुहोस्।

सफलताका रेकर्डहरु

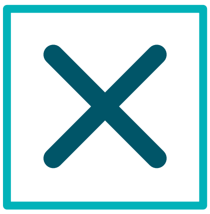
यो रेकर्ड तपाईलें सिकेका कुराहरु देखाउने र त्यसको मापन राख्ने एक तरिका हो।

यसले तपाईंलाई निम्नकुराहरु हेर्न मद्दत गर्नेछ:

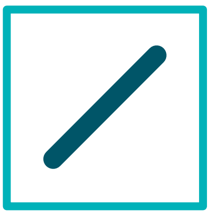
- तपाईंले पहिले नै के सिकिसक्नु भएको छ

- तपाईंलाई अझै पनि के सिक्न आवश्यक छ

आफुले सिकेको प्रत्येक परिणाम पढ्दा तपाईंले कस्तो महसुस गर्नुहुन्छ भन्ने बारे सोच्न आवश्यक छ।



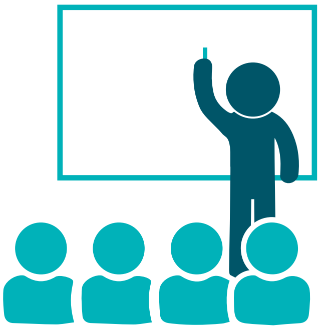
यदि तपाईँ निकै विश्वस्त हुनुहुन्छ भने बक्स मा “x” चिन्ह लगाउनुहोस्।



यदि तपाईंलाई थोरै थाहा छ, तर अझ बढी जान्न आवश्यक छ भने, बाकसमा स्लैशचिन्ह लगाउनु राख्नुहोस्।

यदि तपाई ंलाई तपाईंलेआफुलेले सिकेको परिणाम बारे केहि पनि थाहा छैन भने, खाली बाकस छोड्नुहोस् ।

हामी तपाईंलाई हरेक बक्समा क्रस राख्ने अपेक्षा गर्दैनौ ।



AUSCO एक परिचयात्मक कार्यक्रम हो ।

तपाईंको धेरै सिकाइको/अध्ययनको परिणाम निम्न अवस्थामा प्राप्त गर्नुहुनेछ:

- अष्ट्रेलियामा अनुभवी जीवन

- थप अभिमुखिकरण कार्यक्रममा भाग लिइयो

अष्ट्रेलियाको परिदृष्य

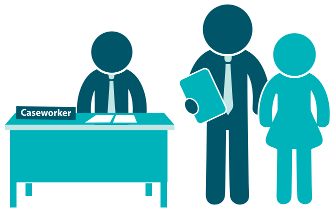
के तपाईँ?	
• थाहा छ कि अंग्रेजी अष्ट्रेलियाको राष्ट्रिय भाषा हो भनेर थाहा छ	
• थाहा छ अष्ट्रेलिया एउटा ठूलो महाद्वीप हो जुन विभिन्न मौसम र विभिन्न भागहरूमा परिस्थिति हुन्छन् भनेर थाहा छ	
• बुझ्नुकि अष्ट्रेलियाको समाजमा धेरै संस्कृतहरू छन् भनेर बुझ्नुभएको छ	
• बुझ्नु हुन्छकि अष्ट्रेलियामा बस्ने धेरै व्यक्तिहरू आप्रवासी हुन्छन् भनेर बुझ्नुभएको छ	
• बुझ्नु हुन्छ कि किन अष्ट्रेलियाई सरकार लोकतान्त्रिक छ – सबैले देश कसरी चलिरहेको छ भन्ने भाग लिन सक्छसक्छन् भनेर बुझ्नुभएको छ	
• एबओरिजिनल ओब्राजिनलर टोर्रेस स्ट्रेट आइल्याण्डर्सहरू अष्ट्रेलियामा लगभग ५०,००० वर्ष देखि बसिरहेका छन्	

के तपाईँ?	
• अष्ट्रेलियामा जीवनको बारेमा निम्न कुराहरू सोध्न सक्नु हुन्छ	
• नाम अष्ट्रेलियाको o राज्यहरु o क्षेत्रहरू o राजधानी शहरहरू	
• अष्ट्रेलियाको इतिहासमा कहिले आप्रवासीका ठूला समूहहरू आइपुगेका बारे कुरा गर्न	

के तपाईँ ?	
• अष्ट्रेलियाका व्यक्तिहरूले व्यवहार गर्न सक्ने विभिन्न तरिकाहरू बताउन	
• वर्णन गर्न ○ तपाईंले पाउनुभएको अधिकार र अष्ट्रेलियाको लोकतान्त्रिकमा तपाईंले गर्नु पर्ने कुराहरूलाई ○ अष्ट्रेलियामा कसरी चुनाव गर्दछसम्पादन गरिन्छ	
• मुख्य अष्ट्रेलियन राजनीतिक दलहरूको नाम भन्नुहोस्	
• अष्ट्रेलियामा महत्त्वपूर्ण सार्वजनिक बिदाहरूको नाम दिन र वर्णन गर्न र मानिसहरू किन उक्त दिवस मनाउँछन्	

के तपाई यी कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ ?	
• नागरिकता परिक्षा समाप्तपुरा गर्न	
• मतदान गर्न नामांकन गर्न	
• राजनीतिक दलहरूको बारेमा जानकारी र तिनीहरूको लक्ष्य के हो थाहा पाउन	

बसोबासका लागि सेवाहरू



के तपाईं?	
• बुझ्नु हुन्छ कि नयाँ देशमा बसोबास गर्ने केहि समय लाग्न सक्छ भनेर	
• बुझ्नु हुन्छ कि जब तपाईं पहिले बस्न सक्नुहुन्छ चुनौतीहरू हुनेछ भनेर	
• बुझ्नु हुन्छ कि तपाईंलाई आवश्यक पर्दा मद्दतको लागि सोध्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ भनेर	
• थाहा छ कि तपाईंलाई व्यवस्थित गर्न सहयोग गर्ने सरकार र सामुदायिक सेवाहरूको बारेमा	
• थाहा छ कि तपाईंलाई सहयोग गर्न एक मामिला कार्यकर्ता हुनेछ भनेर	
• थाहा छ कि तपाईं अष्ट्रेलियामा आइपुगेपछि गर्नुपर्ने महत्त्वपूर्ण कुराहरूको बारेमा	

के तपाईं?	
• तपाईं अष्ट्रेलियामा आइपुग्दा गर्नुपर्ने महत्त्वपूर्ण कुराहरूको नाम दिनु सक्नु हुन्छ	
• काम को व्याख्या गर्नुहोस् o केसवर्कर o प्रस्तावक	

के तपाईँ ?	
• तपाईंलाई व्यवस्थित गर्न सहयोग गर्ने सरकार र सामुदायिक सेवाहरू फेला पार्न सक्नुहुन्छ	
• तपाईंको समुदायमा तपाईंले प्रयोग गर्न सक्नुहुनेछ सेवाहरू खोज्न, जस्तै ○ खेलकुद क्लबहरू ○ सामाजिक समूहहरू	

के तपाई यी कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ ?	
• अनुवाद र व्याख्या गर्न सेवाहरू प्रयोग गर्न	
• आफ्नो आधारभूत जानकारीलाई आवश्यक फारममा भर्न	
• सार्वजनिक यातायात प्रयोग गर्न	
• बैंक खाता खोल्न	
• Centrelink सँग दर्ता गर्न	
• Medicare संग दर्ता गर्न	
• अंग्रेजी कार्यक्रममा भर्ना हुन	

आवास

के तपाईँ ?	
• थाहा छ कि त्यहाँ धेरै विभिन्न प्रकारहरू आवासको छन्	
• थाहा छ कि तपाईंले अरुको स्वामित्वको घरमा भाडामा बस्दा भाडा तिर्न पर्दछ अरू कोही	
• थाहा छ कि घर भाडाको लागतमा फरक फरक हुन सक्छ अष्ट्रेलिया भरी	
• थाहा छ कि तपाईंले कति खर्च गर्न सक्नुहुन्छ	
• थाहा छ कि तपाईंको भाडाको घरलाई ख्याल राख्नु आवश्यक छ	
• थाहा छ कि तपाईं अष्ट्रेलियामा आइपुग्दा बस्ने पहिलो स्थान तपाईंको केवल छोटो समयको लागि मात्र घर हुन सक्छ	
• बुझ्नु होला कि अबिबाहित व्यक्तिले घर साझेदारी गर्न आवश्यक पर्दछ	

के तपाईँ ?	
• घर खोज्ने र भाडाको बारेमा महत्वपूर्ण शब्दहरू प्रयोग गर्न	
• तपाईंलाई आवाश्यक पार्ने सेवाहरूको नाम दिनुहोस्: o जडान गर्न o बिल तिर्न	
• तपाइँ बस्नको लागि ठाउँ खोज्न मद्दत गर्नेको नाम	
• बताउन सक्नु हुन्छ o डेरावालको रूपमा तपाईंको के अधिकार छ o तपाईंले भाडाको घरमा हिफाजत गर्नुपर्ने चीजहरू	
• बताउन सक्नु हुन्छ o घर मालिकको के अधिकार छ o घर मालिकले तपाईंको घरको भाडामा दिंदा ख्याल राख्नु पर्ने चीजहरू	

के तपाई यी कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ ?	
• तपाईंलाई बस्न पायक पर्ने घरहरू खोज्न	
• महत्वपूर्ण फारम भर्न ताकि तपाईंले घर भाडामा लिनुपाउनुहुनेछ	
• तपाईंले भाडामा लिनु भएको घरमा सेवाहरु जोड्न जस्तै, बिजुली ईत्यादि	

स्वास्थ्य

के तपाईँ?	
• त्यहाँ स्वास्थ्य जाँचहरू अनिवार्य छ भनेर बुझ्नु भएको छ ○ तपाईं अष्ट्रेलियामा आइपुग्नु अघि ○ तपाईं अष्ट्रेलियामा आइपुगेपछि	
• तपाईंको बच्चाहरु को लागि यदि उनीहरु लाई खोप लगाएको छ भने राम्रो हुनेछ भनेर बुझ्नु भएको छ	
• थाहा पाउनुहोस् कि केहि विद्यालयहरूले तपाईंको बच्चा लाई खोप लगाएको रेकर्ड हेर्न आवश्यक छ	
• बुझ्नु होलाकी Medicare तपाईंलाई स्वास्थ्य हेरविचारको लागि तिर्न मद्दत गर्न सक्दछ	
• बुझ्नु होलाकी सबै स्वास्थ्य सेवाहरू नि:शुल्क हुदैनन्, उदाहरणका लागि ○ दन्त चिकित्सा सेवा ○ नेत्रजाँच – आँखा हेरविचार	
• बुझ्नु होलाकी मानसिक स्वास्थ्य तपाईंको स्वास्थ्यको भाग हो र समर्थनको लागि नि: शुल्क परामर्श सेवाहरू तपाईंले प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ भनेर	
• थाहा छ कि तपाईंको चिकित्सा कागजात तपाईंसँग अष्ट्रेलियामा ल्यानु पर्छ भनेर	

के तपाईँ?	
• तपाईं अष्ट्रेलियामा आइपुगेपछि स्वास्थ्य जाँच प्राप्त गर्न कहाँ जानुहुन्छ व्याख्या गर्न सक्नु हुन्छ	
• Medicare के भुक्तानी गर्न मद्दत गर्न सक्छ व्याख्या गर्न सक्नु हुन्छ	

के तपाईँ ?	
• भन्न सक्नु हुन्छ o सार्वजनिक र निजी स्वास्थ्य हेरविचार सेवाहरू बीचको भिन्नता o कसरी निजी स्वास्थ्य बीमाले तपाईंलाई मद्दत गर्न सक्छ	
• वर्णन गर्न सक्नु हुन्छ o बिभिन्न स्वास्थ्य हेरविचार सेवाले के गर्छन o तपाईं तिनीहरूलाई कसरी भेट्टाउन र प्रयोग गर्न सक्नुहुनेछ	
• यस बारे कुरा गर्नुहोस् स्वस्थ रहने चीज गर्न किन महत्त्वपूर्ण छ जस्तै कि खोप लगाउने	
• तपाईं बस्ने नजिकको प्रयोग गर्न सकिने मानसिक स्वास्थ्य र परामर्श सेवाहरूको नाम थाहा छ ?	

के तपाई यी कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ ?	
• तपाईंलाई अष्ट्रेलियामा आइपुगे पछिगर्नु पर्ने आवश्यक सबै स्वास्थ्य जाँचहरू गराउने	
• Medicare लागि दर्ता गर्न	
• तपाई र तपाइँको परिवार स्वस्थ हुन गर्नु पर्ने कुराहरू	
• यदि तपाईंलाई चाहिन्छ भने आपातकालीन सेवाहरू को लागि फोन गर्न	
• तपाईंलाई आवश्यक पर्दछ भने स्वास्थ्य सेवाहरू खोज्न र प्रयोग गर्न	
• तपाईंको स्वास्थ्य हेरचाह माआवश्यकताहरुको बारेमा अन्य मान्छे संग कुरा गर्न o आफै o एक दोभाषे प्रयोग गर्दै	

शिक्षा

के तपाईँ ?	
• थाहा छ AMEP ले के साथ मद्दत गर्दछ	
• थाहा छ अंग्रेजी किन बोल्नु महत्त्वपूर्ण छ यदि तपाई चाहानुहुन्छ भने: o अध्ययन गर्न o काम पाउन	
• थाहा छ शीक्षा प्रणालीका दुई भागहरु छन् o निजी o सार्वजनिक – सरकारी	
• सार्वजनिक शिक्षा र निजी शिक्षाबीचको भिन्नता थाहा छ	
• बुझ्नुहुन्छ कि शिक्षा सरकारी विद्यालयहरूमा नि: शुल्क छ	
• थाहा छ कि तपाईंको बालबालिकाको शिक्षाको बेलामा के गर्न आवश्यक छ भनेर	
• थाहा छ कि तपाईं वयस्क भए पनि तपाईं अध्ययन गर्न सक्नुहुन्छ	
• थाहा छ कि तपाईं आफ्नो योग्यताहरू नि: शुल्क अंग्रेजीमा अनुवाद गर्न सक्नु हुन्छ	

के तपाईँ ?	
• विद्यालय, शिक्षा र शिक्षाबारे महत्त्वपूर्ण शब्दहरू प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ ?	
• तपाईंको शिक्षा अष्ट्रेलियाको शिक्षासँग तुलना गर्न सक्नु हुन्छ	

के तपाईँ ?	
• आफ्नो बच्चाहरु शिक्षा को विकल्पहरू रोज्न सक्नु हुन्छ ?	
• तपाईं वयस्क भए पछि अध्ययन गर्न सक्ने तरिका बारे कुरा गर्न सक्नु हुन्छ	
• पढ्न चाहने व्यक्तिहरूलाई मद्दत गर्न सक्ने सेवाहरूको नाम थाहा छ ?	

के तपाई यी कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ ?	
• तपाईं आफ्नो बच्चाको शिक्षक संग भेट्दा एक दोभाषे प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ	
• आफ्नो कौशल विकास गर्न मद्दत गर्ने पाठ्यक्रमहरू फेला पार्न, छनौट गर्न र भर्ना हुन सक्नु हुन्छ ?	
• तपाईंको घर नजिकैको विद्यालयमा आफ्ना छोराछोरीलाई भर्ना गर्न र विद्यालयलाई तपाईंलाई आवश्यक कागजातहरू भर्न सक्नु हुन्छ ?	
• थाहा छ कि यदि तपाईंको बच्चा गयल भएछ भने, विद्यालयलाई तपाईंले किन गयल भयो भनेर लिखित पत्र पठाउन आवश्यक छ	
• थाहा छ कि जब विद्यालयको छुट्टी बिदा कहिले हुन्छ र स्कूल बिदामा तपाईंको बच्चाहरूको हेरचाह गर्ने तरिकाहरू कसरी पत्ता लगाउने	

कानून

के तपाईँ ?	
• बुझ्नु हुन्छ कि सबै व्यक्ति अष्ट्रेलियाको कानूनको लागि बराबर छन्	
• बुझ्नु हुन्छ कि अष्ट्रेलियाको कानूनद्वारा मानिसहरूलाई स्वतन्त्रता दिइएको छ	
• बुझ्नु हुन्छ कि प्रहरीहरू: o सम्मानित हुन्छन o उनीहरूसँग डराउनु पर्दैन	
• बुझ्नु हुन्छ कि कानूनले कुनै पनि प्रकारको निम्न कुराको अनुमति दिदैनः o घरेलु वा पारिवारिक हिंसा o यौन आक्रमण	
• बुझ्नु हुन्छ कि तपाईं पुलिस अधिकारीहरू सहित सरकारी अधिकारीहरूलाई पैसा वा उपहार दिन सक्नुहुन्न	
• थाहा छ कि त्यहाँको कानूनहरू बारेमा o आफ्नो कार किन्न र चलाउन o यौनिकता o रक्सी पिउन o धूम्रपान सेवन गर्न o हिंसा	
• थाहा छ कि धार्मिक कानून अष्ट्रेलियाको कानून भन्दा धेरै शक्तिशालि छैन	

के तपाईँ ?	
• तपाईंले अष्ट्रेलियामा गैर कानुनी मानिने कुराहरूको नामहरू लिन सक्नु हुन्छ	
• थाहा छ तपाईंलाई कानुनी समस्याका लागि समर्थन प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ	
• वर्णन गर्नुहोस् कि घरेलू हिंसा के हो र तपाईं यसको बारेमा के गर्न सक्नुहुन्छ	

के तपाई यी कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ ?	
• यदि समस्यामा छ भने पुलिसलाई सम्पर्क गर्न सक्नु हुन्छ ?	
• तपाईंलाई कानुनी समस्या भएको बेलामा सहयोग गर्न कसैसँग सम्पर्क गर्न सक्नु हुन्छ ?	
• यदि तपाईंको परिवारमा समस्या छ भने तपाईंलाई सहयोग गर्न सक्ने कसैलाई सम्पर्क गर्न सक्नु हुन्छ ?	

रोजगारी

के तपाईँ ?	
• बुझ्नु हुन्छ कि धेरै व्यक्तिले तपाईंको जस्तै यस्तै काम पाउनेछपाउनकोलागि प्रयास गर्नेछ	
• बुझ्नु हुन्छ कि तपाईंको तपाईंकोदेशको योग्यता अष्ट्रेलियामा पहिचान गर्न पनि सकिन्छ	
• बुझ्नु हुन्छ कि जब तपाईं काम खोज्ने प्रयास गर्दै हुनुहुन्छ भन्ने अंग्रेजी सिक्न महत्त्वपूर्ण छ	
• बुझ्नु हुन्छ कि रोजगारहरू किन यस्ता भएका लाई दिईन्छ जो सँग सहि o कौशल छ o योग्यता छ	
• बुझ्नु हुन्छ कि o तपाईलाई काम दिएपछि तपाईको अधिकार हुन्छ o बुझ्नु हुन्छ कि तपाईलाई जब काम दिईनेछ त्यसबेला गर्नुपर्ने काम के हुन्	
• थाहा छ कि तपाईले के गर्नुपर्छ o कामको लागी निवेदन दिन o कामको अन्तर्वार्ताको बेला बोल्न र ब्यवहार गर्न	
• थाहा छ कि तपाईं आफ्नो योग्यताहरू निः शुल्क अंग्रेजीमा अनुवाद गर्न सक्नु हुन्छ	

के तपाईँ ?	
• जागिर खोज्ने बारे महत्त्वपूर्ण शब्दहरू जान्नु र प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ	
• तपाईं काम प्राप्त गर्न सक्ने मौका देख्न सक्नु हुन्छ	
• अष्ट्रेलियामा काम खोज्न तपाऐले गर्न सक्ने चीजहरू सूची गर्न सक्नु हुन्छ ?	
• तपाईंले संचार गर्ने तरिकाहरू विकास गर्न सक्नु हुन्छ ताकि त्यसलाई तपाईं कामको अन्तर्वातामा प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ o मौखिक – तपाईंले बोल्ने कुराहरू o गैर-मौखिक – शरीरको भाषा र इशाराहरू	

के तपाई यी कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ ?	
• तपाईंले कामको लागि आवेदन गर्दा दिईने कागजातहरूमा सबै महत्त्वपूर्ण जानकारी लेख्न सक्नु हुन्छ ?	
• लेख्न सक्नु हुन्छ o बायोडाटा o आवरण पत्र	
• काम खोज्न इन्टरनेट प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ	
• पहिलाको योग्ता अष्ट्रेलियामा पहिचान गर्नका लागि जे गर्नु पर्ने हो गर्न सक्नु हुन्छ	

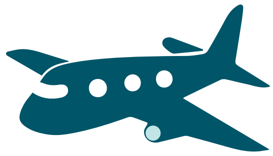
पैसा

के तपाईँ ?	
• बुझ्नु हुन्छ कि अधिकांश व्यक्तिले इन्टरनेट को प्रयोग गरेर आफ्नो बैंकिंग गर्दछन्	
• बुझ्नु हुन्छ कि अष्ट्रेलियामा बस्न धैरै खर्च लाग्न सक्छ	
• बुझ्नु हुन्छ कि क्रेडिट के को लागि हो	
• क्रेडिट कार्डहरू प्रयोग गरेर तपाईंले लिनु भएको जोखिम बारेमा थाहा छ ?	
• बुझ्नु हुन्छ कि तपाईंले सेन्टरलिंक बाट कस्ता भुक्तानी र कति पाउनु हुन्छ भनेर	
• थाहा छ कि अष्ट्रेलियाको मुख्य बैंकहरू कुन कुन हुन् र तिनीहरूले कसरी काम गर्छन्	

के तपाईँ ?	
• अष्ट्रेलियामा प्रयोग गरिएको पैसा पहिचान गर्न सक्नु हुन्छ ?	
• भन्न सक्नु हुन्छ कि अष्ट्रेलियन पैसाको तुलनामा तपाई आउनु भएको देशको पैसाको मूल्य कति छ ?	
• तपाईं आफ्नो घर र परिवारको हेरचाह गर्नुहुँदा खर्च कम राख्ने तरिकाहरू प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ ?	
• पैसा र बैंकिंग बारे महत्वपूर्ण शब्दहरू जान्न र प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ	

के तपाई यी कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ ?	
• एटीएम प्रयोग गरेर पैसा राख्न र झिक्न सक्नु हुन्छ	
• सामानको पैसा तिर्न EFTPOS सेवाहरू प्रयोग गर्न सक्नु हुन्छ	
• तपाईंको घर र परिवारको लागि एक बजेट बनाउन सक्नु हुन्छ	

यात्रा



के तपाईँ ?	
• बुझ्नु हुन्छ कि अष्ट्रेलियाको उडान धेरै लामो छ र तपाई ट्रांजिटमा रोकिनु पर्ने हुन सक्छ	
• विमानमा कुन सेवाहरू दिइनेछ भनेर बुझ्नुहुन्छ	
• थाहा छ कि तपाई अष्ट्रेलियामा आइपुग्दा कसैले एयरपोर्टमा भेट्न आउने छ	
• थाहा छ कि अष्ट्रेलियामा तपाईसँग कुन चीजहरू लिएर आउन सक्नुहुनेछ	
• थाहा छ कि अष्ट्रेलियामा तपाई कुन वस्तुहरु लिएर आउन सक्नुहुन्न	

के तपाईँ ?	
• तपाईंको यात्रा कागजातमा लेखेको जानकारी बुझ्नु हुन्छ ?	
• तपाईंको उडानको विवरणहरू निम्न कुरा सहित वर्णन गर्न सक्नु हुन्छ, o उडानको नंम्बर o प्रस्थान समय – कुन बेला उडान हुन्छ	
• तपाईंको उडानमा पुग्नु अघि बिमानस्थलमा गर्नु पर्ने आवश्यक कुराहरू वर्णन गर्नुहोस् o चेक इन o सुरक्षा o अध्यागमन क्लियरेन्स	
• तपाईंले आफ्नो जहाजबाट उत्रिसकेपछि बिमानस्थलमा गर्नु पर्ने आवश्यक कुराहरू वर्णन गर्नुहोस् o अध्यागमन क्लियरेन्स o तपाईंको चेक-इन सामानहरू संकलन गर्ने o क्वारेण्टिनबाट जाने	

के तपाई यी कुराहरू गर्न सक्नुहुन्छ ?	
• अष्ट्रेलिया आउने यात्री कार्ड भर्न	
• निम्न मापदण्ड बमोजिम सामान प्याक गर्न ○ तपाईं उड्ने एयरलाइनको ○ तपाईं यात्रा गर्ने विमानस्थलको ○ अष्ट्रेलियाको भंसार तथा क्वारेण्टाइन	

टिप्पणीहरू

थप जानकारीको लागि कृपया AUSCO@dss.gov.au मा सम्पर्क गर्नुहोला