AUSCO

अष्ट्रेलियन सांस्कृतिक अभिमुखीकरण कार्यक्रम

रोजगारी

रोजगारीले तपाईंलाई अष्ट्रेलियामा एक बलियो भविष्य निर्माण गर्न मद्दत गर्नेछ।

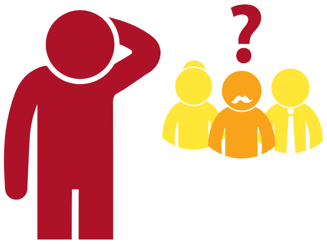
जब तपाईं आइपुग्नुहुन्छ तपाईंले काम तुरुन्तै फेला पार्न सक्नुहुन्न।

काम पाउन केही समय लाग्न सक्छ।

तपाईंले केहि चुनौतीहरू सामना गर्न सक्नुहुनेछ:

- तपाईंसँग अष्ट्रेलियामा कुनै पनि काम गर्ने अनुभव छैन

- तपाईं अंग्रेजी राम्रोसँग बोल्न सक्नुहुन्न



- तपाईंलाई कोही थाहा छैन जसले काम खोज्न मद्दत गर्न सक्छ

- तपाईंसँग भएको सीपहरु अष्ट्रेलियाको कामहरूको लागि उपयुक्त छैन

- तपाईंको योग्यताहरू अष्ट्रेलियामा पहिचान गरिएको छैन

तपाईं नयाँ घरमा बसाइँ सर्दा यस्तो हुन सक्छ:

- तनावपूर्ण
- चुनौतीपूर्ण

रहोस् – यसमा समय लाग्छ।

तपाईंले लिनु पर्ने पहिलो कदममहरू:

- अंग्रेजी सिक्ने

- तपाईंलाई दिईएको पहिलो काम लिने

मानव सेवा विभाग (Department of Human Services - DHS) मा तपाईंले प्रयोग गर्न सक्ने सहयोग सेवाहरु छन्:

- काम नगर्ने वा काम नगर्ने व्यक्तिहरूलाई मद्दत गर्न भुक्तानी

- काम खोज्न सहयोग सेवाहरु

- तालिम लिन मद्दत

अष्ट्रेलिया सरकारले मानिसलाई भुक्तानीमा भरोसा गरेको चाहँदैनन्।

उनिहरु चाहन्छन् कि:

- मान्छेहरू आफ्नो कामको क्षमता विकास गर्न
- जागिरहरू खोज्न

मानव सेवा विभाग को वेबसाईटमा अधिक जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ।
www.humanservices.gov.au

अष्ट्रेलियन कामको अनुशासन

अष्ट्रेलियामा एक जागिर हुनुको अर्थ पैसा कमाउनु भन्दा बढी छ।

अष्ट्रेलियाका मानिसहरू विश्वास गर्छन् कि काम उनीहरूको परिचयको महत्त्वपूर्ण भाग हो – उनीहरू को हो।

काम गर्दा राम्रो कार्य नैतिकता हुनु जरुरी छ।

राम्रो कार्य नैतिकताको अर्थ हो:

- तपाईं आफ्नो कामलाई गम्भीरतापूर्वक लिनुहुन्छ
- तपाईं आफ्नो काम राम्रोसँग गर्नु हुन्छ
- राम्रो महसुस गर्नु हुन्छ किनकि तपाईंले उत्तम काम गर्नुभयो

तपाईंले सामान्य काम भन्दा कम स्तरमा काम गर्न आवश्यक हुन सक्छ।

यसमा खराब वा गलत छैन।

यसले गर्न सक्छ:

- तपाईंको परिवारको हेरविचार गर्न पैसा कमाउन मद्दत गर्न सक्छ

- राम्रो कामको लागि मार्ग बन्न सक्छ

अष्ट्रेलियामा पुरुष र महिला दुवै काम गर्छन्।

उनिहरु कार्यस्थलमा समान व्यवहार गर्छन।

कर भुक्तानी गर्ने

तपाईंले यसरी पैसा कमाउन सक्नुहुनेछ:

- तपाईंको कामबाट

- तपाईंले गर्नुभएको व्यवसायबाट

- सामान र सेवा कर (Goods and Services Tax - GST)

- तपाईंको बैंक खातामा राखेको पैसाको ब्याज

अष्ट्रेलियन सरकारले तपाईंले कमाएको पैसाबाट केहि रकम लिन्छ। यसलाई कर भनिन्छ।

तिनीहरूले उठाएको कर निम्न सेवाहरूमा खर्च गर्छन् जस्तै:

- सहयोग – चाहिने व्यक्तिहरूको लागि समर्थन

- काम नगर्ने व्यक्तिहरूको लागि भुक्तानीहरू

- सडक

- स्वास्थ्य

अष्ट्रेलियाको कर कार्यालय (Tax File Number - TFN) बाट दिईने तपाईंको कर फाइल नम्बर (Australian Taxation Office - ATO) चाहिन्छ, यदि तपाईः

- जागिरबाट पैसा कमाउनु हुन्छ

- सरकारबाट भुक्तानी पाउनु हुन्छ

ATO वेबसाइटमा करको बारेमा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ। www.ato.gov.au

रोजगारी खोज्ने तरिका

जागिर खोज्ने काममा आफै लाग्नु पर्छ।

यो अष्ट्रेलियामा आइपुग्दा तपाईंले गर्नु पर्ने सबै भन्दा महत्त्वपूर्ण चीजहरू हो।

तपाईं जागिर खोज्न मद्दत प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

तपाईंले धेरै प्रयास गर्नु आवश्यक छ:

- जागिर खोज्न
- जागिर पाउन
- तपाईंको जागिर राख्न

जागिर पाउन सक्ने विभिन्न तरिकाहरू छन्:

- कुनै पनि कामको बारेमा जान्नुहुन्छ भने तपाईंका साथीहरू र परिवारलाई सोध्नुहोस्

- सेन्टरलिंक (Centrelink) को सल्लाह सुन्नुहोस् र तिनीहरूले भने जसो गर्नुहोस्

- दर्ता गर्नुहोस्
  - जबएक्टिव (jobactive) मा
    www.jobs.gov.au/jobactive

वा

  - अपाङ्गता रोजगार सेवा (Disability Employment Services) मा
    www.dss.gov.au/our-responsibilities/disability-and-cares/programmes-services/disability-employment-services

- अष्ट्रेलिया सरकारको जबसर्च (JobSearch) साइट प्रयोग गर्नुहोस्
  www.jobsearch.gov.au

- हेर्नुहोस
  - अखबारहरू

  - सामुदायिक सूचना बोर्ड

  - इन्टरनेटमा जागिर साइटहरु

  - टेलिफोन पुस्तकहरू

- रोजगार एजेन्सीबाट सहयोग प्राप्त गर्नुहोस्

- स्वयंसेवक – समुदायलाई मद्दत गर्ने बेतलबी काम गर्नुहोस

स्वयंसेवकले तपाईंलाई मद्दत गर्न सक्छ:

- सीप विकास गर्नुहोस्

- कामको अनुभव प्राप्त गर्नुहोस्

- व्यक्तिलाई भेट्नुहोस् जसले तपाईंलाई सशुल्क काम फेला पार्न मद्दत गर्दछ

- व्यस्त रहनुहोस्

- व्यक्तिहरूलाई तपाईं कडा मेहनत गर्न सक्ने देखाउनुहोस्

- अष्ट्रेलियामा काम गर्ने बारे जान्नुहोस्

तपाईंले भोलुन्टियर अष्ट्रेलिया (Volunteering Australia) को वेबसाइटमा स्वयंसेवकको बारेमा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ। www.volunteeringaustralia.org

बैदेशिक योग्यताहरू

तपाईंको योग्यताको अंग्रेजीमा अनुवाद गर्ने

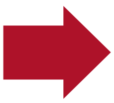
यो महत्त्वपूर्ण छ:

- तपाईंको योग्यता र अन्य काम कागजातहरू अंग्रेजीमा अनुवाद गर्न

- तपाईंको योग्यता अष्ट्रेलियामा पहिचान हुन्छ हुदैन पत्ता लगाउन

यसले तपाईंले के गर्न सक्छ भनि थाहा पाउन मान्छेले तपाईलाई काम दिएमा सजिलो हुनेछ।

तपाईंले अनलाइन गएर तपाईंको कागजातहरू अनुवाद गर्न सक्नुहुन्छ https://translating.dss.gov.au



तपाईंको कागजातहरू अंग्रेजीमा अनुवाद गरिनेछ त्यसपछि तपाईंलाई हुलाकबाट पठाईनेछ।

यसमा तपाईंलाई कुनै पैसा खर्च हुदैन।

तपाईंका योग्यताहरू पहिचान गराउने

पहिचान गरिएका योग्यताबाट तपाईंलाई सामान्यतया तपाईले गर्ने खाले काम खोज्ने राम्रो मौका दिनेछ।

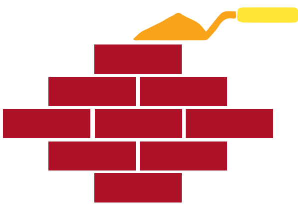
केहि कामले तपाईंलाई कोर्श गर्न दिनेछ ताकि तपाईं आफ्नो योग्यता अष्ट्रेलियाको स्तरहरूमा परिवर्तन गर्न सक्नुहुन्छ।

यसलाई ब्रिजिंग कोर्श भनिन्छ।

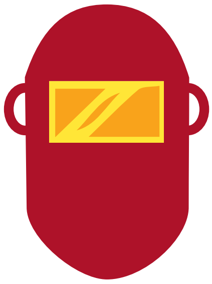
शिक्षा र प्रशिक्षण विभाग (Department of Education and Training) को वेबसाईटमा योग्यता पहिचान गराउने बारेमा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ।
www.internationaleducation.gov.au

यदि निम्न उद्योगहरु मध्येमा काम गर्नु हुन्छ भने, (Trades Recognition Australia - TRA) ले तपाईंलाई सहयोग गर्न सक्छ:

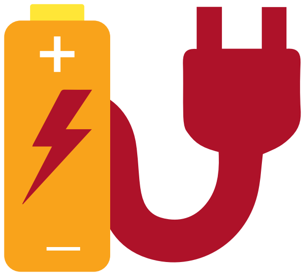
- ईन्जिनियरिङ्



- निर्माण



- धातु कार्य



- ईलेक्ट्रिकल

- केटरिंग

उनीहरूले तपाईंलाई अष्ट्रेलियामा पहिचान प्राप्त प्रमाणपत्र प्रदान गर्न सक्छ।

TRA वेबसाइटमा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ।
www.tradesrecognitionaustralia.gov.au/

रोजगारी पाउने

व्यक्तिगत विवरण

तपाईंको बायोदाता एक कागजात हो जसले:

- तपाईं र तपाईंको हो जनाउँछ
- तपाईंको योग्यताहरू जनाउँछ
- तपाईंको अनुभव बताउँछ – तपाईंले पहिले के काम गर्नुहुन्थ्यो

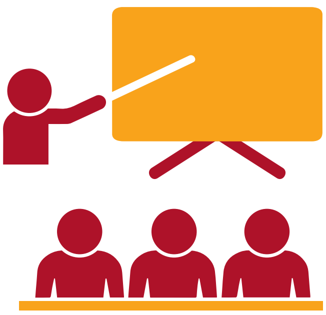
तपाईंले कामको लागि आवेदन गर्दा तपाईंको बायोडाटा मागिन्छ ।

तपाईंको बायोडाटा:

- कम्प्युटरमा टाईप गरिएको हुनुपर्छ
- कुनै हिज्जे गल्तीहरूको जाँच गरिएको हुनुपर्छ

यदि तपाईंसँग काम अनुभव छैन भने कामको लागि राम्रो हुने देखाउन तपाईं अन्य कुराहरु आफ्नो बायोदाटा लेख्न सक्नुहुन्छ:

- स्वैच्छिक काम



- प्रशिक्षण पाठ्यक्रम वा अध्ययन

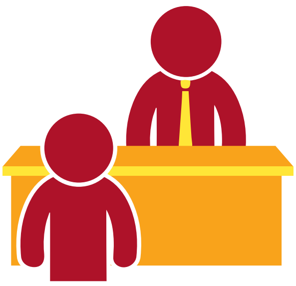
- तपाईंका जीवन अनुभवहरू

jobactive जस्ता जागिर सेवाहरूले तपाईंको बायोडाटा लेख्न मद्दत गर्न सक्छ।

रोजगार तथा लघु ब्यवसाय विभाग (Department of Jobs and Small Business) को वेबसाइटमा जबएक्टिव को बारेमा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ।
www.jobs.gov.au/jobactive

अन्तरवार्तामा जाँदा

अष्ट्रेलियामा एउटै काम पाउनको लागि धेरै व्यक्तिले प्रयास गरेको हुन सक्छ।



तपाईंले जागिर प्राप्त गर्नु अघि, तपाईंलाई अन्तरवार्तामा बोलाउन सकिन्छ।

अन्तरवार्तामा भनेको तपाई काम गर्ने मानिसहरूसँग भेट्ने र कामको बारेमा तिनीहरूसँग कुरा गर्नु हो।

तपाईंको बारेमा कुरा गर्न आवश्यक हुनेछ:

- तपाईंको शिक्षा

- तपाईंको सीपहरू

- तपाईंको कामको अनुभव

- तपाईं किन कामको लागि उपयुक्त हुनुहुनेछ

केही संस्कृतिकामा आफ्नो बारे कुरा गर्न भद्र मानिदैन।

अष्ट्रेलियामा जागिर प्राप्त गर्न आफैंको बारेमा कुरा गर्न आवश्यक छ।

अष्ट्रेलियाको यात्रामा तपाईंले देखाउनुभएको छ:

- लचिलोपन – जब कामकुराहरू सजिलो हुँदैन तपाईं बलियो हुन सक्नुहुनेछ
- दृष्टान्त – तपाईं आफ्नो लक्ष्य पुग्न कडा मेहनत गर्नुहुन्छ

यी राम्रा गुणहरू हुन्।

जो मान्छेले तपाईंलाई जागिर दिन सक्छ त्यसलाई यो पनि थाहा छ।

जब तपाईंको जागिर हुन्छ

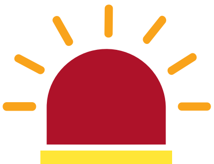
राम्रो कामको नैतिकता हुनुको कारणले तपाईंलाई आफ्नो जागिर राख्न मद्दत गर्नेछ।

तपाईंले जागिर पाए पछि याद गर्नुपर्ने केहि कुराहरू छन्:

- समयमा पुग्नुहोस् – ढिलो नहुनुहोस्
- यदि तपाईं समयमा पुग्न सक्नुहुन्न भने तपाईंको हाकिमलाई तपाईंले चाँडै नै खबर गर्नुहोस्

काममा हुँदा तपाईं व्यस्त हुनुहोस्।

ब्रेक लिनुपर्ने बेला लिनुहोस्।



सानो व्यक्तिगत समस्याहरूका कारण काम छुटाउनु राम्रो हैन।

यदि निम्न भएमा मात्र काम छुटाउनुहोस्:

- बिरामी भएमा
- आकस्मिक परेमा

यदि तपाईंले बुझ्नु भएन भने तपाईंले के गर्न आवश्यक छ प्रश्नहरू सोध्नुहोस्।

सोध्नुस्:

- तपाईंको मालिक वा हाकिमसँग
- अर्को कामदार सँग

अरूलाई हेर्नुहोस् ताकि तपाईंले सिक्न सक्नुहुन्छ।

सोध्नुहोस् कि तपाईं गर्न सक्नुहुन्छ:

- नयाँ कार्यहरू प्रयास गर्न
- नयाँ जिम्मेवारीहरू लिन – तपाईंले गर्न आवश्यक चीजहरू

काममा मानिसहरूसँग राम्रो सम्बन्ध निर्माण गर्नुहोस्।

काम गर्ने बेलामा धेरै कुरा गर्ने प्रयास नगर्नुहोस्।

अरूलाई आदरको साथ व्यवहार गर्नुहोस् – तपाईं जसरी व्यवहार गर्नु पर्छ।

तपाई ंयस्ता व्यक्तिहरूसँग काम गर्दै हुनुहुन्छ जसको फरक:

- संस्कृतिहरू छन्
- धर्म छन्
- दृष्टिकोण छ – तिनीहरूले कसरी संसारलाई हेर्छन्

काममा पुरुषहरु र महिलाहरुलाई समान मानिन्छ।

राम्रो कार्य रेकर्ड बनाउनुहोस् – यदि तपाई ंगर्न सक्नुहुन्छ भने कम्तिमा ६ महिनाको लागि त्यहि काममा रहनुहोस्।

यदि तपाईंले आफ्नो जागिर छोड्ने योजना बनाउनुहुन्छ भने तपाईंलाई काम गराउने मानिसहरूलाई धैरै अघि जानकारी दिनुहोस्।

तिनीहरूलाई व्यवहार गर्नुहोस्:

- आदर सहित
- शिष्ट भएर – भद्र भएर

तिनीहरू तपाईंको अर्को कामको लागि रेफरी हुनेछन् र अन्य व्यक्तिलाई तँपाई कस्तो कामदार हो बताउनेछन्।

यदि तपाईंले जागिर पाउनुभयो भने Centrelink मा भन्नुहोस। यो कानून हो।

तलबी कामले तपाईंले प्राप्त गरेको कुनै पनि भुक्तानीलाई असर गर्न सक्छ।

Australian Government
Department of Social Services

अष्ट्रेलियन सामाजिक सेवा विभागको तर्फबाट अन्तर्राष्ट्रिय आप्रवासन संगठन द्वारा प्रदान गरिएको

IOM • OIM