AUSCO

अष्ट्रेलियन सांस्कृतिक अभिमुखीकरण कार्यक्रम

बसोबास तय गर्नु

सजिलोसंग पढ्ने

अष्ट्रेलियामा तपाईंको नयाँ जीवन बसोबास गर्नको लागि छिटो तरिका यो हो:

- अंग्रेजी सिक्नुहोस्

- काम खोज्नुहोस्

- केही प्रशिक्षण लिनुहोस्

नयाँ देशमा सर्न तनावपूर्ण हुन सक्छ।

तपाईं चिन्तित हुन सक्नुहुन्छ:

- आवास र तपाईं कहाँ बस्ने

- जागिर प्राप्त गर्ने

- तपाईं कति राम्रो अंग्रेजी बोल्न सक्नुहुन्छ

अष्ट्रेलिया सरकारसँग तपाईंलाई बसोवासमा सहयोग गर्न प्रयोग गर्ने सेवाहरू छन्।

सामाजिक सेवा विभाग (Department of Social Services - DSS) ले मानवीय पुनर्वाश कार्यक्रम (एचएसपी) (Humanitarian Settlement Program - HSP) चलाउछ।

यस कार्यक्रमले मानिसहरूलाई सहयोग गर्दछ जुन उनीहरूलाई चाहिन्छ।

तपाईंले पाउन सक्नुहुने सहयोग निम्न कुरामा निर्भर गर्दछ:

- तपाईँका आवश्यकताहरू
- तपाईंको परिवारको आवश्यकता

शुरूमा तपाईंले निम्न व्यक्तिबाट मद्दत प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ:

- केसवर्करले

- प्रस्तावकले

तिनीहरूले:

- एयरपोर्टमा तपाई भेट्ने छन्

- तपाई बस्नु भएको स्थानमा लैजानेछ

त्यहाँ केही चीजहरू छन् जुन तपाईंले अष्ट्रेलियामा पुगेको केहि हप्तामा गर्न आवश्यक पर्दछ।

तलका चरणहरूले तपाईंलाई देखाउँछन्:

- तपाईंलाई के गर्न आवश्यक छ

- कुन बेला यो गर्न आवश्यक छ

तपाईंको केसवर्करले प्रत्येक चरणमा तपाईंलाई मद्दत गर्ने छ।

पहिलो हप्तामा

अष्ट्रेलियाको एअरपोर्टमा आइपुग्छ।

तपाईंलाई निम्न व्यक्तिले भेट्नेछ:

- केसवर्करले

- प्रस्तावकले

तपाईं बस्नु भएको ठाऊँमा जानुहुनेछ।

बैंक खाता खोल्नुहोस् ।

तपाईंको खाता कसरी प्रयोग गर्ने जान्नुहोस् र निम्न कुराहरु कसरी गर्ने जान्नुहोस्:

- पैसा झिक्ने – पैसा निकाल्ने

- रकम जम्मा गर्ने – पैसा राख्ने

सेन्टरलिंक (Centrelink) मा दर्ता गर्नुहोस् ताकि तपाईले सरकारबाट पैसा प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ ।

मेडिकयर (Medicare) मा दर्ता गर्नुहोस् ताकि तपाईलाई आवश्यक पर्ने कुनै पनि चिकित्सा सेवाको लागि सहयोग प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ ।

आफ्नो कर फाइल नम्बर (Tax File Number - TFN) प्राप्त गर्नुहोस् ताकि तपाईं रोजगारी खोज्न सक्नुहुनेछ।

पहिलो २ हप्तामा

आफ्ना छोराछोरीलाई स्कूलमा भर्ना गर्नुहोस्।

तपाईंको नयाँ छरछिमेकको बारेमा सिक्नुहोस् – तपाईं बस्नुहुने ईलाकामा।

निम्न कुराहरु भेट्न नजिकै कहाँ जानुपर्छ पत्ता लगाउनुहोला:

- सपिङ्ग सेन्टर

- सुपरमार्केट

- अस्पताल

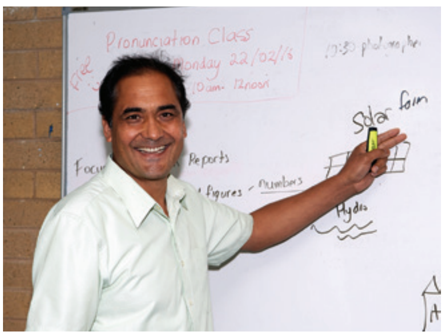
- पुस्तकालय

- सार्वजनिक यातायात – बसहरू, रेलहरू

जहाँ तपाईं बस्नुहुन्छ नजिकको एक डाक्टर पत्ता लगाउनुहोस् जसले तपाईंलाई र तपाईंको परिवारको हेरचाह दिन सक्छ।

पहिलो ६ महिनामा

तपाईंको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोला।

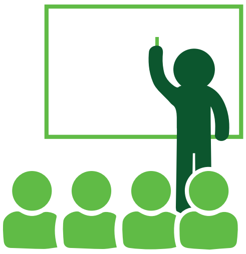


वयस्क प्रवासी अंग्रेजी कार्यक्रम (Adult Migrant English Program - AMEP) मा सामेल हुनुहोस् ताकि तपाईंले अंग्रेजी सिक्न सक्नुहुन्छ।

यदि तपाईं एक छोटो समयको लागि त्यस स्थान (घर) मा हुनुहुन्छ भने लामो समयको लागि नयाँ घर खोज्नुहोस्।

निम्न कुराहरु हेर्नको लागि सुरू गर्नुहोस्:

- जागिर



- नयाँ कार्य कौशलहरू सिक्न तपाईंले प्रशिक्षण लिन सक्नुहुनेछ

बसाई सर्ने

अष्ट्रेलियामा बस्ने सबैले राज्य र प्रान्त बीच यात्रा गर्न सक्छन्।

तपाईंको पहिलो अष्ट्रेलियाको घरबाट सरेर जानुको मतलब हो तपाईंले HSP कार्यक्रम मार्फत प्राप्त गर्नुभएको केही सहयोग गुमाउनु हो।

तपाईंले बसाई सर्ने निर्णय गर्नु अघि, निम्न व्यक्तिहरुबाट सल्लाह प्राप्त गर्नुहोस्:

- केसवर्करले

- प्रस्तावकले

अष्ट्रेलिया एउटा ठूलो देश हो जसको धेरै ठाउँ छ।

अष्ट्रेलिया भर भएका मानिसहरू संचार र यातायत लिङ्क मार्फत जोडिएका छन्।

अष्ट्रेलियनहरू प्राय: उनीहरूको साथी वा परिवारलाई भेट्न निम्न बेलामा लामो यात्रा गर्नेछन्:

- सप्ताहअन्त
- छुट्टीका दिनहरू

तपाईं बस्ने ठाँउ परिवर्तन गर्न आवश्यक छैन – तपाईंको मित्र वा परिवारसँग भेट्न सजिलो छ।

तपाईं छोटो यात्रा गर्न सार्वजनिक यातायात प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ जस्तै बसहरू र रेलहरू।

महत्वपूर्ण नामहरू र सम्पर्क

केसवर्कर

यदि तपाईं निम्न भिसा उपवर्गको हुनुहुन्छ भने, सहयोगको लागि तपाईंलाई एक केसवर्कर दिइनेछ:

- २००
- २०१
- २०३
- २०४

केसवर्कर HSP कार्यक्रम चलाउने संस्थाहरूको अंग हो।

तपाईंको केसवर्कर ले:

- एयरपोर्टमा तपाईंलाई भेट्नुहुनेछ

- तपाईंको पुनर्वासमा तपाईंलाई सहयोग गर्नेछ

तिनीहरू तपाईंसँग संधै रहन सक्दैनन्।

तपाईंले आफैले आफ्नो लागि धेरै चीजहरु गर्न आवश्यक छ।

त्यहाँ धेरै मानिसहरू छन् जो सरकारका विभिन्न विभागहरूमा काम गर्छन्।

तपाईंलाई सहयोग गर्ने तिनीहरूको काम हो।

प्रस्तावकले

यदि तपाईंको भिसा सबक्लास २०२ छ भने तपाईंको प्रायोजकले तपाईलाई स्थायित्व हुन (पुनर्वास गर्न) मद्दत गर्नेछ।

प्रायोजक निम्न मध्ये कुनै एक हुनेछ:

- परिवारका सदस्य
- साथी
- सामुदायिक संगठन

केसवर्करले तपाईंलाई र तपाईंको प्रस्तावकसँग भेट्न समय दिन सक्छ।

यदि तपाईंलाई अतिरिक्त सहयोग चाहिन्छ भने तिनीहरूले मिलाउनेछन।

अनसोर अभिमुखिकरण

तपाई शुरूमा आइपुगेको बेला तपाईंलाई मद्दत गर्नको लागि कक्षाहरूमा जानु हुनेछ।

यसलाई अनसोर अभिमुखिकरण भनिन्छ।

अनसोर अभिमुखिकरणले तपाईंले AUSCO मा सिक्नु भएको कुरा सिकाउनेछ।

यसले तपाईंलाई निम्न कुराहरु दिन्छ:

- ज्ञान
- तपाईंले प्रयोग गर्न सक्नुहुने शिप

यसले तपाईंलाई आफ्नो नयाँ समुदाय र शहरमा आफुले सिकेका कुराहरू प्रयोग गर्न मद्दत गर्नेछ।

तपाईं यात्रामा जान सक्नुहुन्छ – कक्षाबाट लगिने गतिविधिहरूमा।

अनसोर अभिमुखिकरण एक राम्रो तरिका हो:

- तपाईंको प्रश्नहरूको जवाफ पाउनका लागि

- तपाईको जस्तै जीवन भएका अरू मानिसहरुबाट सिक्नका लागि

- कसरी काम गर्ने कुराहरू सिक्न, जस्तै
  - बस्ने ठाउँ पत्तालगाउन

  - बजेट – तपाईं संग कति पैसा छ र तपाईले कसरी खर्च गर्नुहुनेछ

कसैले तपाईंको क्षेत्रको पसलहरूमा लैजानेछ जहाँ सबै भन्दा सस्तो छ।

यसले तपाईंलाई बजेटिङ बारे जान्न मद्दत गर्नेछ।

तपाईंले अझ बढी कुरा अष्ट्रेलियन कानूनको बारेमा निम्न व्यक्तिहरुबाट हासिल गर्न सक्नु हुन्छ:

- पुलिस

- वकीलहरू

तपाईं समाजिक सेवा बिभाग को वेबसाइटमा पुनर्वाश सेवाहरूको बारेमा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ www.dss.gov.au

अनुवाद र दोभाषे सेवाहरु

यदि तपाईंलाई दोभाषे चाहिन्छ भने १३ १४ ५० मा अनुवाद र दोभाषे सेवा (Translating and Interpreting Service - TIS National) लाई फोन गर्नुहोस् ।

तपाईंले TIS National को बारेमा थप जानकारी पाउन तिनीहरूको वेबसाइटमा हेर्न सक्नुहुन्छ ।
www.tisnational.gov.au/en/Non-English-speakers

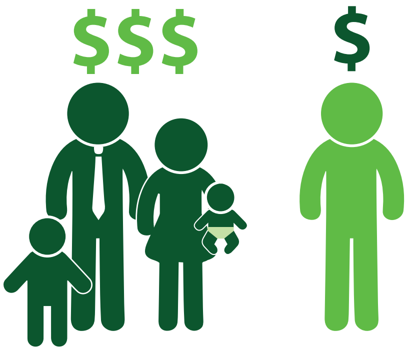
Centrelink

Centrelink अष्ट्रेलियाको सरकार द्वारा संञ्चालित एक सेवा हो जसले आवश्यकता पर्नेहरुलाई मद्दत गर्दछ ।

तपाईंले Centrelink बाट पैसा प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ ।

Centrelink ले तपाईंको बैंक खातामा हरेक २ हप्तामा पैसा राख्नेछ ।

तपाईं कति पाउन सक्नुहुनेछ त्यो अरू कसैको भन्दा फरक हुन सक्छ।



Centrelink ले तपाईंको व्यक्तिगत परिस्थिति अनुसार कति भुक्तानी गर्ने निर्धारण गर्नेछ।

वयस्क आप्रवासी अङ्ग्रेजी कार्यक्रम

तपाईं AMEP मा अंग्रेजी सिक्न सक्नुहुनेछ।

AMEP ले तपाईंलाई ५१० घण्टा नि:शुल्क अंग्रेजी कक्षाहरू प्रदान गर्न सक्छ।

तपाईं निम्न वेबसाइटमा आफ्नो नजिकको AMEP कहाँ फेला पार्न सकिन्छ भन्ने बारेमा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ। www.education.gov.au/amep

तपाईं १३ ८३ ७३ मा स्किलिङ अष्ट्रेलिया जानकारी लाइनलाई पनि फोन गर्न सक्नुहुन्छ (Skilling Australia)।

कर दर्ता नम्बर अर्थात्

तपाईंले निम्न कुरा गर्नलाई TFN चाहिन्छ:

- काम गर्न
- Centrelink बाट भुक्तानीहरू प्राप्त गर्न

अष्ट्रेलियाको कर कार्यालय (Australian Taxation Office - ATO) ले तपाईंलाई TFN दिन्छ।

तपाईंको TFN अद्वितीय छ – केवल तपाईंले यसलाई प्रयोग गर्न सक्नुहुनेछ।

यसले तपाईंको परिवारलाई समर्थन गर्नको लागि Centrelink बाट भुक्तानीहरूको लागि आवेदन गर्न मद्दत गर्दछ।

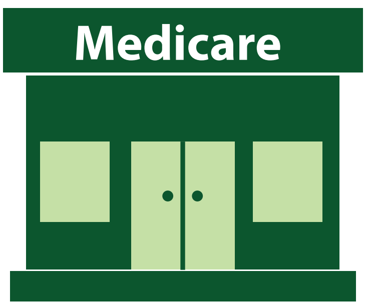
Centrelink मा काम गर्ने व्यक्तिहरुले तपाईंको TFN प्राप्त गर्न मा मद्दत गर्दछ।

तपाईंले अष्ट्रेलिया कर कार्यालयको वेबसाइट मा अधिक जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ।
www.ato.gov.au

Medicare

Medicare अष्ट्रेलियाको राष्ट्रिय स्वास्थ्य हेरविचार प्रणाली हो।

Medicare तपाईंलाई केहि मेडिकल हेरविचारको खर्च तिर्न मद्दत गर्न सक्छ।



तपाईंको केसवर्कर वा तपाईंको प्रायोजकले नजिकको ठाउँमा निम्न कुराहरु कहाँ पाईन्छ देखाउन सक्छ:

- Medicare सेवा केन्द्र

- अस्पताल

- चिकित्सकको कार्यालय

- अन्य स्वास्थ्य सेवाहरू।

तपाईंले मानव सेवा विभाग (Department of Human Services - DHS) को वेबसाइटमा Medicare को बारेमा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ। www.humanservices.gov.au/medicare

खोप लगाउन

तपाईंको पूर्ण स्वास्थ्य जाँच गर्न आवश्यक छ।

तपाईंका छोराछोरीहरूले उनीहरूको खोप लगाएको हुनुपर्छ – उनीहरूलाई बिरामी हुन बाट रोक्न।

बच्चाहरु लाई खोप लगाउनै पर्छ भन्ने छैन तर यो अत्यधिक रुपमा सिफारिस गरिन्छ ।

केहि राज्य र प्रान्तहरूमा तपाईलाई तपाईंको बच्चाको खोप रेकर्ड निम्न स्थानमा जाने बेला सोध्नेछ:

- दिवा हेरविचार (शिशु केन्द्र)
- विद्यालय

तपाई स्वास्थ्य विभागको वेबसाइटमा (Department of Health) खोपको बारेमा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ ।
www.health.gov.au

Medicare कार्डको तस्वीर केवल प्रदर्शनको लागि मात्र प्रयोग गरिएको हो र यसले संघीय सरकारको समर्थन जनाउदैन ।

Australian Government
Department of Social Services

अष्ट्रेलियन सामाजिक सेवा विभागको तर्फबाट अन्तर्राष्ट्रिय आप्रवासन संगठन द्वारा प्रदान गरिएको

IOM • OIM