समावेशी संलग्नता सामाग्री

द्वारा तयार गरिएको

Anglicare Southern Queensland

आभार

हामी यस भूमिको परम्परागत मालिकहरू र संरक्षकहरू, टुर्बल र जगेरा/युगेरा जनतालाई स्वीकार गर्न र सम्मान गर्न चाहन्छौं, जसमा यो श्रोत सिर्जना गरिएको हो। हामी आदिवासी र टोरेस स्ट्रेट टापुवासी मानिसहरू र भूमि, समुद्र र समुदायमा तिनीहरूको निरन्तर जडानलाई स्वीकार गर्न चाहन्छौं।

हामी विगत, वर्तमान र उदीयमान वृद्धहरूलाई सम्मान गर्दछौं। हामी उपस्थित अन्य सबैलाई पनि त्यो सम्मान प्रकट गर्दछौं।

हामीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्

यदि तपाइँ समावेशी संलग्नता सामाग्रीहरुको बारेमा थप जान्न चाहनुहुन्छ भने, प्रतिक्रिया दिनुहोस्, वा हाम्रो बहुसांस्कृतिक कार्यक्रमको बारेमा थप जान्न चाहनुहुन्छ भने, तपाइँ हामीसँग **multicultural@anglicaresq.org.au** मा इमेल पठाएर सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ।

समावेशी संलग्नता सामाग्री

एउटा बहुसांस्कृतिक राष्ट्रको रूपमा, अष्ट्रेलियाका समुदायहरूले मानिसहरूको धर्म, यौनिकता, संस्कृति, सामाजिक-आर्थिक पृष्ठभूमी, आध्यात्मिकता, भौगोलिक फैलावट, व्यक्तिगत अनुभवहरू, र चिकित्सा र हेरचाह आवश्यकताहरूको विस्तृत श्रृंखलालाई प्रतिबिम्बित गर्दछ।

वृद्ध हेरचाहका सबै उपभोक्ताहरूलाई जानकारीमा पहुँच सुनिश्चित गर्न र उपयुक्त वृद्ध हेरचाह सेवाहरू प्राप्त गर्न अष्ट्रेलिया सरकारको प्रतिबद्धताको समर्थनमा, हामीले यो संलग्नता समावेशी सामाग्रीहरु सिर्जना गरेका छौं।

सामाग्रीहरुले वृद्ध हेरचाह सेवा प्रदायकहरूलाई सफलताको लागि सुझावहरू प्रदान गर्न विश्वसनीय श्रोतहरूबाट बहुमूल्य जानकारी र सामग्रीहरू समेट्दछ। हामी आशा गर्दछौं कि यस सामाग्रीहरुले हेरचाहको समुदाय स्थापना गर्न मद्दत गर्दछ र वृद्ध हेरचाह प्रदायकहरूलाई ग्राहकहरूको व्यक्तिगत आवश्यकताहरू अनुरूप थप समावेशी सेवाहरू प्रदान गर्न प्रोत्साहित गर्दछ।

विचार गर्नुपर्ने मुख्य बुँदाहरू

- समावेशीकरण र संलग्नताको लागि सबै दृष्टिकोणमा कुनै एउटा कुरा सबैमा लागू हुँदैन। सामाग्रीहरु एक सामान्य श्रोत हो र समावेशी र संलग्नताको लागि सहयोगी दृष्टिकोण प्रवर्द्धन गर्न प्रयोग गरिनु पर्छ।
- समावेशी संलग्नता रणनीतिहरू थप्नुको सट्टा, संगठनहरूले समावेशी आधारबाट शुरू गर्न र सबै तहहरूमा समावेशी संलग्नता उपायहरू लागू गर्न प्रयास गर्नुपर्छ
- हामी समावेशीताको प्रक्रियामा सुधार गर्न संवाद र साझा सिकाइलाई प्रोत्साहन गर्छौं। समावेशी संलग्नता सामाग्रीहरु विकास गर्न जारी राख्नको लागि प्रतिक्रिया स्वागत छ।

अन्तर्क्रियात्मकता

हामी ध्यानाकर्षण गर्न चाहन्छौं कि यस सामाग्रीहरु विविधता र समावेशीकरणको दृष्टिकोण अन्तरसम्बन्धको अवधारणामा आधारित छ, जसले अतिब्यापी समूह र अनुभवहरूलाई जोड दिन्छ।

अन्तर्विच्छेदनले प्रत्येक व्यक्तिको पहिचान जाति, लिङ्ग, कामुकता, र उमेर जस्ता धेरै तत्वहरू मिलेर बनेको हुन्छ भनी मान्यता दिन्छ। यी एक अर्कामा निर्भर हुन्छन् र व्यक्तिहरूले आफ्नो प्रतिच्छेदको आधारमा भेदभाव र असमानता अनुभव गर्न सक्छन्।

त्यसलाई ध्यानमा राख्दै, यो सामाग्रीले सबैलाई निष्पक्ष र समावेशी सेवाहरू प्रदान गर्ने कुराहरु रूपरेखा तयार गरी थप विविध र समावेशी समुदाय सिर्जना गर्ने आधार प्रदान गर्दछ।

समावेशीता

सबै समुदायका सदस्यहरूलाई उनीहरूलाई कसरी र कहिले आवश्यक पर्दछ भन्ने कुरामा पहुँच छ भनी सुनिश्चित गर्न हामी वृद्ध हेरचाह सेवाहरूको समावेशीता, समानता, र पहुँच सुधार गर्न निरन्तर प्रयासरत रहने प्रोत्साहन गर्छौं। समावेशी हुनु भनेको "सहभागी हुन, सिक्न, योगदान दिन र सम्बन्धित हुनु[1] को लागि सबै उमेर, क्षमता र पृष्ठभूमिका मानिसहरूका लागि अवसरहरू फेला पार्नु , प्रस्ताव गर्नु र समर्थन गर्नु" हो।

१. डाउन सिन्ड्रोम अष्ट्रेलिया, (२०१९)

विषय सूची

समावेशी संलग्नता सामाग्री (इन्क्लूसिव इंगेजमेंट टूलकीट) का उद्देश्यहरू

विषय १: समावेशी हेरचाहको परिचय

विषय २: समावेशी सञ्चार

विषय ३: समावेशी नेतृत्व

विषय ४: सामाजिक दूरीको समयमा सम्पर्क गर्दै

विषय ५: दोभाषेहरूसँग काम गर्ने

समावेशी संलग्नता सहयोगका पानाहरू

- विविध वृद्ध व्यक्तीहरु
- साँस्कृतिक र भाषिक रूपमा विविधतायुक्त मानिसहरू
- आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट आइल्याण्डवासी मानिसहरू
- लेस्बियन, समलैंगिक, उभयलिंगी, ट्रान्स र लिङ्ग विविध, इन्टरसेक्स व्यक्ति (एल् जि बि टि क्यू आई ए +)

संलग्नता समावेशी सामाग्रीका उद्देश्यहरू

उदेश्य

हेरचाहकर्ताहरूका लागि विविध वृद्ध मानिसहरू, सांस्कृतिक र भाषिक रूपमा विविध व्यक्तिहरू, आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट आइल्याण्डवासी मानिसहरू र लेस्बियन, गे, ट्रान्स, र लिङ्ग विविध, इन्टरसेक्स, प्रश्न र थप (LGBTQIA+) बारे हेरचाह गर्ने स्रोतहरू प्रदान गर्न।

एक वृद्ध हेरचाह सेवा प्रदायकको रूपमा, विभिन्न समूहहरूलाई राम्रो सेवाहरू प्रदान गर्ने धेरै अवसरहरू र फाइदाहरू छन्, जस्तै[1]:

- ग्राहकहरूको कल्याण र स्वास्थ्य सुधार;
- विविध समूहहरूको संलग्नता र सन्तुष्टि;
- नयाँ साझेदारी स्थापना;
- विविध पृष्ठभूमि र जीवन अनुभव भएका कर्मचारीलाई मूल्य दिनु; र
- सेवा समुदाय भित्र उत्साह वृद्धि।

१. वृद्धावस्थामा सांस्कृतिक विविधता केन्द्र। (२०२१)।

समावेशी हेरचाहको परिचय

समावेशी हेरचाह प्रदान गर्नाले वर्तमान वृद्ध हेरचाह सेवाहरू सबैका लागि थप विविध र समावेशी हुन अनुमति दिन्छ।
समावेशी दृष्टिकोणका मुख्य सिद्धान्तहरू निम्न हुन्:

- विविधता बुझ्न र सम्बोधन गर्न प्रतिबद्धता;
- सबै विविध समूहहरूको अन्तरसम्बन्धलाई समर्थन गर्दै;
- हाम्रा समुदायहरूलाई शिक्षित गर्दै;
- अवरोधहरू हटाउन प्रतिबद्धता; र
- सबै ग्राहकहरूसँग लचिलो, उत्तरदायी र अनुकूली दृष्टिकोणहरू[1]।

अष्ट्रेलियाली सरकारको स्वास्थ्य विभागको एज्ड केयर डाइभर्सिटी फ्रेमवर्क अनुसार, वृद्ध अष्ट्रेलियालीहरू (तलको चित्र हेर्नुहोस्) सँग उपयुक्त, पहुँचयोग्य, र संवेदनशील वृद्ध हेरचाह सेवाहरू हुनुपर्दछ जसले तिनीहरूको व्यक्तिगत आवश्यकता र प्राथमिकताहरू[2] पूरा गर्दछ।

१. सेंटर फर कल्चरल डाइवर्सिटी इन एजिंग, (२०२१) २। स्वास्थ्य विभाग, (२०१७)

विषय १: समावेशी हेरचाहको परिचय

समावेशी हेरचाह प्रदान गर्ने तपाईंको यात्रा सुरु गर्न मद्दत गर्नका लागि हामीले एज्ड केयर डाइभर्सिटी फ्रेमवर्कबाट जानकारी लिएका छौं र उत्तम अभ्यासका उदाहरणहरू र सुझावहरू संयुक्त गरेका छौं।

उपभोक्ताहरूको लागि नतिजा	वृद्ध हेरचाह प्रदायकहरू द्वारा आवश्यक कारबाही	उत्तम अभ्यास उदाहरणहरू र सुझावहरू
१. सूचित छनौटहरू बनाउँदै वृद्ध व्यक्तिहरूसँग वृद्ध हेरचाह प्रणाली र सेवाहरू बारे सजिलै पहुँचयोग्य जानकारी हुन्छ जुन उनीहरूले बुझ्छन् र उनीहरूले प्राप्त गर्ने हेरचाहमा छनोट र नियन्त्रणको अभ्यास गर्न उपयोगी जानकारी फेला पार्छन्[२]।	उपयुक्त ढाँचामा, विभिन्न फारमहरू (अनलाइन/सक्कल/मौखिक/न्युजलेटर) र उपभोक्ताले बुझ्ने भाषामा जानकारी उपलब्ध गराउनुहोस्[४]।	• कर्मचारीहरूलाई दोभाषे सेवाहरू कसरी पहुँच गर्ने भन्ने थाहा छ। • अनुवाद र दोभाषे सेवा (TIS National (टीस नेशनल)) • थप जान्नको लागि १३०० ५७५ ८४७ मा TIS National टीस नेशनललाई सम्पर्क गर्नुहोस्। • कर्मचारीहरूलाई वकालत सेवाहरू कसरी पहुँच गर्ने भन्ने थाहा छ। • वृद्ध व्यक्ति एड्भोकेसी नेटवर्क (OPAN ओपान) • OPAN ओपानलाई १८०० ७०० ६०० मा सम्पर्क गर्नुहोस्।
२. योजना र कार्यान्वयनको लागि प्रणालीगत दृष्टिकोणहरू अपनाउने वृद्ध व्यक्तिहरू वृद्ध हेरचाह प्रणालीको योजना र कार्यान्वयनमा सक्रिय साझेदारहरू हुन्[२]।	उपभोक्ताहरूलाई सांस्कृतिक रूपमा सुरक्षित, सहयोगी वातावरणमा संलग्न गराउनुहोस् जसले उनीहरूलाई सक्रिय साझेदारको रूपमा भाग लिन सक्षम बनाउँछ, साथै उनीहरूको व्यक्तिगत आवश्यकताहरू व्यक्त गर्न[२]।	• आफ्ना ग्राहकहरूको सांस्कृतिक परम्परा वा धर्म र उनीहरूका लागि महत्त्वपूर्ण अर्थ राख्ने उनीहरूको परिवार/हेरचाहकर्ताहरूको बारेमा जानकारी खोज्नुहोस्[१]।
३. पहुँचयोग्य हेरचाह र समर्थन ग्रामीण, दुर्गम, क्षेत्रीय, र महानगरीय अस्ट्रेलियाका वृद्ध व्यक्तिहरूलाई उनीहरूको विविध विशेषताहरू र जीवनका अनुभवहरू[२] संग उपयुक्त वृद्ध हेरचाह सेवा सहयोगहरु मा पहुँच छ।	वृद्ध हेरचाह प्रणालीमा पहुँच गर्न बाधाहरू फेला पार्न र हटाउन सरोकारवालाहरूसँग सहकार्य गर्नुहोस्[२]।	विभिन्न भाषाहरू, जातीय वा धार्मिक परम्पराहरू र अष्ट्रेलियाका पुराना आप्रवासीहरूको प्रवास/शरणार्थी अनुभवहरूमा अन्तरदृष्टि प्रदान गर्ने श्रोतहरू पहुँच गर्नुहोस् [१]। • अष्ट्रेलियाको आप्रवासी जनसंख्याको विविध सांस्कृतिक पृष्ठभूमिका बारेमा थप जान्नको लागि सांस्कृतिक एटलसलाई सुरूवात बिन्दको रूपमा प्रयोग गर्नुहोस्। (https://culturalatlas.sbs.com.au/)
४. सक्रिय र लचिलो प्रणालीलाई समर्थन गर्दै एक सक्रिय र लचिलो वृद्ध हेरचाह प्रणाली जसले विद्यमान र उदीयमान विविध समूहहरूको आवश्यकतालाई प्रतिक्रिया दिन्छ, बढ्दो विविध वृद्ध हेरचाह कार्यबल सहित[२]।	उदीयमान आवश्यकताहरू फेला पार्न स्थानीय समुदाय र सरोकारवालाहरूसँग संलग्न हुनुहोस् र ती आवश्यकताहरूलाई अँगाल्न कसरी सेवा वितरण मोडेलहरू अनुकूलन गर्न सकिन्छ, जसमा संगठनको कार्यबलले हेरचाहको लागि समावेशी दृष्टिकोण कसरी प्रदर्शन गर्दछ[२]।	भाडामा लिनुहोस् र द्विभाषी कर्मचारीहरू (पेशेवरहरू, सम्बद्ध स्वास्थ्य र सामाजिक कार्य कार्यकर्ताहरू, र हेरचाह कार्यकर्ताहरू) को पहुँच प्रवर्द्धन गर्नुहोस् जसले भाषाहरू बोल्ने र उपभोक्ताको मनपर्ने भाषाहरूको प्रतिबिम्बित गर्ने भाषाहरू बोल्छन्।

१. वृद्धावस्थामा सांस्कृतिक विविधता केन्द्र, (२०२२)
२. स्वास्थ्य विभाग, (२०१९)

उपभोक्ताहरूको लागि नतिजा	वृद्ध हेरचाह प्रदायकहरू द्वारा आवश्यक कारबाही	उत्तम अभ्यास उदाहरणहरू र सुझावहरू
५. सम्मानजनक र समावेशी सेवाहरू एक सक्रिय र लचिलो वृद्ध हेरचाह प्रणाली जसले विद्यमान र उदीयमान विविध समूहहरूको आवश्यकतालाई प्रतिक्रिया दिन्छ, बढ्दो विविध वृद्ध हेरचाह कार्यबल सहित[1]।	खोज्नुहोस्, विकास गर्नुहोस्, र उपकरणहरू, प्रशिक्षण र जानकारी प्रयोग गर्नुहोस् जसले विभिन्न विशेषताहरू र जीवन अनुभवहरू समावेश गरी हेरचाहको डेलिभरीलाई समर्थन गर्दछ[1]।	सेन्टर फर कल्चरल डाइभर्सिटी इन एजिङ्ले समावेशी हेरचाहको बितरणलाई समर्थन गर्न बहुभाषिक श्रोतहरू सिर्जना गरेको छ। यहाँ नि: शुल्क श्रोतहरु पहुँच गर्नुहोस्: http://www.culturaldiversity.com.au/s ervice-providers/multilingual-resources
६. सबैभन्दा जोखिममा परेकाहरूको आवश्यकताहरू पूरा गर्दै वृद्ध व्यक्तिहरूले उच्च गुणस्तरीय र सांस्कृतिक रूपमा सुरक्षित वृद्ध हेरचाह सेवाहरू र उनीहरूको व्यक्तिगत, सामाजिक, वा आर्थिक कमजोरीहरूलाई ध्यान नदिई उनीहरूको आवश्यकताहरू पूरा गर्ने समर्थनहरू पहुँच गर्न सक्छन्[1]।	सबैभन्दा जोखिममा परेका व्यक्तिहरूको आवश्यकतालाई सम्बोधन गर्न समावेशी सेवा मोडेलहरू प्रदान गर्नुहोस्, र आवश्यकताहरूको पूर्ण स्पेक्ट्रम पूरा भएको सुनिश्चित गर्न अन्य सरोकारवालाहरूसँग काम गर्नुहोस्[1]।	राष्ट्रिय नीतिहरू र पहलहरूसँग परिचित भएर सुरु गर्नुहोस् जसले विभिन्न वृद्ध व्यक्तिहरूको विशेष आवश्यकताहरू पूरा गर्न मद्दत गर्दछ। • एज्ड केयर एक्ट 1997 (https://www.legislation.gov.au/Details/C2017C00241) • एज्ड केयर क्वालिटी Standards (https://www.agedcarequality.gov.au/providers/standards) • एज्ड केयर डाईवर्सिटी फ्रेमवर्क (https://www.health.gov.au/resources/publications/aged-care-diversity-framework)

श्रोतहरु

वृद्धावस्थामा सांस्कृतिक विविधता केन्द्र, (२०२१) *समावेशी सेवा मानकहरू (दोस्रो संस्करण)*। http://www.culturaldiversity.com.au/documents/inclusive-service-standards//1434-inclusive-service-standards-second-edition-1/file

वृद्धावस्थामा सांस्कृतिक विविधता केन्द्र, (२०२२) अभ्यास गाइडहरू - संस्कृति-विशेष जानकारी। http://www.culturaldiversity.com.au/images/CCDA-inclusive-service-standards-v2-corrections.pdf

स्वास्थ्य विभाग, (२०१७)। *एज्ड केयर डायिवर्सिटी फ्रेमवर्क*। अष्ट्रेलियाली सरकार। https://www.health.gov.au/resources/publications/aged-care-diversity-framework

बहुसांस्कृतिक वृद्ध हेरचाह। (२०१९)। *उत्तम अभ्यास हेरचाहको लागि गाइड: वृद्ध र सामुदायिक हेरचाह भित्र विविधतालाई समर्थन गर्दै*। MAC-A-GUIDE_25.06.19.pdf

ओपान्: ओल्डर पर्सन एड्भोकेसी नेटवर्क https://opan.org.au/

१. स्वास्थ्य विभाग, (२०१९)

समावेशी सञ्चार

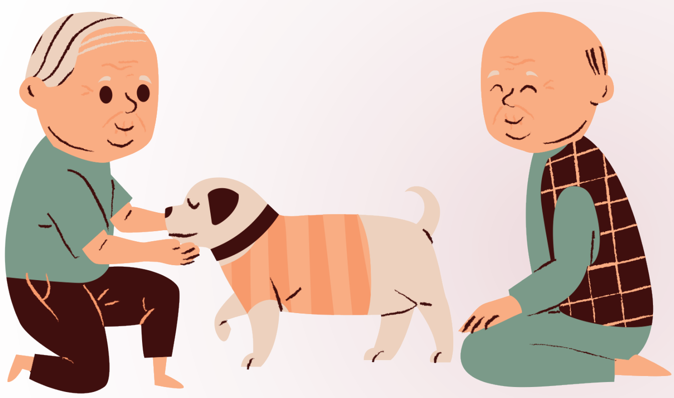
सञ्चार शैलीहरू र सुन्ने

विभिन्न समूहहरूसँग संलग्न हुँदा, हेरचाह प्रदान गर्ने सञ्चार शैलीहरू र सुन्ने सीपहरू आवश्यक हुन्छन्। विभिन्न बुढाबुढीहरूसँग कुराकानी गर्दा व्यक्तिको सांस्कृतिक सन्दर्भलाई विचार गर्नुपर्छ।

यो याद गर्न जरूरी छ कि त्यहाँ कुनै सांस्कृतिक समूह छैन जुन एकरूप हो। सांस्कृतिक समूह भित्रका व्यक्तिहरू पनि एकअर्काबाट विशिष्ट रुपमा भिन्न छन्। एक सांस्कृतिक समूह भित्र विभिन्न व्यक्तिहरू कसरी छन् भन्ने बारे ज्ञान भएकोले, हामीलाई विभिन्न संस्कृतिहरू बीच अन्तरक्रिया गर्न अनुमति दिन्छ[1]।

सांस्कृतिक सन्दर्भले कोही हुर्केको संस्कृतिलाई बुझाउँछ र यसले सञ्चार जस्ता व्यवहारहरूलाई कसरी असर गर्छ।

उच्च सन्दर्भ: सञ्चारका अप्रत्यक्ष र विस्तृत रूपहरू प्रयोग गर्ने संस्कृतिहरू।	न्यून सन्दर्भ: सञ्चारका द्रुत र प्रत्यक्ष मोडहरू प्रयोग गर्ने संस्कृतिहरू।
• जानकारी दिनु भन्दा पहिले सम्बन्धलाई प्राथमिकता दिनुहोस्। • उच्च सन्दर्भ संस्कृतिले ध्यान दिन्छ: - सामाजिक अवस्था - वातावरण - ईतिहास • सञ्चार गर्दा बाह्य वातावरणमा ध्यान दिनुहोस्। देशहरू: जापान, फिलिपिन्स, चीन, फ्रान्स, स्पेन, ब्राजिल, आदि।	• सन्देशमा ध्यान केन्द्रित गर्न रुचाउनुहोस् • सन्दर्भमा रुचि छैन • कुराकानी गर्न शब्दहरू, इशाराहरू, र आवाज प्रयोग गर्नुहोस्। • सीधा बिषय बस्तुमा देशहरू: युनाइटेड किंगडम, संयुक्त राज्य अमेरिका र अष्ट्रेलिया।



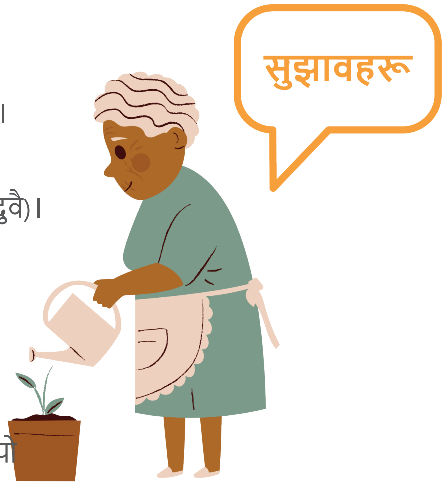
1. कल्चर प्लस कंसलटींग पि टी वाई. एल्टिडी (२०१८)

विषय २: समावेशी सञ्चार

सञ्चार शैलीहरूले मानिसहरूले कसरी अन्तरक्रिया र सूचना आदानप्रदान गर्न रुचाउँछन् भन्ने कुरालाई जनाउँछ। यसले सन्देशहरू प्राप्त गर्ने र व्याख्या गर्ने तरिकालाई असर गर्छ।

विश्लेषणात्मक: तार्किक र तथ्यमा आधारित • उनीहरूलाई सबै जानकारी चाहिन्छ • प्रत्यक्ष र तार्किक छिटो सञ्चारलाई प्राथमिकता दिनुहोस्	व्यावहारिक: व्यवस्थित र विस्तृत योजनाहरू, र प्रक्रियाहरू • सञ्चार गर्दा व्यवस्थित हुनुहोस्। • बैठक अघि र चरण-वद्ध विवरणहरू उपलब्ध गर्नुहोस्।
प्रयोगात्मक: जानकारी अन्वेषण गर्नुहोस् र अनिश्चितता सहन सक्छ • तिनीहरूले खुल्ला योजनाहरू मन पराउँछन् र विस्तृत योजनाहरूबाट दिक्क हुन्छन् • तिनीहरू रचनात्मकताको आनन्द लिन्छन्	सम्बन्ध: भावनात्मक संचारकर्मीहरु र गैर-मौखिक संकेतहरू लिन सक्छन् • निर्णय लिने तिनीहरूको भावनामा आधारित हुन्छ • व्यक्तिगत कथाहरूसँग सञ्चार गर्न रुचाउँछ।

राम्ररी सुन्नको लागि सुझावहरू



सुन्नुहोस्: बुझ्नको लागि सुन्नुहोस्।
- व्यक्तिलाई आफ्नो अविभाजित ध्यान दिनुहोस्
- तपाईले व्यक्तिलाई गैर-मौखिक संकेतहरू मार्फत सुनिरहनुभएको छ भन्ने देखाउनुहोस्।
- उदाहरणका लागि: निहुराउने, आँखा सम्पर्क गर्ने र आवाजको स्वर

आभार: अर्को व्यक्तिलाई थाहा दिनुहोस् कि तपाईंले के भन्नुभयो (मौखिक र गैर-मौखिक दुवै)।
- यो केवल तपाईंको व्याख्या हो भनेर उनीहरूलाई थाहा छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- तिनीहरूका मुख्य सन्देशहरूलाई व्याख्या गर्नुहोस्।
- उदाहरण को लागी: "केवल जाँच गर्न को लागि, के तपाई को कारणले यस्तो महसुस भयो ..."

जाँच गर्नुहोस्: निश्चित गर्नुहोस् कि तपाईंले व्यक्तिलाई बुझ्नभएको छ।
- व्याख्या गरेपछि, तिनीहरूलाई सोध्नहोस् कि तपाईंले तिनीहरूलाई सही रूपमा बुझ्नभयो
- यसले व्यक्तिलाई पुष्टि गर्न वा तपाईंको बुझाइ थप्न सजिलो बनाउँछ
- उदाहरणका लागि: "के यो सहि हो?" "त्यो सहि हो?" "के मेरो व्याख्या सही छ?"

सोध्नहोस्: खुला समाप्त प्रश्नहरू सोध्नहोस् जसले व्यक्तिलाई घटना वा कार्यहरूको बारेमा विशेष जानकारी प्रदान गर्न मद्दत गर्दछ।
- तपाईंले नबुझेको जानकारीको बारेमा मात्र सोध्नहोस्।
- उदाहरणका लागि: “पहिले तपाईंले उल्लेख गर्नुभएको.... तिमीले त्यसबाट के भन्न खोजेको?"

श्रोतहरु

कल्चर प्लस कंसलटींग पि टि वाई. एल्टिडी. (२०१८)। *तपाईंले जान्न आवश्यक नौ सांस्कृतिक मूल्य भिन्नताहरू* https://cultureplusconsulting.com/2015/06/23/nine-cultural-value-differences-you-need-to-know/

विविध हेरचाह सांस्कृतिक सुझावहरूको सानो पुस्तक,पि १०-१५। http://www.diversicare.com.au/wp-content/uploads/2015/09/Little_Book_of_Cultural_Tips_final_proof_7_May_2015-FINAL-4-27pm.pdf

प्रभावकारी सञ्चार प्रविधिहरू: https://skills.carergateway.gov.au/player/?m=2

समावेशी नेतृत्व

समावेशी नेताहरू सम्मानजनक हुन्छन् र मानिसहरूलाई निष्पक्ष रूपमा व्यवहार गर्छन्, उनीहरूले व्यक्तिहरूको विशिष्टतालाई महत्त्व दिन्छन् र विभिन्न समूहहरूको सोचको लाभ उठाउँछन्[1]।

निष्पक्षता र सम्मान	मूल्य र स्वामित्व	आत्मविश्वास र प्रेरणा
समान उपचार र अवसर	व्यक्तिहरूले महसुस गर्छन् कि तिनीहरूको विशिष्टता थाहा छ, र तिनीहरू सामाजिक रूपमा जोडिएको महसुस गर्छन्।	सबै समूहका मानिसहरूलाई बोल्न र आफ्नो काममा सबै भन्दा राम्रो गर्नको लागि सुरक्षित वातावरण सिर्जना गर्नुहोस्।

कामको वातावरण पहिले भन्दा धेरै कम एकरूप र धेरै विविध भएको छ जसले अन्ततः व्यापार प्राथमिकताहरूलाई प्रभाव पार्छ र नेताहरूको आवश्यक क्षमताहरूलाई पुन: आकार दिन्छ[1]। त्यहाँ समावेशी नेतृत्वका छ वटा विशेषताहरू छन् जसले संगठनहरूलाई उनीहरूको नेतृत्व जनसंख्यामा समावेशी क्षमताहरू विकास गर्न मद्दत गर्ने रणनीतिहरू सुझाव दिन्छ[1]।

समावेशी नेतृत्वका छ वटा विशेषताहरू	अपनाउन सकिने व्यवहारहरू
प्रतिबद्धता: समावेशी नेताहरू विविधता र सबै मानिसहरूलाई समावेश गर्न प्रतिबद्ध छन्।	आत्म-जागरूकता: यसमा तपाईंको आफ्नै पूर्वाग्रह, बल र कमजोरीहरू बुझ्नको लागि समय लिनु समावेश छ।
साहस: बोल्नुहोस् र आफैलाई र अरूलाई विविध सांस्कृतिक र समावेशी दृष्टिकोणबाट चीजहरू हेर्न चुनौती दिनुहोस् (जस्तै, यदि तपाइँ जातीय व्यवहार देख्नुहुन्छ भने, तपाइँ बोल्नुहोस् र रिपोर्ट गर्नुहोस्)।	साहसी जोखिमको साथ नेतृत्व गर्नुहोस्: आफ्ना कमजोरीहरू बुझ्नहोस् र तिनीहरूलाई साझा गर्नुहोस्। बेवास्ता गरिएका वा अल्पसंख्यक समूहहरूको भाग भएका मानिसहरूका पक्षमा बोल्नुहोस्।
संज्ञानात्मक: तपाईं र संगठन हुन सक्ने पूर्वाग्रहहरूको बारेमा ध्यान दिनुहोस्।	अन्तराल पहिचान गर्नुहोस्: आफ्नो कमजोरी र ज्ञान अन्तरालहरू फेला पार्नुहोस्।
जिज्ञासा: विभिन्न मानिसहरूले संसारलाई कसरी हेर्छन् र अनुभव गर्छन् भनेर बुझ्ने मानसिकता छ (जस्तै, तपाईंले मानिसहरूलाई उनीहरूको विचारहरू बुझ्न वा आदरपूर्वक कुरा गर्न जानकारी खोज्न सक्नुहुन्छ)।	बुझ्नको लागि सुन्नुहोस्: सुन्नुहोस् र मानिसहरूलाई अन्तरालहरू पार गर्न र ज्ञान सञ्चार गर्न मद्दत गर्नुहोस्।

१. दिल्लन एंड बुर्क, (२०१६)

विषय ३: समावेशी नेतृत्व

समावेशी नेतृत्वका छ वटा विशेषताहरू	अपनाउन सकिने व्यवहारहरू
सांस्कृतिक बौद्धिकता: सांस्कृतिक रूपमा सचेत हुन इच्छा, ज्ञान, र अनुकूलन क्षमता छ।	सामाजिक जागरूकता: आफ्नो सामाजिक वातावरण बुझ्नहोस् र समावेशी संस्कृति निर्माण गर्न यो जानकारी प्रयोग गर्नुहोस्।
सहकार्य: व्यक्तिहरूलाई विविधता र समावेशीकरणमा संलग्न हुन सशक्त बनाउनुहोस्।	जडानहरू सिर्जना गर्नुहोस्: राम्रो समावेश र विविधताको लागि अवरोधहरू र कार्यहरू बुझ्न अरूसँग जडान गर्नुहोस्।

श्रोतहरु

केयरर गेटवे। *कसैको लागि बोल्दै।* https://www.carergateway.gov.au/help-advice/speaking

रचनात्मक नेतृत्व केन्द्र। (२०२२)। *समावेशी नेतृत्व: तपाईंको संगठनले यसलाई सही बनाउनको लागि चाल्नु पर्ने कदमहरू* https://www.ccl.org/articles/leading-effectively-articles/when-inclusive-leadership-goes-wrong-and-how-to-get-it-right/#:~:text=Inclusive%20leaders%20are%20individuals%20who,collaborate%20more%20effectively%20with%20others.

रचनात्मक नेतृत्व केन्द्र। (२०२२)। *सक्रिय भएर सुन्नु भनेको के हो? म यसलाई कसरी सुधार गर्न सक्छु?* https://www.ccl.org/articles/leading-effectively-article/coaching-others-use-active-listening-skills/

दिल्लन, बी एंड बुर्क, जे (२०१६)। *समावेशी नेतृत्वका छवटा हस्ताक्षर विशेषताहरू: विविध नयाँ संसारमा फस्टाउँदै।* डिलोट विश्वविद्यालय प्रेस। https://www2.deloitte.com/content/dam/Deloitte/au/Documents/human-capital/deloitte-au-hc-six-signature-traits-inclusive-leadership-020516.pdf

सामाजिक दूरीको समयमा सम्पर्क गराउँदै

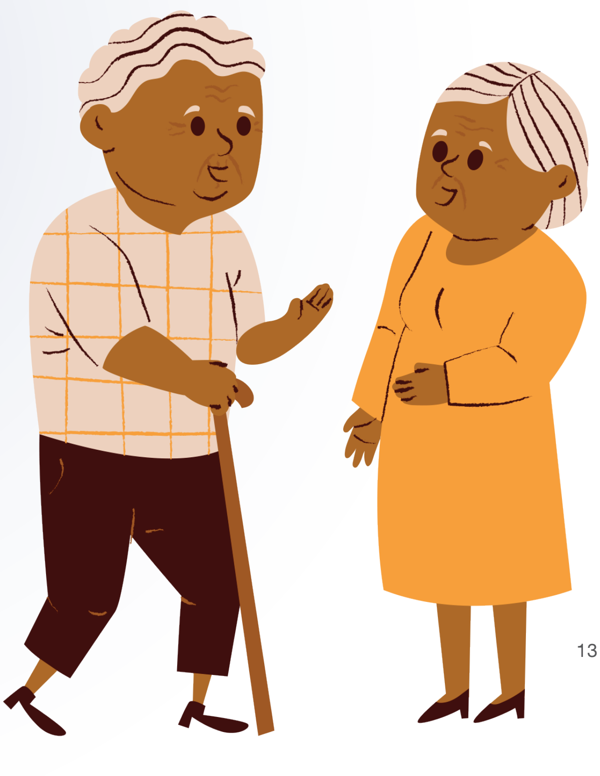
कोविड १९ को प्रभाव र सामाजिक अलगावको कारणले वृद्ध व्यक्तिहरूको जीवनको गुणस्तर र अकाल मृत्युदरमा हानिकारक प्रभाव पारेको छ। सामाजिककरणले हाम्रो समग्र स्वास्थ्य र कल्याणको साथसाथै बिरामी र मृत्युको जोखिममा प्रभाव पार्छ[1]।

सामाजिक दूरीको अर्थ एक्लोपन वा एक्लोपनको परिणाम होइन वा हुनुपर्दछ। कोविड हाम्रो नयाँ मापदण्ड बनेपछि, हाम्रा वृद्धहरूलाई बचाउन रणनीति र नियमहरू राखिएको छ। सबैको सुरक्षा सुनिश्चित गर्न सरकारी नियमहरूको पालना गर्नु सेवा प्रदायकको रूपमा हाम्रो कर्तव्य हो।

सांस्कृतिक रूपमा सुरक्षित हुनका लागि सबै मानिसहरूलाई सजिलै बुझ्न सकिने जानकारीमा पहुँच छ भनी सुनिश्चित गर्नु यसको उद्देश्य हो। यहाँ विभिन्न प्रकारका वृद्ध व्यक्तिहरूले अनुभव गर्न सक्ने अवरोधका केही उदाहरणहरू छन्।

बाधाहरू

व्यक्तिगत संसाधनहरू	प्रेरणा र मनोवृत्ति	सांस्कृतिक कारकहरू
• सीमित व्यक्तिगत लचिलोपन • इन्टरनेटमा सीमित पहुँच • सीमित शिक्षा र क्षमता • सीमित पैसा • भौगोलिक अलगाव • अशक्तता र संवेदी कमजोरीहरू • सीमित आत्मविश्वास • सीमित सामाजिक सञ्जालहरू	• संलग्नताको लाभको सीमित ज्ञान • संलग्नता गतिविधिहरूको सीमित ज्ञान • विषयको सीमित रुचि • निर्णय निर्माताहरूको सीमित विश्वास • पूरा नभएका अपेक्षाहरू • परामर्श 'थकान'	• अल्पसंख्यक समूहहरू • भाषा र साक्षरता • मान र विश्वासहरू • सामुदायिक विभाजन



१. स्मिथ, स्टीनमान एंड केसी (२०२०)

विषय ४: सामाजिक दूरीको समयमा सम्पर्क गर्दै

कोविड १९ र त्यसपछिका कार्यहरू:

१

टेलिफोन सञ्चार

ग्राहकहरूसँग सञ्चारलाई समर्थन गर्न टेलिहेल्थ जस्ता विधिहरू प्रयोग गर्नुहोस्। सामुदायिक स्वास्थ्यकर्मीहरू, सामाजिक कार्यकर्ताहरू, चिकित्सकहरू, र अन्य कर्मचारीहरूलाई सम्पर्क गर्ने ग्राहकहरूलाई कल्याणको मूल्याङ्कन गर्न लगाउनुहोस् र फोन गरेर चुनौतीपूर्ण समयमा उनीहरूको आवश्यकताहरू पत्ता लगाउनुहोस्।

२

भर्चुअल सञ्चार

- भिडियो कलहरू उनीहरूको दैनिक गतिविधिहरूमा लागू गरिनुपर्छ।
- वृद्ध ग्राहकहरूलाई डिजिटल साक्षरता कार्यक्रमहरू/सेवाहरूमा जडान गर्नुहोस्[1]।
- स्काईप, फेसटाइम, एम एस टीमस्, जूम, आदि जस्ता अनलाइन सञ्चार खाताहरू सेटअप गर्नुहोस्।

३

सेवा प्रशारण

- एकचोटि तपाईंले प्रविधिको प्रयोग गरेर सम्पर्क गरिसकेपछि, पढ्ने, व्यायाम गर्ने, वा अनलाइन गेम सँगै खेल्ने जस्ता साझा अनलाइन गतिविधिहरू विचार गर्नुहोस्।
- आधारभूत कुराहरूमा फर्कनुहोस् र सम्पर्क मा रहन हातले लेखिएको पत्रहरू लेख्नुहोस्।
- घरमै भ्रमण गर्नु अघि, राज्य र सार्वजनिक स्वास्थ्य आदेशहरू जाँच गर्न र कोविड सुरक्षित योजनाहरू पालना गर्न सुनिश्चित गर्नुहोस्[2]।
- यदि तपाईं एक वृद्ध प्रियजन वा छिमेकीको नजिक बस्नुहुन्छ भने, उनीहरूको ढोकामा हेरचाह प्याकेट छोड्नुहोस् वा उनीहरूको लागि आवश्यक वस्तुहरू, जस्तै किराना सामानहरू लयाइदिने प्रस्ताव गर्नुहोस्[1]।

श्रोतहरु

अस्ट्रेलियन इंस्टिट्यूट आफ फ़ायमिली स्टडीज़ (२०२०)। *अस्ट्रेलियामा रहेका परिवारहरूले कोविड १९ को समयमा जीवनको सर्वेक्षण : रिपोर्ट २, हामी अलग हुँदा सम्पर्कमा रहँदै।* अष्ट्रेलियाली सरकार। http://www3.aifs.gov.au/institute/media/docs/x8YeUlkf/Covid-19-Survey-Report-2_Staying-connected.pdf?_ga=2.185129454.637053534.1645506110-1407501199.1640044278

क्यापाइर., (२०२१)। *कोविड १९ सामाग्रीको समयमा सामुदायिक संलग्नता*। https://capire.com.au/impact/publications/

क्यापाइर., (२०२०)। *समावेशी सामुदायिक संलग्नता: शारीरिक दूरीको समयमा*। https://capire.com.au/impact/publications/

स्वास्थ्य विभाग। (२०२२)। *अष्ट्रेलियाको आवासीय वृद्ध हेरचाह सुविधाहरूमा कोविड १९ को प्रकोप। अष्ट्रेलियाली सरकार*। https://www.health.gov.au/resources/collections/covid-19-outbreaks-in-australian-residential-aged-care-facilities#more-information

स्वास्थ्य विभाग। (२०२२)। *COVID-19 मार्फत घरको हेरचाह व्यवस्थापन गर्दै*। https://www.health.gov.au/health-topics/aged-care/advice-on-aged-care-during-covid-19/managing-home-care

स्मिथ, एम., स्टीनमान, एल्., एंड केसी, ई.ए., (२०२०)। *शारीरिक दूरीको समयमा वृद्ध वयस्कहरू बीचको सामाजिक अलगावको सामना गर्दै: COVID-19 सामाजिक जडान विरोधाभास*। https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2020.00403/full

१. अस्ट्रेलियन इंस्टिट्यूट आफ फ़ायमिली स्टडीज़ (२०२०)
२. स्वास्थ्य विभाग, (२०२२)

दोभाषेहरु संग काम गर्ने

दोभाषेहरुको भूमिका

व्यवसायिक दोभाषेहरू अष्ट्रेलियाली इन्स्टिच्युट अफ इंटरप्रेटर्स एण्ड ट्रान्सलेटरहरू (AUSIT) कोड अफ एथिक्स र कोड अफ कन्डक्टको नैतिक र व्यावसायिक मापदण्डहरूद्वारा मान्यता प्राप्त हुन्छन्।

हामीले दोभाषेहरूसँग काम गर्न किन आवश्यक छ	कहिले हामीलाई दोभाषेहरूसँग काम गर्न आवश्यक हुन्छ
• यसो गर्नु हाम्रो कानुनी दायित्व हो। • गलत सञ्चारको जोखिमलाई कम गर्न हाम्रा ग्राहकहरूको हेरचाह गर्ने हाम्रो कर्तव्य हो। • यसले हाम्रा ग्राहकहरूलाई सूचित निर्णयहरू गर्न आवश्यक पर्ने सबै जानकारीहरू प्राप्त गर्ने कुरा सुनिश्चित गर्छ।	• सामान्यतया अङ्ग्रेजीमा पोख्त हुने ग्राहक आफ्नो अवस्था वा स्वास्थ्य अवस्थासँग सम्बन्धित समस्याको कारणले धाराप्रवाह कुराकानी गर्न असमर्थ हुन्छ। • एक ग्राहक कर्मचारी सदस्य द्वारा कुराकानी बुझ्न असक्षम छ। • एक ग्राहकले अंग्रेजीमा धाराप्रवाह कुराकानी गर्न असमर्थ छ। • ग्राहकले कुनै पनि कारणले दोभाषेसँग संलग्न हुन आवश्यक देखाउँछ। • सम्भव भएसम्म, दोभाषेले ग्राहकसँग लिङ्गमा मेल खान्छ भन्ने सुनिश्चित गर्नुहोस्। • स्वास्थ्य शिक्षा प्रदान गर्ने।

सरकारी अनुदान प्राप्त वृद्ध हेरचाह प्रदायकहरूले स्वीकृत प्रदायकहरूको रूपमा आफ्नो जिम्मेवारीहरू पूरा गर्न निःशुल्क अनुवाद र दोभाषे सेवा (टीस् नैशनल) प्रयोग गर्न सक्छन्। थप जान्नको लागि TIS National टीस् नैशनल १३१ ४५० मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

अन्य अनुवाद र दोभाषे सेवाहरू:

- ६५ वर्ष मुनिका लागि, व्याख्या, अनुवाद र संचार (SWITC) को साथ समर्थन
- राष्ट्रिय रिले सेवा

के परिवार वा साथीहरू अनुवादक हुन सक्छन्?

ग्राहकहरूले परिवार, साथीहरू, वा नजिकका समुदायका सदस्यहरूलाई दोभाषेको रूपमा मागे पनि प्रयोग गर्न हुँदैन:

१. तपाईलाई थाहा नहुन सक्छ कि साथी वा नातेदारको भाषा अंग्रेजी वा ग्राहकको भाषामा कति कुशल छ।

२. अप्रमाणित द्विभाषी वक्ताहरूलाई आपतकालीन अवस्थामा, अत्यावश्यक परिस्थितिहरूमा वा मान्यता प्राप्त दोभाषे उपलब्ध नभएको अवस्थामा सञ्चारमा मद्दत गर्न प्रयोग गर्न सकिन्छ। कुनै पनि परिस्थितिमा बालबालिका (नाबालिग) प्रयोग गर्नु हुँदैन।

३. अयोग्य वा अनुपयुक्त दोभाषेहरूको प्रयोगले सम्बन्धित सबै पक्षहरूलाई गम्भीर असर पार्न सक्छ, विशेष गरी जहाँ अन्योल छ वा कानुनी र/वा स्वास्थ्य मामिलाहरू संलग्न छन्।

४. दर्ता गरिएको दोभाषे प्रयोग गरेर, यसले ग्राहकको मर्यादा र गोपनीयता राख्न मद्दत गर्न सक्छ विशेष गरी जब संवेदनशील मामिलाहरूमा छलफल गरिन्छ, वा निर्णयहरू गरिन्छ।

विषय ५: दोभाषेहरूसँग काम गर्ने

सांस्कृतिक सहयोग

ग्राहकले सोध्दा सांस्कृतिक सहयोग गर्ने व्यक्ति वा अधिवक्ता प्रयोग गर्न प्रोत्साहन दिनुहोस्। उनीहरूलाई दर्ता गरिएको दोभाषेको प्रतिस्थापनमा संलग्न हुनु हुँदैन। उपयुक्त दोभाषे सेवाहरू खोज्नको लागि आफ्नो क्षेत्रमा आफ्नो स्थानीय सरकारी सेवाहरूलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

ग्रहाकले एक दोभाषे संग संलग्न हुन अस्वीकार गर्दै

यदि एउटा ग्राहकले एक दोभाषेसँग संलग्न हुन अस्वीकार गर्दछ, जुन तिनीहरूको अधिकार हो, निश्चित गर्नुहोस् कि तपाईंले यसलाई कागजात गर्नुभयो। यो कार्यस्थल घटनाको रूपमा वर्गीकृत गरिएको हुनाले तपाईँले टोली प्रमुखलाई यो रिपोर्ट गर्न आवश्यक छ।

शुरु गर्दै	स्थिति निर्धारण	बोल्दै
• दोभाषेलाई नियुक्तिको लक्ष्य बताउनुहोस्। यो बुकिङ फारमको टिप्पणी खण्डमा वा अपोइन्टमेन्ट हुनु भन्दा १० मिनेट अघि पूर्व-बैठकमा गर्न सकिन्छ। यसले दोभाषेलाई नियुक्तिको लागि तयारी गर्न र सबै पक्षहरूलाई राम्रोसँग बुझ्न मद्दत गर्नेछ। • एउटा अनुवादक एक सांस्कृतिक सहयोगी हुन सक्छ जसले तपाईंलाई सांस्कृतिक प्रतिक्रिया दिन सक्षम हुन्छ जसले प्रतिक्रिया र प्रतिक्रियाहरूको तपाईंको बुझाइ बढाउँछ।	• आफू बस्दा अङ्ग्रेजी नबोल्ने ग्रहाकलाई आफु तिर फर्काएर अनुवादकलाई छेउमा बसाउनु उपयुक्त हुन्छ। • अनुवादकलाई ग्राहकलाई आफ्नो परिचय दिन अनुमति दिनुहोस्। आफ्नो गैर-अंग्रेजी भाषी ग्राहकलाई सांस्कृतिक रूपमा सम्मानजनक नमान्दासम्म तिनीहरू तपाईंको ध्यानको केन्द्र हो भनी देखाउनको लागि आँखाको सम्पर्क राख्नहोस्।	• भ्रमबाट बच्नको लागि सधैं पहिलो व्यक्तिमा बोल्नुहोस्। यसले सुनिश्चित गर्दछ कि सन्देश सबै पक्षहरूले सही रूपमा बुझेका छन्। • सादा भाषा र छोटो वाक्य प्रयोग गर्नुहोस्। • ग्राहक वा दोभाषेहरूलाई जानकारी लिन र प्रश्नहरू विचार गर्न अनुमति दिन प्रायः रोक्ने गर्नुहोस्। • दोभाषेलाई स्पष्टीकरण खोज्न प्रोत्साहन दिनुहोस् वा आवश्यक परेको बेला दोहोर्याउन सोध्नहोस्। • शब्दजाल, अपशब्द, उखान वा टुक्काहरू प्रयोग नगर्नुहोस्।

श्रोतहरु

क्विन्सल्याण्ड स्वास्थ्य। (२००७)। *अनुवादक सँग काम गर्दै दिशा निर्देशहरू।* https://www.health.qld.gov.au/__data/assets/pdf_file/0033/155994/guidelines_int.pdf

क्विन्सल्याण्ड स्वास्थ्य। (२०१९)। *क्वीन्सल्याण्ड स्वास्थ्यमा दोभाषे सेवाहरू - कर्मचारीहरूको लागि जानकारी।* https://www.health.qld.gov.au/multicultural/interpreters/qhis-for-staff

द क्यालड़ एसिस्ट आप। http://www.culturaldiversity.com.au/good-practice-stories/713-cald-app

ट्रांस्लेटिङ एण्ड इन्टरप्रेटिंग सर्विसेस (TIS)। https://www.tisnational.gov.au/

समावेशी संलग्नता सहयोगका पानाहरू

समुदायमा यी विविध समूहहरूसँग काम गर्दा टिप पानाहरूले केही मुख्य विचारहरू प्रस्तुत गर्दछ:

१. विविध वृद्ध व्यक्तीहरु

२.साँस्कृतिक र भाषिक रूपमा विविधतायुक्त मानिसहरू

३.आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट आइल्याण्डवासी मानिसहरू

४.लेस्बियन, समलैंगिक, उभयलिंगी, ट्रान्स र लिङ्ग विविध, इन्टरसेक्स व्यक्ति (एल् जि बि टि क्यू आई ए +)

ध्यान राख्नहोस् कि यी टिप पानाहरू आवश्यक भएमा प्रयोग गर्न वृद्ध हेरचाह सेवा प्रदायकहरू द्वारा गाइडको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। यदि वृद्ध हेरचाह सेवा प्रदायकहरू यी विविध समूहहरूको बारेमा थप जान्न इच्छुक छन् भने हामीले थप जानकारीको लागि उपयोगी लिङ्कहरू प्रदान गरेका छौं।

विविध वृद्ध व्यक्तीहरु

स्वास्थ्य विभागले सम्बोधन गर्छ कि वृद्ध व्यक्तिहरूसँग विभिन्न आवश्यकताहरू, विशेषताहरू, र जीवन अनुभवहरू हुन्छन् जसले उनीहरूलाई समूह वा बहु समूहको हिस्सा बनाउँछ जसले आफ्नो जीवनकालमा बहिष्कार, कलंक र भेदभावको सामना गर्न सक्छ[1]।

बृद्ध अष्ट्रेलियालीहरू तलको समूह वा बहु समूहको अंश हुन सक्छन्:

१. स्वास्थ्य विभाग, (२०१९)

विविध वृद्ध व्यक्तीहरु

बाधाहरू	सुझावहरू
जानकारी: विविध पृष्ठभूमीका बृद्ध ब्यक्तिहरुलाई जानकारी कसरी पहुँच गर्ने वा विभिन्न साक्षरता स्तरहरू थाहा नहुन सक्छ। (जस्तै, एक वृद्ध एसियाली महिलालाई घर वरिपरि मद्दत गर्न र वृद्ध हेरचाह जानकारी पहुँच गर्न सेवाहरू चाहिन्छ)।	• पढ्न सजिलो र सरल जानकारी दिनुहोस्। • विभिन्न भाषाहरूमा जानकारी प्रदान गर्नुहोस् यदि तिनीहरू सांस्कृतिक र भाषिक रूपमा विविध (CALD) समूहहरू बाट आएका हुन्। • ग्राहकलाई जानकारी कसरी पहुँच गर्ने भनेर थाहा छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्। (जस्तै, ग्राहकका आवश्यकताहरू अनुवाद गर्न दोभाषे सेवाहरूसँग सम्पर्क गर्नुहोस् र हेरचाहकर्ताहरूले प्रदान गर्न सक्ने सेवाहरू)।
समर्थन र पहुँच: ग्रामीण क्षेत्रहरूमा हाम्रा ग्राहकहरूलाई समर्थन गर्न र सूचना र सेवाहरूमा पहुँचको लागि वृद्ध हेरचाह प्रदायकहरूको अभाव छ। (उदाहरणका लागि., केही आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट आइल्याण्डवासीहरू दुर्गम क्षेत्रहरूमा छन्। उनीहरूलाई अझै पनि हाम्रा सेवाहरूमा पहुँच चाहिन्छ)।	• विविध पृष्ठभूमि र स्थानका ग्राहकहरूको उचित हेरचाहमा पहुँच हुनुपर्छ। • दुर्गम क्षेत्रहरूमा भएकाहरूको लागि सेवाहरू खोज्नुहोस्। (जस्तै, स्थानीय समुदायसँग संलग्न हुनुहोस् र अन्तरालहरू पत्ता लगाउन र कुन क्षेत्रहरूलाई वृद्ध हेरचाह सेवाहरूमा थप पहुँच आवश्यक छ भनेर थाहा पाउन स्थानीयहरूसँग कुराकानी सुरु गर्नुहोस्)।

समावेशी सेवाहरू

- सम्मानजनक सम्बन्ध निर्माण गर्नुहोस्।
- ग्राहकको जीवनशैली, स्वास्थ्य आवश्यकता, सांस्कृतिक पहिचान, आदि बारे प्रश्नहरू सोध्नहोस्।
- तिनीहरूको आवश्यकताहरू पूरा गर्न गतिविधिहरूको योजना बनाउनुहोस् (जस्तै, स्थानीय समुदाय वा धार्मिक जमघटहरूमा भाग लिने)
- तिनीहरूको आवश्यकताहरू पूरा गर्न लचिलो सेवा प्रदान गरेर तिनीहरूको विविधतालाई स्वीकार गर्नुहोस् र साथ दिनुहोस्।
- समावेशीतामा अरूलाई शिक्षित गर्नुहोस्।

श्रोतहरु

स्वास्थ्य विभाग, (२०१९)। *सबै विविध बुढाबुढीहरूलाई समर्थन गर्न साझा कार्य: वृद्ध हेरचाह प्रदायकहरूको लागि गाइड*। अष्ट्रेलियाली सरकार। https://www.health.gov.au/resources/publications/shared-actions-to-support-all-diverse-older-people-a-guide-for-aged-care-providers

केरर गेटवे। के तपाइँ मानसिक रोग भएको व्यक्तिको हेरचाह गर्दै हुनुहुन्छ? आफ्नो सहयोगको लागि समर्थन र सेवाहरू खोज्नुहोस्। https://www.carergateway.gov.au/tips/looking-after-person-mental

केरर गेटवे। के तपाइँ एक दिग्गजको हेरचाह गर्दै हुनुहुन्छ? आफ्नो सहयोगको लागि समर्थन र सेवाहरू खोज्नुहोस्। https://www.carergateway.gov.au/tips/veteran-carer-support-services

केरर गेटवे। के तपाइँ अपाङ्गता भएको व्यक्तिको हेरचाह गर्दै हुनुहुन्छ? आफ्नो जीवन सजिलो बनाउने १० तरिका। https://www.carergateway.gov.au/tips/tips-disability-caring

आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट आइल्याण्डवासी मानिसहरू

आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेटआइल्याण्डर समुदाय अष्ट्रेलियाको जनसंख्याको लगभग ७९८,४०० हो। आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट आइल्याण्डर समुदायले अनुभव गरेका केही सामान्य अवरोधहरू हटाउन मद्दत गर्न यहाँ केही सुझावहरू छन्।

बाधाहरू	सुझावहरू
मनोवृत्ति, मान र विश्वासहरू संस्कृतिहरू बीच फरक हुन्छन् जसमा मानिसहरूले हेरचाहलाई कसरी हेर्छन्। (जस्तै, प्रथम राष्ट्र समुदायहरूले प्राय: आफ्नो आफन्तले बुढाबुढीको लागि सेवाहरू उपलब्ध गराउन रुचाउँछन्)।	• आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट आइल्याण्डवासी मानिसहरूलाई उनीहरूले कसरी हेरचाह प्राप्त गर्न चाहन्छन् भन्ने इनपुट प्रदान गर्न अनुमति दिनुहोस्। (जस्तै., "के तपाईलाई थाहा छ कि एङ्गलिकेरमा फर्स्ट नेशन्स सपोर्ट स्टाफ छ? के तपाइँ आफु म मार्फत तिनीहरूसँग जोडिन चाहनुहुन्छ?")।
सञ्चार (जस्तै, प्रथम राष्ट्रहरू उच्च सन्दर्भ संस्कृतिहरू हुन्, जसको अर्थ तिनीहरूले प्रश्नहरूको जवाफ दिनको लागि सम्बन्ध राख्न र कथाहरूसँग कुराकानी गर्न रुचाउँछन्)।	• प्रथम राष्ट्रहरू उच्च सन्दर्भ संस्कृतिहरू हुन्, यसको अर्थ तिनीहरू गहिरो कुराकानी अघि सम्बन्ध स्थापित गर्न चाहन्छन्। • यो समूहलाई सुन्न अनुमति दिनुहोस्। • तिनीहरूलाई कथा सुनाउन अनुमति दिनुहोस्। (जस्तै, धैर्य हुनुहोस् र कथा सुन्नुहोस् जुन उनीहरूले कुराकानी गरिरहेका छन्)।
बिश्वाश (जस्तै, पहिलो राष्ट्का मानिसहरूप्रति अष्ट्रेलियाको इतिहासले रेकर्ड गरिएको नरसंहार, हिरासतमा भएका मृत्युहरू र एउटा सेतो अष्ट्रेलिया नीतिको कारणले धेरै अविश्वास पैदा गरेको छ जसले फर्स्ट नेशन्सका मानिसहरूलाई केही सार्वजनिक स्थानहरूबाट बाहिर निकालेको छ, चोरी भएका पुस्ताहरू बचेकाहरू सहित)।	• एबोरिजिनल र टोरेस ष्ट्रेट आइल्यान्डर झण्डाहरू प्रदर्शन गरेर सांस्कृतिक रूपमा सुरक्षित वातावरण सिर्जना गर्नुहोस् र संगठनभरि सबै कार्यालय स्वागत क्षेत्रहरू सहित सबै वृद्ध हेरचाह स्वागत क्षेत्रहरूमा देशको स्वीकृति। • सांस्कृतिक समावेशी कार्यक्रमहरूमा भाग लिनुहोस् (उदाहरणका लागि, हाम्रो वृद्ध हेरचाह सुविधाहरू र ग्राहक सेवा टोलीहरूमा काम गर्नका लागि फर्स्ट नेशन्स कर्मचारीहरू प्रयोग गरेर विश्वास स्थापित गर्नुहोस्। आन्तरिक वा बाह्य दर्शकहरूलाई बैठक वा प्रस्तुतीकरणहरू सञ्चालन गर्दा देशहरूको स्वीकृति जस्ता जानकारी र समर्थन सामग्रीहरू प्रदान गर्नुहोस्)।
जातिवाद (जस्तै, पहिलो राष्ट्रहरू तर्फ अस्ट्रेलियाको इतिहास पृथकीकरणको एक रहेको छ, र भेदभाव, जातिवादी व्यवहार सहन हुँदैन)।	• कतिपय मानिसहरूले कुनै नतिजाहरु बिना नै जातिवादी व्यवहार गर्छन्'। हामीले यो व्यवहारलाई अनुमति नदिने सुनिश्चित गर्नुपर्छ। मानिसहरू र तिनीहरूको विविधतालाई सम्मान गर्नुहोस्। (उदाहरणका लागि., विभिन्न जनजातिहरू एकअर्काबीच विविध सांस्कृतिक परम्परा, विश्वास र मान्यताहरू हुने भएकाले अन्तरक्रिया गर्नुअघि तिनीहरूको संस्कृति/उप-संस्कृतिको बारेमा जान्नुहोस्। जातीय गाली, भेदभाव वा आपत्तिजनक कार्य नगर्नुहोस्)।
विविध सेवाहरू (जस्तै, त्यहाँ कुनै पनि दृष्टिकोण सबैमा फिट हुँदैन, प्रथम राष्ट्का मानिसहरूका विभिन्न आवश्यकता र आवश्यकताहरू छन्, विशेषज्ञ सांस्कृतिक रूपमा सुरक्षित र उपयुक्त सेवाहरू)।	• वृद्धहरूको अवधारणा बुझ्नहोस्। • पहिलो राष्ट्रबासीहरूबाट सल्लाह लिनुहोस्। • पहिलो राष्ट्रबासी ग्राहकहरूको तर्फबाट स्थानीय फर्स्ट नेसन्स संस्थाहरू र समुदायसँग वृद्ध हेरचाह सुविधा, र बालबालिका र परिवार सुविधा जडान गर्नुहोस्। (जस्तै, स्थानीय पहिलो राष्ट्रबासी स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरू र सेवाहरूसँग जडान गर्नुहोस् र पहिलो राष्ट्रबासी वृद्धहरु वा हेरचाह सुविधाहरूमा वृद्धहरूलाई कसरी राम्रो सेवा गर्ने भन्ने बारे उनीहरूको सल्लाह खोज्नुहोस्)।

१. Althaus & O'Faircheallaigh, (2022)

आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट आइल्याण्डवासी मानिसहरू

श्रोतहरु

AIHW (Australian Institute of Health Welfare), (2021). *आदिवासी अष्ट्रेलियालीहरूको प्रोफाइल।* अष्ट्रेलियाली सरकार। https://www.aihw.gov.au/reports/australias-welfare/profile-of-indigenous-australians

एलथाउस, सी एंड ओ' फारसियालीक ,सी, (२०२२)। *बीचबाट नेतृत्व: सार्वजनिक सेवामा आदिवासी सहभागिता र नेतृत्व।* आदिवासी सहभागिता र नेतृत्व अभ्यासमा अवरोधहरू। https://www.jstor.org/stable/j.ctvscxt27.10

केयरर गेटवे। *आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट आइल्याण्डर हेरचाहकर्ताहरूको लागि ३ प्रमुख लिङ्कहरू* https://www.carergateway.gov.au/tips/key-links-atsi-carers

केयरर गेटवे। *ग्रामीण र दुर्गम हेरचाहकर्ताहरूको लागि समर्थन।* https://www.carergateway.gov.au/tips/rural-andremote

सांस्कृतिक र भाषिक रूपमा विविध मानिसहरू

सांस्कृतिक र भाषिक रूपमा विविध मानिसहरू (CALD) ले गैर-अंग्रेजी भाषा बोल्ने पृष्ठभूमि र/वा संस्कृतिका मानिसहरूलाई बुझाउँछ। CALD समूहहरूले विशेष गरी वृद्ध हेरचाहमा अवरोधहरू सामना गर्छन्। यहाँ केहि सामान्य बाधाहरू पार गर्न केही सुझावहरू छन्[1]।

बाधाहरू	सुझावहरू
मनोवृत्ति, मान र विश्वासहरू संस्कृतिहरू बीच फरक हुन्छन् जसमा मानिसहरूले हेरचाहलाई कसरी हेर्छन् (जस्तै, धेरैजसो फिलिपिनो परिवारहरूले परम्परागत रूपमा बृद्ध हेरचाह सेवा प्रयोग गर्नु भन्दा आफ्ना छोराछोरीहरूले नै आमाबाबुको हेरचाह गर्न रुचाउँछन्)।	• आफ्नो ग्रहाकलाई उनीहरूको संस्कृति र उनीहरूको संस्कृतिमा वृद्ध हेरचाहले कसरी काम गर्छ भन्ने बारे सोध्नहोस्। • ग्राहकहरूको सांस्कृतिक उत्सवहरूमा भाग लिनुहोस्। (जस्तै, "नमस्ते जोसलिन, म तपाईंको देशमा वृद्ध हेरचाहले कसरी काम गर्छ भन्ने बारे सोचिरहेको थिएँ?")।
सञ्चार (जस्तै, ग्राहकहरूले अर्को भाषा बोल्न सक्छन्, जसले उनीहरूलाई कस्तो हेरचाह चाहिन्छ भनेर बुझ्न गाह्रो बनाउन सक्छ)।	• कुराकानी गर्नका लागि क्यू कार्ड, अनुवादक, परिवारका सदस्यहरू, दोभाषेहरू जस्ता रणनीतिहरू प्रयोग गर्नुहोस्। (जस्तै., "नमस्ते सुश्री किम, म तपाईंलाई सूचित गर्न चाहन्छु कि हामीसँग सरकारी अनुदान प्राप्त दोभाषे सेवाहरू छन् जुन तपाईं र तपाईंको आमाले पहुँच गर्न सक्नुहुन्छ। यो निःशुल्क छ र तपाईंलाई सूचित निर्णय गर्न मद्दत गर्न सक्छ। यदि तपाईं यो सेवा पहुँच गर्न चाहनुहुन्छ वा यदि तपाईं यसको बारेमा थप जानकारी जान्न चाहनुहुन्छ भने कृपया मलाई थाहा दिनुहोस्।")।
परिवेश अनुकूलन गर्ने (जस्तै., नयाँ ठाउँमा बसाइँ सर्ने कारणले ग्राहकहरूलाई संस्कृति झट्का लाग्न सक्छ)।	• CALD समुदाय र संगठनहरूसँग साझेदार [2]। (जस्तै., आफ्नो ग्राहकलाई नयाँ समुदायमा परिचय गराउनुहोस् (उदाहरणका लागि., एउटै सांस्कृतिक पृष्ठभूमि साझा गर्ने नयाँ समुदायका सदस्यहरूसँग आफ्नो ग्राहकको परिचय गराउनुहोस्। यसले उनीहरूलाई नयाँ वातावरणमा समायोजन गर्न मद्दत गर्न सक्छ)।
वृद्ध हेरचाह प्रणाली निरिक्षण गर्दै (जस्तै, केही व्यक्तिहरूको लागि वृद्ध हेरचाह प्रणाली नयाँ छ, यसले मेरो वृद्ध हेरचाह निरिक्षण गर्दा चुनौतीहरू खडा गर्न सक्छ)।	• कसरी पहुँच गर्ने भन्ने बारे जानकारी र प्रशिक्षण सत्रहरू आपूर्ति, मेरो वृद्ध हेरचाह र CHSP प्रदायकहरू। • ग्राहकलाई वृद्ध हेरचाह प्रणाली मार्फत निरिक्षण गर्न मद्दत गर्नुहोस्। (जस्तै, "के म तपाईलाई माई एज्ड केयर निर्देश गर्न मद्दत गर्न सक्छु?" "मैले हामी जान मिल्ने जानकारी सत्र फेला पारे, ताकि हामी दुबै माई एज्ड केयर को बारेमा थप जान्न सक्छौं")।

१.ए आई हेच डब्लू, (२०२०)
२. स्वास्थ्य विभाग, (२०१९)

सांस्कृतिक र भाषिक रूपमा विविध मानिसहरू

बाधाहरू	सुझावहरू
सांस्कृतिक र भाषिक रूपमा विविध **(CALD)** समूहहरू (जस्तै, हरेक हेरचाहकर्ताले अर्को भाषा जान्दैनन्, कसरी पहुँच गर्ने र बहुसांस्कृतिक गतिविधिहरूमा भाग लिने भनेर सिकेर ग्राहकलाई मद्दत गर्न सक्छ)।	• दोभाषे र बहुसांस्कृतिक जानकारी कसरी पहुँच गर्ने भनेर जान्नुहोस्। • CALD कर्मचारी/स्वयंसेवकहरूको लागि प्रशिक्षण अवसरहरू खोज्नुहोस्/उपस्थित हुनुहोस्। • विविधता मनाउन गतिविधिहरूको योजना बनाउनुहोस्। (जस्तै, "नमस्ते ली, चिनियाँ चाड यो सप्ताहन्तमा छ! के म तपाईंसँग चाडपर्वमा आएको तपाईं चाहनुहुन्छ?")।
अपभ्रम (जस्तै, जोस, अंग्रेजी बोल्न सक्छ, तर यसको मतलब उसले पढ्न सक्छ भन्ने होइन। कहिलेकाहीँ अनुमानहरू बनाइन्छ, प्रश्नहरू सोध्न र बुझ्न सधैं राम्रो हुन्छ)।	• विविधतालाई प्रवर्द्धन गर्न र बहुविध संस्कृतिहरू परिचय गराउन गतिविधिहरूको योजना बनाउनुहोस्। • विभिन्न संस्कृतिहरूको बारेमा जान्न खुला हुनुहोस्। • सबैले अङ्ग्रेजी बोल्न वा पढ्न सक्छन् भन्ने अनुमान नगर्नुहोस्[1]। (उदाहरणका लागि., एउटै सांस्कृतिक पृष्ठभूमि साझा गर्ने नयाँ समुदायका सदस्यहरूसँग आफ्नो ग्राहकको परिचय गराउनुहोस्। यसले उनीहरूलाई नयाँ वातावरणमा समायोजन गर्न मद्दत गर्न सक्छ)।

श्रोतहरु

ए आई हेच डब्लू (आस्ट्रेलियन इंस्टिट्यूट अफ़ हेल्थ एण्ड वेल्फेर), (२०२०)। *GEN वृद्ध हेरचाह डेटा स्न्यापसट २०२० - तेस्रो रिलीज क्यानबेराः* GEN. https://www.gen-agedcaredata.gov.au/Resources/Access-data/2020/October/Aged-care-datasnapshot%E2%80%942020

स्वास्थ्य विभाग, (२०१९)। *पुराना सांस्कृतिक र भाषिक रूपमा विविध व्यक्तिहरूलाई समर्थन गर्ने कार्यहरू: वृद्ध हेरचाह प्रदायकहरूको लागि गाइड।* वृद्ध हेरचाह क्षेत्र समिति विविधता उप-समूह। अष्ट्रेलियाली सरकार। https://www.health.gov.au/resources/publications/actions-to-support-older-cald-people-a-guide-for-agedcare-providers

लिली जाओ: वृद्ध हेरचाह कर्मचारीहरूको लागि क्रस-सांस्कृतिक हेरचाह कार्यक्रम
https://www.openlearning.com/courses/developing-themulticultural-workforce-to-improve-the-quality-of-care-for-residents

१. स्वास्थ्य विभाग, (२०१९)

लेस्बियन, समलैंगिक, उभयलिंगी, ट्रान्स र लिङ्ग विविध, इन्टरसेक्स व्यक्तिहरु (एल् जि बि टि क्यू आई ए +)

परिभाषा

लैंङ्गिक आस्था

एक व्यक्ति भावनात्मक, शारीरिक र/वा मनोरम रूपमा आकर्षित भएको जनाउँछ। यसमा समलिङ्गी, समलिङ्गी, उभयलिंगी, अलैंगिक, विषमलिङ्गी, डेमिसेक्सुअल, प्यानसेक्सुअल र अन्य धेरै समावेश हुन सक्छन् तर यसमा सीमित छैनन्। शब्द 'यौन प्राथमिकता' भाषा वा कागजातहरूमा प्रयोग गर्नु हुँदैन, किनकि यसले एक व्यक्तिको कामुकता छनोट हो भनेर संकेत गर्दछ[1]।

लैङ्गिक पहिचान

जन्मको समयमा आफ्नो तोकिएको लिंगको वास्ता नगरी व्यक्तिले कस्तो महसुस गर्छ भन्ने बुझाउँछ। यो व्यक्तिले आफूलाई कसरी हेर्छ भन्ने कुरा हो। पुरुष र महिला देखि 'गैर बाइनरी' वा 'लिङ्गिकर' सम्म[1]।

अभिव्यक्ति (लिंग)

व्यक्तिले आफ्नो पहिचान कसरी व्यक्त गर्छ भनेर बुझाउँछ। यो लुगा लगाउने, कसरी बोल्ने, व्यवहार गर्ने, कपाल र मेकअप जस्ता आफूलाई प्रस्तुत गर्ने माध्यमबाट हुन सक्छ। यो पुल्लिंग देखि स्त्रीलिंगी वा विभिन्न समयमा केही नहुन सक्छ। लैङ्गिक पहिचान र यौन झुकावलाई लिङ्ग अभिव्यक्तिको आधारमा मान्न सकिँदैन[1]।

लैङ्गिक विविधता

लिङ्ग पहिचानको वर्णन गर्न प्रयोग गरिने शब्दले पुरुष र महिलाको बाइनरी ढाँचाभन्दा बाहिरको अभिव्यक्तिको विविधता देखाउँदछ, जसमा ट्रान्सजेन्डर र लिङ्ग तरल पदार्थको रूपमा पहिचान गर्ने व्यक्तिहरू पनि समावेश छन्।

एल् जि बि टि क्यू आई ए + समुदायका वृद्धहरूले हेरचाहकर्ताहरूलाई आफ्नो लिङ्ग र/वा कामुकता देखाउन सक्दैनन् किनभने यी समूहहरूले विगतमा भेदभाव, हिंसा र कलंकको अनुभव गरेका हुन सक्छन्।

१. बालबालिका, युवा न्याय र बहुसांस्कृतिक मामिला विभाग, (२०२१)

लेस्बियन, समलैंगिक, उभयलिंगी, ट्रान्स र लिङ्ग विविध, इन्टरसेक्स व्यक्ति (एल् जि बि टि आई ए +)

सकारात्मक	नगर्नुहोस्
चेतना जगाउने • वृद्ध एल् जि बि टि क्यू आई ए + व्यक्तिहरूको फरक पहिचान र आवश्यकताहरू छन् भनी स्वीकार गर्नुहोस्।	• लिंग पहिचानको आधारमा ग्राहकहरूलाई बेवास्ता गर्नुहोस्/बेवास्ता गर्नुहोस्। • लाज मान्नुहोस् वा तपाईंको विश्वासमा आधारित कार्य गर्नुहोस्।
सुरक्षित वातावरण सिर्जना गर्नुहोस् • भरोसा र आदर देखाउनुहोस्। • एलु जि बि टि क्यू आई ए + ग्राहकहरूबाट जानकारी सङ्कलन गर्न उचित विधिहरू प्रयोग गर्नुहोस्। • ग्राहकको आवश्यकतालाई समर्थन गर्नुहोस्।	• निजी जानकारी साझा गर्नुहोस्। • ग्राहकहरूलाई तिनीहरूको पहिचान वा पहिचानको आधारमा अपमानित गर्नुहोस्। • आपत्तिजनक भाषा प्रयोग नगर्नुहोस्।
रोजाइको परिवार • ग्राहकहरूको वृद्ध हेरचाह योजनामा छनौटको एल् जि बि टि क्यू आई ए + परिवार समावेश गर्नुहोस् (जबसम्म ग्राहकले यो चाहँदैनन्)। • परिवारहरूलाई कार्यक्रम र साम्प्रदायिक गतिविधिहरूमा सामेल हुन आमन्त्रित गर्नुहोस् (ग्राहकको सहमतिमा)।	• ग्राहकसँगको सम्बन्धको कारण परिवारका सदस्यहरूलाई बहिष्कार नगर्नुहोस्। • मानिसहरूको यौन प्राथमिकता वा पहिचानको बारेमा कुरा नगर्नुहोस्।
हेरचाह र समर्थन • अपभ्रमहरूले ग्राहकहरूलाई प्रदान गरिएको सेवाको गुणस्तरलाई कसरी असर गर्छ भनेर छलफल गर्नुहोस्। • एल् जि बि टि क्यू आई ए + कार्यक्रमहरूमा भाग लिनुहोस्। • एलु जि बि टि क्यू आई ए + जानकारी, समर्थन सेवाहरू, आदिमा पहुँच प्रदान गर्नुहोस्। • इन्द्रेणी झण्डा, डोरी, कलाकृति, तस्विर, इत्यादि मार्फत स्पष्ट रूपमा समर्थन देखाउनुहोस्[1]।	• अपभ्रम • पक्षपातपूर्ण ढंगले कार्य गर्नुहोस्। • ग्राहकहरूलाई गर्व प्रदर्शन गर्ने अधिकार अस्वीकार गर्नुहोस्। • एल् जि बि टि क्यू आई ए + ग्राहकलाई मद्दत गर्न सक्ने जानकारीलाई बेवास्ता गर्नुहोस्।

१. मेट्रो नर्थ अस्पताल र स्वास्थ्य सेवा, (२०२१)

लेस्बियन, समलैंगिक, उभयलिंगी, ट्रान्स र लिङ्ग विविध, इन्टरसेक्स व्यक्ति (एल् जि बि टि आई ए +)

लिंङ्ग प्रयोगको लागि उपयुक्त भाषा

- लिंग सर्वनामहरू
  सोध्नहोस् व्यक्तिहरूलाई मनपर्ने सर्वनामहरू तिनीहरू कस्तो देखिन्छन् भन्ने आधारमा मान्नु भन्दा राम्रो छ।
  उदाहरण को लागी: "नमस्ते सारा, जब म तपाईँलाई परिचय दिन्छु, तपाइँ कुन सर्वनाम मनपर्छ?"

- लैङ्गिक तटस्थ भाषा
  यौन झुकाव वा यौन विशेषताहरू मान्न बिना खुला प्रश्न सोध्नहोस् ग्राहकलाई देखाउँछ कि तपाइँ विविधता संग सहज हुनुहुन्छ।
  उदाहरणका लागि: "शुभ प्रभात सबैलाई, मलाई आफ्नो पार्टनर/पति/पत्नीको बारेमा बताउनुहोस्"" त्यो कोठामा भएको व्यक्ति" त्यो कोठामा मानिस छ"।धन्यावाद!

- परिवारमा भिन्नताहरू स्वीकार गर्ने
  हरेक परिवार विषमलिङ्गी, सिजेंडर वा जैविक रूपमा सम्बन्धित हुँदैनन्।
  उदाहरणका लागि: "तपाईंको साझेदार(हरू), परिवारका सदस्य(हरू) वा हेरचाहकर्ता(हरू) के गर्नुहुन्छ?"

- विभिन्न यौन र/वा सम्बन्ध स्थिति र यौन झुकावहरू स्वीकार गर्दा
  एल् जि बि टि क्यू आई ए + घनिष्ठ सम्बन्धहरू छलफल गर्दा अप्ठ्यारोपनले अप्ठ्यारो, पूर्वाग्रह वा असजिलो देखाउन सक्छ, जसले सेवा वितरणमा अवरोध सिर्जना गर्न सक्छ। जब लागू हुन्छ निर्णय प्रक्रियामा साझेदारहरू समावेश गर्नुहोस्।
  उदाहरण को लागी: "के तपाइँ तपाइँको पार्टनरलाई यो कुराकानी मा बसाउन चाहनुहुन्छ?"[1]

श्रोतहरु

ए बि सी (अस्ट्रेलियन ब्यूरो अफ़ स्टाटीस्टिक्स), (२०१६)। *जनसंख्या र आवासको जनगणना: अष्ट्रेलियालाई प्रतिबिम्बित गर्दै - जनगणनाका कथाहरू,* २०१६। अष्ट्रेलियाली सरकार। https://www.abs.gov.au/ausstats/abs@.nsf/Lookup/by%20Subject/2071.0~2016~Main%20 Features~Sex %20and%20Gender%20Diversity%20in%20the%202016%20Census~100#

ए आई एफ एस (अस्ट्रेलियन इंस्टिट्यूट अफ़ फामिली स्टडीज), (२०२२)। *अभ्यास गाइडको लागि सी एफ सी ए प्रमाण: एल् जि बि टि आई ए + ग्राहकहरूसँग समावेशी सञ्चार*। बाल परिवार समुदाय अष्ट्रेलिया। अष्ट्रेलियाली सरकार। https://aifs.gov.au/cfca/sites/default/files/ publicationdocuments/2110_inclusive_communication_with_lgbtiq_clients_e2pg.pdf

एन आलीज गाइड़ टु टर्मिनोलोजी, (२०१७)। *एल् जि बि टि मानिसहरू र समानताको बारेमा कुरा गर्दै।* https://www.lgbtmap.org/file/allys-guide-to-terminology.pdf

केयरर गेटवे। के तपाईं र एल् जि बि टि आई हेरचाह गर्नुहुन्छ? तपाईंलाई मद्दत गर्न समर्थन र सेवाहरू खोज्नुहोस्। https://www.carergateway.gov.au/tips/tips-lgbti-carers

१. बालबालिका, युवा न्याय र बहुसांस्कृतिक मामिला विभाग, (२०२१)
अभ्यास गाइड: लिङ्ग र यौन झुकाव विविधता भएका बच्चाहरू।
अष्ट्रेलियाली सरकार। https://cspm.csyw.qld.gov.au/getattachment/ 85784094-47b8-4a90-9b5d-00b466fea873/pgchildren-with-gender-sexual-orientation-diversity.pdf

स्वास्थ्य विभाग, (२०१९)। *लेस्बियन, गे, उभयलिंगी, ट्रान्स र जेन्डर विविध र इन्टरसेक्स वृद्धहरूलाई समर्थन गर्ने कार्यहरू। वृद्ध हेरचाह प्रदायकहरूको लागि व्यवसाय सहायता वृद्ध हेरचाह क्षेत्र समिति विविधता उप-समूह*। अष्ट्रेलियाली सरकार। https://www.health.gov.au/sites/default/files/documents/2019/12/actions-to support-lgbti-elders-a-guide-for-aged-care-providers.pdf

१. ए आई एफ एस, (२०२२)।

Anglicare Southern Queensland

समावेशी संलग्नता सामाग्री

एङ्गलीकेयर दक्षिणी क्वीन्सल्याण्डले हाम्रा सेवाहरू अहिले खडा भएका भूमिहरूको परम्परागत मालिकहरूलाई स्वीकार गर्दछ। हामी वृद्धहरूलाई हाम्रो सम्मान - विगत, वर्तमान र उदीयमान - र आदिवासी र टोरेस ष्ट्रेट टापुवासी मानिसहरूको आफ्नै समुदायको हेरचाहमा महत्त्वपूर्ण भूमिकालाई स्वीकार गर्छौं।

1300 610 610 | anglicaresq.org.au