

स्नान (नुहाउने)कोठाका सुविधाहरु

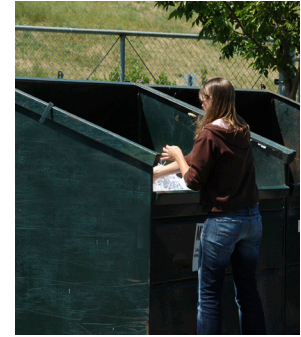
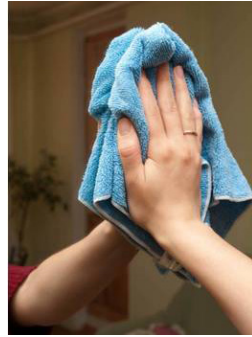


स्नानकोठाका सुविधाहरु प्रयोग गर्नुस् ।

सरसफाई गर्ने सामानहरु र तिनको प्रयोग कसरी गर्ने



घरका आधारभूत सामानहरुसंग तपाईं परिचित हुनुपर्छ । तिनको सुरक्षित ढङ्गले प्रयोग र फाल्ने काम गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ ।



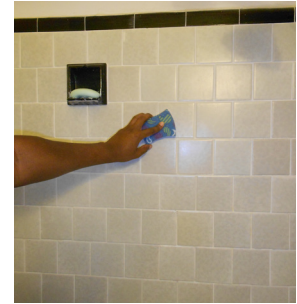
सही ढङ्गले तपाईं बसेको घर/डेरा सफा गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ ।

सही ढङ्गले फोहर फाल्नु महत्वपूर्ण हुन्छ ।

स्नानकोठा र भान्साको सरसफाई



जसको सरसफाई विशेष सामानहरु प्रयोग गरेर गर्नुपर्छ ।



सही ढङ्गले तपाईंको स्नानकोठाको सरसफाई गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ ।



सही ढङ्गले तपाईंको भान्साको सरसफाई गर्नु महत्वपूर्ण हुन्छ ।

सामान्य घरायसी सामानहरु



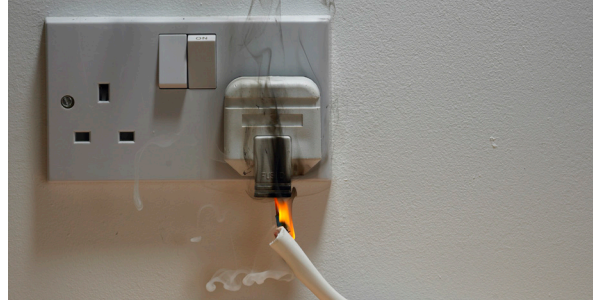
घरायसी सामानहरु सुरक्षित ढङ्गले प्रयोग गर्नुस् ।

घर/डेराको सुरक्षा

आगो लाग्नु बाट बचावट गर्नु
अति महत्वपूर्ण हुन्छ ।



स्टोभ र ओभनलाई तपाईंले प्रयोग नगरेको बेला
अवश्य बन्द (स्विचअफ) गर्नुस् ।



पानीलाई विद्युतीय तारहरु र प्लगहरुभन्दा
टाढा राख्नुस् ।



मैनबत्तिहरु, सलाईहरु र लाईटरहरु कहाँ छन्
तपाईंलाई थाहा हुनुपर्छ र तिनको प्रयोग गर्दा धेरै
होश गर्नुस् ।



धुवाँ पत्ता लाउने यन्त्र बज्यो भने, कतै आगो
लाग्यो कि भनी हेर्नुस् ।

यदि कतै आगो लाग्यो भने :



सानो खाले आगो निभाउने आगो निभाउने
यन्त्रको प्रयोग गर्नुस् ।



स्टोभको सानो आगोभन्दा यदि ठूलो आगो
लागेको छ भने तुरुन्त ९-१-१ मा फोन गर्नुस् ।

चिठी-पत्रहरु, भाडा र पानी बिजुली सेवाहरु



मासिक डेरा/घर भाडा र पानी, बिजुलीको महशुल पूरापूर ठीक समयमा तिर्नु अति महत्वपूर्ण हुन्छ ।

यी महशुलहरु समयमा तिर्नुभएन भने तपाईंलाई डेरा/घर बाट हटाउन सक्छ अथवा पानी वा बिजुली सेवा काटिनेछ ।



तपाईंले महत्वपूर्ण चिठीहरु प्राप्त गर्नु हुनेछ ।

तपाईंले चिठीको बेहोरा बुझ्नुहुन्न भने मददको लागि आफ्नो केश वर्करलाई भन्नुस् ।

खानाको उचित भण्डारण तथा हेरचाह

खाद्य सामग्रीलाई सही ठाउँमा राख्नुस् :

निम्नलिखित कुराहरु (खानाहरु) जुन छिट्टै बिगन्छन् जस्तै :



रेफ्रिजरेटरमा राख्नुपर्छ ।

निम्नलिखित कुराहरु जुन छिट्टै बिगदैनन् जस्तै :



काठको दराजहरु अथवा भण्डार कोठामा राख्नुपर्छ ।

निम्नलिखित तरिकाले किरा वा सांग्लाबाट जोगिनुस् :

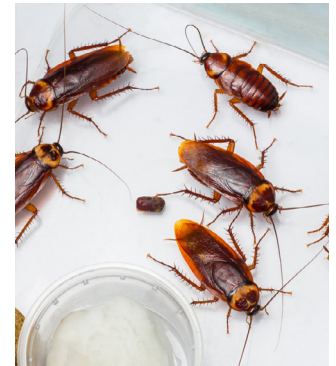
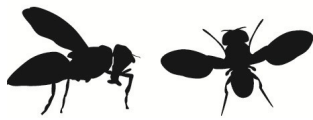
यसरी खाद्य सामग्रीलाई बन्द भाँडा वा बझाहरुमा राखेर जस्तै :



यसरी पोखिएको खानालाई सफा गरेर :



खानाको व्यवस्थित भण्डारण वा हेरचाह गर्नुभएन भने, तपाईंको घरमा किरा वा सांग्ला आउन सक्छन् । तिनबाट छुटकारा पाउन धेरै महङ्गो पर्न सक्छ ।



भाडेदारहरु तथा घर/डेरा मालिकहरु वा मालिकनीहरु

भाडेदारहरु तथा घर/डेरा मालिकहरु वा मालिकनीहरुका
अधिकारहरु र जिम्मेवारीहरु हुन्छन् ।

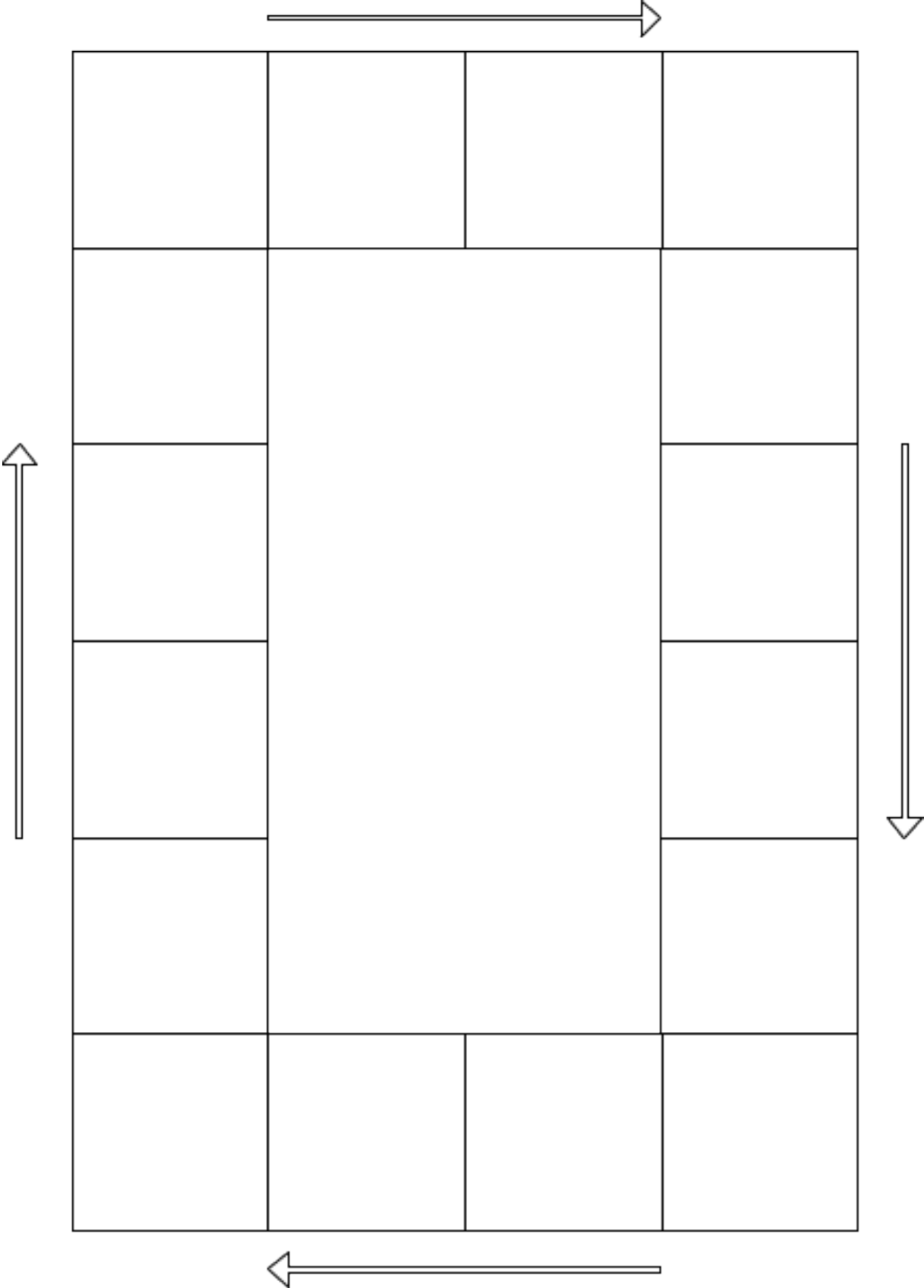


घरबासका जिम्मेवारीहरु



पानी/बिजुली सम्बन्धि जिम्मेवारीहरु

Housing Rights and Responsibilities Game Board



Housing Rights and Responsibilities Playing Cards

Rights



तपाईंको जाति, राष्ट्रियता, धर्म, लिंग, पारिवारिक स्थिति अथवा शारीरिक वा मानसिक अवस्थाको कारणले कुनै घर/डेरा मालिक वा मालिकनीले तपाईंलाई घर/डेरा भाडामा दिन्न भन्न पाउँदैनन् ।



काम गर्ने किसिमको (राम्रो अवस्थाको) धुवाँ पत्ता लगाउने यन्त्र तपाईंको घर/डेरामा हुनुपर्छ ।



तपाईं आफ्नो घर/डेराबाट अन्यत्र सर्नु हुन्छ भने र तपाईंको घर/डेरा राम्रो अवस्थामा छोड्नुभएको छ भने तपाईंले आफ्नो सुरक्षाको लागि जम्मा गरेको रकम फिर्ता पाउनुपर्छ ।



खर्च गर्न सक्ने क्षमता छ भने तपाईं जहाँ पनि बस्न सक्नुहुन्छ ।



घर/डेरा भाडा करारपत्रमा स्विकार गरे बमोजिम यदि तपाईंले आफ्नो घर/डेरा मालिक वा मालिकनीलाई समय सीमाभन्दा अगावै थाहा दिनुहुन्छ भने तपाईं आफ्नो घर/डेराबाट सर्न सक्नुहुन्छ ।



तपाईंले घर/डेरा भाडा मालिक वा मालिकनीसंग भाडा करारपत्रमा दस्तखत गर्नु/गराउनुपर्छ ।



घर/डेरामा तातो अनि चिसो पानी हुनुपर्छ ।



तपाईंको घरबास सुरक्षित हुनुपर्छ ।

Responsibilities



घर/डेरा मालिक वा मालिकनीले तपाईंलाई स्वीकृति दिन्छन् भने मात्र तपाईंले आफ्नो घर/डेरामा खास-खास परिवर्तनहरू गर्न पाउनुहुन्छ जस्तै: भित्तामा रंग रोगन लाउनु ।



अन्यत्र डेरा (अपार्टमेन्ट)मा सर्नुभन्दा पहिले केही खर्चहरू लाग्ने छन् जुन तपाईंले सोच्नुपर्छ ।



केही शर्तहरू अन्तर्गत तथा कुनै खास समय सीमापछि तपाईंले बढी भाडा तिर्नु पर्ने हुन्छ ।



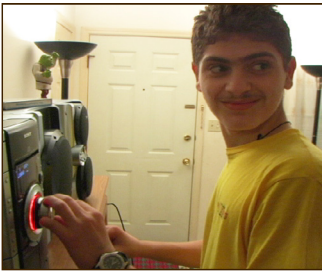
अरुलाई अप्ठ्यारो नहोस् भनी तपाईं विवेकशील छिमेकी हुनुपर्छ ।



तपाईंले चिठीपत्र चिन्नु र जवाफ दिनुपर्छ जस्तै: तिर्नु पर्ने रसिदहरू ।



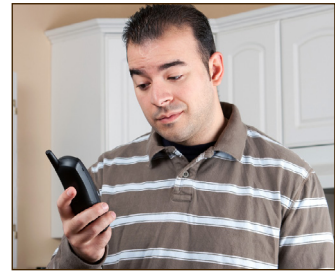
तपाईंले सार्वजनिक ठाउँहरू (जस्तै: लुगाधुने कोठा) सफा राख्नुपर्छ र त्यो सम्बन्धि नियमहरू पालन गर्नुपर्छ ।



राती र बिहान छिमेकीहरूलाई व्यवधान नहोस् भनी कोठा भित्र वा बाहिर कराउनु हुन्न ।



तपाईंले आफ्नो घर/डेरा सफा राख्नुपर्छ ।



तपाईंले फोन कसरी गर्ने जवाफ दिन जान्नुपर्छ ।



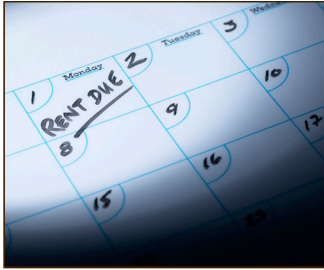
तपाईं प्रतिमहिना कति विजुली, ग्यास र पानीको प्रयोग गर्नुहुन्छ तिनको रकम रसीदहरुमा लेखिएको रकममा भर पर्छ ।



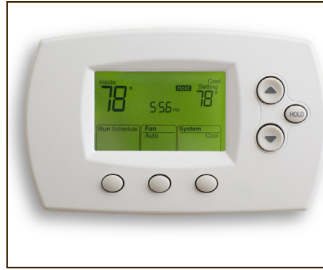
तपाईंले औजारहरु कसरी प्रयोग हुन्छन् त्यो थाहा पाउनुपर्छ र उचित तरिकाले प्रयोग गर्नुपर्छ ।



तपाईंको आफ्नो घर/डेराभित्र राखिएको धुवाँसूचक यन्त्रहरु भिक्नु हुन्न ।



तपाईंले घर/डेरा भाडा पूरा अनि समयभित्र तिर्नुपर्छ ।



तपाईंले विजुली, पानी वा ग्यासको रकम पनि पूरा अनि समयभित्र तिर्नुपर्छ ।



तपाईंले फोहरहरु सही ठाउँमा सही ढङ्गले फाल्नुपर्छ ।



तपाईंले रेफ्रिजरेटर र फिजमा खाद्य सामग्रीलाई सही ढङ्गले भण्डारण गर्नुपर्छ ।



तपाईंले समस्याहरुको बारेमा घर/डेरा मालिक वा मालिकनीलाई खबर गर्नुपर्छ जस्तै: पानीका टुटीहरु चुहिएका, सडेका काठहरु, किराहरु भएमा ।



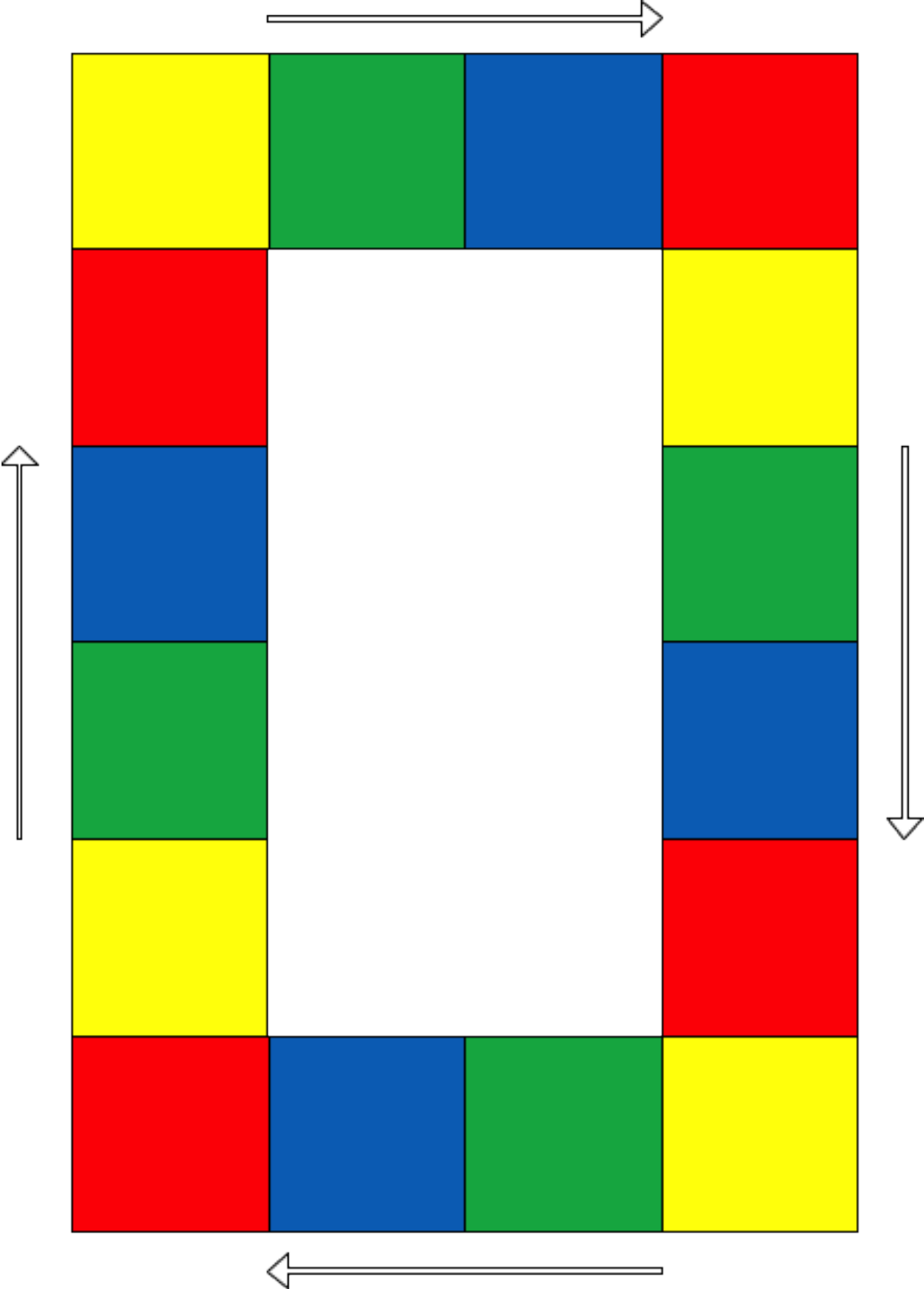
तपाईंले घर/डेरामा आगोबाट कसरी बच्ने जान्नुपर्छ ।



तपाईंले आफ्नो करारपत्रमा के छ र
तपाईंको जिम्मेवारीहरु के हो बुझ्नुपर्छ ।

Housing Rights and Responsibilities Spinner Mat

Housing Rights and Responsibilities Color Game Board



Housing Rights and Responsibilities Color Playing Cards

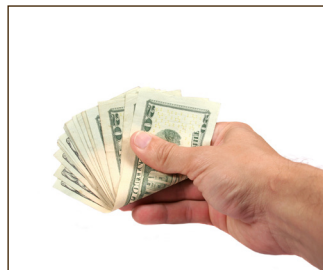
Rights



तपाईंको जाति, राष्ट्रियता, धर्म, लिंग, पारिवारिक स्थिति अथवा शारीरिक वा मानसिक अवस्थाको कारणले कुनै घर/डेरा मालिक वा मालिकनीले तपाईंलाई घर/डेरा भाडामा दिन्न भन्न पाउँदैनन् ।



काम गर्ने किसिमको (राम्रो अवस्थाको) धुवाँ पत्ता लगाउने यन्त्र तपाईंको घर/डेरामा हुनुपर्छ ।



तपाईं आफ्नो घर/डेराबाट अन्यत्र सन्नु हुन्छ भने र तपाईंको घर/डेरा राम्रो अवस्थामा छोड्नु भएको छ भने तपाईंले आफ्नो सुरक्षाको लागि जम्मा गरेको रकम फिर्ता पाउनुपर्छ ।



खर्च गर्न सक्ने क्षमता छ भने तपाईं जहाँ पनि बस्न सक्नुहुन्छ ।



घर/डेरा भाडा करारपत्रमा स्विकार गरे बमोजिम यदि तपाईंले आफ्नो घर/डेरा मालिक वा मालिकनीलाई समय सीमाभन्दा अगावै थाहा दिनुहुन्छ भने तपाईं आफ्नो घर/डेराबाट सन्नु सक्नुहुन्छ ।



तपाईंले घर/डेरा भाडा मालिक वा मालिकनीसंग भाडा करारपत्रमा दस्तखत गर्नु/गराउनुपर्छ ।



घर/डेरामा तातो अनि चिसो पानी हुनुपर्छ ।



तपाईंको घरबास सुरक्षित हुनुपर्छ ।

Responsibilities



घर/डेरा मालिक वा मालिकनीले तपाईंलाई स्वीकृति दिन्छन् भने मात्र तपाईंले आफ्नो घर/डेरा मा खास-खास परिवर्तनहरु गर्न पाउनुहुन्छ जस्तै: भित्तामा रंग रोगन लाउनु ।



अन्यत्र डेरा (अपार्टमेन्ट) मा सर्नुभन्दा पहिले केही खर्चहरु लाग्ने छन् जुन तपाईंले सोच्नुपर्छ ।



केही शर्तहरु अन्तर्गत तथा कुनै खास समय सीमापछि तपाईंले बढी भाडा तिर्नु पर्ने हुन्छ ।



अरुलाई अप्ठ्यारो नहोस् भनी तपाईं विवेकशील छिमेकी हुनुपर्छ ।



तपाईंले चिठीपत्र चिन्नु र जवाफ दिनुपर्छ जस्तै: तिर्नु पर्ने रसिदहरु ।



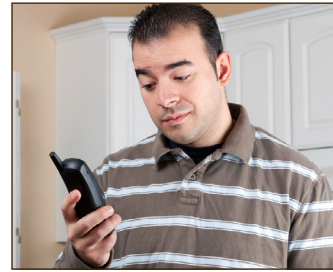
तपाईंले सार्वजनिक ठाउँहरु (जस्तै: लुगाधुने कोठा) सफा राख्नुपर्छ र त्यो सम्बन्धि नियमहरु पालन गर्नुपर्छ ।



राती र बिहान छिमेकीहरुलाई व्यवधान नहोस् भनी कोठा भित्र वा बाहिर कराउनु हुन्न ।



तपाईंले आफ्नो घर/डेरा सफा राख्नुपर्छ ।



तपाईंले फोन कसरी गर्ने जवाफ दिन जान्नुपर्छ ।



तपाईं प्रतिमहिना कति विजुली, ग्यास र पानीको प्रयोग गर्नुहुन्छ तिनको रकमको रसीदहरुमा लेखिएको रकममा भर पर्छ ।



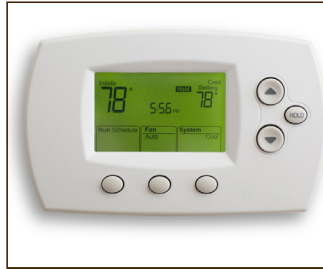
तपाईंले औजारहरु कसरी प्रयोग हुन्छन् त्यो थाहा पाउनुपर्छ र उचित तरिकाले प्रयोग गर्नुपर्छ ।



तपाईंको आफ्नो घर/डेराभित्र राखिएको धुवांसूचक यन्त्रहरु भिक्नु हुन्न ।



तपाईंले घर/डेरा भाडा पूरा अनि समयभित्र तिर्नुपर्छ ।



तपाईंले विजुली, पानी वा ग्यासको रकम पनि पूरा अनि समयभित्र तिर्नुपर्छ ।



तपाईंले फोहरहरु सही ठाउँमा सही ढङ्गले फाल्नुपर्छ ।



तपाईंले रेफ्रिजेरेटर र फिजमा खाद्य सामग्रीलाई सही ढङ्गले भण्डारण गर्नुपर्छ ।



तपाईंले समस्याहरुको बारेमा घर/डेरा मालिक वा मालिकनीलाई खबर गर्नुपर्छ जस्तै: पानीका टुटीहरु चुहिएका, सडका काठहरु, किराहरु भएमा ।

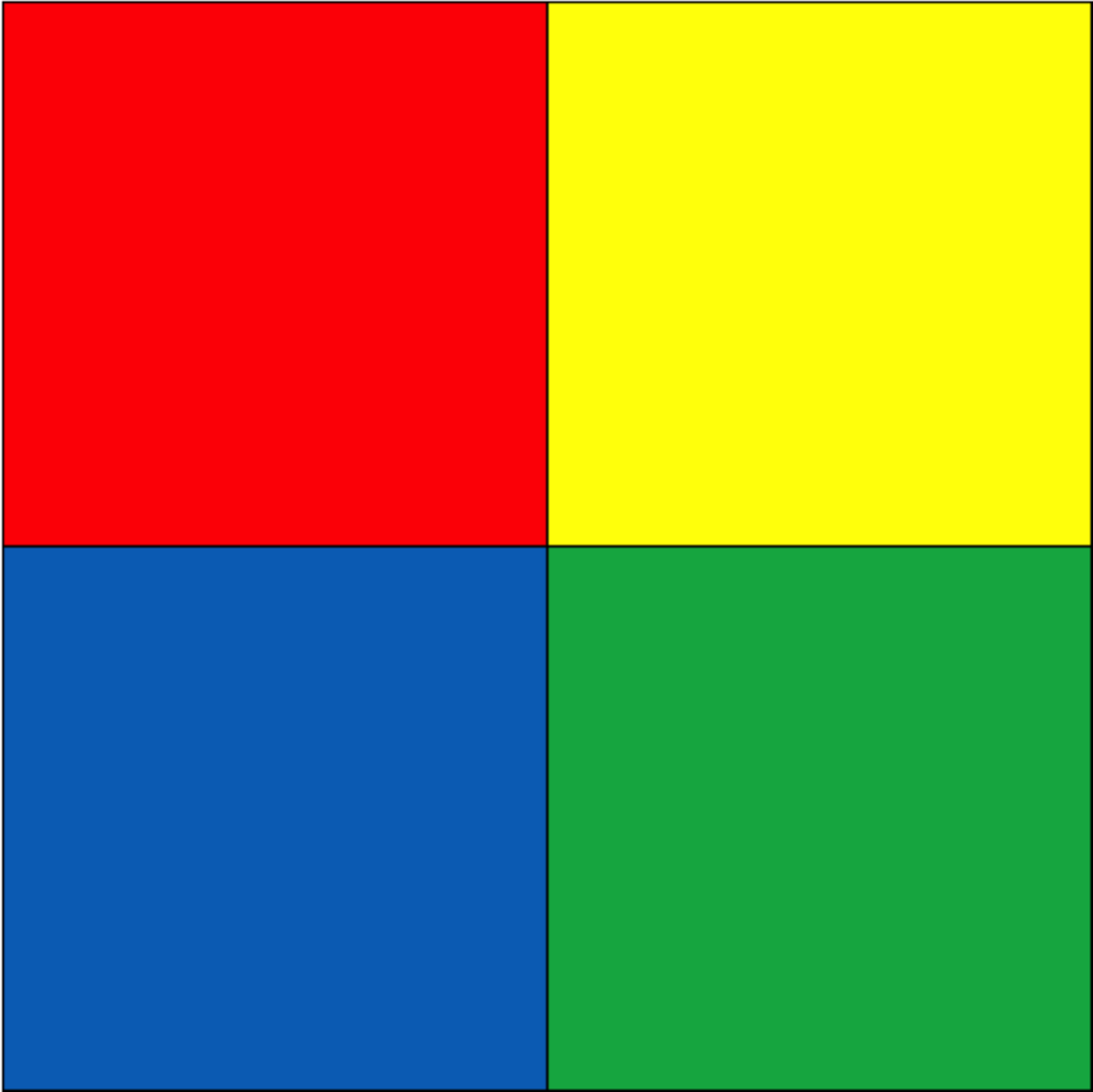


तपाईंले घर/डेरामा आगोबाट कसरी बच्ने जान्नुपर्छ ।



तपाईंले आफ्नो करारपत्रमा के छ र
तपाईंको जिम्मेवारीहरु के हो बुझ्नुपर्छ ।

Housing Rights and Responsibilities Color Spinner Mat



Good Neighbor Critical Incidents

Good Neighbor Critical Incident 1: Nahid and his children

नहद र उनको परिवार उनीहरूको नयां घर/डेरामा सछन् । उनीहरूको नयां छिमेकीहरूको दुईवटा ठुलाठुला कुकुरहरू छन् र नहदका बालबालिकाहरू कुकुरहरूदेखि डराउछन् यद्यपि उनीहरू मित्रवत् देखिन्छन् । नहदको बालबालिकाहरू घर पछाडि एकलै खेलन मान्दैनन् किनभने ती छिमेकीहरूका कुकुरहरू प्रायः टाँस्सिएकै काठको पर्खालपारी खेलेरहेका हुन्छन् ।

निम्नलिखित प्रश्नहरूको बारेमा सोचनुस्:

- ▶ नहदले के गर्न सक्छन् जसबाट सबैले बढी सजिलो अनुभव गरुन् ?
- ▶ तपाईंको छिमेकीहरूसंग एउटा राम्रो सम्बन्ध राख्दै तपाईंले यो स्थितिलाई कसरी सम्हाल्नुहुन्छ ?
- ▶ आफ्नो परिवार सुरक्षित छन् भनी निश्चिन्त हुँदै नहदको लागि उनी एउटा असल छिमेकी हुन सक्छन् भनी के कुरामा ध्यान दिनु महत्वपूर्ण छ ?

Good Neighbor Critical Incident 2: Letia and her family

लेटिया र उनको श्रीमान् उनीहरूको घरमा सछन् र आफ्ना दाजुभाई दिदीबहीनीहरूको नजिकमा बसीरहंदा खुशी छन् । प्रायः उनीहरूको दाजुभाई दिदीबहीनीहरू लेटियाको घरमा आउछन् र उनीहरू सबैजना आफ्नो देशको खाना पकाउछन् र संगीत सुन्छन् । एकदिन लेटियाको घरधनीले बोलाउछन् र भन्छन् कि अबदेखि उनीहरूले नौ बजेपछि संगीत बजाउन पाउदैनन् किनभने यसले छिमेकीहरूलाई बाधा पुऱ्याउदछ ।

निम्नलिखित प्रश्नहरूको बारेमा सोचनुस्:

- ▶ यो स्थितिमा मुख्य समस्या के छ ?
- ▶ छिमेकीहरूप्रति बढी विचार पुऱ्याउन लेटिया र उनको परिवारले के गर्न सक्छन् ?
- ▶ लेटिया र उनको श्रीमान्को लागि सम्झनुपर्ने महत्वपूर्ण कुरा के छ जसले गर्दा उनीहरू असल छिमेकी हुन सक्नु साथै उनीहरूको नयां घरमा निश्चिन्त र खुशी रहुन् ।

Good Neighbor Critical Incident 3: Palau and Alex

पलाउ र उनको परिवार उनीहरूको नयां एपार्टमेन्टमा सछन् । पलाउको नयां छिमेकी एलेक्स काममा जानुभन्दा पहिले एकदिन बिहान पलाउलाई भेट्न आउछन् । पलाउले एलेक्स केटा वा केटी हो छुट्याउन सक्दैनन् । पलाउले नमस्ते भनी हिंडेपछि उनलाई अत्यन्तै असजिलो लाग्छ । पछि त्यही दिन एलेक्सलाई फेरि देख्छन् । पलाउले के भन्नुपर्छ होला ?

निम्नलिखित प्रश्नहरूको बारेमा सोचनुस्:

- ▶ यो स्थितिमा मुख्य समस्या के छ ?
- ▶ तपाईंको विचारमा यो स्थितिमा एलेक्सले कस्तो महसुस गर्न सक्छन् ?
- ▶ अर्कोपटक उनले छिमेकीलाई देखेपछि पलाउले के गर्नुपर्छ ?
- ▶ पलाउको लागि सम्झनुपर्ने महत्वपूर्ण कुरा के छ जसले गर्दा उनी एउटा असल छिमेकी हुन सक्नु साथै उनको नयां टोलमा निश्चिन्त महसुस गरुन् ।

Good Neighbor Critical Incident 4: Saw Nee Kow and her neighbors

सौ नी कौ र उनको परिवार उनीहरूको नयां एपार्टमेन्टमा सछ्छन् । सबैजना मित्रवत् छन् । सौ नी कौको छिमेकीहरूले उनको परिवारलाई एउटा घरको पौटलकमा निम्ता गर्छन्, एउटा यस्तो पारिवारिक जमघट भोज जहां प्रत्येक परिवारले आ-आफ्नो खानाको परिकार अथवा पेय पदार्थ बांडीचुंडी खान ल्याउंछन् । सौ नी कौ एकलो महसुस गरिरहेका छन् र निम्तो पाएर अत्यन्त रोमाञ्चित् छन् । उनले दुइवटा जिउंदो कुखुराहरूलाई एपार्टमेन्टको प्रांगणमा छोड्छिन् र तिनलाई काट्ने तयारी गर्छिन् । सौ नी कौको एकजना छिमेकीले उनको ढोका ढकढक्याउंछन् र कुखुराहरूको बारेमा सोध्छन् । सौ नी कौले ती (कुखुराहरू) पौटलकको लागि हो भनेर भन्छिन् । उनको छिमेकी अचम्भित भएको र अप्ठ्यारो मानेको (लागेको) देखिन्छन् ।

- ▶ सौ नी कोको छिमेकीले किन अचम्भित र अप्ठ्यारो मानेको ?
- ▶ यदि तपाईं सौ नी कौ हुनुभएको भए यो स्थितिमा के गर्नुहुन्थ्यो ?
- ▶ तपाईंले के थाहा पाउनुपर्छ, जसले गर्दा यो स्थितिलाई सम्हाल्न मद्दत पुगोस् ।

Good Neighbor Critical Incident 5: Juan and Richard

हुआन आफ्नो श्रीमती र बच्चासंग आफ्नो नयां एपार्टमेन्टमा सछ्छन् । उनीहरूको टांस्सिएको कोठामा बस्ने छिमेकी रिचार्ड मित्रवत् र मद्दतगार छन् । उनले हुआनलाई उनीहरूको नयां घर नजिकमा पार्कहरू र सुविधा पसलहरू कसरी पत्ता लाउनेभनी भन्छन् । एकरात हुआनको बच्चा सुत्न सकदैन किनभने रिचार्डले ठूलो आवाजमा संगीत बजाईरहेका हुन्छन् । हुआनले रिचार्डलाई मनपराउंछन् र उनलाई दुःख दिन चाहंदैनन् किनभने उनले हुआनको परिवारलाई मद्दत गरिरहेका छन् । तथापि अर्कोरात रिचार्डले फेरि ठूलो आवाजमा संगीत बजाईरहेका हुन्छन् अनि बच्चा पुनः सुत्न सक्तैन ।

- ▶ यो स्थितिमा मुख्य समस्या के छ ?
- ▶ यदि तपाईं हुआन हुनुभएको भए, कस्तो महसुस गर्नुहुन्थ्यो ?
- ▶ यदि तपाईं रिचार्ड हुनुभएको भए कस्तो महसुस गर्नुहुन्थ्यो ?
- ▶ तपाईंको विचारमा हुआनले के गर्नुपर्छ ?

Housing Unit Vocabulary Worksheet 1

निर्देशनहरू : देब्रेतिर भएको शब्दावलीहरू दाहिनेतिर भएको चित्रहरूसंग मिलाउनुस् । पहिलो उदाहरण तपाईंको लागि गरिसकिएको छ ।

शब्दहरू

चित्रहरू

friendly



housing



appliance



clean



damage



utilities



mail



Housing Unit Vocabulary Worksheet 2

निर्देशनहरू : तलका वाक्यहरू पढ्नुस् । भाडेदारहरूको कृयाकलापहरू व्याख्या गरे अनुसार घर/डेरा मालिक खुशी वा दुःखी हुन्छन् देखाउनुस् । पहिलो उदाहरण तपाईंको लागि गरिसकिएको छ ।

भाडेदार	घर/डेरा मालिक	
	खुशी	दुःखी
भाडेदारले भाडा तिर्न बिसन्ध ।	☺	☹
भाडेदारले प्रत्येक महिना आफ्नो भाडा तिर्छ ।	☺	☹
भाडेदारले आफ्नो घर सधै सफा राख्छ ।	☺	☹
भाडेदार एउटा असल छिमेकी हो ।	☺	☹
भाडेदारले भित्तामा नोक्सान पुर्याउँछ ।	☺	☹
भाडेदारले घर सफा गर्दैन ।	☺	☹

कुनकुन कारणहरूले गर्दा घर/डेरा मालिक वा मालिकनीले भाडेदारहरूलाई निकाल्न सक्छन् ? घर/डेरा मालिक वा मालिकनीले भाडेदारलाई निकाल्न सक्ने कारणहरू देखाउने शब्दहरूमा घेरा लगाउनुस् ।



clean



damage



friendly



pays rent



comfortable



does NOT pay rent