

## सांस्कृतिक संक्रमणमा परिवार (FICT) का बारेमा सहभागीहरूले के भन्छन्

मैले धेरै कुरा सिक्ने। मेरा छोराछोरीहरूसँग राम्ररी बस्नुको महत्व, पैसालाई कसरी प्रयोग गर्ने, अष्ट्रेलियामा जीवन सुधार्ने सुझाव। सबैभन्दा बढी महत्वपूर्ण हाम्रा छोराछोरीलाई अष्ट्रेलियामा कसरी हुर्काउने र सबै पक्षबाट उनीहरूको आवश्यकता पुरा गर्ने हो।  
कंगोकी महिला

हामी युद्धले प्रभावित मानिस हौं तर जब हामी सबै सँगसँगै भेट्छौं हाम्रो हृदयमा भएका कुरा हामी बाँड्न सक्छौं भन्ने महसुस हुन्छ।

तामिल पुरुष

भावनात्मक रूपमा म राम्रो अनुभव गर्छु। म आएको ९ हप्ता भयो र हरेक हप्ता मैले नयाँ कुरा सिक्ने। कार्यशालामा मैले मेरो दिमागको प्रयोग गरे – त्यो मेरो लागि महत्वपूर्ण कुरा थियो। मैले अरुबाट सिक्ने, उनीहरूलाई सुनें र मेरा अनुभवहरूलाई पनि बाँडे। त्यो मुख्य कुरा थियो र मलाई धेरै खुशी लाग्छ।

हजारा महिला

## About STARTTS

STARTTS is a specialist, not-for-profit organisation that was established in 1988. It provides culturally relevant psychological treatment and support, and community interventions, to help people and communities heal the scars of torture and refugee trauma and rebuild their lives in Australia. STARTTS also fosters a positive recovery environment through the provision of training to services, advocacy and policy work.

[www.startts.org.au](http://www.startts.org.au)



## Contact us

HEAD OFFICE  
CARRAMAR

152-168 The Horsley Dr  
Carramar NSW 2163

P: (02) 9646 6700 | P: (02) 9646 6800 (Referrals)

## OTHER OFFICE LOCATIONS

Albury	Armidale
Auburn	Coffs Harbour
Blacktown	Newcastle
Fairfield	Wagga Wagga
Liverpool	Wollongong

Go to [www.startts.org.au/contact/](http://www.startts.org.au/contact/) for office location details.

STARTTS also provides counselling and other types of services at outreach locations in Sydney and across NSW such as Bankstown, Parramatta, Dee Why, Lakemba, Penrith, Campbelltown, Rockdale, Tamworth, Griffith and Albury. These locations change according to the needs of our clients. Please contact STARTTS for further information.

NEPALI

यातना तथा आघातका जीवितहरूलाई उपचार तथा पुनर्स्थापना सेवा



## अष्ट्रेलियामा बसोबास गर्दा

सांस्कृतिक संक्रमणमा परिवार  
(Families in Cultural Transition – FICT)

शरणार्थी पृष्ठभूमि भएका मानिसहरूलाई अष्ट्रेलियामा उनीहरूको नयाँ जीवनका लागि सहायता गर्न एक समूहगत कार्यक्रम

# अष्ट्रेलियामा बसोबास गर्दा सांस्कृतिक संक्रमणमा परिवार (FICT)

## FICT के हो?

एक कार्यक्रम जसले शरणार्थीलाई निम्न विषयमा उनीहरूको समुदायका मानिसहरूसँग भेट्न तथा विचारहरू आदानप्रदान गर्न मद्दत गर्छ:

- पारिवारिक सम्बन्धहरूमा आएको परिवर्तनलाई मिलाउने
- तपाईंको छोराछोरीहरूसँगको सम्बन्धलाई सुधार गर्ने
- अष्ट्रेलियन प्रणालीहरू तथा जीवन शैलीलाई सजिलै बुझ्न
- बजेट, दोभाषेहरूको प्रयोग तथा रोजगारी खोज्नेजस्ता व्यावहारिक विषयमा काम गर्न

## FICT लाई कसरी वितरण गरिन्छ?

STARTTS ले अंग्रेजी तथा अर्को समुदायिक भाषाहरू बोल्ने, पढ्ने तथा लेख्ने द्वि-सांस्कृतिक सहजकर्तालाई भर्ती, प्रशिक्षण तथा सहायता गर्छ। सहजकर्ताहरू वयस्कका लागि समूह सञ्चालनमा अनुभवी हुन्छन्।

समुदायको स्थानहरूमा FICT मापांकमा भाग लिनका लागि द्वि-सांस्कृतिक सहजकर्ताले उनीहरूको समुदायबाट सहभागीहरू ल्याउँछन्। हरेक शत्र ३ घण्टा लामो हुन्छ र सहभागीहरूको मिल्ने समय तथा स्थानमा वितरण गरिन्छ।

कार्यक्रमको अन्तमा हरेक FICT समूहलाई निःशुल्क घरमै बालस्याहारको सेवा तथा खाना उपलब्ध गराइने तथा सहभागीहरूले उपस्थितिका लागि प्रमाणपत्र प्राप्त गर्छ।

## FICT मापांक

परिचय तथा बसोबास  
सहायता प्रणालीहरू  
पैसा  
चोट तथा निको हुनु  
परिवार  
छोराछोरी  
लिंग  
युवायुवती  
रोजगारी  
नयाँ वातावरणमा रमाउँदै  
हाम्रा छोराछोरीसँग पुनर्मिलन



अनुभव तथा ज्ञान बाँडेर मानिसहरूले अष्ट्रेलियामा जीवन स्थापना गर्न एकअर्काका लागि मद्दत गर्छन्।