URDU

STARTTS

اذیّت اور صدمات سے گزرنے والوں کے علاج اور بحالی کی سروس

آسٹریلیا میں زندگی گزارنا

تہذیبی بدلاؤ سے گزرنے والے گھرانے
(Families in Cultural Transition – FICT)

پناہ گزین پس منظر کے افراد کو
آسٹریلیا میں نئی زندگی شروع کرنے
میں مدد دینے کیلئے گروپ کی
صورت میں پروگرام

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

Contact us

HEAD OFFICE
CARRAMAR

152-168 The Horsley Dr
Carramar NSW 2163

P: (02) 9646 6700

P: (02) 9646 6800 (Referrals)
F: (02) 9646 6710

OTHER OFFICE LOCATIONS

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

Go to 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.

شرکاء 'تہذیبی بدلاؤ سے گزرنے والے گھرانے' (فیملز ان کلچرل ٹرانزیشن، FICT) پروگرام کے بارے میں کیا کہتے ہیں

میں نے بہت سی چیزیں سیکھیں۔ اپنے بچوں کے ساتھ اچھی زندگی گزارنے کی اہمیت، پیسے کے استعمال کا طریقہ، آسٹریلیا میں زندگی کو بہتر بنانے کیلئے مشورہ۔ سب سے اہم یہ ہے کہ آسٹریلیا میں بچوں کی پرورش کیسے کی جائے اور تمام پہلوؤں سے انکا خیال رکھا جائے۔

کانگو کی عورت

ہم ایسے لوگ ہیں جو جنگ سے متاثر ہوئے ہیں لیکن چونکہ ہم سب ملتے ہیں، ہمیں محسوس ہوتا ہے کہ ہم اپنے دل کا حال ایک دوسرے کو بتا سکتے ہیں۔

تامل مرد

مجھے جذباتی طور پر بہتر محسوس ہوتا ہے۔ میں نے 9 ہفتے اس پروگرام میں گزارے اور ہر ہفتے ایک نئی چیز سیکھی۔ میں نے ورکشاپ میں اپنا دماغ استعمال کیا – میرے لیے سب سے اہم چیز یہی تھی۔ میں نے دوسروں سے سیکھا، ان کی بات سنی اور اپنے تجربات بھی بتائے۔ سب سے بڑی بات یہی ہے اور میں بہت خوش ہوں۔

ہزارہ عورت

آسٹریلیا میں زندگی گزارنا

تہذیبی بدلاؤ سے گزرنے والے گھرانے (FICT)

FICT کیا ہے؟

پناہ گزینوں کو اپنی کمیونٹی کے دوسرے لوگوں سے ملنے اور اس بارے میں تبادلۂ خیال کرنے کیلئے مدد دینے والا پروگرام:

- خاندانی رشتوں میں تبدیلیوں سے نبٹنا
- اپنے بچوں کے ساتھ رشتہ بہتر بنانا
- آسٹریلیا کے نظاموں اور طرز زندگی کو آسانی سے سمجھنا
- بجٹ بنانے، انٹرپریٹر (زبانی مترجم) استعمال کرنے اور روزگار ڈھونڈنے جیسے عملی معاملات سے نبٹنا

FICT کیسے پیش کیا جاتا ہے؟

STARTTS دوتہذیبیوں کا علم رکھنے والے معاونین بھرتی کر کے انہیں تربیت دیتا ہے اور ان معاونین کی مدد کرتا ہے جو انگلش کے ساتھ ساتھ کوئی دوسری کمیونٹی زبان بھی بول، پڑھ اور لکھ سکتے ہوں۔ معاونین بالغ افراد کے گروپ چلانے کا تجربہ رکھتے ہیں۔

دوتہذیبیوں کا علم رکھنے والے معاونین اپنی کمیونٹی کے لوگوں کو مقامی علاقے کے مقامات پر اکٹھا کر کے FICT میں شریک کرتے ہیں۔ ہر سیشن 3 گھنٹے کا ہوتا ہے اور سیشن کا وقت اور مقام شرکاء کی سہولت کے مطابق رکھا جاتا ہے۔

ہر FICT گروپ میں بچوں کی مفت نگہداشت اور کھانے کا انتظام ہوتا ہے اور شرکاء کو پروگرام کے اختتام پر حاضری کا سرٹیفکیٹ ملتا ہے۔

FICT کے ماڈیولز

- تعارف اور آبادکاری
- مدد کے نظام
- پیسہ
- صدمہ اور صدمے سے بحالی
- گھرانے
- بچے
- صنف
- نوجوان
- روزگار
- نئے ماحول سے لطف اندوز ہونا
- دوبارہ اپنے بچوں سے تعلق جوڑنا

ایک دوسرے کو اپنے تجربے اور علم میں شریک کر کے لوگ ایک دوسرے کو آسٹریلیا میں بسنے میں مدد دیتے ہیں۔