

# मैं अपने समुदाय की मदद के लिए क्या कर सकता/ती हूँ?



## Social Cohesion Guide for Communities

### समुदायों में भागीदारी

हम कई कारणों से समुदाय बनाते हैं, आप एक परिवार, एक स्कूल, एक कार्यस्थल, खेल टीम, चर्च का हिस्सा हो सकते हैं, आप दूसरों के साथ एक नई भाषा सीख सकते हैं या एक शौक साझा कर सकते हैं। आप जिस भी समुदाय में हैं, उसमें भागीदार होना, खुद को शामिल महसूस करना और किसी चीज का हिस्सा बनना अच्छा लगता है।

हम सब अलग हैं लेकिन हम साथ रहना चाहते हैं, अपनी विविधता का जश्न मनाना चाहते हैं और जब हम असहमत होते हैं तो दूसरों का सम्मान करते हैं। यह महत्वपूर्ण है क्योंकि हर किसी को यह नहीं लगता कि वे वही हो सकते हैं जो वे हैं या भरोसा नहीं है कि उनकी आवाज सुनी जाएगी।

हम कई अलग-अलग समुदायों के साथ एक विस्तृत विविध देश हैं और हमें एक-दूसरे को सुनने और एक-दूसरे को सुनने के तरीके खोजने की जरूरत है। हम अपने मतभेदों और ताकतों को समझने के लिए प्रतिबद्ध होना चाहते हैं और जो हमें एकजुट करता है और जो हमें करीब लाता है उस पर काम करना चाहते हैं।

#### भागीदारी

### – यह कैसी दिखाई देती है?

एक ऐसे समाज में जहां लोग आपस में मिलकर रहते हैं, हम एक-दूसरे को जानते हैं, अपने पड़ोसियों को जानते हैं, अपने कार्यस्थल में शामिल महसूस करते हैं और हम जानते हैं कि जब हमें इसकी आवश्यकता होती है तो सहायता के लिए कहां जाना है। हमें लगता है कि हम उन लोगों से बात करने में सक्षम हैं जिनसे हम सामान्य रूप से बात नहीं कर सकते हैं, जब हम लोगों को भेदभावपूर्ण बातें कहते सुनते हैं तो आवाज उठाते हैं, और बेझिझक यह साझा करते हैं कि हम कौन हैं, हम कहाँ से हैं और हम कैसे काम करते हैं। संकट में हम किसी को नहीं छोड़ते; सभी शामिल हैं।

## अधिक भागीदारी का निर्माण

# – आप क्या कर सकते हैं

तो, हम अपने समुदायों में अधिक लोगों की मदद करने, विविधता को अपनाने, जुड़ाव महसूस करने, भाग लेने, दूसरों पर भरोसा करने, सम्मान महसूस करने में मदद करने के लिए क्या कर सकते हैं?

### भागीदारी, दूसरों पर भरोसा करना

- किसी ऐसे व्यक्ति से बात करें जो आपसे अलग हो। उनके नाम का सही उच्चारण करने का प्रयास करें। पता करें कि उन्हें किस बात से गुदगुदी होती है, जानें कि वे दुनिया को कैसे देखते हैं
- उन्हें अपनी खेल टीम में शामिल होने के लिए कहें, उन्हें एक साझा गतिविधि में आमंत्रित करें, उन्हें अपने दोस्तों से मिलवाएं, अंग्रेजी, Te Reo Māori या न्यूजीलैंड साइन लैंग्वेज के साथ उनकी मदद करें, यदि उन्हें इसकी आवश्यकता है, और उन्हें आपको उस भाषा या भाषाओं के बारे में सिखाने के लिए कहें जो वे जानते हैं।

### विविधता को अपनाना, सम्मान महसूस करना

- अपने कार्यस्थल में कर्मचारी नेटवर्क का निर्माण या समर्थन करें जहां लोग एक-दूसरे की मदद कर सकें और नस्ल, लिंग, लैंगिकता और अन्य मतभेदों के आधार पर भेदभाव जैसे मुद्दों को हल करने के लिए काम कर सकें। अपने कार्यस्थल से सभी स्तरों पर विविध प्रतिनिधित्व के लिए प्रतिबद्धता बनाने के लिए कहें
- कार्यबल या अन्य समुदायों में भेदभाव का अनुभव करने वाले सहकर्मियों के लिए Whānau समर्थन बनिए
- भेदभाव से निपटने के लिए अपने कार्यस्थल, परिषद या सामुदायिक समूह के माध्यम से प्रशिक्षण प्राप्त करें
- भेदभाव के मुद्दों को दूर करने के लिए अपने स्थानीय पार्षद या संसद सदस्य को लिखें या सरकारी परामर्श के लिए प्रस्तुत करें।

### जुड़ाव महसूस करना

- एक सामुदायिक मेला या पड़ोसी दिवस आयोजित करें और बच्चों सहित समुदाय के सभी हिस्सों के प्रतिनिधियों को भाग लेने के लिए आमंत्रित करें
- उन लोगों द्वारा आयोजित सामुदायिक कार्यक्रमों में भाग लें और अपना समर्थन दिखाएं जो आपसे अलग हैं
- महामारी के दौरान सामुदायिक हॉल, पूजा स्थल या अन्य स्थान पर टीकाकरण क्लिनिक की मेजबानी करने की पेशकश करें
- संभावित पार्षदों या सांसदों के बीच स्थानीय या राष्ट्रीय चुनावी बहस की मेजबानी करें

- समान समुदायों तक पहुंचें और देखें कि आप एक-दूसरे के पारस्परिक लक्ष्यों को प्राप्त करने में कैसे मदद कर सकते हैं
- समुदाय के लिए अपना marae, पूजा स्थल, मस्जिद, चर्च, क्लब रूम खोलें और उन्हें बताएं कि आप कौन हैं ताकि वे आपको जान सकें।

## भाग लेना

- Kōrerorero, Kupu और Ako Tahi जैसे मुफ्त ऑनलाइन ऐप का उपयोग करके Te Reo Māori, Aotearoa न्यूजीलैंड का इतिहास, Te Tiriti o Waitangi सीखें या Te Wānanga o Aotearoa के माध्यम से एक कोर्स के लिए साइन अप करें, अपने स्थानीय संग्रहालय में इतिहास प्रदर्शनियों पर जाएं, या अपने स्थानीय पुस्तकालय से Aotearoa न्यूजीलैंड के इतिहास पर किताबें किराये पर लें
- किसी ऐसे व्यक्ति के साथ साहसी बातचीत करें जो किसी और के साथ भेदभाव कर रहा है, मानव अधिकार आयोग की वेबसाइट पर उपलब्ध संसाधनों का उपयोग करके जैसे [Responding to Racism](#)
- अपने समुदाय में और अधिक जुड़ाव लाने के लिए अपने विचारों के बारे में सामुदायिक सलाहकारों से बात करें
- अपनी सामुदायिक परियोजना को निधि देने के लिए सरकारी एजेंसियों से वित्त पोषण के लिए आवेदन करें, [अनुदान प्रबंधन प्रणाली](#) के माध्यम से या [समुदाय-नेतृत्व विकास कार्यक्रम](#) के माध्यम से [COGS](#) या [लॉटरी](#) जैसे वित्त पोषण स्रोतों से शुरू करें। अन्य फंडिंग भी उपलब्ध होगी – विकल्पों के बारे में अधिक जानकारी के लिए पूछें।

