

# निलंबन के दौरान आप अपनी संतान की भलाई के लिए सहायता कैसे करें

## माता-पिता/देखभालकर्ता तथ्य पत्रक

### अपने संतान की सहायता कैसे करें

निलंबन के दौरान अपनी संतान के स्वास्थ्य और कल्याण के लिए सहायता आरम्भ करने के लिए सबसे अच्छी जगह विशेषज्ञ जानकारी और सलाह इकट्ठा करना है। आपकी संतान की भलाई के लिए व्यावहारिक सलाह और जानकारी के लिए इन लिंक्स का अनुसरण करें:

- भलाई ([Wellbeing](#))
- परामर्श और मनोविज्ञान सेवाएं ([Counselling and psychology services](#))

घर और स्कूल के बीच सकारात्मक और खुले तौर पर बातचीत छात्रों/छात्राओं को सफल होने का सबसे अच्छा मौका प्रदान करती है।

- अपनी संतान को आश्वस्त करें कि वे स्कूल समुदाय के एक महत्वपूर्ण सदस्य हैं।
- चिंताजनक बातों के लिए स्कूल से बात करें।
- अपनी संतान को शिक्षा में व्यस्त करने वाली सहायक कार्यनीतियों को विकसित करने और लागू करने के लिए स्कूल टीम की साझेदारी में काम करें।
- अपनी संतान की वापसी के लिए स्कूल योजना मीटिंग (बैठक) में भाग लें। यह आमने-सामने, ऑनलाइन या फोन पर हो सकती है।
- अपनी संतान से उचित व्यवहार के बारे में बात करें जो सकारात्मक, सुरक्षित, समावेशी और सम्मानजनक शिक्षा के वातावरण को आकार देता है।
- अपनी संतान को सक्रिय रूप से अपने मन में उठने वाली बातों और विचारों को सम्मानपूर्वक साझा करने के लिए प्रोत्साहित करें।

### निलंबन के दौरान घर में शिक्षा

- निलंबन अवधि के दौरान स्टाफ का एक सदस्य आपसे और आपकी संतान से नियमित रूप से संपर्क करेगा/गी।
- दिन के दौरान काम की अवधि के लिए समय निर्धारित करके, एक शांत स्थान ढूंढकर और यह पूछकर कि उनकी शिक्षा कैसे आगे बढ़ रही है, अपनी संतान को सीखने में मदद करें।
- सुनिश्चित करें कि वे बीच में विश्राम (ब्रेक) लें, पानी पियें और यदि वे तनावग्रस्त या चिंतित हैं तो उनकी सहायता करें।
- शारीरिक गतिविधि के लिए समय दें।
- सुरक्षित रूप से टेक्नोलॉजी (प्रौद्योगिकी) का उपयोग करने के लिए अपनी संतान की निगरानी करें। टेक्नोलॉजी का उपयोग करना ([Using technology](#)) साइट पर ऐसी जानकारी और संसाधन हैं जो आपको उपयोगी लग सकते हैं।

### सहायक लिंक्स

- सीखने का पैकेज ([Learning packages](#))
- विकलांग शिक्षा और सहायता सलाह ([Disability learning and support advice](#))
- व्यवहार सम्बन्धी संसाधन ([Behaviour support toolkit](#)): यदि अपनी संतान निलंबित है तो क्या करें
- अपनी संतान को घर पर रहकर शिक्षा लेने में मदद करना ([Helping your child learn from home](#))
- 5 से 25 वर्ष की आयु के बच्चों/युवाओं के लिए [किड्स हेल्पलाइन](#) ऑस्ट्रेलिया की एकमात्र मुफ्त फोन परामर्श सेवा है। 1800 55 1800 पर फ़ोन करें।

### टेलीफोन दुभाषिया सेवा

यदि आप स्कूल से संपर्क करना चाहते/ती हैं और अंग्रेजी में सहायता की आवश्यकता है, तो कृपया टेलीफोन दुभाषिया सेवा को 131 450 पर फ़ोन करें, उन्हें बतायें कि आपको कौन सी भाषा चाहिए और ऑपरेटर से स्कूल को फोन करने के लिए कहें। आपकी बातचीत में आपकी सहायता करने के लिए ऑपरेटर फ़ोन पर एक दुभाषिया उपलब्ध करवाएगा/गी। आपसे इस सेवा के लिए शुल्क नहीं लिया जाएगा।