Mercy Housing

तपाइँलाई नयाँ घरमा स्वागत छ ।

विषय सूचि

कार्यपुस्तिका चिन्ह र त्यसका अर्थ ꠸ ८
सामान्य वस्तु र तिनका नाम ꠸ ꠸
बिल भुक्तान १

तपाइँको घरको मर्मतसंभार

घर सर्नुअघिको जाँच २
बैठक कोठा ३(५
उडुसहरु ६

भान्सा

खानाको तयारी ७
खानापछि सफाइ ८
पकाउनु र तताउनु ९(१०
डिसवासर ११
स्टोभ १२
सिन्करफोहर फाल्नु १३
फोहररडम्प गर्ने ठाउँ १४

स्नानगृह

सामान्य सफाइ १५
शौचालयको समस्या १६
पानी चुहिनु र पोखिनु १७
लुगा धुने १८

सुरक्षा

धुँवाको अर्लाम १९

सुरक्षा

आगो २०(२२
हलवेज २३
ढोका र झ्यालका स्क्रिनहरु २४
चिकित्सकीय आपतकालीन सेवा २५
धूमपान २६
तालाहरु, साँचोहरु, अपरिचितहरु २७(२८

२७(२८

चिठी र पठाइएका सूचनाहरु २९
मर्मत अनुरोधहरु ३०

राम्रो छिमेकी बन्नु

हल्ला, समस्या समाधान, घरपालुवा पशु ३१

उर्जा संरक्षण

थर्मोस्टेट ३२
सहयोगी सुझावहरु ३३(३४

संक्षेप ३५

© 2008 by Mercy Housing, Inc. All rights reserved. Requests for permission or further information should be addressed to Refugee Housing Program, Mercy Housing, Inc. 1999 Broadway, Suite 1000, Denver, CO 80202

This has been written as a collaborative effort between the African Community Center in Denver, Colorado, and Mercy Housing, Inc. Illustrations and conceptual design have been provided by Carol Kimball.

The African Community Center is a program office of the Ethiopian Community Development Council (ECDC) based in Arlington, VA.

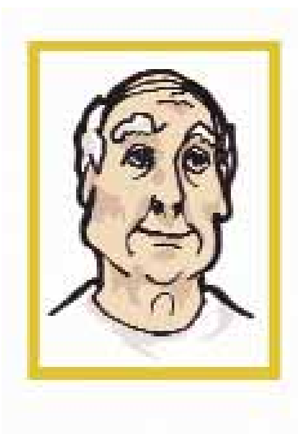
This document is a product of the Technical Assistance for Refugee Housing Services project, Grant #90RB0015. This grant was awarded to Mercy Housing, Inc., by the Office of Refugee Resettlement (ORR), U.S. Department of Health and Human Services. The views herein may not necessarily reflect the views of ORR.

यो कार्यपुस्तक भरी तपाईँले निश्चित पेजहरुमा चिन्हहरु भेट्टाउनु हुनेछ । प्रत्येक चिन्हको अर्थ यो हो :

यसको अर्थ तपाइँको केस म्यानेजर, जो तपाइँसँगै यो पुस्तकको उपयोग गर्नेछन्, हो ।

नाम: ______________________

फोन नम्बर: ______________________



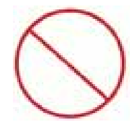
यसको अर्थ तपाइँको घरपति वा अपार्टमेन्ट म्यानेजर

नाम: ______________________

फोन नम्बर: ______________________

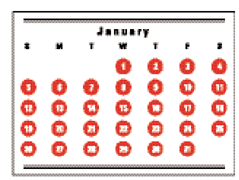
चिकित्सा आगलागी प्रहरी

तपाइँको टेलिफोनमा ९।१।१ थिच्नुभयो भने तपाइँले छिटो सहयोग पाउनुहुनेछ । तपाइँलाई साँच्चिकै व्यक्तिगत आपत आइलाग्यो भने मात्रै फोन गर्नुहोला ।

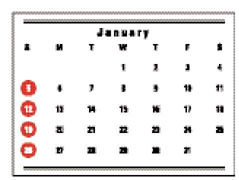


यसको अर्थ **नगर्नु** हो ।
चित्रमा देखाइए जस्तो नगर्नुस् ।

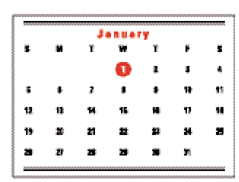
यसको अर्थ तपाइँ आफ्नो पैसा खेर फाल्दै हुनुहुन्छ ।
यस्तो कुरा गर्ने प्रयास नगर्नुस् ।



यस्तो प्रत्येक दिन गर्नुस् ।

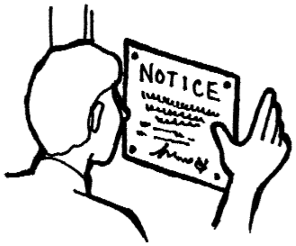


यस्तो हप्ताको एक पटक गर्नुस् ।

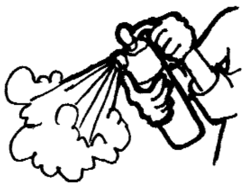


यस्तो महिनाको एक पटक गर्नुस् ।

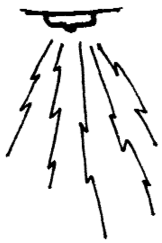
सामान्य चिज र तिनका नामहरु



खाली गर्ने सूचना



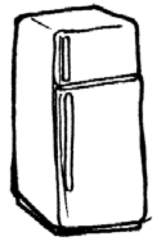
अग्नी नियन्त्रक
उपकरण



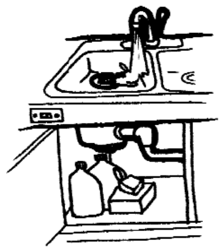
धुँवाको अर्लाम

फोहर फाल्ने भाँडा
रद्दी टोकरी
फोहर

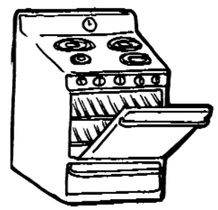
लुगा धुने
लुगा धुने मेसिन



रेफ्रिजेरेटर
फ्रिज

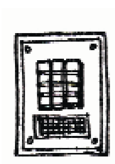


फोहर
फ्याँक्ने

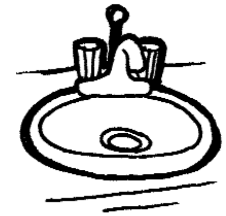


स्टोभ
रेञ्ज

डिसवासर



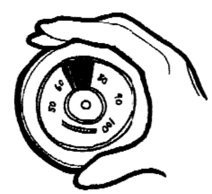
इन्टरकम



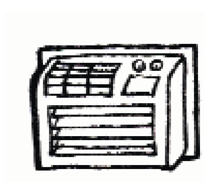
सिन्क
फउसेट

बाथटब
टब

शौचालय

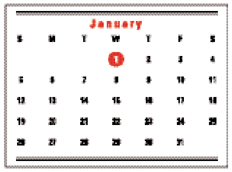


थर्मोस्टेट



झ्यालको एरसी
एअर कन्डिसनर

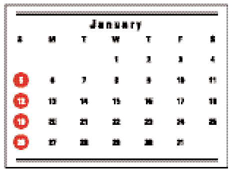
बिल भुक्तान

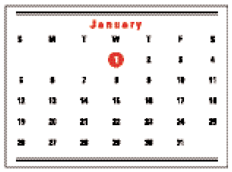


तपाइँले आफ्नो भाडा, युटिलिटी र अन्य बिलहरु समय मै ***हरेक महिना*** तिरी राम्रो क्रेडिट आर्जन गर्नु र त्यसलाई कायम राख्नुपर्छ। राम्रो क्रेडिटले तपाइँलाई एउटा नयाँ घर, कार किन्न वा कलेजको शिक्षाका लागि भुक्तान गर्न रकम उधारोमा लिन सहयोग हुनेछ। आफ्ना बिलहरु समय मै भुक्तान गर्नका लागि एउटा चेकलिस्ट प्रयोग गर्नुहोला।

कहिले पनि हुलाकबाट पैसा नपठाउनुस्।

तपाइँ घर सर्नुभन्दा अघि त्यहाँ कुनै सामान बिग्रेका वा बनाउन आवश्यक भए ती कुराहरु पहिचान गर्न र अभिलेख राख्न तपाइँ र तपाइँको केस म्यानेजर तपाइँको अपार्टमेन्ट म्यानेजरसहित अपार्टमेन्टमा जानु पर्नेछ । यसले तपाइँलाई तपाइँ बाहिरिनु हुँदा तपाइँको सुरक्षा धरौटी फिर्ता लिन सहयोग गर्छ ।





तपाइँको गलैँचालाई कम्तीमा हप्ताको एक पटक भ्याकुम क्लिनरबाट सफा गर्नुस् । पोखिएका सामानलाई साबुन र पानीबाट तत्काल सफा गर्नुस् । काठको भूँइ सातापिच्छे सफा बढार्नु पर्छ ।

उपकरणहरु बाहेक फर्निचर तपाइँ बाहिरिँदा तपाइँको सम्पति हुन सक्छ । यदि तपाइँले जतन गरी चलाउनु भयो भने यो धेरै समयसम्म टिक्न सक्छ । तपाइँको घरपति तपाइँका सबै फर्निचर र सामानहरु तपाइँ बाहिरिँदा लिएर जानुस् भन्ने चाहन्छ । यदि तपाइँलाई तपाइँले राख्न सक्ने फर्निचरका बारेमा कुनै प्रश्न छ भने तपाइँको लिज पढ्नुस् वा तपाइँको केस म्यानेजरसित कुरा गर्नुस् ।

तपाइँको अपार्टमेन्टमा पस्नुअघि जुत्ता फुकाल्नुस् । यसले तपाइँको गलैँचा सफा राख्न मद्धत गर्नुस् ।

गलैंचामा तरल पदार्थ नपोखाउनुस् । यसले भित्री तहसम्म भिजाउँछ र दाग बनाउँछ जुन हटाउन गाह्रो हुन्छ ।

पोखेको कुरा ***तुरुन्त*** सफा गर्नुस् ।
तपाईँले एअरोसोल रग क्लिनरको प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ, यसलाई तपाइँ ग्रोसरी स्टोरमा किन्न सक्नुहुन्छ ।

गलैंचामा कहिले पनि ब्लिच प्रयोग गर्नुस् ।

यदि तपाइँलाई दागको समस्या छ भने तपाइँको केस म्यानेजर वा अपार्टमेन्ट म्यानेजरसँग सल्लाहका लागि सम्पर्क गर्नुस् ।

बालबालिकाहरुलाई ड्रेप्स वा झ्यालको मुनि *नखेल्न* भन्नुहोला र भित्तामा केही *नखेल्न* भन्नुहोला ।

थप गम्भीर दागहरुका लागि तपाइँ अधिकांश ग्रोसरी स्टोरहरुमा पाइने रग क्लिनिङ मेसिन भाडामा लिनसक्नुहुनेछ ।

तपाइँका अपार्टमेन्टमा भएका सामानहरुप्रति होसियारी अपनाउन बालबालिकाहरुलाई सिकाउनु होला ।

फर्निचरमा चढ्न र उफ्रन उनीहरुलाई ***नदिनुस्*** ।

उडुसहरु

उडुसले टोकेको ठाउँ दुख्छ र रातो हुन्छ ।

सडकमा राखिएका फर्निचरहरु कहिले पनि उठाएर घरमा नल्याउनुस् ।

उडुसहरु फ्याब्रिकको पत्रमा, भित्ताको कापमा र गलैंचा र ओछ्यानमा बस्छन् । यदि तपाइँकहाँ उडुसहरु छन् भने तपाइँका सबै ओढ्ने ओछ्याउनेहरु साबुन र तातो पानीमा धुनुस् र तातो ड्रायरबाट सुकाउनुस्। म्याट्रेसहरु, फर्निचर, गलैंचाहरु र भित्ताका कापहरुमा भ्याकुम गर्नुस् र भ्याकुम ब्यागलाई बाहिर फोहर फाल्ने ठाउँमा फाल्नुस् ।

खाट र काउचहरुलाई भित्ताबाट सार्नुस् ।
तन्नालाई भूँइमा छुन नदिनुस् ।
तरल साबुन क्यानमा भरेर बेड फ्रेमको खुट्टामा राख्नुस् ।

खानाको तयारी

चक्कु प्रयोग गर्दा कटिंग बोर्ड प्रयोग गर्नुस् ।

यदि तपाईले काउन्टर टप बिगार्नुभयो भने तपाइँले यसको क्षतिपूर्ति दिनुपर्छ ।

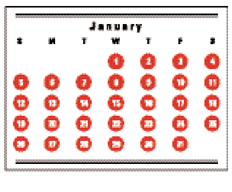
काउन्टर टपमा तातो प्यानलाई सीधै कहिल्यै नराख्नुस् ।

तातो प्याड प्रयोग गर्नुस् वा सुकेको कपडा तातो प्यान मुनि राख्नुस् ।

काउन्टर टपमा सीधै कहिले पनि नकाट्नुस् ।

भूँइमा कहिले पनि नकाट्नुस् ।

खाना सफाइ



काउन्टर टप्स प्रतिदिन सफा गर्नुस् ।

कहिले पनि खानालाई काउन्टरमा नछोपिकन खुल्ला नराख्नुस् । यसले किराहरु, मुसाहरुलाई र छुचुन्द्राहरुलाई आकर्षित गर्छ ।

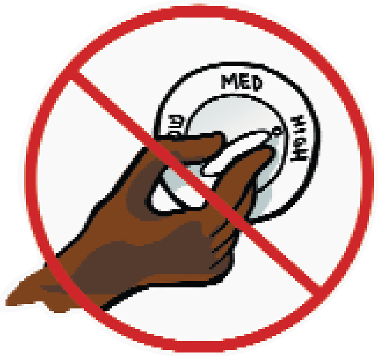
यदि त्यसो भयो भने तपाइँले त्यसको नियन्त्रणका लागि भुक्तान गर्नु पर्ने हुनसक्छ ।

खानालाई छोपेर रेफ्रिजेरेटरभित्र राख्नु राम्रो हुन्छ । रेफ्रिजेरेटरको भित्र साबुन र पानीले नियमित सफा गर्नुस् ।

तपाइँ बाहिरिनु हुँदा रेफ्रिजेरेटर सफा भएन भने तपाइँले शुल्क तिर्नु पर्ने हुन्छ ।

पकाउनु र तताउनु

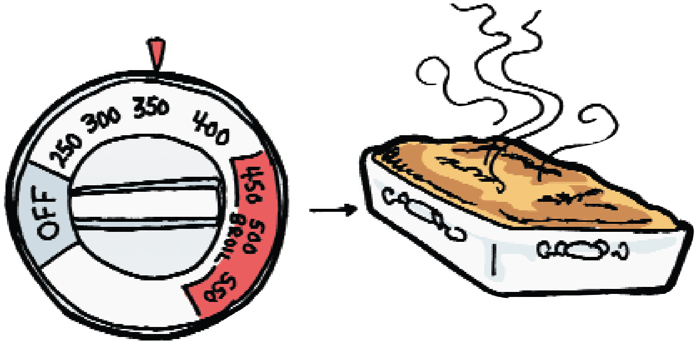
स्टोभको माथि खाना पकाउँदा सँधै मध्यम तापमा सुरु गर्नुस् । यदि तपाइँले उच्च तापमा सुरु गर्नुभयो भने तपाइँले खानालाई डढाउनु हुनेछ र प्यानमा टसाउनु हुनेछ । तपाइँले प्यानको मुनिको भाग समेत डढाउन सक्नुहुन्छ ।



तातो बर्नर र ओभन र्‍याकहरुले तपाइँलाई पोल्न सक्छ ।

स्टोभ वा ओभनमा भएका थाल र प्यानहरु समात्न सुकेको कपडा वा तातो प्याड प्रयोग गर्नुस् ।

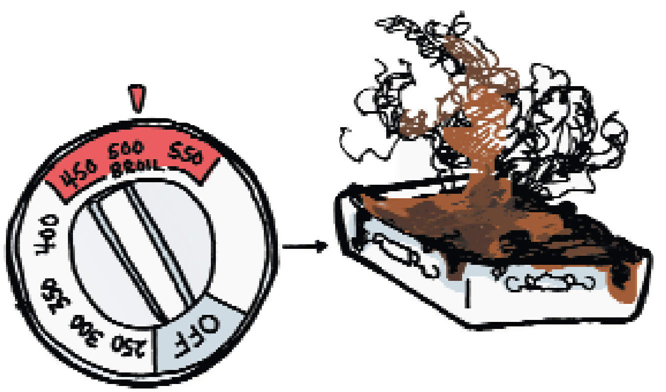
पकाउनु र तताउनु



अधिकांश कुरा पकाउन र बेक गर्न ओभनको प्रयोग गर्दा डायललाई ३५० मा सेट गर्नुस् वा पकवानको निर्देशनलाई पालन गर्नुस् ।

डायललाई सबैभन्दा माथि पुरयाउनुभयो भने तपाइँको खाना डढ्छ ।

पोखिएका कुराहरु ओभन वा स्टोभको माथिबाट चीसो हुने बित्तिकै सफा गर्नुस् ।



स्टोभ बर्नर्समा कहिले पनि खाना सीधै नपकाउनुस् ।

डिसवासर

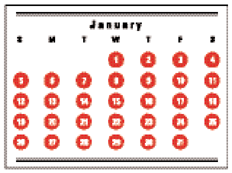
डिसवासरले भाँडा र सिल्भरवेयरमा भएका किटाणुहरुलाई मार्छ । यसले भाँडालाई सफा गर्ने वा फोहर डिस्पोजल गर्ने काम भने गर्दैन ।

सँधै बाँकी रहेका कुनै पनि खानेकुरालाई फोहर फाल्ने स्थानमा राख्नुस् र डिसवासरको प्रयोग गर्नुअघि भाँडा पखाल्नुस् ।

डिसवासरकालागि बनाइएको विशेष साबुन तपाइँले प्रयोग गर्नुपर्छ । यसलाई कपमा बढी नहाल्नुस् । कहिले पनि तरल साबुन र लन्डी डिटरजेन्ट डिसवासरमा नहाल्नुस् ।

भूँइ दिनहुँ बढार्नुस् र साप्ताहिक रुपमा साबुन र पानीले पुछ्नुस् ।

स्टोभ



ग्रिज र पोखिएका खानेकुरा ***तुरुन्त*** पुछ्नुस् र तपाइँको स्टोभ दिनहुँ सफा गर्नुस् ।

सिन्कको तल ग्रिज नराख्नुस् ।

यसलाई खाली बट्टामा हाल्नुस् र फोहर फ्याँक्ने भाँडामा राख्नुस् ।

पोखिएको वा डढेको खानेकुरा र ग्रिज खतरनाक हुन्छन् । यसको गन्ध नराम्रो हुन्छ र किराहरु, मुसाहरु, र छुचुन्द्राहरु यसले आकर्षित गर्छ ।

पोखिएको ग्रिजले लडाउन सक्छ ।

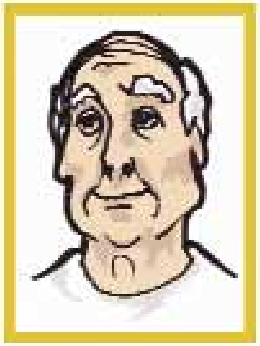
पोखिएको ग्रिजले आगो लगाउन सक्छ ।

सिन्क फोहर फ्याँक्ने ठाउँ

तपाईँको घरमा गार्बेज डिस्पोजल हुन सक्छ जसले उब्रेका खानेकुरालाई तह लगाउन सक्छ ।

डिस्पोजल प्रयोग गर्दाखेरी सँधै चीसो पानीको प्रयोग गर्नुस् ।

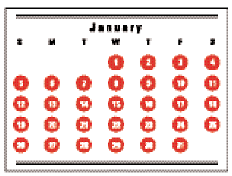
हड्डीहरु, अण्डाको बोक्रा, फलफूलका बियाँ, प्याजका बोक्रा, सेलेरी वा धातुलाई सिन्कमा वा डिस्पोजलमा नराख्नुस् ।



यदि तपाईँको फोहर फ्याँक्ने ठाउँ जाम भएको छ भने पानी सिन्कमा जम्मा हुनसक्छ । त्यसलाई बन्द गर्नुस् र तपाईँको अपार्टमेन्ट म्यानेजरलाई बोलाउनुस् ।

कहिले पनि आफ्नो हात डिस्पोजलमा नहाल्नुस् ।

गार्बेजरडम्पस्टर



तपाइँका अपार्टमेन्टमा रहेको फोहर फाल्ने भाँडामा फोहर राख्नुस् ।

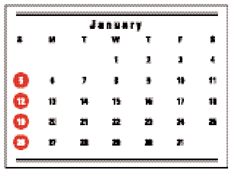
प्लास्टिकका फोहर ब्यागमा त्यसलाई लाइन लगाएर राख्नुस् ।

आफ्ना फोहरलाई नियमित रुपमा बाहिर सुरक्षित फोहरको भाँडो वा डम्पस्टरमा राख्नुस् । फोहरको गन्धले किराहरु, मुसाहरु, र छुचुन्द्राहरु आकर्षित गर्न सक्छ र तपाइँका छिमेकीहरुमार्फत् अपार्टमेन्ट म्यानेजरलाई गुनासो आउन सक्छ ।

कहिले पनि अपार्टमेन्टको प्रवेश हलमा फोहर नराख्नुस् ।

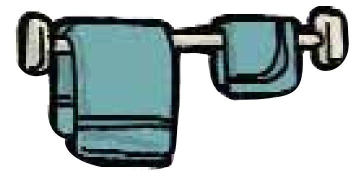
यदि तपाइँको समुदायमा रिसाइक्लिङ कार्यक्रम छ भने सामानहरु मिलाएर राख्न उनीहरुको निर्देशन पालन गर्नुस् ।

सामान्य सफाई

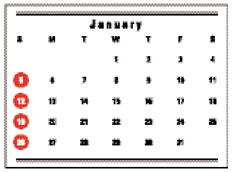


स्नानगृहलाई हप्तैपिच्छे सफा गर्नुपर्छ ।

यसमा भूँइ, शौचालयको भित्र र बाहिर, सिन्क, बाथटब वा सावर पनि पर्छ । कपाल वा अन्य सामान ढलबाट जान नदिनुस् ।

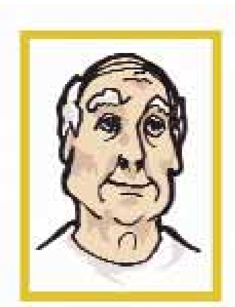


शौचालयका समस्या



शौचालयको भित्र र बाहिर साप्ताहिक रुपमा सफा गर्नुस् ।

भूँइमा रहेका पिसाबलाई तुरुन्त पुछ्नुस् ।



यदि तपाइँको शौचालय भरियो भने अपार्टमेन्ट म्यानेजरलाई तुरुन्त बोलाउनुस् ।

कहिले पनि महिलाका स्यानिटरी उत्पादनहरु, फोहोर, खानेकुरा, कागजका टवेलहरु, ठूलो परिमाणमा ट्वाइलेट पेपर वा अरु सामान शौचालयबाट जान नदिनुस् ।

आफ्ना बालबालिकाहरुलाई उनीहरुको खेलौना वा अन्य कुरा शौचालयमा खसालेर फ्लस नगर्न सिकाउनुस् ।

शौचालय सफा गर्नका लागि ब्रसको प्रयोग गर्नुस् ।

अरु कुनै पनि कामका लागि ट्वाइलेट ब्रस प्रयोग नगर्नुस् ।

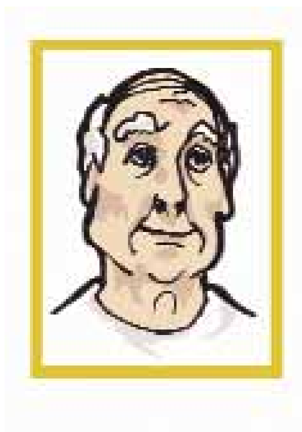
पानी चुहिनु र पोखिनु

संँधै बाथटबभित्रको भागमा सावर कर्टेन राख्नुहोला र संँधै भूँइमा पोखिएको पानी सफा गर्नुहोला ।

टबभित्र एउटा सुरक्षाका लागि म्याट राख्नाले चिप्लिनबाट बच्न सकिन्छ ।

तपाइँको शौचालय बन्द भएको छ वा चुहिएको छ भने आफ्नो अपार्टमेन्ट म्यानेजरलाई तुरुन्त बोलाउनुस् ।

तपाइँले उजुर गर्नुभएन भने पानीको क्षतिको मूल्य तपाइँले तिर्नुपर्नेछ ।



१. लुगाहरुलाई हलुका र गाढा रंगमा विभाजन गर्नुस् ।
२. लुगाको ट्यागमा फरक निर्देशन नभएसम्म न्यानो धुलाइरचीसो पखाल्ने सेटिंग प्रयोग गर्नुस् ।
३. मेसिन सुरु गर्नुस् र लन्डी डिटर्जेन्ट थप्नुस् अनि लुगाहरु राख्नुस् ।
४. वासिंग मेसिन वा ड्रायरभित्र लुगा प्याक नगर्नुस् ।
५. ड्रायरको लिन्ट फिल्टरलाई सँधै सफा गर्नुस् ।
६. आफ्ना लुगाहरुलाई त्यत्तिकै नछाड्नुस् ।

घरपतिले तपाइँको अपार्टमेन्टका लागि एउटा धुँवाको अर्लाम उपलब्ध गराउनै पर्छ ।

धुँवाको अर्लामले काम गर्ने हुनुपर्छ । यसले तपाइँको ज्यान जोगाउन सक्छ ।

यदि तपाइँको धुँवाको अर्लाममा ब्याटरी छ भने तपाइँले त्यसले काम गर्छ कि गर्दैन भनेर हेर्नुपर्छ र त्यसलाई वर्षको एक पटक परिवर्तन गर्नुपर्छ । तपाइँका लागि महत्वपूर्ण हुने दिनलाई छान्नुस् ।

धुँवाको अर्लामलाई कहिले पनि नहटाउनुस् र नफ्याँक्नुस् ।

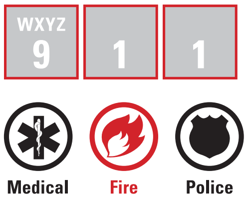
अगाडिपट्टी भएको बटन थिचेर धुँवाको अर्लामको परीक्षण गर्नुस् ।

यदि खाना पकाउँदा अर्लाम बज्यो भने त्यही बटन थिचेर त्यसलाई बन्द गर्नुहोला ।

यदि तपाइँको धुँवा अर्लामले काम गर्दैन भने तपाइँको अपार्टमेन्ट म्यानेजरलाई बोलाउनुस् ।

अग्नी नियन्त्रक उपकरण तपाइँको अपार्टमेन्ट वा भवनमा कता छ भनेर थाहा पाउनुस् र त्यसको प्रयोग कसरी गर्ने भन्ने सिक्नुस् ।

ग्रिजको आगोमा कहिले पनि पानी नफ्याँक्नुस् ।



१) यदि आगो सानो भने अर्को प्यान वा ढक्कनले छोपेर निभाउने प्रयास गर्नुस् ।

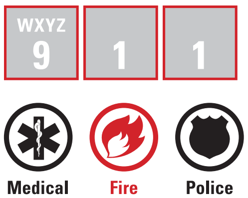
२) यदि आगो निकै ठूलो छ भने अग्नि नियन्त्रक उपकरण तपाइँलाई देखाइए जस्तै गरी उपयोग गर्नुस् ।

प्रयोग गरिसकेपछि तपाइँको अपार्टमेन्ट म्यानेजरले अग्नी नियन्त्रक उपकरणलाई चार्ज गर्नुपर्छ ताकि अर्को पटक तपाइँलाई आवश्यक पर्दा त्यसले काम गरोस् ।

यदि तपाइँलाई आगो निभाउन सकूँला जस्तो लागेन भने

भवनबाट सबै मानिसलाई बाहिर निकाल्नुस् र ९११ मा फोन गर्नुस् ।

जीवन सामानभन्दा बढी महत्वपूर्ण हुन्छ ।



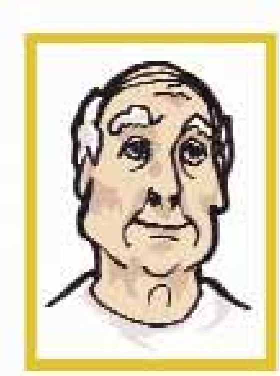
यदि आगो नियन्त्रण गर्न नसकिने ठूलो छ भने ९११ मा फोन गर्नुस् ।

यदि सक्नुहुन्छ भने बाहिर निस्कनुस् । धुँवाबाट बच्न सक्दो झुक्नुस् र धुँवा श्वाससँगै नतान्ने प्रयास गर्नुस् । सक्नुहुन्छ भने छिमेकीहरुलाई सूचित गर्नुस् । आगलागी हुँदा भाग्नका लागि ***कहिले पनि*** एलिभेटर प्रयोग नगर्नुस् बरु भर्‍याङ प्रयोग गर्नुस् ।

यदि तपाईंको ढोका तातो छ भने त्यसलाई नखोल्नुस् । भूँइतल्लाको झ्याल वा आगो लाग्दा भाग्ने ठाउँबाट भाग्नुस् वा सहयोगका लागि झ्यालमा कुरेर बस्नुस् । भिजेको रुमाल ढोकामा राख्नुस् ताकि धुँवाभित्र नआओस् र श्वास फेर्नका लागि भिजेको लुगा प्रयोग गर्नुस् ।

हलवेज र साझा क्षेत्रहरु सफा भएन भने जोखिमपूर्ण हुन्छ र तपाईँलाई आपतकालमा फँसाउन सक्छ ।

आफ्नो अपार्टमेन्टका साझा क्षेत्रहरुलाई सफा र सुरक्षित बनाउनाले तपाइँका छिमेकीहरुलाई खुसी पार्न पनि सहयोग गर्छ ।



ढोका र झ्यालका स्क्रिनहरु बालबालिका र पाल्तु जनावरलाई घरभित्रै राख्न र किराहरु र अरु जनावरलाई बाहिरै राख्नका लागि महत्वपूर्ण हुन्छ ।

यदि तपाइँका स्क्रिनहरु च्यातिएका वा हराएका छन् भने तपाइँको अपार्टमेन्ट म्यानेजरलाई बोलाउनुस् ।

WXYZ 9 1 1

Medical Fire Police

कोही नराम्रोसँग घाइते भएको छ भने ९११ मा फोन गर्नुस् ।

उद्धार कर्मचरीहरु तुरुन्तै तपाइँलाई सहयोग गर्न आउने छन् ।

उनीहरुले समस्याका बारेमा पत्ता लगाएपछि उनीहरुले नै तपाइँलाई अस्पताल लानका लागि एम्बुलेन्स आवश्यक पर्छ कि पर्दैन भनी निर्णय गर्न सहयोग गर्नेछन् ।

केही कुरा छन्, जसका लागि तपाइँले शुल्क तिर्नुपर्ने हुनसक्छ ।

अमेरिकी चुरोटहरु तपाइँले नपिउँदा पनि बलिरहन्छन् ।

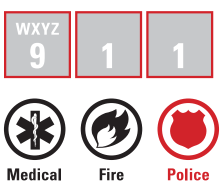
फाल्नुअघि चुरोट बलेको छैन भन्ने कुरामा सँधै ध्यान दिनुस् ।

तपाइँको अपार्टमेन्टमा जल्यो भने तपाइँलाई शुल्क तिराइनेछ ।

ओछ्यानमा हुँदा धूमपान नगर्नुस् वा अरु कुनै पनि त्यस्तो ठाउँमा जहाँ तपाइँ निदाउन सक्नुहुन्छ ।

आफ्ना बालबालिका वा गर्भवती महिला वरपर धूमपान नगर्नुस् ।

वयस्क र बालबालिकाहरुले आफ्नो ढोका कहिले पनि अनलक गर्नुहुँदैन वा तपाइँले नचिनेका मासिनलाई भित्र पस्न दिन इन्टरकमको प्रयोग गर्नुहुँदैन ।



यदि तपाइँले मानिसहरुले चोरी गर्दै गरेको देख्नुभयो भने ९११ मा फोन गर्नुस् ।

सँधै आफ्नो ढोका बन्द राख्नुस्, तपाइँ घरमा हुनुहुन्छ भने पनि । सुरक्षाका लागि आफ्ना झ्यालहरु बाहिर जानु अघि बन्द गरेर लक गर्नुस् ।

अपरिचितहरुलाई आफ्नो लबीको ढोकाबाट तपाइँसँगै आउन नदिनुस् ।

यदि तपाइँले आफ्ना साँचोहरु बिर्सनु भयो र तपाइँ अपार्टमेन्ट बाहिर लक हुनुभयो भने घरपतिले तपाइँको ढोका खोलिदिँदा ५० डलर वा त्योभन्दा बढी शुल्क लाग्नसक्छ ।

यदि तपाइँले साँचो हराउनु भयो भने अर्को साँचो लिन त्यो भन्दा बढी रकम लाग्न सक्छ ।

अपरिचितहरुलाई भित्र पस्नु अघि आफ्नो परिचय देखाउन भन्नुहोस्, युनिफर्ममा आएकालाई पनि त्यस्तै गर्नुस् ।

आफ्ना पत्रहरु पढ्नुस् र जरुरी कागजपत्रलाई सुरक्षित स्थानमा राख्नुस् ।

केही कुरा बुझ्नुभएन भने आफ्नो केस म्यानेजरलाई सहयोगका लागि बोलाउनुस् ।

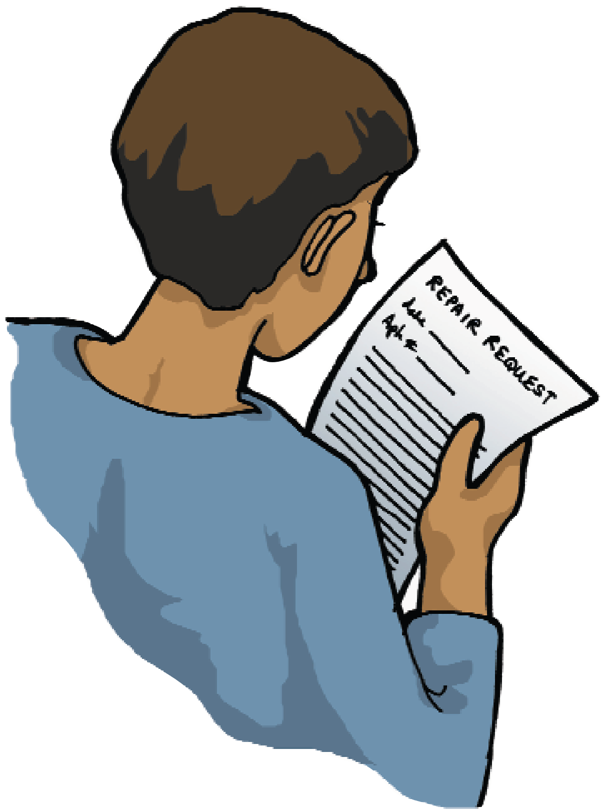
आफ्नो मेलबक्स दिनहुँ खोल्नुस्। काम नलाग्ने चिठीपत्रहरु लबीको भूँइमा नफाल्नुस् ।

यदि तपाइँको ढोकामा कुनै सूचना राखिएको छ भने तपाइँले <u>तुरुन्त</u> त्यसको प्रतिक्रिया जनाउनु पर्छ ।

खाली गर्ने सूचना यसरी दिने गरिन्छ ।

घरपतिलाई मर्मत गर्नुअघि अक्सर लिखित सूचना दिनुपर्छ। मर्मत अनुरोधको प्रयोग गर्नुस् वा सहयोगका लागि तपाइँको केस म्यानेजरसित सम्पर्क गर्नुस्।

www.refugeehouse.org वेबसाइटमा भएको मर्मत फाराम तपाइँ प्रयोग गर्नसक्नुहुन्छ।



मेरो शौचालय बन्द भएको छ।

My toilet is clogged.

मेरो गार्बेज डिस्पोजलले काम गर्दैन।

My garbage disposal doesn't work.

मेरो फसेट चुहिन्छ।

My faucet leaks.

मेरो स्टोभले काम गर्दैन।

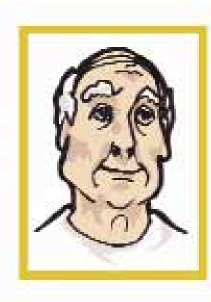
My stove doesn't work.

मेरो स्क्रिनहरु मर्मत गर्नुपरेको छ।

My screens need repair.

अधिकांश मानिसरु राति १० बजेतिर सुत्ने गर्छन् । कृपया आफ्ना बालबालिकाहरुलाई शान्त राख्नुस् । कुराकानी सानो स्वरमा गर्नुस् र राति १० बजेदेखि बिहान आठ बजेसम्म चर्को स्वरमा संगीत नबजाउनुस् ।

तपाइँले हल्लासम्बन्धी आफ्नो घरपतिको नियमलाई पालना गर्नुपर्नेछ । यी नियमहरु तपाइँको लिजमा भेट्टाउन सकिन्छ ।



यदि तपाइँको तपाइँका छिमेकीहरुसित असहमति भयो भने आपसमा सुल्झाउनु प्रयास गर्नुस् । यदि सक्नुभएन भने आफ्नो केस म्यानेजर वा अपार्टमेन्ट म्यानेजरको सहयोग माग्नुस्।

कुनै अपार्टमेन्टहरुमा पाल्तु जनावरको अनुमति हुन्छ । तर कुन कुन जनावरलाई अनुमति छ भन्नेमा प्रष्ट हुनुहोला ।

भाडामा बस्नेहरुले सामान्यतया ताप, विद्युत र एअरकन्डिसनरको शुल्क तिर्ने गर्छन् । यी युटिलिटीहरुनिकै महँगो हुन सक्छन् ।

आफ्नो युटिलिटी बिल कम गर्नका लागि तलका निर्देशनहरुको पालना गर्नुस् ।

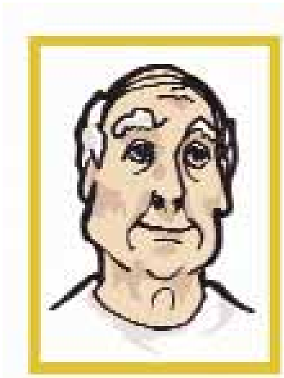
थर्मोस्टेटले तपाइँको अपार्टमेन्टमा तापक्रमलाई नियन्त्रण गर्छ । यसलाई जाडोमा ६५ र ७५ एन डिग्रीमा र गर्मी याममा ७० देखि ७५ डिग्रीमा सेट गर्नुपर्छ, यदि तपाइँसित एअर कन्डिसनर छ भने ।

थर्मोस्टेटलाई सबैभन्दा माथि सेट गर्दैमा तातो छिटो ***आउँदैन*** र यदि तपाइँले त्यसलाई तल ल्याउन बिर्सनुभयो भने धेरै रकम लाग्न सक्छ ।

यदि फर्नेस वा एअरकन्डिसन चलिरहेको छ भने झ्याल बन्द गर्नुपर्छ ।

आफ्नो अपार्टमेन्ट छाड्दा सँधै अधिकांश बत्ती र विद्युतीय यन्त्रहरु बन्द गर्नुस् ।

एउटा वा दुई वटा बत्ती बालेर छाड्नुस् ताकि चोरहरुले घरमा कोही छ भन्ने ठानून् ।



ताप खुला रहेको बेला कहिले पनि झ्याल खुला नराख्नुस् ।

बन्द ढोका वा झ्यालबाट हावा आएको महसूस गर्नुहुन्छ भने आफ्ना घरपतिलाई भन्नुस् र जाडो हटाउन वेदर स्ट्रिपिङ थप्न लगाउनुस् ।

मोजा लगाउने, लामो प्यान्ट र बाहुलासहितको टप वा थप लुगा लगाउनाले तपाईँलाई न्यानो पार्छ र यो ताप बढाउनु भन्दा सस्तो पर्छ ।

तापको लागि कहिले पनि स्टोभ वा ओभन प्रयोग नगर्नुहोला ।

जतिसक्दो संभव रेफ्रिजेरेटरको ढोकालाई बन्द गर्नुस् ।

ढोका खुला राख्नाले विद्युत खेर जान्छ र यसले खानेकुरा बिग्रन सक्छ, जसका कारण तपाइँ बिरामी हुन सक्नुहुन्छ ।

संक्षेपमा

१) आफ्ना बिलहरुको भुक्तान गर्नुस् ।

२) आफ्ना सामानहरु सफा राख्नुस् ।

३) आफ्ना सम्पतिको ध्यान राख्नुस् ।

४) आगो र अन्य आपतकालीन कुरामा के गर्ने भनेर राम्रोसित जान्नुस् ।

५) हुलाकबाट आएका पत्र र सूचनाहरु पढ्नुस् ।

६) राम्रो छिमेकी बन्नुस् ।

७) उर्जा खेर नफाल्नुस् ।

आफ्ना बिलहरुको भुक्तान गर्नुस् ।

आफ्ना सम्पतिको ध्यान राख्नुस् ।

राम्रो छिमेकी बन्नुस् ।

आगो र अन्य आपतकालीन कुरामा के गर्ने भनेर राम्रोसित जान्नुस् ।

आफ्ना सामानहरु सफा राख्नुस् ।

उर्जा खेर नफाल्नुस् ।

हुलाकबाट आएका पत्र र सूचनाहरु पढ्नुस् ।

यो प्रोजेक्टका मुख्य साझेदारहरु हुन्:

Jennifer Gueddiche, Program Director of the African Community Center; Scott Robbins, Refugee Housing Project Manager for Mercy Housing; and Carol Kimball, Artist, with interns Jennifer Harden and Zara Tenore.

Mercy Housing

1999 Broadway, Suite 1000, Denver, CO 80202
Phone: 303-830-3300 Fax: 303-830-3301
www.mercyhousing.org www.refugeehouse.org

Nepali 5 08