



हेल्प मी ग्रो ओहायोभरी गर्भवती महिलाहरू, साना बच्चाहरू र परिवारहरूका लागि एक सहायता व्यवस्था हो। सेवा र सहायता घरमा गएर वा चाँडो हस्तक्षेप गरेर उपलब्ध गराइन्छन्।

Nepali



Ohio

Department of Health

हेल्प मी ग्रो होम भिजिटिङ्ग (एच.भि.) एउटा स्वैच्छिक, घर आधारित कार्यक्रम हो जो तपाईंको परिवारलाई सित्तैमा प्रदान गरिन्छ। हाम्रा होम भिजिटरहरू सुप्रशिक्षित पेसावालहरू हुन् जसले सहानुभूतिपूर्ण दृष्टिकोण अपनाउँछन् र गर्भावस्थाको बेलामा जानकारी र सहायता प्रदान गर्दछन्, अनि तपाईंलाई एक मातापिताको रूपमा तपाईंको बच्चाको विकासको महत्त्वपूर्ण समय प्रारम्भिक वर्षहरूमा हुर्काउने दक्षता, उपकरणहरू, तथा आत्मविश्वासद्वारा सशक्त पार्दछन्।

#### कसलाई सिफारिस गरिनु पर्दछ?

गर्भवती महिलाहरू र साना बच्चाहरू भएका परिवारहरू।

#### तपाईंले के अपेक्षा गर्न सक्नुहुन्छ?

एकपल्ट तपाईंको परिवारलाई सिफारिस गरिएपछि तपाईंका लागि एउटा होम भिजिटर नियुक्त गरिने छ। हेल्प मी ग्रो होम भिजिटरले तपाईंको गर्भावस्था र बच्चाको विकासबारे तपाईंका लागि सबैभन्दा जरुरी विषयहरूमाथि सहानुभूतिपूर्ण सहायता र विश्वसनीय जानकारीहरू प्रदान गर्नेछन्। त्यो चाहे स्वस्थ गर्भावस्थाका लागि तपाईं के गर्न सक्नुहुन्छ भन्ने कुरा होस्, वा तपाईंको रोइरहेको नानीलाई कसरी शान्त गराउने, निद्राको व्यवस्थापन (तपाईंको समेत!) कसरी गर्ने, तपाईंका चिन्ताहरूको कसरी समाधान गर्ने, र तपाईंका आवश्यकताहरूको आधारमा तपाईंलाई सामुदायिक स्रोतहरूसित कसरी जोड्ने भन्ने कुरा होस्। हामीले तपाईंको र तपाईंको बच्चाका लागि के सबैभन्दा राम्रो छ भन्ने विषयमा तपाईंले आफै निर्णय गर्नका लागि प्रोत्साहित गर्दछौं।

#### होम भिजिटिङ्गका फाइदाहरू:

**स्वस्थ जन्म परिणाम** – होम भिजिटिङ्गमा सहभागिता गरेका गर्भवती महिलाहरूमा कम तौलका शिशुहरू जन्मने दर 48% रह्यो।

**बच्चाहरूको स्कूलका लागि तयारीमा वृद्धि**: होम भिजिटिङ्गमा सहभागिता गरेका बच्चाहरूले तेस्रो ग्रेड पठन र गणित उपलब्धि जाँचहरूमाफत पहिला 25% धेरै अङ्क प्राप्त गरे।



Ohio

Department of Developmental Disabilities

हेल्प मी ग्रो अर्लि इन्टरभेन्शन (इ.आइ.)-ले विकासगत ढिल्याइँ र अक्षमता रहेका साना बच्चाहरूका परिवारलाई सहायता गर्छ। इ.आइ. सेवाहरू सामान्यतः तपाईंको घर वा तपाईंको परिवारले समय बिताउने अन्य ठाउँहरूमा उपलब्ध गराइन्छ, र यिनले तपाईंको बच्चाको सिकाइ र विकासलाई बढाउनमा तपाईंको सक्षमतालाई विकसित गर्दछ।

#### कसलाई सिफारिस गरिनु पर्दछ?

जन्मदेखि तीन वर्ष सम्मका शिशु र बालखाहरूलाई जब उनीहरूमा विकासगत वा स्वास्थ्यसम्बन्धी चिन्ताहरू हुन्छन् जसको कारण उनीहरूको विकास प्रभावित हुने सम्भावना हुन्छ।

#### तपाईं के अपेक्षा गर्न सक्नुहुन्छ?

सिफारिस गरिएपछि, तपाईंको स्थानीय इ.आइ. कार्यक्रमले तपाईंको परिवारका लागि एकजना सेवा समन्वयक नियुक्त गर्नेछ। तपाईंका सेवा समन्वयकले तपाईंको लागि प्राथमिक इ.आइ. सम्पर्कको रूपमा काम गर्नेछ र इ.आइ.मा तपाईंको यात्रामा तपाईंको परिवारलाई सहायता गर्नेछ। तपाईंको बच्चा इ.आइ.-निम्ति योग्य छ भने तपाईंका सेवा समन्वयकले बच्चा र परिवारको मूल्याङ्कन पूरा गर्नमा तपाईंको सहमति लिनेछ। तपाईंको इ.आइ. टीमले तपाईंका बच्चाका चासोहरू र सक्षमताहरू अनि तपाईंको परिवारका दिनचर्या र प्राथमिकताहरूबारे थप जानकारी हासिल गर्नेछ। उनीहरूले यी जानकारीहरूको प्रयोग तपाईंले हासिल गर्न चाहनुहुने परिणामहरू विकसित गर्नमा प्रयोग गर्नेछन्। यी परिणामहरू तपाईंको परिवारको इन्डिभिडुअलाइज्ड फेमली सर्भिस प्लान (आइ.एफ.एस.पि.) अर्थात् विशिष्ट परिवार सेवा योजनाको हिस्सा बन्नेछ। तपाईंको आइ.एफ.एस.पि.-का परिणामहरू तपाईंको परिवारको वास्तविक दिनचर्या र गतिविधिहरूका साथ तपाईंको बच्चा वा परिवारले के गर्न चाहनुहुन्छ भन्ने आधारमा लेखिने छ। उनीहरूले तपाईंका आफ्नै शब्दहरूको प्रयोग गर्नेछन् र तपाईंको परिवारको लागि के महत्त्वपूर्ण छ भन्नेमाथि ध्यान केन्द्रित गर्नेछन्। आइ.एफ.एस.पि.-ले तपाईंले चाहेअनुसारका परिणामहरू हासिल गर्नमा मद्दत गर्न कुन सेवा वा सेवाहरूको आवश्यकता पर्छ भनेर पनि बताउनेछ।

#### अर्लि इन्टरभेन्शनका फाइदाहरू:

हालैका वर्षहरूमा, ओहायोका 95% मातापिताहरूले, जसका बच्चाहरूलाई इ.आइ.-मा सेवा प्रदान गरिएको थियो, उनीहरूका बच्चाहरूलाई नयाँ कुराहरू र नयाँ सिपहरू सिक्नमा बढी राम्ररी सहयोग गर्न सकेको बताएका छन्। त्यतिनै संख्यामा उनीहरूले आफ्ना बच्चाका आवश्यकताहरू अरूलाई बताउनमा इ.आइ.-ले मद्दत पुऱ्याएको बताएका छन्।

के तपाईं गर्भवती हुनुहुन्छ वा सानो बच्चाको हुर्काइरहनुभएको छ?

यी कार्यक्रमहरूबारे थप जानकारी हासिल गर्न वा साइन-अप गर्नका लागि तपाईंले 1-800-755-GROW (4769)-मा कल गर्न सक्नुहुन्छ। हेर्नुहोस् [www.helpmegrow.org](http://www.helpmegrow.org)

के तपाईंलाई आफ्नो बच्चाको विकासबारे कुनै चिन्ता छ?