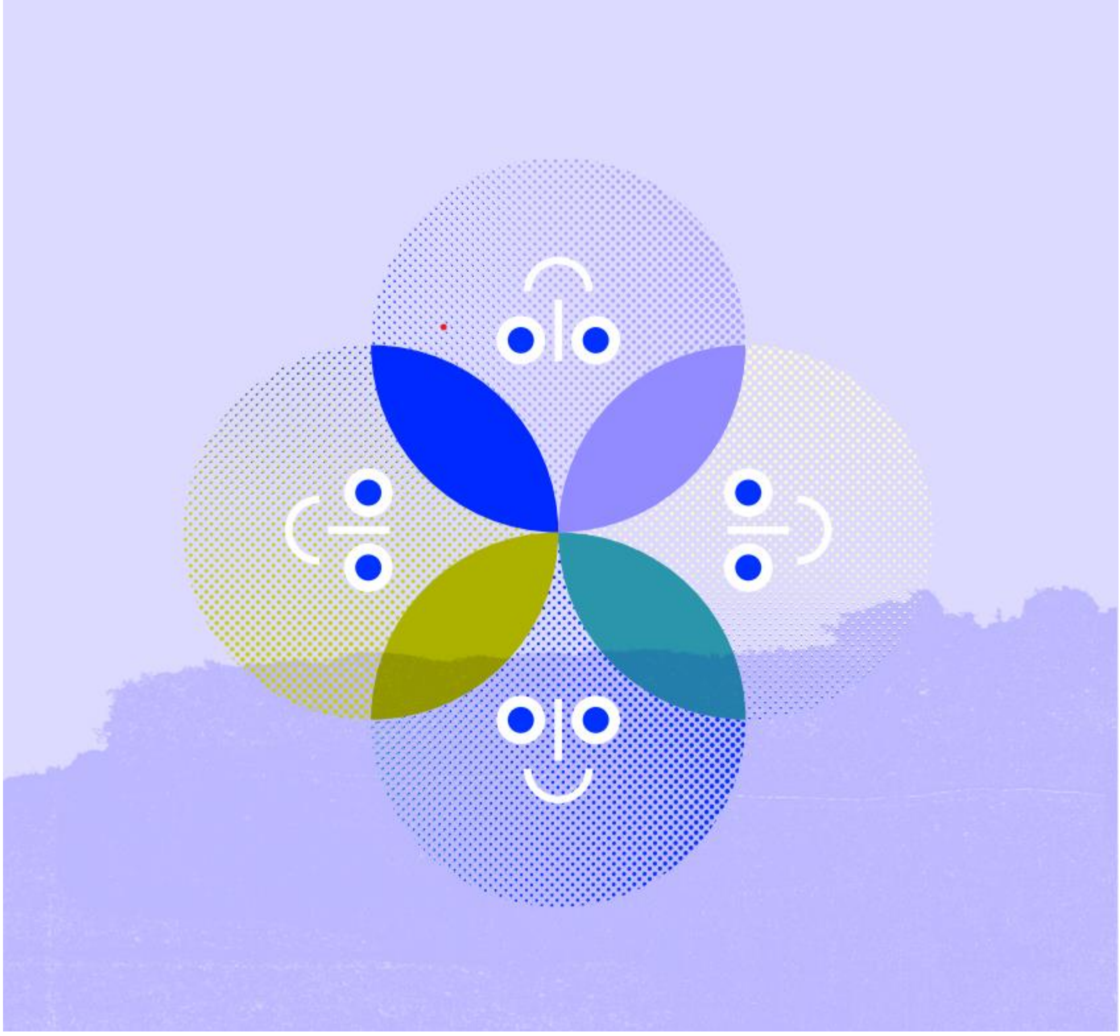
ہم عمر افراد کا ایک اچھا معاونتی گروپ چلانا

گروپ میں شمولیت کو یقینی بنانا



FUNDED BY NIHR | National Institute for Health and Care Research
Obesity UK
LEEDS BECKETT UNIVERSITY OBESITY INSTITUTE

This project is funded by the NIHR Programme Development Grants (NIHR205214). The views expressed are those of the authors and not necessarily those of the NIHR or the Department of Health and Social Care

ایک محفوظ اور جامع ماحول بنانے کے لیے، یہ ضروری ہے کہ نئے ممبران سے اس بارے میں پوچھا جائے کہ ان کو رسائی کی کون سی ضروریات درکار ہو سکتی ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ کسی شخص سے اس بارے میں مزید تفصیل معلوم کرنے کے لیے بالمشافہ گفتگو کرنا کہ آپ ان کی رسائی کی ضروریات کو کیسے پورا کر سکتے ہیں۔ درج ذیل حکمت عملیوں پر غور کرنا مفید ہو سکتا ہے:

- جسمانی معذوری کے ساتھ زندگی بسر کرنے والے شخص کے لیے ایک موزوں ترتیب، مثلاً ہموار رسائی۔
- آرام دہ اور مناسب نشستوں کا انتظام۔
- کمرے کے اندر اچھی روشنی کا انتظام۔
- ایک خاموش جگہ۔
- ہم عمر افراد کے معاونتی گروپ کے آن لائن سیشنز کے لیے بہتر آواز اور بصری معیار۔
- جہاں ممکن ہو، آن لائن سیشنز کے لیے اپنے منتخب کردہ مواصلات کے آن لائن پلیٹ فارم پر کلوزڈ کیپشنز یا ٹرانسکرپشنز کا استعمال کرنا۔ Zoom کا استعمال کرتے ہوئے ایسا کرنے کے طریقے کے بارے میں معلومات حاصل کرنے کے لیے، دیکھیں Zoom Support، 'کلاؤڈ ریکارڈنگز کے لیے آڈیو ٹرانسکرپشن استعمال کرنا': https://support.zoom.com/hc/en/article?id=zm_kb&sysparm_article=KB0064927#h_01EHA52NVDQD5YSESWWF1XAQM8
- جہاں ممکن ہو، سیشن کے بعد نوٹس فراہم کرنے کی پیشکش کرنا۔
- ضرورت پڑنے پر، آن لائن سیشنز کے دوران گروپ کے ممبران کو مواصلت کے لیے چیٹ باکس استعمال کرنے کی اجازت دینا۔
- جہاں ممکن ہو، ایک مترجم یا برطانوی اشاروں کی زبان کا ترجمان فراہم کرنا۔
- ان لوگوں کو زیادہ تفصیل میں معلومات سمجھانے کے مواقع پیدا کرنا جنہیں سمجھنے میں زیادہ معاونت کی ضرورت ہو سکتی ہے۔
- گفتگو کے ایسے موزوں موضوعات کا انتخاب کرنا جو گروپ سے متعلقہ ہوں۔ لوگوں کو گروپ کے اندر زیرِ بحث لائے جانے والے موضوعات کا انتخاب کرنے کا اختیار دینا اس سلسلے میں معاون ہو گا۔
- سیشن کے آغاز میں یا اس سے پہلے گفتگو کے منتخب کردہ موضوعات کا زبانی یا تحریری تعارف دینا۔
- Obesity UK (اوبیسٹی UK) ضرورت پڑنے پر برابری، تنوع اور شمولیت کے حوالے سے مزید تربیتی وسائل فراہم کر سکتا ہے۔