ਮੂਵਿੰਗ ਔਨ ਅਪ

ਇਹ ਵੈਬਸਾਇਟ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਲਗ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਭ ਬਦਲਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਇਟ ''ਮੂਵਿੰਗ ਔਨ ਅਪ'' ਕਹਿਲਾਉਦੀ ਹੈ
ਇਹ ਖਾਸਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹੈ ਜੇਕਰ :
ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਮਨੁੱਖ ਹੋ
ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਜਾਤ-ਸੰਬੰਧੀ ਅਲਪ-ਸੰਖਿਅਕ ਸਮੁਦਾਯ ਤੋਂ ਆਉਂਦੇ ਹੋ
ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਜੋ ਇੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਮਨੁੱਖ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪੀ.ਐੱਸ. : ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰਿਵਾਰ, ਸਿੱਖਿਅਕ, ਮਦਦਗਾਰ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਵੀ ਇਸਨੂੰ ਵੇਖਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਨ !

ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਸਾਇਟ ਹਰ ਇੱਕ ਲਈ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਕੁਝ ਲੋਕ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਦਾ ''ਪ੍ਰਯੋਗ'' ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਇਹ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਹਰ ਸਮੇਂ ਇਸ ਸਾਇਟ 'ਤੇ ਦੂਜੀਆਂ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰ ਸਕੀਏ ਪਰ ਉਹ ਇਸਨੂੰ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਹਰ ਭਾਗ ਵਿੱਚ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਕਰਨ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਵੱਖੋ ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ।

ਸਾਇਟ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ
ਉੱਤੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਬਟਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸਾਇਟ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਰਾਹ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਡੀ ਸਾਇਟ ਲਈ ਚਿੰਨ੍ਹ ਆਤਸ਼ਬਾਜ਼ੀ ਹੈ ; ਆਤਸ਼ਬਾਜ਼ੀਆਂ ਲਿਸ਼ਕਦੀਆਂ ਅਤੇ ਉੱਤੇਜਕ ਹਨ, ਸਾਇਟ ਲਿਸ਼ਕਦੀ ਅਤੇ ਉੱਤੇਜਕ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਜੀਵਣ ਲਿਸ਼ਕਦਾ ਅਤੇ ਉੱਤੇਜਕ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ !

ਸਾਇਟ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਖੋ-ਵੱਖ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਪੰਨੇ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਣ ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਇਹ ਹਨ :

ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ
ਖਾਲੀ ਸਮਾਂ
ਸੁਆਸਥ ਅਤੇ ਸਲਾਮਤੀ
ਧਨ ਅਤੇ ਫ਼ਾਇਦੇ
ਹਾਉਸਿੰਗ
ਸੱਭਿਅਤਾ

ਹਰ ਇੱਕ ਦੀ ਆਪਣੀ ਇੱਕ ਖਾਸ ਤਸਵੀਰ ਅਤੇ ਰੰਗ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੀ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਾਇਟ 'ਤੇ ਕਿੱਥੇ ਹੋ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ 'ਬਦਲਾਵ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਕੀ ਮਤਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ?
ਬਦਲਾਵ ਦਾ ਮਤਲਬ ਆਪਣੇ ਜੀਵਣ ਦੇ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਬਦਲਾਵ ਦੀ ਅਸੀਂ ਗੱਲ੍ਹ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਤੋਂ ਇੱਕ ਬਾਲਗ ਜਾਂ ਇੱਕ ਵਿਕਸਿਤ ਮਨੁੱਖ ਬਨਣ ਦਾ ਬਦਲਾਵ ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਸਮਾਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਵੱਧਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਬਨਾਉਣ ਲਗ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਣ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ

ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਵੈਬਸਾਇਟ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਕੁਝ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਜੀਵਣ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਮਾਂ : ਉਤਸਾਹਪੂਰਣ, ਡਰਾਵਣਾ/ਦਹਿਲਾਉਣ ਵਾਲਾ, ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਠੀਕ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਸਭ ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਅੱਗੇ ਵੱਧਣ ਲਈ ਸਹੀ ਰਾਹ ਲੱਭਣ ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋਵੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਦਲਦੀਆਂ ਹਨ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਲਗ ਹੋਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੁਣ ਕਰਨਗੇ। ਤੁਹਾਡੇ 'ਚੋਂ ਕੁਝ ਹੁਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋਵੋਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ : ਨਵੇਂ ਮਿੱਤਰ ਬਣਾਓਗੇ, ਨੌਕਰੀ ਲੱਭੋਗੇ, ਕੁਝ ਧਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ, ਸੁਅਸਥ ਰਹੋਗੇ, ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਛੁੱਟੀਆਂ 'ਤੇ ਜਾਵੋਗੇ, ਰਹਿਣ ਲਈ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ, ਪਿਆਰ ਵਿੱਚ ਪਵੋਗੇ, ਨਵੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਿੱਖੋਗੇ। ਸੋਚਣ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਹੈ।

ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮਝਣਗੇ ? ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹ ਲੋਕ ਮਿਲਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇੱਥੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗੱਲ੍ਹ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਸੀਂ 'ਕਾਲੇ ਅਤੇ ਜਾਤ-ਸੰਬੰਧੀ ਅਲਪ-ਸੰਖਿਅਕ ਸਮੁਦਾਯ' ਜਾਂ 'ਬੀ.ਐਮ.ਈ. ਸਮੁਦਾਯ' ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ 'ਬੀ.ਐਮ.ਈ. ਸਮੁਦਾਯ' ਤੋਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਾਲਗ ਹੋਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਔਖਾ ਲੱਗੇ। ਸ਼ਾਇਦ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਧਰਮ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਜੀਵਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਓਹੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸਾਰੇ ਅਵਸਰਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਪਤਾ ਨਾ ਚੱਲੇ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਬਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਰਿੜ ਵਿਚਾਰ ਹੋਣ। ਉਹ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਹੋਣ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਹੋਰ ਚਿੰਤਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੰਗੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਹ ਇੰਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਕੁਝ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਟ੍ਰਾਂਜੀਸ਼ਨ ਪਲੈਨ ਕਹਿਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਲ 9 ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ 14 ਸਾਲ ਦੇ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਪਲੈਨ ਸ਼ੁਰੂ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ। ਯੋਜਨਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਬਣਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਜਿੰਨਾਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਹੋਵੇ ਓਨਾਂ ਹੀ ਚੰਗਾ ਹੈ? ਤੁਹਾਡੇ ਟ੍ਰਾਂਜੀਸ਼ਨ ਪਲੈਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਉਹ ਲੋਕ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਮਝਦੇ ਹੋਣ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ੍ਹ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਮੀਟਿੰਗਸ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੇਕਰ ਉਹ ਹਰ ਸਮੇਂ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਉਹ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਓਨੇ ਚਿੰਤਤ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਸਭ ਕੁਝ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯੋਜਿਤ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ ਮਿੱਤਰ
ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਕੋਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚੰਗੇ ਵਿਚਾਰ ਹੋਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਬੇਹਤਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਪੁਰਾਣੇ ਮਿੱਤਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂਨੂੰ ਕੀ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਨਵੇਂ ਵਿਚਾਰ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਉੇਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ !

ਤੁਹਾਡੇ ਸਿੱਖਿਅਕ
ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਜਾਣਦੇ ਹੋਣਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਚੰਗੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਰੁਚੀਆਂ ਕੀ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਆਸਥ ਕਰਮਚਾਰੀ
ਤੁਹਾਡੀ ਕਿਸੇ ਸੁਆਸਥ ਸਮੱਸਿਆ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਇਹ ਦੱਸਣ ਵਿੱਚ ਸਮਰੱਥ ਹੋਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉੇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਬਾਰੇ ਸੁਝਾਵ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।
ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਾਜਕ ਕਾਰਜਕਰਤਾ
ਉਹ ਲੋਕ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਤੁਹਾਡੇ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਦੇ ਜੀਵਣ ਵਿੱਚ ਬੇਹਤਰੀਨ ਮਦਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਹੋਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚੇਆਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਾਲਗ ਸੇਵਾਵਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੇਖਣ ਲਈ ਉਪਯੋਗੀ ਸਾਇਟਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਹੈ। ਇੰਨ੍ਹਾਂ 'ਚੋਂ ਸਭ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਅਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਇਸਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਉਹ ਵੇਖਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

www.connexions-direct.com

www.oneforus.com/

www.after16.org.uk

www.cafamily.org.uk

http://www.trans-active.org.uk/

http://www.scie.org.uk/publications/tra/index.asp

www.myfuturechoices.org.uk