(शीर्षक डालें) बच्चों की देखभाल के बारे में जानना चाहते हैं?
सही निर्णय लेने में आपकी मदद करने के लिए श्योर स्टार्ट निर्देशिका

परिचय (Introduction)

बच्चों की देखभाल के अपने विकल्पों को जानें और एक जानकारी भरा निर्णय लें। इस पुस्तिका में बच्चों की देखभाल के बारे में जानकारी और आरंभिक शिक्षा के विकल्प, फायदे और सलाहें हैं।

विषयसूची

पृष्ठ		पृष्ठ	
1	**परिचय (Introduction)**	**16**	**इसकी लागत कितनी होगी? (How much will it cost?)**
1	बच्चों की देखभाल और आरंभिक शिक्षा आपकी और आपके बच्चे की मदद कैसे कर सकती है	16	लागत संबंधी सहायता
2	कम खर्चीली चाइल्डकेयर	18	इसकी लागत कितनी होगी? एक संक्षिप्त निर्देशिका
2	**आपके विकल्प (Your choices)**	**10**	**चयन करना और व्यवस्था करना (Choosing and Arranging)**
3	बच्चों का ध्यान रखने वाले	11	चाइल्डकेयर का चयन करने और व्यवस्था करने में क्या करें और क्या न करें
4	आया और दूसरे घरेलू चाइल्डकेयर कर्मी	11	किन बातों का ध्यान रखना है
5	डे नर्सरी	12	उन्हें शांत करना
6	नर्सरी स्कूल और क्लास	12	बढ़ते हुए सीखना
7	प्री–स्कूल या प्लेग्रुप्स	14	उत्कृष्ट चाइल्डकेयर
8	श्योर स्टार्ट चिल्ड्रेन्स सेंटर	15	अगर आपके बच्चे में कोई विकलांगता है या उसकी विशिष्ट शैक्षणिक आवश्यकताएं हैं
9	बच्चों की स्कूल आधारित देखभाल		
20	**काम और परिवार में संतुलन कायम करना (Balancing work and family)**	**23**	**जानकारी कहां ढूंढें (Where to find info)**
20	किसको क्या मिलता है?	24	संपर्क
21	काम या अध्ययन की ओर लौटना	28	अनुक्रमणिका
21	काम करने का लचीला तरीका		
22	क्या आप बच्चों की देखभाल में किसी नौकरी के बारे में सोच रहे हैं?		
23	श्योर स्टार्ट, चाइल्डकेयर और आरंभिक वर्षों का भविष्य		

क्या आप बच्चों की देखभाल के बारे में जानना चाहते हैं?

बच्चों की देखभाल संबंधी निर्णय चुनौतीपूर्ण और खर्चीले लग सकते हैं। श्योर स्टार्ट ने निर्णय लेने में आपकी मदद करने के लिए यह पुस्तिका निकाली है। अगर अभी आप अपने बच्चे को चाइल्डकेयर केंद्र में छोड़ने के लिए तैयार नहीं हैं, तो भी इस बारे में अभी सोचना शुरू करना वाजिब है। इसमें कई विकल्प हैं, लेकिन आपके लिए सही कौन–सा है? चुनने और आगे बढ़ने का काम कैसे करें?

बच्चों की देखभाल और आरंभिक शिक्षा आपकी और आपके बच्चे की मदद कैसे कर सकती है

आजकल कई प्रकार की परिवार व्यवस्थाएं होती हैं, सबकी अपने समय और आय के अनुसार अलग–अलग जरूरतें और मांगें होती हैं। आपको यह पता लगाना होगा कि–व्यक्तिगत और आर्थिक दोनों दृष्टि से–आपके लिए सर्वश्रेष्ठ व्यवस्था कौन–सी है।

आपके लिए फायदे

• चाइल्डकेयर के अच्छी गुणवत्ता वाले कई अलग–अलग विकल्प मौजूद हैं जिन्हें आप अपनी दिनचर्या, कार्यकाल, अध्ययन या प्रशिक्षण के उपयुक्त बनाने के लिए मिला–जुलाकर आजमा सकते हैं। अपने और अपने बच्चे के लिए सही चयन करने में सहायता के लिए, देखें पृष्ठ 8.
• काम करने के लचीले तरीके से आपको चाइल्डकेयर और अध्ययन दोनों के लिए समय निकालने का मौका मिलेगा (विस्तृत जानकारी के लिए, देखें पृष्ठ 21)।
• चाइल्डकेयर को और सस्ता बनाने के लिए सरकार की तरफ से भी सहायता मिलती है, चाहे आप काम कर रहे हों या नहीं। क्या उपलब्ध है और आप उसके लिए कैसे दावा कर सकते हैं, यह जानने के लिए पृष्ठ 58 पर शुरू हो रहा 'लागत संबंधी सहायता' सेक्शन देखें।

आपके बच्चे के लिए फायदे

• अच्छी गुणवत्ता का चाइल्डकेयर और आरंभिक शिक्षा प्राथमिक स्कूल में आपके बच्चे को एक प्रगतिशील शुरुआत देगी, क्योंकि यह बेहतर शैक्षिक, भावनात्मक और सामाजिक विकास का समर्थन करती है।
• अच्छी गुणवत्ता हर परिवेश में पाई जा सकती है – मसलन, उनमें जहां:– कुछ कर्मचारियों को आरंभिक वर्षों की मान्यता प्राप्त योग्यता हासिल हो; – प्रबंधक एक प्रशिक्षित शिक्षक हो; – कर्मचारियों में प्रशिक्षित शिक्षक हों; –वयस्कों का बच्चों के साथ सक्रिय और करीबी संबंध हो; और – जहां स्पष्ट शैक्षणिक लक्ष्य हों।
• अच्छी गुणवत्ता वाली चाइल्डकेयर और आरंभिक शिक्षा प्राप्त बच्चे 7 वर्ष की आयु में अंग्रेजी और गणित के केएस1 राष्ट्रीय मूल्यांकन में अच्छा

प्रदर्शन करते हैं।

• जो बच्चे अच्छी गुणवत्ता वाली व्यवस्थाओं में जाते हैं, प्राथमिक स्कूल के आरंभ पर उनके ज्यादा स्वतंत्र होने, ध्यान केंद्रित करने में अधिक सक्षम होने और अधिक सामाजिक होने की अधिक संभावना होती है।
• अंशकालिक देखरेख पूर्णकालिक देखरेख जितनी ही अच्छी है।
• आप चाहे किसी भी किस्म के चाइल्डकेयर का चुनाव करें, आप जो घर पर करते हैं उसका आपके बच्चे के विकास पर वास्तविक प्रभाव पड़ सकता है। अच्छी गुणवत्ता वाली चाइल्डकेयर और आरंभिक शिक्षा के साथ–साथ, आप अपने बच्चे के विकास में इन तरीकों से मदद कर सकते हैं;– उनके लिए कुछ पढ़कर; – गीत और नर्सरी राइम्स सिखा कर; – उनके साथ अक्षरों और संख्याओं का खेल खेलकर; – चित्रकारी और रंग भरने के द्वारा; – उन्हें पुस्तकालय ले जाकर; और – उनके लिए घर पर दोस्तों के साथ खेलने के अवसर पैदा करके।

उच्च गुणवत्ता के चाइल्डकेयर के बारे में ज्यादा जानकारी के लिए **www.surestart.gov.uk** पर जाएं।

कम खर्चीला चाइल्डकेयर
तलाश करना शुरू करने से पहले, यह सोच लेना आसान है कि ''छोड़ो चाइल्डकेयर को, मैं इसका खर्चा नहीं उठा सकता''। कई लोग सोचते हैं कि अच्छी गुणवत्ता का चाइल्डकेयर और आरंभिक शिक्षा काफी मोटी कीमत पर मिलती है और सिर्फ अमीर लोगों के लिए होती है। लेकिन, यहां यह ध्यान कर लेना उपयोगी होगा कि आपकी आर्थिक स्थिति कुछ भी हो, कई विकल्प मौजूद होते हैं। ज्यादातर परिवारों को शुरुआत से ही लागत संबंधी मदद मिलती है, और नियोक्ताओं की लगातार बढ़ती संख्या भी चाइल्डकेयर से संबंधित सहायता उपलब्ध करा रही है (देखें पृष्ठ 16)। आश्चर्य की बात तो यह है कि ऐसे कई फायदे हैं जिनपर यूके में कई कामकाजी परिवार इसलिए दावा नहीं करते क्योंकि वे उनके बारे में जानते ही नहीं या समझते हैं कि वे उनके योग्य नहीं। उनको गंवा देने से आपके विकल्पों पर भारी प्रभाव पड़ेगा। कौन सी चीजें उपलब्ध हैं, और आप उन्हें प्राप्त करने के योग्य हैं या नहीं, इसकी एक महत्वपूर्ण सूची देखने के लिए, देखें पृष्ठ 20.

आप जिस टैक्स क्रेडिट के अधिकारी हैं उसे प्राप्त करें
दस में से नौ परिवार टैक्स क्रेडिट के लिए योग्य होते हैं। आपको कितनी राशि प्राप्त होगी यह आपकी परिस्थितियों पर निर्भर करता है। आप कितना पा सकते हैं यह जानने के लिए और ऑनलाइन दावा करने के लिए इस साइट पर जाएं **www.inlandrevenue.gov.uk/taxcredits**

चाइल्ड टैक्स क्रेडिट (CTC) एक बच्चे के लिए यह 32 पाउंड साप्ताहिक से ज्यादा का है और ज्यादा बच्चों के लिए यह बढ़ जाता है। 58,000 पाउंड (या 66,000 पाउंड, अगर एक बच्चा एक वर्ष से कम उम्र का है) आय वाले परिवार अपनी परिस्थितियों के आधार पर सहायता के अधिकारी हो सकते हैं। अगर आपका बच्चा किसी विकलांगता से पीड़ित है तो आपको अतिरिक्त सहायता मिल सकती है।
वर्किंग क्रेडिट टैक्स (WTC)। यह कम आय वाले लोगों को वेतन पर दी जाने वाली एक अतिरिक्त राशि है और काम करने वाले अभिभावकों या काम करने वाले विकलांग लोगों के लिए उपलब्ध है। डब्ल्यूटीसी के बारे में पूरी जानकारी के लिए देखें पृष्ठ 16.

वर्किंग टैक्स क्रेडिट का चाइल्डकेयर संबंधी घटक। इसका लक्ष्य होता है बाल देखरेख की कीमत को चुकाने में कामकाजी अभिभावकों की मदद करना। पंजीकृत या अनुमोदित चाइल्डकेयर के लिए आप द्वारा दिये जाने वाले हर 1 पाउंड पर आप एक निश्चित सीमा तक 70 पेनी का दावा कर सकते हैं। वर्किंग टैक्स क्रेडिट (WTC) के चाइल्डकेयर संबंधित घटक के बारे में पूरी जानकारी के लिए देखें पृष्ठ 16.

तीन और चार वर्ष के सभी बच्चों के लिए निशुल्क अंशकालिक प्रारंभिक शिक्षा
तीन और चार वर्ष के सभी बच्चे निशुल्क अंशकालिक प्रारंभिक शिक्षा के अधिकारी हैं जिसका अर्थ आपके लिए भारी बचत हो सकता है। एक निशुल्क अंशकालिक स्थल का अर्थ है कि आपके बच्चे को वर्ष में 33 सप्ताह, सप्ताह में पांच दिन, हर दिन ढाई घंटे प्रारंभिक शिक्षा उपलब्ध कराई जाएगी। यह आपके बच्चे के तीसरे जन्मदिन के बाद आने वाले राष्ट्रीय तौर पर निर्धारित सत्र से उपलब्ध होती है।

यह अंशकालिक स्थल इनमें से कोई भी हो सकता है : किसी राजकीय या निजी नर्सरी स्कूल में स्कूल नर्सरी कक्षाओं में – डे नर्सरियों में – प्लेग्रुप्स या प्री–स्कूल में – बच्चों की देखरेख करने वालों के साथ जो किसी अनुमोदित चाइल्डमाइंडर नेटवर्क के अंग हैं। यह जानने के लिए कि अपने बच्चे की निःशुल्क शिक्षा का दावा कैसे करें, चाइल्डकेयरलिंक के जरिये अपनी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) **0800 096 02 96** पर संपर्क करें।

और जानकारी के लिए....अंतर्देशीय राजस्व और टैक्स क्रेडिट हेल्पलाइन पर 0845 300 3900 पर कॉल करें। अगर आप टेक्स्टफोन इस्तेमाल करते हैं तो नंबर है **0845 300 3909**। आप **www.inlandrevenue.gov.uk/taxcredits** पर ऑनलाइन आवेदन भी कर सकते हैं।

आपके विकल्प (Your choices)
हर प्रकार के चाइल्डकेयर के कुछ फायदे और कुछ नुकसान होते हैं, और आपको यह पता करना पड़ेगा कि कि काम करने के घंटों, बजट, आदि के आधार पर आपके और आपके परिवार के लिए कौन सा विकल्प सबसे उपयुक्त है। लेकिन पहला कदम होता है यह ढूंढना कि कौन सी चीज आपके सबसे करीब उपलब्ध है।

एक के बाद एक तमाम सेवाएं महज चाइल्डकेयर ही नहीं मुहैया करा रही हैं – वे पूरे समुदाय की सहायता कर रहीं हैं। आपकी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) आपको बता सकती है कि क्या उपलब्ध है – आपको अपने क्षेत्र में कोई न कोई मिल जाएगा। वे विभिन्न प्रकार की सभी स्थानीय चाइल्डकेयर और आरंभिक शिक्षा सेवाओं की ताजा सूची रखते हैं। सूची में दर्ज पंजीकृत चाइल्डकेयर कर्मियों या स्थलों की ऑफिस फॉर स्टैंडर्ड्स इन एजुकेशन (ऑफ्स्टेड) द्वारा नियमित तौर पर जांच होती है ताकि आप सुरक्षा और मानकों के बारे में निश्चिंत हो सकें (देखें पृष्ठ 14)। संपर्क संबंधी जानकारियों के साथ ही CIS आपको खुलने के घंटों, आयु सीमा, पार्किंग सुविधा और कीमतों जैसी दूसरी उपयोगी जानकारियां भी देगा।

ज्यादा जानकारी के लिए.... अपनी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस के फोन नंबर के लिए **0800 096 02 96** पर चाइल्डकेयरलिंक को कॉल करें

या इस साइट पर जाएं **www.childcarelink.gov.uk**

बच्चों की देखरेख करने वाले
तथ्य

• पंजीकृत बच्चों की देखरेख करने वाले आम तौर पर आपके बच्चे का ध्यान अन्य बच्चों के साथ, अपने घर में रखते हैं।
• उन्हें अपने बच्चे समेत आठ वर्ष से कम उम्र के बच्चों का ध्यान रखने की इजाजत है – लेकिन उनमें से केवल तीन ही पांच वर्ष से कम के हो सकते हैं।
• स्वरोजगार के कारण, काम करने के घंटे वे ही तय करते हैं। ज्यादातर सुबह, शाम और सप्ताहांत के साथ अंशकालिक काम करने के इच्छुक होते हैं – वे स्कूल से लाकर छोड़ने/ले आने, और छुट्टियों के लिए बिलुकुल उपयुक्त होते हैं।
• सभी बच्चों की देखरेख करने वालों के लिए प्राथमिक उपचार समेत एक बुनियादी प्रशिक्षण कोर्स पूरा करना होता है और उन्हें आगे का प्रशिक्षण और पेशेवर विकास करने के लिए प्रयास अवश्य करना चाहिए।

अच्छी गुणवत्ता वाली देखभाल को लेकर मैं आश्वस्त कैसे हो सकता हूं?

बच्चों की देखरेख करने वालों को पंजीकृत होना चाहिए और ऑफिस फॉर स्टैंडर्ड्स इन एजुकेशन (ऑफस्टेड, देखें पृष्ठ 50) द्वारा उनकी जांच होनी चाहिए, जो घर और बच्चों की देखरेख करने वालों की नियमित जांच करता है। इसके अतिरिक्त, बच्चों की देखरेख करने वाले के घर में रह रहे और काम कर रहे सभी वयस्कों (16+) पर निगरानी रखी जाएगी और उनके स्वास्थ्य की जांच होगी। सभी के पास चाइल्डकेयर की योग्यता नहीं होती। जब आप किसी बच्चों की देखरेख करने वाले से मिल लेते हैं और उसका साक्षात्कार ले लेते हैं तब आपको यह अहसास हो पाता है कि वह आपके बच्चों के लिए उपयुक्त है या नहीं (किन गुणों की तलाश करनी है यह जानने के लिए देखें पृष्ठ 42)।

इसका खर्च कितना होगा?

अपने बच्चे की देखरेख करने वाले के साथ घंटे, नियम और शर्तें आपको तय करनी पड़ेगी (देखें पृष्ठ 3)। दरें एक इलाके से दूसरे इलाके में बदल जाती हैं और प्रति बच्चा औसतन 2.50 पाउंड (लंदन में 3 पाउंड) हो सकती हैं। तुलनात्मक कीमतों के लिए देखें पृष्ठ 60.

क्या यह मेरे लिए ठीक है?

• मुझे लचीलेपन वाली देखभाल चाहिए क्योंकि मैं अनियमित वक्त से काम करता हूं जो सामान्य सुबह 8 से शाम 6 बजे वाले नर्सरी दिवस के अनुरूप नहीं होता।
• मैं चाहता हूं कि मेरे बच्चे की देखभाल किसी पारिवारिक घर में हो।
• मैं चाहता हूं कि मेरे बच्चे का एक ही देखभालकर्ता हो
• मेरे अलग–अलग उम्र के बच्चे हैं और यह महत्वपूर्ण है कि उनकी देखभाल एक साथ हो।
• मुझे क्या चाहिए मैं यह अच्छी तरह बता सकता हूं।
• बच्चों के बड़े समूहों के साथ घुलना–मिलना अभी कोई प्राथमिकता नहीं है।

अपने बच्चों की देखरेख करने वाले से ये प्रश्न पूछें

आप कितने समय से बच्चों की देखरेख कर रहे हैं?
आपको क्या अतिरिक्त प्रशिक्षण मिला है?
आपको यह काम क्यों पसंद है?
आप इसे कितने समय तक करना चाहते हैं?
मेरे बच्चे के साथ दूसरे बच्चे कैसे रहेंगे, और वे कितने बड़े हैं?
क्या मुझे उन दूसरे अभिभावकों के फोन नंबर मिल सकते हैं जिनके लिए आप काम करते हैं, ताकि मैं संदर्भ जान सकूं?
क्या आपने कोई गुणवत्ता बीमा योजना ली है?
क्या आप किसी चाइल्डमाइंडर नेटवर्क से संबंध रखते हैं?
क्या आप बीमारी के दिनों की भी फीस लेते हैं?
यह देखने के लिए कहें कि क्या घर के सभी कमरे साफ और सुव्यवस्थित हैं।
आपका बच्चा कहां सोएगा? यह निश्चित करें कि वह जगह शांत है।
आप दिन कैसे बिताते हैं और दूसरे बच्चों की दिनचर्या मेरे बच्चे की दिनचर्या से कैसे मेल खाएगी? सामान्य बातें जानें, जैसे वह खरीदारी/बैंकिंग/घरेलू काम कब करता या करती है।
क्या आप दिन में कहीं बाहर घूमने जाते हैं? कहां?
क्या आपकी कार की सीटें सही ढंग से फिट की गई हैं?
आप बच्चों को किस प्रकार की खाने और पीने की चीजें देते हैं?
क्या आप बच्चों की प्रगति की फाइल रखते हैं?
क्या आप एक ट्रायल रन (मान लीजिए कि दो सुबहों के लिए) तैयार होंगे ताकि यह पता लगाया जा सके कि चीजें सही ढंग से काम करने वाली हैं या नहीं? बच्चों की देखरेख करने वाले अधिकांश लोग इस पर राजी हो जाते हैं।

ये भी याद रखें....

चाइल्डकेयर कर्मी के हाल के पंजीकरण, सार्वजनिक दायित्व और प्राथमिक उपचार प्रमाणपत्र की मांग करें।
यह जांच लें कि सभी कमरों और बगीचे का बीमा है, वरना आपका बच्चा उन क्षेत्रों से बाहर रखा जाएगा।
कौन आता और जाता है?
पूछें कि घर में और कितने वयस्क रहेंगे।

खिलाने, सिखाने, टीवी देखने और अनुशासन नीतियों पर सहमति बनाएं।
किसी भी सौदे में घंटे, वेतन, बीमारी और छुट्टी के वेतन संबंधी बातें होनी चाहिए (देखें पृष्ठ 11)।

अगर आपके बच्चे की देखरेख करने वाला किसी चाइल्डमाइंडर नेटवर्क का अंग है तो वह निशुल्क प्रारंभिक शिक्षा दे सकता है।

और जानकारी के लिए...अपनी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) के लिए चाइल्डकेयरलिंक को **0800 096 02 96** पर कॉल करें या **www.childcarelink.gov.uk** पर संपर्क करें, जिनके पास आपके इलाके में बच्चों की देखरेख करने वालों की पूरी सूची होगी।
या **0800 169 4486** पर नेशनल चाइल्डमाइंडिंग एसोसिएशन को कॉल करें।
या **www.ncma.org.uk** पर चाइल्डमाइंडर नेटवर्क के बारे में और जानकारी के लिए संपर्क करें।

आया और दूसरे घरेलू देखभालकर्ता

तथ्य

- आयाओं और दूसरे घरेलू देखभालकर्ताओं को आप आम तौर पर अपने घर में ही बच्चों की देखभाल के लिए रखते हैं।
- वे असामान्य काम के घंटों के साथ भी सामंजस्य बिठा लेते हैं, और अंशकालिक काम करते हैं या यहां तक कि साथ भी रहते हैं। कुछ घर में अतिरिक्त काम (खाना पकाना, साफ–सफाई करना, आदि) करने को भी राजी हो सकते हैं।
- साझा आयाएं आपके लिए और दूसरे परिवार के लिए काम करती हैं।
- ज्यादातर आयाओं और दूसरे घरेलू चाइल्डकेयर कर्मियों के पास मान्यता प्राप्त चाइल्डकेयर योग्यता या नर्सरी नर्स प्रशिक्षण होता है, लेकिन यह जरूरी नहीं है।
- हजारों अभिभावक अब चाइल्डकेयर कर्मियों को वेतन देने के लिए आर्थिक समर्थन के अधिकारी हैं अगर वे चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम द्वारा अनुमोदित हैं – देखें पृष्ठ 14.

मैं अच्छी गुणवत्ता वाली देखभाल को लेकर निश्चिंत कैसे हो सकता हूं?

कुछ आयाओं और घरेलू चाइल्डकेयर कर्मियों की ऑफ्स्टेड द्वारा जांच नहीं होती। लेकिन, आश्वस्त करने वाली खबर यह है कि आयाएं और दूसरे घरेलू चाइल्डकेयर कर्मी नई चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम के लिए आवेदन कर सकते हैं (विस्तृत जानकारी के लिए देखें पृष्ठ 14) और उन्हें मंजूरी प्राप्त करने से पहले बुनियादी शर्तों को पूरा करना होगा।

इस पर कितना खर्च आएगा?

घंटों, उनके अनुभव, आप कहां रहते हैं और क्या वे साथ रहते हैं, इन बातों के आधार पर वेतन 127 पाउंड से 400 पाउंड प्रति सप्ताह तक होती हैं। आपको उनके टैक्स और राष्ट्रीय बीमा अंशदान भी देने होंगे। दूसरी कीमतों में छुट्टी और बीमारी भत्ता, आपातकाल के लिए मोबाइल फोन और उन्हें अपने कार बीमा में शामिल करना शामिल है, अगर आप चाहते हैं कि वे आपकी पारिवारिक कार चलाएं।

क्या यह मेरे लिए ठीक है?

- मुझे किसी ऐसे व्यक्ति की जरूरत है जो मेरी दिनचर्या और जीवनशैली के साथ सामंजस्य बिठा ले।
- मैं चाहता हूं कि इस बात में मेरी पर्याप्त दखल हो कि मेरे बच्चे की देखभाल कैसे हो रही है – वे क्या करते हैं, वे कब सोते हैं, आदि।
- मेरे अलग–अलग उम्र के बच्चे हैं जिनकी देखभाल होनी है – इस तरह से वे साथ रह सकते हैं और यह कम खर्चीला होगा।
- मेरा बच्चा अपने घर में ही ज्यादा खुश रहेगा (और अपने ही बिस्तर में, अगर मैं घर देर से आता हूं, आदि)
- मुझे किसी पूर्णकालिक व्यक्ति की जरूरत है क्योंकि मेरा बच्चा स्कूल नहीं जाता।
- मैं कानूनी और आर्थिक जिम्मेदारी खुशी–खुशी उठाऊंगा।
- किसी और के मेरे साथ रहने के विचार से मुझे कोई समस्या नहीं (और मेरे पास जगह भी है)

अपनी आया या दूसरे घरेलू चाइल्डकेयर कर्मी से पूछे जाने वाले सवाल

आपके पास क्या योग्यता या प्राशिक्षण है?
क्या आपको चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम से मंजूरी प्राप्त है?
आपके पास किस प्रकार का अनुभव है?
आपको अपने काम में मजा क्यों आता है?
आप इस विशेष काम को ही क्यों करना चाहती हैं?
आप मेरे बच्चे के दिन को कैसे व्यवस्थित करेंगी? और विकास लक्ष्य प्राप्त करने में उनकी मदद कैसे करेंगी?
क्या आप खाने और दिन की डायरी रखेंगी?
आप मेरे बच्चे को बाहर कहां ले जाना चाहेंगी?
जल्दी शुरू करने/देर से खत्म करने के बारे में आप क्या सोचती हैं?
क्या आप शाम को भी बच्चे का ध्यान रख सकती हैं?
शौच प्रशिक्षण, खाने, सही और गलत का भेद करना सिखाने पर आपकी नीति क्या है?

अगर साथ रहती है :

आप अपना दिन कैसे बिताएंगी? ब्वॉयफ्रेंड्स के ठहरने, और धूम्रपान करने और टेलीफोन का इस्तेमाल करने के मामलों में आपको स्पष्ट होने की जरूरत है।

ऑ पेयर्स

ऑ पेयर्स सामान्यतः तमाम यूरोपीय देशों से आने वाली अविवाहित युवा औरतें (कभी–कभी पुरुष) होती हैं। वे अंग्रेजी पढ़ने इंग्लैंड आती हैं, किसी परिवार के साथ रहती हैं और प्रतिदिन अधिकतम पांच घंटे घर के कामों में मदद करती हैं। बदले में, उन्हें दो दिनों की छुट्टी मिलती है, और एक साप्ताहिक भत्ता (करीब 50 पाउंड), भोजन और उनका अपना कमरा मिलता है। ऑ पेयर्स पंजीकृत नहीं होते और आम तौर पर बच्चों के साथ काम करने के लिए प्रशिक्षित भी नहीं होते, इसलिए छोटे बच्चों की देखभाल के लिए उन्हें अनुपयुक्त समझा जाता है, लेकिन स्कूल के बाद की देखभाल के लिए वे एक सस्ता विकल्प हैं।

यह भी याद रखें...

उनका प्राथमिक उपचार प्रमाणपत्र (क्या यह नया है?) और चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम पत्र देखने की मांग करें।
सभी बातें लिखित में तय कर लें (घंटे, नौकरी का विवरण, रोजगार की अवधि, बीमारी/छुट्टी का वेतन आदि। देखें पृष्ठ 11)।
किसी भी दुर्घटना की स्थिति में आपको एंप्लॉयर्स इंडेम्निटी बीमा कराना चाहिए।
अगर आप किसी आया का चुनाव कर रहें हैं, तो हमेशा किसी प्रतिष्ठित आया एजेंसी का प्रयोग करे और संदर्भों की जांच कर लें। कम से कम दो पिछले नियोक्ताओं से बात करें।
अगर आपकी आया साथ में रहती है, तो आप से उम्मीद की जाएगी कि आप उन्हें उनके वेतन के अतिरिक्त एक कमरा और भोजन दें।

और पता करें....

चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम की विस्तृत जानकारी के लिए देखें पृष्ठ 14 या इस साइट पर जाएं **www.childcareapprovalscheme.co.uk**
वर्किंग फैमिलीज़ हेल्पलाइन पर **0800 013 0313** पर कॉल करें या इस साइट पर जाएं **www.workingfamilies.org.uk**
आया साझेदारी रजिस्टर वाली स्थानीय शाखाओं के लिए नेशनल चाइल्डबर्थ ट्रस्ट को **0870 444 8707** पर कॉल करें।
'नैनी पैक' के लिए प्रोफेशनल एसोसिएशन ऑफ नर्सरी नर्सेज़ (PANN) को **01322 372 337** पर कॉल करें।
'आया की जरूरत है' निर्देशिका पढ़ें : **www.surestart.gov.uk/ensuringquality/needananny**

डे नर्सरी

तथ्य

• डे नर्सरी छह सप्ताह से पांच वर्ष तक के बच्चों के लिए देखभाल और शिक्षा उपलब्ध कराती है। (कई डे नर्सरियां पांच से ग्यारह वर्ष के बच्चों के लिए आउट–ऑफ–स्कूल शिक्षा भी देती हैं।)
• डे नर्सरी काउंसिल या समुदाय द्वारा संचालित, या कार्यस्थल पर अथवा निजी तौर पर भी चलाई जा सकती है।
• खुलने का समय आम तौर पर सामान्य कार्य दिवस के साथ ही होता है – सप्ताह दिवसों पर सुबह 8 से शाम 7 बजे तक, वर्ष में 50 सप्ताह। आप अपने बच्चे को पूर्ण या अंशकालिक आधार पर भेज सकते हैं।
• आपके बच्चे को जन्म से तीन वर्ष के मामलों की रूपरेखा और बुनियादी अवस्था (बर्थ टू थ्री मैटर्स फ्रेमवर्क एंड फाउंडेशन स्टेज) (देखें 'बढ़ते हुए सीखना' पृष्ठ 12) के आधार पर सीखने और विकास गतिविधियों का अनुभव होना चाहिए।

अच्छी गुणवत्ता वाली देखभाल को लेकर मैं आश्वस्त कैसे हो सकता हूं?

हमेशा पंजीकृत डे नर्सरी का ही उपयोग करें ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि ऑफस्टेड द्वारा उसकी नियमित जांच होती है (देखें पृष्ठ 14), लेकिन यह भी जांच लें कि निशुल्क अंशकालिक शिक्षा संतोषजनक है। बच्चों को आयु के अनुसार समूहों में बांट दिया जाएगा और निर्धारित कर्मचारी/बच्चा अनुपात के अनुसार देखभालकर्ता उनका ध्यान रखेंगे ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि आपके बच्चे को वह ध्यान मिल रहा है जिसकी उसको जरूरत है (देखें पृष्ठ 6)। डे नर्सरी के पास योग्य स्टाफ होगा और वे आम तौर पर 25 से 40 बच्चे लेती हैं।

इस पर कितना खर्च आएगा?

दो वर्ष से कम के बच्चों के लिए पूर्णकालिक सप्ताह के लिए (लंदन में) औसतन 197 पाउंड और (अन्य जगहों पर) 148 पाउंड, लेकिन देश में अलग जगह अलग दरें हो सकती हैं। नवीनतम स्थानीय कीमतों के बारे में आपको आपकी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस बता सकती है।

क्या यह मेरे लिए है?

• जहां योग्य स्टाफ होता है वहां अपने बच्चे को छोड़कर जाने में मैं खुश महसूस करता हूं।
• मैं कोई ऐसी जगह चाहता हूं जो लगभग वर्ष भर ही खुलती हो।
• मेरे काम का समय उनके खुलने के समय से मेल खाता हो।
• मैं यह जानना चाहता हूं कि मेरे बच्चे की देखभाल के लिए हमेशा कोई न कोई मौजूद रहेगा या नहीं – अगर एक देखभालकर्ता बीमार है, तो दूसरा उसके काम को कर सकता है।
• मेरे पास इमरजेंसी बैकअप है – बीमार बच्चे डे नर्सरी में नहीं आ सकते।
• मैं चाहता हूं कि मेरा बच्चा ढेर सारे बच्चों के इर्द–गिर्द हो और ढेर सारी गतिविधियों में लगा हो।
• मैं चाहता हूं कि मेरे बच्चे को विभिन्न खिलौने, उपकरण और मनोरंजन हासिल हों।
• मैं समझता हूं कि मेरा बच्चा नए अनुभवों के लिए तैयार है।

अपनी डे नर्सरी से पूछे जाने वाले सवाल

बच्चों के साथ देखभालकर्ताओं का क्या अनुपात है? नियम याद रखें : दो वर्ष से कम वालों के लिए, यह अनुपात तीन बच्चे प्रति देखभालकर्ता है; दो वर्ष के बच्चों के लिए, यह चार बच्चे प्रति देखभालकर्ता है, और उनसे बड़े बच्चों के लिए यह आठ बच्चे प्रति देखभालकर्ता है।
रोजमर्रा की दिनचर्या क्या है?
मेरा बच्चा कहां खाएगा/खेलेगा/सोएगा?

स्टाफ के किसी सदस्य से कहें कि आपको सभी कमरों में घुमाए।
क्या यह साफ, रौशन और पर्याप्त बड़े हैं?
क्या बच्चों की अच्छी तरह देखरेख की जा रही है?
क्या वे खुश और उद्‌देश्यपूर्ण दिख रहे हैं?
क्या वहां बहुत कुछ चल रहा है?
दीवारों पर प्रोजेक्टों और चित्रकला के लिए देखें। दिख रहे मनोरंजक खिलौने और पुस्तकें कैसी हैं?
क्या आपका बच्चा वहां से बाहर ले जाया जाएगा? उसके उदाहरण पूछें।
क्या पौष्टिक भोजन दिया जाता है?
उन्होंने दिनभर क्या किया है क्या आप इसका रोजाना रिकॉर्ड रखते हैं?
क्या आप स्कूल से ले जाने और आउट–ऑफ–स्कूल देखभाल की सुविधा देते हैं? कुछ नर्सरियां ऐसा करती हैं।
अगर आप अपने बच्चे को ले जाने में देर करते हैं तो क्या कोई दंड है?

यह भी याद रखें...
यह निश्चित कर लें कि उस डे नर्सरी में आपके बच्चे के आयु समूह के लिए स्थान है। मिसाल के तौर पर, कुछ नर्सरियां दो वर्ष से कम के बच्चों को नहीं लेती। उन्हें वे सप्ताह दिवस बताएं जिनपर आपको दिन में देखभाल की जरूरत है।
पता करें कि वह नर्सरी मुख्य देखभालकर्ता व्यवस्था चलाती है या नहीं – जहां हर बच्चे को स्टाफ के एक विशेष सदस्य को सौंप दिया जाता है।
दूसरी बार 'मुआयने' के लिए वापस जाएं।
अपने बच्चे को अपने साथ ले जाएं ताकि आप यह देख सकें कि वे दूसरे बच्चों, स्टाफ और परिवेश से कैसे घुलते–मिलते हैं।

और जानकारी के लिए....स्थानीय डे नर्सरियों की सूची के लिए अपनी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस (चाइल्डकेयरलिंक **0800 096 02 96** के जरिये) से संपर्क करें।
नेशनल डे नर्सरीज़ एसोसिएशनः **0870 774 4244** पर कॉल करें या इस साइट पर जाएं **www.ndna.org.uk**
निशुल्क अंशकालिक आरंभिक शिक्षा की पेशकश – देखें पृष्ठ 2.
टैक्स क्रेडिट सूचना – देखें पृष्ठ 16.

नर्सरी स्कूल और कक्षाएं
तथ्य
• नर्सरी स्कूल और नर्सरी कक्षाएं तीन से पांच वर्ष के बच्चों (कुछ ढाई वर्ष के बच्चों को भी ले लेती हैं) के लिए प्रारंभिक शिक्षा और चाइल्डकेयर उपलब्ध कराते हैं।
• कुछ स्कूल और कक्षाएं राजकीय शिक्षा व्यवस्था का अंग हैं, तो दूसरे निजी या स्वैच्छिक सेक्टर संगठनों द्वारा चलाए जाते हैं। उनके द्वारा लगाया जाने वाला शुल्क देश भर में बदलता रहता है।
• नर्सरी स्कूल स्कूल के घंटों के दौरान, आम तौर पर सत्र के समय, खुले रहते हैं, सामान्यतः पूर्ण या आधे दिन के सत्र के लिए सुबह 9 बजे से दोपहर 3.30 बजे तक।
• आपके बच्चे को बर्थ टू थ्री मैटर्स फ्रेमवर्क एंड फाउंडेशन स्टेज (देखें 'बढ़ते हुए सीखना' पृष्ठ 12) के आधार पर अपनी आयु के अनुसार उपयुक्त चीजें सीखने और विकास गतिविधियों का अनुभव होना चाहिए।
• हो सकता है कि कुछ स्कूल के पहले और बाद में सत्र काल के दौरान और स्कूल की छुट्‌टियों में आउट–ऑफ–स्कूल देखभाल मुहैया कराते हों।

अच्छी गुणवत्ता वाली देखभाल को लेकर मैं आश्वस्त कैसे हो सकता हूं?
यह देखने के लिए कि निशुल्क अंशकालिक प्रारंभिक शिक्षा संतोषजनक है या नहीं, सभी नर्सरी स्कूलों और कक्षाओं की ऑफस्टेड (देखें पृष्ठ 14) द्वारा नियमित तौर पर जांच होती है। किसी स्कूल या कक्षा का आकार अलग हो सकता है, लेकिन हर 13 बच्चों को एक देखभालकर्ता मिलना चाहिए, और टीम में योग्य शिक्षक और नर्सरी सहायक होने चाहिए।

इस पर कितना खर्च आएगा?
अगर यह राजकीय शिक्षा व्यवस्था का अंग है तो (भोजन और यात्राओं को छोड़कर) निशुल्क है। दूसरी नर्सरियों को निजी और स्वैच्छिक संगठन चलाते हैं और उसके लिए शुल्क लेते हैं। अधिकांश तीन और चार वर्ष के योग्य बच्चों के लिए निशुल्क अंशकालिक प्रारंभिक शिक्षा स्थल उपलब्ध कराते हैं। कीमतों के अनुमान के लिए देखें पृष्ठ 18.

क्या यह मेरे लिए ठीक है?
• यह मेरे लिए महत्वपूर्ण है कि मेरा बच्चा उसी आयु के बच्चों के साथ घुलता–मिलता है।
• मैं एक राजकीय नर्सरी स्कूल के करीब हूं (और यह निशुल्क है)
• मेरे काम के घंटे खुलने और सत्र के समय से मेल खाते हैं।
• मैं इस बात को पसंद करता हूं कि मेरे बच्चे को योग्य शिक्षक पढ़ाएंगे।
• मैं देखभाल में निरंतरता की तलाश में हूं।
• मैं यह जानना चाहता हूं कि मेरे बच्चे की देखभाल के लिए हमेशा कोई न कोई मौजूद रहेगा या नहीं – अगर एक देखभालकर्ता बीमार है, तो दूसरा उसके काम को कर सकता है।
• मैं चाहता हूं कि मेरे बच्चे को विभिन्न खिलौने, उपकरण और मनोरंजन हासिल हों।
• मैं समझता हूं कि मेरा बच्चा नए अनुभवों के लिए तैयार है।

नर्सरी स्कूल से पूछे जाने वाले सवाल
स्टाफ के किसी सदस्य से आपको घुमाने के लिए कहिए।
क्या कमरे साफ, रौशन और पर्याप्त रूप से बड़े हैं?
क्या बच्चे खुश और उद्देश्यपूर्ण दिख रहे हैं?
क्या खिलौने/किताबें/फर्नीचर सही ढंग से रखे गए हैं?
स्टाफ के किसी सदस्य से कहिए कि वह दिन/सत्र के दौरान आपसे बात करे।
आप किस प्रकार की गतिविधियों की योजना बनाते हैं?
क्या वहां सोने का उपयुक्त इंतजाम है?
क्या बच्चों के लिए बाहर खेलने के अवसर हैं?
मेरे बच्चे की ही उम्र के कितने बच्चे होंगे?
क्या कोई अतिरिक्त कीमत है?
मैं कैसे जुड़ सकता हूं?
वे कहां जाते हैं (मसलन, पार्क, स्विमिंग)?
मैं यह सुनिश्चित कैसे कर सकता हूं कि मेरा बच्चा अच्छी तरह व्यवस्थित हो रहा है?
उन्होंने क्या किया है क्या आप इसका कोई रोजाना रिकॉर्ड रखते हैं?
क्या बच्चों की अच्छी तरह से देखरेख होती है?

यह भी याद रखें...
जब सत्र पूरी तरह चल रहा हो तो नर्सरी स्कूल को देखें। इस तरह से आप स्वयं यह जान पाएंगे कि व्यवस्था और परिवेश क्या हैं।
दूसरी बार मुआयना करने के लिए वापस जाएं।
अपने बच्चे को अपने साथ ले जाएं ताकि आप यह देख सकें कि वे दूसरे बच्चों, स्टाफ और परिवेश से कैसे घुलते–मिलते हैं।
पता करें कि स्कूल किस प्रकार के सहायकों को रखता है और देखभाल में कितनी निरंतरता है। बार बार स्टाफ का बदलना छोटे बच्चों के लिए काफी चकित करने वाला हो सकता है।

और जानकारी के लिए...
स्थानीय नर्सरी स्कूलों की सूची के लिए अपनी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) से चाइल्डकेयरलिंक **0800 096 02 96** के जरिये संपर्क करें।
नेशनल डे नर्सरीज़ एसोसिएशन : **0870 774 4244** पर कॉल करें या इस साइट पर जाएं **www.ndna.org.uk**
फोरम फॉर मेनटेंड नर्सरी स्कूल्स चिल्ड्रेन्स सेंटर्स :
www.early-education.org.uk/nsfnewhome.htm

प्री–स्कूल या प्लेग्रुप
तथ्य
• प्री–स्कूल या प्लेग्रुप तीन से पांच वर्ष के बच्चों के लिए देखभाल और ज्यादातर प्रारंभिक शिक्षा भी उपलब्ध कराते हैं।
• कोई प्री–स्कूल या प्लेग्रुप समुदाय या स्वैच्छिक संगठन द्वारा अक्सर अभिभावकों की मदद से गैर–मुनाफा आधार पर संगठित किया गया एक समूह होता है।
• वे हर दिन या सप्ताह में कई दिन, सत्र काल के दौरान ढाई या चार घंटे का सत्र देते हैं।
• आपके बच्चे को बर्थ टू थ्री मैटर्स फ्रेमवर्क एंड फाउंडेशन स्टेज (देखें 'बढ़ते हुए सीखना' पृष्ठ 12) के आधार पर अपनी आयु के अनुसार उपयुक्त चीजें सीखने और विकास गतिविधियों का अनुभव होना चाहिए।
• प्रीस्कूल आपके देखभाल को और विस्तृत करने का एक अच्छा तरीका है और कुछ और लंबे सत्र या पूर्णकालिक दिवसीय देखभाल देने के लिए सेवाएं विकसित कर रहे हैं।

अच्छी गुणवत्ता वाली देखभाल को लेकर मैं आश्वस्त कैसे हो सकता हूं?
किसी भी पंजीकृत प्री–स्कूल या प्लेग्रुप की देखभाल की गुणवत्ता की जांच के लिए और यह देखने के लिए कि निशुल्क अंशकालिक प्रारंभिक शिक्षा संतोषजनक है या नहीं, ऑफ्स्टेड (देखें पृष्ठ 14) द्वारा नियमित रूप से जांच होती है।
अधिकांश प्री–स्कूल या प्लेग्रुप चौबीस से अट्ठाइस बच्चों के लिए जगह देते हैं। तीन से पांच वर्ष के हर आठ बच्चों के लिए स्टाफ का एक सदस्य होना चाहिए।
अधिकांश कर्मचारी बच्चों के साथ काम करने के लिए प्रशिक्षित होते हैं या प्रशिक्षण के बीच में होते हैं।

इस पर कितना खर्च आएगा?
प्रति सत्र 3 पाउंड से 5 पाउंड तक, लेकिन यह न्यूनतम रखी जाती है। कुछ आपसे आधे सत्र के लिए एक ब्लॉक बुक कराने के लिए अग्रिम भुगतान मांग सकते हैं। देश भर में कीमतें अलग–अलग हैं। आपकी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस आपको नवीनतम स्थानीय दरों के बारे में बता सकती है।

क्या यह मेरे लिए ठीक है?
• मेरा बच्चे की देखरेख करने वाला मेरे बच्चे को प्री–स्कूल ले जा सकता है (वे मौजूदा चाइल्डकेयर व्यवस्था में सहायता कर सकते हैं)
• मैं समझता हूं कि यह शानदार होगा कि वे दूसरे बच्चों से घुले–मिलें और उन्हें दोस्त बनाएं।

• मैं अपने बच्चे को उससे अधिक देर तक नहीं छोड़ना चाहता जितनी मुझे जरूरत है।
• मेरे पास खाली वक्त है,और मैं प्लेग्रुप से जुड़ना चाहता हूं और मदद करना चाहता हूं।
• मैं चाहता हूं कि मेरे बच्चे को विभिन्न खिलौने, उपकरण और मनोरंजन प्राप्त हो।
• मेरे काम के घंटे खुलने और बंद होने के समय से मेल खाते हैं।
• मैं ऐसी जगह अपने बच्चे को छोड़ने में खुशी महसूस करता हूं जहां प्रशिक्षित पेशेवर कर्मी हैं।
• मैं यह जानना चाहता हूं कि मेरे बच्चे की देखभाल के लिए हमेशा कोई न कोई मौजूद रहेगा या नहीं – अगर एक देखभालकर्ता बीमार है, तो दूसरा उसके काम को कर सकता है।

प्री–स्कूल/प्लेग्रुप से पूछे जाने वाले सवाल

स्टाफ की योग्यता क्या है?
क्या आप मुझसे उन सीखने वाली और विकास गतिविधियों के बारे में बात कर सकते हैं जिनमें मेरा बच्चा भाग लेगा?
मुझे यह कैसे पता चलेगा कि मेरा बच्चा कितनी अच्छी तरह व्यवस्थित हो रहा है?
यह सुनिश्चित करने के लिए कि इस प्रकार की देखभाल मेरे बच्चे के लिए उपयुक्त है क्या मैं कम से कम दो सत्र तक रुककर इसमें शामिल हो सकता हूं?
आप कितने बच्चों की देखभाल करते हैं?
क्या इमारत/कमरा सुरक्षित और अच्छी तरह रखा गया है (विशेषकर अगर यह दूसरे कामों के लिए भी इस्तेमाल होता है, मसलन, किसी चर्च का हाल)?
क्या ढेर सारे खिलौने और उपकरण हैं?
अभिभावकों के शामिल होने पर कितना जोर है और मैं कैसे शामिल हो सकता हूं?
बाहर की यात्राओं की देखरेख कैसे की जाएगी?
वे क्या करते हैं क्या आप इसका कोई रोजाना रिकॉर्ड रखते हैं?
क्या बच्चों की अच्छी तरह देखरेख होती है?

यह भी याद रखें....
अपने बच्चे का नाम एक प्री–स्कूल सूची में यथाशीघ्र डाल दें ताकि देर और निराशा से बचा जा सके। वे काफी लोकप्रिय हैं।
यह सुनिश्चित कर लें कि नेतृत्वकर्ता उपयुक्त रूप से योग्य है। राष्ट्रीय मानक कहते हैं कि आरंभिक वर्षों की देखभाल और शिक्षा के लिए उनके पास लेवल थ्री की योग्यता और साथ ही प्रशिक्षित सहायक स्टाफ होना चाहिए।
जांच कर लें कि सुविधाएं उच्च स्तरीय हैं।
बैठकर की जाने वाली गतिविधियों (जैसे निर्माण खिलौनों के साथ खेलना, पहेलियां, चित्रकला और कहानी समय) के लिए एक शांत कार्य क्षेत्र होना चाहिए, एक क्षेत्र मुक्त खेल के लिए होना चाहिए, और एक क्षेत्र अधिक शारीरिक खेल जैसे प्रैम पुशिंग आदि के लिए होना चाहिए।

और पता करें...
स्थानीय प्री–स्कूलों और प्लेग्रुपों की सूची के लिए अपनी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस से चाइल्डकेयरलिंक (निशुल्क फोन **0800 096 02 96**) के जरिये संपर्क करें।
प्री–स्कूल लर्निंग एलायंस : **020 7833 0991** या इस साइट पर जाएं **www.pre-school.org.uk**

श्योर स्टार्ट चिल्ड्रेन्स सेंटर
तथ्य
• श्योर स्टार्ट चिल्ड्रेन्स सेंटर नये हैं – वे पांच वर्ष से कम के बच्चों के लिए प्रारंभिक शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाओं के साथ पूर्ण दिवसीय देखभाल मुहैया कराते हैं ।
• वे पारिवारिक समर्थन भी देते हैं और अभिभावकों तक पहुंचते हैं, वे बच्चों की देखरेख करने वालों के लिए एक आधार हैं, और जॉबसेंटर प्लस, चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) और अन्य शैक्षणिक संस्थाओं से भी जुड़े हैं।
• वे वर्ष में कम से कम 48 सप्ताह, एक सप्ताह में पांच दिन, और एक दिन में दस घंटे खुले रहते हैं।
• यूके में पहले ही 250 केंद्र खुल चुके हैं। 2008 तक 2,500 खुल जाएंगे, और 2010 तक हर समुदाय के लिए एक केंद्र होगा।
• कई केंद्र श्योर स्टार्ट स्थानीय कार्यक्रमों, नेबरहुड नर्सरीज और अर्ली एक्सीलेंस सेंटर्स से विकसित होंगे और उनमें निजी/स्वैच्छिक प्रबंधन शामिल होगा।

अच्छी गुणवत्ता वाली देखभाल को लेकर मैं आश्वस्त कैसे हो सकता हूं?
सभी केंद्रों की ऑफ्स्टेड द्वारा जांच और परख होगी। टिप्पणी : अगर कोई केंद्र हाल में ही खुला है तो संभव है कि उसकी जांच न हुई हो। आपको देखना पड़ेगा।

इस पर कितना खर्च आएगा?
सभी केंद्र अलग–अलग चलाए जाते हैं इसलिए स्टाफ से बात करें। शायद आपको चाइल्डकेयर के लिए शुल्क अदा करना पड़े, लेकिन यह आपकी परिस्थितियों पर निर्भर करेगा, मसलन, आप काम कर रहे हैं या राजकीय लाभ प्राप्त कर रहे हैं।

क्या यह मेरे लिए है?
• मैं पूरे समय काम करता हूं और मुझे ऐसे योग्य स्टाफ की आवश्यकता है जिसपर मैं भरोसा कर सकूं।

• मैं चाहता हूं कि देखभाल किये जाते समय मेरा बच्चा सीखे (यह उन्हें स्कूल के लिए एक अच्छी शुरुआत देगा)
• मैं काम नहीं कर रहा और दूसरे अभिभावकों, देखभालकर्ताओं और बच्चों से मिलना चाहता हूं।
• मैं सहायता देने में प्रशिक्षित लोगों से स्वास्थ्य संबंधी परामर्श लेना चाहता हूं।
• मैं भविष्य के लिए प्रशिक्षण और नौकरी के अवसरों के बारे में और जानना चाहता हूं।
• मैं अपनी सभी चाइल्डकेयर संबंधी आवश्यकताओं, परामर्श और समर्थन के लिए सिर्फ एक जगह जाना चाहता हूं।

श्योर स्टार्ट चिल्ड्रेन्स सेंटर से पूछे जाने वाले सवाल
यह केंद्र कितने समय से काम कर रहा है?
चाइल्डकेयर के अतिरिक्त यहां क्या दिया जाता है?
यहां देखभाल के लिए कितने बच्चे पंजीकृत हैं?
गैर–शौचालय प्रशिक्षित बच्चों के लिए क्या व्यवस्था की गई है?
क्या सुरक्षित, स्वास्थ्य संबंधी, स्वच्छतापूर्ण स्थितियां कायम की गई हैं?
क्या मुझे किसी सेवा के लिए भुगतान करने की जरूरत है?
मैं केंद्र से कैसे जुड़ सकता हूं?
क्या बच्चों की देखरेख अच्छी तरह की जाती है?

और चाइल्डकेयर प्रश्नों के लिए, देखें पृष्ठ 5 पर डे नर्सरी सेक्शन।

श्योर स्टार्ट चिल्ड्रेन्स सेंटर्स का उपयोग कौन कर सकता है?
आप किसी केंद्र का उपयोग करने के योग्य हैं : अगर आप गर्भवती हैं, पांच वर्ष से कम के किसी बच्चे या बच्चों के अभिभावक या देखभालकर्ता हैं। केंद्र वयस्क शिक्षा और रोजगार परामर्श दे सकता है। अपने क्षेत्र में किसी केंद्र के बारे में और वह क्या सेवाएं प्रदान करता है इसके बारे में जानने के लिए अपनी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस को संपर्क करें।

यह भी याद रखें...
बाल सुरक्षा और स्वास्थ्य और सुरक्षा नीतियों के बारे में, और कैसे सभी को प्रक्रियाओं के प्रति जागरूक बनाया जाता है यह भी पूछें।
जांच करें कि स्टाफ विशेष जरूरतों के लिए कैसे तैयार है। अगर आपका बच्चा बीमार पड़ता है (आपात प्रक्रिया?) तो क्या होता है और क्या उनके पास ताजा प्राथमिक उपचार प्रमाणपत्र हैं?
उस स्थान को अच्छी तरह देखें ताकि यह जांच सकें कि वह सुरक्षित और मनोरंजक स्थान है।

और पता करें...
यह जानने के लिए चाइल्डकेयरलिंक के जरिये चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस को निशुल्क फोन **0800 096 02 96** पर कॉल करें कि आपके क्षेत्र में अभी कोई केंद्र खुला है या नहीं, या कोई उपयुक्त विकल्प है या नहीं।
श्योर स्टार्ट चिल्ड्रेन्स सेंटर्स के बारे में और जानकारी के लिए इस साइट पर जाएं
www.surestart.gov.uk/surestartservices/childrenscentres/

स्कूल–आधारित चाइल्डकेयर
तथ्य
• कई स्कूल सामान्य स्कूल दिवस के अतिरिक्त कई प्रकार की गतिविधियां देते हैं। इनमें औपचारिक चाइल्डकेयर से लेकर संगीत, कला, खेल या अतिरिक्त अध्ययन सहायता तक शामिल है। नतीजतन, स्कूल अक्सर सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक खुला रहता है, छुट्टियों के दौरान भी।
• आप जितने घंटे काम करते हैं उसके आधार पर, आप ब्रेकफास्ट क्लबों (सामान्यतः 8 बजे सुबह से खुल जाते हैं), आफ्टर–स्कूल क्लबों (विशेष रूप से दोपहर 3.30 से शाम 6 बजे तक) और हॉलीडे प्ले स्कीम्स (सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक) के किसी कॉम्बीनेशन का चुनाव कर सकते हैं जो सत्र काल के अतिरिक्त चलती हों।
• इसका अर्थ यह नहीं कि बच्चों को ज्यादा देर तक सीखना पड़ेगा या शिक्षकों को अतिरिक्त समय काम करना पड़ेगा। कुछ स्कूल स्वयं ही चाइल्डकेयर की व्यवस्था करते हैं। लेकिन अन्य स्कूल स्थानीय स्वैच्छिक समूहों, निजी प्रदाताओं और बच्चों की देखरेख करने वालों के साथ काम करेंगे, जो स्टाफ और सेवाएं भी देंगे।
• आउट–ऑफ स्कूल क्लब और केंद्र भी स्कूल दिवस के बाद बच्चों के लिए गतिविधियां उपलब्ध कराते हैं। अक्सर ये स्कूल के स्थानों पर ही स्थित होते हैं लेकिन वे युवा क्लबों, समुदाय केंद्रों और नर्सरियों में भी स्थित हो सकते हैं।
• सरकार चाहती है कि सभी स्कूल 2010 तक अतिरिक्त गतिविधियां उपलब्ध कराएं, ताकि देश भर में सभी बच्चे और अभिभावक उनका लाभ उठा सकें। अन्य गतिविधियों के साथ, चाइल्डकेयर स्कूल दिवसों के बाद और पहले और छुट्टियों में कम से कम सुबह 8 बजे से शाम 6 बजे तक उपलब्ध होगी (वर्ष में 48 सप्ताह तक)।

क्या यह मेरे लिए ठीक है?
• मैं स्कूल और काम के घंटों के बीच के अटपटे अंतर को खत्म करना चाहता हूं।
• यह मेरे लिए एक सस्ता विकल्प है।
• मेरा बच्चा नए दोस्तों के साथ खेलने के मौके को पसंद करेगा।
• मैं बच्चे को एक ही जगह ले जाकर 'छोड़ना' चाहता हूं और चाहता हूं कि मेरा बच्चा किसी ऐसी जगह रहे जहां वह रहने का/की आदी है।
• छुट्टियों के दौरान मेरे स्थान पर कोई नहीं होता।
• मैं खुश हूं कि वहां बड़े बच्चे भी होंगे।

• मुझे काम पर जल्दी जाना होता है।

अच्छी गुणवत्ता वाली देखभाल को लेकर मैं आश्वस्त कैसे हो सकता हूं?
स्कूल–आधारित चाइल्डकेयर देने वाले सभी स्कूल ऑफस्टेड द्वारा पंजीकृत और निरीक्षित होते हैं, जिस प्रकार आउट–ऑफ–स्कूल क्लब होते हैं, अगर बच्चे आठ वर्ष से कम के हैं और अगर क्लब वर्ष में छः या अधिक दिन हर दिन दो घंटे से ज्यादा के लिए खुलता है।

इस पर कितना खर्च आएगा?
आपको किस प्रकार का चाइल्डकेयर मिल रही है और आपके स्थानीय क्षेत्र में फंडिंग की स्थिमित से कीमतें तय होंगी। औसतन, आप किसी आफ्टर–स्कूल क्लब स्थान के लिए हर दिन का 5 - 10 पाउंड, किसी ब्रेकफास्ट क्लब के लिए हर दिन का 1 पाउंड, और किसी छुट्टी स्थल के लिए प्रति दिन 15 पाउंड, या प्रति सप्ताह 75 पाउंड अदा करने की उम्मीद कर सकते हैं। निजी तौर पर संचालित हॉलीडे प्ले स्कीमों की कीमत ज्यादा होती है – करीब प्रति सप्ताह 150 पाउंड।

आठ वर्षों या अधिक समय से सेवाएं दे रहे ***TIP*** क्लब पंजीकृत नहीं हैं मगर कई ऐसे क्लब सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त एक योजना द्वारा 'गुणवत्ता प्रमाणित' हैं। अगर पंजीकृत हैं तो प्लेवर्कर्स अनुमोदित होंगे, और कम से कम आधा स्टाफ प्रशिक्षित/योग्य होगा।

आउट–ऑफ–स्कूल चाइल्डकेयर के बारे में पूछे जाने वाले सवाल
बच्चे क्या करते हैं?
क्या वहां कला, खेल या संगीत जैसी गतिविधियां हैं?
उनकी देखरेख कैसे होती है?
उनपर कितना व्यक्तिगत ध्यान दिया जाता है?
क्या वे होमवर्क सुविधाएं देते हैं?
नेता कौन है, और उन्हें (और दूसरे स्टाफ को) किस प्रकार की योग्यता और अनुभव हासिल है? उनसे मिलने और बात करने की व्यवस्था करें।
क्या स्टाफ प्राथमिक उपचार के लिए प्रशिक्षित है?
क्या छोटे बच्चों के लिए कोई अलग सेक्शन है? कुछ छोटे बच्चे बड़े बच्चों के बड़े समूहों में रह नहीं पाते हैं।
क्या ऐसा कोई शांत क्षेत्र है जहां सभी बच्चे मस्ती कर सकें?
क्या मैं देख सकता हूं कि सुरक्षा और साइनिंग–इन बुक कैसे काम करती हैं?
अगर निजी है, तो भुगतान की व्यवस्थाएं क्या हैं?

और पता करें... आपके क्षेत्र में स्कूल आधारित देखभाल, आउट–ऑफ–स्कूल और हॉलीडे क्लबों की जानकारी के लिए **0800 096 02 96** पर चाइल्डकेयरलिंक के जरिये चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस से या **020 7512 2112** पर 4 चिल्ड्रेन से संपर्क करें।

चयन और व्यवस्था करना (Choosing and Arranging)

ऐसी सही किस्म का चाइल्डकेयर ढूंढना जो आपके और आपके बच्चे के लिए उपयुक्त हो, खास तौर पर जब यह सब कुछ सोचना हो – जगह कैसी है, क्या आपका बच्चा वाकई उसे पसंद करेगा? हर क्षेत्र में अलग–अलग विकल्प मौजूद होंगे – तो यह जरूरी हो जाता है कि आप उन पर शोध करने के लिए अपने आपको खूब समय दें।
अपनी चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) (नीचे देखें) से सभी पंजीकृत चाइल्डकेयर केंद्रों की एक सूची बनाएं और जब आप बच्चों के भावी देखभालकर्ता के पास जाएं तो आपके पास पूछने के लिए तैयार प्रश्नों की एक सूची होनी चाहिए – जिनमें खुलने के समय से संदर्भ लेने तक हर बात का जिक्र हो। पेश हैं शुरुआत करने के लिए बुनियादी सुरक्षा जांचों के साथ हमारी उपयोगी सुझाव और यह सुनिश्चित करने का तरीका कि आपके और आपके नन्हे–मुन्ने के लिए यह बदलाव सुगम हो।

और जानकारी के लिए...0800 096 02 96 पर चाइल्डकेयरलिंक को अपने स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस के बारे में जानकारी के लिए कॉल करें जो स्थानीय और पंजीकृत चाइल्डकेयर सेवाओं की सूची उपलब्ध करा सकती है। चाइल्डकेयर और आरंभिक शिक्षा की चेकलिस्ट के लिए इस साइट पर जाएं **www.surestart.gov.uk/lookingforchildcare**

चाइल्डकेयर का चयन और व्यवस्था करने में क्या करें और क्या न करें
यह न करें अंतिम समय तक इसे टाले रखना। अगर आप अभी चाइल्डकेयर के लिए तैयार नहीं हैं, तो भी अपना चुनाव करने में पर्याप्त समय लें। अगर यह लोकप्रिय है तो लंबी वेटिंग लिस्ट की उम्मीद करें; किसी आया या घर संभालने वाली के साक्षात्कार में और उसे रखने में महीनों लग सकते हैं।
यह करें विकल्पों की छानबीन करना। अपने समुदाय में पंजीकृत चाइल्डकेयर केंद्रों की सूची के लिए अपनी स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) को कॉल करें–संपर्क संबंधी ब्यौरों के लिए पीछे देखें। बुनियादी जरूरतों को लिख लें, जैसे, खुलने का समय, कीमतें, स्थान, और जब आप कहीं फोन करें तो पहले उनके बारे में ही पूछें। आप फौरन ही उनमें से कुछ को छोड़ देंगे।
यह करें अपने बच्चे की आयु और व्यक्तित्व के बारे में सोचें (देखें पृष्ठ 12)। अगर बात छोटे बच्चों और दो वर्ष से कम के बच्चों की है, जिन्हें करीबी प्रत्यक्ष संबंधों की आवश्यकता होती है, तब तो इसकी सलाह जरूर दी जानी चाहिए। आप ही अपने बच्चे को सबसे अच्छी तरह जानते हैं, इसलिए अपना स्वभाव भी ध्यान में रखें।
यह करें कई जगह पता करें। देखभालकर्ताओं से मिलने के लिए कम से कम दो या तीन स्थानों पर जाएं और जिन चीजों की पेशकश हो उनकी तुलना करें। जब आप यह देख सकें कि बच्चे कैसे व्यवहार कर रहे हैं तब औपचारिक नियुक्ति करें, और तैयार प्रश्नों की एक सूची ले जाएं – कुछ उदाहरणों के लिए नीचे का पृष्ठ देखें। जहां संभव हो (मसलन, नर्सरियों में) अचानक यह देखने के लिए पहुंच जाइये कि आपका सामना किस चीज से होता है।

यह न करें देखभाल को मिलाने से परहेज न करें। यदि प्लेग्रुप्स, नर्सरियां आदि आपको सप्ताह में पांच दिन की देखभाल नहीं दे पा रही हैं, तो देखभाल को मिलाने के बारे में सोचें जैसे कि नर्सरी (दो दिन) और बच्चों की देखरेख करने वाले/साझा आया (तीन दिन)।
यह करें संदर्भों की जांच करें। यह महत्वपूर्ण है। अधिकांश देखभालकर्ता (नर्सरियों, प्री–स्कूलों सहित) आपको खुशी–खुशी ऐसे माता–पिताओं के नाम देंगे जो उनके काम के बारे में बताएंगे, जिससे आपको मानसिक शांति मिलेगी।
यह न करें दो बार जांच को लेकर अपराधबोध का अनुभव करना। जब आपने अपने विकल्प और कम कर लिये हों तब दूसरी या तीसरी बार देखने के लिए जाएं। इससे आपको यह पुष्टि करने के लिए समय मिल जाएगा कि वे आपकी सभी जरूरतों को पूरा करते हैं। कुछ देखभालकर्ता औपचारिक सौदे से पहले यह देखने के लिए ट्रायल रन देने को राजी हो जाएंगे कि चीजें कारगर होंगी या नहीं।
यह करें एक बार निर्णय लेने के बाद हर चीज लिखित में दर्ज कर लें। नर्सरियां आपसे एक अनुबंध/पत्र दस्तखत करने को कहेंगी, जिनमें कीमत, नियम, घंटे, आदि का जिक्र होगा। दस्तखत करने से पहले उसे सावधानीपूर्वक पढ़ें। आपको बच्चों की देखरेख करने वालों, संभालने वालों और आयाओं के लिए अनुबंध उपलब्ध कराने चाहिए। इस पर और जानकारी के लिए नीचे का पृष्ठ देखें।

अपने क्षेत्र में चाइल्डकेयर की तलाश करना...अपने स्थानीय चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) के, जिनके पास स्थानीय और पंजीकृत चाइल्डकेयर केंद्रों और आरंभिक वर्ष सेवाओं की ताजा सूची होती है, पते और फोन नंबर के लिए निशुल्क फोन **0800 096 02 96** चाइल्डकेयरलिंक को कॉल करें। या इस साइट पर जाएं **www.childcarelink.gov.uk**

किन चीजों की तलाश करनी है

आपकी चेकलिस्ट...

योग्यता. देखभालकर्ता/टीम के पास क्या प्रशिक्षण और अनुभव है?
परिवेश. क्या वह सुरक्षित है, क्या वह पोषक लगता है, क्या वहां पालतू जानवर हैं, क्या वह धूम्रपान–वर्जित क्षेत्र है? पर्याप्त स्थान है?
आहार. मेनू में क्या–क्या है? ताजा फल और सब्जियां? जब वे चाहें तब पानी तक पहुंच? विशेष आवश्यकताओं की पूर्ति होती है?
देखरेख. कौन देखरेख करता है? स्टाफ और बच्चों का अनुपात क्या है?
भावनात्मक देखभाल. दिनचर्या क्या है? क्या मुश्किल बर्ताव से निपटा जाता है? एक लिखित नीति होनी चाहिए। क्या स्टाफ गर्मजोशी भरा, घुलने–मिलने वाला और लगाव दिखाने वाला है?
उपकरण. क्या वह रचनात्मक, विविधतापूर्ण, भारी मात्रा में, और उच्च स्तरीय है? क्या प्रदर्शन में विभिन्न संस्कृतियां एक सकारात्मक रूप में नजर आती हैं? शारीरिक गतिविधियां कैसी हैं? क्या वहां बाहर का सुरक्षित स्थान है? अगर नहीं तो ताजा हवा में वे कहां खेलेंगे?
स्वास्थ्य संबंधी आदतें. क्या शौचालय और बेसिन साफ, और बच्चों के आकार के हैं? और शौच प्रशिक्षण/बच्चे के कपड़े बदलवाने की सुविधाएं हैं?
उम्मीदें. अपनी सारी बातें बता दें, जैसे आपके काम करने के घंटे, समय का हिसाब रखना, भोजन बनाना, धुलाई करना, बच्चे का ध्यान रखना। देर से बच्चे को ले जाने पर नीति क्या है?
सुरक्षा. किसी आपात स्थिति या दुर्घटना में क्या होता है? उनकी सुरक्षा संबंधी क्या प्रक्रियाएं हैं?

अनुबंध और साक्षात्कार

आपके अनुबंध में कौन–सी बातें शामिल होनी चाहिए

अगर आप दस्तखत कर रहे हैं
- आपके बच्चे के लिए स्थान सुरक्षित करने के लिए परिचर शुल्क या जमा राशि।
- आपके द्वारा भुगतान की जाने वाली राशि और उसमें क्या–क्या शामिल है (जैसे, नैपी, भोजन, बाहर घुमाना)
- वे घंटे/दिन जिनमें आपका बच्चा जाएगा।
- अगर आपका बच्चा या देखभालकर्ता बीमार है तो आप क्या भुगतान करेंगे।

अगर आप नियुक्त कर रहे हैं
- कार्य विवरण और कार्य काल।
- वेतन और भुगतान का निर्धारित तरीका।
- नियुक्ति की अवधि (जैसे 6 महीने का अनुबंध) और सूचना की अवधि।
- बीमारी/छुट्टी का भुगतान, खर्चे का विवरण।
- व्यक्तिगत चीजें जोड़ना जैसे टीवी देखने को सीमित करना (जैसे, हर दिन न देखना), कोई मिठाई या जूस नहीं।

अनुबंध के बारे में और जानकारी के लिए...नेशनल चाइल्डमाइंडिंग एसोसिएशन को **0800 169 4486** पर संपर्क करें या **इस साइट पर जाएं www.ncma.org.uk या** और अनुबंध की जानकारी या कानूनी सलाह के लिए वर्किंग फैमिलीज़ हेल्पलाइन को **0800 013 0313** पर संपर्क करें या **इस साइट पर जाएं www.workingfamilies.org.uk**

जब साक्षात्कार ले रहें हों या चाइल्डकेयर केंद्र जा रहें हों...
संभावनासंपन्न देखभालकर्ताओं का साक्षात्कार लेना और चाइल्डकेयर केंद्रों की यात्रा महत्वपूर्ण होती है – यह आपको उनके अभिभावकत्व शैली का, वे आपके बच्चे के साथ कैसे सामंजस्य बिठाएंगे और किस परिवेश में, इस बात का सबसे अच्छा अनुमान देते हैं। पृष्ठ 8 पर शुरू होने वाले 'आपके विकल्प' सेक्शन में हमने उन सवालों को बता दिया है जो आपको विशिष्ट देखभालकर्ताओं से पूछने चाहिए। जांच के लिए और पूछने के लिए कुछ सामान्य क्षेत्रों के बारे में जानने के लिए पीछे 'आपकी चेकलिस्ट' देख लें।

उन्हें व्यवस्थित करना

एक बार जब आप वह चाइल्डकेयर केंद्र चुन लेते हैं जो आप चाहते हैं, तो आप जानना चाहेंगे कि इससे सर्वश्रेष्ठ परिणाम कैसे निकाले जाएं। आपका बच्चा अपनी नई दिनचर्या में सुगम तरीके से व्यवस्थित हो जाना चाहेगा – और आप अपने देखभालकर्ता के साथ सही तरीके से शुरुआत करना चाहंगे।
किसी देखभाल करने वाले के साथ अपने बच्चे को छोड़ना आपके और आपके बच्चे दोनों के लिए ही एक बड़ा कदम है। वहां व्यवस्थित होने में कुछ समय लगेगा, लेकिन इस तरह से आप उस उथल–पुथल से गुजरने और सुकून महसूस करने में उनकी मदद कर सकते हैं।

• नई चाइल्डकेयर सुविधाओं या घरेलू देखभालकर्ता के पास अपने बच्चे के साथ कम–से–कम दो बार जाएं। काम पर लौटने से पहले, अपने बच्चे को 30 मिनट तक छोड़ दें और पीछे मौजूद रहें; बाद में ब्लॉक के इर्द–गिर्द टहलते हुए 30 मिनट तक आजमाएं। इस समय को एक घंटे तक ले जाएं। दूसरा विकल्प : अपनी देखभाल बुधवार को शुरू करें ताकि उन्हें पूरे सप्ताह के साथ शुरुआत नहीं करनी पड़े।
• देखभालकर्ता को नियंत्रण ले लेने दीजिए और अपने बच्चे की मदद कीजिए ताकि वह उस चेहरे, आवाज और सुरक्षा का आदी हो जाए।
• नन्हें–मुन्नों और बड़े बच्चों को उन चीजों के लिए तैयार कीजिए जिनकी उम्मीद हो। उदाहरण के लिए, कुछ नर्सरियां कहती हैं कि उचित आयु पर बच्चे अपने जूते के फीते स्वयं बांधें और शौचालय खुद ही जाएं, आदि।
• जब तक आपका बच्चा आरामदायक न महसूस करने लगे, तब तक पांच मिनट बाकी रहते वहां पहुंच जाइए। यह किसी गतिविधि में उसे व्यवस्थित करने के लिए आपको पर्याप्त समय दे देता है।
• अगर आप शिशुओं या छोटे बच्चों को किसी दूसरे स्थान पर छोड़ रहे हैं, तो कुछ ऐसा पैक कर लें जिससे वे जुड़ाव रखते हों या जिसकी पहचान वे घर से करते हों (कोई मनपसंद खिलौना या कंबल)।
• जब आप अपने बच्चे को छोड़कर जाएं तो दुखी या व्यथित न दिखें – वे आपके मूड को ही अपना लेंगे। जब देखभालकर्ता पहुंचे तो खूब खुश रहिए, ("देखो कौन आया है!"), चुपके से सरक लेने के बजाय हमेशा गुडबाय कहें (लेकिन वहीं मंडराते मत रहिए)। नन्हों को यह जरूर याद दिला दें कि आप एक खास समय पर वापस आ जाएंगे।
• यह सुनिश्चित कर लें कि आप अपनी आया को सिखाने और खिलाने की सुविधाएं उपलब्ध कराते हैं, जैसे, रंग, शेप सॉर्टर्स, पेन, किताबें, आदि ताकि उन्हें व्यस्त रखा जा सके और मनोरंजन किया जा सके।

और जानकारी के लिए...चाइल्डकेयर और प्रारंभिक शिक्षा चेकलिस्ट की प्रतियों के लिए इस साइट पर जाएं
www.surestart.gov.uk/lookingforchildcare

बढ़ते हुए सीखना
हर अभिभावक जानता है कि हर बच्चा अनूठा होता है और यह कि वह अपनी गति से ही विकसित होगा। यह अपने बच्चे के लिए सही देखभाल और सीखने की सही व्यवस्था का चुनाव करते समय सावधानी से उनकी आयु और विकास के चरण पर विचार करने में मदद काता है।
शोध यह दिखलाता है कि जन्म से तीन वर्ष तक का समय आपके बच्चे के लिए विशेष रूप से महत्वपूर्ण होता है क्योंकि इस दौरान उनको जो अनुभव होंगे उनका उनके भविष्य पर प्रभाव पड़ेगा।

सीखने की प्रक्रिया विकसित होने के बारे में कदम–दर–कदम निर्देशिका
0-8 महीने इस समय के दौरान, छोटे शिशु अपने पूरे शरीर से लोगों और स्थितियों पर प्रतिक्रिया देने लगते हैं। वे अपने परिवेश का अवलोकन भी करने लगते हैं और उस पर प्रतिक्रिया भी देने लगते हैं और अपने आस–पास के लोगों से संवाद करते हैं।
8-18 महीने उनके आस–पास क्या है इस बारे में शिशुओं की खोज अब ज्यादा उद्देश्यपूर्ण बन जाती है। इसी समय 'वे हर जगह पहुंच जाते हैं'। वे बैठेंगे, खड़े होंगे, खोजेंगे, विभिन्न शब्दों को पकड़ेंगे।
18-24 महीने इस चरण में, शिशु ज्यादा स्वतंत्रता दिखलाएंगे और चलने, संवाद करने में और खेल के जरिये सीखने में स्पष्ट दबाव प्रदर्शित करेंगे।
24-36 महीने चलने, बात करने और नाटक करने में उनकी योग्यता ज्यादा से ज्यादा प्रत्यक्ष होगी, और उनका खुद में और संबंध बनाने में आत्मविश्वास बढ़ जाएगा।

जन्म से तीन वर्ष तक के मामले
जन्म से लेकर तीन वर्ष तक का समय विशेष रूप से महत्वपूर्ण होता है। क्योंकि तीन वर्ष के पहले कई बच्चे अब कुछ समय देखभालकर्ता के साथ बिताते हैं, श्योर स्टार्ट ने जन्म से तीन वर्ष तक के मामले को आपके बच्चे के देखभाल के तरीकों की एक निर्देशिका के रूप में प्रस्तुत किया है। यह कोई पाठ्यक्रम नहीं है, लेकिन आपके देखभालकर्ता को इन चीजों पर सोचने में मदद करने के लिए उतना ही महत्वपूर्ण है :
• आपका बच्चा
• आपके बच्चे की जरूरतें
• वह चीजें जिन्हें करने में आपके बच्चे को मजा आता है
• वह यह कैसे सुनिश्चित कर सकते हैं कि चाइल्डकेयर व्यवस्था में आपके बच्चे का समय प्रसन्नता से और सार्थकता के साथ बीतता है।
अगर आप जन्म से तीन वर्ष की आयु तक अपने बच्चे के विकास के बारे में और पढ़ना चाहते हैं, तो श्योर स्टार्ट की वेबसाइट पर बर्थ टू थ्री मैटर्स देखें : **www.surestart.gov.uk/ensuringquality/birthtothreematters/**

तीन से पांच वर्ष की आयु
बुनियादी चरण
बुनियादी चरण राष्ट्रीय पाठ्यक्रम का पहला भाग है, जो तीन वर्ष से प्राइमरी स्कूल में दाखिले के वर्ष के अंत तक बच्चों की अलग–अलग

आवश्यकताओं पर केंद्रित करता है।
बुनियादी चरण पाठ्यक्रम खेल में बच्चे के मनोरंजन पर ध्यान केंद्रित करता है – यह तमाम मनोरंजक गतिविधियों के जरिये सीखने के बारे में है। बुनियादी चरण में सीखने के छह क्षेत्र हैं। सीखने के हर क्षेत्र में तमाम आरंभिक सीखने के लक्ष्य होते हैं जो यह तय करते हैं कि ज्यादातर बच्चों द्वारा अंत होने तक क्या–क्या उपलब्धियां प्राप्त कर लिये जाने की उम्मीद है। बुनियादी चरण मील के पत्थर भी तय करता है जो लक्ष्य की तरफ किसी बच्चे की प्रगति को प्रदर्शित करने में सहायता करता है। बुनियादी चरण के बारे में और जानकारी के लिए श्योर स्टार्ट की वेबसाइट पर जाएं : www.surestart.gov.uk/ensuringquality/foundationstage/

बुनियादी चरण में सीखने के छह क्षेत्र ये हैं...

1 व्यक्तिगत, सामाजिक और भावनात्मक विकास
2 संवाद, भाषा और साक्षरता
3 गणितीय विकास
4 ज्ञान और विश्व की समझ
5 शारीरिक विकास
6 रचनात्मक विकास

याद रहे!
सभी तीन और चार वर्ष के बच्चे निशुल्क अंशकालिक प्रारंभिक शिक्षा के अधिकारी हैं (देखें पृष्ठ 2)

माता–पिता सीखने में सहायता कैसे कर सकते हैं
• जहां माता–पिता और प्रारंभिक शैक्षिक व्यवस्था निकटता के साथ काम करते हैं, वहां बच्चे बेहतर सीखते हैं।
• आप अपने बच्चे को किसी से भी बेहतर जानते हैं इसलिए आपका बच्चा किन चीजों में मजा लेता है और उसकी जरूरतें और ताकत क्या है, इसके बारे में उसके देखभालकर्ता से बात करना उसके चौतरफा विकास को बढ़ावा देगा।
• वे रोजाना के आधार पर क्या करने की योजना रखते हैं इस बारे में अपने देखभालकर्ता से बात करने से प्रगति की जांच करने और मजेदार तरीकों से घर में आप एक सक्रिय प्रारंभिक शैक्षिक भूमिका निभा सकते हैं।
• प्रारंभिक शैक्षिक व्यवस्था आपके प्रयासों का स्वागत करती है और उस व्यवस्था में नियमित आधार पर या जब भी वे कर सकें, समय गुजारने को प्रोत्साहित करती है।

बच्चे किताबों से प्यार करते हैं!
एकदम प्रारंभिक आयु में भी बच्चे किताबों को निहारना और उन्हें एक–दूसरे से बांटना पसंद करते हैं। अपने शिशु को पढ़कर सुनाना और उसके लिये गीत या राइम्स गाना अपने बच्चे से वास्तव में जुड़ने, उसकी कल्पना को प्रोत्साहित करने और भाषा में उसके पहले कदम की शुरुआत करने का एक तरीका है। बाद में, ये चीजें बात करने और पढ़ने और लिखने का कौशल विकसित करने में मदद करती हैं।

बच्चों के लिए मुफ्त किताबें
श्योर स्टार्ट द्वारा प्रायोजित बुकस्टार्ट एक योजना है जो इंग्लैंड में जन्मे हर बच्चे को उपहार के रूप में किताबें देती है। तो पेशकश क्या है?
• शिशुओं के लिए बुकस्टार्ट – एक बैग बच्चों की किताबें और नर्सरी राइम्स प्लेस मैट, जो आम तौर पर हेल्थ विजिटर द्वारा दिया जाता है।
इसके अलावा, जल्दी ही आने वाला है...
• बुकस्टार्ट प्लस – शरद/शिशिर 2005 से आपके 18 महीने के नन्हें–मुन्ने के लिए दो किताबें, और एक स्क्रिबल पैड और मोम के रंग।
• माई बुकस्टार्ट ट्रेजर चेस्ट – शरद/शिशिर 2005 से तीन वर्ष के बच्चों के लिए छोटे खिलौनों और किताबों, स्क्रिबल पैड, गतिविधि पैड और तमाम अन्य चीजों के लिए एक हिडेन कंपार्टमेंट के साथ एक नया पैक।
बुकस्टार्ट के बारे में पूछने के लिए अभिभावक और देखभालकर्ता अपने हेल्थ विजिटर या स्थानीय पुस्तकालय से संपर्क कर सकते हैं।

पढ़ने संबंधी उपयोगी सुझाव : किताबों का मजा लेने में अपने बच्चों की मदद कैसे करें
• अपनी उंगली शब्दों पर चलाएं या अपने बच्चे को ऐसा करने दें। यह बच्चे को दिखाता है कि वे रेंगती रेखाएं महत्वपूर्ण हैं।
• अपने बच्चे को सुनें, उन्हें अगुआई करने दें।
• खिलौनों और अन्य सामग्रियों का उपयोग कर कहानी का अभिनय करके किताब को एक नाटक में तब्दील कर दें। क्या वे इसमें शामिल होना चाहते हैं? चरित्रों का प्रतिनिधित्व करने के लिए अलग–अलग आवाजों में गाइये या बोलिये।
• कहानी के बारे में बाद में उनसे पूछें और देखें कि उन्हें कौन से शब्द याद हैं। अगर आप उनसे बात करें और उनकी सुनें, तो वे कहीं ज्यादा सीखते हैं।
• कहानी का एक नियमित समय रखें (जैसे सोने से पहले) लेकिन और समय भी जोड़ दें, शायद अगर दोस्त आ जाएं तो।
• आप अपने स्थानीय पुस्तकालय से तमाम किताबें ले सकते हैं। पुस्तकालयों में भी कहानी और राइम के सत्र होते हैं। विस्तृत जानकारी के लिए उनसे पूछें।

और जानकारी के लिए.... *बर्थ टू थ्री मैटर्स* के लिए, जो अभिभावकों के लिए एक पैक है और सीखने के आरंभिक वर्षों में मदद करता है, इस साइट पर जाएं **www.surestart.gov.uk/ensuringquality/birthtothreematters/** अभिभावकों के पाठ्यक्रम की ऑनलाइन निर्देशिका, आपके और आपके बच्चे के साथ काम करने में मदद के लिए शैक्षणिक संसाधनों की खोज, और शिक्षा के अन्य कई क्षेत्रों के बारे में विस्तृत जानकारी के लिए देखें, **www.parentscentre.gov.uk**

गुणवत्तापूर्ण चाइल्डकेयर, आपके बच्चे की सुरक्षा

चाइल्डकेयर की गुणवत्ता

किसी भी माता–पिता के लिए सबसे बड़ी बात यह जानना होता है कि उनके बच्चे सुरक्षित हाथों में हैं। बच्चों की देखभाल करने वालों, नर्सरियों, प्लेग्रुप्स, आउट–ऑफ–स्कूल तथा हॉलीडे क्लबों के साथ ही आठ वर्ष से कम उम्र के बच्चों के लिए कुछ दाइयों और कुछ क्रेश का पंजीकरण करना और उनकी जांच करना ऑफिस फॉर स्टैंडर्ड्स इन एजुकेशन (ऑफस्टेड) का काम है।

• इन सेवाओं में स्वास्थ्य एवं सुरक्षा, उपकरणों और उनके द्वारा की जाने वाली देखभाल, शिक्षा और खेलकूद से संबंधित चौदह राष्ट्रीय मानकों को पूरा होना चाहिए। ऑफस्टेड चाइल्डकेयर सेवाओं की जांच एक बार पंजीकरण से पहले करता है और फिर यह सुनिश्चित करने के लिए नियमित जांच करता है कि वे मानकों का पालन कर रही हैं। व्यक्तिगत शिकायतें ऑफस्टेड से की जा सकती हैं और उनका फॉलोअप किया जा सकता है।

• एक साथ दो से अधिक परिवारों के लिए काम करने वाली दाइयां इस जांच के घेरे में आती हैं, लेकिन वे दाइयां नहीं आतीं जिन्हें एक या दो परिवारों ने परिवार के घर में काम करने के लिए नियुक्त किया है। की जाने वाली जांचों की बेहतर जानकारी के लिए सर्विस की नवीनतम ऑफस्टेड रिपोर्ट पढ़ें, लेकिन याद रखें कि आपको गुणवत्ता का निजी मूल्यांकन करना है (देखें पृष्ठ 14)।

अपने बच्चे की देखभाल की निगरानी के लिए आप ये 5 चीजें कर सकते हैं

1. अपने बच्चे की/के देखभालकर्ता से रोज बात करें। उन्हें यह जानना चाहिए कि घर में ऐसा क्या हो रहा है जो दिन के दौरान आपके बच्चे की जरूरतों को प्रभावित कर सकता है। आपको यह भी जानना चाहिए कि आपके बच्चे का दिन कैसा गुजरा – उन्होंने क्या खाया, वे कितनी अच्छी तरह सोएं आदि। अपने देखभालकर्ता से एक गतिविधि डायरी रखने के लिए कहें (इसे कभी–कभी 'माई डे' शीट कहते हैं) जिसमें दिन भर की रूपरेखा हो।
2. यह बताते रहें कि आप क्या चाहते हैं। हालांकि कुछ जरूरतों पर शुरू में ही सहमति हुई होगी, लेकिन नई चिंताएं अवश्य ही उभरेंगी।
3. अपने बच्चे के व्यवहार या मूड में बदलाव पर ध्यान दें। अगर वे बोलते हैं, तो उनसे प्रश्न पूछें (उन्होंने क्या खाया, कैसे सोए, क्या किया?)। शुरू में ही, उन बच्चों और अभिभावकों के नाम जान लेना अच्छा रहता है जिनके बारे में वे बातें कर रहे हैं/जिनके साथ वे खेल रहे हैं।
4. बीच–बीच में चाइल्डकेयर केंद्र या देखरेख करने वाले के घर पर, बिना बताए चले जाएं, या जल्दी पहुंचकर देखें कि क्या हो रहा है। अन्य अभिभावकों और पड़ोसियों से बातें करें।
5. किसी नई व्यवस्था में लगभग दो महीने के बाद अपने बच्चे की प्रगति/सुधार/मुद्दों पर मिलकर बात करने के लिए समय लें।

अगर...

आप चाइल्डकेयर के किसी पहलू को लेकर नाखुश हैं, तो क्या करें?

• इसे देखभालकर्ता के सामने जरूर रखें। एक अच्छा चाइल्डकेयर कर्मी पेशेवरकर्मी होता है, और आमतौर पर वे वाकई इसे ठीक करना चाहेंगे।

• आपको जो परेशानी है उसके बारे में ध्यान से सोचें। शांति से बताएं कि आप क्यों चिंतित हैं, और अपने देखभालकर्ता को जवाब देने के लिए कुछ समय दें।

• समस्या को हल करने के उपाय सुझाएं। अपने देखभालकर्ता से इसे हल करने के बारे में उनकी सलाह पूछें। फिर एक कार्ययोजना पर सहमति बनाएं।

• अगर स्थिति नहीं सुधरती है, या देखभालकर्ता ने वे बदलाव नहीं किए हैं जिन पर सहमति हुई थी, तो इन्चार्ज व्यक्ति से बात करने के लिए कहें (अगर आपने अब तक ऐसा नहीं किया है), अपनी नोटिस की अवधि को जांचें और वैकल्पिक चाइल्डकेयर की तलाश शुरू कर दें।

• अगर आपको चिंता है कि चाइल्डकेयर कर्मी आवश्यक मानकों का पालन नहीं कर रहा है, तो आप सीधे ऑफस्टेड से शिकायत कर सकते हैं, और एक इंस्पेक्टर इसकी जांच करेगा। ऑफस्टेड का शिकायती नंबर है 0845 601 4771.

गुणवत्तापूर्ण चाइल्डकेयर
चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम

ज्यादा से ज्यादा अभिभावक अपने घर में ही बच्चों की देखभाल करने वालों की तलाश कर रहे हैं – खासकर तब अगर अटपटे घंटों/शिफ्टों में काम करना है, यातायात एक समस्या है, या अगर उनका बच्चा विकलांग है या उसकी अन्य विशेष जरूरतें हैं।
नई स्वैच्छिक चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम पारिवारिक घर में की गई समस्त देखरेख पर, और अन्य घरेलू परिसरों में सात वर्ष से अधिक के बच्चों की अकेले देखरेख करने वालों पर लागू होगी।

स्कीम क्या करती है?

• यह इस बात की पुष्टि करती है कि चाइल्डकेयर कर्मी के पास देखभाल की योग्यता है (या उसने प्रासंगिक चाइल्डकेयर का प्रवेश पाठ्यक्रम पूरा किया है)। सभी स्वीकृत चाइल्डकेयर योग्यताओं की एक नवीनतम सूची इस साइट पर देखें **www.dfes.gov.uk/childrenswfqualifications**

• यह गारंटी करती है कि चाइल्डकेयर कर्मी 18 वर्ष या उससे अधिक का/की है, और उसके पास एक उपयुक्त प्राथमिक उपचार प्रमाणपत्र है जो आवेदन के समय तीन वर्ष से अधिक पुराना नहीं होना चाहिए।

• यह एक विस्तृत क्रिमिनल रिकार्ड्स ब्यूरो (CRB) जांच सहित प्रोटेक्शन ऑफ चिल्ड्रेन एक्ट (POCA) सूची की जांच कराती है जिससे यह निश्चित हो सके कि उनकी पृष्ठभूमि में ऐसा कुछ नहीं है जो उन्हें बच्चों की देखभाल के लिए अनुपयुक्त बनाता है।

• यह स्कीम केवल इंग्लैंड में की जाने वाली बच्चों की देखरेख पर लागू होती है।

योजना से मुझे क्या लाभ होगा?

• यह आपको निश्चिंत होने में मदद करेगी। अनुमोदित देखभालकर्ता का प्रयोग करने से, आपको पता होगा कि उनकी जांच की गई है और वे

बुनियादी मानदंडों को पूरा करते हैं।
• इसका अर्थ है कि वे बच्चों के साथ काम करने के लिए अनुपयुक्त नहीं हैं, उनकी जरूरतों की कुछ समझदारी रखते हैं, और उन्हें पता है कि आपातस्थिति में क्या करना चाहिए।
• कुछ कामकाजी माता–पिता और विकलांग लोग जो अनुमोदित देखभालकर्ता का प्रयोग करते हैं, वर्किंग टैक्स क्रेडिट के चाइल्डकेयर विभाग के जरिए, या नियोक्ता–समर्थित देखभाल, जैसे चाइल्डकेयर वाउचर या नियोक्ता द्वारा अनुबंधित चाइल्डकेयर स्थलों के माध्यम से वित्तीय सहायता भी प्राप्त कर सकते हैं (देखें पृष्ठ 16)।
• यह बच्चों की अधिक उच्च गुणवत्ता की, पहुंच के भीतर और कम खर्चीली देखभाल मुहैया कराती है जो माता–पिता को जब और जहां वे चाहें उपलब्ध होती है।

आपको फिर भी ये जांचें करनी होंगी।
क्या उन्हें यूके में काम करने की अनुमति प्राप्त है, उनसे इसका साक्ष्य दिखाने के लिए कहें।
देखभालकर्ता किस आयु वर्ग के लिए सर्वाधिक अनुकूल है। उन्हें पहले से क्या अनुभव रहा है यह देखने के लिए उनके द्वारा दिए गए संदर्भों को देखें।
कोई चाइल्डकेयर कर्मी आपकी निजी जरूरतों को पूरा करता है या नहीं,। यह आपकी जिम्मेदारी है। दाइयों और अन्य घर पर रहने वाले चाइल्डकेयर कर्मिओं के बारे में पृष्ठ 4 पर शुरू हो रहे सेक्शन को देखें। इससे आपको यह जानने में मदद मिलेगी कि यह तय करने के लिए कौन से प्रश्न पूछें और क्या जांच करें।
अनुमोदित चाइल्डकेयर कर्मी नियुक्ति करने वाले माता–पिताओं के लिए अप्रैल 2005 से **www.childcareapprovalscheme.co.uk** पर एक गाइड उपलब्ध होगी।

चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम के बारे में जानने के लिए **0845 7678 111** पर कॉल करें (कॉल्स पर स्थानीय दरों का शुल्क लगता है या मोबाइल अथवा सार्वजनिक फोन से अधिक शुल्क लगता है) या इस साइट पर जाएं **www.childcareapprovalscheme.co.uk**

यदि आपके बच्चे में कोई विकलांगता है या उसकी विशेष शैक्षिक जरूरतें हैं

सभी चाइल्डकेयर प्रदाताओं को विकलांगता भेदभाव कानून 1995 की शर्तों का पालन करना चाहिए और विकलांग बच्चों को शामिल करने के लिए 'तर्कसंगत समायोजन' करने चाहिए। उन्हें किसी विकलांग बच्चे के साथ ऐसे किसी कारण से किसी अन्य के मुकाबले 'कम अनुकूल' व्यवहार नहीं करना चाहिए जो उनकी विकलांगता से संबंधित हो।

• अधिकांश प्रारंभिक वर्षों की व्यवस्थाओं/प्रदाताओं के पास एक विशेष शैक्षिक आवश्यकता समन्वयक (SENCO) होता है, जो इस बात पर चर्चा कर सकेगा कि उस व्यवस्था में आपके और आपके बच्चे के लिए क्या ठीक होगा?
• कांटेक्ट ए फैमिली, एक स्वैच्छिक संगठन जो विकलांग बच्चों वाले परिवारों को सहायता देता है। आप अपने इलाके में अन्य अभिभावकों से अपनी जरूरतों के बारे में चर्चा कर सकते हैं। उनकी हेल्पलाइन आपको ऐसे लोगों से मिला सकती है (**0808 808 3555** पर कॉल करें)।
• अर्ली सपोर्ट प्रोग्राम विकलांग बच्चों, खासकर तीन वर्ष से कम के बच्चों और उनके परिवारों के लिए सेवाओं में सुधार करने की एक सरकारी पहल है। अर्ली सपोर्ट फैमिली पैक के लिए, **0845 60 222 60** पर DfES को कॉल करें और **ESPP1** का संदर्भ दें। अधिक जानकारी के लिए, इस साइट पर जाएं **www.espp.org.uk**

फंडिंग
पृष्ठ 16 पर सूचीबद्ध वित्तीय सहायता के अलावा, यह न भूलें कि किसी विकलांग बच्चे के अभिभावक इन माध्यमों से भी बच्चे की देखभाल हेतु भुगतान करने में मदद पा सकते हैं :
• सीधे भुगतान – आपके स्थानीय अधिकारियों से। ये विकलांग बच्चों के अभिभावकों को नकद भुगतान होत हैं ताकि वे खुद अपने लिए सहायता या देखभाल प्राप्त कर सकें। 'ए पेरेंट्स गाइड टू डाइरेक्ट पेमेंट्स' (**संदर्भ 31762**) की एक प्रति के लिए **08701 555 455** पर कॉल करें।
• चाइल्ड टैक्स क्रेडिट में विकलांग बच्चों के लिए अतिरिक्त राशियां शामिल हो सकती हैं। वर्किंग टैक्स क्रेडिट में चाइल्डकेयर की लागतों हेतु सहायता शामिल हो सकती है। सलाह या दावा फॉर्म के लिए **0845 300 3900** पर कॉल करें।
• नई चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम के जरिए – कामकाजी माता–पिता अब अनुमोदित घर–आधारित चाइल्डकेयर का खर्च उठाने के लिए वित्तीय सहायता पाने के अधिकारी हो सकते हैं (पृष्ठ 11)।
• आपकी चाइल्ड इन्फॉर्मेशन सर्विस (CIS) – वे विकलांग बच्चों के लिए चाइल्डकेयर लागतों को कवर करने की स्थानीय व्यवस्थाओं के बारे में जानते होंगे (**0800 096 02 96** पर कॉल करें)।

आपके बच्चे की जरूरतें : पूछे जाने वाले प्रश्न
स्टाफ के पास क्या योग्यताएं और/या प्रशिक्षण है, और क्या वे आपके बच्चे के लिए प्रासंगिक हैं?
क्या आपके बच्चे को अतिरिक्त मदद चाहिए – और क्या स्टाफ इस बात के लिए तैयार है कि आप (और/या उपयुक्त होने पर कोई स्वास्थ्यकर्मी) उन्हें दिखाएं कि बच्चे की जरूरतों का ध्यान कैसे रखा जाए?
क्या वे व्यावहारिक सहायता (जैसे व्यक्तिगत देखभाल) प्रदान करने के लिए तैयार और सक्षम हैं? क्या बच्चा उस इमारत में आ–जा सकता है?
क्या इमारत में कोई भौतिक फेर–बदल करने की जरूरत है?
क्या उपकरण अत्यावश्यक हैं?
क्या देखभालकर्ता यह दिखाए जाने के लिए तैयार हैं कि दवाएं कैसे दी जाएं? क्या उनके पास इस संबंध में बीमा है?

अधिक जानकारी के लिए...

• **0800 096 02 96** पर चाइल्डकेयर लिंक विकल्पों के लिए, जिसमें ऐसे बच्चों की देखरेख करने वाले, नर्सरियां आदि शामिल हैं जो विकलांगताओं या विशेष शैक्षिक जरूरतों वाले बच्चों की अच्छी देखभाल कर सकते हैं।
• कम समय के अंतरालों, डाइरेक्ट पेमेंट, विकलांग बच्चों के लिए चाइल्डकेयर और बड़े विकलांग बच्चों के लिए खेल तथा मनोरंजन सेवाओं के बारे में जानकारी के लिए आपके स्थानीय सोशल सर्विसेज डिपार्टमेंट
• चाइल्डकेयर प्रदाता अपने स्थानीय अधिकारियों से संपर्क करके उपकरणों की लागत, स्टाफ के प्रशिक्षण और सुविधाओं तथा परिसरों को अनुकूल बनाने (जैसे व्हीलचेयर का आना–जाना सुगम बनाना) में मदद के लिए श्योर स्टार्ट फंडिंग के बारे में पता कर सकते हैं
• ऐसे प्रशिक्षित सहायताकर्मियों के बारे में जानकारी के लिए **0845 450 0350** पर क्रॉसरोड्स को कॉल करें जो आपके घर आकर आपको थोड़ी फुरसत दे सकते हैं
• सही चाइल्डकेयर कैसे पाएं, अतिरिक्त सहायता का भुगतान कैसे करें और किससे मदद लें, इस बारे में जानकारी के लिए इस साइट पर जाएं **www.surestart.gov.uk**
• चाइल्डकेयर प्रदाताओं से संबंधित कानूनी आवश्यकताओं पर मार्गदर्शन के लिए डिज़ेबिलिटी राइट्स कमीशन को **08457 622633** पर कॉल करें

इसकी लागत कितनी होगी? (How much will it cost?)

पहली बार बच्चों की देखभाल के लिए भुगतान करना काफी कठिन हो सकता है – आप जानते हैं कि आपके पास विकल्प हैं, लेकिन उन सबकी कीमत चुकानी होती है, है न? यह अगला सेक्शन इस मामले में मदद कर सकता है। हम चाइल्डकेयर की सभी अलग–अलग किस्मों की कीमतों की तुलना करेंगे, लेकिन जैसे–जैसे आप पढ़ते जाएंगे आपको इसकी कीमत के संबंध में आपको मिल सकने वाली वित्तीय सहायता के स्रोतों के बारे में भी जानकारी मिलेगी, जिसमें सबसे महत्वपूर्ण, टैक्स क्रेडिट भी शामिल हैं जिनसे आपके बैंक बैलेंस पर खासा असर पड़ सकता है। यदि आपके परिवार के लिए चाइल्डकेयर की जरूरत पड़नी है, तो इसके लिए आपके पास पर्याप्त पैसे होने चाहिए, इसलिए यह जानना जरूरी है कि इसके वास्ते कैसे और कब आवेदन किया जाए।

अधिक जानकारी के लिए... 0845 300 3900 पर इनलैंड रिवेन्यू टैक्स क्रेडिट हेल्प लाइन को कॉल करें, या यह जानकारी के लिए कि आप क्या पाने के अधिकारी हैं और बच्चों की देखभाल की कीमतों के संबंध में आप मदद कैसे पा सकते हैं, इस साइट पर जाएं **www.taxcredits.inlandrevenue.gov.uk**

कीमतों के संबंध में सहायता

चाइल्डकेयर के लिए भुगतान आपकी घरेलू आय का खासा बड़ा हिस्सा ले सकता है। लेकिन, जब तक आप यह पता न लगा लें कि कितनी वित्तीय सहायता उपलब्ध है, तब तक किसी विकल्प को छोड़ें नहीं। साथ ही, उन राजकीय लाभों को भी ध्यान में रखें जो आप प्राप्त कर सकते हैं, देखें पृष्ठ 20.

तीन और चार वर्ष के बच्चों के लिए

अगर आपका बच्चा तीन से चार वर्ष का है तो वे उनके तीसरे जन्मदिन के बाद शुरू होने वाले पहले राष्ट्रीय रूप से निर्धारित सत्र के आरंभ से निशुल्क प्रारंभिक शिक्षा पाने के अधिकारी हैं।

एकल माता–पिता के लिए

अगर आपको काम, कार्य प्रशिक्षण या चाइल्डकेयर ढूंढने में मदद चाहिए, तो 'न्यू डील फॉर लोन पेरेंट्स' से मदद मिल सकती है। **0800 868 868** पर कॉल करें।

विशेष परिस्थितियों के लिए

विकलांगता के रोज–रोज के खर्चों को कवर करना : यह सुनिश्चित करें कि आप रोजमर्रा के जीवन के खर्चों में मदद के लिए सभी राजकीय लाभों को प्राप्त कर रहे हैं। डिज़ेबिलिटी लिविंग एलाउंस और अन्य लाभों के बारे में अधिक जानकारी के लिए डिज़ेबिलिटी बेनिफिट्स हेल्पलाइन को **0800 88 22 00** पर कॉल करें।

टैक्स क्रेडिट

दस में से नौ परिवार, वित्तीय सहायता प्राप्त करने के अधिकारी हैं, जो उनकी परिस्थितियों पर निर्भर करता है। तो, अभिभावकों को वे क्या देते हैं?

चाइल्ड टैक्स क्रेडिट

चाहे आप काम कर रहे हों या नहीं, £58,000 (या £66,000 यदि एक वर्ष से कम का कम से कम एक बच्चा है) तक आय वाले परिवार इसके लिए योग्य हो सकते हैं जो उनकी परिस्थितियों पर निर्भर करेगा। यह एक बच्चे के लिए प्रति सप्ताह £32 से अधिक के बराबर है, और ज्यादा बच्चे होने पर बढ़ता जाता है। यदि आपके बच्चे में कोई विकलांगता है तो आप अतिरिक्त मदद प्राप्त कर सकते हैं। यह सीधे आपके बैंक एकाउंट में जमा की जाएगी।

वर्किंग टैक्स क्रेडिट

यह कम आय वाले लोगों के लिए एक भत्ता है और इसमें बच्चों की देखभाल के खर्चों के लिए मदद भी शामिल हो सकती है। इसका भुगतान आपके वेतन के जरिए किया जाता है, और इसके लिए आपके वार्षिक वेतन (और जहां लागू हो, वहां पार्टनर के वेतन) को ध्यान में रखा जाता है, तथा आम तौर पर कामकाजी अभिभावकों और काम कर रहे विकलांग व्यक्तियों पर लागू होता है।

वर्किंग टैक्स क्रेडिट का चाइल्डकेयर घटक

कामकाजी अभिभावकों के लिए वर्किंग टैक्स क्रेडिट के एक चाइल्डकेयर घटक के जरिए अतिरिक्त सहायता उपलब्ध है। इसका लक्ष्य खास तौर पर

कामकाजी अभिभावकों को चाइल्डकेयर के खर्चें पूरे करने में मदद करना है। आप कुछ निश्चित सीमाओं के भीतर, पंजीकृत या अनुमोदित चाइल्डकेयर के लिए चुकाए जाने वाले प्रत्येक £1 के लिए अधिकतम 70p तक वापस पा सकते हैं। अप्रैल 2005 से, यह सीमा एक बच्चे के लिए प्रति सप्ताह £175 है, और दो या अधिक के लिए £300 है। इसका भुगतान सीधे मुख्य देखभालकर्ता को किया जाता है।

इसके योग्य होने के लिए :

- एकल अभिभावकों को 16 घंटे या अधिक काम करना चाहिए
- दम्पतियों को दोनों मिलकर 16 घंटे या अधिक काम करना चाहिए, या फिर एक पार्टनर प्रति सप्ताह 16 घंटे या अधिक काम करता है और दूसरे को विकलांगता लाभ मिलता है, या वह अस्पताल अथवा जेल में है
- आप जिस बच्चे की देखभाल कर रहे हैं वह स्कूल जाने की उम्र में या उससे कम का है

डिज़ेबल्ड चाइल्ड्स प्रीमियम

आप डिज़ेबल्ड चाइल्ड्स प्रीमियम के हकदार हो सकते हैं, इसके लिए योग्य होने का प्रमाण आम तौर पर डिज़ेबिलिटी लिविंग एलाउंस प्राप्त करना होता है।

बढ़ती संख्या में नियोक्ता अब अपने कर्मचारियों को किसी प्रकार की चाइल्डकेयर सहायता प्रदान करते हैं।

इंप्लायर चाइल्डकेयर वाउचर

नियोक्ता द्वारा दिए गए चाइल्डकेयर वाउचर ऐसे वाउचर होते हैं जो आपका नियोक्ता आपके चाइल्डकेयर प्रदाता को भुगतान करने के लिए आपको दे सकता है। आपको मिलने वाले किसी वाउचर के प्रति सप्ताह पहले £50 पर टैक्स तथा राष्ट्रीय बीमा अंशदानों से छूट होती है, यदि वाउचर का प्रयोग केवल पंजीकृत या अनुमोदित चाइल्डकेयर का भुगतान करने के लिए किया जाता है और आपके नियोक्ता की स्कीम आम तौर पर उसके सभी कर्मचारियों के लिए उपलब्ध है। इंप्लायर चाइल्डकेयर वाउचर के बारे में अधिक जानकारी और 'चाइल्डकेयर वाउचर्स फॉर इंप्लाईज़' फैक्टशीट की एक प्रति के लिए इस साइट पर जाएं **www.daycaretrust.org.uk**

अधिक जानकारी के लिए...इनलैंड रिवेन्यू टैक्स क्रेडिट हेल्पलाइन को 0845 300 3900 पर कॉल करें, या यह देखने के लिए इस साइट पर जाएं कि क्या आप मदद पाने के हकदार हैं www.taxcredits.inlandrevenue.gov.uk/HomeIR.aspx

इसकी लागत कितनी होगी? (How much will it cost?)

ये तथ्य और आंकड़े एक सामान्य संकेत देते हैं, लेकिन आप पाएंगे कि देश के अलग–अलग भागों में कीमतों में अंतर है। हमारा सुझाव है कि आप स्थानीय तौर पर इन आंकड़ों की जांच कर लें।

चाइल्डकेयर या प्रारंभिक शिक्षा के प्रकार	कहां?	आयु वर्ग	कीमत	निशुल्क प्रारंभिक शिक्षा का प्रस्ताव?	वर्किंग टैक्स क्रेडिट*	खुलने के समय	क्या वे ऑफस्टेड द्वारा पंजीकृत हैं?	अन्य सलाह
बच्चों की देखरेख करने वाले	ज्यादातर देखरेख करने वाले के घर में	कोई भी	औसतन प्रति घंटे प्रति बच्चा £2.50, लेकिन £1.85 और £6 के बीच कुछ भी	हां, यदि चाइल्डमाइंडर नेटवर्क के भाग हैं	*	लचीला, लेकिन अधिकांश सुबह 8 से शाम 6 के बीच काम करते हैं	हां, यदि वे आठ से कम के बच्चों की देखभाल करते हैं	दो वर्ष से कम के बच्चे के लिए पूर्णकालिक स्थान की सामान्य कीमत £127 प्रति सप्ताह है। आपको घंटे, छुट्टी के वेतन तथा अनुबंध में निर्धारित अन्य नियम एवं शर्तें बातचीत करके तय करनी होंगी।
दाइयां और अन्य घर–आधारित बच्चों की देखभालकर्ता	पारिवारिक घर में	कोई भी	औसत दर £2.50 - £4.50 प्रति घंटा प्रति बच्चा के बीच बदलती रहती है	नहीं	*	लचीला, अंशकालिक काम कर सकते हैं, या साथ रह भी सकते हैं	नहीं, लेकिन वे चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम के जरिए अनुमोदित हो सकते हैं	पूर्णकालिक स्थान की कीमत £127 - £400 के बीच होती है। आपको टैक्स और राष्ट्रीय बीमा का भुगतान भी करना होगा। इनलैंड रिवेन्यू आपको इसका हिसाब बता देगा (0845 6070143 पर कॉल करें)।
डे नर्सरी	केंद्र–आधारित	0-5 वर्ष	एक पूर्णकालिक सप्ताह के लिए £141 से £197.	हां	*	आम तौर पर सप्ताह के दिनों में सुबह 8.30 से शाम 7 तक, लेकिन कभी–कभी अंशकालिक, और जल्दी छोड़ने/देर से ले जाने की सुविधा भी दे सकते हैं	हां	यदि आपका बच्चा तीन या चार वर्ष का है, तो फीस कम हो सकती है क्योंकि वे निशुल्क अंशकालिक प्रारंभिक शिक्षा के लिए योग्य हैं (देखें पृष्ठ 5)।
नर्सरी स्कूल	केंद्र–आधारित	2--5 वर्ष	राजकीय शिक्षा प्रणाली का भाग होने पर निशुल्क (भोजन और यात्राओं को छोड़कर)। निजी क्षेत्र में जाएं तो कीमतें लगभग £800 - £1200 प्रति सत्र होंगी।	हां	*	आम तौर पर, सुबह 9 से दोपहर 3.30, केवल सत्र के समय। अंशकालिक (सुबह या दोपहर) करने का विकल्प सामान्य है।	हां	आपको स्कूल–आधारित नर्सरी स्कूलों के लिए भुगतान करना पड़ सकता है, और फीस चुकाने वाले स्कूलों में नर्सरी स्कूल प्रारंभिक शिक्षा तथा देखभाल के लिए अतिरिक्त फीस ले सकते हैं।

प्री–स्कूल और प्लेग्रुप्स	केंद्र–आधारित	2&5 वर्ष	लगभग £3 - £5 प्रति सत्र	हां, यदि संबंधित समय में पंजीकृत हैं।	*	शिक्षा सत्र के दौरान ढाई से चार घंटे के सत्र, प्रतिदिन या सप्ताह के कई दिन।	हां	ब्लॉक बुकिंग (जैसे, आधे सत्र की फीस पहले ही देने की जरूरत हो सकती है)।
श्योर स्टार्ट चिल्ड्रेन्स सेंटर	केंद्र–आधारित	0-5 वर्ष	पूर्णकालिक सप्ताह के लिए £141 - £197 लेकिन परिस्थितियों पर निर्भर करेगा।	हां	*	वर्ष में 48 घंटे खुला लेकिन बच्चों की देखभाल के समय का पता करना होगा।	हां	यदि केंद्र अभी खुले ही हैं तो हो सकता है अभी उनकी जांच न की गइ हो।
स्कूल–आधारित देखभाल	केंद्र–आधारित	5-11 वर्ष, विशेष जरूरतें होने पर 16 वर्ष तक	आफ्टर–स्कूल क्लबों के लिए प्रतिदिन £5 से £10; ब्रेकफास्ट क्लबों के लिए £1; छुट्टी के स्थान के लिए करीब £15 प्रतिदिन या £75 प्रति सप्ताह।	ऐसी व्यवस्थाओं से पता करें जहां 3-4 वर्ष के बच्चे रह सकते हैं।	*	आफ्टर–स्कूल क्लबों के लिए दोपहर 3.30 से 6; ब्रेकफास्ट क्लबों के लिए सुबह 8 से; हॉलीडे क्लबों के लिए सुबह 8-30 से शाम 6 तक।	हां, यदि वे आठ वर्ष से कम के बच्चों की देखभाल करते हैं।	निजी आउट–ऑफ–स्कूल क्लब ज्यादा फीस ले सकते हैं। उदाहरण के लिए, निजी हॉलीडे क्लबों को प्रति सप्ताह करीब £150 का भुगतान करने की उम्मीद करें।

*** पंजीकृत या अनुमोदित चाइल्डकेयर सेवाओं पर लागू वर्किंग टैक्स क्रेडिट का चाइल्डकेयर घटक – देखें पृष्ठ 16**

परिवार और काम में संतुलन रखना (Balancing work and family)

जब आपके साथ एक कम उम्र परिवार हो तो एक वैतनिक काम शुरू करना या काम अथवा पढ़ाई पर लौटना एक चुनौतीपूर्ण समय होता है। अपने किसी प्राप्ति अधिकार (अगर आप एक होने वाली कामकाजी मां हैं, तब भी) को भूलें नहीं और न ही अपने नियोक्ता या कॉलेज से यह पूछने में डरें कि वे किस प्रकार की चाइल्डकेयर सहायता दे सकते हैं। कामकाजी मां या पिता के रूप में आपके पास अब नए अधिकार हैं – अगले कुछ पृष्ठों में हम आपको इसकी जानकारी देंगे। उदाहरण के लिए, क्या आप जानते हैं कि काम के लचीले विकल्पों जैसे टर्म–टाइम वर्क या जॉबशेयर के लिए कहना आपका अधिकार है? इसका अर्थ है कि एक सुखी परिवार और कामकाजी जीवन के बीच तालमेल करना अब आपके लिए ज्यादा आसान होगा। इसके बारे में इस तरह पता करें।

अधिक जानकारी के लिए....मातृत्व और पितृत्व अधिकारों, प्राप्ति अधिकारों और पुस्तिकाओं के लिए **www.maternityalliance.org.uk** पर जाएं या कामकाजी माता–पिताओं के लिए अनेक पुस्तिकाएं देखने के लिए **www.dti.gov.uk** पर डिपार्टमेंट ऑफ ट्रेड एंड इंडस्ट्री (DTI) की वेबसाइट पर जाएं। **0870 600 4882** पर नो येार राइट्स लाइन को कॉल करें या इस साइट को देखें **www.tuc.org.uk**

किसे क्या मिलता है?
गर्भवती होने पर या नए माता–पिता होने पर आप जिन राजकीय लाभों के हकदार हैं उन्हें छोड़ें नहीं। कुछ नियोक्ताओं की अपनी, अधिक उदार नीतियां हैं।

होने वाली मांओं के लिए
गर्भवती कर्मचारी के रूप में, आप डाक्टर के साथ सभी प्रसवपूर्व मुलाकातों के लिए भुगतान सहित छुट्टी ले सकती हैं। क्या आप सोचती हैं कि आपके काम से आपको या बच्चे को नुकसान हो सकता है? अपने नियोक्ता को फौरन बताएं – उन्हें आपके मौजूदा काम में बदलाव करना होगा या या आपको उपयुक्त वैकल्पिक काम देना होगा, अन्यथा उन्हें आपको पूरे वेतन के साथ निलंबित करना होगा।

मांओं के लिए
जिस दिन से आप काम शुरू करती हैं, आप 26 सप्ताह के साधारण मातृत्व अवकाश (OML) की हकदार हैं, चाहे आप किसी भी पद पर हों और आपके काम के घंटे कुछ भी हों। आपको अवकाश खत्म होने पर उसी काम पर लौटने का भी अधिकार है। आप अपना OML पूरा होने के बाद 26 सप्ताह का अतिरिक्त मातृत्व अवकाश (AML) भी ले सकती हैं जिसका वेतन नहीं मिलेगा।
यदि आप गर्भवती होने से पहले से उसी नियोक्ता के लिए काम कर रही थी और कम से कम प्रति सप्ताह £82 (टैक्स से पहले) कमा रही थीं, तो आप अनिवार्य मातृत्व वेतन (SMP) प्राप्त कर सकती हैं। SMP 20 सप्ताह तक आपको छह सप्ताह की आपकी औसत आय का 90% और फिर उसके बाद प्रति सप्ताह £106 (या आपकी आय का 90% जो भी कम हो) देता है। कुछ नियोक्ता अपनी ओर से अतिरिक्त भुगतान भी करते हैं।

कम आय/स्व–रोजगार वाली मांओं के लिए
आप मातृत्व भत्ता पाने का दावा कर सकती हैं – 26 सप्ताह तक प्रति सप्ताह £106 या अपनी औसत आय का 90% जो भी कम हो। आपको स्व–रोजगार में होना चाहिए, या 13 सप्ताह तक (लगातार होना आवश्यक नहीं है) कम से कम प्रति सप्ताह £30 कमाना चाहिए, या बच्चे के जन्म की संभावित तिथि के पहले 66 सप्ताहों में से कम से कम 26 सप्ताह काम करना चाहिए।

कम आय वाले अभिभावकों के लिए
क्या आप कम आय लाभ या टैक्स क्रेडिट पा रहे हैं? आप श्योर स्टार्ट मैटर्निटी ग्रांट (SSMG) के लिए दावा कर सकते हैं – यह एक बार £500 का भुगतान होता है।

गोद लेने वाले अभिभावकों के लिए
मांओं को मिलने वाले अवकाश के सभी अधिकार गोद लेने वाले किसी एक व्यक्ति को या मिलकर गोद लेने वाले दम्पति के एक पार्टनर को मिलते हैं। दूसरा पार्टनर पितृत्व अवकाश ले सकता है।

दोनों अभिभावकों के लिए
यदि आप एक वर्ष या अधिक समय से एक ही नौकरी में हैं, तो दोनों अभिभावक पितृत्व अवकाश ले सकते हैं – हर बच्चे के लिए 13 सप्ताह का अवकाश, जो बच्चे के पांचवें जन्मदिन से पहले, आम तौर पर प्रति वर्ष चार सप्ताहों के टुकड़ों में लेना होता है। यदि आपके बच्चे में कोई विकलांगता है तो आपको उनके 18 वें जन्मदिन से पहले तक 18 सप्ताह का अवकाश लेने का अधिकार है।
सरकार सभी अभिभावकों को चाइल्ड बेनीफिट देती है – पहले बच्चे के लिए प्रति सप्ताह £17.00, उसके बाद हर बच्चे के लिए £11.40.

और पिताओं के बारे में?
यदि आपके पार्टनर के गर्भवती होने के पहले से आप उसी नियोक्ता के लिए काम कर रहे हैं और जन्म के समय भी उसी काम पर रहेंगे तो आप अनिवार्य पितृत्व वेतन (SSP) प्राप्त कर सकते हैं।

अधिक जानकारी के लिए...मातृत्व और पितृत्व अधिकार कैसे प्राप्त करें यह जानने के लिए मैटर्निटी एलायंस इनफॉर्मेशन लाइन **020 7490 7638** पर कॉल करें या इस साइट पर जाएं **www.maternityalliance.org.uk** कामकाजी अभिभावकों के लिए पुस्तिकाओं के लिए डिपार्टमेंट ऑफ ट्रेड एंड इंडस्ट्री (DTI) की साइट देखें **www.dti.gov.uk/workingparents**
श्योर स्टार्ट मैटर्निटी ग्रांट आवेदन फार्म के लिए अपने स्थानीय जॉबसेंटर प्लस कार्यालय से संपर्क करें।

काम या पढ़ाई में वापसी करना

पूर्णकालिक नौकरी करना, घर चलाना और एक प्यार करने वाला माता या पिता होना – अगर आप काम पर वापस जाने की सोच रहे हैं तो कई व्यावहारिक और भावनात्मक मुद्दों से निपटना होगा। एक सुखद संतुलन कायम करने में मदद के लिए कुछ उपयोगी सुझाव पेश हैं।

खुद को काम के लिए कैसे तैयार करें

''मैं काम पर वापस जाने के बारे में सोच रही/रहा हूं और मैं यह सोचकर परेशान हूं कि मैं इसे कैसे संभालूंगा/संभालूंगी।''
हमारी सलाह है कि आप अपने नियोक्ताओं के साथ बैठकर अपनी स्थिति पर बातचीत करें। आपको नई व्यवस्थाएं तय करनी होंगी (काम के लचीले तरीकों की मांग करने के अपने अधिकार के लिए पृष्ठ 21 देखें)। बहाने बनाना, शर्माना या बच्चों की देखभाल से संबंधित किसी समस्या को सुलझाने के लिए जाते समय यह सोचना कि आप अपने काम का नुकसान कर रहे/रही हैं, इस जाल में न पड़ें – समय-समय पर हरेक को अपने काम से बाहर जिम्मेदारियां निभानी पड़ती हैं।

''क्या मेरे नियोक्ता चाइल्डकेयर के खर्चों में मेरी मदद करेंगे?''
दस में से करीब एक नियोक्ता कर्मचारियों को किसी किस्म की चाइल्डकेयर सहायता उपलब्ध कराते हैं, जैसे कि चाइल्डकेयर भत्ते और वाउचर, तथा कार्यस्थल पर रियायती क्रेश और नर्सरियां चलाना। पूछ कर देखें। यह न भूलें कि आप वर्किंग टैक्स क्रेडिट के चाइल्डकेयर घटक के जरिए मदद पा सकते हैं। चाइल्डकेयर वाउचरों का प्रयोग पंजीकृत या अनुमोदित बच्चों की देखभाल करने वालों, नर्सरियों और आफ्टर-स्कूल ग्रुप्स द्वारा की गई देखभाल का भुगतान करने के लिए किया जा सकता है। आप वाउचरों के बदले में अपने वेतन का एक भाग देते हैं, और प्रति सप्ताह £50 में से कटने वाले राष्ट्रीय बीमा की बचत करते हैं, इसलिए वास्तव में आप अधिक वेतन घर ले जाते हैं। अप्रैल से, आप प्रति सप्ताह £50 में से टैक्स की भी बचत कर सकेंगे। अधिक जानकारी के लिए अपनी स्थानीय चिल्ड्रेन्स इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) से संपर्क करें।

''अगर मुझे आपात स्थिति में छुट्टी लेनी पड़े तो क्या होगा?''
ऐसा तो होना ही है – आपके बच्चे की तबियत ठीक नहीं है या आपका चाइल्डकेयर कर्मी नहीं आया है। लेकिन, हर किसी को पारिवारिक संकट के दौरान अचानक इमर्जेंसी लीव लेने का अधिकार है – आम तौर पर एक या दो दिन, बिना वेतन के। पूरे ब्योरे के लिए, मैटर्निटी एलायंस की हेल्पलाइन या वेबसाइट से संपर्क करें (देखें संपर्क पृष्ठ 26)। अगर आप कर सकें, तो बुलाए जा सकने वाले संभावित चाइल्डकेयर कर्मियों की एक सूची तैयार करना, या किसी इमर्जेंसी में इस्तेमाल के लिए छुट्टियों के कुछ दिन बचाकर रखना अच्छा विचार है।

घर के लिए सुझाव
कामकाजी अभिभावक के तौर पर, घर पर आपका समय कीमती है। यह सुनने में बिल्कुल जाहिर लगता है, लेकिन समय बचाने के सीधे-सादे तरीके बेहद व्यस्त दिनचर्या में दबाव कम कर सकते हैं। अपने दिन की योजना बनाएं, महत्वपूर्ण तिथियों को नोट करें, दैनिक कामकाज के लिए एक समय तय करें और रुटीन निर्धारित करें, जैसे एक रात पहले अपने और अपने बच्चे के कपड़े तैयार करके रख लेना। अगर आपके बच्चे थोड़े बड़े हैं, तो उन्हें घरेलू कामकाज में मदद करने के लिए कहें, और सब कुछ परफेक्ट होने के लिए अपने आप को कष्ट देना कम करें – इससे जीवन कुछ आसान हो जाएगा।

काम के लचीले तरीके *''फुलटाइम पर वापस जाने के बारे में निश्चित राय नहीं है?''*

कौन आवेदन कर सकता है?

छह वर्ष से कम के बच्चों या 18 वर्ष तक के विकलांग बच्चों के माता-पिता (गोद लेने वाले माता पिता, अभिभावकों और प्रतिपालकों सहित) अब काम के लचीले घंटों के लिए आवेदन कर सकते हैं जिसमें घर से काम करना शामिल है। यह कानून लागू होने के बाद से 10 लाख से अधिक माता-पिता लचीले ढंग से काम करने के लिए आवेदन कर चुके हैं। आपके बॉस को सुनना ही होगा और वह तभी ''नहीं'' कह सकता है जब इसका कोई स्पष्ट व्यापारिक कारण हो, जो उसे लिखित में देना होगा। आपका अनुरोध सही ढंग से लिखा होना चाहिए; इसके फार्म DTI से उपलब्ध हैं। सेक्स डिस्क्रिमिनेशन एक्ट के तहत भी आपको और अधिकार मिले हैं।

नीचे दिए चार्ट से देखें कि क्या इनमें से कोई लचीले विकल्प आपके लिए उपयुक्त हैं।

अधिक जानकारी के लिए... टेलर्ड इंटरएक्टिव गाइडेंस फॉर इंप्लायमेंट राइट्स के लिए इस साइट पर जाएं **www.tiger.gov.uk** **www.dti.gov.uk/workingparents** यह साइट देखें या **0800 013 0313** पर वर्किंग फैमिलीज़ की निशुल्क कानूनी हेल्पलाइन पर कॉल करें।

काम के तरीके	इसका क्या मतलब है
पार्ट–टाइम	एक सप्ताह में काम के नियमित घंटों से कम कुछ भी, लेकिन आपके साथ केवल इसलिए अलग ढंग का व्यवहार नहीं होना चाहिए क्योंकि आप कम घंटों तक काम करते हैं।
काम के लचीले तरीके	आप कुछ निश्चित घंटों तक काम करने पर सहमत होते हैं, जिन्हें मुख्य समय (उदाहरण के लिए, सुबह **10-12** और दोपहर **2-4**)। लेकिन इन घंटों के अलावा, आप अपनी सुविधानुसार आ–जाकर काम कर सकते हैं, एक निश्चित मात्रा में समय दर्ज कर सकते हैं और इकट्ठा हुए घंटों को लचीले अवकाश के तौर पर ले सकते हैं।
जॉब शेयरिंग	एक काम दो लोगों के बीच बांट दिया जाता है। आय, लाभ और पेंशन अधिकार भी बंट जाते हैं।
टर्म–टाइम वर्किंग	स्थाई फुल या पार्ट टाइम नौकरी में, आप स्कूल की छुट्टियों के दौरान बिना वेतन का अवकाश ले सकते हैं, और वेतन में कटौती को पूरे वर्ष में फैला सकते हैं ताकि आपको एक नियमित वेतन मिलता रहे।
स्कूल के घंटे	आप स्कूल के घंटों के दौरान काम करते हैं, ताकि बच्चों को स्कूल पहुंचा सकें और वहां से ले सकें।
लचीले काम के घंटे	**9-5** के बजाय, **7-3**, या **11-7** कैसा रहेगा? लेकिन अगर आप छह घंटे या अधिक काम करते हैं, तो आपको कम से कम **20** मिनट का ब्रेक लेना चाहिए।
कम दिन अधिक घंटे	आप सप्ताह में कम दिन, अधिक घंटों तक काम करते हैं (जैसे दस घंटे के चार दिन, सप्ताह में चार दिन, शुक्रवार को छुट्टी)।
घर से काम करना	आप कार्यालय की मेज छोड़कर घर से काम करते हैं, सप्ताह के सभी या कुछ दिनों पर, और मीटिंग्स/जरूरी जानकारियों के लिए कार्यालय जाते हैं।

चाइल्डकेयर में नौकरी के बारे में सोच रहे हैं?

एक सुरक्षित, स्वस्थ और प्रसन्न माहौल में अपने बच्चे की परवरिश करना अभिभावक के तौर पर आपके लिए सबसे महत्वपूर्ण है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि आपके खुद के लिए भी चाइल्डकेयर में काम करने के अवसर मौजूद हैं?

चाइल्डकेयर की कई नौकरियां अभिभावकों के लिए आदर्श हैं – इसके लाभों में ये शामिल हो सकते हैं :
• काम के ऐसे घंटों वाली नौकरी जो पारिवारिक जीवन के अनुकूल हों
• विविधतापूर्ण, मनोरंजक और चुनौती भरा काम
• एक ऐसा कैरियर जिस पर आप गर्व कर सकते हैं
• प्रशिक्षण और योग्यताएं प्राप्त करने के अवसर

तो क्यों न अपने लिए चाइल्डकेयर में कैरियर के बारे में सोचें?

इस देश में उच्च गुणवत्ता के चाइल्डकेयर के शिक्षा की भारी मांग हैं। इसीलिए आप जैसे लोगों – जिनमें प्रतिबद्धता, ऊर्जा और उदार स्वभाव है – की एक अहम भूमिका निभाने के लिए जरूरत है।
चाइल्डकेयर सेक्टर में कैरियर के अवसरों की व्यापक रेंज है। कार्यस्थल, घंटों और आप जिन बच्चों की देखभाल कर रहे हैं उनकी उम्र के लिहाज से नौकरियों में काफी विविधता हो सकती है।
नियोक्ता क्वालीफाइड और अनक्वालीफाइड दोनों तरह के स्टाफ की तलाश कर रहे हैं, और सभी स्तरों पर अनेक प्रकार का काम के दौरान प्रशिक्षण उपलब्ध है।

चाइल्डकेयर में नौकरियों के लिए ये कुछ उदाहरण हैं :
• नर्सरी नर्स – आप एक टीम के भाग के तौर पर काम करेंगे, और बहुत सी खेलकूद गतिविधियों की योजना बनाएंगे और उन्हें आयोजित करेंगे, विकसित होने में बच्चों की मदद करेंगे, उनके परिवारों के साथ रिश्ता निर्मित करेंगे।
• प्री–स्कूल वर्कर – दो से पांच वर्ष की उम्र के बच्चों की देखभाल करते हुए, आप एक प्री–स्कूल या प्लेग्रुप में काम करेंगे और पूर्णकालिक शिक्षा शुरू करने से पहले बच्चे के विकास में उत्प्रेरण में मदद करेंगे।
• चाइल्डमाइंडर – बच्चों की देखरेख करना, आमतौर पर अपने घर में। अपनी देखरेख में बच्चों के साथ रचनात्मक गतिविधियां करना, उन्हें खिलाना–पिलाना और कपड़े बदलना, उन्हें घुमाने के लिए बाहर ले जाना – यह सुनिश्चित करना कि वे खुश हैं और मजा ले रहे हैं (चाइल्डमाइंडर के बारे में तथ्यों के लिए देखें पृष्ठ 10)।

केयर टु लर्न?
अगर आप 16 से 19 वर्ष के बीच के किशोर माता–पिता हैं और पढ़ाई शुरू करना या जारी रखना चाहते हैं, तो इसे कैसे करेंगे? केयर टु लर्न स्कीम की बदौलत, आपके चाइल्डकेयर और अतिरिक्त यात्रा के खर्चों का भुगतान किया जा सकता है। क्या केयर टु लर्न आपकी मदद कर सकती है यह जानने के लिए **0845 600 2809** पर हेल्पलाइन को कॉल करें या इस साइट पर जाएं **www.dfes.gov.uk/caretolearn/parents.cfm** यहां आपको जिंदगी की असली कहानियां, विभिन्न प्रकार के पाठ्यक्रम, अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न (FAQ) और उपयोगी लिंक्स मिलेंगे।

अधिक जानकारी के लिए...यदि आप चाइल्डकेयर में एक संतोषजनक और लचीले कैरियर में रुचि रखते हैं, तो क्यों न **0800 996600** पर नेशनल चाइल्डकेयर रिक्रूटमेंट ऑर्डर लाइन को कॉल करें और निःशुल्क सूचना पैकेट के लिए संदर्भ संख्या **LFC** बताएं।
या फिर, आप अपने स्थानीय प्रशासन में रिक्रूटमेंट टीम से संपर्क कर सकते हैं। उनका विवरण **www.childcarecareers.gov.uk** पर मिल सकता है। वे आपको आपके इलाके में नौकरियां और प्रशिक्षण के अवसरों के बारे में जानकारी दे सकते हैं। क्या उम्मीद करें इस बारे में एक चाइल्डकेयर कर्मी की राय और इस क्षेत्र में पहले से काम कर रहे लोगों की केस स्टडीज़ भी इस वेबसाइट पर हैं।

श्योरस्टार्ट, चाइल्डकेयर और आरंभिक वर्षों का भविष्य

पिछले कुछ वर्षों में, सरकार ने चाइल्डकेयर और आरंभिक वर्षों की सेवाओं को काफी विस्तारित किया है। सभी तीन और चार वर्ष वाले बच्चे अब निःशुल्क पार्ट–टाइम प्रारंभिक शिक्षा स्थान पाने के अधिकारी हैं; अब 1.17 मिलियन पंजीकृत चाइल्डकेयर स्थान उपलब्ध हैं; प्रत्येक स्थानीय प्रशासन ने एक चिल्ड्रेन्स इनफॉर्मेशन सर्विस है जो पंजीकृत चाइल्डकेयर सेवाओं के बारे में नवीनतम जानकारी देती है, और यह सुनिश्चित करने के लिए राष्ट्रीय मानक बनाए गए हैं कि आपके बच्चे की देखभाल कर रहे व्यक्ति को उचित प्रशिक्षण मिला है और उसकी जांच की गई है।

लेकिन अब भी काफी कुछ करना बाकी है। चाइल्डकेयर के लिए सरकार की दस वर्ष की रणनीति का लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि सभी बच्चों को जीवन में बेहतरीन शुरुआत मिले और अभिभावकों को काम तथा पारिवारिक जीवन में संतुलन करने के लिए अधिक वास्तविक विकल्प मिलें। इन योजनाओं में ये शामिल हैं :

- **अधिक छुट्टियां,** ताकि पहले वर्ष में आप अपने बच्चे के साथ ज्यादा समय दे सकें : अप्रैल 2007 तक वेतन सहित मातृत्व अवकाश बढ़कर नौ महीने हो जाएगा, और सरकार 2010 तक इसे बढ़ाकर बारह महीने करने का लक्ष्य रखती है।
- **अधिक श्योर स्टार्ट चिल्ड्रेन्स सेंटर** : 2008 तक, प्रत्येक स्थानीय प्रशासन में कम से कम एक होगा, और 2010 तक पांच वर्ष से कम के बच्चों वाले प्रत्येक परिवार को श्योर स्टार्ट सेवाएं उपलब्ध हो सकेंगी।
- **चाइल्डकेयर के खर्चों के लिए अधिक मदद** ज्यादा अभिभावकों के लिए : अप्रैल 2005 से, एक अभिभावक वर्किंग टैक्स क्रेडिट के जरिए योग्य चाइल्डकेयर खर्चों के 70% तक का दावा कर सकेगा जो कि एक बच्चे के लिए प्रति सप्ताह £175 और 2 तथा अधिक बच्चों के लिए £300 तक है। अप्रैल 2006 से वर्किंग टैक्स क्रेडिट में बदलावों का मतलब है कि उदाहरण के लिए, £34,000 प्रति वर्ष आय वाला एक कामकाजी दम्पति, जो दो बच्चों के लिए सामान्य चाइल्डकेयर खर्चे उठाता है, £700 बचा सकेगा।
- **चाइल्डकेयर और देखरेख में गतिविधियों की सुविधा तथा होमवर्क क्लबों वाले स्कूलों का समय सुबह 8 से शाम 6 के बीच।**
- **सभी तीन और चार वर्ष के बच्चों के लिए वर्ष में 38 दिन निःशुल्क नर्सरी स्थान, जिनमें अधिक घंटे उपलब्ध होंगे** : 2007 तक 15 घंटे और आगे चलकर 20 घंटे। समय के साथ, इस समय का इस्तेमाल लचीले ढंग से करने का विकल्प भी उपलब्ध होगा, उदाहरण के लिए, 5 घंटे के अगले तीन दिनों के दौरान 15 घंटे का समय लेना।

अधिक जानकारी के लिए...www.surestart.gov.uk पर जाएं।

जानकारी कहां से पाएं (Where to find info)

अपनी स्थानीय चिल्ड्रेन्स इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) से संपर्क करने से शुरुआत करें। प्रत्येक स्थानीय प्रशासन में एक CIS है और हरेक के पास आपके इलाके में उपलब्ध तमाम स्थानीय चाइल्डकेयर और प्रारंभिक शिक्षा सेवाओं की सूची होती है। उनकी सूचियां नियमित रूप से अपडेट की जाती हैं और उनमें शामिल पंजीकृत चाइल्डकेयर कर्मियों तथा स्थानों की ऑफिस फॉर स्टैंडर्ड्स इन एजुकेशन (ऑफस्टेड) द्वारा नियमित जांच की जाती है, इसलिए आप सुरक्षा और मानकों के बारे में निश्चिंत हो सकते हैं (देखें पृष्ठ 50)। संपर्क के ब्योरों के मामले में, आपकी स्थानीय CIS आपको उपयोगी जानकारी दे देगी जैसे खुलने के घंटे, उम्र की सीमा, पार्किंग की सुविधा और कीमतें – सीधे कॉल करने से पहले आपके पास काफी जानकारी होगी।

अधिक जानकारी के लिए...अपनी स्थानीय चिल्ड्रेन्स इनफॉर्मेशन सर्विस के टेलीफोन नंबर के लिए **0800 096 02 06** पर चाइल्डकेयर लिंक को कॉल करें या इस साइट पर जाएं **www.childcarelink.gov.uk** बच्चों, अभिभावकों और समुदायों के लिए सरकारी सहायता के बारे में जानकारी के लिए इस साइट पर जाएं **www.surestart.gov.uk** आपके बच्चे के सीखने के बारे में जानकारी और सलाह तथा अभिभावकों के लिए सलाह और समर्थन के लिए इस साइट पर जाएं www.parentscentre.gov.uk केंद्र सरकार के विभागों के बारे में पूरी जानकारी के लिए इस साइट पर जाएं www.direct.gov.uk

संपर्क

ऐसे अनेक संगठन हैं जो आपको बच्चों की देखभाल के बारे में जानकारी देने और प्रारंभिक शिक्षा के मुद्दों पर विशिष्ट प्रश्नों के उत्तर देने के लिए तैयार हैं – ऑनलाइन या टेलीफोन के दूसरे सिरे पर। शुरुआत के लिए इन्हें आजमाकर देखिए :

A

4Children (formerly Kids' Clubs Network)
(4चिल्ड्रेन (पहले इसका नाम किड्स क्लब्स नेटवर्क था))
City Reach, 5 Greenwich View Place London E14 9NN
फोन : 020 7512 2112 फैक्स : 020 7537 6012
ईमेल : Info@4Children.org.uk
www.4children.org.uk

B

Basic Skills
(बेसिक स्किल्स)
www.basic-skills.co.uk

Bookstart
(बुकस्टार्ट)
एक राष्ट्रीय योजना जो बच्चों को किताबें देती है।
www.bookstart.co.uk

C

CAPT Child Accident Prevention Trust
(सीएपीटी चाइल्ड एक्सीडेंट प्रिवेंशन ट्रस्ट)
22-26 Farringdon Lane, London EC1R 3AJ
फोन : 020 7608 3828 ईमेल : safe@capt.org.uk
www.capt.org.uk

Care to Learn
(केयर टु लर्न)
यदि आप विद्यार्थी हैं (19 से कम) तो आपको बच्चों की देखभाल का खर्च उठाने में सहायता मिल सकती है। हेल्पलाइन : 0845 600 2809 या इस साइट पर जाएं
www.dfes.gov.uk/caretolearn/parents.cfm

Child Benefit Enquiry Line
(चाइल्ड बेनिफिट इनक्वायरी लाइन)
फोन : 0845 302 1444
www.inlandrevenue.gov.uk

Childcare Approval Scheme
(चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम)
हेल्पलाइन : 0845 767 8111
www.childcareapprovalscheme.co.uk

Childcare Careers
(चाइल्डकेयर कैरियर्स)
बच्चों की देखभाल के क्षेत्र में कैरियर के बारे में जानकारी, सलाह और केस स्टडीज़।
www.childcarecareers.gov.uk

ChildcareLink
(चाइल्डकेयर लिंक)
आपकी स्थानीय चिल्ड्रेन्स इनफॉर्मेशन सर्विस (CIS) पर विवरण देती है, जो आपके इलाके में पंजीकृत चाइल्डकेयर की सूची उपलब्ध कराते हैं।
फोन : 0800 096 02 96
www.childcarelink.gov.uk

C

Children's Information Service (CIS)
(चाइल्ड इनफॉर्मेशन सर्विस)
समुदाय में आधारित होने के कारण, आपकी स्थानीय CIS से सभी स्थानीय चाइल्डकेयर, प्रारंभिक शिक्षा और बच्चों तथा अभिभावकों के लिए अन्य देखरेख एवं सहायक सेवाओं के बारे में जानकारी होती है। अपने स्थानीय CIS नंबर के लिए 0800 096 02 96 पर कॉल करें।
www.childcarelink.gov.uk अपने स्थानीय CIS नंबर के लिए

Children in Scotland
(चिल्ड्रेन इन स्कॉटलैंड)
स्कॉटलैंड में बच्चों और उनके परिवारों के लिए सेवाओं के बारे में जानकारी।
फोन : 0131 228 8484
ईमेल : info@childreninscotland.org.uk
www.childreninscotland.org.uk

Children in Wales/Plant Yng Nghymru
(चिल्ड्रेन इन वेल्स/प्लांट यिंग न्घीम्रू)
वेल्स में बच्चों और उनके परिवारों के लिए सेवाओं के बारे में जानकारी।
फोन : 02920 342434
ईमेल : info@childreninwales.org.uk
www.childreninwales.org.uk

Child Support Agency
(चाइल्ड सपोर्ट एजेंसी)
फोन : 0845 713 3133
www.csa.gov.uk

Citizens Advice Bureau
(सिटिज़ंस एडवाइस ब्यूरो)
www.adviceguide.org.uk

Contact a Family
(कांटेक्ट ए फैमिली)
विकलांग बच्चों वाले परिवारों को सहायता देता है।
हेल्पलाइन : 0808 808 3555 – जहां आप अपने इलाके में अन्य अभिभावकों के साथ अपनी जरूरतों पर चर्चा कर सकते हैं।

Crossroads (क्रॉसरोड्स)
यदि आपके बच्चे की जटिल आवश्यकताएं हैं तो सलाह और प्रशिक्षित सहायता कर्मी उपलब्ध करा सकता है।
फोन : 0845 450 0350

D

Daycare Trust
(डेकेयर ट्रस्ट)
राष्ट्रीय चाइल्डकेयर चैरिटी।
21 St. George's Rd, London SE1 6ES
फोन : 020 7840 3350
ईमेल : info@daycaretrust.org.uk
www.daycaretrust.org.uk

D

Department for Trade and Industry (DTI)
(डिपार्टमेंट ऑफ ट्रेड एंड इंडस्ट्री (डीटीआई))
www.dti.gov.uk
www.tiger.gov.uk
डीटीआई का टेलर्ड इंटरऐक्टिव गाइडेंस ऑन इंप्लायमेंट राइट्स (टाइगर); मातृत्व एवं पितृत्व अवकाश, लचीले काम के घंटे आदि।

DirectGov
A-Z of central government.
(डायरेक्टगव
केंद्रीय सरकार का ए–टु–ज़ेड)
केंद्र सरकार के विभागों, कार्यकारी एजेंसियों और गैर–विभागीय सार्वजनिक संस्थाओं की सूची उपलब्ध है।
www.direct.gov.uk

Direct payments
(डायरेक्ट पेमेंट्स)
फोन : 08701 555 455
'ए पेरेंट्स गाइड टु डायरेक्ट पेमेंट्स' की एक प्रति के लिए (संदर्भ संख्या 31762 बताएं)।

Disability Benefits Helpline
(डिज़ेबिलिटी बेनिफिट्स हेल्पलाइन)
फोन : 0800 88 22 00
Disability Rights Commission
(डिज़ेबिलिटी राइट्स कमीशन)
कानूनी जरूरतों के बारे में विस्तृत मार्गदर्शन के लिए।
फोन : 08457 622633

E

Early Support Programme
(अर्ली सपोर्ट प्रोग्राम)
विकलांग बच्चों, खासकर तीन वर्ष से कम के बच्चों और उनके परिवारों के लिए सेवाएं सुधारने की सरकारी पहल।
('Early Support Family Pack') के लिए 0845 60 222 60 पर कॉल करें और संदर्भ संख्या ESPP1 बताएं।
www.espp.org.uk –Early Support Programme (अर्ली सपोर्ट प्रोग्राम) के बारे में और जानकारी के लिए।

Early Years Equality
(अर्ली इयर्स इक्वेलिटी)
जातीय अल्पसंख्यक अभिभावकों को सहायता प्रदान करता है।
फोन : 0151 639 1778
info@earlyyearsequality.org
www.earlyyearsequality.org

Employment Agency Standards – Department of Trade and Industry (DTI)
(इंप्लायमेंट एजेंसी स्टैंडर्ड्स – डिपार्टमेंट ऑफ ट्रेड एंड इंडस्ट्री (डीटीआई))
एजेंसियों के आचरण के बारे में निशुल्क गोपनीय शिकायत सेवा। परिवारों या दाइयों द्वारा की गई शिकायतों की जांच करती है।
1 Victoria Street, London SW1H 0ET
हेल्पलाइन : 0845 955 5105 (स्थानीय कॉल की दरें लागू होती हैं)
ईमेल : eas@dti.gsi.gov.uk
www.dti.gov.uk/er/agency-kyr.html

Equal Opportunities Commission
(ईक्वल अपॉरचुनिटीज़ कमीशन)
कार्यस्थल पर अभिभावकीय अधिकारों के बारे में सलाह।
फोन : 0845 601 5901
www.eoc.org.uk

F

Fathers Direct
(फादर्स डायरेक्ट)
पिताओं के लिए उपयोगी जानकारी।
www.fathersdirect.com

Forum for maintained nursery schools and Children's Centres
(फोरम फॉर मेंटेंड नर्सरी स्कूल्स एंड चिल्ड्रेंस सेंटर्स)
www.early-education.org.uk/nsfnewhome.htm

G

Gingerbread
(जिंजरब्रेड)
परामर्श लाइन फ्रीफोन सेवा।
फोन : 0800 018 4318.
www.gingerbread.org.uk

H

Healthy Eating
(हेल्दी ईटिंग)
पांच वर्ष से कम के बच्चों को स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों पर सलाह।
www.publications.doh.gov.uk/birthtofive

HomeDad
(होमडेड)
बच्चों की परवरिश के लिए घर पर रहने वाले पिताओं की सहायता करता है
www.HomeDad.org.uk

Home Start
(होम स्टार्ट)
छोटे बच्चों वाले अभिभावकों को मित्रता, सहारा और व्यावहारिक सहायता देता है।
www.home-start.org.uk

I

Inland Revenue Tax Credits
(इनलैंड रिवेन्यू टैक्स क्रेडिट्स)
आपके टैक्स क्रेडिट अधिकारों के बारे में जानकारी के लिए।
फोन : टैक्स क्रेडिट्स हेल्पलाइन 0845 300 3900
www.taxcredits.inlandrevenue.gov.uk
(केवल टैक्स क्रेडिट संबंधी प्रश्न)

J

Jobcentre Plus
(जॉबसेंटर प्लस)
www.jobcentreplus.gov.uk

K

Kidsactive
(किड्सऐक्टिव)
विकलांग बच्चों के लिए खेल और अवसर।
6 Aztec Row, Berners Road, London N1 0PW
फोन : 020 7359 3635 फैक्स : 020 7359 8238
ईमेल : enquiries@kids-online.org.uk
www.kidsactive.org.uk

Know your Rights
(नो योर राइट्स)
कार्यस्थल संबंधी मुद्दों पर जानकारी के लिए नो योर राइट्स लाइन (Know Your Rights Line) पर कॉल करें।
फोन : 0870 600 4882
www.tuc.org.uk

L

Learndirect
(लर्नडायरेक्ट)
www.learndirect.co.uk

M

Maternity Grant
(मैटर्निटी ग्रांट)
श्योर स्टार्ट मैटर्निटी ग्रांट (Sure Start Maternity Grant) आवेदन फार्म के लिए अपने स्थानीय जॉबसेंटर प्लस (Jobcentre Plus) से संपर्क करें।

Maternity Alliance
(मैटर्निटी एलायंस)
मातृत्व और पितृत्व अधिकार तथा प्राप्ति अधिकार, उनके वेबसाइट एवं टेलीफोन हेल्पलाइन के जरिए।
इनफॉर्मेशन लाइन : 020 7490 7638
www.maternityalliance.org.uk

N

National Association of Toy & Leisure Libraries
(नेशनल एसोसिएशन ऑफ टॉय एंड लेज़र लाइब्रेरीज़)
फोन : 020 7255 4600
admin@playmatters.co.uk

National Childbirth Trust
(नेशनल चाइल्डबर्थ ट्रस्ट)
गर्भावस्था, जन्म और आरंभिक वर्षों में माता–पिता द्वारा देखरेख के बारे में जानकारी और सहायता के लिए।
Alexandra House, Oldham Terrace, London W3 6NH
इनक्वायरी लाइन : 0870 444 8707
ईमेल : enquiries@national-childbirth-trust.co.uk
www.nctpregnancyandbabycare.com

National Childminding Association
(नेशनल चाइल्डमाइंडिंग एसोसिएशन)
बच्चों की देखरेख करने वाले के चुनाव और अनुबंध तैयार करने के बारे में जानकारी।
8 Masons Hill, Bromley Kent, BR2 9EY
फोन : 0800 169 4486
www.ncma.org.uk

National Day Nurseries Association
(नेशनल डे नर्सरीज़ एसोसिएशन)
डे नर्सरियों की सूची और चाइल्डकेयर चुनने के बारे में सुझाव के लिए।
Oak House, Woodvale Road Brighouse, West Yorkshire, HD6 4AB
फोन : 0870 774 4244
www.ndna.org.uk

National Family & Parenting Institute
(नेशनल फैमिली एंड पेरेंटिंग इंस्टीट्यूट)
430 Highgate Studios 53-79 Highgate Road London NW5 1TL
फोन : 020 7424 3460
फैक्स : 020 7485 3590
ईमेल : info@nfpi.org
www.nfpi.org or **www.e-parents.org**

NCH Action for Children
(एनसीएच एक्शन फॉर चिल्ड्रेन)
हेल्पलाइन : 0845 762 6579 (कॉल्स स्थानीय दरों पर, सुबह 9 से शाम 5 तक खुली, सोमवार से शुक्रवार)।
www.nchafc.org.uk

N

NSPCC (National Society for the Prevention of Cruelty to Children)
(एनएसपीसीसी (नेशनल सोसायटी फॉर दि प्रिवेंशन ऑफ क्रुएल्टी टु चिल्ड्रेन))
हेल्पलाइन : 0808 800 5000
www.nspcc.org.uk

O

Office for Standards in Education (Ofsted)
(ऑफिस फॉर स्टैंडर्ड्स इन एजुकेशन (ऑफस्टेड))
किसी पंजीकृत चाइल्डकेयर प्रदाता के बारे में गंभीर शिकायतों और/या चिंताओं के बारे में कॉल करें
Alexandra House
33 Kingsway, London WC2B 6SE
फोन : 020 7421 6800 हेल्पलाइन : 0845 601 4771
www.ofsted.gov.uk

One Parent Families
(वन पेरेंट फैमिलीज़)
अपने आप बच्चों की परवरिश करने वाले माता–पिताओं के लिए जानकारी और सलाह
फोन : 0800 018 5026
www.oneparentfamilies.org.uk/
स्थानीय सहायक समूहों के लिए देखें जिंजरब्रेड (Gingerbread)

P

Parental Involvement
(पेरेंटल इनवाल्वमेंट)
माता–पिता की भागीदारी के सभी पहलुओं के बारे में जानकारी इस साइट पर मिल सकती है
www.standards.dfes.gov.uk/parentalinvolvement

(Parents Centre)
(पेरेंट्स सेंटर)
पेरेंट्स सेंटर उन सभी अभिभावकों और देखरेखकर्ताओं के लिए है जो अपने बच्चे या बच्चों को सीखने में मदद करना चाहते हैं। यह आपके बच्चे के सीखने और इंग्लैंड की शिक्षा व्यवस्था के बारे में आपको सहायता, जानकारी और सलाह प्रदान करने के लिए है।
www.parentscentre.gov.uk

Parentline Plus
(पेरेंटलाइन प्लस)
यूके में पंजीकृत चैरिटी जो निशंल्क 24 घंटे की हेल्पलाइन उपलब्ध कराती है और किसी बच्चे की देखरेख करने वाले हर व्यक्ति को सहायता प्रस्तुत करती है।
फोन : 0808 800 2222
www.parentlineplus.org.uk

Parents Online
(पेरेंट्स ऑनलाइन)
अपने बच्चे की प्रारंभिक शिक्षा, इंटरऐक्टिव लिंक्स और ऑनलाइन सुरक्षा के बारे में जानें।
www.parentsonline.gov.uk

Pre-School Learning Alliance
(प्री–स्कूल लर्निंग एलायंस)
प्री–स्कूल प्रदाता के बारे में जानकारी के लिए
फोन : 020 7833 0991
www.pre-school.org.uk

P

Professional Association of Nursery Nurses (PANN)
(प्रोफेशनल एसोसिएशन ऑफ नर्सरी नर्सेज़ (पीएएनएन))
दाई नियुक्त करने के बारे में सूचना पैक के लिए।
2 St James Court, Friars Gate, Derby, DE1 1BT
फोन : 01332 372 337
ईमेल : pann@pat.org.uk
www.pat.org.uk/

Q

Quality Checks See Ofsted
(क्वालिटी चेक्स देखें ऑफस्टेड)

R

Read and Write Plus
(रीड एंड राइट प्लस)
www.dfes.gov.uk/readwriteplus

Recruitment and Employment Confederation (REC)
(रिक्रूटमेंट एंड इंप्लॉयमेंट कॅनफेडरेशन (आरईसी))
चाइल्डकेयर विकल्पों के सभी रूपों के बारे में जानकारी तथा दाइयों की नियुक्ति के नमूना अनुबंध के लिए।
36-38 Mortimer Street, London W1W 7RG
फोन : 020 7462 3260
www.rec.uk.com/rec/home/index.aspx

S

Sure Start (श्योर स्टार्ट) – बच्चों, अभिभावकों और समुदायों के लिए सरकारी सहायता के बारे में जानकारी तथा स्थानीय श्योर स्टार्ट व्यवस्थाओं के विवरण बच्चों, अभिभावकों और समुदायों के लिए सरकारी सहायता
फोन : 0870 000 2288
www.surestart.gov.uk/

T

Tax Credit Helpline
(टैक्स क्रेडिट हेल्पलाइन)
आपको चाइल्डकेयर का खर्च उठाने के बारे में मदद मिल सकती है। चाइल्ड टैक्स क्रेडिट के बारे में जानकारी के साथ ही ऑनलाइन आवेदन फॉर्म और दावा पैक भी मिल सकता है।
फोन : टैक्स क्रेडिट होटलाइन 0845 300 3900
www.taxcredits.inlandrevenue.gov.uk

T

TUC
(टीयूसी)
मातृत्व अधिकारों सहित कार्यस्थल के मुद्दों के बारे में अनेक निशुल्क पुस्तिकाएं। 'नो योर राइट्स' हेल्पलाइन : 0870 600 4882
www.tuc.org.uk

Working Families
(वर्किंग फैमिलीज़)
कामकाजी अभिभावकों और देखरेखकर्ताओं की सहायता करता है और काम के लचीले तरीकों, मातृत्व अवकाश और चाइल्डकेयर के बारे में अपनी वेबसाइट पर निशुल्क फैक्टशीट उपलब्ध कराता है।
1-3 Berry Street, London EC1V 0AA

फोन : 020 7253 7243
ईमेल : office@workingfamilies.org.uk
फ्री लीगल हेल्पलाइन : 0800 013 0313 – अभिभावकों और देखरेखकर्ताओं के लिए
www.workingfamilies.org.uk

Work-Life Balance Trust
(वर्क–लाइफ बैलेंस ट्रस्ट)
स्वतंत्र चैरिटी
22 Heath Rise, Kersfield Road, London, SW15 3HF
फोन : 020 8789 0136 फैक्स : 020 8785 4733
ईमेल : info@w-lb.org.uk
www.w-lb.org.uk
www.worksmart.org.uk

अनुक्रमणिका

अ

अनिवार्य मातृत्व वेतन 66
अनिवार्य पितृत्व वेतन 66
अनुबंध 43

आ

ऑफस्टेड 50
आउट–ऑफ–स्कूल केयर 35

इ

इमर्जेंसी लीव 69

क

कम खर्चीला चाइल्डकेयर 6
काम के लचीले तरीके 70, 71
काम
– लचीले घंटे 70, 71
– काम या पढ़ाई में वापसी 68, 69
– अधिकार 70
– चाइल्डकेयर में नौकरियां 72, 73
कीमतें 56
– चाइल्डमाइंडर 60
– चिल्ड्रेन्स सेंटर 62
– डे नर्सरियां 60
– दाईयां 60
– नर्सरी स्कूल 62
– प्री स्कूल एवं प्लेग्रुप 62
– स्कूल–आधारित देखरेख 62
क्वालिटी एश्योरेंस 50

घ

घर पर बच्चे की देखभाल 52

च

चाइल्डकेयर में कैरियर 72
चाइल्ड बेनिफिट्स 67
चाइल्ड टैक्स क्रेडिट 58
चाइल्डकेयर अप्रूवल स्कीम 52
चाइल्डमाइंडर्स 10, 11, 60, 61
चाइल्डमाइंडर नेटवर्क 13
चिल्ड्रेन्स सेंटर 30, 31, 62, 63
चिल्ड्रेन्स इनफॉर्मेशन सर्विस 8, 76
चाइल्डकेयर का चुनाव करना 8

ज

जन्म से तीन वर्ष तक के मामले 47

ट

टैक्स क्रेडिट 6, 56, 58, 59

ड

डे नर्सरियां 18, 80
डिज़ेबिलिटी लिविंग एलाउंस 58

द

दाइयां 14, 60

न

नर्सरी कक्षाएं 22, 62
नर्सरी स्कूल 22, 62
नियोक्ता द्वारा दिए गए चाइल्डकेयर वाउचर 59
निःशुल्क प्रारंभिक शिक्षा 7

प

पंजीकृत देखरेख 50
प्री–स्कूल 26, 62
प्लेग्रुप्स 26, 62
प्रारंभिक शिक्षा 7, 46

ब

बच्चे का विकास 46
बच्चों को व्यवस्थित करना 44
बढ़ने के साथ सीखना 46
बुनियादी अवस्था 47

म

मातृत्व भत्ता 67
मातृत्व अवकाश 66

य

योग्यताएं 53

श्र

राजकीय लाभ 66, 67
राष्ट्रीय मानक 50

व

वर्किंग टैक्स क्रेडिट 6, 53, 4, 75
वर्किंग टैक्स क्रेडिट का चाइल्डकेयर घटक 59
विकास 46
विकलांगताएं 54
वित्तीय सहायता 58, 66
विशेष जरूरतें 54, 55

श

शिकायतें 50
श्योर स्टार्ट 74 75

स

साक्षात्कार करना
– पूछे जाने वाले प्रश्न 12, 16, 20, 24, 28, 32, 37
– अनुबंध 43
साधारण मातृत्व अवकाश 66
सुरक्षा 50
स्कूल–आधारित चाइल्डकेयर 34

इस पुस्तिका की और अधिक निःशुल्क प्रतियों के लिए संपर्क करें : DfES Publications (DfES प्रकाशन), PO Box 5050, Annesley, Nottingham NG15 0DL. फोन : 0845 60 222 60. फैक्स : 0845 60 333 60. मीनीकॉम : 0845 60 555 60. ईमेल : dfes@prolog.uk.com.

कृपया संदर्भ संख्या LEA-1252-2005 बताएं और उसके बाद वह भाषा बताएं जिसकी आपको जरूरत है। आप इस वेबसाइट पर जाकर अंग्रेजी तथा 13 अन्य भाषाओं में यह पुस्तिका देख सकते हैं और प्रतियां डाउनलोड कर सकते हैं www.surestart.gov.uk/lookingforchildcare

श्योर स्टार्ट यूनिट का काम केवल इंगलैंड में लागू होता है। स्कॉटलैंड, वेल्स और उत्तरी आयरलैंड में प्रारंभिक शिक्षा और चाइल्डकेयर की जिम्मेदारी न्यस्त प्रशासनों की है। अधिक जानकारी के लिए निम्नलिखित वेब पृष्ठों पर जाएं :

• Sure Start Northern Ireland (श्योर स्टार्ट उत्तरी आयरलैंड)
www.surestart.gov.uk/surestartservices/surestartlocalprogrammes/ssni/
• Sure Start Scotland (श्योर स्टार्ट स्कॉटलैंड)
www.surestart.gov.uk/surestartservices/surestartlocalprogrammes/ssscotland/
• Sure Start Wales (श्योर स्टार्ट वेल्स)
www.surestart.gov.uk/surestartservices/surestartlocalprogrammes/sswales/

जारी करने की तिथि : अप्रैल 2005
ISBN 1-84478-430-4

इस पुस्तिका में शामिल जानकारी और सलाह छपाई के समय तक सही है। नवीनतम जानकारी के लिए इस साइट पर जाएं www.surestart.gov.uk/lookingforchildcare

यह पुस्तिका श्योर स्टार्ट यूनिट ने प्रस्तुत की है, जो कि डिपार्टमेंट फॉर एजुकेशन एंड स्किल्स और डिपार्टमेंट फॉर वर्क एंड पेंशन्स का एक भाग है।

इस पाठ का एक अनूदित संस्करण DfES Publications (DfES प्रकाशन), PO Box 5050, Annesley, Nottingham NG15 0DJ से भी उपलब्ध है। कृपया संदर्भ संख्या LEA-1252-2005 बताएं और उसके बाद वह भाषा बताएं जिसकी आपको जरूरत है।