

MY QUEST



Month 8-10

- मेरे पास वैकल्पिक करियर विकल्प के लिए एक करियर योजना है
- मैंने पाँक इंटरव्यू में सफलतापूर्वक भाग लिया है
- मैं जानती हूँ कि सुरक्षित तरीके से इंटरनेट का उपयोग कैसे किया जाता है
- मुझे कार्यस्थल पर यौन उत्पीड़न कानूनों के बारे में पता है
- मैंने अपने करियर की योजना अपने परिवार के साथ साझा की है

Month 10-12

- मैंने अपने करियर के लिए एक योजना बनाई है
- मैंने एक साक्षात्कार में सफलतापूर्वक भाग लिया है
- मैंने कार्यस्थल के नियमों और व्यवहार के बारे में जानती हूँ
- मुझे अपने राज्य में न्यूनतम वेतन पता है
- मैं एक कर्मचारी और नागरिक के रूप में अपने अधिकारों को जानती हूँ

Month 6-8

- मैंने उस करियर के लिए एक करियर स्केन किया है जिसमें मेरी दिलचस्पी है
- मैंने अपना रेज़्यूमे ईमेल पर एक कवर लेटर के साथ साझा करने में सक्षम हूँ
- मैंने ईमेल लिखने और आवेदन पत्र भरने में सक्षम हूँ
- मैं नौकरियों के लिए ऑनलाइन खोज करने और आवेदन करने में सक्षम हूँ
- मेरे पास पैन कार्ड और बैंक खाता तैयार है

Month 4-6

- मैंने अपना ईमेल पता बना लिया है
- मैंने क्वेस्ट ऐप (Quest App) की खोज की है
- मुझे विश्वास है कि मैं सीख लूँगी
- मैंने एक छोटे से समूह से अपना परिचय करा सकती हूँ
- मुझे उस पाठ्यक्रम का उद्देश्य समझ में आ गया है जिसमें मैंने दाखिला लिया है
- मैंने अपना इंटरनेट पता बना लिया है
- मैंने एक छोटी टीम में काम करने में सक्षम हूँ
- मैंने अपने लिए दीर्घकालिक और अल्पकालिक लक्ष्य (long & short term goals) निर्धारित किए हैं

Month 1-2

- मैंने अपनी रुचि और क्षमताओं को जानती हूँ
- मैंने लैंगिक रुढ़ियों पर सवाल उठाया है
- मुझे यौन और प्रजनन स्वास्थ्य के बारे में पता है
- मैंने कक्षा में अपना परिचय दे सकती हूँ

COLOUR CODE

- जीवन कौशल
- डिजिटल साक्षरता
- संचार कौशल
- करियर कौशल

Month 12-14

- मैंने अपनी करियर योजना की समीक्षा की है
- मैंने सीखना जारी रखने की योजना बना रही हूँ
- मेरे पास स्वयं आगे सीखने की योजना है
- मैं संस्थान/केंद्र में एक पूर्व छात्रा (alumni) के रूप में संलग्न हूँ

Month 2-4

- मैंने अपने करियर की आकांक्षाओं को जानती हूँ
- मैंने उस उद्योग के लिए एक मार्केट स्केन किया है जिसमें मेरी दिलचस्पी है
- मैंने लैंगिक रुढ़ियों पर सवाल उठाया है
- मुझे यौन और प्रजनन स्वास्थ्य के बारे में पता है
- मैंने अपने परिवार के साथ अपने करियर की योजनाओं के बारे में चर्चा की है
- मैंने एक अतिथि व्याख्यान (guest lecture) में भाग लिया है
- मेरे पास एक बायोडाटा तैयार है

- मैंने जिस संस्थान में पढ़ती हूँ या जहाँ मैं रहती हूँ वहाँ समुदाय में बदलाव के लिए एक परियोजना पर काम कर रही हूँ
- मैं अनजान लोगों से अपना परिचय देने में सक्षम हूँ