

# सेवाएं और सहायता



Unite  
against  
COVID-19

मदद के लिए मांग करने में कोई बुराई नहीं है। हम जैसे-जैसे साथ मिल कर इस पर काम करते हैं, बहुत से लोग और एजेंसियां आपकी सहायता कर सकते हैं। अगर आपको जरूरत हो, तो यहां कई तरह की सलाह, सहायता या सहारे उपलब्ध हैं। अगर आप अंग्रेजी नहीं बोलते हैं तो ज्यादातर सरकारी विभागों को फोन करते वक्त इंटरप्रेटर (दुभाषिए) की मांग कर सकते हैं।

<b>आपात स्थिति में</b>	अग्नि और आपात स्थिति, पुलिस, एम्बुलेंस या नागरिक सुरक्षा के लिए <b>111</b> पर फोन करें।	<b>111 (आपातकालीन लाइन)</b>
<b>स्वास्थ्य सलाह के लिए</b> <i>अगर आप बीमार हैं तो हमेशा की तरह चिकित्सा सहायता प्राप्त करना महत्वपूर्ण है। आपको इंतज़ार करने की जरूरत नहीं है।</i>	अपने डॉक्टर को फोन करें, या प्रशिक्षित पेशेवरों द्वारा प्रदान की गई मुफ्त स्वास्थ्य सलाह और जानकारी के लिए <b>हेल्थलाइन</b> से संपर्क करें।	<b>0800 611 116 (हेल्थलाइन)</b> <a href="http://www.healthpoint.co.nz">www.healthpoint.co.nz</a>
<b>शिशुओं या बच्चों के बारे में स्वास्थ्य सलाह के लिए</b>	प्लंकेट नर्स से बात करने के लिए Plunket को फोन करें प्लंकेटलाइन सभी परिवारों, और केयरगिवर्स (देखभाल करने वालों) के लिए उपलब्ध, एक मुफ्त पेरेंट हेल्पलाइन और सलाह सेवा है।	<b>0800 933 922 (प्लंकेटलाइन)</b>
<b>मानसिक स्वास्थ्य या व्यसन (बुरी लत) सहायता के लिए</b> <i>आप चाहे कैसा भी महसूस करें, अगर आपको जरूरत हो, तो बात करने के लिए कोई न कोई उपलब्ध है।</i>	सहायता के लिए किसी प्रशिक्षित व्यक्ति से बात करने के लिए <b>1737</b> नम्बर पर फोन या टैक्स्ट करें। विशिष्ट मदद के लिए, आप डिप्रेशन हेल्पलाइन या मदिरा नशीले पदार्थ हेल्पलाइन से संपर्क कर सकते हैं।	<b>1737 (हेल्पलाइन)</b> <b>1737.org.nz</b> <b>0800 111 757 (डिप्रेशन हेल्पलाइन)</b> <b>0800 787 797 (मदिरा नशीले पदार्थ हेल्पलाइन)</b>
<b>पारिवारिक हिंसा या यौन हिंसा में सहायता के लिए</b> <i>अपने आप को या किसी और को सुरक्षित रखने के लिए अपने बलबुले से बाहर जाना ठीक है। अगर आपके लिए छोड़ना या बाहर जाना जरूरी है तो मदद उपलब्ध होगी।</i>	अगर आपको या किसी दूसरे को नुकसान पहुंचने का तत्काल खतरा है या खुद को नुकसान पहुंचा सकते हैं तो <b>111</b> पर फोन करें। अपने इलाके में स्थानीय फैमिली सर्विसिज़ (पारिवारिक सहायता) सेवाओं की खोज करें, फैमिली सर्विसिज़ <b>211</b> हेल्पलाइन पर फोन करें। जब आप अपने जीवन में हिंसा का सामना कर रहे हों, तो सलाह, सहायता और सुरक्षित आवास के लिए <b>वूमैन्स रिफ्यूज़</b> को फोन करें। <b>एल्डर अब्यूज़ (बुजुर्ग उत्पीड़न) हेल्पलाइन</b> को फोन करें। यह एक मुफ्त सेवा है जिसे बुजुर्ग लोग सम्पर्क कर सकते हैं, अगर वे खुद या उनकी जान-पहचान का कोई व्यक्ति बुजुर्ग उत्पीड़न का सामना कर रहे हैं।	<b>111 (आपातकालीन लाइन)</b> <b>0800 211 211 (परिवार सेवा 211 हेल्पलाइन)</b> <a href="http://www.familyservices.govt.nz/directory/">www.familyservices.govt.nz/directory/</a> <b>0800 733 843 (वूमैन्स रिफ्यूज़)</b> <b>0800 32 668 65 (एल्डर अब्यूज़ हॉटलाइन)</b>
<b>किसी बच्चे की भलाई या सुरक्षा के बारे में चिंताओं के लिए</b>	अगर कोई बच्चा या युवा व्यक्ति असुरक्षित है, उनकी देखभाल नहीं की जा रही है, या वे अपने माता पिता या देखभाल करने वालों से अलग हो चुके हैं, तो <b>ओरांगा तामारिकी</b> को फोन करें।	<b>0508 326 459 (ओरांगा तामारिकी)</b> <a href="http://www.orangatamariki.govt.nz">www.orangatamariki.govt.nz</a>
<b>अस्थायी आवास के लिए</b>	अगर आपको रहने के लिए तुरंत एक जगह की जरूरत है तो <b>अस्थायी आवास सेवा</b> से संपर्क करें।	<b>0508 754 163 (अस्थायी आवास सेवा)</b> <a href="https://temporaryaccommodation.mbie.govt.nz/how-we-can-help/">https://temporaryaccommodation.mbie.govt.nz/how-we-can-help/</a>
<b>किराए पर लेने और किरायेदारी सलाह के लिए</b>	अपने कानूनी अधिकारों के बारे में जानकारी के लिए <b>किरायेदारी सेवाओं</b> से संपर्क करें।	<b>0800 836 262 (किरायेदारी सेवाएं)</b> <a href="http://www.tenancy.govt.nz">www.tenancy.govt.nz</a>

## भोजन या जरूरी चीजों तक पहुंच के लिए

हम सभी को भोजन और जरूरी चीजों जैसे कि दवा की जरूरत होती है, इसलिए कृपया इनके बिना रहने की कोशिश न करें। इन्हें आपके पास पहुंचाने के बहुत सारे तरीके हैं।

आपका सहायता नेटवर्क जैसे कि परिवार, फानाऊ, दोस्त, ईवी और पड़ोसी यह देखने के लिए कि क्या वे आपके लिए आवश्यक सामान ला सकते हैं।

अगर आपके कोई सहायता नेटवर्क नहीं है, या वे आपकी मदद करने में असमर्थ हैं, तो आप कुछ दुकानों से ऑनलाइन किराने का सामान ऑर्डर कर सकते हैं।

अगर ऊपर दिए गए विकल्प आपके लिए काम नहीं करते हैं, या आपके पास इंटरनेट नहीं है, तो आप जरूरी सामान वितरित करने के लिए अपने सिविल डिफेंस आपातकालीन प्रबंधन समूह से संपर्क कर सकते हैं, जिनमें शामिल हैं:

- > खाद्य पदार्थ या भोजन
- > पानी
- > किराने का सामान
- > पालतू जानवरों का भोजन
- > दवाई
- > खाना पकाना
- > ईंधन
- > कपड़े
- > बिस्तर के कपड़े

shop.countdown.co.nz/shop/content/priority-assistance (काउंटडाउन)  
ishopnewworld.co.nz (न्यू वर्ल्ड)  
shop.sva.org.nz (छात्र स्वयंसेवक सेना)  
www.civildefence.govt.nz

सिविल डिफेंस एमरजेंसी मैनेजमेंट ग्रुप (नागरिक सुरक्षा आपातकालीन प्रबंधन समूह)

नॉर्थलैंड - 0800 790 791

ऑकलैंड - 0800 222 296

वायकाटो - 0800 800 405

बे ऑफ प्लंटी - 0800 884 222

तायराफिती - 0800 653 800

टारानाकी - 0800 900 077

मानावतु - फांगानुई - 0800 725 678

हॉक्स बे - 0800 422 923

वैलिंगटन - 0800 141 967

नेलसन - तैसमन - 0800 50 50 75

मार्लबरो - 03 520 7400

वैस्ट कोस्ट - 03 900 9329

कैंटरबरी - 0800 24 24 11

ओटागो - 0800 322 4000

साउथलैंड - 0800 890 127

चैटम ऑयलैंड्स - 03 305 0033 एक्सटेंशन 715

## आपकी अपनी भाषा में जानकारी के लिए

InfoNOW से सम्पर्क करें। वे हिन्दी में आपको COVID-19 के बारे में जानकारी दे सकते हैं। वे प्रवासियों को न्यूज़ीलैंड में बसने में सहायता के लिए भी जानकारी प्रदान करते हैं।

www.infonow.nz

0800 4636 669

info@infonow.nz

वेबसाइट के जरिए ऑनलाइन चैट (बातचीत) उपलब्ध

## अपने अधिकारों को समझने में सहायता के लिए

COVID-19 के बारे में जानकारी और अपने अधिकारों के बारे में मुफ्त सलाह और जानकारी के लिए CAB (सिटीजन्स एडवाइस ब्यूरो) से सम्पर्क करें।

0800 367 222 (लैंडलाइन और मोबाइल से मुफ्त)

www.cab.org.nz (ऑनलाइन चैट समेत वेबसाइट)

## रोजगार सलाह और सहायता के लिए

एक कर्मचारी के रूप में अपने अधिकारों को जाने और खुद को सुरक्षित रखें।

अगर आप काम की तलाश कर रहे हैं या आपके पास कोई खाली जगह है जिसे भरने की जरूरत है, तो वर्क एन्ड इनकम से संपर्क करें।

एम्प्लॉयमेंट NZ से संपर्क करें या एक कर्मचारी के रूप में अपने अधिकारों के बारे में जानकारी के लिए उनकी वेबसाइट पर जाएं। सुरक्षित रूप से काम करने के बारे में जानकारी के लिए वर्कसेफ से संपर्क करें।

0800 779 009

(वर्क एन्ड इनकम की जॉब सर्च लाइन)

www.workandincome.govt.nz

0800 20 90 20 (एम्प्लॉयमेंट न्यूज़ीलैंड)

www.employment.govt.nz

0800 030 040 (वर्कसेफ)

www.worksafe.govt.nz

## आर्थिक सहायता के लिए

अगर आप आर्थिक रूप से संघर्ष कर रहे हैं, तो सहायता की मांग करने में कोई बुराई नहीं है।

आपातकालीन और चल रही जरूरतों में आर्थिक सहायता के लिए वर्क एन्ड इनकम वेबसाइट पर जाएं।

आप ऑनलाइन मुख्य भत्ते के लिए आवेदन कर सकते हैं और भोजन की सहायता के लिए अपनी पात्रता की जांच कर सकते हैं।

www.workandincome.govt.nz

https://my.msd.govt.nz/

(फूड ग्रांट एवं बेनिफिट ऐप)

0800 559 009 (एमएसडी जनरल लाइन)

0800 552 002 (सीनियर्स 65+)

0800 88 99 00 (छात्र)

## अन्य सहायता के बारे में अधिक जानकारी के लिए

यह सुनिश्चित करने के लिए कई संगठन काम कर रहे हैं कि हर किसी की देखभाल की जा सके।

COVID-19 के खिलाफ एकजुट होवेबसाइट पर जाएं या न्यूज़ीलैंड सरकार हैल्पलाइन से संपर्क करें।

0800 779 997 (न्यूज़ीलैंड सरकार हैल्पलाइन)

www.Covid19.govt.nz

www.govt.nz/about/about-us/contact-us/