

# Dịch vụ và hỗ trợ



Unite  
against  
COVID-19

Bạn có thể yêu cầu được trợ giúp. Trong khi chúng ta cùng nhau vượt qua dịch bệnh này, có những người và cơ quan có thể hỗ trợ bạn. Sau đây là một loạt các lời khuyên, sự trợ giúp hoặc hỗ trợ nếu bạn cần đến. Nếu bạn không nói được tiếng Anh, bạn có thể yêu cầu thông dịch khi liên lạc với hầu hết các cơ quan chính phủ.

<b>Trong trường hợp khẩn cấp</b>	Gọi <b>111</b> để gặp cơ quan Chữa cháy và Giải cứu Khẩn cấp, Cảnh sát, kêu xe Cấp cứu hoặc gặp cơ quan Phòng vệ Dân sự.	<b>111 (Đường dây Khẩn cấp)</b>
<b>Để được tư vấn về sức khỏe</b> <i>Điều quan trọng là bạn phải luôn được chăm sóc y tế nếu bạn không khỏe. Bạn không cần phải chờ đợi.</i>	Hãy gọi cho Bác sĩ của bạn, hoặc liên hệ với <b>Healthline</b> để được các chuyên viên đã qua đào tạo tư vấn thông tin và sức khỏe miễn phí.	<b>0800 611 116 (Healthline)</b> <a href="http://www.healthpoint.co.nz">www.healthpoint.co.nz</a>
<b>Để được tư vấn sức khỏe về em bé hoặc trẻ em</b>	Gọi cho <b>Plunket</b> để nói chuyện với y tá của Plunket. PlunketLine là dịch vụ tư vấn và trợ giúp cha mẹ miễn phí phục vụ tất cả các gia đình và những người chăm sóc trẻ em.	<b>0800 933 922 (PlunketLine)</b>
<b>Để được hỗ trợ về sức khỏe tâm thần hoặc cai nghiện</b> <i>Bất kể bạn có cảm thấy ra sao, thì sẽ có người nào đó nói chuyện với bạn khi bạn cần.</i>	Gọi điện hoặc nhắn tin đến <b>1737</b> để nói chuyện với nhân viên đã qua đào tạo để họ giúp đỡ bạn. Để được trợ giúp chính xác, bạn có thể liên hệ với <b>Đường dây Trợ giúp Trầm cảm</b> hoặc <b>Đường dây Hỗ trợ Cai nghiện Bia, Rượu, Chất gây nghiện</b> .	<b>1737 (Đường dây Trợ giúp 1737)</b> <b>1737.org.nz</b> <b>0800 111 757 (Đường dây Trợ giúp Trầm cảm)</b> <b>0800 787 797 (Đường dây Hỗ trợ Cai nghiện Bia, Rượu, Chất gây nghiện)</b>
<b>Để được hỗ trợ chống bạo lực gia đình hoặc bạo lực tình dục</b> <i>Bạn được phép rời khỏi nhà của mình để giữ an toàn cho bản thân bạn hoặc người khác. Nếu bạn cần phải rời khỏi nhà, thì sẽ có những trợ giúp cho bạn.</i>	Gọi <b>111</b> nếu bạn hoặc người khác đang gặp nguy hiểm cận kề hoặc trong trường hợp họ có thể làm hại chính họ. Tìm các dịch vụ hỗ trợ xã hội tại địa phương của bạn, gọi cho đường dây trợ giúp <b>Dịch vụ Gia đình 211</b> . <b>Gọi cho Tổ chức Hỗ trợ Phụ nữ Lính nạn</b> để được tư vấn, hỗ trợ và có chỗ ở an toàn trong khi bạn đang gặp bạo lực gia đình trong cuộc sống. Gọi cho <b>Đường dây Trợ giúp chống Xâm hại Người cao tuổi</b> , là dịch vụ miễn phí mà người cao tuổi có thể liên hệ nếu các cụ hoặc người mà các cụ quen biết đang bị xâm hại.	<b>111 (Đường dây Khẩn cấp)</b> <b>0800 211 211 (Đường dây Hỗ trợ Dịch vụ Gia đình 211)</b> <a href="http://www.familyservices.govt.nz/directory/">www.familyservices.govt.nz/directory/</a> <b>0800 733 843 (Tổ chức Hỗ trợ Phụ nữ Lính nạn)</b> <b>0800 32 668 65 (Đường dây Trợ giúp chống Xâm hại Người cao tuổi)</b>
<b>Nếu có lo ngại về phúc lợi hoặc sự an toàn của trẻ em</b>	Gọi cho <b>Oranga Tamariki</b> nếu thấy trẻ em hay thiếu niên đang gặp nguy hiểm, không được chăm sóc, hoặc bị chia cách khỏi cha mẹ hoặc người chăm sóc các bé.	<b>0508 326 459 (Oranga Tamariki)</b> <a href="http://www.orangatamariki.govt.nz">www.orangatamariki.govt.nz</a>
<b>Để xin chỗ ở tạm thời</b>	Liên hệ với <b>Dịch vụ Chỗ ở Tạm thời</b> nếu bạn cần gấp một nơi trú ngụ.	<b>0508 754 163 (Dịch vụ Chỗ ở Tạm thời)</b> <a href="https://temporaryaccommodation.mbie.govt.nz/how-we-can-help/">https://temporaryaccommodation.mbie.govt.nz/how-we-can-help/</a>
<b>Để được tư vấn về thuê, cho thuê nhà</b>	Liên hệ với <b>Cơ quan Quản lý Thuê mướn Nhà</b> để biết thông tin về các quyền hợp pháp của bạn.	<b>0800 836 262 (Cơ quan Quản lý Thuê mướn Nhà)</b> <a href="http://www.tenancy.govt.nz">www.tenancy.govt.nz</a>



## Để tiếp cận thực phẩm hoặc các mặt hàng thiết yếu

Tất cả chúng ta đều cần thực phẩm và các mặt hàng thiết yếu ví dụ như thuốc men, vì vậy xin đừng thử nghiệm sống không cần chúng. Có rất nhiều cách để bạn tiếp cận chúng.

Nói chuyện với những người có thể giúp đỡ bạn như **gia đình, họ hàng, bạn bè, bộ lạc (iwi) và hàng xóm** để xem họ có thể mua giúp các mặt hàng thiết yếu cho bạn hay không.

Nếu bạn không có ai để nhờ, hoặc họ không có khả năng giúp bạn, bạn có thể đặt mua hàng hóa trên mạng của một số cửa hàng.

Nếu các giải pháp bên trên không khả thi cho trường hợp của bạn, hoặc bạn không truy cập internet được, bạn có thể liên hệ với **Nhóm Quản lý Khẩn cấp, Phòng vệ Dân sự** tại địa phương của bạn để nhờ cung cấp giúp các mặt hàng thiết yếu, bao gồm:

- > Thực phẩm
- > Nước
- > Hàng hóa nói chung
- > Thức ăn cho thú cưng
- > Thuốc men
- > Nấu nướng
- > Nhiên liệu
- > Quần áo
- > Chăn ga gối đệm

[shop.countdown.co.nz/shop/content/priority-assistance](http://shop.countdown.co.nz/shop/content/priority-assistance) (Siêu thị Countdown)

[ishopnewworld.co.nz](http://ishopnewworld.co.nz) (Siêu thị New World)

[shop.sva.org.nz](http://shop.sva.org.nz)

(Đội quân Sinh viên Tình nguyện)

[www.civildefence.govt.nz](http://www.civildefence.govt.nz)

## Các Nhóm Quản lý Khẩn cấp, Phòng vệ Dân sự

Northland - **0800 790 791**

Auckland - **0800 222 296**

Waikato - **0800 800 405**

Bay of Plenty – **0800 884 222**

Tairāwhiti - **0800 653 800**

Taranaki – **0800 900 077**

Manawatū-Whanganui – **0800 725 678**

Hawke's Bay – **0800 422 923**

Wellington - **0800 141 967**

Nelson-Tasman – **0800 50 50 75**

Marlborough - **03 520 7400**

West Coast – **03 900 9329**

Canterbury – **0800 24 24 11**

Otago - **0800 322 4000**

Southland - **0800 890 127**

Quần đảo Chatham – **03 305 0033** số máy nhánh **715**

## Để tiếp cận thông tin bằng ngôn ngữ của bạn

Liên hệ với **InfoNOW**. Họ có thể cung cấp thông tin về COVID-19 bằng tiếng Việt. Họ cũng cung cấp thông tin để hỗ trợ người nhập cư ổn định cuộc sống tại New Zealand.

**0800 4636 669**

[info@infnow.nz](mailto:info@infnow.nz)

[www.infnow.nz](http://www.infnow.nz)

Có thể trò chuyện trực tuyến trên website

## Nếu cần được giúp đỡ để hiểu biết thêm về các quyền của bạn

Liên hệ với **CAB (Văn phòng Tư vấn Công dân)** để được tư vấn và cung cấp thông tin miễn phí về COVID-19 và các quyền của bạn.

**0800 367 222** (không tốn cước nếu gọi từ điện thoại bàn và di động)

[www.cab.org.nz](http://www.cab.org.nz) (website có chức năng trò chuyện trực tuyến)

## Để được tư vấn và hỗ trợ việc làm

Biết rõ các quyền của người lao động và giữ cho bản thân bạn an toàn.

Liên hệ với **Work and Income** nếu bạn đang tìm kiếm việc làm hoặc có nhu cầu tuyển nhân viên.

Liên hệ với **Cơ quan Quản lý Lao động NZ** hoặc truy cập trang web của họ để biết thông tin về những quyền của người lao động.

Liên hệ với **Worksafe** để biết thông tin về an toàn lao động.

**0800 779 009**

(Đường dây Tìm kiếm Việc làm của Work and Income)

[www.workandincome.govt.nz](http://www.workandincome.govt.nz)

**0800 20 90 20** (Cơ quan Quản lý Lao động NZ)

[www.employment.govt.nz](http://www.employment.govt.nz)

**0800 030 040** (Worksafe)

[www.worksafe.govt.nz](http://www.worksafe.govt.nz)

## Để được hỗ trợ tài chính

Nếu bạn đang gặp khó khăn về tài chính, bạn có thể yêu cầu được hỗ trợ.

Truy cập trang web **Work and Income** để được hỗ trợ tài chính cho các nhu cầu khẩn cấp và dài hạn.

Bạn có thể lên mạng nộp đơn xin một loại phúc lợi chính yếu và kiểm tra xem có đủ điều kiện để được nhận hỗ trợ thực phẩm hay không.

[www.workandincome.govt.nz](http://www.workandincome.govt.nz)

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

(xin trợ cấp thực phẩm & phúc lợi)

**0800 559 009** (Tổng đài của Bộ Phát triển Xã hội)

**0800 552 002** (Đường dây của người từ 65 tuổi trở lên)

**0800 88 99 00** (Đường dây Hỗ trợ Sinh viên)

## Để biết thêm thông tin về các hỗ trợ khác

Có nhiều cơ quan, tổ chức hoạt động để đảm bảo tất cả mọi người đều được chăm sóc.

Truy cập trang web **Unite Against COVID-19** hoặc liên hệ với **Đường dây Trợ giúp của Chính phủ New Zealand**.

**0800 779 997**

(Đường dây Trợ giúp của Chính phủ New Zealand)

[www.Covid19.govt.nz](http://www.Covid19.govt.nz)

[www.govt.nz/about/about-us/contact-us/](http://www.govt.nz/about/about-us/contact-us/)