

सेवाएं और सहायता

Unite
against
COVID-19

मदद मांगने में कोई बुराई नहीं है। जैसा कि हम साथ मिल कर इस पर काम करते हैं, ऐसे बहुत से लोग और एजेंसियां हैं जो आपकी सहायता कर सकते हैं। अगर आपको जरूरत हो, तो यहां कई तरह की सलाह, सहायता या सहारे के साधन उपलब्ध हैं। अगर आप अंग्रेज़ी नहीं बोलते तो ज्यादातर सरकारी विभागों को फोन करते समय आप इंटरप्रेटर (दुभाषिए) की मांग कर सकते हैं।



आपात स्थिति में	Fire and Emergency (फायर एंड इमरजेंसी), पुलिस या एम्बुलेंस के लिए 111 को फोन करें।	111 (आपातकालीन लाइन)
स्वास्थ्य सलाह के लिए अगर आप बीमार हैं तो हमेशा की तरह चिकित्सा सहायता प्राप्त करना जरूरी है। आपको इंतज़ार करने की जरूरत नहीं है।	अगर आपको सर्दी-जुकाम, फ्लू या COVID-19 के लक्षण हैं, तो टेस्ट करवाएं। अपने डॉक्टर को फोन करें, या प्रशिक्षित पेशेवरों द्वारा प्रदान की गई मुफ्त स्वास्थ्य सलाह और जानकारी के लिए हेल्थलाइन से संपर्क करें।	0800 358 5453 (हेल्थलाइन – COVID-19 स्वास्थ्य सलाह) 0800 611 116 (हेल्थलाइन – जनरल (आम) स्वास्थ्य सलाह) www.healthpoint.co.nz
शिशुओं या बच्चों के बारे में स्वास्थ्य सलाह के लिए	प्लंकेट नर्स से बात करने के लिए Plunket को फोन करें। PlunketLine (प्लंकेटलाइन) सभी परिवारों, और देखभाल करने वालों के लिए उपलब्ध, एक मुफ्त पेरेंट हेल्पलाइन और सलाह सेवा है।	0800 933 922 (प्लंकेटलाइन)
मानसिक स्वास्थ्य या व्यसन (बुरी लत) सहायता के लिए आप चाहे कैसा भी महसूस करें, अगर आपको जरूरत हो, तो बात करने के लिए कोई न कोई उपलब्ध है।	सहायता के लिए किसी प्रशिक्षित व्यक्ति से बात करने के लिए 1737 नम्बर पर फोन या टैक्स्ट करें। विशिष्ट मदद के लिए, आप डिप्रेशन हेल्पलाइन या अल्कोहल ड्रग (मदिरा नशीले पदार्थ) हेल्पलाइन से संपर्क कर सकते हैं।	1737 (1737 हेल्पलाइन) 1737.org.nz 0800 111 757 (डिप्रेशन हेल्पलाइन) 0800 787 797 (अल्कोहल ड्रग हेल्पलाइन)
पारिवारिक हिंसा या यौन हिंसा में सहायता के लिए अपने आप को या किसी और को सुरक्षित रखने के लिए अपने बुलबुले से बाहर जाना उचित है। अगर आपके लिए बाहर जाना जरूरी है, तो मदद उपलब्ध होगी।	अगर आपको या किसी दूसरे व्यक्ति को नुकसान पहुंचाने का तत्काल खतरा है या खुद को नुकसान पहुंचा सकते हैं तो 111 पर फोन करें। अपने इलाके में स्थानीय सामाजिक सेवाओं का पता लगाने के लिए Family Services (फैमिली सर्विसिज़) 211 हेल्पलाइन पर फोन करें। जब आप अपने जीवन में हिंसा का सामना कर रहे हों, तो सलाह, सहायता और सुरक्षित आवास के लिए Women's Refuge (वूमैन्स रिफ्यूज़) को फोन करें। Elder Abuse Helpline (बुजुर्ग उत्पीड़न हेल्पलाइन) को फोन करें। यह एक मुफ्त सेवा है जिसे बुजुर्ग लोग, अगर वे खुद या कोई और जिसे वे जानते हैं, बुजुर्ग उत्पीड़न का सामना कर रहे हैं, उनसे संपर्क कर सकते हैं।	111 (आपातकालीन लाइन) 0800 211 211 (फैमिली सर्विसिज़ 211 हेल्पलाइन) www.familyservices.govt.nz/directory/ 0800 733 843 (वूमैन्स रिफ्यूज़) 0800 32 668 65 (Elder Abuse Hotline/एल्डर अब्यूज़ हॉटलाइन)
किसी बच्चे की भलाई या सुरक्षा के बारे में चिंता के लिए	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 Oranga Tamariki (ओरांगा तामारिकी) को फोन करें।	0508 326 459 (ओरांगा तामारिकी) www.orangatamariki.govt.nz
युवाओं की सहायता के लिए	Youthline (यूथलाइन) संघर्ष कर रहे लोगों समेत सभी युवा लोगों का समर्थन करती है। यूथलाइन 24/7 (24 घंटे/सात दिन मुफ्त हेल्पलाइन सेवा प्रदान करती है)।	यूथलाइन फ्री फोन 0800 376 633 फ्री टैक्स्ट 234 वेबचैट: https://www.youthline.co.nz/
ग्रामीण और खेती-बाड़ी संबंधी सहायता के लिए	अपने स्थानीय Rural Support Trust (रूरल सपोर्ट ट्रस्ट) से संपर्क करें। वे आपको जरूरी सहायता के लिए सही लोगों के पास भेज सकते हैं।	0800 787 254 (रूरल सपोर्ट ट्रस्ट)

<p>भोजन या जरूरी चीजें प्राप्त करने के लिए</p> <p>हम सभी को भोजन और दवा जैसी जरूरी चीजों की जरूरत होती है, इसलिए कृपया इनके बिना रहने की कोशिश न करें। इन्हें आपके पास पहुंचाने के बहुत सारे तरीके हैं।</p> <p>अगर आप जरूरत का सामान डिलीवर कर (पहुँचा) रहे हैं, तो 2 मीटर की दूरी बनाए रखना याद रखें और फेस कवरींग (मास्क) पहनें।</p>	<p>अपने सहायता नेटवर्क जैसे कि परिवार, whānau (माओरी परिवार), मित्र और पड़ोसी से यह पता लगाने के लिए बात करें कि क्या वे आपके लिए जरूरी सामान ला सकते हैं।</p> <p>अगर आपको दवा चाहिए, तो अपनी फार्मसी से संपर्क करें।</p> <p>सुपरमार्केट होम डिलीवरी, भोजन के पार्सल, जमाए हुए पहले से तैयार भोजन, सदस्यता भोजन बक्से (जैसे कि My Food Bag/माई फूड बैग और Hello Fresh/हैलो फ्रेश) या किसी अन्य होल फूड (बिना पका भोजन) डिलीवरी जैसी वितरण सेवा का इस्तेमाल करें:</p> <p>अगर आपको भोजन खरीदने के लिए आर्थिक सहायता चाहिए, तो Work and Income (वर्क एन्ड इनकम) सहायता कर सकते हैं।</p> <p>अगर आपको तुरंत भोजन चाहिए, तो सहायता के लिए अपने स्थानीय फूडबैंक से संपर्क करें – अपने स्थानीय प्रदाता के लिंक (पते) के लिए यहां देखें।</p> <p>यदि आपने ऊपर दिए गए विकल्पों का प्रयोग करने की कोशिश की है और सहायता प्राप्त नहीं कर पाए हैं, तो अपने Civil Defence and Emergency Management/नागरिक सुरक्षा और आपातकालीन प्रबंधन (सीडीईएम) समूह से संपर्क करें।</p>	<p>स्टूडेंट वॉलंटियर ऑर्मी (छात्र स्वयंसेवक सेना) ऑनलाइन आधारित संपर्क रहित डिलीवरी के लिए https://shop.sva.org.nz</p> <p>https://shop.countdown.co.nz/shop/content/priority-assistance/ (काउंटडाउन)</p> <p>https://www.newworld.co.nz/shop (न्यू वर्ल्ड)</p> <p>वर्क एन्ड इनकम के 0800 नम्बरों और लिंक के लिए नीचे देखें।</p> <p>www.familyservices.govt.nz/directory/ (फूडबैंक)</p> <p>www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/</p>
<p>आर्थिक सहायता के लिए</p> <p>नियोक्ताओं, कर्मचारियों और उन लोगों के लिए सहायता उपलब्ध हो सकती है जिन्होंने अपनी नौकरी खो दी है या उनकी आय कम हो गई है, या उन्हें भोजन खरीदने के लिए सहायता चाहिए।</p>	<p>तुरंत आर्थिक सहायता और चल रही जरूरतों के लिए Work and Income (वर्क एन्ड इनकम) वेबसाइट पर जाएं।</p> <p>आप मुख्य भत्ते के लिए ऑनलाइन आवेदन कर सकते हैं और भोजन की सहायता के लिए अपनी पात्रता की जांच कर सकते हैं।</p> <p>यह देखने के लिए कि आपको क्या सहायता उपलब्ध है, आप Unite Against (यूनाइट अगेस्ट) COVID-19 वेबसाइट पर COVID-19 आर्थिक सहायता टूल (उपकरण) का भी उपयोग कर सकते हैं।</p>	<p>www.workandincome.govt.nz</p> <p>https://my.msd.govt.nz/ (फूड ग्रांट एवं बेनिफिट ऐप)</p> <p>0800 559 009 (जनरल या आम लाईन)</p> <p>0800 552 002 (सीनियर्स 65+)</p> <p>0800 88 99 00 (छात्र)</p> <p>www.Covid19.govt.nz/business-and-money/financial-support/covid-19-financial-support-tool/</p>
<p>मकान किराए पर लेने और किरायेदारी सलाह के लिए</p>	<p>अपने कानूनी अधिकारों के बारे में जानकारी के लिए Tenancy Services (टेनेन्सी सर्विसिज़) से संपर्क करें।</p>	<p>0800 836 262 (टेनेन्सी सर्विसिज़)</p> <p>www.tenancy.govt.nz</p>
<p>पशु कल्याण के मामलों के लिए</p>	<p>पशु कल्याण संबंधी चिंताओं और पूछताछ के लिए Ministry for Primary Industries (प्राथमिक उद्योग मंत्रालय) को फोन करें और क्रूरता की रिपोर्ट करें।</p> <p>पशु कल्याण संबंधी चिंताओं के लिए, आप अपने स्थानीय SPCA Centre (एसपीसीए केंद्र) को भी फोन कर सकते हैं।</p>	<p>0800 00 83 33 (MPI/एमपीआई)</p> <p>https://www.sPCA.nz/report-animal-cruelty</p>
<p>बिजनेस सपोर्ट (व्यवसाय सहायता) के लिए</p>	<p>न्यूज़ीलैंड के सभी व्यवसायों और सोल ट्रेडर्स (अकेले व्यापारियों) को: सरकारी आर्थिक सहायता, मुफ्त या सब्सिडी प्राप्त विशेषज्ञ संरक्षण और सलाह ढूंढने, अलग-अलग चेतवनी स्तरों का मतलब या व्यापार निरंतरता के बारे में सहायता और सलाह प्राप्त हो सकती है।</p> <p>नियोक्ता भी स्टाफ बदलने, कर्मचारी कल्याण, और अपने स्वास्थ्य और सुरक्षा दायित्वों को पूरा करने के बारे में विशिष्ट सलाह प्राप्त कर सकते हैं।</p>	<p>नॉर्थ आयलैंड 0800 500 362</p> <p>साउथ आयलैंड 0800 505 096</p>
<p>रोजगार सलाह और सहायता के लिए</p> <p>एक कर्मचारी के रूप में अपने अधिकारों को जानें और खुद को सुरक्षित रखें।</p>	<p>अगर आप काम की तलाश कर रहे हैं या आपके पास कोई खाली जगह है जिसे भरने की जरूरत है, तो Work and Income (वर्क एन्ड इनकम) से संपर्क करें।</p> <p>Employment NZ (एम्प्लॉयमेंट न्यूज़ीलैंड) से संपर्क करें या एक कर्मचारी के रूप में अपने अधिकारों के बारे में जानकारी के लिए उनकी वेबसाइट पर जाएं।</p> <p>सुरक्षित रूप से काम करने के बारे में जानकारी के लिए Worksafe (वर्कसेफ) से सम्पर्क करें।</p>	<p>0800 779 009 (वर्क एन्ड इनकम की जॉब सर्च लाईन)</p> <p>www.workandincome.govt.nz</p> <p>0800 20 90 20 (एम्प्लॉयमेंट न्यूज़ीलैंड)</p> <p>www.employment.govt.nz</p> <p>0800 030 040 (वर्कसेफ)</p> <p>www.worksafe.govt.nz</p>
<p>अतिरिक्त सहायता के बारे में अधिक जानकारी के लिए</p> <p>यह सुनिश्चित करने के लिए कई संगठन काम कर रहे हैं कि हर किसी की देखभाल की जा सके।</p>	<p>Unite Against COVID-19 (यूनाइट अगेस्ट COVID-19) वेबसाइट पर जाएं।</p> <p>आपको अपने अधिकारों और दायित्वों को समझने में मदद करने, और कार्रवाई करने के लिए आपको आवश्यक सहायता देने के लिए Citizens Advice Bureau (सिटीज़न्स एडवाइस ब्यूरो) से सम्पर्क करें।</p>	<p>www.Covid19.govt.nz</p> <p>0800 367 222 (सिटीज़न्स एडवाइस ब्यूरो)</p>

इस जानकारी को COVID-19 website से लिया गया है, Covid19.govt.nz, जिसे नियमित रूप से अपडेट (ताजा) किया जाता है। अगस्त 2021 तक ताजा