

Servicios y asistencia

Unite
against
COVID-19

Está bien pedir ayuda. Mientras enfrentamos juntos esta situación, hay personas y organismos que pueden apoyarte. A continuación te brindamos una serie de opciones de asesoramiento, ayuda o apoyo, en caso de que las necesites. Si no hablas inglés, en la mayoría de los departamentos públicos podrás solicitar un intérprete cuando llames.



En caso de emergencia	Llama al 111 para comunicarte con el servicio de Bomberos y Emergencias, la Policía o un servicio de ambulancia.	111 (línea de emergencia)
Por asesoramiento de salud Recibir asistencia médica si te sientes mal es tan importante como lo ha sido siempre. No tienes por qué esperar.	Si tienes síntomas de resfriado, gripe o COVID-19, hazte el test. Llama a tu médico o a Healthline para obtener información y asesoramiento gratuitos en materia de salud proporcionados por profesionales capacitados.	0800 358 5453 (Healthline: asesoramiento de salud sobre la COVID-19) 0800 611 116 (Healthline: asesoramiento de salud general) www.healthpoint.co.nz
Por consultas médicas relacionadas con niños o bebés	Llama a Plunket para hablar con personal de enfermería de dicha organización. PlunketLine es una línea de ayuda y un servicio de asesoramiento gratuito para padres disponible para todas las familias, los whānau y los cuidadores.	0800 933 922 (PlunketLine)
Por apoyo relacionado con la salud mental o las adicciones No importa cómo te sientas, encontrarás a alguien con quien hablar si lo necesitas.	Llama o envía un mensaje de texto al 1737 para hablar con alguien capacitado para ayudar. Para obtener ayuda específica, puedes comunicarte con la línea de ayuda contra la depresión o la línea de ayuda sobre el alcohol y las drogas .	1737 (línea de ayuda 1737) 1737.org.nz 0800 111 757 (línea de ayuda contra la depresión) 0800 787 797 (línea de ayuda sobre el alcohol y las drogas)
Por apoyo relacionado con la violencia familiar o la violencia sexual Está bien salir de la burbuja para protegerte a ti mismo o a los demás. Si tienes que salir, encontrarás ayuda.	Llama al 111 si tú u otra persona están en peligro inmediato de que los lastimen o de lastimarse a sí mismos. Busca servicios de apoyo social en tu zona: llama a la línea de ayuda 211 de Family Services (Servicios Familiares) . Llama a Women's Refuge (Refugio de Mujeres) para obtener asesoramiento, apoyo y alojamiento seguro cuando estés enfrentando violencia en tu vida. La línea de ayuda contra el maltrato de las personas mayores es un servicio gratuito al que las personas mayores pueden llamar si ellos o alguien que conocen están siendo objeto de maltrato.	111 (línea de emergencia) 0800 211 211 (línea de ayuda 211 de Family Services) www.familyservices.govt.nz/directory/ 0800 733 843 (Women's Refuge) 0800 32 668 65 (línea de ayuda contra el maltrato de las personas mayores)
Por inquietudes sobre el bienestar o la seguridad de los niños	Llama a Oranga Tamariki si un niño o joven se encuentra en una situación de inseguridad o descuido, o si está separado de sus padres o cuidadores.	0508 326 459 (Oranga Tamariki) www.orangatamariki.govt.nz
Por apoyo para los jóvenes	En la línea Youthline se brinda apoyo a todos los jóvenes, en particular a los que están pasando momentos difíciles. Youthline ofrece un servicio gratuito de asistencia telefónica las 24 horas del día, los 7 días de la semana.	Youthline Llamada gratuita al 0800 376 633 Mensaje de texto gratuito al 234 Chat web: https://www.youthline.co.nz/
Por apoyo rural y agrícola	Comunícate con la Rural Support Trust (Fundación de Apoyo Rural) de tu zona. Pueden orientarte en la dirección correcta para obtener el apoyo que necesitas.	0800 787 254 (Rural Support Trust)

<p>Para acceder a alimentos o artículos esenciales</p> <p>Todos necesitamos alimentos y artículos esenciales, como medicamentos, así que no intentes prescindir de ellos. Hay muchas maneras de hacértelos llegar.</p> <p>Si vas a entregar provisiones, recuerda permanecer a 2 metros de distancia de los demás y ponerte un tapabocas.</p>	<p>Habla con tus redes de apoyo, como la familia, el whānau, los amigos y los vecinos, para ver si te pueden entregar artículos esenciales.</p> <p>Si necesitas medicamentos, ponte en contacto con tu farmacia.</p> <p>Prueba con los servicios de entrega de alimentos, como la entrega a domicilio del supermercado, los paquetes de alimentos, las comidas precocinadas congeladas, la suscripción a cajas de alimentos (como My Food Bag o Hello Fresh) o cualquier otro servicio de entrega de alimentos frescos.</p> <p>Si necesitas ayuda económica para comprar alimentos, Work and Income (el Departamento de Trabajo e Ingresos) está para ayudarte.</p> <p>Si necesitas alimentos con urgencia, ponte en contacto con el banco de alimentos de tu zona para que te ayuden; consulta el enlace a tu proveedor local.</p> <p>Si lo has intentado y no puedes acceder a la ayuda a través de ninguna de las opciones anteriores, ponte en contacto con la Agrupación de Defensa Civil y Gestión de Emergencias (CDEM) de tu zona.</p>	<p>Student volunteer army (Ejército de Estudiantes Voluntarios) para entregas sin contacto en Auckland https://shop.sva.org.nz</p> <p>https://shop.countdown.co.nz/shop/content/priority-assistance/ (Countdown)</p> <p>https://www.newworld.co.nz/shop (New World)</p> <p>Más abajo se indican los números 0800 y los enlaces de Work and Income.</p> <p>www.familyservices.govt.nz/directory/ (bancos de alimentos)</p> <p>www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/</p>
<p>Por apoyo económico</p> <p>Puede haber apoyo para los empresarios, los empleados y los que han perdido su trabajo o han visto reducidos sus ingresos. También puede haber ayuda para comprar alimentos.</p>	<p>Visita el sitio web de Work and Income (el Departamento de Trabajo e Ingresos) para obtener apoyo económico que contribuya a satisfacer tus necesidades permanentes o urgentes.</p> <p>Puedes solicitar una prestación principal por Internet y ver si cumples los requisitos para recibir asistencia alimentaria.</p> <p>También puedes utilizar la herramienta de apoyo financiero COVID-19 en el sitio web Unite Against COVID-19 para ver a qué apoyo podrías acceder.</p>	<p>www.workandincome.govt.nz</p> <p>https://my.msd.govt.nz/ (aplicación de prestaciones y subsidios alimentarios)</p> <p>0800 559 009 (línea general)</p> <p>0800 552 002 (mayores de 65 años)</p> <p>0800 88 99 00 (estudiantes)</p> <p>www.Covid19.govt.nz/business-and-money/financial-support/covid-19-financial-support-tool/</p>
<p>Por asesoramiento sobre alquileres y arrendamientos</p>	<p>Comunícate con Tenancy Services (Servicio de Alquileres) para obtener información sobre tus derechos legales.</p>	<p>0800 836 262 (Tenancy Services)</p> <p>www.tenancy.govt.nz</p>
<p>Por asuntos relacionados con el bienestar animal</p>	<p>Llame al Ministerio de Industrias Primarias si tienes inquietudes o consultas relacionadas con el bienestar animal y para denunciar casos de crueldad.</p> <p>Por emergencias relacionadas con el bienestar de los animales, también puedes llamar al SPCA Centre de tu zona.</p>	<p>0800 00 83 33 (Ministerio de Industrias Primarias)</p> <p>https://www.sPCA.nz/report-animal-cruelty</p>
<p>Por apoyo empresarial</p>	<p>Todas las empresas y empresarios individuales neozelandeses pueden obtener apoyo y asesoramiento sobre los siguientes temas: la ayuda financiera que ofrece el Gobierno; cómo obtener orientación y asesoramiento gratuitos o subsidiados proporcionados por expertos; lo que significan los distintos niveles de alerta, o la continuidad de las actividades.</p> <p>Los empresarios también pueden obtener asesoramiento específico sobre los cambios de personal, el bienestar de los empleados y el cumplimiento de sus obligaciones en materia de salud y seguridad.</p>	<p>Isla Norte 0800 500 362</p> <p>Isla Sur 0800 505 096</p>
<p>Por asesoramiento y apoyo laboral</p> <p>Conoce tus derechos como empleado y mantente a salvo.</p>	<p>Comunícate con Work and Income (Trabajo e Ingresos), si estás buscando trabajo o tienes una vacante que necesitas llenar.</p> <p>Ponte en contacto con Employment NZ (Empleo de Nueva Zelanda) o visita su sitio web para obtener información sobre tus derechos como empleado.</p> <p>Comunícate con Worksafe (Seguridad Laboral) para obtener información sobre cómo trabajar de forma segura.</p>	<p>0800 779 009 (línea de búsqueda de trabajo de Work and Income)</p> <p>www.workandincome.govt.nz</p> <p>0800 20 90 20 (Employment New Zealand)</p> <p>www.employment.govt.nz</p> <p>0800 030 040 (Worksafe)</p> <p>www.worksafe.govt.nz</p>
<p>Por información sobre otro tipo de apoyo</p> <p>Hay una serie de organizaciones que trabajan para asegurarse de que todos sean atendidos.</p>	<p>Visita el sitio web Unite Against COVID-19.</p> <p>La Citizens Advice Bureau (Oficina de Asesoramiento para el Ciudadano) puede ayudarte a comprender cuáles son tus derechos y obligaciones, y darte el apoyo que necesitas para tomar medidas.</p>	<p>www.Covid19.govt.nz</p> <p>0800 367 222 (Citizens Advice Bureau)</p>

Información tomada del sitio web sobre la COVID-19, Covid19.govt.nz, que se actualiza con regularidad. Vigente a agosto de 2021.