ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនចេះនិយាយភាសាអង់គ្លេស លោកអ្នកអាចសួររកអ្នកបកប្រែបាន ពេលអ្នកត្រូវការទាក់ទងទៅស្ថាប័នរដ្ឋាភិបាលភាគច្រើន។

**ការឧបត្ថម្ភចំពោះបុគ្គលម្នាក់ៗ**

**ការរកអាហារ**

ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនអាចចេញពីផ្ទះទៅរកអាហារបាន ចូរមើលថាតើលោកអ្នកអាច៖

* ទិញអាហារតាមប្រព័ន្ធអ៊ិនធឺណែត ឬ តាមការទាក់ទងជាមួយនឹងផ្សារទំនើប ក្នុងតំបន់ និង សេវាប្រកបដោយអាទិភាពរបស់ផ្សារនោះ
* ចាត់ចែងតាមរយៈគ្រួសារ និងមិត្តភ័ក្តិដើម្បីឲ្យទៅយកអាហារពីកន្លែងលក់

**ប្រាក់ឧបត្ថម្ភដើម្បីទិញអាហារ**

លោកអ្នកអាចត្រូវទទួលជំនួយតាមរយៈនាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល (Work and Income)។ លោកអ្នកមិនចាំបាច់ជាអតិថិជនរបស់នាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល ពីមុនមកទេ។

លោកអ្នកអាចទាក់ទង៖

* ទូរស័ព្ទលេខ [0800 559 009](tel:0800559009)
* ចូលទៅគេហទំព័រ [Go to MyMSD](http://www.my.msd.govt.nz/)

**តម្រូវការអាហារបន្ទាន់**

ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវការអាហារបន្ទាន់ក្នងកំឡុងពេលពី ២៤ ទៅ ៤៨ ម៉ោង លោកអ្នក អាចទាក់ទងកន្លែងផ្ដល់ស្បៀងអាហារ (Food bank) នៅក្នុងតំបន់របស់លោកអ្នក។

[ស្វែងរក កន្លែងផ្តល់ស្បៀងអាហារ និង សេវាជំនួយស្បៀងអាហារផ្សេងទៀត នៅប្រទេសញូស៊ីលែន](https://www.familyservices.govt.nz/directory/searchresultspublic.htm?pageNumber=1&searchRegion=-1&cat1=68&expandCategories=false&searchTerms=Food&searchByProviderName=false&cat2=110&pageSize=10&searchCriterion.sortOrder=RELEVANCE)

**ជំនួយជាប្រាក់**

* ប្រាក់ជំនួយតាមរយៈគេហទំព័រនាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល ។ កន្លែងទំនាក់ទំនង ទូរស័ព្ទលេខ 0800 559 009 និង ចូលទៅគេហទំព័រ [MyMSD](http://www.my.msd.govt.nz/)
* មជ្ឈមណ្ឌលផ្តល់សេវារបស់នាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល មានផ្ដល់សេវា ក្នុងពេល ប្រកាសអាសន្ន កម្រិត១ និង ២ ប៉ុន្តែបិទនៅក្នុងកម្រិត ៣ និង ៤។
* ការណាត់ជួបក្នុងស្ថានភាពប្រកាសអាសន្ន កម្រិត ៣ និង ៤ ត្រូវទាក់ទងតាមទូរស័ព្ទ និង តាមពេលវេលាដែលបានកំណត់សម្រាប់ការណាត់ជួប។
* ការណាត់ជួបក្នុងស្ថានភាពប្រកាសអាសន្នកម្រិត ១ និង ២ អាចធ្វើឡើងនៅកន្លែង ផ្តល់សេវារបស់នាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល បាន។
* ការបង់ប្រាក់ជាប្រចាំពីនាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល នឹងត្រូវបង់ជា ធម្មតា។
* ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវបានតម្រូវអោយនៅដោយឡែកពីអ្នកដទៃ ហើយមិនអាចធ្វើ ការងារពីផ្ទះបាន ចូរសួរចៅហ្វាយនាយរបស់អ្នក។ គាត់អាចជួយដាក់ពាក្យសុំប្រាក់ ជំនួយដើម្បីបង់ប្រាក់ជូនអ្នក។
* គេហទំព័រ [នាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល](https://www.workandincome.govt.nz/covid-19/auckland-employers.html)  មានរៀបរាប់អំពីប្រាក់ណាខ្លះ ដែលមានបង់។ ប្រាក់ទាំងនេះក៏មាន បង់អោយលោកអ្នកដែលប្រកបមុខរបរ ដោយខ្លួងឯងបាន (Self-employed)។
  + **ការបង់ប្រាក់សម្រាប់អវត្តមានរយៈពេលខ្លី**

ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនអាចធ្វើការពីផ្ទះក្នុងពេលដែលលោកអ្នកកំពុងរង់ចាំលទ្ធផលធ្វើតេស្ត កូវិដ ១៩ ចៅហ្វាយនាយរបស់អ្នកអាចដាក់ពាក្យសុំប្រាក់ សម្រាប់តែមួយដងចំនួន ៣៥០ ដុល្លារ ដើម្បីធានាអោយលោកអ្នកនៅ តែទទួលបានបៀវត្ត។ ការបង់ប្រាក់នេះក៏មានសម្រាប់លោកអ្នកដែលប្រកបប្រកបមុខរបរដោយ ខ្លួនឯងផងដែរ។

* **គម្រោងប្រាក់ឧបត្ថម្ភពេលឈប់សម្រាក**

បើលោកអ្នកមិនអាចធ្វើការពីផ្ទះក្នុងពេលដាក់ខ្លួនអោយនៅដោយឡែក បាន ចៅហ្វាយនាយរបស់អ្នកអាចដាក់ពាក្យសុំគម្រោង ប្រាក់ឧបត្ថម្ភ ពេលឈប់សម្រាក។ ប្រាក់ជំនួយនេះត្រូវបានបង់សារុបតែម្តងទៅម្ចាស់ហាង សម្រាប់ រយៈពេលពីរសប្តាហ៍ សម្រាប់បុគ្គលិកដែលមានសិទ្ធិទទួល ក្នុងអត្រា 585.80 ដុល្លារសម្រាប់បុគ្គលិកធ្វើការពី 20 ម៉ោងឡើងទៅ និង 350 ដុល្លារ សម្រាប់បុគ្គលិកធ្វើការក្រោម 20 ម៉ោង ក្នុងមួយសប្តាហ៍។

* + **ប្រាក់ឧបត្ថម្ភប្រាក់ឈ្នួល និង ប្រាក់ឧបត្ថម្ភនៃការកើតឡើងវិញ (កូវីដ ១៩)**

ប្រសិនកន្លែងធ្វើការរបស់លោកអ្នករងគ្រោះដោយការប្តូរកម្រិតប្រកាសអាសន្ននៃជម្ងីកូវិដ ១៩ ចៅហ្វាយនាយលោកអ្នកអាចដាក់ពាក្យសុំប្រាក់ឧបត្ថម្ភ ប្រាក់ឈ្នួល និង ប្រាក់ឧបត្ថម្ភសម្រាប់ការកើតឡើងវិញនៃកូវិដ ១៩ ដើម្បីជួយ បង់ជំនួសប្រាក់ខែលោកអ្នក និងដើម្បីជួយលោកអ្នកអោយអាចបន្តការងារ ជាប្រចាំ។

**ជំនួយសម្រាប់ការចំណាយសំខាន់ៗ**

ប្រសិនបើលោកអ្នកបាត់បង់ការងារធ្វើ ឬ មានការកាត់ម៉ោងការងារ នាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល អាចជួយសម្រាប់ការចំណាយបន្ទាន់ដូចជា៖

* អាហារ
* ទីកន្លែងស្នាក់នៅ ដូចជា ឈ្នួលផ្ទះ ការប្រាក់ទិញផ្ទះ អាហារឧបត្ថម្ភពេលស្នាក់នៅ ការរកកន្លែងស្នាក់នៅបន្ទាន់ ឬ ការផ្លាស់ប្តូរទីលំនៅ
* ការជួសជុល ឬ ការប្តូរឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ថ្មី
* ការព្យាបាលធ្មេញដែលត្រូវធ្វើបន្ទាន់
* ការព្យាបាលសុខភាពជាបន្ទាន់
* ការបំពេញស៊ីទែនទឹក

[ការឧបត្ថម្ភផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុ , លក្ខណៈសម្បត្តិសម្រាប់ទទួលប្រាក់ជំនួយ និង ការដាក់ពាក្យសុំតាមគេហទំព័រនាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល (Work and Income website)](https://workandincome.govt.nz/eligibility/living-expenses/index.html)

* ឬមួយទាក់ទងទៅនាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល តាមរយៈទូរសព្ទលេខ 0800 559 009
* ជនមានអាយុពី 65 ឆ្នាំ ឡើងទៅ 0800 552 002 ឬ +64 4 978 1180
* សិស្ស និស្សិត 0800 88 99 00 ឬ គេហទំព័រ [www.studylink.govt.nz](http://www.studylink.govt.nz)
* ជនថ្លង់ ខូចត្រជៀក ឬ ដែលមានបញ្ហារការនិយាយខ្សោយ អាចទាក់ទងទៅបណ្តាញជម្ងឺថ្លង់ដោយមិនគិតថ្លៃ។ ទូរសារ (Fax) 0800 621 621 ផ្ញើសារ 029 286 7170 និង អ៊ីមែល [MSD\_Deaf\_Services@msd.govt.nz](mailto:MSD_Deaf_Services@msd.govt.nz)

**ប្រិសិនបើលោកអ្នកមិនមានសិទ្ធិរស់នៅអចិន្ត្រៃយ៍ក្នុងប្រទេសញូស៊ីលែន**

ជំនួយក៏មានសម្រាប់ជនបរទេសដែលកំពុងជួបការលំបាកផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុដោយសារជម្ងឺកូវិដ ១៩

ប្រសិនលោកអ្នកកំពុងរស់នៅប្រទេសញូស៊ីលែន ដោយកាន់ទិដ្ឋាការបណ្តោះអាសន្នដូចជា៖

* ទិដ្ឋាការដើរកំសាន្ដ
* ទិដ្ឋាការសិក្សា
* ទិដ្ឋាការធ្វើការងារ

ចូរស្វែងរក បន្ថែមតាមគេហទំព័រ <https://www.workandincome.govt.nz/covid-19/temporary-visa-holders.html>

**ការឧបត្ថម្ភដទៃទៀត**

មានសេវាកម្មផ្សេងទៀតសម្រាប់ជួយលោកអ្នកអោយមានសុវត្ថិភាព និង រស់នៅបានល្អ។

**សម្រាប់ពត៌មានទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាពការងារ**

សូមចូលទៅកាន់ WorkSafe 0800 030 040 or +64 4 897 7699

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

**ឧិវាទអំពីការងារ និង ជំនួយសម្រាប់និយោជិក**

សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ [www.employment.govt.nz](http://www.employment.govt.nz) ឬ ទូរស័ព្ទ 0800 20 90 20 ឬ +64 9 969 2950។

**ការស្នាក់នៅ និង ការជួលផ្ទះ**

ការផ្តល់យោបល់ និង ការឧបត្ថម្ភសម្រាប់លោកអ្នកជួលផ្ទះ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ 0800 646 483 គេហទំព័រ [www.hud.govt.nz](http://www.hud.govt.nz) ឬអ៊ីមែល [info@hud.govt.nz](mailto:info@hud.govt.nz)

ការផ្តល់សេវាសម្រាប់ការស្នាក់នៅបណ្តោះអាសន្នដល់លោកអ្នកដែលកំពុងជួបប្រទះការហាមឃាត់ធ្វើដំណើរដោយសារប្រកាសអាសន្នកម្រិត ៣ និង ៤ ហើយមិនអាចធ្វើដំណើរ ទៅផ្ទះបាន សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ 0508 754 163។ <https://temporaryaccommodation.mbie.govt.nz>

ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវការជំនួយបន្ទាន់សម្រាប់ការស្នាក់នៅក្នុងរយៈពេល ៧ ថ្ងៃខាងមុខ ហើយគ្មានកន្លែងស្នាក់នៅ សូមទូរស័ព្ទទៅនាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល លេខ 0800 559 006 ពីថ្ងៃ ច័ន្ទ ដល់ សុក្រ ពីម៉ោង 7 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 6 ល្ងាច។ ថ្ងៃ សៅរ៍ ពីម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 1 រសៀល។

**អន្តោប្រវេស្សន្ត៍**

សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ [www.immigration.govt.nz/about-us/covid-19](http://www.immigration.govt.nz/about-us/covid-19) ឬ ទូរស័ព្ទទៅ មណ្ឌលទំនាក់ទំនងក្រសួងអន្តោប្រវេស្សន្ត៍ ពីម៉ោង 6 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 10 យប់ ថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ សុក្រ តាមរយៈទូរស័ព្ទលើតុតែមួយគត់ 0508 558 855 ឬ ទីក្រុងអូកខ្លិន 09 914 4100, ទីក្រុងវែល្លីងតុន 04 910 9915, និង ទូរស័ព្ទពីក្រៅប្រទេស +64 9 914 4100។

**សុវត្ថិភាព និង ការរស់នៅដោយសុខសប្បាយ**

សូមទូរស័ព្ទទៅខាងសង្គ្រោះបន្ទាន់លេខ 111 ប្រសិនបើលោកអ្នក ឬ នរណាម្នាក់ស្ថិតក្នុង ស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់ ឬ កំពុងរងការធ្វើបាប ឬ អាចបង្ករគ្រោះថ្នាក់ខ្លួនឯង។

ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនស្ថិតក្នុងស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់ភ្លាមៗទេ តែ ត្រូវការជំនួយដោយសារ អំពើហឹង្សាក្នុងគ្រួសារ លោកអ្នកអាចទូរស័ព្ទ៖

* Shakti International តាមរយៈលេខទូរស័ព្ទ 0800 742 584 សម្រាប់ 24 ម៉ោង ៧ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍
* 2Shine តាមរយៈលេខទូរស័ព្ទ 0800 744 633 ពីម៉ោង 9 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 11 យប់ រៀងរាល់ថ្ងៃ។

សម្រាប់សេវាជួយសង្គមក្នុងតំបន់លោកអ្នក អាចទូរស័ព្ទទៅកាន់ សេវាគ្រួសារលេខ 211 សេវាទូរស័ព្ទពិសេសលេខ 0800 211 211 ឬចូលទៅកាន់គេហទំព័រ [www.familyservices.govt.nz/directory/](http://www.familyservices.govt.nz/directory/)

អង្គការជនភៀសខ្លួនសម្រាប់ស្ត្រី អាចជួយផ្តល់យោបល់ ជំនួយ និង កន្លែងស្នាក់នៅដែល មានសុវត្ថិភាព ពេលដែលអ្នកជួបបញ្ហាអំពើហឹង្សាក្នុងជីវិតអ្នក លេខ 0800 733 843។

មានសេវាទូរស័ព្ទពិសេសសម្រាប់ការរំលោភបំពានជនចាស់ជរាដោយមិនគិតថ្លៃ ដែលលោក អ្នកដែលមានវ័យចាស់ជរា អាចទាក់ទងបាន ប្រសិនបើលោកអ្នក ឬ នរណាម្នាក់ដែល លោកអ្នកស្គាល់ជួបប្រទះនឹងបញ្ហាធ្វើបាបមនុស្សចាស់ជរា គឺលេខ 0800 32 668 65។

ការឧបត្ថម្ភចំពោះការពិបាកក្នុងអារម្មណ៍ ទុក្ខព្រួយ ឬ បញ្ហាសុខភាពផ្លូវចិត្ត អាចទូរស័ព្ទ ឬ ផ្ញើសារទៅកាន់លេខ 1737 ដើម្បីនិយាយជាមួយនរណាម្នាក់ដែលបានហ្វឹកហាត់ ដើម្បីជួយដោយមិនគិតថ្លៃ សម្រាប់ 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ និង ៧ថ្ងៃក្នុងមួយសប្តាហ៍។

លោកអ្នកអាចទាក់ទងសេវាពិសេសសម្រាប់បញ្ហាពិបាកចិត្តធ្ងន់ធ្ងរ តាមលេខ 0800 111 757 ឬ សេវាសម្រាប់គ្រឿងញៀននិងស្រវឹងលេខ 0800 787 797។