



ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនចេះនិយាយភាសាអង់គ្លេស លោកអ្នកអាចសួររកអ្នកបកប្រែបាន ពេលអ្នកត្រូវការទាក់ទងទៅស្ថាប័នរដ្ឋាភិបាលភាគច្រើន។

ការឧបត្ថម្ភចំពោះបុគ្គលម្នាក់ៗ

ការរកអាហារ

ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនអាចចេញពីផ្ទះទៅរកអាហារបាន ចូរមើលថាតើលោកអ្នកអាច៖

- ទិញអាហារតាមប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណែត ឬ តាមការទាក់ទងជាមួយនឹងផ្សារទំនើប ក្នុងតំបន់ និង សេវាប្រកបដោយអាទិភាពរបស់ផ្សារនោះ
- ចាត់ចែងតាមរយៈគ្រួសារ និងមិត្តភក្តិដើម្បីឱ្យទៅយកអាហារពីកន្លែងលក់

ប្រាក់ឧបត្ថម្ភដើម្បីទិញអាហារ

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

លោកអ្នកអាចទាក់ទង៖

- ទូរស័ព្ទលេខ 0800 559 009
- ចូលទៅគេហទំព័រ Go to MyMSD

តម្រូវការអាហារបន្ទាន់

ប្រសិនបើលោកអ្នកត្រូវការអាហារបន្ទាន់ក្នុងកំឡុងពេលពី ២៤ ទៅ ៤៨ ម៉ោង លោកអ្នក អាចទាក់ទងកន្លែងផ្តល់ស្បៀងអាហារ (Food bank) នៅក្នុងតំបន់របស់លោកអ្នក។

[ស្វែងរក កន្លែងផ្តល់ស្បៀងអាហារ និង សេវាជំនួយស្បៀងអាហារផ្សេងទៀត នៅប្រទេសញូវស៊ីលែន](#)

ជំនួយជាប្រាក់

- ប្រាក់ជំនួយតាមរយៈគេហទំព័រនាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល ។ កន្លែងទំនាក់ទំនង ទូរស័ព្ទលេខ 0800 559 009 និង ចូលទៅគេហទំព័រ [MyMSD](#)
- មជ្ឈមណ្ឌលផ្តល់សេវារបស់នាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល មានផ្តល់សេវា ក្នុងពេល ប្រកាសអាសន្ន កម្រិត ១ 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 ចូរសួរថាហ្វាយនាយរបស់អ្នក។ គាត់អាចជួយដាក់ពាក្យសុំប្រាក់ ជំនួយដើម្បីបង់ប្រាក់ជូនអ្នក។

- គេហទំព័រ នាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល មានរៀបរាប់អំពីប្រាក់ណាខ្លះដែលមានបង់។ ប្រាក់ទាំងនេះក៏មាន បង់អោយលោកអ្នកដែលប្រកបមុខរបរដោយខ្លួនឯងបាន (Self-employed)។
 - **ការបង់ប្រាក់សម្រាប់អវត្តមានរយៈពេលខ្លី**
ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនអាចធ្វើការពីផ្ទះក្នុងពេលដែលលោកអ្នកកំពុងរង់ចាំលទ្ធផលធ្វើតេស្ត កូវីដ ១៩ ចៅហ្វាយនាយរបស់អ្នកអាចដាក់ពាក្យសុំប្រាក់សម្រាប់តែមួយដងចំនួន ៣៥០ ដុល្លារ ដើម្បីធានាអោយលោកអ្នកនៅតែទទួលបានបៀវត្ស។
ការបង់ប្រាក់នេះក៏មានសម្រាប់លោកអ្នកដែលប្រកបប្រកបមុខរបរដោយខ្លួនឯងផងដែរ។
 - **គម្រោងប្រាក់ឧបត្ថម្ភពេលឈប់សម្រាក**
បើលោកអ្នកមិនអាចធ្វើការពីផ្ទះក្នុងពេលដាក់ខ្លួនអោយនៅដោយឡែកបាន ចៅហ្វាយនាយរបស់អ្នកអាចដាក់ពាក្យសុំគម្រោង ប្រាក់ឧបត្ថម្ភពេលឈប់សម្រាក។ ប្រាក់ជំនួយនេះត្រូវបានបង់សារប្រាក់ម្តងទៅម្ខាងសហសម្រាប់ រយៈពេលពីរសប្តាហ៍ សម្រាប់បុគ្គលិកដែលមានសិទ្ធិទទួល ក្នុងអត្រា 585.80 ដុល្លារសម្រាប់បុគ្គលិកធ្វើការពី 20 ម៉ោងឡើងទៅ និង 350 ដុល្លារសម្រាប់បុគ្គលិកធ្វើការក្រោម 20 ម៉ោង ក្នុងមួយសប្តាហ៍។
 - **ប្រាក់ឧបត្ថម្ភប្រាក់ឈ្នួល និង ប្រាក់ឧបត្ថម្ភនៃការកើតឡើងវិញ (កូវីដ ១៩)**
ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនអាចធ្វើការរបស់លោកអ្នករងគ្រោះដោយការប្តូរកម្រិតប្រកាសអាសន្ននៃជម្ងឺកូវីដ ១៩ ចៅហ្វាយនាយលោកអ្នកអាចដាក់ពាក្យសុំប្រាក់ឧបត្ថម្ភប្រាក់ឈ្នួល និង ប្រាក់ឧបត្ថម្ភសម្រាប់ការកើតឡើងវិញនៃកូវីដ ១៩ ដើម្បីជួយបង់ជំនួសប្រាក់ខែលោកអ្នក និងដើម្បីជួយលោកអ្នកអោយអាចបន្តការងារជាប្រចាំ។

ជំនួយសម្រាប់ការចំណាយសំខាន់ៗ

ប្រសិនបើលោកអ្នកបាត់បង់ការងារធ្វើ ឬ មានការកាត់ម៉ោងការងារ នាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល អាចជួយសម្រាប់ការចំណាយបន្ទាន់ដូចជា៖

- អាហារ
- ទឹកនៃស្នាក់នៅ ដូចជា ឈ្នួលផ្ទះ ការប្រាក់ទិញផ្ទះ អាហារឧបត្ថម្ភពេលស្នាក់នៅ ការរកកន្លែងស្នាក់នៅបន្ទាន់ ឬ ការផ្លាស់ប្តូរទីលំនៅ
- ការជួសជុល ឬ ការប្តូរឧបករណ៍ប្រើប្រាស់ថ្មី
- ការព្យាបាលធូញដែលត្រូវធ្វើបន្ទាន់
- ការព្យាបាលសុខភាពជាបន្ទាន់
- ការបំពេញសុំទេសនីក

ការឧបត្ថម្ភផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុ, លក្ខណៈសម្បត្តិសម្រាប់ទទួលប្រាក់ជំនួយ និង ការដាក់ពាក្យសុំតាមគេហទំព័រនាយកដ្ឋានការងារ និង ប្រាក់ចំណូល (Work and Income website)

- 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
- ជនច្បង ខូចគ្រឿង ឬ ដែលមានបញ្ហាការនិយាយខ្សោយ អាចទាក់ទងទៅបណ្តាញជម្ងឺផ្លូវចិត្តដោយមិនគិតថ្លៃ។ ទូរសារ (Fax) 0800 621 621 ផ្ញើសារ 029 286 7170 និង អ៊ីមែល MSD_Deaf_Services@msd.govt.nz

ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនមានសិទ្ធិរស់នៅអចិន្ត្រៃយ៍ក្នុងប្រទេសញូវស៊ីលែន

ជំនួយក៏មានសម្រាប់ជនបរទេសដែលកំពុងជួបការលំបាកផ្នែកហិរញ្ញវត្ថុដោយសារជម្ងឺកូវីដ ១៩

ប្រសិនបើលោកអ្នកកំពុងរស់នៅប្រទេសញូវស៊ីលែន ដោយកាន់ទិដ្ឋាការបណ្តោះអាសន្នដូចជា៖

- ទិដ្ឋាការដើរកំសាន្ត
- ទិដ្ឋាការសិក្សា
- ទិដ្ឋាការធ្វើការងារ

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

ការឧបត្ថម្ភដទៃទៀត

មានសេវាកម្មផ្សេងទៀតសម្រាប់ជួយលោកអ្នកអោយមានសុវត្ថិភាព និង រស់នៅបានល្អ។

សម្រាប់ព័ត៌មានទាក់ទងនឹងសុវត្ថិភាពការងារ

សូមចូលទៅកាន់ WorkSafe 0800 030 040 or +64 4 897 7699

www.worksafe.govt.nz

ឱវាទអំពីការងារ និង ជំនួយសម្រាប់និយោជិក

សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.employment.govt.nz ឬ ទូរស័ព្ទ 0800 20 90 20 ឬ +64 9 969 2950។

ការស្នាក់នៅ និង ការផ្តល់ជូន

ការផ្តល់យោបល់ និង ការឧបត្ថម្ភសម្រាប់លោកអ្នកផ្តល់ជូន៖ សូមទូរស័ព្ទទៅលេខ 0800 646 483 គេហទំព័រ www.hud.govt.nz ឬអ៊ីមែល info@hud.govt.nz

ការផ្តល់សេវាសម្រាប់ការស្នាក់នៅបណ្តោះអាសន្នដល់លោកអ្នកដែលកំពុងជួបប្រទះការហាមឃាត់ធ្វើដំណើរដោយសារប្រកាសអាសន្នកម្រិត ៣ និង ៤ ហើយមិនអាចធ្វើដំណើរទៅផ្ទះបាន 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។

អន្តេប្រវេសន៍

សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.immigration.govt.nz/about-us/covid-19 ឬ ទូរស័ព្ទទៅមណ្ឌលទំនាក់ទំនងក្រសួងអន្តេប្រវេសន៍ ពីម៉ោង 6 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 10 យប់ ថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ សុក្រ តាមរយៈទូរស័ព្ទលើតុតែមួយគត់ 0508 558 855 ឬ ទីក្រុងអូកឡិន 09 914 4100, ទីក្រុងវ៉ែលីងតុន 04 910 9915, និង ទូរស័ព្ទពិគ្រោះប្រទេស +64 9 914 4100។

សុវត្ថិភាព និង ការរស់នៅដោយសុខសប្បាយ

សូមទូរស័ព្ទទៅខាងសង្គ្រោះបន្ទាន់លេខ 111 ប្រសិនបើលោកអ្នក ឬ នរណាម្នាក់ស្ថិតក្នុងស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់ ឬ កំពុងរងការធ្វើបាប ឬ អាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ខ្លួនឯង។

ប្រសិនបើលោកអ្នកមិនស្ថិតក្នុងស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់ភ្លាមៗទេ តែ ត្រូវការជំនួយដោយសារអំពើហិង្សាក្នុងគ្រួសារ 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/

អង្គការជនភៀសខ្លួនសម្រាប់ស្ត្រី អាចជួយផ្តល់យោបល់ ជំនួយ និង កន្លែងស្នាក់នៅដែល
មានសុវត្ថិភាព ពេលដែលអ្នកជួបបញ្ហាអំពើហិង្សាក្នុងជីវិតអ្នក 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។