

আপনি যদি ইংরাজীতে কথা বলতে না পারেন, তাহলে বেশিরভাগ সরকারী বিভাগে কল করার সময় আপনি একজন দোভাষী চাইতে পারেন।

**ব্যক্তিদের জন্য সমর্থন**

**খাবার পাওয়া**

আপনি যদি খাবার নিতে নিজের বাড়ি ছেড়ে না যেতে পারেন। আপনি করতে পারেন কিনা দেখুন:

* স্থানীয় সুপারমার্কেট এবং তাদের অগ্রাধিকার সহায়তা পরিষেবার মাধ্যমে অনলাইন অর্ডার এবং ব্যবস্থা করা
* পরিবার এবং বন্ধুদের থেকে খাবার নিয়ে যাওয়ার ব্যবস্থা।

**খাবার পেতে আর্থিক সহায়তা**

আপনি ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকামের মাধ্যমে সাহায্য পেতে সক্ষম হতে পারেন। আপনার কোনও বিদ্যমান ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকাম ক্লায়েন্ট হওয়ার দরকার নেই।

* কল করুন 0800 559 009
* [MyMSD-তে যান](http://www.my.msd.govt.nz/)

**খাবারের জরুরি প্রয়োজনীয়তা**

যদি আপনার পরিস্থিতি জরুরি হয় এবং আপনার পরবর্তী 24 থেকে 48 ঘন্টার মধ্যে খাবারের প্রয়োজন হয়, তবে আপনি স্থানীয় ফুড ব্যাঙ্কের সাথে যোগাযোগ করতে পারেন।

[নিউজিল্যান্ড জুড়ে ফুড ব্যাঙ্ক এবং অন্যান্য খাদ্য সহায়তা পরিষেবা সন্ধান করুন](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)

**টাকা দিয়ে সাহায্য করা**

* সাহায্য ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকাম ওয়েবসাইট, কনট্যাক্ট সেন্টার-এ 0800 559 009 এবং MyMSD মাধ্যমে উপলব্ধ।
* ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকাম পরিষেবাকেন্দ্রগুলি অ্যালার্ট লেভেল1 এবং 2 তে খোলা রয়েছে এবং অ্যালার্ট লেভেল3 এবং 4 এ বন্ধ রয়েছে।
* অ্যালার্ট লেভেল3 এবং 4 এর সময় পরিকল্পিত সময়ে অ্যাপয়েন্টমেন্ট ফোনে নেওয়া হবে।
* অ্যালার্ট লেভেল1 এবং 2 এর সময় ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকামপরিষেবা সেন্টারে অ্যাপয়েন্টমেন্ট অনুষ্ঠিত হবে।
* ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকাম থেকে নিয়মিত পেমেন্ট দেওয়া যথারীতি চলবে।
* যদি আপনাকে নিজে থেকে আইসোলেশনে থাকতে বলা হয় এবং বাড়ি থেকে কাজ করতে না পারেন, তবে আপনার নিয়োগকর্তার সাথে কথা বলুন। আপনার বেতন দিয়ে সাহায্য করে যাওয়ার জন্য তারা কোনও অর্থের জন্য আবেদন করতে সক্ষম হতে পারে।
* ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকাম [ওয়েবসাইট কি পেমেন্ট উপলব্ধ](https://www.workandincome.govt.nz/covid-19/auckland-employers.html) তার বর্ণনা দেয়। এই পেমেন্ট স্ব-কর্মসংস্থাযুক্ত লোকদের জন্যও উপলব্ধ।
	+ **শর্ট টার্ম অ্যাবসেন্স পেমেন্ট**
	যদি কোভিড পরীক্ষার ফলাফলের জন্য অপেক্ষা করার সময় আপনি বাড়ি থেকে কাজ করতে না পারেন, আপনার নিয়োগকর্তা আপনি তা সত্ত্বেও বেতন পাবেন তা নিশ্চিত করার জন্য ওয়ান-অফ 350 ডলারের পেমেন্টের জন্য আবেদন করতে পারেন। এই পেমেন্ট স্ব-কর্মসংস্থানযুক্ত লোকদের জন্যও উপলব্ধ।
	+ **লিভ সাপোর্ট স্কিম** নিজে আইসোলেশনে থাকা অবস্থায় আপনি যদি বাড়ি থেকে কাজ করতে না পারেন তাহলে আপনার নিয়োগকর্তা লিভ সাপোর্ট স্কিম-এর জন্য আবেদন করতে পারেন। এটা নিয়োগকর্তাদের এককালীন টাকা হিসাবে দেওয়া হয় এবং 20 ঘন্টা বা তার বেশী কর্মরত প্রতিটি কর্মচারীর জন্য 585.80 ডলার বা সপ্তাহে 20 ঘন্টার কম কর্মরত প্রতিটি কর্মচারীর জন্য 350 ডলার হারে যোগ্য কর্মচারী প্রতি দুই সপ্তাহের জন্য কভার রয়েছে। \
	+ **ওয়েজ সাবসিডি এণ্ড রিসার্জেন্স সাপোর্ট পেমেন্ট**যদি আপনার কর্মক্ষেত্রটি অ্যালার্ট লেভেলপরিবর্তনের দ্বারা প্রভাবিত হয়ে থাকে,আপনার নিয়োগকর্তা আপনার মজুরি কভার করতে এবং আপনাকে আপনার চাকরিতে বজায় থাকার সহায়তার জন্য ওয়েজ সাবসিডি এণ্ড রিসার্জেন্স সাপোর্ট পেমেন্ট-এরজন্য আবেদন করতে পারেন।

**প্রয়োজনীয় ব্যয়ের জন্য সাহায্য**

আপনার যদি চাকরি না থাকে বা আপনার কম ঘণ্টা থাকে ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকাম জরুরি ব্যয়ে সাহায্য করতে পারে যেমন:

* খাবার
* আবাসন ব্যয়, উদাহরণস্বরূপ ভাড়া বা বন্ধক, বোর্ড, জরুরী আবাসন, বাড়ি স্থানান্তরিত করা
* যন্ত্রপাতি মেরামত বা বদল করা
* জরুরী দাঁতের চিকিৎসা
* জরুরী মেডিকেল চিকিৎসা
* জলের ট্যাঙ্ক ভর্তি করা।

[আর্থিক সহায়তা, যোগ্যতার মানদণ্ড এবং ওয়ার্ক অ্যাটইনকাম ওয়েবসাইটে কিভাবে আবেদন করা যায়](https://workandincome.govt.nz/eligibility/living-expenses/index.html)

* বা ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকামের সাথে যোগাযোগ করুন: 0800 559 009-তে
* বরিষ্ঠ 65+ 0800 552 002 বা +64 4 978 1180
* শিক্ষার্থী 0800 88 99 00 [www.studylink.govt.nz](http://www.studylink.govt.nz)
* বধির, শ্রবণ প্রতিবন্ধী এবং বাক প্রতিবন্ধী ব্যক্তিরা ডিফ লিংক বিনামূল্যে ব্যবহার করতে পারেন। **ফ্যা**ক্স 0800 621 621. টেক্সট করুন 029 286 7170. MSD\_Deaf\_Services@msd.govt.nz

**আপনি যদি নিউজিল্যান্ডের স্থায়ী বাসিন্দা না হন**

কোভিড-19-এর কারণে গুরুতর আর্থিক সমস্যায় পড়া যোগ্য বিদেশীনাগরিকদের জন্য সাহায্য উপলব্ধ।

আপনি যদি নিউজিল্যান্ডে অস্থায়ী ভিসায় থাকেন তাহলে এর মধ্যে অন্তর্ভুক্ত:

* ভিজিটর ভিসা
* শিক্ষার্থী ভিসা
* কাজের ভিসা।

আরও জানতে এখানে দেখুন <https://www.workandincome.govt.nz/covid-19/temporary-visa-holders.html>

**অন্যান্য সমর্থন**

আপনাকে সুরক্ষিত এবং ভাল রাখতে সহায়তা করার জন্য বিভিন্ন পরিষেবা উপলব্ধ রয়েছে।

**নিরাপদে কাজ করার তথ্যের জন্য**

বর্কসেফ 0800 030 040 বা +64 4 897 7699

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

**কর্মসংস্থানের পরামর্শ এবং কর্মীচারীদের জন্য সমর্থন**

[www.employment.govt.nz](http://www.employment.govt.nz) বা কল করুন 0800 20 90 20 বা +64 9 969 2950

**আবাসন ও ভাড়াটে**

ভাড়াটেদের পরামর্শ এবং সাহায্য দেওয়ার জন্য 0800 646 483 [www.hud.govt.nz](http://www.hud.govt.nz) বা ইমেল info@hud.govt.nz

লেভেল3 বা 4 কোভিড-19 ভ্রমণের বিধিনিষেধের কারণে এবং বাড়িতে ফিরে আসতে না পারা স্থানচ্যুত লোকের জন্য অস্থায়ী আবাসন পরিষেবা রয়েছে। 0508 754 163 <https://temporaryaccommodation.mbie.govt.nz>

যদি আপনার পরবর্তী 7 দিনের মধ্যে জরুরি আবাসনের প্রয়োজন হয় এবং থাকার মত কোনও ব্যবস্থা না থাকে  ওয়ার্ক অ্যান্ড ইনকামে কল করুন 0800 559 006: সোমবার থেকে শুক্রবার, সকাল 7 টা থেকে সন্ধ্যা 6 টা, শনিবার, সকাল 8 টা থেকে দুপুর 1 টা পর্যন্ত।

**অভিবাসন**

এখানে দেখুন [www.immigration.govt.nz/about-us/covid-19](http://www.immigration.govt.nz/about-us/covid-19) অথবা ইমিগ্রেশন কনট্যাক্ট সেন্টার-এ কল করুন (সকাল 6 টা - 10 টা, সোমবার - শুক্রবার (এনজেডএসটি) শুধুমাত্র ল্যান্ডলাইনে0508 558 855, অথবা অকল্যান্ড 09 914 4100, ওয়েলিংটন04 910 9915, বা বিদেশের জন্য +64 9 914 4100

**সুরক্ষিত এবং ভাল থাকুন**

111 জরুরী লাইনে কল করুন যদি আপনি বা অন্য কেউ তাত্ক্ষণিকভাবে ক্ষতি হওয়ার ঝুঁকিতে থাকে বা তাদের নিজের ক্ষতি করতে পারে।

আপনি যদি তাত্ক্ষণিক বিপদে না থেকে থাকেন তবে পারিবারিক হিংসার জন্য সাহায্যের প্রয়োজন হলে আপনি কল করতে পারেন:

* শক্তি ইন্টারন্যাশনাল-এ 0800 742 584 দিনে24 ঘন্টা,সপ্তাহে 7 দিন
* 2 শাইন 0508 744 633, সকাল 9 টা থেকে রাত 11 টা পর্যন্ত, সপ্তাহে 7 দিন

আপনার অঞ্চলে স্থানীয় সামাজিক সহায়তা পরিষেবার জন্য, ফ্যামিলি সার্ভিসেস 211 হেল্পলাইন 0800 211 211 কল করুন বা এখানে দেখুন [www.familyservices.govt.nz/directory/](http://www.familyservices.govt.nz/directory/)

আপনি যখন আপনার জীবনে হিংসা নিয়ে মোকাবিলা করছেন তখন উইমেনস্ রেফিউজ আপনাকে পরামর্শ, সহায়তা এবং নিরাপদ আবাসন দিতে পারে। 0800 733 843

এল্ডার অ্যাবিউজ হেল্পলাইনটি একটি বিনামূল্যের পরিষেবা যেখানে বয়স্ক ব্যক্তিরা যোগাযোগ করতে পারেন যদি তারা বা তাদের পরিচিত কেউ বয়স্ক অপব্যবহারের শিকার হয়ে থাকেন।0800 32 668 65

উদ্বেগ, কষ্ট বা মানসিক সুস্থতায় সাহায্যের জন্য, কল বা টেক্সট করুন

1737 বিনামূল্যে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত কারও সাথে কথা বলতে, দিনে 24 ঘন্টা, সপ্তাহে 7 দিন।

আপনি ডিপ্রেশন হেল্পলাইন 0800 111 757 বা অ্যালকোহল ড্রাগ হেল্পলাইন 0800 787 797 কল করতে পারেন