



क्या सहायता उपलब्ध है और आप कहाँ से सहायता प्राप्त कर सकते हैं

अगर आपकी जान खतरे में है, तो 111 पर फोन करें।

नवीनतम अपडेट के लिए www.civildefence.govt.nz पर जाएँ और अपने स्थानीय सिविल डिफेंस इमरजेंसी मैनेजमेंट ग्रुप (नागरिक सुरक्षा आपातकालीन प्रबंधन समूह) को ऑनलाइन और सोशल मीडिया पर फॉलो करें।

विषय-सूची

- [निकासी एवं आवास](#)
- [ट्रैफिक \(यातायात\) और यात्रा](#)
- [आर्थिक सहायता](#)
- [स्वास्थ्य और भलाई](#)
- [विकलांग लोगों के लिए सहायता](#)
- [माओरी Whānau \(विस्तृत परिवारों\) के लिए सहायता](#)
- [पैसिफिक लोगों के लिए सहायता](#)
- [एथनिक कम्युनिटीज \(जातीय समुदायों\) के लिए सहायता](#)
- [विदेशी नागरिक](#)
- [पशु कल्याण](#)
- [बीमा](#)
- [किरायेदार और मकान मालिक](#)
- [स्कूल और प्रारंभिक बाल शिक्षा केंद्र](#)

निकासी एवं आवास

निकास

यदि आपको निकास करने की आवश्यकता है, तो यदि संभव हो सके तो कृपया निकास करके अपने दोस्तों या फानाऊ (विस्तृत परिवार)/परिवार के पास जाएं।

यदि आप अपने फानाऊ/परिवार के साथ नहीं रुक सकते, तो आप सिविल डिफेंस सेंटर (नागरिक सुरक्षा केन्द्र) में जा सकते हैं। खुले हुए सिविल डिफेंस सेंटरों की सूची के लिए अपने सिविल डिफेंस इमरजेंसी मैनेजमेंट ग्रुप (नागरिक सुरक्षा आपातकालीन प्रबंधन समूह) की वेबसाइट पर जाएं।

अपनी जरूरत के किसी भी आवश्यक सामान को साथ ले जाएं। जिसमें दवाइयां, गर्म कपड़े और शिशुओं के लिए सामान शामिल हैं।

यदि आपके पास विकलांगता सहायता वाला कुत्ता है, तो अपने कुत्ते को अपने साथ ले जाएं।

यदि आप किसी सिविल डिफेंस सेंटर (नागरिक सुरक्षा केंद्र) तक नहीं पहुँच सकते हैं, तो अपने विकल्पों के बारे में बात करने के लिए अपने सिविल डिफेंस इमरजेंसी मैनेजमेंट ग्रुप से संपर्क करें।

अपने सिविल डिफेंस इमरजेंसी मैनेजमेंट ग्रुप को www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/ वेबसाइट पर खोजें।

ट्रैफिक (यातायात) और यात्रा

सड़क द्वारा यात्रा

अपने सिविल डिफेंस ग्रुप और स्थानीय प्राधिकारियों की सलाह का पालन करें।

यातायात और यात्रा संबंधी जानकारी के लिए सोशल मीडिया पर NZ ट्रांसपोर्ट एजेंसी को फॉलो करें या www.nzta.govt.nz/traffic-and-travel-information/ पर जाएं।

अपनी यात्रा की योजना बनाने के लिए NZ ट्रांसपोर्ट एजेंसी के यात्रा प्लानर का उपयोग करें www.journeys.nzta.govt.nz/journey-planner/

आर्थिक सहायता

आर्थिक सहायता

यदि आप अपनी जरूरी लागतों को पूरा करने के लिए संघर्ष कर रहे हैं, तो वर्क एंड इनकम आपकी मदद कर सकते हैं। भले ही आप नौकरी/काम कर रहे हों।

हर किसी के हालात अलग-अलग होते हैं। वर्क एंड इनकम आपको निम्नलिखित चीजों के भुगतान में सहायता कर सकते हैं:

- बेडिंग (बिस्तर)
- भोजन,
- किराया,
- बिजली के बिल,
- मरम्मत, या
- उपकरणों को बदलना।

आपको क्या प्राप्त हो सकता है और क्या आपको इसे वापस चुकाना होगा या नहीं, यह आपकी स्थिति पर निर्भर करता है।

अधिक जानकारी के लिए www.workandincome.govt.nz पर जाएं या 0800 559 009 नंबर पर फोन करें।

बैंकों से सहायता

अगर आप किसी आपात स्थिति के कारण आर्थिक तंगी का सामना कर रहे हैं, तो जल्द से जल्द अपने बैंक से बात करें।

बैंकों के पास कठिनाई निवारण दल होते हैं जो आपके विकल्पों के बारे में आपसे बात कर सकते हैं।

बैंक आपकी स्थिति के अनुसार कई तरह से मदद कर सकते हैं। इनमें शामिल हैं:

- थोड़े समय के लिए केवल ब्याज भुगतान में परिवर्तन, और
- सावधि जमाओं के लिए ब्रेक कॉस्ट माफ़ करना।

हर स्थिति अलग होती है। आप जितनी जल्दी अपने बैंक से बात करेंगे, वे उतनी ही बेहतर मदद कर सकते हैं।

स्वास्थ्य और भलाई

उपलब्ध स्वास्थ्य सेवा

जब भी आपको आवश्यकता हो, स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध है।

यदि आप गंभीर रूप से अस्वस्थ हैं और आपको आपातकालीन देखभाल की जरूरत है, तो अपने निकटतम आपातकालीन विभाग में जाएँ या **111 पर फोन** करें।

आपातकालीन स्थिति नहीं है? आप हेल्थलाइन को 0800 611 116 नंबर पर फोन कर सकते हैं। हेल्थ प्रोफेशनल्स (स्वास्थ्य पेशेवरों) से निःशुल्क स्वास्थ्य सलाह प्राप्त करने के लिए हेल्थलाइन सप्ताह के 7 दिन, 24 घंटे उपलब्ध है। इस सलाह में यह भी शामिल है कि यदि आपको आवश्यकता हो तो असेसमेंट (मूल्यांकन) और उपचार के लिए कहाँ और कब जाना चाहिए।

क्या आप किसी GP (डॉक्टर) के पास पंजीकृत हैं या आपका कोई नियमित स्वास्थ्य सेवा प्रदाता है? अपॉइंटमेंट लेने के लिए अपने GP (डॉक्टर) या स्वास्थ्य सेवा प्रदाता को फोन करें। यदि आप बताते हैं कि क्या समस्या है तो तत्काल अपॉइंटमेंट उपलब्ध हो सकता है।

यदि आप इनरोल्ड (नामांकित) नहीं हैं या आपका नियमित स्वास्थ्य प्रदाता शीघ्र उपलब्ध नहीं है, तो आप अपने स्थानीय आपातकालीन देखभाल केंद्र में जा सकते हैं। इसके लिए आपको किसी अपॉइंटमेंट की जरूरत नहीं है, लेकिन आपको प्रतीक्षा करनी पड़ सकती है।

आपातकालीन देखभाल केंद्र की खोज www.healthpoint.co.nz/gps-accident-urgent-medical-care/ पर करें।

प्रिस्क्रिप्शन की दवाई (डॉक्टरी दवा)

यदि आपके पास प्रिस्क्रिप्शन की दवाई खत्म हो गई है या आप उन्हें प्राप्त नहीं कर पा रहे हैं, तो आपके लिए आमतौर पर सबसे अच्छा विकल्प है डॉक्टर के पास जाकर नई प्रिस्क्रिप्शन लेना।

यदि आप डॉक्टर से नहीं मिल सकते हैं, तो फार्मेशियाँ इसमें आपकी मदद कर सकती हैं। फार्मासिस्ट आपको तीन दिन की आपातकालीन सप्लाई (आपूर्ति) दे सकते हैं। यह महंगा हो सकता है क्योंकि इसके लिए सरकार की ओर से कोई फंडिंग (धनराशि) उपलब्ध नहीं है।

www.healthpoint.co.nz/pharmacy/ पर फार्मसी की खोज करें।

बिजली से चलने वाले चिकित्सा उपकरण

यदि आपको चिकित्सा उपकरण, दवाओं या लाइफ सपोर्ट (जीवन सहायता) के लिए बिजली की जरूरत है और आपके पास बैकअप जनरेटर नहीं है, तो अपनी बिजली कंपनी से संपर्क करें और अपनी स्थिति बताएं। यदि यह काम न करे तो उपकरण के सप्लायर (आपूर्तिकर्ता) से संपर्क करें। यदि इससे काम न चले तो 111 पर फोन करें।

भलाई/ कल्याण

आपातकालीन घटना के दौरान चिंता होना बहुत आम बात है। यह तनावपूर्ण स्थिति के लिए एक सामान्य प्रतिक्रिया है। लोगों से बात करना और दूसरों की मदद करना बहुत उपयोगी हो सकता है।

चिंता, परेशानी या मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित सहायता के लिए 1737 पर फोन करें या Need to Talk? (नीड टू टॉक?) को 1737 नंबर पर टैक्स्ट करें। आप किसी प्रशिक्षित काउंसलर (परामर्शदाता) से 24 घंटे, सप्ताह के 7 दिन निःशुल्क बात कर सकते हैं।

निःशुल्क आमने-सामने मानसिक स्वास्थ्य सहायता के लिए,

www.wellbeingsupport.health.nz पर जाएं

चुनौतीपूर्ण समय के दौरान पर्याप्त नींद लेने का प्रयास करना महत्वपूर्ण है। नींद से संबंधित सुझाव यहां पाएं www.healthnavigator.org.nz/sleep-tips/

यदि बच्चे आपातकाल से प्रभावित हैं, तो उनसे बात करें कि क्या हो रहा है। बच्चों को प्राकृतिक आपदा से निपटने में मदद करने के लिए सुझाव www.kidshealth.org.nz/coping-natural-disaster पर पाएं

मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित अधिक संसाधन यहाँ पाएं

www.getready.govt.nz/mental-wellbeing/

ग्रामीण (क्षेत्रों के लिए) सहायता

यदि आप किसान या उत्पादक हैं, तो रूरल सपोर्ट ट्रस्ट (ग्रामीण सहायता ट्रस्ट) के माध्यम से सहायता उपलब्ध है।

Rural Support Trust को 0800 Rural Help (0800 787 254) पर संपर्क करें या

www.rural-support.org.nz वेबसाइट पर जाएं।

विकलांग लोगों के लिए सहायता

सामान्य सहायता

यदि आपको तत्काल सहायता की जरूरत हो तो 111 पर फोन करें। यदि आपको सुनने या फोन पर बात करने में कठिनाई होती है, तो आप www.police.govt.nz/111-txt पर 111 TXT सेवा के लिए पंजीकरण कर सकते हैं।

स्वास्थ्य सहायता के लिए, Whakarongorau Aotearoa (फाकारोंगोराउ आओटियारोआ), न्यूज़ीलैंड टेलीहेल्थ सर्विसिज़ से संपर्क करें। 0800 111 213 नंबर पर फोन करें या 8988 पर टैक्स्ट करें।

यदि आपको सुनने या फोन पर बात करने में कठिनाई होती है, तो आप फोन पर दूसरों के साथ संवाद करने के लिए न्यूज़ीलैंड रिले सेवा का उपयोग कर सकते हैं। इस सेवा के बारे में अधिक जानकारी www.nzrelay.co.nz पर लें।

विकलांग सहायता कुत्तों के साथ निकासी

यदि आपको सिविल डिफेंस सेंटर जाना है और सहायता के लिए आपके पास कुत्ता है, तो अपने कुत्ते को अपने साथ ले जाएं। अपने और अपने कुत्ते के लिए जरूरी सामान अपने साथ ले जाएं। जिसमें उपकरण, दवा, गर्म कपड़े और बच्चों के लिए सामान शामिल हैं।

बिजली से चलने वाले चिकित्सा उपकरण

यदि आपको चिकित्सा उपकरण, दवाओं या लाइफ सपोर्ट (जीवन सहायता) के लिए बिजली की जरूरत है और आपके पास बैकअप जनरेटर नहीं है, तो सबसे पहले अपनी बिजली कंपनी से संपर्क करें और अपनी स्थिति बताएं। यदि यह काम न करे तो उपकरण के सप्लायर (आपूर्तिकर्ता) से संपर्क करें। यदि इससे काम न चले तो 111 पर फोन करें।

माओरी Whānau (परिवारों) के लिए सहायता

सामान्य सहायता

सिविल डिफेंस इमरजेंसी मैनेजमेंट ग्रुप Te Puni Kōkiri (माओरी विकास मंत्रालय) के साथ साझेदारी में काम कर रहे हैं। वे ईवी, हापु (माओरी सामाजिक समूह) और माओरी संस्थाओं के साथ मिलकर यह सुनिश्चित करेंगे कि घटनाओं से प्रभावित माओरी लोगों को सहायता मिल रही है।

पैसीफिक लोगों के लिए सहायता

सामान्य सहायता एवं जानकारी

नागरिक सुरक्षा आपातकालीन प्रबंधन समूह, मिनिस्ट्री फॉर पैसीफिक पीपल्स (पैसीफिक लोगों के लिए मंत्रालय) के साथ काम करते हैं। वे पैसीफिक नेताओं, समुदायों और पैसीफिक सामुदायिक संगठनों के साथ मिलकर काम करेंगे ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि प्रभावित पैसीफिक लोगों को सहायता मिल रही है।

मिनिस्ट्री ऑफ पैसीफिक पीपल्स की वेबसाइट और फेसबुक पेज पर पैसीफिक लोगों के लिए की जा रही आपातकालीन प्रतिक्रिया की जानकारी प्राप्त करें।

- वेबसाइट: www.mpp.govt.nz/emergency-response
- फेसबुक: @MinistryforPacificPeoples

एथनिक कम्युनिटीज़ (जातीय समुदायों) के लिए सहायता

सामान्य सहायता एवं जानकारी

नागरिक सुरक्षा आपातकालीन प्रबंधन समूह, मिनिस्ट्री फॉर एथनिक कम्युनिटीज़ (एथनिक लोगों के लिए मंत्रालय) के साथ काम करते हैं। वे एथनिक नेताओं, समुदायों और एथनिक सामुदायिक संगठनों के साथ मिलकर काम करेंगे ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि प्रभावित एथनिक लोगों को सहायता मिल रही है।

मिनिस्ट्री फॉर एथनिक कम्युनिटीज़ की वेबसाइट और फेसबुक पेज पर एथनिक लोगों के लिए अनेक भाषाओं में आपातकालीन प्रतिक्रिया जानकारी प्राप्त करें।

- वेबसाइट: www.ethniccommunities.govt.nz
- फेसबुक: @ethniccommunities.govt.nz

विदेशी नागरिक

विदेशी नागरिकों के लिए सहायता

यदि आप न्यूज़ीलैंड के नागरिक नहीं हैं और आपको सहायता की आवश्यकता है, तो आप इस पृष्ठ पर उपलब्ध सहायता का उपयोग कर सकते हैं। आप अपने दूतावास या उच्चायोग से भी संपर्क कर सकते हैं।

अपने दूतावास या उच्चायोग की यहाँ खोज करें www.mfat.govt.nz/en/embassies/.

यदि आप न्यूज़ीलैंड में पर्यटक हैं और आपकी यात्रा बाधित हो गई है, तो अपने यात्रा बीमाकर्ता से संपर्क करें।

समाप्त हो चुका/समाप्त होने वाला वीसा

वीसा संबंधी सहायता के लिए इमिग्रेशन न्यूज़ीलैंड से www.immigration.govt.nz/about-us/contact पर संपर्क करें।

पशु कल्याण

पशुओं की सुरक्षा

आपके जानवर आपकी जिम्मेदारी हैं। आपातकालीन स्थिति में आपको उनकी देखभाल करनी होगी।

यदि आपको निकास (घर खाली) करना पड़े तो अपने पालतू जानवरों को अपने साथ ले जाएं, यदि ऐसा करना सुरक्षित हो।

अगर आपको अपने जानवरों को पीछे छोड़ कर जाना पड़ता है, तो सुनिश्चित करें कि वे एक सुरक्षित और आश्रय वाली जगह में हैं।

आप आपातकालीन स्थिति में अपने पशुओं की देखभाल कैसे कर सकते हैं, इस बारे में जानकारी www.mpi.govt.nz/animals-in-emergencies/ पर लें।

पशु कल्याण संबंधी चिंताएं

किसी भी पशु कल्याण संबंधी चिंता को दर्ज करने के लिए अपने सिविल डिफेंस इमरजेंसी मैनेजमेंट ग्रुप से संपर्क करें। मिनिस्ट्री फॉर प्राइमरी इंडस्ट्रीज़ (प्राथमिक उद्योग मंत्रालय) द्वारा किसी भी चिंता पर कार्रवाई की जाएगी।

अपने सिविल डिफेंस इमरजेंसी मैनेजमेंट ग्रुप को www.civildefence.govt.nz/find-your-civil-defence-group/ वेबसाइट पर ढूँढें।

बीमार और घायल पशु

यदि आपके पशु बीमार या घायल हों तो अपने पशु चिकित्सालय से संपर्क करें।

बीमा

संपत्ति का नुकसान

यदि आपके घर, वाहन या सामान को नुकसान पहुँचा है, तो कुछ भी हटाने या मरम्मत करने से पहले उसकी तस्वीरें खींच लें।

जितनी जल्दी हो सके अपनी बीमा कंपनी से संपर्क करें। आपकी बीमा कंपनी आपको बताएगी कि आपको आगे क्या करने की जरूरत है।

यदि आपको अपने घर को साफ करने और सुरक्षित बनाने के लिए तत्काल उस पर काम करने की जरूरत है, तो अपने किए गए काम का रिकॉर्ड रखें। पहले और बाद की फोटो लें। आपके द्वारा भुगतान किए गए बिलों की प्रतियां अपने पास रखें।

यदि आपके पास घर के सामान का बीमा है, लेकिन घर का बीमा नहीं है, तो अपने बीमाकर्ता से बात करें कि उसमें क्या कवर किया गया है। बहुत सारी तस्वीरें लें और जो कुछ भी आप फेंकें उसका रिकॉर्ड रखें।

इंश्योरेंस क्लेम (बीमा दावा) करना

प्राकृतिक आपदाओं से होने वाली हानि के लिए NHCover (एनएचकवर) का दावा करने के लिए अपने बीमाकर्ता से संपर्क करें।

नैचुरल हैज़र्ड्स कमीशन Toka Tū Ake ने मकान मालिकों के लिए एक अकेला संपर्क केन्द्र बनाने के लिए बीमा कंपनियों के साथ साझेदारी की है।

आपका बीमाकर्ता सम्पूर्ण दावे का मूल्यांकन, प्रबंधन और निपटान करेगा। NHCover वाले भाग समेत।

बीमा दावों में सहायता

दी न्यूज़ीलैंड क्लेम रिज़ोल्यूशन सर्विस (न्यूज़ीलैंड दावा समाधान सेवा) एक निःशुल्क सेवा है। यह आपके घर की बीमा पॉलिसी या बीमा दावा प्रक्रिया के बारे में आपके किसी भी प्रश्न या चिंता में आपकी सहायता कर सकता है।

अपने बीमा दावे के बारे में किसी से बात करने के लिए और यह जानने के लिए कि यह सेवा आपकी कैसे मदद कर सकती है, 0508 624 327 पर फोन करें, contact@nzcrs.govt.nz पर ईमेल करें या www.nzcrs.govt.nz वेबसाइट पर जाएं।

NHCover (एनएचकवर)

NHCover एक प्राकृतिक आपदा बीमा है। यदि आपके पास अपने घर या जमीन के लिए एक निजी आवासीय बीमा पॉलिसी है जिसमें अग्नि बीमा शामिल है तो आपके पास पहले से ही NHCover है। कुछ क्षतिग्रस्त भूमि पर NHCover नहीं भी हो सकता है।

NHCover आपको निम्नलिखित आपदाओं से होने वाली हानि या नुकसान के प्रति बीमा प्रदान करता है:

- भूकंप,
- प्राकृतिक भूस्खलन,
- ज्वालामुखी विस्फोट,
- हाइड्रोथर्मल (जलतापीय) गतिविधि,
- सुनामी, और
- इन प्राकृतिक आपदाओं के कारण लगने वाली आग।

यह तूफान या बाढ़ से होने वाले नुकसान के लिए आपकी जमीन का भी बीमा करता है।

अधिक जानकारी के लिए www.naturalhazards.govt.nz/our-publications/guide-to-natural-hazards-cover/ पर NHCover हाउसहोल्डर्स गाइड (मकान मालिकों की मार्गदर्शिका) को पढ़ें।

किरायेदार और मकान मालिक

सामान्य जानकारी

यदि आप एक किराये की संपत्ति के किरायेदार या मकान मालिक हैं, तो आप www.tenancy.govt.nz पर या 0800 TENANCY (0800 836 262) पर फोन करके अपने अधिकारों और दायित्वों के बारे में जानकारी प्राप्त कर सकते हैं।

स्कूल और प्रारंभिक बाल शिक्षा केंद्र

सामान्य जानकारी

अप-टू-डेट (ताजा) जानकारी के लिए अपने स्कूल या अर्ली चाइल्डहुड सेंटर (प्रारंभिक बाल शिक्षा केंद्र) से संपर्क करें और देखें कि क्या वे बंद हैं और उनकी दुबारा कब खुलने की योजना है।