अन्य कामको अवस्थाहरुलाई समर्थन गर्नुहोला...

मलाई कर फाईल नंम्बरको आवश्यकता परेको छ

- **Australian Taxation Office** (ATO) को वेभसाईटमा कसरी निवेदन गर्ने भन्ने बामा जानकारी उपलब्ध छ।

मलाई NSW सरकार(ट्राफिक जरिवाना) भुक्तानी गर्नकोलगि मुस्किल भैरहेको छ।

- **Revenue NSW** ले तपाई संग विकल्पहरुको बारेमा छलफल गर्न सक्दछ, जसमा काम र विकासका आदेशहरु पर्न सक्दछ, जहाँ मान्यता प्राप्त संस्थामा बेतलबी काम गरेर तपाईको जरिवाना मिनाह हुनेछ वा केहि निश्चित कोर्श वा उपचारमा सहभागी भएर।

तपाईको संवाद(कुराकानी)को लागि समर्थनको आवश्यकता परेको छ...

मलाई एउटा दोभाषेको आवश्यकता परेको छ

- **Translating and Interpreting Service (TIS National)** ले अंग्रेजी बोल्न नसक्ने व्यक्तीहरुको लागि सहयोग गर्दछ र प्रायजसो सबै सेवाहरु निशुल्कः उपलब्ध छन्।

मेरो सुन्ने वा बोल्ने समस्या छ र सहयोग को खाँचो परेको छ

- **National Relay Service** ले फोन सेवा उपलब्ध गराँउदछ र फोनहरु बिभिन्न साधनहरुद्वारा उपलब्ध गराँउदछ कम्प्युटर, ट्याब्लेट, मोबाईल फोन, वा साधारण फोन वा TTY (टेली टाईपराईर)।

तपाईको मानसिक स्वास्थको लागि समर्थनको आवश्यक परेकोछ...

म कसैसंग कुरा गर्नु पर्दछ

- **Youth Beyond Blue** ले अत्तालिने, डिप्रेशन र १२-२५ उमेरका युवायुवतीहरुको आत्महत्याको बारेमा जानकारी उपलब्ध गराउन सक्दछ। वेभ: www.youthbeyondblue.com फोन: 1300 22 4635
- **Lifeline** मा २४ घण्टानै व्यक्तीगत समस्या परेका व्यक्तीहरुको लागि टेवा र आत्हत्याबाट बाचाउनेसेवा उपलब्ध छ। वेभ: www.lifeline.org.au फोन: 13 11 14
- **Headspace** केन्द्रले स्वास्थ सेवाका कामदारहर- जि पी, मनोवैज्ञानिक, सामजिक कार्यकर्ता, रक्सी र लागु पदार्थका कामदाहरु, सल्लाहकार वा युवा कार्यकर्ताहरुमा पहुँच गराँउदछ। वेभः www.headspace.org.au
- **eheadspace** ले हप्ताको सातै दिन बिहान ९.०० बजे देखी दिउँसो १.०० बजे सम्म गोप्य टेवाहरु उपलब्ध गराँउदछ। वेभ:www.eheadspace.org.au
- **Reachout** ले विशेषगरी युवाहरुको लागि डिजाईन गरिएको तथ्य पत्रहरु, फोरमहरु उपलब्ध गराँउदछ। वेभ: www.reachout.com.au
- **Mental Health Line** ले मानशिक स्वास्थ पेशेवारहरु संग सम्पर्क गराईदिन्छ। फोन:1800 011 511
- **Kids Help Line** ले ५-२५ वर्ष उमेरकाहरुको लागि निजी र गोप्य, फोन परामर्श उपलब्ध गराँउदछ। फोन: 1800 551 800
- **Suicide Call Back Service** ले दिनको २४ घण्टानै निशुल्कः फोन, भिडियो र अनलाई परामर्श उपलब्ध गराँउदछ। फोन:1300 659 467

यदि तपाई ईमरजेन्सीमा हुनुहुन्छ र तत्काल सेवाको जरुरी परेको छ भने ००० मा फोन गर्नुहोला

सम्पर्क

SafeWork NSW
W: www.safework.nsw.gov.au
फोन: 13 10 50
ई-मेल: contact@safework.nsw.gov.au

icare
W: eml.com.au/make-a-claim
फोन: 13 77 22
ई-मेल: newclaims@eml.com.au

SIRA
W: www.sira.nsw.gov.au
फोन: 13 10 50
ई-मेल: contact@sira.nsw.gov.au

WIRO
W: www.wiro.nsw.gov.au
फोन: 13 94 76
ई-मेल: complaints@wiro.nsw.gov.au

Fair Work Commission
W: www.fwc.gov.au
फोन: 1300 799 675 (कार्यालय समय बाहिरको ईमेजेन्सी 0419 318 011)
ई-मेल: sydney@fwc.gov.au

Fair Work Ombudsman
W: www.fairwork.gov.au
फोन: 13 13 94

Lawstuff
W: www.lawstuff.org.au
फोन: 9385 9588
ई-मेल: admin@ncylc.org.au

Human Rights Commission
W: www.humanrights.gov.au
फोन: 1300 656 419
ई-मेल: complaintsinfo@humanrights.gov.au

Office of eSafety Commissioner
W: www.esafety.gov.au
फोन: 1800 880 176

NSW Police
फोन: 131 444 (साधारण सोधपुछ)

NSW Ombudsman
W: www.ombo.nsw.gov.au
फोन: 1800 451 524
ई-मेल: nswombo@ombo.nsw.gov.au

Anti-Discrimination Board
W: www.antidiscrimination.justice.nsw.gov.au
फोन: 1800 670 812
ई-मेल: complaintsadb@justice.nsw.gov.au

Australian Taxation Office
W: www.ato.gov.au

Revenue NSW
W: www.revenue.nsw.gov.au
('working order' खोज्नुहोला)

Translation Information Service
W: www.tisnational.gov.au
फोन: 131 450 (२४ घण्टे सेवा)

National Relay Service
(24 घंटे की सेवा)
इन्टरनेट /कैप्शन के साथ रिले फ़ोन: www.internet-relay.nrscall.gov.au
TTY/ध्वनी कल: 133 677
बोल्ने र सुन्ने: 555 727
SMS रिले: 0423 677 767

SW08977 0519

NSW GOVERNMENT

Nepali

काममा समर्थन हासिल गर्ने

SAFEWORK NSW

यदि तपाईलाई काममा कुनै गाह्रो परिस्थितिको सामना गरिरहनु परेमा बिभिन्न समर्थन र जानकारी उपलब्ध छन्।

यो गाईड तपाईलाई आवश्यक परेको समर्थन हासिल गर्ने प्रारम्भिक विन्दु हो।

तपाईको कार्यस्थलको स्वास्थ र सुरक्षाको समर्थनको लागि...

मलाई लाग्छ म काममा घाईते हुन सक्छु (उदारहणको लागि – मेरो अवश्थाहरु सुरक्षित छैनन् वा मैले सहि तालिम हासिल गरेको छैन)

- **SafeWork NSW** ले काममा तपाईको सुरक्षा अधिकारको बारेमा र यदि तपाई वा अन्य सहकर्मीहरुलाई खतरा छ भन्ने लागेमा उल्लेख गर्न सक्दछ।

म कामबाट घाईते, वा विरामी भएको छु

- तपाईको रोजगारदातालाई जानकारी गराउनुहोला।
- यदि तपाई कार्य स्थलमा घाईते हुनुभएको छ भने तपाईलाई मेडिकल उपचार वा तलब सोधभर्नाकोलागि **icare** ले मद्दत गर्न सक्दछ।
- **प्रान्तिय वीमा परियोजना निकाय** (**State Insurance Regulatory Authority** (SIRA)) ले तपाईको रोजगारदाता वा मेडिकल प्रबन्धकहरु संगको उजुरी व जिज्ञासाहरुलाई जवाफ दिनकोलागि मद्दत गर्न सक्दछ।
- **कामदारहरुको सोधभर्ना स्वतन्त्र पुनरावलोकन कार्यालय** (**Workers Compensation Independent Review Office** (WIRO)) ले वीमा गर्ने संस्थाहरु संगको सोधपुछ वा उजुरीको जवाफ दिनको लागि मद्दत गर्न सक्दछ।

मलाई लाग्छ मेरो काममा मलाई हेपाईको सामना गर्नु परेको छ (साईवर –बुलिङ्ग वा तस्वीरमा – आधारित अपहेलना लगाएत)

- **SafeWork NSW** ले यदि तपाईलाई अपहेलना भैरहेको थाहा छ र त्यसको बारेमा के गर्न सकिन्छ भन्ने बारेमा मद्दत गर्न सक्दछ।
- **Fair Work Commission** ले अपहेलना गर्न सोक्ने आदेश जारी गर्न सक्दछ (निवेदन शुल्कः), वा सुल्झाउनको लागि मध्यस्थता गर्न सक्दछ।
- **Office of the eSafety Commissioner** ले साईवर –बुलिङ्ग वा तस्वीरमा – आधारित अपहेलनाको बारेमा मद्दत गर्न सक्दछ।
- **NSW Police** ले तपाईको गोप्य तस्वीर वा भिडियो आदान प्रदान गर्ने व्यक्तीलाई आपराधिक मुद्दा जाहेर गर्न सक्दछ।

मलाई लाग्छ मेरो कार्यस्थलमा मलाई भेदभाव गरिएको छ

- **Australian Human Rights Commission** ले भेदभाव वा अपहेलनाको उजुरीको लागि मद्दत गर्न सक्दछ उदारहणको लागि – राजनैतिक विचारधारा वा धर्मको कारण।
- **Anti-Discrimination Boar**d ले उमेर, लैंङ्गिक, जाति वा लैङ्गिक भेदभावको उजुरीकोलागि मद्दत गर्न सक्दछ।

मैले मेरो काममा हिंसा वा हिंसाको खतरा अनुभव गरेको छु (ग्रहाक वा कामकै व्यक्तिहरुबाट)

- यदि तपाईलाई असुरक्षित अनुभव भएमा **NSW Police** लाई ००० मा फोन गर्नुहोला।
- यदि तपाईलाई आफु वा अन्य व्याक्तीहरु यदि काममा खतरामा छ भन्ने लागेमा **SafeWork NSW** ले तपाईलाई काममा सुरक्षाको अधिकार र त्यसको लागि समर्थन गर्दछ।

तपाईको कार्यस्थलको हासिल गनुपर्ने अधिकारको लागि समर्थन...

मलाई मेरो रोजगारदाता(मालिक) वा सुपरभाईजरले कार्यस्थलमा भएको दुर्घटना पछि काम फर्किन दिएन

- **SafeWork NSW** तपाईलाई सञ्चो भैरेको बेलाको लागि आफुलाई सुहाऊँदो काम दिनको लागि मालिक संग कुरा गरिदिनेछ।

मलाई लाग्छ मलाई अनुचित रुपमा हटाईएको छ वा काम छोड्न बाध्य बनाईएको छ

- यदि तपाईलाई कामबाट बर्खास्त गरिएको छ (तपाईले बर्खस्त गरिएको २१ दिन भित्रमा निवेदन अनिवार्य रुपमा पेश गरि सक्नुपर्नेछ) भने **Fair Work Commission** ले मद्दत गर्न सक्दछ।

मलाइ लाग्छ मलाई सहि तलब दिईएको छैन, सहि बिदा दिएको छैन, वा अन्य मैले पाउनु पर्ने कुराहरु पाएको छैन

- बेतलब लगाएतका तपाईको कार्यस्थलको अधिकार र हकको बारेमा **Fair Work Ombudsman** ले भन्नेछ (शुरुमा परिक्षणको लागि लगाईएको काम), तलब भुक्तानीको पर्चा हासिल गर्ने र काम संग सम्बन्धित कुराहरु खरिद गर्ने(उदारहणको लागि- पोशाक)।तपाईले पाउनुपर्ने के हो त्यो हिसाब गर्नकोलागि तलब र छुट्टी हिसाबको क्यालकुलेटर प्रयोग गर्नुहोला।

मलाई लाग्छ मेरो कामदार दर्घटनाको भुक्तानी (workers compensation payment) गलत रकम भुक्तानी गरिएको छ।।

- **Workers Compensation Independent Review Office** ले तपाईको वीमा मा सम्पर्क गरेर तपाईको भुक्तानी सहि छ छैन हेर्न सक्दछ।।

म मेरो कानूनी अधिकार र जिम्बेवारी जान्न चाहान्छु

- तपाईको कानूनी अधिकार र जिम्बेवारीको बारेमा सुझाव र जानकारी **LawStuff** ले दिन सक्दछ।

NSW सरकारी एजेन्सी वा सामुदायिक सेवा संस्था(उदारहणकोलागि NSW प्रहरी, TAFE NSW, NSWको सार्वजनिक विश्वविद्यालयहरु, स्थानिय परिषद्, Rail Corp) ले मलाई गरेको व्यवहार प्रती म खुशी छैन।

- यदि **NSW** सरकारी एजेन्सी वा सामुदायिक सेवा संस्था ले तपाईलाई गरेको व्यवहार प्रती म खुशी छैन भने **NSW Ombudsman** ले पुनरावलोकन गर्न सक्दछ।