



ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦਾ ਮਕਸਦ ਹੈ ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣਾ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨਾ ।

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਵਿੱਤੀ ਤਣਾਅ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ?

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?



ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

4

ਆਸਾਨ ਨੁਕਤੇ

5

ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਪਾਣੀ

6

ਯੂਟਿਲਟੀ ਰਿਲੀਫ ਗ੍ਰਾਂਟ ਅਤੇ ਨਾਨ-ਮੇਨਜ਼ ਯੂਟਿਲਟੀ ਰਿਲੀਫ ਗ੍ਰਾਂਟ ਸਕੀਮ

6

ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਜਲ ਲੋਕਪਾਲ ਵਿਕਟੋਰੀਆ (Energy and Water Ombudsman Victoria - EWOV)

6

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਐਨਰਜੀ ਕੰਪੇਅਰ (Victorian Energy Compare)

6

ਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ

6

Telstra

6

ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ- ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ (Services Australia – Centrelink)

6

ਦੂਰਸੰਚਾਰ ਉਦਯੋਗ ਲੋਕਪਾਲ (Telecommunication Industry Ombudsman - TIO)

6

ਬਸੇਰਾ

7

ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਹਿਊਮਨ ਸਰਵਿਸਜ਼ – ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ VIC

7

ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ – ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ (Services Australia – Centrelink)

7

ਟੈਨੈਂਟਸ ਵਿਕਟੋਰੀਆ (Tenants Victoria)

7

ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਵਕਾਲਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Tenancy Assistance & Advocacy program - TAAP)

7

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਸਿਵਲ ਐਂਡ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਿਵ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ (Victorian Civil & Administrative Tribunal - VCAT)

7

ਹੈਵਨ ਹੋਮ ਸੇਫ (HHS) – ਪ੍ਰੈਸਟਨ

7

ਵਿਨਸੈਂਟ ਕੇਅਰ - ਹੋਮ ਕਨੈਕਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

7

ਵਿਟਲਸੀਅ ਕੌਂਸਲ - ਰੇਟ

7

ਸਿੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ

8

ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਵਿਭਾਗ (DET)

8

ਸਟੇਟ ਸਕੂਲਜ਼ ਰਿਲੀਫ (SSR)

8

ਕੈਂਪ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਫੰਡ (Camps Sports & Excursions Fund - CSEF)

8

ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਸਬਸਿਡੀ

8

ਪਰਿਵਾਰ ਸਹਾਇਤਾ (Family Assistance)

8

ਬਰੱਦਰਹੁੱਡ ਆਫ ਸੇਂਟ ਲੌਰੈਂਸ – ਸੇਵਰ ਪਲੱਸ

8

ਸਮਿਥ ਫੈਮਿਲੀ – ਲਰਨਿੰਗ ਫਾਰ ਲਾਈਫ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

8

ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਕਰਜ਼ਾ ਸਕੀਮ (No Interest Loan Scheme - NILS)

8

ਕੰਪਿਊਟਰ ਬੈਂਕ

9

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਰਜ਼ੇ, ਵਜ਼ੀਫੇ ਅਤੇ ਫੀਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ

9

ਗੇਟ ਐਕਟਿਵ ਕਿਡਜ਼ ਵਾਊਚਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Get Active Kids Voucher Program)

9



ਵਿੱਤੀ ਸਾਖਰਤਾ ਕੀ ਹੈ?

10

ਮਨੀ ਸਮਾਰਟ (Money Smart)

10

ਵਿੱਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ

11

ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ – ਵਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ (Financial Information Services - FIS)

11

ਯੂਨਾਈਟਿੰਗ ਕਿਲਡਰੇਨ – ਨੌਰਥ ਈਸਟਰਨ ਫਾਈਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

11

ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ – ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ

11

ਆਸਟਰੇਲੀਅਨ ਟੈਕਸੇਸ਼ਨ ਆਫਿਸ (ATO)

11

ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੇ ਵਸਨੀਕ

11

ਕੌਮੀ ਕਰਜ਼ ਮਦਦਲਾਈਨ (National Debt Helpline - NDH)

11

ਆਸਟਰੇਲੀਅਨ ਫਾਈਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਕੰਪਲੇਟਸ ਅਥਾਰਟੀ (AFCA)

11

ਵਿੱਤੀ ਨੁਕਤੇ

12

ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ

12

ਬਿੱਲ ਭੁਗਤਾਨ ਦੀਆਂ ਵਿਧੀਆਂ

12

ਉਧਾਰ (credit) ਕੀ ਹੈ

12

ਵਿਆਜ਼ ਮੁਕਤ ਅਤੇ ਵਿਆਜ਼ ਮੁਕਤ ਮਿਆਦ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

12

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਸਕੋਰ ਅਤੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟਾਂ

12

ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

13

ਵਿਆਜ਼ ਮੁਕਤ ਕਰਜ਼ਾ ਸਕੀਮ (No Interest Loan Scheme - NILS)

13

ਸਟੈੱਪ ਅੱਪ (Step Up) ਕਰਜ਼ੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

13

ਪੇਅ-ਡੇਅ ਕਰਜ਼ੇ

13

ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲਓ (Rent to buy)

13

ਬੈਂਕ ਕਰਜ਼ੇ

13

ਧਨ ਯੋਜਨਾ (Money Plan)

14

ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ

16

ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਰਾਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

17

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ

20

ਖਾਣੇ

17

ਬਸੇਰਾ ਸੇਵਾਵਾਂ

21

ਸੰਕਟ ਵਾਸਤੇ ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨਾਂ

17

ਆਦਿਵਾਸੀ

21

ਸ਼ਰਾਬ, ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਜੁਏਬਾਜ਼ੀ

18

ਕਾਨੂੰਨੀ

22

ਅਪੰਗਤਾ

18

ਔਰਤਾਂ

22

ਪਰਿਵਾਰ

19

ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕੌਂਸਲ

19

ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ

19

ਜਾਣ-ਪਛਾਣ

ਵਿੱਤੀ ਸਾਖਰਤਾ ਕਿਤਾਬਚਾ, ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਰੋਤ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਏ ਜਾ ਸਕਣ ਜੋ ਤੰਗੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ ਇੱਕ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫਾ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਟੀਚਾ ਹੈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦੇ ਰਸਤੇ ਵਿਚਲੀਆਂ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਅਤੇ ਏਕੀਕਰਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ। ਅਸੀਂ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਵਿੱਤੀ ਸਾਖਰਤਾ ਦਾ ਹੋਰ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਣ ਵਾਸਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਜੋ ਵਧੇਰੇ ਵਿੱਤੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

ਪਾਠਕ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਸਰੋਤਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ਾ ਸੂਚੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਸਿੱਧਾ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪੰਨਾ ਸੰਖਿਆ 'ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਖੁਦ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਖੁਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਹੈ।



ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਸੰਪਰਕ ਕੇਂਦਰ ਦੇ ਸਹਾਇਤਾ ਵਰਕਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਨੂੰ ਦੱਸ ਦਿਓ, ਅਤੇ TIS ਨੈਸ਼ਨਲ ਰਾਹੀਂ ਕਿਸੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਮ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸਾਨੂੰ ਏਥੇ ਕਾਲ ਕਰੋ: (03) 9401 6666

ਸੇਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ

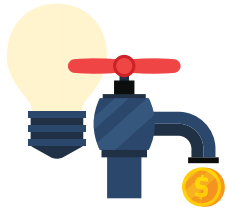
ਜੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ TIS ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
131 450 (ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੇ ਅੰਦਰ)

ਆਸਾਨ ਨੁਕਤੇ





ਆਸਾਨ ਨੁਕਤੇ ਜਾਰੀ



ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਪਾਣੀ

ਯੂਟਿਲਟੀ ਰਿਲੀਫ ਗ੍ਰਾਂਟ ਅਤੇ ਨਾਨ-ਮੇਨਜ਼ ਯੂਟਿਲਟੀ ਰਿਲੀਫ ਗ੍ਰਾਂਟ ਸਕੀਮ

ਯੂਟਿਲਟੀ ਰਿਲੀਫ ਗ੍ਰਾਂਟ (Utility Relief Grant – URG) ਅਤੇ ਨਾਨ-ਮੇਨਜ਼ ਯੂਟਿਲਟੀ ਰਿਲੀਫ ਗ੍ਰਾਂਟ (Non-Mains Utility Relief Grant scheme - NURGS) ਪੈਨਸ਼ਨਰ ਕਨਸੈਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕਾਂ, ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕਾਂ ਜਾਂ DVA ਗੋਲਡ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਕਾਰਡ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪ੍ਰਤੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੁਵਿਧਾ (utility) ਬਿੱਲ ਵਾਸਤੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਪਲਬਧ ਗ੍ਰਾਂਟ \$650 ਹੈ, ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗ੍ਰਾਂਟ ਬਿੱਲ ਉੱਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਦੇਣਦਾਰੀ ਦੀ ਰਕਮ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਹੀ ਮੁੱਖ ਸੁਵਿਧਾ ਹੈ ਯਾਨੀ ਕਿ ਸਿਰਫ਼ ਗੈਸ, ਤਾਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗ੍ਰਾਂਟ ਦੀ ਰਕਮ \$1300 ਹੈ। ਇਹ ਉਹ ਗ੍ਰਾਂਟ ਹੈ ਜੋ ਗਾਹਕ ਨੇ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਮੋੜਨੀ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਇਸ ਤੱਕ ਹਰ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਹੀ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। URG ਵਾਸਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਊਰਜਾ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। NURG ਵਾਸਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ 'ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਕਨਸੈਸ਼ਨ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਲਾਈਨ' ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ। ਯੋਗਤਾ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਕਸੌਟੀਆਂ, ਸਿਫਾਰਸ਼ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ DHHS ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ ਜਾਂ 'ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਕਨਸੈਸ਼ਨ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਲਾਈਨ' ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਨਾਲ ਹੀ ਇਹ ਯੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਬਿੱਲਾਂ ਉੱਤੇ ਫੋਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ 'ਕਨਸੈਸ਼ਨ ਕਾਰਡ' ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੁਵਿਧਾ ਕੰਪਨੀ (utility company) ਕੋਲ ਪੰਜੀਕਿਰਤ ਹੋਵੇ।

- www.dhs.vic.gov.au/for-individuals/financial-support/concessions/hardship/utility-relief-and-non-mains-utility-grantscheme
- ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਕਨਸੈਸ਼ਨ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਲਾਈਨ ਫੋਨ: 1800 658 521

ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਜਲ ਲੋਕਪਾਲ ਵਿਕਟੋਰੀਆ (Energy and Water Ombudsman Victoria - EWOV)

EWOV ਕਿਸੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੁਵਿਧਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਨਾਲ ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਜਲ ਲੋਕਪਾਲ ਵਿਕਟੋਰੀਆ (EWOV) ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਜੋ ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ, ਗੈਸ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਵਿਵਾਦਾਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। EWOV ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵਰਤੋਂਕਾਰਾਂ ਲਈ ਬੇਹੱਦ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਲਾਭਦਾਇਕ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟਾਂ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

- www.ewov.com.au
- ਫੋਨ: 1800 500 509

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਐਨਰਜੀ ਕੰਪੇਅਰ (Victorian Energy Compare)

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਐਨਰਜੀ ਕੰਪੇਅਰ ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ, ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਊਰਜਾ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਈਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਗੈਸ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦੀ ਹੋਰ ਊਰਜਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕਾਂ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਉਪਯੋਗ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਊਰਜਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਨੂੰ ਲੱਭਿਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਇਸ ਟੂਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਹਾਲੀਆ ਬਿੱਲ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

- <https://compare.energy.vic.gov.au>



ਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ

Telstra

Telstra ਕੋਲ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫਾ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਫੋਨ ਕਾਰਡਾਂ ਜਾਂ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬਕਾਇਆ ਖੜ੍ਹੇ Telstra ਬਿੱਲ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ 'Telstra ਬਿਲਜ਼ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ' (Telstra Bills Assistance Program) ਜਾਂ 'Telstra ਫੋਨ ਕਾਰਡ ਅਸਿਸਟੈਂਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ' (Telstra Phone card Assistance Program) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- www.telstra.com.au/aboutus/community-environment/community-programs/access-for-everyone/communityagencies

ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ- ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ (Services Australia – Centrelink)

ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਇੱਕ ਸਰਕਾਰੀ ਵਿਭਾਗ ਹੈ ਜੋ ਆਸਟਰੇਲੀਅਨ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਉੱਤੇ ਰਿਐਇਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਟੈਲੀਫੋਨ ਭੱਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਫੋਨ ਅਤੇ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸਰਵਿਸ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਯੋਗਤਾ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ Centrelink ਲਾਭ ਵਾਸਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਭੱਤੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ Centrelink ਭੁਗਤਾਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

- www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/telephone-allowance

ਦੂਰਸੰਚਾਰ ਉਦਯੋਗ ਲੋਕਪਾਲ (Telecommunication Industry Ombudsman - TIO)

TIO, EWOV ਵਰਗੀ ਹੀ ਇੱਕ ਸੇਵਾ ਹੈ, ਪਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੂਰਸੰਚਾਰ ਉਦਯੋਗ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। TIO ਇੱਕ ਤੇਜ਼, ਮੁਫ਼ਤ, ਸੁਤੰਤਰ, ਨਿਰਪੱਖ, ਅਤੇ ਨਿਆਂ-ਉਚਿਤ ਵਿਵਾਦ ਨਿਪਟਾਰਾ ਸੇਵਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਗਾਹਕਾਂ ਜਾਂ ਛੋਟੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਫੋਨ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੇਵਾ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਅਜੇ ਨਿਪਟਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ।

- www.tio.com.au
- ਫੋਨ: 1800 062 058



ਬਸੇਰਾ

ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ ਹੋਲਿੰਗ ਐਂਡ ਹਿਊਮਨ ਸਰਵਿਸਜ਼ – ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ VIC

DHS ਦਾ ਬਸੇਰਾ ਦਫਤਰ (Office of Housing) ਬਸੇਰੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਬਾਂਡ ਕਰਜ਼ਿਆਂ, ਜਨਤਕ ਬਸੇਰੇ ਵਾਸਤੇ ਅਰਜ਼ੀਆਂ, ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼, ਭਾਈਚਾਰਕ ਬਸੇਰੇ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਮਰਥਿਤ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਲਾਹ, ਚੱਲਣਯੋਗ ਯੂਨਿਟ, ਘਰ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਲੱਭਣ ਵਾਲਾ ਟੂਲ (Home Options Finder), ਘਰ ਦੀ ਮਾਲਕੀ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਕਿਰਾਏ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

- www.housing.vic.gov.au/housing-options
- ਫੋਨ: 1300 664 977

ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ – ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ (Services Australia – Centrelink)

ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ – ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਗਲੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਯੋਗਤਾ ਵਾਸਤੇ ਅਤੇ ਕੋਈ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ 'ਫੈਮਿਲੀਜ਼ ਲਾਈਨ' ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਵੈੱਬ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਜਾਓ।

- www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/rent-assistance

ਟੈਨੈਂਟਸ ਵਿਕਟੋਰੀਆ (Tenants Victoria)

TV ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬਸੇਰੇ ਸੰਬੰਧੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸ਼ਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਹ ਕਨੂੰਨ ਅਤੇ ਨੀਤੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹਕ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਹ, ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਵਕਾਲਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਜਾਇਦਾਦਾਂ, ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਕਮਰੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਕਾਨਾਂ, ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਂ ਪਾਰਕਾਂ ਦੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

- www.tenantsvic.org.au
- ਫੋਨ: 1800 068 860

ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਵਕਾਲਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Tenancy Assistance & Advocacy program - TAAP)

TAAP ਉਹਨਾਂ ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬੇਘਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਉਹ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਮਕਾਨ-ਮਾਲਕਾਂ ਜਾਂ ਰੀਅਲ ਇਸਟੇਟ ਏਜੰਟਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਸਿਵਲ ਐਂਡ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਿਵ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ (Victorian Civil and Administrative Tribunal - VCAT) ਵਿਖੇ ਸੁਣਵਾਈਆਂ ਲਈ ਤਿਆਰੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਢਿੱਠੇ ਗਾਜ਼ਰੀ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਨ।

- www.consumer.vic.gov.au/clubs-and-fundraising/funded-services-and-grants/tenancy-and-consumer-program-2017-21/tenancy-assistance-and-advocacy-program
- TAAP ਦਾ ਉੱਤਰ ਪੂਰਬੀ ਮੈਲਬੋਰਨ ਲਈ ਫੋਨ: 1800 002 992

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਸਿਵਲ ਐਂਡ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਟਿਵ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ (Victorian Civil & Administrative Tribunal - VCAT)

VCAT ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਿਵਲ ਵਿਵਾਦਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਦਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦੇ ਵਿਵਾਦ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀਆਂ ਸੂਚੀ (Residential Tenancies List) ਉਹਨਾਂ ਵਿਵਾਦਾਂ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਬਨਾਮ ਮਕਾਨ-ਮਾਲਕ, ਮਕਾਨ-ਮਾਲਕ ਬਨਾਮ ਕਿਰਾਏਦਾਰ, ਲੌਜ (rooming house) ਮਾਲਕ ਬਨਾਮ ਲੌਜ ਦੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਅਤੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਆਫ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਬਨਾਮ ਕਿਰਾਏਦਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਦਾ ਨਾ ਕੀਤਾ ਕਿਰਾਇਆ, ਬਾਂਡ ਵਾਪਸੀਆਂ, ਮੁਰੰਮਤਾਂ, ਦੇਖਰੇਖ, ਜਾਇਦਾਦ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ, ਪਾਲਤੂ ਜਾਨਵਰ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹਾਉਣਾ, ਕਿਰਾਏ ਵਿੱਚ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਅਤੇ ਕਬਜ਼ੇ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਵਰਗੇ ਮਸਲਿਆਂ ਨੂੰ VCAT ਰਾਹੀਂ ਸੁਣਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- www.vcat.vic.gov.au/adv/disputes/residential-tenancies
- ਫੋਨ: 1300 018 228

ਹੈਵਨ ਹੋਮ ਸੇਫ (HHS) – ਪ੍ਰੈਸਟਨ

HHS ਪ੍ਰੈਸਟਨ ਦਾ ਦਫਤਰ ਵਿਟਲੋਸੀਆ ਸ਼ਹਿਰ ਵਾਸਤੇ ਬਸੇਰਾ ਅਦਾਰਾ ਹੈ। ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਗਾਹਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬਸੇਰਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਬੇਘਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਬੇਘਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਸੇਰਾ ਵਰਕਰ ਅਤੇ ਦਲਾਲੀ (brokerage) ਵਾਸਤੇ ਫੰਡ ਸਹਾਇਤਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨਿੱਜੀ, ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਜਾਇਦਾਦਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। HHS ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਬਕਾਏ ਅਤੇ ਕੋਈ ਕਿਰਾਏਦਾਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਪੈਸੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- www.havenhomesafe.org.au
- ਫੋਨ: (03) 9479 0700

ਵਿਨਸੈਂਟ ਕੇਅਰ - ਹੋਮ ਕਨੈਕਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਰਾਹੀਂ ਬੇਘਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੋਮ ਕਨੈਕਟ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਸ ਸਮੇਂ ਨਿੱਜੀ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਪਣੇ ਮੌਜੂਦਾ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਕਰਨ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਉਚਿਤ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਲੱਭਣ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।

- vincentcare.org.au/our-services/home-connect/
- ਫੋਨ: (03) 9304 0147

ਵਿਟਲਸੀਅ ਕੌਂਸਲ - ਰੇਟ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੇਟਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵਿੱਤੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਟਲਸੀਅ ਕੌਂਸਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

- www.whittlesea.vic.gov.au/about-us/rates/late-rates-payments/
- ਫੋਨ: 92172170



ਸਿੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ

ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਵਿਭਾਗ (DET)

DET ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਲਾਗਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਇੱਕ ਵੈੱਬ ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ (Centrelink) ਰਿਆਇਤ ਕਾਰਡ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਦਾ ਸਟੇਟ ਸਕੂਲਜ਼ ਰਿਲੀਫ਼ (SSR), ਕੈਂਪ, ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਫੰਡ (CSEF), ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਸਬਸਿਡੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ। ਅਗਲੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

- <https://www2.education.vic.gov.au/pal/financial-help-families/policy>

ਸਟੇਟ ਸਕੂਲਜ਼ ਰਿਲੀਫ਼ (SSR)

SSR ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵਰਦੀਆਂ, ਜੁੱਤੇ, ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸਰੋਤਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਡੀਵਾਈਸਾਂ ਅਤੇ ਗ੍ਰਾਫ ਉਲੀਕਣ ਵਾਲੇ ਕੈਲਕੂਲੇਟਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। SSR ਸਾਰੇ ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ, ਸੈਕੰਡਰੀ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਕਾਰੀ (specialist) ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾਈ ਸਕੂਲਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਤੰਗੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕੋਲ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੋਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਸਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਾਸਤੇ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਗਲੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

- <https://stateschoolsrelief.org.au/>

ਕੈਂਪ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਫੰਡ (Camps Sports & Excursions Fund - CSEF)

CSEF ਇੱਕ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਫੰਡ-ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਭੁਗਤਾਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਯੋਗ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲੀ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਕੂਲ ਦੇ ਕੈਂਪ ਜਾਂ ਟ੍ਰਿਪ, ਤੈਰਾਕੀ, ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਵੱਲੋਂ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਚਾਰਟਰਡ ਵਾਹਨਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਸੈਰ-ਸਪਾਟੇ। ਵੈੱਬ ਰਿਆਇਤ ਕਾਰਡ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਾਪੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਲਈ ਯੋਗ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮਤਰੇਈ ਸੰਭਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਵਿਧਾਨਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅੰਦਰਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਬ੍ਰਿਜਿੰਗ ਵੀਜ਼ੇ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਆਰਜ਼ੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵੀਜ਼ੇ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਭਾਈਚਾਰਕ ਨਜ਼ਰਬੰਦੀ ਵਿਚਲੇ ਜਾਂ ਸ਼ਰਣ ਮੰਗਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੌਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਗਲੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

- www.education.vic.gov.au/about/programs/Pages/csef.aspx

ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਸਬਸਿਡੀ

ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਸਬਸਿਡੀ ਅਤੇ 'ਵਧੀਕ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਸਬਸਿਡੀ' (Additional Childcare Subsidy) ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਫੰਡ-ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਬਸਿਡੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਯੋਗ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਗਲੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਯੋਗਤਾ ਵਾਸਤੇ ਅਤੇ ਕੋਈ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ 'ਫੈਮਿਲੀਜ਼ ਲਾਈਨ' ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਵੈੱਬ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਵਾਸਤੇ ਸਬਸਿਡੀ

- www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/child-care-subsidy

ਵਧੀਕ ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਸਬਸਿਡੀ

- www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/additional-child-care-subsidy

ਪਰਿਵਾਰ ਸਹਾਇਤਾ (Family Assistance)

“ਪਰਿਵਾਰ ਸਹਾਇਤਾ” ਦੇ ਭੁਗਤਾਨ ਸਰਕਾਰੀ ਫੰਡਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਉਹ ਭੁਗਤਾਨ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਅਗਲੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਯੋਗਤਾ ਵਾਸਤੇ ਅਤੇ ਕੋਈ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ 'ਫੈਮਿਲੀਜ਼ ਲਾਈਨ' ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਵੈੱਬ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਜਾਓ।

- <https://www.servicesaustralia.gov.au/individuals/families>

ਬਰਦਰਹੁੱਡ ਆਫ ਸੇਵਰ ਪਲੱਸ

“ਸੇਵਰ ਪਲੱਸ” ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਬਰਦਰਹੁੱਡ ਆਫ ਸੇਵਰ ਪਲੱਸ (Brotherhood of St Laurence) ਵੱਲੋਂ ਚਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਇਕੱਲੇ ਮਾਪੇ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਵਿੱਤੀ ਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪੂੰਜੀਆਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਸਥਾਨਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮੁੱਚੇ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ 60 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਟਿਕਾਣਿਆਂ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- www.bsl.org.au/services/money-matters/saver-plus
- ਫੋਨ: 1300 610 355
- ਈਮੇਲ: saverplus@bsl.org.au

ਸਮਿਥ ਫੈਮਿਲੀ – ਲਰਨਿੰਗ ਫਾਰ ਲਾਈਫ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਲਰਨਿੰਗ ਫਾਰ ਲਾਈਫ (Learning for Life) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਯੋਜਕਾਂ (sponsors) ਕੋਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪਛੜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲੀ ਲਾਗਤਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਮੌਕਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨਾਲ ਵੀ ਜੋੜਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮਿਥ ਫੈਮਿਲੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

- <https://www.thsmithfamily.com.au/programs/learning-for-life>

ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਕਰਜ਼ਾ ਸਕੀਮ (No Interest Loan Scheme - NILS)

NILS ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ-ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ, ਵਾਜਬ ਅਤੇ ਕਿਫਾਇਤੀ ਉਧਾਰ (credit) ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਰਜ਼ੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਵਸਤੂਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਖਰਚੇ, ਘਰੇਲੂ ਵਸਤੂਆਂ, ਕਾਰ ਦੀਆਂ ਮੁਰੰਮਤਾਂ ਅਤੇ \$1500 ਤੱਕ ਦੀਆਂ ਡਾਕਟਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ। ਭੁਗਤਾਨ-ਵਾਪਸੀਆਂ (repayments) 12-18 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਪੁੱਗਣਯੋਗ ਰਕਮ 'ਤੇ ਤੈਅ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਨੇੜਲੇ NILS ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।

- <https://nils.com.au/>
- ਫੋਨ: 13 64 57

ਕੰਪਿਊਟਰ ਬੈਂਕ

ਕੰਪਿਊਟਰ ਬੈਂਕ (Computer Bank) ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫਾ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਜੋ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਵਾਲੇ ਨਵੀਨੀਕਰਨ ਕੀਤੇ (refurbished) ਕੀਤੇ ਡੈਸਕਟੌਪ ਅਤੇ ਲੈਪਟੌਪ ਕੰਪਿਊਟਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕੰਪਿਊਟਰ ਬੈਂਕ ਨੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਹੀ ਨਵੀਨੀਕਰਤ ਘੱਟ-ਲਾਗਤ ਵਾਲੇ ਕੰਪਿਊਟਰ, ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਖਰੀਦਾਂ ਵਾਸਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਵਾਏ ਹਨ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਇੱਕ ਵੈਬ ਆਸਟਰੇਲੀਅਨ ਰਿਆਇਤ ਕਾਰਡ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

- www.computerbank.org.au/
- ਫੋਨ: (03) 9600 9161

ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕਰਜ਼ੇ, ਵਜ਼ੀਫੇ ਅਤੇ ਫੀਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ

ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਤੀਜੇ ਪੱਧਰ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ (Tertiary education) ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਤੀਜੇ ਪੱਧਰ ਦੀਆਂ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ TAFEs ਵਿਖੇ ਕੋਰਸਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨਯੋਗ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਯੋਗ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਤੀਜੇ ਪੱਧਰ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਲਾਗਤ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੇਣ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਕਰਜ਼ੇ ਅਤੇ ਸਬਸਿਡੀਆਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕ ਅਤੇ ਸਥਾਈ ਵੀਜ਼ਾ ਧਾਰਕ ਸਰਕਾਰੀ ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ HECS-HELP, FEE-HELP ਅਤੇ VET-HELP ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਟਿਊਸ਼ਨ ਫੀਸਾਂ, ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਖਰਚੇ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੁਖ-ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਅਦਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਵਜ਼ੀਫੇ ਕਿਸੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਕਿਸੇ ਨਿੱਜੀ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਜਾਂ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨਿੱਜੀ ਜਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਪੋਸਟ-ਸੈਕੰਡਰੀ ਕਾਲਜ, ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਅਕਾਦਮਿਕ ਸੰਸਥਾ ਵਿਖੇ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਅੱਗੇ ਵਧਾ ਸਕਣ। ਵਜ਼ੀਫੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਕਸੌਟੀਆਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਕਾਦਮਿਕ ਮੈਰਿਟ, ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਅਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਕਰਨ (inclusion), ਐਥਲੈਟਿਕ ਹੁਨਰ, ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਲੋੜ।

ਵਜ਼ੀਫੇ

- www.studyassist.gov.au/you-study/scholarships

HECS ਮਦਦ

- www.studyassist.gov.au/help-loans/hecs-help

VET ਮਦਦ

- www.studyassist.gov.au/vet-students/vet-student-loans

ਫੀਸ ਵਿੱਚ ਮਦਦ

- www.studyassist.gov.au/help-loans/fee-help

ਗੈੱਟ ਐਕਟਿਵ ਕਿਡਜ਼ ਵਾਊਚਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ (Get Active Kids Voucher Program)

‘ਗੈੱਟ ਐਕਟਿਵ ਕਿਡਜ਼ ਵਾਊਚਰ’ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 100,000 ਵਾਊਚਰਾਂ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ, ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਸਾਜ਼ੇ-ਸਮਾਨ ਜਾਂ ਵਰਦੀਆਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵਾਸਤੇ \$200 ਤੱਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਵਾਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਖੇਡ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਮਨੋਰੰਜਨ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

‘ਗੈੱਟ ਐਕਟਿਵ ਕਿਡਜ਼ ਵਾਊਚਰ’ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਦੇਖੋ:

- www.getactive.vic.gov.au/vouchers/



ਵਿੱਤੀ ਸਾਖਰਤਾ ਕੀ ਹੈ?

ਵਿੱਤੀ ਸਾਖਰਤਾ ਦਾ ਮਤਲਬ ਅਜਿਹੇ ਗੁਨਰ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਦਾ ਹੋਣਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ-ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਵਿੱਤੀ ਵਸੀਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚ-ਸਮਝ ਕੇ ਅਤੇ ਅਸਰਦਾਰ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਮਨੀ ਸਮਾਰਟ (Money Smart)

ਮਨੀ ਸਮਾਰਟ ਇੱਕ ਰਸੂਖਦਾਰ ਸਰਕਾਰੀ ਸਮਰਥਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਹੈ ਜੋ ਆਸਟਰੇਲੀਅਨ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਰਲ ਟੂਲ, ਨੁਕਤੇ, ਤੁਲਨਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਕੈਲਕੂਲੇਟਰਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੈਂਕਿੰਗ ਅਤੇ ਬਜਟ ਬਣਾਉਣ, ਕਰਜ਼ਿਆਂ, ਲੈਣ ਅਤੇ ਦੇਣ, ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਬੀਮਾ, ਸੁਪਰ ਅਤੇ ਸੇਵਾਮੁਕਤੀ ਬਾਰੇ ਸੋਚ-ਸਮਝ ਕੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਸਰੋਤ ਪੰਨੇ ਰਾਹੀਂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- www.moneysmart.gov.au





ਵਿੱਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ

ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ – ਵਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ (Financial Information Services - FIS)

ਸਾਨੂੰ 132 300 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜਦ ਅਸੀਂ ਪੁੱਛਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਉਂ ਕਾਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਤਾਂ 'Financial Information Service' (ਫਾਈਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ) ਬੋਲੋ। FIS ਦਾ ਕੋਈ ਅਫਸਰ ਤੁਹਾਡੀ ਕਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇਗਾ।

- ਵੈੱਬਸਾਈਟ: servicesaustralia.gov.au/fis
- ਸਾਨੂੰ 132 300 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ “ਫਾਈਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ” ਬੋਲੋ

FIS ਤੁਹਾਡੀ ਸੇਵਾ-ਮੁਕਤੀ (retirement) ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। FIS ਤੁਹਾਨੂੰ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਹੋਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋਵੋ, ਕੱਲ੍ਹ ਨੂੰ ਜਾਂ 20 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ। ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਐਨਲਾਈਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਫਿਰ ਕਿਸੇ FIS ਅਫਸਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੇਵਾਮੁਕਤੀ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਵਧੇਰੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਵਿੱਤੀ ਭਵਿੱਖ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਯੂਨਾਈਟਿੰਗ ਕਿਲਡੋਨੇਨ – ਨੌਰਥ ਈਸਟਰਨ ਫਾਈਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਯੂਨਾਈਟਿੰਗ ਕਿਲਡੋਨੇਨ (Uniting Kildonan) ਵਿੱਤੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਤੁਹਾਡੀ ਵਿੱਤੀ ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਦਾ ਤਰਜੀਹੀਕਰਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਭੁਗਤਾਨ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਬਤ ਨਿਯਮਾਂ ਅਤੇ ਕਨੂੰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਰਜ਼ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਕੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਿਪਟਾਉਣ ਅਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਦੇ ਬੰਦੋਬਸਤ ਨਿਯਤ ਕਰਨ, ਬਜਟ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- www.unitingkildonan.org.au/programs-and-services/financial-support/financial-counselling/north-eastern-financialcounselling-program/
- ਫ਼ੋਨ: 1800 685 682

ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ – ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ

ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ (Centrelink) ਇੱਕ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਵਿੱਤੀ ਤੰਗੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਸਟਰੇਲੀਅਨ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਲੋਕਾਂ, ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰਾਂ, ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ, ਮਾਪਿਆਂ, ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ, ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੇ ਆਦਿਵਾਸੀਆਂ, ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਿਛੋਕੜਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ ਕੋਲੋਂ ਆਪਣੀ ਯੋਗਤਾ ਬਾਰੇ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ।

- www.servicesaustralia.gov.au/individuals/centrelink

ਆਸਟਰੇਲੀਅਨ ਟੈਕਸੇਸ਼ਨ ਆਫਿਸ (ATO)

ਟੈਕਸ ਉਹ ਧਨ ਹੈ ਜੋ ਲੋਕ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਜੋ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀ, ਗੁਣਵੱਤਾ ਭਰਪੂਰ ਸਿੱਖਿਆ, ਸੜਕਾਂ ਅਤੇ ਆਪਗ੍ਰੇਡ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਵਾਏ ਜਾ ਸਕਣ। ਟੈਕਸਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਕਟੌਤੀਆਂ ਤੋਂ ਖੁੰਝਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਕਾਇਆ ਟੈਕਸਾਂ ਦੇ ਦਰਪੇਸ਼ ਦੇਖਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਅਸੀਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ATO ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ATO ਵਿਅਕਤੀ-ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਾਂ, ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਨਾਖਤ ਲਈ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਰੱਖਣ ਦੇ ਮਕਸਦਾਂ ਲਈ TFNs ਜਾਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੇ ਵਸਨੀਕ

- www.ato.gov.au/individuals/tax-file-number/apply-for-a-tfn/australian-residents--tfn-application/

ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪਾਸਪੋਰਟ ਧਾਰਕ, ਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਅਤੇ ਆਰਜ਼ੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਏ ਲੋਕ ਹੇਠਾਂ ਅਪਲਾਈ ਕਰੋ

- www.ato.gov.au/individuals/tax-file-number/apply-for-a-tfn/foreign-passport-holders,-permanent-migrants-and-temporaryvisitors--tfn-application/

ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕ

- www.ato.gov.au/individuals/tax-file-number/apply-for-a-tfn/people-living-outside-australia--tfn-application/

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ ਹਰ ਸਾਲ ਜੁਲਾਈ ਅਤੇ ਅਕਤੂਬਰ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਟੈਕਸ ਮਦਦ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਯੋਗਤਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

- ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ (03) 9401 6666

ਕੌਮੀ ਕਰਜ਼ ਮਦਦਲਾਈਨ (National Debt Helpline - NDH)

NDH ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਉਹ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਵੀ ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਪਰਕ ਕਰਦਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ।

- <https://ndh.org.au/>
- ਫ਼ੋਨ: 1800 007 007

ਆਸਟਰੇਲੀਅਨ ਫਾਈਨੈਂਸ਼ੀਅਲ ਕੰਪਲੈੱਟਸ ਅਥਾਰਟੀ (AFCA)

AFCA ਬੈਂਕਾਂ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਯੂਨੀਅਨਾਂ, ਬਿਲਡਿੰਗ ਸੋਸਾਇਟੀਆਂ, ਜੀਵਨ ਬੀਮਾ ਕੰਪਨੀਆਂ, ਸੇਵਾਮੁਕਤੀ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕਾਂ, ਵਿੱਤੀ ਯੋਜਨਾਕਾਰਾਂ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਹੋਰ ਵਿੱਤੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਨਿਪਟਾਉਂਦੀ ਹੈ। AFCA ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਮਝੌਤਿਆਂ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ।

- www.afca.org.au/about-afca
- ਫ਼ੋਨ: 1800 931 678



ਵਿੱਤੀ ਸਾਖਰਤਾ ਕੀ ਹੈ?

ਜਾਰੀ



ਵਿੱਤੀ ਨੁਕਤੇ

ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ

ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਬਿੱਲਾਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਹੇਠ ਰੱਖਣ ਦਾ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਬਕਾਇਦਾ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਪੰਦਰਵਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਹਰ ਪੰਦਰਵਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬਿੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਓ। ਆਪਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੁਵਿਧਾ ਕੰਪਨੀ ਨੂੰ ਹਰ ਪੰਦਰਵਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਬੰਦੋਬਸਤ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰੋ। ਉਹ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਕੁੱਲ ਜੋੜ ਪਤਾ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਕੁੱਲ ਜੋੜ ਨੂੰ 26 ਪੰਦਰਵਾਂ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤਕਸੀਮ ਕਰ ਦੇਣਗੇ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਬਿੱਲਾਂ 'ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘਰ ਦਾ ਫ਼ੋਨ/ਇੰਟਰਨੈੱਟ, ਮੋਬਾਈਲ, ਕਰਜ਼ੇ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ, ਹੋਮ ਲੋਨ, ਰੇਟ, ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਫੀਸਾਂ।

ਬਿੱਲ ਭੁਗਤਾਨ ਵਿਧੀਆਂ

ਆਪਣੇ ਬਿੱਲਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਸਾਰੇ ਵਿਕਲਪ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: ਕਿਸੇ ਬਿੱਲ ਜਾਂ ਭੁਗਤਾਨ ਕਾਰਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਪੇਸਟ ਆਫਿਸ ਰਾਹੀਂ, ਫ਼ੋਨ ਉੱਤੇ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਬੈਂਕਿੰਗ ਉੱਤੇ BPAY, ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਬੈਂਕਿੰਗ (ਡਾਇਰੈਕਟ ਡੈਬਿਟ) ਰਾਹੀਂ ਸਵੈਚਲਿਤ ਮਿਆਦੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ, Centrepay.

ਉਧਾਰ (credit) ਕੀ ਹੈ

ਉਧਾਰ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕੋਈ ਮੁੱਲਵਾਨ ਚੀਜ਼ ਹੁਣ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕਰਨਾ, ਅਕਸਰ ਉਧਾਰ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਇਸ ਵਿੱਚ ਵਿੱਤੀ ਖ਼ਰਚਾ ਜੋੜ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਨੂੰ ਚੁਕਾਉਣ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਪੈਸੇ ਦੀ ਭੁਗਤਾਨ-ਵਾਪਸੀ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਰਜ਼ਦਾਤਾ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਕਿਸੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਤਹਿਤ ਉਸ ਨੂੰ ਦੇਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਧਾਰ ਵਿੱਚ ਨਿੱਜੀ ਕਰਜ਼ੇ ਅਤੇ ਹੋਮ ਲੋਨ, ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਅਤੇ ਸਟੋਰ ਕਾਰਡ, ਸਿੱਖਿਆ ਵਾਸਤੇ ਕਰਜ਼ੇ, ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਖ਼ਰੀਦਦਾਰੀਆਂ, ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਿਆਦ ਲਈ ਜਾਂ ਤਨਖਾਹ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਚੁਕਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਰਜ਼ੇ, ਇੱਕ ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਬਿਜਲੀ ਜਾਂ ਗੈਸ, ਪਾਣੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਅਤੇ ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਮਿਆਦ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਉਧਾਰ ਲਏ ਗਏ ਪੈਸੇ ਉੱਤੇ ਕੋਈ ਵਿਆਜ ਨਹੀਂ ਚਾਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਮਿਆਦ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਕਰਜ਼ਦਾਤਾ ਵੱਲੋਂ ਬਿਆਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਮੇਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਲਏ ਗਏ ਧਨ ਉੱਤੇ ਕੋਈ ਵਿਆਜ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਮੁਫ਼ਤ ਵਾਲੀ ਮਿਆਦ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਉਧਾਰ ਲਈ ਪੂਰੀ ਰਕਮ ਨਹੀਂ ਚੁਕਾਈ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਆਦੀ ਰੇਟ ਅਨੁਸਾਰ ਚਾਰਜ ਲਗਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਫੀਸਾਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਮਿਆਦ ਵਿੱਚ ਬਕਾਇਦਾ ਨਹੀਂ ਚੁਕਾਉਂਦੇ, ਤਾਂ ਵਿਆਜ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਖ਼ਰਚਾ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਮਿਆਦ ਦੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਧਾਰ ਲਿਆ ਧਨ ਵਾਪਸ ਕਰ ਦਿਓ।

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਸਕੋਰ ਅਤੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟਾਂ

ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਸਾਰਾਂਸ਼ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਖਾਤਿਆਂ ਦਾ ਰੱਖ-ਰਖਾਓ ਕਿਵੇਂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਉਧਾਰ ਜਾਂ ਕਰਜ਼ੇ ਵਾਸਤੇ ਅਪਲਾਈ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟ ਹੋਵੇਗੀ। ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੰਭਾਵੀ ਸ਼ਾਹੂਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਰਜ਼ਦਾਤਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਧਾਰ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਤਹਿਤ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਸਕੋਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਰੇ ਉਸ ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਰੱਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕਰਜ਼ਦਾਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਸਕੋਰ (ਜਾਂ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰੇਟਿੰਗ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਸਤੂਆਂ ਉਧਾਰ ਦੇਣੀਆਂ ਹਨ ਜਾਂ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਦੇਣੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਸਕੋਰ ਨੂੰ ਜਾਣਨਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਕੇ ਸੌਂਦੇ ਨੇਪਰੇ ਚਾੜ੍ਹਨ ਜਾਂ ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰਜ਼ੇ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਿਉਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਜਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦਾ ਉਧਾਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਅਹਿਮ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਅਤੇ ਭੁਗਤਾਨ-ਵਾਪਸੀ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ 'ਤੇ ਕਾਇਮ ਰਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਸਕੋਰ ਅਤੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣਗੇ। ਆਪਣੀ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਰਿਪੋਰਟ ਅਤੇ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਸਕੋਰ ਦੀ ਇੱਕ ਮੁਫ਼ਤ ਕਾਪੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਤਿੰਨ ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਬਿਊਰੋ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਕੋਲ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

Illion

- www.illion.com.au/#illion-for-individuals
- Illion ਫ਼ੋਨ: 1300 734 806

Equifax

- www.equifax.com.au/personal/help-centre/credit-reports/get-my-equifax-credit-report
- Equifax ਫ਼ੋਨ: 13 83 32

Experian

- www.experian.com.au/order-credit-report/
- Experian ਫ਼ੋਨ: 1300 783 684



ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਕਰਜ਼ਾ ਸਕੀਮ (No Interest Loan Scheme - NILS)

‘ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਕਰਜ਼ਾ ਸਕੀਮ’ (NILS) ਗੁੱਡ ਸ਼ੈਪਰਡ (Good Shepherd) ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਘੱਟ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਦੀਆਂ ਰਕਮਾਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ \$1500 ਤੱਕ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ NILS ਵਰਕਰ ਕਿਫਾਇਤੀ ਭੁਗਤਾਨ-ਵਾਪਸੀ ਬੰਦੋਬਸਤ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜਲੇ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ। ਯੋਗਤਾ ਦੀਆਂ ਕਸੌਟੀਆਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

- <https://goodshepherdmicrofinance.org.au/services/no-interest-loan-scheme-nils/>

StepUp Loan program

ਸਟੈੱਪ ਅੱਪ (Step Up) ਕਰਜ਼ੇ ਗੁੱਡ ਸ਼ੈਪਰਡ (Good Shepherd) ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ-ਵਿਆਜ ਵਾਲੇ ਕਰਜ਼ਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਬੈਂਕ ਤੋਂ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆ ਰਹੀ ਹੈ। ਕਰਜ਼ੇ ਦੀਆਂ ਰਕਮਾਂ \$800 ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਕੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ \$3000 ਤੱਕ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਤਿੰਨ-ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਪੁੱਗਣਯੋਗ ਰੇਟ 'ਤੇ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਨੇੜਲੇ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ। ਯੋਗਤਾ ਦੀਆਂ ਕਸੌਟੀਆਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

- <https://goodshepherdmicrofinance.org.au/services/stepup-loan/>

ਪੇਅ-ਡੇਅ ਕਰਜ਼ੇ

ਇੱਕ ਪੇਅ-ਡੇਅ ਕਰਜ਼ਾ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਛੋਟੀ ਰਕਮ ਦਾ ਕਰਜ਼ਾ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ \$2000 ਤੱਕ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ 16 ਦਿਨ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੱਕ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਝਟਪਟ ਜੁਗਾੜ ਜਾਪ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਪੇਅ-ਡੇਅ ਕਰਜ਼ੇ ਦੀਆਂ ਫੀਸਾਂ ਬਹੁਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਧਾਰ ਲਈ ਗਈ ਰਕਮ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਕਮ ਵਾਪਸ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਪੈਸੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਸਸਤੇ ਤਰੀਕੇ ਵੀ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤੁਰ-ਫਿਰ ਕੇ ਦੇਖੋ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਦੂਸਰੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੋ। ਪੇਅ-ਡੇਅ ਕਰਜ਼ੇ ਬੈਂਕਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਨਿੱਜੀ ਕਰਜ਼ਿਆਂ (personal loans) ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਮਹਿੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲਓ (Rent to buy)

‘ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਲਓ’ ਜਾਂ Rent to Buy ਇੱਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਕਨੂੰਨੀ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਹਫਤਾਵਾਰੀ ਜਾਂ ਮਾਸਿਕ ਭੁਗਤਾਨ ਦੇ ਬਦਲੇ ਫਰਨੀਚਰ, ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕਸ, ਮੋਟਰ ਗੱਡੀਆਂ, ਬੀਮੀਨ-ਜਾਇਦਾਦ, ਘਰੇਲੂ ਉਪਕਰਨਾਂ ਨੂੰ ਪਟੇ 'ਤੇ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਮਝੌਤੇ ਦੀ ਮਿਆਦ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਖਰੀਦ ਲੈਣ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਝੌਤੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨ ਅਨੁਸਾਰ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਰਾਏ/ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਨਹੀਂ ਚੁਕਾਉਂਦੇ ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਲੇਟ ਫੀਸ ਦੇਣੀ ਪਵੇ ਜਾਂ ਏਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਇਦਾਦ ਨੂੰ ਖਰੀਦਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਵੀ ਗੁਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੈਂਕ ਕਰਜ਼ੇ

ਬੈਂਕ ਕਰਜ਼ਾ ਔਸਤ ਜਾਂ ਲੰਬੀ ਮਿਆਦ ਵਾਸਤੇ ਵਿੱਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਤਾ ਕੋਲੋਂ ਲੋੜਿਆਂ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਧਾਰ ਲਈ ਗਈ ਰਕਮ ਵਿਆਜ ਸਮੇਤ ਵਾਪਸ ਕਰੇ। ਕਰਜ਼ੇ ਦੀ ਮਿਆਦ ਅਤੇ ਵਿਆਜ ਦੀ ਰਕਮ ਬਾਰੇ ਨਿਰਣਾ ਬੈਂਕ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫੈਸਲੇ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮਦਨ, ਖਰਚਾ, ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ, ਪੂੰਜੀਆਂ ਅਤੇ ਕਰਜ਼ੇ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਕਰਨ ਦੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਰਗੇ ਕਾਰਕਾਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕਰਜ਼ੇ ਨੂੰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬੈਂਕਿੰਗ ਸੰਗਠਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਉਪਲਬਧ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜੇ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕੁਝ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਨ ਵਾਸਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਧਨ ਯੋਜਨਾ (Money Plan)



ਧਨ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਹਿਸਾਬ ਰੱਖਣ, ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਤਰਜੀਹੀਕਰਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਸਾਧਨ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪੈਸਾ ਕਿੱਥੇ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਧਨ ਯੋਜਨਾ ਜਾਂ ਖਰਚ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰਜ਼ੇ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜੇ ਵਰਤਮਾਨ ਸਮੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕਰਜ਼ੇ ਵਿੱਚ ਡੁੱਬੇ ਹੋਏ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਇੱਕ ਸਰਲ ਧਨ ਯੋਜਨਾ ਟੂਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਆਮਦਨ	\$ ਰਕਮ	\$ ਰਕਮ	\$ ਰਕਮ
ਟੈਕਸ ਕੱਟਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਤਨਖਾਹ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਲੈਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ			
ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਦੀ ਤਨਖਾਹ ਜੋ ਉਹ ਘਰ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹਨ			
ਬੋਨਸ/ਓਵਰਟਾਈਮ			
ਸੈਂਟਰਲਿੰਕ ਲਾਭ			
ਪਰਿਵਾਰ ਟੈਕਸ ਲਾਭ			
ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਬਾਲ ਸਹਾਇਤਾ			
ਕੁੱਲ ਆਮਦਨ A			

ਘਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂਰੀ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ			
ਕਿਰਾਇਆ			
ਬਿਜਲੀ			
ਗੈਸ			
ਪਾਣੀ			
ਇੰਟਰਨੈੱਟ			
ਪੇਅ ਟੀਵੀ			
ਘਰ ਦਾ ਫ਼ੋਨ			
ਮੋਬਾਈਲ			
ਹੋਰ			
ਬੀਮਾ ਅਤੇ ਵਿੱਤ			
ਕਾਰ ਬੀਮਾ			
ਘਰ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਬੀਮਾ			
ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ			
ਕਾਰ ਲੋਨ			
ਕਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ			
ਨਿੱਜੀ ਕਰਜ਼ਾ			
ਪੇਅ-ਡੇਅ ਕਰਜ਼ਦਾਰਾਂ ਤੋਂ ਲਏ ਕਰਜ਼ੇ			
ਵਿਆਜ ਮੁਕਤ ਕਰਜ਼ੇ			
ਉਹ ਪੈਸਾ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਦੇਣਾ ਹੈ			

ਪੰਜਾਬੀ ਦੀਆਂ ਵਸਤੂਆਂ				
ਸੁਪਰਮਾਰਕੀਟ				
ਮੀਟ ਵਿਕਰੇਤਾ				
ਡੋਲੀ ਅਤੇ ਬੇਕਰੀ				
ਪਾਲਤੂਆਂ ਦਾ ਭੋਜਨ				
ਨਿੱਜੀ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ				
ਹਾਰ-ਸ਼ਿੰਗਾਰ ਅਤੇ ਗੁਸਲਖਾਨੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ				
ਵਾਲ ਅਤੇ ਖੂਬਸੂਰਤੀ				
ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਫਾਰਮੇਸੀ				
ਐਨਕਾਂ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ				
ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ				
ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਮੈਡੀਕਲ				
ਸ਼ੌਂਕ				
ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਜੁੱਤੇ				
ਗਹਿਣੇ ਅਤੇ ਉਪਸਾਧਨ (accessories)				
ਕੰਪਿਊਟਰ ਅਤੇ ਗੈਜੇਟ				
ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮ				
ਮਨੋਰੰਜਨ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਭੋਜਨ ਖਾਣਾ				
ਕੌਫੀ ਅਤੇ ਚਾਹ				
ਖਰੀਦੇ ਗਏ ਲੰਚ				
ਬਾਹਰੋਂ ਲਿਆਂਦਾ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਨੈਕਸ				
ਸਿਗਰਟਾਂ				
ਡ੍ਰਿੰਕ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ				
ਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਕਲੱਬਾਂ				
ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ				
ਕਿਤਾਬਾਂ				
ਅਖਬਾਰ ਅਤੇ ਰਸਾਲੇ				
ਫਿਲਮਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ				
ਛੁੱਟੀਆਂ				
ਛੁੱਟੀਆਂ				
ਜਸ਼ਨ ਅਤੇ ਤੋਹਫ਼ੇ				
ਆਵਾਜਾਈ				
ਕੁੱਲ ਖ਼ਰਚਾ	B			
ਆਮਦਨ	A			
—	ਖ਼ਰਚਾ	B		
=	ਬਕਾਇਆ			

ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ

ਮੇਰੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ (My Community Directory)

‘ਮੇਰੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ’ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਇੱਕ ਡਿਜੀਟਲ ਲਾਇਬਰੇਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਸ਼ਹਿਰ ਵਾਸਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

- www.mycommunitydirectory.com.au/Victoria/Whittlesea





ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਰਾਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਰਾਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ (Emergency Relief Services) ਵਿੱਤੀ ਤੰਗੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ, ਪਦਾਰਥਕ ਸਹਾਇਤਾ, ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਖਾਣਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਉਪਲਬਧ ਸਹਾਇਤਾ ਇੱਕ ਸੇਵਾ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਤੱਕ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਹੈਂਪਰ, ਭੋਜਨ ਲਈ ਵਾਊਚਰ, ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਬਿੱਲ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਕ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਵਸਤੂਆਂ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੜੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼

- ਫੋਨ: (03) 9401 6666

ਸੇਂਟ ਵਿਨਸੈਂਟ ਡੀ ਪਾਉਲ

- ਫੋਨ: 1800 305 330

ਮਰਿੰਡਾ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਲੰਚ

- ਫੋਨ: 0475 454 133

ਸਾਲਵੇਸ਼ਨ ਆਰਮੀ ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਸਿਟੀ ਕੋਰਪਸ

- ਫੋਨ: (03) 9437 4997

ਕੰਟਰੀਵਾਈਡ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮਿਸ਼ਨਜ਼ ਚਿਕ

- ਫੋਨ: 0411 394 494

ਇਨਕੈਂਪਸ ਕੇਅਰ

- ਫੋਨ: 0422 461 847

ਕੈਥੋਲਿਕ ਕੇਅਰ

- ਫੋਨ: 1800 123 228

ਨੌਰਥ ਪੁਆਇੰਟ ਸੈਂਟਰ

- ਫੋਨ: (03) 9338 1898

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਐਬੋਰੀਜ਼ੀਨਲ ਚਾਈਲਡਕੇਅਰ ਏਜੰਸੀ ਕੋਆਪਰੇਟਿਵ

VACCA ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ

- ਫੋਨ: (03) 9287 8800

ਹੈਵਨਲੀ ਫੀਸਟ

- ਫੋਨ: 0420 821 646
- vittlefeastproject@gmail.com

From US2YOU

- ਫੋਨ: 0412 042 069

ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਮਿਨਿਸਟ੍ਰੀਜ਼ ਇੰਕ. ਫੂਡਸ਼ੇਅਰ

- ਫੋਨ: 0417 652 753

ਬਿਗ ਗਰੁੱਪ ਹੱਗ

- <https://biggrouphug.org/>

ਸਿੱਖ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼

- 0476 850 607 (ਸਿਰਫ਼ ਲਿਖਤੀ ਸੁਨੇਹਾ)

ਹੋਪ ਸੈਂਟਰ

- ਫੋਨ: 0423 165 320
- john@unihillchurch.com.au

ਟਰਬਨਜ਼ 4 ਆਸਟਰੇਲੀਆ

- ਫੋਨ: 0405 557 713 (ਕੇਵਲ ਟੈਕਸਟ ਸੁਨੇਹਾ)



ਖਾਣੇ

ਮਿੱਲ ਪਾਰਕ ਬਾਪਟਿਸਟ ਚਰਚ (The Shak)

- ਫੋਨ: 0400 072 933

ਮਰਿੰਡਾ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਲੰਚ

- ਫੋਨ: 0475 454 133

ਇਨਕੈਂਪਸ ਕੇਅਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਲੰਚ

- ਫੋਨ: 0422 461 847



ਸੰਕਟ ਵਾਸਤੇ ਫੋਨ ਲਾਈਨਾਂ

ਪੁਲਿਸ/ਅੱਗ/ਐਂਬੂਲੈਂਸ

ਅਜਿਹੇ ਸੰਕਟਕਾਲਾਂ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਪੁਲਿਸ, ਅੱਗ ਬੁਝਾਊ ਵਿਭਾਗ, ਜਾਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਤੁਰੰਤ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ,

- ਫੋਨ: 000
- 24-ਘੰਟੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਨੌਰਥ ਈਸਟਰਨ CAAT ਸਰਵਿਸ / ਕ੍ਰਾਈਸਿਸ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਐਂਡ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਟੀਮ

CAAT ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਫਸੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਅਤੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਬੇਨਤੀਆਂ ਦਾ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: 1300 859 789
- 24-ਘੰਟੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਲਾਈਫ਼ਲਾਈਨ

ਇਹ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਕਸ਼ਟ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ 24-ਘੰਟੇ ਚਾਲੂ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਆਤਮਹੱਤਿਆ ਰੋਕਥਾਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: 13 11 14
- 24-ਘੰਟੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਆਫਟਰ ਆਵਰਜ਼ ਚਾਈਲਡ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸ

ਇਹ ਕਾਰੋਬਾਰ ਦੇ ਸਾਧਾਰਨ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਅੱਗੇ-ਪਿੱਛੇ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਤੁਰੰਤ ਸਲਾਮਤੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦੀ ਹੈ

- ਫੋਨ: 13 12 78
- ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ - ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੱਕ; ਵੀਕਇੰਡ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਨੂੰ 24-ਘੰਟੇ



ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਜਾਰੀ

ਸੇਫ ਸਟੈੱਪਸ (Safe Steps)

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਦੀ 24/7 ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ। ਇਹ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਡਰੇ ਹੋਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮਾਹਰਾਂ ਕੋਲੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਸੇਵਾ।

- ਫੋਨ: (03) 9928 9600 ਜਾਂ 1800 015 188
- 24 ਘੰਟੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਕਿਡਜ਼ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ (Kids Help Line)

5 ਤੋਂ 25 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਮੁਫ਼ਤ, ਨਿੱਜੀ, ਅਤੇ ਗੁਪਤ 24/7 ਚਾਲੂ ਫੋਨ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਸੇਵਾ।

- ਫੋਨ: 1800 551 800
- 24 ਘੰਟੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਮੈਨਜ਼ ਲਾਈਨ (Men's Line)

ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਸੰਬੰਧੀ ਸ਼ੰਕਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਸੇਵਾ।

- ਫੋਨ: 1300 789 978
- 24 ਘੰਟੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਪੈਰੈਂਟਲਾਈਨ

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿਚਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਔਲੂੜ ਮੁੰਡੇ-ਕੁੜੀਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ। ਅਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਈ ਸਾਰੇ ਮਸਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।

- ਫੋਨ: 13 22 89
- ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ - ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਤੱਕ

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਪੇਇੰਚਮੈਨ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ (VPIC)

ਇਹ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਲਾਹ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜ਼ਹਿਰ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਸਨੇ ਹੱਦੋਂ ਵੱਧ ਖੁਰਾਕ ਲੈ ਲਈ ਹੈ, ਦਵਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਈ ਗਲਤੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸੱਪ, ਮੱਕੜੀ, ਮਧੁਮੱਖੀ, ਭੁੰਡ ਆਦਿ ਨੇ ਡੰਗ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।

- ਫੋਨ: 13 11 26
- 24 ਘੰਟੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ



ਸ਼ਰਾਬ, ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਜੁਏਬਾਜ਼ੀ

ਕਰਾਨੀਸ਼ (Caraniche)

ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੀਲੀ ਦਵਾਈ (AOD) ਵਾਸਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਇਲਾਜ ਸੇਵਾ।

- ਫੋਨ: (03) 9401 0600
- ਸਵੇਰੇ 9 - ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ - ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

BASELINE ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟ ਲਾਈਨ

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੀਲੀ ਦਵਾਈ (AOD) ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਵਾਸਤੇ 24/7 ਗੁਪਤ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ, ਜਾਣਕਾਰੀ, ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਸੇਵਾ।

- ਫੋਨ 1800 888 236
- 24-ਘੰਟੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਫੈਮਿਲੀ ਡਰੱਗ ਐਂਡ ਅਲਕੋਹਲ ਹੈਲਪਲਾਈਨ

‘ਫੈਮਿਲੀ ਡਰੱਗ ਹੈਲਪ’ ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਸ਼ੀਲੀ ਦਵਾਈ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਵਿਹਾਰਕ ਮਦਦ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।

- ਫੋਨ: 1300 660 068
- 24-ਘੰਟੇ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਗੈਂਬਲਰਜ਼ ਹੈਲਪ (Gamblers' Help)

ਇਹ ਜੁਏਬਾਜ਼ੀ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਰੋਕਥਾਮ, ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ 'ਤੇ ਧਿਆਨ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੁਏਬਾਜ਼ੀ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪ੍ਰਤੀ ਵਿੰਨਣਸ਼ੀਲ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਖੇਤਰੀ ਅਤੇ ਪੇਂਡੂ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: 1300 133 445
- ਈਮੇਲ: ghnintake@bchs.org.au
- ਸਵੇਰੇ 9 - ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ - ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਯੂਨਾਈਟਿੰਗ ਕੇਅਰ ReGen

ਯੂਨਾਈਟਿੰਗ ਕੇਅਰ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਐਂਡ ਤਸਮਾਨੀਆ ਦੀ ਸ਼ਰਾਬ ਅਤੇ ਹੋਰ ਨਸ਼ੀਲੀ ਦਵਾਈ (AOD) ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਅਦਾਰਾ। ਇੱਕ ਸੰਗਠਨ ਵਜੋਂ, ਅਸੀਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਸੈਕਟਰ ਵਿੱਚ ਵਰਤਮਾਨ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

- ਫੋਨ: 1800 700 514
- ਸਵੇਰੇ 9 - ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ - ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ



ਅਪੰਗਤਾ

ਕੌਮੀ ਅਪੰਗਤਾ ਬੀਮਾ ਸਕੀਮ (NDIS) - ਬਰੱਦਰਹੁੰਡ ਆਫ ਸੇਂਟ ਲੌਰੈਂਸ

ਇਹ ਬੁੱਧੀ ਸੰਬੰਧੀ, ਸਰੀਰਕ, ਸੰਵੇਦੀ, ਬੌਧਿਕ, ਅਤੇ ਮਨੋ-ਸਮਾਜਕ ਅਯੋਗਤਾ ਵਾਲੇ ਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੇ ਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਵਿਕਾਸਾਤਮਕ ਦੇਰੀ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

- ਫੋਨ: 1300 275 634
- ਸਵੇਰੇ 8:30 - ਸ਼ਾਮ 5:30 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ - ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਨੌਰਦਰਨ ਸਪੋਰਟ ਸਰਵਿਸਜ਼

ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕਾਢਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: (03) 9486 5077
- ਸਵੇਰੇ 8:30 - ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ - ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਅਪੰਗਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਇਹ ਬੌਧਿਕ, ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦੀ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਵਿਧਾ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਾ-ਆਧਾਰਿਤ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਦੇਣੋਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ 'ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਦਿਮਾਗੀ ਸੱਟ' (Acquired Brain Injury) ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 9407 9699
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ



ਪਰਿਵਾਰ

ਫ੍ਰੰਟ ਸਟ੍ਰੀਟ ਸਰਵਿਸਜ਼

ਇਹ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ-ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਵਨ-ਕੋਰਸ ਵਿਚਲੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ, ਬਾਲਗਾਂ, ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ, ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਰਿਵਰਤਨਾਂ ਦੇ ਮੌਕੇ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ, ਸੁਰੂਆਤੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਸੋਧਿਤ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 9663 6733
- ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਸੋਮਵਾਰ, ਵੀਰਵਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ;
ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ – ਰਾਤ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ

ਰਿਲੇਸ਼ਨਸ਼ਿਪਸ ਆਸਟਰੇਲੀਆ (ਵਿਕਟੋਰੀਆ)

ਵਿਅਕਤੀ-ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਾਂ, ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਲਈ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਦਾਨਕ। ਉਹ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਵਿਚਲੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਸਾਰੂ ਅਤੇ ਆਦਰਪੂਰਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦਾ ਟੀਚਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੰਸਥਾ ਸੋਸ਼ਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਿਤ ਹੋਏ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਗਰੁੱਪਾਂ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ-ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ, ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 9431 7777
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਐਂਗਲੀਕੇਅਰ ਵਿਕਟੋਰੀਆ

ਇਹ ਮਤਰੇਈ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨੇ ਸਾਕਾਰ ਕਰਨ, ਸੰਕਟ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਦੁਬਾਰਾ ਜੁੜੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠਿਆਂ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਲਾਮਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਿਉਂਤਾਂ ਗਏ ਨਵੇਂ ਅਤੇ ਕਾਢਕਾਰੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 9412 6133
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਚਾਈਲਡ ਫਸਟ / ਔਰੈਂਜ ਡੋਰ

ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ, ਬੱਚਿਆਂ, ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੋੜਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਨਵਾਂ ਪਹੁੰਚ ਸਥਾਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰ ਸਕਣ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਮਰਥਿਤ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 9450 0955
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਮੇਟਰਨਲ ਚਾਈਲਡ ਹੈਲਥ

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਮੇਟਰਨਲ ਐਂਡ ਚਾਈਲਡ ਹੈਲਥ (MCH) ਸਰਵਿਸ ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਸਰਬਵਿਆਪੀ ਮੁੱਢਲੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਦੇ ਬਾਲਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਭਾਈਵਾਲੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਦ ਤੱਕ ਉਹ ਸਕੂਲ ਜਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ।

- <https://directory.whittlesea.vic.gov.au/family-and-children/maternal-and-child-health-centres.aspx>
- ਫ਼ੋਨ: 13 22 29
- ਦਿਨ ਦੇ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ



ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕੌਂਸਲ

ਸਿਟੀ ਆਫ ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕੌਂਸਲ

ਅਸੀਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਕਨੂੰਨ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਤਾਮੀਲ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਵੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਾਂ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 9217 2170 | ਫੈਕਸ: (03) 9217 2111
- ਸਵੇਰੇ 8:30 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ



ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਪੁਲਿਸ

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਪੁਲਿਸ ਸਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਸਲਾਮਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨ: 000
- 24-ਘੰਟੇ ਹਫਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਔਰੈਂਜ ਡੋਰ (Orange Door)

ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ, ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲੋੜਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਔਰੈਂਜ ਡੋਰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨ: 1800 319 355
- ਸਵੇਰੇ 8 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਸੇਫ ਸਟੈੱਪਸ (Safe Steps)

ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ, ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਪ੍ਰਾਂਤ-ਵਿਆਪੀ ਪਹਿਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਸੇਵਾ। ਸੇਫ ਸਟੈੱਪਸ ਦੀ 24/7 ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨ, ਕਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਸਹਾਇਤਾ ਵਰਕਰਾਂ ਨਾਲ ਕਨੈਕਟ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰਨ, ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯੋਜਨਾ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ, ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਸਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਸੇਵਾ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 9928 9600 ਜਾਂ 1800 015 188
- 24 ਘੰਟੇ ਹਫਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ



ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਜਾਰੀ

ਬੈਰੀ ਸਟ੍ਰੀਟ

ਬੈਰੀ ਸਟ੍ਰੀਟ (Berry Street) ਇੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੇਵਾ ਸੰਗਠਨ ਅਤੇ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਚੈਰਿਟੀ ਹੈ। ਬੈਰੀ ਸਟ੍ਰੀਟ ਸੋਸ਼ਲ, ਹਿੰਸਾ ਅਤੇ ਬੇਗੈਰੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਬੱਚਿਆਂ, ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: (03) 9450 4700 | ਫੈਕਸ: (03) 9450 4701
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਇਨਟੈਚ (Intouch)

ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਂਤ-ਵਿਆਪੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾ ਜੋ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਅਤੇ ਸ਼ਰਣਾਰਥੀ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਅਤੇ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਕੇਸ ਪ੍ਰਬੰਧਨ, ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਬੇਜ਼ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਾ-ਆਧਾਰਿਤ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਚਲਾਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਮਸਲੇ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਿਆ ਜਾ ਸਕੇ।

- ਫੋਨ: 1800 755 988
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਸਾਲਵੇਸ਼ਨ ਆਰਮੀ: ਕਰੈਸਟੋਡਿਜ਼—ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾ

ਇਹ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਰੋਕਥਾਮ, ਸ਼ਰੂਆਤੀ ਦਖਲਾਅਦਾਸ਼ੀ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਤੱਕ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਗਰੁੱਪ ਕਾਰਜ, ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਬਰਾਂਚਾਂ ਵਿੱਚ ਭੇਜਣਾ, ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਉੱਚ-ਜੋਖਮ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ, 'ਸੇਫ ਐਂਡ ਹੋਮ' ਸਰਵਿਸ, ਆਊਟਰੀਚ ਕੇਸ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸ਼ਰਣ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

- ਫੋਨ: (03) 9353 1011 | ਫੈਕਸ: (03) 9350 7102
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਸੈਕਸੂਅਲ ਅਸਾਲਟ ਕ੍ਰਾਈਸਿਸ ਲਾਈਨ

ਸੈਕਸੂਅਲ ਅਸਾਲਟ ਕ੍ਰਾਈਸਿਸ ਲਾਈਨ ਵਿਕਟੋਰੀਆ (SACL) ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਂਤ-ਵਿਆਪੀ, ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲਈ (after-hours), ਗੁਪਤ, ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਅਤੀਤ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਹਾਲੀਆ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲੇ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ।

- ਫੋਨ: 1800 806 292
- ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ – ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ; ਵੀਕਇੰਡ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਛੁੱਟੀਆਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ 24-ਘੰਟੇ

ਨੋ ਟੂ ਵਾਇਲੈਂਸ (No To Violence) – ਮਰਦਾਂ ਲਈ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਸੇਵਾ

ਮਰਦਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਾਸਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਅਦਾਰਿਆਂ ਲਈ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਦੀ ਪ੍ਰਾਂਤ-ਵਿਆਪੀ ਸਿਰਮੌਰ ਸੰਸਥਾ। ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਫੋਕਸ ਮਰਦਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹਿੰਸਕ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਅਤੇ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

- ਫੋਨ: 1300 766 491 ਜਾਂ (03) 9428 2899
- ਸਵੇਰੇ 8 – ਸ਼ਾਮ 9 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ; ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਅਤੇ ਐਤਵਾਰ



ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ

ਮਾਈਡ:

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ, ਮਨੋ-ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ ਦੁਹਰੀ ਅਪੰਗਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਕੌਮੀ-ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਦਾਨਕ। ਇਹ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਵਿਹਾਰਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾਮਈ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕਰਨ, ਕੰਟਰੋਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਲੈਣ, ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: 1300 286 463
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

BanyuLE ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ (LIFT ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)

LIFT ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਿੰਤਾ, ਉਦਾਸੀਨਤਾ, ਚਿਰਕਾਲੀਨ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਮਸਲਿਆਂ ਜਾਂ ਆਤਮਘਾਤੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: (03) 9450 2000
- ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ, ਸੋਮਵਾਰ – ਵੀਰਵਾਰ; ਸਵੇਰੇ 8 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

Headtohelp

HeadtoHelp ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ ਸਮੇਤ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਕਸ਼ਟ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੀ ਖਰਾਬੀ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਲਤ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਹਾਇਤਾ HeadtoHelp ਟੀਮ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਦਾਨਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਗਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਲੰਬੀ ਮਿਆਦ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਢੁਕਵੇਂ ਹਨ।

- ਫੋਨ: 1800 595 212
- ਸਵੇਰੇ 8:30 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

NEAMI – Thomastown

Neami Thomastown ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਕਰਕੇ ਸਹਾਇਤਾ, ਭਾਈਚਾਰਕ ਅਤੇ ਗਰੁੱਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਬੇਘਰੀ (homelessness) ਅਤੇ ਬਸੇਰੇ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: (03) 9464 6455 ਜਾਂ 1300 785 358
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਕਿਡਜ਼ ਹੈਲਪਲਾਈਨ (Kids Helpline)

ਕਿਡਜ਼ ਹੈਲਪਲਾਈਨ 5 ਅਤੇ 25 ਸਾਲਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਮੁਫਤ ਆਸਟਰੇਲੀਅਨ ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਸੇਵਾ ਹੈ।

- ਫੋਨ: 1800 551 800
- 24-ਘੰਟੇ ਹਫਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਐਸਟਿਨ CAMHS ਨੌਰਥ ਈਸਟ ਮੈਟਰੋ (0-18 ਸਾਲ)

0-18 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਮੁਲਾਂਕਣ, ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸੰਕਟਕਾਲੀ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

- ਫੋਨ: (03) 9496 3620
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ



ਬਸੇਰਾ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਹੈਵਨ ਹੋਮ ਸੇਵ (HHS)

ਹੈਵਨ, ਹੋਮ, ਸੇਫ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਏਕੀਕਰਤ, ਬੇਘਰ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਪੁੱਗਣਯੋਗ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਬਸੇਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਹੈ ਜੋ ਬੇਘਰੀ ਵਾਸਤੇ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਘੱਟ-ਆਮਦਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: (03) 9479 0700
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਲਾਂਚ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ (Launch Housing)

ਇੱਕ ਧਰਮ-ਨਿਰਪੱਖ ਮੈਲਬੋਰਨ-ਆਧਾਰਿਤ ਸੰਸਥਾ ਜੋ ਬੇਘਰੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬਸੇਰੇ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਅਦਾਇਗੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੇਘਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੋ ਜਾਂ ਇਸ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਲਾਹ ਵਾਸਤੇ ਕਿਸੇ ਬਸੇਰਾ ਸਹਾਇਤਾ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

- ਫੋਨ: 1800 048 325 ਜਾਂ (03) 9288 9611
- ਫੈਕਸ: (03) 9288 9602
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ
- ਫੋਨ: 1800 825 955
- 24-ਘੰਟੇ ਹਫਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ

ਐਬੋਰੀਜ਼ੀਨਲ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਵਿਕਟੋਰੀਆ

ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਿਹਤਰ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਭਾਈਚਾਰੇ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਮਾਰਗ ਵਜੋਂ, ਐਬੋਰੀਜ਼ੀਨਲ ਵਿਕਟੋਰੀਅਨਜ਼ ਉਚਿਤ, ਪੁੱਗਣਯੋਗ ਬਸੇਰਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹਨ। ਇਸਦੀਆਂ ਬਸੇਰਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਸੇਧਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: (03)9403 2100 ਜਾਂ 1800 248 842
- ਸਵੇਰੇ 8:30 – ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਚੋਆਇਸਜ਼ ਆਸਟਰੇਲੀਆ

ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਅਪੰਗਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਬਸੇਰਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਸੇਵਾ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਬੇਘਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਬੇਘਰ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਜਨਤਕ ਬਸੇਰੇ, ਕਮਰੇ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਕਾਨਾਂ, ਸਹਿਕਾਰੀ ਸਭਾਵਾਂ, ਭਾਈਚਾਰਕ ਬਸੇਰੇ, ਬਸੇਰਾ ਸੰਸਥਾਵਾਂ, ਨਿੱਜੀ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਘਰ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: 1300 312 447 | ਫੈਕਸ: 1300 312 737
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਆਫਿਸ ਆਫ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ (DHS) – ਉੱਤਰ ਪੱਛਮੀ ਖੇਤਰ

ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਵਿਕ (Housing Vic) ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਦੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੇਘਰ ਹੋ ਜਾਂ ਬੇਘਰੀ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਕਈ ਸਾਰੇ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

- ਫੋਨ: 1300 664 977
- ਸਵੇਰੇ 8:45 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਟੈਨੈਂਟਸ ਯੂਨੀਅਨ (Tenants Union)

ਇਹ ਕਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ, VCAT ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵਿਖੇ ਕਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨਾਵਾਂ, ਔਨਲਾਈਨ ਸਮੱਗਰੀਆਂ, ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿੱਖਿਆ, ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਚੈਨਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਕਾਲਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਵਾਕੇ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿਚਲੇ ਸਾਰੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਿਰਾਏਦਾਰਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਹਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਵਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: (03) 9416 2577 ਜਾਂ 1800 068 860
- ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ, ਮੰਗਲਵਾਰ, ਵੀਰਵਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ; ਦੁਪਹਿਰ 12:30 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 7:30 ਤੱਕ ਬੁੱਧਵਾਰ

ਸਾਲਵੇਸ਼ਨ ਆਰਮੀ ਸੇਂਟ ਕਿਲਡਾ ਕ੍ਰਾਈਸਿਸ ਸੈਂਟਰ

‘ਕ੍ਰਾਈਸਿਸ ਸਰਵਿਸਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ’ ਉਹਨਾਂ ਵਿਅਕਤੀ-ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖਧਾਰਾ ਦੀਆਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਟੀਚਾ ਹੈ ਭਲਾਈ ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਆਮ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਰੋਜ਼ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣਾ।

- ਫੋਨ: (03) 9536 7777 ਜਾਂ 1800 627 72
- ਫੈਕਸ: (03) 9536 7778
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ



ਆਦਿਵਾਸੀ

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਐਬੋਰੀਜ਼ੀਨਲ ਚਾਈਲਡ ਕੇਅਰ ਏਜੰਸੀ ਕੋ-ਆਪਰੇਟਿਵ ਲਿਮਟਿਡ

ਇਹ ਆਦਿਵਾਸੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਲਾਈ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਪੁਨਰ-ਮਿਲਾਪ ਸੰਬੰਧੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਮਕਸਦ ਆਦਿਵਾਸੀ ਬੱਚਿਆਂ, ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਸਲਾਮਤੀ, ਭਲਾਈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸਾਂਝ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਫੋਨ: (03) 9287 8800 ਜਾਂ (03) 9480 7300
- ਫੈਕਸ: (03) 9287 8999
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਐਬੋਰੀਜ਼ੀਨਲ ਹਾਊਜ਼ਿੰਗ ਵਿਕਟੋਰੀਆ

ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਿਹਤਰ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਮਾਰਗ ਵਜੋਂ, ਉਚਿਤ, ਪੁੱਗਣਯੋਗ ਬਸੇਰਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ। ਇਸਦੀਆਂ ਬਸੇਰਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਸੇਧਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਫੋਨ: (03)9403 2100 ਜਾਂ 1800 248 842
- ਸਵੇਰੇ 8:30 – ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਬੁਬਪ ਵਿਲਮ (Bubup Wilam)

Bubup Wilam ਇੱਕ ਆਦਿਵਾਸੀ ਬਾਲ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਕੇਂਦਰ ਹੈ ਜੋ ਆਦਿਵਾਸੀ ਬੱਚਿਆਂ, ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਏਕੀਕਰਤ ਰੋਜ਼ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੁਰੂਆਤੀ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਸੁਰੂਆਤੀ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ, ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

- ਫੋਨ: (03) 8459 4800
- ਸਵੇਰੇ 7:30 – ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ



ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨਕ ਜਾਰੀ

ਕਨੈਕਟਿੰਗ ਹੋਮ (Connecting Home)

ਕਨੈਕਟਿੰਗ ਹੋਮ, ਦੱਖਣ ਪੂਰਬੀ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ 'ਸਟੋਲਨ ਜੈਨਰੇਸ਼ਨਜ਼' (Stolen Generations) ਵਾਸਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਇੱਕ ਸੇਵਾ ਹੈ, ਜੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਅਧਿਗਤਾ ਅਤੇ ਕੇਸ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਤਾਂ ਜੋ ਬਚ ਗਏ ਲੋਕਾਂ (survivors) ਦੀ ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਦੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ, ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਚੱਲਕੇ ਅਤੇ ਟੀਚਾ ਤੈਅ ਕਰਨ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 8679 0777
- ਸਵੇਰੇ 8 – ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਐਬੋਗੇਟੀਨਲ ਹੈਲਥ ਸਰਵਿਸ (vahs)

VAHS ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਦੇ ਆਦਿਵਾਸੀ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਡਾਕਟਰੀ ਲੋੜਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਝਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਾਸਤੇ ਡਾਕਟਰੀ, ਦੰਦਾਂ ਸੰਬੰਧੀ, ਅਤੇ ਸਮਾਜਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਲੜੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ।

- VAHS ਈਪਿੰਗ ਫ਼ੋਨ: (03) 8592 3920
- VAHS ਪ੍ਰੈਸਟਨ ਫ਼ੋਨ: (03) 9403 3300 | ਫੈਕਸ: (03) 9403 3333
- VAHS ਫਿਟਜ਼ਰੌਏ ਫ਼ੋਨ: (03) 9419 3000 | ਫੈਕਸ: (03) 8592 3900
- ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ ਵੀਰਵਾਰ; ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ ਤੱਕ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ; ਸਵੇਰੇ 9:30 ਵਜੇ – ਦੁਪਹਿਰ 12:30 ਵਜੇ ਤੱਕ ਸ਼ਨੀਵਾਰ (VAHS ਫਿਟਜ਼ਰੌਏ ਵਿਖੇ ਸਿਰਫ ਮੈਡੀਕਲ ਕਲੀਨਿਕ)



ਕਾਨੂੰਨੀ

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਲੀਗਲ ਏਡ (VLA)

VLA ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਸੰਗਠਨ ਹੈ ਜੋ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਿਪਟਾਰੇ ਉੱਤੇ ਫੋਕਸ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਜਾਣਕਾਰੀ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ, ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨ: 1300 792 387
- ਸਵੇਰੇ 8 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ – ਭਾਈਚਾਰਕ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾ

ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਨੈਕਸ਼ਨਜ਼ ਦੀ ਭਾਈਚਾਰਕ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਵਿਟਲੇਸੀਆ ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ, ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਟੀਚਾ ਹੈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨ ਤੋਂ ਹੋਰ ਸੁਚੇਤ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਸੋਚ-ਸਮਝ ਕੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈ ਸਕਣ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 9401 6655
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਵਿਮਨਜ਼ ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸ ਵਿਕਟੋਰੀਆ

ਵਿਮਨਜ਼ ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਇੱਕ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫਾ ਸੰਗਠਨ ਹੈ ਜੋ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ 1982 ਤੋਂ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਪਛੜੇਪਣ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਰਿਸ਼ਤਾ ਟੁੱਟਣ ਜਾਂ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਉਪਜਣ ਵਾਲੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 8622 0600 ਜਾਂ 1800 133 302
- ਫੈਕਸ: (03) 8622 0666
- ਦੁਪਹਿਰ 5:30 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 7:30 ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ

ਮੈਂਸ ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸ (Mens Legal Service)

ਇਹ ਪੁੰਗਣਯੋਗ ਲਾਗਤ 'ਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਦੀ ਜੋ ਮਰਦਾਂ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨਾਂ ਵਿਚਲੇ ਅਹਿਮ ਮੋੜਾਂ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮੁੱਖ ਫੋਕਸ ਹੈ ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਾਨੂੰਨ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਬਾਅਦ ਪਿਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਜੀਵਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਅਤੇ ਸੰਮਿਲਤ ਬਣੇ ਰਹਿਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ।

- ਫ਼ੋਨ: 1800 463 675
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5:30 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ



ਔਰਤਾਂ

ਵਿਮਨਜ਼ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ ਐਕਸਚੇਂਜ (WIRE)

ਵਿਮਨਜ਼ ਇਨਫਰਮੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਰੈਫਰਲ ਐਕਸਚੇਂਜ ਇੱਕ – ਨੇ ਨਾਨ-ਬਾਈਨਰੀ ਅਤੇ ਲਿੰਗੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਭਿੰਨ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਹੁੰਗਾਰਾ ਭਰਨ ਲਈ ਹੁਣ ਆਪਣੀ ਸੇਵਾ ਦਾ ਵਿਸਤਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਵਿਕਟੋਰੀਆ-ਵਿਆਪੀ ਮੁਫਤ ਸਾਧਾਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਾਨ-ਬਾਈਨਰੀ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਔਰਤਾਂ, ਨਾਨ-ਬਾਈਨਰੀ ਲੋਕਾਂ, ਅਤੇ ਲਿੰਗੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਭਿੰਨ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

- ਫ਼ੋਨ: 1300 134 130
- ਸਵੇਰੇ 9 – ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਸੋਮਵਾਰ – ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

ਵਿਮਨਜ਼ ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸ ਵਿਕਟੋਰੀਆ

ਵਿਮਨਜ਼ ਲੀਗਲ ਸਰਵਿਸ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਇੱਕ ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫਾ ਸੰਗਠਨ ਹੈ ਜੋ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ 1982 ਤੋਂ ਮੁਫਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਪਛੜੇਪਣ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਰਿਸ਼ਤਾ ਟੁੱਟਣ ਜਾਂ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਉਪਜਣ ਵਾਲੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

- ਫ਼ੋਨ: (03) 8622 0600 ਜਾਂ 1800 133 302
- ਫੈਕਸ: (03) 8622 0666
- ਦੁਪਹਿਰ 5:30 ਵਜੇ – ਸ਼ਾਮ 7:30 ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ

