



हालसालै अष्ट्रेलिया आईपुगनुभएको?

यदि तपाईं हालै अष्ट्रेलियामा सर्नुभएको हो भने यस पर्चामा जानकारीहरू छन् जुन तपाईंलाई उपयोगी हुन सक्दछ। नयाँ देशमा सर्न गाह्रो हुन सक्छ। नव आगन्तुकको रूपमा, तपाईंले Australian Government बाट केहि भुक्तान र सेवाहरू प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ।

स्वास्थ्य सेवाहरू

अष्ट्रेलियामा एक राष्ट्रिय स्वास्थ्य सेवा प्रणाली छ - Medicare। Medicare ले भुक्तान र सेवाहरू प्रदान गर्दछ जुन तपाईं स्वास्थ्य सेवाहरू प्रयोग गर्दा वा औषधिहरू खरीद गर्दा मद्दत गर्दछ। यदि तपाईं डाक्टरलाई भेट्दा भुक्तान गर्नुहुन्छ भने यसमा केही पैसा फिर्ता लिने समावेश छ, र Pharmaceutical Benefits Scheme वा Repatriation Pharmaceutical Benefits Scheme मार्फत सस्तो औषधिहरू प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ। थप जानकारीको लागि कृपया servicesaustralia.gov.au/medicare-services मा जानुहोला।

योग्यताका लागि आवश्यकताहरूको बारेमा थप जानकारीको लागि र Medicare मा कसरी भर्ना गर्ने बारेमा जान्नको लागि servicesaustralia.gov.au/medicarecard मा जानुहोला।

तपाईंले Medicare मा भर्ना हुनुभएपछि My Health Record प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ। My Health Record तपाईंको स्वास्थ्य जानकारीको एक सुरक्षित अनलाइन सारांश हो। तपाईं यो भित्र पस्ने चीज, र कसले पहुँच गर्ने नियन्त्रण गर्न सक्नुहुनेछ। तपाईं आफ्नो स्वास्थ्य जानकारी तपाईंको डाक्टरहरू, अस्पतालहरू र अन्य स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरूसँग साझेदारी गर्न छनौट गर्न सक्नुहुनेछ। तपाईं आफ्नो बच्चाको My Health Record तिनीहरू 14 वर्ष नपुगुञ्जेल सम्मको लागि व्यवस्था गर्न सक्नुहुनेछ। एक पटक उनीहरू 14 वर्ष भएपछि, उनीहरू आफैले यसलाई व्यवस्थित गर्न सक्दछन्।

My Health Record प्रयोग गर्ने बारे थप जानकारीको लागि myhealthrecord.gov.au मा जानुहोला वा **1800 723 471** मा फोन गर्नुहोला।

यदि तपाईं केहि देशहरूबाट अष्ट्रेलिया भ्रमण गर्दै हुनुहुन्छ भने, तपाईं Reciprocal Health Care Agreements अन्तर्गत केहि अनुदान प्राप्त स्वास्थ्य सेवाहरूको हकदार हुन सक्नुहुन्छ। अष्ट्रेलियासँग अन्य धेरै संख्याका देशहरूसँग Reciprocal Health Care Agreements छन्। देशहरूको सूचीको लागि servicesaustralia.gov.au/rhca मा जानुहोला।

यदि तपाईं यी देशहरूमध्ये एकको हुनुहुन्छ र योग्यता आवश्यकताहरू पूरा गर्नुहुन्छ भने, तपाईं अष्ट्रेलियामा हुँदा तपाईं Medicare सेवाहरूको लागि योग्य हुन सक्नुहुन्छ।

हाम्रो भुक्तानीहरू

तपाईंले प्राप्त गर्न सक्ने भुक्तानी तपाईंको भिसाको प्रकारमा निर्भर गर्दछ वा यदि तपाईंसँग पहिले नै अष्ट्रेलियाको नागरिकता छ भने। त्यहाँ प्रतीक्षा अवधि र अन्य सर्तहरू हुन सक्छ जसको बारेमा तपाईंले जान्नु आवश्यक हुन्छ।

यदि तपाईं अष्ट्रेलियामा नयाँ हुनुहुन्छ र स्थायी बसोबास, मानवीय, शरणार्थी, अस्थायी साझेदार वा अस्थायी सुरक्षा प्रकारको भिसा पाउनु भएको छ भने वा तपाईं एक Special Category भिसामा अष्ट्रेलियामा बसोबास गर्ने न्यूजील्याण्डबासी हुनुहुन्छ भने तपाईंले निश्चित भुक्तानीहरू प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ।

आवास आवश्यकताहरूको बारेमा थप जानकारी को लागि servicesaustralia.gov.au/residence-descriptions मा जानुहोला।

तपाईंको भुक्तानीको दायित्वहरू

हाम्रो केहि भुक्तानीहरूको लागि तपाईंलाई केहि गतिविधिहरू गर्न आवश्यक छ र केहि भेटघाटहरूको लागि जानुपर्ने हुनसक्दछ। तपाईंले यी गतिविधिहरू गर्नु महत्त्वपूर्ण छ र तपाईंको भुक्तानी रोक्न नदिनको लागि तपाईंको भेटघाटहरूमा जानुहोस्।

खोप र परिवारको सहयता

National Immunisation Program Schedule तालिकामा सूचीबद्ध बचपन खोपहरू परिवार सहायता भुक्तानमा जोडिएका हुन्छन्। हामी जाँच गर्नेछौं कि हरेक बच्चाको लागि तपाईंले परिवार भुक्तानहरू प्राप्त गर्न उनिहरूको खोपको आवश्यकताहरू पूरा भएको छ कि छैन भनेर।

तपाईंले निम्न भुक्तानीहरू हासिल गर्नकोलागि तपाईंको बच्चाहरूले उनीहरूको खोपहरू अद्यावधिक हुनुपर्दछ:

- Family Tax Benefit Part A को पूर्ण योग्यताको लागि
- Child Care Subsidy

National Immunisation Program Schedule हेर्नको लागि, health.gov.au/immunisation मा जानुहोला।

खोपको आवश्यकताहरूको बारेमा थप जानकारीको लागि, servicesaustralia.gov.au/immunisation मा जानुहोला।

तपाईंको बच्चालाई खोप लगाउँदा तपाईंले हामीलाई भन्नुपर्दैन - हामी तिनीहरूको स्थिति Australian Immunisation Register (AIR) मा हेर्नेछौं।

तपाईंले आफ्नोलागि वा आफ्नो 14 वर्ष भन्दा कम उमेरका बच्चाहरूको खोप ईतिहास विवरणहरू myGov वा Express Plus Medicare मोबाइल यापसको माध्यमबाट तपाईंको Medicare अनलाइन खाता प्रयोग गरेर हेर्न सक्नुहुन्छ। यदि तपाईं 14 वर्ष वा माथिका हुनुहुन्छ भने, तपाईं आफ्नै खोप ईतिहास कथन हेर्न सक्नुहुन्छ। यदि तपाईंसँग myGov खाता छैन भने तपाईं my.gov.au मा एउटा सिर्जना गर्न सक्नुहुनेछ र Medicare मा जोड्न सक्नुहुनेछ।

servicesaustralia.gov.au/air मा AIR को बारेमा थप पाठन गर्नुहोला।

प्रतिक्षाको अवधिहरू

नयाँ बासिन्दाहरूले भुक्तानी दाबी गर्नु अघि निश्चित प्रतीक्षा अवधिहरू पुरा गर्नुपर्दछ। यसलाई त्यहाँ छुट छन्। उदाहरणको लागी, यदि तपाईं शरणार्थी भिसामा आउनुभएको छ भने।

तपाईंको प्रतीक्षा अवधि तपाईं स्थायी बसोबास भिसा पाएपछि तपाईं यहाँ बस्न सुरु गरेको दिन देखि शुरू हुन्छ। यस समयमा अष्ट्रेलियामा बिताएका दिनहरू मात्र प्रतीक्षा अवधिमा गन्ति गरिनेछ।

थप जानकारीको लागि, servicesaustralia.gov.au/newresidentwaiting मा जानुहोला।

अन्तर्राष्ट्रिय सामाजिक सुरक्षा सम्झौता

हाम्रो अन्य देशहरूसँग सम्झौता छ जसले तपाईंलाई हामीबाट भुक्तानी लिन मद्दत गर्दछ। तीनिहरूले तपाईंलाई अन्य देशबाट भुक्तानी प्राप्त गर्न सहयोग पुऱ्याउन सक्छन्। अष्ट्रेलिया र अन्य देशमा बिताएको समयले तपाईंलाई भुक्तानीको लागि योग्य हुन मद्दत गर्न सक्छ। थप जानकारीको लागि, servicesaustralia.gov.au/issa मा जानुहोला।

अस्ट्रेलिया बाहिर गरिएको भुक्तानी

यदि तपाईं विदेशमा जानुहुन्छ भने तपाईंको भुक्तानी वा सहमति कार्डमा असर पर्न सक्दछ। तपाईंले हासिल गर्ने भुक्तानीको आधारमा, तपाईंले जानुहुँदा तपाईं हामीलाई आफ्नो यात्रा योजनाहरूको बारेमा बताउन आवश्यक पर्ने हुन सक्दछ। थप जानकारीको लागि, servicesaustralia.gov.au/paymentoverseas मा जानुहोला।

हाम्रो सेवाहरु

तपाईंको भाषामा जानकारी

हामीसँग 65 भन्दा बढी भाषाहरूमा जानकारीहरू छन् जुन तपाईं हाम्रो भुक्तान र सेवाहरू बुझ्नको लागि मद्दत गर्न तपाईं पढ्न, सुन्न वा हेर्न सक्नुहुन्छ। अंग्रेजी बाहेक अन्य भाषाहरूमा जानकारीको लागि servicesaustralia.gov.au/yourlanguage मा जानुहोला।

यदि तपाईंलाई हाम्रो अर्को भुक्तानी वा सेवाहरू दावी गर्न अनुवाद गरिएको कुनै अर्को भाषामा कागजात आवश्यक परेमा, हामी यो सितैमा गरिदिनेछौं।

तपाईंको भाषामा कसैसँग Centrelink भुक्तानी र सेवाहरिको बारेमा कुरा गर्न हामीलाई **131 202** मा फोन गर्नुहोला। Medicare वा Child Support सेवाको बारेमा मद्दतकोलागि Translating and Interpreting Service (TIS National) लाई **131 450** फोन गर्नुहोला।

Multicultural Service Officers

Multicultural Service Officers ले आप्रवासी र शरणार्थीहरूलाई हाम्रो भुक्तान र सेवाहरूमा सम्पर्क गराईदिने मद्दतको लागि समुदाय समूहहरू र संगठनहरूसँग काम गर्छन्।

शरणार्थी सेवाहरु

यदि तपाईं शरणार्थी वा मानवीय भिसामा अष्ट्रेलिया आइपुग्नु भएको छ, वा तपाईंलाई अष्ट्रेलियामा Permanent Protection Visa दिइयो भने हामी तपाईंलाई तपाईंको नयाँ जीवनमा स्थायि हुन मद्दत गर्न सक्दछौं। हाम्रो शरणार्थी सेवाहरूले तपाईंलाई वित्तीय सहायता, Medicare भर्ना, Tax File Number र निम्न सिफारिसहरू लिन मद्दत गर्न सक्दछः

- अंग्रेजी भाषा कक्षाहरु
- शिक्षा र तालिम
- रोजगारी सहायता
- अन्य सरकारी र सामुदायिक सेवाहरु।

यदि तपाईंसँग Humanitarian Settlement Program प्रदायक छ भने, ती सेवाहरूले तपाईंलाई हाम्रा सेवाहरू पहुँच गर्न मद्दत गर्दछ। यदि तपाईंसँग मद्दत गर्ने कोही छैन भने, आफ्नो भाषामा कसैसँग कुरा गर्न **131 202** फोन गर्नुहोस्।

सामाजिक कार्यकर्ताहरु

तपाईंलाई कठिन समयमा पार गर्न सहयोग पुऱ्याउन, हाम्रो सामाजिक कार्यकर्ताहरूले छोटो अवधि परामर्श, जानकारी र सिफारिसहरू सेवाहरू समर्थन प्रदान गर्न सक्छन्। तपाईं कुनै सामाजिक कार्यकर्तासँग Centrelink भुक्तानी लाइनमा फोन गरेर वा सेवा केन्द्रको भ्रमण गरेर कुरा गर्न सक्नुहुन्छ।

International Services

हामी तपाईं अर्को देशको साथ सामाजिक सुरक्षा सम्झौताको आधारमा हामीबाट कुनै भुक्तानी प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछकि भनेर जाँच गर्न सक्दछौं। हामी तपाईंलाई एक विदेशी निवृत्तिभरण दावी गर्न पनि मद्दत गर्न सक्दछौं। हामीलाई **131 673** मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

अन्य जानकारी

तपाईंको जिवनमा भएको परिवर्तनहरूको बारेमा हामीलाई भन्नुहोस्

यदि तपाईंको परिस्थिति परिवर्तन भएको छ भने हामीलाई बताउनु पर्छ। यसमा तपाईंको ठेगाना परिवर्तन गर्ने, काम सुरु गर्ने वा रोक्ने काम वा अध्ययन, वा तपाईंको बच्चा छ भने समावेश गर्ने पर्न सक्दछ।

यदि तपाईं तपाईंको परिस्थिति परिवर्तन बारे हामीलाई बताउनु भएन भने, हामी तपाईंलाई धेरै भुक्तानी गर्न सक्दछौं र तपाईंले हामीलाई त्यो फिर्ता तिर्नुपर्नेछ हुन्छ।

मानिसहरूले नियमित भुक्तानी र सहि रकम पाउनु भन्ने सुनिश्चित गर्न हामी नियमित समीक्षा गर्दछौं।

कुन कुरा हालसाविक गर्ने र कसरी गर्ने जानकारीको लागि, servicesaustralia.gov.au/notifychanges मा जानुहोला।

पैसा तिर्न बाँकी

कहिलेकाँही मानिसहरूले हामीलाई पैसा तिर्नु पर्छ। यदि तपाईंले हामीलाई पैसा दिनु पर्ने भएमा, तपाईंले हामीलाई फिर्ता तिर्नु पर्ने हुन्छ। थप जानकारीको लागि, servicesaustralia.gov.au/owingmoney मा जानुहोला।

Assurance of Support

एउटा Assurance of Support एक व्यक्ति वा संगठनले अष्ट्रेलियामा प्रवास गर्न आवेदन दिइरहेका व्यक्तिलाई सहयोग गर्ने प्रतिबद्धता हो।

यदि तपाईं अष्ट्रेलियामा Assurance of Support को आश्वासन अन्तर्गत हुनुहुन्छ र तपाईंलाई हामीबाट निश्चित आय समर्थन भुक्तानीहरू भुक्तानी गरिएको छ भने, तपाईंको आश्वासनकर्ताले उक्त व्यवस्था जारी रहुञ्जेलको लागि पूर्ण रकम सोधभर्ना गर्नु पर्नेहुन्छ।

अंग्रेजी सिक्ने

हामी तपाईंलाई जहाँ तपाईंको अंग्रेजी सिक्न वा सुधार गर्न सक्नुहुन्छ त्यहाँ कक्षाको व्यवस्थापन गर्न सक्दछौं। यदि तपाईं अष्ट्रेलियाको नागरिक बन्न चाहानुहुन्छ भने तपाईंले अंग्रेजी सिक्नु पर्छ।

यदि तपाईंलाई एक आप्रवासी, शरणार्थी वा मानवीय प्रवासीको रूपमा अष्ट्रेलिया आउने भिसा दिइयो भने, तपाईं Department of Home Affairs' Adult Migrant English Program (AMEP) को माध्यमबाट निःशुल्क अंग्रेजी कक्षाहरूको पहुँच गर्न सक्नुहुनेछ। तपाईंले AMEP सेवा प्रदायकहरू मध्ये एकसँग अष्ट्रेलिया आइपुगेको वा स्थायी बसोबास प्राप्त गरेदेखि 6 महिना भित्र दर्ता (वा 12 महिना जति यदि 15-17 वर्ष बीचको उमेर भए) भैसकेको हुनु पर्नेछ।

Skills for Education and Employment ले तपाईंलाई जागिर पाउने अवसर बढाउन र जागिरमा राखी राख्न आफ्नो अंग्रेजी, पढ्ने, लेख्ने र आधारभूत गणित सीपहरू बढाउन मद्दत गर्न सक्छ। यदि तपाईं यो कार्यक्रमको लागि योग्य हुनुहुन्छ कि हुनुहुन्छ भनेर पत्ता लगाउन हामीलाई फोन गर्नुहोस् वा सेवा केन्द्रमा भ्रमण गर्नुहोस्।

परिवार र घरेलु हिंसा

हामी परिवार, घरेलु हिंसाबाट प्रभावित व्यक्तिहरूलाई जानकारी, स्रोत र सिफारिसहरू प्रदान गर्ने समर्थन गर्दछौं।

हामीसँग विभिन्न भाषाहरूमा उपलब्ध जानकारीहरू छन्। यदि तपाईं वा तपाईंले चिनुहुने कोही परिवार र घरेलु हिंसाबाट प्रभावित छ भने, servicesaustralia.gov.au/domesticviolence मा जानुहोला।

समर्थनहरू निम्न स्थानहरूबाट उपलब्ध हुनेछन्:

1800RESPECT—1800 737 732 वा 1800RESPECT.org.au

MensLine Australia—1300 789 978 वा mensline.org.au

थप सहायता

तपाईंको तर्फबाट हामीसंग कसैले व्यवहार गर्ने

यदि तपाईं कसैलाई आफ्नो Centrelink, Medicare वा Child Support का कुराहरु व्यवस्थित गिरिदन चाहानुहुन्छ भने, तपाईं एक व्यक्ति वा संगठनलाई तपाईंको पक्षमा हामीलाई सम्झौता गर्ने अधिकार दिन सक्नुहुन्छ।

यी प्रबन्धहरुको बारेमा थप जानकारीको लागि:

- servicesaustralia.gov.au/authorisedrepresentative मा जानुहोला।
- हामीलाई फोन गर्नुहोला।
- सेवा केन्द्रमा जानुहोला।

तपाईंको पैसा व्यवस्थित गर्ने

तपाईंले आफ्नो पैसा प्रयोग गर्ने तरिका तपाईंको जीवनभरमा परिवर्तन हुनेछ। तपाईंको जीवनको विभिन्न समयमा तपाईंलाई मद्दतको लागि जानकारीको लागि servicesaustralia.gov.au/managingmoney मा जानुहोला।

Centrepay

Centrepay एक स्वैच्छिक बिल भुक्तान सेवा हो जुन ग्राहकहरुका लागि निःशुल्क उपलब्ध छ। तपाईंको Centrelink भुक्तानीबाट नियमित कटौतीहरु व्यवस्था गर्न Centrepay प्रयोग गर्नुहोस्। तपाईं तपाईंको नियमित बिलहरु र अन्य खर्चहरु जस्तै भाँडा, बिजुली र फोन भुक्तान गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईं आफुले चाहे अनुसार Centrepay प्रयोग शुरू वा स्थगित गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंको कटौतीहरु शुरू गर्न वा व्यवस्थित गर्न तपाईं MyGov वा Express Plus मोबाइल याप्स मार्फत तपाईंको Centrelink अनलाईन खाता प्रयोग गर्न सक्नुहुनेछ।

थप जानकारी वा स्वीकृत व्यवसायहरु पत्ता लगाउनको लागि servicesaustralia.gov.au/centrepay मा जानुहोला।

थप भुक्तानीहरु र सेवाहरु

हामी बुझ्दछौं कि तपाईंसँग केही लागत वा मामिलाहरुको लागि तपाईंलाई थप मद्दतको आवश्यक पर्दछ। तपाईं निम्न केहि पहुँच गर्न पनि सक्नुहुन्छ:

- Rent Assistance
- Child Care Subsidy
- Rent Deduction Scheme
- Agents and Access Points
- Financial Information Service

यी भुक्तानी र सेवाहरुको बारेमा थप जानकारीको लागि servicesaustralia.gov.au मा जानुहोला वा हामीलाई फोन गर्नुहोला।

तपाईंको कारोबारहरु अनलाईनमा गर्नुहोला

हामीसँग अनलाईन द्वारा कुनै पनि समय र कहिले पनि व्यावहार गर्न सजिलो छ। एक Centrelink वा Medicare अनलाईन खाता प्रयोग गर्नुहोस् तपाईंको जानकारी पहुँच गर्नका लागि र तपाईंको कारोबार गर्न हामीलाई फोन गर्नु वा भ्रमण गरिरहुनु आवश्यक पर्दैन।

myGov र अनलाई खाताहरु

myGov ले तपाईंलाई सरकारी सेवाहरु सबै अनलाइन एकै ठाउँमा पहुँच दिन्छ।

my.gov.au मा जानुहोस् र तपाईंको myGov खाता सिर्जना गर्न प्रम्टहरु अनुसरण गर्नुहोस्। तपाईंको अनलाइन खाता लिंक गर्न, **Services** चयन गर्नुहोस् र त्यसपछि **Medicare** वा **Centrelink**। तपाईंलाई तपाईंको आफ्नो विशिष्ट केहि प्रश्नहरुको उत्तर दिन आवश्यक पर्दछ। यसले हामीलाई तपाईंको myGov खातामा सही रेकर्ड लिंक गर्न मद्दत गर्दछ।

myGov को बारेमा थप जानकारीका लागि servicesaustralia.gov.au/mygov मा जानुहोस्।

एउटा myGov खाता सिर्जना गर्न, वा एक Medicare वा Centrelink अनलाइन खाता दर्ताको लागि गर्न, servicesaustralia.gov.au/register मा जानुहोस्।

तपाईंको myGov खाताको मद्दतको लागि, Centrelink अनलाइन खाता र Medicare अनलाइन खाताहरुको लागि, servicesaustralia.gov.au/onlineguides मा जानुहोला।

myGov को पैदा गर्ने याप्स

यदि तपाईं विदेश भ्रमण गर्ने योजना गर्दै हुनुहुन्छ वा तपाईंसँग मोबाइल रिसेप्शन सीमित छ भने, तपाईंलाई myGov Code Generator याप्स आवश्यक पर्दछ।

myGov Code Generator ले कोडहरु सिर्जना गर्दछ। जब तपाईं **my.gov.au** मा तपाईंको myGov खातामा साईन इन गर्नुहुन्छ, तपाईंले याप्सबाट प्राप्त कोड प्रविष्टि गर्नुपर्दछ। तपाईंले याप्सको माध्यमबाट तपाईंको MyGov खातामा साईन इन गर्न सक्नुहुन्छ।

यदि तपाईं विदेशमा यात्रा गर्दै हुनुहुन्छ र तपाईंसँग एउटा मोबाइल उपकरण छ भने, तपाईंले तपाईं जानु अगाडी याप्स डाउनलोड गर्ने र सेटअप गर्नुहोस्।

myGov Code Generator को बारेमा महत्वपूर्ण थप जानकारीको लागि servicesaustralia.gov.au/mygov मा जानुहोला।

Express Plus मोबाइल याप्स

दिनको 24 घण्टा, हप्ताको 7 दिननै हामीसँग व्यवहार गर्न हाम्रो Express Plus मोबाइल याप्स प्रयोग गर्नुहोस्। तपाईंले याप्स सेट अप गर्नु अघि तपाईंलाई Centrelink वा Medicare लिङ्क गरिएको एक myGov खाता चाहिन्छ।

हाम्रो याप्सहरुबाट गर्न सक्ने कार्यहरुको बारेमा थप जानकारीको लागि servicesaustralia.gov.au/expressplus मा जानुहोला।

घोटलाहरु र तपाईंको अनलाई सुरक्षा

अनलाईनमा तपाईंको जानकारी सुरक्षित राख्नुहोला। कसरी गर्ने बारे थाहापाउन servicesaustralia.gov.au/scams मा जानुहोला।

यदि तपाईंलाई आफु घोटलामा फसेको लागेमा हाम्रो Scams and Identity Theft Helpdesk को **1800 941 126** मा फोन गर्नुहोला।

हारसाविक राख्ने

भुक्तानी र सेवाहरुमा भएको परिवर्तनहरुको बारेमा पत्ता लगाउनकोलागि:

- हालसाविक जानकारीको लागि servicesaustralia.gov.au/multicultural मा गएर हाम्रो अनलाईन खबरको सदस्यता लिनुहोस्।
- facebook.com/ServicesAustralia मा हामीलाई लाईक गर्नुहोला र प्रश्न सोध्नुहोला।
- Twitter को twitter.com/ServicesGovAU मा हामीलाई पछ्याउनुहोला।

अन्य ढाँचाहरूमा जानकारीहरू

केही जानकारीहरू ध्वनी CD/DVD, टूलो छापा, ब्रल(Braille) र ई-टेक्सहरूमा उपलब्ध छन्। तपाईंको अनुरोधका लागि हामीलाई 132 717 मा फोन गर्नुहोला।

यदि तपाईं बहिरा हुनुहुन्छ वा सुन्ने वा बोल्ने कठिनाईको व्यक्ति हुनुहुन्छ भने National Relay Service Helpdesk को 1800 555 660 मा फोन गर्नुहोला वा communications.gov.au/accesshub मा जानुहोला।

थप जानकारीको लागि

- तपाईंको नियमित भुक्तान नम्बरमा फोन गरेर र हामीलाई तपाईंलाई दोभाषेको आवश्यक छ भन्नुहोस्। हामी निः शुल्क व्यवस्था गर्नेछौं। हाम्रो फोन नम्बरहरूको सूचीका लागि servicesaustralia.gov.au/phoneus मा जानुहोस्।
- 131 202 मा फोन गर्नुहोस् हामीसँग Centrelink भुक्तान र सेवाहरूको बारेमा तपाईंको भाषामा बोल्न।
- हामीसँग तपाईंको भाषामा Medicare र Child Support भुक्तानहरू र सेवाहरूको बारेमा कुरा गर्न 131 450 Translating and Interpreting Service (TIS National) लाई फोन गर्नुहोस्।
- तपाईंको भाषामा थप जानकारीको लागि servicesaustralia.gov.au/yourlanguage मा जानुहोस्।

टिप्पणी: तपाईंको घरको फोनबाट अष्ट्रेलियामा कहिँबाट पनि '13' नम्बरमा फोनहरू निश्चित दरमा शुल्क लगाइनेछ। त्यो दर एक स्थानीय कलको मूल्य भन्दा फरक हुन सक्छ र टेलिफोन सेवा प्रदायकहरू बीच पनि भिन्न हुन सक्दछ। तपाईंको घर फोनबाट 1800' नम्बरहरूमा फोहरू निः शुल्क छन्। सार्वजनिक र मोबाइल फोनबाट फोनहरू समय अनुसार र एक उच्च दर लाग्नेछ।

अस्वीकरण: यो जानकारी जुलाई २०२० मा सहि छ। यस प्रकाशनमा समावेश जानकारी भनेको भुक्तान र सेवाहरूको मार्गनिर्देशन मात्र हो। यदि तपाईं भुक्तानको लागि आवेदन दिन चाहानुहुन्छ र तपाईंको विशेष परिस्थितिहरूको सम्बन्धमा निवेदन दिन चाहानुहुन्छ भने यो तपाईंको उत्तरदायित्व हो।



Recently arrived in Australia?

This brochure has information that might be useful to you if you have recently moved to Australia. Moving to a new country can be difficult. As a new arrival, you may get some payments and services from the Australian Government.

Health services

Australia has a national health care system—Medicare. Medicare provides payments and services that can help when you use health care services or buy medicines. This includes getting some money back if you pay to visit a doctor, and getting cheaper medicines through the Pharmaceutical Benefits Scheme or Repatriation Pharmaceutical Benefits Scheme. For more information go to servicesaustralia.gov.au/medicare/services

For more information about eligibility requirements and how to enrol in Medicare go to servicesaustralia.gov.au/medicarecard

You can get a My Health Record when you enrol in Medicare. A My Health Record is a secure online summary of your health information. You can control what goes into it, and who can access it. You can choose to share your health information with your doctors, hospitals and other healthcare providers. You can manage your child's My Health Record until they turn 14. Once they turn 14, they can manage it themselves.

For information about using your My Health Record go to myhealthrecord.gov.au or call **1800 723 471**.

If you are visiting Australia from certain countries, you may be entitled to some subsidised health services under Reciprocal Health Care Agreements. Australia has Reciprocal Health Care Agreements with a number of other countries. For a list of these countries go to servicesaustralia.gov.au/rhca

If you are from one of these countries and meet the eligibility requirements, you may be eligible for Medicare services while you are in Australia.

Our payments

The payments you can get depend on the type of visa you hold or if you already have Australian citizenship. There may also be waiting periods and other conditions you need to know about.

You may get certain payments if you are new to Australia and have a permanent residence, humanitarian, refugee, provisional partner or temporary protection type visa, or you are a New Zealander living in Australia on a Special Category visa.

For more information about residence requirements go to servicesaustralia.gov.au/residence/descriptions

Your payment obligations

Some of our payments require you to do certain activities and go to certain appointments. It is important you do these activities and go to your appointments to avoid your payments being stopped.

Immunisation and family assistance

Childhood vaccinations listed on the National Immunisation Program Schedule are linked to family assistance payments. We will check if each child you are getting family payments for meets the immunisation requirements.

Your child must be up to date with their immunisations for you to get:

- the full entitlement of Family Tax Benefit Part A
- Child Care Subsidy.

To view the National Immunisation Program Schedule, go to [health.gov.au/immunisation](https://www.health.gov.au/immunisation)

For more information about immunisation requirements, go to [servicessaustralia.gov.au/immunisation](https://www.servicessaustralia.gov.au/immunisation)

You do not need to tell us when your child is immunised—we check their status on the Australian Immunisation Register (AIR).

You can view immunisation history statements for yourself or your child under 14 years using your Medicare online account through myGov or the Express Plus Medicare mobile app. If you are 14 years or older, you can view your own immunisation history statement. If you do not have a myGov account you can create one at [my.gov.au](https://www.my.gov.au) and link to Medicare.

Read more about the AIR at [servicessaustralia.gov.au/air](https://www.servicessaustralia.gov.au/air)

Waiting periods

New residents must serve certain waiting periods before claiming payments. There are exemptions to this. For example, if you arrived on a refugee visa.

Your waiting period starts on the day you start living here after you get a permanent residence visa. Only days spent in Australia during this time count towards the waiting period.

For more information, go to [servicessaustralia.gov.au/newresidentswaiting](https://www.servicessaustralia.gov.au/newresidentswaiting)

International social security agreements

We have agreements with other countries that may help you get a payment from us. They may also help you get a payment from the other country. Time spent in Australia and the other country may help you to qualify for payments. For more information go to [servicessaustralia.gov.au/issa](https://www.servicessaustralia.gov.au/issa)

Payments paid outside Australia

Your payment or concession card may be affected if you go overseas. Depending on which payment you get, you may need to tell us about your travel plans before you leave. For more information, go to [servicessaustralia.gov.au/paymentsoverseas](https://www.servicessaustralia.gov.au/paymentsoverseas)

Our services

Information in your language

We have information in over 65 languages that you can read, listen to or watch to help you understand our payments and services. For information in languages other than English go to [servicessaustralia.gov.au/yourlanguage](https://www.servicessaustralia.gov.au/yourlanguage)

If you need a document in another language translated to claim one of our payments or services, we will do this for free.

Call us on **131 202** to speak to someone in your language about Centrelink payments and services. For help with Medicare or Child Support services call the Translating and Interpreting Service (TIS National) on **131 450**.

Multicultural Service Officers

Multicultural Service Officers work with community groups and organisations to help migrants and refugees connect with our payments and services.

Refugee services

If you have arrived in Australia on a refugee or humanitarian visa, or you were granted a Permanent Protection Visa in Australia, we can help you settle into your new life. Our refugee services can help you with financial assistance, Medicare enrolment, to get a Tax File Number and referrals for:

- English language classes
- education and training
- employment assistance
- other government and community services.

If you have a Humanitarian Settlement Program provider, they will help you access our services. If you do not have someone to help you, call **131 202** to speak to someone in your language.

Social workers

Our social workers can provide short term counselling, information and referrals to support services to help you through a difficult time. You can ask to speak with a social worker by calling any Centrelink payment line or by visiting a service centre.

International Services

We can check if you can get a payment from us based on a social security agreement with another country. We can also help you claim a foreign pension. Contact us on **131 673**.

Other information

Tell us about changes in your life

You need to tell us if your circumstances change. This can include changing your address, starting or stopping work or study, or if you have a baby.

If you do not tell us about changes to your circumstances, we may pay you too much and you will need to pay it back to us.

We do regular reviews to ensure people get the right payment and the right amount.

For information on what to update and how, go to **servicessaustralia.gov.au/notifychanges**

Owing money

Sometimes people owe us money. If you owe us money you will need to pay us back. For more information go to **servicessaustralia.gov.au/owingmoney**

Assurance of Support

An Assurance of Support is a commitment by an individual or an organisation to support a person who is applying to migrate to Australia.

If you are in Australia under an Assurance of Support arrangement and you are paid certain income support payments from us, your assurer must repay the full amount while the arrangement is in place.

Learning English

We can help you access classes where you can learn or improve your English. You will need to learn English if you want to become an Australian citizen.

If you were granted a visa to come to Australia as a migrant, refugee or humanitarian entrant, you can access free English classes through the Department of Home Affairs' Adult Migrant English Program (AMEP). You will need to register with one of the AMEP service providers within 6 months (or 12 months if aged between 15 and 17 years) of arriving in Australia or being granted permanent residence.

The Skills for Education and Employment program can help you improve your English, reading, writing and basic maths skills to increase your chances of getting and keeping a job. To find out if you are eligible for this program, call us or visit a service centre.

Family and domestic violence

We support people affected by family and domestic violence by providing information, resources and referrals.

We have information available in different languages. If you or someone you know is affected by family and domestic violence, go to **servicesaustralia.gov.au/domesticviolence**

Support is also available from:

1800RESPECT—1800 737 732 or [1800RESPECT.org.au](https://1800respect.org.au)

MensLine Australia—1300 789 978 or mensline.org.au

Extra assistance

Getting someone to deal with us on your behalf

If you would prefer to have someone else handle your Centrelink, Medicare or Child Support business, you can authorise a person or organisation to deal with us on your behalf.

For more information about these arrangements:

- go to **servicesaustralia.gov.au/authorisedrepresentative**
- call us
- visit a service centre.

Managing your money

The way you use your money will change over your lifetime. For information to help you at different times in your life go to **servicesaustralia.gov.au/managingmoney**

Centrepay

Centrepay is a voluntary bill-paying service which is free for customers. Use Centrepay to arrange regular deductions from your Centrelink payment. You can pay your regular bills and other expenses such as rent, electricity and phone. You can start or stop using Centrepay whenever you like. To set up or manage your deductions you can use your Centrelink online account via myGov or the Express Plus mobile app.

For more information or to find an approved business go to **servicesaustralia.gov.au/centrepay**

Additional payments and services

We understand you may have some costs or issues you need extra help with. You may also access some of the following:

- Rent Assistance
- Child Care Subsidy
- Rent Deduction Scheme
- Agents and Access Points
- Financial Information Service.

For more information about these payments and services go to servicesaustralia.gov.au or call us.

Do your business online

It is easy to do business with us online, anytime and anywhere. Use a Centrelink or Medicare online account to access your information and do your business without needing to call or visit us.

myGov and online accounts

myGov gives you access to government services online all in one place.

Go to my.gov.au and follow the prompts to create your myGov account. To link your online account, select **Services** and then **Medicare** or **Centrelink**. You will need to answer some questions, specific to you. This helps us link the correct record to your myGov account.

For more information about myGov go to servicesaustralia.gov.au/mygov

To create a myGov account, or register for a Medicare or Centrelink online account, go to servicesaustralia.gov.au/register

For help with your myGov account, Centrelink online account and Medicare online accounts, go to servicesaustralia.gov.au/onlineguides

myGov Code Generator app

If you are planning to travel overseas or you have limited mobile reception, you may need the myGov Code Generator app.

myGov Code Generator creates codes. You enter a code from the app when you sign in to your myGov account at my.gov.au. You cannot sign in to your myGov account through the app.

If you are travelling overseas and you have a mobile device, make sure you download and set up the app before you go.

For important information about myGov Code Generator go to servicesaustralia.gov.au/mygov

Express Plus mobile apps

Use our Express Plus mobile apps to do business with us 24 hours a day, 7 days a week. You will need a myGov account linked to Centrelink or Medicare, before you can set up the app.

For more information about the tasks you can do with our apps go to servicesaustralia.gov.au/expressplus

Scams and your online security

Keep your information safe online. Go to servicesaustralia.gov.au/scams to find out how.

If you think you have been scammed call our Scams and Identity Theft Helpdesk on **1800 941 126**.

Keeping up to date

To find out about changes being made to payments and services:

- visit and subscribe to our online news service for up-to-date information at servicesaustralia.gov.au/multicultural
- like us on facebook.com/ServicesAustralia and ask us a question
- follow us on Twitter at twitter.com/ServicesGovAU

Information in other formats

Some information is available in audio CD/DVD, large print, Braille and e-text. Call us on **132 717** with your request.

If you are deaf or have a hearing or speech impairment call the National Relay Service Helpdesk on **1800 555 660** or go to communications.gov.au/accesshub

For more information

- Call your regular payment number and let us know you need an interpreter. We will arrange one for free. For a list of our phone numbers, go to servicesaustralia.gov.au/phoneus
- Call **131 202** to speak with us in your language about Centrelink payments and services.
- Call the Translating and Interpreting Service (TIS National) on **131 450** to speak with us in your language about Medicare and Child Support payments and services.
- Go to servicesaustralia.gov.au/yourlanguage for more information in your language.

Note: calls from your home phone to '13' numbers from anywhere in Australia are charged at a fixed rate. That rate may vary from the price of a local call and may also vary between telephone service providers. Calls to '1800' numbers from your home phone are free. Calls from public and mobile phones may be timed and charged at a higher rate.

Disclaimer: this information is accurate as at July 2020. The information contained in this publication is intended only as a guide to payments and services. It is your responsibility to decide if you wish to apply for a payment and to make an application, with regard to your particular circumstances.