



आफ्नो पैसा व्यवस्थापन गर्नुहोस्

तपाईंले आफ्नो पैसा कसरी प्रयोग गर्नुहुन्छ भन्ने कुरा तपाईंको जीवनको विभिन्न काल खण्डमा परिवर्तन हुन सक्छ। हामीसँग तपाईंको जीवनको विभिन्न काल खण्डमा तपाईंको पैसा व्यवस्थापन गर्न मद्दत गर्ने जानकारी छ।

बजेटको योजना बनाउने

यदि तपाईं अध्ययन गर्दै हुनुहुन्छ वा प्रशिक्षण गर्दै हुनुहुन्छ, जागिर खोजिरहनुभएको छ, सेवानिवृत्तिको लागि योजना बनाउँदै हुनुहुन्छ, वा तपाईंको घरको वित्तलाई व्यवस्थित गर्न चाहनुहुन्छ भने, बजेट बनाउन सुरु गर्नु पहिलो राम्रो काम हो।

बजेटले तपाईंलाई आफ्नो खर्च पत्ता लगाउन मद्दत गर्न सक्छ। यसले तपाईंको बिल र खर्चहरू भुक्तान गरेपछि तपाईं सँग कति पैसा बाकी छ भनेर हिसाब गर्न पनि मद्दत गर्न सक्छ। आफ्नो बजेट सरल बनाउनुहोस् र बारम्बार जाँच्नुहोस्। तपाईंको आम्दानी हेरेर सुरु गर्नुहोस्। तपाईंको पेस्लीप, बैंक विवरण र Centrelink Deduction statement हेर्नुहोस् (यदि तपाईंसँग छ भने)।

त्यसपछि, तपाईंले कति खर्च गर्दै हुनुहुन्छ भनेर हिसाब गर्नुहोस्। यी विभिन्न कुराहरू हेर्नुहोस्:

- बिलहरू
- क्रेडिट कार्ड विवरणहरू
- रसिदहरू र किनमेल डकेटहरू, जस्तै साप्ताहिक खाद्य लागतहरू
- तपाईंलाई थाहा भएको आउँदै गरेको लागत
- वार्षिक बिलहरू, जस्तै बीमा र कार दर्ता।

तपाईंले आफ्नो पैसा कसरी खर्च गर्नुहुन्छ भनेर पत्ता लगाउनु भयो भने तपाईंले पैसा कहाँ बचत गर्न सक्नुहुन्छ भनेर पनि पत्ता लगाउन मद्दत हुन्छ।

तपाईंको जीवनमा भएको परिवर्तनले तपाईंको बजेटलाई असर गर्न सक्छ। तपाईंको बजेटले तपाईंको लागि अझै काम गरिरहेको छ भनी सुनिश्चित गर्न नियमित रूपमा समीक्षा गर्न नबिर्सनुहोस्।

बचत लक्ष्यहरू तय गर्नुहोस्

तपाईं आकस्मिक अवस्थाको लागि पैसा जम्मा गर्न वा महँगो सामान किन्न बचत गर्ने योजना बनाउन सक्नुहुन्छ।

यदि तपाईंले निम्न बुदाहरू पालना गर्नुभयो भने तपाईं आफ्नो बचत लक्ष्यहरू छिटो प्राप्त गर्न सक्षम हुन सक्नुहुन्छ:

- तपाईंलाई वास्तवमा आवश्यक नपर्ने वस्तुहरू किन्न कटौती गर्नुहोस्
- किनमेल गर्दा क्रेडिट कार्डको सट्टा नगद वा डेबिट कार्ड प्रयोग गर्नुहोस्।

तपाईंले कसरी बचत गर्न सक्नुहुन्छ

Moneysmart वेबसाइटमा तपाईंलाई आफ्नो पैसा व्यवस्थापन गर्न मद्दत गर्ने जानकारी छ।

तपाईंको बजेट र बचत लक्ष्यहरूमा मद्दत गर्न केही निम्न तरिकाहरू छन्:

- सबैभन्दा राम्रो सम्झौता खोज्न अनुसन्धान गर्नुहोस्। यदि तपाईं ऋण खोज्दै हुनुहुन्छ वा बिजुली प्रदायक परिवर्तन गर्ने बारे सोच्दै हुनुहुन्छ भने, अझ राम्रो सम्झौताको लागि सोध्नुहोस्। तपाईंले कति बचत गर्न सक्नुहुन्छ भनेर आश्चर्यचकित पर्न सक्नुहुन्छ।
- 'शुल्क मुक्त' खाताबारे आफ्नो बैंक वा क्रेडिट युनियनलाई सोध्नुहोस्। यदि तपाईंले आय समर्थन भुक्तानी प्राप्त गर्नुभयो भने, तपाईंले शुल्क नलाग्ने बचत खाता प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।
- धेरै कम्पनीहरू र बैंकहरूले कागजको बिल वा विवरणहरूको लागि शुल्क लिने गर्छन्। यदि तपाईंले यी सेवाहरू अनलाइन प्राप्त गर्नुभयो भने तपाईंले पैसा बचत गर्न सक्नुहुनेछ।
- ऋणको लागि आवेदन गर्दा सावधान रहनुहोस्। विभिन्न शुल्क र ब्याज दर भएका धेरै प्रकारका ऋण र क्रेडिटहरू हुन्छन्।

निष्पक्ष र किफायती बैंकिङ र ऋण प्राप्त गर्नुहोस्

- तपाईं Good Shepherd बाट No Interest Loan को लागि योग्य हुनुहुन्छ भने जाँच गर्नुहोस्। यी ऋणहरूले अत्यावश्यक वस्तु र सेवाहरूको लागि सुरक्षित, निष्पक्ष र किफायती क्रेडिट (ऋण) प्रदान गर्दछ।
- 'Saver Plus' बचत तथा वित्तीय शिक्षा कार्यक्रम हो। यो हरेक राज्य र क्षेत्रका सामुदायिक संस्थाहरू द्वारा प्रदान गरिन्छ। यसको बारेमा bsl.org.au मा थप पढ्नुहोस्।
- यदि तपाईं उच्च शिक्षा हासिल गर्ने विद्यार्थी हुनुहुन्छ भने तपाईं हाम्रो Student Start-up Loan को लागि योग्य हुन सक्नुहुन्छ।

मद्दत प्राप्त गर्नुहोस्

तपाईंलाई आफ्नो पैसा व्यवस्थापन गर्न मद्दत गर्ने उपकरण र सेवाहरू छन्।

- Centrepay निःशुल्क र स्वैच्छिक सेवा हो जुन तपाईंले आफ्नो Centrelink भुक्तानीहरूबाट नियमित कटौतीको रूपमा बिलहरू तिर्न प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।
- साप्ताहिक भुक्तानी विकल्पले तपाईंलाई आफ्नो आय समर्थन भुक्तानी साप्ताहिक प्राप्त गर्न अनुमति दिन्छ। यदि तपाईंलाई पाक्षिक भुक्तानीमा बजेट बनाउन गाह्रो लाग्छ भने यसले मद्दत गर्न सक्छ। Family Tax Benefit भुक्तानी साप्ताहिक रूपमा भुक्तानी गर्न सकिँदैन।
- यदि तपाईं योग्य हुनुहुन्छ भने, तपाईंले आफ्नो Family Tax Benefit वा Carer Allowance भुक्तानी offset गर्नको लागि सोध्न सक्नुहुन्छ। यसको मतलब तपाईंको Family Tax Benefit वा Carer Allowance भुक्तानी तपाईंको आय समर्थन भुक्तानी भन्दा फरक हप्तामा भुक्तानी गर्न सकिन्छ।
- Rent Deduction Scheme (भाडा कटौती योजना) एक उपयोगी, सुरक्षित र निःशुल्क सेवा हो। यसले तपाईंलाई तपाईंको Centrelink भुक्तानीहरूबाट नियमित कटौतीको रूपमा तपाईंको राज्य वा क्षेत्र आवास प्राधिकरणको भाडा तिर्न मद्दत गर्छ।
- यदि तपाईंलाई बिल, ऋण वा कर्जा तिर्न समस्या छ भने आफ्नो बैंक वा सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्। धेरैसँग कठिनको बेला मद्दत गर्ने टोली हुनेछ जसले मद्दत गर्न सक्छन्। तपाईंको परिस्थितिअनुसार, उनीहरूले ऋण चुक्ता गर्ने समय बढाउन, ऋण घटाउन वा ऋण चुक्ता माफ गर्न सक्षम हुन सक्छन्।

कसैसँग कुरा गर्नुहोस्

- हाम्रा Financial Information Service Officers (वित्तीय सूचना सेवा अधिकारीहरू) सँग कुरा गर्नुहोस्। हाम्रा अधिकारीहरूले तपाईंलाई आफ्नो वित्तसम्बन्धी निर्णयहरू बुझ्न मद्दत गर्न निःशुल्क र गोप्य शिक्षा सेवा प्रदान गर्छन्।
- हाम्रा सामाजिक कार्यकर्ताहरू ले तपाईंलाई कठिन समयमा परामर्श, समर्थन र जानकारीको साथ मद्दत गर्न सक्छन्। यदि तपाईंलाई दोभाषे चाहिन्छ भने हामीलाई थाहा दिनुहोस्, र हामी एउटा निःशुल्क व्यवस्था गर्नेछौं।
- तपाईंले ndh.org.au मा आफ्नो क्षेत्रमा आर्थिक सल्लाहकार भेट्टाउन सक्नुहुन्छ।

थप जानकारीको लागि

- हामीसँग तपाईंको भाषामा Centrelink भुक्तान र सेवाहरूको बारेमा कुरा गर्न **131 202** मा फोन गर्नुहोस्।
- अंग्रेजीमा थप जानकारीको लागि servicesaustralia.gov.au/manageyourmoney मा जानुहोस्
- आफ्नो भाषामा जानकारी पढ्न, सुन्न वा हेर्न servicesaustralia.gov.au/yourlanguage मा जानुहोस्।

तपाईंको फोन प्रदायकले तपाईंको घरको फोनबाट '13' नम्बरहरूमा फोनहरूको लागि तपाईंलाई एक निश्चित दर चार्ज गर्न सक्छ। यो अष्ट्रेलियाको जुनसुकै ठाउँबाट हो र तपाईंको फोन प्रदायकको आधारमा दर फरक हुन सक्छ। तपाईंको घरको फोनबाट '1800' नम्बरहरूमा कलहरू निःशुल्क छन्। यदि तपाईंले सार्वजनिक वा मोबाइल फोनबाट फोन गर्नुभयो भने फोन प्रदायकहरूले तपाईंको कलमा लागेको समय निर्धारण गर्न सक्छन् र उच्च दर चार्ज गर्न सक्छन्।

अस्वीकरण

यस प्रकाशनमा समाहित जानकारी भुक्तानी र सेवाहरूको लागि मात्र मार्गदर्शक हो र यो २५ जनवरी २०२२ सम्म सही छ। सबैभन्दा हालको जानकारीको लागि कृपया हाम्रो वेबसाइट जाँच गर्नुहोस्। यदि तपाईं तपाईंको विशेष परिस्थितिहरूमा आधारित भुक्तानीको लागि आवेदन दिन चाहनुहुन्छ भने निर्णय गर्ने यो तपाईंको जिम्मेवारी हो।



Manage your money

How you use your money can change during your life. We have information to help you manage your money at different times in your life.

Planning a budget

If you are studying or training, looking for work, planning for retirement or want to sort out your household finances, making a budget is a good place to start.

A budget may help you to track your spending. It can also help you work out how much money you have after paying bills and expenses. Keep your budget simple and check it often.

Start by looking at how much money you have coming in. Look at payslips, bank statements, and your Centrelink Deduction statement (if you have one).

Then, work out how much you are spending. Look at:

- bills
- credit card statements
- receipts and shopping docketts, like weekly food costs
- one-off expenses that you know are coming up
- annual bills, like insurance and car registration.

Working out how you spend your money can help you see where you can save money.

A change in your life can affect your budget. Remember to review your budget regularly to make sure it is still working for you.

Set savings goals

You can make a savings plan to help put away money for an emergency, or to buy an expensive item.

You may be able to reach your savings goals quicker if you:

- cut back on buying things you don't really need
- use cash or a debit card instead of your credit card when shopping.

How you can save

The Moneysmart website has information to help you manage your money.

Here are some ways to help with your budget and savings goals:

- Research to find the best deal. If you are looking for a mortgage or thinking about changing electricity provider, ask for a better deal. You may be surprised at how much you can save.
- Ask your bank or credit union about 'fee free' accounts. If you get an income support payment, you may be able to get a savings account that will not charge fees.
- Many companies and banks charge for paper bills or statements. You could save money if you choose to get these online.

- Be careful applying for loans. There are many types of loans and credit with different fees, charges and interest rates.

Get fair and affordable banking and loans

- Check if you qualify for a No Interest Loan from Good Shepherd. These loans provide safe, fair and affordable credit for essential goods and services.
- 'Saver Plus' is a savings and financial education program. It is offered by community organisations in every state and territory. Read more about it at bsl.org.au.
- If you are a higher education student, you may be eligible for our Student Start-up Loan.

Get help

There are tools and services to help you manage your money.

- Centrepay is a free and voluntary service you can use to pay bills as regular deductions from your Centrelink payments.
- The weekly payment option allows you to get your income support payment weekly. This can help if you find it hard to budget on a fortnightly payment. Family Tax Benefit payment can not be paid weekly.
- If you are eligible, you can ask for your Family Tax Benefit or Carer Allowance payment to be offset. This means your Family Tax Benefit or Carer Allowance payment can be paid on a different week to your income support payment.
- The Rent Deduction Scheme is a useful, secure and free service. It lets you pay your state or territory housing authority rent as regular deductions from your Centrelink payments.
- Speak to your bank or service provider if you have trouble paying a bill, loan or mortgage. Most will have a hardship team who can help. They may be able to delay, reduce or waive debt repayments, depending on your situation.

Speak to someone

- Talk to our Financial Information Service Officers. Our officers provide a free and confidential education service to help you understand decisions about your finances.
- Our social workers can help you with counselling, support and information during difficult times. Let us know if you need an interpreter, and we will arrange one for free.
- You can find a financial counsellor in your area at ndh.org.au.

For more information

- Call **131 202** to speak with us in your language about Centrelink payments and services.
- Go to servicesaustralia.gov.au/manageyourmoney for more information in English
- Go to servicesaustralia.gov.au/yourlanguage to read, listen to or watch information in your language.

Your phone provider may charge you a fixed rate for calls from your home phone to '13' numbers. This is from anywhere in Australia and the rate may vary depending on your phone provider. Calls

to '1800' numbers from your home phone are free. Phone providers may time your call and charge a higher rate if you call from a public or mobile phone.

Disclaimer

The information contained in this publication is a guide to payments and services only, and is correct as of 25 January 2022. Please check our website for the most current information. It is your responsibility to decide if you wish to apply for a payment based on your particular circumstances