



तपाईं हालसालै अस्ट्रेलिया आउनुभएको हो?

तपाईं हालसालै अस्ट्रेलिया आउनुभएको हो भने यो ब्रोसरमा भएका जानकारी तपाईंका लागि उपयोगी हुन सक्छन्। नयाँ देशमा बसाइ सार्ने कार्य कठिन हुन सक्छ। तपाईं हालसालै अस्ट्रेलिया आउनुभएको हो भने तपाईं Australian Government बाट केही भुक्तानी तथा सेवाहरू प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

स्वास्थ्य सेवाहरू

अस्ट्रेलियामा राष्ट्रिय स्वास्थ्य हेरचाह प्रणाली छ – Medicare। Medicare ले योग्य व्यक्तिहरूलाई उनीहरूको स्वास्थ्य हेरचाह गरे बापतको खर्च बहन गर्न मद्दत गर्छ। यसमा Pharmaceutical Benefits Scheme वा Repatriation Pharmaceutical Benefits Scheme मार्फत सस्तो मूल्यमा औषधी उपलब्ध गराउने तथा तपाईंले डाक्टरलाई आफ्नो स्वास्थ्य जँचाउँदा लागेको केही खर्च बहन गर्न सघाउने सुविधा समावेश हुन्छ।

थप जानकारीका लागि servicesaustralia.gov.au/medicare-services मा जानुहोस्।

योग्यताका मापदण्डका बारेमा थप जान्न र Medicare मा आवेदन गर्न servicesaustralia.gov.au/medicarecard मा जानुहोस्।

तपाईंले My Health Record मा आवेदन गरेपछि तपाईं Medicare प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ। My Health Record तपाईंको स्वास्थ्यसम्बन्धी जानकारीको सुरक्षित अनलाइन सारांश हो। तपाईं यसमा के के जानकारी राख्ने र यो कसले हेर्न सक्छन् भन्ने कुरा तय गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईं आफ्नो स्वास्थ्यसम्बन्धी जानकारी आफ्ना डाक्टर, अस्पताल र अन्य स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरूलाई उपलब्ध गराउन सक्नुहुन्छ। तपाईं आफ्ना बच्चा 14 वर्ष नपुगेसम्म उनको My Health Record व्यवस्थापन गर्न सक्नुहुन्छ। बच्चा 14 वर्ष पुगेपछि उनी आफैं यसको व्यवस्थापन गर्न सक्छन्।

आफ्नो My Health Record प्रयोग गर्ने सम्बन्धमा जानकारी प्राप्त गर्न myhealthrecord.gov.au मा जानुहोस् वा **1800 723 471** मा फोन गर्नुहोस्।

तपाईं निश्चित देशहरूबाट अस्ट्रेलिया भ्रमण गर्दै हुनुहुन्छ भने तपाईं Reciprocal Health Care Agreements अन्तर्गत केही स्वास्थ्य सेवाहरूमा सहूलियत प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ। अस्ट्रेलियाले धेरै देशहरूसँग Reciprocal Health Care Agreements गरेको छ। ती देशहरूको नाम हेर्न servicesaustralia.gov.au/rhca मा जानुहोस्।

तपाईं यीमध्ये कुनै देशबाट आउनुभएको हो र योग्यताका मापदण्डहरू पूरा गर्नुहुन्छ भने तपाईं अस्ट्रेलियामा रहेको बेला Medicare सेवाहरूका लागि योग्य हुन सक्नुहुन्छ।

हामीले गर्ने भुक्तानीहरू

तपाईं तपाईंले प्रयोग गरेको भिसाअनुसार वा तपाईंसँग पहिला नै अस्ट्रेलियाको नागरिकता लिइसकेको स्थिति छ भने त्यसअनुसार भुक्तानी वा सहूलियत कार्डहरू प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंले सेवा प्राप्त गर्न परखनु पर्ने समयावधि वा अन्य सर्तहरूका बारेमा पनि बुझ्नु पर्ने हुन सक्छ।

तपाईं भर्खर अस्ट्रेलिया आउनुभएको छ र तपाईंसँग अस्ट्रेलियाको स्थायी बसोबासको प्रमाणपत्र, मानवीय कार्यसम्बन्धी, शरणार्थी, प्रोभिजनल साझेदार वा अस्थायी सुरक्षासँग सम्बन्धित भिसा छ वा तपाईं Special Category भिसामा अस्ट्रेलियामा बसोबास गर्ने न्युजिल्याण्डको नागरिक हुनुहुन्छ भने तपाईंले निश्चित प्रकारका भुक्तानी तथा सहूलियत कार्ड प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

बसोबाससम्बन्धी मापदण्डका बारेमा थप जान्न servicesaustralia.gov.au/residence-descriptions मा जानुहोस्।

Special Benefit

तपाईं अर्को भुक्तानीका लागि योग्य हुनुहुन्न र आर्थिक कठिनाइका कारण आर्थिक सहायता प्राप्त गर्न चाहनुहुन्छ भने तपाईं Special Benefit का लागि योग्य हुन सक्नुहुन्छ।

Special Benefit तपाईं आफूले नियन्त्रण गर्न नसक्ने कारणहरूले गर्दा आर्थिक अभावमा हुनुहुन्छ वा तपाईंले आफू तथा आफ्नो परिवारका सदस्यहरू पाल्न पुग्ने गरी आमदानी गर्न सक्नुभएको छैन भने तपाईंले प्राप्त गर्न सक्ने भुक्तानी हो।

तपाईं (र तपाईंका पति/पत्नी) आफ्नो अस्ट्रेलियाको बसोबाससम्बन्धी स्थितिका कारण आमदानी कम भएको बेला प्राप्त गर्न सकिने आर्थिक सहायताका लागि योग्य हुनुहुन्न भने तपाईंले हेरचाह गरेका कुनै बच्चा (वा बच्चाहरू) सँग अस्ट्रेलियाको नागरिक वा स्थायी बसोबास प्रमाणपत्र छ भने तपाईं Special Benefit प्राप्त गर्न योग्य हुन सक्नुहुन्छ।

तपाईंका भुक्तानीसम्बन्धी दायित्वहरू

हाम्रा केही भुक्तानी प्राप्त गर्न तपाईंले निश्चित कार्य तथा भेटघाट गर्नु पर्ने हुन्छ। तपाईंले प्राप्त गर्ने भुक्तानी नरोकियोस् भन्नाका लागि यी कार्य तथा भेटघाट महत्त्वपूर्ण हुन्छन्।

खोप तथा पारिवारिक सहायता

National Immunisation Program Schedule को सूचीमा भएका खोपहरू लगाइएको भएमा त्यसले पारिवारिक सहायता प्राप्त गर्न मद्दत गर्छ। हामी तपाईंले पारिवारिक सहायता लिने हरेक बच्चाले खोपसम्बन्धी मापदण्ड पूरा गर्छन् कि गर्दैनन् भन्ने कुराको जाँच गर्ने छौं।

तपाईंले निम्न सहायता प्राप्त गर्न तपाईंका बच्चाले सबै खोपका मात्रा पूरा गरेको हुनु पर्छ:

- Family Tax Benefit Part Aको पूर्ण सहायता प्राप्त गर्न
- Child Care Subsidy
- Additional Child Care Subsidy।

National Immunisation Program Schedule हेर्न health.gov.au/immunisation मा जानुहोस्

तपाईंले अर्कै देशमा खोप लगाउनुभएको हो भने तपाईं ती खोपहरूको विवरण Australian Immunisation Register (AIR) मा हाल्न सक्नुहुन्छ। विदेशमा लगाएका खोपहरूका बारेमा थप जान्न servicessaustralia.gov.au/overseasimmunisations मा जानुहोस्।

खोपसम्बन्धी मापदण्डका बारेमा थप जान्न servicessaustralia.gov.au/immunisation मा जानुहोस्।

तपाईंले आफ्ना बच्चालाई खोप लगाएको मिति भन्नु पर्दैन – हामी उनीहरूको AIR बाट आफैं खोपको अवस्था हेर्ने छौं।

तपाईं myGov मार्फत आफ्नो अनलाइन खाता Medicare प्रयोग गरी वा मोबाइल एप Express Plus Medicare प्रयोग गरी आफ्नो वा 14 वर्षमुनिका आफ्ना बच्चाको खोपको हिस्ट्रीसम्बन्धी रेकर्ड हेर्न सक्नुहुन्छ। तपाईं 14 वर्षको वा त्योभन्दा बढी उमेरको हुनुहुन्छ भने आफ्नो खोपसम्बन्धी रेकर्ड आफैं हेर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंसँग myGov खाता छैन भने तपाईं my.gov.au मा गई खाता खोल्न र उक्त खाता Medicare मा लिंक गर्न सक्नुहुन्छ।

AIR मा गई servicessaustralia.gov.au/air थप कुराहरू पढ्नुहोस्।

पर्खिनु पर्ने समयवधिहरू

नयाँ बासिन्दाहरूले भुक्तानी वा सहूलियत कार्डहरू दाबी गर्नु अघि निश्चित अवधिसम्म पर्खिनु पर्ने हुन सक्छ। यसका अपवादहरू छन्। जस्तै, तपाईं शरणार्थी भिसामा अस्ट्रेलिया आउनुभएको छ भने।

तपाईंले स्थायी बसोबास भिसा प्राप्त गरी यहाँ बसोबास गर्न थालेको दिनदेखि तपाईंको पर्खिनु पर्ने समयवधि सुरु हुन्छ। यस समयवधिमा अस्ट्रेलियामा बिताएका दिनहरू मात्र पर्खिनु पर्ने समयवधिमा जोडिन्छन्।

थप जानकारीको लागि servicessaustralia.gov.au/newresidentswaiting मा जानुहोस्

अन्तर्राष्ट्रिय सामाजिक सुरक्षासम्बन्धी सम्झौताहरू

हामीले अन्य देशहरूसँग गरेका सम्झौताहरूले पनि तपाईंलाई हामीबाट भुक्तानी प्राप्त गर्न मद्दत गर्न सक्छन्। तिनले तपाईंलाई अन्य देशहरूबाट समेत भुक्तानी लिन मद्दत गर्न सक्छन्। अस्ट्रेलिया र अर्को देशमा बिताएको समयवधिले तपाईंलाई भुक्तानीका लागि योग्य बनाउन सक्छन्। तपाईंले भुक्तानी रकम दाबी गर्दा हामी तपाईं अर्को देशसँग भएको सम्झौताअनुसार भुक्तानी प्राप्त गर्न योग्य हुनुहुन्छ कि भनेर जाँच गर्छौं। थप जानकारीका लागि servicessaustralia.gov.au/issa मा जानुहोस्।

अस्ट्रेलिया बाहिर गरिने भुक्तानीहरू

तपाईंले अस्ट्रेलिया छोड्दा तपाईंको भुक्तानी वा सहूलियत कार्डमा असर पर्न सक्छ। तपाईं कुन खालको भुक्तानी प्राप्त गरिरहनुभएको छ भन्ने आधारमा तपाईंले अस्ट्रेलिया छोड्नुअघि हामीलाई आफ्ना यात्रासम्बन्धी योजनाहरू बताउनु पर्ने हुन सक्छ।

थप जानकारीको लागि servicessaustralia.gov.au/paymentsoverseas मा जानुहोस्

हाम्रा सेवाहरू

तपाईंको भाषामा उपलब्ध जानकारीहरू

हामीसँग 70 भन्दा बढी भाषामा तपाईंले पढ्न, सुन्न र हेर्न मिल्ने गरी जानकारीहरू उपलब्ध छन्, तिनले तपाईंलाई हाम्रा भुक्तानी तथा सेवाहरूका बारेमा बुझ्न मद्दत गर्न सक्छन्।

अङ्ग्रेजी बाहेकका अन्य भाषामा रहेका जानकारी हेर्न servicessaustralia.gov.au/yourlanguage मा जानुहोस्।

तपाईंलाई हाम्रा कुनै एक भुक्तानी तथा सेवामा दाबी गर्न अर्को भाषामा अनुवाद गरिएको डकुमेन्ट चाहिने भएमा हामी निःशुल्क रूपमा उक्त डकुमेन्ट उपलब्ध गराउने छौं।

Centrelink भुक्तानी तथा सेवाहरूका बारेमा आफ्नो भाषामा हामीसँग कुरा गर्न **131 202** मा फोन गर्नुहोस्।

Medicare का लागि **132 011** मा र Child Support चाहिएमा **131 272** मा र तपाईंलाई दोभाषेको आवश्यकता परेमा हामीलाई फोन गरी जानकारी दिनुहोस्। हामी निःशुल्क रूपमा एउटा दोभाषे उपलब्ध गराउने छौं।

Multicultural Service Officers

Multicultural Service Officers आप्रवासी तथा शरणार्थीहरूलाई हाम्रा भुक्तानी तथा सेवासँग जोड्न सामुदायिक समूह तथा संस्थाहरूसँग मिलेर काम गर्छ।

शरणार्थीसम्बन्धी सेवाहरू

तपाईं मानवतासम्बन्धी वा शरणार्थी भिसामा अस्ट्रेलिया आउनुभएको छ भने वा तपाईंलाई अस्ट्रेलियामा Permanent Protection Visa दिइएको छ भने हामी तपाईंलाई आफ्नो बसोबास व्यवस्थापन गर्न मद्दत गर्न सक्छौं।

हाम्रा शरणार्थीसम्बन्धी सेवाहरूले तपाईंलाई Medicare मा सहभागी गराएर र Tax File Number उपलब्ध गराएर आर्थिक सहायता दिई मद्दत गर्न सक्छन्। तिनीहरूले तपाईंलाई निम्न कुराहरूका लागि सिफारिस गरेर पनि मद्दत गर्न सक्छन्:

- अङ्ग्रेजी भाषाका कक्षा
- शिक्षा तथा तालिम
- रोजगारीसम्बन्धी सहायता

- अन्य सरकारी तथा सामुदायिक सेवाहरू।

तपाईंसँग Humanitarian Settlement Program प्रदायक छन् भने तिनले तपाईंलाई हाम्रा सेवाहरू प्रयोग गर्न मद्दत गर्न सक्छन्। तपाईंलाई मद्दत गर्ने कोही पनि छैन भने **131 202** मा फोन गरी आफ्नो भाषामा कसैसँग कुरा गर्नुहोस्।

सामाजिक कार्यकर्ताहरू

हाम्रा सामाजिक कार्यकर्ताहरूले तपाईंलाई छोटो समयका लागि सल्लाह सुझाव, जानकारीहरू दिने र सहायता सेवाहरूमा सिफारिस गर्ने कार्य गर्न सक्छन्।

तपाईं हामीलाई सम्पर्क गर्न प्रयोग गरिने फोन नम्बर Centrelink मा फोन गरी कुनै सामाजिक कार्यकर्तासँग बोल्न अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ।

तपाईंलाई दोभाषेको आवश्यकता भएमा हामीलाई जानकारी गराउनुहोस्, हामी तपाईंलाई एउटा दोभाषे उपलब्ध गराउने छौं।

अन्तर्राष्ट्रिय सेवाहरू

हामी तपाईंलाई हाम्रो कुनै Social Security Agreements अन्तर्गतको अस्ट्रेलियाले दिने भुक्तानी दाबी गर्न मद्दत गर्न सक्छौं। हामी तपाईंलाई विदेशी पेन्सन दाबी गर्न पनि मद्दत गर्न सक्छौं। हामीलाई **13 16 73** मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

अन्य जानकारी

हामीलाई तपाईंको जीवनमा भएका परिवर्तनहरूबारे बताउनुहोस्।

तपाईंका परिस्थितिहरू बदलिए भने तपाईंले तिनको बारेमा हामीलाई बताउनु पर्ने हुन्छ। यसमा तपाईंको ठेगाना परिवर्तन, पढ्न वा काम गर्न सुरु गरेको वा छोडेको कुरा वा तपाईंको बच्चा जन्मेको जस्ता कुरा सामेल हुन सक्छन्।

तपाईंले आफ्नो परिस्थिति बदलिएको कुरा हामीलाई भन्नुभएन भने हामी बढी रकम भुक्तानी गर्न सक्छौं, पछि तपाईंले उक्त रकम हामीलाई फिर्ता गर्नु पर्ने छ।

योग्य व्यक्तिहरूले उपयुक्त भुक्तानी र उपयुक्त रकम प्राप्त गर्दैछन् भन्ने सुनिश्चित गर्न नियमित रूपमा भुक्तानीको समीक्षा गर्नुपर्नेछ।

कुन जानकारी कसरी अपडेट गर्ने भन्ने बारेमा जात्र servicessaustralia.gov.au/notifychanges मा जानुहोस्।

पैसा तिर्नु पर्ने अवस्था

कहिलेकहीं मानिसहरूले हामीलाई पैसा तिर्नु पर्ने हुन सक्छ। तपाईंले हामीलाई पैसा तिर्नु पर्ने भएमा उक्त पैसा हामीलाई फिर्ता गर्नु पर्ने हुन्छ।

थप जानकारीको लागि servicessaustralia.gov.au/owingmoney मा जानुहोस्

Assurance of Support

Assurance of Support भनेको कुनै व्यक्ति वा संस्थाले अस्ट्रेलियामा बसाइ सरेर आउन आवेदन गर्ने व्यक्तिहरूलाई सहायता गर्न जनाएको प्रतिबद्धता हो।

तपाईं Assurance of Support व्यवस्थापनमार्फत अस्ट्रेलियामा बस्दै हुनुहुन्छ र हामीबाट निश्चित आयसम्बन्धी सहायता भुक्तानी लिँदै हुनुहुन्छ भने सबै व्यवस्था मिलिसकेपछि तपाईंका जमानतकर्ताले पूरै रकम तिर्नु पर्ने छ।

अङ्ग्रेजी सिक्ने कार्य

हामी तपाईंलाई अङ्ग्रेजी भाषा सिक्ने वा सुधार्ने कक्षाहरू भेटाउने कार्यमा मद्दत गर्न सक्छौं। तपाईं अस्ट्रेलियाको नागरिक बन्न चाहनुहुन्छ भने तपाईंले अङ्ग्रेजी भाषा सिक्नु पर्ने हुन्छ।

तपाईं आप्रवासी, शरणार्थी वा मानवतासम्बन्धी काम गर्ने व्यक्तिलाई दिइने भिसामार्फत अस्ट्रेलिया आउनुभएको हो भने तपाईं Department of Home Affairs' Adult Migrant English Program (AMEP) मार्फत निःशुल्क अङ्ग्रेजी कक्षामा सामेल हुन सक्नुहुन्छ।

तपाईंले अस्ट्रेलिया आइसकेपछि वा अस्ट्रेलियामा स्थायी बसोबासको प्रमाणपत्र पाइसकेपछि 6 महिनाभित्र (वा तपाईंको उमेर 15 र 17 वर्षको बिचमा छ भने 12 महिनाभित्र) कुनै एक AMEP का सेवा प्रदायकमा आफ्नो नाम दर्ता गर्नु पर्ने हुन्छ।

Skills for Education and Employment कार्यक्रमले तपाईंको अङ्ग्रेजी, पढ्ने, लेख्ने क्षमता र गणितका सामान्य सीपहरू विकास गर्न मद्दत गर्न सक्छ, यसले तपाईंको रोजगारी पाउने र कायम राख्ने सम्भावना बढाउँछ। तपाईं यो कार्यक्रमका लागि योग्य हुनुहुन्छ कि हुनुहुन्न भनेर जान्न आफूले नियमित भुक्तानी प्राप्त गर्ने ठाउँको फोन नम्बरमा फोन गर्नुहोस् वा कुनै सेवा केन्द्रमा जानुहोस्।

पारिवारिक वा घरेलु हिंसा

हामी पारिवारिक वा घरेलु हिंसाबाट पीडित व्यक्तिलाई जानकारी, स्रोतहरू उपलब्ध गराएर र सिफारिसहरू गरेर मद्दत गर्छौं।

हामीसँग भएका जानकारीहरू विभिन्न भाषामा उपलब्ध छन्। तपाईं पारिवारिक वा घरेलु हिंसाबाट पीडित व्यक्ति हुनुहुन्छ भने servicesaustralia.gov.au/domesticviolence मा जानुहोस्।

निम्न स्थानबाट पनि सहायता लिन सकिन्छ:

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

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

अतिरिक्त सहायता

तपाईंको बारेमा अरू नै कसैले कुरा गर्न मिल्ने व्यवस्था

तपाईं आफ्नो Centrelink, Medicare वा Child Support सम्बन्धी काम कारबाही कुनै अरू नै व्यक्तिले अघि बढाओस् भन्ने चाहनुहुन्छ भने तपाईंले कुनै व्यक्तिलाई तपाईंको प्रतिनिधि भएर हामीसँग तपाईंको बारेमा कुरा गर्न अधिकार दिन सक्नुहुन्छ।

यी व्यवस्थाहरूका बारेमा थप जानकारी लिनका लागि:

- servicesaustralia.gov.au/nominees मा जानुहोस्
- हामीलाई फोन गर्नुहोस्
- कुनै सेवा केन्द्रमा जानुहोस्।

आफ्नो पैसाको व्यवस्थापन

तपाईंले आफ्नो पैसा खर्च गर्ने तरिका तपाईंको जीवनकालभरि बदलिन्छ।

तपाईंको जीवनका विभिन्न समयमा तपाईंलाई मद्दत गर्ने जानकारीका लागि servicesaustralia.gov.au/managingmoney मा जानुहोस्

CentrePAY

CentrePAY तपाईंले पाउने Centrelink भुक्तानीबाट नियमित रूपमा तिर्नु पर्ने पैसा काटेर बिल तिर्ने तथा खर्च बहन गर्ने एउटा निःशुल्क र स्वैच्छिक सेवा हो। तपाईं यसबाट आफ्ना भाडा, बिजुली तथा फोनको बिल जस्ता नियमित रूपमा तिर्नु पर्ने बिलहरू तिर्न र खर्चहरू बहन गर्न सक्नुहुन्छ। तलका मध्ये कुनै एक तरिकाले तपाईं पैसा काटिने सुविधा सुरु गर्न, बदल्न र कुनै पनि बेला बन्द गर्न सक्नुहुन्छ:

- अनलाइनबाट Centrelink मार्फत आफ्नो myGov को अनलाइन खाता प्रयोग गरेर
- आफ्नो मोबाइलमा myGov को मोबाइल एप प्रयोग गरेर
- आफ्नो मोबाइलमा Express Plus Centrelink को मोबाइल एप प्रयोग गरेर
- सेवा केन्द्रमा गई हाम्रा कर्मचारीहरूसँग मद्दत लिएर
- हाम्रो नियमित रूपमा रकम भुक्तानी गर्ने स्थानमा फोन गरेर
- आफूले रकम तिर्न चाहेको व्यवसायलाई आफूले पैसा तिर्ने सेटअप गर्न लगाएर।

थप जानकारी प्राप्त गर्न वा अनुमति प्राप्त व्यवसाय भेट्टाउन servicessaustralia.gov.au/centrePAY मा जानुहोस्

थप भुक्तानी तथा सेवाहरू

हामीले तपाईंसँग थप आर्थिक सहायता गर्नु पर्ने कुनै शुल्क वा समस्या हुन सक्छन् भन्ने बुझेका छौं। तपाईं निम्नमध्ये कुनै कुरा पनि प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ:

- Rent Assistance
- Child Care Subsidy
- Rent Deduction Scheme
- सहूलियत कार्डहरू
- Financial Information Service I

यी भुक्तानी तथा सेवाहरूका बारेमा थप जानकारी लिन servicessaustralia.gov.au मा जानुहोस् वा हामीलाई फोन गर्नुहोस्।

आफ्ना जानकारी अनलाइन व्यवस्थापन गर्नुहोस्

हामीसँग भएका तपाईंका जानकारीहरू अनलाइनबाट जुनसुकै बेला, जुनसुकै स्थानबाट सजिलै व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ। हामीलाई फोन नगरी वा हाम्रा कार्यालयमा नगई आफ्ना जानकारीहरू व्यवस्थित गर्न Centrelink, Medicare र Child Support को अनलाइन खाता प्रयोग गर्नुहोस्। तपाईं myGov मार्फत वा Express Plus का मोबाइल एपहरूमार्फत यी अनलाइन खाताहरू प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।

myGov

myGov मार्फत एकै स्थानमा सबै सरकारी सेवाहरू अनलाइन प्रयोग गर्न सकिन्छ। तपाईं myGov वेबसाइट वा एप प्रयोग गरी यो कार्य गर्न सक्नुहुन्छ।

myGov खाता खोल्न my.gov.au मा देखाइएका प्रम्टहरूले निर्देशन दिएअनुसार गर्नुहोस्।

Centrelink, Medicare वा Child Support लिंक गर्न **View and link services** चयन गरेर Centrelink, Medicare वा Child Support का छेउमा रहेको **Link** बटन चयन गर्नुहोस्।

तपाईंले आफूसँग सम्बन्धित प्रश्नहरूको जवाफ दिनु पर्ने छ। यसले हामीलाई तपाईंको myGov खातामा सही रेकर्ड लिंक गर्न मद्दत गर्छ।

तपाईंको myGov खाता बनाउन वा Centrelink, Medicare वा Child Support लिंक गर्न मद्दत चाहिएमा:

- my.gov.au/help मा जानुहोस्
- youtube.com/mygovau मा राखिएका myGov भिडियोहरू हेर्नुहोस्।
- 132 307 मा फोन गर्नुहोस् र myGov सहायता प्रदान गर्ने डेस्कसँग कुरा गर्नका लागि विकल्प 1 चयन गर्नुहोस्।

myGov एप

आफ्नो मोबाइलमा myGov प्रयोग गर्न एप डाउनलोड गर्नुहोस्। QR कोड स्क्यान गर्नुहोस् वा my.gov.au/app मा जानुहोस्।

Apple तथा Apple का लोगो अमेरिका तथा अन्य देशहरूमा दर्ता भएका Apple Inc. का ट्रेडमार्कहरू हुन्। एप स्टोर Apple Inc. को सर्भिस मार्क हो।

Google Play तथा Google Play का लोगो Google LLC. का ट्रेडमार्कहरू हुन्।

Express Plus मोबाइल एपहरू

तपाईं Express Plus मोबाइल एपहरू प्रयोग गरी आफ्ना जानकारीहरू व्यवस्थापन गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईं आफ्नो myGov खातामा Centrelink, Medicare वा Child Support लिंक गरिसकेपछि मात्र एपहरू चलाउन पाउनुहुन्छ।

Express Plus का मोबाइल एपहरूका बारेमा थप जानकारी लिन servicesaustralia.gov.au/expressplus मा जानुहोस्।

स्क्यामहरू र अनलाइनमा तपाईंको सुरक्षा

अनलाइनमा आफ्ना जानकारीहरू सुरक्षित राख्नुहोस्। तरिका थाहा पाउन servicesaustralia.gov.au/scams मा जानुहोस्।

तपाईंले myGov वा Services Australia लगायत Centrelink, Medicare वा Child Support सँग सम्बन्धित स्क्यामहरूका बारेमा रिपोर्ट गर्नु पर्ने भएमा reportascam@servicesaustralia.gov.au मा इमेल गर्नुहोस्।

तपाईंलाई myGov वा Services Australia लगायत Centrelink, Medicare वा Child Support, को जस्तो भएर कसैले तपाईंलाई स्क्याम गरी दुख दिन खोजेको जस्तो लाग्छ भने हाम्रो Scams and Identity Theft Helpdesk को टेलिफोन **1800 941 126** मा फोन गरी जानकारी गराउनुहोस्।

जानकारीहरू लिइराख्नुहोस्।

हाम्रा भुक्तानी तथा सेवाहरूमा भएका परिवर्तनका बारेमा जात्र:

- पछिल्ला जानकारीका बारेमा जात्र servicesaustralia.gov.au/news मा गई हाम्रो News मा सब्क्राइब गर्नुहोस्।
- सामाजिक सञ्जालमा servicesaustralia.gov.au/socialmedia मा हामीसँग जोडिनुहोस्।

अन्य फर्म्याटमा रहेका जानकारीहरू

केही जानकारी अडियो CD/DVD, ठुलो प्रिन्ट, ब्रेल तथा इ-टेक्स्टमा उपलब्ध छन्। यो अनुरोध गर्नका लागि हामीलाई **132 717** मा फोन गर्नुहोस्।

तपाईंको श्रवण शक्ति कमजोर छ वा तपाईंमा सुनाइ वा बोलीसम्बन्धी अपाङ्गता छ भने National Relay Service Helpdesk मा फोन गरी **1800 555 660** मा सम्पर्क गर्नुहोस् वा **communications.gov.au/accesshub** मा जानुहोस्

थप जानकारीको लागि

- आफ्नो भाषामा जानकारीहरू पढ्न, सुन्न वा जानकारीमूलक भिडियोहरू हेर्न **servicesaustralia.gov.au/yourlanguage** मा जानुहोस्।
- Centrelink मा उल्लेख गरिएका भुक्तानी तथा सेवाहरूका लागि आफ्नो भाषामा हामीसँग कुरा गर्न **131 202** मा फोन गर्नुहोस्।
- Medicare का लागि **132 011** र Child Support का लागि **131 272** मा फोन गर्नुहोस्। तपाईंलाई दोभाषेको आवश्यकता छ भने हामी तपाईंका लागि निःशुल्क रूपमा दोभाषे उपलब्ध गराउने छौं।
- यसका लागि सेवा केन्द्रमा जानुहोस्।

नोट: तपाईंको फोनबाट 13' नम्बरहरूमा अस्ट्रेलियाका जुनसुकै स्थानबाट कल गर्दा एकै दरमा शुल्क लाग्ने छ। उक्त दर स्थानीय कलहरूको शुल्क र टेलिफोन सेवा प्रदायकहरूले लिने शुल्कका आधारमा फरक पर्न सक्ने छ। तपाईंको घरबाट '1800' नम्बरहरूमा गरिने कल निःशुल्क हुने छ। सार्वजनिक र मोबाइल फोनबाट गरिने कलहरूका हकमा समय तय गरिएको हुन सक्छ र तिनमा उच्च दरमा शुल्क लाग्न सक्छ।

डिस्क्लेमर

यी जानकारीमा 2023 सेप्टेम्बरसम्म अद्यावधिक जानकारी समावेश छ। यस प्रकाशनमा समावेश गरिएका जानकारी भुक्तानी तथा सेवाहरूमा गाइड गर्ने प्रयोजनका लागि मात्र हुन्। भुक्तानीका लागि आवेदन दिने वा विशेष परिस्थितिहरूको सन्दर्भमा आवेदन दिने भन्ने कुराको निर्णय गर्ने दायित्व तपाईंको 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 helps eligible people with the cost of their health care. 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 or concession cards you may 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 or concession cards 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**

Special Benefit

If you are not eligible for another payment, and are seeking assistance because of financial hardship, you may be eligible for Special Benefit.

Special Benefit is a payment to help if you are in financial need because of reasons outside of your control and you are unable to earn enough income to support yourself and your dependants.

If you (and your partner) are not eligible for an income support payment due to your Australian residence status, any child (or children) you have in your custody may be eligible to get Special Benefit, provided they are an Australian citizen or an Australian permanent resident.

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
- Additional Child Care Subsidy.

To view the National Immunisation Program Schedule, go to **health.gov.au/immunisation**

If you have had immunisations in another country, you can have them added to the Australian Immunisation Register (AIR). For more information about overseas immunisations, go to **servicessaustralia.gov.au/overseasimmunisations**

For more information about immunisation requirements, go to **servicessaustralia.gov.au/immunisation**

You do not need to tell us when your child is immunised – we check their status on the 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** and link to Medicare.

Read more about the AIR at **servicessaustralia.gov.au/air**

Waiting periods

New residents may need to serve certain waiting periods before claiming payments or concession cards. 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**

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. When you claim a payment, we will check if you can get it based on the agreement with the other country. For more information go to **servicessaustralia.gov.au/issa**

Payments paid outside Australia

Your payment or concession card may be affected if you leave Australia. Depending on which payment you get, you may need to tell us about your travel plans before you leave.

For more information, go to servicesaustralia.gov.au/paymentsoverseas

Our services

Information in your language

We have information in over 70 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 servicesaustralia.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 **131 202** to speak with us in your language about Centrelink payments and services. Call **132 011** for Medicare and **131 272** for Child Support and let us know if you need an interpreter. We will arrange one for free.

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, enrolling in Medicare and getting a Tax File Number. They can also help you with 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.

You can contact a social worker by calling us on the same number you use to call Centrelink and asking to speak with one.

If you need an interpreter, let us know and we can arrange one for you.

International Services

We can help you claim an Australian payment under one of our Social Security Agreements. We can also help you claim a foreign pension. Contact us on **13 16 73**.

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 make sure 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's 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 on your regular payment line 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 servicessaustralia.gov.au/domesticviolence

Support is also available from:

1800RESPECT **1800 737 732** or 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/nominees**
- 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 free and voluntary service to pay bills and expenses as regular deductions from your Centrelink payments. You can pay your regular bills and other expenses such as rent, electricity and phone. You can start, change or stop deductions at any time, one of these ways:

- online using your Centrelink online account through myGov
- using the myGov mobile app on your mobile device
- using the Express Plus Centrelink mobile app on your mobile device
- at a service centre with help from our staff
- by calling us on your regular payment number
- by asking the business you want to pay, to set it up for you.

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
- Concession cards
- Financial Information Service.

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

Manage your information online

It is easy to manage your information with us online, anytime and anywhere. Use a Centrelink, Medicare and Child Support online account to access and manage your information without needing to call or visit us. You can access these online accounts through myGov or the Express Plus mobile apps.

myGov

myGov lets you access government services online all in one place. You can do this through the myGov website or the app.

To create a myGov account, follow the prompts at **my.gov.au**

To link Centrelink, Medicare or Child Support, select **View and link services**, then select the **Link** button next to Centrelink, Medicare or Child Support.

You will need to answer questions about yourself. This helps us link the correct record to your myGov account.

For help with your myGov account or linking Centrelink, Medicare or Child Support:

- go to **my.gov.au/help**
- watch myGov videos at **youtube.com/mygovau**
- call 132 307 and select Option 1 for the myGov help desk.
- myGov app
- Download the app to use myGov on your mobile. Scan the QR code or go to **my.gov.au/app**

Apple, and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. App Store is a service mark of Apple Inc.

Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC.

Express Plus mobile apps

You can manage your information using the Express Plus mobile apps. You will need to link Centrelink, Medicare or Child Support to your myGov account before you can use the apps.

For more information about the Express Plus mobile 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 need to report a scam related to myGov or Services Australia, including Centrelink, Medicare or Child Support, email it to **reportascam@servicesaustralia.gov.au**

If you think you have been scammed by someone impersonating myGov or Services Australia, including Centrelink, Medicare or Child Support, call our Scams and Identity Theft Helpdesk on **1800 941 126**.

Keeping up to date

To find out about changes to payments and services:

- subscribe to our *News* for up-to-date information at **servicesaustralia.gov.au/news**
- connect with us on social media at **servicesaustralia.gov.au/socialmedia**

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

- go to **servicesaustralia.gov.au/yourlanguage** where you can read, listen to or watch videos with information in your language
- call **131 202** to speak with us in your language about Centrelink payments and services
- call **132 011** for Medicare and **131 272** for Child Support. Let us know if you need an interpreter, and we will arrange one for free
- visit a service centre.

Note: calls from your 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 September 2023. 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.