हामीहरुले यो लेख तयार गर्नको लागि फोटोचिन्हको प्रयोग गरेका छौ । (www.photosymbols.com)

नर्थ योर्कशायरमा स्वागत छ

अन्य मुलुकहरुबाट यहाँ आउनु हुने व्यक्तिहरुले यो जानकारी तपाईलाई यस देशमा निवास गर्नको लागि लाभदायक सिद्ध हुनेछ भन्ने सोच्नु भएको छ ।

हामी आशा गर्दछौ कि तपाईले भेट्नु भएका व्यक्तिहरु मिलनसार हुनेछन् र तपाईलाई मद्धत गर्नेछन् । तपाईको जाति, धर्म, उमेर, लिङ्ग, लैङ्गिक सम्बन्ध वा कुनै अपाङ्गताको कारणले कसैले पनि तपाई प्रति भेदभाव तथा दुर्व्यवहार गर्न सक्ने छैनन् ।

अंग्रेजी सिकाई

अंग्रेजी सिक्ने कोशिश गर्नुहोस् ।

यस नम्बर 01609 780780 मा फोन गरेर अंग्रेजी कक्षा (ESOL) को बारेमा सोधपुछ गर्नुहोस् वा तलको वेबसाईटमा हेर्नुहोस् : www.northyorks.gov.uk

पुस्तकालय र ईन्टरनेटको प्रयोग

ईन्टरनेट प्रयोग गर्नको लागि पुस्तकालयमा जानुहोस् । तपाईले आफ्नो भाषामा केही वेबसाईटहरु पढ्न सक्नु हुनेछ । पुस्तकालयमा दर्ता हुनु पैसा तिर्नु पर्दैन । यहाका कर्मचारीहरुले तपाईलाई मद्दत गर्नु हुनेछ ।

पुस्तकालयहरुमा धेरै जानकारीहरु उपलब्ध छन् । तपाईले पुस्तकहरु निशुल्क लैजान सक्नु हुन्छ । आफ्नै भाषामा लेखिएका पुस्तकहरु पनि पाउन सक्नु हुन्छ । कर्मचारीहरुसंग सोधपुछ गर्नु होस् ।

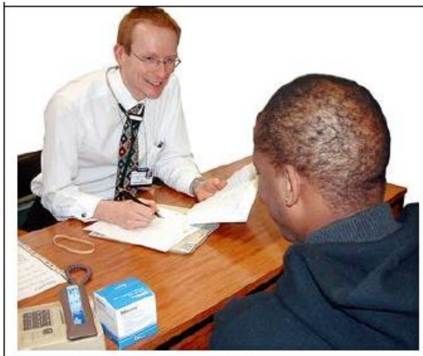
यस नम्बर 01609 780780 मा फोन गरेर वा तलको वेबसाईटमा हेरेर नजीकको पुस्तकालय पत्ता लगाउनु सक्नु हुनेछ : www.northyorks.gov.uk

बोलीचालीको लागि मद्दत

यदि तपाईको अंग्रेजी भाषा त्यति राम्रो छैन भने र तपाईलाई सार्वजनिक सेवा उपलब्ध गराउने व्यक्तिसंग कुराकानी गर्नुछ भने कुन भाषा बोल्नु हुन्छ उनीहरुलाई बताई दिनुहोस् । उनीहरुले दोभाषे उपलब्ध गराउने कोशिश गर्ने छन् । यसको लागि केही समय लाग्न सक्छ ।

यदि तपाईलाई केही कुरा पढ्नु पर्‍यो भने र तपाईको अंग्रेजी भाषा राम्रो छैन भने त्यहाका कर्मचारीहरुलाई भन्नु होला । उहाँहरुले भाषा रुपान्तर गरी दिन सक्नु हुन्छ अथवा तपाईलाई के जान्न जरुरी छ भन्ने कुरा अन्य तरिकाले बताउनु हुनेछ ।

सार्वजनिक सेवाहरुमा सरकार, काउन्सिल, विद्यालयहरु, अस्पतालहरु, पुलिस र रोजगार सेवा केन्द्र (job centre) पर्दछन् ।



स्वास्थ्य सेवाहरु

यहाँ बसोबास गर्ने धेरै जसो मानिसहरुले निशुल्क स्वास्थ्य सेवा पाउन सक्नेछन् । स्थानीय पारिवारीक डाक्टर (GP) हुनु अति महत्वपूर्ण हुन्छ । घर नजिकैको चिकित्शालय (GP surgery) मा गई दर्ता गरी माग्नु होला ।

तपाईले सिधै राष्ट्रिय स्वास्थ्य सेवा NHS (National Health Service) को नम्बर 111 मा फोन गर्न सक्नु हुनेछ ।

यदि तपाईलाई भाषा रुपान्तरक चाहिएमा कुन भाषा बोल्नु हुन्छ प्रष्ट बताउनु होला । उहाँहरुले तपाईंलाई सल्लाह तथा सुझाव दिनु हुनेछ र चाहिएको सेवा पुर्‍याउन मद्दत गर्नु हुनेछ।

यदि तपाई वा अन्य कोही व्यक्ति एकदमै बिरामी पर्नु भयो भने र तपाईलाई ज्यान जोखिममा रहेको महसुस भयो भने ९९९ मा फोन गर्नुका साथै एम्बुलेन्सको लागि अनुरोध गर्नु होला । ९९९ निश;ुल्क फोन हो ।

दन्त चिकित्सक

राष्ट्रिय स्वास्थ्य सेवाको दन्त चिकित्सक चाहिएमा NHS लाई यस नम्बर 111 मा फोन गर्नु होला । प्रायस: बयष्कहरुले दाँत उपचारको लागि पैसा तिर्नु पर्छ । १६ बर्ष भित्रका केटाकेटीहरुको दाँतको उपचार निशुल्क उपलब्ध गराईन्छ । साथै १८ बर्ष सम्मका केटाकेटीहरु यदि विद्यालय वा कलेजमा फुल टाईम अध्ययनरत छन् भने उनीहरुको दाँतको उपचार पनि निशुल्क उपलब्ध गराईनेछ ।

प्रहरी

नर्थ योर्कशायर एउटा सुरक्षित ठाउँ हो । प्रहरीले सबैजनालाई सुरक्षित राख्ने प्रयत्न गर्दछन् । यदि कसैले तपाई प्रति अपराधजन्य कार्य गरेको भए प्रहरीलाई बताउनु होस् ।

आपतकालीन अवस्थामा ९९९ मा फोन गरेर प्रहरीलाई सोध्नुहोस् । यो ९९९ फोन निश:ल्क हो ।

यदि कुनै व्यक्ति जोखिममा छ वा गम्भीर अपराधिक गतिविधि भई रहेको छ भने यो आपतकालीन अवस्था हो । सामान्य अवस्थामा प्रहरीसँग कुरा गर्नु परेमा १०१ मा फोन गर्नुहोला ।

थप जानकारीको लागि निम्न वेबसाईटमा हेर्नुहोला : www.northyorkshire.police.uk

यदि कसैले तपाईलाई चोट पुऱ्याउँछ, धम्काउँछ वा तर्साउँछ र तपाईको बिचारमा यसको कारण तपाई बिदेशी हुनु , अपाङ्ग हुनु वा फरक धर्मको हुनु लाग्छ भने प्रहरीलाई बताउनु होस् । यसलाई "घृणित अपराध" (Hate Crime) भनिन्छ । यो कानूनको बिरुद्ध हो र प्रहरीले यसलाई रोक्न चाहन्छ ।

तपाईको परिवारमा कसै प्रति हिंसात्मक कार्य हुनु कानूनको बिरुद्ध हो । यदि कसैले तपाईको परिवारमा तपाई प्रति हिंसात्मक कार्य गरेको छ भने तपाईले अन्यत्र सर्नको लागि मद्दत पाउनु हुनेछ ।

कुनै पनि बेला ०८०८ २००० २४७ मा घरेलु हिंसाको मद्दतको लागि फोन गर्न सक्नु हुनेछ वा प्रहरीलाई पनि फोन गर्न सक्नु हुनेछ ।

दमकल सेवा

यदि तपाई आगलागी भएको भवनमा हुनुहुन्छ भने यथाशिघ्र बाहिर निस्कनु होस् र ९९९ मा फोन गरेर दमकल सेवालाई बोलाउनु होस् ।

यदि तपाईले कुनै पनि भवनमा आगलागी भएको देख्नु भयो वा बाहिरको आगो अनियन्त्रित रहेको पाउनु भयो भने ९९९ मा फोन गर्नुहोस् । ९९९ मा गरेको फोन निशुल्क हो ।

ड्राईभिङ्ग

यु.के. मा गाडी चलाउनको लागि तपाईसँग वैद्य चालक अनुमति पत्र (ड्राईभिङ्ग लाईसेन्स) हुनु आवश्यक छ ।

यदि तपाईको ड्राईभिङ्ग लाईसेन्स वैद्य छ भने www.gov.uk वेबसाईटको गाडी बिभागमा गएर कसरी यु.के.को लाईसेन्स पाउन सकिन्छ भनेर जानकारी प्राप्त गर्नु सक्नु हुन्छ ।

तपाईले चलाउँनु भएको गाडीमा तपाईको गाडीको बीमा (car insurance) हुनु अत्यन्त आवश्यक छ ।

तपाईले चलाउनु भएको सवारी साधनको कर र यदि उक्त सवारी साधन तीन बर्ष भन्दा पुरानो भए यातायात मन्त्रालयको प्रमाणपत्र (MOT certificate) हुनु अत्यावश्यक हुन्छ ।

याद राख्नु पर्ने बुँदाहरु :

- सडकको देब्रे तर्फबाट गाडी हाक्नुहोस् ।
- राउन्डएबाउटमा दाहिने तर्फकालाई बाटो दिनुहोस् ।
- यदि लागुपदार्थ वा मदिरा सेवन गर्नु भएको छ भने गाडी नचलाउनु होस् ।
- गाडी चलाउँदा मोवाईल फोनको प्रयोग नगर्नुहोस् ।
- तोकिएको गति भन्दा तीव्र गतिमा गाडी नहाक्नुहोस् ।

वासस्थान

निजी तथा सामाजिक घरबेटीहरुले बस्ने घरहरु भाडामा दिने गर्दछन् । काउन्सिल र आवासीय संघ सँस्थाहरु सामाजिक घरबेटीहरु हुन् । तपाईलाई बस्ने घरको आवाश्यकता भए स्थानीय जिल्ला वा नगरपालिकाले तपाईलाई सरसल्लाह वा सुझाव दिन्छन् ।

यदि तपाईलाई घरबेटीले दुःख दिएको छ वा तपाईले भाडामा लिनु भएको निजी घर स्वास्थ्य तथा सुरक्षाको कारणले बस्न लायक छैन भने जिल्ला वा नगरपालिकाले तपाईलाई मद्धत गर्दछन् । जिल्ला वा नगरपालिकाले तपाईलाई थप बढि मद्धत पनि गर्न सक्नेछन् तर यो तपाईको आप्रवासन स्थितिमा निर्भर गर्दछ।

तपाई कुन जिल्ला वा नगरपालिकामा बस्नु भएको छ भनेर पत्ता लगाउन यस लेखको अन्त्यमा रहेको नक्शामा हेर्नुहोस् ।

काउन्सिल कर

तपाईले सायद आफ्नो जिल्ला वा नगरपालिकालाई काउन्सिल कर तिर्नु पर्ने हुन्छ ।

तपाई कुन जिल्ला वा नगरपालिकामा बस्नु भएको छ भनेर पत्ता लगाउन यस लेखको अन्त्यमा रहेको नक्शामा हेर्नुहोस् ।

फोहोर मैलाको निकाशा

जिल्ला तथा नगरपालिकाले तपाईको घर बाहिरबाट तपाईको घरेलु फोहोर मैला नियमित रुपमा जम्मा गरेर लैजान्छन् । पुनरावृत्तिकरण (recycle) गर्न सकिने फोहोर मैला पनि जम्मा गरिन्छ । तपाईले भिन्न भिन्न प्रकारका फोहोर मैलाहरु भिन्न भिन्न भाँडोमा जम्मा गर्नु पर्ने हुन्छ ।

कुन प्रकारका फोहोर मैला कुन भाँडोमा जम्मा गर्ने तथा कहिले यी फोहोर मैला लिन आँउनेछन् भनेर आफ्नो छिमेकी वा काउन्सिललाई सोध्नुहोस् । तपाई कुन जिल्ला वा नगरपालिका मा बस्नु भएको छ भनेर पत्ता लगाउन यस लेखको अन्त्यमा रहेको नक्शामा हेर्नुहोस् ।

सडकमा तपाईले चुरोटको ठुटो लगायत कुनै पनि प्रकारको फोहोर फाल्न सक्त मनाही छ। तपाईले फोहोर मैला जथाभावी फाल्न पाउनुहुन्न ।

दूरदर्शन वा टेलिभिजन

दूरदर्शन वा टेलिभिजन हेर्न वा यसबाट प्रसारित कार्यक्रम रेकर्ड गर्नको लागि वैद्य टिभीको अनुमतिपत्र (TV licence) को जरुरत पर्दछ ।

तपाईलाई टेलिभिजन, कम्प्युटर, मोबाईल फोन, गेम कन्सोल, डिजिटल बक्स वा डि.भि.डि./भि.एच.एस. रेकर्डर प्रयोग गरेर कार्यक्रमहरु हेर्नुको लागि टि.भि.लाईसेन्स चाहिन्छ ।

तपाईले टि.भि. लाईसेन्सको कर तिर्नको लागि हुलाकघर लगायत थुप्रै तरीकाहरु छन् । थप जानकारीको लागि तलको वेबसाईटमा हेर्नुहोस् : www.tvlicensing.co.uk

जन्म दर्ता

यदी तपाईको बच्चा जन्मिएको छ भने ४२ दिन भित्र दर्ता कार्यलयमा गएर जन्म दर्ता गराउनु पर्दछ । जन्म दर्ता निशुल्क गरिन्छ । त्यस बेला अन्य कुन कुन संस्थाहरुलाई तपाईको नानीको बारेमा जानकारी गराउनु पर्दछ भन्ने बारेमा सोध्नुहोस्।

काउन्टी काउन्सिललाई 01609 780780 मा फोन गरेर नजीकको कार्यलयमा एपोईन्टमेन्ट लिने बारेमा जानकारी लिनु होस् वा यस वेबसाईटमा हेर्नुहोस् : www.northyorks.gov.uk

साना नानीहरुका लागि मद्दत

बाल केन्द्रहरुले ५ बर्ष भन्दा मुनिका आमाबाबु वा रखवालाहरुलाई मद्दत पुर्याउँछन् । मानिसहरु भेट्न र साथी बनाउनको लागि यी ठाउँहरु ज्यादै उपयोगी छन् ।

नजीकको बाल केन्द्र पत्ता लगाउन काउन्टी काउन्सिललाई 01609 780780 मा फोन गर्नुहोस् वा यस वेबसाईटमा हेर्नुहोस् : www.northyorks.gov.uk

बिद्यालय

५ वर्ष देखि १७ वर्ष भित्रका सम्पूर्ण केटाकेटीहरुले बिद्यालय जान अनिवार्य हुन्छ। धेरै जसो केटाकेटीहरुले ४ बर्षको उमेरमा स्कूल जान शुरु गर्दछन्। बिद्यालयहरु निशुल्क हुन्छन् तर बिद्यालयको पोसाक भने आफैले किन्नु पर्ने हुन्छ।

काउन्टी काउन्सिलले तपाईको नानीको लागि स्कूल खोज्न मद्दत गर्दछ। काउन्टी काउन्सिललाई 01609 780780 ' मा फोन गरेर वा निम्न वेबसाईटमा आवश्यक जानकारी हेर्नुहोला :

www.northyorks.gov.uk

सामाजिक हेरचाहको लागि मद्दत

केही व्यक्तिहरुलाई दैनिक कार्यको लागि र सुरक्षित रहनको लागि मद्दतको जरुरी हुन्छ। केटाकेटीहरु, बृद्ध तथा अपाङ्ग व्यक्तिहरुलाई मद्दतको आवश्यकता पर्न सक्छ।

काउन्टी काउन्सिललाई 01609 780780 मा फोन गरेर वा तलको वेबसाईटमा गएर थप जानकारी लिन सक्नु हुन्छ :

https://www.northyorks.gov.uk/social-care-support

हामीहरु तपाईहरुलाई आवश्यक जानकारी दिएर मद्दत गर्न सक्दछौं। कहिले काही हामीहरुले सहयोग प्रदान गर्दछौं वा केही व्यक्तिहरुलाई रकम तिरेर पनि मद्दत गराउने गर्दछौं।

काम

यु.के. मा कामकाजको नीति ज्यादै जटिल छ। काम गराउने व्यक्तिले तपाईले काम गर्न सक्नु हुन्छ कि हुन्न भनेर जाँच गर्नु पर्दछ। स्वीसका नागरीक र धेरै जसो युरोपका बासिन्दाहरुले यहाँ काम गर्न सक्छन् तर अन्य देशका बासिन्दाहरुले अंक प्रणाली (Point system) अन्तर्गत आवेदन भर्नु पर्ने हुन्छ। थप जानकारीको लागि निम्न वेबसाईटमा हेर्न सक्नु हुन्छ : www.ukba.homeoffice.gov.uk

यु.के. मा काम गर्नको लागि तपाईलाई न्यासनल ईन्सुरेन्स नम्बरको आवश्यकता पर्दछ। यो प्राप्त गर्नको लागि रोजगार सेवा केन्द्रलाई 0345 600 0643 मा फोन गर्नु होला।

निम्न कुराको जानकारीको लागि पे एण्ड वर्क राईट (तलब र कामको अधिकार) को नम्बर ०८०० ९१७ २३६८ मा फोन गर्नु होला ।

- न्यूनतम तलब
- कृषि सम्बन्धि काम
- रोजगारी सँस्थाहरु
- कामको समय
- बैदेशिक मजदूरहरुलाई अस्थायी रोजगारी दिने व्यक्ति (ग्याङ्गमाष्टर)

काम र कानूनको बारेमा अन्य प्रश्न सोध्नको लागि ACAS लाई 0300 123 1100 मा फोन गर्नुहोस् ।

पे एण्ड वर्क राईट र ACAS ले तपाईसंग अन्य धेरै भाषामा कुरा गर्न सक्छन् ।

पैसा र भत्ताहरु

क-कसले भत्ता लिन सक्छ भन्ने चाहि अलि जटिल नियमहरु छन् । यी नियमहरु यूरोपेली आर्थिक क्षेत्रका र अन्य मूलुकहरुबाट यहाँ आउने मानिसहरुको निम्ति फरक छन् । जो मानिसले यहाँ केही समय देखि काम गरी रहेका छन् भने उनीहरुको निम्ति यी नियमहरु बदलिन सक्छन ।

यदि तपाईलाई यहाँ बस्ने अनुमति प्राप्त भएको छ तर सार्वजनिक कोषको उपभोग गर्न नपाउने भनिएको छ भने तपाईले धेरै जसो भत्ताहरु वा ट्याक्स् क्रेडिट वा घर भाडा खर्चको दावी गर्न सक्नु हुन्न । भत्ताको बारेमा जानकारी पाउन यस वेबसाईटमा हेर्न सक्नु हुन्छ : www.gov.uk

तपाईले नागरिक सुझाव विभाग CAB (Citizens advice Bureau) बाट निशुल्क स्वतन्त्र सल्लाह पाउन सक्नु हुन्छ । उनीहरुको वेबसाईट www.adviceguide.org.uk मा केही सुझावहरु विभिन्न भाषाहरुमा पाउन सक्नु हुन्छ ।

तपाईं स्थानीय नागरिक सुझाव विभाग CAB कार्यलयमा पनि जान सक्नु हुन्छ । स्थानीय कार्यालय पत्ता लगाउन वेबसाईटमा हेर्नुहोस् वा कुनै पनि पुस्तकालयमा सोध्न सक्नु हुन्छ ।

तपाईले 03444 111 444 मा CAB लाई फोन गर्न सक्नु हुन्छ । तपाईलाई अर्को नम्बरमा फोन गर्न पनि भनिन सक्छ ।

जिल्ला/काउन्सिलको सीमा रेखा देखाईएको नर्थ योर्कशायर काउन्टी काउन्सिलको भू-भाग