ནེཡུ་ཡོཀ་གནས་སྤྱོས་པའི་ལམ་སྟོན་དཔྱད་གཞི་ཞིག

ནེཡུ་ཡོཀ་པ་ཚང་མས་ཞེད་སྣང་མེད་པར་རོགས་རམ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་འཚོལ་ཆོག་གི་རེད།

Mayor's Office of Immigrant Affairs

གནས་སྤྱོས་པའི་ཁྲིམས་མཐུན་རོགས་རམ།

ཞལ་གྱངས་ **800-354-0365** འདི་ཀྱིད་བརྒྱུད་ActionNYCནས་གཟའ་བཀྲ་བ་གནས་པ་སལས་བར་ཞོགས་པ་ཚུཚོད9:00ནས་ཕྱི་དྲོ6:00བར་བར་གཏམ་རོགས། འདི་ནས་རིན་མེད་དང་ གནས་སྤྱོས་ཁྲིམས་མཐུན་རོགས་རམ་ཞུ་གི་ཡོད། རོགས་རམ་དེ་རིགས་རིས་པར་དུ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པ་དང་། གཞུང་གི་ཁྲིམས་རྩོད་པའི་ལག་འཁྱེར་ཡོད་པའི་ངོཚན་ཁོ་ན་འཚོལ་དགོས།

གནས་སྤྱོས་པའི་ནང་མིར་རྒྱབ་སྐྱོར།

འཕྲོད་བསྟེན་ལྷ་རྟོགས།

- རིམས་ནད COVID-19དང་འཇེལ་སྟོན་འགོག་སྨན་ཁབ་འཚོབ་པ། ལྷ་རྟོགས། བཏུག་དཔྱད་སོགས་ཀྱི་ཕྱིར་ཀྱི་གནས་སྤྱོས་གནས་སྟངས་ལ་དོཁོག་འགྲོ་གི་མེད། ཕྱིར་ཀྱི་ཉེ་འཁྱིས་ཀྱི་བཏུག་དཔྱད་ལས་ཆོགས་འདི་ནས་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད། **nyc.gov/covidtest** ཡར་ནས་ཁ་པར་གཏོང་། **212-COVID19 (212-268-4319)**.
- འཕྲོད་བསྟེན་འགན་བཅོལ་ལ་ཐོ་འགོད་བྱེད་དགོས། དེའི་ནང་དུ་འདིའི་རིན་མེད་འགན་བཅོལ་ཡར་ཚུར་ཡོད་ **nyc.gov/getcoverednyc** ཡར་ནས་ཁ་པར་གཏོང་། **311** གལ་སྲིད་ཕྱིར་རང་འགན་བཅོལ་ཀྱི་ ཆ་ཤུན་ཚང་གི་མེད་ན**NYC Care**ཡིས་ཕྱིར་ལ་རིན་འབབ་ཆུང་དུ་ཆགས་རིན་མེད་བར་ཀྱི་ཞབས་ཞུ་འགན་ལེན་བྱེད། གནས་སྤྱོས་གནས་སྟངས་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་མེད། ཁ་པར་གཏོང་ **646-NYC-Care (646-692-2273)** ཡར་ནས་བྱ་ཚོགས་ལ་ཕེབས། **nyccare.nyc**.
- གཙོ་ཤུགས་ཆེ་བྱས་པའམ་དངས་འཚོལ་སྐྱོས་ཀྱི་འདུག་གམ། ཕྱིར་ཀྱིས**NYC Well**ལམ་སྟོན་པར་འཇེལ་གཏུགས་ཅན་ནས་གསང་བའི་ངང་རྒྱབ་སྐྱོར་འཚོལ་ཆོག་ཅིང་ཞེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་ལྷ་རྟོགས་ཞུ་རྒྱ་དཔྱད་ས་སོགས་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་ཡོད། བྱ་ཚོགས་ལ་ཕེབས་རོགས། **nyc.gov/nycwell** ཁ་པར་གཏོང་། **888-NYC-Well (888-692-9355)** ཡར་ནས་ WELL ཞལ་གྱངས་འདིར་ **65173** འཕྲིན་ཐུང་བསྐུར་རོགས།

ཤེས་ཡོན།

- ཐུ་གུ་རང་ལོ4ཐིན་པ་རྩམས་སྟོན་འགྲོ་Pre-Kལ་འགྲོ་ཆོག་ཅིང་ཚོང་ཚོ་རང་ལོ21བར་མི་དམངས་སློབ་ཁུ་ཞུགས་ཆོག ཐེ་ཁུལ་ཁ་ཕས་ལ་རང་ལོ3ཐུ་གུ་ཡར་སྟོན་འགྲོ་ "3-K"ལ་འདར་ཞུགས་ཆོག་པ་དེ་འདྲ་ཡོད་ཕྱིན། ཐོ་འགོད་ཆེད་འདིར་ཕེབས། **schools.nyc.gov/enrollment** ཡར་ནས་འདིར་ཁ་ཕར་གཏོང་། **311**.
- ཕྱིར་ཀྱིས་We Speak NYCབཀྲྱད་རིན་མེད་དང་དཔྱིན་སྐད་སྟོང་ཆོག ལམ་མེད་དཔྱིན་སྐད་སྟོང་འདོད་པ་དག་གིས་དུ་ཚོགས་འདིར་ཕེབས་ **wespeaknyc.cityofnewyork.us** ནས་དུ་ ཐོག་གི་གླིང་མོལ་འཛིན་གྱར་ཞུགས་ཆོག

ཟ་དྲག་གི་ཟ་ཚས།

- དེར་རིན་མེད་ཀྱི་ཚལ་རིགས་དང་། ཤ་ལལ། ཀོ་ཤིར་ཟས་རིགས་བཅས་ནེཡུ་ཡོཀ་གི་ས་ཆོགས་ཁག་ཏུ་ཡོད། ནེཡུ་ཡོཀ་པ་ཆ་ཤུན་ཚང་ཁག་ལ་ཕྱིལ་ལ་རྒྱལ་མཐུན་འགྱུར་ཡར་ཡོད། དེ་འབྲེལ་ཇི་མར་ཤེས་རྟོགས་ཆེད་འདི་གཟིགས་ **nyc.gov/getfood** ཡར་ནས་འདིར་ **311** བཏང་ནས་ "Get Food"ཞེས་བརྗོད་དགོས།

ངཚོའི་སྒྲི་ཆོགས་བདེ་འཇགས་ཉར་ཚགས།

མངའ་ཚོགས་བདེ་འཇགས།

- ཁྲིམས་སྲོག་ནས་ནེཡུ་ཡོཀ་ཉེན་རྟོག་པ་NYPDཡིས་ཉེས་གསོག་པའི་གནས་སྤྱོས་གནས་སྟངས་འདི་ཆོག་གི་མེད། དེ་ཁཞི་རོགས་རམ་འཚོལ་མཁན་ཁུངས་ཀྱི་ནང་བཅན་ཐེག་མཛོངས་རེད། སྲ་ལའང་གཞོད་འཚེ་ཕོག་པའམ་ཡར་ནས་ཉེས་དོན་ཞུ་ཤིག་ཡར་ཁ་ཕར་གཏོང་། **911**.

རིགས་རྒྱས་དབྱེ་འབྱེད་འགོག་སྲུང་།

- རིགས་རྒྱས་དང་ཆོས་ལུགས། དེ་བཞིན་གནས་སྤྱོས་གནས་སྟངས་སོགས་གཞིར་བཅོལ་ནས་དབྱེ་འབྱེད་དང། ཏོལ་བརྟུ། བཟློས་བཅོས་སོགས་བྱེད་པ་ནི་ནེཡུ་ཡོཀ་གྲོང་ཁྱེར་ཁྱབ་བསམ་མེད་པ་ཞིག་རེད། བཟློས་བཅོས་དང་དབྱེ་འབྱེད་བྱུང་ཆོ་ནེཡུ་ཡོཀ་འགྲོ་བ་མི་རིའི་ཐོག་ཐར་ལྟན་ཁང་། NYC ཁ་པར་གཏོང་། **212-416-0197**.

IDNYC

- IDNYCནི་རིན་མེད་དང་རང་ལོ་10ཡན་ཐིན་པའི་ནེཡུ་ཡོཀ་པ་ཀུན་ལ་ཞུན་ནས་སྤྲད་པའི་འདྲ་པར་ཡོད་པའི་ངོ་སྤྲོད་ལག་ཁྱེར་ཞིག་རེད། ལག་ཁྱེར་དེ་ཀྱིད་བཀྲྱད་ཀུན་ཞུད་ཀྱི་ཞིག་ནས་ཁྱེ་དང་ཆུ་ལ་ཡར་དུ་ལ་ཞིག་གི་ཐོག་ཐར་རིགས་གི་ཡོད། IDNYCཞུ་སྒྲན་ཕྱལ་ལ་མཁན་རྩམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རྩམས་གསར་བ་རེད། གནས་སྤྱོས་གནས་སྟངས་ལ་ ཁྱད་པར་མེད། དེ་ཐོག་ནས་ཁ་པར་འགྱུར་ནས་དགོས་པར་དུ་ **nyc.gov/idnyc** ཐོ་འགོད་བྱེད། ཡར་ནས་ཁ་ཕར་ གཏོང་། **311**.

ཁྱིམ་ཀྱི་རྒྱུག་སྟོང་དགོས་ཁག་ལྟད་।

- གལ་སྲིད་ཁྱེད་རང་བརྟན་བཅོས་ཐུང་ཁཞིན་ཡོད་ན་གོང་ཁྱེར་ཁྱིམ་ཁྱེད་ལ་རོགས་རམ་བྱེད། ཁྱེད་ཀྱིས་དུ་ཚོགས་ **nyc.gov/nychope** འདིར་ཕེབས། ཡང་ NYC's ཁྱིམ་ཀྱི་རྒྱུག་སྟོང་རོགས་རམ་ཞལ་གྱངས་ལ་ **800-621-HOPE** 'འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད།

ཁྱེད་ལ་ཐོབ་ཐང་ཡོད།

ICEདང་ལྷན་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཤེས་པར་བྱོས། (གནས་སྤྱོས་དོ་ལ་འཚོལ།)

- Cityཡིས་གནས་སྤྱོས་ཏོན་འཚོལ་ཤུགས་སྟོན་རྒྱག་གི་མེད། གལ་སྲིད་ཁྱེད་ལ་དགོས་གནས་སྤྱོས་དོ་དམ་པས་ འཕྲལ་གཏུགས་ཅན་ཆ་ཁྱེད་ལ་ཐོབ་ཐང་ཡོད། འདིར་ཕེབས་ **nyc.gov/knowyourrights** ཡར་ནས་ ActionNYCའདིར་ཁ་པར་བཏང་ **800-354-0365** ནས་གནས་སྤྱོས་བའི་འཇགས་ཀྱི་རིན་ མེད་རོགས་རམ་འཚོལ།

ཁང་གླུ་ལེན་མཁན་གྱི་ཐོབ་ཐང་།

- གལ་སྲིད་ཁྱེད་རང་ཁང་གླུ་ལེན་ནས་སྟོང་ཀྱི་ཡོད་པའམ་ཡར་ནས་ཁང་བདག་དང་ལྷན་ཁང་གླུའི་དུས་ཡུན་ཡར་འགྱངས་ སོགས་ལ་དཀའ་ངལ་འཕྲད་ཆེ། འདིར་ཕེབས**nyc.gov/tenantprotection** ཡར་ནས་འདིར་ཁ་ ཕར**311** བཏང་ནས་"tenant helpline"ཞེས་བརྗོད་ནས་རིན་མེད་རོགས་རམ་འཚོལ། སྟོད་ཁང་གི་ རོགས་རམ་འཕར་མ་དཀོས་ན་འདིར་ཕེབས། **nyc.gov/housing**.

ལས་མི་རིའི་ཐོབ་ཐང་།

- ཁྱེད་ལ་ནེཡུ་ཡོཀ་གྲོང་ཁྱེར་ཁྱིམ་ལུགས་འོག་ལྷུ་ཡོད་ནད་དགོས་ཞུ་རྒྱའི་ཐོབ་ཐང་ཡོད། འདིར་གནས་སྟོས་ གནས་སྟངས་ཁྱད་མེད་རེད། གནས་སྤྱོས་ནེཡུ་ཡོཀ་པ་ལས་ཀའི་བདག་ཐོབ་ཡོད་རིགས་གཅིག་བྱས་ན་ལས་ཤོར་བའི་ འགན་བཅོལ་ཐོབ་ཐང་ཡོད་སྲིད། འདིར་ཕེབས། **nyc.gov/workers** དཔྱད་གཞི་ཇི་མངམ་ཆེད་དམ་ཡང་ན་ འདིར་ཁ་ཕར་གཏོང་། **212-436-0381**.

Ask MOIA རོགས་རམ་འབྲེལ་གཏུགས།

- གལ་སྲིད་ཁྱེད་ལ་གནས་སྟོས་ནམ་ཡང་ནས་ཁྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་ཞབས་ཞུ་ཐུ་རྒྱ་དང་འབྲེལ་ཡོད་དགོས་དྲི་ ཡོད་ཆེ། རོགས་རམ་དེ་ཀྱིད་ཁྱེད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནང་ཡོད། ཐོན་དངོས་ཡོན་གནས་སྟོས་ལྷན་ཁང (MOIA)ཡི་ཞལ་གྱངས་ **212-788-7654** ལ་འབྲེལ་བ་ཐུགས། རེས་གཟའ་བརྒྱ་བ་ནས་པ་སལས་བར། ཞོགས་པ་ཚུཚོད9:00ནས་ ཕྱི་དྲོ5:00བར། ཡང་ནས་འདིར་ **askmoia@cityhall.nyc.gov** བློག་འཕྲིན་ཕེར།