मुफ्त

जर्सी सिटी
में आपका स्वागत है

आप्रवासियों के लिए संसाधन मार्गदर्शिका

#HealthierJC

अप्रवासी मामलों का विभाग (Division of Immigrant Affairs)
स्वास्थ्य और मानव सेवा का विभाग (Department of Health and Human Services)
DR.MARTIN LUTHER KING, JR. CITY HALL ANNEX
1 JACKSON SQUARE | JERSEY CITY, NJ 07305

नयी महामूर्ति

इस ज़मीन पर दूर तक विजयोल्लास के साथ फैले, प्रसिद्ध यूनानी महामूर्ति की तरह नहीं;
यहाँ हमारे सागर में सराबोर, सूर्यास्त की झलक में वह शक्तिशाली महिला एक मशाल लिए खड़ी है, जिसकी लौ रोशनी में लिपटी है, और उसका नाम अनाश्रितों की ममतामयी मूरत है।
उसके रोशनी से जगमगाता हाथ
दुनिया भर के स्वागत में उठा है;
उसकी सौम्य आँखें
हवाई-पुल वाले बंदरगाह से सटे जुड़वा शहर को निहारती हैं।
"अपनी प्राचीन भूमि को, वैभव की गाथा बने रहने दो!" वह बंद होंठों से यही कहती है।
"मुझे अपने पस्त, दीन-दुखी,
उदासी में आहें भरते जन-समुदाय दो जो अब उन्मुक्त सांसों के साथ जिएं,
तुम्हारे लहराते तट से परित्यक्त दीन-दुखियों को।
इन बेघरों को यहां भेजो,
मेरी आगोश में समाने के लिए,
मैं अपनी मशाल स्वर्ण द्वार के पास उठा चुकी हूं!"
- एम्मा लज़ारस
2 नवंबर, 1883

न्यूयॉर्क और न्यू जर्सी राज्यों के बीच न्यूयॉर्क बंदरगाह में स्थित एलिस द्वीप, कभी प्रवेश बंदरगाह था जो 1982 से 1954 तक एक आप्रवासी निरीक्षण स्थल के रूप में काम करता था। एलिस द्वीप ने यूरोप से आने वाले प्रवासियों की नई शुरुआत के लिए एक प्रवेश द्वार के रूप में काम किया।

एलिस द्वीप के पास, स्टेच्यू ऑफ
लिबर्टी संयुक्त राज्य अमेरिका की यात्रा कर रहे प्रवासियों को सबसे पहले दिखने वाली चीजों में से एक थी। स्टैच्यू ऑफ़ लिबर्टी हडसन नदी में स्वतंत्रता के प्रतीक के रूप में खड़ी है। लेडी लिबर्टी अमेरिकी क्रांति के दौरान फ्रांस और संयुक्त राज्य के बीच गठबंधन का सम्मान करने के प्रति फ्रांस से एक उपहार था। यह स्मारक दुनिया भर के सभी नए आगंतुकों के लिए आशा की चकमनी किरण के रूप में काम करता है।

इस प्रकाशन में उपलब्ध सामग्री केवल सामान्य सूचना के उद्देश्य से दी गयी है, जो किसी कानूनी सलाह के रूप में नहीं है, और यह पूर्ण या अद्यतित होने की गारंटी नहीं है। यह प्रकाशन आपके और जर्सी सिटी के बीच एक विधिवक्ता-ग्राहक संबंध बनाने के लिए नहीं है, और आपको किसी विधिवक्ता की सलाह के बिना इस प्रकाशन में उपलब्ध किसी भी जानकारी पर कार्रवाई करना निर्भर रहना नहीं चाहिए।

विधिवक्ता की सेवा लेना एक महत्वपूर्ण निर्णय है जो पूरी तरह से सूचना के किसी एक स्रोत पर आधारित नहीं होना चाहिए।

इस प्रकाशन में जनता के लिए उपलब्ध अन्य संसाधनों के संदर्भ हैं। वे संदर्भ अन्य संसाधनों की पहचान करने और ढूंढने में आपकी सहायता करने के लिए दिए गए हैं, जो आपकी रुचि के हो सकते हैं और इनका उद्देश्य यह बताना नहीं है कि जर्सी सिटी प्रायोजकों का यह शहर संबद्ध संस्थाओं का समर्थन करता है, या उनके साथ संबद्ध है, और न ही जर्सी सिटी शहर कानूनी रूप से किसी भी व्यापार नाम, पंजीकृत ट्रेडमार्क, लोगो, कानूनी या आधिकारिक मुहर, या प्रकाशनाधिकार प्रतीक का उपयोग करने के लिए अधिकृत है जो इस प्रकाशन में परिलक्षित हो सकता है।

जर्सी सिटी, उसके सहयोगी या स्वयंसेवक किसी भी तरह इस प्रकाशन के उपयोग से जुड़े किसी भी तरह से प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष, दंडात्मक, आकस्मिक, विशेष या परिणामकारी क्षति के लिए उत्तरदायी नहीं होंगे।

महापौर का एक संदेश

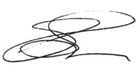
स्टीवन एम. फुलप

12 मिलियन से अधिक आप्रवासियों ने पहली बार यू.एस. की ज़मीन पर यहीं जर्सी शहर में ही कदम रखा। यह हमारे देश के अतीत का एक विशेष हिस्सा है जिसका केवल हम ही दावा कर सकते हैं। दशकों तक, एलिस आइलैंड ने एक आप्रवास स्थल के रूप में कार्य किया, स्थानीय समुदाय का हिस्सा बनने के लिए विभिन्न जातीय पृष्ठभूमि के नए लोगों का स्वागत किया। मुझे गर्व है कि यह परंपरा जारी है, कि अमेरिका का स्वर्णद्वार खुला रहता है, और जर्सी सिटी एक ऐसा घर है जो कई लोगों को आश्रय, अवसर, और आशाएं प्रदान करता है।

एक नए घर में जीवन-यापन अक्सर संघर्ष और कठिनाई से भरा हो सकता है। मेरे माता-पिता को कई अड़चनें आईं, जब वे न्यू जर्सी में नया जीवन शुरू करने के लिए रोमानिया छोड़ दिया था। मेरे दो भाइयों और मैंने हमारे पिता के खाद्य-भंडार में काम किया, जबकि मेरी माँ ने नेवार्क में प्रवासियों की सहायता के लिए एक कार्यालय खोला। मेरे माता-पिता जैसे मुझे हमेशा याद दिलाते हैं कि हर कोई बेहतर जीवन के अवसर पाने का हकदार है।

आज, मेयर के रूप में मेरा काम मुझे विभिन्न तरीकों से लोगों की सहायता करने का अवसर देता है, जिसमें स्वयं और उनके परिवारों के लिए एक नया जीवन जीने की कोशिश करने वाले प्रवासियों की सहायता करने के प्रयास शामिल हैं। मेरे सबसे अधिक गर्व होने के उदाहरणों में से एक वह है जब मैंने जर्सी सिटी को आश्रयस्थल शहर बनाने वाले एक कार्यकारी आदेश पर हस्ताक्षर किए, लेकिन वे महत्वपूर्ण सुरक्षा उपाय केवल सुदृढ़ सेवाओं और अनुकंपा-युक्त समर्थन के साथ ही कारगर होते हैं। आप्रवासियों के लिए आपके हाथों में मौजूद यह संसाधन मार्गदर्शिका हमारी इस प्रतिज्ञा का प्रतीक है कि हम जर्सी सिटी के निर्माण के लिए और आपको आमंत्रित करने के लिए, संभवत: अपने सामुदायिक भागीदारों के साथ मिलकर काम करेंगे।

आपका,



स्टीवन एम. फुलप
महापौर
जर्सी सिटी शहर

स्टेसी ली फ्लैनागन का एक संदेश

स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग (Department of Health and Human Services) **की निदेशक**

स्वास्थ्य विभाग के निदेशक के रूप में, मेरे लिए जर्सी सिटी के निवासियों के स्वास्थ्य और भलाई से ज्यादा महत्वपूर्ण कुछ भी नहीं है। लेकिन स्वास्थ्य हमारे खान-पान और हमारे व्यायाम से कहीं कुछ अधिक है। हमारा समग्र स्वास्थ्य हमारे दैनिक जीवन के हर भाग से निर्धारित होता है: हमारी नौकरी, हमारे घर, हमारा वातावरण, हमारी सुरक्षा की भावना। नए प्रवासियों के लिए, स्वास्थ्य को बढ़ावा देने वाले तरीके अस्तित्व में लाने की कोशिश करना विशिष्ट रूप से चुनौतीपूर्ण हो सकता है।

स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग यह मानता है कि आप जर्सी सिटी के स्वास्थ्य के लिए आवश्यक हैं, यही कारण है कि आप्रवासी मामलों का विभाग हमारे संगठन का हिस्सा है। सार्वजनिक और गैर-लाभार्थी सेवाओं का उपयोग, शहर की सरकार के साथ आपका सहयोग, हमारे समाज में आपका योगदान हम सभी को स्वस्थ और खुश रहने में सहायता करता है। एक ऐसे शहर में जहां हर पांच में से दो निवासी दूसरे देश में पैदा हुए थे, अप्रवासियों का स्वास्थ्य बड़े पैमाने पर शहर के सार्वजनिक स्वास्थ्य का एक मापदंड होता है। आपकी सफलता जर्सी सिटी की सफलता है।

आप्रवासियों के लिए यह संसाधन मार्गदर्शिका आपको हमारे शहर द्वारा प्रदान एवं पेश की जाने वाली कई सेवाओं का पूरा लाभ उठाने के लिए प्रोत्साहित करती है। हमारे आप्रवासी मामलों के प्रभाग की टीम ने इस मार्गदर्शिका को संकलित किया है क्योंकि हम समझते हैं कि आपकी ज़रूरतें विविधतापूर्ण हैं, और आपकी समृद्धि की संभावना असीम है। आपका स्वास्थ्य आहार और व्यायाम से बहुत अधिक है, और आपका भविष्य जर्सी सिटी के भविष्य से जुड़ा है, एक ऐसा शहर जहां सभी का स्वागत है। आइए एक साथ #HealthierJC का निर्माण करें।

आपकी,

स्टेसी ली फ्लैनागन
निदेशक
जर्सी सिटी स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग (Jersey City Department of Health and Human Services)

माइक मैकलीन का एक संदेश

आप्रवासी मामलों के प्रभाग के निदेशक

जर्सी सिटी आप्रवासियों के एक राष्ट्र में आप्रवासियों का एक शहर है। यह आपका शहर है, और आपकी अखंडता और सफलता से हम सभी को सहायता मिलती है। कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप कहाँ से हैं, आप कौनसी भाषा बोलते हैं, या आपकी आप्रवास स्थिति क्या है, जर्सी सिटी ऐसा शहर है जो आपका स्वागत करता है।

आप्रवासी मामलों के प्रभाग और हमारे समुदाय के साथी आपकी यात्रा में आपकी सहायता और साथ देने के लिए उत्सुक हैं। इस संसाधन मार्गदर्शिका में वर्णित हर एक संगठन के पीछे, आपकी सहायता के लिए तैयार लोग हैं। हर एक सूचना पैनल में, वह ज्ञान है जिसका उपयोग आप अपने और अपने समुदाय की सहायता करने के लिए कर सकते हैं।

- ✓ यह मार्गदर्शिका अपने साथ ले लें।
- ✓ अपने नए समुदाय को जानने के लिए इस मार्गदर्शिका का उपयोग करें।
- ✓ इस मार्गदर्शिका को अपने मित्रों और परिवार के साथ साझा करें।
- ✓ फोन कॉल्स करने और कार्यालयों का दौरा करने में संकोच न करें।

और हमेशा की तरह, आप्रवासी मामलों की प्रभाग टीम को कॉल करने में आपका स्वागत है। जब आप सहायता चाहते हैं, तो हम सभी को सहायता मिलती है।

आपका,

माइक मैकलीन
निदेशक
आप्रवासी मामलों का प्रभाग (Divison of Immigrant Affairs)

STAPLES
SOCIAL SECURITY

seca

विषय - सूची

सरकारी सेवाएं 08

कानूनी सेवाएं 15

चिकित्सा सेवाएं 31

आवास और नौकरियां 41

ESL और वयस्क शिक्षा 49

शरणार्थी और आश्रयी सेवाएं 59

आप्रवासी युवा 65

LGBTQ+ सेवाएं 71

स्वयंसेवा करें और जुड़ें 73

वित्तीय साक्षरता 79

परिवहन और सामान्य ज़रूरतें 85

परिशिष्ट 89

सरकारी सेवाएं

9-1-1 आपातकालीन दूरसंचार सेवा

किसी भी तरह की आपात-स्थिति होने पर 9-1-1 टेलीफोन नंबर पर आपको कॉल करना चाहिए। आपात स्थिति के उदाहरणों में आग, गंभीर चोट, साँस लेने में कठिनाई, हिंसा और डकैती शामिल हैं।

- 9-1-1 पर केवल आपातकालीन सहायता के लिए कॉल करें
- यदि आप अंग्रेजी नहीं बोलते हैं, तो वह भाषा बताएं जिसमें आप ऑपरेटर से बात करते हैं
- आपात-स्थिति का स्थान और विवरण दें
- सहायता आने तक फोन पर बने रहें

नि:शुल्क

केवल आपातकालीन कॉल: 9-1-1
जर्सी सिटी पुलिस विभाग (Jersey City Police Department) को गैर-आपातकालीन कॉल: **201-547-5477**

कोई आपात स्थिति होने पर मुझे किसे फोन करना चाहिए?

किसी आपात स्थिति के लिए, सहायता के लिए हमेशा 9-1-1 पर कॉल करना सबसे अच्छा है। 9-1-1 पर कॉल किसी भी फोन से किया जा सकता है और हमेशा नि:शुल्क होता है। टेक्स्ट संदेश 9-1-1 पर भी भेजे जा सकते हैं, लेकिन आपातकालीन सेवाओं से संपर्क करने के लिए एक फोन कॉल सर्वसामान्य और विश्वसनीय तरीका है। ऑपरेटर को अपना सटीक स्थान बताएं और आपात-स्थिति का वर्णन करें। आपके आपात-स्थिति के प्रकार के आधार पर, एक पुलिस कार, एम्बुलेंस, और/या फायर ट्रक को आपके स्थान पर भेजा जाएगा। आपातकालीन सेवाओं के आने तक फोन बंद न करें।

जहां आपात-स्थिति हो, वहां सभी लोगों को 9-1-1 पर कॉल करने के लिए प्रोत्साहित किया गया है। फोन करते समय आपसे आपकी आप्रवास स्थिति नहीं पूछी जाएगी। यदि आप अंग्रेजी संप्रेषण में असमर्थ हैं, तो आप जो भाषा बोलते हैं उसे बोलें और इसके लिए कोई दुभाषिया दिया जाएगा।

आपात-स्थिति में और कौन प्रतिक्रिया कर सकता है?
यूनाइटेड रेस्क्यू जर्सी सिटी (United Rescue Jersey City) विशिष्ट प्रशिक्षण और उपकरणों के साथ स्वयंसेवक चिकित्सा-सहायकों की एक टीम है जो चिकित्सा पर प्रतिक्रिया दे सकती है पैदल या उनके निजी वाहनों में आपात स्थिति। वे बहुत मूल्यवान हैं, क्योंकि एम्बुलेंस आने से पहले वे अक्सर प्रतिक्रिया कर सकते हैं। अधिक जानकारी के लिए, www.UnitedRescue.us देखें। एक अन्य स्थानीय संगठन कम्युनिटी आपात-स्थिति रिस्पांस टीम (Community Emergency Response Team (CERT)) है, जो उन स्वयंसेवकों से बनी है जो प्राकृतिक आपदाओं जैसे बड़े पैमाने पर आपात स्थितियों पर प्रतिक्रिया करते हैं। अधिक जानकारी के लिए, jwoods@hcnj.us या **201-369-5200** से संपर्क करें।[1]

मुझे पुलिस की अपेक्षा हो, तो क्या किया जाए, लेकिन यह आपात-स्थिति नहीं है?
यदि आप किसी ऐसे मुद्दे के लिए पुलिस से संपर्क करना चाहते हैं जो आपात-स्थिति नहीं है, तो आपको जर्सी सिटी पुलिस विभाग को **201-547-5477** पर कॉल करना चाहिए। गैर-आपात स्थितियों जैसे कि शोर की शिकायतों या बाढ़ग्रस्त सड़क की रिपोर्ट करने के लिए, 201-547-4239 पर जन सुरक्षा विभाग से संपर्क करें। यदि आपके पास ऐसी जानकारी है जिसका उपयोग कोई अपराध रोकने के लिए किया जा सकता है, लेकिन आप गुमनाम रहना चाहते हैं, तो **201-547-5245** या policetips@njjcps.org पर जर्सी सिटी पुलिस टिप लाइन से संपर्क करें।[2]

जर्सी सिटी पुलिस की कोई कार आपकी आपात-स्थिति के स्थान पर आ सकती है। जर्सी सिटी पुलिस आपके आप्रवास की स्थिति नहीं पूछेगी।

जब आप चिकित्सा आपात-स्थिति के साथ 9-1-1 पर कॉल करते हैं, तो एक एम्बुलेंस से पहले एक यूनाइटेड रेस्क्यू स्वयंसेवक प्रतिक्रियाकर्ता आ सकता है।

जर्सी सिटी पुलिस विभाग (Jersey City Police Department) गैर-आपातकालीन प्रेषक

जर्सी सिटी पुलिस विभाग (Jersey City Police Department) गैर-आपातकालीन प्रेषक फोन नंबर है जिस पर आपको उन गैर-आपात स्थितियों के लिए कॉल करना चाहिए, जिन्हें पुलिस के ध्यान देने की अपेक्षा हो। शोर, घरेलू उपद्रव, या संदिग्ध गतिविधि रिपोर्ट करने के लिए कॉल करें। जर्सी सिटी पुलिस से संपर्क करने पर आपसे आपकी आप्रवास स्थिति नहीं पूछी जाएगी। यदि आपकी कोई आपात स्थिति है, तो 9-1-1 पर कॉल करें।

- गैर-आपातकालीन समस्याएं पुलिस को रिपोर्ट करें
- अपने पड़ोस की संदिग्ध गतिविधि रिपोर्ट करें
- ऐसी कोई भी सूचना रिपोर्ट करें जिसका उपयोग अपराध या खतरे को रोकने के लिए किया जा सकता है

201-547-5477

policetips@njjcps.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, अन्य विदेशीभाषाएं

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

आप्रवासी मामलों का विभाग (Division of Immigrant Affairs (DIA)) - जर्सी सिटी शहर

आप्रवासी मामलों का विभाग (Division of Immigrant Affairs (DIA)) सहायता और जर्सी सिटी में रहने वाले सभी प्रवासियों का स्वागत करने हेतु समर्पित है। यह संसाधन मार्गदर्शिका प्रकाशित करने के अलावा, हम कुछ नागरिकता आवेदनों और ग्रीन कार्ड नवीकरणों के साथ नि:शुल्क सीमित सहायता प्रदान करते हैं। हम कानूनी सलाह नहीं दे सकते, लेकिन हम आपको गैर-लाभार्थ कानूनी सहायता और कई अन्य सेवाओं से जोड़ सकते हैं।

- नागरिकता के लिए आप्रवास प्रपत्र भरने की नि:शुल्क सहायता लें
- कई सेवाओं से जुड़ें
- नागरिकता परीक्षा के लिए नि:शुल्क जानकारी और संसाधनों तक पहुंच पाएं

Dr. Martin Luther King, Jr. City Hall Annex
1 Jackson Square,
Jersey City, NJ 07305

201-547-6800

JCDIA@jcnj.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, अरबी, अन्य विदेशी भाषाएँ

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

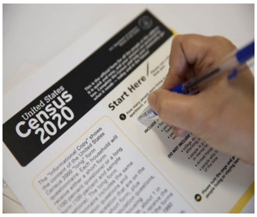
अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

अमेरिकी जनगणना इतनी महत्वपूर्ण क्यों है?

जनगणना तब होती है जब सरकार संयुक्त राज्य अमेरिका में रहने वाले हर एक व्यक्ति की संपूर्ण गणना करती है। जनगणना हर 10 वर्ष में होती है, और सभी लोगों को उनकी आप्रवास स्थिति को अनदेखा करके गिना जाता है। सरकार तब जनगणना का उपयोग यह निर्धारित करने के लिए करती है कि वह स्कूलों, पुलिस, अग्निशमन विभागों और सार्वजनिक स्वास्थ्य के लिए शहरों को कितना पैसा दे। सरकार जनगणना का उपयोग यह निर्धारित करने के लिए करती है किसी ज्ञात जनसंख्या के लिए कितने निर्वाचित प्रतिनिधि आवश्यक हैं। कमजोर समूहों की सेवा कैसे करें, यह निर्धारित करने के लिए गैर-लाभार्थी संगठन जनगणना का उपयोग करते हैं। यहां तक कि निगम भी स्टोर, कार्यालय और रेस्तोरां बनाने की योजना के लिए जनगणना का उपयोग करते हैं। जब निवासी जनगणना के प्रपत्र भरने में विफल हो जाते हैं, तो उनका समुदाय संसाधनों का उचित हिस्सा खो सकता है और अपने भविष्य से समझौता कर सकता है।[4]

यदि मैं नागरिक नहीं हूं, या मेरे पास उचित आप्रवास दस्तावेज नहीं हैं तो क्या होगा?
सबसे पहले, यदि आप संयुक्त राज्य में रहते हैं, तो आपको एक जनगणना प्रपत्र भरना कानूनन आवश्यक है, भले ही आप नागरिक या दस्तावेज-प्राप्त आप्रवासी न हों। दूसरा, संघीय कानून के शीर्षक 13 के अनुसार, आपके द्वारा जनगणना प्रपत्र में भरी गई जानकारी प्रकाशित नहीं हो सकती, न्यायालय में उपयोग नहीं की सकती, या जनगणना ब्यूरो के अलावा किसी भी अन्य सरकारी एजेंसी द्वारा नहीं देखी जा सकती है। जनगणना ब्यूरो सांख्यिक गणना और डेटा के व्यापक विश्लेषण प्रदान करने के लिए केवल जनगणना जानकारी का उपयोग कर सकता है; उसे आपकी व्यक्तिगत जानकारी का उपयोग करने की अनुमति नहीं है।[5]

मैं जनगणना प्रपत्र कैसे भर सकता हूं?
जनगणना 1 अप्रैल, 2020 से शुरू होती है और हर 10 वर्षों में दोहराई जाती है। आप जनगणना प्रपत्र ऑनलाइन या फोन या मेल से कई अलग-अलग भाषाओं में भर सकते हैं। क्योंकि आपकी प्रतिक्रिया कानूनन आवश्यक है, इसलिए यदि आप इसे प्रस्तुत नहीं करते हैं तो जनगणना ब्यूरो आपके घर पर एक प्रतिनिधि को आवश्यक डेटा एकत्रित करने के लिए भेजेगा।



अपनी गणना करवाएं। मेल, फ़ोन या ऑनलाइन द्वारा अपना जनगणना प्रपत्र भरें।

JERSEY CITY 2020 CENSUS
#JCMAKEITCOUNT @JERSEYCITYCENSUS @CENSUSJC

हडसन काउंटी परिवार सेवा विभाग
(Hudson County Department of Family Services (DFS))

परिवार सेवा विभाग कुछ पात्रता अपेक्षाए पूरी करने वाले निवासियों को सार्वजनिक लाभ प्रदान करता है। भोजन, आवास, स्वास्थ्य बीमा, शिशु-देखभाल, शिशु सहायता, बुजुर्गों की देखभाल, परिवहन और रोजगार, इन सभी के लिए DFS में सहायता दी जाती है। सार्वजनिक लाभों की विस्तृत सूची के लिए, "सार्वजनिक लाभ क्या हैं?" जानकारी पैनल पढ़ें।

- भोजन स्टैम्प्स के लिए आवेदन करें
- सरकार समर्थित स्वास्थ्य बीमा में प्रवेश लें
- यदि आप घर से बेदखल होने का सामना कर रहे परिवार हैं तो किराये की सहायता के लिए आवेदन करें
- 18 वर्ष से कम बच्चों वाले परिवारों के लिए नकद सहायता लें
- नि:शुल्क और किफायती की शिशु-देखभाल का पता लगाएं
- यदि आप एकल पालक हैं तो शिशु सहायता के लिए आवेदन करें
- वर्क फर्स्ट कार्यक्रम के माध्यम से नि:शुल्क पूर्णकालिक ESL कक्षाओं और नौकरी प्रशिक्षण के लिए पंजीकरण करें
- यदि आपकी उम्र 65 वर्ष से अधिक है तो नि:शुल्क स्वास्थ्य बीमा (मेडिकेयर) और घर की स्वास्थ्य देखभाल में प्रवेश लें

257 Cornelison Avenue,
Jersey City, NJ 07302

201-420-3000

hudsoncountynj.org/department-of-family-services

सोम-शुक्र: सुबह 8:00 बजे से दोपहर 3:45 बजे तक

नि:शुल्क

स्पेनिश, अरबी, अन्य विदेशी भाषाएँ

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

सार्वजनिक लाभ क्या हैं?

सार्वजनिक लाभ सरकार द्वारा वित्तपोषित कार्यक्रम हैं जो लोगों को भोजन, आवास और चिकित्सा देखभाल जैसी बुनियादी जरूरतों के लिए भुगतान करने में सहायता करते हैं। यदि आपके पास उचित आप्रवास दस्तावेज नहीं हैं, तो आपको अधिकांश सार्वजनिक लाभ मंजूर नहीं किए जाएंगे। यह ध्यान रखना महत्वपूर्ण है कि हर एक कार्यक्रम की अपेक्षाओं और नवीकरण प्रक्रियाओं का अपना समूह होता है।[6]

सार्वजनिक लाभ मुझे भोजन खरीदने में कैसे सहायता कर सकते हैं?
यदि आपपूरक पोषण सहायता कार्यक्रम (Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP)) के लिए अनुमोदित हैं, तो आपको एक इलेक्ट्रॉनिक लाभ अंतरण (EBT) कार्ड दिया जाएगा, जिसका उपयोग "EBT स्वीकृत" कहने वाले संकेतों के साथ दुकानों पर भोजन खरीदने के लिए किया जा सकता है। EBT कार्ड का एक निश्चित मूल्य होता है जो हर महीने स्वचालित रूप से फिर से भर दिया जाता है, जब तक कि कार्डधारक SNAP में सदस्यता को नवीकृत नहीं करता है।[7]

सार्वजनिक लाभ मुझे नौकरी खोजने में कैसे सहायता कर सकते हैं?
ज़रूरतमंद परिवारों के लिए अस्थायी सहायता (Temporary Assistance for Needy Families) (TANF; **"वर्क फर्स्ट न्यू जर्सी"**) कम आय वाले परिवारों को अस्थायी रूप से नकद, शिशु-देखभाल और नौकरी का प्रशिक्षण प्रदान करता है। TANF लाभ पाने के लिए, आपके पास नौकरी होनी चाहिए या आप स्कूल में प्रविष्ट होने चाहिए।[8]

सार्वजनिक लाभ मुझे किराए का भुगतान करने में कैसे सहायता कर सकते हैं?
धारा 8 वाउचर कार्यक्रम गरीब, बुजुर्ग, या दिव्यांग के किराए के घर हेतु भुगतान करने में सहायता करता है। आम तौर पर, धारा 8 के प्राप्तकर्ताओं को अपनी आय का 30% किराए के लिए भुगतान करना चाहिए, और शेष राशि का भुगतान सरकार द्वारा सीधे मकान मालिक को किया जाता है।[9] प्राप्तकर्ता को कोई मकान मालिक खोजना होगा जो धारा 8 का वाउचर स्वीकार करने के लिए तैयार हो। आप **जर्सी सिटी हाउसिंग अथॉरिटी** (Jersey City Housing Authority) से 201-706-4676 या www.jerseycityha.org पर संपर्क करके धारा 8 और अन्य सार्वजनिक आवास लाभों के लिए आवेदन कर सकते हैं।[10]

सार्वजनिक लाभ मुझे भुगतान करने में कैसे सहायता कर सकते हैं चिकित्सा देखभाल?
मेडिकेड एक राज्य और संघीय लाभ कार्यक्रम है जो कम आय वाले परिवारों को निःशुल्क या कम लागत वाला स्वास्थ्य बीमा प्रदान करता है। **मेडिकेयर** एक संघीय कार्यक्रम है जो आपकी आयु 65 वर्ष या उससे अधिक होने, या आपके दिव्यांग होने पर स्वास्थ्य सेवा प्रदान करता है।[11] **अनुपूरक सुरक्षा आय** (Supplemental Security Income (SSI))अंधेपन और अन्य दिव्यांगता वाले लोगों को मासिक नकद सहायता प्रदान करता है। **अनुपूरक सुरक्षा विकलांगता बीमा** (Supplemental Security Disability Insurance (SSDI)) उन श्रमिकों को मासिक सहायता प्रदान करता है जो अब दिव्यांगता या बीमारी के परिणामस्वरूप काम नहीं कर सकते हैं। कोई भी व्यक्ति SSDI के लिए आवेदन कर सकता है यदि वह कम से कम 10 वर्षों से सामाजिक सुरक्षा में भुगतान कर रहा है।[12] NJ **परिवार देखभाल** एक ऐसा कार्यक्रम है जो पात्र बच्चों और वयस्कों को स्वास्थ्य देखभाल तक पहुंच प्रदान करने में सहायता करता है।[13]

मैं सार्वजनिक लाभ के लिए आवेदन करने के लिए कहां जाऊं?
यहां सूचीबद्ध हडसन काउंटी DFS लाभ कार्यक्रमों में से अधिकांश के लिए आवेदन करने हेतु, आपको उनके कार्यालय (257 Cornelison Avenue) पर किसी साप्ताहिक दिन (सोमवार से शुक्रवार तक) को उसके 8:00 बजे खुलने से पहले जाना होगा, आपको आप्रवास स्थिति, हडसन काउंटी का पता, आय का प्रमाण, और आपके घर के सभी सदस्यों के लिए पहचान के साक्ष्य जैसे दस्तावेजों की अपेक्षा होगी।

यदि आपको SNAP लाभ प्रदान किया गया है, तो आप इस EBT कार्ड का उपयोग उन स्थानीय दुकानों पर भोजन खरीदने के लिए कर सकते हैं जो SNAP को स्वीकार करते हैं।

स्वास्थ्य देखभाल, आवास और भोजन के साथ सहायता के लिए आवेदन करने के लिए परिवार सेवा के हडसन काउंटी विभाग में जाएं।

जर्सी सिटी कम्युनिटी सोलूशन्स (Jersey City Community Solutions)
जर्सी सिटी म्यूनिसिपल कोर्ट (Jersey City Municipal Court)

जर्सी सिटी कम्युनिटी सोलूशन्स (Jersey City Community Solutions (JCCS)) एक न्यायालय-आधारित कार्यक्रम है जो निम्न-स्तरीय, अहिंसक अपराध करने वाले लोगों के लिए अनाचार का विकल्प तलाशता है। JCCS सहायक हो सकता है यदि किसी पर ड्रग्स रखने या दुकान से चोरी करने जैसे आपराधिक आरोप लगाए गए हों। JCCS ऐसे दंड विकसित करता है जिनमें व्यक्तियों को जेल की सज़ा देने के बदले सामुदायिक सेवा और पुनर्वास कार्यक्रम शामिल रहते हैं।

- न्यायालय प्रणाली में सामुदायिक सेवा और पुनर्वास विकल्पों के बारे में जानें
- निम्न-स्तरीय, अहिंसक आपराधिक आरोप का सामना करते समय मार्गदर्शन लें

365 Summit Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-209-6734

communitysolutions@jcnj.org
www.jerseycitynj.gov/CityHall/law/municipalcourt/JCCS

नि:शुल्क

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

जर्सी सिटी सस्ते आवास का प्रभाग
(Jersey City Division of Affordable Housing)

जर्सी सिटी सस्ते आवास का प्रभाग वह जगह है जहां वे किराएदार जा सकते हैं जिन्हें संदेह हो कि उनके मकान मालिक द्वारा उन्हें सुरक्षित घर देने की उपेक्षा हो रही है या आवास संहिता का उल्लंघन हो रहा हो। यहां, आप **मकान मालिक/किराएदार संबंध का कार्यालय** (Office of Landlord/Tenant Relations) भी देख सकते हैं, जो यह सुनिश्चित करने में आपकी सहायता कर सकता है कि आपका मकान मालिक किराए के नियंत्रण और किराये के समझौतों पर कानून का पालन कर रहा है। जर्सी सिटी सस्ते आवास का प्रभाग आपको किराएदार के रूप में आवास विकल्पों और आपके अधिकारों के बारे में जानकारी भी दे सकता है।

- मकान मालिक के कदाचार या लापरवाही की रिपोर्ट करें
- किराये के समझौतों और किरायेदारों के अधिकारों के बारे में प्रश्न पूछें
- किराया नियंत्रण सुरक्षा के बारे में जानें

342 Martin Luther King Drive,
Jersey City, NJ 07302

201-547-5127

यदि आपको अपने किराए के घर में कोई समस्या है, तो आप 342 Martin Luther King Drive पर नए आवास विभाग में जा सकते हैं।

जर्सी सिटी निवासी प्रतिक्रिया केंद्र
(Jersey City Resident Response Center (RRC))

निवासी प्रतिक्रिया केंद्र एक केंद्रीकृत विभाग है जहां आप सामुदायिक चिंता रिपोर्ट करने और शहर की सेवाओं से संबंधित जानकारी और सहायता प्राप्त करने के लिए कॉल कर सकते हैं। कोई RRC प्रतिनिधि आपके प्रश्न और चिंताएं सुनेगा और आपको शहर के विभाग से जोड़ेगा जो सर्वोत्तम सहायता कर सकता है।

- अपने पड़ोस की कोई समस्या रिपोर्ट करें
- शहर की एजेंसियों के साथ जुड़ें

280 Grove Street, Room 106,
Jersey City, NJ 07302

201-547-4900

www.jerseycitynj.gov/community/rrc

नि:शुल्क

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाए उपलब्ध

निवासी प्रतिक्रिया केंद्र का कोई प्रतिनिधि आपके प्रश्न और चिंताएं सुनेगा और आपको शहर के विभाग से जोड़ेगा जो सर्वोत्तम सहायता कर सकता है।

सामाजिक सुरक्षा प्रशासन (Social Security Administration) -जर्सी सिटी कार्यालय

सामाजिक सुरक्षा प्रशासन कई लोगों को वित्तीय सहायता प्रदान करता है जो सेवानिवृत्त या दिव्यांग हों। यहां तक कि यदि आपको ये लाभ नहीं मिलते हैं, तो एक सामाजिक सुरक्षा कार्ड एक आवश्यक दस्तावेज है जिसकी आपको अपनी सरकारी एजेंसियों के साथ काम करने, भुगतान करने और चर्चा करने में अपेक्षा होगी। आप 325 West Side Avenue कार्यालय में एक के लिए आवेदन कर सकते हैं। आपको अपनी आप्रवास स्थिति के प्रमाण की अपेक्षा होगी।

- सामाजिक सुरक्षा कार्ड के लिए आवेदन करें
- दिव्यांगता और सेवानिवृत्ति लाभों के बारे में पूछें

325 West Side Avenue,
Jersey City, NJ 07305

1-800-772-1213

www.ssa.gov

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

सामाजिक सुरक्षा संख्या और कार्ड वे होते हैं जो लगभग सभी संयुक्त राज्य निवासी नियोक्ताओं, सरकारी कार्यालयों और बैंकों और स्वास्थ्य बीमा प्रदाताओं जैसे कई निजी संस्थानों में अपनी पहचान बनाने के लिए उपयोग करते हैं।

अमेरिकी नागरिकता और आप्रवास सेवा (US Citizenship and Immigration Services (USCIS)) नेवार्क आश्रय कार्यालय

USCIS नेवार्क आश्रय कार्यालय (लिंडहर्स्ट में स्थित) है, जहां USCIS अधिकारी आश्रय से संबंधित आप्रवासी याचिकाओं, निर्वासन के निलंबन और अन्य मामलों के लिए साक्षात्कार आयोजित करते हैं। इस कार्यालय में लगभग सभी कार्य अपॉइंटमेंट द्वारा निर्धारित करने चाहिए। बिना अपॉइंटमेंट के व्यक्ति शुक्रवार को कार्यालय में आ सकते हैं।

U.S. Citizenship and Immigration Services

- अपने आश्रय या आप्रवास साक्षात्कार में भाग लें
- अपने आश्रय या निर्वासन मामले के निलंबन के संबंध में एक अपॉइंटमेंट लें

USCIS नेवार्क आश्रय कार्यालय
1200 Wall Street West, 4th Floor,
Lyndhurst, NJ 07071

201-508-6100

newarkasylumofficemailbox@uscis.dhs.gov

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अमेरिकी नागरिकता और आप्रवास सेवा (US Citizenship and Immigration Services (USCIS)) नेवार्क जिला कार्यालय

USCIS संघीय सरकार की एजेंसी है जो सभी नागरिकता और आप्रवास संबंधी आवेदन देखती है। विशेष USCIS प्रपत्र सावधानीपूर्वक भरना चाहिए और हर आप्रवास समायोजन या याचिका के लिए प्रस्तुत करना चाहिए। अधिकांश USCIS प्रपत्रों के लिए शुल्क की अपेक्षा होती है, लेकिन कई प्रपत्र शुल्क छूट के साथ प्रस्तुत किए जा सकते हैं, जो भुगतान करने की अपेक्षा को कम या समाप्त कर देगा। USCIS क्षेत्र कार्यालय का दौरा आमतौर पर केवल साक्षात्कार और विशेष अपॉइंटमेंटों के लिए आवश्यक है।

U.S. Citizenship and Immigration Services

USCIS **आवेदन भरना:**
- USCIS प्रपत्र समझने और भरने में आपकी सहायता के लिए कोई लाइसेंस-प्राप्त विधिवक्ता या मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि खोजें
- USCIS को कभी भी कुछ एसा प्रस्तुत न करें जो पूर्ण, सत्य और सही न हो
- मेल भेजने से पहले सही पते के लिए USCIS वेबसाइट देखें; विभिन्न प्रपत्र अलग-अलग पतों पर भेजने की अपेक्षा हो सकती है

USCIS **क्षेत्रीय कार्यालय में जाना**:
- USCIS में तभी जाएं जब आपको मेल द्वारा अपॉइंटमेंट की सूचना दी गई हो
- अपॉइंटमेंट का अनुरोध करने के लिए, USCIS वेबसाइट पर InfoPass टूल का उपयोग करें
- सभी आवश्यक दस्तावेज लाएं; नागरिकता साक्षात्कार के लिए एक NJ राज्य आईडी, पासपोर्ट और ग्रीन कार्ड लाना होगा

USCIS क्षेत्रीय कार्यालय,
Peter Rodino Federal Building
970 Broad Street,
Newark, NJ 07102

1-800-375-5283

www.USCIS.gov

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

कानूनी सेवाएं

मेरे आप्रवास में कौन मेरी सहायता कर सकता है कानूनी समस्या?

मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि

कोई मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि विशेष प्रशिक्षण-प्राप्त होता है और यह अप्रवासियों को कानूनी सहायता प्रदान करने के लिए अमेरिकी न्याय विभाग द्वारा अधिकृत है। मान्यताप्राप्त प्रतिनिधियों को किसी गैर-लाभार्थी संगठन के लिए काम करना चाहिए जिसे न्याय विभाग द्वारा मान्यता प्राप्त हो। वे अक्सर सार्वजनिक कार्यक्रमों और सामुदायिक केंद्रों में सहायता करते हैं। **इमिग्रेंट होप** (Immigrant Hope) क्लिफ्टन में कर्मचारियों के प्रतिनिधियों को मान्यता दी गई है।

"कल्याणकारी" आप्रवास विधिवक्ता

एक समर्थक नि:शुल्क विधिवक्ता एक लाइसेंस प्राप्त आप्रवास विधिवक्ता है जो नि:शुल्क कानूनी सेवाएं प्रदान करने के लिए सहमत है। सभी लाइसेंस प्राप्त विधिवक्ताओं की तरह, नि:स्वार्थ वकीलों को लॉ स्कूल से स्नातक होना चाहिए और राज्य में स्टेट बार एसोसिएशन से लाइसेंस लेना चाहिए, जहां वे कानून का अभ्यास कर रहे हैं। **उत्तरपूर्व न्यू जर्सी कानूनी सेवाएं** (Northeast New Jersey Legal Services) एक नि:शुल्क कल्याणकारी कानूनी एजेंसी है जो नि:शुल्क सेवाएँ प्रदान करती है।

किफायती आप्रवास विधिवक्ता

कभी-कभी "कम लागत वाले" कहे जाने वाले, किफायती आप्रवास विधिवक्ता गैर-लाभार्थी संगठनों के लिए काम करते हैं और निजी विधिवक्ताओं की लागत के कुछ अंश पर पेशेवर कानूनी सेवाएं प्रदान करते हैं। कुछ "किफायती" एजेंसियां आय का प्रमाण मांगेंगी और कम आय वालों का पक्ष ले सकती हैं। 35 जर्नल स्क्वायर पर स्थित **सेंटर फॉर इमिग्रेंट रिप्रेजेंटेशन (The Center for Immigrant Representation)** एक किफायती आप्रवास कानूनी एजेंसी है।

मैं किन रूपों में सहायता की उम्मीद कर सकता हूं?

निजी आप्रवासी विधिवक्ता

निजी विधिवक्ता आपके आप्रवास कानूनी मामले में सहायता करने के लिए कुछ भी शुल्क मांग सकते हैं। हालांकि कई निजी विधिवक्ता उत्कृष्ट हैं, कुछ अपने ग्राहकों को बहुत अधिक शुल्क पर खराब कानूनी सेवाएं प्रदान करते हैं। किसी विश्वसनीय सिफारिश के जरिए कोई निजी विधिवक्ता ढूंढना आम है। निजी विधिवक्ताओं को इस मार्गदर्शिका में सूचीबद्ध नहीं किया गया है।

"NOTARIOS"

"Notarios" आम तौर पर एक आप्रवास कानूनी समस्या के साथ आपकी सहायता करने के लिए अधिकृत नहीं होते हैं, और आप किसी पर भरोसा करके खुद को अच्छे-खासे जोखिम में डाल सकते हैं। लैटिन अमेरिका के विपरीत, संयुक्त राज्य अमेरिका में "notario" कानून का पेशा नहीं कर सकता है। जो लोग कानून का पेशा करने के लिए अधिकृत हैं, वे आमतौर पर खुद को विधिवक्ताओं के रूप में विज्ञापित करते हैं। "notarios" के बारे में इस भाग में कृपया कहीं और पढ़ें।

अमेरिकी फ्रेंड्स सर्विस कमिटी (American Friends Service Committee (AFSC)) आप्रवासी अधिकार कार्यक्रम

AFSC अप्रवासियों के अधिकार कार्यक्रम उन प्रवासियों को नि:शुल्क और किफायती कानूनी सेवाएं प्रदान करते हैं जो कैद में हों, निर्वासन का सामना कर रहे हों, परिवार से मिलने की मांग कर रहे हों, या जिन्हें संरक्षण की अपेक्षा हो। AFSC आप्रवासी समुदायों की सुरक्षा और समर्थन के कई प्रयासों में भी लगी है।

- कानूनी मामलों के बारे में प्रश्न पूछें
- अपने निर्वासन मामले के बारे में किसी विधिवक्ता से मिलें
- आप्रवासी अधिकारों और संरक्षण के लिए विधिवक्ता

89 Market Street, 6th Floor,
Newark, NJ 07102

973-643-1924

irpnewark@afsc.org
www.afsc.org/office/newark-nj

नि:शुल्क, किफायती

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उलब्ध

अमेरिकन इमिग्रेशन लॉयर्स एसोसिएशन (American Immigration Lawyers Association (AILA))

AILA विधिवक्ताओं और कानून के प्रोफेसरों का एक राष्ट्रीय संघ है जो आप्रवास कानून का पेशा करता और शिक्षा देता है। AILA के सदस्य अक्सर कल्याणकारी आधार पर स्थायी निवास, आश्रय और अन्य आप्रवास स्थितियों की मांग करने वाले ग्राहकों का प्रतिनिधित्व करते हैं। वैसे AILA से प्रत्यक्ष सहायता के लिए संपर्क नहीं किया जा सकता है, फिर भी वे बहुमूल्य जानकारी प्रदान कर सकते हैं और आपको अन्य विधिवक्ताओं से जोड़ सकते हैं।

- अपने आप्रवास प्रश्नों के बारे में जानकारी लें
- समर्थक विधिवक्ताओं की सूची के लिए पूछें

1331 G Street NW, Suite 300,
Washington, DC 20005

202-783-7853

www.aila.org

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

मैं आप्रवास कानूनी सेवाओं के लिए किस पर भरोसा कर सकता हूं?

केवल लाइसेंस-प्राप्त आप्रवास विधिवक्ता या मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि ही आपके आप्रवास कानूनी मामले में आपकी सहायता करने के लिए अधिकृत हैं। आप्रवास कानूनी घोटालों से बचने के बारे में जानकारी के लिए, www.uscis.gov/avoid-scams पर जाएं।[1]

कल्याणकारी आप्रवास विधिवक्ता बिना शुल्क या मुआवजे के अप्रवासियों को कानूनी सेवाएं प्रदान करते हैं, लेकिन वे आमतौर पर आपको यह साबित करने के लिए कहेंगे कि आपकी आय कम है।[2] शब्द "कल्याणकारी" लैटिन से लिया गया है और इसका मतलब है "जनता की भलाई के लिए"। समर्थक विधिवक्ताओं को खोजने के लिए, www.justice.gov/eoir/file/ProBonoNJ पर जाएँ।

"कम लागत" शब्द "कल्याणकारी" का एक संशोधन है और उन लाइसेंस-प्राप्त विधिवक्ताओं का वर्णन करता है जो गैर-लाभार्थी एजेंसियों के लिए काम करते हैं और कम लागत पर कानूनी सेवाएं प्रदान करते हैं। यदि आपकी कोई आय है जो आपको किसी नि:शुल्क विधिवक्ता के लिए अर्हता प्रदान नहीं करती, लेकिन आप अब भी किसी निजी विधिवक्ता की सेवाएं नहीं ले सकते हैं, तो एक "कम लागत" विधिवक्ता आपका सबसे अच्छा विकल्प हो सकता है।[3]

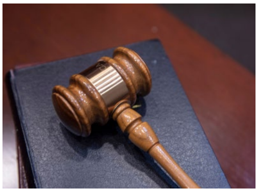
एक मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि क्या है?

मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि विधिवक्ता नहीं होते, लेकिन अप्रवासियों को कानूनी सेवाएं प्रदान करने के लिए अमेरिका के न्याय विभाग से उन्हें एक विशेष प्राधिकार प्राप्त होता है। मान्यताप्राप्त होने के बाद, अमेरिकी नागरिकता और आप्रवास सेवाओं के साथ जुड़ने पर वे न्यायालय में आप्रवासियों का प्रतिनिधित्व कर सकते हैं। मान्यताप्राप्त प्रतिनिधियों को गैर-लाभार्थी संगठनों के लिए काम करना चाहिए जो कि यू.एस. के न्याय विभाग द्वारा मान्यताप्राप्त हों और केवल नि:शुल्क या "कम लागत" आधार पर कानूनी सेवाएं प्रदान करें।[4]

मुझे लाभार्थी विधिवक्ताओं के बारे में क्या जानकारी होनी चाहिए?

विधिवक्ताओं को लॉ स्कूल में दाखिला लेना चाहिए, कानून की डिग्री हासिल करनी चाहिए, और उस राज्य के बार एसोसिएशन द्वारा राज्य में लाइसेंस प्राप्त होना चाहिए जहां वे कानून का अभ्यास कर रहे हों। यदि आप कोई लाभार्थी विधिवक्ता चुनते हैं, तो यह सुनिश्चित करना महत्वपूर्ण है कि उनके किसी भी प्राधिकार को रद्द या निलंबित न किया गया हो। आप www.njcourts.gov पर जा सकते हैं और जांच के लिए "लाइसेंस-प्राप्त विधिवक्ता" पर क्लिक कर सकते हैं। किसी विधिवक्ता के साथ करार करने से पहले, आप पहले उनके साथ अपने मामले के विवरण के बारे में बात कर सकते हैं और खर्च की स्पष्ट समझ प्राप्त कर सकते हैं।[5]

यदि आपको कानूनी सलाह की अपेक्षा है, तो आप्रवास घोटालों के शिकार से बचने के लिए यह सुनिश्चित करें कि वह व्यक्ति कोई लाइसेंस-प्राप्त विधिवक्ता या मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि हो।



बिशप फ्रांसिस सेंटर फॉर लीगल इमिग्रेशन सर्विसेज़ (Bishop Francis Center for Legal Immigration Services) कैथोलिक चैरिटीज़

बिशप फ्रांसिस सेंटर फॉर लीगल इमिग्रेशन सर्विसेस आप्रवासियों और नागरिकीकरण की कार्यवाही के अधिकांश मामलों में कानूनी सहायता प्रदान करके आप्रवासियों की सहायता करती है। प्रारंभिक परामर्श शुल्क $60 है।

- किसी विधिवक्ता से मिलें
- कानूनी मामलों के बारे में प्रश्न पूछें
- अपने TPS, DACA, या U, VAWA और T Visa की सहायता लें
- परिवार की याचिका और विशेष आप्रवासी किशोर स्थिति के साथ सहायता लें

976 Broad Street, 1st Floor,
Newark, NJ 07102

973-733-3516

www.ccannj.com/refugee_immigration.php

नि:शुल्क, किफायती

स्पेनिश, फ्रेंच-क्रियोल

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

Centro Comunitario CEUS
अप्रवासियों के लिए कानूनी सेवाएं (Legal Services for Immigrants (LSI)) कार्यक्रम

Centro Comunitario एक गैर-लाभार्थी संगठन है जो न्यू जर्सी में किफायती कानूनी सेवाओं के साथ आप्रवासियों की सहायता करने हेतु समर्पित है।

- अपने TPS, VAWA और NACARA आवेदनों के साथ सहायता लें
- राजनीतिक आश्रय के लिए आवेदन करने में सहायता लें
- परिवार की याचिकाओं और नागरिकता के साथ सहायता लें

4214 John F. Kennedy Boulevard,
Union City, NJ 07087

201-617-2466

info@ceusnj.org
www.ceusnj.org

किफायती

स्पेनिश

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

सेंटर फॉर इमिग्रेंट रिप्रेजेंटेशन (The Center for Immigrant Representation)

सेंटर फॉर इमिग्रेंट रिप्रेजेंटेशन एक गैर-लाभार्थी कानूनी एजेंसी है जो सफलता के उत्कृष्ट रिकॉर्ड के साथ किफायती आप्रवास कानूनी सेवाओं की एक विस्तृत श्रृंखला प्रदान करती है।

- किसी आप्रवास विधिवक्ता या मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि से मिलें
- नागरिकता, पारिवारिक याचिकाओं, U और VAWA वीज़ा और अन्य आप्रवास स्थितियों के लिए आवेदन करें
- घरेलू दुर्व्यवहार या मानव तस्करी के शिकार के रूप में कानूनी सहायता लें

35 Journal Square, Suite 827 (8th floor),
Jersey City, NJ 07306

201-884-2290

thecenter@justicecorps.org
www.thecenterimmigration.org

किफायती

स्पेनिश, मेंडरिन

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

जर्सी सिटी को कौनसी बात "आश्रयस्थल शहर" बनाती है?

संयुक्त राज्य अमेरिका के कई शहर खुद को "आश्रयस्थल शहर" कहते हैं क्योंकि वे अप्रवासियों के स्वागत के लिए स्थानीय नीतियां लागू करते हैं। भले ही ये स्थानीय नीतियां, संघीय या राज्य की नीतियों से बहुत अलग हों, लेकिन यह जानना जरूरी है कि कोई भी शहर- "आश्रयस्थल शहर" भी – इमिग्रेशन कस्टम्स एनफोर्समेंट (Immigration Customs Enforcement (ICE)) या कस्टम्स एंड बॉर्डर पेट्रोल (Customs and Border Patrol (CBP)) आप्रवासियों को संघीय कानूनों से कोई छूट नहीं देता। संघीय आप्रवास अधिकारी संयुक्त राज्य अमेरिका में किसी से भी पूछताछ कर सकते हैं और हिरासत में ले सकते हैं, भले ही वे "आश्रयस्थल शहर" में रहते हों।

जर्सी सिटी ने पहली बार 1996 में खुद को "आश्रयस्थल सिटी" कहा था और 2017 में इस खिताब की फिर से पुष्टि की, जब मेयर स्टीवन एम. फुलोप ने शहर सरकार को अप्रवासियों के स्वागत और सुरक्षा के लिए सजग प्रक्रियाओं का पालन करने का निर्देश दिया था। एक प्रमुख "आश्रयस्थल नीति" यह है कि जर्सी सिटी के पुलिस अधिकारी संघीय आप्रवास एजेंटों के साथ सहयोग नहीं कर सकते हैं और आप्रवास की स्थिति की परवाह किए बिना सभी को समान व्यवहार करना चाहिए।[6]

आश्रयस्थल सिटी आदेश पर हस्ताक्षर करते मेयर फुलोप

कोलंबिया यूनिवर्सिटी लॉ स्कूल (Columbia University Law School) आप्रवासी अधिकार क्लीनिक (Immigrants' Rights Clinic)

कोलंबिया लॉ स्कूल में अप्रवासियों के अधिकार क्लिनिक जरूरतमंद आप्रवासियों को नि:शुल्क कानूनी सेवाएं प्रदान करते हैं, जिनमें गैर-जिम्मेदार नाबालिग भी शामिल हैं जिन्हें अमेरिकी सीमा पर हिरासत में लिया गया हो और निर्वासन का सामना कर रहे हों।

- कानूनी मामलों के बारे में प्रश्न पूछें
- किसी विधिवक्ता या मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि से मिलें
- कानून के छात्रों से मिलें जिनका पर्यवेक्षण कोई विधिवक्ता करता हो
- निर्वासन का सामना करने पर सहायता लें

COLUMBIA LAW SCHOOL

435 West 116th Street,
New York, NY 10027

212-854-4291

clinicstaff@law.columbia.edu

नि:शुल्क

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

मुझे "notarios" के बारे में क्या जानकारी होनी चाहिए?

कई लैटिन अमेरिकी देशों में, "notario" एक विधिवक्ता है जो कई कानूनी सेवाएं प्रदान कर सकता है। हालांकि, संयुक्त राज्य में, केवल लाइसेंस-प्राप्त विधिवक्ता या मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि ही लैटिन अमेरिकी "notarios" से जुड़ी सेवाएं प्रदान कर सकते हैं। संयुक्त राज्य अमेरिका में कई व्यवसाय खुद को "notarios" कहते हैं और कानूनी सेवाएं प्रदान करते हैं जो वे प्रदान करने के लिए योग्य या अधिकृत नहीं हैं। दुर्भाग्य से, कई आप्रवासी "notarios" या "बहु-सेवा केंद्रों" पर भरोसा करते हैं और बाद में किसी धोखेबाज प्रतिनिधि को गलत कानूनी सलाह के लिए शुल्क का भुगतान करते हैं।[7] "notarios" द्वारा अप्रवासियों का दुरुपयोग इतना ज्यादा किया गया है कि नवंबर 2018 में, न्यू जर्सी के राज्य ने फर्जी कानूनी सेवाएं प्रदान करने के लिए इनमें से दर्जनों कार्यालयों पर जुर्माना लगाया था।[8] **www.njcourts.gov** पर देखकर और "लाइसेंस-प्राप्त विधिवक्ता" पर क्लिक करके यह सत्यापित करना अत्यंत महत्वपूर्ण है कि कानूनी सेवाएं देने वाला कोई व्यक्ति लाइसेंस-प्राप्त विधिवक्ता या मान्यताप्राप्त प्रतिनिधि है या नहीं।[9] आप **www.uscis.gov/avoidscams** पर आप्रवास घोटालों के बारे में अधिक जानकारी भी प्राप्त कर सकते हैं।[10]

"Notarios" आपके आप्रवास कानूनी मामले में आपकी सहायता करने के लिए शायद अधिकृत न हों। कई " notarios" ने कमजोर आप्रवासियों का दुरुपयोग किया है।

हेल्थराईट इंटरनेशनल (HealthRight International)

हेल्थराईट इंटरनेशनल (HealthRight International), आप्रवास कार्यवाही में उपयोग के लिए यातना और अन्य मानव अधिकारों के दुरुपयोग से बचे विदेश में जन्मे वारिसों के लिए मनोवैज्ञानिक, चिकित्सा और स्त्री रोग संबंधी मूल्यांकन प्रदान करती है। आपके कानूनी प्रतिनिधि को आपको मूल्यांकन प्राप्त करने के लिए HealthRight में भेजना चाहिए।

- आश्रय या अन्य आप्रवास राहत के लिए किसी आवेदन के समर्थन में साक्ष्य के रूप में कोई मनोवैज्ञानिक या शारीरिक मूल्यांकन लें

14 East 4th Street, 3rd Floor,
New York, NY 10012

212-226-9890

www.healthright.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, अन्य विदेशी भाषाएं

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

इमिग्रेंट होप-क्लिफ्टन (Immigrant Hope—Clifton)

इमिग्रेंट होप, ज़रूरतमंद आप्रवासियों को कानूनी सलाह और सहायता प्रदान करती है। इमिग्रेंट होप एवेंजिकल फ्री चर्च ऑफ अमेरिका से संबद्ध है। क्लिफ्टन कार्यालय ग्रेस चर्च परिसर में स्थित है और स्पेनिश, पुर्तगाली, अल्बानियाई और तुर्की में लोगों की सेवा करने में सक्षम है। परामर्श शुल्क $40 है।

- अपने आप्रवास प्रपत्रों के लिए सहायता लें
- कानूनी मामलों के बारे में प्रश्न पूछें
- अपने DACA नवीकरण के साथ सहायता लें
- अंग्रेजी भाषा की कक्षाएं खोजें

45 Hazel Street,
Clifton, NJ 07011

973-928-4103

info.clifton@immigranthope.org
immigranthope.org/location/clifton-new-jersey/

किफायती

स्पेनिश, पुर्तगाली, अल्बानियाई और तुर्की

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

आप्रवासी मामलों का प्रभाग-जर्सी सिटी शहर (Division of Immigrant Affairs—City of Jersey City)

इस संसाधन मार्गदर्शिका को प्रकाशित करने के अलावा, आप्रवासी मामलों का प्रभाग नागरिकता और ग्रीन कार्ड नवीकरण हेतु आवेदन के लिए नि:शुल्क, सीमित सहायता प्रदान करता है। हम आपको निर्देश पढ़ने, दस्तावेज़ व्यवस्थित करने और प्रपत्र तैयार करने में सहायता कर सकते हैं। यदि आपके पास इस मार्गदर्शिका में उल्लिखित किसी भी सेवा के बारे में कोई अन्य प्रश्न हैं, तो कृपया कॉल करें।

- नागरिकता और ग्रीन कार्ड नवीकरण आवेदन तैयार करने के लिए नि:शुल्क, सीमित सहायता लें
- अन्य सेवाओं से जुड़ें
- नागरिकता परीक्षा के लिए जानकारी और संसाधन लें

Dr. Martin Luther King, Jr. City Hall Annex
1 Jackson Square,
Jersey City, NJ 07305

201-547-6800

JCDIA@jcnj.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, अरबी, अन्य विदेशी भाषाएँ

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

रक्षा हेतु जरूरतमंद बच्चे (Kids in Need of Defense (KIND))

KIND निर्वासन का सामना कर रहे निर्वासित आप्रवासी और शरणार्थी बच्चों को नि:शुल्क कानूनी प्रतिनिधित्व प्रदान करती है। सेवाएँ केवल 18 वर्ष से कम उम्र के नाबालिगों के लिए उपलब्ध हैं।

- नि:शुल्क कानूनी प्रतिनिधित्व लें (केवल 18 से कम उम्र के नाबालिगों के लिए)
- अपने मामले के बारे में प्रश्न पूछने और अपने अधिकारों के बारे में जानने के लिए किसी विधिवक्ता से मिलें

862-926-2117

infonewark@supportkind.org
www.supportkind.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, फ्रेंच, चीनी

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों के लिए कानूनी कार्यालय चर्च वर्ल्ड सर्विस (Church World Service (CWS))

CWS कानूनी कार्यालय शरणार्थियों, आश्रय चाहने वालों और अन्य आप्रवासी समूहों को कानूनी सेवाएं प्रदान करता है। किसी विधिवक्ता के साथ मिलने के लिए, $75 का परामर्श शुल्क है, और अन्य सेवाओं में भी कम शुल्क लगता है।

- किसी आप्रवास विधिवक्ता से मिलें
- U वीज़ा, "ग्रीन कार्ड" स्थिति के समायोजन, या नागरिकता के लिए आवेदन करें
- अपने आश्रय मामले या परिवार की याचिका के लिए सहायता लें
- अपनी DACA स्थिति नवीकृत करें
- अस्थायी संरक्षित स्थिति (TPS) के लिए आवेदन करें और नवीकृत करें

475 Riverside Drive, Suite 700,
New York, NY 10115

212-870-2814

www.cwsglobal.org/legal-services

किफायती

अपॉइंटमेंट आवश्यक है अतिरिक्त सेवाएं

उपलब्ध

आप्रवास मामलों का जर्सी सिटी प्रभाग सहायता करने के लिए मौजूद है!

नागरिकता और ग्रीन कार्ड नवीकरण आवेदनों के लिए नि:शुल्क सहायता*

- निर्देश पढ़ना
- दस्तावेज व्यवस्थित करना
- प्रपत्र भरना

*यद्यपि हम ऊपर सूचीबद्ध जरूरतों में साथ ख़ुशी से सहायता कर सकते हैं, पर कृपया ध्यान रखें कि हमारे कर्मचारी आप्रवास पेशेवर नहीं हैं और हमारी सहायता करने की क्षमता सीमित है। हम आवेदन अपेक्षाओं के कानूनों की व्याख्या नहीं कर सकते, न ही हम कोई कानूनी सलाह दे सकते हैं। आपको लाइसेंस-प्राप्त आप्रवास विधिवक्ता की सहायता की अपेक्षा हो सकती है।

नि:शुल्क सहायता सेवाएं खोजना

- गैर-लाभार्थी स्वास्थ्य सेवाएं खोजना
- गैर-लाभार्थी विधिवक्ता खोजना
- अपने मकान मालिक के साथ समस्याएं

चाहे आप्रवास की स्थिति कैसी भी हो, सभी का स्वागत है। आपकी गोपनीयता की रक्षा की जाएगी।

अपॉइंटमेंट और जानकारी के लिए कॉल करें:
स्पेनिश और अंग्रेजी: 201-547-5107
अरबी भाषा और अंग्रेजी में: 201-547-5118
ईमेल: JCDIA@jcnj.org

जर्सी सिटी स्वास्थ्य एवं मानव सेवा विभाग, जर्सी सिटी आप्रवास मामलों का प्रभाग
Dr. Martin Luther King, Jr. City Hall Annex
1 Jackson Square,
Jersey City, NJ 07305

सुबह 9.00 से शाम 5.00 बजे तक,
सोमवार से शुक्रवार तक

मुझे अपने ग्रीन कार्ड के बारे में क्या जानकारी होनी चाहिए?

यदि आप एक लॉयफ़ुल परमानेंट रेसिडेंट (LPR) हैं, तो आपका ग्रीन कार्ड सबसे महत्वपूर्ण दस्तावेज है जो संयुक्त राज्य अमेरिका में रहने और काम करने के आपके अधिकार सिद्ध करता है। जब आपका ग्रीन कार्ड समाप्त हो जाता है, तब भी आप एक LPR होंगे, लेकिन समाप्त कार्ड रखने से नौकरियों और सेवाओं के लिए आवेदन करना, विदेश यात्रा करना और अधिकांश सरकारी एजेंसियों के साथ बातचीत करना कठिन हो जाएगा। आपको अपने ग्रीन कार्ड की समाप्ति तिथि पता होनी चाहिए और इसके समाप्त होने से छह महीने पहले नवीकरण करने की सावधानीपूर्वक योजना बनानी चाहिए।[11] ग्रीन कार्ड धारक के रूप में, जगह बदलने पर आपको हर बार AR-11 पता बदलने की अपेक्षा होती है। जानकारी के लिए, www.uscis.gov/AR-11 पर जाएं।[12]

मैं अपने ग्रीन कार्ड को कैसे नवीकृत कर या बदल सकता हूँ?

आप अमेरिकी नागरिकता और आप्रवास सेवाओं के लिए I-90 नामक एक प्रपत्र जमा कर सकते हैं। I-90 के लिए आपको व्यक्तिगत जानकारी और अपने समय सीमा समाप्त (या लगभग-समाप्त) ग्रीन कार्ड की एक प्रतिलिपि प्रदान करनी होगी। यदि आप अपना ग्रीन कार्ड खो देते हैं, तो आप इसे अपने स्थानीय पुलिस स्टेशन को रिपोर्ट कर सकते हैं। यदि पुलिस रिपोर्ट दर्ज नहीं कर सकती है, तो आप "लिखित हलफनामा" जमा करने के लिए कह सकते हैं और एक प्रति मांग सकते हैं। न केवल इस दस्तावेज़ को आपके आवेदन में एक प्रतिस्थापन ग्रीन कार्ड के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है, इसका उपयोग आपके खोए हुए ग्रीन कार्ड के मिलने पर भी किया जा सकता है।[13,14]

मैं शुल्क माफी के लिए कैसे आवेदन करूं?

ग्रीन कार्ड नवीकरण या प्रतिस्थापन के लिए पूर्ण शुल्क आमतौर पर $540 है, और प्रतीक्षा समय आम तौर पर छह महीने है।[14] यदि आप I-912 शुल्क छूट के लिए अर्हता प्राप्त करते हैं, तो आपको कोई आवेदन शुल्क नहीं देना होगा, लेकिन आपको मेडिकेड या SNAP ("खाद्य टिकट") या बहुत कम आय अर्जित करने के लिए सरकारी सहायता प्राप्त करने के प्रमाण की अपेक्षा होगी। अपेक्षाओं की एक पूरी सूची **www.uscis.gov/i-912.**[15] पर मिल सकती है।

मेरी सहायता कौन कर सकता है?

यदि आप जर्सी सिटी में रहते हैं और अपने ग्रीन कार्ड के नवीकरण में सहायता चाहते हैं, तो आप अपॉइंटमेंट के लिए **201-547-4328** पर कॉल करके आप्रवासी मामलों के प्रभाग (1 Jackson Square, Jersey City, NJ 07305 पर स्थित) से संपर्क कर सकते हैं।

समाप्ति तिथि से छह महीने पहले अपने ग्रीन कार्ड को नवीकृत करना महत्वपूर्ण है।

न्यू जर्सी कानूनी सेवाएं (Legal Services of New Jersey (LSNJ)) आप्रवास प्रतिनिधित्व परियोजना (Immigration Representation Project)

न्यू जर्सी की कानूनी सेवाएं विभिन्न प्रकार के नागरिक और आप्रवास मामलों के लिए निम्न-आय वाले न्यू जर्सी निवासियों को नि:शुल्क कानूनी सेवाएं प्रदान करती हैं। LSNJ दस्तावेज-रहित अप्रवासियों, आश्रय चाहने वालों और निर्वासन का सामना करने वाले, मानव तस्करी के शिकार, यातना से बचे लोगों और LGBTQ+ लोगों की सहायता करता है। LSNJ से सहायता के लिए अर्हता प्राप्त करने के लिए, आपको निम्न-आय पात्रता दिशानिर्देश पूरे करने होंगे।

- किसी लाइसेंस-प्राप्त कल्याणकारी विधिवक्ता से मिलें
- स्थिति, DACA, TPS और VAWA आवेदनों के समायोजन में सहायता लें
- न्यायालयों में निर्वासन रक्षा और प्रतिनिधित्व लें
- पैरवी की बैठकों और "अपने अधिकार जानें" प्रस्तुतियों में भाग लें

P.O. Box 1357,
Edison, NJ 08818

732-572-9100 विस्तार 8782

legalhelp@lsnj.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, बंगाली, फ्रेंच, हैती क्रियोल, पुर्तगाली

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

मेक दि रोड न्यू जर्सी (Make the Road New Jersey)

मेक दि रोड सामुदायिक आयोजन, कानूनी और समर्थन सेवाओं, और परिवर्तनकारी शिक्षा के माध्यम से गरिमा और न्याय प्राप्त करने के लिए आप्रवासी और श्रमिक वर्ग समुदायों को सशक्त बनाती है। किसी नि:शुल्क आप्रवास कानूनी सेवाओं के परामर्श के लिए, आपको एलिजाबेथ में कम से कम एक सामुदायिक बैठक में गुरुवार को शाम 7:00 बजे, या बुधवार को पेसैक में शाम 6:00 बजे उपस्थित होने के लिए कहा जाता है। इसके अलावा, इस मार्गदर्शिका की शिक्षा र आप्रवासी युवा भागों में मेक दि रोड की जानकारी भी देखें।

- नागरिकता और अन्य आप्रवास याचिकाओं के लिए आवेदन करें
- विभिन्न कक्षाओं और कार्यक्रमों के बारे में जानें

42 Broad Street,
Elizabeth, NJ 07201

info@maketheroadnj.org
www.maketheroadnj.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, पुर्तगाली

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

नॉर्थ हडसन कम्युनिटी कार्रवाई कॉर्प (North Hudson Community Action Corp (NHCAC)) आप्रवास और नागरिकीकरण सेवा (Immigration and Naturalization Services)

USCIS आप्रवास प्रपत्र भरने, महत्वपूर्ण दस्तावेजों का अनुवाद करने और विधिवक्ताओं के साथ जुड़ने के लिए NHCAC आप्रवासियों की सहायता करता है। NHCAC अन्य सामुदायिक संगठनों के साथ भागीदारों और प्रवासियों के लिए ESL और वित्तीय साक्षरता कक्षाएं प्रस्तावित करता है। वे आपको किसी सिविल सर्जन चिकित्सक से भी जोड़ सकते हैं जो आपके ग्रीन कार्ड आवेदन के लिए I-693 चिकित्सा जांच पूरी कर सकते हैं।

- आप्रवास प्रपत्र भरने में सहायता लें
- अपनी I-693 चिकित्सा जांच के लिए किसी सिविल सर्जन के साथ एक अपॉइंटमेंट निर्धारित करें
- विदेशी भाषा के दस्तावेजों के अंग्रेजी में अनुवाद का अनुरोध करें
- विधिवक्ताओं से जुड़ें

7007 Polk Street,
Guttenberg, NJ 07093

201-210-0333 Extension 22101 OR 22102

www.nhcac.org

सोम-शुक्र: सुबह 8:30 **बजे से शाम** 5:00 **बजे तक**

नि:शुल्क

स्पेनिश

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

पूर्वोत्तर न्यू जर्सी कानूनी सेवाएं (Northeast New Jersey Legal Services (NNJLS) (NNJLS))

उत्तर पूर्व न्यू जर्सी कानूनी सेवाएं कतिपय पात्रता अपेक्षाएं पूरी करने वाले बर्गन, हडसन, और पेसैक काउंटियों में कम आय वाले आप्रवासियों को नि:शुल्क गैर-आपराधिक नागरिक कानूनी सहायता प्रदान करती हैं। NNJLS आप्रवास मामलों की एक श्रृंखला के साथ सहायता कर सकती है, जिसमें वीज़ा नवीकरण, नागरिकता आवेदन, स्थिति का समायोजन और पारिवारिक याचिकाएं शामिल हैं। NNJLS अन्य नागरिक कानूनी मामलों के साथ कानूनी सहायता भी प्रदान करती है, जिसमें आवास, सार्वजनिक सहायता, घरेलू हिंसा, यौन उत्पीड़न, बुजुर्गों, वरिष्ठों, शिक्षा, न्यू जर्सी आपराधिक रिकॉर्ड का समापन, संघीय कर मामले और HIV/AIDS शामिल हैं।

- किसी विधिवक्ता से मिलें
- कई कानूनी चिंताओं के बारे में पूछें

574 Summit Avenue, 2nd Floor,
Jersey City, NJ 07306

201-792-6363

NNJLS@lsnj.org
www.northeastnjlegalservices.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, अरबी, बंगला, कोरियाई, तुर्की, अन्य विदेशी भाषाएँ

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

रटगर्स यूनिवर्सिटी स्कूल ऑफ़ लॉ (Rutgers University School of Law), नेवार्क आप्रवासी अधिकार क्लिनिक (Newark Immigrant Rights Clinic)

रटगर्स यूनिवर्सिटी स्कूल ऑफ लॉ में आप्रवासी अधिकार क्लिनिक शरणार्थियों, निर्वासन, और कतिपय अपराधों से संबंधित समस्याओं के साथ आप्रवासियों को कानूनी सेवाएं प्रदान करती है।

- किसी विधिवक्ता से मिलें
- कानूनी मामलों के बारे में प्रश्न पूछें

123 Washington Street,
Newark, NJ 07102

973-353-5292

www.law.rutgers.edu/legal-clinics

स्पेनिश, अन्य विदेशी भाषाएं

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

सेटन हॉल लॉ स्कूल (Seton Hall Law School) अप्रवासियों का अधिकार/धार्मिक शिक्षा क्लिनिक

सेटन हॉल लॉ स्कूल में आप्रवासियों के अधिकार/अंतर्राष्ट्रीय मानवाधिकार क्लिनिक आर्थिक रूप से वंचित निवासियों, आश्रय चाहने वालों और निर्वासन का सामना करने वाले व्यक्तियों के लिए नि:शुल्क कानूनी सेवाएं प्रदान करते हैं।

- किसी विधिवक्ता के साथ या किसी विधिवक्ता के पर्यवेक्षण में कार्यरत कानून के छात्र से मिलें
- अपने आश्रय मामले या U वीज़ा के लिए सहायता लें
- निर्वासन रक्षा के लिए सहायता लें

833 McCarter Highway,
Newark, NJ 07102

973-642-8700

CSJ_Reception@shu.edu
law.shu.edu/clinics

नि:शुल्क

स्पेनिश, पुर्तगाली, अरबी, अन्य विदेशी भाषाएँ

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

मैं अमेरिकी नागरिक कैसे बन सकता हूं?

यदि आप किसी प्राकृतिक अमेरिकी नागरिक बनने के पात्र हैं, तो आपको एक N-400 नागरिकता आवेदन प्रस्तुत करना होगा, अपने उंगलियों के निशान और "बायोमेट्रिक्स" रिकॉर्ड करना होगा, नागरिकता परीक्षा और साक्षात्कार उत्तीर्ण करना होगा, और शपथ लेनी होगी।

N-400 नागरिकता आवेदन के लिए कुछ अपेक्षाएं क्या हैं?

- आप कम से कम पाँच वर्षों तक संयुक्त राज्य अमेरिका के वैध स्थायी निवासी (ग्रीन कार्ड धारक) रहे हों। यदि आप अमेरिकी नागरिक से शादी करते हैं, तो अपेक्षा पांच के बजाय तीन वर्ष है।
- आवेदन के समय आपकी आयु कम से कम 18 वर्ष हो।
- आपने पिछले पांच वर्षों में कुल 12 महीनों से अधिक समय तक संयुक्त राज्य के बाहर यात्रा न की हो।
- आपने पिछले पांच वर्षों में किसी दौरे के दौरान छह महीने से अधिक समय तक संयुक्त राज्य के बाहर यात्रा न की हो।
- आप उसी राज्य में रहते हों जहां आप कम से कम तीन महीने के लिए निवास का दावा कर रहे हैं।[16]
- नागरिकता संबंधी अपेक्षाओं की संपूर्ण सूची के लिए, www.uscis.gov/n-400 पर जाएं।"

शुल्क कितने हैं? क्या मैं शुल्क माफी के लिए आवेदन कर सकता हूं?

N-400 नागरिकता आवेदन के लिए $725 तक शुल्क की अपेक्षा होती है। यदि आप I-912 शुल्क छूट के लिए अर्हता प्राप्त करते हैं, तो आपको कोई आवेदन शुल्क नहीं देना होगा, लेकिन आपको मेडिकेड या SNAP ("खाद्य टिकट") या बहुत कम आय अर्जित करने जैसी सरकारी सहायता प्राप्त करने का प्रमाण दिखाना होगा। अपेक्षाओं की पूरी सूची **www.uscis.gov/i-912** पर देखी जा सकती है।[17]

कौनसी बात मुझे नागरिक बनने से रोक सकती है?

संयुक्त राज्य के बाहर अत्यधिक यात्रा ऊपर उल्लिखित निरंतर निवास अपेक्षा के आड़े आ सकती है। करों का भुगतान करने में विफल, सरकार से झूठ बोलना, या अपराध के लिए दोषी ठहराया जाना "अच्छे नैतिक चरित्र" अपेक्षाओं पर नकारात्मक प्रभाव डाल सकता है। यदि आपकी ये समस्याएं हैं, तो आप आवेदन प्रक्रिया शुरू करने से पहले किसी आप्रवास विधिवक्ता से परामर्श कर सकते हैं।[18] इसके अलावा, अधिकांश आवेदकों को मूल अंग्रेजी को समझना, बोलना और लिखना होगा। अमेरिकी नागरिक बनने की प्रक्रिया शुरू करने के साथ नि:शुल्क सहायता के लिए, आप जर्सी सिटी आप्रवासी मामला प्रभाग से **201-547-6800** पर संपर्क कर सकते हैं।

यदि आप पांच वर्षों से स्थायी निवासी हैं, तो आप अमेरिकी नागरिकता के लिए आवेदन करने के पात्र हो सकते हैं।

अपनी नागरिकता परीक्षा की तैयारी में सहायता करने के लिए नागरिकीकरण वर्गों के बारे में जानकारी के लिए आप्रवासी मामलों के विभाग को कॉल करें।

एक प्राकृतिक नागरिक बनने का अंतिम चरण निष्ठा की शपथ है, जो आमतौर पर पीटर रॉडिनो संघीय भवन में USCIS नेवार्क जिला कार्यालय में होता है।

वी आर वन न्यू जर्सी (We Are One New Jersey) - हडसन काउंटी

वी आर वन न्यू जर्सी नागरिकता (N-400), ग्रीन कार्ड नवीकरण (I-90), रोजगार प्राधिकरण दस्तावेजों (I-765), बचपन के मुलाकातें वाले नवीकरण के लिए स्थगित कार्रवाई (DACA), और नागरिकता प्रमाणपत्र प्रतिस्थापन के लिए सहायता प्रदान करता है। वी आर वन आपको निर्देश पढ़ने, दस्तावेजों को व्यवस्थित करने और प्रपत्र तैयार करने में सहायता कर सकता है। वी आर वन से आप अपने मकान मालिक के साथ विवाद में सहायता भी मांग सकते हैं। सेवाएं हडसन काउंटी के सभी निवासियों के लिए नि:शुल्क हैं।

- नागरिकता, ग्रीन कार्ड नवीकरण और रोजगार प्राधिकरण दस्तावेजों के लिए आवेदन प्राप्त करने में सहायता लें
- अपने DACA नवीकरण के साथ सहायता लें
- अपने मतदाता पंजीकरण आवेदन के साथ सहायता लें
- इस मार्गदर्शिका के शिक्षा भाग में वी आर वन ESL और नागरिकता वर्गों के बारे में जानकारी देखें

830 Bergen Avenue, Suite A401,
Jersey City, NJ 07306

201-209-2839

info@weareonenj.org
www.weareonenj.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, फ्रेंच

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएंउपलब्ध

विमन राइज़िंग (WomenRising)

विमन राइज़िंग एक ऐसा संगठन है जो घरेलू हिंसा की शिकार महिलाओं और उनके परिवारों को सामाजिक सेवाएं प्रदान करने और महिलाओं के अधिकारों की पैरवी करने में सहायता करता है।

- रोक आदेशों और अन्य कानूनी मामलों पर सहायता लें
- घरेलू दुरुपयोग की रिपोर्ट करने के लिए आपातकालीन हॉटलाइन पर कॉल करें
- घरेलू हिंसा के पीड़ितों के लिए एक आपातकालीन आश्रय में रहें
- घरेलू हिंसा के पीड़ितों के लिए परामर्श लें
- सहायता समूह सेवाओं के साथ जुड़ें

270 Fairmount Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-333-5700

info@womenrising.org
www.womenrising.org

नि:शुल्क

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएंउपलब्ध

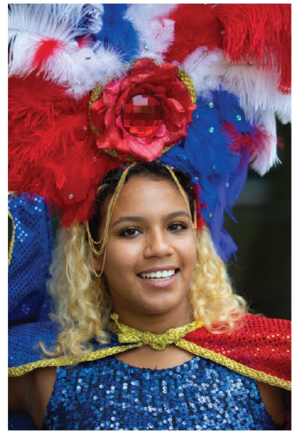
यदि आईसीई ICE मुझे रोकता है तो मैं क्या कर सकता हूं?

इमिग्रेशन एंड कस्टम्स इंफोर्समेंट (Immigration and Customs Enforcement (ICE)) यह सुनिश्चित करता है कि संयुक्त राज्य अमेरिका में केवल उचित रूप से प्रलेखित आप्रवासी प्रवेश करें और रहें। यह जानना महत्वपूर्ण है कि भले ही जर्सी सिटी खुद को "आश्रयस्थल सिटी" कहती है, लेकिन ICE अब भी शहर में संघीय आप्रवास कानून लागू कर सकता है। यदि ICE आपको रोकता है या प्रश्न करता है, तो आपको कभी भी झूठ बोलने, भागने, झूठे दस्तावेज़ दिखाने या शारीरिक रूप से विरोध करने से बचना चाहिए।[19]

यदि मुझे ICE द्वारा रोका जाता है तो मेरे पास क्या अधिकार हैं?
आप अपने घर की तलाशी लेने या गिरफ्तारी करने के वारंट के लिए ICE अधिकारियों से पूछ सकते हैं। एक **वारंट** एक कानूनी दस्तावेज है जो किसी न्यायाधीश द्वारा हस्ताक्षरित होता है और किसी को गिरफ्तार करने और उसके घर की तलाशी लेने की अनुमति देता है। यदि कोई वारंट नहीं है, या यदि किसी न्यायाधीश द्वारा वारंट पर हस्ताक्षर नहीं हैं, तो आपको अपने, घर और कार की खोजों के लिए सहमति से इंकार करने का अधिकार है। आपको चुप रहने का भी अधिकार है।[20]

यदि कोई दोस्त या प्रियजन ICE द्वारा गिरफ्तार किया गया है तो मैं क्या कर सकता हूं?
आप **जर्सी सिटी के आप्रवास मामला प्रभाग** से **201-547-6800** पर संपर्क कर सकते हैं, और हम आपको उन गैर-लाभार्थी विधिवक्ताओं, परामर्शदाताओं और अन्य पेशेवरों से जोड़ सकते हैं जो सहायता कर सकते हैं।[21] तारीख, समय और स्थान सहित ICE एजेंट्स से आपकी भेंट होने की जानकारी होना जरूरी है। यदि किसी को भी गिरफ्तार किया गया है, तो आपको उसका पता लगाने के लिए उसका पूरा नाम, जन्म तिथि, मूल देश और उनका ग्रीन कार्ड नंबर चाहिए होगा। **अमेरिकन फ्रेंड्स सर्विस कमिटी** एक गैर-लाभदायक कानून कार्यालय है जो ICE द्वारा हिरासत में लिए गए अप्रवासियों के कानूनी बचाव में विशेषज्ञ है। उनका फोन नंबर **973-643-1924** है।[22]

मैं किसी परिवार के उस सदस्य की सहायता कैसे कर सकता हूँ जिसे ICE की हिरासत में रखा गया हो?
यदि आप ICE की हिरासत में किसी को खोज रहे हैं, तो आप ICE डिटेनी लोकेटर वेबसाइट, **locator.ice.gov** का उपयोग कर सकते हैं।[23] आप ICE के लोक विधिवक्ता से ICE कम्युनिटी हेल्पलाइन पर भी संपर्क कर सकते हैं: **1-888-351-4024**.[24] **फर्स्ट फ्रेंड्स ऑफ** NJ **एंड** NY एक गैर-लाभार्थी संगठन है जो जर्सी सिटी शहर के क्षेत्र में आगमनों और आवश्यक सामग्रियों के साथ हिरासत में लिए गए आप्रवासियों की सहायता करता है। उनका फोन नंबर **908-965-0455** है।[25]



चिकित्सा सेवाएं

एलायंस कम्युनिटी हेल्थकेयर (Alliance Community Healthcare)

एलायंस कम्युनिटी हेल्थकेयर चिकित्सा, दंत-चिकित्सा और अन्य सेवाएं और परामर्श प्रदान करता है। क्लिनिक बीमित और गैर-बीमित रोगी स्वीकार करता है। वे कम आय वाले व्यक्तियों के लिए छूट और भुगतान योजना प्रदान करते हैं।

ALLIANCE

- चिकित्सक या डेंटिस्ट से मिलें
- बाल रोग-विशेषज्ञ को दिखाने के लिए अपने बच्चे ले आएं
- मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञ के साथ जुड़ें
- विभिन्न अपेक्षाओं के लिए परामर्श लें
- पर्ची में दवा पर छूट कार्यक्रम में प्रविष्ट हों
- यदि आप पात्र हैं तो मेडिकेड के लिए आवेदन करने में सहायता लें

115 Christopher Columbus Drive,
Jersey City, NJ 07302

201-451-6300

www.alliancecommunityhealth.org

सोम, बुध, और गुरु: सुबह 9:00 बजे से शाम 7:00 बजे तक।
मंगल और शुक्र: सुबह 9:00 बजे से शाम 5:00 बजे तक।
शनि एवं रवि: बन्द

किफायती, गैर-बीमित रोगी स्वीकार करता है

स्पेनिश

मुलाकातें स्वीकार करता है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

आप नि:शुल्क स्वास्थ्य जांच और शिविरों का लाभ उठा सकते हैं जो HIV, कोलेस्ट्रॉल, ग्लूकोज और रक्तचाप के लिए नि:शुल्क जांच प्रदान करते हैं।

मैं जर्सी सिटी में नि:शुल्क निवारक स्वास्थ्य सेवाएं कहां से प्राप्त कर सकता हूं?

निवारक स्वास्थ्य सेवाएं नियमित रूप से चिकित्सा पेशेवरों द्वारा किए गए जांच और परीक्षण हैं, जिनमें बीमारियों या अन्य स्वास्थ्य समस्याओं को रोकने के लिए टीकाकरण, बीमारियों के लिए स्क्रीनिंग, और रोगी परामर्श शामिल हैं।[1] स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग के विभिन्न प्रभाग जर्सी शहर के निवासियों के लिए नि:शुल्क निवारक स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करते हैं। इसमें निम्न शामिल है:

जर्सी सिटी शहर का क्लिनिक गैर-बीमित बच्चों को नि:शुल्क टीकाकरण और फ्लू के टीके और वरिष्ठों को नि:शुल्क फ्लू के टीके प्रदान करता है। यदि आपकी उम्र 13 वर्ष या इससे अधिक है, तो आपको यौन संचारित रोगों (STD) के लिए परीक्षण किया जा सकता है, HIV के लिए जांच की जा सकती है, और उपचार सेवाओं से जोड़ा जा सकता है - माता-पिता की सहमति की अपेक्षा नहीं है। **201-547-5535** पर कॉल करें।[2]

महिला, शिशु और बच्चे (WIC) **कार्यक्रम** गर्भवती महिलाओं और नई माताओं को भोजन वाउचर प्रदान करता है। वाउचर का इस्तेमाल कई सुपरमार्केट में खाना खरीदने के लिए किया जा सकता है जिसे "WIC अनुमोदित" के रूप में चिह्नित किया गया है।[3] WIC वाउचर प्राप्त करने के लिए, आपको संघीय आय मानक पूरे करने होंगे। नई माताओं को आयरन-फोर्टिफाइड फॉर्मूला और पौष्टिक बेबी फूड के डिब्बे भी मिल सकते हैं। **201-547-6842** पर कॉल करें।[4]

सामुदायिक स्वास्थ्य और कल्याण प्रभाग में सामुदायिक स्वास्थ्य शिक्षकों की एक टीम है जो स्वास्थ्य के मुद्दों और नि:शुल्क स्वास्थ्य जांच कार्यक्रमों की मेजबानी के बारे में जानकारी साझा करते हैं। **201-547-4578** पर कॉल करें।

पर्यावरणीय स्वास्थ्य प्रभाग छह वर्ष से कम आयु के अशिक्षित बच्चों के लिए लीड स्क्रीनिंग आयोजित करता है। **201-547-4743** पर कॉल करें।[5]

ये नि:शुल्क सेवाएँ आपके निजी चिकित्सक का विकल्प नहीं हैं। यदि आपको कोई स्वास्थ्य समस्या है, तो किसी चिकित्सक को दिखाना चाहिए।

1 जैक्सन स्क्वायर पर स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग में सभी सेवाएं सिटी हॉल एनेक्स में आसानी से उपलब्ध हैं।

जर्सी सिटी में रहने वाले 2 महीने से 18 वर्ष की उम्र के गैर-बीमित बच्चों को जर्सी सिटी शहर के क्लिनिक में टीके दिए जाते हैं।

जर्सी सिटी चाइल्डहुड लेड पॉइज़निंग प्रिवेंशन प्रोग्राम (Jersey City Childhood Lead Poisoning Prevention Program (CLPPP))

CLPPP नौ महीने से छह वर्ष तक की उम्र के बीमित या गैर-बीमित बच्चों को लेड (सीसा) विषाक्तता की रोकथाम, जांच और उपचार प्रदान करता है। CLPPP लेड विषाक्तता के खतरों पर शिक्षा और जागरूकता भी प्रदान करता है।

- नौ महीने से छह वर्ष तक की उम्र के बच्चों का लेड परीक्षण करवाएं
- लेड विषाक्तता के बारे में शिक्षा और जानकारी लें

Dr. Martin Luther King, Jr. City Hall Annex
1 Jackson Square,
Jersey City, NJ 07305

201-547-4743

नि:शुल्क

स्पेनिश

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

जर्सी सिटी शहर का क्लिनिक (Jersey City City Clinic)

यदि आपका बच्चा 2 महीने से 18 वर्ष के बीच का है, तो आप नि:शुल्क टीकाकरण प्राप्त करने के लिए उनके साथ आ सकते हैं, भले ही आप गैर-बीमित हों। नि:शुल्क फ्लू के टीके वरिष्ठ नागरिकों और 6 से 59 महीने के बच्चों को दिए जाते हैं। यदि आप 13 वर्ष या उससे अधिक उम्र के हैं, तो आपकी और आपके साथी की यौन संचारित रोगों (STD) की नि:शुल्क HIV जांच की जा सकती है, और आपको उपचार सेवाओं से जोड़ा जा सकता है; माता-पिता की सहमति की अपेक्षा नहीं है। सिटी क्लिनिक में सेवा के लिए, अपॉइंटमेंट के लिए कॉल करें, और एक फोटो आईडी तथा जर्सी सिटी निवास का प्रमाण साथ लाएं।

- अपने बच्चों को नि:शुल्क टीका लगवाएं (2 महीने से 18 वर्ष की उम्र तक)
- नि:शुल्क फ़्लू शॉट लें (6 से 59 महीने की उम्र और उससे बड़े)
- HIV के लिए जांच करवाएं और STD के लिए नि:शुल्क जांच कराएं
- STD के लिए उपचार और परामर्श लें

नि:शुल्क, गैर-बीमित रोगी स्वीकार करता है
स्पेनिश, कोरियाई
अपॉइंटमेंट आवश्यक है
दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित
अतिरिक्त सेवाएंउपलब्ध

Dr. Martin Luther King, Jr. City Hall Annex
1 Jackson Square,
Jersey City, NJ 07305

201-547-5535

सोम-शुक्र: सुबह 8:00 बजे से शाम 4:00 बजे तक।

जर्सी सिटी संकट परामर्श और चैपलिन कार्यक्रम (Jersey City Crisis Counseling and Chaplain Program)

जो निवासी सदमे या गंभीर भावनात्मक संकट का सामना कर रहे हैं, वे संकट परामर्श और चैपलिन कार्यक्रम से सहायता प्राप्त कर सकते हैं। काउंसलर और चैपलिन को विशेष रूप से भावनात्मक समर्थन प्रदान करने और आपको चिकित्सा और मानसिक स्वास्थ्य विशेषज्ञों से जोड़ने के लिए प्रशिक्षित किया गया है। इस सेवा का उपयोग करने के लिए, नीचे दिए गए फोन नंबर पर कॉल करें और मानसिक स्वास्थ्य प्राथमिक चिकित्सा के बारे में पूछें।

- यदि आप सदमे या बेहद तनाव का सामना कर रहे हैं, तो किसी परामर्शदाता या चैपलिन से बात करें
- मानसिक स्वास्थ्य प्रथमोपचार में प्रशिक्षित हों

नि:शुल्क, गैर-बीमित रोगी स्वीकार करता है
स्पेनिश, अरबी, उर्दू, हिंदी, गुजराती
अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

चोट निवारण का जर्सी सिटी प्रभाग (Jersey City Division of Injury Prevention)
जर्सी सिटी स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग (Jersey City Department of Health and Human Services)
Dr. Martin Luther King, Jr. City Hall Annex
1 Jackson Square,
Jersey City, NJ 07305

201-547-6800

स्वास्थ्य बीमा होने का क्या मतलब है?

बीमा होना, या "कवरेज लेना" का मतलब है कि आप स्वास्थ्य बीमा योजना के सदस्य हैं। स्वास्थ्य बीमा योजना में सदस्यता के लिए आमतौर पर आपको हर महीने किसी निजी निगम को एक शुल्क का भुगतान करना पड़ता है, जो योजना को संचालित करता है। जब आपको चिकित्सा सेवाओं की अपेक्षा होती है, तो बीमा योजना कुछ या सभी शुल्क का भुगतान करेगी।[6] वर्तमान में एक न्यू जर्सी राज्य कानून है, जिसमें सभी लोगों को स्वास्थ्य बीमा के किसी न किसी रूप की अपेक्षा होती है।[7]

क्या सभी स्वास्थ्य बीमा योजनाएँ समान हैं?

नहीं। कुछ बीमा योजनाओं के लिए बहुत अधिक मासिक शुल्क की अपेक्षा होती है, कुछ को कम शुल्क की अपेक्षा होती है, और कुछ नि:शुल्क होते हैं। आमतौर पर, कोई महंगी बीमा योजना अधिक चिकित्सा सेवाओं और विशेष चिकित्सा प्रक्रियाओं के लिए भुगतान लेगी। किसी सस्ती योजना के लिए आपको आमतौर पर शुल्क के बड़े हिस्से का भुगतान करना होगा और कभी-कभी आपको विशेष चिकित्सा प्रक्रियाओं के लिए पूरे शुल्क का भुगतान करना होगा। जब कोई बीमा योजना आपके सभी चिकित्सा शुल्क का भुगतान करती है, तो यह शुल्क है **"संपूर्ण बीमा"** होता है। जब आपको उस चिकित्सा शुल्क का भुगतान करने के लिए कहा जाता है जिसका भुगतान बीमा योजना नहीं करेगी तो इसे **"अपने खर्च पर"** कहा जाता है।[8]

मैं स्वास्थ्य बीमा कैसे प्राप्त कर सकता हूं?

स्वास्थ्य बीमा योजना में शामिल होने का एक तरीका किसी नियोक्ता के साथ पूर्णकालिक नौकरी करना है जो अपने कर्मचारियों के साथ बीमा सदस्यता लागत को साझा करने की पेशकश करता है। इसका आमतौर पर मतलब यह है कि सदस्यता लागतों का आपका हिस्सा हर दो हफ्ते या महीने में एक बार आपकी तनख्वाह से लिया जाता है।[9] यदि आप उस नियोक्ता के लिए काम नहीं करते हैं जो एक साझा स्वास्थ्य बीमा योजना प्रदान करता है, तो आप बीमा योजना में सदस्यता के लिए सीधे भुगतान कर सकते हैं। इसे आमतौर पर एक **"निजी योजना"** कहा जाता है। आप उस स्वास्थ्य बीमा योजना के लिए भी आवेदन कर सकते हैं जिसका भुगतान सरकार द्वारा किया जाता है। सरकार समर्थित स्वास्थ्य बीमा का सबसे लोकप्रिय रूप मेडिकेड कहा जाता है और आपको यह प्रमाण देने की अपेक्षा है कि आपकी आय कम है।[10] याद रखें कि स्वास्थ्य बीमा राज्य के कानून द्वारा आवश्यक है।

यदि मेरे पास स्वास्थ्य बीमा है, तो मैं इसका उपयोग कैसे करूँ?

बीमा योजना प्रदाता अपने सदस्यों को सदस्यता कार्ड भेजता है, और आप हर बार चिकित्सा सेवाओं की अपेक्षा होने पर कार्ड प्रस्तुत करते हैं। यदि आपको ऐसी चिकित्सा देखभाल की अपेक्षा है जो आपातकालीन नहीं है, तो आप किसी निजी चिकित्सक के कार्यालय में अपॉइंटमेंट का समय निर्धारित कर सकते हैं। (गैर-आपातकालीन स्थिति के लिए अस्पताल जाने की प्रथा नहीं है और आमतौर पर यह महंगा है।) चिकित्सक के कार्यालय के कर्मचारियों को चिकित्सक को देखने से पहले अपनी बीमा योजना का नाम बताना ज़रूरी है, और पूछें कि क्या सेवाएं "बीमायुक्त" हैं। जब आप अपने अपॉइंटमेंट का समय निर्धारित कर रहे हों तो आमतौर पर आप फोन पर ही ये सभी प्रश्न पूछ सकते हैं। जब आप चिकित्सक के कार्यालय में जाते हैं, तो आपको अक्सर **सह-भुगतान** करना होगा, जो किसी चिकित्सा सेवा शुल्क का एक निश्चित हिस्सा होता है जो योजना सदस्यों को चिकित्सा सेवा प्रदाता को भुगतान करना होगा। बीमा योजना के सदस्य होने की मासिक लागत एक ही होनी चाहिए, चाहे आप वर्ष भर में कितनी भी चिकित्सा सेवाओं का उपयोग करें।[11]

? वर्तमान में न्यू जर्सी में कानून द्वारा स्वास्थ्य बीमा करवाना आवश्यक है। चिकित्सा देखभाल तक पहुंच आवश्यक है।

जर्सी सिटी मेडिकल सेंटर (Jersey City Medical Center)

जर्सी सिटी मेडिकल सेंटर एक बहु-सेवा अस्पताल है जो व्यक्तियों और उनके परिवारों के लिए चिकित्सा सेवाएं प्रदान करता है। यह केंद्र महिलाओं और शिशुओं, हृदय की देखभाल और चिकित्सा आपात स्थितियों में विशेषज्ञ है। इसमें एक व्यापक देखभाल केंद्र भी है जो HIV उपचार, परामर्श और चिकित्सा मामले के प्रबंधन में विशेषज्ञ है।

- आपातकालीन चिकित्सा उपचार लें
- पर्चे दवाओं और चिकित्सा सलाह लें
- किसी विशेषज्ञ के साथ जुड़ें
- उपचार और जांच करवाएं
- HIV उपचार के लिए व्यापक देखभाल और परामर्श लें (ग्रीनविले स्थान)

355 Grand Street,
Jersey City, NJ 07302

201-915-2000

www.rwjbh.org/jersey-city-medical-center

Comprehensive Care Center (व्यापक देखभाल केंद्र) ग्रीनविले स्थान
1825 John F. Kennedy Boulevard, 1st Floor,
Jersey City, NJ 07305

201-204-0004

स्पेनिश, अन्य विदेशी भाषाएं

मुलाकातें स्वीकार करता है

दस्तावेज और तैयारी आवश्यक

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

MASSH/PATH कार्यक्रम- जर्सी सिटी मेडिकल सेंटर (Jersey City Medical Center)

बेघर के लिए चिकित्सा और सामाजिक सेवाएं (MASSH) और बेघर से संक्रमण में सहायता के लिए प्रोजेक्ट (PATH) कार्यक्रम बेघर और जोखिम वाले व्यक्तियों को कई सामाजिक और चिकित्सा सेवाओं तक पहुंच प्रदान करते हैं। कार्यक्रमों से सहायता प्राप्त करने के लिए, आपको बेघर होना चाहिए या बेघर होने का खतरा होना चाहिए, या मानसिक विकार के निदान से गुजर रहे हों। पात्र लोगों के लिए सभी सेवाएँ निःशुल्क हैं।

- चिकित्सक को दिखाएं
- मानसिक स्वास्थ्य और मादक द्रव्यों के सेवन संबंधी उपचार सेवाओं का पता लगाएं
- नौकरी प्रशिक्षण और रोजगार लें
- सामाजिक सेवा कार्यक्रमों के लिए आवेदन करने में सहायता लें
- रहने के लिए एक अस्थायी या स्थायी जगह खोजने में सहायता लें

1825 John F. Kennedy Boulevard,
Jersey City, NJ 07305

201-204-0004 विस्तार 1049

निःशुल्क, गैर-बीमित रोगी स्वीकार करता है

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

क्या होगा यदि किसी चिकित्सक को दिखाना आर्थिक रूप से मेरे बस में न हो?

संयुक्त राज्य में चिकित्सा सेवाओं की लागत बहुत अधिक है, और गुणवत्ता चिकित्सा सेवाओं तक पहुंच कैसे बढ़ाई जाए, इस पर बहस चल रही है। निम्नलिखित कुछ कार्यक्रम हैं जिन्हें आप लागू करने के लिए सुनिश्चित कर सकते हैं कि आप चिकित्सा सेवाएं प्राप्त कर सकते हैं, भले ही आप उन्हें वहन न कर सकें।

न्यू जर्सी मेडिकेड (New Jersey Medicaid) क्या है?

NJ मेडिकेड वयस्कों, बच्चों और दिव्यांग व्यक्तियों को स्वास्थ्य बीमा प्रदान करता है जो कार्यक्रम की अपेक्षाएं पूरी करते हों।[12] मेडिकेड के लिए अर्हता प्राप्त करने के लिए या "NJ फैमिली केयर" नामक एक समान कार्यक्रम के लिए, आपको न्यू जर्सी में रहना चाहिए और यह दर्शाना चाहिए कि आप कम आय अर्जित करते हैं। नामांकन के लिए, www.NJFamilycare.org पर जाएं या 257 कॉर्नेलिसन एवेन्यू में हडसन काउंटी परिवार सेवाएं विभाग का दौरा करें।[13] आप जर्सी सामुदायिक स्वास्थ्य और कल्याण विभाग में मेडिकेड विशेषज्ञ को भी **201-547-4578** पर कॉल कर सकते हैं।

क्या आप्रवासी न्यू जर्सी मेडिकेड प्राप्त कर सकते हैं?

NJ मेडिकेड में नामांकन के लिए, आपको एक वैध स्थायी निवासी होना चाहिए जो दोनों यू.एस. में रहे हों और पांच वर्ष तक ग्रीन कार्ड रखते हों। 18 वर्ष से कम उम्र के बच्चों और कुछ आप्रवासी समूहों, जैसे शरणार्थियों, आश्रयों और मानव तस्करी के शिकार लोगों को पांच वर्ष की प्रतीक्षा अवधि से छूट दी गई है। न्यू जर्सी में रहने वाली गर्भवती महिलाएं, जो कतिपय अपेक्षाएं पूरी करती हों, गर्भावस्था के दौरान और प्रसव या गर्भावस्था समाप्त होने की तिथि के बाद 60 दिनों के लिए NJ मेडिकेड प्राप्त कर सकती हैं।[14]

संघीय स्वास्थ्य बीमा बाज़ार (Federal Health Insurance Marketplace) क्या है? क्या है?

जो लोग मेडिकेड के लिए अर्हता प्राप्त नहीं करते, वे www.healthcare.gov पर संघीय स्वास्थ्य बीमा बाज़ार में जाकर किसी निजी बीमा एजेंसी द्वारा प्रस्तावित किसी स्वास्थ्य बीमा कार्यक्रम में सदस्यता के लिए आवेदन कर सकते हैं। आप 1 नवंबर से 15 दिसंबर के बीच बाज़ार की वेबसाइट पर किफायती स्वास्थ्य बीमा योजनाओं में नामांकन कर सकते हैं, और आपका कवरेज 1 जनवरी से शुरू होगा। हालांकि, "विशेष नामांकन अवधि" नामक अपवाद हैं जो आपको किसी भी समय नामांकन करने की अनुमति दे सकते हैं। बाज़ार के माध्यम से स्वास्थ्य कवरेज के लिए आवेदन करने के लिए, www.healthcare.gov पर जाएं या **1-800-318-2596** पर कॉल करें।[15]

चैरिटी केयर और "स्लाइडिंग स्केल" क्या हैं?

चैरिटी केयर और "स्लाइडिंग स्केल" बिना बीमा वाले और कम आय वाले रोगियों के लिए उपलब्ध रियायती कार्यक्रम हैं। यदि आप कुछ आय संबंधी अपेक्षाएं पूरी करते हैं, तो आपके लिए आवश्यक कुछ या सभी चिकित्सकीय सेवाओं का भुगतान किया जा सकता है। धर्मार्थ देखभाल और "स्लाइडिंग स्केल" कार्यक्रम हरेक अस्पताल और चिकित्सा कार्यालय में स्वतंत्र रूप से प्रशासित किए जाते हैं।[16,17]

नवागंतुक के लिए आपातकालीन भुगतान कार्यक्रम क्या है?

आप्रवासी जो आप्रवास की स्थिति के कारण मेडिकेड के लिए अर्हता प्राप्त नहीं करते हैं या क्योंकि वे दस्तावेज-रहित हैं, वे गंभीर चिकित्सा आपातकाल के तीन महीनों के भीतर 257 कॉर्नेलिसन एवेन्यू में नवागंतुक हेतु आपातकालीन भुगतान कार्यक्रम के लिए आवेदन कर सकते हैं।[18]

? यदि आप मेडिकेड के सदस्य हैं, तो इस स्वास्थ्य लाभ पहचान पत्र (HBID) को ले जाएं, खासकर जब चिकित्सक को दिखाते हों।

मेट्रोपॉलिटन फ़ैमिली हेल्थ नेटवर्क (Metropolitan Family Health Network)

मेट्रोपॉलिटन फ़ैमिली हेल्थ नेटवर्क 19 और उससे अधिक उम्र के लोगों के लिए वयस्क चिकित्सा सेवाएं प्रदान करता है। कोई ऑन-साइट सामाजिक कार्यकर्ता भी कल्याणकारी लाभों के लिए आवेदन करने में आपकी सहायता कर सकता है। दोनों केंद्र मेडिकेड को स्वीकार करते हैं और बिना बीमा वाले लोगों के लिए एक स्लाइडिंग स्केल भुगतान विकल्प प्रदान करते हैं।

- चिकित्सक को दिखाएं
- दवा के लिए पर्ची लें
- अपनी चिकित्सा अपेक्षाओं के लिए परामर्श सेवाएँ लें
- मेडिकेड, SNAP ("फूड स्टैम्प्स"), और अन्य सेवाओं के लिए आवेदन करें

बर्गन एवेन्यू लोकेशन (Bergen Avenue Location):
857 Bergen Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-478-5859

www.metropolitanfhn.com

सोम, बुध, गुरु, और शुक्र: सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे तक
मंगल: सुबह 8:30 बजे से शाम 7:00 बजे तक

लोकेशन ऑफ़ गारफ़ील्ड एवेन्यू (Garfield Avenue Location):
935 Garfield Avenue,
Jersey City, NJ 07304

201-478-5800

www.metropolitanfhn.com

सोम, बुध, गुरु, और शुक्र: सुबह 8:30 बजे से शाम 4:30 बजे तक
मंगल: सुबह 8:30 बजे से शाम 7:00 बजे तक

- किफायती, गैर-बीमित रोगी स्वीकार करता है
- स्पेनिश
- मुलाकातें स्वीकार करता है
- दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित
- अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

नॉर्थ हडसन कम्युनिटी कार्रवाई कॉरपोरेशन (North Hudson Community Action Corporation (NHCAC)) सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र

NHCAC सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र सुलभ चिकित्सा और अन्य स्वास्थ्य संबंधी सेवाएं प्रदान करता है। यह क्लिनिक बीमा कवरेज या भुगतान करने की क्षमता देखे बिना सभी रोगी स्वीकार करता है। बिना बीमा वाले रोगियों के लिए, एक स्लाइडिंग स्केल भुगतान विकल्प उपलब्ध है, जो आपके घरेलू आकार और घरेलू आय को ध्यान में रखेगा। चिकित्सक के दौरे की शुल्क $20 से $80 तक होती है।

- किसी चिकित्सक या दंत--चिकित्सक को दिखाएं
- अपने बच्चों को टीकाकरण प्राप्त करने के लिए ले जाएं
- रक्त जांच करवाएं
- किसी चिकित्सा विशेषज्ञ को दिखाने का परामर्श लें
- अपनी चिकित्सा अपेक्षाओं के लिए परामर्श लें
- दवा के लिए पर्ची लें

जर्सी सिटी लोकेशन (Jersey City location):
324 Palisade Avenue,
Jersey City, NJ 07307

201-459-8888

www.nhcac.org

सोम, मंगल, बुध और शुक्र: सुबह 8:30 बजे से शाम 5:00 बजे तक
गुरु: सुबह 8:30 बजे से शाम 7:00 बजे तक

नॉर्थ बर्गन लोकेशन (North Bergen location):
1116 43rd Street,
North Bergen, NJ 07047

201-330-2632

www.nhcac.org

सोम, मंगल, बुध और शुक्र: सुबह 8:30 बजे से शाम 5:00 बजे तक
गुरु: सुबह 8:30 बजे से शाम 7:00 बजे तक

किफायती, गैर-बीमित रोगी स्वीकार करता है

स्पेनिश

मुलाकातें स्वीकार करता है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

पार्कसाइड मेडिकल सेंटर- खलीदोस्कोप हेल्थ सेंटर, निगमन
(Parkside Medical Center—Khaleidoscope Health Center, Inc.)

पार्कसाइड मेडिकल सेंटर सस्ती प्राथमिक स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करता है और बीमित एवं गैर-बीमित रोगी स्वीकार करता है। पहले अपॉइंटमेंट का शुल्क $75 और अनुवर्ती शुल्क $50 है। पार्कसाइड मेडिकल सेंटर द्वारा ऑन-साइट टेस्ट लैब में भेजे गए मरीजों को रक्त जांच और अन्य लैब के काम पर 70% की छूट मिलती है। केंद्र उन व्यक्तियों के लिए उपचार और परामर्श प्रदान करता है जो नशीली दवाओं और शराब की लत से पीड़ित हैं।

- किफायती, गैर-बीमित रोगी स्वीकार करता है
- स्पेनिश
- मुलाकातें स्वीकार करता है
- दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित
- अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

- चिकित्सक को दिखाएं
- दवा के लिए पर्ची लें
- रक्त और अन्य लैब टेस्ट करवाएं
- नशीली दवाओं और शराब की लत के लिए उपचार लें
- मेथाडोन और सुबॉक्सोन उपचार लें

लफायेटी स्ट्रीट स्थान
121 Lafayette Street,
Jersey City, NJ 07304

201-434-1111

www.khcpmc.org

सोम-शुक्र: सुबह 9:00 बजे से दोपहर 4:00 बजे तक
शनि एवं रवि: बन्द

हैरिसन एवेन्यू लोकेशन
75 Harrison Avenue,
Jersey City, NJ 07304

201-451-5425

सोम-शुक्र: सुबह 6:00 बजे से दोपहर 3:00 बजे तक
शनि एवं रवि: सुबह 7:00 बजे से 10:00 बजे तक

साउथ एशियन मेंटल हेल्थ इनिशिएटिव एंड नेटवर्क
(South Asian Mental Health Initiative & Network (SAMHIN))

SAMHIN उत्तरी न्यू जर्सी में रहने वाले उन दक्षिण एशियाई प्रवासियों की सहायता करता है जो मानसिक स्वास्थ्य बीमारियों, नशे की लत और आत्महत्या के अनुभवों से पीड़ित हों। SAMHIN आपको उचित मानसिक स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं, सहायता समूहों और पुनर्प्राप्ति योजनाओं से जोड़ सकता है।

SAMHIN

- एक ऑनलाइन मानसिक स्वास्थ्य प्रदाता निर्देशिका के माध्यम से किसी मानसिक स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर के साथ जुड़ें
- मानसिक बीमारियों और लत के बारे में जानें
- एक दक्षिण एशियाई शराबी बेनामी समूह में शामिल हों
- जननी से जुड़ें, जो किसी ऐसे व्यक्ति के लिए एक नि:शुल्क सहायता समूह है जिसने आत्महत्या द्वारा किसी को खो दिया हो

732-902-2561
908-280-2833

info@samhin.org
www.samhin.org

- नि:शुल्क
- हिंदी, गुजराती, पंजाबी
- सेवाएं उपलब्ध

वुमेन, इन्फेंट, एंड चिल्ड्रन प्रोग्राम (Women, Infants, and Children Program (WIC))

वुमेन, इन्फेंट, एंड चिल्ड्रन प्रोग्राम भोजन और बच्चों की दवाएं खरीदने के लिए वाउचर प्रदान करते हैं, साथ ही आवश्यक समर्थन का एक नेटवर्क भी है। ये सेवाएं पात्र गर्भवती महिलाओं, स्तनपान कराने वाली माताओं और पांच वर्ष और उससे छोटे बच्चों वाले परिवारों के लिए उपलब्ध हैं। आवेदन करने के लिए, जर्सी सिटी WIC कार्यालय में पहचान और आय के प्रमाण लाएं। यदि आपके पास हों, तो मेडिकेड प्राप्त करने का प्रमाण और गर्भावस्था का प्रमाण लाएं। WIC स्थिति पर विचार किए बिना सभी आप्रवासियों का स्वागत करता है।

- पौष्टिक भोजन और शिशु दवाओं के लिए वाउचर लें
- बचपन के पोषण के बारे में जानें
- शिशुओं और बच्चों के लिए टीकाकरण अपेक्षाओं के बारे में जानें
- स्वास्थ्य देखभाल प्रदाताओं से जुड़ें
- शैक्षिक स्तनपान सहायता लें

Dr. Martin Luther King, Jr. City Hall Annex
1 Jackson Square,
Jersey City, NJ 07305

201-547-6842

help@jcwic.org
www.jcwic.org

निःशुल्क

स्पैनिश, अरबी, अन्य विदेशी भाषाएँ

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अपने बच्चे के पोषण में सहायता के लिए जर्सी सिटी WIC कार्यालय जाएँ।

अपने "WIC स्वीकृत" फल, सब्जियां, डेयरी उत्पाद, और किसी सुपरमार्केट में बच्चे का भोजन लें जो WIC वाउचर स्वीकार करता है।

आवास और नौकरियां

पर्यावरणीय स्वास्थ्य का जर्सी सिटी प्रभाग (Jersey City Division of Environmental Health)

पर्यावरणीय स्वास्थ्य प्रभाग खाद्य और स्वास्थ्य से संबंधित सभी कार्यों की देखरेख और सार्वजनिक स्थानों पर स्वास्थ्य समस्याओं से निपटने के जरिए जर्सी सिटी को स्वस्थ रखता है। प्रभाग उन लोगों या संगठनों को चेतावनी भी देता है जो स्वास्थ्य नियमों का पालन नहीं करते। शिकायत दर्ज करने के लिए, **201-547-5285** पर कॉल करें।

- अपने मकान मालिक से संबंधित समस्याएं रिपोर्ट करें
- खटमल, चूहों और कीट संक्रमणों की रिपोर्ट करें
- मल या कचरा समस्याओं की रिपोर्ट करें
- रेस्तरां, किराने की दुकानों या सौंदर्य और हेयर पार्लर संबंधी समस्याएं रिपोर्ट करें

Dr. Martin Luther King, Jr. City Hall Annex
1 Jackson Square,
Jersey City, NJ 07305

201-547-5285

नि:शुल्क

स्पैनिश, तागालोग, अन्य विदेशी भाषाएँ

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

पर्यावरणीय स्वास्थ्य विभाग जनता को भोजन परोसने वाले सभी व्यवसायों का निरीक्षण करता है। कोई समस्या रिपोर्ट करने के लिए **201-547-5285** पर कॉल करें।

मैं अपने घर को कैसे सुरक्षित रख सकता हूं?

यदि आपको गैस से बदबू आती है तो 9-1-1 पर कॉल करें।
खाना पकाने के स्टोव और वॉटर हीटर को पॉवर देने के लिए इस्तेमाल की जाने वाली गैस ज्वलनशील होती है और सांस लेने पर स्वास्थ्य संबंधी गंभीर समस्याएं पैदा कर सकती है। यदि आपके घर में कोई भी गैस पाइप रिस रहा हो, तो आपको सड़े हुए अंडे के समान एक अलग गंध सूंघने में सक्षम होना चाहिए, जिसे किसी रिसाव का पता लगाने में सहायता करने के लिए जानबूझकर जोड़ा जाता है। यदि आपको लगता है कि गैस रिसाव है, तो अपनी खिड़कियां खोलें, बिजली के उपकरण न छुएं, बाहर जाएं, और तुरंत 9-1-1 पर कॉल करें।[1]

धुआं और कार्बन मोनोऑक्साइड डिटेक्टर स्थापित करें और उनका परीक्षण करें।
धुआं और कार्बन मोनोऑक्साइड डिटेक्टर छोटे इलेक्ट्रॉनिक उपकरण हैं जो आपके घर में आग या घातक गैस होने पर अलार्म बजाते हैं। यह जानना महत्वपूर्ण है कि कार्बन मोनोऑक्साइड में ध्यान देने योग्य वह गंध नहीं होती जो खाना पकाने की गैस में जोड़ी जाती है, और यह किसी भी उस व्यक्ति को मार सकती है जो इसे लंबी अवधि तक सांस में लेता है। ये डिटेक्टर दीवारों और छत पर लगाए जाते हैं, और आमतौर पर बदलने योग्य बैटरी द्वारा संचालित होते हैं। यदि आप घर किराए पर लेते हैं, तो आपके मकान मालिक को डिटेक्टर प्रदान करने हैं, लेकिन आपको उपकरणों का परीक्षण करना चाहिए और यह सुनिश्चित करना चाहिए कि बैटरी बदलने की अपेक्षा नहीं है।[2] नि:शुल्क धूम्रपान और कार्बन मोनोऑक्साइड डिटेक्टरों के बारे में पूछने के लिए, जर्सी सिटी अग्निशमन कार्यालय को **201-547-4255** पर कॉल करें।

लेड (सीसा) विषाक्तता से सावधान रहें, विशेष रूप से बच्चों के लिए।
लेड एक रसायन है जो ज़हरीला साबित होता है, खासकर बच्चों के लिए, और संयुक्त राज्य में यह दशकों से सख्ती से प्रतिबंधित है। सीसा विषाक्तता का सबसे आम स्रोत क्षतिग्रस्त और छीलने वाला पेंट है जो 1978 से पहले बने अपार्टमेंट और घरों में पाया जाता है। नए आप्रवासी बच्चों की सीसे के संपर्क में आने की अधिक संभावना रहती है।[3] नौ महीने से छह वर्ष तक के बच्चों के लिए नि:शुल्क लेड स्क्रीनिंग के लिए, बाल विष रोकथाम कार्यक्रम को **201-522-4395** पर कॉल करें।[4]

कीड़ों और चूहों इत्यादि को अपने घर से बाहर रखें।
कीड़ों और चूहों इत्यादि को अंदर जाने से रोकने के लिए अपनी दीवारों के सभी छेद ढँक दें या बंद कर दें, खाद्य पदार्थ सीलबंद कंटेनरों में रखें, और जितनी बार हो सके कूड़े को बाहर फेंक दें।[5] यदि आप किराएदार हैं और आपका मकान मालिक संक्रमण नहीं निपटाता है, तो आप मकान मालिक किरायेदार संबंध कार्यालय को **201-547-5127** पर और पर्यावरणीय स्वास्थ्य विभाग में **201-547-5285** पर कॉल कर सकते हैं।

अपना घर मौसम के अनुकूल बनाएं।
प्योर्टो रिकान एसोसिएट्स फॉर कम्युनिटी ऑर्गनाइजेशन (Puertorriqueños Asociados for Community Organisation (PACO)) मौसम-अनुकूलन एक ऐसा कार्यक्रम है जो कम आय वाले लोगों को ऊर्जा संबंधी बिल कम करने और घर पर ऊर्जा दक्षता बढ़ाने में सहायता करता है। PACO ऊर्जा-बचत करने वाले प्रकाश बल्बों और उपकरणों की पेशकश, दरवाजे और खिड़कियों को सील करने और हीटिंग बिलों के लिए सब्सिडी के बारे में जानकारी प्रदान करके सहायता कर सकता है। मौसम-अनुकूलन के लिए आवेदन करने के लिए, कृपया **844-722-6432** पर कॉल करें। आपको एक आवेदन भरने और कुछ सहायक दस्तावेज प्रदान करने के लिए कहा जाएगा।[6]

टेस्ट बटन दबाकर अलार्म्स का मासिक रूप से परीक्षण करें।

यदि आप अपने ऊर्जा संबंधी बिलों का भुगतान करने से जूझ रहे हैं, तो PACO से उनके मौसम-अनुकूलन और LiHEAP कार्यक्रम के बारे में पूछें।

जर्सी सिटी रोजगार और प्रशिक्षण कार्यक्रम (Jersey City Employment and Training Program (JCETP))

JCETP जर्सी सिटी के निवासियों को नौकरी और उचित नौकरी प्रशिक्षण में सहायता करता है। यदि आपकी उम्र 14 और 24 वर्ष के बीच है, तो आप व्यावसायिक कौशल प्रशिक्षण और वित्तीय साक्षरता शिक्षा प्राप्त कर सकते हैं। सेवाओं के उपयोग हेतु, आप बेरोजगार या अल्प रोजगार वाले होने चाहिए।

- नौकरी खोजने में सहायता लें
- कोई अग्रेषण पत्र और रिज़्यूम बनाने में सहायता लें
- नौकरी खोजने के लिए कंप्यूटर का इस्तेमाल करें
- नौकरी प्रशिक्षण और रोजगार लें

248 Summit Avenue, 1st Floor,
Jersey City, NJ 07306

201-795-8800

jcetp.org

मार्टिन प्लेस (Martin's Place):
398 Martin Luther King Jr. Drive,
Jersey City, NJ 07305

551-222-4323

नि:शुल्क

स्पेनिश

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

जर्सी सिटी हाउसिंग अथॉरिटी (Jersey City Housing Authority)

जर्सी सिटी हाउसिंग अथॉरिटी कम आय वाले पात्र परिवारों और वरिष्ठ नागरिकों को किफायती और सुरक्षित आवास खोजने में सहायता करती है। हाउसिंग चॉइस वाउचर प्रोग्राम (HCVP) कम आय वाले व्यक्तियों को किराया देने और आर्थिक आत्मनिर्भरता की ओर बढ़ने में सहायता करने के लिए बनाया गया है। कार्यक्रम के लिए अर्हता प्राप्त करने के लिए, आपको आय अपेक्षाएं पूरी करनी चाहिए, अमेरिकी नागरिक या वैध स्थायी निवासी होना चाहिए, और यह साबित करने में सक्षम होना चाहिए कि आप एक अच्छे किरायेदार हैं।

- हाउसिंग चॉइस वाउचर प्रोग्राम के लिए आवेदन करें
- सार्वजनिक आवास के लिए आवेदन करें

400 U.S. Highway #1,
Jersey City, NJ 07306

201-706-4600

www.jerseycityha.org

नि:शुल्क

स्पेनिश

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

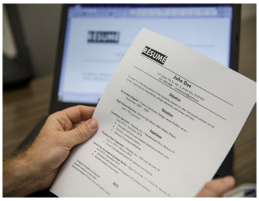
अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

मुझे कोई अच्छी नौकरी कैसे मिल सकती है?

नौकरी खोजने का सबसे आम तरीका उन लोगों से पूछना है जिन्हें आप जानते हैं कि क्या वे सिफारिशें साझा कर सकते हैं। आप किसी स्थानीय समाचारपत्र के "नौकरियां" भाग में या सुपरमार्केट में पोस्टर की समीक्षा करके भी लिस्टिंग पा सकते हैं। जिन व्यवसायों के लिए काम पर रखा जाता है, वे आमतौर पर अपनी खिड़कियों में "सहायता चाहिए" संकेत प्रकाशित करते हैं। आप इंटरनेट पर नौकरी के कई विज्ञापन भी पा सकते हैं।

"पूर्णकालिक" बनाम "अंशकालिक" क्या है?

"अंशकालिक" का अर्थ है किसी काम में प्रति सप्ताह 30 घंटे से कम काम करना। अंशकालिक नौकरियां आमतौर पर नौकरी के लाभ की पेशकश नहीं करती हैं, जैसे कि स्वास्थ्य बीमा योजना में भुगतान की गई छुट्टी या नियोक्ता का योगदान। **"पूर्णकालिक"** का अर्थ है किसी नौकरी में प्रति सप्ताह कम से कम 40 घंटे काम करना और इसमें आमतौर पर नौकरी के लाभ शामिल हैं। हालांकि, हरेक नियोक्ता "अंशकालिक" और "पूर्णकालिक" की शर्तों को परिभाषित करता है, इसलिए नौकरी पर जाने से पहले नौकरी के लाभों के बारे में पूछना ज़रूरी है।[7]



नौकरी पाने के लिए मुझे किन दस्तावेजों की अपेक्षा होगी?

कार्य प्राधिकरण का सबसे सामान्य रूप एक सामाजिक सुरक्षा कार्ड है, लेकिन एक रोजगार प्राधिकरण दस्तावेज़ या ग्रीन कार्ड भी पर्याप्त है। लगभग सभी नियोक्ता आपको एक औपचारिक नौकरी आवेदन प्रदान करेंगे और आपको इसे अपनी व्यक्तिगत जानकारी, पिछली नौकरियों, शिक्षा के अतीत और नौकरी के संदर्भों की सूची के साथ भरने के लिए कहेंगे। नौकरी के संदर्भ ऐसे लोग हैं जो किसी नए नियोक्ता को बता सकते हैं कि आप एक विश्वसनीय कर्मचारी साबित होंगे। आमतौर पर, वे आपके पूर्व नियोक्ता या पूर्व सहकर्मी होते हैं, न कि आपका परिवार। अधिकांश कुशल नौकरियों के लिए, आपको एक आत्म-विवरण बनाने और प्रस्तुत करने की भी अपेक्षा होगी। आत्म-विवरण एक अनूठा दस्तावेज है जो आपके नाम, संपर्क जानकारी, कौशल, पिछली नौकरियों और शिक्षा के अतीत को सूचीबद्ध करता है।[7]

? अधिकांश कुशल नौकरियों के लिए आवेदन करते समय एक मुद्रित आत्म-विवरण होना एक सांस्कृतिक अपेक्षा है।

नौकरी पाने के दौरान मुझे क्या सावधानी बरतनी चाहिए?

कुछ अपराधी नौकरी ढूंढ रहे लोगों को नुकसान पहुंचाना चाहते हैं। किसी नियोक्ता को आपके आवेदन को पढ़ने या आपको नौकरी के लिए प्रशिक्षित करने के लिए कभी भी भुगतान की अपेक्षा नहीं होनी चाहिए। आपको नियोक्ता से सीधे बात किए बिना और नौकरी के आवेदन को पूरा किए बिना कभी भी नौकरी स्वीकार नहीं करनी चाहिए। इसके अलावा, व्यक्तिगत जानकारी साझा न करें, जैसे कि आपकी सामाजिक सुरक्षा संख्या या व्यक्तिगत करदाता पहचान संख्या (ITIN), जब तक कि आप निश्चित न हों कि नियोक्ता वैध है। कभी भी "मौखिक रूप से" काम न करें- यह न केवल गैरकानूनी है, बल्कि यह आपको नियोक्ताओं द्वारा दुर्व्यवहार करने के जोखिम में भी डालता है।[7]

"तरक्की करना" का क्या मतलब है?

"तरक्की करना" का अर्थ है अपनी वर्तमान नौकरी पर अनुभव और विश्वास के आधार पर बेहतर नौकरी ढूंढना। ऐसा करना संयुक्त राज्य में सफलता के लिए आवश्यक है और आपको यह सुनिश्चित करने की अपेक्षा है कि आपका वर्तमान नियोक्ता भविष्य की नौकरियों के लिए एक अच्छे रोजगार संदर्भ के रूप में काम करेगा। यदि आप एक अच्छे कर्मचारी हैं, तो आपको संभवतः अधिक भुगतान किया जाएगा या नौकरी के संदर्भों प्राप्त करने और आपको एक बेहतर नौकरी खोजने की अपेक्षा होगी। यदि आप नौकरी छोड़ने की योजना बना रहे हैं, तो अपने नियोक्ता को न्यूनतम दो सप्ताह पहले बताना एक सांस्कृतिक अपेक्षा है। यदि आप ऐसा नहीं करते हैं, तो आपका नियोक्ता नौकरी के संदर्भ के रूप में काम नहीं करेगा। अपने नियोक्ता से अधिक जिम्मेदारी के लिए पूछना या डिप्लोमा और डिग्री के लिए स्कूल में फिर से प्रवेश लेना भी "तरक्की करना" के अच्छे तरीके हैं।[8]

इस सब में कौन मेरी सहायता कर सकता है?

आप्रवासी मामलों का प्रभाग (DIA) आपकी नौकरी खोजने में सहायता करने के लिए आपको संसाधनों से जोड़ सकता है: **201-547-4328.** इसके अतिरिक्त, जर्सी सिटी रोजगार और प्रशिक्षण कार्यक्रम (JCEPT) नौकरी कौशल के साथ नि:शुल्क सहायता प्रदान करता है: **201-795-8800.**[9] आप **www.usa.gov/find-a-job** पर भी जा सकते हैं।

वन-स्टॉप कैरियर सेंटर-न्यू जर्सी कैरियर कनेक्शन

(One-Stop Career Center—New Jersey Career Connections)

जर्सी सिटी में वन-स्टॉप सेंटर न्यू जर्सी कैरियर कनेक्शन का हिस्सा है और आपको नौकरी खोजने, विशेष नौकरियों के लिए प्रशिक्षण खोजने और साक्षात्कार की तैयारी करने में सहायता कर सकता है। यह केंद्र एक दूसरी भाषा के रूप में अंग्रेजी (ESL) में कक्षाओं के रूप में लाभ नामांकन के साथ सहायता कर सकता है।

- नौकरी पाने के लिए पेशेवर सहायता लें
- विशेष नौकरियों के लिए प्रशिक्षण लें
- अपने आत्म-विवरण लिखने में सहायता लें

438 Summit Avenue, 2nd Floor,
Jersey City, NJ 07306

201-217-4899
201-217-7008

www.careerconnections.nj.gov

- निःशुल्क
- स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएँ
- दस्तावेज और तैयारी आवश्यक
- अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

प्योर्टो रिकान एसोसिएट्स फॉर कम्युनिटी ऑर्गनाइजेशन

(Puertorriqueños Asociados for Community Organisation (PACO))

PACO लोगों को उनके ऊर्जा संबंधी बिलों का भुगतान करने में सहायता करता है, उन्हें अपने घरों में ताप और ऊर्जा के संरक्षण के तरीके खोजने में सहायता करता है, और लेड के प्रभाव के लिए घरों का निरीक्षण करता है। ये सेवाएं किराएदारों और मालिकों दोनों के लिए उपलब्ध हैं और इनकी पात्रता अपेक्षाएं हैं। आप सेंट्रल एवेन्यू स्थान पर घरेलू ऊर्जा सहायता और मौसम-अनुकूलन के लिए आवेदन कर सकते हैं। अन्य सामाजिक सेवाएं PACO मल्टी-सर्विस सेंटर में उपलब्ध हैं, जैसे दस्तावेज़ अनुवाद, वरिष्ठ सहायता और युवाओं के लिए ग्रीष्मकालीन कला शिविर।

- अपने ऊर्जा संबंधी बिलों का भुगतान करने में सहायता के लिए आवेदन करें
- ताप और इन्सुलेशन में सुधार के लिए अपने घर का निरीक्षण करवाएं
- लेड के लिए अपने घर का निरीक्षण करवाएं
- मेडिकेयर और अन्य सार्वजनिक लाभों के लिए आवेदन करने में सहायता लें
- गर्मियों के युवा कार्यक्रमों के लिए अपने बच्चों का पंजीकरण करें

- निःशुल्क, किफायती
- स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएँ
- दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित
- अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

गृह ऊर्जा और मौसम-अनुकूलन कार्यालय (Home Energy and Weatherization Office):
346 Central Avenue,
Jersey City, NJ 07307

844-722-6432

liheap@pacoagency.org
www.pacoagency.org

कार्यकारी कार्यालय और बहु-सेवा केंद्र (Executive Office and Multi-Service Center):
390 Manila Avenue,
Jersey City, NJ 07302

844-722-6432

info@pacoagency.org

एक किरायेदार के रूप में मेरे अधिकार और जिम्मेदारियां क्या हैं?

एक **किरायेदार** (या "किराया-निवासी") वह है जो ऐसी संपत्ति में रहता है जिसका वह मालिक नहीं होता और संपत्ति के मालिक या **"मकान मालिक"** को मासिक भुगतान करता है। किरायेदार और मकान मालिक के बीच के समझौते को आम तौर पर एक **पट्टा** कहा जाता है, जो एक हस्ताक्षरित दस्तावेज है जो मासिक भुगतान, किरायेदार और मकान मालिक की विशेष अपेक्षाओं और पट्टे शुरू होने और समाप्त होने की तारीखों का वर्णन करता है।[10]

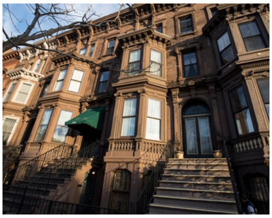
किसी किरायेदार को क्या करना चाहिए?
किसी भी किरायेदार की सबसे महत्वपूर्ण जिम्मेदारी यह है कि उसे पट्टे पर लिखित मासिक अंतिम तिथि पर या उससे पहले मकान मालिक को पूर्ण किराये का भुगतान करना है। किराए का भुगतान आने वाले महीने से पहले करना चाहिए; वे लगभग एक महीने के किराए के बाद कभी नहीं चुकाए जाते हैं। आमतौर पर, किसी किरायेदार, जो एक घर या अपार्टमेंट किराए पर लेता है, को संपत्ति को साफ रखने, पड़ोसियों को बाधित करने से बचने और विशिष्ट दिनों पर कूड़े-करकट को कूड़ेदान और रीसायकल की जगह रखने की अपेक्षा होती है। किरायेदारों को आम तौर पर किराए पर दी गई संपत्ति की मरम्मत करने की अपेक्षा नहीं होती है, और मकान मालिक को लिखित रूप से किसी भी नुकसान की रिपोर्ट करना हमेशा सबसे अच्छा होता है। अधिकांश पट्टों में अन्य किरायेदार अपेक्षाएं शामिल होंगी जो अधिक विशिष्ट हैं, जैसे कि किसी किरायेदार को संपत्ति के अंदर धूम्रपान करने या पालतू जानवर की अनुमति।[11]

मकान मालिक को क्या करना चाहिए?
किसी भी मकान मालिक की सबसे महत्वपूर्ण जिम्मेदारी "आवास की वारंटी" को बनाए रखना है। यह किरायेदार को पीने योग्य पानी (गर्म और ठंडा दोनों), सर्दियों में एक कामकाजी हीटिंग सिस्टम और बिजली और गैस के लिए आपूर्ति प्रणाली प्रदान करना एक कानूनी अपेक्षा है। आमतौर पर, मकान मालिक को संपत्ति के साथ किसी भी बड़ी समस्या को ठीक करना भी आवश्यक होता है, जैसे कि पाइप में रिसाव, टूटी हुई खिड़कियां, चूहों या कीड़ों के संक्रमण या कोई भी सुरक्षा खतरे। आमतौर पर, मकान मालिक किसी रेफ्रिजरेटर, स्टोव, या वॉशिंग मशीन जैसे उपकरणों की आपूर्ति के लिए जिम्मेदार नहीं होता। यदि ये उपकरण किराए की संपत्ति के साथ आते हैं, तो उन्हें पट्टे में लिखा जाना चाहिए।[11]

सुरक्षा जमाराशि क्या है?
सुरक्षा जमाराशि एक भुगतान है जो कोई किरायेदार किराये के समझौते की शुरुआत में करता है जिसे मकान मालिक संपत्ति के उन कुछ हिस्सों की मरम्मत करने के लिए उपयोग कर सकता है जिसे किरायेदार तोड़ता है, लेकिन केवल किरायेदार के आवास छोड़ने के बाद। सुरक्षा जमाराशि एक बार भुगतान है, और न्यू जर्सी कानून के अनुसार, यह डेढ़ महीने के किराए के भुगतान से अधिक नहीं हो सकता है। न्यू जर्सी कानून द्वारा भी यह अपेक्षित है कि मकान मालिक को किरायेदार के नाम के उपयोग से एक विशेष बैंक खाते या निवेश खाते में किरायेदार की सुरक्षा राशि जमा करनी चाहिए।[12]

किरायेदारों के लिए कुछ महत्वपूर्ण सुझाव क्या हैं?
किराए पर लेने से पहले, आपको हमेशा मकान मालिक से एक लिखित पट्टा मांगना चाहिए और यदि आवश्यक हो तो किसी अनुवादक के उपयोग से इसे सावधानीपूर्वक पढ़ना चाहिए। पट्टे पर हस्ताक्षर करने से पहले किसी विधिवक्ता की सलाह लेना भी एक अच्छा सुझाव है। किरायेदारों को मकान मालिक से लिखित रसीद प्राप्त करने या प्राप्त करने का रिकॉर्ड रखे बिना मकान मालिक को कभी भी नकद भुगतान नहीं करना चाहिए। अंत में, ध्यान रखें कि आपका मकान मालिक भविष्य की नौकरियों या किराये के आवेदन के लिए किसी संदर्भ के रूप में काम कर सकता है, इसलिए जितना संभव हो उतना सकारात्मक संबंध बनाए रखना सुनिश्चित करें।[10]

❓ बिना हस्ताक्षरित पट्टे के आवास कभी किराए पर न दें। भुगतान का दस्तावेजी अभिलेख रखे बिना कभी भी किराए का भुगतान न करें।



अर्बन लीग ऑफ हडसन काउंटी (Urban League of Hudson County)

अर्बन लीग ऑफ हडसन काउंटी रोजगार कार्यक्रम उन लोगों को व्यावसायिक प्रशिक्षण और नौकरी के लिए सहायता प्रदान करती है जो पहले से ही जरूरतमंद परिवारों (TANF) के लिए अस्थायी सहायता प्राप्त करते हैं। वे सामान्य शैक्षिक डिप्लोमा (GED) कक्षाएं भी प्रदान करते हैं।

Urban League of
Hudson County

- व्यावसाय और नौकरी का तत्परता प्रशिक्षण लें
- नौकरी नियोजन सहायता लें
- GED कक्षाओं में प्रविष्टि लें

253 Martin Luther King Drive,
Jersey City, NJ 07305

201-451-8888

info@ulohc.org
www.ulohc.org

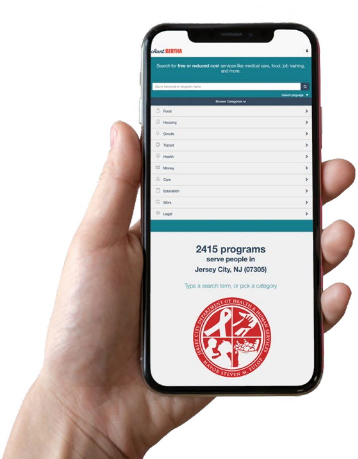
नि:शुल्क

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

अधिक ऑनलाइन खोज करें

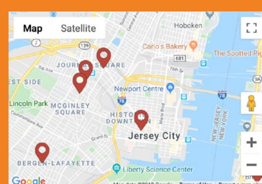
स्वास्थ्य-लाभ लें, आज ही शुरू करें



स्वास्थ्यकर जेसी सेवा नेटवर्क

- अपनी सभी जरूरतों के लिए 2,000 से अधिक नि:शुल्क और किफायती सेवाएं खोजें
- अपने पड़ोस में उपलब्ध सभी नि:शुल्क सेवाओं का मानचित्र देखें
- सेवा प्रदाता अपने मित्रों और परिवार के साथ साझा करें

HealthierJC.AuntBertha.com



एक स्वास्थ्यकर जर्सी सिटी के लिए भागीदारी

- नि:शुल्क और किफायती कार्यों के सामुदायिक कैलेंडर देखें
- संघीय और राज्य स्वास्थ्य एजेंसियों से लाइव ट्विटर फ़ीड पढ़ें
- जर्सी सिटी की सेवा करने वाला कोई भी संगठन एक स्वास्थ्यकर JC भागीदार बन सकता है और अनुदान के लिए आवेदन कर सकता है
- तत्काल स्वास्थ्य प्राथमिकताओं के बारे में जानें

www.HealthierJC.com

अधिक जानकारी के लिए, **mkelleher@jcnj.org** या **jpinkney@jcnj.org** पर ईमेल करें।

ESL और वयस्क शिक्षा (ESL and Continuing Education)

कार्यवाही 21

कार्यवाही 21 एक स्वयंसेवक-आधारित बहु-सेवा संगठन है जो अंग्रेजी को द्वितीय भाषा (ESL) के रूप में और नागरिक-शास्त्र/नागरिकता कक्षाओं के साथ-साथ बच्चों के लिए स्कूल-ट्यूशन प्रदान करता है। कार्यवाही 21 अपने अधिकार जानने की कार्यशालाएं भी आयोजित करता है।

- अंग्रेजी कक्षा लेने के लिए पंजीकरण करें
- नागरिक-शास्त्र/नागरिकता कक्षा के लिए पंजीकृत हों
- अपने बच्चों को होमवर्क की सहायता के लिए लाएं

366 Central Avenue, 2nd Floor,
Jersey City, NJ 07307

973-980-8745

njaction21@yahoo.com

किफायती

स्पेनिश, स्पेनिश सांकेतिक भाषा (LSE)

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

जर्सी सिटी पब्लिक स्कूलों में वयस्क शिक्षा कार्यक्रम (Adult Education Program at Jersey City Public Schools)

वयस्क शिक्षा कार्यक्रम जर्सी सिटी के निवासियों के लिए अंग्रेजी में द्वितीय भाषा (ESL) के रूप में कक्षाएं और अंग्रेजी या स्पेनिश में सामान्य शिक्षा डिप्लोमा (GED) कक्षाएं नि:शुल्क प्रदान करता है। दिन की कक्षाएं (सुबह 9:00 बजे से दोपहर 3:00 बजे तक) फेरिस हाई स्कूल में उपलब्ध हैं, और शाम की कक्षाएं (शाम 6:00 बजे से रात 9:00 बजे तक) पब्लिक स्कूल #11 में उपलब्ध हैं। नामांकन करने के लिए, आपके पास सामाजिक सुरक्षा नंबर, फोटो आईडी और पते का प्रमाण होना चाहिए। कक्षाएं अक्टूबर और जून के बीच प्रस्तावित होती हैं। पूर्व पंजीकरण और रोजगार-नियोजन परीक्षाएं आवश्यक हैं।

- दूसरी भाषा (ESL) कक्षाओं के रूप में अंग्रेजी के लिए पंजीकरण करें
- अंग्रेजी या स्पेनिश में सामान्य शिक्षा डिप्लोमा (GED) कक्षाओं के लिए पंजीकरण करें

डे टाइम लर्निंग प्रोग्राम (Daytime Learning Program):
Ferris High School, Building A (1st Floor)
35 Colgate Street,
Jersey City, NJ 07302

201-915-6614

ईवनिंग लर्निंग प्रोग्राम (Evening Learning Program):
Public school # 11
886 Bergen Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-915-6521
201-915-6227

pchristen@jcboe.org
www.jcboe.org

नि:शुल्क

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

द अमेरिकन इंग्लिश प्रोग्राम (The American English Program)
न्यू जर्सी सिटी यूनिवर्सिटी (New Jersey City University (NJCU))

NJCU कॉलेज और कामकाजी वयस्कों की तैयारी करने वाले छात्रों पर विशेष ध्यान देने के साथ, सभी अंग्रेजी स्तरों के छात्रों के लिए दूसरी भाषा (ESL) के रूप में अंग्रेजी की कक्षाएं प्रदान करता है। कार्यदिवस के दिन सुबह, दोपहर और शाम को और शनिवार को कक्षाएं उपलब्ध हैं। शिक्षा शुल्क प्रति सप्ताह लगभग $75.00 है।

- अत्यधिक केंद्रित ESL कक्षाएं लेने के लिए पंजीकरण करें
- कॉलेज स्तर की अंग्रेजी, व्यावसायिक अंग्रेजी, अमेरिकी संस्कृति और उच्चारण पर ध्यान दें

2039 Kennedy Boulevard PS #414,
Jersey City, NJ 07305

201-200-3423

learnenglish@njcu.edu
www.njcu.edu/learnenglish

दस्तावेज और तैयारी आवश्यक

सेंट्रो कोमुनिटारियो CEUS (Centro Comunitario CEUS)

CEUS एक दूसरी भाषा (ESL) और स्पेनिश साक्षरता के रूप में अंग्रेजी की कक्षाएं प्रदान करता है। छात्रों को उपयुक्त कक्षा में रखे जाने से पहले उनके स्तर का निर्धारण करने के लिए मूल्यांकन किया जाएगा। हर एक सत्र के लिए कक्षाओं का खर्च $80 है।

- दूसरी भाषा (ESL) के रूप में अंग्रेजी कक्षाओं में भाग लें
- स्पेनिश साक्षरता कक्षाओं में भाग लें
- अंग्रेजी वार्तालाप कक्षाओं में भाग लें

4214 John F. Kennedy Boulevard,
Union City, NJ 07087

201-617-2466

info@ceusnj.org
www.ceusnj.org

किफायती

स्पेनिश

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

दूसरी भाषा के रूप में अंग्रेज़ी कार्यक्रम (English as a Second Language Program)
द अमेरिकन इंग्लिश प्रोग्राम (The American English Program)

विरूम स्ट्रीट चर्च सर्दियों, वसंत और पतझड़ में द्वितीय भाषा (ESL) के रूप में अंग्रेजी कक्षाओं के पांच स्तर प्रदान करता है। कक्षाओं के लिए पंजीकरण करने से पहले आपका मूल्यांकन ज़रूरी है। कक्षाएं मुफ़्त हैं, लेकिन आपको अध्ययन सामग्री और पुस्तकों के लिए $45 का भुगतान करना होगा।

- अपने अंग्रेजी भाषा कौशल पर मूल्यांकन लें
- किसी अंग्रेजी कक्षा के लिए पंजीकृत हों
- अपनी अंग्रेजी भाषा की क्षमता के आधार पर ESL कक्षाओं में भाग लें

155 Vroom Street,
Jersey City, NJ 07306

201-332-7841

esl.vroom.terry@gmail.com
vroomstreetchurch.org/free-esl-classes-in-jersey-city

किफायती

स्पेनिश

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

इंग्लिश कनेक्ट (English Connect)
चर्च ऑफ जीसस क्राइस्ट ऑफ लैटर-डे सेंट्स (Church of Jesus Christ of Latter-day Saints)

चर्च ऑफ जीसस क्राइस्ट ऑफ लैटर-डे सेंट्स मंगलवार और गुरुवार की रात 7:00 बजे से 8:00 बजे तक द्वितीय भाषा (ESL) के रूप में एक नि:शुल्क अंग्रेजी कक्षा प्रदान करता है। वार्तालाप समीक्षा कक्षा के लिए किसी भी गुरुवार के दिन आपका स्वागत है। यदि आप मंगलवार को उपस्थित होना चाहते हैं, तो आपको नीचे दिए नंबर पर कॉल करना होगा और वर्कबुक के लिए $5 का भुगतान करना होगा। आप गुरुवार रात 8:00 बजे से 8:30 बजे तक "अप्रवासियों के लिए आत्मनिर्भरता" कक्षा में भी आ सकते हैं जिसमें व्यक्तिगत और व्यावसायिक सफलता के लिए कौशल सिखाया जाता है। सभी कक्षाएं नि:शुल्क हैं।

THE CHURCH OF
JESUS CHRIST
OF LATTER-DAY SAINTS

- गुरुवार की रातों में किसी अंग्रेजी वार्तालाप कक्षा में शामिल हों
- मंगलवार की रातों में 25 सप्ताह की अंग्रेजी कक्षा में दाखिला लें
- "आप्रवासियों के लिए आत्मनिर्भरता" कक्षा में भाग लें

140 Sip Avenue, 2nd Floor,
Jersey City, NJ 07306

973-906-9680

नि:शुल्क

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

फेमिलीज़ फॉर लिटरेसी प्रोग्राम (Families for Literacy Program)

सेंट पीटर यूनिवर्सिटी (SPU) और न्यू सिटी किड्स (Saint Peter's University (SPU) and New City Kids)

Aa

न्यू सिटी किड्स के सहयोग से, SPU के फेमिलीज़ फॉर लिटरेसी प्रोग्राम में अंग्रेजी में द्वितीय भाषा (ESL), संगीत और कला के साथ-साथ ट्यूशन, रोजगार प्रशिक्षण और वित्तीय साक्षरता के रूप में कक्षाएं दी जाती हैं। सभी कक्षाएं नि:शुल्क हैं और सप्ताह में दो बार आयोजित होती हैं। शिशु-देखभाल दिन की कक्षाओं के दौरान दिया गया है। यह केवल जर्सी सिटी के निवासियों के लिए खुला है, जो मूल अंग्रेजी बोलने वाले नहीं हैं और जिनका ग्रेड K–12 में किसी स्कूल-आयु वर्ग का बच्चा है।

- नि:शुल्क ESL कक्षाओं के लिए पंजीकरण करें
- अपने बच्चे के स्कूल के वार्तालाप करना सीखें
- नियोक्ताओं के साथ जुड़ना और आत्म-विवरण विकसित करना सीखें
- स्कूल के बाद की कक्षाओं और शिक्षण के लिए अपने बच्चों को दाखिल करें
- वित्तीय प्रबंधन की मूल बातें जानें

$ नि:शुल्क

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

फेमिलीज़ फॉर लिटरेसी प्रोग्राम में नामांकन के लिए
(To Enroll in the Families for Literacy Program):
240 Fairmount Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-915-9896

joshe@newcitykids.org

अंग्रेज़ी बतौर दूसरी भाषा की जानकारी
(Information For English as a Second Language (ESL)):
O'Toolly Library, 3rd floor and basement
99 Glenwood Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-761-6184

asansone@saintpeters.edu
www.saintpeters.edu/celac

ग्रेटर बर्गन कम्युनिटी एक्शन (Greater Bergen Community Action (GBCA))

ग्रेटर बर्गन कम्युनिटी एक्शन अंग्रेजी को द्वितीय भाषा (ESL) के रूप में प्रदान करता है और शुरूआती कार्यक्रम के पात्र बच्चों के माता-पिता के लिए नागरिकता कक्षाएं प्रदान करता है। आप शुरूआती कार्यक्रम में शामिल होने के लिए अपने शिशु या बच्चे के लिए आवेदन कर सकते हैं, जो बालवाड़ी कक्षाएं और पोषण परामर्श प्रदान करता है।

- यदि आपका बच्चा शुरूआती कार्यक्रम में नामांकित है तो ESL कक्षाओं में दाखिला लें
- अमेरिकी नागरिकता कक्षाओं में दाखिला लें
- अपने बच्चों के लिए बालवाड़ी-पूर्व और बालवाड़ी में भाग लेने के लिए आवेदन करें

93 Nelson Avenue,
Jersey City, NJ 07307

201-884-1050

www.gbcaheadstart.org

नि:शुल्क

स्पेनिश

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

हडसन काउंटी कम्युनिटी कॉलेज (Hudson County Community College (HCCC))

HCCC एक सार्वजनिक सामुदायिक कॉलेज है जो उन छात्रों के लिए दूसरी भाषा (ESL) कक्षाओं के रूप में अंग्रेजी प्रदान करता है जो पूर्णकालिक कॉलेज के छात्र न हों। नामांकन करने के लिए, आपको एक फोटो आईडी और $310 का भुगतान करना होगा। रविवार सहित 10 सप्ताह के लिए सुबह और शाम को दो-घंटे की कक्षा चलायी जाती है।

- 10-सप्ताह के ESL पाठ्यक्रम के लिए पंजीकरण करें

119 Newkirk Street,
Building 1, Room 106,
Jersey City, NJ 07306

201-360-4179

www.hccc.edu/eslbilingual

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

हडसन काउंटी स्कूल ऑफ टेक्नोलॉजी (Hudson County Schools of Technology)

हडसन काउंटी स्कूल ऑफ टेक्नोलॉजी सोमवार से गुरुवार तक शाम को द्वितीय भाषा (ESL) कक्षाओं के रूप में अंग्रेजी प्रदान करते हैं। पंजीकरण जुलाई से जनवरी तक होता है।

200 85th Street,
North Bergen, NJ 07047

201-631-6361

hudsontechnical@hcstonline.org
www.hcstonline.org

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

दि लैटिनो फेमिली लिटरेसी प्रोजेक्ट (The Latino Family Literacy Project) जर्सी सिटी पब्लिक स्कूल (Jersey City Public Schools)

जर्सी सिटी पब्लिक स्कूलों में दि लैटिनो फेमिली लिटरेसी प्रोजेक्ट माता-पिता को अपने बच्चों की स्कूली गतिविधियों में शामिल होने का एक तरीका सिखाती है। साक्षरता कार्यक्रम माता-पिता को अपने बच्चों के साथ पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करके पारिवारिक पढ़ाई की दिनचर्या विकसित करने में सहायता करता है। कार्यक्रम में भाग लेने के लिए, आपका बच्चा पब्लिक स्कूल #17 में होना चाहिए।

- आप और आपके बच्चों के लिए अंग्रेजी और स्पेनिश में पठन सामग्री लें
- अपने बच्चे के साथ पारिवारिक कहानियाँ पढ़ें और साझा करें
- अपने बच्चों को पढ़ने में सहायता करना सीखें

जोसेफ एच. ब्रेंसिंगर स्कूल (Joseph H. Brensinger School) - P.S. #17
600 Bergen Avenue,
Jersey City, NJ 07305

201-915-6120

नि:शुल्क

स्पेनिश

जर्सी सिटी पब्लिक लाइब्रेरी में साक्षरता कार्यक्रम (Literacy Program at the Jersey City Public Library)

Aa

जर्सी सिटी पब्लिक लाइब्रेरी हडसन काउंटी के निवासियों के लिए द्वितीय भाषा (ESL), नागरिकता, गणित और सामान्य शिक्षा डिप्लोमा (GED) के रूप में अंग्रेजी में किफायती कक्षाएं प्रदान करती है जो 18 वर्ष से अधिक आयु के हों। ESL कक्षाओं की लागत $50 है और यदि आप उन्हें एक साथ लेना चुनते हैं तो इनमें नागरिकता कक्षाओं का एक सत्र भी शामिल है। कक्षाएं छह महीने के सत्रों में दी जाती हैं और सप्ताह में दो बार होती हैं। पतझड़ का सत्र सितंबर से जनवरी तक है, और आपको जुलाई में पंजीकृत होना चाहिए। वसंत सत्र फरवरी से जून तक होता है, और आपको जनवरी में पंजीकरण करना चाहिए। पंजीकरण के लिए आपको मेन ब्रांच लाइब्रेरी में जाना होगा। ESL कक्षाओं के लिए पुस्तकों की लागत हमेशा $25 से कम होती है, और नागरिकता कक्षाओं के लिए सामग्री की लागत $10 है।

- अंग्रेजी की कक्षाएं लेने के लिए पंजीकरण करें
- गणित और पठन में ट्यूशन लें
- नागरिकता कक्षाओं के लिए पंजीकरण करें
- कंप्यूटर का नि:शुल्क उपयोग करें

Main Branch Library
472 Jersey Avenue,
Jersey City, NJ 07302

201-547-4518

literacy@jclibrary.org
www.jclibrary.org

किफायती

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

मेक दि रोड न्यू जर्सी (Make the Road New Jersey)

मेक दि रोड न्यू जर्सी व्यावसायिक सुरक्षा और स्वास्थ्य प्रशासन (OSHA) के साथ-साथ अन्य सेवाओं के एक मेजबान के माध्यम से एक दूसरी भाषा (ESL) और कार्यस्थल सुरक्षा पाठ्यक्रम के रूप में अंग्रेजी प्रदान करता है।

- अंग्रेजी की कक्षाएं लेने के लिए पंजीकरण करें
- व्यावसायिक सुरक्षा कक्षा लेने के लिए पंजीकरण करें
- इसके अलावा, इस मार्गदर्शिका के आप्रवासी युवा वर्ग में *यूथ पावर प्रोजेक्ट- मेक द रोड न्यू जर्सी* सूची देखें

42 Broad Street,
Elizabeth, NJ 07201

908-368-1196

info@maketheroadnj.org
www.maketheroadnj.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, पुर्तगाली

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

बहुभाषी शिक्षा केंद्र (The Multilingual Intake Center) जर्सी सिटी मिडिल स्कूल (Jersey City Middle School) #7

बहुभाषी शिक्षा केंद्र उन आप्रवासी परिवारों के लिए मूल्यांकन और सहायता प्रदान करता है जो अपने बच्चों को जर्सी सिटी पब्लिक स्कूलों में दाखिला दिलाना चाहते हैं। केंद्र अंग्रेजी बोलने, लिखने और पढ़ने की क्षमता के अनुसार ESL कक्षाओं में बच्चों का मूल्यांकन करता है और उन्हें दाखिल देता है। अपने बच्चों को पब्लिक स्कूल में पंजीकृत करने के लिए, आपको बच्चे के सबसे हाल के स्कूल के आलेख या प्रमाणपत्र, पते का प्रमाण और उम्र का प्रमाण लाना होगा।

- अपने बच्चों को जर्सी सिटी पब्लिक स्कूलों में दाखिला दिलाएं
- अपने बच्चे के अंग्रेजी कौशल का मूल्यांकन करें
- अपने बच्चे को ESL कक्षाओं में दाखिला दिलाएं
- एक स्कूल शेड्यूल बनाएं जो आपके बच्चे की ज़रूरतों को पूरा करे

नि:शुल्क

स्पेनिश, अरबी, फ्रेंच-क्रियोल, अन्य विदेशी भाषाएँ

फ्रैंकलिन एल. विलियम्स मिडिल स्कूल (Franklin L. Williams Middle School) - M.S. # 7
222 Laidlaw Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-420-5427
201-418-7601
201-915-6196

www.jcboe.org

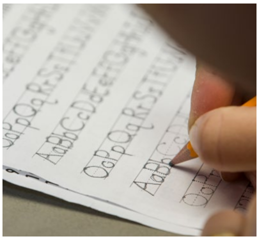
क्या मेरा बच्चा पब्लिक स्कूल में जा सकता है?

संयुक्त राज्य में, सभी बच्चों को स्कूल में दाखिला लेने की कानूनी अपेक्षा होती है, और सभी बच्चे आप्रवास की स्थिति पर विचार किए बिना, नि:शुल्क सार्वजनिक स्कूलों में दाखिला ले सकते हैं।[1]

पब्लिक स्कूल सिस्टम कैसे काम करता है?
जर्सी सिटी में कई पब्लिक स्कूल हैं, जो तीन बुनियादी स्तरों में बच्चों को 3 वर्ष की उम्र से लेकर 18 वर्ष की उम्र तक शिक्षा प्रदान करते हैं: "Pre-K से 5वीं तक" (बालवाड़ी-पूर्व से लेकर 5वीं कक्षा तक), "मिडिल स्कूल" (6ठी कक्षा से 8वीं कक्षा तक), और "हाई स्कूल" (9वीं कक्षा से 12वीं कक्षा तक)। वयस्कों के लिए कक्षाएं मुफ़्त हैं और आमतौर पर रात में चलायी जाती हैं।[2]

मैं स्कूल में अपने बच्चे का नामांकन कैसे करा सकता हूं?
यदि आपका बच्चा हाल ही में किसी विदेशी देश से आया है, या यदि आप घर पर अंग्रेजी नहीं बोलते हैं, तो आपको उन्हें मिडिल स्कूल #7 में 222 लेडलॉ एवेन्यू, जर्सी सिटी के बहुभाषी शिक्षा केंद्र में दाखिला लेना अपेक्षित होगा (फोन: **201-420-5247** या **201-418-7601**)।[2] नामांकन करते समय, आपको उसके जन्म प्रमाण पत्र, उनका टीकाकरण रिकॉर्ड और स्वास्थ्य अतीत, और पिछले स्कूली शिक्षा से आलेख के साथ यह प्रमाण प्रस्तुत करना होगा कि आपका बच्चा जर्सी सिटी में रहता है। नामांकन करते समय आपके बच्चे को आपके साथ आना होगा, और नामांकन प्रक्रिया के भाग के रूप में आपके बच्चे के भाषा कौशल की परीक्षा ली जा सकती है। अन्य सभी नामांकन संबंधी जानकारी के लिए, आप जर्सी सिटी पब्लिक स्कूलों के जिला कार्यालय को **201-915-6000** पर कॉल कर सकते हैं।[3]

यदि मेरा बच्चा अंग्रेजी नहीं बोलता है तो क्या होगा?
2019 में, जर्सी सिटी ने 3,600 से अधिक छात्रों को अपनी सेवा दी, जिनकी पहली भाषा अंग्रेजी नहीं थी। बहुभाषी शिक्षा केंद्र आपके बच्चे के लिए सर्वश्रेष्ठ पब्लिक स्कूल कक्षा का निर्धारण करेगा। वे **द्विभाषी शिक्षा कार्यक्रम** की सिफारिश कर सकते हैं, जो आपके बच्चे की पहली भाषा और अंग्रेजी में पूर्णकालिक या अंशकालिक द्विभाषी शिक्षा प्रदान करता है, हालांकि यह वह विद्यालय नहीं हो सकता है जो आपके घर के सबसे करीब हो। इस कार्यक्रम में प्रस्तावित लोकप्रिय भाषाएँ स्पेनिश, अरबी, तागालोग, हिंदी और उर्दू हैं। एक और कार्यक्रम **दोहरी भाषा कार्यक्रम** भी प्रस्तावित है, जो अंग्रेजी और स्पेनिश में ग्रेड 5 के छात्रों को एक साथ Pre-K सिखाता है, ताकि वे दोनों भाषाओं में धाराप्रवाह बन सकें। इस कार्यक्रम में नामांकन के लिए, **201-915-6045** पर कॉल करें।[3]



सार्वजनिक शिक्षा सभी बच्चों के लिए नि:शुल्क है, चाहे आप्रवासी स्थिति जो भी हो, और भले ही वे अंग्रेजी न बोलते हों।

सेंट एडन प्रवासी केंद्र (Saint Aedan's Migrant Center)

सेंट एडन प्रवासी केंद्र एक स्वयंसेवक संगठन है जो कानूनी संगोष्ठियां, शैक्षिक कार्यशालाएं, चिकित्सा क्लीनिक और अन्य सहायता सेवाओं के संपर्क प्रदान करता है।

- ESL वार्तालाप भागीदार के साथ अंग्रेजी का अभ्यास करें
- किसी वित्तीय साक्षरता कार्यशाला में भाग लें
- जलपान-गृहों और कपड़ों के स्रोतों से जुड़ें

39 Tuers Avenue, 3rd Floor,
Jersey City, NJ 07306

201-433-6800

staedansimmigrantcenter@gmail.com

नि:शुल्क

स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएं
अपॉइंटमेंट आवश्यक है

अतिरिक्त सेवाएं

उपलब्ध

यूनियन सिटी एडल्ट लर्निंग सेंटर (Union City Adult Learning Center)
यूनियन सिटी बोर्ड ऑफ़ एजुकेशन (Union City Board of Education)

यूनियन सिटी एडल्ट लर्निंग सेंटर वयस्क आप्रवासी समुदाय के लिए द्वितीय भाषा (ESL) के रूप में अंग्रेजी की कक्षाएं और नागरिकता कक्षाएं प्रदान करता है। कार्यदिवस सुबह, दोपहर और शाम के दौरान और शनिवार को सुबह के दौरान कक्षाएं चलायी जाती हैं। पंजीकरण करने के लिए, आपको केंद्र को कॉल करना होगा और आपके पास एक सामाजिक सुरक्षा नंबर होना चाहिए। केवल यूनियन सिटी के निवासी ही नहीं, हडसन काउंटी के सभी निवासियों के लिए कक्षाएं खुली हैं।

- नागरिकता और अंग्रेजी कक्षाओं के लिए पंजीकरण करें
- प्रमाणित शिक्षक सहायक बनने के लिए पाठ्यक्रमों में दाखिला लें

400 38th Street,
Union City, NJ 07087

201-348-5658

gruiz@ucboe.us
http://alc.ucboe.us

निःशुल्क

स्पेनिश

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

वी आर वन न्यू जर्सी- हडसन काउंटी (We Are One New Jersey, Hudson County)

वी आर वन न्यू जर्सी एक दूसरी भाषा के रूप में अंग्रेजी (ESL) और अमेरिकी नागरिक शास्त्र कक्षाएं प्रदान करता है जो छात्रों को उनके नागरिकता साक्षात्कार की तैयारी करने के लिए विशेष है। आप एक नागरिकता साक्षात्कार अभ्यास भी निर्धारित कर सकते हैं। यदि आपको अपने मकान मालिक के साथ कोई समस्या है, तो आप वी आर वन से सहायता मांग सकते हैं। हडसन काउंटी के सभी निवासियों के लिए कक्षाएं और सेवाएं निःशुल्क हैं।

- अमेरिकी नागरिकता परीक्षा और साक्षात्कार की तैयारी के लिए अंग्रेजी और नागरिक शास्त्र कक्षाओं में दाखिला लें
- नागरिकता साक्षात्कार का अभ्यास करें
- आप्रवास सहायता से संबंधित अन्य सेवाएं लें
- इसके अलावा, इस मार्गदर्शिका के कानूनी सेवाएं अनुभाग में *वी आर वन* सूची देखें

830 Bergen Avenue, Suite A401,
Jersey City, NJ 07306

201-209-2839

info@weareonenj.org
www.weareonenj.org

निःशुल्क

स्पेनिश, फ्रेंच

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

I WELCOME REFUGEES
cwsglobal.org
CWS

DEPARTMENT OF
HEALTH & HUMAN SERVICES

CWS
Church World Service
SUITE 600

शरणार्थी और आश्रयी सेवाएं (Refugee and Asylee Services)

चर्च वर्ल्ड सर्विस (Church World Service (CWS))
आप्रवास और शरणार्थी कार्यक्रम (Immigration and Refugee Program)

चर्च वर्ल्ड सर्विस एक गैर-लाभार्थी एजेंसी है जो शरणार्थियों, आश्रय चाहने वालों और अन्य कमजोर प्रवासियों को आत्मनिर्भर बनने में सहायता करती है। वे ऐसे कार्यक्रमों प्रस्तावित करते हैं जो आवास, रोजगार और बिलों के भुगतान में सहायता करते हैं। वे नौकरी की तत्परता पाठ्यक्रम, अंग्रेजी कक्षाएं और अन्य कार्यशालाएं भी प्रदान करते हैं। CWS शरणार्थियों और आश्रय चाहने वाले नि:संतानों के लिए शरणार्थी नकद सहायता कार्यक्रम का भी प्रबंधन करता है।

- यदि आप कोई शरणार्थी या आश्रय चाहने वाले नि:संतान हैं, तो नकद सहायता लें
- नौकरी और घर खोजने में सहायता लें
- अपने परिवार के बजट को व्यवस्थित करने के लिए सहायता लें
- अंग्रेजी कक्षाओं और शैक्षिक कार्यशालाओं में दाखिला लें

26 Journal Square, Suite 600,
Jersey City, NJ 07306

201-659-0467

cwsjerseycity@cwsglobal.org
www.cwsjerseycity.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, अरबी, टिग्रिन्या, अम्हारिक्, दारी

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

फर्स्ट फ्रेंड्स ऑफ़ न्यू जर्सी एंड न्यू यॉर्क (First Friends of New Jersey and New York)

फर्स्ट फ्रेंड्स ऑफ न्यू जर्सी एंड न्यूयॉर्क, जर्सी सिटी के पास चार हिरासत केंद्रों में यात्राओं और नि:शुल्क टिकटों और लेखन-सामग्री के जरिए प्रवासियों की सहायता करते हैं। कैदियों के रिहा होने पर फर्स्ट फ्रेंड्स उन्हें आवास, परिवहन और सार्वजनिक लाभों तक पहुंचने में सहायता करते हैं।

- अनुरोध करें कि आप्रवासी निरोध में किसी परिवार या मित्र को आगमन और देखभाल पैकेज मिले
- हिरासत केंद्र से रिहाई के बाद रहने के लिए जगह खोजने में सहायता लें
- हिरासत में विशेषज्ञ नि:शुल्क विधिवक्ताओं से जुड़ें

53 South Hackensack Avenue,
Kearny, NJ 07032

908-965-0455

info@firstfriendsnjny.org
www.firstfriendsnjny.org

स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएँ

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

आश्रय चाहने वाले के रूप में मुझे अपने पहले वर्ष के बारे में क्या जानना चाहिए?

यदि आपको आश्रय मिला है, तो आपको संयुक्त राज्य में रहने और काम करने और सार्वजनिक लाभों के लिए आवेदन करने का अधिकार है।[1] एक लंबी अवधि की सफलता के लिए आपका पहला वर्ष एक आश्रय के रूप में बहुत ही महत्वपूर्ण होगा।

मुझे किन दस्तावेजों की ज़रूरत होगी?

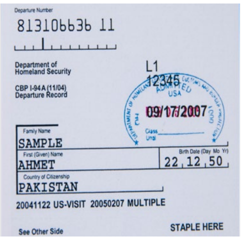
आपको एक हस्ताक्षरित और मुद्रांकित I-94 दस्तावेज या कार्ड जारी किया गया हो, जो कि एक आश्रय चाहने वाले के रूप में आपकी पहचान का प्राथमिक रूप है। यदि आपके **I-94** पर कोई भी जानकारी गलत है, जिसमें आपकी स्थिति या आपके नाम की वर्तनी भी शामिल है, तो आपको उस स्थान पर वापस लौट जाना चाहिए जहां यह आपको दिया गया था और गलत जानकारी को बदलने को कहना चाहिए।[2] आप इसके बजाय किसी आप्रवास विधिवक्ता से भी संपर्क कर सकते हैं। अपने I-94 के साथ, आप **सामाजिक सुरक्षा संख्या और कार्ड** के लिए आवेदन कर सकते हैं, जो कि लगभग सभी संयुक्त राज्य निवासी नियोक्ताओं, सरकारी कार्यालयों और बैंकों और स्वास्थ्य बीमा प्रदाता जैसे कई निजी संस्थानों में स्वयं की पहचान करने के लिए उपयोग में आते हैं।[1] सामाजिक सुरक्षा संख्या और कार्ड के लिए आवेदन करने के लिए, **www.ssa.gov** पर जाएं (विदेशी भाषा के अनुवाद के लिए "भाषा" पर क्लिक करें) या कार्यालय 325 वेस्ट साइड एवेन्यू में सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9:00 बजे से शाम 4:00 बजे तक सामाजिक सुरक्षा प्रशासन के पास जाएं। आप USCIS प्रपत्र I-765 के उपयोग से आप **रोजगार प्राधिकरण दस्तावेज़ (EAD)** के लिए भी आवेदन कर सकते हैं। यद्यपि EAD आपकी तस्वीर दिखाएगा और सामाजिक सुरक्षा कार्ड नहीं दिखाएगा, फिर भी सामाजिक सुरक्षा कार्ड आपको सार्वजनिक और निजी संस्थानों के साथ पंजीकरण करने की अधिक क्षमता प्रदान करेगा।[3]

मुझे ग्रीन कार्ड कैसे मिल सकता है?

एक आश्रय चाहने वाले के रूप में, आप आश्रय दिए जाने के एक वर्ष बाद ग्रीन कार्ड के लिए आवेदन कर सकते हैं, जो एक प्रक्रिया है जिसे "**स्थिति का समायोजन**" कहा जाता है जिसमें **USCIS प्रपत्र I-485** और अन्य दस्तावेज जमा करने होते हैं। हालाँकि कानून द्वारा समायोजन की अपेक्षा नहीं है, फिर भी इस प्रक्रिया के जरिए ग्रीन कार्ड प्राप्त करना आपको एक वैध स्थायी निवासी बना देगा, जो आप्रवास नियमों में संभावित परिवर्तनों के खिलाफ मजबूत सुरक्षा प्रदान करता है और अमेरिकी नागरिक बनने की दिशा में एक आवश्यक कदम है। स्थिति समायोजन के आपके आवेदन के लिए योजना और बजट बनाना महत्वपूर्ण है। आश्रय चाहने वाले किसी USCIS शुल्क छूट के पात्र नहीं हैं और उन्हें आवेदन शुल्क का भुगतान करना होगा, जो $1,225 तक हो सकता है। आपको एक भरा हुआ **USCIS प्रपत्र I-693** शामिल करना होगा, जिसके लिए सिविल सर्जन नामक किसी विशेष चिकित्सक से रिपोर्ट लेनी होती है और इसके लिए **अतिरिक्त** $200 या उससे अधिक खर्च करने पड़ सकते हैं।[4] एक आश्रय चाहने वाले के रूप में अपने पहले वर्ष में इन खर्चों पर पैसे बचाना आवश्यक हो सकता है। गैर-लाभार्थी एजेंसियों से पेशेवर सहायता पाने में सहायता करने के लिए जो आपकी स्थिति के समायोजन में आपकी सहायता कर सकते हैं, जर्सी सिटी आप्रवास मामला प्रभाग से **201-547-6800** पर संपर्क करें।

एक आश्रय चाहने वाले के रूप में मुझे क्या विशेष सहायता मिल सकती है?

एक आश्रय चाहने वाले के रूप में, आपको गैर-लाभार्थी पुनर्वास एजेंसियों और सहायता समूहों से विशेष सहायता मिल सकती है। जर्सी सिटी में, आप **चर्च वर्ल्ड सर्विस** पुनर्वास कार्यालय में **201-659-0467** पर कॉल करके या 26 जर्नल स्क्वायर, सुइट 600 पर जाकर पूछताछ कर सकते हैं। आप इस मार्गदर्शिका में सूचीबद्ध **वेलकम होम जर्सी सिटी, फर्स्ट फ्रेंड्स ऑफ न्यू जर्सी और न्यूयॉर्क** से भी संपर्क कर सकते हैं।



एक आश्रय चाहने वाले के रूप में अपना जीवन शुरू करने हेतु I-94 पहला और सबसे आवश्यक दस्तावेज है।

चर्च वर्ल्ड सर्विस और वेलकम होम जैसे पुनर्वास संगठन आपको अपने पहले वर्ष के दौरान एक आश्रय चाहने वाले या शरणार्थी के रूप में आवास और भोजन के साथ सहायता कर सकते हैं।

फन क्लब--वेलकम होम जर्सी सिटी (Fun Club—Welcome Home Jersey City)

वेलकम होम जर्सी सिटी एक स्वयंसेवी संगठन है जो अंग्रेजी को द्वितीय भाषा (ESL) कक्षाओं के रूप में प्रदान करता है और शरणार्थी और असहाय परिवारों के लिए ट्यूशन देता है। कक्षाएं अधिकांश गुरुवार को शाम 6:00 बजे से 8:00 बजे तक होती हैं। वेलकम होम शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों को कुछ घरेलू उपकरण देकर भी सहायता करता है। उपस्थित होने से पहले पुष्टि करने के लिए संगठन से संपर्क करें।

- अन्य शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों के साथ अंग्रेजी सीखें
- रात का भोजन करें और पारिवारिक गतिविधियों में भाग लें
- अपने बच्चों को लाएं

दि चर्च ऑफ जीसस क्राइस्ट ऑफ लैटर-डे सेंट्स (The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints)
140 Sip Avenue, 2nd Floor,
Jersey City, NJ 07306

hello@welcomehomerefugees.org
www.welcomehomerefugees.org

नि:शुल्क

कुछ विदेशी भाषाएँ

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

हिब्रू आप्रवासी सहायता सोसायटी (Hebrew Immigrant Aid Society (HIAS))

HIAS शरणार्थियों, आश्रय चाहने वालों और न्यू जर्सी और न्यूयॉर्क में मानवीय राहत पाने वाले अन्य व्यक्तियों को सहायता प्रदान करता है। अपॉइंटमेंट लेने के लिए आपको कॉल करना होगा।

HIAS
Welcome the stranger. Protect the refugee.

- किसी विधिवक्ता से मिलें
- रोजगार प्राधिकरण और स्थिति आवेदनों के समायोजन के साथ सहायता लें
- निर्वासन रक्षा हेतु सहायता के लिए पूछें
- नौकरी नियोजन और आवास व्यवस्था में सहायता लें

411 Fifth Avenue, Suite 1006,
New York, NY 10016

212-967-4100

correspondence@hias.org
www.hias.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, अरबी, पश्तो, रूसी, फ्रांसीसी, हिब्रू

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

ह्यूमन राइट्स फर्स्ट (Human Rights First)

ह्यूमन राइट्स फर्स्ट न्यू जर्सी और न्यूयॉर्क के आप्रवास न्यायालयों में आश्रय पाने वाले प्रवासियों का प्रतिनिधित्व करता है। सहायता हेतु अर्हता प्राप्त करने के लिए, आपको कानूनी प्रतिनिधित्व में असहाय और किसी विधिवक्ता का खर्च उठाने में असमर्थ होना चाहिए।

human rights *first*
American ideals. Universal values.

- किसी आश्रय आवेदन में सहायता लें
- अत्याचार के खिलाफ संयुक्त राष्ट्र सम्मेलन (CAT) के तहत संरक्षण के लिए आवेदन करें
- यदि आप योग्य हैं तो सरकारी सहायता कार्यक्रमों में दाखिला लें

75 Broad Street, 31st Floor,
New York, NY 10004

212-845-5200

press@humanrightsfirst.org
www.humanrightsfirst.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, अरबी, फ्रेंच, अन्य विदेशी भाषाएँ

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अंतर्राष्ट्रीय शरणार्थी सहायता परियोजन (International Refugee Assistance Project (IRAP))

IRAP पंजीकरण, संरक्षण और पुनर्वास प्रक्रिया के दौरान शरणार्थियों को व्यापक कानूनी प्रतिनिधित्व प्रदान करता है। LGBTQ व्यक्तियों, धार्मिक अल्पसंख्यकों और चिकित्सा आपात स्थिति वाले बच्चों सहित IRAP जोखिम वाले शरणार्थियों की सहायता करने में विशेषज्ञ है।

- किसी विधिवक्ता से मिलें
- विशेष आप्रवासी वीज़ा (SIV) धारकों और सताए गए समूहों के लिए विशेष सेवाओं के बारे में पूछें

1 Battery Park Plaza, 4th Floor,
New York, NY 10004

www.refugeerights.org

अधिकांश विदेशी भाषाएँ

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अंतर्राष्ट्रीय बचाव समिति (International Rescue Committee (IRC)) पुनर्वास सेवाएं

IRC एक पुनर्वास एजेंसी है जो शरणार्थियों, आश्रय चाहने वालों और अन्य कमजोर प्रवासियों को नौकरी, कक्षाएं और नकदी सहायता कार्यक्रम खोजने में सहायता करती है। वे दूसरी भाषा (ESL) कक्षाओं के रूप में अंग्रेजी और नि:शुल्क कानूनी सेवाएं भी प्रदान करते हैं।

- आवास की सहायता लें
- नौकरी की तलाश में सहायता लें
- नकद सहायता कार्यक्रमों के बारे में जानें
- अपने बच्चे हेतु शरणार्थी युवा ग्रीष्मकालीन शिविर के लिए साइन अप करें (उम्र 5 से 19 वर्ष)

208 Commerce Place, 4th Floor,
Elizabeth, NJ 07201

908-351-5116 विस्तार 100
908-351-5116 विस्तार 116 (Immigration Legal Services)

newjersey@rescue.org
www.rescue.org/united-states/elizabeth-nj

नि:शुल्क

अधिकांश विदेशी भाषाएँ

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

शरणार्थियों के लिए जर्सी सिटी विजिल (Jersey City Vigil for Refugees)

शरणार्थियों के लिए जर्सी सिटी विजिल शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों का स्वागत करता है, उन्हें सहायता और मित्रता प्रदान करता है। वे साप्ताहिक भोजन प्रदान करते हैं, घर पर आकर दूसरी भाषा (ESL) के रूप में अंग्रेजी की ट्यूशन और अन्य संगत सेवाएं प्रदान करते हैं।

- यदि आप हाल ही में पुनर्वास प्राप्त शरणार्थी या आश्रित हैं, तो भोजन प्राप्त करें
- स्वयंसेवक शिक्षक से मिलें
- स्वयंसेवक समुदाय के साथ जुड़ें
- ग्रोव स्ट्रीट PATH स्थल पर मानव अधिकारों के लिए एक साप्ताहिक सतर्कता में शामिल हों

551-233-9740

jcvigilforrefugees@gmail.com
www.jcvigilforrefugees.org

नि:शुल्क

स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएं

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

दि लाइटहाउस (The Lighthouse)

लाइटहाउस, उन प्रवासियों को नि:शुल्क अस्थायी आवास और पुनर्वास सहायता प्रदान करता है, जो आप्रवासी हिरासत से छोड़े गए हों।

- हिरासत से रिहाई के बाद आश्रय खोजें
- भोजन और अंग्रेजी शिक्षा तक पहुँच पाएं
- किसी विधिवक्ता और अन्य पेशेवरों के साथ जुड़ें

201-709-3770

thelighthouseinjc@gmail.com
www.thelighthouseinnj.org

नि:शुल्क

स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएँ

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

शरणार्थी और मानव तस्करी कार्यक्रम (Refugee and Human Trafficking Program)
कैथोलिक धर्मार्थ संस्थाएं (Catholic Charities)

शरणार्थी और मानव तस्करी कार्यक्रम शरणार्थियों, आश्रय चाहने वालों और मानव तस्करी के शिकार लोगों के लिए आपातकालीन नकद सहायता प्रदान करता है। परामर्शी मुलाकातें आवश्यक हैं। अंग्रेजी और कंप्यूटर कक्षाएं सोमवार से शुक्रवार, सुबह 9:00 बजे से 12:00 बजे तक और दोपहर 1:00 बजे से शाम 4:00 बजे तक चलायी जाती हैं। ।

- नकद सहायता के साथ मदद लें
- अंग्रेजी और कंप्यूटर कक्षाओं के लिए साइन अप करें

2201 Bergenline Avenue, Suite 4,
Union City, NJ 07087

201-325-4800

नि:शुल्क

स्पेनिश, अरबी, फ्रेंच, मंदारिन, रूसी

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

शरणार्थी पुनर्वास सेवाएं--कैथोलिक धर्मार्थ संस्थाएं (Refugee Resettlement Services—Catholic Charities)

कैथोलिक धर्मार्थ शरणार्थी पुनर्वास कार्यक्रम शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों के लिए पूर्व व्यवस्था और मामला प्रबंधन और उनके पुनर्वास अनुभव के दौरान प्रत्यक्ष सहायता प्रदान करता है। हालाँकि यह कार्यालय न्यूयॉर्क शहर में है, लेकिन वे जर्सी सिटी में रहने वाले शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों की सहायता कर सकते हैं।

CATHOLIC CHARITIES
COMMUNITY SERVICES

- नौकरी के प्रशिक्षण में भाग लें
- भोजन और आवास के लिए सामाजिक सेवाओं का पता लगाएं
- दूसरी भाषा की कक्षाओं के रूप में अंग्रेजी में दाखिला लें

80 Maiden Lane, 14th Floor,
New York, NY 10038

212-419-3726

www.cccsny.org

नि:शुल्क

स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएँ

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

रिस्टोरिंग फैमिली लिंक्स (Restoring Family Links Program (RFL)) प्रोग्राम अमेरिकन रेड क्रॉस (American Red Cross)

रिस्टोरिंग फैमिली लिंक प्रोग्राम संबंधित व्यक्तियों की अन्य देशों में रिश्तेदारों का पता लगाने में सहायता करता है यदि वे मानव निर्मित या प्राकृतिक आपदाओं के कारण खो गए हों।

American Red Cross

- विदेशों में परिवार के उन सदस्यों को खोजें जो युद्ध, प्राकृतिक आपदाओं और अन्य आपात स्थितियों या संकटों के दौरान अलग हो गए थे

209 Fairfield Road,
Fairfield, NJ 07004

973-797-3300

www.redcross.org/reconnectingfamilies

नि:शुल्क

विश्व शरणार्थी दिवस 2019 पर, मेयर स्टीवन एम. फुलोप ने एक विशेष उद्घोषणा का स्वागत करते हुए वेलकम होम संगठन और कई शरणार्थी और आश्रयी परिवारों की सहायता की। ऊपर, स्वास्थ्य और मानव सेवा के निदेशक स्टेसी ली फ्लैनगन ने स्वागत गृह नेता एलेन मेंथा के उद्घोष को प्रस्तुत किया।

आप्रवासी युवा (Immigrant Youth)

सेंटर फॉर अनडॉक्यूमेंटेड स्टूडेंट्स (The Center for Undocumented Students (TCUS)) सेंट पीटर यूनिवर्सिटी (Saint Peter's University)

TCUS सेंट पीटर विश्वविद्यालय में भाग लेने वाले अनिर्दिष्ट छात्रों को शैक्षिक, व्यक्तिगत और पेशेवर सहायता प्रदान करता है। केंद्र दस्तावेज-रहित युवाओं के लिए सार्वजनिक कार्यशाला और जानकारी भी प्रदान करता है।

- दस्तावेज-रहित छात्रों के लिए विशेष कार्यक्रमों के बारे में जानें
- दस्तावेज-रहित छात्रों के लिए सहायता समूहों से जुड़ें

King Kairos House - Saint Peter's University
(किंग कैरोस हाउस - सेंट पीटर यूनिवर्सिटी)
125 Glenwood Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-761-7180

tcus@saintpeters.edu
www.saintpeters.edu/centers-institutes/tcus

नि:शुल्क

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

2018 में, न्यू जर्सी के गवर्नर फिल मर्फी ने अनिर्दिष्ट अप्रवासियों के लिए राज्य वित्तीय सहायता का विस्तार करने के लिए एक बिल पर हस्ताक्षर किए। अधिक जानने के लिए, आप सेंट पीटर विश्वविद्यालय में द सेंटर फॉर अनडॉक्युमेंटेड स्टूडेंट्स (TCUS) को कॉल कर सकते हैं।

फन क्लब--वेलकम होम जर्सी सिटी (Fun Club—Welcome Home Jersey City)

वेलकम होम जर्सी सिटी एक स्वयंसेवी संगठन है जो अंग्रेजी को द्वितीय भाषा (ESL) कक्षाओं के रूप में प्रदान करता है और शरणार्थी और असहाय परिवारों के लिए ट्यूशन देता है। कक्षाएं अधिकांश गुरुवार को शाम 6:00 बजे से 8:00 बजे तक होती हैं। वेलकम होम शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों को कुछ घरेलू उपकरण देकर भी सहायता करता है। उपस्थित होने से पहले पुष्टि करने के लिए संगठन से संपर्क करें।

- अन्य शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों के साथ अंग्रेजी सीखें
- स्वयंसेवकों के साथ जुड़ें और पारिवारिक गतिविधियों में भाग लें
- अपने बच्चों को कला और संगीत गतिविधियों में भाग लेने के लिए लाएँ

चर्च ऑफ जीसस क्राइस्ट ऑफ लैटर-डे सेंट्स
(The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints)
140 Sip Avenue, 2nd Floor,
Jersey City, NJ 07306

hello@welcomehomerefugees.org
www.welcomehomerefugees.org

नि:शुल्क

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

जर्सी सिटी में वेलकम होम में फन क्लब होमवर्क सहायता और स्कूली-उम्र के शरणार्थी और बच्चों को होमवर्क सहायता और स्कूल के बाद की गतिविधियां प्रदान करता है।

हेड स्टार्ट प्रोग्राम (Head Start Program)

ग्रेटर बर्गन कम्युनिटी एक्शन (Greater Bergen Community Action (GBCA))

ग्रेटर बर्गन कम्युनिटी एक्शन कम आय वाले शिशुओं, छोटे बच्चों और स्कूल-पूर्व बच्चें के साथ-साथ माता-पिता के लिए स्वास्थ्य, पोषण और नागरिकता में देखभाल प्रदान करता है। बच्चों को हेड स्टार्ट प्रोग्राम में शामिल होने के लिए, माता-पिता को आय अपेक्षाएं पूरी करनी होती हैं।

- अपने बच्चों के लिए बालवाड़ी-पूर्व और बालवाड़ी में भाग लेने के लिए आवेदन करें
- दिव्यांग बच्चों के लिए विशेष सेवाएँ लें
- अपने बच्चों के लिए चिकित्सा और दंत-चिकित्सा सेवाएं लें
- अपने बच्चों के लिए सामाजिक सेवा सहायता और समर्थन लें
- यदि आप कोई गर्भवती महिला हैं तो प्रसव-पूर्व सेवाएं लें

93 Nelson Avenue,
Jersey City, NJ 07307

201-884-1050

www.gbcaheadstart.org

नि:शुल्क

स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएँ

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

हडसन पार्टनरशिप CMO (Hudson Partnership CMO)

हडसन पार्टनरशिप CMO 3 से 21 वर्ष के बच्चों की देखभाल में सहायता करता है जो मानसिक स्वास्थ्य या भावनात्मक मुद्दों, विकासात्मक दिव्यांगता या मादक द्रव्यों के सेवन से जूझ रहे हों। संगठन द्वारा प्रदान की जाने वाली सेवाओं में आवासीय इलाज, मूल्यांकन और बाह्य रोगी सेवाएं शामिल हैं। अपने बच्चे के लिए सेवाओं का अनुरोध करने के लिए, आपको सबसे पहले **877-652-7624** पर PerformCare को कॉल करना होगा।

- अपने बच्चे हेतु सहायता लें यदि उसे मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं हैं, मादक द्रव्यों के सेवन की समस्याएँ हैं, या विकास संबंधी अक्षमताएँ हैं
- युवाओं के लिए अन्य सहायता सेवाओं से जुड़ें

हडसन पार्टनरशिप CMO (Hudson Partnership CMO)
110 Meadowlands Parkway,
Secaucus, NJ 07094

सेवाओं के लिए, पहले PerformCare को कॉल करें: **877-652-7624**
201-537-1460

www.hudsoncmo.org

किफायती

स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएँ

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

जर्सी सिटी मनोरंजन विभाग (Jersey City Department of Recreation)

जर्सी शहर में मनोरंजन विभाग जर्सी सिटी के युवाओं के लिए कई तरह की नि:शुल्क गतिविधियाँ प्रदान करता है, जिसमें खेल, जिमनास्टिक, नृत्य और मछली पकड़ना शामिल हैं। गतिविधि कार्यक्रम खोजने और पंजीकरण करने के लिए, कृपया नीचे दी गई वेबसाइट पर जाएँ।

- अपने बच्चों को खेल टूर्नामेंट और स्कूल के बाद के कार्यक्रमों में भाग लेने के लिए पंजीकृत करें
- किशोर सलाह लेने या होमवर्क में सहायता पाने के लिए अपने बच्चों को साइन अप कराएं
- तैराकी और फिगर स्केटिंग सिखाने हेतु अपने बच्चों को पंजीकृत करें

कैवन पॉइंट कॉम्प्लेक्स (Caven Point Complex)
1 Chapel Avenue,
Jersey City, NJ 07305

201-547-4537

jcrec.recdesk.com
recreation@jcnj.org
www.jerseycitynj.gov/cityhall/recreation

नि:शुल्क

दस्तावेज़ और तैयारी अपेक्षित

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

न्यू सिटी किड्स (New City Kids)

न्यू सिटी किड्स एक नि:शुल्क स्कूल के बाद का कार्यक्रम है जो 6 से 18 वर्ष तक उम्र के युवा बच्चों के लिए उपलब्ध है। कार्यक्रम के बाद स्कूल के होमवर्क, संगीत संवर्धन, प्रदर्शन कला और एथलेटिक्स में छात्रों की सहायता करता है। न्यू सिटी किड्स जुलाई से अगस्त तक चलने वाले कम खर्च वाले, आस्था-आधारित ग्रीष्मकालीन शिविर भी प्रदान करता है। इसके अतिरिक्त, यह संगठन अपने जीवन इंटर्नशिप कार्यक्रम में किशोरों को भाग लेने के लिए प्रोत्साहित करता है। इस कार्यक्रम के माध्यम से, किशोर छात्रों को उनसे छोटे छात्रों के मार्गदर्शन के लिए भुगतान किया जाता है, जबकि वे कॉलेज के आवेदनों, कॉलेज प्रवेश परीक्षाओं, नेतृत्व कौशल, और वित्तीय साक्षरता की सहायता भी प्राप्त करते हैं।

- गणित और व्याकरण में स्कूल होमवर्क सहायता के लिए अपने बच्चों को साइन अप कराएं
- अपने बच्चे को कोई संगीत वाद्ययंत्र सीखने का अवसर दें
- प्रदर्शन कला और एथलेटिक्स टीमों के लिए अपने बच्चों को पंजीकृत करें
- नेतृत्व और जीवन कौशल विकसित करने के लिए अपने किशोरों की सहायता करें
- अपने किशोर कॉलेज के आवेदन और प्रवेश परीक्षा के साथ अतिरिक्त सहायता लें

नि:शुल्क

स्पैनिश, अरबी, अन्य विदेशी भाषाएँ

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

240 Fairmount Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-915-9896

nikisha@newcitykids.org

पब्लिक स्कूल #11 (Public School #11)
886 Bergen Avenue,
Jersey City, NJ 07306

201-912-4501

joseph@newcitykids.org

पब्लिक स्कूल #22 (Public School #22)
264 Van Horne Street,
Jersey City, NJ 07304

201-915-6480

(सोम और मंगल)

फाउंटेन ऑफ़ साल्वेशन चर्च (Fountain of Salvation Church)
324 Communipaw Avenue,
Jersey City, NJ 07304

201-626-0800

jenae@newcitykids.org

(बुध और गुरु)

अर्बन लीग ऑफ हडसन काउंटी (Urban League of Hudson County)

अर्बन लीग ऑफ हडसन काउंटी पूर्णकालिक कामकाजी परिवारों और छात्रों को शिशु-देखभाल वाउचर प्रदान करती है, साथ ही नौकरी प्रशिक्षण और नियोजन, युवाओं के लिए स्कूल के बाद की गतिविधियां, जोखिम वाले परिवारों के लिए काउंसलिंग, और मेडिकेड के नामांकन में सहायता करती है। शिशु-देखभाल वाउचर प्राप्त करने के लिए, आपको आय की अपेक्षाएं पूरी करनी होंगी और आप सप्ताह में कम से कम 40 घंटे काम करते हों या स्कूल में पूरे समय उपस्थित रहने चाहिए।

Urban League of
Hudson County

- शिशु-देखभाल वाउचर लें
- नौकरी प्रशिक्षण में दाखिला लें और नियोक्ताओं के साथ जुड़ें
- मेडिकेड में दाखिला लेने में सहायता लें
- अपने बच्चे को स्कूल ट्यूशन और मार्गदर्शन कार्यक्रम में पंजीकृत करें
- कम आय वाले वरिष्ठ नागरिकों के लिए घर में सहायता सेवाओं के बारे में पूछें

253 Martin Luther King Drive,
Jersey City, NJ 07305

201-451-8888

info@ulohc.org

स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएँ

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

यूथ पॉवर प्रोजेक्ट - मेक दि रोड न्यू जर्सी (Youth Power Project—Make the Road New Jersey)

मेक दि रोड न्यू जर्सी का यूथ पॉवर प्रोजेक्ट आप्रवासी युवाओं को कानूनी सहायता, सलाह और शैक्षिक और व्यावसायिक विकास के बारे में जानकारी प्रदान करता है।

- अपने कॉलेज के आवेदन में सहायता लें
- अपना "NJ ड्रीमर" वित्तीय सहायता आवेदन भरें
- किसी विधिवक्ता से मिलें
- अंग्रेजी और नौकरी सुरक्षा कक्षाओं के लिए साइन अप करें
- छात्रवृत्ति जानकारी और अन्य शैक्षिक संसाधनों के बारे में प्रश्न पूछें
- कॉलेज के राजदूत ग्रीष्मकालीन संस्थान कार्यक्रम में भाग लें

42 Broad Street,
Elizabeth, NJ 07201

908-967-3478

nj4dreamers@maketheroadnj.org
nedia.morsy@maketheroadnj.org
www.nj4dreamers.com

नि:शुल्क

स्पेनिश, पुर्तगाली

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

LGBTQ + सेवाएँ (LGBTQ+ Services)

LGBTQ+ अप्रवासियों से किस तरह से जुड़ा है?

दुनिया भर के कई आप्रवासी समूहों की तरह, संयुक्त राज्य में LGBTQ+ के लोगों को अपने नागरिक अधिकारों, कानूनी सुरक्षा और समाज में एक सम्मानजनक स्थान की पैरवी करनी पड़ी है। क्योंकि जर्सी सिटी बहुत सारे आप्रवासियों का घर है, हमारे शहर के आप्रवासियों और LGBTQ+ के लोगों के स्वागत के प्रयास निरंतर जारी हैं। परिणामस्वरूप, हडसन प्राइड सेंटर जैसे संगठन न केवल स्वास्थ्य सेवाओं, सहायता समूहों और सामाजिक घटनाओं में सहायता प्रदान करते हैं, बल्कि वे विभिन्न विदेशी भाषाओं में और आप्रवासी अनुभव की संवेदनशीलता के साथ ऐसा करते हैं। जर्सी सिटी को यूनाइटेड स्टेट्स के सबसे समलैंगिक-अनुकूल शहरों और आप्रवासियों के लिए देश के सबसे अधिक स्वागत वाले शहरों में से एक के रूप में स्थान दिया गया है। 2013 में, मेयर स्टीवन एम. फुलोप ने LGBTQ+ समानता पर कार्यदल बनाया। हमारा LGBTQ+ समुदाय एक बहुपक्षीय नेटवर्क में विकसित हुआ है जो हमारी समावेशिता दर्शाता है और LGBTQ+ और अप्रवासियों दोनों के रूप में लोगों को अपनी पहचान पर गर्व करने का अधिकार देता है।[1]

जर्सी सिटी आप्रवासियों और LGBTQ+ सहित सभी का स्वागत करता है।

गार्डन स्टेट इक्वलिटी (Garden State Equality)

गार्डन स्टेट इक्वेलिटी एक समर्थन संगठन है जो LGBTQ समुदाय के लिए समावेश, कानूनी सुरक्षा और सुरक्षित और स्वागत योग्य स्थानों के लिए काम करता है।

- प्रशिक्षण और विशेष कार्यक्रमों में भाग लें
- स्वास्थ्य बीमा के लिए आवेदन करें
- LGBTQ समुदाय के समान और उचित उपचार के लिए विधिवक्ता

नि:शुल्क

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

40 South Fullerton Avenue,
Montclair, NJ 07042

973-509-5428

contact@gardenstateequality.org
www.gardenstateequality.org

हडसन प्राइड सेंटर (Hudson Pride Center)

हडसन प्राइड सेंटर LGBTQ+ समुदाय के लिए एक सुरक्षित स्थान है, जो भावनात्मक सहायता समूह, मानसिक स्वास्थ्य परामर्श और चिकित्सा सेवाओं तक पहुंच प्रदान करता है। केंद्र के पास LGBTQ+ प्रवासियों की सहायता करने का एक मजबूत अतीत है।

- LGBTQ+ समुदाय से जुड़ें
- YouthConnect समर्थन कार्यक्रम में शामिल हों
- प्रभावन-पूर्व प्रोफिलैक्सिस (PrEP), HIV परीक्षण और HIV उपचार में सहायता लें
- हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरेपी, लिंग पुन:पुष्टि करने वाली सर्जरी और दस्तावेजों पर नाम और लिंग-सूचक परिवर्तन के साथ सहायता लें

नि:शुल्क

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

176 Palisade Avenue, 3 East,
Jersey City, NJ 07306

201-963-4779

info@hudsonpride.org
www.hudsonpride.org

नार्थ हडसन कम्युनिटी एक्शन कारपोरेशन क्लिनिक
(North Hudson Community Action Corporation Clinic)
714 31st Street,
Union City, NJ 07087

201-963-4779 विस्तार 117

समलैंगिक स्त्री, समलैंगिक पुरुष, उभयलिंगी और विपरीत-लिंगी सामुदायिक केंद्र (The Lesbian, Gay, Bisexual & Transgender Community Center (The Center))

यह केंद्र LGBTQ समुदाय के लिए समर्थन, शैक्षिक कार्यक्रम और पैरवी प्रदान करता है। यह केंद्र व्यक्तियों, युवाओं और यौन शोषण से उबरने वाले व्यक्तियों के लिए सहायता समूह रखता है। सेवाओं के लिए आवेदन करने के लिए, यह सिफारिश की जाती है कि केंद्र में आप स्वयं जाएँ।

THE CENTER
THE LESBIAN, GAY, BISEXUAL & TRANSGENDER COMMUNITY CENTER

- स्वास्थ्य और कल्याण कार्यक्रमों में शामिल हों
- पितृत्व और परिवार परामर्श सेवाएं लें
- व्यसन सहायता बैठकों में भाग लें
- HIV के लिए परीक्षण करवाएं
- नौकरी, आवास और स्कूली शिक्षा पाने में सहायता लें

208 West 13th Street,
New York, NY 10011

212-620-7310

info@gaycenter.org
www.gaycenter.org

नि:शुल्क

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

द प्राइड सेंटर ऑफ़ न्यू जर्सी, इंक (The Pride Center of New Jersey, Inc)

न्यू जर्सी का प्राइड सेंटर LGBTQ समुदाय को सहायता और जानकारी प्रदान करता है।

EQUALITY FRIENDSHIP COMMUNITY

- LGBTQ अधिकारों के लिए विधिवक्ता
- स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रमों के बारे में जानें

85 Raritan Avenue, Suite 100,
Highland Park, NJ 08904

732-846-2232

info@pridecenter.org
www.pridecenter.org

नि:शुल्क

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

क्वीर डिटेनी एम्पावरमेंट प्रोजेक्ट (The Queer Detainee Empowerment Project (QDEP))

थे क्वीर डिटेनी एम्पावरमेंट प्रोजेक्ट (QDEP) उन LGBTQI और HIV ग्रस्त अप्रवासियों की सहायता करता है जिन्हें वर्तमान में हिरासत में लिया गया हो, हाल ही में रिहा किया गया है, या हिरासत में लिए जाने का खतरा हो। QDEP इन समूहों को जोड़ता है, साथ ही साथ अविभाजित अप्रवासियों को कानूनी, चिकित्सा, मानसिक स्वास्थ्य और सार्वजनिक सहायता संसाधनों से जोड़ता है।

- हिरासत के दौरान आगमन करें, साथ ही साथ छूटने के बाद मार्गदर्शन भी लें
- चिकित्सा, मानसिक स्वास्थ्य और HIV उपचार सेवाओं से जुड़ें

505 8th Avenue, Suite 1212,
New York, NY 10018

347-645-9339

info@qdep.org
www.qdep.org

नि:शुल्क

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

स्वयंसेवा करें और जुड़ें

मैं किसी आप्रवासी संगठन के साथ स्वयंसेवक क्यों बनूं?

स्वयंसेवा मित्र बनाने का एक सबसे अच्छा तरीका, किसी समुदाय का हिस्सा बनें, और सीखें कि संयुक्त राज्य में कैसे सफल होना है। एक आप्रवासी के रूप में आपका अनुभव और आपके विदेशी भाषा कौशल उन संगठनों के लिए आवश्यक हैं जो अप्रवासियों की सेवा के लिए इतनी मेहनत करते हैं।

आप्रवासियों की सहायता के लिए मैं कौनसे कुछ काम कर सकता हूं?
जर्सी सिटी आप्रवासी मामलों के प्रभाग का फ़ेलो कार्यक्रम अप्रवासियों की सहायता करने में विशेष प्रशिक्षण प्रदान करता है। आप संयुक्त राज्य की आप्रवास प्रणाली के बारे में जानने और नागरिकता और संचालन सेवाओं के लिए आवेदन करने में दूसरों की सहायता करने के लिए अपने विदेशी भाषा कौशल का उपयोग कर सकते हैं। जानकारी के लिए, **JCDIA@jcnj.org** पर ई-मेल करें या **201-547-6800** पर कॉल करें।

फर्स्ट फ्रेंड्स ऑफ NJ **एंड** NY ने स्वयंसेवकों को जर्सी सिटी के पास चार निरोध केंद्रों में आप्रवासी बंदियों को देखने के लिए आमंत्रित किया और बंदियों के लिए डाक टिकटों, स्थलरी और समर्थन पत्रों का दान एकत्र किया।[1]

वेलकम होम जर्सी सिटी स्वयंसेवक शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों को अंग्रेजी सीखने और मित्रों और पड़ोसियों के सहायक नेटवर्क में शामिल होने में सहायता करते हैं। आप बच्चों के साथ कला और शिल्प से लेकर नए पुनर्वास-प्राप्त परिवारों के लिए फर्नीचर बनाने तक कई तरह के कामों में सहायता कर सकते हैं।[2]

चर्च वर्ल्ड सर्विस स्वयंसेवकों के लिए प्रशिक्षण प्रदान करता है जो शरणार्थियों और आश्रय चाहने वालों को नौकरी प्रशिक्षण और कंप्यूटर कौशल, आवास व्यवस्था, और बहुत कुछ प्रदान करते हैं।[3]

इस भाग में सूचीबद्ध संगठनों के साथ स्वयंसेवा करने के परिणामस्वरूप एक सशक्त अनुभव मिल सकता है और आप ऐसे रिश्ते बना सकते हैं जो नए प्रवासियों को आशा प्रदान करते हैं।

अमेरिकन सिविल लिबर्टीज यूनियन ऑफ न्यू जर्सी

(American Civil Liberties Union of New Jersey (ACLU-NJ))

न्यू जर्सी का ACLU एक गैर-लाभार्थी संगठन है जो अप्रवासियों के अधिकारों की पैरवी करता है। वे न्यायालय में व्यक्तियों का प्रतिनिधित्व करते हैं और कानूनी सुधारों की पैरवी करते हैं।

- आप्रवासी अधिकारों के लिए पैरवी अभियान में शामिल हों
- आप्रवासियों की सुरक्षा के लिए चल रहे प्रयासों के बारे में जानें

P.O. Box 32159,
Newark, NJ 07102

973-642-2084

info@aclu-nj.org
www.aclu-nj.org

ACLU NJ

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

फेथ इन न्यू जर्सी (Faith in New Jersey)

फेथ इन न्यू जर्सी एक बहु-आस्था और बहु-जाति नेटवर्क है जो सामाजिक एवं आर्थिक न्याय के लिए मिलकर काम करता है। यह संगठन "आश्रयस्थल शहर" की नितियों के विस्तार का भी समर्थन करता है।

P.O. Box 1317,
Camden, NJ 08105

609-256-4118

info@faithinnewjersey.org
www.faithinnewjersey.org

नि:शुल्क

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

फर्स्ट फ्रेंड्स ऑफ न्यू जर्सी एंड न्यूयॉर्क (First Friends of New Jersey and New York)

फर्स्ट फ्रेंड्स आप्रवासी बंदियों और आश्रय चाहने वालों के अधिकारों और सम्मान की पैरवी करता है। वे स्वयंसेवकों को प्रशिक्षण देते हैं और उत्तरी न्यू जर्सी में चार हिरासत केंद्रों में बंदियों से मिलने के अवसर प्रदान करते हैं। फर्स्ट फ्रेंड्स स्टैम्प आउट डेस्पायर प्रोग्राम के हिस्से के रूप में बंदियों को स्थायी पैकेट भी प्रदान करता है।

- आप्रवासी बंदियों से मिलें
- हाल ही में रिहा हुए बंदियों की सहायता और समर्थन करने के तरीके के बारे में प्रशिक्षण लें
- आप्रवासी बंदियों की दुर्दशा के बारे में जानें

53 South Hackensack Avenue,
Kearny, NJ 07032

908-965-0455

info@firstfriendsnjny.org
www.firstfriendsnjny.org

स्पेनिश

जर्सी शहर आप्रवासी समुदाय की सहायता के लिए स्वयंसेवी संगठनों से जुड़ें।

हैती सॉलिडेरिटी नेटवर्क ऑफ दि नॉर्थईस्ट

(Haiti Solidarity Network of the Northeast (HSNNE))

हेती सॉलिडेरिटी नेटवर्क हेती के लोगों के लिए सामाजिक, राजनीतिक और आर्थिक न्याय की पैरवी करता है। HSNNE ने हेती में सेवाओं और परियोजनाओं हेतु धन जुटाने के लिए धन-संचय कार्यक्रम भी आयोजित करता है।

- हेती में सहायता परियोजनाओं के लिए योगदान दें
- किसी चर्च प्रतिनिधिमंडल के साथ हेती जाएँ
- संयुक्त राज्य में हैतियाई समुदाय से जुड़ें

492 Bramhall Avenue,
Jersey City, NJ 07304

201-669-7787

info@haitisolidaritynetwork.org
www.haitisolidaritynetwork.org

फ्रेंच क्रियोल

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

अप्रवासियों के अधिकार कार्यक्रम (Immigrants' Rights Program (IRP)) अमेरिकन फ्रेंड्स सर्विस कमिटी (American Friends Service Committee)

आप्रवासियों के अधिकार कार्यक्रम आप्रवास नीतियों की पैरवी करते हैं जो सभी आप्रवासियों के अधिकारों और गरिमा का सम्मान करते हैं। IRP हिरासत केंद्रों में आप्रवासियों की रिहाई और निर्वासन का सामना कर रहे व्यक्तियों की सुरक्षा के लिए भी समर्थन करता है।

- आप्रवासी बंदियों के लिए समर्थन और पैरवी करना सीखें

89 Market Street, 6th Floor,
Newark, NJ 07102

973-643-1924

irp@afsc.org
www.afsc.org/office/newark-nj

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

अंतर्राष्ट्रीय प्रवासी गठबंधन (आईएमए) यू. एस.ए. (International Migrants Alliance (IMA) USA)

IMA संयुक्त राज्य अमेरिका और विदेशों में प्रवासियों, शरणार्थियों और विस्थापितों की सहायता के लिए अंतर्राष्ट्रीय संगठनों के साथ सहयोग करता है।

- अपनी विशिष्ट अपेक्षाओं के आधार पर संसाधनों से जुड़ें
- प्रवासियों के अधिकारों का समर्थन करें

ima.sect@gmail.com
www.wearemigrants.net

नि:शुल्क

स्पेनिश, तागालोग

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

मेक दि रोड न्यू जर्सी (Make the Road New Jersey)

मेक दि रोड न्यू जर्सी आप्रवासी और श्रमिक वर्ग के समुदायों के अधिकारों और सम्मान की रक्षा के लिए पैरवी करने वाले को सहायता प्रदान करता है, साथ ही सहायता और प्रशिक्षण के विभिन्न रूप भी प्रदान करता है।

- आप्रवासियों के अधिकारों और सुरक्षा का विस्तार करने के अभियान में शामिल हों
- नि:शुल्क शैक्षिक प्रशिक्षण में भाग लें

42 Broad Street,
Elizabeth, NJ 07201

908-368-1196

info@maketheroadnj.org
www.maketheroadnj.org

नि:शुल्क

स्पेनिश, पुर्तगाली

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

आप्रवासी न्याय के लिए न्यू जर्सी गठबंधन (New Jersey Alliance for Immigrant Justice)

आप्रवासी न्याय के लिए न्यू जर्सी गठबंधन आप्रवासी समुदायों की रक्षा करने और उन्हें सशक्तिक बनाने के लिए कानूनों में व्यापक बदलाव की पैरवी करता है। संगठन अप्रवासियों के लिए सकारात्मक बदलाव का समर्थन करने के लिए विभिन्न प्रकार के स्वयंसेवक अवसर प्रदान करता है।

- नि:शुल्क शैक्षिक संगोष्ठी और प्रशिक्षण में भाग लें
- आप्रवासियों को प्रभावित करने वाले कानूनों के बारे में जानें

info@njimmigrantjustice.org
www.njimmigrantjustice.org

नि:शुल्क

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

मैं अपने मूल देश के लोगों से कैसे जुड़ सकता हूं?

जर्सी सिटी कल्चरल अफेयर्स आपके जैसे आप्रवासी समुदायों की कद्र करते हैं और आपको जर्सी सिटी की बहुसांस्कृतिक पहचान में योगदान करने के लिए आमंत्रित करते हैं। जर्सी शहर को संयुक्त राज्य में सबसे विविध शहर कहा जाता है, और हमारे शहर को आप जैसे आप्रवासी ही इतना जीवंत बनाते हैं।

- यह पता करें कि सिटी हॉल में आपके देश के झंडे को हमारे कई **ध्वजारोहण समारोहों** में दर्शाया गया है या नहीं।
- वार्षिक **संस्कृति आस्वादन** कार्यक्रम में भोजन और प्रस्तुतियों का आनंद लें।
- **अपने मूल देश से सांस्कृतिक संगठन खोजें।**
- सैकड़ों निःशुल्क आयोजनों के बारे में जानें, जैसे पार्क में फिल्में, नाटक और संगीत समारोह।

जर्सी सिटी कल्चरल अफेयर्स कैलेंडर (Jersey City Cultural Affairs Calendar):
www.jerseycityculture.org

सांस्कृतिक मामलों का कार्यालय (Office of Cultural Affairs)
280 Grove Street, 4th Floor,
Jersey City, NJ 07302
201-547-6921

जर्सी सिटी के कई मुख्य समारोहों में से किसी एक में आपके राष्ट्र के झंडे का सांस्कृतिक मामलों द्वारा ध्वजारोहण किया जा सकता है।

जर्सी सिटी का संस्कृति आस्वादन कार्यक्रम हमारे प्रवासी समुदायों के मूल देशों के भोजन और प्रदर्शन कला के जश्न मनाता है।

मानव तस्करी के खिलाफ न्यू जर्सी गठबंधन (New Jersey Coalition Against Human Trafficking)

मानव तस्करी के खिलाफ न्यू जर्सी गठबंधन कई अलग-अलग संगठनों से बना है जो न्यू जर्सी में मानव तस्करी को रोकने के लिए मिलकर काम करते हैं।

- मानव तस्करी को रोकने के तरीकों के बारे में जानें
- सदमा देखभाल के किसी विशेषज्ञ से मिलें
- मानव तस्करी के पीड़ितों के लिए सेवा कार्यक्रमों से जुड़ें

784 Morris Turnpike, Suite 111,
Short Hills, NJ 07078

201-903-2111

info@njhumantrafficking.org
www.njhumantrafficking.org

स्पेनिश

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

फिलीपीन अमेरिकी मैत्री समुदाय, निगमन (Philippine American Friendship Community, Inc. (PAFCOM))

फिलीपीन अमेरिकी मैत्री समुदाय, निगमन

PAFCOM फिलिपिनो समुदाय के लिए संयुक्त राज्य में जीवन की मुख्यधारा में शामिल होना आसान बनाने का प्रयास करता है।

- जर्सी शहर में फिलिपिनो समुदाय से जुड़ें
- ज़ुम्बा और लाइन डांसिंग जैसे बढ़ती उम्र स्वस्थ रखने वाले कार्यक्रमों में भाग लें
- विभिन्न सेवाओं के साथ अन्य फिलिपिनो को सहायता हेतु स्वयंसेवा करें

238 Stegman Parkway #104,
Jersey City, NJ 07305

201-479-8941

pafcomnj@gmail.com
www.pafcomnj.org

नि:शुल्क

तागालोग

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

सेंट एडन प्रवासी केंद्र (Saint Aedan's Migrant Center)

सेंट एडन प्रवासी केंद्र एक स्वयंसेवी संगठन है जो कानूनी क्लीनिक, शैक्षिक कार्यशालाएं और अन्य सहायता सेवाओं के संपर्क प्रदान करता है।

- अरबी या स्पैनिश में एक दुभाषिया बनने हेतु स्वयंसेवा दें
- भोजन या वस्त्र दान करें
- ESL वार्तालाप भागीदार बनें

39 Tuers Avenue, 3rd Floor,
Jersey City, NJ 07306

201-433-6800

staedansimmigrantcenter@gmail.com

नि:शुल्क

स्पैनिश, अन्य विदेशी भाषाएँ

अपॉइंटमेंट आवश्यक है

अतिरिक्त सेवाएं उपलब्ध

वित्तीय साक्षरता (Financial Literacy)

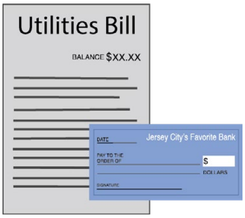
मैं कोई बैंक खाता कैसे खोल सकता हूं?

बैंक खाता खोलने के लिए, आपको बैंक में एक आवेदन भरना होगा, व्यक्तिगत जानकारी प्रदान करनी होगी और दस्तावेज सत्यापित करने होंगे। आमतौर पर, आपको निम्न दस्तावेज देने होंगे:

- आपके चित्र के साथ कोई आधिकारिक पहचान पत्र
- संयुक्त राज्य या अन्य देश का पासपोर्ट
- आप जहां रहते हैं, उसका प्रमाण, जो आम तौर पर मेल का एक हिस्सा होता है जिसमें कोई आधिकारिक दस्तावेज या बिल होता है
- सामाजिक सुरक्षा संख्या या व्यक्तिगत करदाता पहचान संख्या (ITIN)[1]

चालू खाता और बचत खाता क्या हैं?
किसी **चालू खाते** से आप अपना पैसा किसी बैंक में जमा कर सकते हैं और फिर नकदी निकालने, डेबिट कार्ड के जरिए चीजें खरीदने, या चेक लिखने के द्वारा इसे बहुत आसानी से पा सकते हैं। किसी **बचत खाते** से आप पैसे जमा कर सकते हैं जिसे आप बैंक से बार-बार निकालने का इरादा नहीं रखते। बचत खातों का उपयोग आमतौर पर बिलों का भुगतान करने के लिए नहीं किया जाता, और सरकार केवल आपको प्रतिमाह छह बार बचत खाते से पैसे निकालने की अनुमति देती है।[2]

मैं अपने बैंक खाते को कैसे सुरक्षित रख सकता हूं?
किसी को अपना खाता नंबर या डेबिट कार्ड नंबर न दें। यदि आप अपना डेबिट कार्ड खो देते हैं, तो तुरंत बैंक को कॉल करें। किसी भी असामान्य शुल्क या गतिविधियों के लिए अपने बैंक दस्तावेजों की नियमित रूप से जाँच करें। आमतौर पर, बैंकों की आधिकारिक वेबसाइटें और आधिकारिक ऐप सुरक्षित होते हैं और धोखाधड़ी से सावधान रहने और बैंक से अलर्ट प्राप्त करने का एक आसान तरीका प्रदान करते हैं।[3]



? चेक लिखने और बिलों का भुगतान करने के लिए आप अपने चालू खाते का उपयोग कर सकते हैं।

? अपने बैंक की जानकारी या पासवर्ड किसी को भी न दें।

करों का भुगतान करने के बारे में क्या?

करों का भुगतान करना संयुक्त राज्य में रहने वाले सभी लोगों के लिए सबसे महत्वपूर्ण जिम्मेदारियों में से एक है। करों का भुगतान करने में विफलता अवैध है और आपकी आप्रवास स्थिति और नागरिक बनने की आपकी क्षमता को खतरे में डाल सकती है।[4]

कुछ महत्वपूर्ण कर शर्तें:

आंतरिक राजस्व सेवा (IRS) सभी कर्मचारियों और व्यवसायों से कर एकत्र करने के लिए जिम्मेदार सरकारी एजेंसी है।

वार्षिक आय कर 1 जनवरी से 15 अप्रैल के बीच IRS को यह रिपोर्ट करना सभी लोगों से अपेक्षित है कि उन्होंने पिछले कैलेंडर वर्ष में कितना पैसा कमाया। आमतौर पर, वार्षिक आय कर IRS **प्रपत्र** 1040 के उपयोग से भरे जाते हैं।

कर कटौतियां आपके हर एक भुगतान से ली गई कटौती है, ताकि IRS विशिष्ट सरकारी कार्यक्रमों के लिए कर एकत्रित करे। कर कटौतियों के लिए आपको काम शुरू करने से पहले IRS **प्रपत्र** W-4 भरना होगा।

भुगतान रसीदें वे रसीदें हैं जब हर बार आपके नियोक्ता द्वारा आपको भुगतान करने पर मिलती हैं, साथ ही साथ ये आपके कर कटौतियों और वार्षिक आय के दस्तावेज हैं।

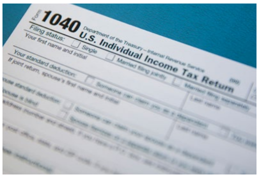
कोई व्यक्तिगत कर पहचान संख्या (ITIN) IRS द्वारा जारी एक संख्या है, ताकि उचित कार्य प्राधिकरणों या आप्रवास स्थिति के बिना भी लोग कर भर सकें।

मैं वार्षिक आय करों का भुगतान कैसे करूं?

हर वर्ष, संयुक्त राज्य अमेरिका में काम करने वाले और पर्याप्त वार्षिक आय अर्जित करने वाले लोगों को 1 जनवरी से 15 अप्रैल के बीच IRS के साथ आयकर दाखिल करना होगा। आयकर **"भरना"** का अर्थ है कि किसी विशेष प्रपत्र के उपयोग से IRS की घोषणा करना कि पिछले कैलेंडर वर्ष में आपने कितनी आय अर्जित की। वार्षिक आय कर दाखिल करने के लिए उपयोग किया जाने वाला सबसे विशिष्ट प्रपत्र IRS **प्रपत्र** 1040 है। यद्यपि आप पेशेवर सहायता के बिना अपने करों को भर सकते हैं, इस पर व्यापक सहमति है कि संयुक्त राज्य में करों को भरना एक भ्रामक प्रक्रिया है, और बहुत से लोग सहायता के लिए लेखाकार ढूंढते हैं। विधिवक्ताओं के समान, आप कम लागत वाले और नि:शुल्क लेखाकार पा सकते हैं, और यह सत्यापित करना महत्वपूर्ण है कि एकाउंटेंट उचित रूप से लाइसेंस-प्राप्त हो। वेबसाइट **www.irs.gov** भी सहायक है और इसमें कई भाषा विकल्प हैं।[5]

यदि मेरे पास काम का प्राधिकरण नहीं है तो मैं वार्षिक आय करों का भुगतान कैसे कर सकता हूं?

IRS द्वारा संयुक्त राज्य में रहने वाले उन लोगों को ITIN जारी किया जाता है, जिनके पास विशिष्ट कार्य प्राधिकरणों तक पहुंच नहीं है, लेकिन फिर भी वे आयकर का भुगतान करके कानून का पालन करना चाहते हैं। यह जानना महत्वपूर्ण है कि IRS, आमतौर पर, होमलैंड सुरक्षा विभाग के साथ ITIN जानकारी साझा नहीं करता है। इसका मतलब यह है कि यदि कोई अनिर्दिष्ट आप्रवासी ITIN के लिए आवेदन करता है, तो यह संभावना नहीं है कि आप्रवास प्रवर्तन उनकी व्यक्तिगत जानकारी खोजने में सक्षम होगा। यदि आप भयभीत हैं, तो आप हमेशा किसी लाइसेंस-प्राप्त आप्रवास विधिवक्ता से बात कर सकते हैं। यदि आप सरकार से स्थायी स्थिति या सहायता लेने की योजना बनाते हैं, तो आयकर का भुगतान करने के लिए ITIN का उपयोग करना सहायक हो सकता है।[6] ITIN के लिए आवेदन करने के लिए, आपको **IRS प्रपत्र W-7** जमा करना होगा।]। **www.irs.gov** पर जाएं और खोज मेनू में "ITIN" टाइप करें।[7]



हर वर्ष अपनी आय की घोषणा करें और 1 जनवरी से 15 अप्रैल के बीच अपने करों को भरें।

ITIN का उपयोग आयकर का भुगतान करने के लिए किया जा सकता है, भले ही आपके पास कार्य प्राधिकरण न हो।

"लेखा में दर्ज नहीं" काम करने का क्या मतलब है?

अभिव्यक्ति **"लेखा में दर्ज नहीं"** (या "तालिका के तहत") का मतलब है सरकार को आवश्यक करों का भुगतान किए बिना कोई मौद्रिक लेनदेन करना। "लेखा में दर्ज नहीं" काम करने का मतलब आमतौर पर उचित कर कटौती के बिना और IRS को अपनी कुल वार्षिक आय की रिपोर्ट के बिना नकदी में वेतन भुगतान प्राप्त करना है। यह गैरकानूनी है। करों का भुगतान करने और आय की रिपोर्ट करने में विफलता आपके आप्रवास की स्थिति को खतरे में डाल सकती है और नागरिक बनने की आपकी क्षमता से समझौता कर सकती है।[8]

"लेखा में दर्ज" काम करने का क्या मतलब है?

"लेखा में दर्ज" काम करने का आमतौर पर अर्थ यह है कि आपको उस चेक के साथ भुगतान किया गया है जो किसी भुगतान रसीद के साथ आता है। किसी भुगतान रसीद से पता चलता है कि आपको किसी निश्चित अवधि और पूरे वर्ष के लिए कितना भुगतान किया गया है, और यह आपकी कर कटौती सूचीबद्ध करता है। "लेखा में दर्ज" काम करना लगभग हमेशा मतलब है कि आपको काम शुरू करने से पहले एक **IRS प्रपत्र W-4 कर्मचारी की कर-कटौती करने का प्रमाणपत्र** भरने के लिए कहा जाएगा, और हर कैलेंडर वर्ष के अंत में आपको एक **W-2 वेतन और कर विवरण** दिया जाएगा। यदि आप काम करना शुरू करते समय W-4 नहीं भरते हैं, तो आप शायद "लेखा में दर्ज" काम नहीं कर रहे हैं और अवैध रूप से नियुक्त हो सकते हैं।[9]

क्या होगा यदि मेरा नियोक्ता कहता है कि मैं "फ्रीलांस" हूं?

यदि कोई नियोक्ता आपसे काम शुरू करने के लिए **IRS प्रपत्र W-9** भरने के लिए कहता है (प्रपत्र W-4 के बजाय), तो वे आपको कर कटौती के बिना "फ्रीलांस कर्मचारी" या "स्वतंत्र ठेकेदार" के रूप में भुगतान करेंगे। । इसका मतलब है कि आप वार्षिक आयकर विवरण दाखिल करने के अलावा IRS प्रपत्र 1040-ES के उपयोग से "स्व-रोजगार करों" का भुगतान करने के लिए जिम्मेदार हैं। कर्मचारियों को "फ्रीलांसर" के रूप में भुगतान करना भ्रष्ट नियोक्ताओं के लिए दाखिल करने और भुगतान करने की जिम्मेदारी से बचने का एक सामान्य तरीका है, और कई लोग इस तरह से भुगतान करने पर सतर्क रहते हैं। हमेशा भुगतान करने वाले व्यक्ति से लिखित भुगतान के लिए पूछें जो आपका नाम और सामाजिक सुरक्षा नंबर (या ITIN), आपको दी गई राशि, तिथि और नियोक्ता का नाम और पता दिखाता है।[10]

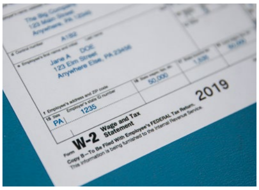
क्या मुझे अपने घर के लिए संपत्ति कर का भुगतान करना है?

यदि आपके पास घर नहीं है और एक किराएदार हैं, तो आपको संपत्ति करों का भुगतान करने की ज़रूरत नहीं। आपके मकान मालिक को संपत्ति कर का भुगतान करना चाहिए, और ये कर लागतें आपके मासिक किराए के बिल में नहीं जोड़ी जा सकतीं। यदि आपके पास कोई घर या अन्य अचल संपत्ति है, तो आपको जर्सी सिटी टैक्स कलेक्टर के कार्यालय को करों का भुगतान करना होगा।[11]

यदि करों के बारे में मेरे अन्य प्रश्न हैं तो क्या होगा?

किसी प्रमाणित लेखाकार से बात करना पेशेवर सलाह के लिए सबसे अच्छा विकल्प है, लेकिन www.irs.gov पर जाकर खोज मेनू में "तैयारकर्ता के विवरण" टाइप करके उस लेखाकार की साख सत्यापित करना सुनिश्चित करें। **www.irs.gov** वेबसाइट कई भाषा विकल्पों के साथ, सूचना का एक उत्कृष्ट स्रोत भी है।

15 अप्रैल संयुक्त राज्य में राष्ट्रीय कर दिवस है। यह वार्षिक आयकर दाखिल करने की अंतिम तिथि है।



क्रेडिट कार्ड और डेबिट कार्ड क्या हैं?

डेबिट कार्ड क्या है?
जब आप चालू खाता खोलते हैं तो आपके बैंक द्वारा आपको **डेबिट कार्ड** दिया जाता है। आप अपने डेबिट कार्ड का उपयोग चीजों को खरीदने के लिए कर सकते हैं, और भुगतान इलेक्ट्रॉनिक रूप से आपके चालू खाते में मौजूद धन के उपयोग से किया जाएगा। जब आपका बैंक आपको कोई डेबिट कार्ड देता है, तो आपको एक निजी व्यक्तिगत पहचान संख्या या एक **"PIN"** दर्ज करनी होगी। आपका PIN आमतौर पर चार अंकों का होता है, और जब आप अपने डेबिट कार्ड के साथ कुछ खरीदते हैं, तो आपको अपना PIN उसी मशीन में दर्ज करना होगा जो आपके कार्ड को पढ़ती है। आपका PIN निजी है; इसे कैशियर के सामने जोर से न पढ़ें या किसी को भी आपको नंबर दर्ज करते न देखने दें। आपके चालू खाते में सभी धन का उपयोग करना संभव है और उसके बाद भी अपने डेबिट कार्ड के साथ चीजें खरीद सकते हैं, लेकिन इसके परिणामस्वरूप आपके बैंक द्वारा पर्याप्त शुल्क लिया जाएगा जिसे **"ओवरड्राफ्ट पेनल्टी"** कहा जाता है। जब आप अपने चालू खाते से नकदी निकालने के लिए किसी स्वचालित टेलर मशीन (ATM) का उपयोग करते हैं तो आपका डेबिट कार्ड भी ज़रूरी होता है। यह जानना महत्वपूर्ण है कि भले ही आपका डेबिट कार्ड क्रेडिट कार्ड की तरह दिखता है, लेकिन इसका उपयोग करने से आपका क्रेडिट स्कोर नहीं बनता है।[12]

क्रेडिट कार्ड क्या है?
क्रेडिट कार्ड आपको किसी वित्त निगम द्वारा दिया जाता है जो मानता है कि आप उनके कार्ड के साथ चीजें खरीद पाएंगे और फिर उनका बाद में समय पर भुगतान करेंगे। क्रेडिट कार्ड के लिए आवेदन करने के लिए, आपको आम तौर पर एक सामाजिक सुरक्षा नंबर या एक व्यक्तिगत करदाता पहचान संख्या (ITIN) की अपेक्षा होगी, इस बात का प्रमाण कि आप कमाते हैं, और ऋण चुकाने का एक प्रलेखित अतीत, और आपकी आयु कम से कम 18 वर्ष होनी चाहिए। जब आप अपने क्रेडिट कार्ड से कुछ खरीदते हैं, तो आपको चार अंकों के PIN की ज़रूरत नहीं होगी, लेकिन आपको आमतौर पर अपने हस्ताक्षर करने होंगे। अपने क्रेडिट कार्ड नंबर को साझा न करने के प्रति बहुत सावधान रहें, और यदि आपको संदेह है कि किसी ने आपके क्रेडिट कार्ड का उपयोग धोखाधड़ी से किया है, तो कार्ड के पीछे या आपके मासिक विवरण पर दिए फोन नंबर को तुरंत कॉल करें। यह जानना महत्वपूर्ण है कि जब आप क्रेडिट कार्ड से चीजें खरीदते हैं, तो आप उधार पैसे के रूप में भुगतान करते हैं, और आपको हर महीने एक बिल प्राप्त होगा जो आपसे खरीदी गई वस्तुओं के लिए भुगतान करने के लिए कहेगा। कई अमेरिकी अनजाने में खुद को अपने क्रेडिट कार्ड के बिलों का भुगतान करने में असमर्थ पाते हैं और क्रेडिट कार्ड के कर्ज से दब जाते हैं। क्रेडिट और क्रेडिट स्कोर के बारे में अधिक जानने के लिए, संसाधन मार्गदर्शिका के इस भाग में कहीं और पाई गई जानकारी पढ़ें।[13]

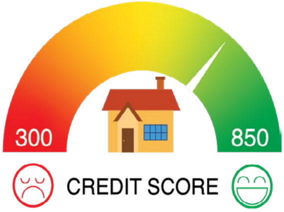
डेबिट कार्ड क्रेडिट कार्ड जैसा ही दिखता है, लेकिन इसका उपयोग केवल उसी पैसे से चीजें खरीदने के लिए किया जा सकता है जो पहले से ही बैंक में आपके चालू खाते में हों।

क्रेडिट स्कोर क्या है?

आपका **क्रेडिट स्कोर** जिम्मेदारी से पैसे कमाने और खर्च करने की आपकी क्षमता का एक पैमाना है। आपका क्रेडिट स्कोर निजी क्रेडिट रिपोर्टिंग एजेंसियों द्वारा बनाया जाता है, जो इस बारे में जानकारी एकत्रित करते हैं कि आप समय के साथ पैसा कैसे खर्च करते हैं और बिलों का भुगतान कैसे करते हैं। यदि आप कोई अपार्टमेंट किराए पर लेना चाहते हैं या कार खरीदते हैं, तो बैंक से ऋण के लिए आवेदन करें, तब आपके क्रेडिट स्कोर का उपयोग यह मापने के लिए किया जाएगा कि भुगतान करने के लिए आप पर कितना भरोसा किया जा सकता है। संयुक्त राज्य में आपकी वित्तीय स्थिरता और दीर्घकालिक सफलता के लिए एक अच्छा क्रेडिट स्कोर आवश्यक है।[14]

मैं एक अच्छा क्रेडिट स्कोर कैसे अर्जित कर सकता हूं?
जब आप पहली बार एक आप्रवासी के रूप में संयुक्त राज्य में आते हैं, तो यू.एस. के बाहर खर्च करने का कोई भी अतीत आपके क्रेडिट स्कोर में योगदान नहीं करेगा। आपके पास क्रेडिट स्कोर नहीं होगा, जो कि खराब क्रेडिट स्कोर होने के कारण सीमित हो सकता है। सबसे पहले, अपने बिलों का भुगतान हमेशा समय पर करें और कभी भी कर्ज में न पड़ें। दूसरा, क्रेडिट कार्ड के उपयोग से और अपने सभी मासिक बिलों का भुगतान करके अच्छे क्रेडिट का निर्माण करें। डेबिट कार्ड का उपयोग करने से क्रेडिट नहीं बनेगा।[14]

तो फिर, एक अच्छा क्रेडिट स्कोर क्या है?
क्रेडिट स्कोर वे संख्याएँ होती हैं जो आमतौर पर 300 से 850 तक होती हैं। "अच्छा क्रेडिट" आमतौर पर 700 या उससे ऊपर का स्कोर माना जाता है, और "बुरा क्रेडिट" आमतौर पर 600 से नीचे होता है। संयुक्त राज्य में तीन प्रमुख क्रेडिट रिपोर्टिंग एजेंसियां हैं, और वे सभी समान व्यक्ति के लिए समान क्रेडिट स्कोर की रिपोर्ट नहीं कर सकतीं। कानून के अनुसार, तीन क्रेडिट रिपोर्टिंग एजेंसियों को आपको वर्ष में एक बार नि:शुल्क क्रेडिट स्कोर रिपोर्ट प्रदान करनी चाहिए। अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए सबसे अच्छी वेबसाइटों में से एक **www.usa.gov/credit-reports.**[14] है।



क्रेडिट बनने में समय लगता है, और आपका क्रेडिट स्कोर यह दर्शाता है कि आप अपने ऋण का कितना अच्छा भुगतान करते हैं।

वेतन चोरी क्या है?

वेतन चोरी तब होती है जब कोई नियोक्ता आपके काम के लिए आपको भुगतान करने में विफल रहता है। यह आपके ओवरटाइम के घंटों के लिए, आपके नियोक्ता ने आपकी ओर से एकत्रित की गई बख्शीसें, या नौकरी छोड़ने से पहले आपके द्वारा अर्जित अंतिम वेतन आपको भुगतान करने में विफलता के रूप में हो सकती है।[15] वेतन की चोरी में नीचे दिए गए किसी नियोक्ता द्वारा कानूनी न्यूनतम वेतन, जो हर एक राज्य द्वारा निर्धारित किया गया है भुगतान भी शामिल है। 1 जुलाई, 2019 तक, न्यू जर्सी में किसी भी नियोक्ता के लिए किसी भी नौकरी के लिए $10 प्रति वर्ष से कम वेतन का भुगतान करना गैरकानूनी है।[16] दुर्भाग्य से, आप्रवासियों और कम वेतन वाले लोगों को वेतन चोरी का सबसे अधिक खतरा रहता है।

मैं वेतन चोरी से कैसे बच सकता हूं?

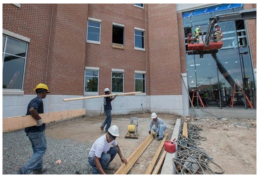
सबसे पहले, आपको "लेखा में दर्ज नहीं" काम नहीं करना चाहिए, जिसका अर्थ है कि आपको कर कटौती या आपके वेतन और घंटों के लिखित रिकॉर्ड के बिना केवल नकद में भुगतान किया जाता है। दूसरा, आप अपने काम के दिनों का अपना रिकॉर्ड रख सकते हैं, जिस समय आपने अपना काम शुरू और समाप्त कर दिया था, और वह वेतन जिसे आपका नियोक्ता आपको भुगतान करने के लिए सहमत हो गया था। यदि आपका नियोक्ता आपके वेतन के किसी भी हिस्से का भुगतान करने में विफल रहा है, तो आपको तुरंत ठीक से भुगतान करने के लिए कहना चाहिए। यह जानना महत्वपूर्ण है कि सभी वेतन कमाने वाले, प्रलेखित या अविवादित, संघीय कानून द्वारा वेतन की चोरी से सुरक्षित हैं।

यदि मैं वेतन चोरी का शिकार हूं तो मैं क्या कर सकता हूं?

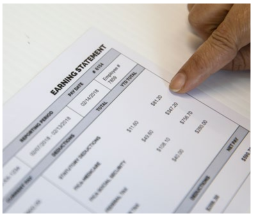
सबसे पहले, आप न्यू जर्सी डिपार्टमेंट ऑफ लेबर वेज एंड ऑवर कम्प्लायंस प्रभाग के साथ **www.myworkrights.nj.gov** वेबसाइट पर जाकर MW-31A प्रपत्र प्रिंट करके, और इसे P.O. Box 389, Trenton, NJ 08625 पर मेल करके दावा दर्ज कर सकते हैं। यह एजेंसी आपको आपके नाम का उपयोग किए बिना, गुमनाम रूप से दावा भरने की अनुमति देती है।[17]

दूसरे, आप **908-317-8611** पर कॉल करके या **www.dol.gov/whd/howtofilecomplaint.htm.**[18] पर जाकर यू.एस. लेबर वेज एंड ऑवर प्रभाग के साथ शिकायत दर्ज कर सकते हैं। जब आप फोन करेंगे, तो आपसे आपके रोजगार के बारे में प्रश्न पूछे जाएंगे, लेकिन आपसे आपकी आप्रवास स्थिति नहीं पूछी जाएगी।

तीसरे, आप जर्सी सिटी के रेज़िडेंट रिस्पांस सेंटर (RRC) से संपर्क करके यह बता सकते हैं कि आपने न्यू जर्सी और/या यूनाइटेड स्टेट्स वेज एंड ऑवर ऑफिस(सेस) के साथ वेतन चोरी का दावा प्रस्तुत किया है। आप गुमनाम रूप से और अपनी पसंदीदा भाषा में RRC से संपर्क कर सकते हैं।[19] यह आपके नियोक्ता के लिए वेतन चोरी की शिकायत दर्ज करने के लिए आपसे प्रतिशोध लेना कानून के विरुद्ध है।[20]



भोजन, निर्माण और घर पर देखभाल करने वाले उद्योगों में काम करने वाले श्रमिकों को वेतन चोरी का खतरा अधिक होता है। आप्रवास स्थिति की परवाह किए बिना, हर एक कार्यकर्ता की सुरक्षा के अधिकार हैं।



अपने वेतन की रक्षा करें। अपने वेतन की समीक्षा करके अपनी आय पर नज़र रखें।

परिवहन और सामान्य ज़रूरतें

मुझे नि:शुल्क भोजन कहां मिल सकता है?

यदि आप भूखे हैं और भोजन खरीदने के लिए संघर्ष कर रहे हैं, तो आप नि:शुल्क भोजन **भोजनालयों** में पा सकते हैं। भोजनालय धर्मार्थ समूह हैं, जो विशिष्ट समय और स्थान पर लोगों को भोजन के नि:शुल्क बैग या बक्से वितरित करते हैं। हालांकि अधिकांश भोजनालय शायद ही आपको दुत्कारेंगे, पर हर एक भोजनालय की उनके लिए अपनी नीतियां और प्रथाएं होंगी जो नि:शुल्क भोजन ले सकते हैं। कुछ भोजनालय आपको किसी भी दस्तावेज के लिए नहीं पूछेंगे, जबकि अन्य पंजीकरण, पहचान, निवास का प्रमाण और अन्य सरकारी लाभ प्राप्त करने के प्रमाण की अपेक्षा करेंगे।

अपने क्षेत्र में सभी भोजनालयों की विस्तृत सूची के लिए, **HealthierJC.AuntBertha.com** पर जाएं और अपने लिए कोई भोजनालय खोजने के लिए अपना ज़िप कोड जमा करें। यह वेबसाइट कई भाषाओं में उपलब्ध है और हजारों नि:शुल्क या किफायती सेवाएं सूचीबद्ध करती है।

फाउंटेन ऑफ साल्वेशन (Fountain of Salvation)
324 Communipaw Avenue, Jersey City, NJ 07304
टाइम्स के लिए **201-435-0009** पर कॉल करें या www.fountainofsalvation.org/jcity पर जाएं

आवर लेडी ऑफ़ सॉरोज़ पैरिश: दि मैरी हाउस ऑफ एमर्जेन्सी फूड (Our Lady of Sorrows Parish: The Mary House of Emergency Food)
93 Clerk Street, Jersey City, NJ 07305
सोम, बुध, और शुक्र: सुबह 9:00 बजे से दोपहर 1:30 बजे तक।
201-433-0626 पर सिस्टर ऐलिस मैककॉय को कॉल करें
जर्सी शहर के निवासियों के लिए नि:शुल्क, लेकिन पंजीकरण आवश्यक है। पते, परिवार के आकार और आय के प्रमाण के साथ पहचान-पत्र लाएं।

सेंट जॉन्स लूथरन चर्च फूड पैंट्री (St. John's Lutheran Church Food Pantry)
155 North Street, Jersey City, NJ 07307
हर एक दूसरे शनिवार, सुबह 10 बजे से दोपहर 1:30 बजे तक
201-798-0540

सैंट मैथ्यूज़ लुथरन चर्च (St. Matthew's Lutheran Church)
85 Wayne Street, Jersey City, NJ 07302
सोम दोपहर 12:00 बजे और शुक्र दोपहर 1:00 बजे
201-898-2350 विस्तार 3
सभी को नि:शुल्क। अपना खुद का बैग या गाड़ी लाएं। स्वास्थ्य बीमा के लिए पात्रता में सहायता करने के लिए UnitedHealthcare के प्रतिनिधि और अन्य लोग शुक्रवार को मौजूद हैं।

वी प्रोजेक्ट - "कम्युनिटी टेबल"(We Project—"Community Table")
नॉर्थ स्ट्रीट और समिट एवेन्यू, पार्किंग में
हर शनिवार, सुबह 6:30 बजे से 10:30 बजे तक।
201-456-8908 या wearetheweproject@gmail.com
सभी के लिए नि:शुल्क भोजन, किसी पहचान की जरूरत नहीं। एक पुन: उपयोग वाली बैग लाएं।

भोजन चाहिए? आपके लिए जर्सी सिटी में फूड पैंट्रीज़ उपलब्ध हैं।

मैं बस, मेट्रो और लाइट रेल की सवारी कैसे कर सकता हूं?

मैं NJ ट्रांज़िट बस की सवारी कैसे जा सकता हूं?
न्यू जर्सी ट्रांज़िट बसें पूरे जर्सी शहर और आस-पास के शहरों जैसे कि बेयोन, होबोकेन, यूनियन सिटी और न्यूयॉर्क शहर में चलती हैं। NJ ट्रांज़िट बस की सवारी के लिए, आपको एक बस स्टॉप पर इंतजार करना होगा, जो उस स्टॉप की सेवा करने वाले बस नंबरों के साथ NJ ट्रांज़िट संकेत द्वारा चिह्नित किया जाएगा। हर एक बस नंबर में एक निर्दिष्ट मार्ग होता है, और यह जानने के लिए कि बस किस दिशा में यात्रा कर रही है, आपको बस के सामने दिखने वाले अंतिम गंतव्य पर ध्यान देना चाहिए। आपको पहले दरवाजे पर बस में सवार होना चाहिए, चालक को अपना गंतव्य बताएं, और मशीन में बिल और सिक्के डालकर ठीक-ठीक राशि का भुगतान करें। हर एक बस की सवारी की लागत आपके गंतव्य पर निर्भर करती है और इसे "ज़ोन" द्वारा मापा जाता है। जर्सी सिटी के अधिकांश स्थलों को "ज़ोन 1" कहा जाता है और इसकी लागत $1.60 (2019 तक) है। आप एक मासिक बस पास भी खरीद सकते हैं, जो निश्चित मूल्य के लिए एक निश्चित क्षेत्र में असीमित यात्रा की अनुमति देता है। ड्राइवर को संकेत देने के लिए कि आप बस से उतरना चाहते हैं, खिड़की के ऊपर टेप दबाएं। सभी बस मार्गों का नक्शा खोजने के लिए, www.njtransit.com वेब पेज पर जाएँ, जिसे नीचे दाईं ओर मेनू के उपयोग से विदेशी भाषाओं में अनुवाद किया जा सकता है।[1]

मैं PATH ट्रेन की सवारी कैसे कर सकता हूं?
PATH का अर्थ "पोर्ट अथॉरिटी ट्रांस-हडसन" है और यह दो मेट्रो लाइनों की एक प्रणाली है जो जर्सी सिटी, होबोकेन, नेवार्क, न्यूयॉर्क सिटी, हैरिसन, और केर्नी को जोड़ती है। जर्सी सिटी में चार भूमिगत PATH स्थल हैं। एक PATH ट्रेन की सवारी करने के लिए, आपको एक PATH स्थल पर बहुभाषी मशीनों में से एक के उपयोग से एक प्लास्टिक MetroCard खरीदना चाहिए, और फिर घूमने वाले टर्नस्टाइल के स्लॉट में MetroCard डालना चाहिए। बिना किराया चुकाए टर्नस्टाइल पर सवार होना गैरकानूनी है और इसके गंभीर परिणाम हो सकते हैं। PATH ट्रेन पर एकल यात्रा की कीमत $2.75 (2019 तक) है। आप कई यात्राएं खरीद सकते हैं और उन्हें एक MetroCard पर स्टोर कर सकते हैं, या आप कोई मासिक स्मार्टलिंक कार्ड खरीद सकते हैं। PATH ट्रेनों के नक्शे और शेड्यूल अंग्रेजी और स्पेनिश में **www.panynj.org** पर डाउनलोड किए जा सकते हैं।[1]

मैं लाइट रेल पर कैसे यात्रा कर सकता हूं?
हडसन-बर्गन लाइट रेल एक छोटी ट्रेन है जो जर्सी सिटी को शहरों के साथ उसके उत्तर और दक्षिण में जोड़ती है। लाइट रेल की सवारी करने के लिए, आपको हल्के रेल स्थल पर नीले और नारंगी मशीनों में से एक से एक टिकट खरीदना चाहिए, लेकिन ट्रेन में बैठने से पहले आपको अपने टिकट "सत्यापित" करना होगा। इसके लिए आपको अपने टिकट को "टिकट वैलिडेटर" लेबल वाली मशीन में डालना होगा, जो आपके टिकट पर एक बैंगनी तिथि और समय प्रिंट करेगा। ट्रेन में सवारी करते समय अपना टिकट साथ रखें, क्योंकि एक NJ ट्रांज़िट अधिकारी ट्रेन में प्रवेश कर सकता है और सभी यात्रियों को अपने वैध टिकट दिखाने के लिए कह सकता है। यदि आपका टिकट मान्य नहीं है, तो आपको जुर्माना भरना होगा। मैप्स, शेड्यूल और लाइट रेल के बारे में जानकारी के लिए, **www.njtransit.com** वेब पेज पर जाएं, जिसे नीचे दाईं ओर मेनू के उपयोग से विदेशी भाषाओं में अनुवाद किया जा सकता है।[1]

? MetroCards के उपयोग से पहले उसमें पैसे भरने होते हैं, और स्मार्टलिंक का उपयोग असीमित यात्राओं के लिए मासिक पास के रूप में किया जा सकता है।

? किसी मान्य लाइट रेल टिकट में आपकी यात्रा की तारीख और समय होगा।

? लाइट रेल टिकट मशीन टिकटें देती है लेकिन उन्हें मान्य नहीं करती है।

क्या मुझे मोबाइल फोन की वाकई ज़रूरत पड़ेगी?

जी हाँ। स्मार्टफोन तक पहुंच सुरक्षित रहने, नौकरी और सेवाओं से जुड़ने और रिश्ते बनाए रखने की आपकी क्षमता को बढ़ाएगा। संयुक्त राज्य की संस्कृति आपसे धैर्य और प्रमाण की मांग कर सकती है, और ऐसा बहुत कम होता है कि कोई नियोक्ता आपके घर पर कॉल करे, कोई संदेश छोड़े, या आपके वापस आने का इंतजार करे। यदि आप उन मित्रों या लोगों को जानते हैं जिनके पास नौकरी की सिफारिशें या ऐसी चीजें हैं जिन्हें वे साझा करना चाहते हैं, तो संभावना है कि वे आपको व्यक्तिगत रूप से मिलने के बजाय कोई टेक्स्ट संदेश भेजेंगे। स्मार्टफोन पर वेब-आधारित एप्लिकेशन के उपयोग से अंतर्राष्ट्रीय कॉल करना लैंडलाइन फोन का उपयोग करने या फोन कार्ड खरीदने की तुलना में बहुत सस्ता हो सकता है। और आपातकाल के मामले में, एक मोबाइल फोन सहायता के लिए 9-1-1 पर कॉल करने का एकमात्र तरीका हो सकता है।

मुझे मोबाइल फोन कहां मिल सकता है?

कई मोबाइल फोन कंपनियां अलग-अलग प्लान पेश करती हैं। ज्यादातर, आपको एक फोन खरीदना होगा और मासिक बिलों का भुगतान करना होगा। आमतौर पर, आप कोई योजना खरीद सकते हैं जो केवल मिनट्स और टेक्स्ट की पेशकश करती है, या कोई योजना जिसमें इंटरनेट डेटा भी शामिल हो। योजनाओं की लागत आमतौर पर $25 से $60 प्रतिमाह तक होती है।

"स्कैम" कॉल्स क्या हैं?

दुनिया भर में, अपराधी "स्कैम" कॉल या टेक्स्ट संदेशों से लोगों को नुकसान पहुंचाने के लिए स्मार्टफोन का उपयोग करते हैं। संयुक्त राज्य में, किसी भी संघीय सरकारी एजेंसी द्वारा आपसे फोन पर संपर्क करना अत्यंत दुर्लभ है। आंतरिक राजस्व सेवा (IRS) आपके फोन पर कभी कॉल नहीं करेगा और न ही आपका सामाजिक सुरक्षा नंबर या व्यक्तिगत कर पहचान संख्या (ITIN) पूछेगा। यदि कोई आपके फोन पर आपसे संपर्क करता है और आपसे व्यक्तिगत जानकारी मांगता है या भुगतान करने के लिए कहता है, तो आपको संदेह होना चाहिए और मेल में एक पत्र की प्रतीक्षा करनी चाहिए, जो संयुक्त राज्य में आधिकारिक संचार भेजने का प्रथागत तरीका है।[2]

बाख़बर रहें

अप्रवासियों के लिए टेक्स्ट अपडेटस

(973) 419-5694 पर

"Add" लिखकर संदेश भेजें

अप्रवासी सहायता के लिए, अप्रवासी मामले का प्रभाग से 201-547-6800 या JCDIA@jcnj.org पर संपर्क करें।

(español and العربية)

JERSEY CITY MAKE IT YOURS #HealthierJC THE CITY OF JERSEY CITY MAYOR STEVEN M. FULOP THE MUNICIPAL COUNCIL AND THE DEPARTMENT OF HEALTH & HUMAN SERVICES

JerseyCityNJ JC_GOV jerseycitynj

परिशिष्ट

भाग 1: सरकारी सेवाएं

1. "सामुदायिक आपातकालीन प्रतिक्रिया टीमें (CERT) " (n.d.) न्यू जर्सी आपातकालीन प्रबंधन कार्यालय। http://ready.nj.gov/cert/index.shtml **से लिया गया**
2. "लोक सुरक्षा।" (n.d.). जर्सी सिटी शहर। https://www.cityofjerseycity.com/CityHall/PublicSafety **से लिया गया**
3. "पुलिस का प्रभाग।" (n.d.). जर्सी सिटी शहर। https://www.cityofjerseycity.com/cms/One.aspx?portalId=6189744&pageId=7222046 **से लिया गया**
4. संयुक्त राज्य का जनगणना ब्यूरो। (n.d.) https://www.census.gov/ **से लिया गया**
5. "डेटा संरक्षण और गोपनीयता कार्यक्रम: संघीय कानून। "(अगस्त 2018)। संयुक्त राज्य dk जनगणना ब्यूरो। https://www.census.gov/about/policies/privacy/data_stewardship/federal_law.html **से लिया गया**
6. "सरकारी लाभ।" (n.d) USA.gov. https://www.usa.gov/benefits **से लिया गया**
7. "NJ स्नैप।" (जून 2019)। न्यू जर्सी राज्य के परिवार विकास प्रभाग का मानव सेवा विभाग। https://www.nj.gov/humanservices/dfd/programs/njsnap/ **से लिया गया**
8. न्यू जर्सी वर्कफर्स्ट। (अक्टूबर 2017)। पुस्तिका। https://www.state.nj.us/humanservices/dfd/programs/workfirstnj/wfnj_handbk_e0118.pdf **से लिया गया**
9. "हाउसिंग चॉइस वाउचर फैक्ट शीट।" (n.d.)। यू.एस. आवास तथा शहरी विकास विभाग। https://www.hud.gov/topics/housing_choice_voucher_program_section_8 **से लिया गया**
10. जर्सी सिटी हाउसिंग एथोरिटी। (n.d.)। https://jerseycityha.org/ **से लिया गया**
11. "मेडिकेड और मेडिकेयर के बीच क्या अंतर है?" (अक्टूबर 2015)। यू.एस. स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग https://www.hhs.gov/answers/medicare-and-medicaid/what-is-the-difference-between-medicare-medicaid/index.html **से लिया गया**
12. "हमारे दिव्यांगता कार्यक्रमों का अवलोकन।" (n.d.)। सामाजिक सुरक्षा। https://www.ssa.gov/redbook/eng/overview-disability.htm **से लिया गया**
13. NJ FamilyCare. (2013)। http://www.njfamilycare.org/default.aspx **से लिया गया**

भाग 2: कानूनी सेवाएं

1. "घोटालों से बचें।" (अगस्त 2019)। यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/avoid-scams से लिया गया
2. "नि:शुल्क कानूनी सहायता।" (n.d.)। अमेरिकन बार एसोसिएशन। https://www.americanbar.org/groups/legal_services/flh-home/flh-free-legal-help/ से लिया गया
3. "लो बोनो सेक्शन" (जून 2019)। वाशिंगटन स्टेट बार एसोसिएशन। https://www.wsba.org/legal-community/sections/low-bono-section से लिया गया
4. "मान्यता और प्रत्यायन (R&A) कार्यक्रम।" (अगस्त 2019)। संयुक्त राज्य न्याय विभाग। https://www.justice.gov/eoir/recognition-and-accreditation-program से लिया गया
5. "सही विधिवक्ता ढूँढना।" (n.d.)। कैलिफ़ोर्निया का स्टेट बार http://www.calbar.ca.gov/Public/Free-Legal-Information/Legal-Guides/Finding-the-Right-Lawyer से लिया गया।
6. मैकडॉनल्ड्स, टी. (फरवरी 2017)। "आश्रयस्थल शहर" के आदेश पर फुलोप: 'हम अपने मूल्यों पर अडिग हैं।" दि जर्सी जर्नल। https://www.nj.com/hudson/2017/02/fulop_on_sanctuary_city_order_were_going_to_stand.html से लिया गया
7. अमेरिकन इमिग्रेशन लायर्स एसोसिएशन। (n.d.)। Stopnotariofraud.org. https://stopnotariofraud.org/ से लिया गया
8. शिया, के. (नवंबर 2018)। "राज्य का लक्ष्य 28 ' notarios' हैं, जिनके अनुसार वे कानूनी मुद्दों पर आप्रवासियों को अपना शिकार बना रहे हैं। दि जर्सी जर्नल। https://www.nj.com/news/2018/11/state_targets_28_notarios_says_theyre_illegally_of.html से लिया गया
9. "विधिवक्ता खोज।" (n.d.)। न्यू जर्सी के न्यायालय। https://portal.njcourts.gov/webe7/prweb/PRServletPublicAuth/-amRUHgepTwWWiiBQpI9_yQNuum4oN16*/!STANDARD?AppName=AttorneySearch से लिया गया।
10. "घोटालों से बचें।" (अगस्त 2019)। यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/avoid-scams से लिया गया
11. "ग्रीन कार्ड।" (फरवरी 2018)। यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/greencard से लिया गया
12. "AR-11, एड्रेस कार्ड का नवागंतुक संबंधी परिवर्तन।" (जुलाई 2018) यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/ar-11 से लिया गया
13. ब्रे, आई. (n.d.)। "आपका ग्रीन कार्ड नवीकृत करने की प्रक्रिया।" Nolo. https://www.alllaw.com/articles/nolo/us-immigration/process-renew-green-card.html से लिया गया
14. "I-90, स्थायी निवासी कार्ड बदलने के लिए आवेदन।" (जुलाई 2019)। यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/i-90 से लिया गया
15. "शुल्क छूट का मार्गदर्शन।" (सितंबर 2015)। यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/node/44213 से लिया गया
16. "नागरिकीकरण सूचना।" (n.d.)। यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/citizenship/educators/naturalization-information से लिया गया
17. "N-400, नागरिकीकरण के लिए आवेदन।" (मार्च 2019)। यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/n-400 से लिया गया
18. "नागरिक बनें।" (मार्च 2018) यू.एस. डिपार्टमेंट ऑफ़ होमलैंड सिक्योरिटी। https://www.dhs.gov/how-do-i/become-citizen से लिया गया
19. "हम कौन हैं" (अगस्त 2019)। यू.एस. आप्रवास और सीमा शुल्क प्रवर्तन। https://www.ice.gov/about से लिया गया
20. "ICE गिरफ्तारियां।" (n.d.)। आप्रवासी रक्षा परियोजना। https://www.immigrantdefenseproject.org/ice-home-and-community-arrests/ से लिया गया
21. "आप्रवासी मामले" (n.d.)। जर्सी सिटी शहर। https://www.jerseycitynj.gov/community/diversity/office_of_welcoming_communities/immigrantaffairs से लिया गया
22. अमेरिकन फ्रेंड्स सर्विस कमिटी (n.d.)। https://www.afsc.org/ से लिया गया
23. "ऑनलाइन डिटेक्ट लोकेटर सिस्टम।" (n.d.)। यू.एस. आप्रवास और सीमा शुल्क प्रवर्तन। https://locator.ice.gov/odls/#/index से लिया गया
24. "ICE से संपर्क करें: ICE ERO हिरासत रिपोर्टिंग और सूचना सेवा। "(जुलाई 2018)। यू.एस. आप्रवास और सीमा शुल्क प्रवर्तन। https://www.ice.gov/contact/detention-information-line से लिया गया
25. "सहायता लें।" (n.d.)। फर्स्ट फ्रेंड्स ऑफ NJ एंड NY https://firstfriendsnjny.org/get-help/ से लिया गया

भाग 3: चिकित्सा सेवाएं

1. "निवारक स्वास्थ्य सेवाएँ।" (n.d.)। HealthCare.gov. https://www.healthcare.gov/coverage/preventive-care-benefits/ से लिया गया
2. "निवारक स्वास्थ्य/STD क्लिनिक: सिटी क्लिनिक। "(n.d.)। जर्सी सिटी शहर। https://www.jerseycitynj.gov/CityHall/health/preventativehealth से लिया गया
3. "महिला, शिशु और बच्चे (WIC)" (n.d.)। जर्सी सिटी शहर। https://www.jerseycitynj.gov/CityHall/health/WIC से लिया गया
4. "न्यू जर्सी WIC के बारे में।" (n.d.)। न्यू जर्सी राज्य का स्वास्थ्य विभाग। https://www.state.nj.us/health/fhs/wic/home/about.shtml से लिया गया
5. "पर्यावरणीय स्वास्थ्य का प्रभाग।" (n.d.)। जर्सी सिटी शहर। https://www.jerseycitynj.gov/cityhall/health/divisionofhealth से लिया गया
6. "स्वास्थ्य बीमा।" (n.d.)। मेडलाइन प्लस। https://medlineplus.gov/healthinsurance.html से लिया गया
7. "न्यू जर्सी स्वास्थ्य बीमा बाजार संरक्षण अधिनियम।" (दिसंबर 2018)। न्यू जर्सी राज्य। https://nj.gov/treasury/njhealthinsurancemandate/index.shtml से लिया गया
8. स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग। (जून 2014)। समावेश से देखभाल तक: बेहतर देखभाल और स्वस्थ आप के लिए एक रोडमैप। https://marketplace.cms.gov/outreach-and-education/downloads/c2c-understand-your-health-coverage.pdf से लिया गया
9. "स्वास्थ्य बीमा ढूँढना।" (मार्च 2019)। USA.gov. https://www.usa.gov/finding-health-insurance से लिया गया
10. Medicaid.gov. (n.d.). https://www.medicaid.gov/ से लिया गया
11. "वाजिब देखभाल अधिनियम।" (दिसंबर 2017)। यू.एस. स्वास्थ्य एवं मानव सेवा विभाग। https://www.hhs.gov/healthcare/about-the-aca/index.html से लिया गया
12. "यह क्या है?" (n.d.)। NJFamilyCare.org. http://www.njfamilycare.org/whatisit.aspx से लिया गया
13. NJ FamilyCare. (2013)। http://www.njfamilycare.org/default.aspx से लिया गया
14. "कौन पात्र है?" (n.d.)। NJFamilyCare.org. http://www.njfamilycare.org/who_eligbl.aspx से लिया गया
15. "स्वास्थ्य देखभाल।" (n.d.)। यू.एस. स्वास्थ्य एवं मानव सेवा विभाग। https://www.hhs.gov/healthcare/index.html से लिया गया
16. "धर्मार्थ देखभाल - न्यू जर्सी अस्पताल देखभाल भुगतान सहायता कार्यक्रम।" (n.d.)। न्यू जर्सी राज्य का स्वास्थ्य विभाग। https://www.state.nj.us/health/charitycare/index.shtml से लिया गया
17. राष्ट्रीय स्वास्थ्य सेवा दल, अमेरिकी स्वास्थ्य और मानव सेवा विभाग स्वास्थ्य संसाधन और सेवा प्रशासन। (जून 2019)। "NHSC स्लाइडिंग शुल्क छूट कार्यक्रम सूचना पैकेज।" https://nhsc.hrsa.gov/sites/default/files/NHSC/nhsc-sites/nhsc-sliding-fee-discount-program.pdf से लिया गया
18. "नवागंतुकों के लिए आपातकालीन भुगतान कार्यक्रम।" (n.d.)। न्यू जर्सी राज्य चिकित्सा सहायता और स्वास्थ्य सेवा प्रभाग का मानव सेवा विभाग। https://www.state.nj.us/humanservices/dmahs/clients/medicaid/payment/ से लिया गया

भाग 4: आवास और नौकरियां

1. "मुझे गंध आती है..." (n.d.)। PSE&G.com. https://nj.pseg.com/outageandgasleaks/ismellgas से लिया गया
2. "धुआं अलार्म और कार्बन मोनोऑक्साइड (CO) अलार्म अनुपालन।" (n.d.)। https://www.nj.gov/dca/divisions/codes/forms/pdf_ucc_stdforms/SACMAC%20info.pdf से लिया गया
3. "अपने परिवार को लेड के प्रभाव से सुरक्षित रखें।" (n.d.)। संयुक्त राज्य पर्यावरणीय संरक्षण एजेंसी। www.epa.gov/lead/protect-your-family-exposures-lead से लिया गया
4. "बाल्य लेड विषाक्तता निवारण कार्यक्रम।" (n.d.)। जर्सी सिटी शहर। https://www.jerseycitynj.gov/CityHall/health/childhealthclinic/leadprevention से लिया गया
5. "कीड़े-मकोड़े दूर रखें।" (दिसंबर 2017)। रोग नियंत्रण एवं निवारण केंद्र। https://www.cdc.gov/disasters/flyer-keep-pests-out.html से लिया गया
6. "मौसम-अनुकूलन।" (n.d.)। Puertorriqueños Asociados सामुदायिक संगठन, Inc. fromhttp://pacoagency.org/weatherization/ से लिया गया
7. "कोई नौकरी ढूंढें।" (अगस्त, 2019)। USA.gov. https://www.usa.gov/find-a-job से लिया गया
8. "प्रशिक्षण और विकास: आजीविका विकास। "(n.d.)। यू.एस. कार्मिक प्रबंधन कार्यालय https://www.opm.gov/policy-data-oversight/training-and-development/career-development/ से लिया गया
9. जर्सी सिटी रोजगार और प्रशिक्षण कार्यक्रम। (n.d.)। http://jcetp.org/ से लिया गया
10. "मकान मालिक-किरायेदार सूचना।" (n.d.)। न्यू जर्सी सामुदायिक मामला विभाग। https://www.state.nj.us/dca/divisions/codes/offices/landlord_tenant_information.html से लिया गया
11. "आपका सुरक्षित और सभ्य आवास संबंधी अधिकार।" (अप्रैल 2014)। न्यू जर्सी की कानूनी सेवाएं। https://www.lsnjlaw.org/housing/landlord-tenant/repairs-habitability/pages/safe-decent-housing.aspx से लिया गया।
12. "सुरक्षा जमा कानून N.J.S.A. 46: 8-19 से 26 तक। "(मई 2010)। न्यू जर्सी सामुदायिक मामला विभाग, संहिता एवं मानक प्रभाग, मकान मालिक-किरायेदार सूचना सेवा। https://www.nj.gov/dca/divisions/codes/publications/pdf_lti/sdepsit_law.pdf से लिया गया

भाग 5: ESL और वयस्क शिक्षा

1. "सीमित-अंग्रेजी प्रवीण छात्रों के लिए शिक्षा के समान अवसर का प्रावधान।" (अगस्त 2000)। यू.एस. शिक्षा विभाग https://www2.ed.gov/about/offices/list/ocr/eeolep/index.html से लिया गया
2. जर्सी सिटी पब्लिक स्कूल। (n.d.)। https://www.jcboe.org/ से लिया गया
3. "पंजीकरण सूचना।" (n.d.)। जर्सी सिटी पब्लिक स्कूल। https://www.jcboe.org/apps/pages/RegistrationInfo से लिया गया

भाग 6: शरणार्थी और आश्रयी सेवाएं

1. "आश्रयी के लाभ और जिम्मेदारियाँ।" (मार्च 2018)। यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/humanitarian/refugees-asylum/asylum/benefits-and-responsibilities-asylees से लिया गया
2. "I-94 स्वचालन - गलत सूचना के साथ अमेरिका में प्रविष्ट (n.d.)।" यू.एस. सीमा-शुल्क एवं सीमा संरक्षण। https://help.cbp.gov/app/answers/detail/a_id/1683/~/i-94-automation---admitted-to-u.s.-with-wrong-information से लिया गया।
3. "कार्य अनुमति (EAD) आवेदक अब सामाजिक सुरक्षा संख्या स्वचालित रूप से प्राप्त कर सकते हैं।" (अक्टूबर 2017)। Nolo. https://www.nolo.com/legal-updates/work-permit-ead-applicants-can-now-get-social-security-number-automatically.html से लिया गया।
4. "आश्रयी के लिए ग्रीन कार्ड।" (जुलाई 2017)। यू.एस. नागरिकता और आप्रवास सेवाएं। https://www.uscis.gov/greencard/asylees से लिया गया

भाग 8: LGBTQ+ सेवाएँ

1. "LGBTQ संसाधन।" (n.d.)। जर्सी सिटी शहर। https://www.jerseycitynj.gov/community/diversity/l_g_b_t_q_commission से लिया गया

भाग 9: स्वयंसेवा करें और जुड़ें

1. "निराश न हों।" (n.d.)। फर्स्ट फ्रेंड्स ऑफ NJ एंड NY https://firstfriendsnjny.org/get-involved/stamp-out-despair/ से लिया गया
2. WelcomeHome.org. (n.d.). https://welcomehomerefugees.org/ से लिया गया
3. चर्च वर्ल्ड सर्विस। (n.d.)। https://cwsjerseycity.org/ से लिया गया

भाग 10: वित्तीय साक्षरता

1. "धन के प्रबंध पर नवागंतुक मार्गदर्शिका: बैंक या क्रेडिट यूनियन में खाता खोलने की जांचसूची। "(n.d.)। उपभोक्ता वित्तीय संरक्षण ब्यूरो। https://files.consumerfinance.gov/f/201507_cfpb_checklist-for-opening-an-account.pdf से लिया गया
2. "बैंक खाता खोलना।" (n.d.) Comsumer.gov. https://www.consumer.gov/articles/1003-opening-bank-account#!what-to-know से लिया गया
3. "पहचान की चोरी।" (फरवरी 2017)। यू.एस. न्याय विभाग। https://www.justice.gov/criminal-fraud/identity-theft/identity-theft-and-identity-fraud से लिया गया।
4. "अंतर्राष्ट्रीय छात्र एवं स्कॉलर कार्यक्रम: कराधान"(n.d.)। यूनिवर्सिटी ऑफ वर्जीनिया। https://issp.virginia.edu/taxes से लिया गया
5. "व्यक्तियों के लिए फाइलिंग।" (जुलाई 2019)। IRS. https://www.irs.gov/filing से लिया गया
6. "व्यक्तिगत करदाता पहचान संख्या (ITIN)।" (जनवरी 2017)। राष्ट्रीय आप्रवास कानून केंद्र। https://www.nilc.org/issues/taxes/itinfaq/ से लिया गया
7. "व्यक्तिगत करदाता पहचान संख्या।" (जून 2019)। IRS. https://www.irs.gov/individuals/individual-taxpayer-identification-number से लिया गया
8. "आप संदिग्ध टैक्स धोखाधड़ी गतिविधि कैसे रिपोर्ट करते हैं?" (जुलाई 2019)। IRS. https://www.irs.gov/individuals/how-do-you-report-suspected-tax-fraud-activity से लिया गया
9. "अपना संघीय कर कैसे दाखिल करें।" (सितंबर 2019) USA.gov. https://www.usa.gov/file-taxes से लिया गया
10. "स्व-नियोजित व्यक्ति कर केंद्र।" (जुलाई 2019)। IRS. https://www.irs.gov/businesses/small-businesses-self-employed/self-employed-individuals-tax-center से लिया गया
11. "भू संपदा (कर, बंधक ब्याज, अंक, अन्य संपत्ति व्यय)।" अप्रैल 2019)। IRS. https://www.irs.gov/faqs/itemized-deductions-standard-deduction/real-estate-taxes-mortgage-interest-points-other-property-expenses/real-estate-taxes-mortgage-interest-points-other-property-expenses-5 से लिया गया
12. "डेबिट कार्ड का उपयोग करना।" (n.d.)। Consumer.gov. https://www.consumer.gov/articles/1004-using-debit-cards से लिया गया
13. "क्रेडिट कार्ड।" (n.d.)। उपभोक्ता वित्तीय संरक्षण ब्यूरो। https://www.consumerfinance.gov/consumer-tools/credit-cards/ से लिया गया
14. "क्रेडिट रिपोर्ट और स्कोर।" (अगस्त 2019) USA.gov. www.usa.gov/credit-reports से लिया गया
15. "H.R.4763 - वेतन चोरी की रोकथाम और वेतन वसूली अधिनियम।" (मार्च 2016)। Congress.gov. https://www.congress.gov/bill/114th-congress/house-bill/4763/text से लिया गया
16. "युवा श्रमिकों के लिए वेतन दर।" (n.d.)। न्यू जर्सी राज्य श्रम एवं कार्मिक विकास विभाग। https://www.nj.gov/labor/wagehour/content/childlabor_RateofPay.html से लिया गया
17. "वेतन एवं कार्य-समय अनुपालन – वेतन का दावा करना।" (n.d.)। न्यू जर्सी राज्य श्रम एवं कार्मिक विकास विभाग। https://www.nj.gov/labor/wagehour/complnt/filing_wage_claim.html से लिया गया
18. संयुक्त राज्य श्रम दर एवं कार्य-समय प्रभाग। (n.d.)। शिकायत कैसे दर्ज करें। https://www.dol.gov/whd/flsa/HowToFileAComplaint-eng.pdf से लिया गया
19. जर्सी सिटी वेतन चोरी अध्यादेश। (n.d.)। https://www.jerseycitynj.gov/common/pages/DisplayFile.aspx?itemId=12594588 से लिया गया
20. "अनुपालन सहायता - वेतन और उचित श्रम मानक अधिनियम (FLSA)।" (n.d.)। संयुक्त राज्य श्रम दर एवं कार्य-समय प्रभाग। https://www.dol.gov/whd/flsa/ से लिया गया

भाग 11: परिवहन और सामान्य ज़रूरतें

1. "NJ ट्रांज़िट की सवारी कैसे करें।" (n.d.)। NJ ट्रांज़िट। https://www.njtransit.com/rg/rg_servlet.srv?hdnPageAction=HowToRideTo से लिया गया
2. "यह कैसे पता चले कि IRS ने कॉल किया है या आपके दरवाजे पर दस्तक दी है।" (अप्रैल 2017) IRS. https://www.irs.gov/newsroom/how-to-know-its-really-the-irs-calling-or-knocking-on-your-door से लिया गया

दिसंबर 2019 में मुद्रित
© जर्सी सिटी शहर आप्रवास मामला प्रभाग
जर्सी सिटी ग्राफिक डिज़ाइन कार्यालय द्वारा डिज़ाइन किया गया

अप्रवासी मामलों का विभाग (Division of Immigrant Affairs)
स्वास्थ्य और मानव सेवा का विभाग (Department of Health and Human Services)
DR. MARTIN LUTHER KING, JR. CITY HALL ANNEX
1 JACKSON SQUARE
JERSEY CITY, NJ 07305
201-547-6800
JCDIA@jcnj.org