ASAP सेवाहरूमा पहुँच, दृष्टिकोण र
अभ्यासहरूको आदानप्रदान

तेस्रो देशका नागरिकहरूको लागि गाइड

क्रोएसियामा स्वास्थ्य सेवामा पहुँच

क्रोएसियामा स्वास्थ्य सेवा प्रणाली बुझ्न सधैं सजिलो छैन, त्यसैले यसलाई सरल बनाउनुहोस ।

क्रोएसियामा स्वास्थ सेवाको बीमा

के म क्रोएसियामा अनिवार्य रूपमा अनिवार्य स्वास्थ्य बीमा दर्ता गर्न बाध्य छु ?

तपाईं क्रोएसियामा अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाको लागि दर्ता गर्न बाध्य हुनुहुन्छ । क्रोएसिया गणतन्त्रमा अनिवार्य स्वास्थ्य ऐनले तोकिएको अवस्थामा, विदेशीहरूको स्वास्थ्यसुरक्षा र अन्य विशेष कानुनहरु बाहेक स्वास्थ्य बिमा अनिवार्य छ ।

अपवादहरू मध्ये एउटा अपवाद जहाँ एक व्यक्तिले कुनै एक देशमा बीमा गरेको छ-जससंग क्रोएसियाले अन्तर्राष्ट्रिय सामाजिक सुरक्षाको सम्झौत गरेको छ (अष्ट्रेलिया, बोस्निया र हर्जगोभिना, मोन्टेनेग्रो, क्यानडा कोरिया गणतन्त्र, उत्तरी म्यासेडोनिया, टर्की र सर्बिया) अथवा स्विस कन्फेडेरेसन र युरोपेली आर्थिक क्षेत्र सदस्य राष्ट्रहरु मध्ये कुनै एकमा व्यक्ति पहिले नै बीमा गरिएको छ जहाँ अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि वा युरोपेली कानूनका प्रावधानहरू लागू हुन्छन् ।

साथै, यदि तपाईं अन्तर्राष्ट्रिय वा अस्थायी सुरक्षा अन्तर्गतको व्यक्ति हुनुहुन्छ भने तपाईं क्रोएसियामा अनिवार्य स्वास्थ्य बीमा लिन बाध्य हुनुहुन्न । यस अवस्थामा, तपाईंसँग बीमा नभए तापनि, तपाईलाई अनिवार्य स्वास्थ्यबाट बीमा गरिएको व्यक्ति सरहको अधिकार हुन्छ ।

क्रोएसियामा अन्तर्राष्ट्रिय संरक्षण खोज्ने, शरणार्थीहरू र अरु कुनै अन्तर्राष्ट्रिय संरक्षणमा भएका विदेशीहरुले यहाँको स्वास्थ्य सेवाहरूको प्रणालीको बारेमा थप जानकारी यहाँ पाउन सक्नुहुन्छ शरणार्थी सहायक संरक्षण र अन्तर्राष्ट्रिय संरक्षण आवेदक अन्तरगतका व्यक्तिहरूको लागि क्रोएसियाली स्वास्थ्य प्रणाली नेभिगेसन गाइड निम्न वेबसाइट मा डाउनलोडको लागी उपलब्ध छ; www.careformigrants.eu

कहिलेकाहीँ अन्य व्यक्तिहरू तपाईंलाई स्वास्थ्य बीमामा दर्ता गर्न बाध्य हुन्छन्- उदाहरणको लागी, यदि तपाइँ रोजगार सम्झौता अन्तरगत कार्यरत हुनुहुन्छ भने रोजगार नियोक्ताले रोजगारी सम्झौता गरिएको 8 दिन भित्र तपाईंलाई अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाको लागि दर्ता गर्न बाध्य हुन्छन् र थप 8 दिन भित्र दर्ता गरिएको एक प्रतिलिपि तपाईंलाई हस्तान्तरण गरिनुपर्छ ।

तपाईंको स्थिति : के तपाई अनिवार्य स्वास्थ बीमामा बीमा गरिएको व्यक्ति हुनुहुन्छ-निम्न वेबसाइटमा OIB श्रेणी चयन गरेर र आफ्नो OIB लेखेर जाँच गर्न सक्नुहुन्छ: www.hzzo-net.hr/statos_OIB.htm. यदि तपाई बीमा गरिएको हुनुहुन्छ भने , तपाईंको जानकारी तलको छविमा देखा पर्नेछ । यदि तपाई बीमा हुनुहुन्न भने, त्यसपछि सन्देश प्रदर्शित हुनेछ: "प्रस्तुत गरिएको अवस्थाको लागि कुनै डाटा छैन ।"

अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाको लागि आवेदन क्रोएसियाली स्वास्थ्य बीमा संस्थानको क्षेत्रीय कार्यालयमा पेश गरिन्छ, जुन तपाईंको निवास स्थानको लागि जिम्मेवार छ । यदि तपाइँ निश्चित हुनुहुन्न कि तपाई आफैंलाई बीमा गर्न बाध्य हुनुहुन्छ वा यदि तपाईंसँग अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाको सम्बन्धमा कुनै अन्य प्रश्नहरु छन् भने, तपाई दिईएको इ-मेलमा info@hzzo.hr वा नि :शुल्क सुचना नम्बरमा: 0800 7979. सम्पर्क गरेर जवाफहरु प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ:

क्रोएसियाली स्वास्थ्य बीमा संस्थान वा HZZO क्रोएसियामा अनिवार्य स्वास्थ्य बीमा प्रदान गर्ने सार्वजनिक संस्था हो ।

वेब: www.hzzo.hr
इ-मेल: info@hzzo.hr

नि: शुल्क जानकारीको लागि फोन नम्बरहरु:
अनिवार्य बीमा: 0800 7979
पूरक बीमा: 0800 7989
इ-मिति लिनको लागि : 0800 7229

क्रोएसिया गणतन्त्रमा स्थायी निवास , स्थायी बसोबास वा दीर्घकालीन बसोबास भएका व्यक्तिहरुको लागि कानुनी उमेर पुगेको वा रोजगारी समाप्त भएको दर्ता गर्न

यदि क्रोएसिया गणतन्त्रमा तपाईंको रोजगारी सम्झौताको आधारमा कार्यकाल समाप्त भएको छ भने, समाप्तिको कारणलाई ध्यान नदिई, तपाईंले 30 दिन भित्र नजिकको क्षेत्रीय कार्यालयमा व्यक्तिगत रुपमा त्यो दर्ता गर्नुपर्छ अर्थात् HZZO को क्षेत्रीय कार्यालयमा, ताकि तपाईंले छुट्टै शुल्क नतिरिकन अनिवार्य स्वास्थ्य बीमामा आफ्नो बीमा जारी राख्न सक्नुहुन्छ ।

बच्चा 18 वर्ष पुगेपछि र अन्य कुनै आधारमा स्वास्थ्य बीमा नगरेको अवस्थामा (जस्तै, रोजगारी सम्झौताको आधारमा काम नगरेको, कलेज वा विश्वविद्यालयमा नजाने वा त्यस्तै अन्य) अवस्थामा पनि दर्ता गर्नु पर्दछ ।

क्रोएसियाली रोजगार सेवाको कार्यलयमा बेरोजगार व्यक्तिहरुको सूचीमा दर्ता भएको अवस्थामा बाहेक ़े बेरोजगारी दर्ता गरिसकेपछि आफ्नो बीमा संञ्चालित राख्नका लागि प्रत्येक तीन महिनामा एक पटक व्यक्तिगत रुपमा HZZOमा उपस्थित हुन आवश्यक छ ।

यदि रोजगारी सम्बन्ध समाप्त भएको 30 दिन तोकिएको अवधि समाप्त भएको अवस्थामा, तथा तपाईंले बीमाको अरु कुनै आधारमा बीमा गरिएको व्यक्तिको स्थिति प्राप्त गर्न सक्नुहुन्न भने, तपाईंले अनिवार्य रुपमा, अनिवार्य स्वास्थ बीमाको लागि कानून बमोजिम तोकिएको छुट्टै रकम तिर्न बाध्य हुनुहुन्छ ।

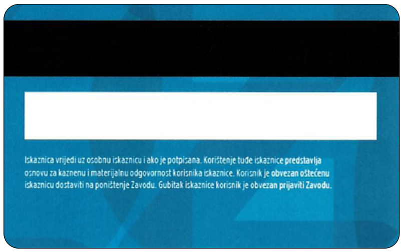
के मैले प्रत्येक पटक डाक्टरकोमा जादा छुट्टै शुल्क तिर्नुपर्छ ?

स्वास्थ्य परीक्षण, उपचार, औषधिको लागि प्रिस्क्रिप्शन जारी गर्ने साथै क्रोएसियामा कुनै पनि अन्य स्वास्थ्य सेवा कहिलेकाही **अतिरिक्त शुल्कका** साथ र तपाईंसँग सम्बन्धित अधिकारहरुको स्तरको आधारमा हासिल गरिन्छ ।

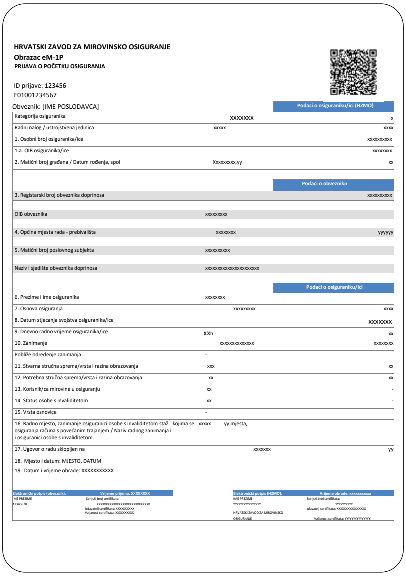
अनिवार्य स्वास्थ्य बीमा
सेतो वा निलो कार्ड

क्रोएसियामा बसोबास गर्ने अधिकांश मानिसहरु अनिवार्य स्वास्थ्य बीमामा बीमित हुन्छन, जसको आधारमा केही स्वास्थ्य सेवाहरु अतिरिक्त शुल्कहरु बिना प्रदान गरिन्छ, जस्तै, उदाहरणका लागि, बालबालिकाको स्वास्थ्य सुरक्षा, केही संक्रामक रोगहरुको उपचार, केही व्यक्तिगत औषधिहरु लिने "औषधिहरुको आधारभूत सूची" अनुसार र कानून बमोजिम अन्य सेवाहरु ।

अनिवार्य स्वास्थ्य बीमामा बीमित भएका व्यक्तिहरुले तल चित्रहरुमा देखाइए अनुसार सेतो वा निलो कार्ड प्राप्त गर्छन्:



अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाको लागि दर्ता गर्दा सामान्यतया छुट्टै शुल्क लाग्दैन । तर, कुनै निश्चित अवस्थामा अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाको लागि छुट्टै शुल्क तिर्नुपर्ने हुन्छ । उदाहरणका लागि, अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाको क्षतिपूर्ति रकम, क्रोएसियाले अन्तर्राष्ट्रिय सम्झौतामा हस्ताक्षर नगरेको तेस्रो देशको नागरिक भएको र अध्ययन गर्ने उद्देश्यले क्रोएसियामा अस्थायी बसोबास गरेको व्यक्तिले अथवा कानूनी म्याद भित्र क्रोएसियामा रोजगारी समाप्त भएको रिपोर्ट नगरेको व्यक्तिले तिर्नुपर्दछ ।



HRVATSKI ZAVOD ZA MIROVINSKO OSIGURANJE
Obrazac eM-1P
PRIJAVA O POČETKU OSIGURANJA

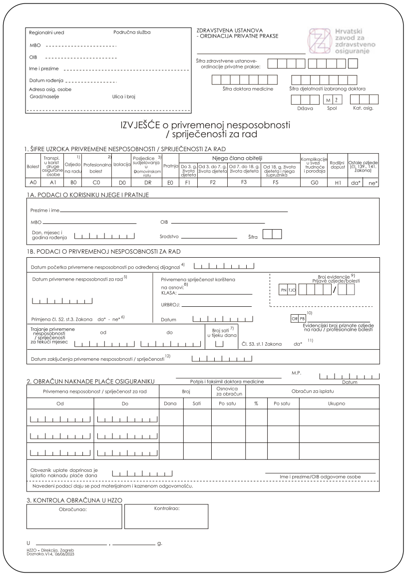
ID prijave: 123456
E01001234567

Obveznik: [IME POSLODAVCA]

Podaci o osiguraniku/ici (HZMO)		
Kategorija osiguranika	xxxxxxx	x
Radni nalog / ustrojstvena jedinica	xxxxx	xxxx
1. Osobni broj osiguranika/ice		xxxxxxxxxx
1.a. OIB osiguranika/ice		xxxxxxxx
2. Matični broj građana / Datum rođenja, spol	Xxxxxxxxx,yy	xx

Podaci o obvezniku		
3. Registarski broj obveznika doprinosa		xxxxxxxxxx
OIB obveznika	xxxxxxxxx	
4. Općina mjesta rada - prebivališta	xxxxxxxx	yyyyy
5. Matični broj poslovnog subjekta	xxxxxxxxx	
Naziv i sjedište obveznika doprinosa	xxxxxxxxxxxxxxxxxxx	

Podaci o osiguraniku/ici		
6. Prezime i ime osiguranika	xxxxxxxx	
7. Osnova osiguranja	xxxxxxxxx	xxxx
8. Datum stjecanja svojstva osiguranika/ice		XXXXXXX
9. Dnevno radno vrijeme osiguranika/ice	XXh	xx
10. Zanimanje	xxxxxxxxxxxxx	xxxxxxxx
Pobliže određenje zanimanja	-	
11. Stvarna stručna sprema/vrsta i razina obrazovanja	xxx	xx
12. Potrebna stručna sprema/vrsta i razina obrazovanja	xx	xx
13. Korisnik/ca mirovine u osiguranju	xx	-
14. Status osobe s invaliditetom	xx	-
15. Vrsta osnovice	-	
16. Radno mjesto, zanimanje osiguranici osobe s invaliditetom staž kojima se osiguranja računa s povećanim trajanjem / Naziv radnog zanimanja i i osiguranici osobe s invaliditetom	xxxxx yy mjesta,	
17. Ugovor o radu sklopljen na	xxxxxx	yy
18. Mjesto i datum: MJESTO, DATUM		
19. Datum i vrijeme obrade: XXXXXXXXXXX		



Regionalni ured — Područna služba
MBO
OIB
Ime i prezime
Datum rođenja
Adresa osig. osobe
Grad/naselje — Ulica i broj

ZDRAVSTVENA USTANOVA - ORDINACIJA PRIVATNE PRAKSE
Šifra zdravstvene ustanove- ordinacije privatne prakse:
Šifra doktora medicine — Šifra djelatnosti izabranog doktora
Država — Spol — Kat. osig.

IZVJEŠĆE o privremenoj nesposobnosti / spriječenosti za rad

1. ŠIFRE UZROKA PRIVREMENE NESPOSOBNOSTI / SPRIJEČENOSTI ZA RAD

1A. PODACI O KORISNIKU NJEGE I PRATNJE

1B. PODACI O PRIVREMENOJ NESPOSOBNOSTI ZA RAD

2. OBRAČUN NAKNADE PLAĆE OSIGURANIKU

3. KONTROLA OBRAČUNA U HZZO

Obračunao: — Kontrolirao:

HZZO • Direkcija, Zagreb
Doznaka V14, 06/06/2023

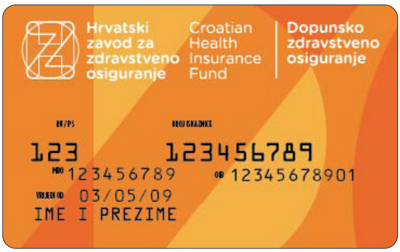
स्वैच्छिक अतिरिक्त स्वास्थ्य बीमा

सुन्तला रंगको कार्ड

स्वास्थ्य सेवामा, ठूलो संख्यामा सेवाहरु **विशेष शुल्कको साथ प्रदान गरिन्छ,** त्यसैले मानिसहरुले क्रोएसियाका बीमा कम्पनीहरु मध्ये एकसँग एक निश्चित मूल्यमा तल दिईएका बीमा नीतिहरुको सम्झौता गर्नका लागि सम्झौताहरु पूरा गर्छन् ।

a) पूरक स्वास्थ्य बीमा

यदि तपाईंले पूरक स्वास्थ्य बीमा नीतिको लागि सम्झौता गर्नुभयो र त्यसको भुक्तानी गर्नुभयो भने, त्यस्ता बीमा नीतिको आधारमा, तपाईंले स्वास्थ्य सेवाको पूर्ण शुल्क र अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाद्वारा कभर गरिएको भाग बीचको सबै खर्चको कभर गर्नुहुन्छ । उदाहरणका लागि, पूरक स्वास्थ्य बीमाको लागि अनुबंधित नीति नभएका व्यक्तिहरुले



पारिवारिक चिकित्सा, स्त्री रोग वा दन्त चिकित्साको चिकित्सकद्वारा उपलब्ध गराइने स्वास्थ्य सेवाहरुको लागि भुक्तानी गर्नुपर्छ । यद्यपि, पूरक स्वास्थ्य बीमा नीतिको सम्झौता भएको अवस्थामा, तपाईंले प्रत्येक भ्रमणमा व्यक्तिगत सेवाहरुको लागि शुल्क तिर्नु पर्दैन, किनकि तिनीहरु अनुबंधित बीमा नीतिद्वारा कभर हुनेछन् ।

b) अतिरिक्त स्वास्थ्य बीमा

जसले अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाबाट प्राप्त स्वास्थ्य सेवा संरक्षणको स्तरको तुलनामा स्वास्थ्य हेरचाहको उच्च स्तर र अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाबाट प्राप्त अधिकारहरुको तुलनामा अधिकारहरुको ठूलो दायरा सुनिश्चित गर्दछ ।

जब तपाई पहिलो पटक चिकित्सा कर्मचारीहरुसँग सम्पर्कमा आउनुहुन्छ, तपाइईलाई तपाईको अधिकारको स्तर निर्धारण गर्नको लागि तपाईको स्वास्थ्य बीमा कार्ड प्रस्तुत गर्न सोधिनेछ, यसबाहेक यदि तपाई अन्तर्राष्ट्रिय वा अस्थायी सुरक्षा अन्तर्गत एक व्यक्ति हुनुहुन्छ भने त्यतिबेला तपाईले एक विशेष कागजात प्रस्तुत गर्नुपर्ने हुन्छ ।

अन्तर्राष्ट्रिय वा अस्थायी संरक्षण अन्तर्गत व्यक्तिहरु

यदि तपाईं शरणार्थी, सहायक संरक्षण अन्तर्गत विदेशी, अस्थायी सुरक्षा अन्तर्गत विदेशी वा तिनीहरुको परिवारका सदस्य हुनुहुन्छ भने, तपाईंले स्वास्थ्य सेवा प्रणालीबाट **विशेष रुपमा आन्तरिक मामला मन्त्रालयले जारी गरेको वैध कागजातको आधारमा,अर्थात् निवास अनुमतिको आधारमा** आफ्नो अधिकार प्रयोग गर्न पाउनु हुनेछ । त्यस अवस्थामा, तपाई बीमा गरिएको व्यक्ति नभएता पनि तपाईले अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाबाट बीमित व्यक्तिले जस्तै सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवामा आफ्नो अधिकारको प्रयोग गर्न पाउनु हुनेछ ।

ऐया !
मलाई दुख्यो – मैले कसलाई सम्पर्क गर्न सक्छु ?

आपतकालीन अवस्थाहरू

क्रोएसियाको क्षेत्रभित्र नियमित बसोबास नभएका व्यक्तिहरू सहित प्रत्येक व्यक्तिलाई आपतकालीन चिकित्सा सहायता र अत्ति आवश्यक उपचारको अधिकार छ ।

ज्यान खतरामा पर्ने चोटपटक, अचानक र अप्रत्याशित रोग वा चिकित्सा अवस्थाहरू जुन यदि तुरुन्तै उपचार सुरु गरिएन भने ज्यानको लागि खतरा हुनसक्छ, यो आवश्यक छ:

- आपतकालीन चिकित्सा सेवा नम्बर 194 वा आपतकालीन सेवाहरूको लागि अद्वितीय नम्बर 112 मा सम्पर्क गर्नुहोस्;
- सम्भव भएको अवस्थामा सबैभन्दा नजिकको आपतकालीन चिकित्सा सेवाको रिसेप्शनमा जान सकिन्छ ।

सम्भव भएसम्म, तपाईंले आफ्नो प्राथमिक हेरचाह डाक्टर वा फार्मासिस्टलाई सम्पर्क गर्नुपर्छ,र डयूटी समय बाहिर, आपतकालीन चिकित्सा सेवामा जानु अघि नजिकको आउट टाईम क्लिनिकमा डाक्टर वा आउट टाईम फार्मेसीमा फार्मासिस्टलाई सम्पर्क गर्नुहोस ।

गैर – आपतकालीन अवस्थाहरू

अन्य सबै अवस्थामा, जस्तै रुघाखोकी, खोकी, ढाड दुख्ने, घाँटी दुख्ने, दाँत दुख्ने, गठिया र अन्य गैर-आकस्मिक अवस्थाहरूमा, सर्वप्रथम प्राथमिक स्वास्थ हेरचाह चिकित्सकसँग परामर्श गर्न आवश्यक छ ।

प्राथमिक स्वास्थ हेरचाहका डाक्टरहरू को हुन् ?

प्राथमिक / पारिवारिक स्वास्थ हेरचाहको डाक्टर भनेको यदि तपाईलाई कुनै स्वास्थ्य समस्या छ भने तपाइले प्राथमिक रुपमा सम्पर्क गर्ने डाक्टर हो । उसले बिरामीको स्वास्थ्यको व्यापक हेरचाह गर्छ, सामान्य चिकित्सा समस्याहरूको निदान र उपचार गर्छ, र आवश्यक भएमा बिरामीहरूलाई विशेषज्ञहरूकोमा पठाउने काम गर्छ ।

बिरामी बिदा – कामको लागि अस्थायी असक्षमता

बिरामी बिदाको शुरुवात, अवधि र अन्त्यको निर्धारण गर्ने पनि पारिवारिक चिकित्सकको जिम्मेवारी हुन्छ । श्रम कानून अनुसार, कामको लागि अस्थायी असक्षमता र बिरामी बिदा तोकिएको अवधि, तपाई काममा अनुपस्थित हुनुभएको तीन दिन भित्र मेडिकल प्रमाणपत्र पेश गर्न बाध्य हुनुहुन्छ, र यस्तो प्रमाणपत्र ("बिमार प्रमाणपत्र") छानिएको पारिवारिक चिकित्सा डाक्टरद्वारा जारी गरिन्छ ।

दन्त चिकित्सा / दन्त चिकित्सकको डाक्टर दाँत रोग र त्यस सम्बन्धित स्वास्थ्य समस्याको विशेष डाक्टर हो ।

विशेष आउट टाईम डिउटी

पारिवारिक चिकित्सा, दन्त चिकित्सा वा पूर्वस्कूल बच्चाहरुको लागि स्वास्थ्य हेरविचारको डाक्टरको आवश्यकता परेको अवस्थामा, छानिएको डाक्टरको कामको समय बाहिर, स्वास्थ्य केन्द्रहरुमा आउट टाईम ड्यूटीमा रहेका डाक्टरहरुलाई सम्पर्क गर्न सम्भव छ । तपाईंको स्थानीय स्वास्थ्य केन्द्रमा आउट टाईम ड्युटी चिकित्साको बारेमा तपाईंले रोजेको डाक्टर वा नर्स / प्राविधिकसँग समयमै जानकारी लिनु राम्रो हुन्छ ।

एक स्त्री रोग डाक्टर भनेको महिला प्रजनन स्वास्थ्यको विशेषज्ञ हुन् जसले गर्भावस्था अनुगमन, प्रजनन विकारहरुको निदान र उपचार, र नियमित परीक्षा र परीक्षणहरु गर्छन् । यसमा यो जोड दिन महत्त्वपूर्ण छ कि प्रणाली ओभरलोडको कारणले उपयुक्त स्त्री रोग विशेषज्ञ फेला पार्न र त्यहाँ दर्ता गर्न गाह्रो छ, त्यसैले स्त्री रोग विशेषज्ञको खोजीमा धैर्यताको आवश्यक पर्दछ ।

बाल रोग विशेषज्ञ एक डाक्टर हो जसले शिशुहरु, साना बच्चाहरु र पूर्वस्कूल बच्चाहरुको लागि स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्दछ ।

निवारक परिक्षणहरु

केही निश्चित रोगहरु र स्वास्थ्य अवस्थाहरुको लागि, तिनीहरुलाई सकेसम्म चाँडो पत्ता लगाउन र उपचार गर्न महत्त्वपूर्ण छ, त्यसैले क्रोएसियामा विभिन्न निवारक परिक्षणहरु गरिन्छ । उदहारणहरु :

- पाठेघरको मुखको क्यान्सरको प्रारम्भिक पहिचानको लागि राष्ट्रिय कार्यक्रमको एक भागको रुपमा, यो योजना गरिएको छ कि प्रत्येक तीन वर्षमा 25 वर्ष वा माथिका महिलाहरुलाई क्यान्सर रोकथाम परीक्षणको लागि आमन्त्रित गरिन्छ जसमा प्याप परीक्षण समावेश गरिएको हुन्छ र परीक्षणको नतिजाको आधारमा, स्त्री रोग विशेषज्ञले महिलालाई थप परीक्षण र / वा जाँचको लागि सिफारिस गर्न सक्छ ।

- प्रारम्भिक स्तन क्यान्सर पहिचान गर्ने राष्ट्रिय कार्यक्रमको एक भागको रुपमा, 50-69 वर्षका महिलाहरुलाई प्रत्येक दुई वर्षमा निःशुल्क म्यामोग्राम परीक्षण गर्न आमन्त्रित गरिन्छ ।

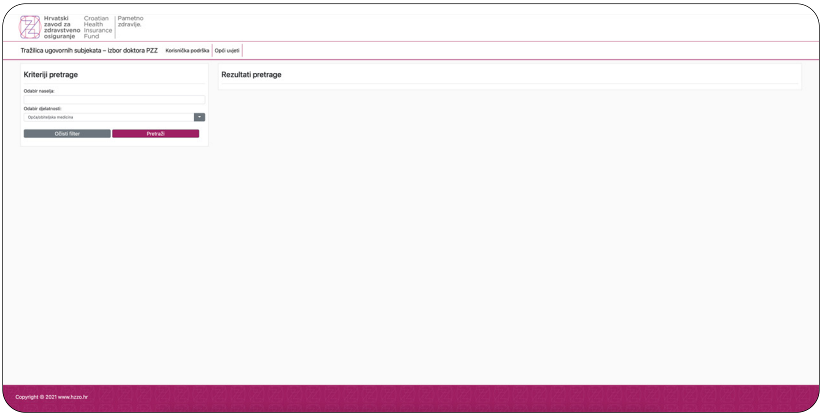
अनिवार्य स्वास्थ्य बीमाको एक बीमित व्यक्तिको रुपमा, तपाईसँग प्राथमिक स्वास्थ चिकित्सक, स्त्री रोग विशेषज्ञ, बाल रोग विशेषज्ञ र दन्त चिकित्सक छनोट गर्ने अधिकार छ जो कुनै पनि स्वास्थ्य समस्याको अवस्थामा तपाईको सम्पर्कको प्राथमिक बिन्दु हो । चयन गरिएको प्राथमिक स्वास्थ हेरचाह डाक्टरकोमा जान रेफरल आवश्यक पर्दैन । कहिलेकाहीँ डाक्टर वा नर्स / प्राविधिकको निर्देशन अनुसार, कार्यलयमा आउनु अगाडी फोन, इ-मेल वा अन्य कुनै सञ्चार माध्यमबाट अपोईन्टमेन्ट लिन आवश्यक हुन्छ र त्यो तपाईको डाक्टर वा उनीहरुको कार्यालयमा निर्भर गर्दछ ।

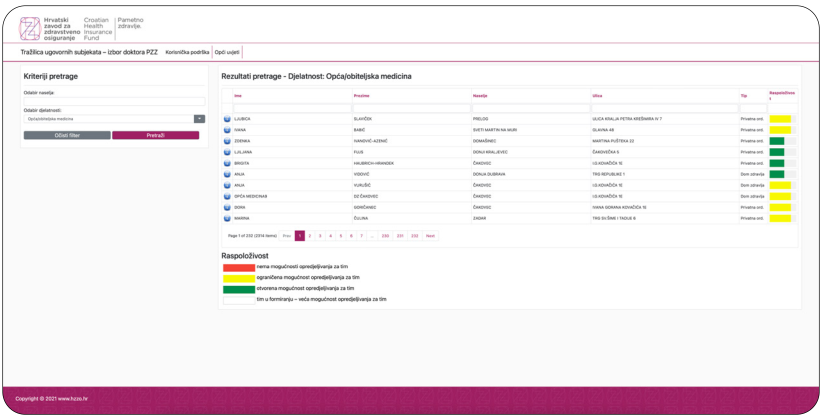
म कसरी प्राथमिक / पारिवारिक चिकित्सक, दन्त चिकित्सक, स्त्री रोग विशेषज्ञ वा बाल रोग विशेषज्ञ छान्न सक्छु?

प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाहरु स्वास्थ्य केन्द्रहरु र कार्यालयमा प्रदान गरिन्छ, सामान्यतया डाक्टर र नर्सहरु मिलेर बनेको टोलीद्वारा । तपाईंले निम्न वेबसाइटमा क्रोएसियाको जिल्ला अनुसार स्वास्थ्य केन्द्रहरुको सूची फेला पार्न सक्नुहुन्छ: https://zdravlje.gov.hr/kontakti/kontakti-zdravstvenih-ustanova/domovi-zdravlja-1500/1500

आफु बसेको ठाउँ नजिकैको स्वास्थ्य केन्द्रमा वा कार्यालयमा डाक्टर छनोट गर्नु सबै भन्दा उत्तम हुन्छ, तर यो ध्यानमा राख्नु आवश्यक छ कि स्वास्थ्य केन्द्र वा तपाईंको नजिकको कार्यालयमा भर्ना भएका बिरामीहरुको ठूलो संख्याका कारण उनीहरु नयाँ बिरामीहरु भर्ना गर्न सक्षम नहुन सक्छन् ।

कुन प्राथमिक स्वास्थ हेरचाह डाक्टरहरु तपाईंको निवास स्थान नजिक छन् र नयाँ बिरामीहरु भर्ना गर्नको लागि तिनीहरुको उपलब्धता, क्षेमता पत्ता लगाउन, तपाईंले निम्न वेबसाइटमा अनुबन्धित प्राथमिक स्वास्थ हेरचाह डाक्टरहरु खोजी गर्न सक्नुहुन्छ । https://e-usluge.hzzo.hr/trazilicaugovorapzz/





ई-सर्च कसरी प्रयोग गर्ने ?

1. "बस्तीको छनोट" ठाउँमा तपाई बस्नु भएको बस्तीको नाम वा तपाईंको बसोबास गर्ने ठाउँको नजिकको बस्तीको नाम लेख्नुहोस

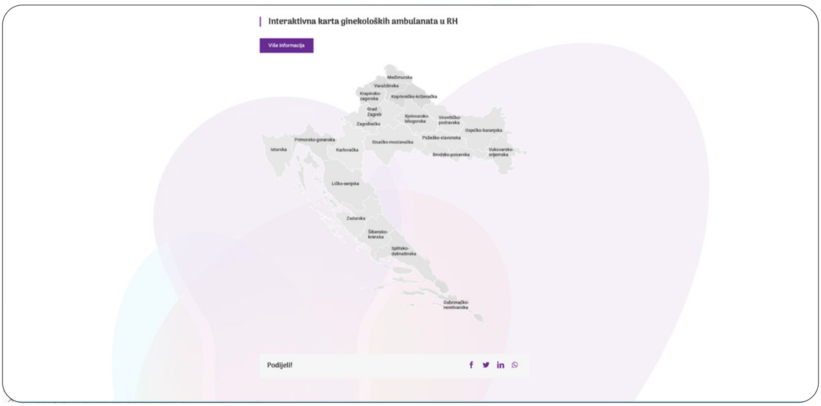
2. खोज इन्जिनमा गतिविधि चयन गर्नुहोस्:
   a) प्राथमिक / पारिवारिक चिकित्सा
   b) पूर्वस्कूल बालबालिकाको स्वास्थ्य हेरचाह
   c) महिला स्वास्थ्य सेवा
   d) दन्त स्वास्थ्य सेवा

   जब तपाइँले खोज इन्जिनमा बस्ती र गतिविधि लेख्नुहुन्छ, प्राथमिक हेरचाह डाक्टरहरुको सूची, कार्यालय ठेगाना र उपलब्धता दायाँ भाग तर्फ़ प्रदर्शित हुनेछ ।
   उपलब्धता चार रंगहरुमा प्रदर्शित हुन्छन :
   a) "रातो" भनेको दर्ता गर्न सकिने क्षमता भरिएको हो
   b) "पहेंलो" को अर्थ त्यहाँ दर्ता गर्न सिमित ठाउँ मात्र छन्
   c) "हरियो" को अर्थ दर्ता गर्नको लागि ठाउँ खाली छ
   d) "सेतो" भनेको टोली गठन भइरहेको छ र दर्ताको लागि ठूलो सम्भावना छ ।

प्राथमिक हेरचाह चिकित्सककोमा दर्ता गर्न, सामान्यतया स्वास्थ्य केन्द्र वा डाक्टरको कार्यालयमा काम गर्ने नर्स वा मेडिकल प्राविधिकलाई सम्पर्क गर्न आवश्यक पर्छ ।

स्त्री रोग विशेषज्ञ कसरी भेट्टाउने

वेबसाइटमा: https://necurak.hzjz.hr/za-zene/popis-ginekologa/ तपाईंले क्रोएसियामा भएका स्त्री रोग क्लिनिकहरुको सूची पाउन सक्नुहुन्छ, जसमा जिल्ला अनुसार समूहबद्ध सार्वजनिक स्वास्थ्य नेटवर्कका सबै स्त्री रोग कार्यालयहरु समावेश छन् ।



तपाईं बसोबास गर्ने जिल्ला वा क्षेत्रमा क्लिक गर्नाले उक्त क्षेत्रका चिकित्सक कार्यालयहरुको सूची, सम्पर्क जानकारी र अपोइन्टमेन्टको लागि प्रतीक्षा गर्नुपर्ने समय समावेश भएको फाइल डाउनलोड हुनेछ ।

GINEKOLOŠKE ORDINACIJE U ZAGREBU

GRAD	SJEDIŠTE ORDINACIJE	ADRESA	GINEKOLOG	KONTAKT	NARUČIVANJE/ RADNO VRIJEME	OKVIRNO VRIJEME ČEKANJA ZA TERMIN
ZAGREB	Privatna ordinacija	Bosutska ulica 30	Dr.JEAN CHEDID	01/ 6115-196	pon, sri, pet - ujutro	5-7 dana
	Privatna ordinacija	Mirogojska cesta 11	Dr.MARIO ĆURIĆ	01/4501 438	P-J, N-P	1 mj.
	Privatna ordinacija	Avenija Većeslava Holjevca 22	Dr.DIANA DROPULIĆ-VIDAKOVIĆ	01/659 - 8422	pon,čet-jutro	15-21 dan
	Privatna ordinacija	Ulica Matka Laginje 16	Dr. REFAT EL HAJJ	01/4604 138	P-J, N-P	2 tj.
	Privatna ordinacija	Avenija Većeslava Holjevca 22	Dr. ANTONELA MAĐOR-BOŽINOVIĆ	01/ 6598-468 sestravanda52@gmail.com	P-J, N-P	2-3 tj.
	Privatna ordinacija	Kauzlarićev prilaz 7	Dr. IVAN MARČETA	01/6670 - 722	P-J, N-P	15 dana
	Privatna ordinacija	Ulica Josipa Runjanina 4	Dr. INGA MATEZOVIĆ	01/4897 - 616	P-J, N-P	2 - 3 tj
	Privatna ordinacija	Kruge 44	Dr. JADRANKA PUVAČIĆ SOLOMUN	01/6062 -471 jpuvacic@gmail.com	P-J, N-P	10-14 dana

एक नर्स / चिकित्सा प्राविधिकले स्वास्थ्य सेवाको क्षेत्रमा व्यक्ति, परिवार र सम्पूर्ण जनसंख्याको स्वास्थ्यको रक्षा गर्ने उद्देश्यका साथ काम गर्दछ, र बिरामीलाई पर्याप्त हेरचाह प्रदान गर्न विभिन्न कार्यहरु गर्दछ ।

नर्स / मेडिकल प्राविधिकको कार्य विवरणमा बिरामीको हेरचाह, प्रशासनिक कार्यहरु, बिरामीहरुलाई जाँचको लागि अपोइन्टमेन्ट (मिति) दिने र बिरामीको मेडिकल रेकर्ड कायम राख्ने, बिरामीहरुको स्वास्थ्य स्थितिको अनुगमन गर्ने, विभिन्न स्वास्थ्य अवस्थाहरुको रोकथाम, थेरापी लिन निर्देशन दिने र रोगीले उपचार पहिले गर्नुपर्ने पक्रियाहरुको जानकारी दिने लगायत अन्य धेरै कार्यहरु समावेश गर्दछ ।

जब तपाईं स्वास्थ्य केन्द्र वा डाक्टरको कार्यालयमा आउनुहुन्छ, तपाईंले पहिले नर्स वा चिकित्स प्राविधिककोमा आफुलाई दर्ता गर्नुपर्दछ । दर्ता गर्दा तपाईंले आफ्नो स्वास्थ्य बीमा कार्ड वा, यदि तपाईं अन्तर्राष्ट्रिय वा अस्थायी सुरक्षा अन्तर्गतको व्यक्ति हुनुहुन्छ भने, अर्को उपयुक्त कागजात दिनुपर्दछ र तपाईंको डाक्टरलाई भेट्ने पालो आएपछि तपाईंलाई डाक्टरको कार्यालयमा प्रवेश गर्न आमन्त्रित गरिनेछ ।

उपचार / स्वस्थ परिक्षण / चुनिएको डाक्टरको कार्यलय बाहिर उपचार गर्ने

रेफेरलहरु भनेको क हो ?

यदि डाक्टरले रोगीको स्वास्थ्य अवस्थाको लागि विशेषज्ञ परीक्षण (जस्तै छाला रोग विशेषज्ञ-छाला रोगको लागि डाक्टर), निदान परीक्षण (जस्तै घुँडाको चुम्बकीय अनुनाद (MR), बाहिरी बिरामी उपचार र अन्य अवस्थामा जब डाक्टरको कार्यालय बाहिर स्वास्थ्य सेवा आवश्यक छ भनेर निर्धारण गर्दछ तब रिफेरल जारी गर्दछ ।

रेफरलले स्वास्थ्य सेवाको विवरण समावेश गर्दछ जसको लागि डाक्टरको कार्यालय बाहिर बिरामीलाई उपचारको लागि अप्पोइन्टमेन्ट लिन आवश्यक पर्छ, र ति विवरणहरुलाई विशेष चिन्हद्वारा जनाईएको हुन्छ (जस्तै A1, A4, C1, आदि) प्रत्येक चिन्हको आ-आफ्नै अर्थ हुन्छ र त्यसमा तपाईंले स्वास्थ्य सेवाको लागि अप्पोइन्टमेन्ट लिनुपर्ने समय अवधि र / वा स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिनुपर्ने समय अवधि तोकिएको हुन्छ । रेफरल प्राप्त गरेपछि, तपाईंले प्राप्त गर्नुभएको रेफरलमा भएको चिन्हको अर्थको बारेमा सोधपुछ गर्नुपर्छ, तथा यसको बारेमा

स्वास्थ पोर्टल

स्वास्थ पोर्टल एउटा वेबसाइट हो जसको माध्यमबाट क्रोएसियामा कानुनी निवास भएका प्रत्येक विदेशीले निम्न जानकारीहरु :

- क्रोएसियाको स्वास्थ सेवा प्रणालीमा प्रशोधन गरिने तपाईको मेडिकल डेटाको अन्तरदृष्टि पाउने,
- चयन गरिएका डाक्टरहरुको प्रदर्शन र डाक्टरसँग आदानप्रदान गरिएको सन्देशहरुको प्रदर्शन, यदि त्यो विकल्प डाक्टरद्वारा सक्रिय गरिएको छ भने;
- निर्धारित रेफरलहरुको प्रदर्शन, रिपोर्ट र डिस्चार्ज पत्रहरु हेर्न मिल्ने;
- प्राथमिक स्वास्थ्य सेवामा चयन गरिएका डाक्टरहरुद्वारा सिफारिस गरिएका औषधिहरुको डेटा हेर्न मिल्ने; र
- तपाईंको स्वास्थ्य रेकर्डको अन्य विवरणहरु र निश्चित स्वास्थ्य सेवाहरु सम्बन्धी तपाईंको अधिकारहरु प्रयोग गर्न डिजिटल संचार मार्ग प्रयोग गर्ने सम्भावनाको अन्तरदृष्टि प्राप्त हुन्छ;

स्वास्थ पोर्टल निम्न वेबसाइटमा क्रोएसियाली भाषामा मात्र उपलब्ध छ: https://portal.zdravlje.hr/portalzdravlja/login.html र एन्ड्रोइड र iOS को लागि मोबाइल एप्लिकेसनद्वारा उपलब्ध छ ।

स्वास्थ्य पोर्टल ई-सिटिजन प्लाटफर्म (https://gov.hr/ को एक हिस्सा हो जुन तपाई इलेक्ट्रोनिक प्रमाण पत्र प्रयोग गरेर खोल्न सक्नुहुन्छ, प्रमाण पत्र अर्थात्, तपाईको इलेक्ट्रोनिक पहिचान पुष्टि गर्ने माध्यम हो (उदाहरणका लागि यदि तपाई इन्टरनेट वा मोबाइल बैंकिंग प्रयोग गर्नुहुन्छ भने सायद तपाईसँग पहिले नै इलेक्ट्रोनिक प्रमाण भएको हुनसक्छ ।)

तपाईलाई रेफरल जारी गर्ने डाक्टरलाई पनि प्रश्नहरू सोध्न सक्नुहुन्छ । नियमको आधारमा, रेफरलहरू इलेक्ट्रोनिक रूपमा जारी गरिन्छ र प्रत्येक बिरामीको लागि स्वास्थ पोर्टलमा देखिन्छन्, तर तिनीहरू कागजी रूपमा पनि जारी गर्न सकिन्छ ।

डाक्टरले मलाई पठाएको स्वास्थ्य सेवाको लागि म कसरी अपोइन्टमेन्ट लिन सक्छु ?

तपाईलाई रेफरल जारी गर्ने डाक्टरले पनि तपाईलाई उसले रेफर गरेको स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने स्वास्थ संस्थामा जाँच, स्वास्थ परिक्षण वा उपचारको लागि अपोइन्टमेन्ट दिन सक्छ । तर तपाईलाई दिईएको जाँच, स्वास्थ परिक्षण वा उपचारको लागि तपाई आफैँ पनि अपोइन्टमेन्ट लिन सक्नुहुन्छ भन्ने कुरा थाहा हुनु जरुरी छ । यस अवस्थामा, तपाईले अपोइन्टमेन्ट लिनसक्ने तरिकाको बारेमा सोधपुछ गर्न महत्त्वपूर्ण छ, र त्यसबारेमा तपाईले वेबसाइटमा गएर वा तपाईले अपोइन्टमेन्ट लिन चाहनुभएको स्वास्थ्य संस्थामा व्यक्तिगत रूपमा गएर थाहा पाउन सक्नुहुनेछ ।

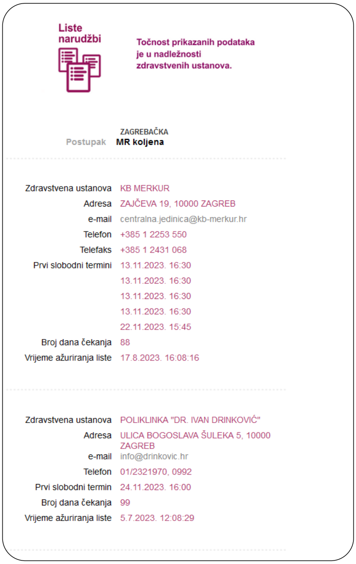
कहिलेकाहीँ विशेषज्ञ परिक्षण वा निश्चित निदान परीक्षणहरूको लागि लामो समय पर्खिनु पर्छ भन्ने कुरा जान्न एकदम महत्वपूर्ण छ । उदाहरणको लागी, 2022 मा, जाग्रेब क्लिनिकल अस्पताल (रेब्रो) मा केहि व्यक्तिगत निदान परीक्षणको लागी एक बर्ष भन्दा बढी समय कुर्नु परेको थियो ।

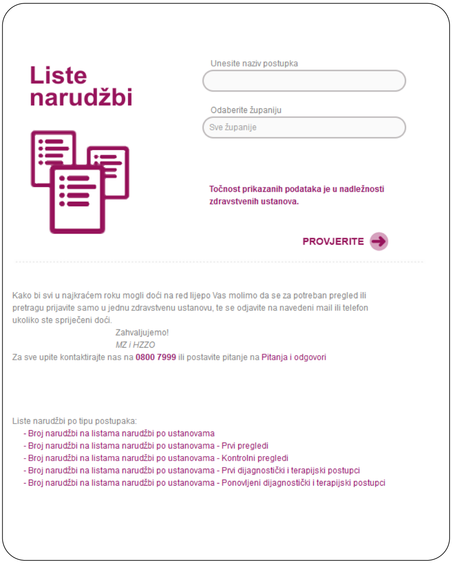
- तपाईंले क्रोएसियन भाषामा निम्न लिङ्कमा अपोइन्टमेन्ट कसरी गर्ने भन्नेबारे थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ linku.

यदि बिरामीले निश्चित लिङ्गको विशेषज्ञकोमा जाँच गर्न चाहन्छ भने, उसले अपोइन्टमेन्ट गर्दा यो कुरालाई स्पष्ट रुपमा भन्नुपर्छ ।

कुनै विशेष परिक्षण वा प्रक्रियाको लागि अपोइन्टमेन्ट लिनुअघि, त्यस परिक्षण वा प्रक्रियाको लागि अपोइन्टमेन्ट प्राप्त गर्न कति समय पर्खिनु पर्छ भन्ने बारेमा पत्ता लगाउन सल्लाह दिइन्छ । र त्यो थाहा पाउन सक्नुहुन्छ :

- हरेक काम गर्ने दिन बिहान 8 बजे देखि बेलुका 4 बजे सम्म 0800 7229 नम्बरमा सम्पर्क गरेर: अथवा
- www.hzzo-net.hr/e_listei.htm वेबसाईटमा "कार्यविधिको नाम लेख्नुहोस" लेखिएको फिल्डमा प्रक्रियाको नाम लेखेर र तपाईंले स्वास्थ्य सेवा लिन चाहनु भएको जिल्ला चयन गरेर । "चेक" बटन थिचेर, तपाईंले पहिलो उपलब्ध अपोइन्टमेन्टहरू ("पहिलो उपलब्ध अपोइन्टमेन्टहरू") र हरेक स्वास्थ संस्थामा स्वास्थ्य सुविधाको लागि पर्खनु पर्ने दिनहरूको संख्या ("प्रतीक्षा दिनहरूको संख्या") बारे जानकारी प्राप्त गर्नुहुनेछ ।





मसँग रेफरल छ र मेरो अपोइन्टमेन्ट छ, तर मलाई कहाँ जाने थाहा छैन-मैले के गर्नुपर्छ ?

क्रोएसियामा स्वास्थ्य सेवाहरू प्रयोग गर्न आवश्यक परेको अवस्थामा, प्रायजसो व्यक्ति हराउने वा स्वास्थ्य सेवाका लागि दर्ता गर्न, अपोइन्टमेन्ट लिन वा स्वास्थ्य सेवा प्राप्त गर्नको लागि कहाँ जाने भन्ने थाहा नभएको हुन सक्छ । तपाईंलाई रेफरल जारी गर्ने डाक्टरबाट उनले तपाईंलाई रेफर गरेको स्वास्थ्य सेवा कुन स्वास्थ्य केन्द्रमा प्रदान गरिन्छ भन्नेबारे राम्रोसंग जानकारी प्राप्त गर्न महत्त्वपूर्ण छ ।

साथै तपाईंले हरेक स्वास्थ्य संस्थाहरूको रिसेप्सन कार्यालयमा नर्स वा प्राविधिकबाट निर्देशनका लागि सोध्न सक्नुहुन्छ । प्रत्येक पटक डाक्टरकोमा जादा खेरी, डाक्टर वा अन्य स्वास्थ्य अधिकारीले तपाईंलाई स्वास्थ्य सेवाहरू प्रदान गरिने स्थानको बारेमा दिएका निर्देशनहरू सही तरिकाले एउटा कागजमा अथवा आफ्नो मोबाइलमा लेखेर राख्नुहोस ।

निर्देशनहरू कहिलेकाहीं जटिल हुन सक्छन (जस्तै “हरियो रंग लगाएको भवन”, “तेस्रो तल्लामा, दोस्रो ढोका बाँयातर्फ”) वा गलत (जस्तै : जब कुनै निश्चित कार्यालयले भूकम्प वा यस्तै कारणले स्थान परिवर्तन गर्छ), जसले गर्दा कहिलेकाहीँ स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने संस्थामा काम गर्ने कर्मचारीहरूसँग थप सोधपुछ गर्न आवश्यक हुन्छ ।

अधिकार प्राप्ति

यदि डाक्टरले मलाई परीक्षणको लागि हेर्न नचाहेमा वा सार्वजनिक स्वास्थ्यको कुनै विशेष संस्थामा उपलब्ध गराइने सेवामा मलाई आपत्ति छ भने के गर्ने ?

तपाईंले सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाहरूको प्रावधानको बारेमा उजुरी गर्न सक्ने धेरै तरिकाहरु छन्, र तपाईंले कुन तरिका रोज्नुहुन्छ भन्ने कुरा त्यस उजुरीबाट के हासिल गर्न चाहनुहुन्छ भन्नेमा निर्भर गर्दछ ।

1. **तपाईलाई स्वास्थ्य सेवा प्रदान गरिएको संस्थामा उजुरी:**

- त्यस संस्थाको वेबसाइटमा सूचीबद्ध ठेगाना र सम्पर्क जानकारी मार्फत संस्थाको अध्यक्ष (वा बोर्ड, व्यावसायिक कम्पनी चलाउने अधिकृत व्यक्ति, अर्थात् निजी स्वास्थ्यकर्मी) लाई पेश गरिन्छ ।
- अध्यक्षले तपाईंको उजुरीमा ढिलाइ नगरी कारबाही गर्न र उजुरी प्राप्त भएको 8 दिन भित्रमा गरिएको कार्यविधिहरुको बारेमा तपाईलाई लिखित रूपमा जानकारी दिन बाध्य छन् ।

2. **यदि कुनै व्यक्ति गरिएको कार्यविधिहरुबाट सन्तुष्ट छैन भने, उसले निम्नमा आफ्नो अधिकारको सुरक्षाको लागि अनुरोध गर्न सक्छ:**

a) स्वास्थ्य मन्त्रालयका मन्त्रि :
- उजुरी निम्न ठेगानामा पेश गरिन्छ: Ksaver 200a, 10000 Zagreb;
- हरेक दिन बिहान 8 बजेदेखि बेलुका 4 बजेसम्म सेतो टेलिफोन (नि:शुल्क सम्पर्क नम्बर 0800-7229 मा) वा इ-मेल pisarnica@miz.hr मार्फत पनि उजुरीहरु पेश गर्न सकिन्छ;

b) सक्षम चेम्बरहरु (पेशेवर संघहरू) जसले,तपाईंको उजुरीमा, उजुरी गरिएको व्यक्ति विरुद्ध अनुशासनात्मक कार्यवाही सुरु गर्न सक्छ;

क्रोएसियाली मेडिकल चेम्बर
उजुरी दर्ता गर्ने विधि निम्न लिङ्कमा व्याख्या गरिएको छ:
https://www.hlk.hr/disciplinski-postupak.aspx

क्रोएसियाली नर्सहरुको चेम्बर
उजुरी चेम्बरको सचिवलाई यस ठेगानामा पेश गरिन्छ: Maksimirska 111 / 2, 10000 Zagreb http://www.hkms.hr/data/1321863849_481_mala_Pravilnik%20o%20pravima%20i%20odgovornostima%20medicinskih%20sestara.pdf

उजुरी सम्बन्धित क्षेत्रका आधारमा स्वास्थ्य क्षेत्रका अन्य चेम्बरहरुमा पनि पठाउन सकिन्छ र उक्त चेम्बरहरुमा सिधैं सम्पर्क गरी उजुरी पेश गर्ने विधिबारे जानकारी लिन सकिन्छ ।

अन्य चेम्बरहरु :

- क्रोएसियाली चेम्बर अफ मिडवाइफ,
- क्रोएसियाली चेम्बर अफ डेन्टल मेडिसिन,
- क्रोएसियाली चेम्बर अफ फिजियोथेरापिस्ट,
- क्रोएसियाली चेम्बर अफ मेडिकल बायोकेमिस्ट,
- क्रोएसियाली चेम्बर अफ फार्मासिस्ट,
- क्रोएसियाली मनोवैज्ञानिक चेम्बर,
- क्रोएसियाली चेम्बर अफ हेल्थ वर्कर्स

साथै गम्भीर गल्ती भएको अवस्थामा, क्षतिपूर्तिको लागि अदालतको कार्यवाही सुरु गर्न सम्भव छ, अर्थात् पुलिस वा राज्य अधिवक्ताकोमा आपराधिक उजुरी फाइल गर्न सकिन्छ । त्यस्ता प्रक्रियाहरु सुरु गर्नु अघि, तपाईलाई कुन प्रक्रियाहरु र कानुनी स्रोतहरु उपलब्ध छन् भनेर बुझ्नको लागि एक वकीलसँग परामर्श गर्न सल्लाह दिइन्छ ।

यदि मलाई क्रोएसियाली भाषा थाहा छैन भने के गर्ने ?

त्यस्ता धेरै उपकरणहरु छन् जसले तपाईंलाई क्रोएसियाली भाषा मात्र बोल्ने व्यक्तिहरुसँग बोलिबचन स्थापित गर्न र त्यसलाई कायम राख्न मद्दत गर्न सक्छ:

- मोबाइल एप्लिकेसन मार्फत् मेसिन अनुवाद (Google Translate / Lens, Yandex Translate, Papago, iTranslate, Talking Translator, SayHi Translate र अन्य धेरै एप्लिकेसनहरु);

- मोबाइल एप्लिकेसन Tarjimly को प्रयोग गरेर, जसले स्वंयमसेवक वा अंशकालिक अनुवादकहरुको नेटवर्क भेला गर्दछ जसमा अनुवादको लागि अनुरोध गर्न सकिन्छ, र त्यसको आधारमा प्रयोगकर्तालाई 2-5 मिनेट भित्र अनुवादकसँग जोडाइन्छ ;

- नागरिक समाज संगठनको सहयोगमा अनुवादक नियुक्त गरेर ।

मेरो अधिकारको प्रयोगमा समर्थनको लागि म कसकोमा जान सक्छु ?

जाग्रेबमा नागरिक समाज संगठनहरू छन् जसले अन्तर्राष्ट्रिय सुरक्षाको लागि आवेदकहरू, अन्तर्राष्ट्रिय र अस्थायी सुरक्षा अन्तर्गतका व्यक्तिहरू र अन्य विदेशीहरूलाई विभिन्न एकीकरण गतिविधिहरू जस्तै क्रोएसियाली भाषा सिक्ने,उनीहरुका लागि ग्यारेन्टी गरिएका अधिकारहरू दिलाउन सहयोग गर्ने, मानवीय साहायता आदिका लागि समर्थन प्रदान गर्दछ । प्रत्येक संगठनले एक निश्चित समर्थन प्रदान गर्दछ जसका लागि त्यस संगठन विशिष्ट छ, तर संगठनहरू बीचको सहकार्य दैनिक अभ्यास हो जसले एकीकरणको लागि समन्वय मार्फत अभ्यास गर्दछ ।

क्रोएसियन रेडक्रस (Hrvatski Crveni križ)
www.hck.hr
azil-migracije@hck.hr

क्रोएसियाली रेडक्रस, क्रोएसिया गणतन्त्रको रेडक्रस राष्ट्रिय समाज, यसको मानवीय गतिविधि र आधारभूत सिद्धान्तहरू अनुसार, यसले अन्तर्राष्ट्रिय संरक्षण खोज्नेहरू र अन्तर्राष्ट्रिय र अस्थायी संरक्षण अन्तर्गतका व्यक्तिहरू, सहयोग आवश्यक परेका अन्य आप्रवासीहरूका लागि,आन्तरिक मामला मन्त्रालय (MUP) र शरणार्थीका लागि संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय उच्चायुक्त (UNHCR) तथा अन्य सक्षम संस्थाहरू र नागरिक समाज संघहरुको सहयोगमा, सहायता र संरक्षण कार्यक्रमहरू लागू गर्दछ । र तिनीहरू अन्तर्राष्ट्रिय सुरक्षा खोज्नेहरू "पोरिन" को स्वीकृति केन्द्रमा तर क्रोएसियाभरि पनि सञ्चालन गर्दछ ।

Médecins du Monde (MdM)
www.facebook.com/MdMCroatia
genco.croatia@medecinsdumonde.be

MdM (Médecins du Monde) एक अन्तर्राष्ट्रिय मानवीय संस्था हो जसले युद्ध, प्राकृतिक प्रकोप, रोग, भोक, गरिबी र बहिष्कारबाट प्रभावित सबैभन्दा कमजोर जनसंख्या र स्वास्थ्य सेवामा पहुँच नभएकाहरुलाई चिकित्सा सेवा प्रदान गर्दछ ।

AYS – Are You Syrious ?
areyousyrious@gmail.com
Božidara Magovca 165 (प्लतोउको कंक्रीट सीढी चढ्नुहोस्),
10,000 ज़ाग्रेब, क्रोएसिया
काम गर्ने समय: सोमबार / बुधबार / शुक्रबार, दिउसो 1-4 बजे सम्म

AYS एक गैर-सरकारी संस्था हो जसले शरणार्थी, अन्तर्राष्ट्रिय र अस्थायी सुरक्षा अन्तर्गत रहेका व्यक्तिहरुलाई समर्थन गर्दछ । जाग्रेबमा AYS स्वयंसेवकहरुले निः शुल्क पसलमा मानवीय सहायता प्रदान गर्छन्-एक सामाजिक पसल जहाँ शरणार्थीहरु र अन्तर्राष्ट्रिय र अस्थायी सुरक्षा अन्तर्गतका व्यक्तिहरुले निःशुल्क लुगा, जुत्ता, स्वच्छता तथा घरेलु उत्पादनहरु प्राप्त गर्न सक्छन् । निः शुल्क पसलको साथमा, उनीहरुले बालबालिका र ठुलाबडाका लागि स्वतन्त्र एकीकरण कार्यक्रमहरु र क्रोएसियाली भाषा पाठ्यक्रमहरु पनि विकास गरेका छन, तथा शिक्षा, बासबसाई, स्वास्थ्य सेवा र काममा उनीहरुको अधिकारको प्रयोग गर्न र पाउन सहज बनाउन सहयोग गर्दछ ।

बोर्डेर्स: नन (BORDERS: NONE)

www.bordersnone.com/coders-without-borders
hello@bordersnone.com
Ulica Josipa Seissla 68, 10,000 ज़ाग्रेब, क्रोएसिया
काम गर्ने समय: सोमबार-शुक्रबार बिहान 10-बेलुका 7 बजे सम्म

बोडर्स: नन जाग्रेबको एक संस्था हो जसले शरणार्थीहरुलाई समाजमा घुलमिल हुन र विभिन्न पक्षहरुमा समावेश गर्न मद्दत गर्दछ: अनौपचारिक शिक्षा, रोजगार, कार्यक्रमहरुको आयोजना र स्थानीय समाजसंग भेटघाट, अंग्रेजी भाषा पाठ्यक्रम, आदि । विभिन्न गतिविधिका अतिरिक्त, उनिहरुसंग दुई ठूला परियोजनाहरु छन् । एउटा शरणार्थीहरुका लागि कोडिङ स्कूल जहाँ उनीहरुले HTML, CSS र JavaScript सिक्छन्, र अर्को युवा शरणार्थीहरुका लागि मेन्टोरिङ्ग कार्यक्रम रहेको छ । यस परियोजनाले शरणार्थीहरुलाई समाजका स्थानीय मानिसहरुसँग जोड्छ जो उनीहरुको सल्लाहकार बन्छन् र उनीहरुलाई दैनिक समस्याहरु समाधान गर्न र लक्ष्यहरु प्राप्त गर्न मद्दत गर्छन् ।

CMS – शान्ति अध्ययन केन्द्र (CMS – Centar za mirovne studije)

www.cms.hr
cms@cms.hr
+385 91 330 0183 (निःशुल्क कानुनी सहयोग)
Kuća ljudskih prava, Selska cesta 112a, 10,000 ज़ाग्रेब, क्रोएसिया
काम गर्ने समय: सोमवार-शुक्रवार, बिहान 9-बेलुका 5 बजे सम्म

CMS एक नागरिक समाज संगठन हो जसले आप्रवासीहरु, अन्तर्राष्ट्रिय र अस्थायी संरक्षण अन्तर्गतका व्यक्तिहरु, र शरणार्थीहरुको अधिकार सहित विभिन्न विषयहरुमा काम गर्दछ । उनीहरुको प्राथमिक काम भनेको वकालत हो, तर निःशुल्क कानुनी सहायता, क्रोएसियाली भाषाको लागि समर्थन, शिक्षा, आवास, रोजगारी र स्वास्थ्य जस्ता सेवाहरु पहुँच गर्न समर्थन र आप्रवासीहरु, अन्तर्राष्ट्रिय र अस्थायी संरक्षण अन्तर्गतका व्यक्तिहरु तथा शरणार्थीहरुका लागि अन्य एकीकरण गतिविधिहरु पनि प्रदान गर्दछ ।

DPP – मनोवैज्ञानिक सहायताको लागि समाज (Društvo za psihološku pomoć)

www.dpp.hr
spa@dpp.hr
Ulica kneza Mislava 11, 10,000 ज़ाग्रेब, क्रोएसिया

मनोवैज्ञानिक सहायताको लागि समाज (DPP) एक गैर-लाभकारी, गैर-सरकारी संस्था हो जुन 1993 मा, मुख्यतया युद्धको परिणामहरुको प्रतिक्रियाको रुपमा जनसंख्याको कल्याण र मानसिक स्वास्थ्यको लागि स्थापना गरिएको थियो । यसको पहिलो वर्षहरुमा, DPP, युद्ध र युद्ध पछिको अवधिमा संकटमा परेका मानिसहरुसँग काम गर्ने र समुदायमा व्यापक रुपमा मनोसामाजिक सहायता उपलब्ध गराउनमा केन्द्रित थियो । समय बित्दै जाँदा, DPP ले आफ्नो कामको क्षेत्र विस्तार गर्दै समुदायमा नवीन मनोसामाजिक सेवाहरु ल्यायो र पेशेवरहरुको लागि प्रशिक्षण विकास गर्दछ ।

JRS – Isusovačka služba za izbjeglice (Jesuit Refugee Service)
hrv.jrs.net
info@jrs.hr
+385 98 979 2298
Maksimirska cesta 268, 10040, ज़ाग्रेब, क्रोएसिया
काम गर्ने समय: सोमवार-शुक्रवार, बिहान 8-बेलुका 4 बजे सम्म

जेसुइट शरणार्थी सेवा (जेआरएस) एक अन्तर्राष्ट्रिय क्याथोलिक मानवीय संस्था हो, जुन संसारका 50 भन्दा बढी देशहरूमा अवस्थित छ, जबकि क्रोएसियामा यो मातृभूमि युद्धको समयदेखि सञ्चालन भइरहेको छ । जेसुइट शरणार्थी सेवा (JRS) को मिशन भनेको शरणार्थी र सबै जबरजस्ती विस्थापित व्यक्तिहरूको अधिकारको निगरानी, सेवा र वकालत गर्नु हो । शरणार्थी एकीकरण केन्द्र SOLमा, JRS टोलीले शरणार्थीहरूलाई क्रोएसियाली भाषा पाठ्यक्रमहरू, क्रस-सांस्कृतिक आदानप्रदान, एकीकरण र कानुनी समर्थनको रूपमा समर्थन प्रदान गर्दछ ।

RCT – तनाव र आघातको लागि पुनर्वास केन्द्र जाग्रेब (RCT – Rehabilitacijski centar za stres i traumu Zagreb)
www.rctzg.hr
info@rctzg.hr
+385 1 4641 342
Kvaternikov trg 12, 10000 जाग्रेब, क्रोएसिया

तनाव र आघातका लागि पुनर्वास केन्द्र (RCT) एक स्वतन्त्र, गैर-लाभकारी नागरिक समाज संस्था हो जसले क्षमता र अवसरहरू कम भएका मानिसहरूलाई व्यावसायिक मनोवैज्ञानिक समर्थन र सामाजिक समावेशीकरणको लागि समर्थन प्रदान गर्दछ । उनीहरुले क्षमता र अवसरहरू सिमित भएका मानिसहरूलाई उनीहरूको क्षमता महसुस गर्न सशक्त बनाउने उद्देश्यका साथ मनोसामाजिक परामर्शको सेवा र समर्थन प्रदान गर्दछन् । कम अवसर भएका समुदायहरूमा, उनीहरु सामाजिक सेवाहरू विकास गर्छन र तिनीहरूको उपलब्धता र गुणस्तर सुधार गर्न वकालत गर्छन । त्यसैगरी सामाजिक समावेशीकरण र सामाजिक सेवाहरूको प्रावधानको क्षेत्रमा नीतिहरूको उन्नतिको लागि वकालत गर्छन ।

तेस्रो देशका नागरिकहरूको
लागि गाइड-क्रोएसियामा
स्वास्थ्य सेवामा पहुँच

प्रकाशक:
शान्ति अध्ययन केन्द्र (Centar za mirovne studije)
www.cms.hr
www.facebook.com/CentarzaMirovneStudije
www.instagram.com/cmszagreb/

सम्पादकहरू:
Antonija Potočki, Luka Kos

प्रूफरीडिङ:
Karla Kostadinovski

छाप्नको लागि तयारी:
कार्य, Antonio Karača

जाग्रेब, अक्टोबर 2023

यो ब्रोसुर " सेवाहरूमा पहुँच, दृष्टिकोण र अभ्यासहरूको आदानप्रदान" (ASAP) परियोजनाको अंश हो जसमा शरणार्थी, आप्रवासन र एकीकरणका लागि युरोपेली संघको कोषद्वारा लगानी गरिएको छ । यस ब्रोसुरको सामग्रीले लेखकहरूको विचारलाई प्रतिनिधित्व गर्दछ र यो तिनीहरूको मात्र जिम्मेवारी हो ।युरोपेली आयोगले यस ब्रोसुरमा समावेश जानकारीको प्रयोगको लागि कुनै जिम्मेवारी स्वीकार गर्दैन ।

यो परियोजनामा क्रोएसिया गणतन्त्र सरकारको गैरसरकारी संस्थाहरूको कार्यालयद्वारा सह-लगानी गरिएको छ । यस ब्रोसुरमा व्यक्त गरिएका विचारहरू शान्ति अध्ययन केन्द्रको एकमात्र जिम्मेवारी हुन् र क्रोएसिया गणतन्त्र सरकारको गैरसरकारी संस्थाहरूको कार्यालयको विचारलाई प्रतिबिम्बित गर्दैन ।

Funded by the European Union's Asylum, Migration and Integration Fund

ASAP

VLADA REPUBLIKE HRVATSKE
Ured za udruge

इलेक्ट्रोनिक फारममा यो ब्रोसर पाउन, तलको QR कोड स्क्यान गर्नुहोस् वा हाम्रो वेबसाइट www.cms.hr मा जानुहोस् ।