

# आफ्ना उपयोग बिलहरू व्यवस्थित गर्नुहोस्

## उपयोग बिलसम्बन्धी सहायता

उपयोग कम्पनीहरूले ग्राहकहरू सहायताका लागि योग्य भएमा उहाँहरूलाई उपयोग बिलहरूमा मद्दत गर्न सक्छन्। थप जानकारीका लागि आफ्नो उपयोग कम्पनीमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

## उर्जा जोगाउनुहोस्, पैसा बचत गर्नुहोस्

यदि तपाईं घरमा बढी समय बिताउँदै हुनुहुन्छ भने, तपाईं आफ्नो उपयोगसम्बन्धी प्रयोग पनि बढाउँदै हुनुहुन्छ। उर्जाबाट बढी बचत जम्मा गर्नका लागि बत्तीहरू निभाउने, पावर स्ट्रिपहरू प्रयोग गर्ने, टुटीहरू वा झ्यालहरूका चुहावटहरू बन्द गर्ने र थर्मोस्टेटहरू समायोजन गर्ने जस्ता साधारण कदमहरू अपनाउनुहोस्।

## लाइफलाइन फोन तथा ब्रोडब्याण्ड सेवाहरूमा जडान रही रहनुहोस्

यदि तपाईंलाई फोन वा इन्टरनेट सेवाहरूको भुक्तानी गर्ने कार्यमा मद्दत आवश्यक हुन्छ भने, न्यून आय रहेका व्यक्तिहरूमा योग्य भएमा फोन सेवामा छुटहरू प्रदान गर्ने संघीय रूपमा वित्त व्यवस्था गरिएको कार्यक्रम, लाइफलाइनबारे जानकारी प्राप्त गर्नका लागि आफ्नो फोन कम्पनी वा सहभागी रहेको तारविहीन कम्पनीमा सम्पर्क गर्नुहोस्। लाइफलाइनका सदस्यहरूले आफ्ना लाभहरूलाई गृह वा मोबाइल फोनमा वा उच्च गतिको ब्रोडब्याण्डमा प्रयोग गर्न सक्छन्। थप जानकारीका लागि [www.lifelinesupport.org](http://www.lifelinesupport.org) मा जानुहोस् (वेबसाइट अङ्ग्रेजीमा मात्र छ, आवेदन [स्पेनीमा उपलब्ध छ](#))।

## अहिले नै मद्दत प्राप्त गर्नुहोस्

हामी तपाईंका प्रश्न, सरोकार तथा कम्पनीसम्बन्धी उजुरीहरूमा मद्दत गर्नका लागि सोमबारदेखि शुक्रबार बिहान 8 बजेदेखि साँझ 5 बजेसम्म 1-888-333-WUTC (9882) मा फोनमार्फत, हाम्रो वेबसाइटको लाइभ च्याटमार्फत वा [consumer@utc.wa.gov](mailto:consumer@utc.wa.gov) मा इमेलमार्फत उपलब्ध छौं। थप जानकारी, उजुरीसम्बन्धी फाराम, उर्जा बचत गर्ने सुझाव र COVID-19 सम्बन्धी महत्त्वपूर्ण अद्यावधिकहरूका लागि हाम्रो वेबसाइटमा जानुहोस्

यो जानकारी भिन्न ढाँचामा चाहिन्छ? वाशिङ्गटन रिले सेवामार्फत Text Teletype (टेक्स्ट टेलिटाइप) (TTY) का लागि 1-800-833-6384 मा फोन गर्नुहोस् वा 711 डायल गर्नुहोस्।

UTC ले तपाईंलाई धेरै भाषाहरूमा मद्दत गर्न सक्छ। कृपया 1-888-333-9882 मा फोन गर्नुहोस् र दोभाषेका लागि अनुरोध गर्नुहोस्।