

# قبض‌های خدماتی خود را مدیریت کنید

## کمک در پرداخت قبوض خدماتی

شرکت‌های ارائه‌دهنده خدمات می‌توانند به مشتریانی که صلاحیت دریافت کمک را دارند، در پرداخت قبوض خدماتی کمک کنند. برای کسب اطلاعات بیشتر با شرکت مربوط تماس بگیرید.

## صرفه جویی در انرژی، صرفه جویی در پول

اگر زمان بیشتری را در خانه می‌گذرانید، مصرف انرژی شما هم افزایش پیدا کرده است. برای صرفه‌جویی در انرژی، قدم‌های کوچکی بردارید، برای مثال خاموش کردن چراغ‌ها، استفاده از سهرای برق، بستن محل‌های نشت آب در شیرها و جابجایی هوا در پنجره‌ها و تنظیم ترموستات.

## ارتباط خود با تلفن خط زندگی و خدمات پهن باند را حفظ کنید

اگر برای پرداخت هزینه تلفن یا خدمات اینترنتی به کمک نیاز دارید، با شرکت تلفن خود یا یک شرکت بی‌سیم شرکت‌کننده تماس بگیرید و درباره خط زندگی و برنامه بودجه ابالتی که خدمات تلفنی را برای افراد با درآمد پایین با تخفیف ارائه می‌کنند، تماس بگیرید. مشترکین خط زندگی می‌توانند از مزایای خود برای پرداخت هزینه خدمات تلفن خانگی یا همراه یا اینترنت پرسرعت با پهن باند استفاده کنند. برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت [www.lifelinesupport.org](http://www.lifelinesupport.org) مراجعه کنید (وبسایت فقط به زبان انگلیسی است، درخواست‌ها به زبان اسپانیایی هم ارائه می‌شوند).

## اکنون کمک بگیرید

ما اینجا هستیم تا به شما درباره سؤالات، نگرانی‌ها و شکایت‌هایی که دارید کمک کنیم، از ساعت 8 صبح تا 5 بعدازظهر، دوشنبه الی جمعه از طریق شماره (9882) 1-888-333-WUTC، با چت زنده روی وبسایت یا ارسال ایمیل به آدرس [consumer@utc.wa.gov](mailto:consumer@utc.wa.gov). برای کسب اطلاعات بیشتر، دریافت فرم‌های شکایت، راهنمایی‌های صرفه‌جویی در مصرف انرژی و جدیدترین اخبار مهم درباره کووید-19 به وبسایت ما مراجعه کنید.

آیا در یک قالب متفاوت به این اطلاعات نیاز دارید؟ با شماره 1-800-833-6384 تماس بگیرید یا برای تکست تله‌تایپ (TTY) از طریق خدمات رله و اشنگتن، 711 را شمارگیری کنید.

UTC می‌تواند در چند زبان به شما کمک کند. لطفاً با شماره 1-888-333-9882 تماس بگیرید و درخواست مترجم کنید.